



# مجلة كلية الآداب

مجلة علمية محكمة فصلية

---

خريف ٢٠١٩

العدد (٨٨)

---



مجلة الكلية الآداب: فصلية- علمية- محكمة تعني بنشر الأبحاث العلمية في مجالات الدراسة الإنسانية اللغوية والأدبية والتاريخية والجغرافية والفلسفية والاجتماعية والنفسية والإعلامية وترحب المجلة بالإسهامات العلمية للسادة أعضاء هيئة التدريس والباحثين من العالمين العربي والإسلامي لإثراء المجلة.

### قواعد النشر:-

- ١- تقبل المجلة البحوث باللغات العربية والإنجليزية والفرنسية.
- ٢- يقر البحث كتابة أن بحثه لم يسبق نشره ولم يرسل لجهة أخرى للنشر.
- ٣- يخطر الباحث بخطاب رسمي بقبول النشر في حالة إجازة البحث للنشر.
- ٤- تعد الخرائط والرسوم البيانية وغيرها من الإيضاحات من قبل الباحث بطريقة تجعلها قابلة للطبع.
- ٥- تعبر البحوث المنشورة عن رأي اصحابها فقط.
- ٦- أصول الأعمال المقدمة للمجلة لا ترد حتى في حالة عدم قبولها للنشر.
- ٧- يحصل الباحث على نسخة واحدة من عدد المجلة المنشور بها + C.D + عشر مستلآت من البحث.
- ٨- الحجم الأمثل المقبول في حدود (٣٠ صفحة) يسدد الباحث المصري ٦٠٠ جنيها وخمسة عشر جنيهاً عن كل صفحة زائدة، ويسدد الباحث العربي والأجنبي ٣٠٠ دولار وثلاثة دولار عن كل صفحة زائدة.
- ٩- يسلم البحث مطبوعاً من أصل وصورتين + C.D على أن يكون مجموعاً ببنط ١٤، وأن يكون مقاس الصفحة 12x19سم.
- ١٠- يكتب عنوان البحث واسم الباحث ودرجته العلمية وجهة عمله في أول صفحة من البحث.
- ١١- تكتب المراجع والهوامش في نهاية البحث، مع الالتزام بالأسس العلمية للتوثيق.

١٢- يرفق ملخصان للبحث باللغتين العربية والإنجليزية على ألا يتجاوز حجم الملخص صفحة واحدة.

١٣- تنشر المجلة ملخصات الرسائل العلمية العربية والأجنبية.

١٤- تنشر المجلة بحوث معاوني هيئة التدريس كمتطلب للحصول على درجتي الماجستير والدكتوراه.

١٥- تنشر المجلة بحوث أعضاء هيئة التدريس بدرجة أستاذ وفق القيمة الفعلية للطباعة.

١٦- توجه جميع المكاتبات أو الاستفسارات الخاصة بالنشر إلى رئيس تحرير المجلة على العنوان التالي.

**كلية الآداب - جامعة الزقازيق**

**تليفون : ٠٥٥/٢٣٤٣٨٢١**

<http://www.Arts@Zu.edu.eg>

## مجلة كلية

### مجلة كلية الآداب – جامعة الزقازيق

صدر العدد الأول ٨٦ – ١٩٨٧م

## هيئة التحرير

الأستاذ الدكتور

**هناء زكريا على**

وكيل الكلية للدراسات العليا والبحوث  
نائب رئيس مجلس الإدارة

الأستاذ الدكتور

**محمد عبد الفتاح عوض**

سكرتير التحرير

الأستاذ الدكتور

**عماد مخيمر**

عميد الكلية  
رئيس مجلس الإدارة

الأستاذ الدكتور

**فريدة محمد النجدي**

رئيس التحرير

## مستشارو التحرير

أ.د. أحمد صلاح الدين

أ.د. عبد الرحمن بشير

أ.د. إبراهيم عبد الرحمن

أ.د. عواطف صالح

أ.د. عثمان محمد عثمان

أ.د. فريدة محمد النجدي

أ.د. طارق زكريا علي

أ.د. حسن محمد حماد

أ.د. إبراهيم المسلمي



## افتتاحية العدد

يسرنا أن نقدم العدد ٨٨ خريف ٢٠١٩ من مجلة كلية الآداب - جامعة الرقازيق الذي يأتي متنوعاً وثريراً بفكر السادة الباحثين في مجال العلوم الإنسانية ويحتوي على عشرة أبحاث.

في مجال الدراسات الإسلامية يأتي بحث أ. طارق مصطفى سليمان تحت عنوان: "تفسير الكشاف نموذجاً لاستجابة المتلقين من قدامى المفسرين في ضوء المكي والمدني" ويتناول قيمة الكشاف العلمية والتاريخية وآثاره وتنصب الدراسة على تناول الزمخشري للتفسير واعتمدت على المنهجين التحليلي والاستقرائي.

وللغة الفرنسية نصيب ببحثين أولهما للدكتورة مها إبراهيم سلامة وعنوانه: "الازدواجية الثقافية في قصة الممنوعة للملكية المقدم" وتتناول فيه الأوجه المتعددة للهوية المزدوجة من خلال الشخصيات الذين أعطتهم الكاتبة الكلمة جميعاً واستخدمت تقنيات متعددة للكتابة عند تقديم ووصف الشخصيات.

والبحث الثاني للدكتورة/ منال زهران وعنوانه: "السعادة من خلال أول جرعة من البيرة ومتع أخرى صغيرة - فليب ديلم" والذي يدعو للاستفادة من المتع الصغيرة في الحياة من خلال البحث فيها عن مفهوم السعادة وفن الحياة.

وفي مجال علم النفس يأتي بحثان أولهما للباحثة/ أريج احمد اليوبي وعنوانه: "اتجاه الطالبات نحو برامج العمل التطوعي لدى جامعة الملك عبد العزيز بمكة - دراسة وصفية على عينة من طالبات جامعة الملك عبد العزيز" والذي يكشف لبيان اتجاهات الطالبات نحو برامج العمل التطوعي وطبقت الدراسة على عينة من طالبات في جامعة الملك عبد العزيز وأسست على المنهج الوصفي التحليلي بصورته المسحية، وجاء البحث الثاني للدكتور/ محمد حسين محمد سعد الدين الحسيني وعنوانه: "الذكاء الوجداني وعلاقته بجودة الحياة لدى عينة من طلبة وطالبات الجامعة" وتهدف الدراسة إلى الكشف عن الفروق بين عينة من طلبة وطالبات كلية الآداب - جامعة المنصورة في الذكاء الوجداني وجودة الحياة وانتهت الدراسة إلى وجود تلك الفروق لصالح الطالبات. وجاء أيضاً بحث الدكتور/ أيمن محمد السيد وعنوانه "الفاعلية الذاتية وعلاقتها بالقدرة على مواجهة الضغوط النفسية".

وفي الدراسات الاجتماعية، يأتي بحث الدكتور/ محمد محمود خضر وعنوانه: "استراتيجية التفاوض بين المجال السياسي والاجتماعي - دراسة تطبيقية من منظور عينة من الخبراء لحل أزمة سد النهضة الإثيوبي مع مصر". وتسعى الدراسة إلى وضع استراتيجية جديدة تقوم على التفاوض السياسي

والاجتماعي والدبلوماسي على المستويين الشعبي والثقافي بين البلدين واستندت الدراسة على منهج المسح الاجتماعي.

أما الفلسفة فلها نصيب ببحث للدكتور/ مُجَّد أمين إبراهيم تحت عنوان: "الدين والمجال العام في فلسفة جون رولز"، وتتم الدراسة بقضية الصراع على المجال العام وتحريره أو قمعه عند جون رولز وتشير فلسفته إلى وجود مبادئ عادلة مع الجميع سياسياً في المجال.

ويأتي البحث في الدراسات التاريخية وعنوانه: "معالم المنشآت الدينية والتعليمية في مدينة الخليل بفلسطين حتى نهاية القرن العاشر - دراسة تاريخية للباحث/ حسن عبد الله حسن مهنا والذي يسلط الضوء على مدينة الخليل بوجه عام من الوجهة الحضارية واستندت الدراسة على المنهجين التاريخي والاستقرائي.

وفي مجال الجغرافيا، نجد دراسة الدكتور/ مُجَّد صبحي إبراهيم وعنوانها: "رحلة العمل اليومية للعاملين بالتعليم العام قبل الجامعي في مركز الدلنجات (محافظة البحيرة) دراسة في جغرافية النقل"، الذي يهدف إلى تحليل أنماط حركة النقل اليومية للعاملين في الخدمات التعليمية بمركز الدلنجات واتبعت الدراسة المنهج الوصفي في جمع البيانات.

وتأتي الدراسة الإعلامية ببحث تحت عنوان: "النقد الاجتماعي السياسي في المسرح الإفريقي - مسرحيات الكاتب النيجيري وول سوسينكا نموذجاً" بالتطبيق على مسرحية "الموت وفارس الملك" للدكتور/ يوسف عبد الرحمن اسماعيل والذي يلقي الضوء على النقد الاجتماعي والسياسي في الدراما المسرحية في افريقيا جنوب الصحراء الكبرى من خلال دراسة أدبية ونقدية لأعمال الكاتب النيجيري وول سوسينكا لاستنباط الوسائل الفنية والدرامية للكاتب.

وبعد هذا العرض الموجز لمحتوى العدد نتقدم بأسمى آيات الشكر للسادة محكميه وكذلك للسادة الباحثين.

نائب رئيس مجلس الإدارة

أ.د/ هناء زكريا

وكيل الكلية للدراسات العليا والبحوث



## المحتويات

النقد الاجتماعي والسياسي في المسرح الإفريقي مسرحيات الكاتب النيجيري  
وول سوينكا نموذجاً

- ١ ..... د/ يوسف عبد الرحمن اسماعيل السيد
- الذكاء الوجداني وعلاقته بجودة الحياة لدى عينة من طلبة وطالبات الجامعة
- ٤٥ ..... د/ محمد حسين محمد سعد الدين
- معالم المنشآت الدينية والتعليمية في مدينة الخليل بفلسطين  
حتى نهاية القرن العشرين
- ١٠١ ..... الباحث/ حسن عبد الله حسن
- تفسير الكشاف نموذجاً لاستجابة المتلقين من قدامى المفسرين (في ضوء المكي  
والمدني)
- ١٦٣ ..... الباحث/ طارق مصطفى سليمان
- رحلة العمل اليومية للعاملين بالتعليم العام قبل الجامعي في مركز الدلنجات  
(محافظة البحيرة) دراسة في جغرافية النقل
- ١٩٩ ..... د/ محمد صبحي إبراهيم
- اتجاهات الطالبات نحو برامج العمل التطوعي لدى جامعة الملك عبد العزيز  
بجدة
- ٢٩٣ ..... الباحثة/ أريج حامد البوي
- الفاعلية الذاتية وعلاقتها بالقدرة على مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من  
طلاب المرحلة الإعدادية
- ٣٣١ ..... د/ أيمن محمد السيد محمد شحاتة
- استراتيجية التفاوض بين المجال السياسي والاجتماعي، دراسة تطبيقية من منظور  
عينة من الخبراء لحل أزمة سد النهضة الأثيوبي مع مصر
- ٤٨٣ ..... د/ محمد محمود خضر
- الدين والمجال العام في فلسفة جون رولز
- ٤٣٥ ..... أ.م.د/ محمد أمين إبراهيم

**Le bonheur à travers “La première gorgée de bière et  
autres plaisirs minuscules”**

Dr. Manal Zahran ..... 1

**La dualité culturelle à travers L’Interdite de Malika  
Mokeddem**

Dr. Maha Ibrahim Salama ..... 33



الذكاء الوجداني وعلاقته بجودة الحياة لدى عينة من طلبة  
وظالبات الجامعة

**Emotional Intelligence and its Relation to Quality  
of Life for a sample of both Male and Female  
University Undergraduates**

إعداد

**د / محمد حسين محمد سعد الدين الحسيني**

مدرس علم النفس

بكلية الآداب - جامعة المنصورة



منذ النصف الثاني من القرن العشرين أصبح الذكاء الوجداني موضع اهتمام عديد من الباحثين، على الرغم من أن الجذور التاريخية الفعلية لهذا الموضوع قد بدأت في القرن التاسع عشر؛ ففي الفترة ما بين (١٩٦٠-١٩٦٩) كانت بحوث الذكاء مستقلة عن بحوث الانفعالات، وفي الفترة ما بين (١٩٧٠-١٩٨٩) توصل الباحثون إلى جعل المعرفة والوجدان مجالاً واحداً، وظهرت نماذج ونظريات اهتمت بدراسة العلاقة بين الذكاء والانفعال؛ حيث ظهرت نظرية جاردرنر الذي أشار إلى ما يعرف بالذكاء داخل الشخص، والذي يشير إلى إدراك المشاعر الذاتية وتميزها. وفي الفترة ما بين (١٩٩٠-١٩٩٨) نشر سالوفي وماير عدداً من المقالات عن الذكاء الوجداني، وظهر أول مقياس لقياس الذكاء الوجداني، وتطورت في تلك الفترة التفسيرات المتعددة للذكاء الوجداني. وفي الفترة من (١٩٨٩) إلى الآن حاول عدد من الباحثين تعريف الذكاء الوجداني وطرق قياسه، إضافة إلى مجموعة من آراء الباحثين في علم النفس حول هذا الموضوع. (السيد إبراهيم السمدوني، ٢٠٠٧: ١٢)

وأكدت عديد من الدراسات (بار- أون، ٢٠٠٠) جولمان، (١٩٩٥) (ماير وسالوفي، ١٩٩٠) (ماير وسالوفي، ٢٠٠٠) أن الوجدان أو العواطف تُعد جانباً أساسياً من جوانب السلوك الإنساني، وهي وثيقة الصلة بحياة الإنسان وشخصيته. وتختلف باختلاف شخصية الفرد وسلوكه؛ فمن الناس من لديه نضج عاطفي وجداني وانفعالي وله القدرة على التكيف مع أفراد المجتمع الذي يعيش معهم، ومنهم ليس لديه هذا النضج. وهذا غالباً يعاني من مشكلات التكيف والتوافق مع أفراد مجتمعه. والانفعالات سواء أكانت سلبية أم إيجابية ضرورية للحياة اليومية، وتقود الإنسان للتحكم بقراراته، فالذكاء الوجداني له تأثير مباشر على توافق الفرد مع ذاته ومع الآخرين. (صلاح الدين عبد الرحمن، ٢٠١٠: ٢٧)

يرى (سمية على عبد الوارث، ووفاء سيد) أن طلاب المرحلة الجامعية يتعرضون لأصناف مختلفة من الأحداث الحياتية الضاغطة اجتماعية أو اقتصادية أو أسرية أو دراسية، والتي يواجهونها بخبرات محدودة، وهذا من شأنه أن يدفعهم لمواجهة العديد من المشكلات والمعوقات التي تحول دون تحقيق أهدافهم، والوصول إلى تحقيق مستوى كافٍ من جودة الحياة " (سمية على عبد الوارث، وفاء سيد، ٢٠٠٨: ٣).

ويرى الباحث أن اهتمام الباحثين بمفهوم جودة الحياة قد زاد منذ بداية النصف الثاني من القرن العشرين كمفهوم مرتبط بعلم النفس الإيجابي، والذي جاء استجابة إلى أهمية النظرة الإيجابية إلى حياة الأفراد كبديل للتركيز الكبير الذي أولاه علماء النفس للجوانب السلبية من حياة الأفراد، وقد تعددت قضايا البحث في هذا الإطار، فشملت الخبرات الذاتية والعادات والسمات الإيجابية للشخصية، وكل ما يؤدي إلى تحسين جودة الحياة، كما يُشير الباحث إلى أنه بالرغم من شيوع استخدام مفهوم جودة الحياة إلا أنه لا يزال غير واضح ويتسم بالغموض ويرجع ذلك إلى " حداثة المفهوم على مستوى التناول العلمي، وتطرق هذا المفهوم للاستخدام في العديد من العلوم، حيث يستخدم أحياناً للتعبير عن الرقي في مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع، كما يستخدم للتعبير عن إدراك الأفراد لمدى قدرة هذه الخدمات على إشباع حاجاتهم، فضلاً عن أن هذا المفهوم لا يرتبط بمجال محدد من مجالات الحياة، أو بفرع من فروع العلم، إنما هو مفهوم موزع بين الباحثين والعلماء على اختلاف تخصصاتهم، والملفت للنظر أن أصحاب كل تخصص يرون أنهم الأحق باستخدامه سواء كان تخصصهم علم الاجتماع أو الطب بفروعه المختلفة، أو العلوم البيئية أو الاقتصادية " .

والدراسة الحالية هي محاولة للتعرف على الفروق بين عينة من طلاب وطالبات الجامعة في الذكاء الوجداني وجودة الحياة والعلاقة الارتباطية بينهما.

#### مشكلة البحث:

- ١- هل توجد فروق بين الطلبة والطالبات من (كلية الآداب جامعة المنصورة) في الذكاء الوجداني؟
- ٢- هل توجد فروق بين الطلبة والطالبات من (كلية الآداب جامعة المنصورة) في جودة الحياة؟
- ٣- هل توجد علاقة ارتباطية بين الذكاء الوجداني وجودة الحياة لدى عينة من طلبة وطالبات كلية الآداب جامعة المنصورة؟

#### أهمية الدراسة:

- تنبع أهمية هذه الدراسة من كونها تتناول مفهومين حديثين ومهمين نسبياً وهما الذكاء الوجداني وجودة الحياة، واللذان حظى باهتمام الباحثين في مجال علم النفس لأهميتهما وتأثيرهما على عديد من السلوكيات والتصرفات لدى الإنسان بشكل عام والطلاب

بشكل خاص، وكأحد المؤشرات الأساسية للتنبؤ بقدراتهم وإمكاناتهم، والدراسة الحالية تساعد في تسليط الضوء على هذين المفهومين الحديثين نسبياً وتساعد في فهم طبيعة هذين المفهومين.

– إن تناول مفهوم جودة الحياة يُعدّ مطلباً رئيسياً ومهمّاً في حياة الطلاب وفي تغيير نظرتهم للحياة بصورة ايجابية.

– كما تكمن أهمية الدراسة الحالية في تناولها لفئة طلاب الجامعة الذين يمثلون الشريحة الأكثر أهمية في أي مجتمع، فهم وسيلة التنمية وغايتها، وعليها يُقام بناء الأمم.

– إن الكشف عن طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني وجودة الحياة قد يعكس أهمية تطبيقية حيث إنّها قد تزيد فعالية الطالب الذاتية، ودافعيته للإنجاز والعمل بكفاءة وفعالية.

#### أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى

1- الكشف عن الفروق بين الطلبة والطالبات من(كلية الآداب جامعة المنصورة) في الذكاء الوجداني.

2- الكشف عن الفروق بين الطلبة والطالبات من(كلية الآداب جامعة المنصورة) في جودة الحياة.

3- الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الذكاء الوجداني وجودة الحياة لدى عينة من طلبة وطالبات كلية الآداب جامعة المنصورة.

#### الذكاء الوجداني:

لا يزال تعريف الذكاء الوجداني يكتنفه بعض أوجه الغموض والخلط، منذ ظهور المفهوم في بداية التسعينات، وبذلك تعددت تعريفات الذكاء الوجداني بتعدد الباحثين، ويتضح من خلال العرض الآتي:

يعرف بارون وباركر Baron & parker الذكاء الوجداني بأنه: عبارة عن القدرات المرتبطة بفهم كل من الذات والآخرين وارتباط الأفراد بعضهم ببعض، والتكيف مع احتياجات البيئة وإدارة الانفعالات. ويشير ماير وسالوبي (١٩٩٥) إلى الذكاء الوجداني بأنه عبارة عن التقييم والتعبير عن الانفعالات، وهو يشتمل على القدرة على التوضيح والتعرف على المشاعر من خلال الكلمات أو تعبيرات الوجوه والعلاقات مع الآخرين وإعادة الخبرة بهذه المشاعر، كما أنه التنظيم التكيفي

للانفعالات وذلك عن طريق التنظيم والتقويم ثم تغيير الانفعالات. وكذلك تعرفه (أمل حسونة، مني أبو ناشي) بأنه: القدرة على التعاطف مع الآخرين وفهم التنظيم المنطقي للمشاعر مع فهم المشاعر المختبئة أو المنتشرة بالنسبة للآخرين. (أمل حسونة، مني أبو ناشي: ٢٠٠٦، ٥١)

ويعرف (سليمان عبد الواحد ابراهيم، ٢٠١٠: ٦٤) الذكاء الوجداني بأنه: القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها، وصياغتها بوضوح وتنظيمها وفقا لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم للدخول معهم في علاقات انفعالية إيجابية، وتساعد الفرد على الارتقاء العقلي والانفعالي وتعلم المزيد من المهارات. وعرف " عادل هريدي " الذكاء الوجداني بأنه مجموعة كبيرة من الإمكانيات والكفايات والمهارات غير المعرفية والتي تؤثر في قدرة الفرد على النجاح في مواجهة متطلبات البيئة وضغوطها والتي تعبر عن نفسها من خلال السلوك الذكي وجدانيا. (عادل هريدي، ٢٠٠٣: ٧٤)

ويشير سليمان إلى أن الذكاء الوجداني هو قدرة الفرد على الوعي بحالته الانفعالية (الوجدانية) وإدارتها وضبطها وتوجيهها لتحفيز ذاته واستشفافه لانفعالات الآخرين ومشاعرهم والاستجابة لهم وفقا" لذلك والتواصل والتفاعل معهم. (سليمان مُجَد سليمان، ٢٠٠٤: ٩٧)، ويعرف السمدادوي الذكاء الوجداني بأنه القدرة على معرفة الشخص مشاعره وانفعالاته الخاصة كما تحدث بالضبط، ومعرفته بمشاعر الآخرين وقدرته على ضبط مشاعره وتعاطفه مع الآخرين والإحساس بهم وتحفيز ذاته لصنع قرارات ذكية. (السيد إبراهيم السمدادوي، ٢٠٠٧: ٤٢)

ويري دانييل جولمان الذكاء الوجداني بأنه مجموعة من القدرات أو المهارات التي يسميها البعض صفات أو سمات شخصية لها أهميتها البالغة في مصيرنا كأفراد (دانييل جولمان، ٢٠٠٠: ٥٨)، وعرفه أيضا" جولمان (Goleman,1998) بقوله: (إنه قدرتنا على معرفة مشاعرنا ومشاعر الآخرين وعلى تحقيق ذواتنا وإدارة انفعالاتنا وعلاقتنا مع الآخرين بشكل عام. (Goleman,1998: 25)

ويعرف الباحث الذكاء الوجداني بأنه "القدرة على إدراك وفهم وتناول العواطف والانفعالات وتنظيم المشاعر بحيث يستطيع الفرد أن يؤثر في مشاعر الآخرين". ويعرف الذكاء الوجداني إجرائيا بأنه " الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الذكاء الوجداني المستخدم في الدراسة الحالية ".



## خصائص الأذكىاء وجدانياً وسماتهم:

يرى "جولمان" (٢٠٠٠) أن الإناث ذوات الذكاء الوجداني المرتفع يتسمن بالتعبير عن مشاعرهن بصورة مباشرة، ويثقن في قدراتهن، والحياة بالنسبة لهن ذات معنى، وهن اجتماعيات غير متحفظات، ويستطعن التكيف مع الضغوط النفسية، ولهن القدرة على تكوين علاقات اجتماعية جيدة. يقول "جولمان": إن الذكور مرتفعي الذكاء الوجداني يتسمون بالصراحة والمرح والرضا عن النفس والآخرين والمجتمع، ولديهم القدرة على تحمل المسؤولية ولا يميلون إلى الاستغراق في القلق. أما الإناث اللاتي يتمتعن بذكاء وجداني مرتفع فيتسمن بالحسم والتعبير عن المشاعر بصورة مباشرة، وهن منفتحات على الخبرة الحسية، ومن النادر أن يشعرن بالذنب أو القلق. (دانيال جولمان، ٢٠٠٠: ٧٢)

وترى "أمل حبيب" أن من أهم خصائص ذوي الذكاء الوجداني المرتفع لدى طلبة الجامعة إنهم يتميزون بالصراحة والعلانية، ويتمتعون بشخصية متكاملة، ولديهم القدرة على القيادة، وهم واقعيون يتكيفون مع الواقع، ويمتلكون مهارات اجتماعية جيدة، ويتعاطفون مع الآخرين، ومثقفون ومهذبون ومستقرون انفعالياً، ولديهم القدرة على تحديد ما ينبغي أن يفعل، ويتميزون بروح معنوية عالية. (أمل عبد المنعم حبيب، ٢٠٠٩: ٣١)

ويشير "هشام الحناوي" إلى أن الإناث اللاتي يتسمن الذكاء الوجداني المرتفع يتصفن بالتوازن الاجتماعي والانطلاق والمرح، ولا يتعرضن لاجترار المخاوف والقلق، ولديهن قدرة عالية على الإخلاص للأشخاص والمبادئ، وتحمل المسؤولية، ويتسمن بالمظهر الأخلاقي. (هشام الحناوي، ٢٠٠٠: ١٠٣)

ويُعد الانفتاح على جميع الخبرات الوجدانية سواء السارة أو غير السارة علامة من علامات الذكاء الوجداني لدى الفرد، كذلك القدرة على التمييز بين الإحساس بالانفعال والاستجابة بمقتضاه كإظهار الابتسامة أمام الآخرين رغم شعور الفرد بالحزن، أو عدم إظهاره لغضبه أمام زملائه رغم إحساسه بالظلم، ومن علامات النضج الوجداني أيضاً ما يسمى بالخبرة الشعورية؛ وهي التأمل أو الفكر الواعي بالخبرة الشعورية مقابل الإدراك السطحي لها.

ومن العرض السابق لخصائص الأذكىاء وجدانياً يمكن القول: إن هناك فروقاً واسعة بين الأفراد في امتلاك قدرات الذكاء الوجداني، قد ترجع إلى اختلاف الثقافات، أو المعارف، أو

أساليب التنشئة الاجتماعية، أو التقاليد والعادات المتبعة إلى غير ذلك، فالذكاء الوجداني يعد مفتاح النجاح في مختلف مناحي الحياة، فالأذكىاء وجدانياً هم الأقدر على تحديد أهدافهم في الحياة والسعي والثابرة لأجل تحقيقها، وهم الأوفر حظاً للتفوق والتميز في مجالات الدراسة والعمل والحياة بشكل عام. (مفتاح عبد الرحمن، ٢٠١١: ٤١)

### الأهمية التطبيقية للذكاء الوجداني:

للذكاء الوجداني أهمية في مجالات مختلفة؛ أهمها:

#### ١- الذكاء الوجداني في مجال الأسرة:

يُعد الذكاء الوجداني عاملاً مهماً في استقرار الحياة الزوجية، كالتعبير الجيد عن المشاعر وتفهم مشاعر الطرف الآخر ورعايته بشكل واضح؛ حيث يذكر "جولمان" Goleman أن الحياة الأسرية هي أول مدرسة لتعليم المشاعر، ففيها نتعلم كيف يكون شعورنا نحو أنفسنا، ونحو الآخرين، وكيف ننظر إلى هذه المشاعر وكيف نعبّر عنها، ومثل هذا التعلم لا يحدث فقط من خلال الأقوال التي يذكرها الآباء لأبنائهم أو من خلال سلوكهم الفعلي، ولكن أيضاً من خلال طريقة تعبير الآباء عن مشاعرهم وتعاملهم مع بعضهم البعض. (مفتاح مُجّد عبد الرحمن، ٢٠١١: ٦٨)

كما أن عمليات التنشئة الاجتماعية وأساليب المعاملة الوالدية داخل الأسرة تلعب دوراً مهماً في تنمية الذكاء الوجداني لدى الأبناء. فقد أكد "سالوفي وسيلتر" Salovey & Suyter (١٩٩٨) في دراسة لهما في مجال إدارة وجدانات الأبناء أنهم يظهرون الغضب والانفعال السالب بمجرد أن يُظهر الآباء مظهر الغضب أو الجدل معهم، أو رؤيتهم لأفلام تظهر الجدل بين الكبار، ومن ثم يتعلم الأطفال استراتيجيات غير تكيفية ويصبون فيها غضبهم في صورة لفظية أو بدنية من خلال مشاهدة الوالدين الغاضبين، وعلى العكس يتعلمون إستراتيجيات أكثر تكيفاً بمجرد ملاحظة الوالدين عند تفاعلها بطرق أكثر إيجابية وفاعلية معهم. (سامية خليل، ٢٠١٠: ٧١)

#### ٢- الذكاء الوجداني في مجال الدراسة:

تُعد البيئة الدراسية (مدرسة- جامعة) إحدى البيئات التي تؤثر على شخصية الطالب وسلوكه ومشاعره سواء بالإيجاب أو السلب، إلا أنه قد نجد أن بعض المؤسسات التعليمية تتجاهل أهمية مشاعر التلاميذ وتوجيهها وتوجيه قدراتهم إلى التعاطف مع الآخرين، بما أنها جزء مهم من عملية التعلم ذاتها.

وينظر "جولمان" إلى المؤسسات التعليمية على أنها الأماكن الأولى التي يمكن أن تديرها المجتمعات لتصحيح القصور في الكفاءة الاجتماعية والانفعالية لدى الطالب؛ إذ إن تعلم المهارات الانفعالية يبدأ من المدرسة إلى الجامعة، حيث نجد أن الطلاب يدخلون المدارس وهم مختلفون من الناحية الانفعالية تبعاً لاختلاف بيئاتهم الأسرية، وعلى ذلك فالمدارس تواجه تحدياً في عملية التغيير ومعالجة المهارات الانفعالية لدى التلاميذ، وهذا التحدي يمكن أن يواجهه من خلال تثقيف انفعالي للتمكن من محو الأمية الوجدانية Emotional literacy، وذلك من خلال مناهج معدة لهذا الغرض وكذلك خلق مناخ تعليمي يعمل على تنمية المهارات الوجدانية بسرعة واستخدامها في مجالات عديدة. (دانييل جولمان، ٢٠٠٠: ٦٥)

ويقول "مبوسنيك Mabosniak": إن للذكاء الوجداني مجموعة مهارات يجب توافرها لدى المعلم لكي يتوافق مع التغيرات التي تحدث في العملية التعليمية، وهي: الأصالة والحضور والتعاون مع الآخرين والقدرة على الإقناع، والوعي بمشاعره ومشاعر زملائه وطلابه والاستماع والانتباه والمرونة، حيث يسمح للتلاميذ بتغيير مشاعرهم وأفكارهم ويدعم فيهم احترام الذات والثقة بالنفس. (سامية خليل، ٢٠١٠: ٧٣)

وقد قامت بعض المدارس الأمريكية بتعليم تلاميذها المهارات الوجدانية ابتداءً من السنة الأولى وحتى الثانية عشرة، والبرنامج الذي تم تطبيقه في معظم هذه المدارس يتضمن جميع مهارات الذكاء الوجداني، وفي بعض المراحل تكون جزءاً من المناهج الدراسية وأسفرت نتائج هذه التجربة في تلك المدارس عن نجاح ملحوظ؛ حيث أصبح الطلاب أكثر قدرة على التحكم في انفعالهم، كما تطور سلوكهم وأصبحوا أكثر قدرة على حل الصراعات والتعامل مع المشكلات، وهذا ينطبق على كل المدارس التي قامت بتطبيق برنامج تنمية مهارات الذكاء الوجداني. (سامية خليل، ٢٠١٠: ٧٥)

ويرى "جولمان" أن للذكاء الوجداني دوراً فعالاً ومهماً في توافق الطالب الجامعي وزيادة تحصيله الأكاديمي، والنجاح في الحياة بشكل عام، وأشار أيضاً إلى أن النجاح في الحياة يتطلب ٢٠٪ من الذكاء العام، و ٨٠٪ من الذكاء الوجداني، كما أن الذكاء الوجداني يقلل المخاطر النفسية من حيث الإصابة بالاكئاب والعنف وإدمان المخدرات، ويساعد الطلاب على حسن

الأداء الأكاديمي، حيث وجد "جولمان" في دراسة له على طلاب أسيويين متفوقين أكاديمياً، أن هؤلاء الطلاب يمتلكون سمات وجدانية تؤهلهم للنجاح. (دانيال جولمان، ٢٠٠٠: ٥٤ - ٥٧) وقد أكدت عديد من الدراسات أن للذكاء الوجداني دوراً في زيادة التحصيل الأكاديمي والتوافق النفسي لدى الطالب؛ مثل: دراسة (عبد العال عجمو، ٢٠٠٢) ودراسة (سحر علام، ٢٠٠١) ودراسة (رشا الديدي، ٢٠٠٥) كما أكدت دراسة (عبد الحميري وعبد الكريم اسماعيل، ٢٠٠١) أن الذكاء الوجداني يعد منبأً جيداً للصحة النفسية للطلاب الجامعي.

ويرى الباحث أن قدرات الذكاء الوجداني- من وعي بالذات والتحكم في المشاعر والتعبير عنها وربط الأفكار بالانفعالات والحماس والمثابرة إلى غير ذلك- يمكن أن تتعلم داخل الأسرة منذ الصغر من خلال الأساليب المختلفة للتنشئة الاجتماعية، وبذلك نستطيع أن نضمن لأبنائنا فرصاً أفضل من إمكاناتهم النفسية والانفعالية في المستقبل، كما أن تعاون الأسرة والمدرسة في تنمية الذكاء الوجداني له من الأهمية بمكان، فتعمل المدرسة على تكملة دور الأسرة وإعطاء الاحتياجات الانفعالية والاجتماعية للطلاب والمساعدة في حل المشكلات وبناء قوة التحكم في الاندفاع، ورفع تقدير الذات، وبناء علاقات اجتماعية ناجحة داخل الجامعة وخارجها، وتنمية قدرات الذكاء الوجداني بشكل عام.

#### أهمية الذكاء الوجداني في حياة الشباب:

يلعب الوجدان أو العواطف دوراً كبيراً في حياة الأفراد- عامة- وحياة الشباب خاصة، ولا تكمن الأهمية في العاطفة في حد ذاتها بقدر ما تتعلق بتناسب العاطفة وملاءمتها للموقف وكيفية التعبير عنه والتفاعل معه، والإفادة من البنية المعرفية لدى الفرد لتوجيه التفكير وتحقيق التوازن بينه وبين العاطفة، وتعمل العواطف على تحفيز النفس وزيادة درجة انتباهها من أجل بلوغ التفوق والإبداع، كما تقاس الدافعية لدى الشباب من خلال الأساليب المتوفرة لديهم والتي يعتمدونها في تحمل المتاعب وضبط الانفعالات التي تعد مهارة من مهارات الذكاء الوجداني، ويمكن ملاحظة هذه المهارات لدى الشباب من خلال قدرتهم على المشاركة بفاعلية في كل عمل يُعهد به إليهم. (مفتاح عبد الرحمن، ٢٠١١: ٣٤-٣٥)

ويوضح جولمان Goleman، أن ما يحتاجه الأفراد للوصول إلى النجاح يبدأ بالقوة العقلية، ولكن يجب استثمار المهارات الوجدانية للإفادة من القدرات على الوجه الأكمل، فالسبب في عجز

الأفراد عن الإفادة من القدرات المعرفية يكمن في غياب المهارات الوجدانية. والمهارات المعرفية يجب أن تتكامل مع المهارات الوجدانية حتى يصل الفرد إلى التفوق في الأداء. ( Goleman, 1998: 125)، وقد أشار (طه عمر) إلى أن الشباب الذين يتمتعون بذكاء وجداني مرتفع يمتلكون عدداً كبيراً من المهارات التي تزيد من احتمال نجاحهم في الحياة، وهذه المهارات تشمل على: تقدير الذات المرتفع، والقدرة على مواجهة الضغوط النفسية، والقدرة على اتخاذ القرارات السليمة، وقوة الدافعية نحو الإنجاز، والقدرة على تنظيم الوقت، والالتزام بالأخلاقيات، والتعاطف مع الآخرين، والقدرة على تنظيم الانفعالات وعدم الاستجابة للمثيرات العدوانية، والرغبة في التغيير. (طه مُجدد عمر، ٢٠٠٨: ٢٠)

ويمكن القول: إن الذكاء الوجداني يؤثر على منظومة العلاقات الاجتماعية للشباب وعلى الرقي بمستوى التفكير والتوافق النفسي لديهم، كما أن نقص الذكاء الوجداني وبخاصة لدى الشباب يسبب الفشل في الدخول إلى العمل وتحقيق النجاح فيه؛ حيث يرى أبو حطب أن النواحي الوجدانية تؤثر بشكل كبير في العلاقات والتفاعلات الاجتماعية، وتؤثر بشكل غير مباشر في الأنشطة العقلية، وتوفر الحاجات الاجتماعية والانفعالية والشخصية والمعرفية للفرد وتشجع التعلم الوجداني وتيسره إلى جانب التعلم المعرفي، وهذا بدوره يُسهم في رفع مستوى الصحة النفسية والتوافق النفسي والقدرة المعرفية للفرد والجماعة. (فؤاد أبو حطب، ٢٠١٠: ٧٥٣)

وترى "رندا رزق" أن مهارات الذكاء الوجداني تُمكن الشباب والمراهقين من تحقيق تكيف أكبر مع التحولات المفاجئة التي قد يواجهونها، كما أنها تعطي أفضل النتائج المرجوة إذا اهتم بها المعلمون داخل قاعات الدراسة، وهي تزيد من شعور الطالب بقيمته وأهميته الذاتية، وتساعد على حل الصراعات وبناء الجسور للتواصل مع الآخرين. (رندا رزق، ٢٠٠٦: ٧٩-٨٠)، وبهذا يرى الباحث أن الذكاء الوجداني يعد مدخلاً مهماً لتنمية قدرات الأفراد- بصفة عامة- والشباب بصفة خاصة- وهيئتهم للحياة بصورة أفضل، وتزداد أهميته للطالب الجامعي لاستثمار طاقاته وإمكاناته إلى أقصى حد، وبناء علاقات اجتماعية سليمة يسودها الاحترام المتبادل والتقدير، وبلوغ مستويات تحصيلية جيدة تؤهل للدخول في الحياة بكفاءة وبشكل فعال يعود بالمنفعة على الفرد والمجتمع على حد سواء.

## ثانياً- جودة الحياة Quality of Life

ويعتبر مفهوم جودة الحياة من المفاهيم الحديثة نسبياً في التراث البحثي، وقد استُخدم هذا المصطلح Quality of Life في بعض البحوث العربية باسم " نوعية الحياة"، ومن ثم استقرت الدراسات العربية على استخدام مصطلح "جودة الحياة"، وقد تناوله الباحثون في المجالات العلمية المختلفة كلٍ من وجهة نظره المتخصصة، فالعنصر الأساسي في كلمة جودة Quality يتضح في علاقة الفرد الانفعالية مع المحيطين به، وهذه العلاقة قد تتوسطها مشاعر وأحاسيس الفرد ومدركاته. (محمود عبد الحليم منسي، على مهدي كاظم، ٢٠٠٦: ٦٥)، فجودة الحياة مفهوم مُتعدد الأبعاد ونسبي يختلف من شخص لآخر من الناحيتين النظرية والتطبيقية وفق المعايير التي يعتمدها الأفراد لتقويم الحياة ومطالبها، والتي غالباً ما تتأثر بعوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة كالقدرة على التفكير واتخاذ القرار، والقدرة على التحكم، وإدارة الظروف المحيطة، والصحة الجسمية والنفسية والظروف الاقتصادية، والمعتقدات الدينية، والقيم الثقافية والحضارية، التي يحدد من خلالها الأفراد الأشياء المهمة التي تحقق سعادتهم في الحياة (رغداء علي نعيمة، ٢٠١٢: ١٤٦).

كما عرّفها رايف وآخرين (Ryff et al., 2006: 85) بأنها " الإحساس الإيجابي بحسن الحال، ورضا الفرد عن ذاته وعن حياته بشكل عام، وسعيه المتواصل لتحقيق أهدافه واستمراره في إقامة علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين وكذلك إحساسه بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية"، كما عرّفها (خنساء نوري الكرخي، ٢٠١١: ٢٤) بأنها " شعور الفرد بالرضا والسعادة وبالقدرة على إشباع الحاجات في أبعاد الحياة الذاتية والموضوعية والتي تشمل " النمو الشخصي، والسعادة البدنية والمادية، والاندماج الاجتماعي، والحقوق البشرية"، كما تُعرّفها (بشرى عناد مبارك، ٢٠١٢: ٧٢٠) بأنها " شعور الفرد بالسعادة النفسية عبر مراحل حياته المختلفة والمنبثق من جهوده الإيجابية في " الاستقلالية، والكفاية الذاتية، والنمو الشخصي، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، وتقبل الذات " لتحقيق أهدافه في الحياة".

وتعرف (مريم شبيخي، ٢٠١٣: ٧١) جودة الحياة بأنها " مدى الشعور بالراحة التي تتوافر عند الإنسان، من خلال خبرته الحياتية"، وعرّفها (فؤاد عيد الجوالده، ٢٠١٣: ٣٩) بأنها " جودة العلاقات الاجتماعية والتمتع بالصحة الجسمية والعقلية والقدرة على التفكير وتوصيل المشاعر في إطار القيم الثقافية والحضارية والأوضاع الاقتصادية"، وتُعرّفها (بخوش نورس، ٢٠١٥: ١١) بأنها "

شعور الطالب بالرضا والسعادة عن حياته، أي أنها حالة شعورية تجعل الطالب يرى نفسه بأنه قادر على إشباع حاجاته المختلفة من خلال ما يتوافر لديه من قدرات وإمكانيات  
تحسين جودة الحياة:

إن تحسين جودة الحياة أصبح من الأهداف الرئيسية التي تسعى إلى تحقيقها معظم الدراسات الإنسانية في الوقت الحاضر. وقد حاول العديد من الباحثين قياس كيفية إدراك الإنسان لجودة الحياة، واستكشاف العناصر الرئيسية التي تُسهم بدرجة أو بأخرى في تحسين مستوى جودة الحياة. وبالرغم من التزايد الملحوظ في الدراسات التي أُجريت في هذا الموضوع إلا أنها اختلفت في تحديد المتغيرات التي يمكن أن تسهم أفضل في تحسين جودة الحياة، فبعض هذه الدراسات أفترضت أن تحسين جودة حياة الإنسان تأتي من علاقاته العائلية أو العاطفية أو الاجتماعية أو من القيام بواجباته الدينية، بينما اقترحت دراسات أخرى متغيرات مختلفة مثل الصحة، والمستوى الاقتصادي والاجتماعي، والتعليم والانتماء، وسمات الشخصية، والمشاركة السياسية والبيئية. وبالنسبة لمتغيرات الحالة الاقتصادية ودخل الفرد وعلاقتها في تحسين جودة حياة الإنسان قد توصلت بعض الدراسات إلى نتائج متناقضة. فقد أشارت بعض الدراسات إلى وجود علاقة إيجابية بين الدخل و جودة الحياة، حيث أُعتبرت أن دخل الفرد من أكثر المؤشرات أهمية في تحسين جودة الحياة، وقد وجدت مجموعة أخرى من الدراسات علاقة ارتباطية ضعيفة بين دخل الفرد ومستواه الاقتصادي والاجتماعي و جودة الحياة (سعيد على اسماعيل، ومحمود الناقة، ١٩٩١: ٨١-٨٢).

و يرى (العارف بالله الغندور، ١٩٩٩: ١٥١) أن جودة حياة الإنسان قابلة للتحسين باستخدام البرامج الإرشادية والتدريبية. وفي هذا الصدد أوضح (مجدي عبد الكريم حبيب، ٢٠٠٦: ٨١) أن هناك خطوات هامة يستطيع الفرد اتباعها من أجل الوصول إلى جودة الحياة، وهذه الخطوات تتمثل فيما يلي:

- (١) بناء الوعي بضرورة الحاجة إلى التحسين والتطوير.
- (٢) تحديد أهداف التحسين المستمر للأداء، وبناء تنظيم لتحقيق تلك الأهداف.
- (٣) تنفيذ جوانب الجودة الحياتية.

وقد أثبتت بعض البحوث والدراسات السابقة أنه يمكن زيادة الشعور بالسعادة لدى الأفراد من خلال عدة أساليب منها: تدريبهم على إدارة مشاعرهم وإدارة وقتهم (سهير مُجّد سالم، ٢٠٠١: ٦٩).

ويشير (حسن عبد الفتاح الفنجرى، ٢٠٠٦: ٩٣-١٠٠) إلى إمكانية زيادة الشعور بالسعادة لدى الأفراد من خلال تغيير نمط الحياة LifeStyle والمفاهيم الخاطئة التي يتبناها الفرد وتدريبه على مهارات: إدارة الوقت وإدارة المشاعر والانفعالات.

كما حددت (فيرا بيفر، ٢٠٠٤: ٧٩) مجموعة من الأساليب التي تجعل الفرد سعيداً وراضياً بأداء مجموعة من التمرينات السريعة والتي تساعد على الحفاظ على تماسكه وقوته، وهي أيضاً بمثابة إسعافات أولية فعالة لإعادة العقل والجسم والمشاعر إلى حالتها الطبيعية الإيجابية.

واستخدمت بعض الدراسات طرُقاً وإستراتيجيات معينة من أجل تحسين جودة الحياة مثل: دراسة (خالد حسن الضعيف، ٢٠٠٥) التي اعتمدت على أسلوب حل المشكلات ومهاراتها، ودراسة (أسامة سعد أبو سريع وآخرين، ٢٠٠٦) التي اعتمدت على مهارات عدة منها: مهارات إدارة الضغوط ومهارات إدارة الوقت، ودراسة (عبد الحميد سعيد حسن وآخرون، ٢٠٠٦) التي أشارت نتائجها إلى أن معدل استخدام الفرد لإستراتيجيات مقاومة الضغوط أساس لتحسين جودة حياته.

كما يرى (مُجّد حامد إبراهيم الهنداوي وآخرين، ٢٠١٠: ٤٩) أن الفرد لكي يحقق جودة حياته، فلا بد وأن تتولد لديه الثقة بالنفس، وأن يفكر فقط في الحاضر، وأن يطور من نفسه ويهيئها لما هو قد يكون متوقّعاً، من أجل القدرة على مواجهتها، ويجب على الفرد أن ينظر إلى المستقبل نظرة تفاؤل، وأن يدرك بأن هذه الحياة الجميلة باستطاعته أن يعيشها ويحقق فيها الكثير، وصولاً إلى تحقيق جودة حياته.

وقد أشارت (حنان مجدي، ٢٠٠٩: ٨٥) إلى أن العامل الديني يعتبر من العوامل المؤثرة في مدى ما يشعر به الإنسان من رضا عن الحياة، كما أن الدين يمكن أن يتخذ كقيمة تنمي لدى الفرد المعنى الإيجابي للحياة، وتجعله أكثر قدرةً على التكيف مع الضغوط، وأكثر قدرةً على مواجهة الصعاب.

وقد أوضح (فاروق السيد عثمان، ٢٠٠١: ٣٣) أن أهم مصادر تحقيق جودة الحياة وتحقيق



السعادة هي العلاقات الجيدة، كأن يكون الفرد مُتزوجًا زيجة سعيدة، وله أصدقاء، وأن تكون علاقاته جيدة مع أفراد الأسرة والأقارب وزملاء العمل والجيران، وربما يحتاج الفرد إلى تدريب على المهارات الاجتماعية التي تجلب له السعادة. كما أوضح (حمدي علي الفرماوي، ١٩٩٩: ٢١٠) أن السبيل إلى جودة الحياة ربما يكون في ثلاثة أمور مهمة هي:

أ- مجاهدة النفس: ويتحدد ذلك عن طريق أربعة مسالك هي " استنهاض الإرادة، والانشغال بالاستقامة، واستباق الخبرات وتثبيت النفس، والسمو والعفة".

ب- استشراق أفق الحرية الأرحب: وهي تعني أن يستشرف الإنسان أمامه جميع الأمور ويدرك أنّ الحياة لا تسير على نمط واحد، وأن هناك خيرًا أو هناك شرًا، وإيمان الإنسان بذلك يجعله يعيش جودة الحياة لأنه يكون قد تلمس أفقًا رحبًا للحرية فلن ينافق أو يداهن، بل يعيش قويًا ولديه الفرصة الكاملة للتفكير والتدبر.

ج- تمسك الإنسان بالكينونة وتعميق الوجود: فتمسك الإنسان بجوهره ومكونات الثراء فيه يجعله يسعى إلى تنمية مواهبه وإمكاناته الذاتية، ويتم ذلك عبر مسلكين هما:

- (١) البعد عن شهوة التملك: حتى يقي الإنسان نفسه من القلق والترقب والخوف.
- (٢) البعد عن الأثرة إلى الإيثار: أي العطاء بلا توقع مقابل، فإرادة العطاء جزء من إرادة الوجود، وفي تحقيقها معنى وجود الإنسان وكينونته.

وقد أشارت (صفاء أحمد عجاجة، ٢٠٠٧: ٨١) إلى أن هناك عددًا من السبل للارتقاء

بمستوى جودة الحياة، وهذه السبل تكمن فيما يلي:

أ- المجتمع، ويتضمن ما يلي:

- (١) تحسين الخدمات المقدمة للأفراد.
- (٢) الرعاية الصحية للأفراد والتنظيف الصحي.
- (٣) الاهتمام بالتطور التكنولوجي.

ب- الأسرة، وتتضمن ما يلي:

- (١) التنشئة السليمة للأبناء.
- (٢) الاحترام بين الزوجين والأبناء.

٣) استخدام الذكاء الوجداني في التعامل بين الآباء والأبناء.

٤) المرونة العاطفية.

### ج- الفرد نفسه:

١) استخدام أساليب فعّالة في مواجهة الضغوط.

٢) أن يتبع الفرد الإجراءات التصحيحية في حياته.

٣) البحث عن معنى للحياة.

٤) التمسك بالدين.

ويرى (عبد الوهاب كامل، ٢٠٠٤: ١٥) أن الفرد لكي يحقق جودة الحياة في كل من المجالات الجسمية والنفسية والاجتماعية والاستقلالية والجوانب الروحية والتعامل مع البيئة يجب عليه معرفة نقاط القوة والتركيز عليها، والتدريب من أجل اكتساب المهارات السلوكية حتى يُتاح له التعلّب على مواطن الضعف، وأيضاً للمؤسسات التربوية والإعلامية دورها في تغيير أفكار الإنسان الخاطئة وممارسة الضبط والتحكّم الذاتي الواعي والابتعاد عن المعايير المتشددة التي تجعله دائماً يشعر بالذنب القاتل، ويجب على الفرد تعلم مهارات مقاومة الفشل والاحباط وعليه باستمرار استشارة طاقته الداخلية "الحث الذاتي" حتى ينطلق بحرية وحب وسلام للتعبير الحر عن نفسه.

فجودة الحياة لكي تتحقق لا بد أن يعيش الفرد في حالة جيدة متمتعاً بصحة بدنية وعقلية و إنفعالية على درجة من القبول والرضا، وأن يكون قوي الإرادة صامداً أمام الضغوط التي تواجهه ذا كفاءة ذاتية واجتماعية عالية، راضياً عن حياته الأسرية والمهنية والمجتمعية، محققاً لحاجاته وطموحاته، واثقاً من نفسه، غير مغرور ومقدراً لذاته بما يجعله يعيش شعور السعادة وبما يُشجعه ويدفعه لأن يكون متفائلاً بحاضره ومستقبله، متمسكاً بقيمه الدينية والخلقية والاجتماعية، متممياً لوطنه ومحباً للخير، ومدافعاً عن حقوقه وحقوق الغير، ومتطلعاً للمستقبل (زينب محمود شقير، ٢٠٠٩: ١٣).

من العرض السابق للأطر النظرية التي تناولت جودة الحياة يتضح للباحث أن الفرد كلما كان متوافقاً مع ذاته وأسرته ومجتمعه وأصدقائه، وكلما كان متوافقاً مع مهنته وبيئته الأكاديمية، وراضياً عن أحواله المعيشية ومستواه الاجتماعي والاقتصادي، كلما كان مُقبلاً على الحياة، وأكثر شعوراً بجودة الحياة، وأكثر شعوراً بالراحة والأمل والتفاؤل للمستقبل، وأكثر قدرة على إشباع

حاجاته، وتحقيق أهدافه، وإقامة علاقات اجتماعية إيجابية مع الآخرين، والشعور بالسعادة والسكينة والطمأنينة، وأكثر قدرة على إنجاز أنشطة حياته اليومية، وخالياً من الأعراض والاضطرابات النفسية، وقادراً على إدارة وتنظيم وقته واستغلاله أحسن استغلال، مُحققاً بذلك كافة أبعاد السعادة والصحة النفسية.

وفيما يتعلق بالعلاقة بين جودة الحياة والذكاء الوجداني، فقد أوضح (ابراهيم مُجد المغازي، ٢٠٠٣: ٣٢) أن الذكاء الوجداني أفضل معايير الحكم على جودة الحياة في جميع أشكالها فهو سر من أسرار النجاح في الحياة، كما أوضح (سعد رزيق مرزوق، ٢٠١٥: ٦٦) أن هناك علاقة ارتباطية بين جودة الحياة والذكاء الوجداني، فالذكاء الوجداني ينتمي إلى الجوانب الإيجابية في شخصية الفرد التي تؤثر في إدراكه لجودة حياته، فمستوى جودة الحياة يكون مرتفعاً لدى الفرد إذا تمتع بدرجة عالية من الذكاء الوجداني تؤدي به إلى زيادة الثقة بالنفس والوعي بانفعالاته وانفعالات الآخرين، وبالتالي القدرة على حل المشكلات والتغلب على الصعوبات.

وأوضح (إسماعيل صالح الفرة، وزهير عبد الحميد النواجحة، ٢٠١٢: ٨٠ - ٨١) أن هناك علاقة ارتباطية بين جودة الحياة والذكاء الوجداني، فكلما كان الفرد على مستوى عال من الذكاء الوجداني كلما كان يتمتع بجودة حياة مرتفعة، فالذكاء الوجداني هو بوابة المشاعر الإيجابية، ومفتاح تحقيق السعادة الحقيقية، ويعمل على امتصاص الآثار السلبية للانفعالات العاصفة التي من شأنها زعزعة استقرار الفرد، وهو من أهم وأفضل العوامل المحددة لإدراك جودة الحياة، فالشعور بالطمأنينة، والسعادة، والتوافق، وتقدير الذات، وجميعها من محددات ومظاهر جودة الحياة، لن تتحقق بدون توافر مهارات الذكاء الوجداني، ويرى (Schutte, 2006: 45) أنه كلما كان الفرد على درجة مرتفعة من الذكاء الوجداني كلما أدى ذلك إلى إحساسه بالتفاؤل والسعادة والاستمتاع بالحياة؛ وعلى العكس كلما كان الفرد على درجة منخفضة من الذكاء الوجداني كلما كان أكثر شعوراً بالاكتئاب والتشاؤم، وأقل تحملاً لمواجهة الضغوط الحياتية؛ وأقل تقديراً لذاته مما يؤدي إلى تدعيم التوقعات السالبة نحو ذاته وبيئته.

#### الدراسات السابقة:

مما لا شك فيه أن العلم نتاج لتلك السلسلة المتتابعة من نتائج الدراسات التي ترصد الظواهر المختلفة، ولهذا فإن الدراسة الحالية تبدأ من حيث انتهت الدراسات السابقة التي تناولت

بعض مظاهر السلوك الإنساني الإيجابي التي قامت بعرض الذكاء الوجداني وجودة الحياة، ولعل عرض ما توصلت إليه البحوث والدراسات السابقة هنا يوضح موقع الدراسة الحالية، وقد يطرح تساؤلات لم تجب عنها تلك الدراسات، وقد تم التركيز في تحليل هذه الدراسات على متغيرات الدراسة. وجاءت الدراسات مرتبة حسب أقدميتها بالنسبة للمتغيرات، وبهذا فقد انتظمت الدراسات السابقة على النحو الآتي:

#### أولاً: دراسات تناولت الذكاء الوجداني

دراسة مُجَّد إبراهيم جودة(١٩٩٩) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين مكونات الذكاء الوجداني ووجهة الضبط لدى طلاب الجامعة، وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الأبعاد السبعة للذكاء الوجداني لصالح الإناث.

دراسة "سحر فاروق عبد المجيد علام" (٢٠٠١) التي هدفت إلى تقييم مدى فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات الجامعة، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية على المعدل الإجمالي لمقياس الذكاء الوجداني ووجود فروق في متغير الجنس لصالح الإناث.

دراسة فوقية راضي (٢٠٠١) والتي هدفت إلى تحديد ما إذا كانت هناك فروق في عوامل الذكاء الوجداني بين الجنسين من طلاب الجامعة، وأسفرت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في عوامل الذكاء الوجداني لصالح الإناث.

دراسة سيروشي وآخرون (Ciarrochi, et al., 2001) على عينة من المراهقين، وقد أسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في أبعاد التعبيرات الانفعالية، والمهارات الاجتماعية، والتحكم في الانفعالات لصالح الإناث.

دراسة إسماعيل إبراهيم بدر (٢٠٠٢) وقد كشفت النتائج عن أن الفروق بين الجنسين كانت دالة إحصائياً في الذكاء الانفعالي لصالح الذكور.

دراسة كارونيو ونيكول (Charbonneau & Nicol, 2002) التي أكدت نتائجها وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في الذكاء الانفعالي لصالح الإناث.

دراسة عبد المنعم الدردير (٢٠٠٢) والتي هدفت إلى التعرف على أثر كل من

الجنس (ذكور/ إناث) في الذكاء الوجداني، وأبانت الدراسة وجود تأثير للتخصص والنوع على الذكاء الوجداني لصالح الإناث.

دراسة عبد العال عجوة (٢٠٠٢) والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني والذكاء المعرفي، والتحصيل الدراسي، والتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق بين الذكاء الوجداني والجنس لصالح الإناث.

دراسة رشاد موسي، سهام الطحان (٢٠٠٣) والتي هدفت إلى الكشف عن الفروق في بعض المتغيرات النفسية والخصائص الابتكارية بين الأفراد مرتفعي ومنخفضي الذكاء الوجداني، وأسفرت الدراسة عن وجود أثر دال للجنس في الذكاء الوجداني لصالح الذكور.

دراسة عبدالحلي محمود، ومصطفى مُجد (٢٠٠٤) وهدفت إلى فحص العلاقة بين الذكاء الوجداني وبعض المتغيرات الشخصية المعرفية (الذكاء العقلي التقليدي)، واللامعرفية (سمات الشخصية)، وأظهرت النتائج وجود تأثير دال إحصائياً لمتغير الجنس على الذكاء الوجداني لصالح الإناث.

دراسة هارود وسشير (Harrod & SCher, 2005) والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني وبعض المتغيرات الديموغرافية، وأسفرت عن وجود فروق دالة إحصائياً في الذكاء الوجداني تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث.

دراسة فاتن فاروق عبد الفتاح (٢٠٠٥) والتي أشارت نتائجها إلى وجود فروق بين الجنسين في الذكاء الوجداني لصالح الذكور.

دراسة كاتتيال وأواشي (Katyal & Awasthi, 2005) على عينة من المراهقين، وقد توصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في الذكاء الانفعالي لصالح الإناث.

دراسة مجدي فرغلي مُجد حسن (٢٠٠٥) والتي هدفت إلى الكشف عن علاقة الذكاء الوجداني ببعض المتغيرات النفسية (الذكاء العام، الذكاء اللفظي، الذكاء العملي، الدوجماتية، الاكتئاب) وأبانت الدراسة وجود فروق بين الذكور والإناث على كافة متغيرات البحث لصالح الذكور.

دراسة علي علي مفتاح (٢٠٠٥) والتي هدفت إلى معرفة الفروق في مستويات الذكاء الوجداني وفقاً لمتغير النوع والعمر، وأسفرت نتائجها عن وجود فروق دالة تبعاً لمتغير الجنس في

الذكاء الوجداني على بُعد التحكم في الضغوط، والذكاء الشخصي والاجتماعي لصالح الذكور، وفي أبعاد تحقيق الذات، والتعاطف، والمرونة، وحل المشكلات، والتفاوض لصالح الإناث.

دراسة حسين أحمد حسان مُجَّد (٢٠٠٥) التي هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني ونوعية الطموح والرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، وأوضحت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث وطلاب الفرقة الثانية والرابعة وطلاب كليتي التربية والعلوم في الذكاء الوجداني لصالح الذكور.

دراسة رشا الديدي (٢٠٠٥) التي هدفت إلى فحص العلاقة بين الذكاء الانفعالي بأبعاده المختلفة واضطرابات الشخصية، وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في متوسط درجات مقياس المشاركة الوجدانية، ومعالجة العلاقات الشخصية المتبادلة لصالح الإناث، بينما كانت الفروق في المجموع الكلي لهذا المقياس لصالح الذكور.

دراسة زهير النواجحة (٢٠٠٦) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين الذكاء الوجداني والتفكير الابتكاري، وأسفرت الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائية بين الطلبة والطالبات على مقياس الذكاء الوجداني لصالح الطالبات.

دراسة أحلام حسن محمود (٢٠٠٦) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي وكل من التحصيل الدراسي والجنس والأسلوب المعرفي، وتوصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقاً لمتغير الجنس في الذكاء الوجداني لصالح الذكور.

دراسة جابر مُجَّد عبدالله (٢٠٠٦) التي حيث اهتمت بدراسة الفروق في الذكاء الوجداني وفقاً لمتغير الجنس والتخصص الأكاديمي (أدبي- علمي) والتفاعل بينهما، وأسفرت الدراسة عن وجود علاقة بين التخصص والذكاء الوجداني في الدرجة الكلية، وكانت الفروق لصالح الذكور في بُعد التحكم في الانفعالات، ولصالح الإناث في بعدي التعاطف والمهارات الاجتماعية، وأبانت الدراسة عدم وجود فروق بين الجنسين على باقي الأبعاد لمقياس الذكاء الوجداني.

دراسة طارق نور الدين أحمد (٢٠٠٧) التي اهتمت بدراسة الفروق في الذكاء الوجداني وفقاً لمتغير الجنس والتخصص الأكاديمي (أدبي- علمي) والتفاعل بينهما، وأوضحت الدراسة أن هناك فروقاً دالة إحصائية بين الذكور والإناث في جميع أبعاد الذكاء الوجداني لصالح الإناث.

دراسة بارعة مُجَّد نجاح (٢٠٠٧) التي اهتمت بفاعلية برنامج إثرائي لتعلم مهارات الذكاء

الوجداني في تنمية مهارات التفكير الإبداعي والمهارات الاجتماعية والتحصیل الدراسي، وأسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث على مقياس الذكاء الوجداني القبلي والبعدي لصالح الذكور.

دراسة خالد عبد القادر يوسف أحمد (٢٠٠٧) والتي هدفت إلى الكشف عن مستوى المهارات الاجتماعية والوجدانية لدى طلاب الجامعة ومدى توظيف هذه المهارات في حياتهم، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً على مقياس الذكاء الوجداني لصالح القياس البعدي ووجود فروق تبعا لمتغير الجنس لصالح الإناث.

دراسة محمد محمد عباس وجلييلة عبد المنعم (٢٠٠٧) التي هدفت إلى تقديم إستراتيجية لقياس الذكاء الانفعالي تعتمد على التقدير الذاتي والتعرف على توزيع بيانات الطلاب في الذكاء الانفعالي في حالة استخدام كل مهارة من مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي، وأسفرت النتائج عن وجود فروق بين الذكور والإناث في الذكاء الانفعالي، كما كانت الفروق لصالح الذكور في الذكاء الانفعالي المقدر باستخدام التعبير الاجتماعي، كما وجدت فروق في الذكاء الانفعالي لصالح الإناث باستخدام الضبط الاجتماعي.

دراسة ليلى عبد الله المزروع (٢٠٠٧) بعنوان " علاقة هوية الأنا بفاعلية الذات و الذكاء العاطفي لدى عينة من المراهقات"، وقد هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين هوية الأنا وكل من فاعلية الذات، والذكاء العاطفي، وأسفرت أهم نتائج الدراسة عن التالي: وجود ارتباط إيجابي ذي دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٠١) بين درجات هوية الأنا وكل من درجات فاعلية الذات، والذكاء العاطفي، ووجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط كل من درجات فاعلية الذات والذكاء العاطفي للطالبات الموهوبات، والعاديات، لصالح الموهوبات.

دراسة عبد العظيم سليمان المصدر (٢٠٠٨) بعنوان " الذكاء العاطفي وعلاقته ببعض المتغيرات العاطفية لدى طلبة الجامعة"، والتي استهدف دراسة العلاقة بين الذكاء العاطفي ومجموعة من المتغيرات العاطفية، وقد توصل الباحث إلى مجموعة من النتائج؛ أهمها: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الذكاء العاطفي لصالح الذكور.

دراسة هوبكنز (Hopkins, 2008) التي هدفت إلى التعرف على الفروق بين الجنسين في الذكاء الانفعالي والذكاء الاجتماعي والنجاح في الأداء، حيث أسفرت عن وجود فروق بين

الجنسين (الذكور والإناث) من حيث استجابتهما على مقياس الذكاء الوجداني، وقد وجد أن الإناث أكثر نجاحاً من حيث العلاقات الاجتماعية والعمل الجماعي، في حين أن الذكور تفوقوا على الإناث في الثقة بالنفس والإنجاز والقيادة.

دراسة عدنان محمد القاضي (٢٠١٠) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الذكاء الوجداني ومستوى الاندماج الجامعي، وتوصلت إلى أن هناك فروقاً في بعض مكونات الذكاء الوجداني بين الذكور والإناث لصالح الإناث وبخاصة في المهارات البيئشخصية، بينما يتفوق الذكور على الإناث في بُعد إدارة الضغوط.

دراسة مفتاح محمد عبدالرحمن (٢٠١١) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الذكاء الوجداني وبعض مهارات التفكير العلمي ومدى العلاقة بينهما، وأوضحت النتائج أن هناك فروقاً بين الجنسين في مكونات الذكاء الوجداني لصالح الإناث.

دراسة رشا باهر السعيد (٢٠١١) التي هدفت إلى وصف العلاقة الارتباطية بين الذكاء الوجداني والتوافق النفسي؛ حيث أسفرت النتائج وجدت فروق بين الذكور والإناث في بُعدي التعاطف مع الآخرين وإدارة الوجدان، أما بُعد فهم الوجدان وإدراكه وبعد المهارات الاجتماعية والدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني فوجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين لصالح الذكور.

دراسة أمل محمد السيد (٢٠١٤) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين الذكاء الوجداني والأسلوب المعرفي والمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، كما هدفت إلى معرفة الفروق الفردية بين الجنسين في مكونات الذكاء الوجداني، وتوصلت إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات الطلاب الذكور والإناث على مقياس الذكاء الوجداني لصالح الإناث.

دراسة ابتسام غافل زايد العدواني (٢٠١٤) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين مكونات الذكاء الوجداني وبعض المتغيرات الشخصية مثل (القلق الاجتماعي، الخجل، الحرج الموقف، ومفهوم الذات) ودلت النتائج على وجود تفاعل بين الجنسين (ذكور/ إناث) في مكونات الذكاء الوجداني لصالح الإناث.

دراسة عمر محمد رسلان (٢٠١٤) التي هدفت إلى معرفة أثر برنامج تدريبي لمهارات التفكير الابتكاري في تنمية الذكاء الانفعالي والتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة، وأسفرت النتائج عن



وجود فروق ذات دلالة بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس الذكاء الانفعالي في التطبيق القبلي والبعدي وفروق بين الجنسين لصالح الإناث.

دراسة سعدة علي خليفة (٢٠١٤) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الذكاء الوجداني لدى الذكور والإناث من طلبة الجامعة، كذلك معرفة الفروق بين الجنسين من طلبة الجامعة على مقياس الذكاء الوجداني والدافع للإنجاز، وأسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث من طلبة الجامعة على مقياساً الذكاء الوجداني ومقياس التفكير الابتكاري لصالح الإناث. **ثانياً: دراسات تناولت جودة الحياة لدى طلاب الجامعة.**

كما أجرى روثمان وآخرون (Roothman et al., 2003) دراسة هدفت إلى التعرف على الفروق بين الجنسين في جودة الحياة. تكونت عينة الدراسة من (٣٧٨) مفحوصاً. استخدم الباحثون مقياس جودة الحياة. وأوضحت النتائج أنه لا توجد فروق بين الجنسين في جودة الحياة.

وقد قام جافالا (Gavala, 2005) بدراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين إدراك الضغوط وعدم الارتياح في البيئة الجامعية والاستمتاع، والدافعية الأكاديمية، وجودة الحياة. تكونت عينة الدراسة من (١٢٢) طالباً وطالبة جامعياً. استخدم الباحث مقياس القدرة على إدراك الضغوط، ومقياس الدافعية الأكاديمية، ومقياس جودة الحياة. وأوضحت نتائج الدراسة وجود فروق احصائية دالة بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في جودة الحياة لصالح الذكور.

كما قام (مجدي عبد الكريم حبيب، ٢٠٠٦) بدراسة هدفت إلى تحديد معدلات تحقيق أبعاد جودة الحياة. تكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالب وطالبة بالصف الثالث الثانوي بمنطقة الباطنة جنوب سلطنة عمان. استخدم الباحث مقياس جودة الحياة. وأوضحت نتائج الدراسة أن استخدام تقنيات المعلومات يساعد على تحقيق جودة الحياة لدى الطلاب، كما وأوضحت النتائج وجود فروق دالة إحصائية في جودة الحياة وفقاً لمُتغيّر " الجنس وذلك لصالح الذكور.

أجرى (عبد الحميد سعيد حسن وآخرين، ٢٠٠٦) دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى جودة الحياة، والضغوط النفسية، ومقاومتها لطلبة الجامعة، واختلافها تبعاً للجنس. تكونت عينة الدراسة من (١٨٣) طالب وطالبة من طلاب جامعة السلطان قابوس. استخدم الباحثون مقياس جودة الحياة، ومقياس للضغوط النفسية. وأوضحت نتائج الدراسة وجود فروق بين الجنسين في مستوى جودة الحياة في اتجاه الذكور.

وأجرى (كاظم كريدي خلف، ٢٠٠٦) دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى إحساس طلبة كليات التربية بجودة الحياة، وكذلك التعرف على الفروق بين الطلبة في مدى الإحساس بجودة الحياة وفقاً لمتغير الجنس. تكونت عينة الدراسة من (١٩٨) طالباً وطالبة. استخدم الباحث مقياس جودة الحياة. أوضحت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في جودة الحياة لصالح الذكور.

أجرى (علي مهدي كاظم، وعبد الخالق نجم، ٢٠٠٧) هذه الدراسة للتعرف على جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانيين والليبيين، وذلك لدى عينة مكونة من (٤٠٠) طالب وطالبة من طلاب الجامعة، مُقسّمون إلى (١٨٢) طالباً لیبياً، ٢١٨ طالباً عُمانياً). استخدم الباحثان مقياس جودة الحياة. أوضحت النتائج وجود فروق بين الذكور والإناث في جودة الحياة، وقد كانت هذه الفروق لصالح الذكور.

أجرى يجراس ولي (Yu Grace & Lee, 2008) هذه الدراسة للتعرف على جودة الحياة لدى عينة من الطلاب الكوريين، وذلك لدى عينة مكونة من (٢٢٨) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة. استخدم الباحثان مقياس جودة الحياة. أوضحت نتائج الدراسة وجود عدة عوامل ذات أثر دال على القدرة على التنبؤ بجودة الحياة ووجود فروق دالة في جودة الحياة لصالح الطلاب. وأجرى (شاهر خالد سليمان، ٢٠٠٨) دراسة هدفت إلى التعرف على جودة الحياة لدى طلاب جامعة تبوك. تكونت عينة الدراسة من (٦٤٩) طالباً وطالبة جامعياً. استخدم الباحث مقياس جودة الحياة. أوضحت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في جودة الحياة لصالح الطلاب.

أجرى زكي (Zaki, 2008) دراسة هدفت إلى التعرف على جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب جامعة أصفهان بإيران، وذلك لدى عينة مكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة من طلاب الجامعة. استخدم الباحث مقياس جودة الحياة، ومقياس تقدير الذات. أوضحت نتائج الدراسة وجود فروق إحصائية دالة بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في جودة الحياة، لصالح الذكور.

وقام (بخوش نورس، ٢٠١٥) دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى جودة الحياة ومستوى الصحة النفسية لدى طلاب و طالبات جامعة زيان بالجزائر، تكونت عينة الدراسة من (١٠٠)

طالب وطالبة من طلاب الجامعة، استخدم الباحث مقياس جودة الحياة، وأوضحت نتائج الدراسة وجود مستوى متدن من جودة الحياة الجامعية لدى طالبات الجامعة.

وأجرى (أحمد فكري بهنساوي، ٢٠١٥) دراسة هدفت إلى التعرف على دلالة الفروق في جودة الحياة لدى طلاب جامعة بني سويف في ضوء متغيري الجنس والتخصص، وتكونت عينة البحث من (١٨٠) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة بني سويف، استخدم الباحث، ومقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة، وأوضحت النتائج وجود فروق في جودة الحياة بين الإناث والذكور لصالح الذكور.

وقامت (مروة صلاح محمود، ٢٠١٧) بدراسة هدفت إلى التعرف على الفروق بين طلاب الجامعة تبعاً لمستويات الإحساس بجودة الحياة وفقاً لمتغيرات الدراسة، وتم إختيار عينة الدراسة الأساسية (٤٨٠) طالبا وطالبة، وأوضحت النتائج وجود فروق احصائية دالة بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في جودة الحياة لصالح الطلاب.

ثالثاً: دراسات تناولت العلاقة بين جودة الحياة والذكاء الوجداني.

أجرت (حكمت عبد الله نصيف، ٢٠٠١) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الالتزام الديني كأحد أبعاد جودة الحياة والذكاء الوجداني. تكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالب وطالبة من طلاب جامعة صنعاء. وأوضحت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث وجودة الحياة، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الالتزام الديني كأحد أبعاد جودة الحياة والذكاء الوجداني.

أجرى اكسترام (Extremera , 2002) دراسة هدفت إلى التعرف على جودة الحياة وعلاقتها بالذكاء الوجداني. تكونت عينة الدراسة من (٩٩) مفحوصاً. استخدم الباحث مقياس جودة الحياة، ومقياس الذكاء الوجداني. وأوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الحياة والذكاء الوجداني.

أجرى فارنهام (Furnham , 2003) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين السعادة كأحد أبعاد جودة الحياة والذكاء الوجداني. تكونت عينة الدراسة من (٨٨) طالب وطالبة من طلاب الجامعة. استخدم الباحث مقياس السعادة، ومقياس الذكاء الوجداني. وأوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين السعادة كأحد أبعاد جودة الحياة والذكاء الوجداني.

أجرى فريش وآخرون (Firsch et al., 2005) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الشعور بالسعادة وجودة الحياة وبين الذكاء الوجداني. تكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) مفحوص. استخدم الباحثون مقياس الشعور بالسعادة، ومقياس جودة الحياة، ومقياس الذكاء الوجداني. أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الحياة والذكاء الوجداني والسعادة النفسية.

كما أجرى أوستين وآخرون (Austin et al., 2006) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الشخصية والسعادة كأحد أبعاد جودة الحياة والذكاء الوجداني. تكونت عينة الدراسة من (٥٠٠) مفحوصاً من كندا. استخدم الباحثون مقياس الشخصية، ومقياس السعادة النفسية، ومقياس الذكاء الوجداني. أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين السعادة كأحد أبعاد جودة الحياة والذكاء الوجداني، كما أوضحت نتائج الدراسة أنه يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من خلال الذكاء الوجداني.

وقامت (صفاء أحمد عجاجة، ٢٠٠٧) بدراسة هدفت إلى التعرف على جوده الحياة وعلاقتها بالذكاء الوجداني. تكونت عينة الدراسة من (٢٩٧) طالب وطالبة من طلاب الجامعة. استخدمت الباحثة مقياس جودة الحياة، ومقياس الذكاء الوجداني. أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الحياة والذكاء الوجداني.

وأجرى (منصور السيد كامل، ٢٠٠٧) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين جودة الحياة والذكاء الانفعالي وسمة ما وراء المزاج، وكذلك التعرف على الفروق بين الجنسين في جودة الحياة. تكونت عينة الدراسة من (٤٠٣) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية بالعرش جامعة قناة السويس. استخدم الباحث مقياس جودة الحياة، مقياس الذكاء الانفعالي، مقياس سمة ما وراء المزاج. أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الحياة والذكاء الانفعالي، كما أوضحت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث في جودة الحياة لصالح الذكور.

وأجرى (نجاح السميري، ٢٠١٠) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين المساندة الاجتماعية كأحد أبعاد جودة الحياة والأمن النفسي والذكاء الوجداني، وكذلك التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في هذه المتغيرات. تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) مفحوصاً، أوضحت

النتائج وجود فروق بين الذكور والإناث في جودة الحياة والأمن النفسي لصالح الإناث، كما أوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المساندة الاجتماعية كأحد أبعاد جودة الحياة والأمن النفسي والذكاء الوجداني.

كما أجرى (إسماعيل صالح الفراء، وزهير عبد الحميد النواجحة، ٢٠١٢) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني، وجودة الحياة، والتحصيل الأكاديمي، لدى عينة مكونة من (٣٠٠) طالب وطالبة من طلاب جامعة القدس المفتوحة بمنطقة خان يونس التعليمية، وقام الباحثان بإعداد مقياسين للدراسة هما (الذكاء الوجداني، ومقياس جودة الحياة)، أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء الوجداني وجودة الحياة والتحصيل الأكاديمي.

وأجرى (سعد رزق مرزوق، ٢٠١٥) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين جودة الحياة والذكاء الوجداني. تكونت عينة الدراسة من (١٣٦) مرشداً طلابياً ممن يعملون بالمدارس الحكومية بينبع. استخدم الباحث مقياس جودة الحياة، ومقياس الذكاء الوجداني. أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الحياة والذكاء الوجداني، كما أوضحت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في جودة الحياة والذكاء الوجداني لصالح الإناث، كما أوضحت النتائج أن الذكاء الوجداني يسهم في التنبؤ بجودة الحياة لصالح الذكور.

وأجرى (مُحَمَّد عبد الله على، ٢٠١٥) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين جودة الحياة والأمن النفسي والذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة. تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالب وطالبة من طلاب جامعة الدمام. استخدم الباحث مقياس الأمن النفسي، ومقياس جودة الحياة، أوضحت النتائج أنه توجد فروق إحصائية دالة بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في جودة الحياة والأمن النفسي لصالح الذكور، وكذلك توجد علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الحياة والأمن النفسي والذكاء الوجداني.

### تعقيب عام على الدراسات السابقة

يلاحظ الباحث بعد عرض الدراسات السابقة الخاصة بالذكاء الوجداني أنه قد اختلف مفهوم الذكاء الوجداني لدى الباحثين كما كانت عينات هذه الأبحاث من أماكن مختلفة وكذلك اختلفت الأدوات المستخدمة في هذه الأبحاث كما اختلفت أيضا نتائجها، فقد اتفقت نتيجة بعض الدراسات إلى أن الطالبات أعلى في الذكاء الوجداني من الطلاب؛ مثل دراسة مُجَّد إبراهيم جودة(١٩٩٩)، سحر فاروق عبد المجيد علام (٢٠٠١)، فوقية راضي (٢٠٠١)، سيروشى وآخرون (٢٠٠١)،(Ciarrochi, et al., 2001)،(Charbonneau & Nicol, 2002)، عبد المنعم الدردير (٢٠٠٢)، عبد العال عجوة (٢٠٠٢)، عبدالحى محمود، ومصطفى مُجَّد (٢٠٠٤)،(Harrods & SCher, 2005)،(Katyal & Awasthi, 2005)، علي علي مفتاح (٢٠٠٥)، زهير النواجحة (٢٠٠٦)، طارق نور الدين أحمد (٢٠٠٧)، خالد عبد القادر يوسف أحمد (٢٠٠٧)،(Hopkins (2008)، مفتاح مُجَّد عبدالرحمن (٢٠١١)، عدنان مُجَّد القاضي (٢٠١٢)، أمل مُجَّد السيد (٢٠١٤)، ابتسام غافل زايد العدواني (٢٠١٤)، عمر مُجَّد رسلان (٢٠١٤)، سعدة علي خليفة (٢٠١٤)، كما اختلفت نتائج بعض الدراسات الأخرى والتي توصلت إلى أن الطلاب أعلى في الذكاء الوجداني من الطالبات مثل دراسة كل من إسماعيل إبراهيم بدر (٢٠٠٢)، رشاد موسى، سهام الطحان (٢٠٠٣)، فاتن فاروق عبد الفتاح (٢٠٠٥)، مجدي فرغلي مُجَّد حسن (٢٠٠٥)، حسين أحمد حسان مُجَّد (٢٠٠٥)، رشا الديدي (٢٠٠٥)، أحلام حسن محمود (٢٠٠٦)، بارعة مُجَّد نجاح (٢٠٠٧)، عبد العظيم سليمان المصدر (٢٠٠٨)، رشا باهر السعيد (٢٠١١)

كما يلاحظ الباحث بعد عرض الدراسات السابقة بجودة الحياة أنه قد اختلف مفهوم جودة الحياة لدى الباحثين، كما كانت عينات هذه الدراسات من أماكن مختلفة، وكذلك اختلفت الأدوات المستخدمة في هذه الدراسات، كما اختلفت نتائجها. فقد انتهت نتائج بعض الدراسات إلى أن الطالبات أعلى في جودة الحياة من الطالبات مثل دراسة( Gavala, 2005)،(مجدي عبد الكريم حبيب، (٢٠٠٦)،(عبد الحميد سعيد حسن وآخرين، (٢٠٠٦)،(كاظم كريدي خلف، (٢٠٠٦)،(علي مهدي كاظم،(عبد الخالق نجم، (٢٠٠٧)،(Yu Grace & Lee, 2008)،(شاهر خالد سليمان، (٢٠٠٨)،(بخوش نورس، (٢٠١٥)،(أحمد فكرى بجنساوي، (٢٠١٥)،

(مروة صلاح محمود، ٢٠١٧).

في حين انتهت نتائج دراسات أخرى إلى عدم وجود فروق بين الطلبة والطالبات مثل دراسة (Roothman et al., 2003)، (حكمت عبد الله نصيف، ٢٠٠١) كما انتهت بعض الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الوجداني وجودة الحياة مثل دراسة (Roothman et al., 2003)، (حكمت عبد الله نصيف، ٢٠٠١)، (نجاح السميري، ٢٠١٠)، (مُجد عبد الله على، ٢٠١٥)، (Extremera , 2002)، (Furnham , 2003)، (Firsch et al., 2005)، (Austin et al., 2006)، (صفاء أحمد عجاجة، ٢٠٠٧)، (منصور السيد كامل، ٢٠٠٧)، (إسماعيل صالح الفرا، وزهير عبد الحميد النواجحة، ٢٠١٢)، (سعد رزيق مرزوق، ٢٠١٥)

أما الدراسة الحالية فقد أجريت على عينة من طلبة وطالبات قسم علم النفس كلية الآداب جامعة المنصورة وهذا ما لم تتطرق إليه أي من الدراسات السابقة في العينة كذلك أن الأدوات المستخدمة في هذا البحث من اعداد الباحث أي انها لم تستخدم في أي من الدراسات السابقة المعروضة أما نتائج هذه الدراسة فقد اتفقت واختلفت مع بعض نتائج الدراسات السابقة المعروضة وذلك ما ستوضحه نتائج الدراسة الحالية.

#### فروض الدراسة:

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة والطالبات من (كلية الآداب جامعة المنصورة) في الذكاء الوجداني.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة والطالبات من (كلية الآداب جامعة المنصورة) في جودة الحياة.
- ٣- توجد علاقة ارتباطية بين الذكاء الوجداني وجودة الحياة لدى عينة من طلبة وطالبات كلية الآداب جامعة المنصورة.

#### منهج الدراسة:

استخدم الباحث المنهج الوصفي المقارن الارتباطي؛ حيث إنه ملائم لموضوع الدراسة؛ من حيث معرفة الفروق بين طلاب وطالبات الجامعة، وكذلك لمعرفة العلاقة الارتباطية بين الذكاء الوجداني وجودة الحياة وتفسير النتائج التي توصل إليها الباحث.

### عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالباً وطالبة من كلية الآداب قسم علم النفس بواقع (٥٠) طالباً و(٥٠) طالبة وتم اختيار العينة من الفرقة الرابعة بالطريقة العشوائية وكان متوسط أعمارهم ما بين (٢١-٢٣) بمتوسط عمري (٢٢) وانحراف معياري (١.١).

### أدوات الدراسة:

١- مقياس الذكاء الوجداني (اعداد الباحث)

٢- مقياس جودة الحياة (اعداد الباحث)

### (١) مقياس الذكاء الوجداني (اعداد الباحث)

قام الباحث بالاطلاع على التراث السيكولوجي المتاح في مجال الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة المتمثل في تعريفاته وأسبابه ثم قام الباحث بعمل تحليل محتوى ومضمون وتم عمل التكرارات واستبعدت المضامين التي حصلت على ثلاث تكرارات فأقل. وراع الباحث أن يكون عدد العبارات مناسباً لعدد التكرارات بمعنى أن المضمون الذي حصل على أعلى التكرارات أخذ أكبر عدد من العبارات ثم الذي يليه فالذي يليه وهكذا، كما راع الباحث ان تكون عبارات المقياس واضحة ومفهومة ومباشرة وقصيرة ولا تحمل أكثر من معنى وقد تكون المقياس في صورته النهائية من (٣٠) عبارة تقيس الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة.

### طريقة تصحيح مقياس الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة:

يتكون المقياس من (٣٠) عبارة وتوزع الإجابات من ثلاث درجات على الإجابة (نعم) ودرجتين (أحياناً) ودرجة واحدة للإجابة (لا) ثم تجمع في النهاية الدرجات التي حصل عليها المفحوص لنحصل على الدرجة الكلية التي حصل عليها في المقياس وتتراوح مدى الدرجات على مقياس الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة من (٣٠ - ٩٠) وتمثل الدرجة حتى (٤٥) وجود ذكاء وجداني منخفض بينما تمثل الدرجة من (٤٦ - ٩٠) وجود ذكاء وجداني مرتفع ويعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص في مقياس الذكاء الوجداني المستخدم في هذه الدراسة.

### صدق المقياس:

### ١- الصدق التلازمي (المحك):

استخدم الباحث مقياس الذكاء الوجداني. السيد ابراهيم السمدوني ٢٠٠٥ كمحك



لاختبار مقياس الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة الذى أعده الباحث، وبعد تطبيق المقياسين على عينة من غير عينة الدراسة، أشارت النتائج إلى أن معاملات الارتباط بين المقياسين دالة عند مستوى (٠.٠١) وهو ما يدل على تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الصدق.  
ثبات المقياس:

استخدم الباحث طريقة التجزئة النصفية حيث قام الباحث بتجزئة الاختبار إلى نصفين العبارات الفردية مقابل العبارات الزوجية وتم حساب معامل الارتباط بين العبارات الفردية والعبارات الزوجية داخل المقياس وذلك باستخدام معامل الارتباط بيرسون للدرجات الخام كما يتضح من الجدول التالي:

جدول (١) معامل ثبات المقياس عن طريق التجزئة النصفية.

معامل الثبات	معامل ارتباط الجزئين
٠.٩٢	٠.٩٤

يتضح من الجدول السابق أن معامل ثبات المقياس عن طريق التجزئة النصفية مرتفع. (فؤاد

البيهي السيد، ٢٠٠٦: ٣٢١)

#### أ- الثبات بطريقة ألفا- كرونباخ Alpha:

تم حساب معامل ألفا- كرونباخ للمقياس الكلي وبلغت قيمته (٠.٧٨) وهذا دليل كافٍ على أن مقياس الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة يتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (٢) معامل ألفا- كرونباخ لمقياس الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة

معامل ألفا- كرونباخ	المقياس
٠.٧٨	الذكاء الوجداني

#### (٢) مقياس جودة الحياة (اعداد الباحث)

قام الباحث بالاطلاع على التراث السيكولوجى المتاح في مجال جودة الحياة لدى طلاب الجامعة المتمثل في تعريفاته وأسبابه ثم قام الباحث بعمل تحليل محتوى ومضمون وتم عمل التكرارات واستبعدت المضامين التي حصلت على ثلاث تكرارات فأقل. وراع الباحث أن يكون عدد العبارات مناسباً لعدد التكرارات بمعنى أن المضمون الذى حصل على أعلى التكرارات أخذ أكبر عدد من

العبارات ثم الذى يليه فالذى يليه وهكذا، كما راع الباحث ان تكون عبارات المقياس واضحة ومفهومة ومباشرة وقصيرة ولا تحمل أكثر من معنى وقد تكون المقياس في صورته النهائية من (٣٠) عبارة تقيس جودة الحياة لدى طلاب الجامعة.

#### طريقة تصحيح مقياس جودة الحياة لدى طلاب الجامعة:

يتكون المقياس من (٣٠) عبارة وتوزع الإجابات من ثلاث درجات على الإجابة (نعم) ودرجتين (أحياناً) ودرجة واحدة للإجابة (لا) ثم تجمع في النهاية الدرجات التي حصل عليها المفحوص لنحصل على الدرجة الكلية التي حصل عليها في المقياس وتتراوح مدى الدرجات على مقياس جودة الحياة لدى طلاب الجامعة من (٣٠ - ٩٠) وتمثل الدرجة حتى (٤٥) وجود جودة الحياة منخفضة بينما تمثل الدرجة من (٤٦ - ٩٠) وجود جودة الحياة مرتفعة وتعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص في مقياس جودة الحياة المستخدم في هذه الدراسة..

#### صدق المقياس:

##### ١- الصدق التلازمي (المحك):

استخدم الباحث مقياس (زينب شقير، ٢٠٠٩) كمحك لاختبار مقياس جودة الحياة لدى طلاب الجامعة الذي أعده الباحث، وبعد تطبيق المقياسين على عينة من غير عينة الدراسة، أشارت النتائج إلى أن معاملات الارتباط بين المقياسين دالة عند مستوى (٠.٠١) وهو ما يدل على تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الصدق.

#### ثبات المقياس:

استخدم الباحث طريقة التجزئة النصفية حيث قام الباحث بتجزئة الاختبار إلى نصفين العبارات الفردية مقابل العبارات الزوجية وتم حساب معامل الارتباط بين العبارات الفردية والعبارات الزوجية داخل المقياس وذلك باستخدام معامل الارتباط بيرسون للدرجات الخام كما يتضح من الجدول التالي:

جدول (٣) معامل ثبات المقياس عن طريق التجزئة النصفية.

معامل ارتباط الجزئين	معامل الثبات
٠.٩٣	٠.٩١

يتضح من الجدول السابق أن معامل ثبات المقياس عن طريق التجزئة النصفية مرتفع. (فؤاد

البهي السيد، ٢٠٠٦: ٣٢١)

الثبات بطريقة ألفا- كرونباخ Alpha:

تم حساب معامل ألفا- كرونباخ للمقياس الكلي وبلغت قيمته (٠.٧٩) وهذا دليل كافٍ على أن مقياس جودة الحياة لدى طلاب الجامعة يتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (٤) يبين معامل ألفا- كرونباخ لمقياس جودة الحياة لدى طلاب الجامعة

المقياس	معامل ألفا- كرونباخ
الذكاء الوجداني	٠.٧٩

الأساليب الإحصائية

استخدم الباحث بعض الأساليب الإحصائية المناسبة لموضوع البحث كالمتوسطات والانحرافات المعيارية واختبار ت (T-test) ومعامل ارتباط بيرسون. (فؤاد البهي السيد، ٢٠٠٦:

٣٢١)

نتائج الدراسة وتفسيرها:

نص الفرض الأول على: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة والطالبات من (كلية الآداب جامعة المنصورة) في الذكاء الوجداني.

وللتأكد من صحة هذا الفرض قام الباحث بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لعينة من طلاب الجامعة (كلية الآداب جامعة المنصورة) لمعرفة الفروق في الذكاء الوجداني بين الطلاب والطالبات، وذلك من خلال مقياس الذكاء الوجداني المستخدم في هذه الدراسة، ثم قام الباحث بحساب قيمة "ت" باستخدام اختبار T-test للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات درجات الطلاب والطالبات؛ حيث (ن = ١٠٠)، ويوضح الجدول الآتي هذه الفروق كما أسفرت عنه نتائج تطبيق مقياس الذكاء الوجداني.

جدول (٥) الفروق بين متوسطات درجات طلاب وطالبات الجامعة على مقياس الذكاء الوجداني

المقياس	طلاب الجامعة		طالبات الجامعة		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
	ن = ٥٠	ع	ن = ٥٠	ع			
الذكاء الوجداني	٤٢.٦٣	٣.٤٢	٧٤.٣٢	٥.١٧	٦.٢٧	٠.٠١	لصالح الطالبات

يتضح من الجدول السابق وجود فروق في متغير الذكاء الوجداني تعزى لنوع الجنس (طالب- طالبة) والفرق لصالح الطالبات؛ حيث كانت الفروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠.٠١) وبذلك يكون تحققت نتيجة الفرض الأول.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع ما أشار (طه عمر، ٢٠٠٨) من أن الطالبات تتمتعن بذكاء وجداني مرتفع وامتلاك عدد كبيراً من المهارات التي تزيد من احتمال نجاحهن في الحياة، وهذه المهارات اشتملت على: تقدير الذات المرتفع، والقدرة على مواجهة الضغوط النفسية، والقدرة على اتخاذ القرارات السليمة، وقوة الدافعية نحو الإنجاز، والقدرة على تنظيم الوقت، والالتزام بالأخلاقيات، والتعاطف مع الآخرين، والقدرة على تنظيم الانفعالات، وعدم الاستجابة للمثيرات العدوانية، والرغبة في التغيير. كما ترى (زندة رزق، ٢٠٠٦) أن مهارات الذكاء الوجداني تمكن الطالبات من تحقيق تكيف أكبر مع التحولات المفاجئة التي قد يتعرضن لها، كما أنها تعطي أفضل النتائج المرجوة إذا اهتم بها المعلمون داخل قاعات الدراسة، وهي تزيد من شعور الطالبة بقيمتها وأهميتها الذاتية وتساعد على حل الصراعات وبناء الجسور للتواصل مع الآخرين، كما أن الإناث ذوات الذكاء الوجداني المرتفع يتسمن بالتعبير عن مشاعرهن بصورة مباشرة، ويثقن في قدراتهن، والحياة بالنسبة لهن ذات معنى، وهن اجتماعيات غير متحفظات، ويستطعن التكيف مع الضغوط النفسية، ولهن القدرة على تكوين علاقات اجتماعية جيدة. كما أن الإناث اللاتي يتمتعن بذكاء وجداني مرتفع فيتسمن بالحسم والتعبير عن المشاعر بصورة مباشرة، وهن منفتحات على الخبرة الحسية، ومن النادر أن يشعرن بالذنب أو القلق. (دانيال جولمان، ٢٠٠٠).

كما ذكرت (أمل حبيب، ٢٠٠٩) أهم خصائص ذوي الذكاء الوجداني المرتفع، أنهم يتميزون بالصراحة والعلانية، ويتمتعون بشخصية متكاملة، ولديهم القدرة على القيادة، وهم واقعيون يتكيفون مع الواقع، ويمتلكون مهارات اجتماعية جيدة، ويتعاطفون مع الآخرين، ومثقفون ومهذبون

ومستقرون انفعالياً، ولديهم القدرة على تحديد ما ينبغي أن يفعل، ويتميزون بروح معنوية عالية وأشار(هشام الحناوي، ٢٠٠٠) إلى أن الإناث ذوي الذكاء الوجداني المرتفع يتصفن بالتوازن الاجتماعي والانطلاق والمرح، ولا يتعرضن لاجترار المخاوف والقلق، كما ولديهم قدرة عالية على الإخلاص للأشخاص والمبادئ، وتحمل المسؤولية، ويتسمن بالمظهر الأخلاقي. أما (مفتاح عبد الرحمن، ٢٠١١) فقد أوضح أن من علامات النضج الوجداني أيضاً ما يسمى بالخبرة الشعورية وهي التأمل أو الفكر الواعي بالخبرة الشعورية مقابل الإدراك السطحي لها، فالذكاء الوجداني يعد مفتاح النجاح في مختلف مناحي الحياة، فالأذكاء وجدانياً هم الأقدر على تحديد أهدافهم في الحياة والسعي والثابرة لأجل تحقيقها، وهم الأوفر حظاً للتفوق والتميز في مجالات الدراسة والعمل والحياة بشكل عام.

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع بعض الدراسات التي توصلت إلى أن الطالبات أعلى في الذكاء الوجداني من الطلاب؛ مثل دراسة مُجَّد إبراهيم جودة(١٩٩٩)، سحر فاروق عبد المجيد علام (٢٠٠١)، فوقية راضي (٢٠٠١)، سيروشي وآخرون (Ciarrochi, et al., 2001)، (Charbonneau & Nicol, 2002)، عبد المنعم الدردير (٢٠٠٢)، عبد العال عجيوة (٢٠٠٢)، عبدالحى محمود، ومصطفى مُجَّد (٢٠٠٤)، (Harrods & SCher, 2005)، (Katyal & Awasthi, 2005)، علي علي مفتاح (٢٠٠٥)، زهير النواجحة (٢٠٠٦)، طارق نور الدين أحمد (٢٠٠٧)، خالد عبد القادر يوسف أحمد (٢٠٠٧)، (Hopkins 2008)، مفتاح مُجَّد عبدالرحمن (٢٠١١)، عدنان مُجَّد القاضي (٢٠١٢)، أمل مُجَّد السيد (٢٠١٤)، ابتسام غافل زايد العدواني (٢٠١٤)، عمر مُجَّد رسلان (٢٠١٤)، سعدة علي خليفة (٢٠١٤).

كما اختلفت نتيجة هذا الفرض مع دراسة كل من إسماعيل إبراهيم بدر (٢٠٠٢)، رشاد موسي، سهام الطحان (٢٠٠٣)، فاتن فاروق عبد الفتاح (٢٠٠٥)، مجدي فرغلي مُجَّد حسن (٢٠٠٥)، حسين أحمد حسان مُجَّد (٢٠٠٥)، رشا الديدي (٢٠٠٥)، أحلام حسن محمود (٢٠٠٦)، بارعة مُجَّد نجاح (٢٠٠٧)، عبد العظيم سليمان المصدر (٢٠٠٨)، رشا باهر السعيد (٢٠١١)

ويرى الباحث بعد عرض ما سبق من دراسات سابقة وأطر نظرية أن هذه المرحلة الجامعية هي مرحلة ضغوط حياتية ومشكلات نفسية تتعلق بالإناث والذكور؛ حيث أن الضغط الأكثر في

هذه المرحلة يكون على الذكور أكثر من الإناث، لزيادة إحساسهم بقلق المستقبل وتحمل المسؤولية، وبالتالي تحد هذه الضغوط والمشكلات من الذكاء الوجداني لدى الذكور كما اتضح من نتائج تطبيق المقياس المستخدم في الدراسة.

**نص الفرض الثاني على: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة والطالبات من (كلية الآداب جامعة المنصورة) في جودة الحياة.**

وللتأكد من صحة هذا الفرض قام الباحث بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لعينة من طلاب الجامعة (كلية الآداب جامعة المنصورة) لمعرفة الفروق في جودة الحياة بين الطلاب والطالبات، وذلك من خلال مقياس جودة الحياة المستخدم في هذه الدراسة، ثم قام الباحث بحساب قيمة "ت" باستخدام اختبار T-test للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات درجات الطلاب والطالبات؛ حيث (ن = 100)، ويوضح الجدول الآتي هذه الفروق كما أسفرت عنه نتائج تطبيق مقياس جودة الحياة.

**جدول (٦) الفروق بين متوسطات درجات طلاب وطالبات الجامعة على مقياس جودة الحياة**

المقياس	طلاب الجامعة		طالبات الجامعة		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
	ع	م	ع	م			
جودة الحياة	٤٠.٧٥	٤٣.٢٢	٣.٣٥	٥.٢٩	٠.٠١	لصالح الطلاب	

يتضح من الجدول السابق أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث من طلاب الجامعة في جودة الحياة، وذلك لصالح طلاب الجامعة الذكور، وتُشير هذه النتيجة إلى تحقق صحة الفرض الثاني.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج بعض الدراسات السابقة مثل دراسة جافالا ( Gavala, 2005) والتي أوضحت نتائجها وجود فروق إحصائية دالة بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في جودة الحياة لصالح الذكور، و مع نتائج دراسة (مجدي عبد الكريم، ٢٠٠٦) والتي أوضحت نتائجها وجود فروق دالة إحصائية في جودة الحياة وفقاً لمتغيري " الجنس، والتخصص"، وذلك لصالح الذكور، و مع نتائج دراسة (عبد الحميد سعيد وآخرون، ٢٠٠٦) والتي أوضحت نتائجها وجود فروق بين الجنسين في مستوى جودة الحياة في اتجاه الذكور، و مع نتائج دراسة (كاسم

كريدي، ٢٠٠٦) والتي أوضحت نتائجها وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في جودة الحياة لصالح الذكور، ومع نتائج دراسة (علي مهدي، وعبد الخالق، ٢٠٠٧) والتي أوضحت نتائجها وجود فروق بين الذكور والإناث في جودة الحياة، وقد كانت هذه الفروق لصالح الذكور.

كما تتفق نتيجة هذا الفرض بصورة جزئية مع نتائج دراسة (شاهر خالد سليمان، ٢٠٠٨) والتي أوضحت نتائجها وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في جودة الحياة وقد كانت هذه الفروق لصالح الذكور في بعدى جودة الحياة الأسرية، وجودة الحياة النفسية، في حين كانت هذه الفروق لصالح الإناث في بعدى " جودة الحياة التعليمية، وإدارة الوقت " و مع نتائج دراسة زكي (Zaki, 2008) والتي أوضحت نتائجها وجود فروق احصائية دالة بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في جودة الحياة، لصالح الذكور، ومع نتائج دراسة (محمد عبد الله، ٢٠١٥) والتي أوضحت نتائجها أنه توجد فروق احصائية دالة بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في جودة الحياة والأمن النفسى لصالح الذكور.

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسة (أحمد فكرى، ٢٠١٥) والتي أوضحت نتائجها وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة بين الإناث والذكور لصالح الذكور، ومع نتائج دراسة (مروة صلاح، ٢٠١٧) والتي أوضحت نتائجها وجود فروق احصائية دالة بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في جودة الحياة لصالح الذكور.

في حين تختلف نتيجة هذا الفرض مع نتائج بعض الدراسات مثل دراسة (حكمت عبد الله، ٢٠٠١) والتي أوضحت نتائجها أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الالتزام الدينى وجودة الحياة ومع دراسة زانج ونورفيليتس (Zhang & Norvilitis, 2002) والتي أوضحت نتائجها أنه لا توجد فروق بين الجنسين في إدراك جودة الحياة، ودراسة روثمان وآخرون (Roothman et al., 2003) والتي أوضحت نتائجها أنه لا توجد فروق بين الجنسين في الإحساس بالتماسك، والرضا عن الحياة، ومع دراسة (رغداء علي، ٢٠١٢) والتي أوضحت نتائجها أنه لا توجد فروق بين الجنسين في جودة الحياة.

ويرى الباحث في ضوء نتيجة هذا الفرض أن وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في جودة الحياة لصالح الذكور، يُما يكون راجعاً إلى أن التنشئة الاجتماعية في المجتمعات العربية بصفة عامة والمصرية بصفة خاصة تعتمد على الذكور في قضاء

احتياجاتها، وتفرض عليهم تحمل الأعباء والمسئوليات، وأن يكون الأمر الناهي والمسيطر على كل شئون البيت والأسرة، وتدعم لديهم صفات الرجولة فهو الأساس والسند للوالدين كل هذه العوامل تجعل من الطلاب الذكور أكثر إدراكاً لوضعهم المعيشي، وأكثر إحساساً بالسعادة والرضا في ضوء ظروف الحياة الحالية، وما يتمتعون به من امتيازات اجتماعية نابعة من الثقافة التفضيلية للذكور عن الإناث، والتي تمنحهم مزيداً من الرفاهية والرضا والسعادة الحياتية والأكاديمية، والاستقلالية والإستمرارية في إقامة علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين.

الفرض الثالث: ينص على توجد علاقة ارتباطية بين الذكاء الوجداني وجودة الحياة لدى عينة من طلبة وطالبات كلية الآداب جامعة المنصورة.

جدول (٧): مُعامل الارتباط بين درجات المفحوصين على مقياس الذكاء الوجداني

وجودة الحياة " ومُستوى الدلالة.

الدرجة الكلية للذكاء الوجداني	الذكاء الوجداني
	جودة الحياة
٠.٨٩**	الدرجة الكلية لجودة الحياة

يتضح من جدول السابق أنَّ هُنَاك علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين الذكاء الوجداني و جودة الحياة عند مستوى (٠.٠١) وتُشير هذه النتيجة إلى تحقق صحة الفرض الثالث.

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع العديد من آراء بعض المتخصصين في علم النفس حيث يرى (ابراهيم مُجَّد، ٢٠٠٣) أن الذكاء الوجداني أفضل معايير الحكم على جودة الحياة في جميع أشكالها فهو سر من أسرار النجاح في الحياة، كما أوضح (سعد رزيق مرزوق، ٢٠١٥) أن هناك علاقة ارتباطية بين جودة الحياة والذكاء الوجداني، فالذكاء الوجداني ينتمي إلى الجوانب الايجابية في شخصية الفرد التي تؤثر في إدراكه لجودة حياته، فمستوى جودة الحياة يكون مرتفعاً لدى الفرد إذا تمتع بدرجة عالية من الذكاء الوجداني

كما يرى إسماعيل صالح الفر، وزهير عبد الحميد النواجحة، (٢٠١٢) أنه كلما كان الفرد على مستوى عال من الذكاء الوجداني كلما كان يتمتع بجودة حياة مرتفعة، فالذكاء الوجداني هو بوابه المشاعر الايجابية، ومفتاح تحقيق السعادة الحقيقية، ويعمل على امتصاص الآثار السلبية، وتتفق



نتيجة هذا الفرض مع (جابر عيسى، وربيح رشوان، ٢٠٠٦) حيث يروا أنه كلما كان الفرد على درجة مرتفعة من الذكاء الوجداني كلما أدى ذلك الى إحساسه بالتفاؤل والسعادة والاستمتاع بالحياة؛ وعلى العكس كلما كان الفرد على درجة منخفضة من الذكاء الوجداني كلما كان أكثر شعوراً بالاكتئاب والتشاؤم.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع بعض نتائج الدراسات السابقة مثل دراسة أكسترام (2002, Extremera) والتي أوضحت نتائجها وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الحياة والذكاء الوجداني ومع دراسة فارنهام (2003, Furnham) والتي أوضحت نتائجها وجود علاقة ارتباطية موجبة بين السعادة كأحد أبعاد جودة الحياة والذكاء الوجداني، و مع نتائج دراسة فريش وآخرون (2005, Firsch et al.) والتي أوضحت نتائجها وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الحياة والذكاء الوجداني والسعادة النفسية، و مع نتائج دراسة أوستين وآخرون (Austin et al., 2006) والتي أوضحت نتائجها وجود علاقة ارتباطية موجبة بين السعادة كأحد أبعاد جودة الحياة والذكاء الوجداني، كما أوضحت نتائج الدراسة أن يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من خلال الذكاء الوجداني.

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسة (صفاء أحمد، ٢٠٠٧) والتي أوضحت نتائجها وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الحياة والذكاء الوجداني، ومع نتائج دراسة (منصور السيد، ٢٠٠٧) والتي أوضحت نتائجها وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الحياة والذكاء الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، و مع نتائج دراسة (إسماعيل صالح، وزهير عبد الحميد، ٢٠١٢) والتي أوضحت نتائجها وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء الوجداني وجودة الحياة والتحصيل الأكاديمي، و مع نتائج دراسة (سعد زريق، ٢٠١٥) والتي أوضحت نتائجها وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الحياة والذكاء الوجداني.

ويرى الباحث في ضوء هذه النتيجة أن الفرد كلما كان على درجة مرتفعة من الرضا الحياتي والشعور بجودة الحياة والاستمتاع بها كلما كان أكثر توازناً انفعالياً، وقادراً على اظهار مشاعره بوضوح وبشكل مباشر، ومسيطرأ على انفعالاته السلبية " الغضب، والخوف، والقلق، والحجل، والإحباط "، وقادراً على التعاون والتفاعل مع الآخرين، متعاطفاً مع الآخرين، ومتفهماً لانفعالاتهم، متفائلاً، وقادراً على تحمل المسؤولية الاجتماعية، والتكيف مع مختلف المواقف

الانفعالية، ولديه القدرة على التركيز والتفكير، والتخطيط، والمثابرة في أداء الأعمال، وتحقيق الأهداف.

### التوصيات:

في ضوء الاطار النظري للدراسة ونتائجها ومناقشتها يوصي و يقترح الباحث الآتي:

- (١) ضرورة إكساب طلاب الجامعة لمهارات الذكاء الوجداني.
- (٢) ضرورة خلق مساحات إعلامية في مختلف وسائل الإعلام المسموعة أو المرئية أو المقروءة تعمل على تسليط الضوء على طلاب الجامعة واحتياجاتهم وأولوياتهم في ضوء الظروف والإمكانات المتاحة، وتبصيرهم بمختلف شؤون حياتهم، وأن هذه الحياة جميلة باستطاعته أن يعيشها ويحقق فيها الكثير، وصولاً إلى تحقيق جودة حياته.
- (٣) إقامة مؤتمر سنوي حول جودة الحياة لطلاب الجامعة من أجل التَّعرف على مؤشراتها والعوامل التي تسهم في تنميتها، ومناقشة المستجدات البيئية والأسرية والتكنولوجية والصحية والنفسية المتعلقة بهم، والتي تؤثر علي جودة حياتهم ورفاهيتهم النفسية.
- (٤) الاهتمام بحقوق الطلاب " أكاديمياً ودراسياً " لتشجيعهم على المثابرة وتنمية روح الإبداع والايجابية لديهم.

### البحوث المقترحة

- نظراً لما أسفرت عنه الدراسة الحالية من حاجة مُلحة إلى تنوع أساليب البحث في جودة الحياة والأمن النفسى والذكاء الوجداني، فإن الباحث يقترح القيام بالدراسات المستقبلية التالية:
- (١) فعالية برنامج تدريبي لتنمية جودة الحياة لدى عينة من طلاب الجامعة.
  - (٢) جودة الحياة وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى عينة من طلاب الجامعة.
  - (٣) جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة.
  - (٤) جودة الحياة وعلاقتها بالصلاية النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة.
  - (٥) جودة الحياة وعلاقتها بفعالية الذات والدافعية للإنجاز لدى عينة من طلاب الجامعة.
  - (٦) فعالية برنامج معرفي سلوكي لتنمية مهارات الذكاء الوجداني لدى عينة من طلاب الجامعة.
  - (٧) الذكاء الوجداني وعلاقتة باتخاذ القرار لدى عينة من طلاب الجامعة.
  - (٨) الذكاء الوجداني وعلاقتة بالتفكير الابداعي لدى عينة من طلاب الجامعة.

- (٩) الذكاء الوجداني وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من طلاب الجامعة.
- (١٠) الذكاء الوجداني للآباء وعلاقته بالمناخ لأسري والتحصيل الدراسي للأبناء في الأسرة المضطربة دراسة سيكومترية إكلينيكية.
- (١١) دراسة مدى تأثير مستوى الذكاء الوجداني على مستوى الرضاء الوظيفي.
- (١٢) دراسة مدى تأثير مستوى الذكاء العاطفي على أنماط التفكير لدى طلاب الجامعة.

## المراجع

### أولاً: المراجع العربية:

١. ابتسام غافل العدواني(٢٠١٤): العلاقة بين مكونات الذكاء الوجداني وبعض متغيرات الشخصية مع دراسة للفروق بين الجنسين، دراسة على عينات كويتية، رسالة دكتوراه مقدمة إلى قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة القاهرة.
٢. إبراهيم جامع (٢٠١٠): الذكاء الانفعالي وعلاقته بفعالية القيادة، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة منتوري قسنطينة. الجزائر.
٣. ابراهيم مُجد المغازي (٢٠٠٣): الذكاء الاجتماعي والوجداني والقرن الحادي والعشرون، المنصورة، مكتبة الإيمان للنشر والتوزيع.
٤. أحلام حسن محمود (٢٠٠٦): الذكاء الانفعالي والتحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية في ضوء الأسلوب المعرفي. مجلة دراسات عربية في علم النفس، المجلد (٥)، العدد (٤).
٥. أحمد فكرى بمنساوى (٢٠١٥): الإغتراب السياسي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلاب جامعة بني سويف، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، المجلد (٢٦)، العدد (١٠٤).
٦. أسامة سعد أبو سريع، ومرفت أحمد شوقي، وعبير مُجد أنور، و صفاء إسماعيل مرسي (٢٠٠٦): أثر برنامج تنمية المهارات الحياتية في تجويد الحياة لدى تلاميذ مدارس التعليم العام بالقاهرة الكبرى، قُدمَ إلى ندوة علم النفس وجودة الحياة لكلية التربية بجامعة السلطان قابوس، مسقط.
٧. إسماعيل إبراهيم بدر (٢٠٠٢). الوالدية الحنون كما يدركها الأبناء وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لديهم: مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (١٥)، ١-٥٠.
٨. إسماعيل صالح الفراء، وزهير عبد الحميد النواجح (٢٠١٢). الذكاء الوجداني وعلاقته بجودة الحياة والتحصيل الأكاديمي لدى الدارسين بجامعة القدس المفتوحة بمنطقة خان يونس التعليمية، مجلة جامعة الأزهر بغزة، سلسلة العلوم الإنسانية، المجلد (١٤)، العدد (٢).
٩. أمل عبدالمنعم حبيب (٢٠٠٩): الذكاء الشخصي وعلاقته بكل من الذكاء الوجداني

وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية— جامعة بنها.

١٠. أمل مُجد أبو المعاطي السيد (٢٠١٤): الذكاء الوجداني وعلاقته بأسلوبين معرفيين وكل من المساندة الاجتماعية ووجهة الضبط لدى طلاب الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب جامعة المنصورة.

١١. أمل مُجد حسونة، منى سعيد أبو ناشي (٢٠٠٦): الذكاء الوجداني، الدار العالمية للنشر والتوزيع.

١٢. بارعة مُجد نجاح (٢٠٠٧): فاعلية برنامج إثرائي لتعلم مهارات الذكاء الوجداني في تنمية مهارات التفكير الإبداعي والمهارات الاجتماعية والتحصيل الدراسي، رسالة دكتوراه غير منشورة.

١٣. بخوش نورس (٢٠١٥): جودة الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طالبات جامعة زيان عاشور (دراسة ميدانية في ظل بعض المتغيرات، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة زيان عاشور الجلفة الجزائر).

١٤. بشرى عناد مبارك (٢٠١٢). جودة الحياة وعلاقتها بالسلوك الاجتماعي لدى النساء المتأخرات عن الزواج، مجلة كلية الآداب، جامعة بغداد، العدد (٩٩).

١٥. جابر مُجد عبد الله (٢٠٠٦): الذكاء الوجداني وعلاقته بالكفاءة الذاتية واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى معلمي المرحلة الابتدائية. مجلة دراسات عربية في علم النفس، المجلد (٥)، العدد (٣).

١٦. حسن عبد الفتاح الفنجرى. (٢٠٠٦): السعادة بين علم النفس الإيجابي والصحة النفسية. بنها: مؤسسة الإخلاص للطباعة والنشر.

١٧. حسين أحمد حسان مُجد (٢٠٠٥): الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من مستوى ونوعية الطموح والرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة عين شمس.

١٨. حكمت عبد الله نصيف (٢٠٠١): الالتزام الديني وعلاقته بالذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة صنعاء، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة صنعاء.

١٩. حمدي علي الفرماوي. (١٩٩٩): جودة الحياة في جوهر الإنسان، قُدِّمَ إلى المؤتمر الدولي السادس لمركز الإرشاد النفسي، "جودة الحياة توجه قومي للقرن الحادي والعشرين" بجامعة عين شمس.
٢٠. حنان مجدي. (٢٠٠٩): المساندة الاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى مرضى السكر، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة الزقازيق.
٢١. خالد حسن الضعيف (٢٠٠٥): تنمية الإيجابية وأثرها في بعض الاضطرابات النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة "دراسة تجريبية"، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عين شمس، كلية البنات.
٢٢. خالد عبد القادر يوسف أحمد (٢٠٠٧): فاعلية برنامج مقترح لتنمية الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة سوهاج.
٢٣. خنساء نوري الكرخي (٢٠١١): جودة الحياة لدى المرشدين التربويين وعلاقتها بالذكاء الانفعالي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الاساسية، جامعة ديالى.
٢٤. دانييل جولمان (٢٠٠٠): الذكاء العاطفي، ترجمة ليلي الجبالي، عالم المعرفة، الكويت.
٢٥. رشا الديدي (٢٠٠٥): الذكاء الانفعالي وعلاقته باضطرابات الشخصية لدى عينة من دارسي علم النفس، مجلة علم النفس المعاصر، المجلد الأول، العدد (١).
٢٦. رشا باهر السعيد (٢٠١١): الذكاء الوجداني وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة من الأطفال (١٣ - ١٦)، رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
٢٧. رشاد موسى، وسهام الطحان (٢٠٠٣): الفروق في بعض المتغيرات النفسية في ضوء متغيري الذكاء الوجداني والجنس لدى المراهقين. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، العدد ٢٧، الجزء الثاني.
٢٨. رغداء علي نعيصة (٢٠١٢): جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين، مجلة جامعة دمشق، المجلد (٢٨).
٢٩. رندا سهيل رزق (٢٠٠٦): فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارات الذكاء العاطفي. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية - جامعة دمشق.

٣٠. زهير عبد الحميد النواجحة (٢٠٠٦): الذكاء الوجداني وعلاقته بقدرات التفكير الابتكاري لدى طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، فلسطين، جامعة الأزهر - غزة.
٣١. زينب محمود شقير (٢٠٠٩): مقياس تشخيص معايير جودة الحياة للعاديين وغير العاديين، القاهرة، دار النهضة العربية.
٣٢. سامية خليل (٢٠١٠): الذكاء الوجداني مفاهيم ونماذج وتطبيقات. القاهرة: دار الكتاب الحديث.
٣٣. سحر فاروق عبد المجيد علام (٢٠٠١): تقييم فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس.
٣٤. سعد رزق مرزوق الفزى (٢٠١٥): الذكاء الوجداني وعلاقته بجودة الحياة لدى المرشدين الطلابيين بمحافظة ينبع، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.
٣٥. سعدة علي خليفة أحمد (٢٠١٤): الذكاء الوجداني وعلاقته بدافعية الإنجاز والابتكار لدى طلبة كلية الآداب بمدينة ترهونة بليبيا، رسالة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة المنصورة.
٣٦. سعيد على إسماعيل، ومحمود الناقا (١٩٩١): دراسات تربوية من أجل وعي تربوي عربي مستنير، مجلة رابطة التربية الحديثة، المجلد (٦)، ج (٣٤)، عالم الكتب، القاهرة.
٣٧. سليمان عبد الواحد إبراهيم (٢٠١٠): المخ الإنساني والذكاء الوجداني. الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
٣٨. سليمان مُجَّد سليمان (٢٠٠٤): تقنين مقياس للذكاء الوجداني عبر مراحل عمرية مختلفة الطفولة والإبداع في عصر المعلومات، أعمال المؤتمر العلمي الثاني ٢٧-٢٨ إبريل، جامعة القاهرة، كلية التربية بنى سويف.
٣٩. سمية علي عبد الوارث أحمد، وفاء سيد مُجَّد حسين (٢٠٠٨): فاعلية الإرشاد بالمعنى في تحسين جودة الحياة النفسية لدى طالبات كلية التربية. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، العدد (٩).

٤٠. سهير مُجد سالم (٢٠٠١): السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية " دراسة ارتقائية ارتباطية مقارنة"، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القاهرة، معهد الدراسات التربوية.
٤١. السيد إبراهيم السمدوني (٢٠٠٥) مقياس الذكاء الوجداني، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة
٤٢. السيد إبراهيم السمدوني (٢٠٠٧): الذكاء الوجداني، أسسه- تطبيقاته- تميزه، الطبعة الأولى، دار الفكر، عمان.
٤٣. شاهر خالد سليمان (٢٠٠٨): قياس جودة الحياة لدى عينة من طلاب جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية وتأثير بعض المتغيرات عليها، مجلة الخليج العربي، المملكة العربية السعودية، المجلد (٣١)، العدد (١١٧).
٤٤. صفاء أحمد عجاجه (٢٠٠٧): النموذج السببي للعلاقة بين الذكاء الوجداني وأساليب مواجهة الضغوط وجودة الحياة لدى طلاب الجامعة. رسالة ماجستير غير منشوره. كلية التربية. جامعة الرقازيق.
٤٥. صلاح الدين عبد الرحمن (٢٠١٠): الذكاء الوجداني لدى المعلمين والتلاميذ وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية بمدارس الموهبة والتميز وبالمدارس الجغرافية للأساس، رسالة ماجستير، جامعة النيلين السودان.
٤٦. طارق نور الدين أحمد (٢٠٠٧): الذكاء الوجداني في علاقته بالكفاءة في التعلم والتفكير الابتكاري لدى طلاب المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة سوهاج.
٤٧. طه مُجد عمر (٢٠٠٨): برنامج إرشادي لتنمية الذكاء الوجداني في خفض العدوانية لدى الأطفال ضعاف السمع. رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات والبحوث التربوية- القاهرة.
٤٨. عادل مُجد هريدي (٢٠٠٣): الفروق الفردية في الذكاء الوجداني في ضوء المتغيرات الحيوية/الاجتماعية. مجلة دراسات عربية في علم النفس-مصر، ٢(٢)، ٥٧-١٠٨.
٤٩. العارف بالله الغندور (١٩٩٩) أسلوب حل المشكلات وعلاقتها بنوعية الحياة، دراسة نظرية، جودة الحياة توجيه قومي للقرن الحادي والعشرين، المؤتمر الدولي السادس لمركز



الإرشاد النفسي - جامعة عين شمس ١٧٠-١٥٢.

٥٠. عبد الحميد سعيد حسن، وراشد بن سيف المحرزي، ومحمود مُجد إبراهيم (٢٠٠٦): جودة الحياة وعلاقتها بالضغط النفسية، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس، مسقط.

٥١. عبد الحي محمود، مصطفى مُجد (٢٠٠٤): الذكاء الوجداني وعلاقته ببعض المتغيرات المعرفية واللامعرفية للشخصية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد الرابع عشر، العدد (٤٣).

٥٢. عبد العال عجوة (٢٠٠٢): الذكاء الانفعالي وعلاقته بكل من الذكاء المعرفي والعمر والتحصيل الدراسي والتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية - جامعة الإسكندرية، المجلد الثالث عشر، العدد (١).

٥٣. عبد العظيم سليمان المصدر. (٢٠٠٨). الذكاء الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات الانفعالية لدى طلبة الجامعة. مجلة الجامعة الإسلامية. مج (١٦)، ع (١)، ص ٥٨٧-٦٣٢.

٥٤. عبد المنعم أحمد الدردير (٢٠٠٢): الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات المعرفية والمزاجية، مجلة دراسات تربوية واجتماعية بحلوان، المجلد الثامن، العدد (٤).

٥٥. عبد الوهاب كامل (٢٠٠٤): نحو سلوكيات إيجابية لتحقيق جودة الحياة، مؤتمر علم النفس الأول "السلوك الصحي وتحديات العصر" لكلية الآداب بجامعة طنطا.

٥٦. عبده فرحان الحميري، وعبد الكريم إسماعيل (٢٠٠١): الذكاء الوجداني وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة في اليمن، مجلة ذمار للدراسات والبحوث الإنسانية، العدد الثالث عشر، يناير.

٥٧. عدنان مُجد القاضي (٢٠١٠): الذكاء الوجداني وعلاقته بالاندماج الجامعي لدى طلبة كلية التربية، المجلة العربية لتطوير التفوق، العدد الرابع، المجلد الثالث.

٥٨. علي علي مفتاح (٢٠٠٥): الذكاء الوجداني والذكاء اللفظي لدى الشباب الجامعي. مجلة الخدمة النفسية، المجلد الأول، العدد الأول.

٥٩. علي مهدي كاظم، وعبد الخالق نجم البهادلي (٢٠٠٧): جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانيين والليبيين " دراسة ثقافية مقارنة"، مجلة الأكاديمية العربية المفتوحة، الدنمارك، العدد(٣).
٦٠. عمر مُجّد رسلان (٢٠١٤): أثر برنامج تدريبي لمهارات التفكير الابتكاري في تنمية الذكاء الانفعالي والتحصيّل الدراسي لدى طلاب الجامعة، رسالة ماجستير، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.
٦١. فاتن فاروق عبد الفتاح (٢٠٠٥). الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من التحصيل الدراسي والذكاء العام لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية ببنها، جامعة الزقازيق، ١٥، (٦٠)، ١٠٥-١٣٣ .
٦٢. فاروق السيد عثمان (٢٠٠١): القلق وإدارة الضغوط النفسية، القاهرة، دار الفكر العربي.
٦٣. فؤاد أبو حطب (٢٠١٠): القدرات العقلية، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية، ط٦.
٦٤. فؤاد البهي السيد(٢٠٠٦):علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري. القاهرة: دار الفكر العربي.
٦٥. فؤاد عيد الجوالده (٢٠١٣): فاعلية برنامج تربوي قائم على نظرية العقل في تحسين جودة الحياة للأطفال ذوي الإعاقات التطورية والفكرية، مجلة دراسات العلوم التربوية، المجلد (٤٠).
٦٦. فوقية مُجّد راضي(٢٠٠١): الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتحصيل الدراسي والقدرة على التفكير الابتكاري لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، العدد(٤٥)، ٧٣-١٠٣.
٦٧. فيرا بيفر (٢٠٠٤): السعادة الداخلية " خطوات إيجابية نحو الإحساس بالسعادة والرضا"، مكتبة جرير، الرياض، مكتبة جرير.
٦٨. كاظم كريدي خلف العادلي.(٢٠٠٦): مدى إحساس طلبة كلية التربية بالرستاق بجودة الحياة وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات، جامعة السلطان قابوس، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة. مسقط.
٦٩. ليلي عبد الله سليمان المزروع. (٢٠٠٧). علاقة هوية الأنا بفاعلية الذات والذكاء الوجداني لدى عينة من المراهقات (موهوبات- عاديات) بمكة المكرمة.

٧٠. مجدي عبد الكريم حبيب (٢٠٠٦): فعالية استخدام تقنيات المعلومات في تحقيق أبعاد جودة الحياة لدى عينات من الطلاب العمانيين، بحوث ندوة علم النفس وجودة الحياة بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس، مسقط.
٧١. مجدي فرغلي مُجَّد حسن (٢٠٠٥) العلاقة بين الذكاء الوجداني العام على عينة من طلاب الجامعة من محافظة سوهاج، دراسة نفسية المجلد (١٧)، العدد (٢).
٧٢. مُجَّد إبراهيم جودة (١٩٩٩): دراسة لبعض مكونات الذكاء الوجداني في علاقتها بمركز التحكم لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية بينها، المجلد ١٠، العدد ٤٠.
٧٣. مُجَّد حامد إبراهيم الهنداوى (٢٠١٠): الدعم الاجتماعي وعلاقته بمستوى الرضا عن جودة الحياة لدى المعاقين حركياً بمحافظات غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.
٧٤. مُجَّد عبد الله مُجَّد على آل على الغامدى (٢٠١٥): الأمن النفسى وعلاقتها بجودة الحياة والذكاء الوجداني لدى طلاب جامعة الدمام بمدينة الدمام، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة بنها.
٧٥. مُجَّد مُجَّد عباس وجلييلة عبد المنعم (٢٠٠٧): استراتيجيات قياس الذكاء الانفعالي لطلاب الجامعة في ضوء مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد السابع عشر، العدد الخامس والخمسون، القاهرة.
٧٦. محمود عبد الحليم منسي، وعلى مهدي كاظم (٢٠٠٦): مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة، بحوث ندوة علم النفس وجودة الحياة بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس، مسقط.
٧٧. مروة صلاح محمود الحسينى (٢٠١٧): الفروق بين طلاب الجامعة تبعاً لمستويات الإحساس بجودة الحياة وعلاقتها بأنماط التفكير الإيجابي والسلبي لديهم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة القاهرة.
٧٨. مريم شيخي (٢٠١٣): طبيعة العمل وعلاقتها بجودة الحياة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية جامعة تلمسان- الجزائر.

٧٩. مفتاح محمد عبد الرحمن (٢٠١١): الذكاء الوجداني وبعض مهارات التفكير العلمي أثناء مرحلة المراهقة الوسطى تحليل للعلاقة وتقييم للمستوى، رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة- جامعة عين شمس.
٨٠. منصور السيد كامل (٢٠٠٧): جودة الحياة وعلاقتها بالذكاء الانفعالي وسمة ما وراء المزاج، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد (١٧)، العدد (٥٧)، القاهرة.
٨١. نجاح السميوي (٢٠١٠): المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالأمن النفسي والذكاء الوجداني لدى أهالي البيوت المدمرة خلال العدوان الإسرائيلي على محافظات غزة- ٢٠٠٨، مجلة جامعة النجاح للأبحاث العلوم الانسانية، المجلد (٢٤)، العدد (٨)
٨٢. هشام الحناوي (٢٠٠٠): ذكاء المشاعر، هلا للنشر والتوزيع، القاهرة.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

83. Austin, E., Saklofsk, D., & Egan, V., (2006): Personality, well-being and health correlates of trait emotional intelligence, personality and individual differences, Vol.38 (3)547-558.
84. Charbonneau, D. & Nicol, A. (2002). Emotional intelligence and prosocial behaviors in adolescents. Psychological Reports, 90 (2), 361-370.
85. Ciarrochi, J. Chan, A. & Bajgar, J. (2001). Measuring emotional intelligence in adolescents. Personality and Individual Differences, 31 (7), 1105-1119.
86. Extremera, N. (2002):Relation of Perceived Emotional Intelligence and health related quality of life of middle aged woman. psychological reports ,Vol.91, (1) pp47-59.
87. Frisch, M., Clark, M, Rous, S. & Rudd. M., (2005): Predictive and treatment validity of life satisfaction and the quality of life inventory, Assessment, vol. 12(1) 66- 78.
88. Furnham, A. (2003):Trait Emotional Intelligence and Happiness Social Behavior and Personality V(31),N(8),PP 815-824.
89. Gavala, J. (2005). Influential factors moderating academic enjoyment/motivation and psychological well-being for Māori university students at Massey University. New Zealand Journal of Psychology, Vol..34, No 1,Pp. 52-57.
90. Goleman, (1998): Working with Emotional intelligence, New York Bantam Books.

91. Goleman, D.(1995): The emotionally intelligent worker. Futurist. (33), (3). P, 1419.
92. Harrod, N. R & Scheer, S. D. (2005). An exploration of adolescent emotional intelligence in relation to demographic characteristics. Available at: <http://www.findarticles.com>. Accessed, pp1-7.
93. Hopkinz (2008): Emotional intelligence components and correlates paper presented at the annual meeting of the American Psychology Association (Toroto, Canada, August, 9-13).
94. Katyal, S. & Awasthi, E. (2005). Gender differences in emotional intelligence among adolescents of Chandigarh. J. Hum Ecol, 17 (2), 153-155.
95. Levine, J.c (1999): Personal Creativity and Classroom teaching Style of Secondyear, Inner city teachers Diss. Abs.In, Vol.(57)
96. Mayer & Salovey p. (1990): The intelligence of emotional interlligence. Vol. 17, No. 4, P. 422-433.
97. Mayer, J. & Salovey P. (1990). Emotional intelligence Imagination. Cognition and Personality, (3), 185-211.
98. Mayer, j. & Salovey, P. (1995). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.). Emotional development and emotional intelligence: Implications for Educators. New York: Basic Books.
99. Mayer, J. & Salovey, P. (2000): Emotional Intelligence and giftedness, Roeper Review, 23 (3), 131-137.
100. Roothman, B., Kirsten, D. K., Wissing, M. P. (2003). Gender differences in aspects of psychological well-being. South African Journal of Psychology, Vol.33,Pp. 212-218.
101. Ryff , C., Gayle , D., Heather,L., Daniel, M., Melissa , A., Elliot , M.& Richard,D. (2006). Psychological Well-Being and Ill-Being. Do They Have Distinct or Mirrored Biological Correlates?. Psychotherapy Psychosomatics,Vol.75, Pp.85-95.
102. Schutte, N & all (2006): Characteristics emotional intelligence and emotional well-being, cognition and emotion. 16(6) p769-770.
103. Yu Grace ,C.& Lee ,D. (2008). A Model of Quality of College Life QCL. in Korea. Social Indicators Research (SSCI),Vol. 87,No.2,Pp. 269-285.

104. Zaki ,M. (2008). Quality of Life and its Relationship with Self-esteem in Male and Female Students of Isfahan University. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology. Vol.13, No.4 , Pp. 1735-4315.

مقياس الذكاء الوجداني

(إعداد الباحث)

م	الفقرات	نعم	أحياناً	لا
١	أنهى العمل الدراسي الذي بدأت به.			
٢	أرضى عن عملي الدراسي حتى ولم يمدحه أحد.			
٣	أستمع بقضاء أوقات فراغي مع أصدقائي.			
٤	أبذل جهدي في إنجاز أعمالي الدراسية دون رقيب.			
٥	أدرك الفرق بين الخوف والضيق.			
٦	أستطيع الاحتفاظ بمهدوئي حتى في المواقف الصعبة.			
٧	أتجنب مسبقاً المواقف التي تستثير غضبي.			
٨	أعبر عن مشاعري الإيجابية بذكاء.			
٩	أبتعد عن الدخول في مناقشات عقيمة.			
١٠	أعبر عن مشاعري مع مراعاة الآخرين.			
١١	أنتقل من المشاعر السلبية إلى الإيجابية حسب الموقف.			
١٢	أجد سهولة في فهم مشاعر الآخرين.			
١٣	أمتلك قدرة عالية على وصف ما أشعر به.			
١٤	خوفي من بعض الأمور لا يربكني عند التعامل معها.			
١٥	أستطيع التمييز بين الانفعالات المختلفة للآخرين.			
١٦	يؤثر ذكائي على مستوى أدائي.			
١٧	أتفاعل مع الآخرين عندما يعبرون عن مشاعرهم.			
١٨	أتحفز لتخطيط الأمور لإنجازها بشكل جيد.			
١٩	أتحكم في تعبيراتي عندما يخالفني شخص في الرأي.			
٢٠	أتحكم في غضبي.			
٢١	ترتفع لدي روح المغامرة.			

م	الفقرات	نعم	أحياناً	لا
٢٢	أستغل أوقات سعادتي في التفكير والتخطيط لمستقبلي.			
٢٣	عندما أواجه عقبات أستطيع التغلب عليها.			
٢٤	أجد سهولة في فهم رسائل الآخرين غير اللفظية.			
٢٥	أميل إلى ترتيب الأحداث التي يمر بها الآخرون.			
٢٦	أستطيع أن أكون انطباعاً إيجابياً لدى الآخرين.			
٢٧	أشكر الآخرين عندما ينجزون عملاً جيداً.			
٢٨	أقرأ مشاعر الآخرين بمجرد النظر إليهم.			
٢٩	تردد دافعتي وهمتي حينما أتوقع النجاح فيما سأقوم به.			
٣٠	أستطيع إدراك مشاعر الآخرين الصادقة.			

#### مقياس جودة الحياة

(إعداد الباحث)

م	الفقرات	نعم	أحياناً	لا
٠١	يسود علاقتي مع والدي النصح والإرشاد.			
٠٢	أستمتع بحياتي.			
٠٣	أنا راضٍ تماماً عن حياتي.			
٠٤	علاقاتي جيدة بالناس.			
٠٥	أشعر بالرضا عن حياتي.			
٠٦	أشعر بالأمن النفسي.			
٠٧	أشعر بالسعادة النفسية في حياتي.			
٠٨	أبتسم للحياة.			
٠٩	أحرص على تنمية معلوماتي.			
٠١٠	أشعر بالرضا عن حياتي العلمية.			
٠١١	أشعر بالراحة عندما أشارك أصدقائي نشاطاتهم.			



م	الفقرات	نعم	أحيانا	لا
١٢.	أنا راضٍ عن علاقاتي الشخصية.			
١٣.	أشعر بالانتماء إلى المجتمع.			
١٤.	أشعر بالاستقرار والهدوء النفسى.			
١٥.	أتطلع للنجاح والتقدم في الحياة.			
١٦.	أشارك كل من أعرفه في فرحه وحُزنه.			
١٧.	أتمتع بعلاقات اجتماعية ايجابية مع الآخرين.			
١٨.	أنا راض عن تخصصى الدراسى.			
١٩.	أنا راض عن مستوى تعليمى.			
٢٠.	أرى أن تخصصى الدراسى يحقق طموحاتى المستقبلية.			
٢١.	أحب التخصص الدراسى الذى أدرسه.			
٢٢.	أسعى دائما للعلم والمعرفة.			
٢٣.	تُشجعنى أسرتى على التفوق الدراسى.			
٢٤.	أستمتع بالمذاكرة.			
٢٥.	يُشجعنى أساتذتي دائماً نحو الأفضل.			
٢٦.	أشترك فى المسابقات العلمية.			
٢٧.	أستطيع تكوين علاقات مع الأساتذة.			
٢٨.	لدى قدر من المعلومات العامة.			
٢٩.	أسعى لتثقيف نفسى.			
٣٠.	أسعى لتنمية معلوماتى.			

