



جامعة ابن خلدون تيارت

كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية

قسم العلوم الإجتماعية

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر الطور الثاني ل.م.د علم النفس المدرسي

الموسومة بـ : _____ :

علاقة الذكاء العاطفي بالصحة النفسية المدرسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة
- دراسة ميدانية بمتوسطة محيوتي بلعيد- تيارت

إشراف الأستاذة:

- بوراس كاهينة

من إعداد الطالبتين :

- سرياح فاطيمة

- سريدي مسعودة

الصفة	الرتبة	الأستاذ(ة)
رئيسا	أستاذ محاضر أ	مُحَمَّد بلعاليا
مشرفا ومقررا	مساعد أ	بوراس كاهينة
مناقشا	مساعد أ	عقريب ربيعة

السنة الجامعية : 2021 – 2022

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الشكر و التقدير

الحمد لله و الشكر لله رب العالمين و الصلاة و السلام على نبينا محمد و على اله و صحبه أجمعين ومن إتبعهم بإحسان إلى يوم الدين ... وبعد

نتقدم بالغ شكرنا و تقديرنا إلى أستاذتنا الفاضلة "بوراس كاهينة " التي لم تبخل علينا بتوجيهاتها و نصائحها ، راجين من الله أن يجعل جهودها في ميزان اعمالها الصالحة .

كما نقدم شكرنا و تقديراتنا لأعضاء اللجنة المناقشة لتكرمهم بقبول مناقشة هذه الدراسة .

كما نتقدم بالشكر الجزيل لجميع الأساتذة الذين ساهموا في تحكيم الإستبانة لما كان إرشادهم نفع و فائدة لهذا البحث .

ونشكر مدير متوسطة محيوتي بلعيد السيد "حمادية عدة" و كذا جميع الإداريين و التلاميذ لمساعدتهم لنا في إنجاز هذا البحث .

نرجو من المولى العلي التقدير أن يكمل هذا المجهود بالنجاح و التوفيق .

فاطيمة و مسعودة

الإهداء

بعد الصلاة و السلام على خير الأنام مُحَمَّد ﷺ

أقف وقفة إجلال و إحترام و تقدير أمام

والدي الكريمين معترفة أن هذا الجهد ماهو إلا دعوات الوالدة و عطاء الوالد حفظكما الله و أطال

الله في عمركما "ابي - أمي"

إلى إخوتي : ليلي - كريمة - حفيظة بن عيسى - مُحَمَّد

إلى براعم العائلة : أيهم - ادم - أصيل - مهدي

و إلى صديقاتي اللاتي كن سندا لي .

و لا أنسى زميلتي في هذا العمل : سريدي مسعودة

و إلى كل من ساعدني في هذا العمل من قريب أو بعيد أهدي لكم هذا العمل

فاطيمة

الإهداء

إلى من أنارت لي درب العلم و المعرفةأمي

إلى من عرفت معهم معنى الحياةإخوتي

كريمة - المجد

إلى معنى الحب و الحنانزوجي

إلى كل أفراد عائلتيخالاتي و أخوالي

وإلى كل صديقاتي

إلى من تحملت معي أعباء إنجاز هذا العمل أختي و صديقتي

و شريكتي فاطيمة

إلى كل من سقط عن قلبي سهوا أهديثمة

هذا العمل

فهرس المحتويات		
أ	-الشكر و التقدير	
ب	-إهداء	
/	-فهرس المحتويات	
/	-قائمة الجداول	
/	-قائمة الملاحق	
ج	-مقدمة	
الفصل الأول : تقديم الدراسة		
09-07	إشكالية الدراسة	01
09	فرضيات الدراسة	02
10	أهداف الدراسة	03
10	أهمية الدراسة	04
10	المفاهيم الإجرائية للدراسة	05
الفصل الثاني : الإطار النظري للدراسة		
13	تمهيد	
13	الذكاء العاطفي	اولا:
14-13	المنظور التاريخي للذكاء العاطفي	01
15-14	تعريف الذكاء العاطفي	02
16-15	أهمية الذكاء العاطفي	03
17	أبعاد الذكاء العاطفي	04
18-17	مجالات الذكاء العاطفي	05
21-18	مكونات الذكاء العاطفي	06
35-21	نماذج الذكاء العاطفي	07
37-35	فيزيولوجية الذكاء العاطفي	08
38-37	سمات الشخص ذو الذكاء العاطفي	09
39-38	مقاييس الذكاء العاطفي	10
41	خاتمة	

/	الصحة النفسية المدرسية	ثانيا
42		تمهيد
44-42	تعريف الصحة النفسية	01
45-44	مناهج الصحة النفسية	02
47-45	خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية	03
48-47	المدرسة و أثرها على الصحة النفسية للتلميذ	04
49-48	دور المعلم في تحقيق الصحة النفسية للتلميذ	05
54-50	العوامل المدعمة للصحة النفسية المدرسية	06
54	مقترحات لقيام المدرسة بدورها في تحقيق الصحة النفسية للتلميذ	07
55-54	بعض مسؤوليات المدرسة بالنسبة للنمو النفسي و الصحة النفسية للتلميذ	08
58-55	بعض المشكلات السائدة في الوسط المدرسي	09
58	خدمات الصحة النفسية المدرسية	10
		خاتمة 59
	الفصل الثالث : الإجراءات المنهجية للدراسة	
61		تمهيد
61	الدراسة الإستطلاعية	أولا
61	أهداف الدراسة الإستطلاعية	01
64	عينة الدراسة الإستطلاعية	02
	الدراسة الأساسية	
64-63	منهج الدراسة الأساسية	01
64	عينة الدراسة	02
64	حدود الدراسة	03
69-64	أدوات الدراسة	04
70		خاتمة
	الفصل الرابع : عرض وتحليل النتائج	
73		تمهيد
73	عرض و تحليل الفرضية الأولى	01

74-73	عرض و تحليل الفرضية الثانية	02
74	عرض و تحليل الفرضية الثالثة	03
76-75	مناقشة نتائج الفرضية الأولى	04
76	مناقشة نتائج الفرضية الثانية	05
77-76	مناقشة نتائج الفرضية الثالثة	06
78-77	الإستنتاج العام	
/	خاتمة	
/	الإقتراحات و التوصيات	
/	قائمة المصادر و المراجع	
/	الملاحق	

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
27-24	يبين لنا المستويات (القدرات الفراغية) و القدرات المتضمنة في كل مستوى في نموذج ماير و سالوفي (1997) مرتبة بصورة تطويرية من الادنى الى الاعلى	01
31	يبين لنا نموذج بار - اون	02
62	يبين لنا نتائج المقارنة بين العينة الدنيا و السفلى	03
62	يبين لنا قيمة المعامل الفا كرونباخ	04
63	يبين لنا خصائص العينة حسب الجنس	05
65	يبين لنا سرد ابعاد مقياس الذكاء العاطفي	06
73	يبين لنا نتائج حساب معامل بيرسون	07
74	يبين لنا نتائج حساب الفروق بالإختبارات	08
74	يبين لنا نتائج حساب الفروق بالإختبارات	09

قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
22	يوضح لنا ابعاد الذكاء العاطفي وفقا نموذج ماير و سالوفي	01
28	يوضح لنا نموذج دانيال جولمان للذكاء العاطفي	02
33	يوضح لنا مكونات الذكاء العاطفي حسب نموذج داليب سينج	03
36	يوضح لنا استجابة اضرب واهرب	04
44	يوضح لنا المفهوم الشامل للصحة النفسية	05

مقدمة

يعتبر الذكاء العاطفي أحد الكفاءات و المهارات التي تؤثر على قدرة الفرد على النجاح في التوافق مع مطالب و مهام الحياة العامة و ضغوطاته ، فضلا عن أن الذكاء العاطفي يعد مفتاحا للنجاح في الحياة موازنة بالذكاء الأكاديمي الذي هو النجاح في الحياة الأكاديمية والدراسية .

فالإعنتاء بالعواطف و المشاعر يمثل طوق النجاة الذي يواجهه به الإنحراف العاطفي فالمخ الإنفعالي الذي تكلم عنه "جولمان " وما به من عواطف يرشدنا إلى كيفية مواجهة الأخطار و المأزق و المشكلات ، إن المشاعر و الأحاسيس ضرورية للتفكير و التفكير ضروري للمشاعر و الأحاسيس فالذكاء العاطفي وما يشمله من قدرات على التمييز و الإستجابة الملائمة للحالات النفسية المزاجية و الميول و الرغبات الخاصة بالآخرين يعد أفضل من الذكاء الأكاديمي لتعامل مع القرن (21) المليء بالإضطرابات و التقلبات النفسية و الإجتماعية و الإقتصادية إذ أن العجز عن إمتلاك هذه القدرات مثل التحكم في النفس و التعاطف مهم في الذكاء العاطفي و هذا ما يؤكد جولمان أن الذكاء العاطفي يمكن أن يبني و يتم تعلمه من خلال تنمية مهارات التفاعل مع الآخرين.

ومن جهة أخرى تعتبر المدرسة أحد المؤسسات التربوية المهمة في أي مجتمع ، و هي البيئة التي تحتضن التلميذ طوال فترات سنوات تعليمه ، وللمدرسة دور و رسالة تربوية مهمة تهدف إلى تكوين الشخصية المتكاملة للتلميذ و إعداده ليكون مواطنا صالحا متوازنا نفسيا و إنفعاليا يساهم في تقدم بلاده ، في حين كان ينظر إلى هذه الرسالة التربوية على أنها عملية تعليم و تحصيل للمعرفة ، لذا كانت الحاجة ضرورية و ماسة إلى إستعانة التربية بوسائل الصحة النفسية و أساليبها المتعددة فتلقت أهداف الصحة النفسية مع أهداف التربية فيخلق جيل قادر على مواجهة تحديات العصر و من هنا يجب حمايته من الإضطرابات و الإنحرافات و إطلاق ما لديه من طاقات كامنة و إستعدادات إلى أقصى حد ممكن ، فالعلاقة إذن وثيقة بين الصحة النفسية و المدرسة .

و تشكل الصحة النفسية واحدة من التحديات الصحية الكبرى التي يواجهها التلميذ خلال مسيرته الدراسية ، وذلك نظرا لإنعكاساته الجانبية على التكامل الجسدي و العقلي و النفسي و الإجتماعي للتلميذ ، بالإضافة إلى آثار ما ينتج عنها على مستقبلهم الفكري و العلمي ... مما يكسبها حضورا قويا داخل المؤسسات التعليمية

وشملت دراستنا هذه على جانبين :

الجانب الأول يتكون من فصلين :

الفصل الأول : خصص لتقديم الدراسة من حيث عرض اشكالية الدراسة و تحديد تساؤلاتها و صياغة الفرضيات، بالإضافة إلى الإشارة إلى أهداف و أهمية الدراسة و تحديد التعاريف الإجرائية للمتغيرات المتناولة.

الفصل الثاني :أولا تطرقنا فيه إلى المنظور التاريخي للذكاء العاطفي ، كما بينا مختلف التعاريف المتناولة لمفهوم الذكاء العاطفي ، ثم عرضنا أهميته ، كما بينا مختلف أبعاده ، ومجالاته و مكوناته ونماذجه ، و تطرقنا كذلك إلى فزيولوجيته و سمات الشخص ذو الذكاء العاطفي ، ومقاييسه .

وتحدثنا ثانيا الى موضوع الصحة النفسية المدرسية من خلال التطرق إلى مجموعة من التعاريف الصحة النفسية كما أشرنا إلى مناهج الصحة النفسية المدرسية ، وخصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية ، كما تحدثنا عن المدرسة و أثرها على الصحة النفسية للتلميذ ، وكذا دور المعلم في تحقيق الصحة النفسية للتلميذ ، و العوامل المدعمة للصحة النفسية المدرسية ، كما تطرقنا إلى بعض المقترحات التي تقوم بها المدرسة بدورها في تحقيق الصحة النفسية ، كما بينا كذلك بعض المسؤوليات المدرسة بالنسبة للنمو النفسي و الصحة النفسية للتلميذ ، و تحدثنا كذلك على المشاكل السائدة في الوسط المدرسي ، و خدمات الصحة النفسية المدرسية .

أما الجانب الثاني من الدراسة تناولنا فيه الدراسة الميدانية و قد إحتوت على فصلين :

الفصل الثالث : خصص للإجراءات المنهجية للدراسة ، حيث تم التطرق فيه أولا إلى الدراسة الإستطلاعية وأهدافها ، و عينتها و خصائصها السيكمترية، و ثانيا تطرقنا إلى الدراسة الأساسية و منهج المتبع للدراسة الأساسية و عينتها ، و تطرقنا كذلك إلى حدود الدراسة و ادوات الدراسة .

الفصل الرابع : تناولنا فيه عرض وتحليل الفرضيات و مناقشتها وكذا تطرقنا فيه إلى إستنتاج عام و المقترحات والتوصيات.

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

- 1- إشكالية الدراسة
- 2- فرضيات الدراسة
- 3- أهداف الدراسة
- 4- أهمية الدراسة
- 5- التعريف الإجرائي لمتغيرات الدراسة

1-الإشكالية :

برز الذكاء العاطفي في الولايات المتحدة قبل عشرين عاما حيث حظي بإهتمام الباحثين منهم هاورد جارنر (1983) و الباحث ماير سالوني (1990) كما جاء في (جرادي، 2013، ص 14) حيث عرف سالوني الذكاء العاطفي بأنه المقدرة على مراقبة مشاعر و عواطف الفرد لنفسه و للآخرين للتمييز بينهما و إستخدام هذه المعلومات لتكون موجهة لتفكيره و أفعاله .

ثم جاء جولمان عام (1995) و قام بنشر كتاب الذكاء العاطفي وقد أخذ هذا الكتاب شعبية كبيرة في الولايات المتحدة الأمريكية و العالم ، عرف الذكاء بأنه مجموعة من الكفاءات الإنفعالية و الإجتماعية و الشخصية القابلة للتعلم و القائمة على مجموعة من القدرات الأساسية و التي تعبر عن نفسها في مجال العمل لا المهارة للتعامل مع الآخرين (جرادي، 2013، ص 14).

و قد أشارت دراسة كواسة (2002) التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء العاطفي و الدافع لإنجاز عينة قوامها 300 طالب و طالبة من طلاب الجامعة ، تراوحت أعمارهم بين (19 - 22) و أسفرت الدراسة عن وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين مكونات الذكاء العاطفي و الدافع للإنجاز ، كما أشارت نتائج الدراسة إلى إمكانية التنبؤ بدافعية الإنجاز في ضوء أبعاد الذكاء العاطفي (الواعي بالإنفعالات ، إدارة الإنفعالات ، تحفيز الذات و المشاركة الوجدانية و إدارة العلاقات الإجتماعية) (سليمان ، 2014 ، ص 21).

و دراسة مصطفى رشاد مصطفى الأسطل (2010) حيث هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء العاطفي و مهارات مواجهة الضغوط لدى طلبة كليات التربية بجامعة غزة و تكونت عينة الدراسة من 403 من طلبة لكليات التربية بجامعة غزة من المستوى الرابع 119 طالب و 284 طالبة .

و قد إستخدم الباحث مقياس الذكاء العاطفي من إعداد " فاروق عثمان " و محمد عبد السميع " ومن تقنين " عبد العظيم " المصدر 2008 و أمال جودة 2008 على البيئة الفلسطينية و لقد توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دالة إحصائيا بين الذكاء العاطفي ومهارات مواجهة الضغوط لدى طلبة كليات التربية بجامعة غزة (بلال و بنتيشة ، 2014 ، ص 33).

وتمثلت دراسة سالم وأحمد (2012) والتي كانت تهدف إلى معرفة الذكاء العاطفي وعلاقته بمتغير الجنس (ذكر-أنثى) والجنس وعلاقته بالمتغير الجنس (ذكر-أنثى) لدى طلبة جامعة بغداد، ومن ثم إيجاد العلاقة بين الذكاء العاطفي والجنس، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك فروقا ذات دلالة

إحصائية بين الذكور والإناث فيما يتعلق بالذكاء العاطفي لصالح الذكور ، وأن هناك فروقا ذات إحصائية بين الذكور والإناث فيما يتعلق بالذكاء العاطفي لصالح الإناث ، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة سلبية بين الذكاء العاطفي والجنس لدى أفراد عينة البحث (بوغزالة وبن سعود، 2019، ص 09 - 10).

وأجرى غيث (2014) دراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى الذكاء العاطفي عند طلبة الجامعة الهاشمية و معرفة فيما إذا كان هناك فروق في مستوى الذكاء الإنفعالي تبعاً لمتغير التخصص العلمي و النوع الإجتماعي و التحصيل الأكاديمي و تكونت العينة من 500 طالب من الجامعة الهاشمية أختيروا بطريقة المتيسرة و طبق عليهم مقياس الذكاء العاطفي الذي بني خصيصاً في الدراسة و توصلت الدراسة إلى أن مستوى الذكاء العاطفي لدى طلبة الجامعة الهاشمية كان مرتفعاً ، و لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات مستوى الذكاء العاطفي للذكور و الإناث على المقياس ، بينما كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الذكور و الإناث على البعدي (الوعي الإجتماعي و المهارات الإجتماعية) لصالح الإناث ، و لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات مستوى الذكاء العاطفي و بعدي (تنظيم الذاتي و الدافعية تعزى لمتغير التحصيل الأكاديمي لصالح الطلبة ذوي تقدير الإمتياز موازنة مع الطلبة ذوي تقدير المقبول (أبو الخير و أبو شعيرة ، 2018 ، ص 21).

وللصحة النفسية أهمية كبيرة في مختلف المؤسسات التربوية و الإجتماعية حيث تعتبر المدرسة هي المؤسسة الرسمية التي تقوم بعملية التربية ، حيث تعمل على تقديم الرعاية النفسية لكل طفل و مساعدته على حل مشاكله و إنتقاله من فرد يعتمد على غيره إلى راشد مستقل معتمد على نفسه متوافق نفسياً ، وكذا إستخدام أساليب نفسية عديدة أثناء تربية التلاميذ منها دعم القيم الإجتماعية . (ynmentalhealth.com)

وقد أشارت دراسة أمة الرزاق محمد أحمد الوشلي (2003) و التي كانت بعنوان الصحة النفسية لدى طلبة جامعة صنعاء و علاقتها بالضغط النفسية ، هدفت الدراسة إلى الكشف عن الصحة النفسية لدى طلبة جامعة صنعاء و علاقتها بالضغط النفسية و أساليب التعامل معها و قوة تحمل الشخصية .

وقد توصلت الدراسة إلى عدد من النتائج . وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائية بين الضغوط الدراسية و الدرجة الكلية للصحة النفسية لدى طلبة و طالبات جامعة صنعاء (قدورة ، 2011 ، ص 70).

كما ظهرت دراسة عبيس (2010) والتي كانت بعنوان : الذكاء الإنفعالي و علاقته بالصحة النفسية لدى طلبة جامعة كربلاء ، حيث هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الذكاء الإنفعالي و الصحة النفسية لدى طلبة جامعة كربلاء توصلت نتائج الدراسة إلى : تمتع أفراد العينة بمستوى عال من الذكاء الإنفعالي و كذا الصحة النفسية إضافة إلى وجود علاقة إرتباطية طردية بين الذكاء العاطفي و كذا الصحة النفسية ، إضافة إلى وجود علاقة إرتباطية طردية بين الذكاء الإنفعالي و الصحة النفسية (معمرى وجنحاني ، 2009 ، ص 24) .

كما أشارت دراسة قام بها - د- فاضل كردي شمري (2013) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الصحة النفسية والتكيف الدراسي لدى طلاب كلية التربية الرياضية ، فقد ظهرت النتائج و جود علاقة إرتباطية معنوية بين توافق الصحة النفسية و التكيف الدراسي (منصوري ووناس وبرجي ، 2018 ، ص 170) .

وكانت دراسة إيمان صولي (2014) بعنوان المناخ المدرسي و علاقته بالصحة النفسية و معرفة الفروق في مستوى الصحة النفسية تعزى لمتغير الجنس .

توصلت إلى النتائج أهمها : و جود علاقة بين المناخ المدرسي و الصحة النفسية ، و جود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير الجنس في الصحة النفسية ، عدم وجود فروق في التخصص (عمارة ، 2020 ، ص 08) .

يتمتع التلاميذ بذكاء عاطفي و ذلك من خلال إدراك عواطف الغير و فهمها و هذا ما يساعد على تحقيق صحة نفسية داخل المدرسة و ذلك من خلال علاقاتهم مع زملائهم و كذلك من خلال التحصيل الدراسي .

و قد تم إختيار الموضوع من خلال إطلاعنا على موضوعات للذكاء العاطفي و الصحة النفسية المدرسية داخل المدارس و ما يشملها من أهمية كبيرة و عليه فإن مشكلة الدراسة تتبلور من خلال طرح التساؤل التالي :

هل توجد علاقة بين الذكاء العاطفي و الصحة النفسية المدرسية لتلاميذ المرحلة المتوسطة ؟

2-فرضيات الدراسة :

1 - توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء العاطفي و الصحة النفسية المدرسية

2 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء العاطفي

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية المدرسية تبعا

3-أهمية الدراسة :

- حدائة الموضوع الذي تناولته وهو الذكاء العاطفي و علاقته بالصحة النفسية المدرسية .
- التعريف بالمشكلات التي تواجه التلميذ داخل مدرسته و دور الذكاء العاطفي في حلها .
- جمع عدد لا بأس به من الدراسات في الموضوع ممكن أن يستفيد منها الطلبة فيما يتعلق بالذكاء العاطفي و الصحة النفسية المدرسية.

4-أهداف الدراسة :

- محاولة التعرف على الذكاء العاطفي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة .
- محاولة التعرف على الصحة النفسية المدرسية داخل المحيط المدرسي للمرحلة المتوسطة.
- معرفة العلاقة بين الذكاء العاطفي و الصحة النفسية المدرسية.

5- المفاهيم الإجرائية للدراسة :

- 5-1- **الذكاء العاطفي** : هو القدرة على إدراك الإنفعالات بدقة أو تقويمها وتعبير عنها ، وكذلك القدرة على توليدها و الوصول إليها ، وهو الدرجة التي يحصل عليها التلميذ على مقياس الذكاء العاطفي المستخدم في هذه الدراسة.

- 5-2- **الصحة النفسية** : إحساس الفرد بالسعادة و الرضا و الإنسجام مع الذات و مع الآخرين.

- 5-3- **الصحة النفسية المدرسية** :هي الراحة النفسية للتلميذ داخل المحيط المدرسي و التي يسعى من خلالها التلميذ إلى إقامة علاقات مع أساتذته و زملائه ، و هو الدرجة التي يحصل عليها التلميذ على مقياس الصحة النفسية المدرسية .

الفصل الثاني

الإطار النظري للدراسة

تمهيد

أولاً : الذكاء العاطفي

1- المنظور التاريخي للذكاء العاطفي

2- تعريف الذكاء العاطفي

3- أهمية الذكاء العاطفي

4- أبعاد الذكاء العاطفي

5- مجالات الذكاء العاطفي

6- مكونات الذكاء العاطفي

8- نماذج الذكاء العاطفي

8- أسس الذكاء العاطفي

9- فيزيولوجية الذكاء العاطفي

10- سمات الشخص ذو الذكاء العاطفي

11- قياس الذكاء العاطفي

خلاصة الفصل

تمهيد

يعد موضوع الذكاء العاطفي من الموضوعات التي إحتلت مساحة كبيرة من البحث و الإهتمام في الساحة التربوية لما له من تأثير مهم على سلوك الصغار والكبار .

ومن خلال هذا الفصل سوف يتم التحدث عن أنواع الذكاء العاطفي الذي يعد مصطلح من مصطلحات النفسية الجديدة التي كان أول ظهور أكاديمي له سنة 1958 م ، عندما أخذه أحد طلبة الدراسات العليا بإحدى الجامعات الأمريكية ، بحيث يلعب دورا مهما و حيويا في نجاح الفرد و تقدمه في شتى المجالات الحياتية .

1- المنظور التاريخي للذكاء العاطفي :

يعود السبب في ظهور الذكاء العاطفي إلى إختلاف نظرة الكثير من العلماء إلى مفهوم الذكاء في نهاية السنوات الأخيرة من القرن العشرين، إذ أشاروا إلى إعادة النظر بمفهومه ومكوناته ليتفق مع مقتضيات النجاح في الحياة الاجتماعية والمهنية والأكاديمية، فأصبح الذكاء يشمل مختلف الجوانب الإنسانية (العتوم ، 2014 ، ص9) .

ولا بد من فهم الأصول أو الجذور لهذه الفكرة الجديدة من خلال تقديم المنظور التاريخي لمفهوم الذكاء العاطفي (الوجداني) الذي يعرض الإتجاهات المتعددة نحو الذكاء منذ عام 1995/1920 فإن النظريات التي أضفت صفة الذكاء على العاطفة ليست حديثة فعلى مر السنين قام المنظرون بدراسة العلاقة بين الذكاء والعاطفة بإعتبارهما متكاملين وليس متضادين(سليمان ، 2014 ، ص 31) .

1- 1920-1930: أعاد (ثورنديك) أن الذكاء الاجتماعي أي القدرة على فهم الآخرين .

والسلوك الحكيم في العلاقات الإنسانية مظهرا من مظاهر الذكاء. وقد قدم هذه الفكرة في مجلة harpers magazine - وقد فسر بعض السيكولوجين ذلك الوقت الذكاء بأنه القدرة على جعل الآخرين يتصرفون تبعا لما تريده.

2- 1960: صدر كتاب مهم عن الذكاء ومقاييسه ويصور مفهوم الذكاء الاجتماعي بأنه لا فائدة منه.

3-1985: تناول (روبرت سترنبرج) في كتابه المهم "ما بعد الذكاء الاجتماعي فذكر أنه مستقل القدرات الأكاديمية وأنه مفتاح أساس للأداء الناجح في الحياة. مثال ذلك في مجال العمل نجد أن المدير الذي يتمتع بذكاء اجتماعي يستطيع إتقاط بعض الإشارات والمعاني المتضمنة في السلوك أي الإشارات غير الصريحة.

4-1985: يؤكد (هاورد جاردنر) كتابه عن الذكاءات المتعددة، أن فهم الإنسان لنفسه وللآخرين وقدرته على إستخدام وتوظيف هذا الفهم يعد أحد نماذج الذكاء، الذكاء الشخصي، الذكاء في العلاقة بالآخرين وكلاهما مهارات ذات قيمة في الحياة.

5-1995: قدم (بيتر سالوفي وجون ماير) مودجا للذكاء العاطفي كتابهما: الخيال، المعرفة، الشخصية .

6-1995: أصدر (دانييل جولمان) كتابه الذكاء العاطفي: لماذا يعني أكثر مما تعنى نسبة الذكاء. قام (جاك بلوك) من جامعة كاليفورنيا بدراسة بعض المتغيرات الشخصية المرتبطة بالذكاء مستقلا عن الذكاء العاطفي، والذكاء العاطفي مستقلا عن الذكاء، وتشير نتائجه إلى أن ذوى الذكاء المرتفع مستقلا عن الذكاء العاطفي كانوا أكثر تميز في الجوانب العقلية وأقل تميز في الجوانب الشخصية - أما المتميزون في الذكاء العاطفي مستقلا عن الذكاء فكانوا أكثر تميز في الجوانب الاجتماعية ولديهم إتجاهات إيجابية نحو أنفسهم ونحو الآخرين (حسين، 2007، ص ص30-31).

2- تعريف الذكاء العاطفي :

تعددت المفاهيم التي تناولت موضوع الذكاء العاطفي بتعدد الباحثين فيه، وقد إنقسم هؤلاء المهتمون بدراسته إلى فريقين: فريق يرى أن الذكاء العاطفي يتكون من القدرات العقلية ومنفصل عن سمات الشخصية والفريق الآخر يرى أنه يتكون من مجموعة من المهارات والخصائص غير المعرفية وغير مستقل عن السمات الشخصية، ونتيجة لذلك تعددت التعاريف للذكاء العاطفي على أساس أنه قدرات أو مهارات أو سمات شخصية (أنساعد وقمري، 2020، ص459).

عرفه دانييل جولمان بأنه القدرة على حث النفس بإستمرار في مواجهة الإحباطات والتحكم في النزوات وتأجيل أحساسك بإشباع النفس وأرضائها والقدرة على الشعور بالتعاطف و الأمل، وعرفه بارون وباركر بأنه مجموعة من القدرات الإنفعالية و الشخصية التي تؤثر في القدرات الكلية للشخص ليتكيف مع متطلبات و ضغوطات الحياة (صالح، 2014، ص170).

وذهب أبراهام (Abraham 1999) إلى تعريف الذكاء العاطفي بأنه القدرة على تنظيم إنفعالات الذات والآخرين والفصل بينهما واستخدام تلك المعلومات في التحكم تفكير الفرد وردود أفعاله (خرف الله، 2013، ص 97).

الذكاء العاطفي من وجهة نظر العالم **Baran** بأنه مجموعة من الكفاءات والمهارات العاطفية والاجتماعية المترابطة التي تحدد كيفية فهم الأشخاص لذاتهم والتعبير عنها وفهم الآخرين لتلبية المتطلبات والنجاح في مواجهة الضغوط البيئية (السامرائي، 2018، ص 19).

يعرفه كريستال أوت بأنه لذكاء العاطفي يرجع إلى القدرة على التعرف و التحكم في شعورنا و كذا التعرف على شعور الآخرين (krestal ,2015 ,p417)

يعرف **دانيا جولمان** الذكاء العاطفي بأنه قدرات تشمل ضبط، النفس، الحماس، المثابرة، والقدرة على تحفيز الذات. ((goelman,2005 ,p p 7-8)

بالنسبة إلى **charoensukmongkol** يمكن أن يساعد اليقظة على تنمية الذكاء العاطفي، عن طريق زيادة فهم الناس لعواطفهم. (goleman,1995,p1)

ومنه يمكن اقول أن الذكاء العاطفي هو مجموعة من الإنفعالات والمهارات التي يتحكم فيها الفرد للوصول إلى أفكار وفهم العواطف ونمو أكثر للشخصية .

3-أهمية الذكاء العاطفي:

للذكاء العاطفي أهمية بالغة في مجال علم النفس و تتمثل أهميته في مجموعة من العناصر نذكر منها:

- يعد الذكاء العاطفي من أكثر المفاهيم حديثة في مجال علم النفس والذكاءات المتعددة، الذي له أثر كبير على حياة الفرد وطريقة تفكيره وعلاقاته مع الآخرين (الشايح والمطيري، 2019، ص 98).

- كما يعتبر الذكاء العاطفي من المواضيع المهمة في تحديد وتقييم الكفاءة والنجاح لدى الأفراد، ولما له من مساهمة في حل الكثير من المواقف والأحداث في بيئات متنوعة، إضافة إلى ذلك، يمنح

الذكاء العاطفي درجة من الاتساق بين المبادئ والقيم الاجتماعية والعواطف، وهو الأمر الذي يمنح الأفراد شعور بالراحة النفسية والسكينة، والقدرة على تحقير الذات وخلق وتطوير علاقات اجتماعية متينة (نعمان ، ، 2017، ص37).

-الذكاء العاطفي ينمي قدرة الإنسان على السيطرة على انفعالاته ومشاعره التي تقوده إلى التصرفات الغير محسوبة، أو كيف يطور انفعالاته الايجابية ويسخرها في سبيل نجاحه.

-يلعب دورا هاما في تنمية علاقات ناجحة مع الآخرين على كافة المستويات .

- فهو يحدد توافق الطفل مع والديه وإخوته وبيئته بحيث ينمو سويا ومنسجما مع الحياة.

- كما انه يؤدي إلى تحسين ورفع كفاءة التحصيل الدراسي .

-كما يعتبر الذكاء العاطفي عاملا مهما في استقرار الحياة الزوجية فالتعبير الجيد عن المشاعر وتفهم مشاعر الطرف الآخر ورعايته بشكل ناصح، كل ذلك يضمن توافقا زوجيا رائعا.

-إستخدام مبادئ الذكاء العاطفي يساعد الوالدين على إنشاء علاقات قوية مع أبنائهم كما يساهم في تنمية الذكاء العاطفي عند البناء.

- الذكاء العاطفي وراء النجاح في العمل والحياة، فالأكثر ذكاء وجدانيا أي عاطفيا محبوبون ومثابرون ومتألقون وقادرون على التواصل والقدرة ومصرون على النجاح .

-كما ثبتت أن هناك علاقة وثيقة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية فالأذكياء عاطفيا أكثر قدرة على التعامل مع ضغوط الحياة ومشكلاتها بشكل أكثر تفاعلا وأكثر إصرارا واقل تعرضا للقلق والاكتئاب.

- كذلك هناك علاقة وطيدة بين الذكاء العاطفي والصحة الجسمانية فالأذكياء عاطفيا أقل عرضة لأمراض الضغط والقلب وأمراض المناعة وسائر الأمراض الجسدية التي تنتج عن التوتر والقلق والضغوط النفسية والاكتئاب (مبارك وباديس، 2016، ص21).

للذكاء العاطفي أهمية كبيرة تتمثل في تحسين التحصيل الدراسي وإنسجام الطفل وعائلته وإنشاء علاقات مع أقرانه.

4-أبعاد الذكاء العاطفي :

إن الذكاء العاطفي ينمو ويتطور بالتعلم المرن و على المهارات والقدرات التي يتشكل منها، ويرى جولمان أن هناك خمسة أبعاد تشكل الذكاء العاطفي وهي:

1-الوعي الذاتي (Self-awareness) : وهو القدرة على التصرف والقدرة على فهم الشخص لمشاعره وعواطفه هو، وكذلك الدوافع وتأثيرها على الآخرين من حوله، وهو أساس الثقة بالنفس ، فالقائد في حاجة ليعرف أوجه القوة والضعف لديه ، ويتخذ من هذه المعرفة أساسا لإتخاذ قراراته . وقد قيل : (قيمة كل امرئ ما يحسنه).

2- ضبط الذات : (Self-control) : وهو القدرة على ضبط وتوجيه الإنفعالات والمشاعر القوية تجاه الآخرين ، ويكون ذلك من خلال معرفة كيفية التعامل مع المشاعر التي تؤذي وتزعجه وهذه المعرفة هي أساس الذكاء العاطفي ، قال ﷺ { ليس الشديد بالصرعة إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب .

3-الحافز (Motivation) :وهو حب العمل بغض النظر عن الأجور والترقيات والمركز الشخصي.

4-التعاطف العقلي (Empathy) : وهو القدرة على تفهم مشاعر وعواطف الآخرين (من صوتهم أو تعبيرات وجوههم وليس بالضرورة مما يقولون) وكذلك المهارة في التعامل مع الآخرين فيما يخص ردود أفعالهم العاطفية (طيب،1427 ، ص ص 51 - 52).

5-المهارات الاجتماعية: تعني القدرة على قراءة وفهم كل من السلوك الاجتماعي ومهارة المشاركة الاجتماعية مثل التعبير اللفظي الانفعالي والقدرة على لعب الدور الاجتماعي بمهارة وكفاءة، ويشير البروفيسور (روين) إلى أن الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة يتوصلون إلى ممارسة المهارات الاجتماعية ليس فقط من الكبار وإنما أيضا من تفاعلاتهم مع بعضهم البعض، فإنهم يكتشفون عن طريق المحاولة والخطأ أي الاستراتيجيات يثبت نجاحها، وأيها يثبت فشلها ، ثم يبدأ الأطفال بعد ذلك في التصرف بعوي وتفكير بما يعكس ما سبق لهم تعلمه وممارسته.(توفيق وخلف، 2009، ص51).

تمثلت أبعاد الذكاء العاطفي في قدرة الفرد على فهم مشاعره وضبط إنفعالاته في الأوقات الصعبة وتعلم المهارات الاجتماعية حتى تستخدم في المستقبل .

5-مجالات الذكاء العاطفي :

أستخدم مفهوم الذكاء العاطفي في كافة المجالات العلمية ومن هذه المجالات مايلي :

أن يعرف كل انسان عواطفه: فالوعي بالذات، والتعرف على شعور ما وقت حدوثه، هو الحجر الأساسي في الذكاء العاطفي، كما أن عدم القدرة على ملاحظة مشاعرنا الحقيقية، حتمنا تقع تحت رحمتها. فالأشخاص الذين يثقون بأنفسهم، هم من تعتبرهم أفضل من يعيشون حياتهم لأنهم يمتلكون حاسة وثقة في كل ما يتخذونه من قرارات، مثل اختيار رجلهم، أو الوظيفة التي يشغلونها(مسلم، 2017، ص17).

5-1- إدارة العواطف والتحكم بها: إن التعامل مع الأحاسيس والمشاعر وتحييدها بشكل إيجابي بل وجعلها إيجابية، وقدرة الفرد على تهدئة النفس والتخلص من القلق والتهجم ونتائج الفشل هي من أساس المكونات للذكاء العاطفي، فمن يفتقر لهذه القدرات يظل في حالة غير مستقرة وفي عراك مستمر مع الشعور بالكآبة، أما من يتمتع بها فهم ينهضون من كبوات الحياة ويتقبلونها بسرعة أكبر ويعود لواقع حياة الطبيعية بشكل أفضل.

5-2- تحفيز النفس: أي توجيه العواطف لخدمة هدف ما، فهذا أمر مهم لاتباه النفس ودفعها للتفوق والإبداع أيضا ذلك لأن التحكم في الانفعالات بمعنى تأجيل الإشباع ووقف الدوافع المكبوتة التي لا تقاوم أساس مهم لكل إنجاز وكذلك القدرة على الإنغماس في تدقيق العواطف حين يستلزم ذلك التوصل إلى أعلى أداء (بلال وبن تيشة، 2014، ص 43).

5-3- التعرف على عواطف الآخرين أو التقمص الوجداني: تتأسس على الوعي بالاتصالات أي أنه مهارة إنسانية جوهرية بحق، فالأشخاص الذين يتمتعون بملكة التقمص الوجداني يكونون أكثر قدرة على التقاط الإشارات الاجتماعية التي تدل على أن هناك من يحتاج إليهم، وهذا يجعلهم أكثر استعدادا أن يتولوا المهمة التي تتطلب رعاية مثل مهمة التعليم والتجارة والإمارة.

5-4- توجيه العلاقات الإنسانية: إن فن العلاقات بين البشر هو في معظمه مهارة في تطويع عواطف الآخرين وهذه هي القدرات التي تكمن وراء التمتع بالشعبية والقيادة والفاعلية في عقد الصلات مع الآخرين ولا شك أن المتفوقين في هذه المهارات يجدون التأثير بمرونة في كل شيء يعتمد على التفاعل مع الناس الذين هم نجوم المجتمع (بوغزالة وبن مسعود، 2019، ص 29).

إن الذكاء العاطفي يساعد على معرفة الإنسان لعواطفه والتحكم فيه والتعرف على عواطف الآخرين.

6- مكونات الذكاء العاطفي:

يتكون الذكاء العاطفي من ستة عناصر وهي كالتالي :

6-1- العواطف الأخلاقية: إنها تعني توافر العواطف والسلوكيات التي تتعلق بالاهتمام بالآخرين والمشاركة وتقديم المساعدة وتغذية الآخرين بالأفكار السليمة وتكوين السلوكيات المطلوبة للأعمال

الخيرية والتسامح والرغبة في إتباع النظر و القوانين والاجتماعية

*فهم ما يميز الخبيث من الطيب في السلوك

*تنمية الاهتمام بالآخرين واحترامهم والإحساس بالمسؤولية.

*رسة دور الطفل العاطفي السلي كالعجل والإحساس بالذنب والخوف.

6-2- المهارات الفكرية الخاصة بالذكاء العاطفي "مهارات التفكير":

- **التفكير الواقعي:** التفكير الواقعي الخداع الذاتي «خداع النفس»: وتعد هنا القصص التجسيدية من أحسن طرق تعليم الأطفال مهارات خاصة سواء من خلال قراءة كتاب أو التأليف ، وكذلك لتعليم الأطفال التفكير بشكل واقعي بالنسبة لمشكلاتهم وهمومهم إذا ما قام الوالدان أنفسهم بالتفكير المماثل وانه تعين على الوالدين ألا يخفيان الحقيقة على أطفالهم حتى وان كانت مؤلمة.

- **التفاؤل:** يسهم التفاؤل في تغيير الأفكار السلبية إلى أفكار ايجابية ومن الممكن تحويل الأفكار السلبية إلى أفكار ايجابية فمثلا يمكن أن تكون المشكلة هي: أنني أفضل على أقل درجات في مادة العلوم.

- **تعليق سلمي:** إنك لن تتحسن في مادة العلوم فلماذا تتعب نفسك بالمحاولة.

- **تعليق ايجابي:** إذا ذاكرت أكثر أو قمت بعمل المزيد من الواجبات فان بإمكانك أن يرفع مستوى درجاتك.

- **تغير طريقة التصرف بتغيير طريقة التفكير:** هناك اعتقاد خاطئ لدى البعض بأن حل

المشكلات يتعلق بنسبة الذكاء 2 أكثر من تعلقه بمهارات الذكاء العاطفي 'EO'

فقد أكد «جيت بالعرف، أن المنطق المحسوس أولا ثم المجرد ثانيا وبعده العنصر العام والرئيس في حل المشكلات، كما أن العديد من الشواهد تؤكد على أن الخبرة الاجتماعية والتألف مع المشكلة يمكن أن يكون عوامل أكثر أهمية في حلها

6-3- حل المشكلات:

وكذلك يستطيع الأطفال حل المسائل المعقدة إلى حد ما عندما تصاغ في عبارات مألوفة مادية.

إن حل المشكلات يعتمد على:

-وجود سليات واستراتيجيات عديدة

-تحديد المشكلة بوضوح.

-محاولات التوصل إلى حلول

-الجهود التي يبذلها الآخرون من أجل الحلول

-إعداد خطة احتياطية لاستخدامها في الحل في حالة فشل الحلول المقترحة. (مبارك وباديس، 2016، ص ص 24 - 25).

6-4-المهارات الاجتماعية :

يوجد العديد من الأطفال الذين يعانون من مشكلات التفاهم مع الآخرين وتفهمهم مهارات التخاطب التي تتلاءم مع أعمارهم منهم من يعانون من مشكلات في توصيل رغباتهم إلى الآخرين وكذلك في فهم احتياجات الآخرين ورغباتهم.

وقد وجد "جويفر مونت" وآخرون أن مهارات التخاطب ممكن تحديدها وتعليمها وهي تشمل الآتي :

1-التعبير عن الاحتياجات والرغبات بوضوح

2- المشاركة في المعلومات الخاصة بالشخص

3-تعديل استجابات الشخص بما يتناسب مع تلميحات وكلمات الآخرين .

4-الاستفسار من الآخرين عن شخصياتهم .

5-تقديم المساعدة والمقترحات

6-توجيه الدعوة .

7-توفير المعلومات الاسترجاعية أو الإيجابية .

8-عدم قطع المحادثة

9-إظهار حسن الاستماع .

10-إظهار وفهم مشاعر الشخص الآخر .

11-التعبير عن الاهتمام بالشخص الآخر

12-التعبير عن الموافقة والقبول .

13-التعبير عن المحبة والود .

14-إظهار التعاطف

15- عرض المساعدة والاقتراحات عندما يبدو ذلك مناسباً .

6-5-النجاح العلمي والأكاديمي أو مهارة الإنجاز : يختلف الباحثون حالياً ويهتمون بأسباب

كون بعض الناس يتمتعون بالدافع الذاتي وينجزون بصورة عالية في حين أن هناك آخرون يفتقدون

إلى ذلك حيث توصلوا حتى الآن إلى المبادئ الآتية :

*علم طفلك أن يتوقع النجاح .

*قدم لطفلك الفرص التي تمكنه من السيطرة على عالم يتحكم في بيئته.

*أعمل على أن تولد علاقة بين التعليم وبين اهتمامات طفلك وأسلوبه في التعليم .

*علم طفلك قيمة الإصرار والمثابرة .

*علم طفلك أهمية مواجهة الفشل والتغلب عليه .

6-6- العواطف :

تظهر العواطف ويتم التحكم فيها بواسطة جهاز اتصال سريع الإضاءة بداخل المخ يسيطر عليه المهاد واللوزة وفصوص الجبهة في لحاء المخ وتساندها في ذلك مجموعة من تراكيب وعقد في المخ التي ترسل المعلومات في صورة المستويات عضوية إلى باقي أجزاء الجسم (الأسطل ، 2010 ، ص 29 - 30).

تتلخص مكونات الذكاء العاطفي في الوعي بالذات أي القدرة على إدراك الحالة المزاجية والعواطف الشخصية وفهمها وكذلك التنظيم الذاتي أي التحكم في ردود الأفعال العاطفية الشديدة والتحفيز الذاتي والتعاطف والمهارات الإجتماعية التي تشمل القدرة على بناء شبكات وتحقيق الوئام

7- نماذج الذكاء العاطفي :

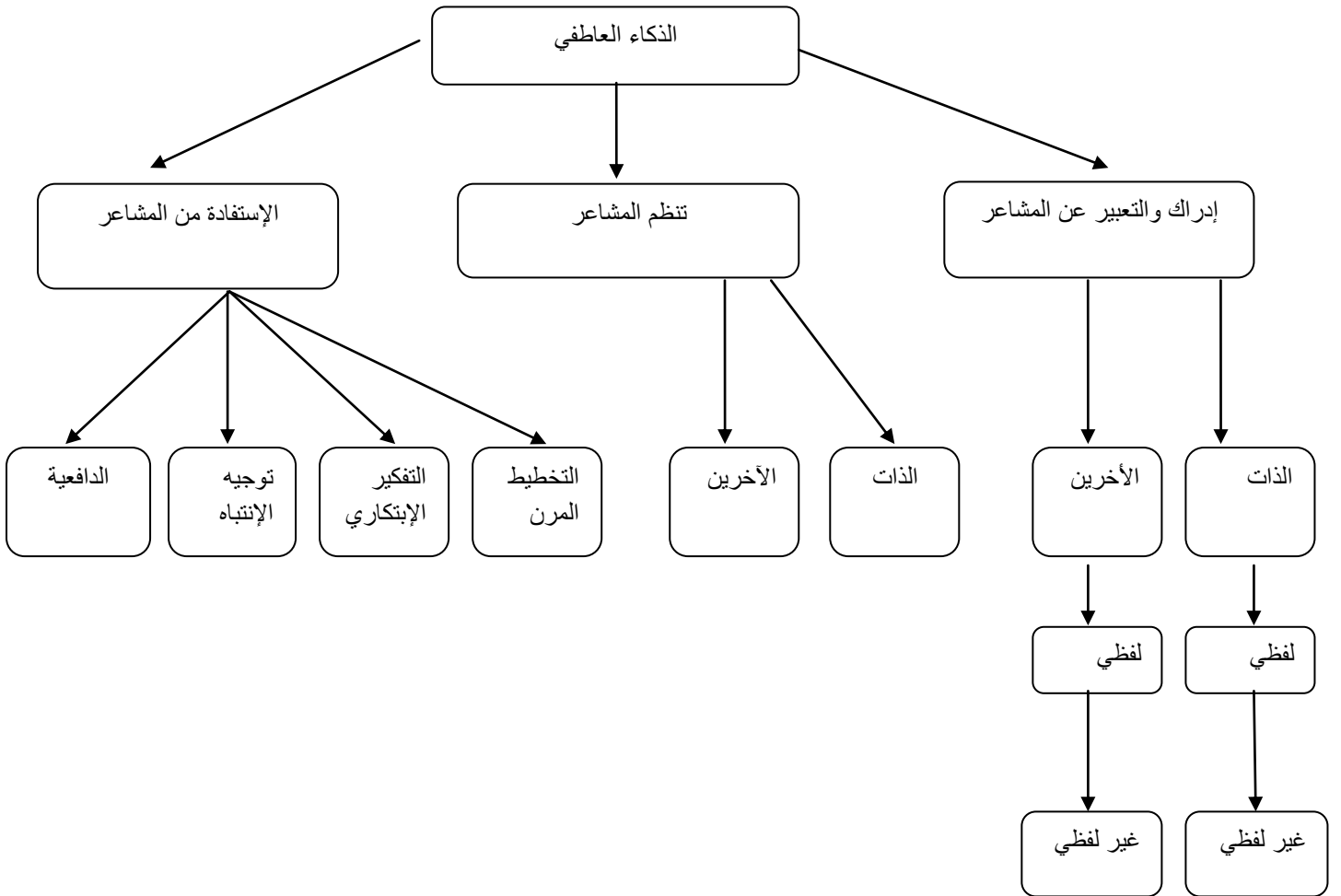
يتميز الذكاء العاطفي بمجموعة من النماذج و تتمثل فيما يلي :

7-1 نموذج ماير وسالوفي للذكاء العاطفي :

يعتبر (Mayer&Salovey, 1990) أول من استخدم مصطلح الذكاء العاطفي كما سبق القول ، حيث بالعديد من الابحاث التي تعتمد على دمج العديد من الافكار المتعلقة بمجال الذكاء والعواطف ، فتأتي فكرة الذكاء من نظرية الذكاء الخاصة بهم والتي تتمثل في القدرة على تنفيذ العمليات المتعلقة بالتفكير المجرد، ومن نظرية العواطف انبثق الافتراض القائل أن العواطف عبارة عن إشارات تحمل معاني ودلالات حول العلاقة بين المشاعر والحالة النفسية التي عليها الفرد ، كما يفترض نموذجهما ان الافراد يتفاوتون في قدرتهم على معالجة المعلومات ذات الطبيعة العاطفية

ويشيران نموذج الذكاء العاطفي كما قدمه Salovey&Mayer، يرى أن الذكاء العاطفي هو مجموعة من القدرات والمهارات ، وانه ينشأ نتيجة تكامل النظام المعرفي والنظام العاطفي ، اذ يقوم النظام المعرفي بالاستدلال المجرد حول العواطف ، بينما يعزز النظام العاطفي القدرة المعرفية. وبمعنى

أوضح أن الأفراد ذوي الذكاء العاطفي المرتفع ، لديهم القدرة على ادراك العواطف وفهمها وادارتها من جهة ، وعلى السماح لتلك العواطف ان تسهل وتيسر تفكيرهم من جهة أخرى



الشكل رقم 01 يبين لنا أبعاد الذكاء العاطفي و وفقا نموذج ماير و سالوفي

ثم عرضا نموذجا متطورا في عام ١٩٩٧ ، ووضع مزيد من التركيز على المكونات المعرفية ، كما قاما بإعادة تفسير الذكاء العاطفي من حيث امكانية النمو الفكري و العاطفي ، وينظر هذا النموذج الى الذكاء العاطفي كشكل من اشكال القدرة المعرفية و التي تخضع لنفس القوانين التي تحكم المفاهيم التقليدية للذكاء ، حيث ان الذكاء العاطفي كشكل جديد للذكاء يشمل مجموعة من عوامل الذكاء الكامنة و التي تعد ضرورية لفهم و التفكير في المعلومات العاطفية و الجمع بين التفكير والعاطفة ، واصبح الذكاء العاطفي وفقا لهذا النموذج يتألف من أربعة أبعاد رئيسية وهي :

1- إدراك العواطف وتقييمها والتعبير عنها :

والمقصود به التعرف على المشاعر والقدرة على تقييمها والتعبير عنها بصورة دقيقة سواء بشكل لفظي او غير لفظي ، كالقدرة على تمييز الانفعالات وتقييمها لدى الفرد نفسة ولدى الآخرين ،

والتمييز بين المشاعر الصادقة والمزيفة او مشاعر الحب والكراهية. ومن الضروري ان يستطيع الفرد اكتشاف معنى المعلومات العاطفية من خلال تعبيرات الوجه ونبرة الصوت وإيماءات الجسم عند الاشخاص المحيطين به ، ويشير هذا النموذج الى أن التعاطف الذي يعرفه الباحثين بأنه "قدرة الفرد على تفهم مشاعر الآخرين يعتبر خاصية أساسية في سلوك الفرد الذكي عاطفيا، حيث أن عدم التعرف على ما يشعر به الآخرون لا سيما اثناء التفاعلات بين الاشخاص ، يجعل من صعوبة التواصل معهم بشكل فعال.

2- استخدام العواطف في تسهيل عملية التفكير :

ويرتكز هذا البعد على كيفية تأثير الانفعالات على النظام المعرفي ، وامكانية توظيف المشاعر لتسهيل عملية التفكير عن طريق توجيه الانتباه تجاه المعلومات الهامة في الموقف ، وتوليد المشاعر التي تساعد على اتخاذ القرار ، والتنقل بين المشاعر لرؤية الامور من زوايا مختلفة ، ولاستخدام المشاعر من اجل الوصول الى حلول مناسبة للمشكلات ، بالاضافة الى توجه العواطف الاهتمام الى مشكلات تستحق أولوية أكبر ويمكن للأفراد الاستفادة من تقلبات المزاج لرؤية المواقف من رؤى مختلفة ، ومن ثم التفكير في المشكلة بعمق أكبر وبطريقة أكثر ابداعية ، وتسمى هذه العملية بتوافق الحكم والمزاج ، فتقلبات الحالات المزاجية قد يقود الفرد لوضع احتمالات عديدة للموقف في اعتباره والتي تعتبر مميزة في ظروف عدم التأكد ،وقد تتيح الحالات المزاجية أنواعا مختلفة من الوظائف واشكالا مختلفة من التفكير (الاستنباط في مقابل الاستقراء) ، فالشعور بالسعادة يؤدي الى ظهور الابداع ، والاستنتاج الاستقرائي لدي البعض ، كما أن المزاج الجيد قد يؤدي الى تفكير متفائل ، في حين يؤدي المزاج السيء الى تفكير متشائم ، علاوة على ان الاحكام الجيدة يتم التوصل اليها من اقتراب الفرد من المعلومات العاطفية المناسبة ، فعدم الوقوف على مثل هذه المعلومات قد يؤدي إلى ضعف الفهم الاجتماعي وعدم الاحساس بالآخرين

1- فهم وتحليل العواطف :

والمقصود به فهم العواطف وتحليلها بتناقضاتها وتحويلها وتسمية تلك الانفعالات، وادراك مدلولاتها ومعانيها ، وفهم المشاعر المركبة ، أما التناقض بين العواطف فقد يحدث في ظروف معينة ، فقد يجمع الفرد بين كل من مشاعر الحب والكراهية لنفس الشخص، ومن المحتمل أيضا الاعتراف بوجود خلط او تركيبة من العواطف تكون حالة عاطفية معينة ، فمثلا الهيبة يمكن رؤيتها أحيانا نتيجة دمج كلا من الخوف و الدهشة ،والامل كخليط من الثقة و التفاؤل.

وتميل العواطف الى ان تحدث في شكل سلاسل نمطية، فربما يشتد الغضب ليصل إلى مرحلة الغيظ ، بعد ذلك يتحول الى الرضا أو الشعور بالذنب وذلك وفقا للظروف المحيطة ، ويجب على

الفرد إدراك التغيير في الانفعالات كالتغير من المحبة الى التضحية أو التغير في شدة الانفعالات من هياج الى توتر عادي

1-إدارة العواطف :

تعنى القدرة على إبتكار إستراتيجيات فعالة تساعد الفرد على تحقيق النتائج الإيجابية، كما يقصد بهذا البعد ضرورة التنظيم الواعي للعواطف لتعزيز النمو العاطفي والفكري ، وتشمل الانفتاح على المشاعر الايجابية والسلبية وقبولها ، والتأمل بالمشاعر في الذات والآخرين ، والقدرة على ادارتها بحكمة ورؤية دون كبت أو مبالغة ان الافراد الأذكياء عاطفيا يمكنهم تعديل حالاتهم المزاجية وعواطفهم السلبية ، والمحافظة على حالاتهم المزاجية وعواطفهم الإيجابية حين يكون ذلك ملائما ، الا انه احيانا يكون من المناسب الاحتفاظ بمزاج سلبي في حالات عاطفية معينة (ماضي ، 2014 ، ص ص 54 – 56).

جدول رقم(01) يوضح المستويات (القدرات الفراغية) والقدرات المتضمنة في كل مستوى في نموذج ماير و سالوفي (1997) مرتبة بصورة تطويرية من الأدنى الى الاعلى

الجدول رقم 01 يبين لنا مستويات (القدرات الفرعية) و القدرات المتضمنة في كل مستوى في نموذج

ماير و سالوفي 1997 مرتبة بصورة تطويرية من الأدنى إلى الأعلى

المستويات (القدرة الفرعية)	وصف القدرة	محتوى القدرة (القدرة المتضمنة)
التعرف على الانفعالات أوالعواطف	الإدراك والتقييم، والتعبير عن الانفعال بصورة دقيقة	التعرف على انفعالات الذات. التعرف على انفعالات الآخرين، والأشياء والتصميم واللوحات. والأصوات.

<p>التعبير بدقة عن الانفعالات والحاجات المتصلة بها.</p> <p>التمييز بين تعابير الانفعالات الصادق والمزيفة.</p>		
<p>استخدام الانفعالات لتوجيه الانتباه للمعلومات المهمة في المواقف.</p> <p>توليد الانفعالات الحية التي يمكن أن تسير عملية اتخاذ القرار.</p> <p>التأرجح من عدة انفعالات لرؤية الأمور من زوايا عدة.</p> <p>استخدام المزاج لتسهيل عملية توليد الحلول المناسبة.</p>	<p>تسهيل الانفعال للتفكير</p>	<p>إدراك الانفعالات أو العواطف (توظيف الانفعالات)</p>
<p>تسمية الانفعالات، والتمييز بين التسميات المتشابهة وانفعالاتها.</p>	<p>فهم وتحليل الانفعالات وتوظيف المعرفة الوجدانية .</p>	<p>فهم الانفعالات أو العواطف</p>

<p>تفسير المعاني التي تحملها الانفعالات مثلاً الحزن يعني فقدان الشيء.</p> <p>فهم الانفعالات المركبة مثلاً: الغيرة وتشمل الغضب والحسد والخوف.</p> <p>ملاحظة التحول أو التغيير في الانفعال سواء في الشدة مثلاً: مستوى الغضب أو (النوع) من الحد من الغيرة.</p>		
<p>الانفتاح أو التقبل للمشاعر السارة وغير السارة.</p> <p>الاقتراب أو الابتعاد من انفعال بشكل تأملي.</p> <p>إدارة انفعالات الذات والآخرين دون كبت أو</p>	<p>تنظيم الانفعالات بصورة تأملية بتفعيل النمو الوجداني أو العقلي</p>	<p>إدارة الانفعالات (تنظيم الانفعالات)</p>

تضخيم المعلومات التي حملها.		
--------------------------------	--	--

2-7 نموذج Goleman Danial للذكاء العاطفي :

دانيال جولمان سيكولوجي وصحافي أمريكي حصل على درجة الدكتوراء في علم النفس من جامعة هارفارد، تحدث عن الذكاء العاطفي من خلال كتابه الذي نشره عام 1995 بعنوان "Emotional Intelligence" هذا الكتاب تصدر أعلى نسبة مبيعات في بريطانيا لمدة عشرة شهور، وفي كتابه الثاني الذي صدر عام 1998 بعنوان "Working with Emotional Intelligence" يذكر (Goleman, 2006) تحت عنوان "الكفاءة العاطفية أن الذكاء العاطفي يتضمن خمسة أبعاد أو مهارات أساسية وخمس وعشرين كفاءة فرعية يعتمد النجاح المهني على عدد كبير منها، كما أن لكل شخص خصال "Profile" خاصة تحدد قوة وحدود كل كفاءة، ولا يصل أي شخص إلى حد الكمال في هذه الكفاءات، وتعرف الكفاءة العاطفية بأنها: القدرة المتعلمة التي تعتمد على الذكاء العاطفي وتؤثر في أداء الفرد، وأن الذكاء العاطفي يحدد طاقاتها الكاملة لتعلم المهارات العلمية التي تركز على المهارات الخمس الأساسية

وقد بنيت نظرية Goleman على مفهوم Gardner في الذكاء المتعدد وخاصة الذكاء الشخصي والذكاء الاجتماعي (التفاعلي).

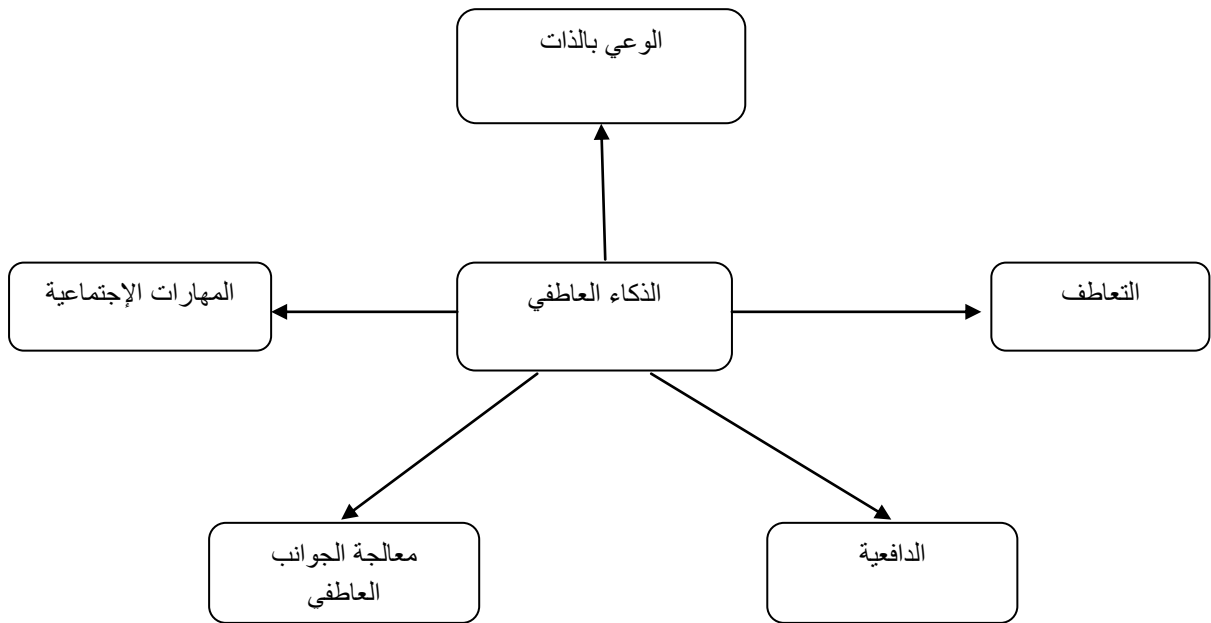
ويشير (جولمان، 2000) إلى أن هناك علاقة طردية بين سيطرة المواطن، وسيطرة المنطق على العقل، فكلما كانت المشاعر أكثر حدة زادت أهمية العقل العاطفي وأصبح العقل المنطقي أقل فاعلية

هذان العقلان - العاطفي والمنطقي - يقومان معاً في تناغم دقيق دائماً بتضافر نظاميهما المختلفين جداً بقيادة حياتنا، لأن هناك توازناً قائماً بين العقل العاطفي والعقل المنطقي. حيث أن العاطفة وتزود عمليات العقل المنطقي بمعلومات، بينما يعمل العقل المنطقي على تنقية مدخلات العقل العاطفي، وهناك بين العقلين تنسيق دقيق رائع، فالمشاعر ضرورية للتفكير، والتفكير مهم للمشاعر، ولكن

ان تجاوزت المشاعر ذروة التوازن عندئذ يسود العقل العاطفي ويكتسح العقل المنطقي.

يؤكد (Goleman, 2002) إن امتلاك مستوى عال من الذكاء العاطفي لا يضمن اكتساب الكفاءات (المهارات) العاطفية اللازمة تماماً للعمل، بل يعني أن الفرد لديه إمكانية متميزة لاكتساب تلك الكفاءات، فمثلاً: إن امتلاك الشخص لقدرة كبيرة على التعاطف، لا يعني بالضرورة إتقان المهارة المستندة إلى التعاطف، مثل خدمة العملاء بشكل متميز، أو القدرة على العمل ضمن فريق عمل ذي اختلافات ثقافية.

ويلخص "جولمان" أفكاره بضرورة إعادة النظر فيما يحتاجه القائد، وفيما يحتاجه من القائد، وبأن كفاءات الذكاء العاطفي تنمو مع العمر والتدريب، وأن تلك الكفاءات تتفاعل بقوة فيما بينها وتبنى على بعضها البعض، كما أن أعمال المنظمات تتطلب اختلافاً في تلك الكفاءات. والأهم أنها تسهم بشكل فريد في تحسين الأداء، ويشمل مفهوم الذكاء العاطفي عند جولمان كما أشار إليه خمسة أبعاد هي:



الشكل رقم 02 : نموذج دانيال جولمان للذكاء العاطفي

-الوعي بالذات (Self-awareness): إن حكمة سقراط (أعرف نفسي) هي حجر الزاوية في الذكاء العاطفي كما أشار إليها (جولمان 2000). فالوعي بالذات أي الوعي بمشاعرنا وعواطفنا والوعي بأفكارنا المرتبطة بهذه العواطف والانتهاج المستمر للحالة الشخصية الداخلية هو أساس البصيرة السيكولوجية والثقة بالنفس فنحن دائماً بحاجة لمعرفة أوجه القوة وأوجه القصور لدينا، لتتخذ من هذه المعرفة أساساً لقراراتنا، فالوعي بالذات هو حجر البناء الجوهري للذكاء العاطفي القادر على التخلص من المزاج السيئ.

-معالجة الجوانب العاطفية : يوضح (بام, سكوت, 2000) "أن معالجة الجوانب العاطفية تعلى معرفة كيف نعالج أو نتعامل مع المشاعر التي تؤدينا وتزعجنا. والقدرة على تحمل الانفعالات العاصفة التي تأتي بها الحياة، وتحقيق التوازن في تناول أمور الحياة، فكل المشاعر لها قيمتها وأهميتها وبدون عاطفة تصبح الحياة راكدة ومملة ومنعزلة عن ثراء الحياة نفسها، فالتطرف العاطفي يؤدي إلى فقدان الاتزان الشخصي للشخص، ومفتاح الصحة العاطفية هو مراقبتنا لمشاعرنا السلبية والقدرة على معالجتها.

-التعاطف **Empathy**: يؤكد (جولمان, 2000) أن التعاطف يقوم على أساس الوعي بالذات ويعنى قراءة مشاعر الآخرين والتعرف عليها والإستجابة لها وذلك من خلال أصواتهم أو تعبيرات وجوههم وليس بالضرورة مما يقولون، إن الفرد القادر على إدراك وتقبل مشاعره، يكون لديه القدرة على قراءة مشاعر الآخرين، كما أن معرفة مشاعر الغير قدرة إنسانية أساسية، بينما الفشل في إدراك مشاعر الغير نقطة عجز أساسية في الذكاء العاطفي، ونجد أن المرضى الفاقدين القدرة التعبير عن مشاعرهم يشعرون بالارتباك إذا عبر الآخرون لهم عن مشاعرهم نحوهم، وهذا الفشل في تسجيل مشاعر الطرف الآخر هو أكبر نقطة ضعف في الذكاء العاطفي بل هو فشل مأساوي في معنى إنسانية الإنسان، وكل علاقة ودية بين البشر، وذلك لأن جذور الحب والرعاية والاهتمام تنبع من التوافق العاطفي ومن القدرة على التعاطف

-الدافعية (**Motivation**): وتشير كما أوضح (بام, سكوت, 2000) إلى سعي الفرد نحو تحقيق دوافعه وأهدافه، ويعتبر الأمل المكون الأساسي للدافعية، ويتضمن الدافعية، الحماسة، والمثابرة لدى الفرد، وتشير نتائج الدراسة التي قام بها **Snyder** "إلى أن الطلبة الذين حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس الأمل كان تحصيلهم أعلى، لهذا يعد مقياس الأمل أكثر صدقاً في التنبؤ بالنجاح.

وللدافعية دور إيجابي في تحقيق الإنجاز، وقد أثبتت الدراسات التي أجريت على الرياضيين وعلى الموسيقيين ولاعي الشطرنج أن السمة الموحدة المشتركة لدى الأبطال في هذه الأنشطة المتنوعة هي القدرة على إثارة الدافعية والارتفاع بمستواها لدى أنفسهم مما يدفعهم إلى خوض تدريبات شاقة ومستمرة ترفع من مستوى أدائهم، ويمكن أن تشاهد في الحياة النجاح الناتج عن الدافعية بصرف النظر عن القدرات العقلية الأخرى،

-المهارات الاجتماعية (**Social skills**):

يؤكد (عجاج, 2000) أنها تعني القدرة على قراءة وفهم كل من السلوك الاجتماعي ومهارة المشاركة الاجتماعية مثل التعبير اللفظي والعاطفي والقدرة على لعب الدور الاجتماعي بكفاءة

وهذه القدرات هي مفتاح الكفاءة الاجتماعية والتي تعنى بكيفية تعبير الناس عن مشاعرهم ونجاحهم أو فشلهم في التعبير عن هذه المشاعر. (موصلي، 2013، ص ص 29 – 30).

3-7 نموذج "بار-أون" للذكاء العاطفي:

لقد توصل بار -أون Bar-On إلى واحد من أول وأهم المقاييس المستخدمة لتقييم الذكاء العاطفي معتمداً على مفهوم نسيب الذكاء Emotional Quotient Inventory ويتصل ذلك النموذج بقياس قدرات وإمكانات الأداء الوظيفي والنجاح المهني للفرد، وهو من مقاييس التقرير الذاتي، حيث الدرجة تعكس إجابات الفرد على أسئلة المقياس، ويعتبر ذلك المقياس باعنا ومحفزاً للوصول إلى النتائج الجيدة، وليس فقط مجرد إحصاء النتائج التي يتوصل إليها الأفراد، حيث يركز على مجموعة من القدرات والكفاءات الاجتماعية والعاطفية والتي تتمثل في مهارة الفرد في إدراك المشاعر الخاصة به، وفهمها ومحاوله التعبير عنها، وقدرته في إدراك المشاعر المتصلة بالآخرين، وفهمها ومحاوله التعبير عنها والقدرة على التعامل مع المواقف العاطفية والإنفعالية الصعبة، والقدرة على إحداث وتطبيق التغييرات السلوكية، وحل المشكلات الفردية والاجتماعية على حد سواء، حيث يتناول ذلك النموذج خمسة أبعاد أساسية للذكاء العاطفي وهي :

*الذكاء الشخصي Interpersonnel

*الذكاء البيئشخصي Interpersonnel

*القدرة على التكيف Adaptability

*إدارة الضغوط Stress Management.

*الحالة المزاجية العامة General Mood

ويحتوي كل بعد من تلك الأبعاد الخمسة على مكونات أخرى فرعية يضمها الجدول التالي:

ويفترض بار - أون أن الذكاء العاطفي مهارة يتم تنميتها وتطويرها بمضي الوقت من خلال خضوع الفرد لبرامج تدريبية هدفها الأول تنمية المهارات العاطفية والاجتماعية. ويفترض بار - أون أن الأفراد الذين ترتفع نسبة الذكاء العام لديهم هم أكثر الأفراد تحقيقاً للنجاح وتلبية للمتطلبات والضغوط البيئية والمجتمعية وذكر أيضاً أن نقصان مهارة الذكاء العاطفي لدى الفرد يقل من فرص نجاحه في الحياة، ويزيد من نسبة حدوث المشكلات العاطفية والاجتماعية عنده، وعلى هذا فإن مشكلات المديرين أو الأفراد الذين يكون لديهم نقص في مهارات الذكاء العاطفي يجدون صعوبة في صنع القرارات وفي حل المشكلات وإدارة الضغوط والتحكم في ردود أفعالهم، وباختصار يعترف بار - أون بوجود علاقة وثيقة بين الذكاء العاطفي والذكاء الذهني أو

المعرفي حيث أنهما يؤديان بدورهما إلى زيادة نسبة الذكاء العام لدى الفرد ما يعطي انطبعا للمجتمع أن ذلك الفرد من أكثر الأفراد تحقيقا للنجاح سواء في حياته العملية او الاجتماعية

جدول رقم 02 يوضح نموذج بار – اون للذكاء العاطفي

الأبعاد	المكونات الفرعية
الذكاء الشخصي Interpersonnel	الإهتمام والوعي العاطفي بالنفس، التوكيدية، الاستقلالية، الواقعية، إدراك الفرد لقدراته وإمكانته واقعيا (تحقيق الذات)
الذكاء البيئشخصي Interpersonnel	التعاطف مع الآخرين ، المسؤولية الإجتماعية، العلاقات القائمة بين الفرد والآخرين في المجتمع.
القابلية للتكيف Adaptabilité	دراسة الواقع والظروف البيئية ، المرونة في التعامل مع الآخرين ، حل المشكلات بمنطقية ومهارة.
إدارة الضغوط Stress Management	التسامح والتحكم في رد الفعل وضبط الاندفاع .
الحالة المزاجية العامة General Mood	التفاؤل والسعادة.

يتبين لنا من خلال ذلك الجدول ان نموذج بار- اون للذكاء العاطفي يتكون من خمسة عشر مكوناً تم ترتيبهم في خمسة أبعاد رئيسية، حيث يشتمل على:

أولاً: الذكاء الشخصي:

والذي يمثل القدرات والكفاءات والمهارات المرتبطة بداخل ذلك الفرد.

ثانياً : الذكاء البيئشخصي:

ويمثل القدرات والمهارات البيئشخصية ومحاولة تطبيقها على أرض الواقع والاستفادة منها في إدارة ذلك الفرد لعلاقاته مع الآخرين.

ثالثاً : القدرة على التكيف :

ويوضح كيفية نجاح الفرد في مواكبة الظروف والمتطلبات البيئية والتكيف معها من خلال زيادة مهاراته ومرونته في التعامل مع الآخرين وحل المشكلات بمنطقية ومهارة.

رابعاً : إدارة الضغوط:

ويمثل قدرة الفرد على إدارة الضغوط والتكيف معها بفعالية كبيرة.

خامساً: الحالة المزاجية العامة:

ويمثل قدرة ذلك الفرد ومهاراته في الاستمتاع بالحياة، وفي الحفاظ على مكانته ومركزه الإيجابي داخل المجتمع والذي يضم كلا من السعادة والتفاؤل.

ويمكن تعريف مفهوم الذكاء العاطفي من خلال ذلك النموذج بأنه عبارة عن منظومة من القدرات والمهارات والكفاءات غير المعرفية والتي تؤثر على قدرة الفرد على النجاح في مواكبة المطالب والمتطلبات البيئية والضغوط الاجتماعية، وأن تلك المكونات الخمسة عشر يمكن تعريفها على أنها مجموعة من المتغيرات غير المعرفية والتي تمثل العوامل الشخصية التي تبين تمتع ذلك الفرد بمهارات الذكاء العاطفي والمهارات الاجتماعية في التعامل مع الناس داخل المجتمع الذي يعيش فيه (أبوعفش، 2011، ص ص 42 – 44).

7-4 نموذج داليب سينج (نموذج سمات – Balip Singh Model) :

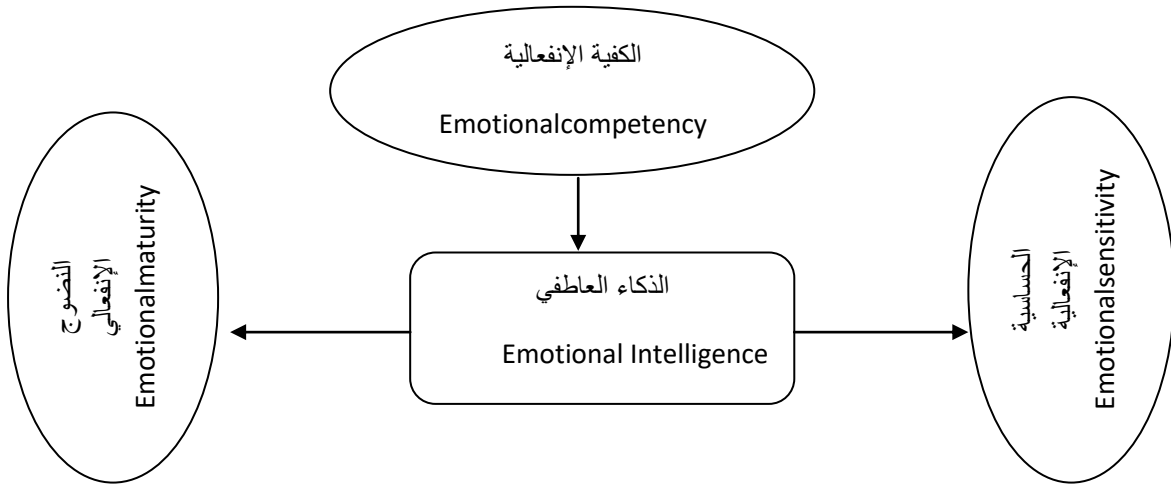
داليب سينج عالم هندي الجنسية، وضع نموذجهُ للذكاء العاطفي ليتواءم مع البيئة الهندية. فقد عقدت ورشة عمل تفاعلية مفتوحة في نيودلهي في 16 أغسطس عام 2002 حضرها على المستوى القومي أكاديميون وأكثر من مائة مدير عام تنفيذي وأعضاء الإدارة العليا لأكبر منظمات دوائر الأعمال الهندية، بعد المناقشات كان هناك إجماع بأن التعريفات التي أوردها العلماء الأمريكيان حول الذكاء العاطفي فيها نوع من التحيز الثقافي، وظهرت في الندوة دعوة إلى وضع تعريف جديد للذكاء العاطفي وخصائصه، وفي ضوء ورشة العمل هذه وضع سينج نموذجهُ للذكاء العاطفي معتمداً التعريف التالي: * الذكاء العاطفي هو إستجابة الفرد الملائمة والناجحة للمثيرات الإنفعالية، واسعة التنوع والتي تتحرك من داخل الذات و البيئة القائمة، يتشكل الذكاء العاطفي من ثلاثة أبعاد نفسية القدرة أو الكفاية الإنفعالية، النضوج الإنفعالي والحساسية الإنفعالية، والتي تدفع الفرد إلى التعرف بصدق على ديناميات السلوك البشري، وتفسيره بأمانة وتناوله بلباقة

نموذج سينج بأبعاده الثلاثة وهي:

أولاً: الكفاية الإنفعالية: وتتكون من ثلاثة حصال فرعية هي :

معالجة القلق والتكدر الإنفعالي : ويقصد به القدرة على الاستجابة بلياقة إلى المثير الإنفعالي الذي تحركه مواقف متنوعة (إحباطات مختلفة الأسباب، مواقف الصراع التي تسبب إثارة انفعالية، الشعور بعقدة النقص) وهنا يتم تجنب الإنفعالات السلبية والإجهاد العاطفي الذي يسبب احتراق داخلي، ومعالجة التكدر العاطفي تشمل إيجاد طرق للتغلب على الغضب، الخوف، الحزن، والقلق، وتشمل أيضاً التعلم على كيفية إدارة الذات عند القلق وتحويل الإنفعالات السلبية إلى إيجابية التمتع بتقدير ذاتي مرتفع: التمتع باحترام وتقدير ذاتي عالي يعطي الفرد قدرة ثقة واقعية الذات و نسب الإنجاز دائما للذات و إهمال مساهمة الآخرين، المقدره على معالجة هذه النزعة تعزز قدرة الفرد على التمتع بذكاء عاطفي عال. تجعله مدركاً أن التحديات فرص للتعلم، و هذه الثقة التي ولدت إحترام الذات تساعد في تجاوز هذه التحديات.

معالجة نزعة المنفعة الذاتية (الأنوية) : و المقصود هنا عدم الغرور وتركيز الحديث حول الذات و نسب الإنجاز دائما للذات و إهمال مساهمة الآخرين، المقدره على معالجة هذه النزعة تعزز قدرة الفرد على التمتع بذكاء عاطفي عال.



شكل رقم 03 : مكونات الذكاء العاطفي حسب نموذج داليب سينج

ثانياً: النضوج الإنفعالي (Emotional Maturity): ويتكون من أربعة خصال فرعية وهي :

الوعي بالذات: ويقصد به المقدره على تمييز و تسمية الإنفعالات الذاتية المتنوعة النابعة من الداخل، فبعض المدراء غير المتمتعين بهذه الخاصية يميل إلى إنكار هذه الأحاسيس و المشاعر بسبب عدم القدرة على تمييزها وهذا بسبب انخفاض الوعي بالذات. ومن الأمثلة على ذلك أن يكون لدى الفرد بصيرة بنقاط قوته وضعفه، مما ينعكس على العلاقات بالآخرين.

تطوير الآخرين : الإعتراف بقيمة الآخر وإنجازاته وقيمة مساهمته شئ حسن، لأن شكر الآخر وإشراكه بشكل فعال في العمل من علامات أصحاب الذكاء العاطفي المرتفع.

تأخير الرضى عن الإشباع النفسي المباشر: والمقصود هنا التروي في الحكم على الأشياء وعدم التسرع وتجنب رد الفعل السريع، أي عمل الأشياء المائبة فقط والتي ستؤدي إلى نجاح على الصعيد الشخصي أو المهني

المرونة و التكيف: معرفة كيف ومتى تأخذ زمام المبادرة ومتى تتبع الآخر من المهارات الإنفعالية الأساسية، وعليه فإن المدراء عليهم أن يعلموا متى تكون الشدة ومتى يكون لتساهل، متى المواجهة ومتى الإنسحاب ومتى الصمت، وهنا يجب ضبط الميول السلبية كالغيرة، التكبر، والتلاعب.

ثالثا: الحساسية الإنفعالية : و هي تتكون من أربعة خصال:

*فهم أساسيات الإثارة الإنفعالية: ويقصد بها القدرة على الوعي بالعلاقة بين المشاعر والأفعال، ما الأحاسيس والمشاعر التي كانت خلف تصرفات أو أفعال معينة، ما الذي سبب هذه العواطف أو الإنفعالات.

*التعاطف: و يقصد بالتعاطف قدرة الفرد على معرفة مشاعر وأحاسيس الآخرين، و هو أيضا لقدرة على قبول ومشاركة الآخرين بأحاسيسهم، والمقدرة على التمييز بين أقوال وأفعال الآخرين أي التمتع بالبصيرة في كيفية تقييم الآخرين. كذلك التعاطف هو توفير الشعور بالراحة للآخرين في الصعبة ، كذلك الأمانة في التعاملات بين الأشخاص.

*حسين العلاقة بالآخرين: توثيق العلاقة بالآخرين له أثر إيجابي في جميع النواحي، وهذا مؤشر نجاح غير محدودة و العلاقة بالآخرين تتعزز من خلال الثقة والصدق والإخلاص في التعامل.

*القدرة الإتصالية للإنفعالات: المقدرة على تحقيق الألفة والإنسجام عبر توفير الراحة للآخرين، ويتحقق ذلك شفها أو غير شفها (أي من خلال ملامح الوجه، كإبداء روح المرح والإبتهاج سيعطي مؤشر تواصل إيجابي وفعال، أما ملامح الوجه التي تعبر عن التشاؤم أو الشك أو الدولية تعتبر قدرة إتصالية سلبية وهذا يعني انخفاض في مستوى الذكاء العاطفي) (بظاظو،2010،ص 34 - 36).

للذكاء العاطفي عدة نماذج مختلفة حيث تمثلت في نموذج ماير وسالوني حيث إعتبروا ان الذكاء العاطفي المرتفع للأفراد لهم قدرة على إدراك العواطف وفهمها، أما نموذج دانيال جورمان يرى أنه كلما كانت المشاعر أكثر حدة أصبح العقل المنطقي أقل فاعلة أما النموذج بار-أون يرى

أنه عبارة عن مجموعة قدرات غير معوفة تؤثر على قدرات الفرد في النجاح، اما نموذج داليب سينغ يرى أنه إستجابة الفرد تتلائم مع المثيرات الإنفعالية.

9- فزيولوجية الذكاء العاطفي :

إن دراسة الأساس الفسيولوجي للذكاء العاطفي يتطلب تركيزا على الدلالات الوظيفية والمظاهر السلوكية للانفعال.

ونجد البدايات الفسيولوجية للانفعال مقابل أن يعي الإنسان الشعور ذاته ، وفي اللحظة التي يصل الانفعال فيها إلى منطفة الوعي ، وهو اللحظة التي يشمل فيها هذا الانفعال من جانب القشرة الدماغية الأمامية والعواطف الجياشة التي تكمن تحت علبة وعينا. وتؤثر تأثيرا قويا في الكيفية التي تدرك بها هذه العواطف بإحساسنا والتعامل معها وبهذه الطريقة يكون الوعي العاطفي هو حجر البناء الجوهرية في الذكاء العاطفي الذي يكون هو القادر على التخلص من المزاج المعتدل (الأسطل، 2010، ص 25)

ويعتبر الجهاز العصبي الطرقي أهم أجزاء المخ المرتبطة بالانفعالات وذا تأثير مهم على السلوك، وبعد بابز (1973) Papez أول من وصف الجهاز الطرقي ويشتمل على :

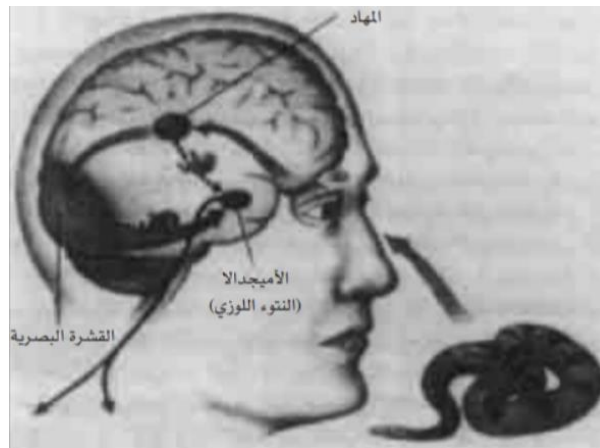
- اللوزة: يشتمل الجهاز الطرقي على تنوء لوزي يدعى أميغدالا و تعتبر مركز التحكم العاطفي في المخ فتختص اللوزة بالانفعالات و بذلك يكون مخزن الذاكرة الانفعالية والحياة بدون لوزة مخيعة تكون مجردة من أي معان شخصية وكان لودوكس Ledoux وفقا لمصباح (2006) أول من اكتشف الدور المتميز للوزة (المخ الانفعالي) و بين لودوكس أن الإشارات الحسية القادمة من العين أو الأذن تسير أولا في المخ متجهة إلى المهاد ثم تتجه من خلال وصلة مفردة إلى اللوزة والإشارة الثانية تذهب من المهاد لتستقر في القشرة المخية الجديدة أي المخ المفكر ، وهذه التفريعية (من المهاد إلى اللوزة) يسمح للوزة أن تستجيب قبل القشرة المخية الجديدة أي قبل أن تفهم المراكز اللحائية بالكامل ماذا حصل. (جراد، 2013، ص 41)

- قرن آمون: تتصل اللوزة بقرن آمون ووظيفته تحويل الخبرات الهامة من الذاكرة القصيرة المدى إلى الذاكرة طويلة المدى حتى يتم تخزينها في القشرة المخية (اللحاء) حيث يقوم بمعالجة موضوعية لخيرة ما، ومنه يمكن القول أن اللوزة وقرن آمون يشكلان معا قوة الذاكرة من الناحيتين الذاتية والموضوعية، إن القدر الكبير من المعلومات الحسية لا يذهب من المهاد والذاكرة إلى اللوزة ولكن إلى القشرة ومراكزها العدة لاستيعابها وفهم معزاها وبهذا يعتبر قرن آمون هو المكان المخصص للاحتفاظ بالمعلومات والأرقام

-المهاد: يعتبر مركز تنظيم المعلومات الحسية التي ترد إلى المخ وهو الذي يعلم المخ بما يحدث خارج حدود الجسم، إن المهاد على اتصال مباشر باللويزة حيث يرسل له إشارة سريعة واقعية لكنها محدودة أثناء الانفعال وهذه الإشارة ينتج عنها سلوك أو استجابة سريعة (قد تكون لصالحنا أو ضدنا) لأنها تسبق الفهم والإدراك، هذا الميكانيزم هو المسؤول عن الانفجار الإنفعالي Hi-Jacking في المواقف الإنفعالية دون تدبر

-ما تحت المهاد: إن وظيفة الأساسية للمهاد هي مراقبة أجهزة الجسم التي تنظم وظائفه فهو يعلم المخ بما يحدث داخل الجسم، وحين يجد المح نفسه عاجزا أمام تهديد من الخارج يقوم ما تحت المهاد بتنشيط استجابة المواجهة أو الهروب وذلك بتنشيط جهاز العدد الصماء عن طريق الغدة النخامية

يعتبر الودو "J.Le.Doux" عالم الأعصاب بمركز علوم الأعصاب بجامعة نيويورك أول من اكتشف الدور الرئيسي لتتوء اللوزة في إدارة الانفعالات، حيث فسرت البحوثه كيف تتحكم الدورة في ردود أفعالنا حتى قبل أن يتحد الدماغ المفكر قرارا، ويتبين ذلك من خلال اكتشافه لمسار الاستجابة الإنفعالية داخل المخ، فقد أوضحت بحوثه أن الإشارات الحسية القادمة من الحواس تسير أولا في المخ متجهة إلى المهاد (التلاموس)، ثم تتجه عبر اتصال منفرد إلى اللوزة بينما تخرج إشارة ثانية من التلاموس التستقر في القشرة المخية أي العقل المفكر كما هو موضح في الشكل رقم (01). (بن غربال، 2014، ص ص 59 - 60).



استجابة اضرب - واهرب
زيادة معدل ضربات القلب، وضغط
الدم الإطار

(غولمان، 2000، ص 39)

للجهاز العصبي دور كبير في تنظيم المشاعر والعواطف حيث يتكون من من اللوزة وهي كتلة صغيرة من الخلايا العصبية وهي المكان المخصص في المخ للإحتفاظ بالحالات الوجدانية والمشاعر المتعددة وتتصل اللوزة بقرن آمون ووظيفته تحويل الخبرات الهامة من الذاكرة القصيرة المدى إلى ذاكرة طويلة المدى وكذا المهاد بإعتباره المتصل المباشر باللوزة حيث يرسل إشارات سريعة وواقعية ويعتبر ماتحت امهاد مراقب لأجهزة الجسم فهو يعلم المخ بما يحدث.

10-سمات الشخص ذو الذكاء العاطفي :

يعرف الذكاء العاطفي، بأنه قدرة الفرد على الاستخدام الذكي للعواطف، وتكوين علاقات طيبة مع الآخرين، وضبط الانفعالات بما يتناسب ومشاعر الآخرين، وتوظيفها بطريقة تزيد من فرص نجاحه في الحياة، ومن ثم يكون أكثر قدرة على ترشيد حياته النفسية والاجتماعية انطلاقاً من هذه المهارات.

فالشخص الذي يتسم بدرجة عالية من الذكاء العاطفي يتصف بقدرات ومهارات تمكنه من أن:

* يتعاطف مع الآخرين خاصة في أوقات ضيقهم.

* يسهل عليه تكوين الأصدقاء والمحافظة عليهم.

* يتحكم في الانفعالات والتقلبات الوجدانية.

* يعبر عن المشاعر والأحاسيس بسهولة.

* يفهم المشكلات بين الأشخاص ويحل العلاقات بينهم.

* يحترم الآخرين ويقدرهم.

* يظهر بدرجة عالية من الود والمودة في تعاملاته مع الناس.

* يتفهم مشاعر الآخرين ودوافعهم.

* ميل للاستقلال في الرأي والحكم وفهم الأمور.

* يتكيف للمواقف الاجتماعية الجديدة بسهولة.

* يواجه المواقف الصعبة بثقة.

* يشعر بالراحة في المواقف التي تتطلب تبادل المشاعر والمودة.

* يستطيع أن يتصدى للأخطاء والامتهان الخارجي.

ومن ثم فإننا نلاحظ أن الذكاء العاطفي يحمل في طيه عدد من السمات والصفات لدى الفرد للمساعدة على ما يلي:

* الإدراك الواضح لدوافعه الشخصية، بما في ذلك وعيه بمختلف المشاعر التي تمتلكه، حتى وهو في قمة الانفعال.

* يتق في نفسه ويتحمل مسؤولية أفعاله، وينزع للاستقلال في تصرفاته وإرادته.

* يتمتع بدرجة عالية من الصحة النفسية، بما في ذلك السلوك النسبي من اضطرابات القلق والكآبة. .

* ينظر للحياة بتفاؤل وإيجابية.

* قد يشعر بالكدر الضيق أحياناً كالأخرين، ولكنه يستطيع التخلص من هذه المشاعر في فترات قصيرة بسبب ما يتسم به من عقلانية.

* لدية قدرة عالية على التحكم في تقلباته الانفعالية، مع توظيف مشاعره وعواطفه، لما فيه مصالح الشخص، دون تضحية بمصالح الآخرين.

* يتفهم جيداً ما يواجهه من أمال أو ألام، ومن ثم تتسع الفرص أمامه للنجاح والتفوق وتكوين علاقات إنسانية فعالة مع الآخرين. (عبد الرؤوف وعيسى، 2018، ص ص 70 – 71).

من سمات الشخص ذو العاطفي العالي أنه يسهل تكوين علاقات معه ويسهل التعبير عن مشاعره، كما يمكن أن يتحكم في إنفعالاته وقلقه ويظهر إحترام كبير للآخرين

11-مقاييس الذكاء العاطفي:

يوجد طرق مختلفة لقياس أو اختبار الذكاء العاطفي، يرجع الاختلاف بينها إلى تباين تفسير مفهوم الذكاء العاطفي وكيفية تعريفه، فهناك ثلاثة أنواع من اختبارات القياس سنتطرق إليها فيمايلي:

1- المقياس الأول: يقيس الذكاء العاطفي خلال اختبارات الأداء الأقصى، وهي اختبارات تقيس قدرة الشخص على قيامه بمهارات معينة ومن خلالها يقاس الذكاء العاطفي للشخص ويكون مفهوم الذكاء العاطفي بناءً على ذلك يتعلق بالقدرات المعرفية الحقيقية ذات الصلة بالمشاعر، ويعتمد على نموذج الذكاء كقدرة لماير وسالوفي.

2- المقاييس الثاني: يقيس الذكاء العاطفي بناءً على استبانات التقرير الذاتي، وهي استبانات مكونة من عدة أسئلة يقوم الفرد بتقييم ذاته ومهاراته ويكون مفهوم الذكاء العاطفي بناءً على ذلك يعنى بالقدرات المعرفية المرتبطة بالمشاعر كما يدركها الفرد دانياً، ويعتمد على نماذج السمات أو النماذج المختلطة كنماذج بار- اون وجولمان، حيث سيعتمد الباحث على هذا المقياس (التقرير الذاتي) مستخدماً نموذج جولمان لقياس الذكاء العاطفي

***المقياس الثالث:** يسمى اختبار تقديرات المحيطين، وهي طريقة مشابحة لطريقة التقرير الذاتي، ولكن تكمن نقطة الخلاف في أن هذه الطريقة يتم التقييم من قبل شخص آخر وليس الفرد نفسه

من يجيب عن أداة القياس، ويعتمد هذا الأسلوب أيضا على نماذج السمات أو النماذج المختلطة كنماذج بار – أون و جولمان. (عفيفة، 2019، ص18).

تمثلت مقاييس الذكاء العاطفي في إختبارات تقيس قدرة الشخص في القيام بمهارات معينة أيضا تمثلت في إستبيانات التقرير الذاتي حيث تتكون من عدة أسئلة لتقييم ذاته وكذلك إختبارات تقديرات المحيطين حيث يقيس من شخص آخر عكس مقياس تقرير الذاتي التي تقاس من الفرد نفسه.

خلاصة الفصل

يعتبر الذكاء العاطفي مفهوما عصريا و حديثا و له تأثيرات واضحة ومهمة في الحياة كل شخص و في طريقة تفكيره و علاقاته و إنفعالاته ، فالتعاون بين العقل و القلب أو بين الشعوري و الفكري يبرز لنا أهمية العاطفة في التفكير ، سواء كان ذلك من خلال إتخاذ القرارات الحكيمة أو في إتاحة الفرصة لنا لنفكر في صفاء و وضوح ، إذ ما أخذنا بعين الإعتبار أن العاطفة إذا ما قويت أفسدت علينا القدرة على التفكير السليم و الوصول على القرارات صائبة .

ثانيا : الصحة النفسية المدرسية

تمهيد

- 1-تعريف الصحة النفسية المدرسية
- 2-مناهج الصحة النفسية المدرسية
- 3-خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية المدرسية
- 4-المدرسة و أثرها على الصحة النفسية للتلميذ
- 5-دور الأستاذ في تحقيق الصحة النفسية للتلميذ
- 6-العوامل المدعمة للصحة النفسية المدرسية
- 7-مقترحات لقيام المدرسة بدورها في تحقيق الصحة النفسية للتلميذ
- 8-بعض مسؤوليات المدرسة بالنسبة للنمو النفسي النفسي و الصحة النفسية للتلميذ
- 9-بعض المشكلات السائدة في الوسط المدرسي
- 10-خدمات الصحة النفسية المدرسية

خاتمة

تمهيد :

نظرا لأهمية موضوع الصحة النفسية ، ونظرا لحاجة المتعلم إلى مستوى معين من الصحة النفسية يضمن له مسارا جيدا في دراسته فإننا سنتسائل في هذا الفصل حول ماهية الصحة النفسية ، وخصائصها ، وفيما تتمثل عواملها الداعمة و عواملها الداعمة ؟ ماهي مناهجها ؟ وكذلك ، العوامل المدعومة للصحة النفسية المدرسية ، ومشكلات السائة في الوسط المدرسي ، وصولا إلى الخدمات الصحة النفسية المدرسية ؟ .

1- تعريف الصحة النفسية :

ظهرت مفاهيم متعددة و تعريفات متنوعة في ميدان الصحة النفسية ، فكل باحث وضع تعريفا للصحة النفسية من وجهة نظره و حسب إتجاهه المتبني كالتالي :

تعريف " أدولف ماير " وهو أول من إستعمل مصطلح الصحة النفسية حيث إستخدم هذا المصطلح ليشير إلى نمو السلوك الشخصي و الإجتماعي نحو السواء و على الوقاية من الإضطرابات النفسية : فالصحة النفسية تعني تكيف الشخص مع العالم الخارجي المحيط به بطريقة تكفل له الشعور بالرضا كما تجعل الفرد قادرا على مواجهة المشكلات المختلفة (الداهري ، 2010 ، ص25).

تعريف " أحمد مُجد حسن صالح وأخرون " : " الصحة النفسية تعني قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه ، وهذا يؤدي بدوره إلى التمتع بحياة خالية من التأزم و الإضطراب و مليئة بالحماس ، و الصحة النفسية لفظ مرادف لمفهوم السواء ، و يعني التوافق النفسي الإجتماعي ، كما يشير إلى مهارات في مجال تكوين العلاقات الشخصية و الإجتماعية الفعالة و الإيجابية و التي تكون مقبولة من الفرد و من الآخرين ، كما يعني التوافق الدراسي و التوافق في المهنة الخ" (صالح ، 2002، ص12).

تعريف "شوبن" تعرف الصحة النفسية من حيث ارتباطها بالتكيف المتكامل ، و حدده في صفات معينة مثل القدرة على ضبط النفس ، و الشعور بالمسؤولية الشخصية ، و الشعور بالمسؤولية الاجتماعية ، و الاهتمام بالقيم المختلفة".

تعريف " حامد عبد السلام زهران " : الصحة النفسية هي حالة دائمة نسبيا ، يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا (شخصيا و إنفعاليا و إجتماعيا أي مع نفسه ومع بيئته) ، و يشعر بالسعادة مع

نفسه و مع الآخرين ، ويكون قادرا على تحقيق ذاته و إستغلال قدراته و إمكاناته إلى أقصى حد ممكن ، ويكون حسن الخلق بحيث يعيش في سلامة وسلام " .(زهران ، 2005 ، ص 09) .

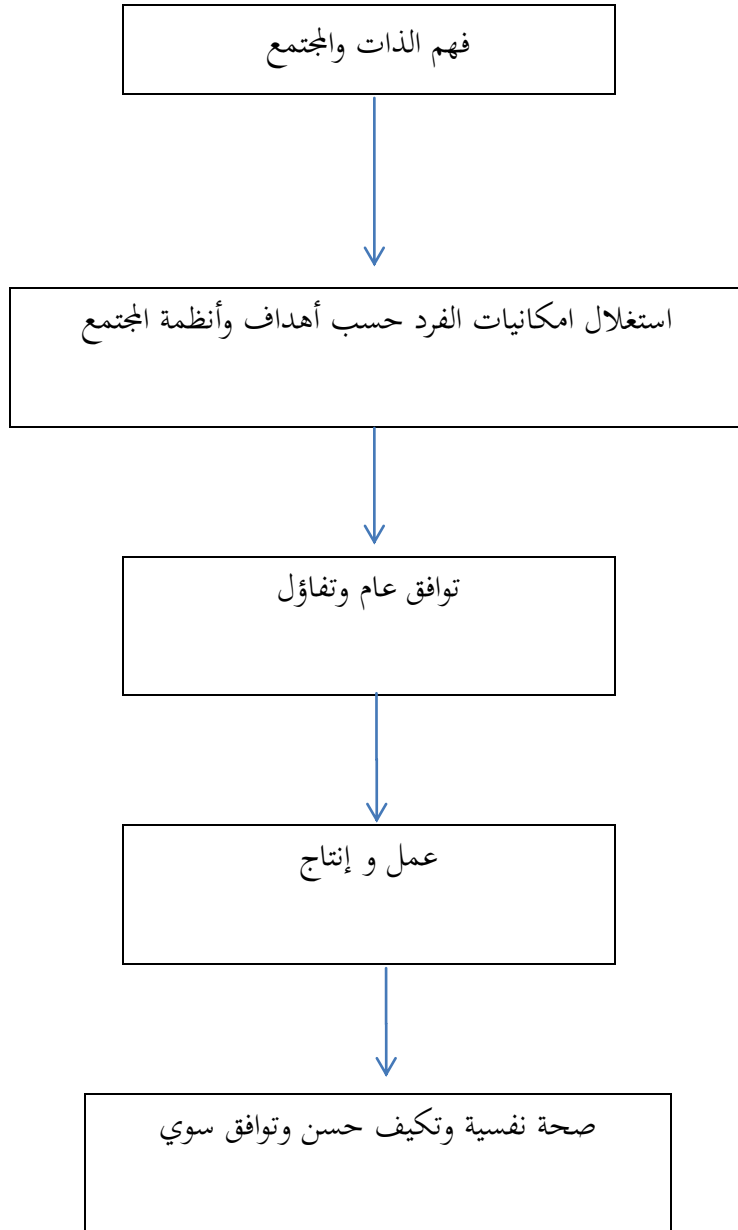
تعريف " مُجَّد عبد الظاهر " : " الصحة النفسية هي تلك الحالة النفسية التي تتسم بالثبات النسبي و التي يكون فيها الفرد متمتعا بالتوافق الشخصي و الإجتماعي و الإتزان الإنفعالي ، ويكون إيجابيا خلاقا مبدعا يشعر بالسعادة والرضا ، قادرا على أن يؤكد ذاته و يحقق طموحاته ، واعيا بإمكانياته الحقيقية ، قادرا على إستخدامها في أمثل صورة ممكنة" حيث يؤكد في تعريفه على أهمية التوافق النفسي و الاجتماعي .

تعريف "عبد السلام عبد الغفار" الصحة النفسية هي الحالة النفسية العامة للفرد "، ويعرف الصحة النفسية السليمة بأنها " تكامل طاقات الفرد المختلفة بما يؤدي إلى حسن إستثمارها ، و مما يؤدي إلى تحقيق وجوده أي تحقيق وجوده أي تحقيق إنسانيته " (الخالدي ، 2009 ، ص ص 33 – 35).

تعريف منظمة الصحة العالمية : " الصحة النفسية هي حالة من الرفاهية التي يدرك فيها الفرد قدراته ، و يمكن ان يتغلب الضغوطات العادية في الحياة ، ويمكن ان يعمل بشكل منتج ومثمر ، و يكون قادرا على المساهمة في مجتمعه".(هرمان، 2005، ص 18)

كما تعرف الصحة النفسية " بأنها حالة من الأداء الناجح للوظائف الذهنية مما يؤدي إلى أنشطة إنتاجية و تحقيق علاقات مع الأشخاص الآخرين و القدرة على التكيف مع التغيرات و مواجهة الشدائد ، فالصحة النفسية أمر لا غن عنه لتحقيق الرفاهية الذاتية الأسرية وحتى المساهمة في المجتمع المحلي.(darcy ,2009,p16)

وينظر إلى الفرد ذي الصحة النفسية السليمة بأنه الفرد الذي تعلم أرجاء إشباع حاجاته في مواقف تتطلب ذلك ،مفضلا نتائج بعيدة المدى عن ذلك الإشباع الفوري وهذا ما يستلزم منه قدرة مناسبة لضبط النفس ، و إدراك تام لدوافع سلوكه المختلفة ، وإختيار السلوك الذي يتفق مع ما لديه من قيم شخصية و معايير إجتماعية و يتحمل مسؤولية ما يقوم به من أعمال دون اللجوء إلى الحيل الدفاعية . (الخالدي ، 2009 ، ص 31) .



الشكل رقم (04) المفهوم الشامل للصحة النفسية

وعلى أية حال فالصحة النفسية أمر نسبي لأنها مرنة بطبيعتها و ليس هناك حد نهائي لها ،
فلا وجود لإنسان يخلو من الصراع أو القلق و الإضطرابات النفسية .

2- مناهج الصحة النفسية :

إن لعلم الصحة النفسية ثلاث مناهج رئيسية وهامة و فيما يلي نورد أهم هذه المناهج :

1-المنهج الإنمائي : وهو منهج إنشائي يتضمن زيادة السعادة و الكفاية و التوافق لدى الأسوياء و العاديين خلال رحلة نموهم حتى يتحقق الوصول بهم إلى أعلى مستوى ممكن من الصحة النفسية . و يتحقق ذلك عن طريق دراسة الإمكانيات و القدرات و توجيهها لتوجيه السليم (نفسيا وتربويا و مهنيا) و من خلال رعاية مظاهر النمو جسميا و عقليا و إجتماعيا و إنفعاليا بما يضمن إتاحة الفرص أمام المواطنين للنمو السوي تحقيقا للنضج و التوافق و الصحة النفسية .

2-المنهج الوقائي : ويتضمن الوقاية من الوقوع في المشكلات و الإضطرابات و الأمراض النفسية. ويهتم بالأسوياء و الأصحاء قبل إهتمامه بالمرضى ليقويمهم من أسباب الأمراض النفسية بتعريفهم بها و إزالتها أولا بأول ، و يرفع نموهم النفسي السوي و يهيئ الظروف التي تحقق الصحة النفسية . وللمنهج الوقائي مستويات ثلاثة تبدأ بمحاولة منع حدوث المرض ثم محاولة تشخيصه في مرحلته الأولى بقدر الإمكان ثم محاولته تقليل أثر إعاقته و إزمان المرض . و تتركز الخطوط العريضة للمنهج الوقائي في الإجراءات الوقائية الحيوية الخاصة بالصحة العامة و النواحي التناسلية ، والإجراءات الوقائية النفسية الخاصة بالنمو النفسي السوي و نمو المهارات الأساسية و التوافق المهني و المساندة أثناء الفترات الحرجة و التنشئة الإجتماعية السليمة ، والإجراءات الوقائية الإجتماعية الخاصة بالدراسات و البحوث العلمية ، و التقييم والمتابعة ، و التخطيط العلمي للإجراءات الوقائية و يطلق البعض على المنهج الوقائي إسم " التحصين النفسي " .

3-المنهج العلاجي : و يتضمن علاج المشكلات و الاضطرابات و الامراض النفسية حتى العودة الى حالة التوافق و الصحة النفسية و يهتم هذا المنهج بأسباب المرض النفسي و أعراضه و تشخيصه و طرق علاجه و توفير المعالجين و العيادات و المستشفيات النفسية . (زهران، 2005 ، ص 12).

وهنا يتضح أن الصحة النفسية تتمحور حول ثلاثة مناهج أساسية و هامة وهي المنهج الإنمائي الذي يتضمن زيادة السعادة و التوافق لدى الاسوياء ، و المنهج الوقائي الذي يتضمن الوقاية من الوقوع في المشكلات ، و منهج العلاجي الذي يهدف إلى الفحص و التشخيص و علاج المشكلات .

3-خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية :

تتميز الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية بعدة خصائص تميزها عن الشخصية المريضة . وفيما يلي أهم هذه الخصائص:

التوافق : ودلائل ذلك: التوافق الشخصي و يتضمن الرضا عن النفس و التوافق الإجتماعي و يشمل التوافق الزوجي و التوافق الأسري و التوافق المدرسي والتوافق المهني .

الشعور بالسعادة مع النفس : و دلائل ذلك : حب الآخرين و الثقة فيهم و إحترامهم و تقبلهم ، و الإعتقاد في ثقتهم المتبادلة ، و وجود إتجاه متسامح نحو الآخرين " التكامل الإجتماعي " ، و القدرة على إقامة علاقات إجتماعية سليمة و دائمة " الصداقات الإجتماعية " ، و الإلتناء للجماعة و القيام بالدور الإجتماعي المناسب و التفاعل الإجتماعي السليم ، و القدرة على التضحية و خدمة الآخرين ، و الإستقلال الإجتماعي ، و السعادة الأسرية ، و التعاون و تحمل المسؤولية الإجتماعية .

تحقيق الذات وإستغلال القدرات : ودلائل ذلك : فهم النفس والتقييم الواقعي الموضوعي للقدرات والإمكانات و الطاقات ، و تقبل نواحي القصور و تقبل الحقائق المتعلقة بالقدرات موضوعيا ، و تقبل مبدأ الفروق الفردية و إحترام الفروق بين الأفراد ، و تقدير الذات حق قدرها ، و إستغلال القدرات و الطاقات و الإمكانيات إلى أقصى حد ممكن ، و وضع أهداف و مستويات طموح و فلسفة حياة يمكن تحقيقها ، و إمكان التفكير و التقرير الذاتي ، و تنوع النشاط و شموله ، و بذل الجهد في العمل و الشعور بالنجاح فيه و الرضا عنه ، و الكفاية والإنتاج .

القدرة على مواجهة مطالب الحياة : ودلائل ذلك : النظرة السليمة الموضوعية للحياة و مطالبها ومشكلاتها اليومية ، و العيش في الحاضر و الواقع والبصيرة المرنة والإيجابية في مواجهة الواقع ، و القدرة على مواجهة إحباطات الحياة اليومية ، و بذل الجهود الإيجابية من أجل التغلب على مشكلات الحياة وحلها ، و القدرة على مواجهة معظم المواقف التي يقابلها ، و تقدير و تحمل مسؤولية السلوك الشخصي ، و السيطرة على الظروف البيئية كلما أمكن و التوافق معها ، و الترحيب بالخبرات و الأفكار الجديدة .

التكامل النفسي : ودلائل ذلك : الأداء الوظيفي الكامل المتكامل المتناسق للشخصية ككل (جسما و عقليا و أنفعاليا و إجتماعيا) ، و التمتع بالصحة و مظاهر النمو العادي.

السلوك العادي : ودلائل ذلك : السلوك السوي العادي المعتدل المألوف على حياة غالبية الناس العاديين ، و العمل على تحسين مستوى التوافق النفسي ، و القدرة على التحكم في الذات و ضبط الناس العاديين ، و العمل على تحسين مستوى التوافق النفسي ، و القدرة على التحكم في الذات و ضبط النفس .

حسن الخلق : ودلائل ذلك : الأدب و الإلتزام و طلب الحلال و اجتناب الحرام و بشاشة الوجه و بذل المعروف و كف الأذى و إرضاء الناس في السراء و الضراء و لين القول و حب الخير للناس

والكرم وحسن الجوار وقول الحق وبر الوالدين ، والحياء و صلاح والصدق والبر والصبر والشكر و لرضا والحلم والعفة والشفقة .

العيش في سلامة وسلام : و دلائل ذلك : التمتع بالصحة النفسية و الصحة الجسمية والإجتماعية ، و الأمن النفسي و السلم الداخلي والخارجي ، والإقبال على الحياة بوجه عام والتمتع بها ، والتخطيط للمستقبل بثقة وأمال(زهران ، 2005 ، ص ص 13 – 14).

وهنا يمكن القول أن هناك مجموعة من الخصائص يتمتع بها الأفراد بالصحة النفسية ولعل أبرزها هو قدرة الفرد على مواجهة متطلبات الحياة وأن يكون متوافق مع نفسه ويشعر بالسعادة دائما مع نفسه ومع الآخرين بالإضافة أن يكون شخص متمتع بحسن الخلق والصفات الحميدة .

4- المدرسة وأثرها على الصحة النفسية للتلميذ :

تعتبر المدرسة من بين أهم مؤسسات التنشئة الإجتماعية التي تسهر على تربية النشء ، كما لها بالغ الأثر على صحتهم النفسية .

*الجو المدرسي العام و النظام المدرسي :

- 1-الجو المدرسي التي تسوده الحرية يتمكن فيه التلاميذ من التعبير عن آرائهم .
- 2-و يسوده روح العدالة ويعطي لكل طالب قيمته على أساس جهده وسلوكه لا على أساس طبقة الإجتماعية و يعامل فيه التلاميذ على درجة واحدة من الثواب و العقاب .
- 3- استغلال قدراتهم وإمكانياتهم إلى أقصى حد ممكن ويساعدهم على فهم أنفسهم والتعرف على نواحي القوة والضعف .
- 4-يقوم على الحب والتعاطف بين التلاميذ ومدرسيهم وإدارة المدرسة ، الذي يسوده روح الأسرة الكبيرة يسهم بفاعلية تدعيم الصحة النفسية .

*طرق التدريس :

- 1-أن يكون للدرس أهداف واضحة تحرك سلوك الانسان .
- 2-أن يثير الدرس ميول الطلاب بربط المادة بحياتهم ويحدث إنتقال أثر التعلم من المدرسة للحياة العامة
- 3-ان يجيب المدرس على تساؤلات التلاميذ و إستفساراتهم ليشبع حاجاتهم.
- 4-أن يقوم المدرس بعملية تقويم الدرس بعد الإنتهاء منه ليتأكد من عملية إستيعاب الطلاب وإكتسابهم الخبرات والمهارات والإتجاهات المطلوبة .
- 5-أن يستخدم المعلم وسائل الإيضاح في توضيح المعلومات وتبسيطها للأذهان .
- 6-أن يراعي المعلم الفروق الفردية بين التلاميذ أثناء التدريس .

7- أن يستخدم طريقة التدريس التي تثير تفكيرهم وتجعلهم إيجابيين .

*المدرس :

1- إذا كانت إتجاهات المدرس موجبة نحو الحياة والناس تقل هذه الإتجاهات نحو التلاميذ وتاثر كذلك على سلوكهم وهناك من يقول أن المعلم أقدر الناس في التعرف على مشكلات التلاميذ بحكم صلته بهم .

2-المدرس القلق المتشاؤم المضطرب فإنه عادة ما ينقل هذه النفسية السيئة إلى تلاميذه في تعامله المتشدد و الذي يكون عقابه أقرب إلإلإنتقام منه للتقويم .

3-على المدرس ان يعمل كمرب يعلم ويوجه ويعالج في بعض الأحيان ويحيل مالا يستطيع علاجه إلى المختصين.

4-أن يكون المعلم في كل ما يقوله مثل أعلى للمتعلم.

*المنهج :

المدرسة من المؤسسات التربوية لها دورها الكبير في التأثر حيث يقضي التلاميذ فيها فترة طويلة يتزودوا بالخبرات و المهارات والإتجاهات التي تمكنهم من مواجهة الحياة ويتضح من ذلك أن للمدرسة تأثيرها على السلوك و الشخصية والصحة النفسية ويتوقف هذا التأثير وجبا أو سلبا على عدد من العوامل:

ا/ التلميذ وما يتميز به نموه من خصائص و حاجات و ميول و انسب الطرق التعليمية له.

ب/المجتمع وما يسوده تراثه من قيم ومعايير ومشكلات وآمال وأهداف (بطرس ، د ت، ص ص 87 – 88).

و في الأخير نستنتج أن المدرسة لها بالغ الأثر على الصحة النفسية للتلميذ مما ينتج عنها تأثير على مستقبلهم الفكري و العلمي .

5-دور الأستاذ في تحقيق الصحة النفسية للتلميذ:

لكي يؤدي الأستاذ دوره في تحقيق الصحة النفسية لتلاميذه لا بد أن يتوافر فيه مايلي :

ا – الرغبة في مساعدة الطلاب و الأخذ بيدهم .

ب- تمتعه بالإستقرار و لهدوء النفسي .

ج – عدم إقتصاره على الدور الرسمي .

د – توافر خبرته بالسلوك الإنساني .

هـ – عدم إئقاله بالحصص في المدرسة والدروس الخصوصية بالمنزل .

ويقسم هذا الدور الى جانبين رئيسيين هما :

الجانِب الوقائي ويتضمن مايلي :

- (ا) البعد عن إستخدام التهديد والعقاب البدني .
- (ب) إستخدام أسلوب التشجيع ومنح المكافآت .
- (ج) تكوين الجماعات المدرسية وتشجيع التلاميذ على الإنضمام إليها .
- (د) تكوين علاقة بين المنزل والمدرسة .
- (هـ) تدريب التلاميذ على الإعتماد على أنفسهم .

الجانِب العلاجي :

في حالة إكتشاف تلاميذ يعانون من الخجل أو العزلة أو يرتكبون الكذب أو السرقة يعمل على :

- (ا) إدماجهم في ألوان من الأنشطة .
- (ب) إشعارهم بأنهم محبوبون ومقبولون إجتماعيا .
- (ج) محاولة التعرف على نواحي النقص أو العجز التي تسبب لهم المشكلة .
- (د) توفير عوامل الإستقرار الإنفعالي لهم داخل المدرسة .

ويمكن تلخيص دور المعلم في تحقيق الصحة النفسية لتلاميذه فيما يلي :

- 1) التعرف على التلاميذ والطلاب الذين يحصلون على درجات أقل من مستوى قدراتهم العقلية و محاولة التوصل إلى الأسباب التي أدت إلى ذلك وإزالة المعوقات النفسية للتحصيل الدراسي .
- 2) رصد بعض أشكال السلوك الشاذ مثل الإنطواء الشديد والإستسلام المفرط وأحلام اليقضة والإخلال بالنظام المدرسي والعدوان ومحاولة معرفة أسبابها بالإستعانة بالأخصائي الإجتماعي و تحويل بعض الحالات على العيادات النفسية من أجل رعاية متخصصة .
- 3) مساعدة التلاميذ و الطلاب على فهم أنفسهم عن طريق ما يزودهم به المعلم من موقف داخل الفصل .

4) تزويد التلاميذو الطلاب بالقيم الجيدة والإتجاهات المفيدة التي توجه سلوكهم صالحا ومساعدتهم على التقدم في الحياة .

5) تزويد التلاميذ والطلاب بالخبرات العلمية التي تمكنهم من التعامل مع مشكلات و مصاعب الحياة(الشاذلي، 1999، ص ص 42 - 44).

للمعلم دور هام وفعال في تحقيق الصحة النفسية للتلميذ و التي تتمثل في إشباع حاجات التلاميذ العقلية والمعرفية والإنفعالية، وتشجيعهم على النجاح و الإنجاز . وكذلك إكسابهم قيم جيدة تساعدهم على التقدم في الحياة .

7-العوامل المدعمة للصحة النفسية المدرسية :

حتى يستطيع التلميذ التعلم ومواجهة الصعوبات وتحقيق توافقه النفسي والاجتماعي وبالتالي التمتع بالصحة النفسية لا بد من توفر بعض العناصر الأساسية والتي نقدمها فيما يلي :

1- الأسرة :

يعيش التلميذ بين الأسرة والمجتمع والمدرسة ، فالأسرة هي المؤسسة الاجتماعية الأولى للفرد منذ طفولته وعبر مراحل حياته ، وهي المسؤولة الأولى عن الصحة النفسية والتنشئة الاجتماعية للإبن ، وتتطلب الصحة النفسية داخل الأسرة مناخا أسريا يحقق الحاجات النفسية وتنمية القدرات وتعليم التفاعل الاجتماعي والتوافق النفسي للأبناء ولهذا لا بد من توفر بعض الشروط داخل الأسرة منها:

- أن يتمتع أولا الوالدين بالصحة النفسية مما يسمح لهم بإختيار الطرق وأساليب التنشئة المناسبة - المستوى الاجتماعي والاقتصادي .
- العلاقة بين الوالدين والتلميذ الإبن والعلاقات بين الأخوة ، ومركز التلميذ في الأسرة (الإبن الأكبر أو الأصغر ، وحيد.....الخ).

2- المدرسة :

بالنسبة لدور المدرسة لا يقتصر فقط على إعداد المناهج الدراسية والأنشطة المدرسية بل يجب الاهتمام أيضا بالصحة النفسية لتلاميذها ولا يخفى على الجميع أن الصحة النفسية المدرسية تعد مدخلا للسلوك الصحي ، لذا يجب أن تتضمن الصحة المدرسية خططا تربوية وبرامج إرشادية لا تتجزأ عن المناهج الدراسية للوقوف مع التلاميذ ومساعدتهم على التغلب على مشاكلهم النفسية والغفغالية والقضاء على أجواء الملل و الهروب من الجو المدرسي وتعليمهم السلوك الصحي داخل المدرسة وخارجها ومن بين مسؤوليات المدرسة لتحقيق الصحة النفسية للتلاميذ نذكر :

- تقديم الرعاية النفسية إلى كل طفل ومساعدته في حل مشكلاته والانتقال به من طفل يعتمد على غيره إلى راشد مستقل معتمدا على نفسه متوافقا نفسيا .
- تعليمه كيف يحقق أهدافه بطريقة ملائمة تتفق مع المعايير الاجتماعية مما يحقق توافقه الاجتماعي .
- مراعاة قدراته في كل مايتعلق بعملية التربية والتعليم .
- الاهتمام بالتوجيه والإرشاد النفسي للتلميذ .

- الإهتمام بعملية التنشئة الإجتماعية بالتعاون مع المؤسسات الإجتماعية الأخرى و خاصة الأسرة .

3- العلاقات الإجتماعية في المدرسة :

إن طبيعة العلاقات الإجتماعية السائدة داخل المدرسة تلعب دور كبير في تحقيق التوافق الإجتماعي والمدرسي ، والنمو النفسي السليم للتلميذ وهي تتميز بما يلي :

* العلاقات بين المدرس والتلاميذ التي تقوم على أساس من التفاهم والتوجيه والإرشاد السليم تؤدي إلى النمو التربوي والنفسي السليم .

* العلاقات بين التلاميذ بعضهم البعض والتي تقوم على اساس التعاون والفهم المتبادل تؤدي إلى تحقيق الصحة النفسية .

* العلاقات بين المدرسة والأسرة ،التي يجب أن تكون دائمة الإتصال عن طريق مجالس الأباء والمعلمين تلعب دورا هاما في إحداث عملية التكامل بين الأسرة والمدرسة في عملية رعاية النمو النفسي للتلاميذ .

4-المدرس :

ما من حاجة إلى التأكيد بان المدرس أهم شخصية في حياة التلميذ بعد أبويه ،وهو أحد الأركان المهمة في العملية التعليمية فهو يلعب أدوارا مهمة ،فلم يعد دوره يقتصر فقط على مجرد توصيل المعلومات والمعارف للتلميذ بل إمتد دوره ليشمل ادوارا أخرى في الجانب الوجداني والإجتماعي والنفسي ، فهو يقوم بدور الأب ، المشرف ، دور الخبير ودور الصديق والموجه .

وحتى يستطيع المدرس أن يقوم بدوره بنجاح يجب أن يكون هو نفسه متزنا ناجحا خاليا من عوامل القلق وعدم الطمأنينة مؤمنا برسائله معطيا إياها من ذات نفسه، إلى أنه في مقابل ذلك يجب أن توفر له إمكانية العيش الكريم و وسائل القيام بمهام عمله .

5-إدارة المدرسة :

تلعب ادارة المدرسة دورا مهما في تحقيق الصحة النفسية للمتعلمين ، وذلك من خلال أسلوب التعامل السائد في المدرسة ، و الذي ينعكس بلا شك أن كان إيجابيا أو سلبا على المدرسة بصفة عامة ،والمعلم ، والمتعلم بصفة خاصة .

6-التصميم الهندسي و توفير الإمكانيات في المدرسة :

يجب أن تصمم المدرسة تصميمًا جماليًا يضمن معها إحتياجات التلاميذ من جميع أنواع الخدمات الصحية والنفسية والدراسية .

7-الأخصائي الاجتماعي :

يعتبر الإختصاصي الإجتماعي حلقة الوصل بين المدرسة التي يعمل فيها والعالم الخارجي ويؤدي أدوارًا في غاية الأهمية تتواصل حلقاتها مع أهداف الصحة النفسية بصورة متكاملة .

ويختلف دوره عن دور المدرس ، فدوره لا بداية ولا نهاية له ، ولا يتقيد بجدول المدرسة الرسمي ، إنما عملها في معالجة القضايا والمشكلات الإجتماعية والنفسية وغيرها للتلاميذ ، داخل المدرسة وخارجها ومتابعتها باستمرار طيلة العام الدراسي ، والعام الذي يليه وهكذا ، ومن بين مهام الأخصائي الإجتماعي الأساسية داخل المدرسة نذكر :

-دراسة وتشخيص وعلاج الحالات الفردية (التأخر الدراسي ، الإضطرابات السلوكية والنفسية ، الإجتماعية ، كبار السن ، متكرري الرسوب ، الشطب ، الغياب ، والحالات المدرسية الأخرى)

وهذا من خلال :

*عمليات الإرشاد الفردي أو الجماعي لتلك الحالات .

*الإتصال هاتفيا بأولياء الأمور ، الزيارات المنزلية للحالات التي تستدعي ذلك وبترتيب مسبق مع الأسرة.

*حصر الطلاب المتكرر بالرسوب وكبار السن وتنظيم ومتابعتهم ورعايتهم بالتعاون المشترك مع إدارة المدرسة وأولياء الأمور وهيئة التدريس .

*رعاية الحالات النفسية وتحويل ما يحتاج منها إلى خدمات تخصصية للعيادة النفسية ووحدة التخاطب والإرشاد والتوجيه الأسري بقسم التربية الخاصة .

*التركيز على بحث و متابعة الطلاب المتفوقين علميا والمتأخرين دراسيا وذلك من خلال كشف درجاتهم ومتابعتهم في الإمتحانات المختلفة على مدار العام الدراسي .

*إكتشاف حالات الطلاب ذوي الإحتياجات الخاصة والتي تحتاج إلى جهود علاجية لفترات طويلة، ودراستها وتشخيصها ووضع خطط علاجية لها، وإعداد ملف خاص بكل حالة على حدا.

بالإضافة الى :

-المشاركة في وضع البرامج الخاصة بالكشف عن ميول ومواهب وقدرات الطلاب وتوجيهها وتنميتها وإستثمارها .

-مشاركة إدارة المدرسة في تحديد أنواع الجماعات المدرسية الخاصة بالأنشطة، وإختيار رواد الجماعات المدرسية .

-تدعيم الصلة بين المدرسة والأسرة بجميع الوسائل الممكنة والتي من أهمها مجالس الآباء والمعلمين.

-مساعدة الطلاب على التحرر من مشكلات التخلف الدراسي والعائد إلى أسباب ذاتية كضعف مستوى من مشكلات إنفعالية كالتهرب من الحصص والمشغبة وعدم الإستقرار بالمدرسة .

-مساعدة الطلاب في حل مشكلاتهم الإجتماعية .

8/الأخصائي النفسي :

إن عمل الأخصائي النفسي متكامل ومتداخل مع دور الأخصائي الإجتماعي ومن أهم وظائفه داخل المدرسة هو مساعدة التلاميذ على تحقيق الصحة النفسية و التوافق النفسي و الإجتماعي من خلال:

*التعرف على مشكلات التلاميذ النفسية .

*تشخيص وعلاج الإضطرابات النفسية البسيطة وتوجيه الحالات المعقدة إلى العيادة النفسية بالمستشفى .

*دراسة حالات التأخر الدراسي والتعرف على أسبابها من الناحية النفسية .

*إعداد ندوات التوعية للتلاميذ لوقايتهم من الإنحراف كالمخدرات الشذوذ الجنسي "إرشاد التلاميذ في إختيار المواد أو التخصص وفق القدرات والميول و الإمكانيات (مُجد أمين و علي، 2012، ص ص 101 – 105) .

ثمة عوامل كثيرة تدعم الصحة النفسية المدرسية وتشمل الأسرة والمدرسة والعلاقات الإجتماعية داخل الوسط المدرسي وكذلك الإدارة المدرسية والأخصائي الإجتماعي والنفسي ولكل عامل من هذه العوامل دوره في تدعيم الصحة النفسية المدرسية .

8-مقترحات لقيام المدرسة بدورها في تحقيق الصحة النفسية :

المدرسة لها دور هام في التربية وتحقيق الصحة النفسية والتكيف والإستقرار النفسي للتلاميذ:

- 1- يجب أن يسود المدرسة جو من الديمقراطية وحرية التعبير عن الرأي .
- 2-العمل على إشباع الحاجات النفسية .
- 3-تزويد التلاميذ بالخبرات الإجتماعية التي تمكنهم من الحياة بسعادة وإيجابية .
- 4-مساعدة التلاميذ على أن يضعوا لأنفسهم أهدافا واقعية .
- 5-الإعتراف بالفروق الفردية بين التلاميذ.
- 6- الإهتمام بالصحة النفسية للمعلم وتحقيق رضاه النفسي وإستقراره المهني .
- 7- جعل المدرسة مكانا محببا لتلاميذه يسوده النشاط والحركة .
- 8- الإهتمام بدراسة مشكلات التلاميذ السلوكية ومعرفة دوافعها .
- 9 - مرونة المناهج والبرامج وإرتباطها بالحياة .
- 10- زيادة فرص النجاح وتقليل فرص الفشل المتكرر قد يدمر تقدير الفرد لذاته .
- 11- تشجيع طرق التدريس التي تقوم على التعلم والتقويم الذاتي ومراعاة الفروق الفردية .
- 12 - تعديل إتجاهات التلاميذ بما يساير الفلسفة التربوية للمدرسة .
- 13- الإهتمام ببرامج والإرشاد النفسي بالمدرسة (شاذلي ، 1999 ، صص 41 - 42)

و في الأخير يمكن القول أن دور المدرسة تجاوز وظيفة تلقين المعلومات وأصبح يتناول شخصية التلميذ من مختلف الجوانب العقلية والجسمية و الإنفعالية و الإجتماعية .

9-بعض مسؤوليات المدرسة بالنسبة للنمو النفسي و الصحة النفسية :

تستخدم المدرسة أساليب نفسية و إجتماعية مختلفة لتحقيق الصحة النفسية و النمو النفسي السليم لتلاميذها و فيما يلي نذكر بعض مسؤوليات المؤسسة التربوية في إيجاد الصحة النفسية للتلميذ :

*أن يسود المدرسة جو من الديمقراطية والحرية حتى يتمكن التلاميذ من إشباع حاجاتهم النفسية والإجتماعية.

*تقديم الرعاية النفسية إلى كل طفل ومساعدته في حل مشكلاته والانتقال به من طفل يعتمد على غيره إلى راشد مستقل معتمدا على نفسه متوافقا نفسيا .

تعليمه كيف يحقق أهدافه بطريقة ملائمة تتفق مع المعايير الإجتماعية مما يحقق توافقه الإجتماعي الإهتمام بالتوجيه والإرشاد النفسي للتلميذ .

*الإهتمام بعملية التنشئة الإجتماعية في تعاون مع المؤسسات الإجتماعية الأخرى وخاصة الأسرة.

*مراعاة كل ما من شأنه ضمان نمو الطفل نمو نفسيا سليما.

وتستخدم المدرسة أساليب نفسية عديدة أثناء تربية التلاميذ منها دعم القيم الإجتماعية عن طريق المناهج ، وتوجيه النشاط المدرسي بحيث يؤدي إلى تعليم الأساليب السلوكية المرغوبة وإلى تعليم المعايير والأدوار الإجتماعية والقيم ، والثواب والعقاب ، و ممارسة السلطة المدرسية في عملية التعليم ، والعمل على فطام الطفل إنفعاليا عن الأسرة بالتدريب ، وتقديم نماذج صالحة للسلوك السوي إما في شكل نماذج تدرس لهم او نماذج يقدمها المدرسون في سلوكهم اليومي مع التلاميذ (زهران ، 2005ص ص 19 - 20).

المدرسة هي المؤسسة الرسمية التي تقوم بعملية التربية ، ونقل الثقافة ، وتوفير الظروف المناسبة لنمو جسميا و إجتماعيا و إنفعاليا و عقليا و نفسيا .

10/ بعض المشكلات النفسية الشائعة في الوسط المدرسي :

إن المشكلات التي توجد عند بعض التلاميذ تعمل على إعاقة مساهمهم التكيفي السليم مع الاهداف التعليمية و التربوية ، فيدخل التلميذ في معانات مستمرة من شأنها إعاقة إحراره للتقدم العلمي ورفعه للمستوى الأكاديمي وبالتالي عدم تحقيق الراحة النفسي ومن بين أكثر المشكلات شيوعا في الوسط المدرسي نذكر ما يلي :

1- الإنطواء والعزلة :

إن سلوك الإنطواء هو رغبة تتكون في ضمير إنسان ما ، تجعله يميل لترك زملائه والعاملين معه وللبعد عنهم والإنفراد بنفسه فيخف نشاطه الإجتماعي والإنفعالي والأدبي .(الخلي ، 2000، ص

(290

والطفل المصاب بالإنطواء يكون لديه عادة نقص في النمو قصور في الشخصية ويعتبر الأطباء النفسانيين هذه الظاهرة من أخطر أنواع سوء التكيف، إذ يلجأ هذا الطفل إلى الصمت والشرد والتخيل ويلاحظ عليه الكسل والملل والتلعثم في الكلام.

أما العزلة فهي توصف عادة عند المراهقين بأنها أكثر قلقاً وتوتراً وأقل ميلاً نحو الإعتقاد بإمكانية ضبط الحوادث في حياتهم اليومية وهم بالتالي أقل تحصيلاً أكاديمياً كما أن لديهم بعض المخاوف الإجتماعية، وسلوكيات وسواسية وأخرى قهرية و يقضون وقتاً طويلاً في الإستماع للموسيقى و مشاهدة التلفاز . (الخالدي، 2009، ص 15)

ويمكن أن نقسمها إلى قسمين :

النمط الأول : هناك أطفال ينفصلون عن الآخرين ولم يكن لهم القرار أصلاً في ذلك، أي أن أسباب الإنفصال ليست ضمن سيطرة الفرد، ثم يتدرج في الإنسحاب بشكل متعمد تدريجياً مع شعوره بعدم الإرتياح.

النمط الثاني : هناك من الأطفال الذين ينفصلون بشكل متعمد ويفضلون العزلة الإجتماعية.

2-العدوانية :

يعرف العدوان بأنه كل سلوك أو تصرف ينتج عن إيذاء للآخرين أو إتلاف لشيء، ويعرفه الخطيب : (بأنه سلوك يهدف إلى إحداث نتائج تحريية أو مكروهة أو السيطرة من خلال القدرة الجسدية أو اللفظية على الآخرين)، ويعتبر العدوان إستجابة عامة للإحباط . (عمايرة، 2010، ص ص 119 - 125).

يكثر إنتشار هذا النمط السلوكي بين تلاميذ المدرسة الإعدادية والثانوية وتتمثل مظاهره في إحداث التهريج في الصف و عدم إحترام المعلمين، العناد والتحدي والشتم والألفاظ النابية، الإعتداء البدني على الآخرين، تخريب أثاث المدرسة و الفصل، الإهمال المتعمد لنصائح وتعليمات المعلم وكذلك للنظم والقوانين المدرسية.

3- ضعف الثقة بالنفس :

يعد ضعف الثقة بالنفس والشعور بالنقص من مشكلات مفهوم الذات، وترتبط بكثير من المشكلات داخل المدرسة وخارجها، ويفسر الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس بأنها عبارة عن مجموعة من أحاسيس مؤلمة للنفس متكونة على أساس تفكير خاطئ وغير واقعي في مركز الشخصية يكتبها في اللاشعور وتتكون تشكل ذكريات مزعجة.

يمثل الخجل أحد مضاعفات ضعف الثقة بالنفس ويؤثر ضعف الثقة بالنفس على الكيان الإستقلالي للشخصية ويكون هذا نتيجة لفقدان الطمأنينة و إنعدام الشعور بالأمن مما يسبب

عدم الجدارة والتردد وإنعقاد اللسان أحيانا ، وتتكون ضعف الثقة بالنفس في السنوات الأولى للطفولة . (زيدان ، 1972، ص228).

4- التسرب المدرسي :

تعتبر ظاهرة التسرب المدرسي آفة تربوية وأكاديمية تلقي بظلالها السلبية على جميع مناحي الحياة ، كما تشكل عائقا يقف في وجه التقدم الذي تبغيه المجتمعات ، ويقصد بالتسرب المدرسي إنقطاع الطلبة عن الدراسة في مرحلة معينة دون أن يتموا دراسة تلك المرحلة" (ابو جادو ، 2004 ، ص 226)

كما يعرف كذلك "التخلي التلقائي عن الدراسة لأسباب إجتماعية وإقتصادية ، كما يشمل التلاميذ الذين يلفظهم النظام التربوي قبل إنتهائهم مرحلة من مراحل التعليم" (بن حمودة ، 2008 ، ص75)

5-التأخر الدراسي:

إن التأخر الدراسي مشكلة تربوية نفسية إجتماعية إقتصادية لفتت أنظار المربين وعلماء النفس والإدارة المدرسية ، و تتسبب في الهدر التربوي كما أنها تؤدي إلى إعاقه نمو التلميذ معرفيا و نفسيا .

ويعرف التأخر الدراسي بأنه " حالة تأخر أو تخلف أو نقص أو عدم إكمال النمو التحصيلي نتيجة لعوامل عقلية أو جسمية أو إجتماعية أو إنفعالية بحيث تنخفض نسبة التحصيل دون المستوى العادي

وترجع أسباب التأخر الدراسي إلى عوامل قد تكون جسمية كضعف البنية العامة التي قد تحول دون قدرة التلميذ على التركيز أو الإعاقات الحسية كضعف السمع والبصر أو صعوبة الكلام ، أو عوامل عقلية كتدني درجة الذكاء ، أو عوامل نفسية وإنفعالية كضعف الثقة بالنفس ، الإنطواء ، الإختلال الإنفعالي ، سوء التوافق العام والإحباط إو عوامل إجتماعية أسرية ، أو عوامل تربوية في المدرسة . (العاصمي ، 2008 ، ص 39) .

6-الجنوح:

تشيع هذه الظاهرة بين بعض الأحداث وتتضمن حالات كثيرة من الإنحراف ، كالسرقة والتسول والقتل والإغتصاب و التدخين بمستوياته المختلفة ،بما فيها المخدرات وشرب المسكرات والهيام في الشوارع (التسكع) وتكوين العصابات الصغيرة ،لإرتكاب بعض أو كل هذه الأشكال من الإنحرافات وإن لم تعالج هذه الحالات بإعادة تربية النشء يتحول الفرد بعد سن 18 إلى ما يمكن أن يدخله دائرة المجرمين (الخارجون عن القانون)(مُجْد ، 2004 ، ص 89) .

إن مشكلات المراهقة متعددة بتعدد جوانب الحياة بحيث يصعب حصرها ،وتعد المشكلات النفسية السابقة الذكر من أبرزها شيوعا لدى التلاميذ ،وعادة ما تظهر نتيجة لسوء تكيفهم سواء

داخل البيئة الأسرية أو البيئة المدرسية وهذا ما يؤثر وبشكل كبير على أدائهم الأكاديمي وبالتالي إنخفاض مستوى تحصيلهم الدراسي.

11-خدمات الصحة النفسية المدرسية :

تعد خدمات الصحة النفسية أمرا هاما فمن خلالها توفر المدارس المساعدات اللازمة من أجل إستفادة الطلاب من التعليم بالطريقة المثلى، وذلك عن طريق إزالة الحواجز النفسية والاجتماعية لتعليم وتعلم مهارات جديدة، كما يمكن أن تعزز هذه الخدمات التحصيل العلمي ومساعدة الطالب لكي يصبح مواطنا ناجحا ومثمرا، وكذا الاداء الاكاديمي، تحسين الحضور، زيادة المشاركة في الأنشطة الأكاديمية والتقليل من الإنقطاع عن بيئة التعلم، وكل هذه المظاهر تعتبر نتائج إيجابية يمكن أن تحققها خدمات الصحة النفسية المدرسية، وذلك عندما تتوفر سلسلة من الخدمات التي تشمل الوقاية و التدخل المبكر والعلاج من مشكلات الصحة النفسية الحادة .

ومن بين الأسباب التي ينبغي للمدارس أن تعتمد برامج للصحة النفسية المدرسية:

1- معالجة إحتياجات الصحة النفسية للتلاميذ والتي ترتبط إرتباطا وثيقا بإرتفاع نتائجهن المدرسية الإيجابية وهذا ما تظهره الأبحاث حيث أنه بتلبية الإحتياجات النفسية للتلاميذ بشكل صحيح قد يؤدي إلى إحتمال نجاح المدرسة.

و قد ترتبط الجودة العالية في ترقية الصحة النفسية المدرسية الفعالة إلى زيادة التحصيل الدراسي والكفاءة و إنخفاض الإضطرابات السلوكية وتحسين العلاقات المحيطة بكل تلميذ وكذا تغيرات جوهرية إيجابية في مناخ الفصول الدراسية ومناخ المدرسة ككل .

2- إن أنشطة الصحة النفسية المدرسية ضرورية لخلق بيئة حيث يمكن للتلاميذ التعلم .

3- برامج وخدمات الصحة النفسية المدرسية ضرورية لتحسين ظروف التعليم للمعلمين والعاملين في المدرسة .

4- تعزيز الصحة النفسية في المدارس يزيد من اثر الوقاية والتدخل المبكر وجهود العلاج .

5-وجود الصحة النفسية في المدارس يقلل من التكاليف، فالإضطرابات النفسية في الطفولة غالبا ما تتفاقم إذا ما تركت

دون علاج (Weston 2010, p p 05-07).

من هذا المنطلق لا بد أن تبادر المدرسة إلى القيام بدورها التعليمي والتربوي على أكمل وجه ولا يتحقق ذلك إلى إن كان في كل مدرسة مكتب للخدمات النفسية يتولى دراسة حالة التلاميذ ممن لديهم صعوبات في مجال الدراسة

خلاصة الفصل :

تناولنا في هذا الفصل اهم النقاط حول الصحة النفسية من تعريفات مختلفة ، كما أشرنا إلى مناهجها ، و خصائص الشخصية التي المتمتعة بها ، وتحدثنا عن عاوملها الداعمة ، ثم تطرقنا الى عنصر الصحة النفسية المدرسية لما لهذا العنصر من أهمية في دراستنا الحالية وتطرقنا إلى معرفة العوامل الداعمة لها، ومقترحات التي تقوم بها المدرسة لتحقيق الصحة النفسية ، وتحدثنا كذلك عن المدرسة وآثار الناجمة على الصحة النفسية للتلاميذ ، ودور المعلم لتحقيقها ، وكذلك تناولنا بعض مسؤوليات المدرسة للنمو النفسي والصحة النفسية للتلميذ ، وقمنا بعرض بعض المشكلات النفسية الأكثر إنتشارا في التعليم المتوسط ، و في الاخير و كحلول للحد من المشكلات و علاجها تحدثنا عن خدمات الصحة النفسية المدرسية كبرامج هدفها تعزيز التوافق النفسي والإجتماعي في البيئة المدرسية من خلال التدخل المبكر قبل تفاقم المشكلات النفسية و ذلك بتوفير مستشارين أو أخصائيين إجتماعيين أو نفسانيين.

الفصل الثالث

الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1- الدراسة الإستطلاعية

1-1 تعريف الدراسة الإستطلاعية

1-2 أهداف الدراسة الإستطلاعية

1-3 العينة الإستطلاعية

1-4 الخصائص السيكومترية

2- الدراسة الأساسية

1-2 منهج الدراسة الأساسية

2-2 عينة الدراسة

2-3 حدود لدراسة

2-4 أدوات الدراسة

خلاصة

1- الدراسة الإستطلاعية :

1-1 تعريف الدراسة الإستطلاعية :

تعد الدراسة الإستطلاعية مرحلة ضرورية في البحث العلمي و على أساسها يتم ضبط أهداف البحث و التحقق من الفروض الموضوعية ، كما يتم من خلالها التحقق من إمكانية إجراء البحث في الميدان و تحديد نوع الأدوات لجمع البيانات الأكثر ملائمة ، و التحقق من صدق وثبات الأدوات المستعملة و الكشف عن الظروف المحيطة للدراسة و الصعوبات التي تعيقها.

2-1 أهداف الدراسة الإستطلاعية :

-التعرف على عينة الدراسة

-حساب الخصائص السيكومترية

-التعرف على صعوبات الدراسة الإستطلاعية التي لا تتكرر في الدراسة الأساسية

-التأكد من البيانات المرفقة بالإستبيان

-معرفة مدى تجاوب أفراد العينة على أداة القياس

3-1 عينة الدراسة الإستطلاعية :

تم إختيار عينة الدراسة من مجتمع الدراسة حيث تكونت عينة الدراسة الإستطلاعية من 30 تلميذ أختيرت بطريق عشوائية و ذلك لتحقيق صدق و ثبات إستبيان الصحة النفسية المدرسية لتلاميذ سنة الرابعة متوسط.

4-1 حساب الخصائص السيكومترية للصحة النفسية المدرسية :

1-4-1 حساب الصدق:

صدق المحكمين : و يسمى أيضا بالصدق الظاهري، حيث قمنا بعرض الإستبيان على 05 أساتذة مختصين في ميدان علم النفس بجامعة ابن خلدون تيارت .

بناء على الملاحظات التي قدمها لنا المحكمين فقد تم الإتفاق على مجمل العبارات التي تقيس الصحة النفسية المدرسية حيث تم إجراء بعض التعديلات و إعادة صياغة بعض البنود و ذلك وفقا لأرائهم .

و في مفتاح التصحيح إعتمدنا على بدلين نعم (02) ، لا (01) وهذا في حالة الفقرات موجبة ، أما فيما يخص العبارات السالبة يختلف مفتاح التصحيح لا (02) نعم (01)

صدق التمييزي:

تم استعمال طريقة الصدق التمييزي أو المقارنة الطرفية

جدول رقم 03 يبين نتائج المقارنة بين العينة الدنيا والسفلى.

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة الاختبارات	الدلالة المحسوبة	الدلالة المعتمدة
الدنيا	39.00	2.261	5.724	0.000	0.05
العليا	45.20	2.573			

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه ان تبلغ نسبة المتوسط الحسابي لدى العينة الدنيا 39.00 وانحراف معياري 2.261 ويقابلها متوسط الحسابي للعينة العليا ب 45.20 وانحراف معياري 2.573، كما تبلغ قيمو الاختبارات = 5.724 عند دلالة الاحصائية المحسوبة 0.000 وهي قيمة اقل من الدلالة الاحصائية المعتمدة وبالتالي نتوصل إلى ان هناك فروق ذات دلالة احصائية بين العينة الدنيا والعينة العليا، إذن الاستبيان صادق يمكننا الاعتماد عليه.

1-4-2 حساب الثبات:

جدول رقم 04 يبين قيمة المعامل ألفا كرونباخ

عدد البنود	قيمة الفا كرونباخ
26	0.862

نلاحظ من خلال نتائج الجدول اعلاه أنه تبلغ نسبة معامل الفا كرونباخ 0.862 وهي نسبة مرتفعة ، وبالتالي يمكننا الاعتماد عليه في هذه الدراسة

2- الدراسة الأساسية :

1-2 المنهج المتبع للدراسة :

المنهج الذي يتبعه الباحث في دراسته يتوقف عند نوع المشكلة التي يريد دراستها . حيث يعرف المنهج على أنه الطريق المؤدي إلى الكشف عن الحقيقة في العلوم بواسطة طائفة من القواعد العامة تهيمن على سر العقل و تحدد عملياته حتى يصل الى نتيجة معلومة . و قد إعتدنا في دراستنا هذه على المنهج الوصفي بإعتباره الأنسب لهذه الدراسة و ذلك للكشف عن العلاقة بين الذكاء العاطفي و الصحة النفسية المدرسية المدرسية ، حيث عرف على أنه يقوم على وصف ظاهرة من الظواهر للوصول إلى أسباب هذه الظاهرة ،والعوامل التي تتحكم فيه وإستخلاص النتائج لتعميمها ، ويتم ذلك وفق خطة بحثية معينة وذلك من خلال تجميع البيانات وتنظيمها وتحليلها .

2-2 عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة الأساسية من 72 تلميذ و تلميذة من مجتمع الدراسة حيث تم إختيار جميع تلاميذ مستوى الرابعة متوسط لموسم 2021 – 2022 بطريقة عشوائية طبقية تمثلت في 31 تلميذ و 41 تلميذة و قد تم توزيع 82 إستبانة على عينة الدراسة و قد تم الإسترجاع منها 72 إستبانة نسبة الإسترداد 88% حيث تم تعبئة جميع الإستبيانات و بعد فحص الإستبيانات لم تستبعد أي منها نظرا لتحقق الشروط المطلوبة للإجابة على الإستبيان

جدول رقم 05 يوضح خصائص العينة حسب الجنس

الجنس	التكرارات	النسبة المئوية
ذكور	31	43.05%
إناث	41	56.95%
المجموع	72	100%

2-3 حدود الدراسة :

تتمثل حدود الدراسة فيما يلي :

الحدود البشرية : تتمثل عينة الدراسة على 72 تلميذ من متوسطة محيوتي بلعيد .

الحدود المكانية : لقد تمت الدراسة الميدانية في متوسطة محبوتي بلعيد بلدية عين بوشقيف دائرة الدحموني في ولاية تيارت

الحدود الزمانية : تم إجراء و تطبيق الدراسة الميدانية خلال الفترة الثالثة لموسم 2021 – 2022

2-4 أدوات الدراسة :

إعتمدنا في هذه الدراسة على أداتين تمثلت في مقياس الذكاء العاطفي من إعداد الباحث " أحمد علوان" و مقياس الصحة النفسية المدرسية من إعداد الطالبتين.

2-4-1 مقياس الذكاء العاطفي :

و صف المقياس :

تم إعداد هذا المقياس من طرف الباحث " أحمد علوان " سنة 2010 وهو موجه لفئة الطلبة الجامعيين كما نرى أنه يناسب مع تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط ، ويتكون المقياس من 41 بندا موزعة على أربعة أبعاد هي :

-المعرفة الإنفعالية : و تشير إلى القدرة على الإنتباه و الإدراك الجيد للإنفعالات و المشاعر الذاتية و حسن التعبير عنها و الوعي بالعلاقة بين الأفكار و المشاعر و الأحداث .

تنظيم الإنفعالات : و يقصد به القدرة على تحقيق التوازن العاطفي أو القدرة على تهدئة النفس و وكبح جماح الإفراط في الإنفعال سلبا و إيجابا على نحو مناسب .

التعاطف : هو القدرة على إدراك إنفعالات الآخرين و التوحد معهم إنفعاليا و فهم مشاعرهم و الإهتمام بها و الحساسية لإنفعالاتهم حتى و إن لم يفصحوا عنها .

التواصل الإجتماعي : و يشير إلى قدرة الفرد على التأثير الإيجابي في الآخرين و ذلك من خلال إدراك و فهم إنفعالاتهم و مشاعره و معرفة من يقود الآخرين و من يتبعهم و يساندهم و يتصرف معهم بطريقة لائقة حتى لا يظهر عليه آثار الإنفعال السلبي كالضيق و الغضب .

يطبق هذا المقياس بصفة فردية أو جماعية حيث يطلب من الطالب أن يحدد تطابق لكل بند مع ما يقوم به أو يشعر به في الواقع و ذلك بوضع علامة (X) أمام الإختيارالذي يوافق مع حالته مع العلم أنه لا وجود لإجابة صحيحة أو خاطئة .

مفتاح التصحيح :

لكل فقرة من فقرات المقياس سلم إجابات يتكون من خمسة تدريجات حتى تعطى الدرجات التالية:

- دائما (05) درجات .

-عادة (04) درجات .

-أحيانا (03) درجات .

-نادرا (02) درجات

-أبدا (01) درجات .

و بذلك أعلى درجة يمكن أن يتحصل عليها المستجيب في (205) بواقع (1X54) و أدنى

درجة يمكن أن يحصل عليها هي 41 بواقع (1X41)

متوسط الحسابي من (1 – 2.49) مستوى متدني ، متوسط حسابي من (250 إلى 3.49)

مستوى متوسط ، متوسط الحسابي من (3.50 إلى 5) مستوى مرتفعو من خلال سرد أبعاد

مقياس الذكاء العاطفي نحاول تلخيص البنود في الجدول التالي :

جدول رقم 06 سرد أبعاد مقياس الذكاء العاطفي

عدد العبارات	أرقام البنود	البنود الأبعاد
09	2 ، 3 ، 8 ، 16 ، 19 ، 20 ، 21 ، 22 ، 23	المعرفة الإنفعالية
10	1 ، 4 ، 5 ، 6 ، 7 ، 17 ، 18 ، 24 ، 25 ، 35	تنظيم الإنفعالات
13	9 ، 15 ، 29 ، 30 ، 31 ، 32 ، 33 ، 34 ، 36 ، 37	التعاطف
09	10 ، 11 ، 12 ، 13 ، 26 ، 27 ، 28 ، 38 ، 41	التواصل الإجتماعي

(رقاد و تعيان ، 2015، ص ص 53-54).

ثبات المقياس:

تم التحقق من ثبات المقياس من خلال تطبيقه على 55 طالبا و طالبة من خارج عينة الدراسة و حساب معامل الإتساق الداخلي بإستخدام معامل كرونباخ a لفقرات كل بعد من أبعاد المقياس ، وقد بلغت قيم معاملات الثبات (0.79 ، 0.82 ، 0.70 ، 0.74) المعرفة

الإنفعالية ، و تنظيم الإنفعالات ، و التعاطف ، و التواصل الإجتماعي على التوالي ، بالإضافة لذلك ، فقد تم حساب معامل الإستقرار (0.83 ، 0.85 ، 0.80 ، 0.86) لأبعاد المقياس على التوالي .

صدق المقياس :

تم التحقق من صدق المقياس بعرضه على 07 محكمين من أعضاء هيئة التدريس و المتخصصين في علم النفس التربوي و القياس و التقويم في الجامعات الأردنية و إعتمد الباحث نسبة إتفاق (80) كمعيار لقبول الفقرة ، وبناء على هذا المعيار وفقا لآراء المحكمين ، تم حذف 4 فقرات من الصورة الأولية للمقياس و البالغ فقراته (45) فقرة ، ليصبح المقياس في صورته النهائية مكونا من (41) فقرة بالإضافة إلى ذلك فقد تم التحقق من صدق البناء الداخلي للمقياس بإستخدام أسلوب التحليل العاملي و فق لطريقة المكونات الأساسية . (علوان ، 2011 ، ص ص 132 -133).

2-4-2 إستبيان الصحة النفسية المدرسية :

لقد إعتمدنا في بناء هذا الإستبيان على عدة مقاييس وهي

-باشرة كمال (2011) ، المناخ المدرسي و علاقته بالتوافق النفسي و الإجتماعي لدى المراهقين

-سلمى لخذاري (2019) ، مستوى الضغوط النفسية لدى طالب الأجنبي المتمدرس بجامعة مُجَد خيضر بسكرة .

-كما إعتمدنا على دراسة الحالة النفسية المدرسية من المشق النظرين خلال تعريفاته و العوامل المدعمة للصحة النفسية المدرسية و تضمنت هذه الدراسات على مجموعة من الأبعاد و العبارات لقياس الصحة النفسية المدرسية و تضمنت هذه الدراسات على مجموعة من الأبعاد و العبارات لقياس الصحة النفسية المدرسية لدى تلاميذ فقمنا بصياغة مجموعة من الفقرات لكل بعد من الأبعاد التالية :

البعد الاول : الراحة النفسية للتلميذ عدد بنوده 07

البعد الثاني : المحيط المدرسي عدد بنوده 07

البعد الثالث : العلاقة مع الزملاء عدد بنوده 05

البعد الرابع : العلاقة مع الأساتذة عدد بنوده 07

الراحة النفسية للتلميذ : شعور التلميذ بالرضا و الطمأنينة ، وتحقيق الذات و إستمراره في تحقيق أهدافه الشخصية ذات قيمة له

البيانات	الرقم	البعد
أعاني من الكسل و أحس أنه يقف عائق في مساري الدراسي	01	الراحة النفسية للتلميذ
تفتي بنفسي منعدمة نتيجة فشلي المتكرر في الدراسة	02	
الحماية الزائدة من طرف أسرتي تشعري بالعجز و عدم القدرة على الإجتهد	03	
أكبت غضبي و لا أعبر عنه في غالب الأحيان	04	
أقلق كثيرا لأتفه الأسباب و هذا ما يؤثر سلبا على دراستي	05	
أشعر بالقلق إتجاه مستقبلي الدراسي	06	
اشعر بالقلق بمجرد التفكير في إمتحان معين	07	

-المحيط المدرسي : هو العامل الرئيسي في صحة و سلامة التلاميذ ، حيث تلعب دورا هاما في تكوين شخصية التلميذ .

البيانات	الرقم	البعد
أشعر بالإحباط و الفشل إذا أخفقت في إمتحان معين	01	المحيط المدرسي
أشعر بالإنزعاج بمجرد التفكير في إمتحان معين	02	
نادرا ما أكون صدقات و هذا يؤثر على علاقتي في المحيط المدرسي	03	
أحرص على المشاركة في النشاطات الاجتماعية و الترفيهية داخل المدرسة	04	
أجد صعوبة في التركيز داخل القسم	05	
لا أجد تشجيعا من المدرسة لأظهار مواهبي و قدراتي الخاصة	06	
لا أحب الذهاب الى المدرسة	07	

العلاقة مع الزملاء : للمدرسة دور اساسي في التعرف و التقرب مع اصدقاء جدد حيث تختلف العلاقة بين التلاميذ ، تكون بعضها مبنية على الصداقة مؤقتة و اخرى تكون علاقة مستمرة مع مرور الزمن

البيانات	الرقم	البعد
أتضايق من بعض الزملاء في المدرسة	01	العلاقة مع الزملاء
أجد رغبة في الحديث عن نفسي و عن إنجازاتي المدرسية امام الآخرين	02	
اشعر بالانسجام و انا مع زملائي بالمؤسسة	03	
دائما افتخر امام زملائي	04	
لا يحب التلاميذ بعضهم في القسم	05	

العلاقة مع الاساتذة : الاستاذ والتلميذ اهم ركائز العملية التربوية و اساس نجاحها ، اذ يعتبر العنصر الفاعل و المؤثر ضمن عناصر المكونة للعملية التربوية .

البيانات	الرقم	البعد
أنزعج من بعض الاساتذة مما يسبب في عدم الرغبة في الدراسة	01	العلاقة مع الاساتذة
اخجل في القسم لانه غالبا ما اتعرض للنقد من طرف الاساتذة	02	
اشعر ان بعض الاساتذة ينحازون لبعض التلاميذ	03	
اشعر ان بعض الاساتذة يتجاهلونني في القسم	04	
علاقاتي الجيدة مع اساتذتي تجعلني اتحدث معهم بحرية في مختلف الامور	05	
يشجعني الاساتذة على المشاركة في القسم	06	
ارتاح مع اساتذتي اثناء المناقشة	07	

خلاصة :

لقد تم في هذا الفصل التطرق إلى أهم الإجراءات المنهجية للدراسة من خلال إعطاء صورة شاملة لكل مرحلة من مراحل الدراسة الإستطلاعية و الأساسية ، بحيث إستفدنا من الدراسة الإستطلاعية و الأساسية و ذلك من خلال التعرف على عينة الدراسة و كيفية تطبيق أدوات البحث بعد التأكد من صدقها و ثباتها حيث كان هدفها تسهيل البحث . ثم تلتها الدراسة الأساسية للتعرف على المنهج المتبع في الدراسة و هو المنهج الوصفي ، ومعرفة الأساليب الإحصائية المتبعة لمعالجة البيانات التي جمعها في هذه الدراسة بهدف عرضها و تحليل نتائجها .

الفصل الرابع

عرض و تحليل ومناقشة النتائج

تمهيد

- 1 - عرض وتحليل النتائج
- 2 - مناقشة النتائج
- 3 - إستنتاج عام للدراسة

تمهيد :

نعرض في هذا الفصل النتائج التي تم التوصل اليها بعد تطبيق اجراءات الدراسة الاستطلاعية التي استخدمت على ما تم جمعه وتحليه من بيانات ومن خلال عرض الفرضيات سنحاول تفسير هذه النتائج ومناقشتها و تعد هذه المرحلة من أهم مراحل البحث العلمي باعتبارها المرحلة التي يقوم بيها الباحث باستخدام الادلة والمؤشرات العلمية الكمية والكيفية التي تبرهن و تؤكد قبول الفرضيات أو عدم القبول

-حساب نتائج الفرضيات:

1- عرض نتائج الفرضيات:

1-1- عرض نتائج الفرضية الاولى: " توجد علاقة ارتباطية بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية المدرسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة"

جدول رقم 07 يبين نتائج حساب معامل بيرسون

العينة	قيمة برسون	الدلالة الاحصائية المحسوبة	الدلالة الاحصائية المعتمدة
72	0.132	0.259	0.05

نلاحظ من خلال نتائج الجدول اعلاه انه تبلغ نسبة معامل برسون 0.132 عند الدلالة الاحصائية المحسوبة 0.259 وهي قيمة أكبر من الدلالة الاحصائية المعتمدة 0.05، وبالتالي نتوصل إلى عدم تحقق الفرضية التي قمنا بطرحنا ، ونقبل الفرضية الصفرية التي تنص على أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية المدرسية لدى تلاميذ مرحلة المتوسط.

1-2- عرض نتائج الفرضية الثانية: " توجد فروق ذات دلالة احصائية في الذكاء العاطفي بين الجنسين"

جدول رقم 08 يبين نتائج حساب الفروق بالاختبارات

الجنس	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة الاختبارات	الدلالة المحسوبة	الدلالة المعتمدة
ذكور	31	41.97	4.513	0.414	0.680	0.05
إناث	41	41.51	4.696			

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه ان تبلغ نسبة المتوسط الحسابي لدى الذكور 41.97 وانحراف معياري 4.513 ويقابلها متوسط الحسابي للإناث ب 41.51 وانحراف معياري 4.696، كما تبلغ قيمة الاختبارات = 0.414 عند دلالة الاحصائية المحسوبة 0.680 وهي قيمة أكبر من الدلالة الاحصائية المعتمدة 0.05، وبالتالي نرفض الفرضية التي قمنا بطرحها ونقبل الفرضية الصفرية التي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الذكاء العاطفي بين الجنسين.

1-3- عرض نتائج الفرضية الثالثة: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في

الصحة النفسية المدرسية بين الجنسين"

جدول رقم 09 يبين نتائج حساب الفروق بالاختبارات

الجنس	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة الاختبارات	الدلالة المحسوبة	الدلالة المعتمدة
ذكور	31	144.58	19.662	-0.576	0.566	0.05
إناث	41	147.00	15.945			

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه ان تبلغ نسبة المتوسط الحسابي لدى الذكور 144.58 وانحراف معياري 19.669 ويقابلها متوسط الحسابي للإناث ب 147.00 وانحراف معياري 15.945، كما تبلغ قيمة الاختبارات = -0.576 عند دلالة الاحصائية المحسوبة 0.566 وهي قيمة أكبر من الدلالة الاحصائية المعتمدة 0.05، وبالتالي نرفض الفرضية التي قمنا بطرحها ونقبل الفرضية الصفرية التي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصحة النفسية المدرسية بين الجنسين.

- تفسير ومناقشة النتائج:

- مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الاولى :

نصت الفرضية على انه : توجد علاقة ارتباطية بين الذكاء العاطفي و الصحة النفسية المدرسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.

ومن خلال الجدول رقم (08) و الذي سجل 0.259 عند الدلالة الاحصائية و هي قيمة اكبر من الدلالة المعتمدة 0.05، نتوصل من النتائج السابقة على عدم تحقق الفرضية التي قمنا بطرحها، وبالتالي تقبل الفرضية الصفرية التي تنص على عدم وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء العاطفي و الصحة النفسية المدرسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط، ومن خلال الاجوبة المقدمة لنا يمكن القول ان مشاعر التلاميذ و عواطفهم و انفعالاتهم لا تتفاعل مع المحيط المدرسي اي المشاعر و الافكار السلبية لا تؤثر على التحصيل الدراسي للتلميذ ولا على سلوكياتهم مع زملائهم داخل المحيط المدرسي .

حيث اختلفت العديد من الدراسات السابقة مع نتائج الدراسة، وقد يرجع ذلك الى الفئة العمرية المتناولة، فمعظم الدراسات السابقة تناولت المرحلة الجامعية، اما في هذه الدراسة تم تناول مرحلة المتوسطة وهي التي تكون في فترة المراهقة التي تعتبر مرحلة حساسة، حيث نظراً في مجموعة من التغييرات سواء فيزيولوجية أو نفسية أو إجتماعية فهي تؤثر على سلوك التلميذ سواء من الناحية الإيجابية أو السلبية .

ومن بين الدراسات التي اختلفت مع نتائج الدراسة الحالية نجد دراسة أمل جودت (2018) حيث كانت نتائجها وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء العاطفي و السعادة و الثقة بالنفس حيث اعتبر الباحث العيد اوزنجة في دراسة له حول ابعاد الصحة النفسية المدرسية ان تحقق السعادة و الثقة بالنفس يعتبران من ابعاد الصحة النفسية المدرسية، بالاضافة الى دراسة فاضل كردي شمري (2013) و التي توصلت نتائجها الى وجود علاقة ارتباطية بين توافق الصحة النفسية و التكيف الدراسي، ويعتبر التكيف الدراسي من الابعاد المهمة في الصحة النفسية المدرسية، كما نجد دراسة كواسة (2002) حيث اسفرت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين مكونات الذكاء العاطفي و الدافع للإنجاز لطلاب الجامعة، كما نجد أيضاً دراسة بخوش نورس و حميداني حافية (2016) حيث كانت نتائجها وجود علاقة ارتباطية بين مستوى جودة الحياة

ومستوى الصحة النفسية لدى أفراد العينة، وكذا دراسة عبيس (2010) والتي كانت نتائجها وجود علاقة إرتباطية طردية بين الذكاء الانفعالي و الصحة النفسية.

– مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية :

نصت الفرضية على انه : توجد فروق ذات دلالة احصائية في الذكاء العاطفي تبعاً لمتغير الجنس . حيث تشير النتائج المعروضة في الجدول رقم (09) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الذكاء العاطفي تبعاً لمتغير الجنس حيث قدر مستوى الدلالة 0.680 وهي قيمة أكبر من الدلالة الاحصائية المعتمدة 0.05 توافقت نتائج الدراسة الحالية مع بعض نتائج الدراسات السابقة منها دراسة موسى (2005) حيث كانت نتائجها عدم وجود فروق بين الطلاب و الطالبات في الذكاء الوجداني تبعاً لمتغير الجنس، ورغم اختلاف افراد العينة (الطلبة الجامعيين) و الدراسة الحالية اهتمت بتلاميذ المرحلة المتوسطة ، الا انها توافقت مع نتائج الدراسة الحالية ، كما نجد دراسة ليندلي (2001) حيث توصلت نتائجها الى عدم وجود ذات دلالة احصائية في الذكاء الوجداني تبعاً لمتغير الجنس وأيضاً نجد دراسة الجبوري (2008) و التي أسفرت نتائجها على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور و الاناث في متغير الذكاء الانفعالي .

في حين اختلفت بعض الدراسات السابقة مع نتائج الدراسة الحالية منها دراسة سالم و احمد (2012) توصلت نتائجها الى ان هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور و الاناث فيما يتعلق بالذكاء العاطفي لصالح الذكور و كذا دراسة نعمان علوان و زهير نواجحة (2013) حيث هدفت الدراسة الى التعرف على علاقة الذكاء الوجداني لدى طلبة جامعة الاقصى و كانت نتائجها وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور و الاناث في الذكاء العاطفي والايجابية لصالح الاناث ، كما نجد دراسة عدنان عبد القاضي (2012) والتي هدفت الى معرفة الذكاء الوجداني وعلاقته بالاندماج الجامعي لدى طلبة كلية التربية وكانت نتائجها ان هناك فروق في بعض مكونات الذكاء الوجداني بين الذكور و الاناث حيث يتفوق الاناث عن الذكور .

ويمكن القول ان عدم وجود فروق في الذكاء العاطفي لدى الجنسين راجع الى المحيط المدرسي و المؤثرات التي تحيط به من معاملة زملاء لبعضهم البعض وكذا معاملة الاساتذة لهم ومدى تأثير التلاميذ سواء ذكور أو إناث .

–مناقشة وفسير نتائج الفرضية الثالثة :

نصت الفرضية على انه :توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصحة النفسية المدرسية تبعاً لمتغير الجنس.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (10) نجد ان مستوى الدلالة قدر بـ 0.566 وهي قيمة أكبر من الدلالة الاحصائية المعتمدة 0.05 وذلك يعني عدم تحقق الفرضية التي قمنا بطرحها وبذلك عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الصحة النفسية المدرسية تبعاً لمتغير الجنس

ومن الدراسات السابقة التي لم تتوافق نتائجها مع الدراسة الحالية نجد دراسة افروقة (2004) و التي كانت نتائجها وجود فروق ذات دلالة احصائية في الصحة النفسية تعزى لمتغير الجنس، وكذلك دراسة عبد الخالق حنودة خميس بلحيك (1999) حيث اسفرت نتائجها عن وجود فروق في الصحة النفسية بين طلبة الجامعة استناداً لمتغير الجنس لصالح الذكور و نجد كذلك دراسة ايمان صولي (2014) حيث توصلت نتائجها الى وجود فروق ذات دلالة احصائية لمتغير الجنس في الصحة النفسية .

كما نجد دراسات توافقت مع الدراسة الحالية منها دراسة قمر (2015) حيث هدفت الدراسة للكشف عن مستوى الذكاء الانفعالي و الصحة النفسية للطلبة بالإضافة إلى تأثير بعض المتغيرات (الجنس - التخصص - المستوى الدراسي) وكانت نتائجها عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الصحة النفسية تعزى لمتغير الجنس، ونجد ايضا دراسة الزبيدي و الهزاع (1997) والتي هدفت الى قياس الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة و التعرف على الفروق بين الاناث و الذكور و اسفرت نتائجها على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور و الاناث فيمقياس الصحة النفسية .

يمكن القول انكلا الجنسين لا يكون صدقات مع الغير وهذا يؤثر على علاقاته مع الاخرين وكذا شعور التلاميذ بالتحيز بعض الاساتذة الى بعض التلاميذ و الضغوط النفسية التي يعاني منها سبب طول البرنامج الدراسي و صعوبة المناهج و هذا ما يولد عدم الراحة و الطمأنينة داخل المحيط المدرسي لكلا الجنسين .

الإستنتاج العام :

توصلت نتائج الفرضية الأولى لدراستنا إلى عدم وجود علاقة إرتباطية بين الذكاء العاطفي و الصحة النفسية المدرسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط فبالنتالي نرفض الفرضية الأولى التي طرحناها والتي تفترض وجود علاقة إرتباطية بين الذكاء العاطفي و الصحة النفسية المدرسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط و نقبل الصفرية التي تنفي هذه العلاقة ، حيث جاءت نتائج فرضيتنا مناقضة لنتائج الدراسات السابقة كدراسة أمل جودت (2018) ،دراسة عبيس (2010) ،دراسة كواسة (2002).

و لقد إتضح لنا أيضا من خلال نتائج الفرضية الثانية عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء العاطفي تبعاً لمتغير الجنس وبالتالي لا نستطيع الأخذ بالفرضية البديلة والتي مفادها وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء العاطفي تبعاً لمتغير الجنس، ونقبل الفرضية الصفرية التي تنفي وجود هذه الفروق .

كما أننا لم نتوصل إلى التحقق من الفرضية الثالثة التي تنص على وجود ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية المدرسية لمتغير الجنس على فلذلك نرفض هذه الفرضية و نقبل الفرضية الصفرية التي تنفي وجود هذه الفروق .

ومنه نستنتج أن كل فرضيات دراستنا لم تتحقق و توصلنا إلى نتيجة تعبر على إنعدام العلاقة بين الذكاء العاطفي و الصحة النفسية المدرسية ، كما أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى الجنسين في الذكاء العاطفي و الصحة النفسية المدرسية ، أي النتائج تعكس إفتراضاتنا .

خاتمة

خاتمة:

حاولنا في هذه الدراسة الكشف عن العلاقة بين الذكاء العاطفي و الصحة النفسية المدرسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة بمتوسطة محيوتي العيد "تيارت"، وبالتناول النظري لمتغير الذكاء العاطفي و متغير الصحة النفسية المدرسية وبعدها التطبيق الميداني الذي تم التطرق فيه إلى جمع البيانات عن طريق إستعمال إستبيان الذكاء العاطفي بأبعاده المختلفة من إعداد مُجَدِّ علوان، وإستبيان الصحة النفسية المدرسية من إعداد الطالبتين، ومعالجتها إحصائيا و عرضها و تحليلها ومناقشتها خلصنا إلى نتيجة مفادها أنت لا توجد علاقة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية المدرسية لدى تلاميذ سنة رابعة متوسط في متوسطة محيوتي العيد بلدية بوشقيف "تيارت".

ومنه توصلت الدراسة إلى مجموعة من التوصيات والمقترحات :

إقتراحات و التوصيات :

1- الاقتراحات :

- الإهتمام بموضوع الصحة النفسية المدرسية و كذا الذكاء العاطفي في جميع المستويات .
- يجب الإهتمام بالأنشطة الإجتماعية والترفيهية داخل المؤسسات التربوية .
- تشجيع التلاميذ على إكساب وتنمية مهارات الذكاء العاطفي .
- دراسة الصحة النفسية المدرسية و علاقتها ببعض المتغيرات كالمناخ المدرسي و التوافق الدراسي و دافعية الإنجاز .
- تصميم مقاييس للصحة النفسية المدرسية .

2-التوصيات :

- بناء برنامج تدريسي للصحة النفسية المدرسية .
- توعية المحيط المدرسي بمدى أهمية الصحة النفسية .
- توعية الأساتذة بمدى أهمية الصحة النفسية المدرسية و تحقيقها نظرا لحساسية المرحلة التي يمر بها هؤلاء التلاميذ وهي مرحلة المراهقة .
- العمل على تحسين العلاقات بين التلاميذ و الأساتذة و الطاقم الإداري .
- بناء برامج لتنمية الذكاء العاطفي لدى تلاميذ مدارس التعليم المتوسط و الثانوي .

قائمة المصادر و

المراجع

قائمة المصادر و المراجع :

- 01- أبو الخير ،أحمد غنيم وأبو شعيرة ،نور عادل (2018) ،مستوى الذكاء العاطفي و علاقته بتحسين أداء مديري المدارس في المرحلة الأساسية الدنيا التابعة لوكالة الفوث بمنطقة غرب غزة التعليمية ،المجلة الدولية للدراسات التربوية النفسية ،العدد2(03) ،ص201 .
- 02- أبو عفش ،إيناس شحته(1432هـ-2011م)-اثر الذكاء العاطفي على مقدرة مدراءبغزة على اتخاذ القرار و حل المشكلات قدم هذا البحث استكمالاً للمتطلبات " حصولاً على درجة الماجستير ،تخصص إدارة أعمال الجماعة الإسلامية،غزة.
- 03- أحمد ،حسن صالحوقاسم ،ناجي مُجّد وهاشم ،مها إسماعيل (2002) ، الصحة النفسية و علم النفس الإجتماعي و التربية الصحية ، ط1، مصر : مركز الإسكندرية .
- 04- أديب ،مُجّد الخالدي (2009) ، المرجع في الصحة النفسية ،ط3، الأردن : دار وائل للنشر .
- 05- الأسطل ،مصطفى رشاد مصطفى(1431هـ - 2010 م) ،الذكاء العاطفي وعلاقته بمهارة مواجهة الضغوط لدى طلبة كليات التربية بجامعة غزة ،رسالة مقدمة إستكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير ،تخصص إرشاد نفس ،الجامعة الإسكندرية ،غزة ،فلسطين .
- 06- الأسطل ،مصطفى (1431هـ-2010م)-الذكاء العاطفي بمهارت مواجهة الضغوط لدى طلبة كليات التربية بجامعة غزة رسالة مقدمة إستكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير ،تخصص ارشاد نفسانيين،الجامعة الإسلامية،غزة.
- 07- أنساعد ،رضوان وقمري ،حليمة (2020) ،دور الذكاء العاطفي في القيادة الإدارية بقطاع التعليم العالي ،مجلة العلوم الإنسانية ،جامعة حسبية بن بوعللي ،العدد 02 (20) ،ص459.
- 08- بطرس ،حافظ بطرس (2008) ،التكيف و الصحة النفسية للطفل ،ط1 ،،الأردن : دار المسيرة.
- 09- بظاظو ،عزمي مُجّد (1430هـ-2010م).اثر الذكاء العاطفي على الاداء الوظيفي للمدراء العاملين في مكتب غزة الاقليمي التابع للأونروا ،قدم هذا البحث استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير تخصص ادارة الاعمال ،الجامعة الاسلامية ،غزة.

- 10- بلال ،نجوى وين تيشة ،نصيرة (2014 – 2015) ،الذكاء العاطفي للمعلم و علاقته بالضغوط النفسية لدى تلاميذ السنة الخامسة إبتدائي ،مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر ،تخصص إرشاد وتوجيه ،جامعة الشهيد حمه لخضر ،الوادي ،الجزائر .
- 11- بن غربال ،سعيدة (2014-2015)-الذكاء العاطفي و علاقة بالتفوق المهني مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير تخصص على النفس الاجتماعية ،جامعة مُجَّد خيضر،بسكرة-الجزائر .
- 12- توفيق ،أسماء فتحي و خلف ،أمال السيد (2009) ،فاعلية القصة كمدخل لإنماء الذكاء العاطفي لطفل الروضة ،مجلة الطفولة العربية ، جامعة عين شمس ،العدد 37،ص51.
- 13- جراد ،ريم حكيمات(1434هـ-2013م)-الذكاء العاطفي للمعلم ودوره في حماية الاطفال المعرضين للخطررسالة مقدمة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة المقيستير،يخصص تربية الطفل جامعة تشرين ،سوريا.
- 14- جزاء ،بن عبيد بن جزاء العاصمي (2008) ،بعض المشكلات النفسية الشائعة لدى طلبة مراحل التعليم العام بمدينة الطائف ،مكة المكرمة .
- 15- جولمان ،دانيال (2000) ،ترجمة ليلي جبالي ،الذكاء العاطفي ، الكويت : عالم المعرفة .
- 16- حامد ،عبد السلام زهران (2005) ، الصحة النفسية و العلاج النفسي ، ط4 ، القاهرة : عالم الكتب .
- 17- حسين ،مُجَّد عبد الهادي (2007) ،الذكاء العاطفي و ديناميات قوة التعلم الاجتماعي ،ط1 ،الامارات العربية المتحدة ،دار الكتاب الجامعي .
- 18- خلف الله ،علي (2013-2014) ،نوعية العلاقة الزوجية و علاقتها بمهارة الذكاء العاطفي ،أطروحة مقدمة لنيل درجة الدكتوراه ،تخصص علم النفس العيادي ،جامعة حاج لخضر ،باتنة ،الجزائر .
- 19- رقاد ،بشرى و سعدية ،تعيان(2015-2016) ،التقليد التشاؤمي و علاقة بالذكاء العاطفي لدى الطالب الجامعي ،مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر،تخصص على النفس العيادي،جامعة ابن خلدون ،تيارت ،الجزائر .
- 20- السامرائي ،ندى ظاهر مُجَّد ،(2018) ،الذكاء العاطفي و أثره في القيادة الإستراتيجية ، رسالة إستكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجيستِر ،تخصص إدارة الأعمال ،جامعة الشرق الأوسط .
- 21- سليمان ،أمال (2014-2015) ،فعالية البرنامج التدريبي مبني على مهارات الذكاء العاطفي في تنمية الدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم المتوسط ، مذكرة مكملة لمتطلبات الحصول على درجة الماجيستِر في علم النفس ،تخصص علم النفس الإجتماعي ،جامعة مُجَّد خيضر ،بسكرة ،تيارت .

- 22- الشايح ،علي صالح والمطيري ،عواطف بطاح (2019) ،الذكاء العاطفي و علاقته بالقيادة الخادمة لدى قائدات المدارس في محافظة المدنب من وجهة نظر المعلمات ،المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية ،جامعة القصيم ،العدد 03 (05) ،ص98.
- 23- شريفي ،مُجد أمين وشريفي ،علي (2012) ،ماهية معيقات الصحة النفسية المدرسية و مدعماها ، مجلة الإبداع ، العدد السادس ص ص 101- 105 .
- 24- صالح ،أبوجادو(2004) ،سيكولوجية التنشئة الإجتماعية ،ط4 ،،الاردن : دار المسيرة للنشر و التوزيع .
- 25- صالح ،علي عبد الرحيم (2014) ،المعجم العربي لتحديد المصطلحات النفسية ،ط1 ،الأردن :دار الحامد للنشر و التوزيع .
- 26- صالح حسن الداهري (2010) ،مبادئ الصحة النفسية ،ط3 ،الاردن : دار وائل للنشر و التوزيع.
- 27- طيب فهد ،بن محمود بن عبد العزيز (1427هـ - 1428هـ) ،الذكاء العاطفي في السيرة النبوية و تطبيقاته في الإدارة التربوية ،دراسة مقدمة كمتطلب تكميلي للحصول على درجة الماجستير ،تخصص إدارة تربوية و تخطيط ،جامعة أم القرى.
- 28- عبد الحميد ،مُجد الشاذلي (1999) ،الصحة النفسية سيكولوجية الشخصية ، ط1،الإسكندرية : المكتب العلمي للكمبيوتر و النشر و التوزيع .
- 29- عبد الرؤوف ،طارق وعيسى، إيهاب (2018) ،الذكاء العاطفي و الذكاء الإجتماعي ،ط1 ،مصر : المجموعة العربية للتدريب و النشر .
- 30- عبد العزيز ،بن عبد الله الأحمد (1999) ،الطريق إلى الصحة النفسية ،ط1 ،الرياض :دار الفضيلة للنشر و التوزيع
- 31- عبد الله ،فؤاد الخالدي ،دلال سعد الدين العلمي (2009) ،الصحة النفسية و علاقتها بالتكيف و التوافق ،ط1 ،عمان : دار صفاء.
- 32- العتوم ،نداء عقلة (2014) ،مستوى الذكاء العاطفي لدى معلمات الصفوف الثلاثي الاول في محافظة جرش و علاقته بإتجاهتهن نحو مهنة التدريس ،قدمت هذه الرسالة إستكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية ،تخصص المناهج و طرق التدريس ،جامعة الشرق الأوسط .

- 33-عفيفة، علي حسين (2019)، أثر الذكاء العاطفي على الأداء الوظيفي للعاملين في بنك سورية و الخليج خلال عام 2019، بحث مقدم لنيل شهادة الماجستير، تخصص إدارة الأعمال الجامعية الافتراضية السورية .
- 34-علوان، أحمد (2011)، الذكاء الانفعالي و علاقته بالمهارات الإجتماعية و أنماط التعلق لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيري التخصص و النوع الإجتماعي، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، عدد2(07)، ص ص132-133.
- 35-عمارة، أكرم مُجّد (2020 - 2021)، الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم الثالثة ثانوي، مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر، تخصص علم النفس المدرسي، جامعة العربي بن مهيدي، أم البواقي، الجزائر.
- 36-قدورة، سوسن حسين علي (2011)، الصحة النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية و علاقتها ببعض المتغيرات، بحث تكميلي مقدم لنيل درجة ماجستير، تخصص علم النفس التربوي، جامعة الجزيرة .
- 37-ماضي، خالد مُجّد صالح (2014)، دراسة العلاقة بين الذكاء العاطفي للمديرين و إدارة الصراع التنظيمي بالتطبيق على المنظمات الحكومية المحلية بمحافظة كفر الشيخ، رسالة مقدمة للحصول على درجة الماجستير، تخصص إدارة أعمال، الجامعة المنوفية .
- 38-مبارك، إلياس وباديس، نور الهدى (2016-2017)، الذكاء العاطفي و علاقته ببعض سمات الشخصية لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية، مذكرة لنيل شهادة الماستر، تخصص حركة الإنسان و حركيته، جامعة العربي بن مهيدي، أم البواقي، الجزائر .
- 39-مُجّد، بن حمودة (2008)، الادارة المدرسية في مواجهة المشكلات التربوية ، الجزائر: دار العلوم للنشر و التوزيع.
- 40-مُجّد، حسن عمارة (2010)، المشكلات الصفية، السلوكية، التعليمية، الاكاديمية، مظاهرها، أسبابها و علاجها، ط3، الاردن: دار المسيرة .
- 41-مُجّد، مصطفى زيدان (1972)، النمو النفسي للطفل و المراهق، ط1، ، ليبيا: المنشورات الجامعية الليبية .
- 42-مُجّد جاسم مُجّد (2004)، سيكولوجية الإدارة التعليمية والمدرسية وفاق التطوير العام، ط1، الاردن.
- 43-مسلم، مُجّد رضا (2017)، أثر الذكاء العاطفي و الثقة بالنفس في تحصيل تعلم اللغة العربية بمعهد الأمين الحرمين سبائق مادورا الشرقي، مذكرة مكملة للحصول على درجة الماجستير، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية ملانق.

44-معمرى ،وجنحاني ،مريم (2019-2020) ،الذكاء الإنفعالي كمبنى بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة ،مذكرة مكملة للحصول على شهادة الماجستير ،تخصص إرشاد وتوجيه ،جامعة الشهيد حمه لخضر ،الوادي ،الجزائر .

45-منصوري ،نيلوناس ،عبد الله وبرجي ،هنا (2018) ،الصحة النفسية و علاقتها بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى طلبة ،مجلة دفاتر مخبر المسألة التربوية في ظل التحديات الراهنة ،جامعة البويرة ،العدد19 ،ص170.

46-موفق ،هاشم صفر الحلبي (2000) ،الاضطرابات النفسية عند الاطفال و المراهقين ،ط2 ، ، لبنان: مؤسسة الرسالة.

47-نصرات ،السعيد (2015-2016) ،الخصائص السيكومترية للصورة العربية لمقياس الذكاء العاطفي لسلوكيات لدى طلبة المرحلة الثانوية ،مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجستير ،تخصص القياس و التقويم ،جامعة وهران 2-وهران ،الجزائر.

48-نعمان ،نسرين عبد الله (2017) ،أثر المهارة السياسية في القرار الإستراتيجي : الذكاء العاطفي متغير معدل ،قدمت هذه الدراسة إستكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير ،تخصص إدارة أعمال جامعة الشرق الأوسط.

49-هيلين ،هيرمان (2005) ،تعزيز الصحة النفسية المفاهيم ،الاليات المستجدة ،الممارسة ، القاهرة : المكتب الإقليمي للشرق البحر الأبيض المتوسط .

ثالثا . المواقع الإلكترونية:

50-Yrrental health.com , 18:35 , 15-02-2022

رابعا . قائمة المصادر باللغة الأجنبية :

51-Karen weston (2010) ,using coordinated school health to promote mental health car ,columbia .

52-Dardy santor (2009) ,taking mental health to school ,the provincial centre of excellence for child and youth mental health at cheo ,ontaria.

53-Daniel goleman (2005) , emotional Intelligence ,the10th anniversary edition.

الملاحق

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة ابن خلدون تيارت

كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية

قسم العلوم الإجتماعية و الإنسانية

شعبة : علم النفس

التخصص : علم النفس المدرسي

إستمارة الذكاء العاطفي و الصحة النفسية المدرسية

عزيزي التلميذ / عزيزتي التلميذة

السلام عليكم ورحمة الله وتعالى وبركاته و بعد :

تقوم طابنتان من قسم العلوم الإجتماعية تخصص علم النفس المدرسي بإنجاز مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تحت عنوان " الذكاء العاطفي وعلاقته بالصحة النفسية المدرسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة" لذا نضع بين أيديكم هذا الإستبيان ، يرجى التكرم بالإجابة على فقراته و وفقا للتعليمات الموضحة أدناه و أعلم أن إجابتك سرية ولغرض البحث العلمي فقط ، وذلك بعد إفادتنا بالبيانات التالية :

بيانات عامة :

الجنس :

التعليمات :

أن تقرأ كل عبارة بدقة و تحدد إجابتك و ذلك بوضع علامة (X) في الخانة التي تجدها مناسبة ، ولا تضع أكثر من علامة للفقرة الواحدة و أحرص على عدم ترك أي عبارة دون إجابة .

مع العلم أنه لا توجد إجابة صحيحة و أخرى خاطئة طالما تعبر عن رأيك بصدق

إستبيان الذكاء العاطفي

الفقرة	دائما	عادة	أحيانا	نادرا	أبدا
1-استمتعت عند قيامي بإنجاز مهمة ما					
2-يسهل علي التعبير عن مشاعري تجاه الآخرين					
3-استطيع إدراك مشاعري الصادقة					
4-استطيع إنجاز اعمالي بنشاط و تركيز عال					
5-اتحلى بالصبر اذا لم أحقق نتائج سريعة					
6-أستطيع تحقيق النجاح تحت الضغوط					
7-اعتبر نفسي مسؤولا عن مشاعري					
8-انا حساس لما يحتاجه الاخرين					
9-لدي القدرة على إكتشاف احاسيس اصدقائي					
10-انا شخص متعاون					
11-يصعب علي التحدث مع الغرباء					
12-لدي القدرة في التأثير على الآخرين					
13-بناء الصداقات أمر مهم بالنسبة لي					
14-أفهم مشاعر الآخرين المحيطين بي جيدا					
15-أستطيع إدراك مشاعر الآخرين دون دون أن يخبروني بها					
16-أستطيع أن أتحدث بسهولة عن مشاعري					
17-أتحكم في مشاعري الخاصة لكي يكون عملي كما أريد					
18-أغضب بسهولة					
19-أدرك أن لدي مشاعر رقيقة					
20-لدي القدرة على معرفة صفاتي الإيجابية					
21-لدي فهم جيد للإنفعالات					

					22-لدي فهم حقيقي بما أشعر
					23-أدرك مشاعري في تعاملي مع الآخرين بدقة كما هي فعلا
					24-أستطيع أن أضع عواطفني جانبا عندما أقوم بإنجاز أعمالي
					25-عندما أقرر إنجاز أعمالي فإنني أبدأ بالعقبات التي تحول بيني وبينها
					26-أعتبر نفسي موضع ثقة من الآخرين
					27-لدي القدرة على معرفة إنفعالات أصدقائي من سلوكهم
					28-أشعر أنني طيب مع الآخرين
					29-أجامل الآخرين عندما يستحقون ذلك
					30-لدي القدرة على معرفة انفعالات أصدقائي
					31-أثأثيرردود أفعال الآخرين
					32-أأنصف بالهدوء في تعاملي مع الآخرين
					33-أأستطيع الإحساس بنبض الجماعة
					34-لدي القدرة على الإنتباه للمؤشرات الدقيقة التي تدل على مشاعر الشخص الآخر
					35-أأستطيع إحتواء مشاعر الجهاد التي تعوق أداء أعمالي
					36-لدي القدرة على معرفة فيما إذا كان أحد أصدقائي غير سعيد
					37-أأحاول فهم أصدقائي من خلال تفهم رؤيتهم للأشياء
					38-أأغضب من الأسئلة المخرجة الموجهة من الآخرين
					39-لدي القدرة على فهم الإشارات الإجتماعية التي تصدر من الآخرين
					40-أأستمتع بصحبة الأشخاص الآخرين
					41-أأستطيع مشاركة الآخرين في أحاديث تخصهم

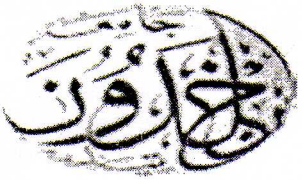
إستبيان الصحة النفسية المدرسية

الرقم	فقرات	نعم	لا
01	أعاني من الكسل و أحس أنه يقف عائق في مساري الدراسي		
02	ثقتي بنفسي منعدمة نتيجة فشلي المتكرر في الدراسة		
03	الحماية الزائدة من طرف أسرتي تشعرني بالعجز و عدم القدرة على الإجتهد		
04	أكبت غضبي و لا أعبر عنه في غالب الأحيان		
05	أقلق كثيرا لأتفه الأسباب و هذا ما يؤثر سلبا على دراستي		
06	أشعر بالقلق إتجاه مستقبلي الدراسي		
07	أشعر بالقلق بمجرد التفكير في إمتحان معين		
08	أشعر بالإحباط و الفشل إذا أخفقت في إمتحان معين		
09	أشعر بالإنزعاج بمجرد دخولي إلى المؤسسة		
10	نادرا ما أكون صدقات و هذا يؤثر على علاقتي في المحيط المدرسي		
11	أحرص على المشاركة في النشاطات الإجتماعية و الترفيهية داخل المؤسسة		
12	أجد صعوبة في التركيز داخل القسم		
13	لا أجد تشجيعا من المدرسة لإظهار مواهبي و قدراتي الخاصة		
14	لا أحب الذهاب إلى المؤسسة		
15	أتضايق من بعض الزملاء في المدرسة		
16	أجد رغبة في الحديث عن نفسي و عن إنجازاتي المدرسية أمام الآخرين		
17	أشعر بالإنسجام و أنا مع زملائي بالمؤسسة		
18	دائما أفتخر أمام زملائي		
19	لا يحب التلاميذ بعضهم البعض في القسم		
20	أنزعج من بعض الاساتذة مما يسبب في عدم الرغبة في الدراسة		
21	أخجل في القسم لأنه غالبا ما أتعرض للنقد من طرف الأساتذة		
22	أشعر أن بعض الأساتذة ينحازون لبعض التلاميذ		
23	أشعر ان بعض الأساتذة يتجاهلونني في القسم		

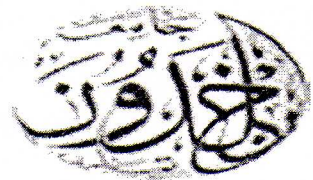
		علاقتي الجيدة مع أساتذتي تجعلني أتحدث معهم بحرية في مختلف الأمور الخاصة	24
		يشجعني الأستاذ على المشاركة في القسم	25
		أرتاح مع أساتذتي أثناء المناقشة	26

أسماء الأساتذة المحكمين لإستبيان الصحة النفسية المدرسية

مكان العمل	الدرجة العلمية	التخصص	الأساتذة المحكمين
جامعة تيارت	أستاذ محاضر أ	علم النفس	بلعاليا محمد
جامعة تيارت	أستاذة محاضرة	علم النفس العيادي	هدور سميرة
جامعة تيارت	أستاذة محاضرة	علم النفس التربوي	بودربالة شهرزاد
جامعة تيارت	أستاذ محاضر	علم النفس الجنائي	قاضي مراد
جامعة تيارت	أستاذة محاضرة	علم النفس العيادي	بوكصاصة نوال



جامعة ابن خلدون - تيارت
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية



تصريح شرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

(ملحق القرار الوزاري رقم 1082 المؤرخ في 2020/12/27 المتعلق بالوقاية ومحاربة السرقة العلمية)

أنا الممضي أدناه،

السيد(ة) سرياح فاطمة =

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم 201531447 والصادرة بتاريخ: 2017/05/21

المسجل(ة) بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية : القسم : العلوم الاجتماعية

و المكلف بإنجاز أعمال بحث مذكرة التخرج ماستر عنوانها:

علاقة التكاثر العاطفي بالصلة التنشيطية لدراسة لدى تلك السيد المرحومة الممتدة

أصرح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية النزاهة الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

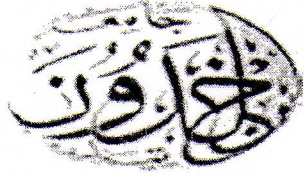
التاريخ: 2022/08/08

إمضاء المعني

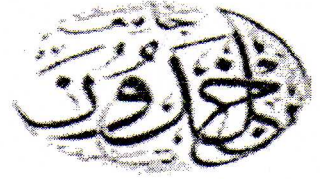
فظ- والمصادقة على إمضاء
السيد(ة) سرياح فاطمة
ب.ت.ت. رقم: 201531447
بتاريخ: عن
عبدل ووشقيف يوم: 08 جوان 2022

عن المجلس العلمي الأعلى
بمقتضى منه
التصرف إقليمي
م. يوم الاثنين





جامعة ابن خلدون - تيارت
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية



تصريح شرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

(ملحق القرار الوزاري رقم 1082 المؤرخ في 2020/12/27 المتعلق بالوقاية ومحاربة السرقة العلمية)

أنا الممضي أدناه،

السيدة (ة) **بدر بوعصب**

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 2161473 والصادرة بتاريخ: 2016/07/20

المسجل (ة) بكلية: العلوم الاجتماعية والإنسانية قسم: العلوم الاجتماعية

و المكلف بإنجاز أعمال بحث مذكرة التخرج ماستر عنونها: من رئيس المجلس الشعبي البلدي

علاقة الزطاء العاطفي بالصحة النفسية لدى كبار السن

المرحلة العمل المتوسطية

أصرح بشرفي أنني التزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية النزاهة الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ: 08 JUN 2022

إمضاء المعني

من رئيس المجلس الشعبي البلدي
كاتب مديرية البلدية الإقليمية
بني خلدون

ملخص الدراسة :

تهدف الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء العاطفي و الصحة النفسية المدرسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ، وتم إتباع المنهج الوصفي بحيث إشمطت عينة على (72) تلميذ وتلميذة من متوسطة محيوتي بلعيد عين بوشقيف، حيث إعتمدنا على إستبيانين ، الأول خاص بالذكاء العاطفي من إعداد الباحث "أحمد علوان " أما الإستبيان الثاني فهو خاص بالصحة النفسية المدرسية من إعداد الطالبين

وبعد إجراء الدراسة توصلنا إلى النتائج التالية :

-لا توجد علاقة إرتباطية بين الذكاء العاطفي و الصحة النفسية المدرسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط .

-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الذكاء العاطفي تبعا لمتغير الجنس .

-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصحة النفسية المدرسية تبعا لمتغير الجنس .

الكلمات المفتاحية: الذكاء العاطفي، الصحة النفسية المدرسية، المرحلة المتوسطة.

Study summary:

This study aims to show the relationship between the "emotional intelligence" and the "school mental health" among middle school pupils .we have followed the "descriptive approach" so that the sample included (72) pupils (girls / boys) from Mahyouti Belaid (Bouchakif) middle school where we relied on 2 questionnaires , the first for emotional intelligence prepared by the researcher Ahmed Alwan and the second one prepared by the two students .

After this study, we reached the following results .

- There is no correlation between emotional intelligence and school mental health among middle school pupils .
- There are no statistically significant differences in emotional intelligence according to the gender variable .
- There are no statistically significant differences in school mental health according to the gender variable.

Key words: Emotional intelligence, school mental health , middle school .