

## الذكاء الانفعالي وعلاقته بجودة الحياة

### لدى طلبة الجامعة

د. ابتسام راضي

الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية

#### المستخلص

تتيح معرفة الفرد بذكائه الانفعالي الفرصة له ليضع نفسه الى جانب الآخرين الذين يتوافق معهم على نحو طبيعي والبحث عن اعمال تلائمهم وتفهم الاشياء التي تجعل من الفرد غير متوافق مع بعض الناس أو مع بعض الأعمال وتعلم طرائقاً للتعامل مع المصاعب الطبيعية وفهم بعض الأشياء المعينة التي تسبب الضغط النفسي وتعلم طرائقاً ليصبح الفرد أكثر شعوراً بالسلام .

وتعد الجودة الشخصية والمهنية ضرورية للشباب الذين هم بصدد بدء مشروعاتهم الذاتية، ويصنفها بعض من الباحثين إلى قدرات ومهارات وسمات رئيسة تنفرع إلى أخرى فرعية مثل: الرؤية، المبادرة، البديهة، الحاجة للإنجاز، الحاجة للاستقلال، الميل لتحمل قدر معقول من المخاطرة، وتحمل المسؤولية، هذا فضلاً عن إلى مهارات الاتصال والثقة بالنفس، والوعي بالذات، والدافعية نحو التعلم بطرائق متنوعة، ومهارات الإقناع، والقدرة على التحمل والتسامح، والتخطيط ومهارات اتخاذ القرار والقدرة على التركيب، ومهارات الإصغاء، وجمع المعلومات وتحليلها. كذلك مهارات حل المشكلات، وتدوين الملاحظات، وإدارة المشروعات، وإدارة الفريق، وإدارة الوقت، والقدرة على الإبداع. وبناء على ما تقدم استهدف البحث الحالي :-

1. تعرف الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية التربية الأساسية .
2. تعرف دلالة الفروق في الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية التربية الأساسية على وفق متغير النوع (ذكور، إناث) .
3. تعرف جودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية .
4. تعرف دلالة الفروق جودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية على وفق متغير النوع (ذكور، إناث) .
5. تعرف العلاقة بين الذكاء الانفعالي و جودة الحياة.

واقصر البحث على دراسة الذكاء الانفعالي وجودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية من الذكور والإناث وللدراسة الصباحية فقط وللعام الدراسي 2012-2013. وقد بلغ عدد العينة (200) طالب وطالبة من طلبة كلية التربية الأساسية . وقد أظهرت النتائج ما يلي :-

1. ان طلبة كلية التربية الأساسية يتصفون بمستوى عال من الذكاء الانفعالي.
2. هناك فروق في مستوى الذكاء الانفعالي بين الذكور والإناث .
3. ان طلبة كلية التربية الأساسية يتصفون بمستوى متوسط من جودة الحياة .
4. ان الإناث يتفوقن على الذكور في جودة الحياة .
5. وجود علاقة قوية وموجبة بين الذكاء الانفعالي وجودة الحياة.

## الفصل الأول

### التعريف بالبحث

#### أهمية البحث والحاجة إليه

وقد برهن الاختصاصيون النفسيون والأطباء على ان هناك خصائص شخصية تسمى الذكاء الانفعالي (Emotional Intelligence) وهذه الخصائص مسؤولة عن الطرائق التي نسلك بها ونشعر بموجبها وكيف نرتبط بالآخرين ومدى حُسن قيامنا بالأعمال ومدى تمتعنا بالصحة النفسية وعدم المعرفة بالميول الخاصة بالذكاء الانفعالي يمكن أن ينشأ عنه عدم القدرة على التوافق مع الآخرين وعدم النجاح في العمل واعتلال الصحة النفسية مع نشوء مشكلات ذا ارتباط بالضغط النفسي (كولمان، 2001: 12).

وتتيح معرفة الفرد بذكائه الانفعالي الفرصة له ليضع نفسه الى جانب الآخرين الذين يتوافق معهم على نحو طبيعي والبحث عن اعمال تلائمه وتفهم الاشياء التي تجعل من الفرد غير متوافق مع بعض الناس أو مع بعض الأعمال وتعلم طرائقاً للتعامل مع المصاعب الطبيعية وفهم بعض الأشياء المعينة التي تسبب الضغط النفسي وتعلم طرائقاً ليصبح الفرد أكثر شعوراً بالسلام .

وأكدت هنت (Hunt) أن الذكاء المجرد لا يكفي للنجاح في كل المهن وهذا ما يؤكد الحاجة الى دراسة الذكاء الأنفعالي هو وجود أمثلة حية لطلبة متفوقين أو أذكيا فشلوا في حياتهم المهنية وأشخاص يتمتعون بقدرات عقلية متوسطة لكنهم يحققوا نجاحاً باهراً في الحياة العملية ، ولذا فإن مقاييس الذكاء الأنفعالي (IE) إن استطاعت التنبؤ بقدرة الفرد على النجاح في الحياة فإن ذلك عامل مهم في التوجيه المهني للشباب (Monson , 1980: 1535) من خلال تكوين اتجاهات إيجابية نحو الدراسة واستمتاعه بعلاقات مع زملائه ومدرسيه وإنعكاس ذلك كله في المحافظة على الأتزان الأنفعالي وصحته النفسية وفي مقدرته على العمل المنتج (عبد الكريم، 1997: 22).

وإستناداً الى كولمان (Goleman) في كتابه (العمل مع الذكاء الأنفعالي) يحتضن التعليم الانموذج الأكاديمي الذي يركز على التعليم المعرفي أو نقل المعرفة بدلاً من التركيز على عمليات التفكير التي تؤدي الى التعلم الانفعالي ومن وجهة أخرى أظهرت آخر البحوث أن للأنفعالات والشخصية والدافع علاقة وثيقة بنجاح المهنة والحياة ، وقد لوحظ أن الذكاء الأكاديمي (IQ) يعود الى 20% من العوامل التي تحدد النجاح في الحياة (Cherniss , 1999: 26) .

وفي هذا الصدد تشير دراسة ريفين بار- اون و جيمس باركير (Reuven Bar-On (1999) and James D.A. parker إلى أنه حين نشر كتاب دانيال كولمان (Dannial Goleman (1995) عن الذكاء الوجداني فإن معظم الذين قرأوه لم يكونوا مدركين إلى أن مجال اهتمام الكتاب هو أنه

يدرس الكفاية الوجدانية و الاجتماعية ، ذلك لان الإدراك و الفهم و التعبير عن مشاعرنا بدقة والتحكم في عواطفنا هو أساس للاتصال الفعال و المؤثر في حياتنا و يمكننا من التكيف الاجتماعي و الإدراك الذاتي و السعادة الشخصية ثم بعد ذلك نشر ريفين بار-اون (1997) Reuven Bar-On كتاب عن الذكاء الوجداني وقام بدعم و تطوير هذا الكتاب و تقديمه إلى المهنيين ، ورجال الأعمال ، والمعلمين ، والأطباء ، والطلاب ، فضلا عن إلى أن المادة النظرية لهذا الكتاب قد زودت بالتطبيقات العملية بصفة خاصة في مجال التعليم و ذلك لتطبيق بعض البرامج على الأطفال ليكونوا أذكيا أكثر بشكل وجداني و أيضا أذكيا بشكل اجتماعي و لتقليل السلوك السلبي لديهم ، وفي مجال العمل تم الاستفادة من هذا الكتاب في مجال التوظيف و التدريب و المكافأة و ترقية الموظفين و تحسين التفاعل داخل الهيكل التنظيمي للعمل (Bar-On : 1999: 98) .

ومن ثم تبدو أهمية الذكاء الوجداني او الانفعالي خصوصا ونحن في بداية الألفية الثالثة حيث نجد المجتمع يواجه العديد من المشكلات المتعلقة بالمجال السياسي و الاجتماعي و الثقافي و الاقتصادي. وليس هناك ثمة شك في أن الحلول لمعظم هذه المشكلات التي تسبب الضيق و القلق للمجتمع هو أن يمتلك الفرد ليس فقط للقدرات الفكرية المطورة بطريقة جيدة ، بل عليهم أيضا أن يمتلكوا مهارات اجتماعية و وجدانية تتكامل مع المهارات الفكرية لحل هذه المشكلات الراهنة ومن هنا تتضح أهمية المهارات بين الأشخاص و القدرة على الانسجام بينهم بفاعلية وقد اسهم كل هذا في الاهتمام بالذكاء الوجداني. (Pfeiffer,2001:138-142)

اي أنه يجب الاهتمام بالناحية الوجدانية أو الانفعالية للفرد على اعتبار أنها وسيلة من وسائل توافق الفرد مع المتغيرات المتلاحقة و المتصارعة التي تحيط به انطلاقا من أن مشاعر الفرد وانفعالاته من أهم المؤثرات في توجيه سلوكه بصفة عامة وطريقة تفكيره وإصداره للأحكام واتخاذها للقرارات بصفة خاصة .

وذلك على اعتبار أن الإدراك الدقيق والسريع للانفعالات يسمح بردود أفعال عاطفية وسلوكية سريعة ودقيقه، ذلك لأنه من دون هذه مهاره تميل هذه الردود إلى أن تؤخر في وقت لاحق وبالتالي تكون غير مناسبة للموقف او بعبارة أخرى يفقد الفرد حساسيته للموقف السلوكي و يكون غير قادر على مواجهة التحديات بشكل مناسب .

وفي هذا الصدد يؤكد محمود منسى (2002) أن التحديات التي يعيشها الإنسان والطبيعة الإنسانية متأثرة بالعواطف فمشاعرنا تؤثر في كل كبيرة وصغيرة في حياتنا أكثر من تأثير التفكير وذلك حين يتعلق الأمر بمصائرنا وأفعالنا، ويؤكد أيضا أن المشاعر ضرورية للتفكير والتفكير مهم للمشاعر إذا تجاوزت المشاعر ذروه التوازن في هذه الحالة يتغلب العقل العاطفي على الموقف ويكتسح العقل المنطقي على اعتبار أن هناك كما يقول محمود منسى عقليين أحدهما عاطفي والآخر منطقي. (محمود، 2002: 346-348)

وتشير دراسة إليزابيث فيرا، نانسي بيتز (1991) Vera & Betz إلى أن هناك علاقة بين رضا طلاب الجامعة عن العلاقات بينهم وبين الكشف عن الذات الانفعاليه أو العاطفية و تقدير الذات بين الطلاب حيث استخدمت أبحاثه عينه من (200) طالب جامعي اشتركوا في تاريخ العلاقة، ووجدت الدراسة أن الإناث ذوى مستويات عليا في كشف الذات العاطفية (الانفعاليه) عن الذكور .  
وأن ارتباط طلاب الجامعة عموماً بعلاقات سوية ( طبيعية ) يكون نتيجة اتحادهم وتقديرهم لذواتهم الانفعالية ، أى أن الدراسة ركزت على حيوية الدور الذي يلعبه الوجدان في نجاح العلاقات بين طلاب الجامعة ( Vera & Betz: 1991, 28 )

ويؤكد ميشيل بيرنت (1996) Michael Perent أن الانفعالات ترتبط بدرجة كبيرة بصحة العقل ورضا الفرد عن ذاته ، الأبداع ، الدفاء الشخصى على اعتبار ان استغلال وعى الشخص ، وذكائه في الاتصال ، وفهم ردود افعال الآخرين هو أساس للتعاطف والتعامل الاجتماعى ، هذا فضلاً عن ان مهاره الأنتباه السريع الى تغيير الانفعالات قد تجعل الفرد يتنامى ذاتياً(Perent: 1996, 9-13)  
وتعد الجودة الشخصية والمهنية ضرورية للشباب الذين هم بصدد بدء مشروعاتهم الذاتية، ويصنفها بعض من الباحثين إلى قدرات ومهارات وسمات رئيسة تنفرع إلى أخرى فرعية مثل: الرؤية، المبادرة، البديهة، الحاجة للإنجاز، الحاجة للاستقلال، والميل لتحمل قدر معقول من المخاطرة، وتحمل المسؤولية، هذا فضلاً عن إلى مهارات الاتصال والثقة بالنفس، والوعي بالذات، والدافعية نحو التعلم بطرائق متنوعة، ومهارات الإقناع، والقدرة على التحمل والتسامح، والتخطيط ومهارات اتخاذ القرار والقدرة على التركيب، ومهارات الإصغاء، وجمع المعلومات وتحليلها. كذلك مهارات حل المشكلات، وتدوين الملاحظات، وإدارة المشروعات، وإدارة الفريق، وإدارة الوقت، والقدرة على الإبداع(المعشني، 2006: 65).  
ويرى ليتوين (Litwin, 1999) أن جودة الحياة لا تقتصر على تذليل الصعاب والتصدي للعقبات والأمور السلبية فقط، بل تتعدى ذلك إلى تنمية النواحي الإيجابية. كما يذكر أن الدراسات في مجال جودة الحياة تناقش المستوى الوظيفي للفرد، وتقويمه لشخصيته في تأثيرها على جودة الحياة (Litwin: 1999, 211).  
وفى ضوء الاتجاهات المتعددة لدراسة مفهوم جودة الحياة يرى دونفان (Donvan, 1998) أن جودة الحياة تتضمن الوظائف الجسمية المتمثلة في إنجاز الأنشطة اليومية، والوظائف النفسية المتمثلة في الأفكار والانفعالات، والنشاط الاجتماعي والبيئي، والرضا عن الحياة بشكل عام (Donvan: 1998, 11).  
وأشار ماك كاب (Mac-Cab, 1994) إلى أن جودة الحياة تعتمد على بعدين أساسيين هما: البعد الذاتي والبعد الموضوعي، كما حدد جود (Goode, 1994, 65) أربعة أبعاد أساسية لجودة الحياة هي: حاجات الفرد، والتوقعات بأن هذه الحاجات خاصة بالمجتمع الذي يعيش فيه، والمصادر المتاحة لإشباع هذه الحاجات بصورة مقبولة اجتماعياً، والنسيج البيئي المرتبط بإشباع هذه الحاجات (Mac-Cab, 1994, 265)

ويرى ليمنان (Lehman, 1998) أن جودة الحياة تتمثل في الشعور بالرضا والإحساس بالرفاهية والمتعة في ظل الظروف التي يحياها الفرد (Lehman, 1998: 51). ومن كل ما سبق فإن جودة الحياة تعبر عن مدى إدراك الفرد أنه يعيش حياة جيدة من وجهة نظره، خالية من الأفكار اللاعقلانية، والانفعالات السلبية، والاضطرابات السلوكية، يستمتع فيها بوجوده الإنساني ويشعر بالرضا والسعادة، ويستثمر قدراته وإمكانياته كافة بما يتيح له تحقيق الذات.

إن إجراء دراسة ميدانية تحاول التعرف على الذكاء الانفعالي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة ستساعد بلا شك المخططين ومتخذي القرارات في اتخاذ الإجراءات المناسبة في هذا المجال في ضوء دراسة علمية للواقع مما يجعل عملية التطوير والتغير أكثر ملائمة لهذا الواقع فضلا عن إن هذه الدراسة ستسهم ولو بجزء متواضع في سد الحاجة التي تعانيها المكتبة لمثل هذه البحوث وستكون محفزا للباحثين الآخرين لأجراء دراسات وبحوث أخرى.

### أهداف البحث :

يستهدف البحث الحالي :

1. تعرف الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية التربية الأساسية .
2. تعرف دلالة الفروق في الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية التربية الأساسية على وفق متغير النوع (ذكور، إناث) .
3. تعرف جودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية .
4. تعرف دلالة الفروق جودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية على وفق متغير النوع (ذكور، إناث) .
5. تعرف العلاقة بين الذكاء الانفعالي وجودة الحياة.

### حدود البحث :

يقتصر البحث على دراسة الذكاء الانفعالي وجودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية من الذكور والإناث وللدراسة الصباحية فقط وللعام الدراسي 2012-2013 .

### تحديد المصطلحات :

#### أولا :- الذكاء الانفعالي

وقد عرف بعدة تعريفات منها :-

• كولمان (Goleman, 1995)

" القدرة على فهم الانفعالات، ومعرفتها، والتمييز بينها، والقدرة على ضبطها والتعامل معها بإيجابية"

(Goleman, 1995: 10)

• ماير وسالوفي ( Mayer & Salovey, 1997 )

" مجموعة من المهارات والكفايات العقلية المرتبطة بتجهيز ومعالجة المعلومات الانفعالية وتختص بصفة عامة بإدراك الانفعالات واستعمال الانفعالات في تيسير عملية التفكير والفهم الانفعالي وتنظيم وإدارة الانفعالات. " ( Mayer & Salovey, 1997 : 56 )

• العكايشي ( 2003 )

" قابلية الفرد على فهم مشاعره ودوافعه وانفعالاته والتحكم بها وقدرته على فهم مشاعر الآخرين والتعامل بمرونة معهم من خلال امتلاكه لمهارات الأنصال الجيد " (العكايشي، 2003 : 22) .

• مغربي ( 2008 )

" القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح، وتنظيمها وفقاً لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم، للوصول معهم إلى علاقات انفعالية اجتماعية إيجابية تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني، وتعلم المزيد من المهارات الإيجابية للحياة" (مغربي، 2008 : 23)

وقد تبنت الباحثة تعريف مغربي لأنه الأساس الذي بني عليه المقياس .

أما التعريف الإجرائي للذكاء الانفعالي فإنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الذكاء الانفعالي .

## ثانياً :- جودة الحياة

• فروم ( Fromm 1960 )

"إحساس ينشأ من الحياة المنتجة وتتحصر في إحساس الإنسان للواقع الملموس وفي اكتشاف نفسه واتحاده بغيره مع احتفاظه بخصائص شخصية في آن واحد ، وهي حالة تنجم عن ارتباط المرء بالعالم ارتباطاً منتجاً" (فروم، 1960 : 1952).

• الهابط ( 1978 )

"الإحساس بالرضا أي إن يكون الفرد سعيداً بنفسه وبالآخرين ويشعر بالرضا عن ذاته ومجتمعه ، وهذه السمة مرتبطة بتوافقه إذ لا يمكن إن يكون الفرد سعيداً راضياً إلا إذا كان هناك توافقاً في وظائفه المختلفة وقادراً على مواجهة الأزمات النفسية التي تصادفه في حياته" (الهابط ، 1987 : 26).

• بدوي ( 1982 )

"حالة تنشأ عن إشباع الحاجات والرغبات الإنسانية كما وكيفاً وقد تسمو إلى مستوى الرضا النفسي" (بدوي ، 1982 : 91).

• رايف ( Ryff, 1989 )

"التأكيد على الاستيعاب الواضح لغرض الحياة والإحساس بالاتجاه والقصدية بوصفها مؤشرات للشعور بان الحياة ذو هدف" (الكفاني، 1990 : 485).

## الكفاني (1990)

"حالة من المرح والهناء والرضاء والإشباع وهي تنشأ من إشباع الدوافع وتستمر إلى مستوى الرضا النفسي" (الكفاني، 1990 : 485).

وقد وضعت الباحثة تعريفا نظريا لجودة الحياة بانها " إحساس الإنسان بالرضا ينشأ عن إشباع الحاجات والرغبات الإنسانية ويتمثل في الرضا عن الحياة العامة والحياة الاسرية والرضا عن الحالة النفسية والحالة التعليمية "

اما التعريف الإجرائي للجودة الحياة فانه الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس جودة الحياة .

## الفصل الثاني

### اطار النظري والدراسات السابقة

#### لمحة عن الذكاء الانفعالي

ولد مصطلح الذكاء العاطفي في الولايات المتحدة الأميركية قبل عشرين عاماً إذ لاحظ علماء النفس والسلوك ان نجاح الإنسان وسعادته في الحياة لا يتوقفان على ذكائه العقلي فقط، وانما على صفات ومهارات قد توجد وقد لا توجد عند الاشخاص الأذكى، ذا اطلق العلماء على هذه الصفات والمهارات تسمية الذكاء العاطفي وبدأوا باجراء أبحاث واحصائيات حول هذا الذكاء الذي اكتشفوه.

<http://www.al-yemen.org/vb/archive/index.php/t-140097.html>

وقدم سالوفي وماير (Mayer&Salovey,1990) انموذجا للذكاء الانفعالي في كتابهما (الخيال، المعرفة، الشخصية) (خوادة، 2004:28)، متأثرين بكتاب جارندر وقد استعملا مصطلح الذكاء العاطفي Emotional Intelligence لأول مرة، ولا بد من الإشارة إلى أنهما كانا على دراية تامة بما سبق من عناصر الذكاء غير المعرفي، وقد وصفا الذكاء العاطفي بأنه نوع من أنواع الذكاء الاجتماعي مرتبط بالقدرة على مراقبة الفرد لانفعالاته وانفعالات الآخرين والتمييز بينهما واستعمل المعلومات في توجيهه وضبط تفكيره وانفعالاته . (Mayer & Salovey, 1990 :185).

وقسم ماير وجيهر (Mayer&Geher,1996) الذكاء إلى ثلاثة أنواع من الذكاءات (معرفي وانفعالي ودافعي) وهذه الأنواع مرتبطة مع بعضها بدرجة ما ومن هنا كان الذكاء العاطفي هو أساس التنمية الاجتماعية والمعرفية للطفل (الخفاف، 2007:7).

أن هذه الكتابات والملاحظات قد أهملت لسنوات طويلة حتى جاء هوارد جارندر Howard Gardner وبدأ يكتب عن الذكاء المتعدد إذ أشار إلى أهمية الذكاء الشخصي والذكاء بين الأفراد وإنهما بأهمية الذكاء المعتاد الذي نقيسه باختبارات الذكاء المعرفي (مبيض، 2003:19).

## نظريات الذكاء الانفعالي

### نظرية كولمان في الذكاء الانفعالي :

قدم (كولمان) نموذجا للذكاء العاطفي يعتمد على سمات وخصائص شخصية للفرد تشمل قدرات والدوافع الذاتية والنفسية للفرد، وقدم كتابان كان لهما الأثر الكبير في نشر هذا المفهوم في الأوساط الأدبية والعلمية، فالأول حمل عنوان (الذكاء العاطفي) وأصدره عام (1995م)، والكتاب الثاني حمل عنوان (العمل مع الذكاء العاطفي) وأصدره في عام (1998م)، وعرف (كولمان) الذكاء العاطفي بأنه مجموعة المهارات العاطفية التي يتمتع الفرد بها وتلزم للنجاح في التفاعلات المهنية وفي مواقف الحياة المختلفة، وعرف في موضع آخر الذكاء العاطفي بأنه القدرة على التعرف على مشاعرنا ومشاعر الآخرين وتحفيز ذاتنا، وعلى إدارة انفعالاتنا وعواطفنا وعلاقاتنا مع الآخرين بشكل فعال.

ويرى كولمان إن النظرة الجديدة للجسد والمخ أبرزت تفاصيل فسيولوجية في أن كل عاطفة تؤهل الجسم إلى اتخاذ رد فعل مناسب ومختلف وهناك العديد من الحالات الفسيولوجية للانفعالات التي تجهز الجسم بمختلف أنواع الاستجابات ففي مشاعر الغضب يندفع الدم من الجسم إلى اليدين ويجعلهما قادرتين على إمساك السلاح أو مهاجمة الخصم وتتسارع نبضات القلب ويندفع هرمون الأدرينالين ليولد القوة والنشاط بشكل كاف لرد فعل مناسب، وعلى النقيض من ذلك في مشاعر الخوف يندفع الدم إلى العضلات في الساقين ويشحب الوجه بسبب هروب الدم منه مما يعطيه إحساسا بالبرودة في الوقت نفسه يتجمد الجسم لحظة ليعطي فرصة للتفكير في أفضل استجابة لهذا الموقف المخيف مثل الاختفاء بعيدا عن مصدر الخطر كما إن الدورة الدموية في المراكز العاطفية تطلق الهرمونات التي توقف الجسم وتحفز له لاتخاذ رد فعل مناسب ويتركز الانتباه على التهديد ومصدر الخطر ليكون مستعدا للاستجابة بالشكل المناسب، وأما في لحظات السعادة فتظهر تغييرات بيولوجية مختلفة تماما إذ يزداد نشاط مراكز المخ التي تولد الأفكار المزعجة وبالتالي يستريح الجسم من الآثار البيولوجية الناجمة من الاضطرابات العاطفية، ومع الإحساس بالسعادة يظهر استعداد لدى المرء للقيام بأي مهمة في متناول يديه والسعي نحو أهداف كبيرة وفي مشاعر الحب تظهر تحولات فسيولوجية بمشاعر رقيقة تتمثل في الاسترخاء وردود فعل تامة تولد حالة من الهدوء والرضا لتسهل التعاون والإثارة الودية نحو الطرف الآخر وأما في حالة الدهشة، إذ يرتفع الحاجبان ليسمح بعملية مسح بصري شامل ينعكس على شبكية العين وهذا يوفر مزيدا من المعلومات عن حدث غير متوقع وهذه التغييرات تسهل على المرء التخيل المباشر لما يحدث ليكون رد الفعل المباشر والمناسب (كولمان، 2000: 22-23).

وبين (كولمان) أن الذكاء العاطفي مكون من خمسة مجالات أساسية، وهي:



- الوعي بالذات: ويشير ذلك إلى معرفة الشخص لعواطفه وإحساسه بها واستعمالها للوصول إلى قرارات مناسبة.
  - إدارة الانفعالات: ويشير إلى قدرة الفرد على إدارة أفعاله وأفكاره ومشاعره بطريقة متوافقة وبمرونة تحت ظل ظروف ومواقف مختلفة.
  - حفز الذات: ويشير إلى أن الفرد يعتمد على قوة دفع داخلية لتحقيق أهدافه وطموحاته.
  - التعاطف: ويشير إلى قدرة الفرد على إدراك ما يشعر به الآخرين ومعرفة أحاسيسهم.
- التفاعل مع الآخرين: وتشير إلى قدرة الفرد على تكوين علاقات مع الآخرين والتفاعل معهم بفاعلية، وإدارتها وبناء روابط اجتماعية جيدة معهم (Goleman, 1995: 18-57؛ 70؛ 271-286) وقد تبنت الباحثة نظرية كولمان للذكاء الانفعالي .

#### نموذج (ماير وسالوفي) للذكاء الانفعالي :

إذا اهتمنا بالجوانب اللامعرفية للذكاء فالذكاء العاطفي عبارة عن مجموعة من القدرات التي تفسر اختلاف الأفراد في مستوى إدراك وفهم الانفعالات والعواطف، وعرف (ماير وسالوفي) الذكاء العاطفي بأنه قدرة الفرد على رصد مشاعره وانفعالاته الخاصة ومشاعر الآخرين وانفعالاتهم، وأن يميز الفرد بينهم وأن يستعمل هذه المعلومات في توجيه سلوكه وانفعالاته.

وفيما بعد عرف (ماير وسالوفي) الذكاء العاطفي بأنه القدرة على إدراك الانفعالات بدقة، وتقويمها والتعبير عنها وكذلك القدرة على توليدها والوصول إليها حين تسير عملية التفكير والقدرة على فهم الانفعال والمعرفة العاطفية، والقدرة على تنظيم الانفعالات بما يعزز النمو العاطفي والعقلي للفرد، ولقد بين (ماير وسالوفي) على أن الذكاء العاطفي يشمل أربع قدرات أو مكونات، وهي: . (السمدوني، 2007: 106-113)

حدد سالوفي وماير أربعة قدرات ومكونات للذكاء العاطفي وهي:

- إدراك المشاعر والتعبير عنها: ويشمل القدرة على التعرف على المشاعر الشخصية وعلى مشاعر الآخرين والقدرة على التعبير عن المشاعر بشكل دقيق وملائم اجتماعياً.
- وضوح التفكير من خلال التحكم في المشاعر: وفيه تصبح المشاعر جزءاً من العملية المعرفية كالإبداع أو حل المشكلات أو الذاكرة واتخاذ القرار ، أي توظيف المشاعر للتأثير في وضوح عمليات التفكير وإضفاء المناخ الانفعالي لإدارة العقل للمشاعر.
- فهم الانفعالات: ويشمل الإمكانيات المعرفية في معالجة المعلومات الانفعالية ، وتتضمن القدرة على الفهم من خلال الاستبصار بالعلاقات بين أنواع المشاعر المختلفة لأسباب وعواقب هذه الانفعالات وكذلك استيعاب الانفعالات والتغيرات التي تحدث لحظة الانفعالات لدى الفرد والجماعات.

■ إدارة الانفعالات: وتشمل القدرة على تنظيم الانفعالات ومراقبتها وضبطها و توجيهها لدى الشخص في المواقف الاجتماعية المتنوعة مع الآخرين. وقد أصبح هذا البعد يدرس الآن في علم النفس فيما يطلق عليه (الميتا انفعالية) أي الوعي بالانفعالات وإدارتها. (<http://www.addustour.com>).

#### نموذج (بار-أون) للذكاء العاطفي:

ركز (بار-أون) بتحليله للذكاء العاطفي على آثاره ونتائجه وأنه ينتمي إلى ميدان الإمكانيات العقلية والقدرات العاطفية غير المعرفية، وعرف (بار-أون) الذكاء العاطفي بأنه تنظيم مكون من المهارات والكفايات الشخصية والعاطفية والاجتماعية التي تؤثر في قدرة الفرد للتعامل بنجاح مع المتطلبات البيئية والضغط. وعرفه بأنه مجموعة من القدرات غير المعرفية والمهارات التي تؤثر على قدرة الفرد في التكيف مع المتطلبات البيئية وضغوطه.

ولقد حدد (بار-أون) خصائص الذكاء العاطفي تبعاً لذلك من خلال مجموعة من السمات والقدرات المرتبطة بالمعرفة العاطفية والاجتماعية التي تؤثر في قدرتنا الكلية على المعالجة الفعالة لمتطلبات البيئة، وأوضح (بار-أون) أن الذكاء العاطفي يتكون من خمس كفايات لا معرفية أو قدرات كما يطلق عليها أحياناً، وهي:

- كفايات لا معرفية ذاتية (المكونات الشخصية الداخلية): وهي عبارة عن مجموعة من الكفايات اللامعرفية الفرعية أو مجموعة من القدرات التي تساعد الفرد على التعامل مع نفسه بنجاح، مثل: الوعي الذاتي والتوكيدية وتقدير الذات وتحقيق الذات والاستقلالية.
- كفايات ضرورية للعلاقة بين الأشخاص (مكونات العلاقة بين الأشخاص): وهي عبارة عن مجموعة من الكفايات الاجتماعية التي تساعد الفرد على إقامة علاقات ناجحة وذات تأثير إيجابي على الآخرين، مثل: التعاطف والمسؤولية الاجتماعية والعلاقة بين الأشخاص.
- كفايات ضرورية للقابلية للتكيف (مكونات القدرة على التوافق): وهي مجموعة من الكفايات اللامعرفية الفرعية التي تساعد الفرد على التكيف الناجح مع واقع الحياة ومتطلبات البيئة المحيطة، مثل: حل المشكلات وإدراك الواقع والمرونة.
- كفايات ضرورية للقدرة على إدارة الضغوط وضبطها (مكونا إدارة التوتر): وهي مجموعة من الكفاءات اللامعرفية الفرعية أو القدرات التي تساعد الفرد على إدارة الضغوط ومقاومة الاندفاع وضبط الذات، مثل: تحمل الضغوط والتوتر وضبط الاندفاع.
- المزاج العام: وهي مجموعة من الكفايات اللامعرفية الفرعية أو القدرات التي تساعد الفرد على إدراك حالته المزاجية وتغييرها بشكل إيجابي، مثل: السعادة والتفاؤل.

ولقد أعد (بار-أون) أول أداة لقياس الذكاء العاطفي وكانت مصممة للتعرف على تلك الكفايات اللامعرفية، وأستعمل مقياس تقرير ذاتي مكون من (360) فقرة لتحقق من تلك الكفايات اللامعرفية الخمس كما وصفها (بار-أون) ( Bar-on, 2000: 9-38؛ Bar-on, 1997: 14-23؛ الأحمدي، 2007: 68-69).

### مناقشة النظريات

قدم (كولمان) نموذجاً للذكاء العاطفي يعتمد على سمات وخصائص شخصية للفرد تشمل قدرات والدوافع الذاتية والنفسية للفرد، وبين (كولمان) أن الذكاء العاطفي مكون من خمسة مجالات أساسية هي الوعي بالذات وإدارة الانفعالات وتحفيز الذات والتعاطف .

فيما يرى (مايروسالوفي) أن الذكاء الانفعالي هو القدرة على إدراك الانفعالات بدقة، وتقويمها والتعبير عنها وكذلك القدرة على توليدها والوصول إليها حين تسير عملية التفكير والقدرة على فهم الانفعال والمعرفة العاطفية، والقدرة على تنظيم الانفعالات بما يعزز النمو العاطفي والعقلي للفرد.

فيما حدد (بار-أون) خصائص الذكاء العاطفي تبعاً لذلك من خلال مجموعة من السمات والقدرات المرتبطة بالمعرفة العاطفية والاجتماعية التي تؤثر في قدرتنا الكلية على المعالجة الفعالة لمتطلبات البيئة، وأوضح (بار-أون) أن الذكاء العاطفي يتكون من خمس كفايات لا معرفية أو قدرات لمحّة عن جودة الحياة

إن استخدام مصطلح جودة الحياة كان مقتصرًا في البداية على الأبحاث العملية المبنية على حياة المرضى ، واستمر توظيف هذا المصطلح في هذا المجال لمدة طويلة من الزمان من ناحية تاريخية أول استعمال لمصطلح جودة الحياة ظهر في الفلسفة الإغريقية ، وافترض أرسطو أن السعادة مشتقة من فعالية ونشاط الروح وبالتالي تحقق حياة سعيدة وفي عام 1947 في الأوقات المعاصرة ، أعضاء من منظمة الصحة العالمية WHO اقترحوا مفهوماً ضمناً لجودة الحياة وتوجه هذا المفهوم إلى الرعاية الصحية حين تم تعريف الصحة " حالة صحية جيدة تشمل الجوانب الفسيولوجية والعقلية والاجتماعية وليس بالضرورة غياب المرض أو المرض " وبقي هذا المصطلح حتى عام 1978 ، إذ وسعت المصطلح وأوضحت أن للأفراد الحق في الرعاية النفسية ووجود حياة كافية وذلك طبعاً فضلاً عن الرعاية الفسيولوجية ( Verdugo, 2005: 76)

وفي العام 1975 بدأ استعمال مصطلح جودة الحياة المصطلحات الطبية المستعملة، وبدأ استعماله بصورة منهجية ومنظمة في أوائل الثمانينيات حين تم استخدام هذا المصطلح مع مرضى الأورام ، لما واجه الأطباء مشكلة بأن العلاج لمرضى السرطان ذو تكلفة دفع عالية وذلك بغرض زيادة المدى المتوقع لعمر لهؤلاء المرضى. جودة الحياة قدمت اسهاماً فعالاً في الأبحاث المتعلقة بالرعاية بالمرضى وأن تبتكر هذه الأبحاث أي مستويات ملاحظة حتى إلى ما بعد الموت. وتستعمل لتعكس مدى الاحترام المتزايد

لأهمية كيفية شعور المريض ورضاه عن الخدمات الصحية المقدمة ، بجانب النظرة التقليدية التي تتركز على نتائج المرض (Verdugo, 2005: 76)

وأخيراً كان هناك المفهوم الأخير لجودة الحياة والذي طرحه (Rootman and others, 1992) وهو التركيز على تطوير الصحة ، والذي ربط بين جودة الحياة وبين درجة استمتاع الفرد بكل الإمكانيات المتاحة بحياته وتسخير الإمكانيات الصحية الموجودة لتطوير هذا المفهوم. وخلصه هذا الأمر هي أن الباحثين اقتبسوا تعريف منظمة الصحة العالمية والذي عرف جودة الحياة بأنه مفهوم متعدد الجوانب وعرفته بالتالي " إدراك الأفراد لمواقعهم في الحياة في سياق نظام الثقافة والقيم التي يعيشونها وعلاقة هذا الأمر مع أهدافهم ومعاييرهم واعتباراتهم (Verdugo, 2005: 76)

### نظريات مفهوم جودة الحياة

#### نظرية فرويد

يعد فرويد (Frued) مؤسس التحليل النفسي، والذي ترك أثراً كبيراً على الدراسات التي جاءت من بعده ، إذ تميز باهتمامه بأعمق الشخصية ومكوناتها الداخلية (العاني، 2000: 69). يركز فرويد على خبرات الطفولة المبكرة ، ويعطي خصوصية وأهمية للمغزى الجنسي والذي له تأثير هائل وكبير على شخصياتنا في مرحلة الرشد إذ يشكل أساس مشكلاتنا الانفعالية أو العاطفية في تلك المرحلة .

ويعتقد فرويد أن الشخصية أشبه بالجبل الجليدي الذي يبرز جزءاً صغيراً من قمته وهو يمثل الشعور أو ما نشعر به خلال حياتنا اليومية ويسميه العقل الواعي Conscious mind ويقع أسفل منه ما قبل الوعي أو ما قبل الشعور Pre-Conscious والذي يمدنا بالمعلومات التي تعلمناها ولكننا لا نفكر بها الآن ، والجزء الأسفل منه يسمى العقل اللاشعوري unconscious والذي يسيطر على سلوكنا بشكل كبير .

ويرى فرويد أن الشخصية هي بناء من ثلاث منظومات ، الهو ( Id ) والأنا ( Ego ) و الأنا الأعلى ( Super ego ) وعلى الرغم من أن هذه المنظومات متفاعلة بشكل أساس فيما بينها إلا أن لكل منها خصائصه ، فالهو ( Id ) يشير إلى الدوافع ذات الأسس البيولوجية والغرائزية من الشخصية ويحتوي على الطاقة الجنسية أو الليبدو Libido ، ويتكون الـ (Id) من غريزتين أساسيتين هما غريزة الحياة Life instinct وتساعد الفرد على البقاء والحفاظ على النوع والتعبير الأساس لهذه الغريزة هو (الجنس). وغريزة الموت Death instinct والتي يمثلها دافع العدوان والتدمير. و (الهو) مستودع الغرائز ومنبع اللذة ، إذ لا تخضع إلى القوانين أو المنطق ، ولا تكثرث بالنتائج والقيم ( Frued, 1940: 14). أما الأنا ( Ego ) فأنها تنمو مباشرة من الهو ( Id ) ، وتحت

تأثير الاتصال بالعالم الخارجي المحيط بالإنسان تتمايز فيما نعينه بقوة الوعي أو الشعور لأدراك الواقع والتعامل معه بعقلانية، وتتكفل بالعمل على توافق الشخصية مع البيئة الخارجية وحل الصراع بين (أهـو) وبين مطالب الأنا الأعلى وبين (الواقع) ويعتقد "فرويد" أن الأنا محرك ومنفذ الشخصية، وهي تعمل في ضوء مبدأ الواقع وتنمو من خلال الخبرات التربوية التي يتعرض لها الفرد من الطفولة إلى الرشد (Mischel, 1976:31).

ويرى فرويد أن جودة الحياة هي الشعور بالسرور والسعادة، وتخفيف الآلام وهو هدف أساس للسلوك البشري، وأيضاً تعني إشباع الغرائز إذ أن مبدأ اللذة هو المبدأ المسيطر على عمليات الجهاز النفسي. كما يعتقد أن الحياة مليئة بالآلام والتوترات نتيجة عدم قدرة الفرد على إشباع حاجاته مما يتولد عنها الصراعات والتوترات النفسية المتعددة واعتقد فرويد أن غريزة الحياة أو مبدأ السرور principle Pleasure هو دافع لديمومة الحياة والرضا عنها وإضافاً فرويد إلى أن خبرات الطفولة الأولى بشقيها المؤلم والسار تكون مهمة في التأسيس للحياة مستقبلاً

#### نظرية فروم

يعد فروم Fromm من أعضاء الحركة التحليلية في بداياتها غير انه إتخذ دوراً معارضاً لفرويد Freud في زمن لاحق، إذ أصبح من أشد منتقديه، فقد حاول منذ البداية الجمع بين مبادئ التحليل النفسي والفكر الاجتماعي المعاصر له (كمال، 1983 : 131)، وعلى هذا الأساس فقد رفض الأهمية الكبيرة التي أولاها فرويد للدوافع البيولوجية عند الإنسان في كونها الوحيدة التي تقف وراء تكوين شخصيته وسلوكه، كما أشار إلى أن البيئة الاجتماعية هي التي تشكل حاجات وشخصية الفرد، وأن المجتمع قادر على أن يخلق حاجات جديدة أكثر قوة وتأثيراً في الفرد وفي سلوكه من الحاجات البيولوجية (Starr, 1975 : 248).

كما بين فروم أن هناك حاجات ذات طبيعة اجتماعية نفسية تتشكل لدى الإنسان، وصنفها إلى خمس حاجات هي: الحاجة إلى الانتماء، والحاجة إلى التجذر، والحاجة إلى التجاوز والترفع، والحاجة إلى الهوية، وإلى إطار مرجعي، وأن كل هذه الحاجات تتكامل جميعاً لتكون المنظور الواقعي الذي يعتمده الفرد للتوجه نحو الكون الذي يعيش فيه بما في ذلك العلاقات الاجتماعية، ويتطور هذا المنظور الواقعي أو الإطار المرجعي للتوجه تدريجياً ابتداءً من مرحلة الطفولة حتى يتعلم الفرد كيف يستعمل إمكاناته العقلية وصوره الخيالية بشكل منتج في التعامل مع المشكلات التي يصادفها والظواهر المعقدة التي يواجهها.

أن الإسلوب الذي تشبع فيه هذه الحاجات الخمس يعتمد على الظروف الاجتماعية وعلى الفرص التي تقدمها الثقافة السائدة، ويكون التوافق الذي يحققه الفرد بين هذه الحاجات والظروف التي

يعيشها هو الطريق إلى التوافق مع المجتمع ، ونتيجة لهذه التوافقات والتسويات يكون الفرد بنيتة الشخصية ، وهو ما اسماه فروم بالتوجهات الخلفية Character Orientations ، إذ افترض ان التوجهات الخلفية تكوّن الأساس لكل السلوك وانها القوة الفعالة التي يلزم الفرد نفسه بها ويوجهها نحو العالم ، وقد قسم فروم هذه التوجهات إلى :  
توجه منتج Productive Orientation ، وتوجه غير منتج Unproductive Orientation ، إذ يتضمن التوجه غير المنتج : التوجه الآخذ Receptive ، والتوجه المشتغل Exploitive ، والتوجه الكانز Hoarding ، والتوجه التجاري Marketing ( صالح ، 1988 : 47- 48 ) .

أما التوجه المنتج فهو المثل الأعلى الذي يمثل الهدف النهائي في النمو الانساني وهو يغطي كل تجارب الانسان ، ويفترض قدرة هذا الانسان على استعمال كل قابلياته وتحقيق كل امكانياته ، ولم يعرف فروم الانتاجية على انها مرادفة للابداع حصراً بالمفهوم الفني ، بل عد التوجه المنتج موقف يمكن تحقيقه من قبل كل انسان ، وهدفه المهم ليس الحصول على المادة بل تنمية الشخصية وقدراتها ، كما اعتقد فروم ان هذا التوجه هو الحالة المثالية للانسانية والذي يجب ان يصبح سائداً في كل المجتمعات من خلال التغيير الاجتماعي ( شلتز ، 1983 : 128 )  
يعتقد فروم Fromm أن الأمراض النفسية تنتج عن الصراع القائم بين سعي الإنسان المشروع لتحقيق أهدافه في الحياة ، وبين النظم والقوانين القائمة في مجتمعه التي تعارض هذا السعي ، (كمال ، 1983 : 121).

وأشار أن جودة حياة الإنسان تنشأ من إنتاجه ، وإحساس الإنسان بالواقع الملموس واتحاده مع غيره مع احتفاظه بخصائص شخصيته في آن واحد . وهي إحساس الفرد بالطاقة الحيوية الفياضة التي تتجم عن ارتباطه بالعالم الخارجي ارتباطاً منتجاً ، ( فروم ، 1960 : 151).

#### نظرية ماسلو

على وفق نظرية الدافعية التي وضعها ماسلو فان هناك عدداً من الحاجات التي يولد الشخص مزوداً بها بشكل فطري والتي تعد محركات لسلوكه ، وهذه الحاجات الغريزية هي في العادة موروثية ، أما السلوك الذي يتبناه الشخص لإشباعها فهو متعلم أو مكتسب من بيئته ويتأثر بعوامل مختلفة ، وعلى هذا الأساس فقد وضع ماسلو الحاجات الانسانية الأساسية على شكل بناء هرمي يستند في قاعدته إلى الحاجات الفسيولوجية صعوداً إلى حاجات الأمن والسلامة ، وحاجات الانتماء والحب ، و الحاجة إلى الاحترام والتقدير ، والحاجة إلى تحقيق الذات التي هي قمة الهرم ( Maslow , 1954:80-90 ) ، ثم أضاف في وقت لاحق إلى سلم الحاجات حاجتين هما : الحاجات المعرفية والحاجات الجمالية ( جورارد ، 1988 : 17 ) ، أما عن أسلوب الإشباع لهذه الحاجات

فيجب أولاً إشباع الحاجات الفسيولوجية ثم الانتقال إلى إشباع الحاجات الأعلى فالأعلى ، أي لا يمكن إشباع الحاجة الأعلى الا بعد إشباع الحاجة الأدنى وهكذا صعوداً إلى قمة الهرم ( صالح ، 1987 : 135 ) .

وقد أكد ماسلو في نظريته ان هناك مجموعة حاجات أساسية Basic needs وحاجات نمو Growth needs الذي وضعها بشكل هرمي متصاعد حسب الأهمية وان جودة الحياة تتوقف على مستوى إشباع تلك الحاجات العليا يؤدي ذلك به الى الشعور بالسعادة العميقة وسمو في العقل واثراء حياة الفرد الداخلية ( صالح ، 1987 : 135 ) وقد تبنت الباحثة هذه النظرية لانها الاساس الذي بني وفقها المقياس .

### نظرية رايف

يرى " رايف " من خلال دراساته الكثيرة أن هناك مجموعة أبعاد تمثل نقاط التقاء لحالة السعادة وجودة الحياة لدى الفرد وهي :-

1- النمو الشخصي : وهو محاولة الفرد تطوير قابلياته وإمكاناته من النواحي كافة العقلية والنفسية ، والاجتماعية و ..... الخ ، وأن الفرد في هذا البعد يحاول أدراك طاقاته في نموه الشخصي الذي يعني الارتقاء والتقدم المستمر ونمو الذات وهي تتطور وتتوسع ويكون منفتحاً ومستعداً لتلقي خبرات جديدة تضاف إلى رصيده من الخبرات التي تسهم في ذلك التطور ، وأن لديه الإحساس بالواقعية ، بعدها سيجد الفرد نفسه قد تطور بمرور الزمن وتقدم إحداثه .

2- العلاقة مع الآخرين أكد " رايف " في هذا البعد على أهمية العلاقات الشخصية الإيجابية مع الآخرين التي تتسم بالعمق ، والدفء ، والثقة المتبادلة ، والقدرة على الحب ، وتعد من أهم العناصر الأساسية في الصحة النفسية . ويرى أيضاً أن الأشخاص الذين يمتلكون مشاعر وأحاسيس قوية في الحب والحنان هم أقرب إلى تحقيق ذواتهم من غيرهم ، وأن العلاقات الإيجابية القائمة على الود والحب والعمق تعد معيار للنضج والصحة النفسية والتوافق .

3- الاستقلالية يرى " رايف " أن هذا البعد يعني قدرة الفرد على تنظيم سلوكه من الداخل ، وقدرته على تحقيق أو تقرير مصيره بنفسه ويكون مستقلاً بذاته ، يتخذ القرارات من دون تردد ومن دون الاعتماد على الآخرين ، كما أن الاستقلالية توفر مقاومة للضغوط الاجتماعية .

4- التمكّن البيئي وفي هذا البعد يؤكد " رايف " على أن الفرد قادراً على اختيار البيئة المناسبة أو خلقها ، بعبارة أخرى تتغير البيئة على وفق رؤياه وما يتناسب مع طموحاته وحالته النفسية وتعد هذه الصفة سمة من سمات الصحة النفسية والقدرة على التجديد والابتكار والفصل ، فالتمكّن البيئي هو الإحساس بالكفاية والقدرة على إدارة البيئة والتحكم بها مستقيماً - أي الفرد - من خبراته الماضية والحاضرة وما يتوافر له من فرص يتم الاستفادة منها في تحقيق أهدافه في حياته .

5- الغرض من الحياة: يرى " رايف " أن الشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية يحمل هدفاً وأفكاراً توفر له معنى لحياته ، فالفرد الذي يمتلك أيماناً بفعله الماضي والحاضر وتوجهه نحو مستقبله بثقة تجعل منه مدركاً لغرض حياته التي يحاول من خلالها إيجاد المعنى التداخل بين مفهوم جودة الحياة والمفاهيم الأخرى :- يتداخل مفهوم جودة الحياة مع مفهوم السعادة بدرجة كبيرة ، إذ توصل ريكر 1987 إلى أن المستويات العالية من جودة الحياة ترتبط بإحساس عالٍ من السعادة ، بعبارة أخرى أن السعادة بوصفها حالة مرغوب فيها وهي ببساطة نتاج حضور جودة الحياة (حسن 2010: 9)

#### مناقشة النظريات

يرى فرويد أن جودة الحياة هي الشعور بالسرور والسعادة ، وتخفيف الآلام وهو هدف أساس للسلوك البشري ، وأيضاً تعني إشباع الغرائز إذ أن مبدأ اللذة هو المبدأ المسيطر على عمليات الجهاز النفسي. كما يعتقد أن الحياة مليئة بالآلام والتوترات نتيجة عدم قدرة الفرد على إشباع حاجاته مما يتولد عنها الصراعات والتوترات النفسية المتعددة واعتقد فرويد أن غريزة الحياة أو مبدأ السرور هو دافع لديومة الحياة والرضا عنها وإضاف فرويد إلى أن خبرات الطفولة الأولى بشقيها المؤلم والساار تكون مهمة في التأسيس للحياة مستقبلاً .

أشار فروم أن جودة حياة الإنسان تنشأ من إنتاجه ، وإحساس الإنسان بالواقع الملموس واتحاده مع غيره مع احتفاظه بخصائص شخصيته في آن واحد . وهي إحساس الفرد بالطاقة الحيوية الفياضة التي تنجم عن ارتباطه بالعالم الخارجي ارتباطاً منتجاً فيما يرى ماسلو ان جودة الحياة تتوقف على مستوى إشباع تلك الحاجات العليا يؤدي ذلك به الى الشعور بالسعادة العميقة وسمو في العقل واثراء حياة الفرد الداخلية فيما حدد رايف خمسة ابعاد لجودة الحياة هي النمو الشخصي و العلاقة مع الآخرين والاستقلالية و التمكن البيئي و الغرض من الحياة .

#### دراسات السابقة

##### اولاً :- دراسات تناولت الذكاء الانفعالي

دراسة ديولز وهكز (Dulewicz & Higgs , 1998)

استهدفت الدراسة تعرف الذكاء الانفعالي بأداء العمل والتقدم الوظيفي ، إستمرت هذه الدراسة لمدة (7) سنوات لمعرفة التقدم الوظيفي لـ (58) مديراً عاماً في أيرلندا وتم تقويم ثلاثة نطاقات للقابليات هي المعارف الانفعالية والجدارة الفكرية والقدرة الإدارية . ويتطبيق أدوات القياس لهذه المجالات الثلاثة . توصلت الدراسة الى أن مقياس الذكاء الانفعالي يشكل (36%) من مجال التقدم



الوظيفي و(27%) مقياس الجدارة افكرية و(16%) مقياس القدرة الادارية ، وهذا يعني أن الذكاء الانفعالي يسهم بنسبة أعلى من غيره فيما يتعلق بالتقدم الوظيفي (Dulewicz & Higgs, 1998,P. 217) دراسة بركير وآخرون (2001)

استهدفت الدراسة الكشف عن العلاقة بين الذكاء العاطفي كسمة وسوء التوافق الانفعالي، وتكونت عينة الدراسة من 329 فرداً من الذكور، و 504 من الإناث، بمجموع قدرة 833 فرداً، و استخدم في الدراسة قائمة معامل الانفعالية ل "يار - اون" في قياس الذكاء العاطفي، وكانت أهم نتائج الدراسة هي إن الإناث اقل من الذكور في الاضطرابات الانفعالية وكذلك وجود فروق بين الذكور والإناث في الدرجات الكلية للذكاء العاطفي وبعد الذكاء الشخصي لصالح الإناث وارتباط الذكاء العاطفي وإعادة الفرعية بالتفوق الانفعالي لدى الفرد (العكايشي، 2003: 1-37).

#### دراسة راضي (2002)

استهدفت الدراسة الكشف عن الفروق بين الطلاب الاكثر والاقل تعرضا لسوء اهمال الوالدين في الذكاء المعرفي والانفعالي والاجتماعي والتعرف على طبيعة العلاقة بين الذكاء المعرفي والانفعالي والاجتماعي و سوء معاملة واهمال الوالدين للطلاب وتكونت عينة الدراسة من (60) طالبا بالمدرسة الابتدائية والاعدادية وبتطبيق أدوات الدراسة وتحليل بياناتها أسفرت عن النتائج الآتية :  
- توجد فروق ذا دلالة إحصائية بين الطلاب الأكثر تعرضا لسوء معاملة الوالدين عند مستوى دلالة (0.01) في الذكاء الانفعالي بالنسبة للدرجة الكلية والدرجات الفرعية ولصالح الطلاب الأقل تعرضا لسوء إهمال الوالدين.

- توجد علاقة ارتباطيه دالة بين معاملة الوالدين للطلاب ودرجة ذكائه المعرفي والانفعالي والاجتماعي. (العكايشي، 2003: 1-37)

#### دراسة العكايشي (2003)

استهدفت الدراسة تعرف التوافق في البيئة الجامعية والذكاء الأنفعالي وقلق المستقبل لدى طلبة الجامعة . ولتحقيق أهداف الدراسة طبقت الباحثة ثلاثة مقاييس لمتغيرات البحث على عينة مؤلفة من (400) طالب وطالبة جامعية. وبعد تحليل البيانات ومعالجتها إحصائياً بإستعمال الاختبار التائي ومعامل الارتباط المتعدد وتحليل التباين الثلاثي وأختبار توكي، توصلت الدراسة الى أن طلبة الجامعة يعانون من قلق المستقبل ويتمتعون بالتوافق والذكاء الأنفعالي ، وتوجد علاقة دالة ارتباطياً بين متغيرات البحث الثلاثة (العكايشي، 2003: 1-37)

#### دراسة دينجرا وآخرون Dhingra,et al 2005

استهدفت الدراسة فحص العلاقة بين الذكاء الانفعالي والذكاء الروحي بالتوافق الاجتماعي لدى النساء المهاجرات في " كشمير" ، وتكونت عينة الدراسة من ( 50 ) امرأة من المهاجرات ، تم تقسيم

العينة إلى ( 25 ) امرأة جيدة التوافق ، و ( 25 ) الأخريات غير متوافقات نسبياً . تراوحت أعمارهن بين ( 35-45 ) عاماً ، ممن يسكن معسكر ( Muthi ) في مدينة ( Jammu ) . طبقت عليهن أدوات الدراسة التي شملت على المقابلة ، و الملاحظة بالمشاركة ، قائمة التوافق الاجتماعي لـ " Deva,1982 " ، ومقياس النسبة الانفعالية ( E.Q ) ومقياس النسبة الروحية ( S.Q ) . توصلت نتائج الدراسة إلى:

- أنه كان لأغلبية النساء ( 86 % ) نسبة روحية معتدلة ، وكان ( 58 % ) منهن لهن نسبة انفعالية معتدلة .

- وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين كل من النسبة الروحية والنسبة الانفعالية .  
- وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين التوافق الاجتماعي و النسبة الانفعالية وكذلك النسبة الروحية ( Dhingra&et al ,2005: 87) .

#### دراسة روتيمي ( Rotimi ,2010 )

استهدفت الدراسة علاقة نسبة الذكاء و الذكاء العاطفي والذكاء الروحي بالتوافق الشخصي لدى نزلاء السجون النيجيريين ، إذ تم اختيار ( 500 ) سجين بشكل عشوائي من خمسة سجون في نيجيريا ، وقد تكونت العينة من ( 450 ) من سجيننا و ( 42 ) من سجينه ، استعملت الدراسة تصميم البحث الارتباطي المتعدد و الإنحدار المتعدد ومعامل ارتباط بيرسون لتحليل البيانات ، أظهرت النتائج وجود ارتباط ايجابي بين المتغير المستقل والتوافق الشخصي بالذكاء العاطفي إذ بلغ معامل الارتباط ( 0.95 ) يليه علاقته بالذكاء الروحي وقد بلغ معامل الارتباط ( 0.83 ) تليه علاقته بنسب الذكاء وقد بلغ معامل الارتباط ( 0.79 ) كما أظهرت نتائج تحليل الانحدار اسهام الذكاء العاطفي والروحي ونسبة الذكاء في التوافق الشخصي بما مجموعه ( 93.2 % ) ( Rotimi ,2010 :97 )

#### دراسة شعباني وآخرون ( Shabani &et.al ,2010 )

استهدفت الدراسة تعرف تأثير السن على الذكاء الروحي والعاطفي والصحة العقلية لدى طلاب المدارس الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من ( 247 ) طالباً وطالبة من طلاب المدارس الثانوية الذين تتراوح أعمارهم بين ( 14-17 ) سنة في مدينة جرجان شمال إيران وتم استخدام مقياس الذكاء الروحي لأرام ودرابر ( Amram & Dryer,2008 ) ومقياس الذكاء العاطفي Bar-On&Parker,2000 واستبانة الصحة العقلية لكولديبرج ووليمز Goldberg&Williams,1998 أدواتاً للدراسة وتحليل النتائج إحصائياً استعمل تحليل الانحدار وتوصلت الدراسة إلى انه لا يوجد اثر للسن على الذكاء الروحي والعاطفي والصحة العقلية لدى طلاب المدارس الثانوية. (Shabani&et.al,2010:394)

## ثانياً :- دراسات جودة الحياة

دراسة ارنوط ( 2007 )

استهدفت الدراسة تعرف علاقة الذكاء الروحي بمستوى جودة الحياة ، وتكونت عينة الدراسة من (163) فرد من موظفي بعض المؤسسات الحكومية بمحافظة الشرقية ( محاسبي بنوك ، مدرسين ، مهندسي كمبيوتر، محامين )، بلغ عدد الذكور (95) فرداً بنسبة ( 0.58 % ) من العينة الكلية ، وبلغ عدد الإناث ( 68 ) بنسبة ( 0.42 % ) من العينة الكلية ، تراوحت الأعمار الزمنية لأفراد عينة الدراسة بين (29-40) عاماً. طبق عليهم مقياس الذكاء الروحي ( تعريب وإعداد الباحثة ، 2007 ) ، و مقياس جودة الحياة - الصورة المختصرة WHOQOL-BREF لـ ( منظمة الصحة العالمية WHO,1996 ) تعريب وإعداد الباحثة . ، وتوصلت الدراسة إلى :

- وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات أفراد العينة من الذكور و الإناث على مقياس الذكاء الروحي و مقياس جودة الحياة .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( 0.001 ) بين متوسط درجات الذكور و الإناث في الدرجة الكلية للذكاء الروحي وكذلك في الأبعاد ، وكانت الفروق لصالح الإناث .
- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ( 0.001 ) بين متوسط درجات الذكور و الإناث في الدرجة الكلية لجودة الحياة وكذلك في الأبعاد الفرعية وكانت الفروق كذلك لصالح الإناث.
- وجد أثر دال لارتفاع الذكاء الروحي علي جودة الحياة ، اذ كان مرتفعي الذكاء الروحي أعلى في جودة الحياة من منخفضي الذكاء الروحي .
- وجود أثر دال إحصائياً لتفاعل مستوى الذكاء الروحي ( مرتفعي - منخفضي ) مع النوع ( ذكور ، إناث ) و ذلك على جودة الحياة .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث مرتفعي الذكاء الروحي في جودة الحياة لصالح الإناث مرتفعي الذكاء الروحي .
- وجود فروق أيضاً دالة إحصائياً بين الذكور مرتفعي ومنخفضي الذكاء الروحي في جودة الحياة إلي جانب الذكور مرتفعي الذكاء الروحي .
- وجود فروق دالة إحصائياً بين الإناث مرتفعي ومنخفضي الذكاء الروحي في جودة الحياة إلي جانب الإناث مرتفعي الذكاء الروحي.
- كما أشارت نتائج تحليل الانحدار إلي أن من أكثر أبعاد الذكاء الروحي قدرة علي التنبؤ بمستوى جودة حياة الفرد هي الدرجة الكلية علي مقياس الذكاء الروحي ، يليها الحقيقة ، يليها النعمة . (ارنوط، 2007: 1)

### دراسة بخش (2008)

استهدفت الدراسة كشف الفروق في جودة الحياة بين المعاقين بصريا والعاديين بالمملكة العربية السعودية، كما استهدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة بين جودة الحياة ومفهوم الذات لدى هؤلاء العاديين والمعاقين بصريا. واستعملت الدراسة المنهج الوصفي كما تكونت عينة الدراسة من ٥٠ معاقا بصريا ومثلهم من العاديين، ممن تتراوح اعمارهم ١٨ سنة بالمملكة العربية السعودية تم تطبيق عليهم مقياس مفهوم الذات - أعمارهم بين ١٥ ومقياس جودة الحياة. وباستعمال المتوسطات والانحرافات المعيارية واختبار "ت" ومعاملات الارتباط، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة بين العاديين والمعاقين بصريا لصالح العاديين، ووجود علاقة دالة وموجبة بين مفهوم الذات وجودة الحياة لدى عينة العاديين والمعاقين بصريا (بخش، 2008: 1).

### دراسة احمد (2009)

استهدفت الدراسة فحص العلاقة بين جودة الحياة وكل من أساليب مواجهة الضغوط وقلق الموت والاكتئاب لدى المسنين ، ومعرفة أي أساليب المواجهة التي تتبى بجودة الحياة لدى المسنين ، وما إذا كان يمكن التنبؤ بجودة الحياة من مستوى قلق الموت والاكتئاب لدى المسنين ، كما استهدفت إلى معرفة مدي الفروق في جودة الحياة وأساليب المواجهة وقلق الموت والاكتئاب بين المسنين الذكور والإناث ، وكذلك الفروق بين المسنين الذين يعيشون بمفردهم والذين يعيشون مع قرينهم ( الزوج أو الزوجة ) في متغيرات الدراسة . وذلك على عينة مكونة من (150) مسنا ومسنة من محافظة الشرقية ، تراوحت أعمارهم بين 60-79 عاما (متوسط أعمارهم 68.75 سنة ، وانحراف معياري 5.37) بلغ عدد الذكور المسنين 75، وكذلك عدد الإناث المسنات بلغ 75 ، طبق عليهم مقياس جودة الحياة للمسنين (إعداد الباحثة) ومقياس أساليب المواجهة من إعداد لازاروس وفولكمان " Lazarus&Folkman ( ترجمة وتقنين الباحثة ) ، ومقياس قلق الموت من إعداد ( عبد الخالق ، 1996) ، وقائمة " بيك " المختصرة للأكتئاب ( إعداد غريب ، 1985 ) .

وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين جودة الحياة وأساليب مواجهة الضغوط وقلق الموت والاكتئاب لدى عينة الدراسة ، كذلك لم تجد فروقا بين المسنين الذكور والإناث في جودة الحياة ، ما عدا الصحة الجسمية إذ وجدت فروقا دالة إحصائيا وكانت الفروق لصالح الذكور. وكذلك لم تجد فروقا دالة إحصائيا بين المسنين والمسنات في أساليب المواجهة . في حين وجدت فروقا دالة إحصائيا في قلق الموت والاكتئاب ، إذ أشارت النتائج إلى أن الإناث كانت أعلى في قلق الموت والاكتئاب .

كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين المسنين الذين يعيشون بمفردهم والمسنين الذين يعيشون مع قرينهم ( الزوج أو الزوجة ) في جودة الحياة وكانت الفروق لصالح المسنين الذين يعيشون مع قرينهم ، كما وجدت فروقا بينهم كذلك في أساليب المواجهة وكانت لصالح المسنين الذين يعيشون مع قرينهم .

وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن أساليب مواجهة الضغوط التي تركز على المشكلة تنبئ بمستوى جودة الحياة لدى المسنين بنسبة مساهمة 63 % ، كما أنه يمكن التنبؤ بقلق الموت من أساليب مواجهة الضغوط التي تركز على الانفعال وذلك بنسبة اسهام 32% ، كما أثبتت كذلك القدرة على التنبؤ بالاكتئاب لدى المسنين من أساليب المواجهة التي تركز على المشكلة ، وذلك بنسبة اسهام 22% . كما توصلت الدراسة إلى أن جودة الحياة لدى المسنين وأساليب مواجهة الضغوط سواء التي تركز على المشكلة أو على الانفعال أو على المشكلة والانفعال معاً والاكتئاب تشكل نموذجاً سببياً مفسراً للعلاقات البيئية المتبادلة بينهم . وقد تم تفسير النتائج في ضوء نظرية النمو النفسي الاجتماعي لإريكسون ، وكذلك في ضوء نظرية " بيك " للاكتئاب ، وفي إطار الخصائص النفسية والاجتماعية للمسنين [www.pdfactory.com](http://www.pdfactory.com)

دراسة الشريف وحسن ( 2010 )

استهدفت الدراسة تقويم جودة الحياة وعلاقتها للميزات اسكانية الاجتماعية و الحالة الصحية بين كبار السن في عمر 60 عاما فأكثر من أهالي قرية البرجاية محافظة المنيا. اجريت الدراسة على عينة بلغت 1104 شخصا منهم 1058 شخصا قد وافقوا على المشاركة في الدراسة على حين 46 شخصا رفضوا المشاركة من الذين أعمارهم ستون عاما فأكثر اتضح من الدراسة أن 5.5% من كبار السن محل الدراسة لديهم مستوى ممتاز من جودة الحياة و 25% منهم لديهم مستوى ضعيف من جودة الحياة. يمثل الذكور 53.4% ممن لديهم مستوى ممتاز من جودة الحياة كما يقل مستوى جودة الحياة كلما زاد السن. يمثل المتزوجون 74.1% ممن لديهم مستوى ممتاز من جودة الحياة عشرون من المئة من الحاصلين على دراسات عليا لديهم مستوى ممتاز من جودة الحياة مقابل 4.8% من الأميين. يحسن العمل من مستوى جودة الحياة، 13.3% من الأشخاص اللذين يعملون مقابل 4.2% ممن لا يعملون لديهم مستوى ممتاز من جودة الحياة. معظم الأشخاص اللذين لديهم مستوى ممتاز من جودة الحياة لديهم دخل كاف. أربعة و عشرون من المئة تقريبا من اللذين يعيشون مع أسرهم مقابل 38.4% من اللذين يعيشون بمفردهم لديهم مستوى ممتاز من جودة الحياة. تؤثر الأمراض المزمنة على جودة الحياة بشكل كبير، 81% ممن لديهم مستوى ممتاز من جودة الحياة لا يعانون من أمراض مزمنة. يعاني 97% تقريبا ممن لديهم مستوى ضعيف من جودة الحياة من الاكتئاب مقارنة ي

18.4% فقط ممن لديهم مستوى ممتاز من جودة الحياة. يعد السن و الدخل من أهم العوامل المؤثرة على مستوى جودة الحياة لكبار السن على حين التعليم و الرعاية من أقل العوامل المؤثرة

www.pdfactory.com

### مؤشرات الدراسات السابقة

أطلعت الباحثة على ما توافر لديها من دراسات سابقة تتعلق بموضوع بحثها الحالي وقد استفادت منها فيما يتعلق بالذكاء الانفعالي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، وكما يأتي :

#### 1. الأهداف

تدور معظم الدراسات السابقة في محورين تناول المحور الأول علاقة الذكاء الانفعالي وجودة الحياة ببعض المتغيرات مثل قلق الموت والاكتئاب واساليب مواجهة الضغوط والتوافق وسوء الاهمال وقلق المستقبل وغيرها اما المحور الثاني فقد استهدفت الدراسات تعرف الذكاء الانفعالي لدى عينات الدراسات المختلفة أما البحث الحالي فقد استهدف تعرف الذكاء الاتفعالي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة وفق متغير النوع(ذكور ،اناث ) .

#### 2. العينات :

تباينت اعداد عينات الدراسات السابقة بين (50-1104) ، وتراوحت أعمارهم بين (10-60) من الافراد الذين يقعون ضمن مراحل عمرية مختلفة لكلا الجنسين . قد يعود هذا التباين في احجام عينات هذه الدراسات الى تباين اهدافها وتصميمها وطبيعة المرحلة العمرية التي تناولتها . وقد اختارت الباحثة في دراستها الحالية عينة بلغ قوامها (200) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة .

#### 3. أدوات القياس :

تعددت وتنوعت الأدوات التي إستعملت في الدراسات السابقة فاعد بعض الباحثين مقياس لقياس الذكاء الانفعالي ، على حين إستعمل البعض الآخر مقياساً جاهزاً واستعمل البعض الاخر المقابلة ، وهناك بعض الباحثين من طور بعض المقاييس، وهناك من الباحثين من أستعمل قائمة التقرير الذاتي واعدت الباحثة مقياس جودة الحياة وتبني مقياس الذكاء الانفعالي وتكيفه بما يناسب البيئة العراقية .

#### 4. الوسائل الاحصائية :

تباينت الدراسات السابقة في إستعمالها للوسائل الاحصائية ، تبعاً لأهداف تلك الدراسات ، فبعض الدراسات الاختبار التائي ومعامل إرتباط بيرسون على حين إستعملت بعض الدراسات التحليل العاملي وتحليل التباين واختبار توكي وقد إعتمدت الباحثة في البحث الحالي الوسائل الاحصائية التي تتلاءم مع أهداف بحثها .

## 5. النتائج :

تباينت نتائج الدراسات على وفق الاهداف المختلفة للدراسات ، وعلى الرغم من أن البعض منها إتفقت أو تطابقت نتائجها وسوف نتعرف عما ستعززه نتائج البحث الحالي بعد تطبيق المقياس وتحليل البيانات .

### الفصل الثالث

#### اجراءات البحث

لتحقيق أهداف البحث الحالي كان لابد من تحديد مجتمع البحث وأختيار عينة ممثلة له واعداد مقاييس لقياس متغيرات البحث الحالي والمتمثلة بالذكاء الانفعالي وجودة الحياة ومن ثم تطبيق هذه المقاييس على عينة البحث التي تم اختيارها، فضلا عن تحديد الاساليب الاحصائية الملائمة لتحليل البيانات والخروج بالنتائج ، ولذلك فان هذا الفصل سيتضمن عرضا للمنهجية والاساليب التي استعملت في اعداد ادوات البحث وفقا للأجراءات العلمية المتبعة في بناء المقاييس فضلا عن اجراءات اختيار العينة وجرى ذلك على الصورة الآتية :

#### أولا : مجتمع البحث

يتحدد البحث الحالي بطلبة كلية التربية الأساسية موزعين وفق متغير النوع (ذكور، أناث ) ومن الدراسة الصباحية فقط ومن جميع المراحل ومن العام الدراسي الحالي 2011-2012 والجدول (1) يوضح ذلك

#### جدول (1)

اعداد الطلبة الدارسين في كلية التربية الأساسية موزعين حسب القسم والنوع

المجموع	النوع		القسم
	اناث	ذكور	
303	158	145	التربية الفنية
317	151	166	معلم الصفوف الاولى
330	95	235	التربية الرياضية
316	142	174	الارشاد النفسي
384	215	169	التربية الاسلامية
348	239	109	العلوم
397	246	151	اللغة العربية
238	166	72	التربية الاسرية
440	224	216	الجغرافية
338	250	88	الرياضيات
420	207	213	التاريخ
154	60	94	التربية الخاصة
275	201	74	اللغة الانكليزية
283	283	0	رياض الاطفال
4543	2637	1906	المجموع الكلي

### ثانياً :- عينة البحث

توزعت عينة البحث الحالي ( التي شملت 200 طالب وطالبة ) على قسمي الارشاد والرياضيات وقد تم اختيار الأقسام بالأسلوب العشوائي ، وقد راعت الباحثة في اختيارها للعينة تضمنها لجميع المراحل الدراسية ، (جدول/2):

#### جدول (2)

توزيع أفراد عينة البحث حسب الاقسام والنوع

المجموع	النوع		القسم
	الاناث	الذكور	
100	50	50	الرياضيات
100	50	50	الارشاد النفسي
200	100	100	المجموع الكلي

### ثالثاً :- أدوات البحث

#### مقياس الذكاء الانفعالي

بعد الاطلاع على الادبيات السابقة في موضوع الذكاء الانفعالي تم اختيار (مقياس الذكاء الاجتماعي ) الذي اعده (المغربي ،2008) وبعد مراجعة عدد من الخبراء في التربية وعلم النفس الذين اكدوا امكانية استعمال المقياس على طلبة الجامعة تم استعماله في البحث الحالي .  
خصائص المقياس: اعد المقياس لتشمل فقراته خمسة ابعاد وهي (المعرفة الانفعالية ،ادارة الانفعالات ،تنظيم الانفعالات ،والتعاطف ،والتواصل الاجتماعي ) والجدول (3) يوضح ذلك .

#### جدول (3)

توزيع فقرات المقياس على مكونات الذكاء الانفعالي

ت	المكون	الفقرات في المقياس
1.	المعرفة الانفعالية	١,٢,٣,٥,٧,٨,١٠,١٤,٤٩,٥١
2.	إدارة الانفعالات	٤,٦,٩,١١,١٢,١٢,١٣,١٦,١٧,١٨,٢٦,٢٨,٣١,٥٠,٥٣,٥٦
3.	تنظيم الانفعالات	١٥,١٩,٢٠,٢١,٢٢,٢٣,٢٤,٢٥,٢٧,٢٩,٣٠,٣٢,٥٨
4.	التعاطف	٣٣,٣٤,٣٥,٣٧,٣٨,٤٠,٤١,٤٤,٥٤,٥٥,٥٧
5.	التواصل الاجتماعي	٣٦,٣٩,٤٢,٤٣,٤٥,٤٦,٤٧,٤٨,٥٢

ويتكون من 58 فقرة تمتعت فقراته بتميز عالٍ إذ ان جميع قيم الاختبار التائي المستعمل في حساب القوة التمييزية ذا دلالة احصائية كما تمتعت بصدق بنائي عالٍ وثبات باستعمال معادلة الفا كرونباخ بلغ (0.92)



وبالرغم من هذه المؤشرات التي يتمتع بها المقياس الا ان الباحثة اجرت الخطوات الاتية:

### 1. الصدق الظاهري للمقياس **Face Validity**

ويقصد به مدى تمثيل الاختبار للمحتوى المراد قياسه ويشير ايبيل (Ebell: 1972) الى ان افضل طريقة للتأكد من صدق المقياس هو عرض فقراته على مجموعة من الخبراء للحكم على مدى صلاحيتها في قياس الخاصية التي وضع لاجلها وقد تحقق هذا النوع من الصدق حين عرض المقياس (ملحق 1) على (10) خبراء (ملحق 2/ ) من المتخصصين في التربية وعلم النفس والاختبارات والمقاييس وقد حصلت فقراته على نسبة اتفاق تراوحت ما بين (80-90%) .

### 2. الصدق المنطقي **Logical validity**

يتحقق من خلال التعريف الدقيق للظاهرة السلوكية التي يقيسها المقياس ومن خلال التصميم المنطقي للفقرات اذ تغطي ابعاد المقياس وهذا النوع من الصدق متوافر في المقياس الحالي.

### 3. التحليل الإحصائي للفقرات: **Statistical Analysis Items**

يعرف التحليل الإحصائي انه الدراسة التي تعتمد على التحليل المنطقي الاحصائي والتجريبي لفقرات الاختبار وذلك للتعرف على قوة تمييز الفقرة لغرض تحسينها وأعداد الصيغة النهائية للاختبار وقد تم حساب القوة التمييزية للفقرة بتطبيق المقياس على عينة من 425 طالبا وطالبة وقد تم حساب نسبة (27%) من الدرجات العليا و(27%) من الدرجات الدنيا وتم حساب القوة التمييزية التي تراوحت ما بين (0.67-11.62) كما في الجدول (4)

جدول (4)

القيم الناتجة لفقرات مقياس الذكاء الانفعالي باستعمال أسلوب العينتين المتطرفتين

ت	قيمة T المحسوبة	ت	قيمة T المحسوبة	ت	قيمة T المحسوبة	ت	قيمة T المحسوبة
1	11.62	16	7.25	31	10.4	46	7
2	8.7	17	8.3	32	8.88	47	9
3	10.25	18	4.5	33	7.5	48	7.5
4	9.25	19	11.7	34	7.25	49*	1.33
5	5.5	20	11.1	35	5.3	50	10.5
6	8.75	21	8.29	36	3.4	51	7
7	6.66	*22	1.30	37	6.6	52	5.6
8	6.12	23	7.25	38	5.11	53	9
9	8.48	24	8.33	39	3.7	54	8.7
10	4.14	25	6.11	40	5.5	55	7
*11	1.44	26	9.77	41	5	56	7.5
12	3.9	27	10	42	7	57	10.5
13	3.2	28	10.79	*43	0.67	58	9
14	2.6	29	10	44	7.77		
15	5.5	30	9.76	45	7.2		

### علاقة الفقرة بالدرجة الكلية

يعد هذا الأسلوب من أدق الوسائل المستعملة في حساب الاتساق الداخلي للمقياس ولقد تم استخراج معامل تمييز فقرات مقياس الذكاء الانفعالي باستخدام معادلة الارتباط بيرسون بين درجات الافراد على كل فقرة وبين درجاتهم الكلية على مقياس الذكاء الانفعالي ولـ (425) استمارة وهي الاستثمارات نفسها التي خضعت للتحليل بأسلوب العينتين المتطرفتين . وقد تبين ان جميع معاملات الارتباط كانت مميزة باستثناء اربع فقرات كانت معاملات الارتباط بها ضعيفة على وفق معيار الن Allen، إذ أشار إلى ان الفقرة يمكن قبولها اذا كان معامل الارتباط بينها وبين المجموع الكلي (0.30) فأكثر ، وترفض إذا كان دون ذلك (Allen & Yen, 1979: 124) وهي نفسها الفقرات التي ظهرت قيمتها التمييزية ضعيفة بأسلوب العينتين المتطرفتين

### جدول (5)

معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس الذكاء الانفعالي والدرجة الكلية عليه

الفقرة	معامل ارتباطها	الفقرة	معامل ارتباطها	الفقرة	معامل ارتباطها	الفقرة	معامل ارتباطها	الفقرة	معامل ارتباطها	الفقرة	معامل ارتباطها
1	0.39	11*	0.10	21	0.56	31	0.42	41	0.36	51	0.67
2	0.32	12	0.35	*22	0.13	32	0.33	42	0.34	52	0.45
3	0.33	13	0.39	23	0.34	33	0.40	*43	0.13	53	0.32
4	0.31	14	0.40	24	0.46	34	0.35	44	0.36	54	0.32
5	0.36	15	0.38	25	0.42	35	0.38	45	0.38	55	0.44
6	0.36	16	0.42	26	0.29	36	0.40	46	0.36	56	0.39
7	0.31	17	0.38	27	0.30	37	0.32	47	0.39	57	0.67
8	0.32	18	0.35	28	0.44	38	0.34	48	0.32	58	0.50
9	0.36	19	0.35	29	0.41	39	0.38	*49	0.18		
10	0.36	20	0.39	30	0.43	40	0.36	50	0.31		

### ثبات المقياس:

حسب الثبات بتطبيق الاختبار على (50 طالباً وطالبة) وتم اعادة الاختبار عليهم بعد مرور اسبوعين اذ يشير الى ان المدة بين الاختبارين يجب ان لا تكون طويلة اذ ينسى الطالب نتيجة تعلم اشياء جديدة او ان حالته تتغير من شكل لآخر وقصيرة اذ يتذكر اجابات الاختبار الاول لذا يجب ان تتراوح المدة بين الاختبار الاول والثاني ما بين (10-20 يوماً) وقد كانت قيمة الثبات (0.88) .

### تصحيح المقياس :

صيغت فقرات مقياس الذكاء الانفعالي (الملحق 3/ ) باتجاهين السلبي والايجابي ، أما بدائل الاستجابة نحو مضمون الفقرة فهي (يحدث دائماً ، يحدث عادةً ، يحدث أحياناً ، يحدث نادراً ، لا يحدث) ، وأعطيت الدرجات (1,2,3,4,5) لكل استجابة تنطبق على الفقرة.

## مقياس جودة الحياة

لغرض تحديد فقرات المقياس اتخذت الباحثة الإجراءات الآتية:

### 1. إعداد فقرات المقياس :

لغرض إعداد فقرات مقياس جودة الحياة استلزم الرجوع الى الأدبيات والدراسات في مجال جودة الحياة ضمن إطار نظري محدد ، وذلك لتهيئة الفقرات اللازمة له وصياغتها بشكل أولي بوصفها خطوة أساسية من خطوات اعداد المقياس .

وبناءً على ذلك واتساقاً مع الإطار النظري الذي اعتمدته الباحثة في دراسة هذا المتغير وبالاستعانة بالأدبيات والدراسات السابقة التي جاءت فيه ، تم تحديد ستة مجالات لقياس هذا المفهوم وهي : الصحة العامة، والحياة الأسرية ، والتعليم والدراسة ، والعواطف ، والصحة النفسية ، وشغل أوقات الفراغ .

وبعد تحديد المجالات تم جمع (30) فقرة تغطي مكونات المجالات الستة وبواقع (5) فقرات لكل مجال ، واعتمدت الباحثة على المدرج الرباعي (موافق تماماً ، موافق ، أرفض ، أرفض بشدة) للتقدير الذي وضع أمام كل فقرة وكانت الأوزان تتراوح من (4-1) بحسب اتجاه الفقرة في كونها تقيس جودة الحياة ام لا .

### 2. اعداد تعليمات المقياس :

لقد حرصت الباحثة على أن تكون تعليمات المقياس بسيطة ، وواضحة ، وقد تم التأكيد فيها على أن إجابات المفحوصين سوف تكون سرية وسوف لن يطلع عليها أحد سوى الباحثة ، وأن الغرض الحقيقي منها هو البحث العلمي فقط ، كذلك تأكيد عدم ذكر أسم المستجيب .

### 3. استطلاع آراء الخبراء :

لبيان صلاحية كل فقرة في المقياس وللتعرف على وضوح التعليمات ، عرضت الباحثة بعرض هذا المقياس بتعليماته وبمجالاته وبطريقة تصحيحه (الملحق / 4) على مجموعة من الخبراء المتخصصين في علم النفس .

وبعد أن أبدى الخبراء استجاباتهم وملاحظاتهم على فقرات المقياس ، حللت الباحثة هذه الاستجابة من خلال استعمال النسبة المئوية وفي ضوء آراء الخبراء لم يتم حذف أي فقرة ، اذعدت الفقرة التي نالت نسبة اتفاق 80% من الخبراء فأكثر صادقة والجدول (6) يمثل آراء الخبراء في صلاحية المقياس .

جدول (6)

اراء المحكمين في صلاحية فقرات مقياس جودة الحياة

ت	الفقرات	الموافقون		المعارضون	
		النسبة	التكرار	النسبة	التكرار
1	.1.2.3.4.5.6.7.9.8.10.12.15.21.22.23.24.25.26.28	%100	10	-	-
2	11.13.14.16.17.18.19.20.27.29.30	%80	8	%20	1

4. الإجراءات الإحصائية لتحليل الفقرات:

لحساب القوة التمييزية لفقرات مقياس جودة الحياة ، تم تطبيق المقياس على عينة التميز لمقياس الذكاء الانفعالي والبالغ عددها (425) طالب وطالبة ، وقد تم حساب القوة التمييزية بطريقتين هما :  
أ. أسلوب المجموعتين المتطرفتين (Two Extreme Groups Method) :

يهدف تحليل فقرات مقياس جودة الحياة ، طبقت الباحثة هذا المقياس على عينة بلغ عددها (425) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة ، وبعد جمع درجات اجابات كل مفحوص على فقرات المقياس لاستخراج الدرجة الكلية لكل فرد من افراد العينة، تم ترتيبها تنازليا ابتداءً من اعلى الدرجات وانتهاءً بأدناها. ولغرض الحصول على مجموعتين تتميزان بأبزر حجم واقصى تباين ممكن بينهما ، ويقتررب توزيعها من التوزيع الطبيعي ، تم اختيار نسبة الـ (27%) من الاستمارات التي حصلت على اعلى الدرجات ونسبة الـ (27%) من الاستمارات التي حصلت على ادنى الدرجات . وبما ان مجموع عينة التحليل بلغ (425) استمارة ، فقد كانت نسبة الـ (27%) هي (115) استمارة في كل مجموعة ، وبذلك فان عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل هي (130) استمارة .وبعد ان حلت فقرات المقياس باستعمال الاختبار التائي (T- test) لعينتين مستقلتين لاختبار الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا، ولكل فقرة من فقرات المقياس ، فورنت القيمة التائية المحسوبة لكل فقرة بالقيمة التائية الجدولية . وكما موضح في الجدول (7) .

جدول (7)

القيم التائية لفقرات مقياس جودة الحياة باستعمال أسلوب العينتين المتطرفتين

ت	قيمة T المحسوبة	ت	قيمة T المحسوبة	ت	قيمة T المحسوبة
1	6.785	11	11.911	21	4.563
2	6.278	12	10.014	*22	5.424
3	7.858	13	7.580	23	4.062
4	9.692	14	6.790	24	8.910
5	11.369	15	7.412	25	8.656
6	10.434	16	14.172	26	8.290
7	11.104	17	11.389	27	7.131
8	8.169	18	8.568	28	8.346
9	9.196	19	7.147	29	2.648
10	8.325	20	9.469	30	10.996

القيمة التائية الجدولية بدرجة حرية (228) ومستوى دلالة (0.05) والتي تساوي (1.960) .

ب. طريقة الاتساق الداخلي:

لاستخراج الاتساق الداخلي للفقرة بهذه الطريقة، تم استعمال معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) لقياس العلاقة الارتباطية بين درجات كل فقرة من فقرات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس كله، وقد تبين ان جميع معاملات الارتباط كانت مميزة على وفق معيار الن Allen، إذ أشار إلى ان الفقرة يمكن قبولها اذا كان معامل الارتباط بينها وبين المجموع الكلي (0.30) فأكثر، وترفض إذا كان دون ذلك (Allen & Yen, 1979:124) والجدول (8) يوضح ذلك.

جدول (8)

معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس جودة الحياة والدرجة الكلية عليه

معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة
0.43	21	0.47	11	0.52	.1
0.47	22	0.45	12	0.23	.2
0,56	23	0.39	13	0.33	.3
0.24	24	0.52	14	0.50	.4
0,34	25	0.55	15	0.44	.5
0.29	26	0.48	16	0.45	.6
0.45	27	0.33	17	0.45	.7
0.47	28	0.54	18	0.39	.8
0.48	29	0.33	19	0.45	.9
0.37	30	0.037	20	0.44	.10

5. مؤشرات الصدق

لقد استخرج لمقياس جودة الحياة الصدق الظاهري (Face Validity)، ولقد تحقق هذا النوع من الصدق لمقياس جودة الحياة حين تم عرض فقرات هذا المقياس بمجالاته وتعليماته وبدائله على مجموعة من الخبراء المختصين في علم النفس، الذين وافقوا على صلاحية فقرات المقياس وتعليماته وبدائله وكما تمت الإشارة الى ذلك.

6. مؤشرات الثبات

يقصد بثبات المقياس الاتساق في النتائج، ويعد المقياس ثابتاً إذا أعطى نتائج متسقة عند إعادة تطبيقه، وقد استخرج الثبات لمقياس التمر بطريقتين هما:

أ. إعادة الاختبار (Test-Retest):

استعملت الباحثة طريقة إعادة الاختبار لاستخراج معامل الثبات، فقد جرى سحب عينة عشوائية مؤلفة من (60) طالباً وطالبة أعيد عليها تطبيق المقياس بعد مضي إسبوعين من بداية التطبيق الأول، إذ تشير الأدبيات الى أن المدة بين التطبيق الاول والتطبيق الثاني تمتد بين أسبوع الى أسبوعين وبحسب طبيعة الظاهرة. وبعدها أوجدت العلاقة بين درجات التطبيقين باستعمال معامل ارتباط بيرسون، إذ بلغ (0.81)، وتعد هذه القيمة مقبولة لأغراض البحث العلمي.

ب. التجزئة النصفية (Hemidivision) :

قسمت الفقرات في هذه الطريقة الى نصفين ، تألف كل نصف من (15) فقرة ، وقد جرى التقسيم على أساس الفقرات الفردية والزوجية ، وبعد حساب معامل ارتباط بيرسون بين نصفي الاختبار وجد أنه (0.78) ولما كان معامل الارتباط المستخرج هو لنصف الاختبار ، لذا فقد جرى تعديله بإستعمال معادلة سبيرمان - براون وقد بلغ معامل الثبات للمقياس بإستعمال هذه الطريقة (0.91) ، وتعد هذه القيمة مقبولة موازنة بالدراسات السابقة.

رابعاً :- التطبيق النهائي:

بعد التأكد من صلاحية أدوات البحث الحالي ملحق (3/ 5) تم تطبيقها على عينة البحث التي تم اختيارها والتي قوامها (200) طالب وطالبة ، حرصت الباحثة على ان يتم توزيع استمارات المقاييس تحت اشرافها وبعد ان تأكدت الباحثة من فهم الطلبة لتعليمات المقاييس طلبت منهم قراءتها بشكل دقيق والاجابة عنها باختيار احد البدائل بحسب ما ينطبق عليهم من فقرات وبكل حرية لان اجاباتهم لن يطلع عليها احد سوى الباحثة وان اجابتهم سوف تساهم في مساعدة الباحثة والبحث العلمي.

خامساً : الوسائل الإحصائية

لمعالجة بيانات هذا البحث استعمل الباحث الوسائل الإحصائية الآتية

- 1- الاختبار التائي T-test لعينة واحدة
- 2- الاختبار التائي T-test لعينتين مستقلتين
- 3- معامل ارتباط بيرسون ( Person Correlation Coefficient )
- 4- معادلة سبيرمان براون Spearman Brown Formula (البياتي واثناسيوس ،1977،:254)

الفصل الرابع

نتائج البحث

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصل إليها البحث الحالي على وفق أهدافه المرسومة ومناقشة تلك النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة في هذا البحث وكما يأتي :

1 - تعرف الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية التربية الأساسية .

كان الوسط الحسابي لعينة طلبة كلية التربية الأساسية على مقياس الذكاء الانفعالي (173) وانحراف معياري (11.987) ، على حين كان الوسط الفرضي (162) ، وبعد تطبيق الاختبار التائي لعينة واحدة تبين ان القيمة التائية المحسوبة (12.977) وهي ذات دلالة معنوية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (199) ، مما يشير إلى ان طلبة كلية التربية الأساسية يتصفون بمستوى عال من الذكاء الانفعالي ، والجدول(9) يوضح ذلك .

### جدول (9)

الاختبار التائي لدلالة الفروق بين متوسط درجات الذكاء الانفعالي والمتوسط الفرضي للعينة التطبيقية الرئيسة

العينة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية
طلبة كلية	200	173	11.987	162	12.977	1.96	ذات دلالة	199

وتتفق النتيجة الحالية مع نتائج دراسة العكايشي (2003) التي اشارت الى أن طلبة الجامعة يتمتعون بالتوافق والذكاء الانفعالي (العكايشي، 2003: 1-37)

2. تعرف دلالة الفروق في الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية التربية الأساسية وفق متغير النوع (ذكور، إناث) .

كان الوسط الحسابي لعينة الذكور على مقياس الذكاء الانفعالي (134) والانحراف المعياري (12.553)، بينما كان الوسط الحسابي لعينة الإناث على نفس المقياس (145) والانحراف المعياري (13.871)، وبعد تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين تبين ان القيمة التائية المحسوبة (7.930)، وهي ذات دلالة معنوية عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (198) مما يشير إلى ان هناك فروق في مستوى الذكاء الانفعالي بين الذكور والاناث، والجدول (10) يوضح ذلك .

### جدول (10)

الاختبار التائي لدلالة الفروق بين متوسطي درجة الذكاء الانفعالي وفق متغير النوع

النوع	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية
ذكور	100	134	12.553	7.930	1.96	ذات دلالة	198
اناث	100	145	13.871				

يتضح من الجدول اعلاه تفوق الإناث على الذكور في الذكاء الانفعالي وتتفق النتيجة الحالية مع نتائج دراسة دراسة بركير وآخرون (2001) اذ أشارت الدراسة الى وجود فروق بين الذكور والإناث في الدرجات الكلية للذكاء الانفعالي (العاطفي) لصالح الإناث .

3. تعرف جودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية .

كان الوسط الحسابي لعينة طلبة كلية التربية الأساسية على مقياس جودة الحياة (66.1650) وانحراف معياري (9.46763)، على حين كان الوسط الفرضي (75)، وبعد تطبيق الاختبار التائي لعينة واحدة تبين ان القيمة التائية المحسوبة (-13.197) وهي غير ذات دلالة معنوية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (199)، مما يشير إلى ان طلبة كلية التربية الأساسية يتصفون بمستوى متوسط من جودة الحياة، والجدول (11) يوضح ذلك .

جدول (11)

الاختبار التائي لدلالة الفروق بين متوسط درجات جودة الحياة والمتوسط الفرضي للعيينة التطبيقية الرئيسة

العيينة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية
طلبة كلية	200	66.1650	9.46763	75	-13.197	1.96	غير ذا دلالة	198

4. تعرف دلالة الفروق في جودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية على وفق متغير النوع (ذكور، إناث) .

كان الوسط الحسابي لعينة الذكور على مقياس جودة الحياة (64.1200) والانحراف المعياري (8.12812) في حين كان الوسط الحسابي لعينة الإناث على نفس المقياس (68.2100) والانحراف المعياري (10.27923) وبعد تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين تبين ان القيمة التائية المحسوبة (3.121) وهي ذا دلالة معنوية عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (198) مما يشير إلى ان الإناث يتفوقن على الذكور في جودة الحياة ، والجدول (12) يوضح ذلك .

جدول (12)

الاختبار التائي لدلالة الفروق بين متوسطي درجة جودة الحياة وفق متغير النوع

النوع	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية
ذكور	100	64.1200	8.12812	3.121	1.96	ذا دلالة	198
إناث	100	68.2100	10.27923				

5. تعرف العلاقة بين الذكاء الانفعالي و جودة الحياة.

بعد ان عالجت الباحثة البيانات إحصائيا باستعمال معامل ارتباط بيرسون ، تبين ان معامل الارتباط بين درجات عينة هذا البحث على مقياس الذكاء الانفعالي وجودة الحياة هو ( 0.88 ) ، و جدول (13) يوضح ذلك

جدول (13)

معامل الارتباط بين متغيري الذكاء الانفعالي وجودة الحياة

معامل الارتباط	نوع المتغير
0.88	علاقة الذكاء الانفعالي وجودة الحياة

يتضح من الجدول اعلاه وجود علاقة قوية وموجبة بين الذكاء الانفعالي وجودة الحياة وتعود هذه النتيجة الى ان للذكاء الانفعالي من أثار على حياة الطالب ، هذه الآثار لها دور في جودة الحياة والذي يسهم بدوره في بناء حياة الفرد ولاسيما في المرحلة الجامعية .



## التوصيات

1. أن يركز الباحثون على وضع برامج إرشادية لتحسين مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة
2. ضرورة العمل المتكامل جنباً إلى جنب على وضع خطط علمية محكمة يمكن من خلالها تحسين مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة
3. إقامة المراكز النفسية المتخصصة القادرة على مساعدة الطلاب التي يلجئون إليها في مختلف المشكلات التي يعانون منها.
4. ضرورة توفير الدعم الحقيقي والمساندة الفاعلة لطلبة الجامعة من قبل الجهات الإدارية والعلمية في الجامعة .
5. إحاطة طلبة الجامعة بالرعاية المادية والمعنوية من أجل تمكينهم في تحقيق مستوى جيد من جودة الحياة

## المقترحات

- في ضوء نتائج البحث تقترح الباحثة ما يأتي:-
- 1- إجراء دراسة مماثلة في الذكاء الانفعالي لطلبة المرحلة الثانوية ( العاديين - المتأخرين دراسياً) لمعرفة مدى مطابقتها لنتائج الدراسة الحالية.
  - 2- إجراء دراسة مقارنة في الذكاء الانفعالي مع كل من المتغيرات الآتية :- ( أساليب التنشئة الاجتماعية ، التخصص الدراسي العلمي والأدبي ، فئات عمرية أخرى)
  - 3- إجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين الذكاء الانفعالي وانماط الشخصية .

## المصادر

1. الأحمدى، محمد عليثة. (2007م). الذكاء الوجداني وعلاقته بالذكاء المعرفي والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب جامعة طيبة بالمدينة المنورة. مجلة العلوم الاجتماعية. مج (35)، ع (4)، ص ص 57-107.
2. ارنوط، بشرى إسماعيل احمد (2007). الذكاء الروحي وعلاقته بجودة الحياة، القاهرة [www.yahoo.com](http://www.yahoo.com)،
3. بخش، أميرة طه (2008) جودة الحياة وعلاقتها بمفهوم الذات لدى المعاقين بصرياً والعاثيين بالمملكة العربية السعودية ، كلية التربية جامعة أم القرى مكة المكرمة
4. البياتي. عبد الجبار توفيق وأتنا سيوس وزكريا. زكي (1977) الإحصاء الوصفي والاستدلالي في التربية وعلم النفس، وزارة التربية والتعليم العالي، بغداد.
5. جورارد، سيدني ، م ، وتيد لنزمن (1988) : الشخصية السليمة ، ترجمة حمد دلي الكربولي وموفق الحمداني ، مطبعة التعليم العالي ، جامعة بغداد .

6. حسن ،نادية جودت (2010) جودت الحياة لدى طالبات الجامعات ، الحوار المتمدن-العدد: 3152
7. الخفاف، إيمان عباس علي(2007). الذكاء العاطفي لدى طفل الروضة، بغداد، بحث مقبول للنشر في مجلة العلوم النفسية
8. خوالده، محمود عبد الله محمد (٢٠٠٤) الذكاء العاطفي، عمان: دار الشروق.
9. السموني، السيد إبراهيم. (2007م). الذكاء الوجداني: أسسه - تطبيقاته - تنميته. عمان: دار الفكر ناشرون وموزعون.
10. شلتز، داون، (1983)، نظريات الشخصية، ترجمة حمد نلي الكر بولي وموفق الحمداني، مطبعة جامعة بغداد.
11. صالح، قاسم حسين (1987) : الانسان من هو ، مطبعة جامعة بغداد ، بغداد.
12. -----، (1988) : الشخصية بين التنظير والقياس ، مطبعة جامعة بغداد ، بغداد .
13. العاني ، نزار محمد سعيد ،(2000)، الفعل الحضاري الإسلامي في قرونه الخمسة الأولى، المؤتمر العالمي لأسلمة العلوم الإنسانية ،الجامعة العالمية الإسلامية، ماليزيا، (4-9) آب.
14. عبد الكريم، إيمان صادق (1997). دراسة مقارنة في التوافق الدراسي والتحمل الدراسي ودافع الأنجاز الدراسي ، رسالة ماجستير ، الجامعة المستنصرية ، كلية الآداب.
15. العكايشي ، بشرى احمد جاسم (2003) الصحة النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لدى الشباب الجامعيات في كلية التربية للبنات ،كلية التربية للبنات ،جامعة بغداد
16. فروم، اريك (1960). الخوف من الحرية. ترجمة مجاهد عبدالكريم مجاهد. بيروت: المؤسسة العربية للدراسات والنشر.
17. كمال ، علي (1983) : النفس ، الطبعة الثانية ، دار واسط للنشر ، مطبعة الدار العربية، بغداد .
18. كولمان ، دانييل (2001) . الذكاء العاطفي ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب ، الكويت
19. مبيض، مأمون (2003). الذكاء العاطفي والصحة العاطفية ، بيروت، ط1، المكتب الإسلامي.
20. محمود، عبد المنعم أحمد. (2002) الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات المعرفية والمزاجية. دراسات تربوية واجتماعية. مج (8)، ع (4)، ص ص 229-322
21. المعشني، أحمد بن علي (2006) حاجات الجودة الشخصية والمهنية للشباب العماني . ديسمبر 2006 - ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس
22. مغربي ،عمر بن عبد الله مصطفى (2008) الذكاء الانفعالي وعلاقته بالكفاءة المهنية لدى عينة من معلمي المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة ،جامعة ام القرى ،كلية التربية .
23. الهابط ، محمد السيد (1985) . دعائم صحة الفرد النفسية ، المكتب الجامعي الحديث ، الإسكندرية .
24. Allen ,M.& Yen(1979) : Introduction to measurement theory. California: Brook Cole.
25. Bar – On , R. (1997). Emotional Quotient Inventory: Measure of Emotional Quotient Inventory. Toronto, Ontario: Mutti-Health Systems.
26. ----- (2000). Emotional and Social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory. (In ) Bar – On & Parker, J . ( Eds ) : The Hand book of Emotional Intelligence, San Francisco: Jossey – Bass.

27. Cherniss , C. & Coleman , D. (1999) . Briuying emotional intelligence to the wokplece technical report issued by the consortium for research on emotional intelligence in organization , Pisoataway , N. J., Rutyer University .
28. Dhingra,R;M,S;& Thakur,N.( 2005 ). Establishing Connectivity of Emotional Quotient (E.Q) ,Spiritual Quotient ( S.Q) With Social Adjustment : A study of Kashmiri Migrant Women , Journal for.Hum,Ecol.,V.18,N.4 , PP.313-317 .
29. Donvan, J., (1998) Reporting On Quality Of Life In Randomized Controlled Trials;Bibliographic Study; British Medical Journal, Vol.317, PP. 1191-1195
30. Dulewicz , V. & Higgs , M. (1998) . Emotional intelligence : can it be measured reliably and validity using competency data ? , Competency , 6 (1) .
31. Frued ,S. (1940): An outlint of psycho-analycis .Standard edition ,Vol 23 , New York.: Norton .
32. Goleman , D. (1997). Emotional Intelligence: Why it Can Matter or Than IQ, New York ,Bantam
33. Goode, D., (1994) Quality Of Life For Persons With Disabilities; International
34. Lehman, A., (1998) A Quality Of Life Interview For The Chronically Mentally Ill.Evaluation and Program Planning, Vol.11, PP.51-62.
35. Litwin, M., (1999) Measuring Quality Of Life after Prostate Cancer Treatment.Cancer Journal, Vol.5 (4), PP. 211-214.
36. Mac-Cab, V., (1994) Measuring Quality Of Life; Lancet, Vol. 342, PP. 262- 269
37. Maslow ,A(1954) : Motivation and Personality .2<sup>nd</sup> edition , New York : Harper and Raw Publishersh .
38. Mayer ,J .D & Salovey ,P (1990).Emotional Intelligence, Cognition & Personality.
39. ----- (1997). Models ofEmotional Intelligence. In R. Sternberg (ed.). *Handbook ofIntelligence*, Cambridge, UK: Cambridge University Press
40. -Mischel ,W.(1976) : Introduction to Personality .2<sup>nd</sup> edition, New York : Hort Rinehard and Winston Co.
41. Monson , L. B. (1980) . The social understanding and social behaviors is emotionally distrubed and non-distrubed childeren, CD.A.I.91/04 A.
42. Pernet, Michael (1996): Emotional intelligence components and correlates . paper presented at the annual meeting of the American Psychology Association ( Toronto, Canada, August, :9-13).
43. Pfeiffer, Steven. (2001). Emotional intelligence. Popular but elusive contrast. Roeper Review, Vol.23, 3, pp. 138-142.
44. Rotimi A.Animasahun(2010) Intelligent Quotient, Emotional Intelligence and Spiritual Intelligence as Correlates of Prison Adjustment among Inmates in Nigeria Prisons, Department of Guidance and Counselling, Faculty of Education, University of Ibadan, Ibadan, Nigeria.
45. Shabani,J.&et.al(2010).Age as Moderated Influence on the Link of Spiritual Intelligence and Emotional Intelligence With Mental Health in High School Students, Journal of American Science,Vol.(6),N.(11).
46. Starr ,D. and Harris, S.(1975) : Human development and behavior .New York : Springer Publishing Company , Inc.
47. Vera, Elizabeth M and Betz , Nancy E. (1991) : Relationship of self- regard and affective self- disclosure to relationship satisfaction in college student, ERIC Document Reproduction Service.
48. Verdugo, M., (2005) factorial Structure Of The Quality Of Life Questionnaire In A
49. <http://www.addustour.com>.
50. <http://www.al-yemen.org/vb/archive/index.php/t-140097.html>

ملحق (1)

مقياس الذكاء الانفعالي بصيغته الأولية المقدم إلى الخبراء

الجامعة المستنصرية - كلية التربية الأساسية

الأستاذ الفاضل ..... المحترم

التخصص الدقيق -----

تحية طيبة :

تروم الباحثة اجراء البحث الموسوم (الذكاء الانفعالي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة )ومن متطلبات البحث أعداد أداة لقياس الذكاء الانفعالي ،ولذلك تبنت الباحثة مقياس مغربي (2008) وقد تبنت الباحثة تعريف مغربي (2008) للذكاء الانفعالي والذي عرفه بأنه " القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح، وتنظيمها وفقاً لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم، للوصول معهم إلى علاقات انفعالية اجتماعية إيجابية تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني، وتعلم المزيد من المهارات الإيجابية للحياة " (مغربي، 2008: 23) علماً أن بدائل المقياس هي (يحدث دائماً ، يحدث عادةً ، يحدث احياناً ، يحدث نادراً ، لا يحدث وبالنظر لما تتمتعون به من خبرة وسعة إطلاع . فان الباحثة تود الإفادة من آرائكم السديدة في الحكم على مدى صلاحية الفقرات لقياس ما وضعت لأجله أو عدم صلاحيتها ،وإذا كانت الفقرات تحتاج إلى تعديل فيرجى اقتراح التعديل المناسب ولكم فائق التقدير والاحترام .

لولا: لتعليمات

غير صالحة	صالحة	التعليمات
		عززي الطالب .. عزيزتي الطالبة : ذكر انثى فيما ياتي بعض المواقف التي صيغت بشكل أسئلة عن الطريقة التي تسلك بها وتشعر وتعمل والمرجو منك قراءتها بامعان، ثم اختيار البديل الذي يناسبك من بدائلها وذلك بوضع علامة ( √ ) في الحقل المقابل للفقرة، والذي يمثل البديل المناسب حاول الاجابة بسرعة فنحن نريد استجابتك الاولى، ولا نريد الاجابة بعد عملية تفكير طويلة وحاول ان لا تترك أي سؤال من دون اجابة. كما انه ليس هناك اجابة صحيحة واخرى خاطئة كما ان الاجابة سوف تستعمل لاغراض البحث العلمي فقط ولن يطع عليها احد سوى الباحثة ولذلك لا داعي لذكر الاسم.

ثانياً :- المقياس

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	الملاحظات
1.	استعمل انفعالاتي الإيجابية والسلبية في قيادة حياتي.			
2.	تساعدني مشاعري السلبية في تغيير حياتي.			
3.	استطيع مواجهة مشاعري السلبية عند اتخاذ قرار يتعلق بي .			
4.	مشاعري السلبية جزء مساعد في حياتي الشخصية.			
5.	ترشدني مشاعري السلبية في التعامل مع الآخرين.			
6.	مشاعري الصداقة تساعدني على النجاح.			
7.	استطيع إدراك مشاعري الصداقة.			
8.	استطيع التعبير عن مشاعري.			
9.	استطيع التحكم في تفكيري السليبي.			
10.	اعتبر نفسي مسؤولاً عن مشاعري.			

الخضاء الانفعالي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة ..... د. ابتسام راضي

11.	استطيع السيطرة على نفسي بعد أي أمر مزعج.
12.	أستطيع التحكم في مشاعري وتصرفاتي.
13.	أنا هادئ تحت أي ضغط أتعرض لها.
14.	لا أعطي للانفعالات السلبية أي اهتمام.
15.	استطيع أن أراجع نفسي بعد أي حدث مزعج.
16.	استطيع نسيان مشاعري السلبية بسهولة.
17.	استطيع التحول من مشاعري السلبية إلى الإيجابية بسهولة.
18.	أنا قادر على التحكم في مشاعري عند مواجهة أي مخاطر.
19.	أنا صبور حتى حين لا أحقق نتائج سريعة.
20.	حين اكلف بعمل ممل فإنني استمتع بالعمل.
21.	أحاول أن أكون مبتكراً مع تحديات الحياة.
22.	اتصف بالهدوء عند إنجاز أي عمل أقوم به.
23.	استطيع إنجاز الأعمال المهمة بكل قوتي.
24.	استطيع إنجاز المهمات بنشاط وتركيز عال.
25.	في وجود الضغوط لا أشعر بالتعب.
26.	عادة أستطيع أن أفعل ما أحتاجه عاطفياً بإرادتي.
27.	أستطيع تحقيق النجاح حتى تحت الضغوط.
28.	استطيع استدعاء الانفعالات الإيجابية المرح والفكاهة ببسر.
29.	أستطيع أن أنهمك في إنجاز أعمالي رغم التحدي.
30.	أستطيع تركيز انتباهي في الأعمال المطلوبة مني.
31.	افقد الإحساس بالزمن عند تنفيذ المهمات التي تتصف بالتحدي.
32.	أستطيع أن أنحي عواطفني جانباً حين أقوم بإنجاز أعمالي.
33.	أنا حساس لاحتياجات الآخرين.
34.	أنا فعال في الاستماع لمشكلات الآخرين.
35.	أجيد فهم مشاعر الآخرين.
36.	لا أعضب إذا ضايقتني الناس بأسئلتهم.
37.	أنا قادر على قراءة مشاعر الناس من تعبيرات وجوههم.
38.	أنا حساس للاحتياجات العاطفية للآخرين.
39.	أنا على دراية بالإشارات الاجتماعية التي تصدر من الآخرين.
40.	أنا متناغم مع أحاسيس الآخرين.
41.	أستطيع فهم مشاعر الآخرين بسهولة.
42.	لا أجد صعوبة في التحدث مع الغرباء.
43.	عندي قدرة على التأثير على الآخرين.
44.	عندي قدرة على الإحساس بالناحية الانفعالية للآخرين.
45.	اعتبر نفسي موضع ثقة من الآخرين.
46.	أستطيع الاستجابة لرغبات وانفعالات الآخرين.
47.	امتلك تأثيراً قوياً على الآخرين في تحديد أهدافهم.
48.	يراني الناس أنني فعال تجاه أحاسيس الآخرين.
49.	أدرك أن لدي مشاعر رقيقة.
50.	تساعدني مشاعري في اتخاذ قرارات مهمة في حياتي.
51.	يغمرني المزاج السيئ.
52.	حين أعضب لا يظهر علي آثار الغضب.
53.	يظل لدي الأمل والتفاؤل أمام هزائمي.
54.	أشعر بالانفعالات والمشاعر التي لا يضطر الآخرون للإفصاح عنها.
55.	إحساسي الشديد بمشاعر الآخرين يجعلني مشفقاً عليهم.
56.	أجد صعوبة في مواجهة صراعات الحياة ومشاعر القلق والإحباط.
57.	أستطيع الشعور بنبض الجماعة والمشاعر التي لا يفصحون عنها.
58.	أستطيع احتواء مشاعر الإجهاد التي تعوق أدائي لأعمالي.

## ملحق (2)

### أسماء الخبراء المحكمين في صلاحية المقاييس مرتبة حسب اللقب والحروف الهجائية

ت	اللقب العلمي	اسم الخبير	الاختصاص الدقيق	الكلية	الجامعة
1.	أستاذ مساعد دكتور	افراح جاسم	علم اجتماع	تربية أساسية	مستنصرية
2.	أستاذ مساعد دكتور	راهبة عباس علي	علم النفس التربوي	تربية أساسية	مستنصرية
3.	أستاذ مساعد دكتور	سعدية كريم درويش	أرشاد نفسي	تربية أساسية	مستنصرية
4.	استاذ مساعد دكتور	عدنان غائب راشد	تربية خاصة	تربية أساسية	مستنصرية
5.	أستاذ مساعد دكتور	ناجحة سلمان	علم اجتماع	تربية أساسية	مستنصرية
6.	أستاذ مساعد دكتور	هناء محمود	علم النفس التربوي	تربية أساسية	مستنصرية
7.	مدرس دكتور	اشواق صبر ناصر	أرشاد نفسي	تربية أساسية	مستنصرية
8.	مدرس دكتور	حنان جمعة	أرشاد نفسي	تربية أساسية	مستنصرية
9.	مدرس دكتور	زينب هاشم	علم اجتماع	تربية أساسية	مستنصرية
10.	مدرس دكتور	علي العبيبي	أرشاد نفسي	تربية أساسية	مستنصرية

## ملحق (3)

### مقياس الذكاء الانفعالي بصيغته النهائية

عزيزي الطالبي .. عزيزتي الطالبة :

ذكر انثى

فيما يأتي بعض المواقف التي صيغت بشكل أسئلة عن الطريقة التي تسلك بها وتشعر وتعمل والمرجو منك قراءتها بامعان، ثم اختيار البديل الذي يناسبك من بدائلها وذلك بوضع علامة ( √ ) في الحقل المقابل للفقرة، والذي يمثل البديل المناسب حاول الاجابة بسرعة فنحن نريد استجابتك الاولى، ولا نريد الاجابة بعد عملية تفكير طويلة وحاول ان لا تترك أي سؤال من دون اجابة. كما انه ليس هنالك اجابة صحيحة واخرى خاطئة كما ان الاجابة سوف تستعمل لاغراض البحث العلمي فقط ولن يطلع عليها احد سوى الباحثة ولذلك لاداعي لذكر الاسم.

ت	الفقرات	يحدث دائماً	يحدث عادة	يحدث أحياناً	يحدث نادراً	لا يحدث
1.	استعمل انفعالاتي الإيجابية والسلبية في قيادة حياتي.					
2.	تساعدني مشاعري السلبية في تغيير حياتي.					
3.	استطيع مواجهة مشاعري السلبية عند اتخاذ قرار يتعلق بي .					
4.	مشاعري السلبية جزء مساعد في حياتي الشخصية.					
5.	ترشدني مشاعري السلبية في التعامل مع الآخرين.					
6.	مشاعري الصادقة تساعدني على النجاح.					
7.	استطيع إدراك مشاعري الصادقة.					
8.	استطيع التعبير عن مشاعري.					
9.	استطيع التحكم في تفكيري السلبي.					
10.	اعتبر نفسي مسؤولاً عن مشاعري.					
11.	أستطيع التحكم في مشاعري وتصرفاتي.					
12.	أنا هادئ تحت أي ضغط أتعرض لها.					
13.	لا أعطي للانفعالات السلبية أي اهتمام.					

14.	استطيع أن أراجع نفسي بعد أي حدث مزعج.
15.	استطيع نسيان مشاعري السلبية بسهولة.
16.	استطيع التحول من مشاعري السلبية إلى الإيجابية بسهولة.
17.	أنا قادر على التحكم في مشاعري عند مواجهة أي مخاطر.
18.	أنا صبور حتى حين لا أحقق نتائج سريعة.
19.	حين أكلف بعمل ممل فإنني استمتع بالعمل.
20.	أحاول أن أكون مبتكراً مع تحديات الحياة.
21.	استطيع إنجاز الأعمال المهمة بكل قوتي.
22.	استطيع إنجاز المهمات بنشاط وتركيز عال.
23.	في وجود الضغوط لا أشعر بالتعب.
24.	عادة أستطيع أن أفعل ما أحتاجه عاطفياً بإرادتي.
25.	أستطيع تحقيق النجاح حتى تحت الضغوط.
26.	استطيع استدعاء الانفعالات الإيجابية المرح والفكاهة ببسر.
27.	أستطيع أن أنهمك في إنجاز أعمالي رغم التحدي.
28.	أستطيع تركيز انتباهي في الأعمال المطلوبة مني.
29.	أفقد الإحساس بالزمن عند تنفيذ المهمات التي تتصف بالتحدي.
30.	أستطيع أن أنحي عواطفني جانباً حين أقوم بإنجاز أعمالي.
31.	أنا حساس للاحتياجات الآخرين.
32.	أنا فعال في الاستماع لمشكلات الآخرين.
33.	أجيد فهم مشاعر الآخرين.
34.	لا أغضب إذا ضايقتني الناس بأسئلتهم.
35.	أنا قادر على قراءة مشاعر الناس من تعبيرات وجوههم.
36.	أنا حساس للاحتياجات العاطفية للآخرين.
37.	أنا على دراية بالإشارات الاجتماعية التي تصدر من الآخرين.
38.	أنا متناغم مع أحاسيس الآخرين.
39.	أستطيع فهم مشاعر الآخرين بسهولة.
40.	لا أجد صعوبة في التحدث مع الغرباء.
41.	عندي قدرة على الإحساس بالناحية الانفعالية للآخرين.
42.	اعتبر نفسي موضع ثقة من الآخرين.
43.	أستطيع الاستجابة لرغبات وانفعالات الآخرين.
44.	امتلك تأثيراً قوياً على الآخرين في تحديد أهدافهم.
45.	يراني الناس أنني فعال تجاه أحاسيس الآخرين.
46.	تساعدني مشاعري في اتخاذ قرارات مهمة في حياتي.
47.	يغمرني المزاج السيئ.
48.	حين أغضب لا يظهر علي آثار الغضب.
49.	يظل لدي الأمل والتفاؤل أمام هزائمي.
50.	أشعر بالانفعالات والمشاعر التي لا يضطر الآخرون للإفصاح عنها.
51.	إحساسي الشديد بمشاعر الآخرين يجعلني مشفقاً عليهم.
52.	أجد صعوبة في مواجهة صراعات الحياة ومشاعر القلق والإحباط.
53.	أستطيع الشعور بنبض الجماعة والمشاعر التي لا يفصحون عنها.
54.	أستطيع احتواء مشاعر الإجهاد التي تعوق أدائي لأعمالي.

ملحق (4)

مقياس جودة الحياة بصيغة الاولية المقدم الى الخبراء

الجامعة المستنصرية

كلية التربية الأساسية

الأستاذ الفاضل ..... المحترم

التخصص الدقيق.....

تحية طيبة -----

تروم الباحثة أعداد مقياس جودة الحياة، وبعد الاطلاع على ما كتب في مجال جودة الحياة من نظريات وأدبيات ودراسات سابقة ومقاييس فقد عرفت الباحثة جودة الحياة بانها " إحساس الإنسان بالرضا ينشأ عن إشباع الحاجات والرغبات الإنسانية ويتمثل في الرضا عن الحياة العامة والحياة الاسرية والرضا عن الحالة النفسية والحالة التعليمية "أذ تم استخلاص ستة مجالات هي الصحة العامة،الحياة الأسرية ،التعليم والدراسة ،العواطف ،الصحة النفسية ،شغل أوقات الفراغ وصيغت الفقرات الخاصة بكل مجال وبواقع خمس فقرات لكل مجال ويجاب عنها باختيار احد البدائل ، واعتمدت الباحثة على المدرج الرباعي(موافق تماما ، موافق ، أرفض ، أرفض بشدة) للتقدير الذي وضع أمام كل فقرة وكانت الأوزان تتراوح من (1-4) بحسب إتجاه الفقرة في كونها تقيس جودة الحياة ام لا . لذلك أرجو التفضل ببيان رأيكم حول صلاحية التعليمات والفقرات في قياس ما أعدت لاجله وإجراء التعديل اللازم .

مع فائق التقدير والامتنان

الباحثة

اولا : التعليمات

الملاحظات	غير صالحة	صالحة	تعليمات المقياس
			الجنس :ذكر عزيزي الطالب -عزيزتي الطالبة فيما يأتي مجموعة من العبارات التي تعبر عن مواقف يمكن ان توجد لدى أي فرد يمكن ان تعتريك أحيانا والمرجو منك قراءتها بإمعان ،ثم اختيار البديل الذي يناسبك من بدائلها وذلك بوضع علامة (√)في الحقل المقابل للعبارة ،والذي يمثل البديل المناسب علما ان أجابتك لن يطلع عليها احد سوى الباحثة وسوف تستعمل لأغراض البحث العلمي فقط ،ولذلك لاداعي لذكر الاسم .والرجاء التأكد من الإجابة على كل الفقرات قبل تسليم الاستمارة .

ثانيا :-بدائل المقياس

الملاحظات	غير صالحة	صالحة	البدائل
			موافق تماما ، موافق ، أرفض ، أرفض بشدة

اولا : الصحة العامة

حالة الخلو من الامراض ودرجة رضا الفرد عن حالته الصحية



الذكاء الانفعالي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة ..... د. ابتسام راضي

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
1.	أشعر بزيادة ضربات القلب .			
2.	أعاني من الربو .			
3.	أشعر بالألم في صدري .			
4.	أعاني من قرحة المعدة .			
5.	أشعر بالتحول والأعياء باستمرار .			

ثانياً :- الحياة الأسرية

رضا الفرد عن حياته الأسرية وقدرته على التعامل مع المشكلات الأسرية

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
6.	يجعلني والداي أشعر كما لو كنت الشخص المهم جداً في حياتهما			
7.	يعبر والداي عن قلقهما و تشاؤمهما حول مستقبلي.			
8.	أنا اتألم لألم أي فرد في الأسرة.			
9.	أفكر لصديق ضمن أفراد أسرتي.			
10.	يزعجني تدخل والداي في اختيار أصدقائي.			

ثالثاً :- التعليم والدراسة

مدى رغبة الفرد في التعلم والدراسة ورضاه عن مستواه الدراسي

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
11.	عادة ما أتجه في الكلية نحو تفضيل المقررات التي تتيح لي فرصة السير بمفرد في الدراسة .			
12.	أشعر أن الحصول على تقدير ممتاز في المقررات عملية سهلة بالنسبة لي .			
13.	دائماً أكون متحمس للذهاب للكلية			
14.	حين يشرح المحاضر الدرس أعقد العزم على فهمه و استعباه			
15.	طموح الأسرة المرتفع يسبب لي قلقاً من الامتحان			

رابعاً :- ،العواطف

مدى شعور الفرد بالسعادة وقدرته على التعبير عن مشاعره

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
16.	أحب أن أعازل الجنس الآخر.			
17.	النقد أو اللوم يجرحان شعوري إلى حد كبير			
18.	مشاعري مضطربة .			
19.	يصيبني إحساس بالندم والذنب من دون مبرر لذلك .			
20.	أشعر بالسعادة في معظم الأوقات .			

خامساً :- الصحة النفسية

رضا الفرد عن نفسه وتقبله لذاته والرضا عن قدراته وقدرته على تحمل المسؤولية

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
21.	أشعر بالرضا عن نفسي .			
22.	أشعر بقدرتي على تحمل المسؤولية .			
23.	يصفني الآخرون أنني صبور .			
24.	أقبل ذاتي كما هي .			
25.	أشعر بالرضا عن قدراتي .			

سادسا: - شغل أوقات الفراغ

قدرة الفرد على شغل وقت فراغه بما يعود عليه بالنفع

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
26.	أملأ وقت فراغي بما يعود علي بالنفع .			
27.	أميل إلى قراءة الكتب			
28.	أميل لتمضية جزء من وقت فراغي في التفكير حول بعض الأمور المهمة المتعلقة بإنجازي لعمل ما .			
29.	أفضل القراءة على التحدث مع الآخرين .			
30.	استمتع كثيراً بالحفلات والاستقبالات .			

#### ملحق (5)

مقياس جودة الحياة بصيغته النهائية

عزيزي الطالب .. عزيزتي الطالبة :

ذكر انثى

فيما يأتي بعض المواقف التي صيغت بشكل أسئلة عن الطريقة التي تسلك بها وتشعر وتعمل والمرجو منك قراءتها بامعان، ثم اختيار البديل الذي يناسبك من بدائلها وذلك بوضع علامة ( √ ) في الحقل المقابل للفقرة، والذي يمثل البديل المناسب حاول الاجابة بسرعة فنحن نريد استجابتك الاولى، ولا نريد الاجابة بعد عملية تفكير طويلة وحاول ان لا تترك أي سؤال من دون اجابة. كما انه ليس هنالك اجابة صحيحة واخرى خاطئة كما ان الاجابة سوف تستعمل لاغراض البحث العلمي فقط ولن يطلع عليها احد سوى الباحثة ولذلك لاداعي لذكر الاسم.

ت	الفقرات	موافق تماما	موافق	أرفض	أرفض بشدة
1.	أشعر بزيادة ضربات القلب .				
2.	أعاني من الربو .				
3.	أشعر بالألم في صدري .				
4.	أعاني من قرحة المعدة .				
5.	أشعر بالتحول والأعياء باستمرار .				
6.	يجعلني والداي أشعر كما لو كنت الشخص المهم جداً في حياتهما				
7.	يعبر والداي عن قلقهما و تشاؤمهما حول مستقبلي.				
8.	أنا اتألم لألم أي فرد في الأسرة.				
9.	أفتقر لصديق ضمن أفراد أسرتي.				
10.	يزعجني تدخل والداي في اختيار أصدقائي.				
11.	عادة ما أتجه في الكلية نحو تفضيل المقررات التي تتيح لي فرصة السير بمفردي في الدراسة .				
12.	أشعر أن الحصول على تقدير ممتاز في المقررات عملية سهلة بالنسبة لي .				
13.	دائماً أكون متحمس للذهاب للكلية				
14.	حين يشرح المحاضر الدرس أعقد العزم على فهمه و استعباه				
15.	طموح الأسرة المرتفع يسبب لي قلقاً من الامتحان				
16.	أحب أن أغازل الجنس الآخر.				
17.	النقد أو اللوم يجرحان شعوري إلى حد كبير				
18.	مشاعري مضطربة .				
19.	يصيبني أحساس بالندم والذنب من دون مبرر لذلك .				

الذكاء الانفعالي وعلاقته بوجوده الحياة لدى طلبة الجامعة ..... د. ابتسام راضي

				أشعر بالسعادة في معظم الأوقات .	20.
				أشعر بالرضا عن نفسي .	21.
				أشعر بقدرتي على تحمل المسؤولية .	22.
				يصفني الآخرون أنني صبور .	23.
				أثق ذاتي كما هي .	24.
				أشعر بالرضا عن قدراتي .	25.
				أملأ وقت فراغي بما يعود علي بالنفع .	26.
				أميل إلى قراءة الكتب	27.
				أميل لثمضية جزء من وقت فراغي في التفكير حول بعض الأمور المهمة المتعلقة بإنجازي لعمل ما .	28.
				أفضل القراءة على التحدث مع الآخرين .	29.
				استمتع كثيراً بالحفلات والاستقبالات .	30.

## Abstract

Allows to know the individual intelligently emotional opportunity for him to put himself alongside others who complies with them as normal and the search for work and understand the things that make the individual is not compatible with some people or with some work and learn Traúqa to deal with the difficulties of natural and understand some things specific cause pressure psychological and learning Traúqa individual becomes more a sense of peace.

The quality of personal and professional are essential for young people who are about to begin their projects self, and classifies some of the researchers to the capabilities and skills and attributes President branched into other sub such as: vision, initiative, resourcefulness, need for achievement, the need for independence, and the tendency to take a reasonable amount of risk, and responsibility, This is in addition to communication skills and self-confidence, self-awareness, and motivation toward learning a variety of ways, and the skills of persuasion, and endurance and tolerance, and planning and making skills Alaqraroakaddrh on installation, and listening skills, and information gathering and analysis. As well as problem-solving skills, and take notes, and project management, team management, time management, and ability to innovate. Based on the above targeted current search: -

1. Known as emotional intelligence among the students of the Faculty of Basic Education.
  2. Identify significant differences in emotional intelligence among the students of the Faculty of Education according to basic variable type (male, female).
  3. Know the quality of life of the College of Basic Education students.
  4. Know denote the quality of life differences among the students of the Faculty of Education according to basic variable type (male, female).
  5. Know the relationship between emotional intelligence and quality of life.
- The search was limited to the study of emotional intelligence and the quality of life of students of College of Basic Education of males and females and to study the morning only for the academic year 2012-2013. The number of respondents (200) students from the College of Basic Education students. The results showed the following: -
1. The College of Basic Education students are characterized by a high level of emotional intelligence.
  2. There are differences in the level of emotional intelligence between males and females.
  3. The College of Basic Education students are characterized by a medium level of quality of life.
  4. That females surpass males in the quality of life.
  5. The presence of a strong and positive relationship between emotional intelligence and quality of life.