

فاعلية برنامج لتنمية الذكاء الوجداني لمواجهة الضغوط البيئية والنفسية المرتبطة بالثانوية العامة على عينة من أولياء أمور طلاب المدارس الحكومية

هند عمر محمود جودة^(١) - جمال شفيق أحمد^(٢) - سهام علي عبد الحميد^(٣)

(١) كلية الدراسات العليا والبحوث والدراسات البيئية، جامعة عين شمس ٢) كلية الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس ٣) كلية التربية، جامعة حلوان

المستخلص

هدف البحث إلى التحقق من فاعلية برنامج لتنمية الذكاء الوجداني لمواجهة الضغوط البيئية والنفسية لدى أولياء أمور طلاب الثانوية العامة، تم استخدام المنهج التجريبي والتصميم التجريبي ذي المجموعتين التجريبية والضابطة والقياس القبلي البعدي التتبعي، وتوصلت النتائج إلى فاعلية البرنامج في تنمية الذكاء الوجداني لمواجهة الضغوط لدى أولياء أمور الطلاب. لذا توصي الدراسة بإجراء دراسات حول دور العوامل الثقافية والاجتماعية في نمو مهارات الذكاء الوجداني، إجراء دراسات معمقة حول الذكاء الوجداني وعلاقته بمتغيرات أخرى مثل سمات الشخصية، والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وتأكيد الذات، والفاعلية الاجتماعية. **كلمات مفتاحية:** البرنامج الإرشادي المعرفي- الذكاء الوجداني- الضغوط النفسية والبيئية- أولياء الأمور- الثانوية العامة

مقدمة

تُعد الضغوط النفسية إحدى المشكلات العصرية التي أثارت اهتمام علماء النفس، وأطباء الصحة العامة منذ بدايات القرن العشرين، إذ تركز الاهتمام على دراسة الضغط النفسي من النواحي الفسيولوجية الهرمونية، وتأثيراته السلبية على صحة الفرد الجسدية، وانحصرت تطبيقات البحوث على الضغط النفسي في تفسيرات التبدلات الفسيولوجية التي تطرأ على الفرد، والضرر الصحي الذي يصيبه أثناء تعرضه للضغط النفسي، وعلى الرغم من أن بداية البحث في مفهوم الضغط النفسي كانت ترتكز على النواحي الفسيولوجية، بحيث تربط بين المواقف الضاغطة (خارجية أو داخلية) واستجابة الفرد المتمثلة في التغيرات الفسيولوجية الهرمونية، وما يسببه ذلك من أمراض جسدية، مع إهمال دور الفرد في التفاعل النفسي معه واختلاف الأفراد في استجاباتهم للمواقف الضاغطة، إلا أن مفهوم الضغط النفسي تطور لاحقاً بعد أن أسهمت أعمال العديد من الباحثين والمهتمين بهذا المجال في تعميق دراسته من جوانب متعددة، إلى أن أصبح الفرد في أبعاده النفسية هو المتفاعل الأساسي مع الضغط النفسي، ويتحدد تأثير الضغط النفسي بشخصية الفرد وأسلوبه في التفاعل المتبادل، ومما يتطلب من الأفراد امتلاك قدر مناسب من القدرات والمهارات والأساليب الذاتية للتكيف مع هذه التغيرات، وتعد مكونات الذكاء الوجداني من أهم تلك القدرات والمهارات التي تمكن الفرد من التعامل مع المشكلات التي تواجهه بكفاءة ونجاح، مما ينعكس على التوافق النفسي والاجتماعي، وصولاً إلى تحقيق الصحة النفسية.

وهو ما يدعم النظرة التكاملية بين الذكاء والانفعال، والتي أدت إلى ظهور مفهوم الذكاء الوجداني، وما توصل إليه بيزان في نموذج الذي يوضح العلاقة بين الجانب العقلي والجانب الانفعالي، وأن عملية التفاعل بين الجانبين يمكن أن تظهر وتنبؤ من خلال الذكاء الوجداني، الذي يعبر عن نفسه في صور سلوكية متعددة منها إدراك الانفعالات الذاتية وإدارتها وإدراك انفعالات الآخرين (عثمان وعبد السميع، ٢٠٠١: ١٧١).

فمن خلال هذه النظرة التكاملية بين الذكاء العقلي والانفعالات، وما تلعبه السمات الشخصية في ذلك، فإن الأفراد يتمكنون من تحقيق التوازن النفسي من خلال ضبط وإدارة الانفعالات وفهم المشاعر الذاتية ومشاعر الآخرين والتفاعل معهم عن طريق بناء جسور الاتصال الاجتماعي الفعال وتفسير المعلومات المتاحة والعمل على تكوين البدائل الحلول للمشكلات التي تعترضهم في المواقف الحياتية المختلفة.

مشكلة البحث

يري ديل كرينجي (٢٠٠٢) أن معظم ما يصاب به الأفراد ينتج من سلوكياتهم العقلية والعاطفية، فيما يثير الإعياء والتعب ليس النشاط الجسمي فقط، ولكن الجوانب النفسية والانفعالية، كعدم الشعور بالاحترام والقلق، فالانفعالات تنتج توتراً عصبياً في الجسم، مما يثير الإحساس بالتعب والإجهاد، ولمواجهة الضغوط النفسية يقتضي أن يتمتع الفرد بمهارات وقدرات الذكاء الوجداني، وتوظيف هذه المهارات والقدرات في مواجهة أعباء الحياة في المواقف الضاغطة المختلفة.

ويحسب لازاروس وفولكمان فإن هناك اعتقاداً راسخاً منتشرًا بين المختصين في مجال الصحة النفسية، ومفاده أن الضغوط النفسية تؤثر على الانفعالات والعواطف، إلا أن النظريات والأبحاث تؤكد باستمرار على أن التأثير يكون للانفعالات والعواطف على مواجهة الضغوط وليس العكس (سعداوي، ٢٠١٠: ٨٧)

فالأشخاص ذوي الذكاء الوجداني المرتفع يمتلكون استراتيجية في غاية الأهمية والفاعلية حيث أن الذكاء الوجداني يتضمن مجموعة من الأبعاد وهي الذكاء الاجتماعي والذكاء الشخصي، والقدرة على التكيف مع ظروف الحياة، وإدارة الضغوط بفعالية مع الاحتفاظ بحالة مزاجية مستقرة ومحاولة الوصول إلى السواء النفسي حتي في أشد الظروف، ومما لا شك فيه أن درجة الذكاء الوجداني تختلف من فرد لآخر، وكلما زادت هذه الدرجة كلما زاد نجاح الفرد في مواجهة ضغوط الحياة ومتطلباتها، ومهارات الذكاء الوجداني يمكن اكسابها للأفراد الذين يفقدونها نظراً لأنه ذلك قد يرجع إلى عوامل وراثية أو ظروف بيئية ليس لديهم يد فيها، ويتم ذلك من خلال البرامج الإرشادية، وهم بحق يحتاجون إلى المساعدة لأنهم يعانون عندما يواجهون ضغوط الحياة، وقد يصلون إلى حالة من الاضطراب الوجداني. (عبد العظيم وعبد العظيم، ٢٠٠٦: ١١٦)

ومن خلال ملاحظة الباحثون نجد أن الأسر المصرية تتعرض لكم من الضغوط الناتجة عن الظروف الدراسية لأبنائها وخاصة فئة الأمهات للطلاب بالمرحلة الثانوية العامة، حيث تعد تلك المرحلة بمثابة كابوس يخيم علي العائلة بأكملها وليس فقط الطالب، حيث أنها تعمل علي استنزاف تلك الأسرة مادياً ومعنوياً وصحياً وتعد بمثابة اختبار لأفراد العائلة بأكملها، حيث أنها تعد للطلاب اختبار دراسياً نتائجه قد تكون النجاح أو الفشل، وبالنسبة للأسرة هو اختبار نفسي ومادي وصحي أيضاً قد تكون نتائجه النجاح أو الفشل، فنجد أن تلك الأسرة تواجه العديدة من الضغوط الحياتية إلى جانب ضغوط الدراسة في تلك المرحلة، فتصل بعد العائلات إلى حد الانهيار، ويصل الكثير من الأبناء إلى مرحلة الانتحار في حالة عدم الوصول إلى ما يتمنون، أو تتوقعه منهم الأسرة، وكثيراً ما نقرأ أو نسمع بأن الكثير من الأسرة قد فقدت أبنائها أثناء أو بعد امتحان الثانوية العامة.

فمن خلال معاشرة واقع الثانوية العامة نجد أن الأسر تتباين في استجاباتهم للمواقف الضاغطة، واختلافهم في مستوى إدراك ذواتهم ومشاعرهم وإدارة انفعالاتهم والتحكم فيها وطريقة التعبير عنها بما يتناسب مع المواقف الحياتية التي تواجههم، وكذلك أساليب حل المشكلات فنجد البعض يتعامل بكفاءة مع هذه المواقف، بينما يقف البعض الآخر

عاجزا مستسلما مما ينعكس علي توافقه النفسي والاجتماعي وصحته النفسية، وعليه فقد عمد الباحثون في البحث الحالي إلى تناول موضوع فعالية برنامج لتنمية الذكاء الوجداني لمواجهة الضغوط البيئية والنفسية لأولياء أمور طلاب الثانوية العامة، ستجري هذه الدراسة للكشف عن فاعلية برنامج لتنمية الذكاء الوجداني لمواجهة الضغوط البيئية والنفسية لدي أولياء أمور طلاب الثانوية العامة، ويمكن صياغة مشكلة هذه الدراسة في السؤال الآتي.

أسئلة البحث

السؤال الرئيس: ما فاعلية برنامج لتنمية الذكاء الوجداني لمواجهة الضغوط البيئية والنفسية المرتبطة بالثانوية العامة؟

- ما تأثير البرنامج على المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج في اتجاه المجموعة التجريبية؟
- ما أثر البرنامج على المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الذكاء الوجداني في القياس البعدي؟
- ما أثر البرنامج على المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لتطبيق البرنامج على مقياس الذكاء الوجداني؟

فروض البحث

في ضوء موضوع الدراسة وأهدافها ونتائج الدراسات السابقة أمكن صياغة فروض الدراسة في التالي:

الفرض الأول: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة من أولياء الأمور في القياس بعد تطبيق البرنامج على مقياس الذكاء الوجداني وذلك في اتجاه المجموعة التجريبية.

الفرض الثاني: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من أولياء الأمور في القياسين قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور وذلك في اتجاه القياس البعدي.

الفرض الثالث: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من أولياء الأمور في القياسين البعدي والتتبعي لتطبيق البرنامج على مقياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور.

هدف البحث

سعى البحث إلى التحقق من فعالية برنامج لتنمية الذكاء الوجداني لمواجهة الضغوط البيئية والنفسية لدي أولياء أمور طلاب الثانوية العامة.

أهمية البحث

الأهمية النظرية:

- (١) محدودية برامج الذكاء الوجداني في مواجهة الضغوط النفسية لدي الأسر وأولياء في ظل التحديات التي يواجهونها.
- (٢) تهتم الدراسة بفئة من أهم فئات المجتمع وهي أولياء الأمور الذين يقضون أغلب وقتهم في متابعة الأبناء ومتابعة شئون المنزل والحياة.

الأهمية التطبيقية:

- (١) قد تسهم نتائج الدراسة في تزويد الباحثين المهتمين بمزيد من المعلومات والبيانات عن طبيعة الذكاء الوجداني، وتفتح الطريق أمامهم لإجراء بحوث أخرى تهدف إلى دراسة الذكاء الوجداني والمشكلات النفسية الأكثر انتشاراً بين أولياء الأمور.
- (٢) لفت انتباه الباحثين إلى أهمية الذكاء الوجداني وتطبيقاته في الحياة العامة والمهنية والاجتماعية ومجالات الحياة الأخرى، من خلال المقترحات التي سوف تطرحها الباحثة في الدراسة الحالية، وإمكانية الاستفادة من نتائجه في إعداد وتصميم برامج الإرشاد النفسي، وعقد دورات تدريبية للأبناء والأمهات لتنمية مهارات الذكاء الوجداني كإستراتيجية لمواجهة الضغوط النفسية الناتجة عن مشكلات الحياة المتنوعة (دراسية- صحية- أسرية- اجتماعية- اقتصادية) والتي تعوق تقدم الفرد وتؤثر على مستوي إنجازه، مما يمكنهم من التكيف والتمتع بصحة نفسية وجسدية جيدة وتحصنهم من المشكلات التي يمكن أن يتعرضوا لها في المستقبل، كونها برامج وقائية ونمائية ضد الأحداث الصادمة والمعاناة من اضطراب الشدة بعد الصدمة.
- (٣) قد يفيد برنامج هذه الدراسة من خلال أنشطته الجماعية في جعل أولياء الأمور على دراية بذواتهم والآخرين من حولهم وذلك من خلال تركيزه على تنمية الذكاء الوجداني لديهم.
- (٤) تقدم الدراسة أداة لقياس الذكاء الوجداني والضغوط البيئية والنفسية لأولياء أمور طلاب الثانوية العامة.

مصطلحات البحث

(١) البرنامج:

التعريف الإجرائي للبرنامج: هو برنامج مخطط ومنظم في ضوء أسس علمية تقديم خدمات إرشادية مباشرة أو غير مباشرة فردياً وجماعياً باستخدام مجموعة من الأنشطة والتدريبات التي أعدت وفق خطة معينة من خلال فنيات محددة والتي تقدم خلال فترة زمنية محددة بهدف مساعدة المسترشد على الاستبصار بالمشكلات ومساعدته في تعديل سلوكه وبناءه المعرفي مما يحقق التوافق النفسي، حيث أنه سلسلة من الخطوات المنظمة والمتراصة والمتتابعة، بحيث تؤثر كل خطوة بالتي تسبقها وتؤثر في ما يليها بهدف تنمية الذكاء الوجداني في مواجهة الضغوط لدي عينة الدراسة من أولياء أمور طلاب الثانوية العامة.

(٢) مفهوم الذكاء الوجداني:

التعريف الإجرائي للذكاء الوجداني: بأنه القدرة على الانتباه والادراك الجيد للانفعالات، والمشاعر الذاتية وفهمها وتنظيمها وفقاً لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم للدخول معهم في علاقات اجتماعية إيجابية تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي، ويعبر عنه بالدرجة التي يتحصل عليها الفرد في مقياس الذكاء الوجداني (إعداد الباحثة).

التعريف الإجرائي لمكونات مقياس الذكاء الوجداني:

- إدارة الانفعالات: ويشير للقدرة على التحكم في الانفعالات السلبية والسيطرة عليها، واستدعاء الانفعالات الإيجابية بسهولة، وكسب الوقت للتحكم في الانفعالات السلبية وتحويلها إلى انفعالات إيجابية.

- التعاطف: ويشير الى قدرة الفرد على إدراك انفعالات الآخرين والتوحد معهم انفعاليا وفهم مشاعرهم وانفعالاتهم، والحساسية لاحتياجاتهم حتى وان لم يفصحوا عنها، والتناغم معها.
- تنظيم الانفعالات: ويشير الى قدرة الفرد على تنظيم الانفعالات والمشاعر وتوجيهها الى تحقيق الانجاز والتفوق.
- المعرفة الوجدانية: وتشير الى القدرة على الانتباه والادراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وحسن التمييز بينها والتعبير عنها.
- التواصل الاجتماعي: ويشير الى قدرة الفرد على التأثير الايجابي في الآخرين، ومساندتهم في التصرف معهم بطريقة لائقة.

(٣) الضغوط النفسية: هي جميع أشكال التفاعل النفسي والسيولوجي الناجمة عن ضغوط البيئة الاجتماعية والفيزيائية التي تؤثر على أولياء أمور طلاب الثانوية العامة، وهو ما يمكن قياسه عن طريق استجابات عينة الدراسة من أولياء أمور طلاب الثانوية العامة بالمدارس الحكومية على مقياس الضغوط النفسية والبيئية (إعداد الباحثون).

التعريف الإجرائي لمكونات مقياس الضغوط النفسية:

- (١) الضغوط الأسرية. وهي ضغوط تفرزها عوامل كثيرة داخل الأسرة والتي منها، غياب أحد الوالدين، والمشاحنات الأسرية، وافتقاد الأسوة الحسنة، وعصبية الوالدين، الحالة الصحية السيئة لأحد الوالدين، الوضع الاقتصادي السيء للأسرة.
- (٢) الضغوط الدراسية. هي ضغوط تتعلق بظروف دراسة الأبناء، حيث يشكل النظام الدراسي ضغوط على أولياء الأمور، فرب الأسرة مطالب بالكثير من المهام والأعباء لتحقيق مطالب الأبناء الدراسية، كما تتمثل الضغوط الدراسية متابعة الأبناء دراسية، معرفة مواعيد الدروس، متابعة المدرسة والمدرسين.
- (٣) الضغوط الاقتصادية. تعد الضغوط الاقتصادية الأساس في تشتت جهد الإنسان، وضعف قدرته على التركيز والتفكير، حيث أن انخفاض مستوى الدخل، ونقص الحاجات وفقدان العمل، والصعوبات المالية تنعكس على حالة الإنسان النفسية، وتؤدي به إلى الشعور بالتعب والملل والإحباط.
- (٤) الضغوط الصحية. ترتبط بالصحة الجسدية والسيولوجية كالصراع وارتفاع ضغط الدم، وارتفاع معدل ضربات القلب، الغثيان، صعوبات النوم، والإصابة بالمرض، والعادات الصحية السيئة، واختلاف النظام الغذائي، وفقدان الشهية للطعام.

دراسات سابقة

المحور الأول: دراسات وبحوث سابقة تناولت الذكاء الوجداني وعلاقته ببعض المتغيرات لدى أولياء الأمور

(١) أجري Roxana-Cătălina GHÎȚĂ (2023) دراسة بعنوان تأثير الوالدين على الذكاء الاجتماعي والعاطفي لدى الأطفال: تحليل متباين بين الجنسين.

هدفت الدراسة إلى التحقيق في العلاقة بين الذكاء الاجتماعي والعاطفي للوالدين وذكاء الأطفال، سواء على المستوى العام أو المتباين حسب الجنس، على التوالي للأمهات والآباء. تألفت عينة البحث من (٥٧٥) شخصا، على التوالي (٢١٤) أما و (١٦٦) أبا و (١٩٥) طفلا، استخدمنا مقياس الذكاء الاجتماعي العاطفي للبالغين، وجرى الذكاء

الاجتماعي العاطفي للشباب والأطفال، حيث أشارت النتائج إلى وجود علاقة سلبية ولكنها غير معنوية بين مستوى الذكاء الاجتماعي والعاطفي لدى الآباء والأطفال، ولكن هناك علاقة إيجابية وذات دلالة إحصائية بين مستوى الذكاء الاجتماعي والعاطفي للأمهات ومستوى الأطفال، أما بالنسبة للآباء، فقد حصلنا على علاقة إيجابية ولكنها غير ذات دلالة بين المتغيرين.

٢) قام كلا من Şiţoiu, A., & Pânişoară, G. (2023). دراسة بعنوان العلاقة بين الأبوة والأمومة والذكاء العاطفي.

هدفت الدراسة إلى ممارسات الأبوة والأمومة في جميع أنحاء العالم في ثلاثة أهداف رئيسية: ضمان صحة الأطفال وسلامتهم، وإعداد الأطفال للحياة كبالغين منتجين ونقل القيم الثقافية. تعد العلاقة عالية الجودة بين الوالدين والطفل أمراً بالغ الأهمية للنمو الصحي. يعمل معظم الآباء على منح الأطفال أفضل بداية ممكنة، ولكن من المهم أيضاً أن يدرك الآباء أن الأطفال يأتون إلى العالم بمزاجهم وشخصياتهم وأهدافهم. في حين أن الآباء قد يرغبون في دفع أطفالهم إلى مسار معين، فإن مهمة الوالدين هي توفير واجهة مع العالم التي تعد الطفل في النهاية للاستقلال التام والقدرة على اتباع أي مسار يختارونه. في السنوات الأولى من التدريب العاطفي من قبل الوالدين، يساعد الطفل في المرحلة المتأخرة من النمو، ولكن الأهم من ذلك هو أن تكون المراقبة هي العمر الحاسم حيث يوجد مستوى عالٍ من المشاعر. الشباب هو فترة النضج الجسدي والنفسي، حيث يتوقع من الفرد أن يثبت هويته الخاصة وأن يطور المهارات اللازمة للسلوك المسؤول اجتماعياً. إنها أيضاً فترة من العاطفة المتزايدة التي يشعرون بها المشاعر بطريقة أقوى وأكثر ثباتاً. من المهم في هذه المرحلة أن يحتاج الأطفال إلى التحكم في العواطف أو تنظيمها. تحتاج المراقبة إلى الاستقرار العاطفي. يمكن أن يكون انتقال الشباب إلى مرحلة البلوغ عملية سلسلة يتم تسهيلها من خلال توجيه تأمين الآباء ورعايتهم وفهمهم في بيئة مواتية عاطفياً.

٣) أجري Morer, A., & Lázaro, L. (2021) دراسة بعنوان الذكاء العاطفي لدى الوالدين والصحة النفسية لأطفالهم: مراجعة منهجية.

هدفت الدراسة إلى تجميع المعرفة حول العلاقة بين الذكاء العاطفي للوالدين، المتغيرات النفسية والتطورية المتعلقة بالصحة العقلية لأطفالهم، حيث اعتمدت الدراسة على المراجعات المنهجية لعدد من المواقع (PRISMA- PubMed – Scopus)، كما تم البحث في قواعد بيانات ذات صلة (MeSH) باستخدام مصطلحات وكلمات مفتاحية، أظهرت نتائج الدراسة أن مجموعة من (٨) دراسات اتفقت على تحديد الارتباط الإيجابي بين الذكاء العاطفي للوالدين مع بعض الجوانب المتعلقة بجودة حياة أطفالهم، ومع ذلك وجدت محدودية في الأدلة في هذا الاتجاه.

المحور الثاني: وبحوث تناولت مواجهة الضغوط لدي أوليا الأمور وعلاقتها ببعض المتغيرات.

١) قام أطلا ATLA SRINIVAS REDDY(2024) بعمل دراسة بعنوان دور مشاركة الوالدين في التخفيف من التوتر بين المراهقين في المدارس الثانوية.

هدفت الدراسة إلى استكشاف تأثير مشاركة الوالدين والتواصل والدعم على الإجهاد الذي يعاني منه طلاب المدارس الثانوية. يستخدم البحث نهجاً مختلطاً، يجمع بين المسوحات الكمية والمقابلات النوعية لجمع بيانات شاملة، تم مسح عينة متنوعة من طلاب المدارس الثانوية لتقييم مستويات التوتر المتصورة لديهم، بينما تم إجراء مقابلات متعمقة مع مجموعة فرعية من الطلاب وأولياء أمورهم لاكتساب رؤى أعمق حول ديناميكيات مشاركة الوالدين.

سيركز التحليل الكمي على تحديد الارتباطات بين أشكال محددة من مشاركة الوالدين (مثل التوجيه الأكاديمي والدعم العاطفي والتواصل) ومستويات التوتر بين المراهقين. بالإضافة إلى ذلك، سيتم تحليل البيانات النوعية موضوعيا لاستخراج روايات غنية فيما يتعلق بالطرق التي تؤثر بها مشاركة الوالدين على آليات التأقلم مع الإجهاد والرفاهية العامة، أظهرت نتائج الدراسة عن كشف التحليل الكمي عن ارتباطات ذات دلالة إحصائية بين أبعاد محددة لمشاركة الوالدين ومستويات التوتر المتصورة بين طلاب المدارس الثانوية. تم تحديد التوجيه الأكاديمي والدعم العاطفي والتواصل المفتوح كعوامل رئيسية مرتبطة بانخفاض مستويات التوتر، أوضحت نماذج الانحدار بشكل أكبر المساهمات الفريدة للجوانب المختلفة لمشاركة الوالدين في التنبؤ بالاختلافات في مستويات التوتر. والجدير بالذكر أن المراهقين الذين أبلغوا عن مستويات أعلى من مشاركة الوالدين أظهروا درجات إجهاد إجمالية أقل، مما يسلط الضوء على الدور الوقائي للأبوة والأمومة المشاركة، أشارت تحليلات المجموعات الفرعية المستندة إلى المتغيرات الديموغرافية (مستوى الصف والحالة الاجتماعية والاقتصادية) إلى أن تأثير مشاركة الوالدين على التخفيف من الإجهاد متفاوت. على سبيل المثال، كان تأثير التوجيه الأكاديمي أكثر وضوحا بين الطلاب في الصفوف العليا، بينما لعب الدعم العاطفي دورا حاسما لأولئك الذين ينتمون إلى خلفيات اجتماعية واقتصادية منخفضة، حدد التحليل الموضوعي للبيانات النوعية الموضوعات المتكررة المتعلقة بالطرق التي تؤثر بها مشاركة الوالدين على تجارب الإجهاد. وسلط المشاركون الضوء على أهمية الشعور بالدعم في المساعي الأكاديمية، وأهمية قنوات الاتصال المفتوحة للرفاهية العاطفية، ودور التوجيه الأبوي في تطوير آليات التأقلم الفعالة، بينما أعرب العديد من المشاركين عن تجارب إيجابية مع مشاركة الوالدين، استحوذت المرحلة النوعية أيضا على التباين في التصورات. شدد بعض المراهقين على الحاجة إلى الاستقلالية والمشاركة المتوازنة، مشيرين إلى أن السيطرة المفرطة أو الأبوة والأمومة المتطفلة يمكن أن تساهم في التوتر.

٢) أجرت منية بن عياد (٢٠٢٣). دراسة بعنوان. تأثير العوامل الاجتماعية والاقتصادية للأسرة على التحصيل الدراسي للأبناء.

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير المستوي الاجتماعي والاقتصادي للأسرة على التحصيل الدراسي للأبناء. اعتمد البحث على المنهج الوصفي وتم استخدام استمارة الاستبيان كأداة لجمع البيانات، أجريت الدراسة الميدانية على عينة مكونة من (١٢٠) تلميذا وتلميذة ينتمون إلى المدرسة الإعدادية، توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين المستوي الاجتماعي للأسرة والمتمثل في عدد الأبناء، الجو الأسري والرفقة الوالدية والتحصيل الدراسي للأبناء، كما توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية بين المستوي الاقتصادي المتمثل في مصدر الأسرة، الدخل الأسري، نوعية ملكية السكن، وجود غرفة مستقلة للتلميذ، توفير الوازم المدرسية، توفير تكاليف الدروس الخصوصية، عمالة التلاميذ ومستوي التحصيل الدراسي.

٣) أجري (2023) Manini Srivastava, Jaya Bharti دراسة بعنوان. دعم الوالدين وتعامل المراهقين مع الضغوطات الأكاديمية: دراسة طولية لتأثير الوالدين بما يتجاوز الضغط الأكاديمي والمتفوقين.

هدفت هذه الدراسة إلى تحديد ما إذا كان دعم الوالدين والتفاعلات السلبية للوالدين مرتبطين بشكل متزامن وطولي بطرق المراهقين في التأقلم الأكاديمي، بالإضافة إلى تأثير ثلاثة أنواع من الإجهاد الأكاديمي، وتحصيل الطلاب في المدرسة (أي الصفوف في المدرسة)، والعمر. تم جمع بيانات المسح من (٨٣٩) طالبا أستراليا في الصفوف من (٥ إلى ١٠)، أكمل الطلاب مقاييس الدعم والتفاعلات السلبية مع أولياء الأمور. الضغط الأكاديمي من

عبء العمل، والضغط الخارجي (المعلمين/ أولياء الأمور) لتحقيق، والضغط داخل النفس من أجل التحصيل العالي؛ وطرق التأقلم الأكاديمي التي تم تجميعها في نوعين إيجابيين ونوعين سلبيين. تم اختبار الارتباطات المفترضة بشكل متزامن ومن عام إلى آخر باستخدام نمذجة المسار. بالإضافة إلى التأثيرات العديدة المهمة للضغوط الأكاديمية والتحصيل على التأقلم، والتحكم في العمر وتوقيت (COVID-19)، أظهرت نتائج الدراسة أنه قد أبلغ المراهقون الذين يتمتعون بدعم أكبر من الوالدين عن استخدام المزيد من التعامل مع المشاركة (على سبيل المثال، الإستراتيجيات) والبحث عن الراحة، في حين أبلغ أولئك الذين أبلغوا عن تفاعلات سلبية أكثر مع الآباء عن استخدام المزيد من التأقلم مع فك الارتباط (على سبيل المثال، الإخفاء) والهروب. في النموذج الطولي، توقع دعم الوالدين زيادة في المشاركة والبحث عن الراحة وانخفاض في التعامل مع فك الارتباط، بينما توقع التفاعل السلبي مع الوالدين زيادة في التأقلم مع فك الارتباط. بشكل عام، تدعم النتائج الرأي القائل بأن التعامل مع الضغوطات الأكاديمية سيستمر في الاعتماد على العلاقات بين الوالدين والمراهقين حتى في سنوات المراهقة.

٤) أجري خالد محمد دخل الله وآخرون (٢٠٢٠). دراسة بعنوان المساندة الأسرية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدي طلبة الثانوية العامة في المدارس الحكومية الثانوية الأردنية من وجهة نظر المرشدين والمرشحات.

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين المساندة الأسرية والتحصيل الدراسي، معرفة الفروق بين الجنسين في المساندة الأسرية والتحصيل الدراسي. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، واشتمل مجتمع الدراسة جميع المرشدين والمرشحات في المدارس الحكومية الثانوية الأردنية، والبالغ عددهم (٣١٨) ممن يتبعون طلبة الثانوية العامة، حيث تكونت العينة من (٦٤) مرشدا ومرشدة منهم (٤٠) مرشدة وهو ما نسبته (٢٠%) من مجتمع الدراسة، اعتمدت الدراسة على مقياس المساندة الأسرية، توصلت الدراسة إلى أن الطلاب يتمتعون بالمساندة الأسرية، وتوجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المساندة الأسرية والتحصيل الدراسي، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في المساندة الأسرية لصالح الإناث.

٥) أجرت أسماء سيد (٢٠٢٠). دراسة بعنوان الضغوط الأسرية لدى أولياء أمور الطلاب الناجمة عن الدروس الخصوصية ودور الخدمة الاجتماعية للتعامل معها.

هدف هذا البحث إلى تحديد الضغوط الاسرية لدى أولياء أمور الطلاب الناجمة عن الدروس الخصوصية. أجريت الدراسة على عينة للموظفين (أولياء أمور الطلاب) في القطاعات المختلفة تتمثل في الجامعة والقطاع الطبي ومراكز الشباب والمدارس والجمعيات الاهلية وتمثل حجم مجتمع البحث في (٤٤٥ ولي أمر)، استندت الباحثة في هذه الدراسة على مقياس موقفي للضغوط الاسرية الناتجة عن الدروس الخصوصية لدى أولياء أمور الطلاب، انضج من نتائج الدراسة العديد من الضغوط الاسرية لدى أولياء أمور الطلاب الناتجة عن الدروس الخصوصية، وجاء ترتيب المواقف التي توضح الضغوط الأسرية لدى أولياء أمور الطلاب الناتجة عن الدروس الخصوصية وفقاً للنسبة كمايلي: " حدث تعارض بين مواعيد الدروس الخصوصية لأبنائك وحضور مناسبة أسرية مهمة فكانت أكثر الممارسات التي تجمعت عليها استجابات المبحوثين من أوليات الأمور عند حدوث تعارض بين مواعيد الدروس الخصوصية هي " تشجيع الابناء على الذهاب للدرس الخصوصي بدلاً من المناسبة"، " عندما أغضب من أحد أفراد أسرتي " في نفس الترتيب وكانت أكثر الممارسات التي أكد عليها المبحوثين عند الغضب من أحد أفراد الأسرة هي " لا أخطئ في حق أحد وأتعامل بأخلاقياتي لا بانفعالاتي "، " طلب منك أبنك القيام بمساعدته في حل واجبات

الدروس الخصوصية " وكانت أكثر الممارسات التي يطبقها أوليات الأمور عند طلب أحد الأبناء المساعدة هي (أساعده في حل واجباته).

تعقيب عام على الدراسات السابقة: يتضح من العرض السابق للدراسات السابقة ما يلي:

- أن غالبية الدراسات والتي تمت في بيئات عربية وأجنبية لم تتناول متغيرات الدراسة الحالية (برنامج لتنمية الذكاء الوجداني في مواجهة الضغوط البيئية والنفسية) مجتمعة، وإن وجدت بعض الدراسات التي اهتمت بالربط بين متغيرين منهما فقط (الذكاء الوجداني، الضغوط النفسية)، ولم يسفر البحث عن دراسة واحدة -في حدود اطلاع الباحثة - ربطت بين الذكاء الوجداني ومواجهة الضغوط لدي أولياء أمور طلاب الثانوية العامة، لذا فالبيئة العربية تقتدر لمثل هذه الدراسات خاصة التي تتناول التدخل شبه التجريبي لمفهوم تنمية الذكاء الوجداني .

-أما عن أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة فتمثلت في اختيار العينة، حيث تضمنت أولياء الأمور من الجنسين ذكور وإناث وهي عينة لم تتجه إليها كثير من أنظار الباحثين السابقين عند دراسة مفهوم الذكاء الوجداني، كما ظهرت أوجه الاستفادة في استخلاص المفاهيم الإجرائية، وطرح الفروض في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسات السابقة، وفي إعداد الأدوات، فضلاً عن ما يمكن استخلاصه لتدعيم ما يتوصل إليه البحث الحالي من نتائج عند مناقشتها.

الإطار النظري للبحث

(١) نظرية العجز المكتسب:

مفهوم العجز المتعلم أو المكتسب من خلال تجاربه في السبعينات، ويشير هذا المفهوم إلى أن تكرار تعرض الفرد للضغوط إذا تزامن مع اعتقاده بأنه لا يستطيع التحكم في المواقف الضاغطة أو مواجهته، فإن هذا من شأنه أن يجعل الفرد يشعر بالعجز وعدم القيمة أو الاستحقاق، وشعوره بالعجز يجعله يبالغ في تقييمه للأحداث والمواقف التي يمر بها ويشعر بالتهديد منها، وفي نفس الوقت يشع بعدم قدرته علي مواجهتها مما يجعله يتوقع الفشل بشكل مستمر، ويدرك أن ما يتعرض له من فشل وعدم القدرة علي المواجهة في الماضي الحاضر سوف يستمر معه في المستقبل، ومن ثم يشعر باليأس، ويترتب علي ذلك الشعور بالسلبية والبلادة وانخفاض تقدير الذات.

وتتحدد أسباب العجز المتعلم في نوعين من العوامل هما:

١. عوامل بيئية ضاغطة سواء في الحياة الأسرية أو المهنية أو الاجتماعية للفرد.
٢. عوامل ذاتية تتعلق بالشخص ذاته وبخصائص شخصيته والتي على أساسها يتحدد نوع الاستجابة التي تصدر عنه إزاء الأحداث الضاغطة، ومن أمثلة ذلك مفهوم الفرد عن ذاته ومركز التحكم والمرونة والانطوائية. (عبد العظيم وعبد العظيم، ٢٠٠٦: ٦٠)

كما ركز سيليجمان على أفكار الإنسان وقناعاته خاصة المتعلقة بتفسيراته للترابط بين الحدث والنتيجة، وتوصل مع زملائه إلى ما أسموه نمط التفسير الشخصي وأوجدوا طرائق متنوعة لقياسه بدقة عالية، وأصبح لهذا المفهوم أهمية كبيرة في فهم وتفسير وعلاج الاضطرابات النفسية ومنها الاكتئاب. (بركات، ٢٠٠٤: ٤)

ونستنتج من هذه النظرية أن الضغط النفسي يحدث نتيجة لعوامل بيئية خارجية وعوامل شخصية ذاتية، نتيجة لتكرار الفشل مما يولد لدي الفرد مشاعر العجز وعدم الكفاءة، بمعنى أن الفرد يتعلم العجز من خلال مروره بخبرات متكررة من الفشل وعدم السيطرة علي الأحداث وترافقه هذه المشاعر في الحاضر والمستقبل، مما يجعل الفرد عاجزاً ومستسلماً في المواقف التي تعترضه مستقبلاً ولخوفه من تكرار الفشل، ولقناعاته بأنه لا يمتلك القدرة الكافية لمواجهة

أحداث الحياة المختلفة، مما يؤثر علي تقديره لذاته، ويتعكس ذلك على علاقاته الاجتماعية ويصبح فريسه للاضطرابات النفسية.

٢) نموذج ماير وسالوفي للذكاء الوجداني: بدأ الاهتمام بدرجة كبيرة بالجوانب غير المعرفية للذكاء من قبل ماير وسالوفي منذ عام (١٩٩٠) والدافع لوضع نموذجهما تطوير النظرة له، والتي تختلف عن نموذج بار أون وتحليل مكوناته وإعداد أدوات قياسه التي تختلف عن المقاييس الخري التي تعاملت مع الذكاء الوجداني علي أنه سمة من سمات الشخصية، والتعامل معه علي أنه قدرة عقلية مثله مثل أنواع الذكاءات الأخرى، حيث يري ماير وسالوفي أن المقاييس التقليدية للذكاء فشلت في دراسة الفروق في الوعي، والإدارة الفعالة للانفعالات والمعلومات الانفعالية، واتخذ هذا النموذج منحي القدرة، وقد ظهر النموذج بعد التحقق التجريبي عما (١٩٩٧) والذكاء الوجداني كقدرة عقلية هو النظرة المثلي لماير وسالوفي حيث تم تعريفه نظرياً بطريقة تجعله أكثر تميزاً عن الذكاء التقليدي (العقلي المعرفي)، فالذكاء الوجداني أوسع من الذكاء الاجتماعي حيث يتضمن المشاعر الداخلية الخاصة بالنمو الشخصي، ومن ناحية أخرى أن الذكاء الوجداني يركز علي الجوانب الانفعالية (العاطفية) للمشكلات مقارنة بالذكاء الاجتماعي الذي يركز علي الجوانب الاجتماعية، والذكاء الوجداني وفق هذا النموذج يشمل أربعة مكونات رئيسة هي كالتالي:

- القدرة على الوعي بالانفعالات والتعبير عنها بدقة: The Ability Emotional Awareness to Perceive
Emotional Accurately

وتعني قدرة الفرد في التعبير عن الانفعالات من خلال ملامح الوجه أو الجسد، وينعكس ذلك في معرفة الشخص مكونة مشاعره والوعي بالذات، وفهم مشاعر الآخرين أو أفكارهم وهذه القدرة أهم مكون من مكونات الذكاء الوجداني، وبدونها لا يتكون الذكاء الوجداني.

- القدرة على استخدام الانفعالات لتسهيل عملية التفكير (توظيف الانفعالات): The Ability to use
Emotional to Facilitate Thought

تركز هذه القدرة على التكامل المعرفي وتأثير الانفعالات في النظام المعرفي، والانفعالات عبارة عن تنظيمات معقدة من الناحية الفسيولوجية، الانفعالية التعبيرية-الإدراكية والواعية للحياة العقلية، وتدخل الانفعالات المجال الإدراكي على أنها مشاعر إدراكية، وعندما يتم إدراك وتحديد الانفعالات يتم فهمها.

- القدرة على فهم وتحليل الانفعالات: The Ability to Understand Emotional and their Meanings

وتعني قدرة الفرد على وصف وتحليل الانفعالات وتسميتها بكلمات، وفهم التغيرات التي تحدث للانفعالات وتمييز العلاقات فيما بينها وبينها والانفعالات المشابهة، واستخدام تلك المعرفة الانفعالية، والقدرة على فهم المشاعر المركبة في القصص، فالشخص القادر على فهم انفعالاته وتولييفها وتطويرها يكون مع الزمن قادراً على فهم الجوانب الهامة في الطبيعة البشرية، والعلاقات بين الأشخاص. (هيثم، ٢٠٠٥: ٣٦).

- القدرة على إدارة الانفعالات: The Ability to Manage Emotions

وهذه القدرة تبين فعالية الفرد على تحمل المشاعر والانفعالات المختلفة، وخاصة السلبية وتقبلها في الحالات الإيجابية، فالأصل في تنظيم الوجدان في الذات والآخرين هو تقبل الانفعال وإدارته باستقلالية عما إذا كان ساراً أو كدراً، ويشير ماير وآخرون إلى أن هيكل الذكاء الوجداني ووضع نظرية شاملة للبحث عنه ومعرفة قدراته الفرعية لا بد من النقاء المعايير المتعددة للذكاء، ولكي يتحقق ذلك يجب الالتزام بالشروط الآتية:

- إن أي ذكاء يجب أن يعكس أداء عقليا فعليا بدلاً من أنماط سلوكية واضحة ووصفه مثل تقدير الذات.
- أن يصنف الذكاء المفترض مجموعة من القدرات الفرعية التي يمكن عرضها منفصلة تصورياً عن الذكاءات الموجودة الأخرى.

ينتمي هذا النموذج إلى نموذج القدرة العقلية والذي اشتمل على مهارات معقدة تسمح للفرد أن يدرك ويقيم ويعبر عن انفعالاته ويعتبر نموذجاً نمائياً (تطورياً)، فالتعقيد في المهارة الانفعالية تبدأ بالتدرج من القدرات الأولى وصولاً إلى القدرة الرابعة، فالترتيب يعكس مراحل النمو الوجداني للشخص، كما أن الأشخاص الأكثر ذكاء وجداني يمرون بصورة أسرع في تلك المراحل ويقعون في المستوي الأعلى منها، وبالرغم من ذلك فإن كل الاستعدادات العقلية توصف من خلال مصفوفة عامة للتعرف على العلاقة بين الذات والآخر أو تنظيمها.

ومما سبق عرضه نستنتج أن هذا النموذج يركز بصورة أكثر تحديداً علي أن الذكاء الوجداني من قدرات الذكاء العقلي، ويركز علي التفكير والانفعالات، ويتكون الذكاء الوجداني من مجموعة من القدرات الفرعية التي لا تتفصل عن الذكاء العقلي، وهي مرتبة بشكل هرمي وتشكل القدرة علي الوعي بالانفعالات والتعبير عنها بدقة قاعدة الهرم، وهي من أهم مكوناته، وتنمو هذه المكونات مع النمو العمري للفرد، وقد استفاد ماير وسلوفي من نظرية النمو المعرفي لبياجيه، فهم يرون أن نمو هذه القدرات يبدأ من الأبسط إلى الأعقد عن طريق التفكير لتحسين النمو الانفعالي والعقلي

واستناداً لما سبق يمكن القول: رأي سالوفي وآخرون أن أساليب المواجهة الناجحة للصدمات النفسية تعتمد علي عملية متكاملة للعديد من الكفاءات الانفعالية، في حين أن أشكال القصور في الكفاءات الانفعالية الأساسية مثل العجز في إدراك الانفعال والتعبير عنه يتعارض مع نمو المهارات وتنفيذها مثل تنظيم الانفعال، لذا نجد أن الأفراد الأذكاء وجدانيا لديهم القدرة علي تحديد الكيفية التي يشعرون بها ويفهمون مضامين هذه المشاعر، وينظمون بفعالية خبراتهم الانفعالية، وبالتالي يتكيفون علي نحو أكثر نجاحاً مع الخبرات السلبية مقارنة بالأفراد ذوي الذكاء الوجداني المنخفض.

إن الأفراد ذوي الذكاء الوجداني المنخفض وغير القادرين علي إدراك حالاتهم الانفعالية وتقسيمها قد يفشلون في التعرف إلى أصل مشكلاتهم، وبالتالي فإن عملية المواجهة ستتوقف وتعيق البوح الانفعالي الفعال، ويجب علي الأفراد الأذكاء وجدانيا أن يكونوا قادرين علي التعرف إلى أساليب المواجهة الفعالة وممارستها، وعلى سبيل المثال يري هوكسيما وآخرون أن أكثر الطرائق الفعالة للتحرر من دائرة المواجهة التأملية هو الإلهام، فعندما يستخدم الأفراد أنشطة مبهجة للتفريغ عن حالاتهم النفسية فإنهم يظهرون مهارات أفضل لحل مشكلاتهم وأفكار سلبية أقل، وإن أحد أهم المهارات فعالية في نطاق التنظيم التأملية للانفعال هو القدرة علي تحسين الانفعالات السلبية وتعزيز الانفعالات الإيجابية.

وبالنظر إلى ما سبق نجد أن الذكاء الوجداني يعزز أساليب المواجهة الفعالة، لأن الأفراد الأذكاء وجدانيا يتكيفون بشكل أفضل عندما تنشأ الخبرات الضاغطة. (على، ٢٠٠٩: ٤٧).

الإجراءات المنهجية البحثية

منهج الدراسة: اعتمد الباحثون في دراستهم على المنهج التجريبي والتصميم التجريبي ذي المجموعتين التجريبية والضابطة والقياس القبلي البعدي التتبعي.

نوع الدراسة: تعتبر الدراسة من الدراسات شبه التجريبية لأنها أنسب أنواع الدراسات الملائمة لطبيعة الظاهرة موضوع الدراسة.

أدوات الدراسة: شملت الدراسة الحالية على مجموعة من الأدوات منها: مقياس الضغوط البيئية والنفسية، مقياس الذكاء الوجداني من إعداد الباحثة، تم تطبيقها من خلال توزيع الاستمارات على عينة الدراسة، برنامج إرشادي معرفي لتنمية الذكاء الوجداني في مواجهة الضغوط البيئية والنفسية لدى عينة من أولياء الأمور لطلاب الثانوية العامة، أعدته الباحثة بهدف تنمية الذكاء الوجداني لدى عينة من أولياء أمور طلاب الثانوية العامة (المجموعة التجريبية). ويُشار إليه في إطار هذه الدراسة بأنه مجموعة الإجراءات المنظمة والمخططة التي تركز على بعض نظريات الإرشاد وفق أسس ومبادئ ومحاكات معينة تساعد على التقييم، وتحتوي على مجموعة من الأنشطة والخبرات والمواقف المترابطة والمتكاملة المناسبة لطبيعة وخصائص عينة الدراسة.

حساب الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً: مقياس الذكاء الوجداني.

١ - **ثبات المقياس:** قام الباحثون بتقدير ثبات المقياس لعينة من أولياء الأمور، حيث بلغ عددهم (٣٢) فرداً باستخدام طريقتين مختلفتين، ويُظهر الجدول التالي (١) النتائج التي تم التوصل إليها.

جدول (١): طرق حساب ثبات مقياس الذكاء الوجداني لأولياء الأمور (ن=٣٢)

البعد	معامل ألفا	معامل التجزئة النصفية بعد تصحيح طول المقياس
الوعي بالذات	٠.٧٦٥	٠.٧٧٥
توظيف الانفعالات	٠.٧٧٩	٠.٧٨٧
التعاطف	٠.٧٠٨	٠.٧٠٨
الدافعية	٠.٧٣٢	٠.٧٠١
إدارة العلاقات	٠.٧٨٥	٠.٧٠٩
الدرجة الكلية	٠.٧٠٢	٠.٧٣٦

بيّنت نتائج جدول (١) أن معاملات الثبات بطريقة ألفا ومعاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية بعد تصحيح طول المقياس كانت مقبولة من الناحية الإحصائية، مما يشير إلى موثوقية المقياس المستخدم في قياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور

٢ - **صدق المقياس:** قامت الباحثة بحساب صدق مقياس الذكاء الوجداني من خلال:

أ - **الصدق الظاهري (من خلال عدد من المحكمين)**

ب - **صدق الاتساق الداخلي**

قام الباحثون بحساب صدق مقياس الذكاء الوجداني من خلال (الاتساق الداخلي) حيث حساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ويُظهر الجدول التالي (٢) النتائج التي تم التوصل إليها.

جدول (٢): معامل ارتباط درجة كل من الوعي بالذات مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

الدرجة الدلالة	معامل الارتباط	الفقرة	البعد الوعي بالذات
٠.٠١	٠.٧٢٤	١	
٠.٠١	٠.٧٢١	٢	
٠.٠١	٠.٧١	٣	
٠.٠١	٠.٧٤٥	٤	
٠.٠١	٠.٧٠٣	٥	
٠.٠١	٠.٧٢٤	٧	
٠.٠١	٠.٧٥١	١٠	
٠.٠٥	٠.٣٩٨	١١	
٠.٠١	٠.٦٧٤	١٢	
٠.٠١	٠.٧٠٦	٣٧	
الدرجة الدلالة	معامل الارتباط	الفقرة	البعد توظيف الانفعالات
٠.٠١	٠.٧٢١	٥	
٠.٠٥	٠.٤٦٧	١٣	
٠.٠١	٠.٧٢	٤٠	
٠.٠١	٠.٧٠٥	٤١	
٠.٠١	٠.٧٢	٤٢	
٠.٠٥	٠.٧١	٤٣	
٠.٠١	٠.٧٠١	٤٤	
٠.٠١	٠.٧١٧	٤٥	
٠.٠١	٠.٧٤٣	٥٣	
٠.٠١	٠.٧١١	٥٧	
الدرجة الدلالة	معامل الارتباط	الفقرة	البعد التعاطف
٠.٠١	٠.٧٢٤	١٤	
٠.٠١	٠.٧٢١	١٦	
٠.٠١	٠.٧١	١٨	
٠.٠١	٠.٧٤٥	١٩	
٠.٠١	٠.٧٠٣	٢١	
٠.٠٥	٠.٤٦٧	٤٦	
٠.٠١	٠.٧٢	٤٧	
٠.٠١	٠.٧٠٥	٤٨	
٠.٠١	٠.٧٢	٥٥	
٠.٠١	٠.٧٢	٥٦	
الدرجة الدلالة	معامل الارتباط	الفقرة	البعد الدافعية
٠.٠٥	٠.٧١٧	٢٦	
٠.٠١	٠.٧٠٦	٢٧	
٠.٠١	٠.٧١	٢٨	
٠.٠١	٠.٧٣	٢٩	
٠.٠١	٠.٧١	٣٠	
٠.٠٥	٠.٣٩٥	٣١	
٠.٠١	٠.٧٢	٣٢	
٠.٠٥	٠.٧١	٣٣	
٠.٠١	٠.٧٠١	٣٥	
٠.٠١	٠.٧١٧	٣٦	

البعد	الفقرة	معامل الارتباط	درجة الدلالة
إدارة العلاقات	٨	٠.٧١١	٠.٠١
	٩	٠.٧٢٤	٠.٠١
	١٥	٠.٢١٤	٠.٠
	١٧	٠.٧١	٠.٠١
	٢٠	٠.٧٤٥	٠.٠١
	٢٢	٠.٧٢	٠.٠١
	٢٣	٠.٧١	٠.٠٥
	٢٤	٠.٧٠١	٠.٠١
	٢٥	٠.٧١٧	٠.٠١
	٣٤	٠.٧٤٣	٠.٠١

يتضح من الجدول (٢) وجود علاقة ارتباطية دالة بين درجة كل فقرة من فقرات مقياس الذكاء الوجداني مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه عند مستوى دلالة (٠.٠٥ - ٠.٠١)، مما يشير الى تمتع جميع فقرات وأبعاد المقياس بالصدق وأنه يصلح لتقدير الذكاء الوجداني لدى أفراد العينة من أولياء الأمور .

وقامت الباحثة بحساب معامل ارتباط درجة كل بعد من أبعاد مقياس الضغوط النفسية مع الدرجة الكلية للمقياس، ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي بين معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس الضغوط النفسية مع الدرجة الكلية للمقياس .

جدول (٣) معامل ارتباط درجة كل بعد من أبعاد مقياس الذكاء الوجداني مع الدرجة الكلية للمقياس

البعد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الوعي بالذات	٧٨١.٠	٠.٠١
توظيف الانفعالات	٨١٩.٠	٠.٠١
التعاطف	٧٦٢.٠	٠.٠١
الدافعية	٧٩٧.٠	٠.٠١
إدارة العلاقات	٨٢١.٠	٠.٠١

ويتضح من الجدول (٣) وجود علاقة ارتباطية دالة بين درجة كل بعد من ابعاد مقياس الضغوط النفسية، فقد تراوحت قيم الارتباط بين (٠.٧٦٢ - ٠.٨٢١) وجميعها قيم دالة عند مستوى (٠.٠١)، مما يدل على ان مقياس الذكاء الوجداني في صورته النهائية يتسم بدرجة عالية من صدق الاتساق الداخلي مما يشير الى تمتع جميع فقرات وابعاد المقياس تشترك في قياس خصائص الذكاء الوجداني لدى أفراد العينة من أولياء الأمور .

ثانيا: مقياس الضغوط النفسية:

١. ثبات المقياس: قام الباحثون بتقدير ثبات المقياس لعينة من أولياء الامور، حيث بلغ عددهم (٣٢) فردًا باستخدام طريقتين مختلفتين، ويظهر الجدول التالي (٤) النتائج التي تم التوصل إليها

جدول (٤) طرق حساب ثبات مقياس الضغوط النفسية لأولياء الأمور (ن=٣٢)

البعد	معامل ألفا	معامل التجزئة النصفية بعد تصحيح طول المقياس
الضغوط الشخصية	٠.٧٥٤	٠.٧٧٥
الضغوط الاسرية	٠.٧٨٧	٠.٧٨٧
الضغوط الدراسية	٠.٧٧٠	٠.٧٠٨
الضغوط الاقتصادية	٠.٧٥٩	٠.٧٠١
الضغوط الصحية	٠.٧١٩	٠.٧٠٩
الدرجة الكلية	٠.٧٠٤	٠.٧٣٦

بيّنت نتائج جدول (٤) أن معاملات الثبات بطريقة ألفا ومعاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية بعد تصحيح طول المقياس كانت مقبولة من الناحية الإحصائية، مما يشير إلى موثوقية المقياس المستخدم في مقياس الضغوط النفسية لدى أولياء الأمور

٢. صدق المقياس: قامت الباحثة بحساب صدق مقياس الضغوط النفسية من خلال:

١- الصدق الظاهري (من خلال عدد من المحكمين)

٢- صدق الاتساق الداخلي: قام الباحثون بحساب صدق مقياس الضغوط النفسية من خلال (الاتساق الداخلي) حيث حساب معاملات الارتباط بن درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ويُظهر الجدول التالي (٥) النتائج التي تم التوصل إليها.

جدول (٥) معامل ارتباط درجة كل فقرة من فقرات مقياس الضغوط النفسية مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

البعد	الفقرة	معامل الارتباط	درجة الدلالة
الضغوط الشخصية	١	٠.٧٤	٠.٠١
	٢	٠.٧٥٤	٠.٠١
	٣	٠.٧٢٤	٠.٠١
	٤	٠.٦٧٥	٠.٠١
	٥	٠.٦٨٤	٠.٠١
	٦	٠.٧١٣	٠.٠١
	٧	٠.٧٥١	٠.٠١
	٨	٠.٣٩٨	٠.٠٥
	٩	٠.٦٧٤	٠.٠١
	١٠	٠.٧٠٦	٠.٠١
	١١	٠.٧١	٠.٠١
	١٢	٠.٦٦٥	٠.٠١
الضغوط الاسرية	١٣	٠.٧٣٤	٠.٠١
	١	٠.٧٢١	٠.٠١
	٢	٠.٤٦٧	٠.٠٥
	٣	٠.٧٢	٠.٠١
	٤	٠.٧٠٥	٠.٠١
	٥	٠.٧٢	٠.٠١
	٦	٠.٧١	٠.٠٥
	٧	٠.٧٠١	٠.٠١
	٨	٠.٧١٧	٠.٠١
	٩	٠.٧٤٣	٠.٠١
	١٠	٠.٧١١	٠.٠١
	١١	٠.٧٣١	٠.٠١
الضغوط الدراسية	١	٠.٧٢٤	٠.٠١
	٢	٠.٧٢١	٠.٠١
	٣	٠.٧١	٠.٠١
	٤	٠.٧٤٥	٠.٠١
	٥	٠.٧٠٣	٠.٠١
	٦	٠.٤٣٥	٠.٠١
	٧	٠.٧١	٠.٠١
	٨	٠.٧١٩	٠.٠١
	٩	٠.٧١	٠.٠١
	١٠	٠.٧٢	٠.٠١
	١١	٠.٧١	٠.٠١

الدرجة الدلالة	معامل الارتباط	الفقرة	البعد
٠.٠٥	٠.٧١٧	١	الضغوط الاقتصادية
٠.٠١	٠.٧٠٦	٢	
٠.٠١	٠.٧١	٣	
٠.٠١	٠.٧٣	٤	
٠.٠١	٠.٧١	٥	
٠.٠٥	٠.٣٩٥	٦	
٠.٠١	٠.٧١٥	٧	
٠.٠١	٠.٧٢	٨	
٠.٠١	٠.٦٩٨	٩	
٠.٠٥	٠.٤٢٤	١٠	
٠.٠١	٠.٧١	١١	
٠.٠١	٠.٧	١	الضغوط الصحية
٠.٠١	٠.٦٩	٢	
٠.٠١	٠.٧٠٤	٣	
٠.٠١	٠.٦٩١	٤	
٠.٠٥	٠.٤١٢	٥	
٠.٠١	٠.٧١٨	٦	
٠.٠١	٠.٧١٣	٧	
٠.٠٥	٠.٤٩١	٨	
٠.٠١	٠.٦٩٨	٩	
٠.٠١	٠.٦٧٢	١٠	
٠.٠١	٠.٧٠٩	١١	

ويتضح من الجدول (٥) وجود علاقة ارتباطية دالة بين درجة كل فقرات من فقرات مقياس الضغوط النفسية مع الدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه عند مستوى دلالة (٠.٠٥ - ٠.٠١)، مما يشير الى تمتع جميع فقرات وابعاد المقياس بصدق الاتساق الداخلي وانه يصلح لتقدير الضغوط النفسية لدى أفراد العينة من أولياء الأمور. وقام الباحثون بحساب معامل ارتباط درجة كل بعد من أبعاد مقياس الضغوط النفسية مع الدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي بين معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس الضغوط النفسية مع الدرجة الكلية للمقياس

جدول (٦) معامل ارتباط درجة كل بعد من أبعاد مقياس الضغوط النفسية مع الدرجة الكلية للمقياس

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	البعد
٠.٠١	٠.٨٠١	الضغوط الشخصية
٠.٠١	٠.٨١٧	الضغوط الاسرية
٠.٠١	٠.٧٤٣	الضغوط الدراسية
٠.٠١	٠.٨١١	الضغوط الاقتصادية
٠.٠١	٠.٧٩٢	الضغوط الصحية

ويتضح من الجدول (٦) وجود علاقة ارتباطية دالة بين درجة كل بعد من ابعاد مقياس الضغوط النفسية، فقد تراوحت قيم الارتباط بين (٠.٧٤٣ - ٠.٨١٧) وجميعها قيم دالة عند مستوى (٠.٠١)، مما يدل على ان مقياس الضغوط النفسية في صورته النهائية يتسم بدرجة عالية من صدق الاتساق الداخلي مما يشير الى تمتع جميع فقرات وابعاد المقياس تشترك في قياس خصائص الضغوط النفسية لدى أفراد العينة من أولياء الأمور.

المجال البشري: تحدد مجتمع العينة في مجموعة من أولياء أمور طلاب الثانوية العامة بالمدارس الحكومية، والذين بلغ عددهم (٣٢) ولي أمر، وتراوحت أعمارهم ما بين (٤٠ : ٥٠) عامًا..

المجال المكاني: أجري البحث في قاعدة بإحدى مراكز الدروس الخصوصية القريبة من مكان دورس الأبناء لتطبيق إجراءات البرنامج.

المجال الزمني: الحدود الزمانية: تم تطبيق البرنامج المستخدم في الدراسة على أفراد العينة التجريبية دون الضابطة واستغرق تطبيق البرنامج أربعة شهور ونصف في الفترة من (١١ / ٣ / ٢٠٢٣) إلى (٢٠ / ٧ / ٢٠٢٣) ثم أعيد القياس التتبعي بعد ذلك بشهر في (٢٠ / ٨ / ٢٠٢٣) لتأكد من استمرارية فاعلية البرنامج. بواقع ثلاث جلسات أسبوعياً، ومدة الجلسة (٤٥-٦٠) دقيقة.

عينة الدراسة: تنقسم عينة الدراسة إلى قسمين:

١- العينة الاستطلاعية: والتي تكونت من (٢٠٠) ولي أمر لطلاب بمرحلة الثانوية العامة بمحافظة القاهرة، وتم توزيع المقاييس على العينة.

٢- العينة الأساسية: شملت عينة البحث (٣٢) ولي أمر طبق عليهم البرنامج الإرشادي، وتم اختيارهم وفق مجموعة من الشروط الوارد ذكرها.

شروط اختيار العينة: لقد وضع الباحثون مجموعة من المعايير لاختيار عينة الدراسة من السيدات، وتوضح على الأسس التالية:

١- تراوحت أعمارهم ما بين (٤٠-٥٠) عاماً، حيث كان متوسط أعمار العينة الكلية (٤٤) والانحراف المعياري (٣.٨٣) وكان متوسط أعمار المجموعة التجريبية (٤٣.٤٤) والانحراف المعياري (٣.٩٨)، وكان متوسط أعمار المجموعة الضابطة (٤٤.٣٨) والانحراف المعياري (٣.٨٣).

٢- أن يكون ولي الأمر لم يسبق له حضور برامج تدريبية للذكاء الوجداني أو أي متغير آخر من قبل. تم اختيار أولياء الأمور أبناء وأمّهات لطلاب الثانوية العامة بمحافظة القاهرة، وكذلك لضبط متغير المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي، وأيضاً لضبط أسلوب التدخل الإرشادي.

وقد تم تطبيق مقياس الذكاء الوجداني عليهم، واختيار أولياء الأمور الذين قلت درجاتهم عن درجة الربيع الأدنى حتى تتأكد إنهم بالفعل منخفضين في الذكاء الوجداني، ووصلت في النهاية إلى (٣٢) ولي أمر، ثم توزيعهم عشوائياً بين المجموعتين، التجريبية (ن=١٦)، والضابطة (ن=١٦).

النتائج المتعلقة بوصف أفراد الدراسة (خصائص العينة)

١. عدد الاباء مقارنة بعدد الامهات (متغير صلة القرابة)

جدول (٧): عدد الاباء والأمهات عينة الدراسة

صلة القرابة	العدد	النسبة المئوية
الام	٢٣	%٧١.٨٨
الاب	٩	%٢٨.١٣

اتضح من الجدول السابق أن عدد الأمهات من عينة الدراسة بلغ (٢٣) وذلك بنسبة مئوية (٧١.٨٨%)، بينما بلغ عدد الاباء عينة الدراسة (٩)، وذلك بنسبة مئوية (٢٨.١٣%).

٢. عدد الابناء داخل الاسرة.

جدول (٨): عدد الأبناء داخل الأسرة

عدد الأبناء	العدد	النسبة المئوية
١	٢	%٦.٢٥
٢	٩	%٢٨.١٣
٣	١٤	%٤٣.٧٥
٤	٧	%٢١.٨٨

يبين جدول (٨) عدد الأبناء داخل أسر عينة الدراسة، حيث يتضح من بيانات الجدول أن (١٤) من الأسر لديها ثلاثة أبناء، بنسبة مئوية (٣٤.٠%)، يليها عدد الأسر التي لديها طفلان (٩)، وذلك بنسبة مئوية (٢٨.١٣%)، بينما جاءت في المرتبة الثالثة الأسر التي لديها (٤) أطفال بنسبة مئوية (٢١.٨٨%)، وتأتي في المرتبة الأخيرة الأسر التي لديها (٢) بنسبة مئوية (٦.٢٥%).

إجراءات تطبيق أدوات الدراسة: اتبع الباحثون في الدراسة الخطوات التالية:

- ١- اختيار عينة الدراسة من أولياء أمور الطلاب من سن (٤٠ : ٥٠) عامًا لديهم ضغوط نفسية وبيئية مرتفعة.
 - ٢- تقسيم أفراد العينة إلى مجموعتين: إحداها تجريبية والأخرى ضابطة.
 - ٣- قام الباحثون بحساب التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في العمر والمستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي، والقياس القبلي للذكاء الوجداني، والقياس القبلي للضغوط النفسية.
 - ٤- تم تطبيق البرنامج المستخدم في الدراسة على أفراد المجموعة التجريبية دون الضابطة وأستغرق تطبيق البرنامج أربعة شهور وأسبوعين تقريباً في الفترة من تم تطبيق البرنامج المستخدم في الدراسة على أفراد العينة التجريبية دون الضابطة وأستغرق تطبيق البرنامج ثلاثة شهور ونصف في الفترة من (١١ / ٣ / ٢٠٢٣) إلى (٢٠ / ٧ / ٢٠٢٣) ثم أعيد القياس التتبعي بعد ذلك بشهر في (٢٠ / ٨ / ٢٠٢٣) لتأكد من استمرارية فاعلية البرنامج. بواقع ثلاث جلسات أسبوعياً.
 - ٥- وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج، قامت الباحثة بتطبيق مقياس الضغوط النفسية لأولياء أمور الطلاب، ومقياس الذكاء الوجداني على أفراد المجموعة التجريبية والضابطة، ثم المقارنة بينهما في الدرجات.
 - ٦- بعد انتهاء تطبيق البرنامج بشهر، تم إعادة التطبيق مقياس الضغوط النفسية لأولياء الأمور، ومقياس الذكاء الوجداني مرة أخيرة وذلك لمعرفة مدى استمرارية فاعليته.
- الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث:** لتحقيق أهداف الدراسة وتحليل البيانات التي تم جمعها، فقد تم استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة باستخدام البرامج الإحصائية الآتية: (SPSS Version 19)، لتحليل البيانات ومعالجتها.
- فيما يلي مجموعة من الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل البيانات:
١. معامل ارتباط بيرسون.
 ٢. معادلة سبيرمان - براون لتصحيح طول المقياس.
 ٣. المتوسطات.
 ٤. الانحراف المعياري.
 ٥. اختبار (ت) البارامترية لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة.
 ٦. النسب المئوية.
 ٧. اختبار ويلكوكسون اللابارامترية لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة.
 ٨. اختبار مان ويتي اللابارامترية لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة.

نتائج البحث ومناقشتها

الفرض الأول: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة من أولياء الأمور في القياس بعد تطبيق البرنامج على مقياس الذكاء الوجداني وذلك في اتجاه المجموعة التجريبية. قام الباحثون باستخدام اختبار (مان ويتني) للبارامترى لتحليل الفروق بين المجموعات المستقلة والتحقق من صحة هذا الفرض، ويوضح جدول (٩) النتائج التي تم التوصل إليها.

جدول (٩): متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (U و Z) ودلالاتها وقيم (η^2) وحجم التأثير بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس بعد تطبيق البرنامج على مقياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور

المجموعة	تجريبية (ن=١٦)		ضابطة (ن=١٦)		قيمة (U)	قيمة (Z)	قيمة η^2	حجم التأثير
	متوسط رتب	مجموع رتب	متوسط رتب	مجموع رتب				
الوعي بالذات	١١.٣٧	١٨٢	٢١.٦٢	٣٤٦	٤٦.٠١	***٣.٢٠٩	٠.٢٩٨	ضخم
توظيف الانفعالات	١٣.٤٧	٢١٥.٥	١٩.٥٣	٣١٢.٥	٧٩.٥	* ١.٩٨	٠.١٤٤	متوسط
التعاطف	١٢.٣٨	١٩٨	٢٠.٦٣	٣٣٠	٦٢.٠	***٢.٤٩	٠.١٩٣	متوسط
الدافعية	١٠.٩١	١٨٦	٢٢.٠٩	٣٤٢	٣٨.٥	***٣.٣٧	٠.٣٥٦	ضخم
إدارة العلاقات	١١.١٦	١٧٨.٥	٢١.٨٤	٣٤٩.٥	٤٢.٥	*٣.٢٢	٠.١٦٦	متوسط
الدرجة الكلية	١١.٨٥٨	١٩٢	٢١.١٤٢	٣٣٦	٥٣.٧٠	***٣.٠٧٢٣	٠.٢٣١٤	ضخم

* دال عند مستوى (٠.٠٥)، ** دال عند مستوى (٠.٠١)

توضح نتائج جدول (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أولياء الأمور في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور (الوعي بالذات، توظيف الانفعالات، التعاطف، الدافعية، إدارة العلاقات، والدرجة الكلية) وذلك في اتجاه المجموعة التجريبية.

وتم حساب حجم التأثير أو قوة تأثير البرنامج على الأبعاد والدرجة الكلية الذكاء الوجداني وفقاً لمعيار كوهين باستخدام قيم (η^2)، وتمثل هذه القيم الحجم الإحصائي للتأثير، حيث تصنف بأنها (ضخم، متوسط، متوسط، متوسط)، ويظهر ذلك النسب المئوية التي زادت بها متوسطات درجات أبعاد الذكاء الوجداني والدرجة الكلية للمجموعة التجريبية في القياس بعد تطبيق البرنامج على متوسطات درجات المجموعة الضابطة، وهذا يشير إلى وجود تأثير ملحوظ للبرنامج في حدوث فروق في درجات الذكاء الوجداني بين المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيقه؛ بمعنى آخر توضح هذه النتيجة أن البرنامج فعال وله تأثير كبير في تحسين درجات الذكاء الوجداني لدى أفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيقه عليهم.

ولتوضيح وتأكيد النتائج السابقة قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية للمجموعتين التجريبية والضابطة من أولياء الأمور في القياس بعد تطبيق البرنامج على مقياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور، ويتضح ذلك في الجدول التالي (١٠).

جدول (١٠): المتوسطات والانحرافات المعيارية للمجموعتين التجريبية والضابطة من أولياء الأمور على مقياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور في القياس بعد تطبيق البرنامج

المجموعة	المجموعة التجريبية (ن=١٦)		المجموعة الضابطة (ن=١٦)		البعد
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	
الوعي بالذات	٣٩	٣.١٦٢٢٨	١٨.٤٣٨	٢.٢٥	
توظيف الانفعالات	٢٣.٥٦٣	٢.٧٣١٨	٢١.٦٨٨	٢.٦٢٦	
التعاطف	٢٥.٣٧٥	٢.٩٤١١	٢٢.٨٧٥	٢.٣٦٢٩	
الدافعية	٢٦.٤٣٨	٤.١٧٨٨	٢٠.٣١٣	٤.٧٠٠٦	
إدارة العلاقات	٣٩.٢٥	٤.٠٧٤٣	٣٤	٤.٢١١١	
الدرجة الكلية	٢٧.٢	٣.٣٠٦١	٢٣.٤٦٣	٣.٢٣٠١	

يوضح جدول (١٠) ارتفاع متوسطات درجات المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة في القياس بعد تطبيق البرنامج على مقياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور (الوعي بالذات، توظيف الانفعالات، التعاطف، الدافعية، إدارة العلاقات، والدرجة الكلية)، وهذا يؤكد على تحقق صدق الفرض الأول.

وقد يرجع ذلك إلى الأنشطة التي تم استخدامها لتنمية الذكاء الوجداني لدى المشاركين لمواجهة الضغوط النفسية والبيئية، سواء من خلال المحاضرات - عرض القصص - طرح مواقف حياتية ومشاركة أفراد العينة في إنتاج حلول، فقد تعرض أفراد المجموعة التجريبية لجلسات البرنامج الإرشادي المعرفي وأنشطته المختلفة، بينما لم تتعرض المجموعة الضابطة.

وقد يعزي نجاح البرنامج إلى تنوع الأنشطة ما بين أنشطة جماعية وقصصية وحركية، والتي أكدت الدراسات جدواها ودورها الفعال في تنمية الذكاء الوجداني وأبعاده (الوعي بالذات، توظيف الانفعالات، التعاطف، الدافعية، إدارة العلاقات، والدرجة الكلية).

كما راعت الباحثة أن تكون الأنشطة المقدمة تثير في نفسية المشاركين البهجة والسعادة وأن تكون محببة لهم حتى تكون الأنشطة دافع لاستمراره في الجلسات ومحفزة على الإنجاز، كم راع وجود معززات تقدم للمشاركين والتي ساعدت على تدعيم السلوكيات الإيجابية وكانت في صورة معززات معنوية ككلمات الثناء والشكر ولقد كانت مفيدة في تدعيم السلوك وأثارت البهجة والسرور وحسنت ثقة المشاركين بنفسهم.

أن يكون هناك تقويم مستمر مباشر لكل جلسة مما مكن الباحثون من معرفة مدي تحقق هدف كل نشاط ومدي تنميته للمكون القائم عليه، وذلك من خلال مناقشة المشاركين في المواقف الحياتية، إلى جانب مناقشتهم في المواقف التي يتم عرضها داخل الجلسات ووضع حلول لها من خلال تصور المشارك لنفسه، كما راعت استمرار أثر النشاط مع المشاركين حتى الجلسة المقبلة وكان ذلك عن طريق الواجب المنزلي.

كما ساعد صغر حجم العينة على تمكين المشاركين من ممارسة مواقف وأنشطة البرنامج حيث أتيحت الفرصة لجميع المشاركين مع الباحثة ومع أقرانهم الآخرين والاشتراك في الأنشطة التي كانت تقدم لهم.

ويتضح مما سبق أن تعرض المجموعة التجريبية للأنشطة المختلفة للبرنامج وبقاء الضابطة دون تدخل أدى إلى تحسن درجات المجموعة التجريبية على مقياس الذكاء الوجداني، بينما ظلت المجموعة الضابطة كما هي دون تحسن.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من أولياء الأمور في القياسين قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور وذلك في اتجاه القياس البعدي.

قام الباحثون باستخدام اختبار (ويلكوكسون) اللابارامترى لتحليل الفروق بين المجموعات المرتبطة والتحقق من صحة هذا الفرض، ويوضح جدول (١١) النتائج التي تم التوصل إليها.

جدول (١١) متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (W و Z) ودالاتها وقيم (η^2) وحجم التأثير للمجموعة التجريبية ($n=10$) في القياسين قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور

القياس البعدي	قياس قبلي متوسط رتب	مجموع رتب	قياس بعدي		قيمة (W)	قيمة (Z)	قيمة η^2	حجم التأثير
			متوسط رتب	مجموع رتب				
الوعي بالذات	٠	٠	٧	٩١	٠	-٣.٢١٣	٠.٦٥	ضخم جدا
توظيف الانفعالات	٠	٠	٣.٥١	٢١	0	-٢.٢٠٧	٠.٣٠٤	ضخم
التعاطف	٥.٢٥	٣١.٥	٨.٥١	٥٩.٥	٣١.٥	-٢.٢١	٠.٣٠٥	ضخم
الدافعية	٠	١	٠	١	١	-١	٠.٦٦	متوسط
إدارة العلاقات	٠	٣.٥	٠	٢١		-٢.٢١٤	٠.٣٠٦	ضخم
الدرجة الكلية	٤.٠٠	٨.٠	٧.٥٩	٨٣.٥		-٢.٦٢	٠.٤٢٨	ضخم

توضح نتائج جدول (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من أولياء الأمور في القياسين قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور (الوعي بالذات، توظيف الانفعالات، التعاطف، الدافعية، إدارة العلاقات، والدرجة الكلية) في اتجاه القياس البعدي.

وتم حساب حجم التأثير أو قوة تأثير البرنامج على الأبعاد والدرجة الكلية الذكاء الوجداني وفقاً لمعيار كوهين باستخدام قيم (η^2)، وتمثل هذه القيم الحجم الإحصائي للتأثير، حيث تصنف بأنها (ضخم جدا، ضخم، متوسط، ضخم)، وهذا يشير إلى وجود تأثير ملحوظ للبرنامج في حدوث فروق في درجات الذكاء الوجداني بين القياسين قبل تطبيق البرنامج وبعده للمجموعة التجريبية؛ بمعنى آخر توضح هذه النتيجة أن البرنامج فعال وله تأثير كبير في تحسين درجات الذكاء الوجداني لدى أفراد المجموعة التجريبية في القياس بعد تطبيق البرنامج.

ولتوضيح وتأكيد النتائج السابقة قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية من أولياء الأمور في القياسين قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور، ويتضح ذلك في الجدول التالي (١٢).

جدول (١٢): المتوسطات والانحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية ($n=10$) من أولياء الأمور في القياسين قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور

القياس البعدي	قياس قبلي		قياس بعدي	
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري
الوعي بالذات	٣٧.٨٧٥	٣.٠١٨	٣٩	٣.١٦
توظيف الانفعالات	٣٧.٨٧٥	٣.٠٠٨٣٢	٣٩.٤	٨٩.١٦٢
التعاطف	٣٧.٨٧٥	٣.٠٠٨٣٢	٣٩	٣.١٦٢٢٨
الدافعية	٣٧.٨٧٥	٣.٠٠٨٣٢	٣٨.٦٣٧٥	٣.١٤٢٨
إدارة العلاقات	٣٦.٧٥	٣.٢٩١٠٥٣	٣٩.٢٥	٤.٠٧٤٣١
الدرجة الكلية	٢٧.٨٣٦٤	٣.٠٩٠٨	٢٨.٨٢٥	٣.٢٣١٢

يوضح نتائج جدول (١٢) ارتفاع متوسطات درجات القياس بعد تطبيق البرنامج للمجموعة التجريبية عن القياس قبله على مقياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور (الوعي بالذات، توظيف الانفعالات، التعاطف، الدافعية، إدارة العلاقات، والدرجة الكلية)، وهذا يؤكد على تحقق صدق الفرض الثاني.

وهو ما يتفق مع رأي سالوفي والآخرون أن أساليب المواجهة الناجحة للصدمات النفسية تعتمد على علمية متكاملة للعديد من الكفاءات الانفعالية، في حين أن أشكال القصور في الكفاءات الانفعالية الأساسية مثل العجز في إدراك الانفعال والتعبير عنه يتعارض مع نمو المهارات وتنفيذها مثل تنظيم الانفعال، لذا نجد أن الأفراد الأذكيا وجدانيا لديهم القدرة على تحديد الكيفية التي يشعرون بها ويفهمون مضامين هذه المشاعر، وينظمون بفعالية خبراتهم الانفعالية، وبالتالي يتكيفون على نحو أكثر نجاحاً مع الخبرات السلبية مقارنة بالأفراد ذوي الذكاء الوجداني المنخفض. إن الأفراد ذوي الذكاء الوجداني المنخفض وغير القادرين على إدراك حالاتهم الانفعالية وتقسيمها قد يفضلون في التعرف إلى أصل مشكلاتهم، وبالتالي فإن عملية المواجهة ستتوقف وتعيق البوح الانفعالي الفعال، ويجب على الأفراد الأذكيا وجدانيا أن يكونوا قادرين على التعرف إلى أساليب المواجهة الفعالة وممارستها، وعلى سبيل المثال يري هوكسيما وآخرون أن أكثر الطرائق الفعالة للتحرك من دائرة المواجهة التأملية هو الإلهام، فعندما يستخدم الأفراد أنشطة مبهجة للتفريغ عن حالاتهم النفسية فإنهم يظهرون مهارات أفضل لحل مشكلاتهم وأفكار سلبية أقل، وإن أحد أهم المهارات فعالية في نطاق التنظيم التأملية للانفعال هو القدرة على تحسين الانفعالات السلبية وتعزيز الانفعالات الإيجابية.

وبالنظر إلى ما سبق نجد أن تنمية الذكاء الوجداني من خلال تعليم المشاركين بعض المهارات والأنشطة يعزز أساليب المواجهة الفعالة، لأن الأفراد الأذكيا وجدانيا يتكيفون بشكل أفضل عندما تنشأ الخبرات الضاغطة. (على، ٢٠٠٩: ٤٧)

وهذا يدل على فاعلية البرنامج التدريب في تنمية الذكاء الوجداني لدي عينة الدراسة، حيث اعتمد البرنامج على جلسات خاصة بالوعي الذاتي للمشاركين وهو مساعدة المشاركين على النظر لأنفسهم بشكل جيد واكتشاف أنفسهم وهو ما ينعكس على الأسرة سواء بالسلب أو بالإيجاب فرب الأسرة الأم أن لم تكن على دراية بنقاط قوتها وضعفها قد تصدر أساليب خاطئة لمواجهة ضغوط وأعباء الحياة اليومية مما يؤثر على أطفاله بالسلب وخاصة أن أسر الدراسة الحالية يواجهون مرحلة من أصعب المراحل وهي مرحلة تحديد مصير فرد من أفراد الأسرة.

كما صمم البرنامج صمم وفقاً للمبادئ التوجيهية لتصميم برامج التدريب على الكفاءة الوجداني، بالإضافة إلى أن مواقف البرنامج والأنشطة المتضمنة فيه أعدت من واقع الحياة اليومية، وبما يتناسب مع أدوار ومهام وكفاءات وخصائص أولياء الأمور ومستواهم الاجتماعي، كما أنها راعت احتياجات أفراد العينة وخصائصهم، وهذا ما يتفق مع ما ذكره بار وإن في إمكانية تدعيم وتنمية الذكاء الوجداني.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من أولياء الأمور في القياسين البعدي والتتبعي لتطبيق البرنامج على مقياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور. قام الباحثون باستخدام اختبار (ويلكوكسون) للابازمترية لتحليل الفروق بين المجموعات المرتبطة والتحقق من صحة هذا الفرض، ويوضح الجدول (١٣) النتائج التي تم التوصل إليها.

جدول (١٣) متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (W و Z) ودلالاتها للمجموعة التجريبية ($n=10$) في القياسين البعدي والتتبعي لتطبيق البرنامج على مقياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور

القياس البعدي	قياس بعدي		قياس تتبعي		قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط رتب	مجموع رتب	متوسط رتب	مجموع رتب			
الوعي بالذات	٠	٠	٠	٠	٠	٠	غير دالة
توظيف الانفعالات	٠	٠	٣	١٥	٠	-٢.٠٣٢	دالة
التعاطف	٠	٣.٤٩	٠	٢٠.٢٨	٣.٤٩	-١.٥١١	غير دالة
الدافعية	٠	٠	٠	٠	٠	٠	غير دالة
إدارة العلاقات	٠	٢	٠	٦	٢	-١.٦٩٣	دالة
الدرجة الكلية	٠	٣.٥١	٠	٢١	٣.٥١	-٢.٢١٤	دالة

توضح نتائج جدول (١٣) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من أولياء الأمور في القياسين البعدي والتتبعي لتطبيق البرنامج على مقياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور (الوعي بالذات، توظيف الانفعالات، التعاطف، الدافعية، إدارة العلاقات، والدرجة الكلية) ولتوضيح وتأكيده النتائج السابقة قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية من أولياء الأمور في القياسين البعدي والتتبعي لتطبيق البرنامج على مقياس الذكاء الوجداني لدى أولياء الأمور، ويتضح ذلك في الجدول التالي (١٤).

جدول (١٤) متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (U و Z) ودلالاتها وقيم (η^2) وحجم التأثير بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس بعد تطبيق البرنامج على مقياس الضغوط النفسية للراشدين

المجموعة البعدي	تجريبية ($n=16$)		ضابطة ($n=16$)		قيمة (W)	قيمة (Z)	قيمة η^2	حجم التأثير
	متوسط رتب	مجموع رتب	متوسط رتب	مجموع رتب				
الضغوط الشخصية	٦.٦٠	٣٣	٧.٢٥	٥٨	٣٣	-٢.٥٢٧	٠.٣٩٩٧	ضخم جدا
الضغوط الأسرية	٦.٦٥	٢٤.٥٢	٨.١٧	٦٦.٥٠	٢٤.٥٢١	-١.٤٧٩	٠.١٣٦	متوسط
الضغوط الدراسية	٦.٤	٣٢.٥	٦.٦	٤٥.٥	٣٢.٥	-٢.٥٣٨	٠.٤١٧٩	ضخم جدا
الضغوط الاقتصادية	٦	٣٦	٧	٤٢	٣٦	-٢.٥٨٦	٠.٤١٧٩	ضخم جدا
الضغوط الصحية	٧.٨٣	٢٣.٥	٨.٠٤	٩٦.٥	٢٣.٥٢٣	-٢.٠٩٧	٠.٢٧٤	ضخم
الدرجة الكلية	٥.٨٨	٢٣.٥	٨.٧٧	٩٦.٥	٢٣.٥	-٢.٠٧٦	٠.٢٦٩	ضخم

توضح نتائج جدول (١٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أولياء الأمور في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الضغوط النفسية لأولياء الأمور (الضغوط الشخصية، والضغوط الأسرية، والضغوط الدراسية، والضغوط الاقتصادية، والضغوط الصحية، والدرجة الكلية) وذلك في اتجاه المجموعة التجريبية.

وتم حساب حجم التأثير أو قوة تأثير البرنامج على الأبعاد والدرجة الكلية للضغوط النفسية وفقاً لمعيار كوهين باستخدام قيم (η^2)، وتمثل هذه القيم الحجم الإحصائي للتأثير، حيث تصنف بأنها (ضخم جدا، متوسط، ضخم جدا، ضخم جدا، ضخم)، وهذا يشير إلى وجود تأثير ملحوظ للبرنامج في حدوث فروق في درجات الضغوط النفسية بين المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيقه؛ بمعنى آخر توضح هذه النتيجة أن البرنامج فعال وله تأثير كبير في تحسين درجات الضغوط النفسية لدى أفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيقه عليهم.

ولتوضيح وتأكيد النتائج السابقة قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية للمجموعتين التجريبية والضابطة من أولياء الأمور في القياس بعد تطبيق البرنامج على مقياس الضغوط النفسية للراشدين، ويتضح ذلك في الجدول التالي (١٥).

جدول (١٥): المتوسطات والانحرافات المعيارية للمجموعتين التجريبية والضابطة من أولياء الأمور على مقياس الضغوط النفسية أولياء الأمور في القياس بعد تطبيق البرنامج

المجموعة البعيد	المجموعة التجريبية (ن=١٦)		المجموعة الضابطة (ن=١٦)	
	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط
الضغوط الشخصية	٣٧.٨٧٥	٣٧.٨٧٥	٣٧.٨٧٥	٣٧.٨٧٥
الضغوط الاسرية	٢٢.٣٧٥	٢٢.٣٧٥	٢٢.٣٧٥	٢٢.٣٧٥
الضغوط الدراسية	٣٧.٨٧٥	٣٧.٨٧٥	٣٧.٨٧٥	٣٧.٨٧٥
الضغوط الاقتصادية	٢٣.٨١٢٥	٢٣.٨١٢٥	٢٣.٨١٢٥	٢٣.٨١٢٥
الضغوط الصحية	٢٠.٥٦٢٥	٢٠.٥٦٢٥	٢٠.٥٦٢٥	٢٠.٥٦٢٥
الدرجة الكلية	٣٧.٨٧٥	٣٧.٨٧٥	٣٧.٨٧٥	٣٧.٨٧٥

يوضح جدول (١٥) ارتفاع متوسطات درجات المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة في القياس بعد تطبيق البرنامج على مقياس الضغوط النفسية للراشدين (الضغوط الشخصية، والضغوط الاسرية، والضغوط الدراسية، والضغوط الاقتصادية، والضغوط الصحية، والدرجة الكلية)، وهذا يؤكد على تحقق صدق الفرض السادس.

وهو ما يتفق مع دراسة ميغيل روميرو (٢٠٢١) والتي أظهرت استوفى ما مجموعه (٨) دراسات معايير الاشتغال. اتفق الجميع على تحديد الارتباط الإيجابي للذكاء العاطفي لدى الوالدين ببعض الجوانب المتعلقة بنوعية حياة أطفالهم.

أيضا تتفق النتيجة السابقة مع دراسة أندريا شيو (٢٠٢٣) والتي أشارت إلى أن الذكاء العاطفي واحترام الذات لدى الوالدين يسهم في تطوير مستوى عال من الكفاءة الأبوية، تسلط هذه النتائج الضوء على دور الذكاء العاطفي لدى الوالدين في نمو الأطفال وتعليمهم، ولكن أيضا فائدة البرامج التدريبية في مجال الأبوة والأمومة بهدف تدريب الوالدين على المهارات اللازمة للأبوة والأمومة الفعالة.

هو ما يتفق مع النموذج الذي وضعه جولمان من أن وعي الفرد بذاته وانفعالاته أي قدرتهم على تقييم أفكار ومزاجه محايدته للحالة الداخلية يعمل على تقليل الضغوط والتكيف معها، وهو ما يؤدي إلى حالة من إدراك تلك الانفعالات والقدرة على التعامل معها، وهو ما يقلل من قدرة الفرد على التعرض للاكتئاب أو الاضطرابات السيكوسوماتية الناتجة في الأساس على الضغوط، ويتطلب هذا أن يعرف الفرد كيف يعالج أو يتعامل مع المشاعر التي تؤذيه وتزعجه، وهذه المعالجة هي أساس الذكاء الوجداني (الأعسر وكفاقي، ٢٠٠٠: ٦٦)، حيث يأتي في التسلسل القدرة على تأجيل الإشباعات ويعني أن يعتمد الشخص على قوة دافعية داخلية في تحقيق أهدافه، فالحوافز الداخلية مثل حب العمل والتمتع به، والاطلاع تكون أكثر أهمية وتأثيراً في دفع الفرد للعمل والإبداع من الحوافز الخارجية كالمال والمنصب، وهو التقدم والسعي نحو دوافعنا وأن يكون لدى الفرد هدف، وأن يعرف خطواته خطوة خطوة نحو تحقيقه، وأن يكون لديه الحماس والمثابرة لاستمرار السعي (الدريديري، ٢٠٠٤: ٢٥)، يأتي بعد ذلك، التعاطف (استشعار انفعالات الآخرين): ويعني قدرة الفرد على إدراك ما يشعر به الآخرون ومعرفة ما يحسون به، وهو أمر يستلزم قدرتنا على فهم ذواتنا واستشعار أحاسيسنا أولاً، وهي قدرة تؤسس على قدرة الوعي بالذات فيركز الفرد على نتائجه، وما الذي يجب أن يقوم به وكيف يعبر عن مشاعره بطريقة فعالة، كما يستطيع التعبير عنها والقدرة

علي حل الصراع واستشعار العلاقات الناشئة بين الجماعات، وامتلاك زماه الأمور عند التعامل مع الجامعة والقدرة علي القيادة بطريقة فعالة، ونضج هذه القدرة يعتمد علي أساليب التنشئة الاجتماعية وخبرات الطفولة، وتأتي النهاية وتقييم لما سبق التفاعل مع الآخرين (تناول العلاقات): وتعني قدرة الفرد علي تكوين علاقات اجتماعية ناجحة، والتفاعل مع الآخرين بفعالية والتأثير فيهم، والقدرة علي قيادتهم بصورة فعالة، وإدارة الصراع، وهذا النموذج يقدم إطاراً للذكاء الوجداني، وهذه المكونات تكون أساس الكفايات أو القدرات المتعلمة التي تعتمد علي القدرة الأساسية في البنية الأساسية (الذكاء الوجداني)، ويعرف جولمان الكفاءة الانفعالية بأنها قدرة متعلمة تقوم علي الذكاء الوجداني، والتي ينتج عنها أداء بارز في العمل، وإن مثل هذه الكفايات متعلمة تختلف من شخص لآخر، وإن لم يستطيع الفرد تحقيق التسلسل السابق أو جزء منه فهو يصبح عرضة للضغوط بكافة أشكالها، ويحتاج إلى الدعم أو المساعدة وهو ما قامت الدراسة الحالية بالتركيز عليه من خلال جلسات البرنامج.

النتائج العامة

وفقاً لما أسفرت عنه الدراسة من نتائج يمكن تحديد العلاقة بين الذكاء الوجداني ومستوي الضغوط لدي الأفراد، حيث تعد مكونات الذكاء الوجداني هي أحدي أساليب مواجهة وخفض الضغوط لدي الأفراد حيث أنها تتكون من مجموعة من المهارات الذاتية التي تساعد الفرد علي تحقيق التوازن، حيث أن وعي الفرد بذاته وانفعالاته أي قدرتهم علي تقييم أفكاره ومزاجه محايدته للحالة الداخلية يعمل علي تقليل الضغوط والتكيف معها، وهو ما يؤدي إلى حالة من إدراك تلك الانفعالات والقدرة علي التعامل معها، وهو ما يقلل من قدرة الفرد علي التعرض للاكتئاب أو الاضطرابات السيكوسوماتية الناتجة في الأساس علي الضغوط، ويتطلب هذا أن يعرف الفرد كيف يعالج أو يتعامل مع المشاعر التي تؤذي وتزعجه، وهذه المعالجة هي أساس الذكاء الوجداني، ويأتي في التسلسل القدرة علي تأجيل الإشباعات ويعني أن يعتمد الشخص علي قوة دافعية داخلية في تحقيق أهدافه، فالحوافز الداخلية مثل حب العمل والتمتع به، والاطلاع تكون أكثر أهمية وتأثيراً في دفع الفرد للعمل والإبداع من الحوافز الخارجية كالمال والمنصب، وهو التقدم والسعي نحو دوافعنا وأن يكون لدي الفرد هدف، وأن يعرف خطواته خطوة خطوة نحو تحقيقه، وأن يكون لديه الحماس والمثابرة لاستمرار السعي، يأتي بعد ذلك، التعاطف (استشعار انفعالات الآخرين): ويعني قدرة الفرد علي إدراك ما يشعر به الآخرون ومعرفة ما يحسون به، وهو أمر يستلزم قدرتنا علي فهم ذواتنا واستشعار أحاسيسنا أولاً، وهي قدرة تؤسس علي قدرة الوعي بالذات فيركز الفرد علي نتائجه، وما الذي يجب أن يقوم به وكيف يعبر عن مشاعره بطريقة فعالة، كما يستطيع التعبير عنها والقدرة علي حل الصراع واستشعار العلاقات الناشئة بين الجماعات، وامتلاك زمام الأمور عند التعامل مع الجامعة والقدرة علي القيادة بطريقة فعالة، ونضج هذه القدرة يعتمد علي أساليب التنشئة الاجتماعية وخبرات الطفولة، وتأتي النهاية وتقييم لما سبق التفاعل مع الآخرين (تناول العلاقات): وتعني قدرة الفرد علي تكوين علاقات اجتماعية ناجحة، والتفاعل مع الآخرين بفعالية والتأثير فيهم، والقدرة علي قيادتهم بصورة فعالة، وإدارة الصراع، وهذا النموذج يقدم إطاراً للذكاء الوجداني، وهذه المكونات تكون أساس الكفايات أو القدرات المتعلمة التي تعتمد علي القدرة الأساسية في البنية الأساسية (الذكاء الوجداني)، ويعرف جولمان الكفاءة الانفعالية بأنها قدرة متعلمة تقوم علي الذكاء الوجداني، والتي ينتج عنها أداء بارز في العمل، وإن مثل هذه الكفايات متعلمة تختلف من شخص لآخر، وإن لم يستطيع الفرد تحقيق التسلسل السابق أو جزء منه فهو يصبح عرضة للضغوط بكافة أشكالها، ويحتاج إلى الدعم أو المساعدة وهو ما قامت الدراسة الحالية بالتركيز عليه من خلال جلسات البرنامج.

الخلاصة

هدف البحث إلى التحقق من فاعلية برنامج لتنمية الذكاء الوجداني لمواجهة الضغوط البيئية والنفسية لدى أولياء أمور طلاب الثانوية العامة، واستخدم المنهج التجريبي والتصميم التجريبي ذي المجموعتين التجريبية والضابطة والقياس القبلي البعدي التتبعي، وتوصلت النتائج إلى فاعلية البرنامج في تنمية الذكاء الوجداني لمواجهة الضغوط لدى أولياء أمور الطلاب. لذا توصي الدراسة بإجراء دراسات حول دور العوامل الثقافية والاجتماعية في نمو مهارات الذكاء الوجداني، إجراء دراسات معمقة حول الذكاء الوجداني وعلاقته بمتغيرات أخرى مثل سمات الشخصية، والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وتأكيد الذات، والفعالية الاجتماعية.

توصيات البحث

- في ضوء الإطار النظري والنتائج التي توصلت إليها تنبثق عدة توصيات منها:
١. إعطاء موضوع الذكاء الوجداني قدر مناسب من الأهمية في برامج إعداد وتدريب أولياء الأمور.
 ٢. تدريب الآباء والأمهات على مكونات الذكاء الوجداني من خلال عمل ورش عمل داخل قاعات المدارس للمساهمة في تقليل الضغوط الناتجة عن مرور أبنائهم بتلك المرحلة.
 ٣. عمل برامج توعية وإرشاد لمواجهة الضغوط وكيفية التعامل معها.

بمقوله ودراسات مستقبلية

١. إجراء دراسة مماثلة في بيئات مختلفة (الريف والحضر)
٢. تصميم برنامج إرشادي وقائي وعلاجي لمواجهة الضغوط النفسية لدى أولياء الأمور.
٣. إجراء دراسات حول دور العوامل الثقافية والاجتماعية في نمو مهارات الذكاء الوجداني.
٤. إجراء دراسات معمقة حول الذكاء الوجداني وعلاقته بمتغيرات أخرى مثل سمات الشخصية، والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وتأكيد الذات، والفعالية الاجتماعية.

المراجع

- الأعسر، صفاء وكفاقي، علاء الدين (٢٠٠٠). الذكاء الوجداني، دار قباء، د ط، القاهرة.
- بركات، مطاع (٢٠٠٤). العجز المكتسب "دراسات نفسية"، منشورات وزارة الثقافة، دمشق.
- بن عياد، منية (٢٠٢٣). تأثير العوامل الاجتماعية والاقتصادية للأسرة على التحصيل الدراسي للأبناء، مجلة بن خلدون للدراسات والأبحاث، المجلد الثالث، العدد السابع، ص ٢٧٨٩ - ٣٣٥٩.
- دخل الله، خالد محمد وعواد، سناء كاسب، ساري، رغدة يوسف (٢٠٢٠). المساندة الأسرية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلبة الثانوية العامة في المدارس الحكومية الثانوية الأردنية من وجهة نظر المرشدين والمرشدات، المجلة الأكاديمية للأبحاث والنشر العلمي، الإصدار الثاني عشر، ص ٢٧٠٦ - ٦٤٩٥.
- الدريبري، عبد المنعم أحمد (٢٠٠٤). الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات المعرفية والمزاجية، عالم الكتب، القاهرة.
- رزق الله، راندا سهيل (٢٠٠٦). فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارات الذكاء العاطفي، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، جامعة دمشق، سوريا.

سيد، أسماء (٢٠٢٠). الضغوط الأسرية لدى أولياء أمور الطلاب الناجمة عن الدروس الخصوصية ودور الخدمة الاجتماعية للتعامل معها، مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية، العدد ٢١، الجزء الثاني، المجلد ٢١.

عبد العظيم حسين، طه، وعبد العظيم حسين، سلامة (٢٠٠٦). إستراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

عثمان، فاروق السيد وعبد السميع، محمد (٢٠٠١). الذكاء الانفعالي ومفهومة، وقياسه، مجلة علم النفس، تصدر عن الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد ٥٨، ص ٣٢-٥٠.

على، سعد محمد (٢٠٠٩). الذكاء الوجداني وعلاقته باتخاذ القرار لدى عينة من موظفي القطاع العام والخاص بمحافظة الطائف، رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.

القدسي، دانية صفوان (٢٠٠٥). فاعلية برنامج في تنمية أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال المعاقين، رسالة دكتوراة (غير منشورة)، جامعة عين شمس، مصر.

سعداوي، مريم (٢٠١٠). علاقة الذكاء الانفعالي باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة الجزائر.

هيثم، تهاني عبد الله (٢٠٠٥). الذكاء الانفعالي وعلاقته بتطرف الاستجابة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة صنعاء، اليمن.

ATLA SRINIVAS REDDY(2024). The Role of Parental Involvement in Alleviating Stress among Secondary School Adolescents, Srinivas Reddy Atla.

González, M. R., Primé-Tous, M., Bondelle, E. V., Vázquez-Morejón, A., Santamarina, P., Morer, A., & Lázaro, L. (2021). Parents' emotional intelligence and their children's mental health: A systematic review. *Journal of Psychiatry and Psychiatric Disorders*, 5(2), 58-75.

Manini Srivastava, Jaya Bharti(2023). Relationship between Parenting and Emotional Intelligence, *International Journal of Creative Research Thoughts (IJCRT)*, Volume 10, Issue 1 January 2022 | ISSN: 2320-2882.

Roxana-Cătălina GHIȚĂ(2023). Parental Influence on Children's Social and Emotional Intelligence: A Gender-Differentiated Analysis, *Journal of Contemporary Approaches in Psychology and Psychotherapy*, Volume I, Issue 1.

Șițoiu, A., & Pânișoară, G. (2023). The emotional intelligence of today's parents— influences on parenting style and parental competence. *Frontiers in public health*, 11, 1120994.

Zimmer-Gembeck, M. J., Skinner, E. A., Scott, R. A., Ryan, K. M., Hawes, T., Gardner, A. A., & Duffy, A. L. (2023). Parental support and adolescents' coping with academic stressors: A longitudinal study of parents' influence beyond academic pressure and achievement. *Journal of youth and adolescence*, 52(12), 2464-2479.

THE EFFECTIVENESS OF A PROGRAM TO DEVELOP EMOTIONAL INTELLIGENCE TO FACE THE ENVIRONMENTAL AND PSYCHOLOGICAL PRESSURES ASSOCIATED WITH HIGH SCHOOL ON A SAMPLE OF PARENTS OF PUBLIC SCHOOL STUDENTS

Hend O. M. Gouda⁽¹⁾; Gamal Sh. Ahmed⁽²⁾; Seham A. Abdel Hamid⁽³⁾

1) Faculty of Graduate Studies and Environmental Research, Ain Shams University
2) Faculty of Post Graduate of Childhood, Ain Shams University 3) Department of
Mental Health- Faculty of Education, Helwan University.

ABSTRACT

The study aimed to verify the effectiveness of an emotional intelligence development program to address environmental and psychological pressures among parents of high school students. The experimental approach and an experimental design with an experimental and control group, as well as pre-post measurement were used. The results showed that the program was effective in developing emotional intelligence to address pressures among parents of students. Therefore, the study recommends conducting studies on the role of cultural and social factors in the development of emotional intelligence skills, and conducting in-depth studies on emotional intelligence and its relationship to other variables such as personality traits, the Big Five personality factors, assertiveness, and social effectiveness..

Keywords: Cognitive guidance program., Emotional Intelligence., Psychological Stresses., Parents., High school.