جامعـة المنصــورة
كليـــة التربية
–

مستوى الصحة والنفسية و الذكاء العاطفي والعلاقة بينهما لدى طالبات كليات التربية في جامعة مؤته بالمملكة الأردنية وجامعة أم القرى بالمملكة العربية السعودية

إعـداد
الباحثة/ د. خالد عبده محمد المخالد
جامعة أم القرى

مجـــلة كلـــية التربية – جامعـــة المنصـــورة
العدد ١١١ – يوليو ٢٠٢٠

مستوى الصحة والنفسية و الذكاء العاطفي والعلاقة بينهما لدى طالبات كليات التربية في جامعة مؤته بالمملكة الأردنية وجامعة أم القرى بالمملكة العربية السعودية

خالد عبده محمد المخالد

المستخلص

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الصحة النفسية والذكاء العاطفي والعلاقة بينهما لدى طالبات كليات التربية في كل من جامعة أم القرى و جامعة مؤته، وفيما اذا كانت هناك فروقاً باستجابات كل منهن على مقياسي الصحة النفسية و الذكاء العاطفي ، وتكونت عينة الدراسة من ٢٢٠ طالبة من جامعة أم القرى و 215 طالبة من جامعة مؤته ، واشارت النتائج إلى تمتع الطالبات في كلا الجامعتين بمستوى ذكاء عاطفي مرتفع ومستوى من الصحة النفسية دون المتوسط بقليل، وايضاً بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات كليتي التربية في كل من جامعة أم القرى وجامعة مؤته في متغيري الصحة النفسية والذكاء العاطفي، إضافة إلى أن معامل ارتباط بيرسون لكلا العينتين كان متقارب مما يدل على ان هناك تقاربا فيما بينهما في مستويات كل من الصحة النفسية والذكاء العاطفي من جهة وعلاقة إرتباط إيجابية بين كلا الصحة النفسية والذكاء العاطفي من جهة أخرى.

كلمات مفتاحية : *الصحة النفسية ، الذكاء العاطفي.*

Abstract

The study aimed to explore the responses of Umm Al Quran and Mute Universities female students on psychological health and emotional intelligence factors to find the levels and differences between those students and the correlation between these factors. The samples were consisted of 220 female students from Umm Al Quran University (Saudi Arabia) and 215 female students from Mute University (Jordan). The questionnaire instruments of psychological health and emotional intelligence were used. The results showed that there were no significant statistical differences between Umm Al Quran and Mute University female students in terms of psychological health and emotional intelligence although, both samples have high level of emotional intelligence and nearly in the middle level of psychological health, furthermore there were significant correlation of both samples between psychological health and emotional intelligence.

Keywords: Psychological health, Emotional intelligence.

المقدمة:

تنعكس مظاهر الصحة النفسية على الفرد والمجتمع ، فالصحة النفسية للإنسان والمتمثلة في تأثير عمليات التوافق الداخلي والخارجي وما يحيط به من تأثيرات متبادلة، وما تفرضه عليه من تحديات يومية تؤثر على نظرة الفرد إلى نفسه وعلى كيفية تعامله مع مختلف ظروف الحياة. والمجتمع الذي يتمتع افراده بصحة نفسية جيدة يكون أكثر نجاحاً وتماسكاً وبالتالي يكون أكثر اعتدالاً وانسجاماً وقدرةً على التصدي للمشاكل التي تواجهه.

إن الصحة النفسية هي مجموعة شروط يلزم توفرها حتى يتوافق الفرد مع ذاته ومع مجتمعه مما يجعله يشعر بالسعادة والكفاءة (القوصي، 1981). وهي حالة ايجابية تتضمن التمتع بصحة العقل والجسم، وهذا ما أكده تعريف منظمة الصحة العالمية باعتبارها حالة من الراحة الجسمية والنفسية والاجتماعية وليس مجرد وجود المرض (زهران ، ٢٠٠٥) . كما تبدو الصحة النفسية في قدرة الفرد على عقد صلات اجتماعية تتميز بالأخذ والعطاء والتعاون و التكامل بين الوظائف النفسية المختلفة مع القدرة على مواجهة الازمات النفسية التي تطرأ عادة على الانسان . وتعني أيضا النضج الانفعالي والاجتماعي والقدرة على التعاطي بشكل إيجابي مع مشكلات الحياة (الداهري والعبيدي، ١٩٩٩). وهذا يدل على أن الصحة النفسية تتطلب قدرا من المواجهة من قبل الفرد طوال حياته، بسبب تعرضه للعديد من المشاكل والحاجات والمواقف التي تحتاج إلى سلوك مناسب يعمل على خفض التوتر وإعادة الأتزان والاحتفاظ بالعلاقة المنسجمة مع البيئة وهذا ما نعنيه بان عملية التوافق عملية دينامية وظيفية (قمر، ٢٠١٦).

ويعد الذكاء العاطفي (Emotional Intelligence) من الخصائص المسؤولة عن الطرق التي نسلك بها ونشعر بموجبها ونرتبط بالآخرين. وهو أحد المفاهيم المميزة للشخصية الإنسانية بجانبها الانفعالي الذى يتجاوز العادية إلى التميز، ويتخطى السوية إلى التفرد (أبو ججوح، ٢٠١٥). ويشير جولمان (Goleman, 2008) أن العصر الحالي يتسم بتزايد جرائم العنف، وارتفاع معدلات القلق والاكتئاب، وتسرب الطلبة من المدارس ويعود السبب في ذلك إلى تدني مهارات الذكاء العاطفي لهؤلاء الأفراد. كا يشير جولمان (Golman , 2008) إلى أن من لديهم مستوى متميز من الذكاء العاطفي يعرفون مشاعرهم ولديهم القدرة على إدارتها، والتعامل مع مشاعر الآخرين بكفاءة، وهم أنفسهم الذين نراهم راضين عن أنفسهم، ويتميزون بالكفاءة، مما يدفع إنتاجهم قدما في كل مجالات الحياة. وذلك لأن الذكاء العاطفي يعمل على استثمار طاقاتهم في مواجهة الاحباطات والتحكم بها وتأخير بعض الإشباعات ، وتنظيم الحالات المزاجية.

إن عدم التمتع بالذكاء العاطفي المناسب قد ينشأ عنه عدم القدرة على التوافق مع الآخرين وعدم النجاح في العمل وإعتلال الصحة النفسية (جولمان،2001). فالقدرة على فهم الآخرين يعد قدرة إنسانية هامة لكون الفرد يقضي معظم حياته بين الاخرين، فالحساسية تجاه ما يفكر به الاخرون ويشعرون به هو مهم في نجاح العلاقات الاجتماعية وتحقق السعادة التي يصبو لها كل انسان (Marten et al., 2010). وتتيح معرفة الفرد بذكائه العاطفي الفرصة ليضع نفسه الى جانب الآخرين الذين يتوافق معهم على نحو طبيعي والبحث عن أعمال تلائمه. كما تساعده على تعلم طرق التعامل مع المصاعب الطبيعية وتفهمه لبعض الأشياء المسببة للضغوط النفسية وبالتالي يصبح الفرد أكثر شعوراً بالأمن والصحة النفسية (العكايشي، ٢٠٠٣).

ويسهم الذكاء العاطفى فى ترشيد التفكير، فالانفعال الإيجابي ينشط قدرة الفرد على الإبداع وحل المشكلات وتصنيف وتنظيم المعلومات، وأن هناك دلائل قوية تشير إلى أن العوامل العقلية والعاطفية مرتبطها ببعضها البعض (القاضي و أحمد ، ٢٠١٤). وهذا مايؤكده سكوت (Scott, 2004) من أن الذكاء المجرد لوحدة غير كافٍ للنجاح دون الذكاء العاطفي في كل المهن مع وجود أمثلة حية لطلبة أذكياء فشلوا في حياتهم المهنية وأشخاص يتمتعون بقدرات عقلية متوسطة لكنهم يحققوا نجاحاً باهراً في الحياة العملية . وهذا مايؤكده جولمان (2008) من أن النجاح الأكاديمي والشخصي والمهني لا يمكن أن يتحقق بدون اكتساب الفرد للمهارات الانفعالية والاجتماعية حيث يرى أن نسبة الذكاء الأكاديمي لاتمثل إلا عشرون في المائة من العوامل المحدة للنجاح بينما يترك ثمانون في المائة لعوامل أخرى غير عقلانية ومنها الذكاء العاطفي .

كما يشير جروان (٢٠٠٤) إلى أن كلا من العالمين إيزنك و كاتل قد خلصا في تجاربهم في الشخصبة بأن الذكاء يرتبط ارتباطاً موجباً بالاستجابات العاطفية والتي هي أحد أبعاد الشخصية والمتمثلة بالاتزان الانفعالي والتوتر والألفة . وقد جاءت فكرة ألبرت باندورا فيما يسمى بالكفاية الذاتية منسجمة مع موضوع الذكاء العاطفي الذي يرى أن اعتقاد الناس في قدراتهم لها تأثير عميق في هذه القدرات ، فالمقدرة أو الكفاءة ليست خاصية ثابته بل هناك تنوع هائل في كيفية استخدام هذه المقدرة ، فمن لديهم احساس بالكفاءة الذاتية يمكنهم النهوض من عثرتهم لأنهم يتعاملون مع أمور الدنيا بمفهوم معالجة هذه الأمور أكثر من احساسهم بالقلق مما يتوقعونه من أخطاء قد تحدث (جولمان ، ٢٠٠١).

مشكلة الدراسة:

لاشك أن الإحساس بالمشاعر والتعرف عليها والتعبير عنها يعد خاصية إنسانية وضرورة من ضرورات الحياة وإفتقادها يعد عائقاً من عوائق تحقيق الصحة النفسية، فمن بديهيات الصحة

النفسية التعبير عن الانفعالات التي تنتاب الفرد، ومشاركة الاخرين انفعالاتهم والتعرف عليها، حيث يساعد ذلك على تنمية وتطوير الشخصية التي تعطي توازناً ومعنى للصحة النفسية (مشاقبة ، ٢٠١٤).

ويعد التحاق الطلاب بالجامعات أمراً يساعد على اكتسابهم لمهارات إجتماعية ومعرفية وإنفعالية وصحية وذلك لكون الجامعات تقدم أنشطة متنوعة يختبر الطلاب من خلالها قدراتهم و إمكانياتهم مما يسهم في تطويرهم وفهمهم لشخصياتهم وإثبات ذواتهم مما ينعكس على صحتهم النفسية. وقد يواجه الطلاب صعوبات في ذلك الاندماج الاجتماعي والتفاعل مع تلك الظروف الشخصية والاكاديمية مما يعيق تقدمهم التعليمي والاجتماعي والعاطفي ويؤثر على صحتهم النفسية بشكل عام، لذا يمكن القول أن المستقبل الدراسي للطلاب الجامعيين وتوازنهم النفسي يعتمد على توافقهم واندماجهم الاجتماعي والاكاديمي مع البيئة الثقافية الجديدة التي ينتقل إليها وهي الجامعة (القاضي ، ٢٠١٢).

ويلعب الذكاء العاطفي دوراً هاماً لدى طلبة الجامعة فبالاضافة إلى دوره في الجانب النفسي إلا أنه يؤثر على تفوقهم أكاديميا، وقد أعطى جولمان (Golman, 2008) مجموعة من المهارات الانفعالية والاجتماعية التي تميز مرتفعي الذكاء العاطفي وتشمل: الوعي بالذات، والتحكم بالانفعالات، والمثابرة، والدافعية الداخلية، والتقمص العاطفي، واللباقة الاجتماعية. كما أشارت عدد من الدارسات كدراسة يودار (Yodar,2005) بأن تدني مستوى الذكاء العاطفي ليس في صالح تفكير الطالب أو نجاحه في تفاعلاته الاجتماعية وتفوقه الدراسي وصحته النفسية بشكل عام.

ومن الملاحظ أنه أصبح هناك تزايد في ظهور بعض المشكلات السلوكية والانفعالية كالعدوان والانسحاب الاجتماعي وضعف في العلاقات الاجتماعية بين الطلاب وافتقارهم إلى السمات الاجتماعية الإيجابية مما أثر في سلوك طلبة الجامعة وخلق لديهم مشكلات نفسية متنوعة. وبناءً على ذلك ومن طبيعة عمل الباحث في تدريس طلبة الجامعة، واستشارته بعدد من المشكلات النفسية التي توؤرق الطلاب وجد الباحث ضرورة دراسة مستويات الصحة النفسية لدى هؤلاء الطلبة وربطها بالذكاء العاطفي كونها أحد أعمدة الصحة النفسية. حيث يرى الباحث أن الذكاء العاطفي يرتبط إرتباطاً وثيقاً بالصحة النفسية في الكثير من الخصائص والقدرات النفسية، التي تتصل بالعملية التربوية والتعليمية والتي قد تؤثر عليها من جهة، وعلى التكيف الإجتماعي والشخصي من جهة أخرى .

وبشكل أكثر تحديداً تنحصر مشكلة الدراسة في الاسئلة التالية :

أولاً– ما مستوى الصحة النفسية والذكاء العاطفي لدى الطالبات السعوديات والاردنيات بكلية التربية ؟

ثانياً– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات السعوديات والطالبات الاردنيات بكلية التربية في متغيري الصحة النفسية والذكاء العاطفي؟

ثالثاً– هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائياً بين متغيري الصحة النفسية والذكاء العاطفي لكل من الطالبات السعوديات والطالبات الاردنيات في كلية التربية؟

هدف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

أولاً: التعرف على مستوى الصحة النفسية والكاء العاطفي لدى كل من الطالبات السعوديات والاردنيات في كلية التربية.

ثانياً: التعرف على الفروق في مستوى كل من الصحة النفسية والذكاء العاطفي لدى الطالبات السعوديات والاردنيات في كلية التربية.

ثالثاً: التعرف على العلاقة بين كل من الصحة النفسية والذكاء العاطفي لدى كل من الطالبات السعوديات والاردنيات في كلية التربية.

أهمية البحث:

يكتسب البحث الحالي اهميته في النقاط التالية :

١- إمكانية الاستفادة من النتائج والتوصيات للدراسة الحالية في توجيه إدراة المؤسسات التعليمية بأهمية دمج مهارات الذكاء العاطفي مع مهارات الذكاء المعرفي في المناهج الدراسية والخطط التعليمية من أجل تحقيق التوازن في مكونات الشخصية للطلاب في مختلف المراحل التعليمة وبالتالي الوصول إلى جيل يتمتع بصحة نفسية سليمة.

٢- يمكن أن تسهم نتائج الدراسة الحالية في مساعدة مؤسسات المجتمع كالاسرة والمدرسة والجامعة في الاهتمام بالجانب العاطفي من عملية التنشئة الاجتماعية، وهو جانب قد تهمله كثير من موسسات المجتمع مما يترتب على ذلك الاهمال مشكلات في التوافق النفسي للابناء وإعاقة نجاحهم وتحصيلهم الأكاديمي.

٣- أهمية العينة التي تتناولها الدراسة الحالية فالمرحلة العمرية التي تمر بها الطالبات الجامعيات وما لهذه المرحلة من أهمية بالغة في حياة المجتمع وذلك لكونهن يمتلكن طاقات غير محدودة في العطاء والتضحية والقدرات وفي نفس الوقت يواجهن العديد من مشاكل واحباطات وصراعات الشباب .

٤- تظهر اهمية الدراسة الحالية في إلقاء الضوء على مدى الإختلاف بين عينات الدراسة (طالبات الجامعة السعودية والجامعة الأردنية) وما للتباين بين هاتين العينتين في بعض النواحي الثقافية والاجتماعية من تأثير على مستوى الذكاء العاطفي والصحة النفسية.

حدود الدراسة:

تتحدد الدراسة في طالبات كليات التربية في كل من جامعة ام القرى في المملكة العربية السعودية (٢٢٠ طاالبة) وجامعة مؤته في المملكة الاردنية (٢١٥ طالبة) خلال الفصل الاول من العام الدراسي ٢٠١٨- ٢٠١٩ .

تحديد المصطلحات:

تتضمن هذه الدراسة مجموعة من المصطلحات والمفاهيم، وفي ما يأتي تعريف كل منها:

الصحة النفسية : حالة دائمة نسبياً يكون فيها الفرد متوافقاً نفسياً وانفعالياً واجتماعياً مع نفسه ومع الآخرين ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته الى أقصى حد ممكن ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة وتكون شخصيته متكاملة سوياً ويكون سلوكه عادياً بحيث يعيش بسلام .(زهران ، ٢٠٠٥).

وتعرف إجرائياً بالدرجة التي تحصل عليها الطالبة بإستجابتها على مقياس الصحة النفسية.

الذكاء العاطفي : قابلية الفرد على فهم مشاعره ودوافعه وانفعالاته والتحكم بها وقدرته على فهم مشاعر الآخرين والتعامل بمرونة معهم من خلال امتلاكه لمهارات الاتصال الجيد (عكاشي ، ٢٠٠٣).

ويعرف إجرائياً على أنه الدرجة التي تحصل عليها الطالبة بإستجابتها على مقياس الذكاء العاطفي.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

الصحة النفسية : يعد مفهوم الصحة النفسية من التكوينات الفرضية التي لاتلاحظ بشكل مباشر ولكن يمكن الإستدلال على وجودها من خلال قياس عدد من الخصائص السلوكية بالمقاييس والاختبارات النفسية. وهذه الخصائص السلوكية تعبرعن تماسكها وتكاملها واتزانها في مواجهة مختلف الضغوط الحياتية وتحمل المسؤليات الاجتماعية والسيطرة على البيئة المحيطة للفرد والتوافق معها (قمر، ٢٠١٦). ولذا فأنه لايوجد تعريف جامع مانع لمفهوم الصحة النفسية، إلا أنه يمكن تصنيف جهود العلماء في تحديد مفهوم الصحة النفسية على إتجاهين أحدهما يميل للمنظور السلبي

ويعني خلو الفرد من الامراض النفسية والجسمية والعقلية وهو مايميل له علماء المدرسة الفرويدية والسلوكية. ومن تلك التعريفات السلبية على سبيل المثال لا الحصر تعريف علي و شريت (٢٠٠٤) بأن الصحة النفسية تعني " سلامة الفرد من المرض النفسي والعقلي في صوره المختلفة ، وعدم ظهور أعراض للإضطرابات السلوكية الحادة في الأفعال والتصرفات" (ص. ٢٣). ويعيب على هذا الاتجاه عدم توضيحه للمؤشرات الدالة على التمتع بصحة نفسية سليمة كالقدرة على التوافق والشعور بالرضا والسعادة والنجاح في العلاقات وايضاً عدم تفريقه بين مظاهر النشاطات التي تعد منافية للصحة النفسية السليمة وغير سليمة بسبب وجود إختلاف بين المنتمين للمدرسة الفرويدية بشان معايير السلوك الجنسي والعلاقات الجنسية بين الثقافات المتنوعة. أما اعتماد الجانب الايجابي في تعريف الصحة النفسية وهو الجانب الثاني والذي يمثل علماء المدرسة الانسانية والوجودية وعدد من مدارس أخرى والذي يركز على السلوك السوي للفرد وفهمه لذاته ومدى فاعليته ووجوده في الحياة، كما ينظر اصحاب هذا الاتجاه إلى الصحة النفسية على انها مجموعة من الشروط المحيطة بالوظائف النفسية التي تنطوي عليها الشخصية ، ويتفقون على أن الصحة النفسية كمثل أعلى نسعى نحو تحقيقه وهو من الصعوبة في ذلك لكون حياتنا مليئة بالمشكلات العديدة (الخالدي ، ٢٠٠٩). ومن أمثلة التعريفات الايجابية تعريف القوصي (١٩٨١) على أن الصحة النفسية " التوافق التام والتكامل بين الوظائف النفسية المختلفة، مع القدرة على مواجهة الأزمات النفسية التي تطرأ على الإنسان" (ص.٩٢). لذا فإن اعتماد الاتجاه الإيجابي في تعريف مفهوم الصحة النفسية له إيجابيات عدة حيث يسهم في تحديد مظاهر الشذوذ كما يجعل تحقيق الصحة النفسية وتنميتها عملاً واضح الاهداف.

إن الصحة النفسية ليست حالة ثابتة، بل إنها حالة حالة ديناميكية متحركة نشطة ونسبية، تتغير من فرد إلى آخر ومن وقت إلى آخر لدى الفرد نفسه. فالصحة النفسية نسبية بمعنى أنه ليس هناك خط فاصل بين الاصحاء والمرضى وعليه لايمكن أن يقسم البشر بين من يتمتعون بالحد الأقصى للصحة النفسية و من منعدمين للصحة النفسية بحد أقصى وذلك لانه لايوجد فرد لا يعاني من الصراع أو القلق أو الفشل ولاحباط، كما أن مضطربي الصحة النفسية يختلفون في درجة إضطرابهم من المشاكل السلوكية إلى الاعراض الذهانية. كما أن النسبية الثقافية سبب لما يسمى بنسبية الصحة النفسية، وذلك لكون الصحة النفسية هي مفهوم ثقافي بمعني مايعد سلوكاً سويا وصحياً في ثقافة ما لايعد كذلك في ثقافة أخرى. وبناء على ذلك فإنه لا يمكن الحكم على الصحة

النفسية إلا في ضوء متغيرات الزمان والمكان والمجتمات والفرد مع الاخذ في الحسبان عدم الثبات (عز الدين، ٢٠١٩ ; عبدالله، ٢٠٠٤).

وقد تعددت اراء الباحثين حول ماهية المظاهر الخاصة بالصحة التفسية السليمة ، فيشير الداهري (٢٠١٠) إلى أن أهم مظاهر الصحة النفسية السليمة تتمثل في توافق الفرد النفسي في حدود إمكانياته، والتوافق في المعاملة مع أفراد المجتمع، وإحساسه بالسعادة، وقدرته على الإنتاج، ومزاولته لأنواع مختلفه من النشاطات الحيوية، وعدم اعتماده كلية على الآخرين . وفي نفس الاتجاه يشير الداهري (٢٠١٠) إلى أن مظاهر الشخصية السوية تتمثل في القدرة على العمل ، والتفكير بوضوح، وتنظيم الانفعالات، والاستمتاع بالحياة، والتمتع بعلاقات طيبة مع الذات ومع الآخرين. كما يذكر زهران (٢٠٠٥) إلى عدد من مظاهر الشخصية المتمتعة بصحة نفسية سليمة ومنها التوافق مع الذات والمجتمع ، الشعور بالسعادة مع النفس ومع الآخرين، تحقيق الذات وإستغلال القدرات والتكامل النفسي ، القدرة على مواجهة متطلبات الحياة ، وحسن الخلق والعيش بسلام. أما عبدالله (٢٠٠٤) فيرى أن التمتع بصحة نفسية سليمة يعني التوافق التام بين وظائف الفرد الجسمية والعقلية المختلفة والقدرة على مواجهة الأزمات وإلاحساس بالسعادة والرضا والحيوية.

وقد أشارعلماء النفس لبعض المعايير لقياس الصحة النفسية ، والتي تساعد على الفصل بين الإضطراب والصحة النفسية. ويشير آيزنك إلى أن هناك ثلاثة معايير في تقويم الصحة النفسية والاضطراب وهي المعيار الإحصائي و المعيار المثالي والمعيار الطبيعي ويؤكد أنه لابد من الانتباه إلى عدم الخلط بين معنى السواء الذي يحدث في معنى السواء بين المعيار الإحصائي والمثالي عندما يتم استخدام كلمة السواء لوصف حالة نفسية سليمة. في حين يرى اتجاه آخر أن هناك خمسة معاييرللتميز بين السواء واللاسواء وهي المعيار الذاتي والمعيار المثالي والمعيار الاجتماعي والمعيار الاحصائي والمعيار الطبي. فيما يذهب إتجاه آخر بوجود سبعة معايير وهي المعيار الطبيعي والمعيار الباثولوجي والمعيار المعرفي والمعيار المثالي والمعيار الثقافي والمعيار الذاتي والمعيار الإحصائي (الزبيدي، ٢٠٠٧). ويلقى المعيار الإحصائي قبولاً كبيراً بين العلماء والباحثين وانتشاراً بين مختلف التصنيفات حيث يراعي بين الانحرافات ويميز بين الحالات الخفيفة والمتوسطة والمرتفعة كما يعد سهل التمثيل والفهم ، غير أن دقته تعتمد على مدى جودة ودقة إختيار عينة الدراسة (خليل، ٢٠١٤). ويحصل في هذا المعيار توزيع السوي واللاسوي من خلال الانحراف عن المتوسط إذ تتركز معظم التشابهات بين الإفراد في منتصف هذا التوزيع ، والشخص السوي لا ينحرف كثيرا عن المتوسط أو الشائع (الزبيدي ، ٢٠٠٧).

الذكاء العاطفي : يشير ماير وسالوفي (Mayer and Salovey,1997) إلى أصول الذكاء العاطفي تعود إلى القرن الثامن عشر والذي قسم العقل فيه إلى المعرفة ، والعاطفة ، والدافعية بحيث يرتبط الذكاء العاطفي بطريقة أو بأخرى بكل من المعرفة والعاطفة، أي أنه متغير مستعرض بينهما ، ويحدث تكاملاً بينهما. ويعد ماير وسالوفي (Mayer and Salovey,1990) أول من استخدما مصطلح الذكاء العاطفي عام ١٩٩٠ حيث اعتبرا الذكاء العاطفي نوعاً من أنواع الذكاء الإجتماعي الذي يتضمن القدرة على مراقبة الانفعالات والمشاعر الخاصة بالفرد والآخرين ، والتمييز بين المشاعر ولانفعالات المتنوعة، وذلك أثناء محاولتهما قياس الفروق بين الافراد في مجال الاتفعالات، حيث وجدا أن الأفراد ذوي مهارات الذكاء العاطفي المرتفع لديهم القدرة على التعبير عن انفعالاتهم ، وايضاً يدركون انفعالات الاخرين كما أنهم يتمتعون بقدرة على تنظيم عواطفهم. وعلى الرغم من أن ظهور مصطلح الذكاء العاطفي يعود إلى ماير وسالوفي إلا ان الفضل في إنتشار هذا المصطلح يعود إلى جولمان حيث أنه وفي بداية التسعينات من القرن الماضي أهتم جولمان (Goleman, 2008) بأعمال ماير وسالوفي، وقدم كتابه الشهير الذكاء الانفعالي والذي بين فيه بأن القدرات العاطفيه تلعب دوراً مهما في نجاح الأفراد، كما أفترض بأن تلك القدرات العاطفيه قابلة للتعلم.

ويعد الذكاء العاطفي مفهوماً عصرياً في ميدان علم النفس، وإلى الآن لم يعرف تعريفاً محدداً يتفق عليه، فقد تعددت تعريفاته والنظريات التي حاولت تفسيره، وبالرغم من أنها تشابهت في نقاط عدة، فإنها اختلفت في نقاط أخرى، فقد عرفه ماير و سالوفي (Mayer & Salovey, 1990) على أنه " نوع من الذكاء الإجتماعي الذي يتضمن القدرة على توجيه مشاعر الفرد والآخرين، والتمييز بينهما، وإستخدام هذه المعلومات لتوجيه عواطفه وسلوكياته" (p.89). وفي عام ١٩٩٧ لاحظ ماير وسالوفي أن التعريف السابق ينقصه الجانب المعرفي لذا فقد اعاد ماير وسالوفي (Mayer & Salovey, 1997) تعريف الذكاء العاطفي بوصفه "مجموعة من الثدرات العقلية وتعمل على تحريك إنفعلاته، ويتضمن القدرة على إدراك الانفعلات بدقة وتقييمها والتعبير عنها، وايضا هو تلك القدرة التي تجعل التفكير قادراً على فهم الانفعال والمعرفة التي تساعد على النمو العقلي والعاطفي" (p.10). وفي عام ٢٠٠٠ عرف ماير وآخرون (Mayer et al., 2000) الذكاء العاطفي بأنه "مجموعة من القدرات العقلية المرتبطة بتجهيز ومعالجة المعلومات الإنفعالية التي تختص بإدراك الانفعلات وإستخدامها في تيسير عملية التفكير والفهم وتنظيم وإدارة الانفعالات" (p.260). أما جولمان (Goleman, 2008) فوصف الذكاء العاطفي على أنه " القدرة على الوعي

الذاتي ، والوعي الإجتماعي ، والقدرة على إدارة العلاقات" (p.20). ومن خلال التعريفات السابقة نلاحظ أنه بالرغم من اختلافها فإنها تتفق على أن الذكاء العاطفي هو مجموعة من المهارات العاطفية والمعرفية والإجتماعية، والتي تعمل على فهم الفرد لمشاعره ولمن حوله والاستفادة منها في مواجهة ضغوط الحياة وتحقيق النجاحات.

وقد ظهرت نماذج عدة محاولة تفسير الذكاء العاطفي، ولعل من أبرزها نموذج سولفاي وماير (Salovey & Mayer) والذي يسمى نموذج القدرة حيث يرى الذكاء العاطفي عبارة عن مجموعة من القدرات العقلية التي تسهم في التفكير المنطقي وتعزز التفكير بشكل عام ، ويقسم النموذج الذكاء العاطفي إلى أربعة أبعاد هي: إدراك الانفعالات والتعبير، تمثل الانفعالات في التفكير، وتنظيم الانفعال ، وفهم وتحليل الانفعال (Mayer et Al., 2000). ومن النماذج المشهورة أيضاً نموذج بارأون (Bar-On) والذي يفسر الذكاء العاطفي في ضوء محتوى نظرية الشخصية والذي يسمى النموذج المختلط وأنه عبارة عن نظام من الإمكانات غير المعرفية والكفاءات والمهارات، حيث أعتبر الذكاء العاطفي يتكون من خمسة عشرة مهارة تتوزع على خمس مكونات في الشخصية ، وهي: مهارات داخل الشخص، مهارات العلاقات، مهارات القدرة على التوافق ، مهارات إدارة الضغوط، ومهارات المزاج العام (Bar-On, 2000). أما جولمان فقدم نموذج الذكاء العاطفي من خلال نظريته المسمى بنظرية الأداء حيث ترى أنه عبارة عن مجموعتين من الكفاءات وهي مجموعة الكفاءات الشخصية والتي تحتوي على : الوعي بالذات ، تنظيم وإدراة الذات ، والدافعية ، ومجموعة الكفاءات الإجتماعية والتي تحتوي على: التعاطف و المهارات الإجتماعية (Goleman, 2008). بينما ساتارسو (Sutarso) قدم نموذجه الثلاثي الابعاد في الذكاء العاطفي حيث يضم أبعاد: الشفقة والتعاطف ، الوعي وضبط الذات، والتناغم. وبمزيد من الابعاد للذكاء العاطفي قدم كوبر وسواف (Cooper & Sawaf) أربعة أبعاد للذكاء العاطفي هي: المعرفة الانفعالية ، اللياقة الانفعالية ، النسق الانفعالي، والتأجيل الانفعالي (حجازي،٢٠١٥).

ويعد الذكاء العاطفي مدخلاً فعالاً لحياة يسودها مستوىً عالٍ من التمتع بالصحة النفسية وواقياً من المشكلات السلوكية، وهو جوهر تنمية قدرة الفرد على التوافق مع متغيرات البيئة، وإقامة علاقات إجتماعية مستقرة. وبقدر مايتوفر لدى الفرد سمات الذكاء العاطفي بقدر مايتمتع بالانبساط والاتزان الانفعالي (البحيري ، ٢٠٠٧). ولذا فالذكاء العاطفي يلعب دوراً هاما في النجاح في المدرسة والجامعة والعمل وهو أكثر أهمية لنجاح الفرد قياساً بالذكاء المعرفي (Goleman, 1995). فالاذكياء عاطفياً أفضل من غيرهم في التعرف على مشاعرهم ومشاعرالاخرين والتعامل

معها بكفاءة، وهم الذين نراهم متميزين في مجالات الحياة، وأكثر قدرة على السيطرة على بيئتهم العقلية (جولمان، ٢٠٠١). ويضيف هريدي (٢٠٠٣) إلى أنهم أكثر إبتكارية حيث يدفعهم تميزهم بالذكاء العاطفي المرتفع إلى المثابرة وتحقيق قدراتهم وطاقاتهم الكامنة، وتنشيط قيمهم الداخلية ويرفع سرعة البديهة والادراك لديهم. ويضيف هريدي (٢٠٠٣) و عكاشة (٢٠٠٧) إلى أنهم قادرون على تحمل قدر عالي من الضغوط النفسية حيث يعمل الذكاء العاطفي على استثمار طاقات الفرد في مواجهة الإحباطات وتأخير الاشباعات وتنظيم الحالات المزاجية والتوافق النفسي. ويمكن القول أن الذكاء العاطفي هو المسؤل عن خلق التوازن بين الفرد والعالم المحيط به ويجعله قادراً على مواجهة متطلبات الحياة وإستخدام استراتيجات المواجهة مما يمتعه بمستوىً عالٍ من الصحة النفسية (حجازي ، ٢٠١٥).

الدراسات السابقة

باستقصاء بعض الدراسات ذات الصلة بموضوع الدراسة، ظهر أنها قليلة فيما يتعلق بدراسة الصحة النفسية وعلاقتها بالذكاء العاطفي لدى الطلاب الجامعيين، فيما توافرت دراسات عديدة حول متغيري الصحة النفسية والذكاء العاطفي كل على حده أو مع متغيرات أخرى، وفيما يلي ملخص لأهم هذه الدراسات :

أولاً: دراسات تناولت الصحة النفسية مع متغيرات أخرى :

هدفت دراسة نمر (٢٠٠٩) هدفت الدراسة إلى التعرف على الصحة النفسية وعلاقتها بسمات الشخصية لدى طلاب المرحلة الإعدادية. وقد قام الباحث ببناء مقياس الصحة النفسية للمقارنة بين درجات الصحة النفسية وفق متغير الجنس والتخصص وسمات الشخصية على عينة من ٤٥٠ طالباً ببغداد. وقد توصلت الدراسة إلى أن عينة الدراسة يتمتعون بمستوى صحة نفسية فوق المتوسط لصالح الذكور.

بينما هدفت دراسة السعايدة والخطيب (٢٠١٧) إلى التعرف على أساليب الحياة وعلاقتها بمستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة جدارا (٢٠٣) طالباً وطالبة. وقد أستخدم مقياس إساليب الحياة من إعداد موليتس وآخرون وتعريب الشخانبة (٢٠١٠) ومقياس الصحة النفسية الذي أعده غولدبيرغ وويويليام وتعريب الشهوان (٢٠٠٢). وقد إظهرت النتائج أن أكثر أساليب الحياة شيوعا بين الطلبة الباحثين عن الاستحسان. في حين كان أقلها إنتشاراً الأسلوب المنتمي، في حين أن باقي الارتباطات لبعد الوظائف الإجتماعية وأساليب الحياة لم تكن ذات دلالة إحصائية. كما

أرتبط بعد الصحة النفس جسمية مع أسلوب الحياة المتحكم بعلاقة طردية دالة إحصائياً، أما باقي أساليب الحياة فلم تكن ارتباطاتها مع بعد الصحة نفس جسمية ذات دلالة.

ومن الدراسات الحديثة دراسة عزالدين (٢٠١٩) والتي هدفت إلى الكشف عن مستوى اضطراب مابعد الصدمة والصحة النفسية لدى (٢٨٠) طفلا في محافظة دمشق في مرحلة الطفولة المتأخرة تم إختيارهم عشوائياً. وقد تم تطبيق مقياس اضطراب ضغط مابعد الصدمة من إعداد الايزرجاري ومقياس الصحة النفسية وهو من إعداد الباحثة. وقد أشارت النتائج إلى وجود مستوى مرتفع من اضطراب ضغط مابعد الصدمة لدى عينة الدراسة ككل ولدى الاناث بشكل أكبر ووجود علاقة دالة احصائياً بين درجات العينة في اضطراب ضغط مابعد الصدمة ودرجاتهم في مقياس الصحة النفسية مع مستوى أعلى وذو دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لصالح الذكور.

ثانياً. دراسات تناولت الذكاء العاطفي مع متغيرات أخرى :

سعت دراسة جودة (٢٠٠٧) إلى الكشف عن مستويات الذكاء العاطفي والسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الأقصى والتعرف على العلاقة بين الذكاء العاطفي وكل من السعادة والثقة بالنفس، ومعرفة الفروق بين متوسطات أفراد العينة، وقد بلغت عينةالدراسة (٢٣١) طالباً وطالبة ، وقد استخدمت الباحثة مقياييس الذكاء العاطفي و السعادة و الثقة بالنفس . وتوصلت نتائج الدراسة أن مستويات الذكاء العاطفي والسعادة والثقة بالنفس على التوالي ٧٠,٦٧% و ٦٣,١٣% و ٦٢,٣٤% كما توصلت إلى وجود علاقة ارتباط موجبة بين الذكاء العاطفي وكل السعادة والثقة بالنفس.

أما دراسة العلوان (٢٠١١) فقد بحثت علاقة الذكاء العاطفي بالمهارات الاجتماعية وأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة . وقد تكونت عينة الدراسة من (٤٧٥) طالبا وطالبة من جامعة الحسين بالاردن. وقد أستعان الباحث بمقياسي الذكاء العاطفي والمهارات الاجتماعية من تصميمة و مقياس اليرموك لأنماط تعلق الراشدين من تصميم أبو غزلة وجرادات (٢٠٠٩). وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروقاً دالة إحصائياً في الذكاء العاطفي لصالح الإناث. كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروقاً دالة إحصائياً في الذكاء العاطفي لصالح ذوي التخصصات الانسانية عن العلملية. بالإضافة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء العاطفي وكل من المهارات الاجتماعية وانماط التعلق.

وقد سعت دراسة القاضي (٢٠١٢) إلى معرفة مستوى الذكاء العاطفي ومستوى الاندماج الجامعي والعلاقة بينهما لدى الطلبة المستجدين في كلية التربية بجامعة تعز حيث تكونت عينة الدراسة

من (340) طالباً ، واستخدم الباحث مقياس آون للذكاء الوجداني (1997) وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن الطلاب المستجدين لديهم مستوى منخفض من الاندماج الاجتماعي و الذكاء العاطفي، كما توصلت الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الذكاء العاطفي والاندماج الجامعي لدى الطلبة المستجدين، و إلى ان هناك فروقاً في بعض مكونات الذكاء العاطفي حيث يتفوق الاناث عن الذكور ببعد المهارات الشخصية، بينما تفوق الذكور عن الاناث في بعد ادارة الضغوط والمزاج العام،وايضاً بأنه ليس هناك فروقاً في متوسطات مكونات الذكاء العاطفي الرئيسة وفقا لمتغير التخصصات.

أما دراسة أبو عمشه (٢٠١٣) فقد كانت تهدف الى دراسة الذكاء الاجتماعي والذكاء العاطفي وعلاقتهما بالشعور بالسعادة لدى طلبة الجامعة الإسلامية في غزة، واشتملت عينة الدراسة على (290)طالبا وطالبة، وقد طبق مقياسي الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني من إعداد الباحث ومقياس اكسفورد للسعادة تعريب عبد الخالق (٢٠١١). واظهرت النتائج ان مستوى كل من الذكاء الاجتماعي والعاطفي والشعور بالسعادة لدى افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعات كان على التوالي (76,8)و (68,8) و (73,8)، إضافة الى وجود علاقة دالة احصائيا بين الذكاء الاجتماعي والعاطفي والشعور بالسعادة لدى افراد العينة مع وجود فروق في الذكاء الاجتماعي تعزى الى متغير الجنس لصالح الاناث ، إضافة الى عدم وجود فروق في الذكاء الوجداني والشعور بالسعادة تعزى الى متغير الجنس ، كذلك لا توجد فروق في الذكاء الاجتماعي والذكاء العاطفي والشعور بالسعادة تبعا لمتغير الكلية.

ومن الدراسات الحديثة نسبياً دراسة حجازي (٢٠١٥) حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي إلكتروني عبرشبكات التواصل الاجتماعي في تحسين مستوى الذكاء العاطفي لدى عينة تكونت من ٢٢ طالبة من جامعة الأقصى في كلية التربية من ذوي الذكاء العاطفي المنخفض، واستخدمت الدراسة مقياس الذكاء العاطفي للعلوان (٢٠١١) والبرنامج الإرشادي من إعداد الباحثة. وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة بين متوسطات درجات عينة الدراسة على الدرجة الكلية وأبعاد الذكاء العاطفي مما يؤكد على فاعلية البرنامج الإرشادي الإلكتروني في تحسين الذكاء العاطفي لدى عينة الدراسة.

ثالثاُ. دراسات تناولت الصحة النفسية في علاقتها بالذكاء العاطفي :

هدفت دراسة الحميري و زبيبه (2012) إلى التعرف على مستوى الذكاء العاطفي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة في اليمن، وطبق مقياس الذكاء الوجداني الذي أعده عثمان و عبد

السميع، ومقياس كولدبيرغ للصحة النفسية، على عينة حجمها 653 طالباً وقد أظهرت النتائج أن 66%لديهم مستوى متوسط في الذكاء العاطفي، بواقع 66.4% ذكور، و 65.5%إناث، و أن 68 % لديهم مستوى متوسط في الصحة النفسية، بواقع 68.5 ذكور، 67.3 إناث، وان الفروق بين الذكور والإناث غير دالة إحصائياً، وان الذكاء العاطفي يتنبأ بما نسبته 97% من التباين الحاصل في مستوى الصحة النفسية، وعلى مستوى تأثير مكونات الذكاء العاطفي في الصحة النفسية ، فقد حازت على التوالي: إدارة الانفعالات على المرتبة الأولى، ثم التعاطف، ثم تنظيم الانفعالات، ثم المعرفة الانفعالية وأخيرا التواصل الاجتماعي في المرتبة الخامسة .

أما دراسة عداي وعبيس (٢٠١٢) فقد هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الذكاء العاطفي والصحة النفسية لدى طلاب جامعة كربلاء. وقد تكونت عينة الدراسة من (٤٢٤) طالباً وطالبة. وقد قام الباحثان بتصميم مقياس الذكاء العاطفي بينما تم الاستعانة بمقياس الصحة النفسية من إعداد النمر (٢٠٠٩). وقد توصلت الدراسة إلى أن عينة الدراسة يتمتعون بذكاء عاطفي عالٍ وصحة نفسية مرتفعة مع وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين متغيري الدراسة.

بينما سعت دراسة قمر (٢٠١٦) لبحث العلاقة بين الصحة النفسية والذكاء العاطفي وتأثير متغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسي لدى طلبة كلية مروي التقنية. وقد تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالباً وطالبة . وقد أستخدم مقياس الصحة النفسية والذكاء العاطفي من تصميم الباحث. وقد أسفرت النتائج أن مستوى الصحة النفسية والذكاء العاطفي جاء بدرجة مرتفعة وأن هناك علاقة دالة بين الصحة النفسية والذكاء العاطفي ، ولاتوجد فروق ذات دلالة في الذكاء العاطفي تبعاً لمتغير الجنس والتخصص والمستوى الدراسي وايضاً لاتوجد فروق ذات دلالة في الصحة النفسية تبعاً لمتغير الجنس والتخصص ولكن ظهرت بعض الفروق تبعاً لمتغير المستوى الدراسي لصالح المستوى الثاني.

وقد خلصت الدراسات السابقة الى اعطاء صورة واضحة عن العلاقة الايجابية بين كل من متغيري الدراسة وهما الصحة النفسية والذكاء العاطفي، وإدراك عدد من العوامل النفسية والاجتماعية التي تسهم في التأثير على مستويات هذان المتغيران وحياة الطالب بشكل خاص. كما وكشفت الدراسات أن الصحة النفسية هي وظيفة لتحمل الضغوط النفسية ومواجهة الأزمات، كما عبرت الدراسات عن علاقة الذكاء العاطفي براحة الطالب في الجامعة وسعادته وانعكاس ذلك على حياته إيجابياً ومنح الفرصة للتعامل مع الآخرين بوعي وإتزان. وقد تميزت الدراسة الحالية في كونها تناولت متغيري الدراسة وهما الصحة النفسية في علاقته مع الذكاء العاطفي لدى عينة من بيئتين عربيتين

مختلفتين (السعودية والاردن) لوصف ومقارنة مدى ونوع العلاقة بين متغيري الدراسة. كما تميزت هذه الدراسة ايضاً في محاولة اعطاء صورة لمستوى كل من الصحة النفسية والذكاء العاطفي لدى عينة الدراسة خصوصاً في ظل تضارب نتائج الدراسات السابقة في تحديد مستويات الصحة النفسية والذكاء العاطفي لدى الافراد بشكل عام ولدى الطلاب بشكل خاص.

إجراءات الدراسة

منهج الدراسة :

أعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي (الارتباطي والمقارن) لمناسبته لأهداف الدراسة وهو المنهج الاكثر إنتشاراً و إستخداماً في الدراسات النفسية والتربوية ، حيث يقوم المنهج الوصفي على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع لوصفها وصفاً دقيقاً ، فيوضح خصائصها وحجمها ودرجة ارتباطها مع المتغيرات الاخرة القائمة عن طريق جمع المعلومات ، وتصنيفها ، وتنظيمها والتعبير عنها كمياً وكيفياً ، مما يسهل فهم العلاقات بين ظاهرة الدراسة والمتغيرات المرتبطة بها.

مجتمع وعينة الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طالبات كليتي التربية في كل من جامعة أم القرى في اللملكة العربية السعودية وجامعة مؤته في اللمملكة الاردنية لمرحلة البكالوريوس إنتظام للعام الدراسي (٢٠١٨– ٢٠١٩) من جميع التخصصات حيث تم توزيع ما يقارب ستمائة استبانة بطريقة عشوائية على طالبات كل كلية على حدة، وبناء على الاستجابات المتحصلة فقد تكونت عينة الدراسة من (220)طالبة من كليات التربية في جامعة ام القرى بالسعودية و (215) طالبة من كلية التربية في جامعة مؤته بالأردن.

أدوات البحث:

لغرض تحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس الصحة النفسية ومقياس الذكاء العاطفي حيث تم إعداد مقياس الصحة النفسية على يد الزبيدي والهزاع (1997) ، بينما الذكاء العاطفي تم إعداده على يد العكايشي (٢٠٠٣). ويتكون مقياس الصحة النفسية من أربعة وعشرون عبارة تقريرية ، حيث تحتوي بدائل الاستجابة عليه ثلاثة بدائل (نعم ، أحياناً ، لا) ودرجة التصحيح كانت للفقرة الإيجابية كالآتي : ٣ ، ٢ ،١ في حين تكون الأوزان معكوسة للفقرات السلبية .أما مقياس الذكاء العاطفي فتم وضع الدرجة المناسبة لكل فقرة بموجب بدائل الاستجابة الخمسة (تنطبق بدرجةكبيرة جداً، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، لا تنطبق) ، وقد كانت درجات التصحيح للفقرات الايجابية على التوالي: ٥ ، ٤ ، ٣ ، ٢ ، ١ في حين تكون درجة الفقرات السلبية معكوسة

ورغم تطبيق المقياسين في بيئات عربية متماثلة إلا انه تم التحقق من الصدق الظاهري (المحكمين) للمقياسين من خلال عرضهما على مجموعة من اعضاء هيئة التدريس الخبراء والمتخصصين (ستة محكمين) في كل من: الصحة النفسية، التوجية والارشاد، علم النفس التربوي ، القياس والتقويم وأيضاً متخصص في اللغة العربية للتدقيق الإملائي واللغوي في عبارات الاستبانه ، وقد بلغت نسبة الاتفاق بين المحكين ٩٠ %. كما تم حساب صدق البناء التكويني لكل من مقياسي الصحة النفسية والذكاء العاطفي حيث تم إيجاد معامل إرتباط بيرسون لكل فقرة من فقرات كل مقياس مع الدرجة الكلية للمقياس وقد تراوحت معدلات معامل الارتباط لمقياس الصحة النفسية بين ٠،٥٠ إلى ٠،٧١ عند مستوى دلالة ٠,٠٥ في حين تراوحت معدلات الارتابط بين ٠،٤٨ إلى ٠،٦٩ وعند مستوى دلالة ٠,٠٥ لمقياس الذكاء العاطفي وعليه فإن ذلك يعزز صدق البناء للمقياسين. وعلى الجانب الاخر فمن أجل الدقة وللتأكد من أن المقياسين يتمتعان بالثبات، تم أعادة تطبيقهما بطريقة إعادة الاختبار على عينة من الطالبات في كل من الاردن والسعودية بلغ عددها ٥٢ طالبة وبفاصل زمني ١٧ يوم بحيث بلغ معامل الارتباط للتطبيقين بحدود (0,86) لمقياس الصحة النفسية، في حين بلغ معامل الارتباط لمقياس الذكاء العاطفي بحدود(0,82). كمت تم حساب معامل الفا كرونباخ لمقياس الصحة النفسية والذكاء العاطفي على العينة الاستطلاعية (٥٢ طالبة) فوجد أنه يساوي ٠،٨٧ لمقياس الصحة النفسة و ٠،٨٥ لمقياس الذكاء العاطفي . أيضا تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية لكلا المقياسيين حيث بلغ على معامل الثبات ٠،٨٣ لمقياس الصحة النفسية و ٠،٨١ لمقياس الذكاء العاطفي.

تحليل نتائج الدراسة ومناقشتها

فيما يلي عرض لنتائج تحليل بيانات ومناقشتها حسب ما جاء في اسئلة الدراسة:

نصَّ سؤال الدراسة الأول على أنه: " ما مستوى الصحة النفسية والذكاء العاطفي لدى الطالبات السعوديات والاردنيات بكلية التربية ؟". وللإجابة عن هذا السؤال، فقد تم إحتساب المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري لإستجابات طالبات كلية التربية في كل من السعودية والاردن على مقياسي الصحة النفسية والذكاء العاطفي ، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (١) نتائج المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري على مقياس الصحة النفسية و الذكاء العاطفي لكل من طالبات كلية التربية في جامعة مؤته وجامعة أم القرى

المتغير		العينة	
		طالبات كليـة التربية بجامعة مؤته	طالبات كليـة التربية بجامعة أم القرى

الصحة النفسية	المتوسط	2.25	2.26
	الانحراف المعياري	0.16	0.18
الذكاء الإنفعالي	المتوسط	3.39	3.38
	الانحراف المعياري	0.38	0.35

يتضح من الجدول السابق بان المتوسط الحسابي لإستجابات طالبات كلية التربية في كل من جامعة مؤته قد بلغ ٢,٢٥ و قد بلغ بجامعة أم القرى ٢,٢٦ وهو مستوى أقل من المتوسط بقليل، في المقابل وجد أن متوسط استجابات طالبات كلية التربية مرتفع في كل من جامعة مؤته ٣,٣٩ وجامعة أم القرى ٣,٣٨ .

ويعزى حصول أفراد العينة على مستوى صحة نفسية حول المتوسط إلى أنه ربما بسبب إدراك الطالبات الجامعيات أن البيئة الجامعية لاتشبع حاجاتهم وتحقق امكانياتهم وخصوصا في ظل قلة توفر الدعم والارشاد النفسي ، كما قد تعزى تلك النتيجة لوجود مناهج جامعية صعبة ومعقدة قد تتحدى قدراتهم مع اختبارات واساليب تقويم قد تفتقد للصدق والموضوعية كما قد يرونها، كل ذلك قد يشكل وسيلة للتهديد والشعور بالقلق والتوتر والضيق مما يحدث نوعاً من عدم التوازن النفسي والتأثير السلبي على الصحة النفسية بشكل عام.

ويرى الباحث أن انخفاض مستوى الصحة النفسية لدى طالبات الجامعة قد يحول دون تقدمهم الدراسي والذي ينعكس على بنائهم النفسي وتوافقهم الذاتي ومع المجتمع، في حين أن ارتفاع مستوى الصحة النفسية لهم قد يساعد على توافقهم وذلك من خلال الرضا والسعادة وغيرها من مظاهر الصحة الإيجابية والتي تساعدهم على تخطي العقبات و الازمات النفسية والاجتماعية .

و بالنظر إلى الدارسات السابقة نجد أن هذه النتيجة اتفقت مع دارسة الحميري وزبيبة (٢٠١٢) والتي وجدت أن الطلاب يتمتعون بمستوى متوسط من الصحة النفسية، كما أن هذه النتيجة تختلف مع عدد من الدراسات مثل دراسة عداي وعبس (٢٠٠٣) و قمر (٢٠١٦) والتي وجدت أن الطلاب يتمتعون بمستوى مرتفع من الصحة النفسية.

أما نتيجة متغير الذكاء العاطفي والتي أشارت إلى إرتفاع الذكاء العاطفي لدى أفراد العينة فقد يعزى ذلك إلى طبيعة البيئة الجامعية حيث يسودها التعاطف والحوار والتواصل الاجتماعي مما يمنح الطالبات القدرة على اكتشاف مشاعر وعواطف الاخرين وفهمها وبناء صداقات جديدة، حيث تعتبر المرحلة الجامعية هي مرحلة انفجار عاطفي لهم وخصوصاً أن طبيعة الجامعة تدعم الجانب العاطفي. كذلك فإن توقعات المجتمع من هذه الفئة قد تدفعهم للتصرف بما يتناسب مع هذه

التوقعات حيث يتوقع المجتمع التعاطف والرحمة والمساعدة للافراد من قبل طالبات الجامعة. وربما يعزي أيضا ذلك الارتفاع إلى طبيعة طالبات الجامعة النمائية، فقد وصلوا إلى درجة من النضج تمكنهم من معرفة وتنظيم انفعالاتهم وكبح تصرفاتهم السلبية.

وهذه النتيجة تتفق مع ماتوصلت إلية معظم الدراسات السابقة مثل دراسة جودة (٢٠٠٧) و دراسة أبوعمشة (٢٠١٢) والتي وجدت أن طلاب الجامعة يتمتعون بذكاء عاطفي مرتفع، كما تختلف نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة القاضي (٢٠١٢) والتي توصلت إلى أن الطلاب المستجدين يمتلكون مستوى منخفض من الذكاء العاطفي.

نصَّ سؤال الدراسة الثاني على أنه : " هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات السعوديات والطالبات الاردنيات بكلية التربية في متغيري الصحة النفسية والذكاء العاطفي؟".

وللإجابة عن هذا السؤال، فقد حسب مستوى دلالة الفروق بين متوسطات إستجابات طالبات كليتي التربية على مقياسي الصحة النفسية والذكاء العاطفي باستخدام اختبار (*t-test*) والجدول الآتي يوضح ذلك.

جدول (٢) نتائج تحليل اختبار (*t*-test) لفحص دلالة الفروق
في الصحة النفسية والذكاء العاطفي بين طالبات التربية في جامعة مؤته وجامعة أم القرى

المتغير	العينة			ت	درجة الحرية	الدلالة
		طالبات كلية التربية بجامعة مؤته	طلبات كلية التربية بجامعة أم القرى			
الصحة النفسية	المتوسط	2.25	2.26	0.17	1.84	0.87
	الانحراف المعياري	0.16	0.18			
الذكاء الإنفعالي	المتوسط	3.39	3.38	0.16	184	0.67
	الانحراف المعياري	0.38	0.35			
(*دالة عند مستوى ٠,٠٥ ≥α)						

يتضح من الجدول السابق بانه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات كليتي التربية في كل من جامعة ام القرى وجامعة مؤته في متغيري الصحة النفسية والذكاء الانفعالي من حيث متوسطات استجابات الطالبات في كلا متغيري الصحة النفسية والذكاء الانفعالي، تبعاً لاختبار *t*-test ،

وعند مستوى دلالة إحصائية أعلى من $\alpha \leq 0.05$. وتشير هذه النتيجة إلى أنه لايوجد تأثير دال إحصائياً لمتغير اختلاف الدولة على الصحة النفسية والذكاء الانفعالي، وأن الطالبات في كلا الدولتين متقاربين في سماتهم النفسية والعقلية حيث يواجهون عادات وتقاليد وتنمية اسرية واجتماعية متقاربة مما يجعل الطالبات في كلا الجامعتين يتعرضن لضغوط متقاربة ويتمتعن بمستوى صحة نفسية متقاربة خصوصاً مع مرورهم بنفس المرحلة العمرية وكونهم من نفس الجنس والمرحلة الدراسية. وبمراجعة الاطار النظري فيما يخص الدراسات السابقة يلاحظ عدم وجود دراسة (على حد علم الباحث) قامت على بحث الفروق في متغيري الصحة النفسية والذكاء العاطفي بين دول وثقافات مختلفة وربما يعزى ذلك إلى التكلفة المادية والوقتية والاجرائية لتطبيق مثل هذه الدراسات.

نصَّ سؤال الدراسة الثالث على أنه ":هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائياً بين متغيري الصحة النفسية والذكاء العاطفي لكل من الطالبات السعوديات والطالبات الاردنيات في كليتي التربية؟"

وللإجابة عن هذا السؤال ، فقد حسبت مستوى دلالة معامل ارتباط بيرسون (Person) لاستجابات طالبات كليتي التربية في السعودية والاردن لتوضيح ما إذا كانت علاقة بين مقياس الصحة النفسية والذكاء العاطفي ونوع وقوة هذه العلاقة والجدول الآتي يوضح ذلك .

جدول (2) نتائج تحليل اختبار بيرسون (*r*) لفحص دلالة الارتباط بين قياس الصحة النفسية والذكاء العاطفي بين طالبات التربية في الاردن والسعودية

العينة	المتغير	معامل الارتباط *f بيرسون*		الدلالة
		الذكاء العاطفي	الذكاء العاطفي	
طالبات كلية التربية بجامعة مؤته	الصحة النفسية	**0.31**		**0.021***
طالبات كلية التربية بجامعة أم القرى	الصحة النفسية		**0.39**	**0.002***
(*دالة عند مستوى ٠,٠٥ ≥α)				

يتضح من الجدول أن معامل الارتباط بيرسون بين كل من مقياسي الصحة والنفسية والذكاء العاطفي قد بلغ (0.39) بالنسبة لطالبات كلية التربية بجامعة أم القرى و بلغ (0.31) بالنسبة لطالبات كلية التربية بجامعة مؤته، وكلا معامل ارتباط هو موجب ومقبول من حيث القوة ودال عند مستوى دلالة أقل $\alpha \leq 0.05$.

وهذا يشير إلى إن الطالبات في أي من الكليتين الحاصلة على درجة مرتفعة في مقياس الذكاء العاطفي تميل للحصول على درجة مرتفعة في مقياس الصحة النفسية كما أن الطالبة الحاصلة على درجة منخفضة في مقياس الصحة النفسية تميل للحصول على درجة منخفضة في مقياس الذكاء العاطفي . وهذا يعني أن الطالبات اللاتي يتمتعن بصحة نفسية مرتفعة يجدون في أنفسهم القدرة

على السيطرة على أنفعالتهم وعواطفهم ويقيّمون أحداث الحياة الضاغطة سواء داخل الجامعة أو خارجها بصورة إيجابية وينظرون لها كعوامل نمو وتحدي أكثر منها عوامل أحباط وقلق ، فالصحة النفسية المرتفعة تساعد الطالبات على انسياب حياتهم النفسية وجعلها خالية من التوترات والصراعات المستمرة وتجعلهم أكثر حيوية ومثابرة وإقبالاً على الحياة وقدرة على الأختيار وإتخاذ القرار ، وتجعلهم بعيدين عن التناقض في سلوكهم وفي تعاملهم مع الغير وتساعدهم على فهم أنفسهن والآخرين .

ومن الضروري أن نوضح أن نتيجة معامل الارتباط المقبولة من حيث القوة و نتيجة السؤال الأول التي أشارت إلى أرتفاع مستوى الذكاء العاطفي لكلا طلاب الجامعتين وحصولهم على مستوى أقل من المتوسط في مستوى الصحة النفسية تدل على التأثير المتبادل والايجابي لكل من الذكاء العاطفي و الصحة النفسي ولكن ما مع وجود عوامل أخرى قد تسهم في إرتفاع وانخافض مستوى الصحة النفسية للطالبات والذي يقودنا لعمل المزيد من الدراسات لمعرفة أسباب ارتفاع وانخفاض مستوى الصحة النفسية. وتبدو نتيجة السؤال الثالث منطقية ومتماشية مع الاطار النظري والدراسات السابقة مثل دراسة الحميري وزبيبة (٢٠١٢) و دراسة عداي وعبيس (٢٠١٢) و دراسة قمر (٢٠١٦) والتي وجدت جميعها علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية.

التوصيات والمقترحات

بناء على نتائج هذه الدراسة، فيما يلي بعض التوصيات ذات العلاقة :

١- اجراء مزيد من الدراسات العربية العبر ثقافية لكل من الذكاء العاطفي وعلاقته بالصحة النفسية لمختلف الفئات العمرية والمهن الانسانية واثر العوامل المختلفة الاجتماعية والاقتصادية والدينية على كل من الصحة النفسية والذكاء العاطفي، مما يكشف اهمية ذلك في تنمية وتطوير الشخصية العربية في ارتباطاتها وعلاقاتها بمختلف شؤون الحياة ، وهذا يعد امرا مهما في السلوك الانساني ، اضافة الى اهمية تلك الدراسات في اعطاء انطباع تام عن الشخصية العربية بمكوناتها المختلفة من الجنسين الذكور والاناث واحداث التوافق الشخصي والاجتماعي المطلوب .

٢- إنشاء مراكز ارشاد نفسي في الجامعات للاهتمام بالصحة النفسية للطلبة حيث دعمت نتيجة الدراسة الحالية الحاجة لذلك كون عينة الدراسة حصلت على مستوى صحة نفسية أقل من المتوسط بقليل.

٣- ضرورة إعداد الأنشطة والبرامج والتدريبات التي تساعد على تنمية الذكاء العاطفي وترفع مستوى الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة.

٤- رعاية القيم الاجتماعية والدينية لدى الطلاب واحياء الطاقة الروحية التي تستمد من الدين والمجتمع والتراث الحضاري بما يخدم صحتهم النفسية وذكائهم العاطفي فيكونون أصحاب إرادة قوية وشخصيات سليمة تدفعهم في الحياة بعيداً عن عوامل الخوف والقلق والتوتر والاضطراب النفسي.

٥- الاهتمام بالإجراءات الوقاية من الاضطرابات النفسية عبر توعية المجتمع باهمية الصحة النفسية وكيفية تنميتها وسبل تعزيزها.

قائمة المراجع العربية والأجنبية

المراجع العربية:

أبوجحجوح ، ي. (٢٠١٥) . مستوى فهم طبيعة علم الفيزياء وعلاقته بالذكاء الإنفعالي لدي معلمي الفيزياء بالمرحلة الثانوية بفلسطين. *مجلة رسالة التربية وعلم النفس* ، (٤٨) ، ٢٢٣-٢٢٥.

أبوعمشه ، إ. (2013) . *الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني وعلاقتهما بالشعور بالسعادة لدى طلبة الجامعة في محافظة غزة* (رسالة ماجستير غير منشور ة). جامعة الازهر، غزة ، فلسطين.

البحيري ، م. (٢٠٠٧). تنمية الذكاء الانفعالي لخفض حدة بعض المشكلات لدى عينة من المضطربين سلوكيا . *مجلة علم النفس ، ١٧* (٣) ، ٢٨٥-٦٤٢.

جروان، ف .(2004) .*الموهبة والتفوق والإبداع*. عمان ، الاردن : دار الفكر.

جودة ، آ. (٢٠٠٧). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الأقصى. *مجلة جامعة النجاح للأبحاث*، ٢١ (٣) ، ٦٩٧- ٧٣٨.

جولمان ،د. (٢٠٠٨). *الذكاء العاطفي*. السعودية : مكتبة جرير.

جولمان ، د. (٢٠٠١) . *الذكاء العاطفي* . الكويت : المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب .

حجازي ، ج. (٢٠١٥). فاعلية برنامج إرشادي إلكتروني عبر شبكات التواصل الإجتماعي في تحسين مستوى الذكاء الانفعالي لدى عينة من طالبات جامعة الأقصى. *مجلة جامعة النجاح للأبحاث*، ٢٩ (٦) ، ١٠٢٧ -١٠٦٩.

الحميري، ع . ، زبيبه ، ع. (٢٠١٢) . الذكاء الوجداني وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة في اليمن. *نمار للدراسات والبحوث الإنسانية* ،(١٣) ،50 -18 .

الخالدي، أ. (٢٠٠٩) . *المرجع في الصحة النفسية*. عمان ، الاردن : دار وائل للنشر والتوزيع.
خليل، ب. (٢٠١٤). *الصحة النفسية وعلاقتها بأساليب التفكير والنسق القيمي لدى عينة من الشباب الجامعي* (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة دمشق ، سوريا.
الداهري، ص. (2010) . *مباديء الصحة النفسية*.عمان ، الاردن: دار وائل للنشر.
الداهري، ص.، والعبيدي، ن. (1999). *الشخصية والصحة النفسية*. عمان ، الاردن : مؤسسة حمادة.
الزبيدي، ك. (٢٠٠٧). *دراسات في الصحة النفسية* . عمان ، الاردن : مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.
زهران ، ح. (٢٠٠٥). *الصحة النفسية والعلاج النفسي*. (ط. ٤) ، القاهرة ، مصر : عالم الكتب.
السعايدة ، خ. ، الخطيب ، م. (٢٠١٧). أساليب الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة. *مجلة جامعة القدسة المفتوحة*، ٦ (١٩)، ٦٤-٧٤.
عبيس ، ع. عداي ، ع. (٢٠١٣). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة جامعة كربلاء. *مجلة الباحث* ٥ (١) ، ٢٤٣-٢٧٤.
عز الدين، ر. (٢٠١٩). اضطراب ضغط ما بعد الصدمة وعلاقته بالصحة النفسية لدى الأطفال في محافظة ريف دمشق. *مجلة الآداب* ، (١٢٨) ، ٣٧٧ -٤٠٨.
العكايشي ، ب .(2003) . *التوافق في البيئة الجامعية وعلاقتها بقلق المستقبل* (رسالة دكتوراه غير منشورة). ، الجامعة المستنصرية، العراق.
العلوان،أ . (2011) . الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية وانماط التعلق لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيري التخصص والنوع الاجتماعي للطالب. *المجلة الاردنية في العلوم التربوية، 7* (٢) ، ١٢٥-١٤٤.
علي، ص .، شريت، أ.(٢٠٠٤). *الصحة النفسية والتوافق النفسي*. الأزاريطية ، مصر: دار المعرفة الجامعية.
القاضي ، ل . ، أحمد ، و. (٢٠١٤). أثر التفاعل بين الرحلات المعرفية والذكاء الإنفعالي في تنمية الدافعية للإبداع والاتجاه نحو كلية الإقتصاد المنزلي. *مجلة كلية التربية* ، ٢ (١٦١) ، ٦٦٥-٧٣٨.
القاضي، ع. (2012) . الذكاء الوجداني وعلاقته بالاندماج الجامعي لدى طلبة كلية التربية بجامعة تعز. *المجلة العربية للتطوير والتفوق* ، ٣ (٤) ، ٢٦-٨٠.

قمر، م. (٢٠١٦) . الصحة النفسية والذكاء الوجداني وعلاقتهما ببعض المتغيرات. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، ٢ (١) ، ١٦١-١٨٣.

القوصي، ع. (١٩٨١). *أسس الصحة النفسية* ، القاهرة ، مصر: دار النهضة.

مشاقبة، م. (٢٠١٤). الذكاء الانفعالي لدى طلبة الحدود الشمالية في السعودية في ضوء متغيرات التخصص والمستوى الدارسي وعلاقته بالقدرة على اتخاذ القرار. *المجلة العربية لتطوير التفوق* ، (٩) ، ٨٣-١٠١.

نمر، س. (٢٠٠٩). *مقياس الصحة النفسية وعلاقته بسمات الشخصية لدى طلبة المرحلة الاعدادية* (رسالة دكتوراه غير مسنشورة). جامعة بغداد ، العراق.

ترجمة المراجع العربية

Abdulsattar , A. H., & Ubias, A. N. (2013). The emotional intelligence relationship to mental health of students of Kerbela University. *Researcher Journal, 5*(1), 243-274.

Abu-Amshah, I. (2013). Social intelligance and emotional psychology and their relationship with happiness feeling of university students at Gaza. Gaza, Palestine: Unpublished Master thesis.

Alakkeshi, B. (2003). University environment compatibility and its relationship with future concern . Mustansiriya University, Iraq: Unpublished Phd thesis.

Al-Buhayri, M. (2007). Emotional entellgence devloping to reduce some intensity problems at sample of behaviorally disturbed. *Jornal of Psychology, 17*(3), 285-642.

Al-Dahri, S. (2010). *The principles of psychological health.* Ammam, Jordan: Darwael for Publishing and /distribution.

Al-Dahri, S., & Al-Obeidi, N. (1999). *The Personality and psychological health.* Amman, Jordan: Hamadh Foundation.

Al-eulwan, A. (2011). Emotional Intelligence and its Relationship with Social Skills and Attachment Styles of University Students in Light of Specialization and Gender. *Jordan Journal of Education Scinces, 7*(2), 125-144.

Al-Hamiril, A. F., & Zbiba, A. I. (2012). The correlation between emotional intelligence and psychological health in students university at Yemen. *Thamar for Humanties Studies and Research*(13), 18-50.

Al-Khalidi, A. (2009). *The reference in psychological health.* Amman, Jordan: Darwael for Publishing and Distribution.

Alqadi, A. (2012). Emotional intelligence and its relationship to university integration of educational students at Taiz University. *Arab Journal for Development and Excellence, 3*(4), 26-80.

Alqadi, L., & Ahmad, W. (2014). The impact of interaction between cognative journeys and emotional intelligence on creativity motivation development and tend toward home economics faculty. *Educational College Journal, 2*(161), 665-738.

Alqawiu, A. (1981). *Foundations of psychological health.* Cairo, Egypt: Dar Alnahah.

Al-Sayeayda, K., & Alkhatib, M. (2017). The relationship between lifestyles and levels of mental health among sample from Jadar students University. *6*(19), 64-74.

Al-zubaydi, K. (2007). *Psychological health studies.* Amman, Jordan: Al-warraq Publishing and Distribution Est.

Ezzeddine, R. (2019). Posttraumatic strees disorder and its relationship to children psychological health at Damascus countryside. *Al-Adab Journal*(128), 377-408.

Gamer, M. (2016). Mental health and emotional intelligence and their relationship with some variables (Study on a sample of students of the Marawi Technical Faculty. *Journal of Psychological and Educational Sciences, 2*(1), 161-183.

Goleman, D. (2001). *Emotional intelligence.* Kuwait: National Council for Culture, Arts and Literature.

Goleman, D. (2008). *Emotional intelligence.* Kingdome of Saudi Arabia: Jarir Bookstore.

Hegazy, G. (2015). The Effectiveness of An Electronic Counseling Program Via Social Communications Networks in Improving Emotional Intelligence Level of A sample of Al-Aqsa University Female Students. *Alnahah University Journal for Research, 29*(6), 1027-1069.

Jarwan, F. (2004). *Talent, Excellence and Giftedness.* Amman, Jordan: Dar Alfikr.

Jawda, A. (2007). The correlations between emotional intelligence, happiness and slfe-confidence at Al-Aqsa University students. *Alnajah University Journal for research, 21*(3), 697-738.

Khalil, B. (2014). Psychological health and its relationship to mothed thinking and value system of univesity yout sample. Damascus University, Syria: Unpublished master thesis.

Mushaqibat, M. (2014). Emotional intelligence of students at the University of the Northern Border in Saudi Arabia , and it's relation to majour academic year, and decision-making. *Arab Journal of Excellence Development*(9), 83-101.

Namur, S. (2009). Psychological health scale and its relation to personality traits of moddle school students. Baghdad University , Iraq: Unpublished Phd thesis .

Shrit, A., & Mohammed, A. (2004). *Psychological health and Compatibility*. Azariteh, Egypt: Dar Almarefah Aljamieiah.

Zahran, H. (2005). *Psychological health and Psychotherapy* (4 ed.). Cairo, Egypt: Alamalkotob .

المراجع الاجنبية

Bar-On, R., & Parker, J. (2000). The handbook of emotional intelligance. San Francisco, USA: Jossey-Pass.

Martin, J., Perles, F., & Canto, J. M. (2010). Life satisfaction and perception of happiness among university students. The Spanish Journal of Psychology, 23(2), 617-628.

Mayer, J., & Salovey, P. (1990). Emotional intelligance. Imagination cognition and personality. 9(3), 185-211.

Mayer, J., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In Salovey, P. & Sluyter, D.(Eds.) Emotional development and emotional intelligence, Educational Implications. New Yourk : Basic Books.

Mayer, J., Salovey, P., & Caruso, A. (n.d.). Models of emotional intelligence. Handbook of Intelligence, Cambridge University Press.