دور الذكاء الانفعالي كمتغير وسيط بين تأثير الضغوط الدراسية على الإليكسيثيميا لدى طلاب المرحلة الثانوية

د/ السعيد عبد الخالق عبد المعطي
أستاذ باحث مساعد
بالمركز القومي للامتحانات والتقويم التربوي

المستخلص:

يهدف البحث إلى التحقق من الدور الوسيط للذكاء الانفعالي بين تأثير الضغوط الدراسية على الإليكسيثيميا لدى (372) ذكر وانثى من طلبة المرحلة الثانوية، والتحقق من اختلاف العلاقة بين الإليكسيثيميا والذكاء الانفعالي عن العلاقة بين الإليكسيثيميا والضغوط الدراسية، وكذلك التحقق من الفروق بين كل من الذكور والإناث، وذوي التخصص العلمي والأدبي في العلاقة بين الضغوط الدراسية والذكاء الانفعالي والإليكسيثيميا، وبعد تطبيق أدوات البحث الثلاثة، كشفت النتائج عن وجود اختلاف دال احصائيا عند مستوى (0,01) في معامل الارتباط بين الإليكسيثيميا والذكاء الانفعالي عن معامل الارتباط بين الإليكسيثيميا والضغوط الدراسية. كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة احصائيا بين الذكور والإناث، وبين ذوي التخصص العلمي والأدبي في العلاقة بين المتغيرات الثلاثة، بالإضافة إلى وجود تأثير موجب غير مباشر دال عند مستوى (0,01) للمكون الكامن للضغوط الدراسية على المكون الكامن للإليكسيثيميا من خلال المكون الكامن للذكاء الإنفعالي.

الكلمات المفتاحية: الذكاء الانفعالي، الضغوط الدراسية، الإليكسيثيميا، طلاب المرحلة الثانوية.

دور الذكاء الانفعالي كمتغير وسيط بين تأثير الضغوط الدراسية على الإليكسيثيميا لدى طلاب المرحلة الثانوية

د/ السعيد عبد الخالق عبد المعطي
أستاذ باحث مساعد
بالمركز القومي للامتحانات والتقويم التربوي

مقدمـــة:

تعد فترة المراهقة بما تتضمنه من تغيرات فسيولوجية وسيكولوجية من أكثر المراحل التي يعاني خلالها المراهقين من صعوبة التعرف على المشاعر (الإليكسيثيميا)، إذ أنهم لا يهتمون بالمشاعر ولا يعرفون دوافعهم الحقيقية، كما أن لديهم صعوبة في الوعي والإدراك، ومن ثم فإنهم يعانون ضعفاً في القدرة على مناقشة مشكلاتهم وما يشعرون به حيال تجاربهم **(Lumley, 2004, 1296)**. وقد اتضح أن الإليكسيثيميا تنتشر بنسة (22,4%) لدى الأفراد العاديين، كما أنها تنتشر بنسبة (18,2%) بين مجتمع المراهقين من طلاب المرحلة الثانوية **(Thomas & Modtjaba, 2010, 205)**، وقد تتأثر الإليكسيثيميا تأثيراً مباشراً بالضغوط الدراسية لدى الطلاب، وربما يكون السبب في ذلك هو الذكاء الانفعالي الذي قد يتخذ دور الوسيط بين تأثير الضغوط الدراسية على الإليكسيثيميا، مما يتطلب توجيه البرامج التدريبية إلى خفض الإليكسيثيميا من خلال الدور الذي قد يؤديه الذكاء الانفعالي كمتغير وسيط.

مشكلة البحث:

تعد الانفعالات من أهم ركائز بناء العلاقات الاجتماعية، إذ يصعب على الفرد أن يتوافق اجتماعيا ونفسياً مع الآخرين دون ضبط انفعالاته. وبالتالي فإن تنظيم الانفعالات الذاتية وضبطها يسهم إلى حد كبير في فهم مشاعر الآخرين والتواصل معهم (عيد، إيهاب محمد، والبحيري، محمد رزق، والألفي، داليا محمد، 2012)، مما يؤدي دوراً هاماً في التكيف والتواصل بين الأفراد. وبالتالي فإن نقص القدرة على التعامل مع الانفعالات يعكس الصعوبات التي توجد لدى الفرد في تنظيم وجدانه مما يؤدي إلى الإصابة ببعض الأمراض النفسية **(Taylor, Bagby & Parker, 1997, 234)**. وقد اقترح باندي وماندال **(Pandy & Mandal, 1996, 500)** أن هذا القصور يطلق عليه بالإليكسيثيميا **Alexithymia** ويتضمن

الصعوبة في تحديد المشاعر ووصفها، والصعوبة في التمييز بين المشاعر والأحاسيس الجسمية، والندرة في النشاط التخيلي، والتفكير الموجه نحو الخارج بدلاً من التركيز على الخبرات الداخلية. وبالتالي فإن الإليكسيثيميا تشير إلى فقدان القدرة على التعبير الانفعالي بكفاءة عن المشاعر الداخلية نتيجة غياب الكلمات الملائمة لوصف مشاعر الفرد (Muller, 2000, 253). بالإضافة إلى الصعوبة في التمييز بين المشاعر والأحاسيس الجسمية للإثارة الانفعالية ، وقلة الخيال، والتوجه المعرفي للخارج (الخولي، هشام عبد الرحمن، 2005: 15). ومن ثم فهي تعد أحد جوانب الشخصية التي تشير إلى الضعف في التعبير عن المشاعر نتيجة ضعف التجهيز الوجداني للمعلومات (Kellko, Kiwamu & Akitoyo, 2010, 231).

وعلى ضوء ما كشفت عنه نتائج بعض الدراسات السابقة فقد اتضح وجود علاقة موجبة بين الإليكسيثيميا والضغوط الدراسية لدى الطلاب. إذ كشفت نتائج البنا، إيمان عبد الله (2003) عن وجود فروق دالة إحصائيا بين المرتفعين والمنخفضين في الإليكسيثيميا في أساليب التعامل مع الضغوط. كما أسفرت نتائج البحيري، محمد رزق (2009)، والألفي، داليا محمد (2012) عن أن الضغوط النفسية تؤدي إلى فشل الفرد في التعبير عن مشاعره وصعوبة إدراك مشاعر الآخرين، ومن ثم وجود علاقة ايجابية بين الإليكسيثيميا والضغوط النفسية. حيث أشارت نتائج شاهين، هيام صابر صادق (2013) إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في الرضا عن الحياة بين مرتفعي ومنخفضي الإليكسثيميا ، لصالح المنخفضين في الإليكسيثيميا. ومن ثم فقد كشفت نتائج خميس، إيمان أحمد (2014) أن الضغوط الدراسية تؤدي إلى فقدان الطلاب تعاطفهم الوجداني مع الآخرين، وعدم القدرة على إدراك مشاعرهم. وبالتالي فإنها تدفع الطلاب إلى تجنب المواقف الضاغطة. وبالتالي فإن الضغوط النفسية تعد أحد المتغيرات المنبئة بالإليكسيثيميا لدى الطلاب (عبدالعزيز، نادية محمود غنيم، 2014). وعلى الرغم من ذلك فقد كشفت نتائج شهراو وبيش ولاكاساجن (Chahraou, Besche & Lacassagne, 2001) إلى وجود علاقة سالبة بين الضغوط النفسية والإليكسيثيميا. ولعل تناقض هذه النتائج يرجع إلى الذكاء الانفعالي الذي يعد أحد المتغيرات الوسيطة الهامة والذي من شأنه أن يجعل الضغوط النفسية تؤثر على الإليكسيثيميا لدى الطلاب، إذ أشارت نتائج باركر وتومي (Parker & Tommy, 2001) إلى وجود علاقة سالبة بين الذكاء الانفعالي والإليكسيثيميا لدى ذوي الشكاوى الجسمية. وما أشارت إليه نتيجة بنيامين

وستيوارت (Benjamin & Stuart, 2002) في وجود علاقة سالبة ذات دلالة بين أبعاد الذكاء الانفعالي (لبار أون) والإليكسيثيميا. كما أشارت نتائج بالمر (Palmer, 2002) إلى أن الآثار السلبية للإليكسيثيميا تخفض من معدل الرضا عن الحياة كمؤشر للذكاء الانفعالي. ومن ثم فقد أشارت نتائج دوجلاس ودوايت وفيريس وجيرالد (Douglas, Dwight, Ferris & Gerald, 2004) إلى وجود علاقة سالبة ذات دلالة بين الذكاء الانفعالي والإليكسيثيميا. وبذلك فقد يكون علاج الإليكسيثيميا من خلال تنمية الذكاء الانفعالي كمتغير وسيط، والذي بدوره يسهم في تنظيم العواطف.

ومن جهة أخرى فقد أشارت نتائج دراسة عبد العزيز، نادية محمود غنيم (2014) إلى وجود فروق لصالح الإناث في الدرجة الكلية لكل من الإليكسيثيميا والضغوط النفسية. ويؤيد ذلك ما أشارت إليه نتيجة ماسون وتايسون وجونيز وبوتس (Mason, Tyson, Jones & Potts, 2005)، ولارسن وفان (Larsen & Van, 2006) في وجود فروق بين الذكور والإناث في الإليكسيثيميا لصالح الإناث. وعلى الرغم من ذلك فقد أشارت نتائج هونكلامبي وهينتيكا (Honkalampi & Hintikka, 2000)، وكاربنتر وآدس (Carpenter & Addis, 2000)، والبنا، إيمان عبد الله (2003)، و العبيدي، عفراء إبراهيم (2019) إلى ارتفاع الاليكسيثيميا لدى الذكور عن الإناث، وبالتالي فقد أشارت نتيجة ماتيلا وسالمنين ونيومي وجوكاما (Mattila, Salminen, Nummi & Joukamaa, 2006) إلى وجود فروق بين الجنسين لدى شرائح مختلفة في المجتمع لصالح الذكور. بالإضافة إلى ذلك فقد كشفت نتائج بعض الدراسات أن الذكور يعانون من مستوى أعلى من الإليكسيثيميا مقارنة بالذكاء (Elzinga, Bermond, & Dyck, 2002; Larsenab, Strienab, Eisingac, & Rutger, 2005). ويؤيد ذلك ما أشارت إليه شاهين، هيام صابر صادق (2013) في وجود فروق بين الجنسين في الإليكسيثيميا لصالح الذكور. وعلى الرغم من ذلك فقد أسفرت نتائج دراسات كل من (Tahir, Ghayas & Tahir, 2012); (Karukivi, 2011); (Joukamaa, Taanila, Miettunen, Karvonen, Koskinen, & Veijola, 2007)) عن عدم وجود فروق ذات دلالة بين الجنسين في الإليكسيثيميا. ويؤيد ذلك ما كشفت عنه نتيجة داود، نسيمة علي (2016) ومظلوم، مصطفى علي رمضان (2017) عن عدم وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في كل من أبعاد الإليكسيثيميا. ومن ثم فقد يرجع تعارض نتائج الدراسات السابقة

في الفروق بين الذكور والإناث إلى علاقة الإليكسيثيميا بكل من الذكاء الانفعالي والضغوط الدراسية لدى الطلاب ذوي التخصصات العلمية والأدبية.

وعلى ضوء ما كشفت عنه تعارض نتائج الدراسات السابقة فإنه يمكن صياغة مشكلة البحث في الأسئلة التالية:

(1) هل تختلف العلاقة بين الذكاء الانفعالي والإليكسيثيميا عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي والضغوط الدراسية لدى طلبة المرحلة الثانوية؟.

(2) هل تختلف العلاقة بين الضغوط الدراسية والاليكسيثيميا والذكاء الانفعالي باختلاف الفروق بين طلبة المرحلة الثانوية ذوي التخصص العلمي والتخصص الأدبي؟.

(3) هل تختلف العلاقة بين الضغوط الدراسية والاليكسيثيما والذكاء الانفعالي باختلاف الفروق بين النوعين (ذكور/ إناث) من طلبة المرحلة الثانوية؟.

(4) هل يختلف التأثير المباشر/ غير المباشر لمكونات الضغوط الدراسية على مكونات الإليكسيثيميا في ضوء مكونات الذكاء الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية؟.

أهداف البحث:

(1) التحقق من المكونات العاملية لكل من الضغوط الدراسية، والاليكسيثيميا، والذكاء الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية.

(2) التحقق من اختلاف العلاقة بين الإليكسيثيميا والذكاء الانفعالي عن العلاقة بين الإليكسثيميا والضغوط الدراسية لدى طلبة المرحلة الثانوية.

(3) الكشف عن الفروق بين طلاب المرحلة الثانوية ذوي التخصص العلمي والتخصص الأدبي في العلاقة بين الضغوط الدراسية والاليكسيثيميا والذكاء الانفعالي.

(4) التحقق من الفروق بين النوعين (ذكور/ إناث) في العلاقة بين الضغوط الدراسية والاليكسيثيميا والذكاء الانفعالي.

(5) التحقق من التأثيرات المباشرة / الغير مباشرة لمكونات الضغوط الدراسية على مكونات الإليكسيثيميا في ضوء مكونات الذكاء الانفعالي كمتغيرات وسيطة.

أهمية البحث:

على ضوء مشكلة البحث تتضح أهميته النظرية والتطبيقية فيما يلي:

الأهمية النظرية:

(1) يكتسب البحث أهميته من خلال بناء استبيانات موضوعية لمتغيرات البحث.

(2)تعد نمذجة المعادلة البنائية من الموضوعات ذات الأهمية، والتي لم تنل اهتمام كاف من الباحثين قي علم النفس، إذ أنها توضح العلاقات الخطية المباشرة وغير المباشرة بين المتغيرات، ويمكن استخدامها في تحليل وتفسير مسار العلاقة بين متغيرات البحث في نموذج سببي، وبالتالي يمكن وصف وتفسير علاقة السبب والنتيجة المفترضة بين متغيرات البحث وصفاً كمياً. بالإضافة إلى مطابقة النموذج النظري الذي يفترضه الباحث مع بيانات عينة البحث بالاعتماد على بعض المؤشرات التي توضح مدى تطابق هذا النموذج مع هذه البيانات.

الأهمية التطبيقية:

(1) إعداد ثلاث أدوات لقياس كل من الضغوط الدراسية والذكاء الانفعالي والإليكسيثيميا، كأدوات تتصف بدرجة مقبولة من الصدق والثبات في البيئة العربية.

(2) تؤدي الضغوط الدراسية إلى فقدان الطلاب تعاطفهم الوجداني مع الآخرين، وعدم القدرة على إدراك مشاعرهم. وبالتالي فإن التحقق من أي أبعاد الضغوط الدراسية الذي يؤثر على الإليكسيثيميا، يكون له من الأهمية لدى مصممي البرامج التدريبية الذين يحاولون خفض الإليكسيثيميا لدى الطلاب.

(3) محاولة فهم الدور الذي تؤديه مكونات الذكاء الانفعالي كوسائط في التأثير المباشر وغير المباشر للضغوط الدراسية على مكونات الإليكسيثيميا، وهذا يتطلب التحقق من نموذج سببي يوضح الدلالة الإحصائية لهذه التأثيرات على الإليكسيثيميا. وبالتالي يمكن مساعدة الباحثين على ابتكار برامج تدريبية لخفض الإليكسيثيميا لدى طلاب المرحلة الثانوية من خلال الدور الذي يؤديه الذكاء الانفعالي كمتغير وسيط.

مصطلحات البحث:

(1) **الإليكسيثيميا: Alexithymia**

يشير هذا المفهوم إلى صعوبة إدراك الانفعالات مع عدم معرفة أو تحديد أسباب الغضب والانفعالات، بالإضافة إلى صعوبة التواصل مع الآخرين مع صعوبة استخدام الألفاظ المعبرة عن تلك الإنفعالات، مما يؤدي إلى صعوبة التعبير عن المشاعر أووصفها أوالتمييز بينها وبين الانفعالات، وبالتالي عجز الفرد عن فهم العواطف الذاتية، بالإضافة إلى الاستغراق في الخيال وشرود الذهن والتفكير في المواقف التي لا توجد في المجال الإدراكي للفرد.

(2) **الضغوط الدراسية: academic Stress**

يشير هذا المفهوم إلى العوامل التي من شأنها تؤدي إلى الشعور بالضيق عند الاستذكار، وتداخل المعلومات، مع صعوبة فهم المقررات الدراسية، بالإضافة إلى الشعور بالضيق والحرج أثناء تعامل الطلاب مع أساتذتهم، تلك الضغوط التي يواجهها الطلاب من خلال قسوة التعامل في الأسرة وعدم تعاونهم، وعدم احترام الزملاء لهم، بالإضافة إلى عدم التوافق بين الدراسة والعلاقات الاجتماعية.

(3) **الذكاء الانفعالي: Emotional Intelligence**

يشير هذا المفهوم إلى التعاطف مع مشاكل الآخرين، وتفهم مشاعرهم والاهتمام بها، وإدارة العلاقات الاجتماعية وسرعة تكوين صداقات قوية مع الآخرين، بالإضافة إلى الضبط الانفعالي والتفاؤل عند مواجهة المشكلات، وإدارة الذات والتكيف الذاتي وتحقيق النجاح تحت تأثير الضغوط.

إطار نظري ودراسات سابقة:

أولاً: الإليكسيثيميا:

يشير مفهوم الإليكسيثيميا إلى وجود صعوبات لدى الفرد في تنظيم وجدانه وكذلك تعكس أوجه القصور في القدرة على التعامل مع الانفعالات من الناحية المعرفية، وبالتالي فهي تعد أحد العوامل المهيأة للإصابة بالأمراض النفسية والجسمية. **(Taylor, Bagby & Parker, 1997, 234)**، ويرى مولر **(Muller, 2000, 253)** بأنها فقدان القدرة على التعبير الانفعالي

عن المشاعر الداخلية نتيجة غياب الكلمات الملائمة لوصف مشاعر الفرد. ومن ثم فهي مفهوم يشير إلى صعوبة التعرف على المشاعر ووصفها والتمييز بينها وبين الأحاسيس الجسمية الناتجة عن الاستثارة الانفعالية، وندرة التخيل، والتوجه المعرفي الخارجي (الخولي، هشام عبدالرحمن، 2005). وعلى ضوء ذلك فإن هذا المفهوم يتضمن خصائص أساسية هي صعوبة التعرف على المشاعر الذاتية والتمييز بينها، وصعوبة التعبير عن مشاعر وأحاسيس الآخرين (الشويقي، أبو زيد سعد، 2008، 25). ومن ثم فهي تعد سمة معرفية وجدانية تتضح في وجود قصور في التعامل مع المشاعر والانفعالات ، كما تظهر في صورة صعوبة التعرف على المشاعر الذاتية والتمييز بينها، مع عدم وجود اضطرابات جسمية في الجهاز الصوتي، أو ضعف في حاسة السمع أوالكلام، بالإضافة إلى نقص في القدرة على التخيل المرتبط بالمشاعر، مما يؤدي إلى ضعف في مهارة التعامل مع الآخرين، ويكون الفرد مهيئاً للإصابة بالاضطرابات والأمراض النفسية والجسمية. (البحيري، محمد رزق، 2009، 822). وعلى ضوء ذلك فإن الإليكسيثيميا تعد أحد أبعاد الشخصية التي تشير إلى ضعف التعبير أو التمييز بين المشاعر نتيجة ضعف التجهيز الوجداني للمعرفة **(Kelko; Kiwamu & Akitoyo, 2010, 232)**. علاوة على ذلك فإن أي تلف في النصف الكروي الأيمن من المخ يؤدي إلى ظهور الإليكسيثيميا (الرفاعي، مسعد نجاح، 2011: 82). مما يؤدي إلى صعوبة التواصل الوجداني نتيجة غياب الكلمات المناسبة لوصف المشاعر. (عبد العزيز، نادية محمود غنيم، 2014).

وعلى ضوء ذلك فقد قام "أحمد، أحمد رفعت عبد الواحد" (2013) بالتحقق من المكونات العاملية لاستبيان الإليكسيثيميا لدى (118) فرداً بمتوسط عمر (37,8) عاماً، وكشفت النتائج عن وجود ثلاثة عوامل رئيسة هي ضعف المعرفة الانفعالية، والتفكير في نسق مغلق، والعجز عن التعبير الانفعالي. كما قام "محمد، محمد شعبان أحمد، والشيخ، محمد عبد العال أحمد، وهليل، محمد محمود حسانين" (2014) بالتحقق من البنية العاملية للإليكسيثيميا لدى (267) طالباً وطالبة من المتأخرين دراسياً بالفرقة الأولى والثانية بالمرحلة الجامعية، وخلصت نتائج التحليل العاملي إلى تشبع البنية العاملية للإليكسيثيميا بأربعة عوامل علاوة على تمتع النموذج المفترض بمؤشرات ملائمة جيدة في ضوء عينة البحث.

ومن جهة أخرى فقد أشارت نتائج "مظلوم، مصطفى علي رمضان" (2017) أنه بعد تطبيق مقياس الإليكسيثيميا على (381) من طلبة كلية التربية ببنها، منهم (152) طالباً، و(229) طالبة متوسط أعمارهم (21,13)، كشفت النتائج عن عدم وجود فروق دالة بين الذكور والإناث على كل من أبعاد الإليكسيثيميا. ويؤيد ذلك ما كشفت عنه نتيجة دراسة داود، نسيمة علي (2016) من عدم وجود فروق ذات دلالة بين الجنسين في الإليكسيثيميا، على الرغم مما كشفت عنه نتائج هونكلامبي وهينتيكا **(Honkalampi & Hintikka, 2000)**، وكاربنتر وآدس **(Carpenter & Addis, 2000)**، والعبيدي، عفراء إبراهيم (2019) إلى ارتفاع الإليكسيثيميا لدى الذكور عن الإناث، وما كشفت عنه نتيجة لارسن وفان **(Larsen & Van, 2006)** في إرتفاعها لدى الإناث عنه لدى الذكور.

وعلى ضوء ذلك يتضح أن مفهوم الإليكسيثيميا يشير إلى صعوبة إدراك الانفعالات مع عدم تحديد أسبابها، بالإضافة إلى صعوبة التواصل مع الآخرين مع صعوبة استخدام الألفاظ المعبرة عن تلك الإنفعالات، مما يؤدي إلى صعوبة التعبير عن المشاعر ووصفها والتمييز بينها وبين الانفعالات، وبالتالي عجز الفرد عن فهم العواطف الذاتية، بالإضافة إلى الاستغراق في الخيال وشرود الذهن والتفكير في المواقف التي لا توجد في المجال الإدراكي للفرد.

وعلى ضوء هذه النتائج فقد اتضح أن الإليكسيثيميا تتأثر بالضغوط الدراسية (خميس، إيمان أحمد، 2014)، والذكاء الانفعالي لدى المراهقين **(Parker & Tommy, 2001)**.

ثانياً: الضغوط الدراسية:

لقيت دراسة الضغوط الدراسية اهتماماً كبيراً في السنوات الأخيرة، لما لهذه الضغوط من تأثيرات ضارة على الصحة النفسية والجسمية للطلاب. حيث اتضح أنه إذ لم يتم التحكم في هذه الضغوط التي تواجههم، فإن ذلك سيؤثر بالطبع على أدائهم **(Arikewuyo, 2004, 195)**، إذ يرى "هانسين" **(Hansen, 1986)** أن العلامات السلوكية للضغط النفسي تشمل الشعور بالضعف والإعياء، والمعاناة من الشعور بالقهر من الزملاء. أما العلامات الفسيولوجية فتشمل ضغط الدم المرتفع وتوتر الأعصاب **(Adegoroye, 1995)**. ومن ثم فإن الضغط النفسي يعد استجابة للأحداث النفسية التي يدركها المتعلم بأنها تسبب حزناً انفعالياً. كما أنه يعد العامل الأساسي لأعراض الإنهاك النفسي لدى الطلاب **(Blase, 1986, 14)**.

وللضغوط النفسية مجموعة من المصادر الداخلية والخارجية الضاغطة التي يتعرض لها الفرد في حياته، وينتج عنها ضعف قدرته علي إحداث الاستجابة المناسبة للموقف، وما يصاحب ذلك من اضطرابات انفعالية وفسيولوجية تؤثر علي جوانب الشخصية الأخرى (شقير، زينب محمود، 1997)، وبالتالي فإن الضغوط النفسية تشير إلى مجموعة من العوامل الخارجية أو الداخلية الضاغطة التي يتعرض لها الفرد، والتي من شأنها ترفع من درجة التوتر النفسي لديه، كما تعمل علي خفض مستوي الطاقة النفسية الفعالة، مما يدفعه إلي حالة من عدم التكيف مع البيئة نتيجة لشعوره بالإجهاد النفسي مع استمرار تلك الضغوط (كامل، محمد على، 2001). وعندما تزداد هذه الضغوط على الطلاب فإنهم يلجئون لاشعورياً للحيل الدفاعية للتخفيف من وطأة شعور"الأنا" بالقلق من هذه الضغوط، فتكون بمثابة خداع للذات لما تتضمنه من تشويه للحقيقة، فضلاً عن كونها وسيلة هروب من المواجهة الفعَّالة للواقع، ولأنها تعمل علي مستوي اللاشعور فيصعب التحكم فيها، كما أنها تزداد بزيادة حدة الموقف الضاغط (العيسوي، عبد الرحمن محمد، 2001). وعلى ذلك فتشير الضغوط الدراسية إلى مجموعة الأحداث الضاغطة التي يتعرض لها الطلاب، والتي تشكل تهديداً لقدراتهم، وتؤدي إلي استجابة انفعالية حادة ومستمرة، وتصبح مظاهر سلبية تنعكس علي أدائهم (متولي، عباس إبراهيم، 2000)، وبالتالي فقد تكون هذه الاستجابة هي تلك الأعراض التي يتوسطها تقييم التهديد لتقدير الذات، مما قد يؤدي إلى أن يكون تقدير هذا التهديد هو الميكانيزم الأساسي لتوسط خبرة الضغط النفسي. ومن ثم فهذه الضغوط تعكس تصور الظروف التي تؤدي دوراً رئيسياً في إبراز الخبرات الانفعالية لدى الطلاب **(Dick & Wagner, 2001, 243)**.

وعلى ضوء ذلك فيبدو أن الضغوط النفسية تؤدي دوراً هاماً في الأداء الأكاديمي للطلاب، وإذا لم يتم ضبطها فيكون لها نتائج سلبية على الصحة النفسية لديهم، كما قد تؤدي إلى ظهور مستويات عالية من الاكتئاب **(Arikewuyo, 2004, 195)**. ومن ثم فإنها قد تؤدي إلى الشعور بالضيق عند الاستذكار، وتداخل المعلومات مع صعوبة فهم المقررات الدراسية، بالإضافة إلى الشعور بالضيق والحرج أثناء تعامل الطلاب مع أساتذتهم، تلك الضغوط التي يواجهها الطلاب من خلال قسوة التعامل في الأسرة، وعدم احترام الزملاء لهم، بالإضافة إلى عدم التوافق بين الدراسة والعلاقات الاجتماعية. ويؤيد ذلك ما كشفت عنه

نتائج الدراسات السابقة بأن هذه الضغوط تكون مرتبطة بالإلكسيثيميا، إذ استهدف "شاهراوي" وزملائه **(Chahraou, Besche & Lacassagne, 2001)** الكشف عن العلاقة بين الإليكسيثيميا والضغوط النفسية لدى (81) من الذكور والإناث الفرنسيين، امتدت أعمارهم بين (6– 40) عاماً، كانوا يعانون من الضغوط النفسية نتيجة تعرضهم للإساءة الجسمية، وكشفت نتائجهم عن إنخفاض الإليكسيثيميا حيث ارتبطت سلبياً بالضغوط النفسية. بالإضافة إلى ما قام به "البنا، إيمان عبدالله" (2003) في التحقق من الفروق بين الجنسين في صعوبة تعرف المشاعر (الإليكسيثيميا) وأساليب التعامل مع الضغوط لدى (157) طالباً، و(133) طالبة بالجامعة، وأشارت نتائجها إلى وجود فروق بين الذكور والإناث ذات دلالة في صعوبة التعرف على المشاعر لصالح الذكور، كما كشفت النتائج عن وجود فروق بين مرتفعي ومنخفضي الإليكسيثيميا في أساليب مواجهة الضغوط لصالح منخفضي الإليكسيثيميا. ومن جهة أخرى فقد استهدف "البحيري، محمد رزق" (2009) التحقق من إسهام الثقة بالنفس والضغوط النفسية وضبط الذات في التنبؤ بالإليكسيثيميا لدى (70) طفل من ذوي صعوبات تعلم القراءة الموهوبين والعاديين، وأسفرت نتائجه عن وجود ارتباط موجب بين الإليكسيثيميا والضغوط النفسية، وسالب بين الإليكسيثيميا وكل من ضبط الذات والثقة بالنفس، مما يؤدي إلى إسهام هذه المتغيرات في التنبؤ بالإليكسيثيميا. وبالتالي فقد استهدفت دراسة عبد العزيز، نادية محمود غنيم (2014) التحقق من علاقة صعوبة تعرف المشاعر (الإليكسيثيميا) بصورة الجسم والضغوط النفسية لدى (168) طالباً، و(176) طالبة من طلاب المرحلة الثانوية، وبعد تطبيق الأدوات كشفت النتائج عن وجود فروق بين الذكور والإناث في الإليكسيثيميا والضغوط النفسية وصورة الجسم لصالح الإناث.

ثالثاً: الذكاء الانفعالي:

يعد الذكاء الانفعالي من المفاهيم الحديثة نسبياً في علم النفس، إلا أن جذوره تمتد إلى مفهوم الذكاء الاجتماعي الذي صاغه ثورانديك (1920)، ونظرية الذكاءات المتعددة لجاردنر **(Gardner, 1983)**، ثم ظهر اتجاهين لتفسير مفهوم الذكاء الانفعالي، إذ يشير الاتجاه الأول إلى أنه يعد قدرة أو مجموعة قدرات يمتلكها الفرد وتعمل على تحريك انفعالاته، ومن ثم فإنه يؤدي دوراً هاماً في التنظيم المعرفي للفرد، ويتزعم هذا الاتجاه مايير وسالوفي **(Mayer & Salovey, 1997)** أما الاتجاه الثاني فيشير إلى أن الذكاء الانفعالي يعد

مزيج من القدرات العقلية وسمات الشخصية مثل المثابرة والحماس والتفاؤل والسعادة، ويتزعم هذا الاتجاه "بار–أون" **(Bar- On, 1997)**، وجولمان **(Golman, 1995)**.

وعلى ضوء ذلك فإن الذكاء الانفعالي يشير إلى قدرة الفرد على مراقبة مشاعره وانفعالاته ومشاعر وانفعالات الآخرين، والتمييز بينها، واستخدام هذه المعلومات لتوجيه التفكير والسلوك **(Mayer & Salovey, 1997: 10)**، ومن ثم فهو القدرة على إدراك الانفعالات بدقة وتقييمها والتعبير عنها، والوصول بسهولة إلى المشاعر وتوليدها، مما يساعد على التنظيم المعرفي للانفعالات. كما أنه يشير إلى مجموعة من القدرات العقلية المرتبطة بتجهيز ومعالجة المعلومات الانفعالية، والتي من شأنها تيسر عملية التفكير والفهم وتنظيم وإدارة الانفعالات **(Mayer, Salovey & Carso, 2000, 268)**. كما يشير إليه بار– أون **(Bar-On, 2001)** بأنه تنظيم من المهارات والكفاءات الشخصية والوجدانية والاجتماعية التي تؤثر على قدرة الفرد في التعامل بنجاح مع المتطلبات البيئية. وبالتالي فيشير الذكاء الانفعالي إلى القدرة على إدراك العواطف واستيعابها وتنظيمها في الذات والآخرين (محمد، مجدي فرغلي، 2007، 489).

وعلى ضوء ذلك فإن الباحث الحالي يميل إلى تبني الاتجاه الذي يفسر الذكاء الانفعالي بأنه مزيج من القدرات العقلية وسمات الشخصية مثل تفهم مشاعر الآخرين، والتعاطف مع مشاكلهم، وإدارة العلاقات الاجتماعية وسرعة تكوين صداقات قوية مع الآخرين، بالإضافة إلى الضبط الانفعالي والتفاؤل عند مواجهة المشكلات، وإدارة الذات والتكيف الذاتي وتحقيق النجاح تحت تأثير الضغوط. إذ يعد إدارة الضغوط والتكيف معها عنصران أساسيان من عناصر الذكاء الانفعالي **(Matthews & Zeidener, 2000, 460)**، ومن ثم فإن الذكاء الانفعالي يعد عاملاً أساسياً في مواجهة الضغوط (عبد الله، جابر محمد، 2006، 553).

ومن جهة أخرى فيذكر"مايو وهمفري وكيان" **(Miao, Humphrey & Qian, 2016, 178)** أن "ماير وسالوفي" يشيران إلى أن الذكاء الانفعالي يتكون من أربعة مكونات هي القدرة على إدراك الانفعالات واستخدامها وفهمها وتنظيمها. كما يشير كل من "لو وونج وسونج" **(Law, Wong & Song, 2017, 484)** أن الذكاء الانفعالي يتكون من أربعة مكونات هي تقدير الانفعالات والتعبير عنها، واستخدام الانفعالات لدعم العمليات المعرفية ومعرفة الانفعالات وإدارتها. بالإضافة إلى ذلك فقد قام كل من "بن عتوة، عدة؛ وإبراهيم، ماجي؛ وعبدالرحمن،

عادل بلعربي" (2017) بالتحقق من البنية العاملية لمقياس شط للذكاء الانفعالي لدى (250) من طلاب جامعة شلف، وأسفرت النتائج عن وجود سبعة عوامل فسرت (54 %) من التباين الكلي، وهي إدراك الانفعالات وتعديل الانفعالات وفهم الانفعالات وتسيير الانفعالات وتقييم الانفعالات وإدارة الانفعالات وتناقض الانفعالات. كما قام الزهراني، عبدالرحمن بن درباش موسى (2018) بالتحقق من البنية العاملية للذكاء الانفعالي باستخدام مقياس أعده للتطبيق على (400) طالب بجامعة الملك عبد العزيز، وكشفت نتائج التحليل العاملي التوكيدي عن وجود ثلاثة عوامل للذكاء الانفعالي هي إدارة الذات وتنظيم الذات والتعاطف.

وعلى ضوء ذلك فإن الذكاء الانفعالي يشير إلى التعاطف مع مشاكل الآخرين، وتفهم مشاعرهم، وإدارة العلاقات الاجتماعية، وسرعة تكوين صداقات قوية مع الآخرين، بالإضافة إلى الضبط الانفعالي عند مواجهة المشكلات، وإدارة الذات وتكيف الذات وتحقيق النجاح تحت تأثير الضغوط. وعلى ذلك فقد قام "باركر وتومي" **(Parker & Tommy, 2001)** بالتحقق من العلاقة بين الذكاء الانفعالي والإليكسيثيميا لدى (734) راشداً من مرضى الشكاوى الجسمية، وبعد تطبيق مقياس "تورنتو" للإليكسيثيميا، واستبيان "بار–أون" للذكاء الإنفعالي، أشارت النتائج إلى وجود علاقة سالبة بين الذكاء الانفعالي والإليكسيثيميا لدى العينة. كما استهدف بنيامين وستيوارت **(Benjamin & Stuart, 2002)** الكشف عن العلاقة بين الذكاء الإنفعالي والاليكسيثيميا والرضا عن الحياة، وبعد تطبيق أدوات البحث أشارت النتائج إلى وجود علاقة سالبة ذات دلالة بين أبعاد الذكاء الانفعالي (لبار أون) والإليكسيثيميا. كما قام بالمر **(Palmer, 2002)** بالتحقق من العلاقة بين الإليكسيثيميا والذكاء الإنفعالي والرضا عن الحياة، وبعد تطبيق أدوات البحث كشفت النتائج أن الآثار السلبية للإليكسيثيميا تخفض من معدل الرضا عن الحياة كمؤشر للذكاء الإنفعالي. ويؤيد ذلك ما أشار إليه دوجلاس وديوايت وفيريز وجيرالد **(Douglas, Dwight, Ferris & Gerald 2004)** في وجود علاقة سالبة ذو دلالة بين الذكاء الانفعالي والإليكسيثيميا. وبالتالي فقد قام مظلوم، مصطفى علي رمضان (2017) بالتعرف على طبيعة العلاقة بين تنظيم الانفعال والإليكسيثيميا لدى (381) طالبا وطالبة بالفرقتين الثالثة والرابعة بكلية التربية ببنها، منهم (152) طالباً، و(229) طالبة، وبعد

تطبيق أدوات البحث كشفت النتائج عن وجود علاقة سالبة دالة إحصائيا بين كل من أبعاد الإليكسيثيميا وإعادة التقييم المعرفي، بينما كانت موجبة بينها وبين قمع التعبير الانفعالي.

بالإضافة إلى ذلك فقد قام سياروشي دين وأندرسون (**Ciarrochi, Deane & Anderson, 2002**) بالتحقق من الدور الوسيط للذكاء الانفعالي بين تأثير الضغوط النفسية على الصحة النفسية لدى (302) طالباً بجامعة استراليا بمتوسط عمر (20) عاماً، وأشارت النتائج إلى وجود تأثير موجب غير مباشر ذو دلالة للضغوط الانفعالية على بعض مؤشرات الصحة النفسية من خلال الذكاء الإنفعالي. وعلى ذلك فقد قام هنت وإيفانز **(Hunt & Evans, 2004)** بالتنبؤ بالضغوط الصادمة من الذكاء الانفعالي لدى (414) فرداً بمتوسط عمر (36) عاماً، وبعد تطبيق أدوات البحث، أشارت النتائج إلى أن الذكاء الانفعالي يعد منبئاً قوياً باستجابة الأفراد لخبرات الضغوط الصادمة، مما يعني أن الذين لديهم ذكاءً انفعالياً مرتفعاً يسجلون زملات نفسية منخفضة للضغوط الصادمة. ومن جهة أخرى فقد قام بوليك (**Oginska- Bulik, 2005**) بالتحقق من علاقة الذكاء الانفعالي بالضغوط المدركة، وذلك لدى (330) فرداً من فئات عمرية مختلفة من الجنسين، وبعد تطبيق أدوات البحث، أشارت النتائج إلى أنه يمكن التنبؤ بالضغوط المدركة وأساليب التعامل معها من خلال الذكاء الانفعالي. وعلى ذلك فقد قام ميكولازيك ولومينيت وميئيل **(Mikolajzek, Luminet & Menil, 2006)** بالتحقق من علاقة الذكاء الانفعالي كمتغير وسيط بين تأثير الضغوط النفسية على بعض مؤشرات الصحة النفسية والجسمية لدى (75) طالباً وطالبة عبر مؤشرات التفاؤل والإليكسيثيميا، وبعد تطبيق أدوات البحث، أشارت النتائج أن الذكاء الانفعالي يؤدي دور الوسيط بين تأثير الضغوط النفسية على مؤشرات الصحة النفسية والجسمية. ومن ثم فقد قام هؤلاء الباحثين (2007) بالتحقق من التأثير الوقائي للذكاء الانفعالي في علاقته بالضغوط المهنية على الجوانب الجسمية والمشاعر الداخلية لدى (124) ممرض وممرضة بمتوسط عمر (39) عاماً، وبعد تطبيق أدوات البحث، أشارت النتائج إلى أن الذكاء الانفعالي يرتبط بانخفاض مستوى الاحتراق النفسي والمشاعر الداخلية السالبة والشكاوي الجسمية، مما يعد الذكاء الانفعالي متغيراً وسيطاً لتفسير استراتيجيات التعبير الانفعالي. وعلى ذلك فقد قام "ناصر، أيمن غريب قطب" (2011) بالتحقق من الذكاء الوجداني كمنبئ بمهارات إدارة الضغوط لدى (202) من طلاب جامعة الأزهر، وبعد تطبيق مقياس "بار– أون" للذكاء الوجداني، وكذلك مقياس

الضغوط الأكاديمية، أسفرت النتائج عن وجود علاقة ذات دلالة بين مكونات الذكاء الوجداني وإدارة الضغوط، وأنه يمكن التنبؤ بمكونات هذه الضغوط عبر مكونات الذكاء الوجداني. وعلى ذلك فقد قام "الزهراني، عبد الله أحمد" (2014) في التحقق من علاقة الذكاء الوجداني بالضغوط الحياتية لدى (426) طالبا وطالبة بجامعة الملك سعود، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين الذكاء الوجداني وأبعاد الضغوط الحياتية، ويؤيد ذلك ما قام به زيد، العربي محمد علي (2015) بالتحقق من علاقة الذكاء الوجداني بالضغوط النفسية لدى (168) من الطلبة الموهوبين أكاديمياً بالسعودية، وبعد تطبيقه لمقياس "بار– أون" للذكاء الانفعالي، ومقياس الضغوط النفسية، أشارت النتائج إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين الذكاء الوجداني وأبعاد الضغوط النفسية. كما قام سعداوي، مريم (2016) بالتحقق من علاقة الذكاء الانفعالي باستراتيجية مواجهة الضغوط النفسية لدى (428) طالبة بالمرحلة الثانوية بالجزائر، وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة بين ذوي الذكاء الانفعالي المرتفع والمنخفض في الدرجة الكلية لاستراتيجيات المواجهة المركزة على حل المشكلة لصالح ذوي الذكاء الانفعالي المرتفع. بالإضافة إلى ذلك فقد قام أبوزيتون، جمال عبدالله سلامه، والصقر، عصام حسين (2017) بالتحقق من العلاقة بين الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي لدى (119) فرداً من العاملين بمراكز التربية الخاصة في محافظة جرش، وأشارت النتائج إلى وجود ارتباط دال إحصائياً بين الدرجة الكلية للاحتراق النفسي وبعد الإجهاد الانفعالي من حيث التكرار مع بعد إدارة العواطف في الذكاء الانفعالي. ومن جهة أخرى فقد قام الدردير، عبد المنعم أحمد (2002) بالتحقق من أثر كل من الجنس والتخصص الدراسي على الذكاء الوجداني وفق نموذج جولمان المعدل (1998) لدى (147) من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية بقنا، وكشفت النتائج عن عدم وجود فروق دالة بين الجنسين، وكذلك التخصصات الدراسية في الذكاء الوجداني. كما استهدفت المزروع، ليلى بنت عبدالله سليمان (2007) الكشف عن علاقة الذكاء الوجداني بالمستوى الدراسي والتخصص والتحصيل الدراسي لدى (240) طالبة بجامعة أم القرى، وكشفت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة في الذكاء الوجداني وفقاً التخصص والتحصيل الدراسي.

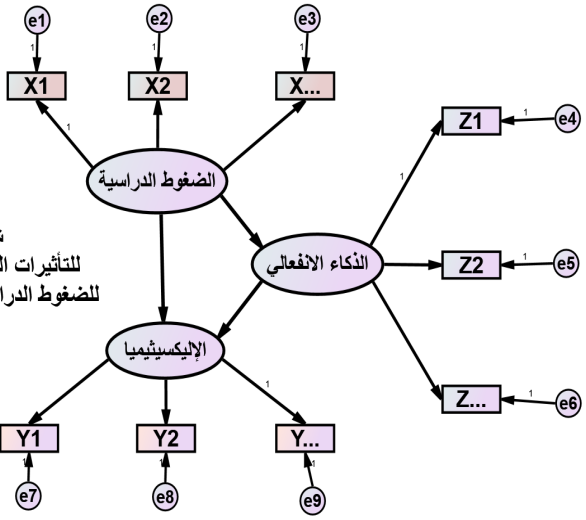
تعقيب عام على الإطار النظري والدراسات السابقة:

تباينت البحوث التي هدفت إلى التحقق من العلاقة بين متغيرات البحث، حيث استهدفت معظمها دراسة العلاقة بين الذكاء الانفعالي والإليكسيثيميا، مثل دراسات مظلوم، مصطفى علي رمضان (2017)، ودراسة باركر وتومي **(Parker & Tommy, 2001)**، ودراسة بنيامين وستيوارت **(Benjamin & Stuart, 2002)**، ودراسة بالمر **(Palmer, 2002)**، ودراسة دوجلاس وزملائه **(Douglas, et al., 2004)**، بينما تناول بعضها دراسة العلاقة بين الإليكسيثيميا والضغوط النفسية مثل دراسات "شاهراوي" وزملائه **(Chahraou, et al., 2001)**، والبنا، إيمان عبدالله (2003)، والبحيري، محمد رزق (2009)، وعبد العزيز، نادية محمود غنيم (2014)، وتناول البعض الآخر دراسة العلاقة بين الذكاء الإنفعالي والضغوط النفسية مثل دراسات هنت وإيفانز **(Hunt & Evans, 2004)**، وبوليك **(Oginska- Bulik, 2005)**، وميكولازيك ولومينيت ومينيل **(Mikolajzek, Luminet & Menil, 2007)**، و"ناصر، أيمن غريب قطب" (2011)، و"الزهراني، عبد الله أحمد" (2014)، وزيد، العربي محمد علي (2015)، وسعداوي، مريم (2016)، وأبوزيتون، جمال عبدالله سلامه؛ والصقر، عصام حسين (2017). أما من حيث الدراسات السببية فقد تناول بعضها التحقق من دور الذكاء الانفعالي في توسط العلاقة بين الضغوط النفسية وبعض مؤشرات الصحة النفسية، مثل دراسات سياروشي ودين وأندرسون **(Ciarrochi; Deane & Anderson, 2002)**، وميكولازيك ولومينيت ومينيل **(Mikolajzek, Luminet & Menil, 2006)**.

أما من حيث العينة فقد تباينت من بحث إلى آخر، وكانت معظمها من طلاب الجامعة، والقليل منها كان لطلاب من فئات تعليمية مختلفة. ومن حيث الأدوات فقد تباينت الأدوات من بحث إلى آخر، ولكن اتفق كل منها على الهدف الذي من أجله يتم بها القياس، حيث يقيس كل منها متغيرات البحث الحالي. أما من حيث التحليل الإحصائي فقد تناولت معظمها معاملات الارتباط بين متغيرين، وبعضها تناول الفروق بين الجنسين والتخصصات الدراسية في متغيرات البحث، و استخدمت قلة من هذه البحوث أسلوب تحليل المسار.

ومن حيث النتائج فقد اتفق معظمها على وجود علاقة موجبة بين الإليكسيثيميا والضغوط الدراسية مثل دراسة البحيري، محمد رزق (2009)، بينما كانت سالبة في دراسة

شاهراوي وزملائه (Chahraou, et al, 2001)، كما أسفر بعضها على وجود فروق بين الجنسين في الإليكسيثيميا لصالح الذكور كما في دراسة البنا، إيمان عبدالله (2003)، بينما كانت لصالح الإناث في دراسة عبد العزيز، نادية محمود غنيم (2014). ومن جهة أخرى فقد كشف بعضها عن وجود علاقة سالبة بين الذكاء الانفعالي والإليكسيثيميا كما في دراسات باركر وتومي (Parker & Tommy, 2001)، وبنيامين وستيوارت (Benjamin & Stuart, 2002)، وبالمر (Palmer, 2002)، ودوجلاس وزملاؤه (Douglas, et al., 2004)، ومظلوم، مصطفى علي رمضان (2017). والبعض الآخر من البحوث أسفر عن وجود علاقة سالبة بين الذكاء الانفعالي والضغوط النفسية كما في دراسات هنت وإيفانز (Hunt & Evans, 2004)، وأوجنيسكا (Oginska, 2005)، وميكولازيك ولومينيت ومينيل (Mikolajzek, Luminet & Menil, 2006)، و"ناصر، أيمن غريب قطب" (2011)، وزيد، العربي محمد علي (2015)، وسعداوي، مريم (2016)، وأبوزيتون، جمال عبدالله ، والصقر، عصام حسين (2017). أما من حيث الدراسات السببية فقد تحققت دراسة سياروشي ودين وأندرسون (Ciarrochi; Deane & Anderson, 2002) من الدور الوسيط للذكاء الانفعالي بين تأثير الضغوط النفسية على مؤشرات الصحة النفسية. ومن ثم فقد أهملت الدراسات السابقة تفسير التأثيرات المباشرة للضغوط الدراسية على الإليكسيثيميا، مما أدى إلى وجود غموض في تفسير التأثيرات غير المباشرة لهذه الضغوط على الإليكسيثيميا من خلال الذكاء الانفعالي، ومن ثم فقد أهملت تلك الدراسات بناء نماذج سببية تفسر التأثيرات المباشرة وغير المباشرة، مما جعل الباحث يقترح نموذجاً بنائياً لهذه المتغيرات، لعلها تفسر تأثير المتغيرات المستقلة (الضغوط الدراسية) على الإليكسيثيميا كمتغير تابع من خلال الذكاء الانفعالي كمتغير وسيط. وبناءً عليه فإن الشكل (1) يوضح النموذج المقترح.



شكل (١) نموذج مقترح
للتأثيرات المباشرة وغير المباشرة
للضغوط الدراسية على الإليكسيثيميا

فـروض البحث:

بناءً على ما كشفت عنه نتائج الدراسات السابقة، فقد تم صياغة الفروض التالية:

(1) تختلف العلاقة بين الذكاء الانفعالي والإليكسيثيميا عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي والضغوط الدراسية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

(2) لا تختلف العلاقة بين الضغوط الدراسية والاليكسيثيما والذكاء الانفعالي باختلاف الفروق بين طلاب المرحلة الثانوية ذو التخصص العلمي والتخصص الأدبي.

(3) لا تختلف العلاقة بين الضغوط الدراسية والاليكسيثيما والذكاء الانفعالي باختلاف الفروق بين النوعين (ذكور/ إناث) من طلاب المرحلة الثانوية.

(4) تختلف التأثيرات المباشرة/ غير المباشرة لمكونات الضغوط الدراسية على مكونات الإليكسيثيميا في ضوء مكونات الذكاء الانفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

مجتمع البحث ومنهجيته وإجراءاته:

يمثل مجتمع العينة طلاب وطالبات الصفين الثاني والثالث بالمرحلة الثانوية، في الفصل الدراسي الأول 2020/ 2021 م، ويبلغ عددهم (649360) طالباً، وقد بلغ عدد الإناث (355199) بنسبة (54.74 ٪)، وبلغ عدد الذكور (292212) طالباً بنسبة (45.25٪)،وبلغ عدد طلاب العلمي(392994) بنسبة (60.5%)، وطلاب الادبي

(256366) بنسبة (39.5) ، وبمتوسط عمر (17,8) عام، وانحراف معياري قدره (0,766).

(1) عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية للأدوات:

اشتملت هذه العينة على مجموعات مختلفة العدد من الطلاب والطالبات تبعاً لاستجاباتهم على الرابط الالكتروني لأدوات البحث ، حيث بلغ عدد المستجيبين لمقياس الضغوط الدراسية (312) كان نصيب الطالبات منهم (281) بنسبة (90,1 ٪)، أما الذكور فكان عددهم (31) بنسبة (9,9 ٪). كما كان عدد المستجيبين على مقياس الذكاء الانفعالي (399) كان نصيب الطالبات منهم (353) بنسبة (88,5 ٪)، أما الذكور فكان (46) بنسبة (11,5 ٪). كما كان عدد المستجيبين على مقياس الإليكسيثيميا (416) وكان عدد الطالبات (370) بنسبة (88,9 ٪)، أما الذكور فكان (46) طالباً بنسبة (11,1 ٪)، وقد تم استخدام هذه العينات للتحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث.

(2) عينة البحث الأساسية:

اشتملت هذه العينة على (372) طالباً وطالبة بالصفين الثاني والثالث الثانوي بمحافظتي القاهرة والجيزة ، بمتوسط عمر (17,7) عام، وانحراف معياري قدره (± 0,758)، وقد بلغ عدد الذكور (52) طالباً بنسبة (14٪)، كما بلغ عدد الإناث (320) بنسبة (86 ٪) من العينة الأساسية. كما بلغ عدد ذوي التخصص العلمي (141) بنسبة (37,9٪)، وذوي التخصص الأدبي (231) بنسبة (62,1٪).

منهج البحث:

تدرس البحوث الوصفية العلاقة بين المتغيرات، مستخدمة في ذلك أساليب إحصائية مثل نمذجة المعادلة البنائية والتحليل العاملي التوكيدي وغيرها. وحيث أن هدف البحث الحالي هو الوصول إلى نموذج سببي يفسر دور الذكاء الانفعالي كمتغير وسيط بين تأثير الضغوط الدراسية على الاليكسيثيميا،ومن ثم فإن المنهج الوصفي يُعد هو الأكثر ملائمة للدراسة الحالية.

أدوات البحث:

(1) استبيان الضغوط الدراسية: من اعداد الباحث

قام الباحث بالاطلاع على بعض البحوث التي تناولت قياس الضغوط الدراسية في البيئة العربية والأجنبية حتى يتسنى تحديد مفهومها وأبعادها، ولاحظ أن بعضها يركز على الأسباب التي تؤدي إلى الضغوط الدراسية، والبعض الآخر يركز على نتيجة هذه الضغوط، لذلك فقد اقتضت الحاجة إلى ضرورة بناء استبيان لهذه الضغوط لطلاب المرحلة الثانوية يتناول سلوك الطلاب في بيئة التعلم والتي تشتمل على الضغوط الاجتماعية في بيئة التعلم، وكذلك ضغوط المقررات الدراسية، وضغوط المعلمين في بيئة التعلم. حيث قام باشتقاق بعض فقرات الاستبيان من أدوات البحوث السابقة، وبالتالي فقد قام بصياغة (48) مفردة لقياس الأبعاد الثلاثة لهذه الضغوط، ويجيب عليها الطلاب وفق تدريج خماسي (دائما، غالباً، أحياناً، نادراً، لا إطلاقاً)، ولكل منها الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) على الترتيب. ثم قام بعرض الاستبيان في صورته الأولية على خمسة محكمين في مجال علم النفس، وذلك بغرض الحكم على مدي وضوح المفردات الدالة ومناسبتها لكل بعد. واتفق أربعة منهم على تلك المفردات، وركز الخامس على السلامة اللغوية لها، وقد راعي الباحث التعديلات الموصي بها. ثم قام بالتحقق من الخصائص السيكومترية للاستبيان على العينة الاستطلاعية.

الخصائص السيكومترية للاستبيان:

قام الباحث بحساب الصدق العاملي بطريقة المكونات الأساسية لمفردات الاستبيان وعددها (48)، باستخدام التدوير المائل للعوامل الناتجة بعد التدوير بطريقة الفاريماكس وتحديد قيمة التشبع بـ(0,30) وقد أسفر التحليل عن جدول (1):

جدول (1) التحليل العاملي الاستكشافي لمفردات استبيان الضغوط الدراسية

البيانات	العوامل المستخرجة من التحليل العاملي								
	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
المفردات	3، 6، 1، 14، 9، 8، 15، 7، 13	46، 44، 42، 40، 45،	41، 39، 43، 27	47، 48، 17، 25،	10، 11، 18، 19، 12	23، 24، 20	33، 26، 36، 35، 16	32، 37، 28	34، 29، 2
الجذر الكامن	3,276	2,61	2,487	2,333	2,273	2,27	2,245	2,184	1,966
نسبة التباين	7,446	5,932	5,651	5,302	5,165	5,16	5,102	4,964	4,467
النسبة التراكمية للتباين	7,446	13,378	19,029	24,332	29,497	34,656	39,759	44,722	53,968

ويتضح من الجدول (1) يتضح أن هناك (9) عوامل ناتجة من التحليل وهي:

العامل الأول: ويشير إلى مفردات الضغوط الاجتماعية في بيئة التعلم.

العامل الثاني: ويشير إلى مفردات ضغوط المواد الدراسية في بيئة التعلم.

العامل الثالث: ويشير إلى مفردات الضغوط المرتبطة بحل التطبيقات الدراسية.

العامل الرابع: ويشير إلى مفردات ضغوط حل الواجبات والتفكير في الامتحانات.

العامل الخامس: ويشير إلى ضغوط عدم الاهتمام أو عدم تعاون الزملاء، بالإضافة إلى صعوبة تحقيق الطموحات.

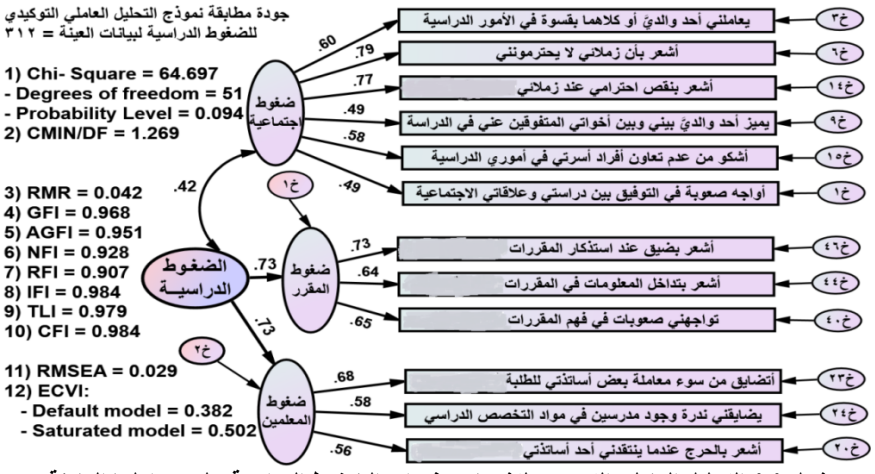
العامل السادس: ويشير إلى الانتقادات التي يواجهها الطلاب من قبل أساتذتهم.

العامل السابع: ويشير إلى الانتقادات التي يواجهها الطلاب من قبل زملائهم، وموظفي المدرسة، بالإضافة إلى الارهاق والمتاعب الجسمية.

العامل الثامن: ويشير إلى الضغوط التي يواجهها الطلاب عند التفكير في الامتحان.

العامل التاسع : ويشير إلى الضغوط التي يواجهها الطلاب من قبل أسرهم، والارهاق أثناء الامتحانات، بالإضافة إلى تأثير الضوضاء على عملية الاستيعاب.

وبالنظر إلى هذه العوامل يتضح أنها تتداخل مع بعضها، لذا فقد قام الباحث بالتحقق منها باستخدام التحليل العاملي التوكيدي بطريقة الاحتمالات العظمى بواسطة برنامج أموس **(Amos 22)** وقد تم استخلاص النموذج العاملي لمفردات هذه الضغوط كما بشكل (2)، والذي يوضح مؤشرات جودة مطابقة النموذج مع بيانات العينة الاستطلاعية.



شكل (2) التحليل العاملي التوكيدي لتشبعات مفردات الضغوط الدراسية على عواملها الكامنة

وبالنظر الى ما استخلصه الباحث من مؤشرات جودة النموذج ومطابقته مع بيانات العينة كما هو مُلاحظ بشكل (1)، فإنه يتضح تشبع ثلاثة مفردات لكل من العاملين الكامنين ضغوط المقررات وضغوط المعلمين، وكل منهما يتشبع على عامل كامن من الدرجة الثانية، بالإضافة إلى وجود ستة مفردات متشبعة على عامل كامن هو الضغوط الإجتماعية في بيئة التعلم، والذي يرتبط مع العامل الكامن من الدرجة الثانية وهو الضغوط الدراسية. ومن ثم فقد اهملت معظم مفردات العوامل الناتجة من التحليل العاملي الاستكشافي، حيث اشتمل الاستبيان في صورته النهائية على (12) مفردة لقياس ثلاثة عوامل للضغوط الدراسية هي كما يلي:

العامل الأول: الضغوط الاجتماعية في بيئة التعلم: ويشير هذا العامل إلى تلك الضغوط التي يواجهها الطلاب من خلال قسوة التعامل في الأسرة وعدم تعاونهم، وعدم احترام الزملاء

لهم، بالإضافة إلى عدم التوفيق بين الدراسة والعلاقات الاجتماعية، ويشتمل هذا العامل على المفردات (3، 6، 14، 9، 15، 1).

العامل الثاني: ضغوط المقررات الدراسية: ويشير هذا العامل إلى الشعور بالضيق عند الاستذكار، وتداخل المعلومات، ومن ثم صعوبة فهم المقررات الدراسية. ويشتمل هذا العامل على المفردات (46، 44، 40).

العامل الثالث: ضغوط المعلمين: ويشير هذا العامل إلى الشعور بالضيق والحرج وسوء تعامل أساتذتهم معهم، ويشتمل هذا العامل على المفردات (23، 24، 20).

وقام الباحث بالتحقق من الاتساق الداخلي للأبعاد والدرجة الكلية لها، وقد بلغ معامل الارتباط بين الدرجة الكلية، وكل من البعد الأول والثاني والثالث هي على الترتيب (0,788 ، 0,672 ، 0,663) وكلها ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,01). كما قام الباحث بحساب معامل ثبات "ألفا كرونباخ"، ومعامل ثبات "ماكدونالد أوميجا" لمفردات كل بعد، بالإضافة إلى معامل ثبات "ألفا" الطبقي للأبعاد الثلاثة معاً كما بجدول (2).

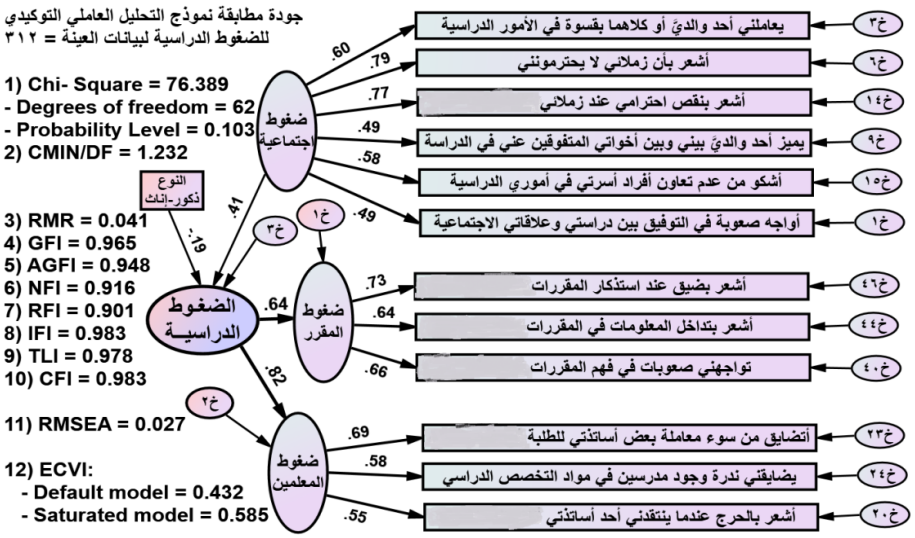
جدول (2) معاملات الثبات لمفردات استبيان الضغوط الدراسية

البعد	المفردات	معامل ثبات كرونباخ	معامل ثبات ماكدونالد أوميجا	التباين	التباين الكلي	معامل ثبات كرونباخ الطبقي
الضغوط الاجتماعية	3، 6، 14، 9، 15، 1	0,785	0,786	18,073	47,618	0,819
ضغوط المقرر	40، 44، 46	0,711	0,717	6,983		
ضغوط المعلمين	20، 23، 24	0,621	0,626	7,144		
ضغوط المقرر والمعلمين معاً	40، 44، 46، 20، 23، 24	0,715	0,697			

يتضح من جدول (2) وما يتضمنه من قيم معاملات الثبات، فإن الاستبيان وما يشتمل عليه من (12) مفردة يعد على درجة مقبولة من الصدق والثبات معاً. وتتراوح الدرجة الكلية للاستبيان بين (12-60).

الأداء التفاضلي لفقرات الاستبيان في ضوء النوع (ذكور/ إناث):

قام الباحث بحساب الأداء التفاضلي لفقرات الاستبيان في ضوء النوع (ذكور/ إناث)، ويوضح شكل (3) مؤشرات جودة مطابقة النموذج مع بيانات العينة الاستطلاعية عند الكشف عن الأداء التفاضلي.



شكل (3) الأداء التفاضلي لمفردات عوامل الضغوط الدراسية في ضوء متغير الجنس

ويوضح شكل (3) وجود أداء تفاضلي للعامل الكامن من الدرجة الثانية وهو الضغوط الدراسية عند مستوى (0,032)، كما كشف التحليل عن عدم وجود أداء تفاضلي بالنسبة لفقرات الاستبيان رغم وجود فروق بين الذكور والإناث في هذا العامل الكامن لصالح الإناث.

(2) استبيان الإليكسيثيميا: من اعداد الباحث

قام الباحث بالاطلاع على بعض البحوث التي تناولت قياس الإليكسيثيميا في البيئة العربية والأجنبية حتى يتسنى تحديد مفهومها وأبعادها، ولاحظ أن استبيان "تورنتو" (والذي يشتمل على 20 مفردة) هو المعمول به في معظم الدراسات السابقة، كما لاحظ أن ترجمته إلى العربية يتطلب إعادة صياغة، لذا فقد اقتضت الحاجة إلى ضرورة بناء استبيان لقياس سلوك الإليكسيثيميا لدى طلاب المرحلة الثانوية، والذي يشتمل على أبعاد إدراك المشاعر والانفعالات، والتواصل مع الآخرين، وصعوبة التعبير عن المشاعر، والاستغراق في الخيال. حيث قام الباحث الحالي باشتقاق فقرات الاستبيان من أدوات البحوث السابقة، وبالتالي فقد قام بصياغة (36) مفردة لقياس الأبعاد الأربعة لهذا المتغير، ويجيب عليها الطلاب وفق تدريج خماسي (دائما، غالباً، أحياناً، نادراً، لا إطلاقاً)، ولكل منها الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) على الترتيب. ثم قام بعرض الاستبيان في صورته الأولية على خمسة محكمين في مجال علم النفس التربوي والصحة النفسية، وذلك بغرض الحكم على مدي وضوح المفردات

الدالة ومناسبتها لكل بعد. واتفق جميعهم على وضوح تلك المفردات وسلامتها اللغوية، بالإضافة إلى اتفاقهم حول اتجاه العبارة (سالبة/موجبة) في قياس هذا المتغير، ثم قام بالتحقق من الخصائص السيكومترية للاستبيان على العينة الاستطلاعية.

الخصائص السيكومترية للاستبيان: قام الباحث بحساب الصدق العاملي بطريقة المكونات الأساسية لمفردات الاستبيان وعددها (36)، باستخدام التدوير المائل للعوامل الناتجة بعد التدوير بطريقة الفاريماكس وتحديد قيمة التشبع بـ(0,30) وقد أسفر التحليل عن جدول (3):

جدول (3) التحليل العاملي الاستكشافي لمفردات استبيان الإليكسيثيميا

مكونات التحليل	العوامل المستخرجة من التحليل العاملي					
	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
المفردات	16، 18، 1، 4، 35، 15	7، 6، 10،	19، 27، 30، 25	5، 13، 17، 34	8، 36، 29	12، 11، 28
الجذر الكامن	2,556	2,272	1,936	1,609	1,508	1,506
نسبة التباين	11,115	9,879	8,419	6,996	6,556	6,546
النسبة التراكمية	11,115	20,994	29,413	36,409	42,965	49,511

يتضح من الجدول (3) أن هناك (6) عوامل ناتجة من التحليل وهي:

العامل الأول: ويشير إلى صعوبة إدراك المشاعر والانفعالات.

العامل الثاني: ويشير إلى صعوبة التواصل مع الآخرين.

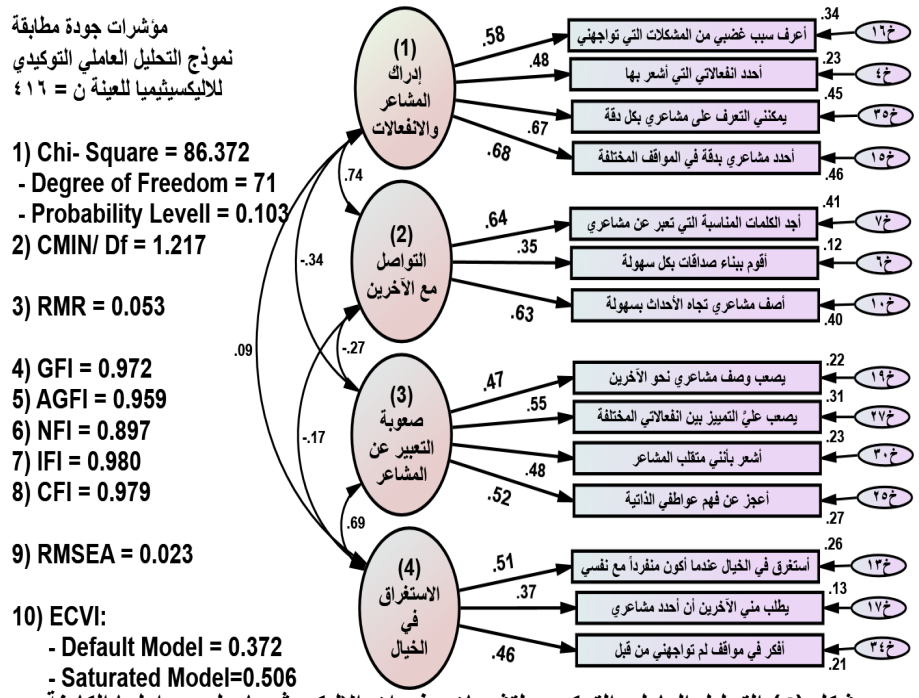
العامل الثالث: ويشير إلى صعوبة التعبير عن المشاعر.

العامل الرابع: ويشير إلى الاستغراق في الخيال.

العامل الخامس: ويشير إلى صعوبة التعبير اللفظي عن الانفعالات.

العامل السادس: ويشير إلى صعوبة وضوح الذات أمام الآخرين.

كما قام الباحث بالتحقق من مفردات هذه العوامل باستخدام التحليل العاملي التوكيدي بطريقة الاحتمالات العظمى بواسطة برنامج أموس (Amos 22) وقد تم استخلاص النموذج العاملي لمفردات هذا المتغير كما بشكل (4)، والذي يوضح مؤشرات جودة مطابقة النموذج مع بيانات العينة الاستطلاعية.



شكل (4) التحليل العاملي التوكيدي لتشبعات مفردات الإليكسيثيميا على عواملها الكامنة

وعلى ضوء ما استخلصه الباحث من مؤشرات جودة النموذج ومطابقته مع بيانات العينة الاستطلاعية كما هو مُلاحظ بشكل (3)، فإنه يتضح تشبع (14) مفردة على (4) عوامل، وقد أهملت بقية العوامل الناتجة من التحليل العاملي الاستكشافي لأنها لم تحقق مطابقة النموذج مع بيانات العينة الاستطلاعية، وبذلك فقد اشتمل الاستبيان على أربعة أبعاد هي كما يلي:

العامل الأول: صعوبة إدراك الانفعالات:

ويشير هذا العامل إلى عدم معرفة أو تحديد أسباب الغضب والانفعالات، ويشتمل هذا العامل على المفردات (16، 4، 35، 15).

العامل الثاني: صعوبة التواصل مع الآخرين:

ويشير هذا العامل إلى صعوبة استخدام الألفاظ المعبرة عن الانفعالات، والمستخدمة في تكوين صداقات مع الآخرين، ويشتمل هذا العامل على المفردات (7، 6، 10).

العامل الثالث: صعوبة التعبير عن المشاعر:

ويشير هذا العامل إلى صعوبة وصف المشاعر والتمييز بين الانفعالات، والعجز عن فهم العواطف الذاتية، ويشتمل هذا العامل على المفردات (19، 27، 30، 25).

العامل الرابع: الاستغراق في الخيال:

ويشير إلى شرود الذهن والتفكير في المواقف التي لا توجد في الحيز الإدراكي، ويشتمل هذا العامل على المفردات (13، 17، 34).

وقام الباحث بالتحقق من الاتساق الداخلي للأبعاد والدرجة الكلية لهم، وقد بلغ معامل الارتباط بين الدرجة الكلية وكل من البعد الأول والثاني والثالث والرابع هي على الترتيب (0,734 ، 0,575 ، 0,396 ، 0,507) وكلها ذات دلالة عند مستوى (0,01).

ومن جهة أخرى فقد قام الباحث بحساب معامل ثبات "كرونباخ"، ومعامل "أوميجا" لمفردات كل بعد، بالإضافة إلى معامل ثبات "كرونباخ" الطبقي للأبعاد الأربعة معاً كما بجدول (4).

جدول (4) معاملات الثبات لمفردات استبيان الإليكسيثيميا

البعد	المفردات	معامل ثبات كرونباخ	معامل ثبات ماكدونالد أوميجا	التباين	التباين الكلي	معامل ثبات كرونباخ الطبقي
صعوبة إدراك الانفعالات	4، 15، 16، 35	0,695	0,697	12,134	43,358	0,647
صعوبة التواصل مع الآخرين	6، 7، 10	0,542	0,556	6,810		
صعوبة التعبير عن المشاعر	19، 25، 27، 30	0,582	0,580	11,099		
الاستغراق في الخيال	13، 17، 34	0,416	0,418	6,588		

بالنظر الى الجدول (4) يتضح أن معامل ثبات أوميجا لكل بعد يمتد بين (**0,697**-**0,418**)، وأن معامل أوميجا لبعد الاستغراق في الخيال كان أقل من (**0,5**) كما أنه أقل من الأبعاد الأخرى، لذا قام الباحث بحذفه، ومن ثم فإن الاستبيان الحالي يتكون من (11) مفردة على درجة مقبولة من الصدق والثبات وتتراوح الدرجة الكلية للاستبيان بين (11-55).

وعلى ضوء ذلك فقد اتفقت هذه النتيجة مع ما كشفت عنه دراسة "أحمد، أحمد رفعت عبد الواحد" (2013) في وجود ثلاثة مكونات عاملية لاستبيان الإليكسيثيميا. رغم ما أسفرت

عنه نتائج دراسة محمد، محمد شعبان أحمد، والشيخ، محمد عبد العال أحمد، وهليل، محمد محمود حسانين (2014) إلى تشبع البنية العاملية للإليكسيثيميا بأربعة عوامل، وقد يرجع ذلك إلى اختلاف طرق تقييم معامل ثبات هذه المكونات لكلا البحثين.

(3) استبيان الذكاء الانفعالي: من اعداد الباحث

قام الباحث بالاطلاع على بعض البحوث التي تناولت قياس الذكاء الانفعالي في البيئة العربية والأجنبية حتى يتسنى تحديد مفهومه وأبعاده، ولاحظ أنه يوجد عدد من مقاييس التقدير الذاتي لهذا المفهوم، ولهذا فقد قام بمسح الأبعاد الدالة على هذا المفهوم، وقد خلص إلى أن الذكاء الانفعالي وفقا للنموذج المختلط يتكون من الأبعاد التالية:

(أ) **التعاطف:** ويشير إلى التعاطف مع مشاكل الآخرين، وتفهم مشاعرهم.

(ب) **إدارة العلاقات:** ويشير إلى إمتلاك الفرد سمات تمكنه من الوعي الاجتماعي.

(ج) **الضبط الانفعالي:** ويشير إلى التوازن الانفعالي لما يواجهه الفرد من مشكلات.

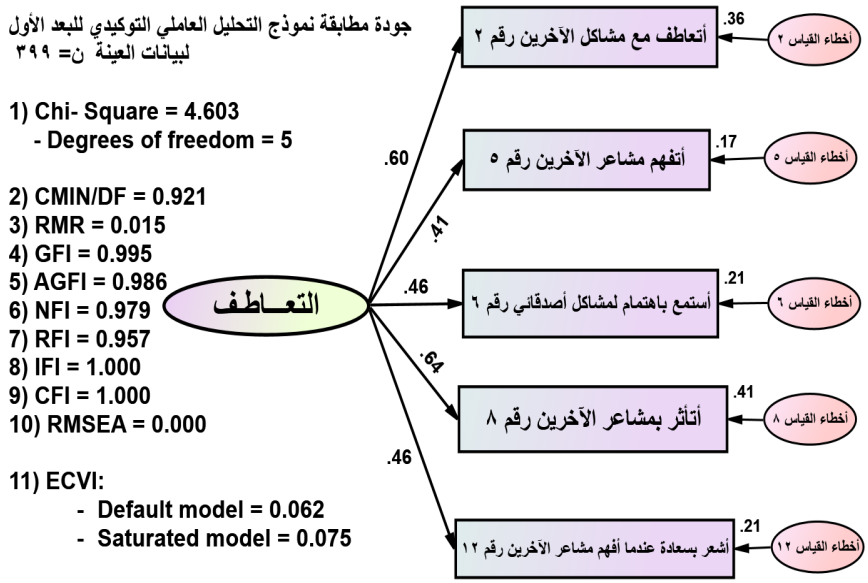
(د) **إدارة الذات:** ويشير إلى وعي الذات وإدارة الانفعالات.

(هـ) **التكيف الذاتي:** ويشير إلى ثقة الفرد بنفسه عند مواجهة المشكلات.

ثم قام الباحث باشتقاق المفردات الدالة على كل بعد من المقاييس المختلفة، حيث اشتملت هذه الأبعاد الخمسة على (12، 12، 11، 11، 12) مفردة على الترتيب، ثم قام بتحكيم المفردات التي تنتمي لأبعادها، وانتهى الباحث إلى إعادة صياغة بعض هذه المفردات تبعاً لأراء المحكمين. وبالتالي فقد قام بصياغة (58) مفردة لقياس الأبعاد الخمسة لهذا المتغير، ويجيب عليها الطلاب وفق تدريج خماسي (دائما، غالباً، أحياناً، نادراً، لا إطلاقاً)، ولكل منها الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) على الترتيب، ثم قام بالتحقق من الخصائص السيكومترية للاستبيان على العينة الاستطلاعية.

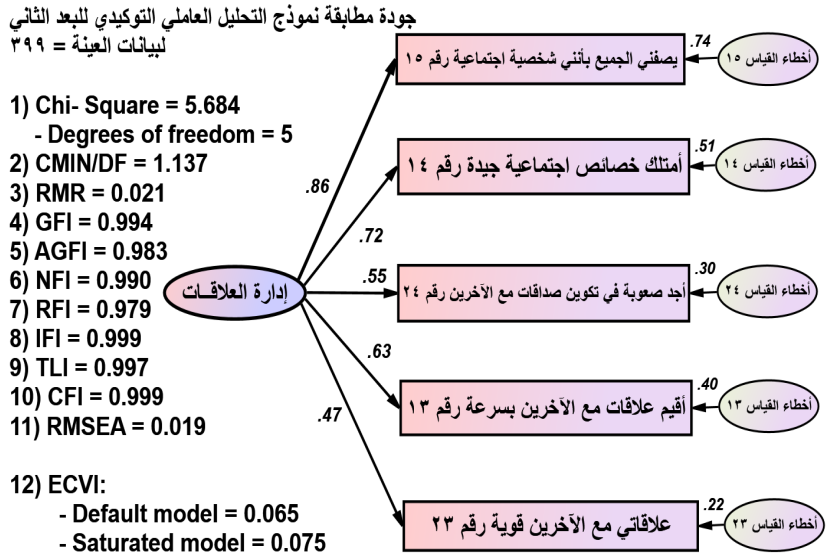
الخصائص السيكومترية للاستبيان:

قام الباحث بالتحقق من أن مفردات كل بعد تنتمي إلى عواملها الكامنة في الدراسات السابقة، ثم قام باستخدام التحليل العاملي التوكيدي مباشرة بطريقة الاحتمالات العظمى بواسطة برنامج أموس **(Amos 22)** وقد تم استخلاص النموذج العاملي لمفردات كل بعد على حدة، وعلى ضوء ذلك فإن مؤشرات جودة مطابقة تشبع المفردات على العامل الأول (التعاطف) مع بيانات العينة الاستطلاعية يوضحها شكل (5).



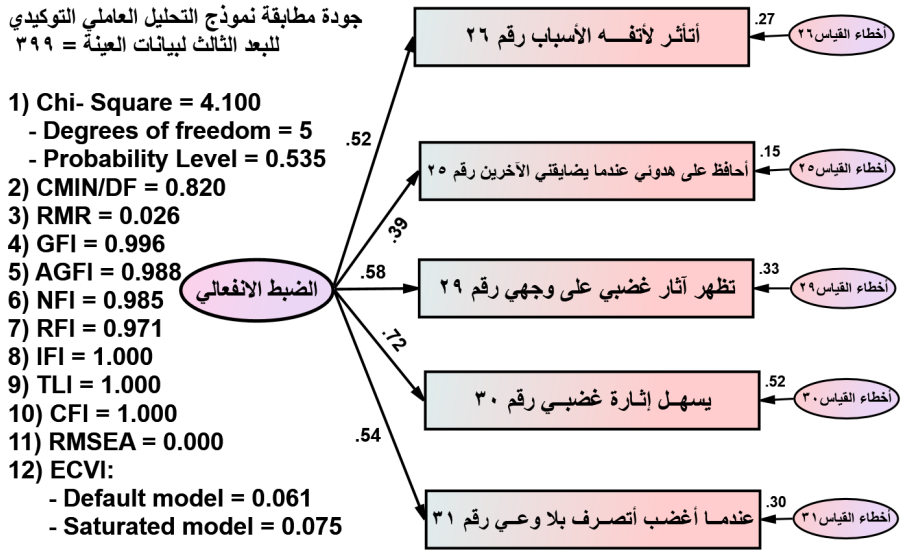
شكل (5) التحليل العاملي التوكيدي لتشبعات مفردات بعد التعاطف على العامل الكامن

أما مؤشرات جودة مطابقة تشبع المفردات على العامل الثاني (إدارة العلاقات) مع بيانات العينة الاستطلاعية فيوضحها شكل (6).



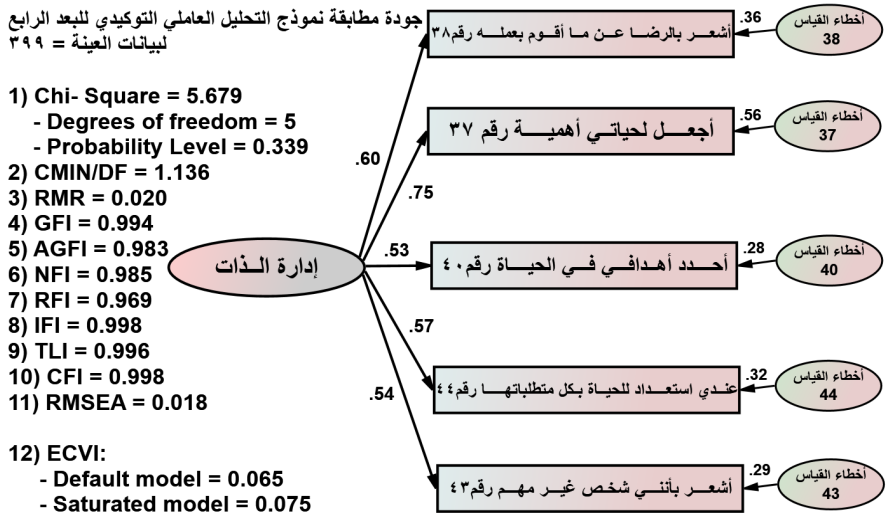
شكل (6) التحليل العاملي التوكيدي لتشبعات مفردات االبعد الثاني على العامل الكامن

أما مؤشرات جودة مطابقة تشبع المفردات على العامل الثالث (الضبط الانفعالي) مع بيانات العينة الاستطلاعية فيوضحها شكل (7).



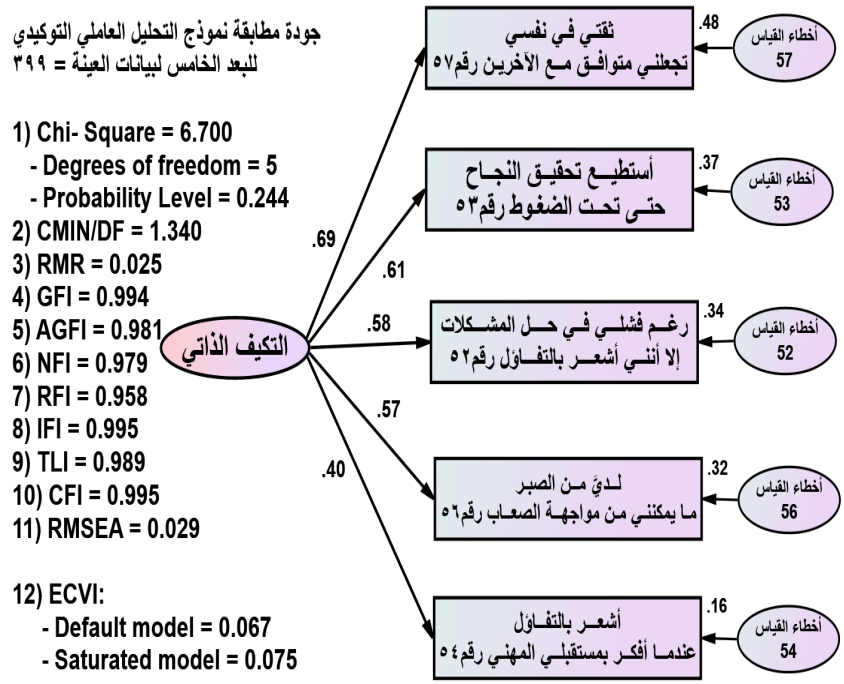
شكل (7) التحليل العاملي التوكيدي لتشبعات مفردات االبعد الثالث على العامل الكامن

أما مؤشرات جودة مطابقة تشبع المفردات على العامل الرابع (إدارة الذات) مع بيانات العينة الاستطلاعية فيوضحها شكل (8).



شكل (8) التحليل العاملي التوكيدي لتشبعات مفردات االبعد الرابع على العامل الكامن

أما مؤشرات جودة مطابقة تشبع المفردات على العامل الخامس (التكيف الذاتي) مع بيانات العينة الاستطلاعية فيوضحها شكل (9)



شكل (9) التحليل العاملي التوكيدي لتشبعات مفردات االبعد الخامس على العامل الكامن

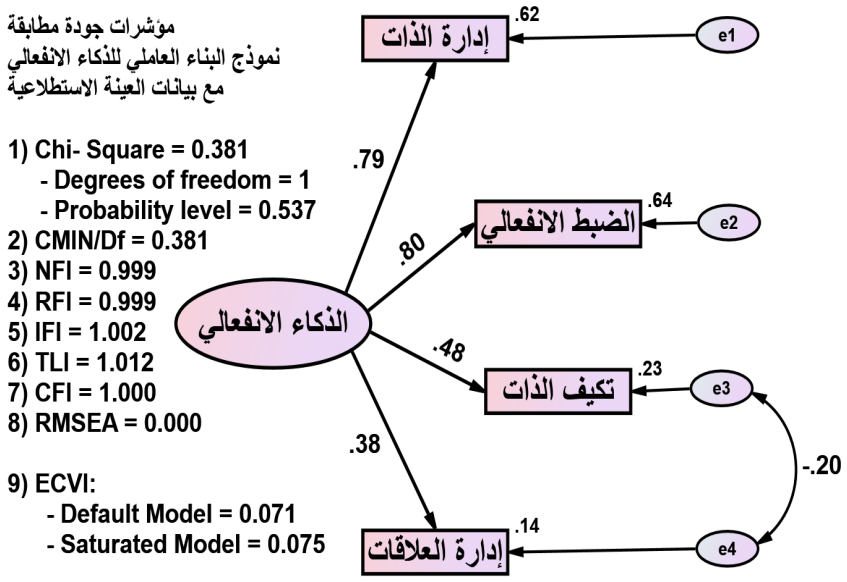
ومن جهة أخرى فقد قام الباحث بحساب معامل ثبات كل من "كرونباخ" و"أوميجا" لمفردات كل بعد، بالإضافة إلى معامل الثبات الطبقي لكل منهم كما بجدول (5).

جدول (5) معاملات الثبات لمفردات استبيان الذكاء الانفعالي

البعد	المفردات	معامل ثبات كرونباخ	معامل ثبات ماكدونالد أوميجا	التباين	التباين الكلي	معامل ثبات كرونباخ الطبقي	معامل ثبات أوميجا الطبقي
الأول	2، 5، 6، 8	0,599	0,607	7,426	113,909	0,839	0,843
الثاني	15، 14، 24، 13، 23	0,778	0,795	15,742			
الثالث	26، 25، 29، 30، 31	0,680	0,681	14,753			
الرابع	38، 37، 40، 44، 43	0,733	0,725	12,168			
الخامس	57، 53، 52، 56، 54	0,705	0,701	12,224			

بالنظر الى الجدول (5) يتضح أن معامل ثبات ماكدونالد أوميجا لكل بعد تمتد بين (0,607– 0,795)، كما بلغ معامل ثبات أوميجا الطبقي (0,843)، مما يعد ثبات مقبول للاستبيان، ومن ثم فإن الاستبيان الحالي يتكون من (24) مفردة على درجة مقبولة من الصدق والثبات.

ثم قام الباحث بالتحقق من الصدق التوكيدي لتشبعات العوامل الخمسة للذكاء الإنفعالي بطريقة الاحتمالات العظمى بواسطة برنامج (Amos 22) وخلص إلى نموذج عاملي تشبع فيه أربعة عوامل على العامل الكامن للذكاء الانفعالي، ويتضح ذلك من المؤشرات الذي يوضحه شكل (10).



شكل (10) التحليل العاملي التوكيدي لتشبعات عوامل الذكاء الإنفعالي على العامل الكامن

بالنظر الى الشكل (10) يتضح أنه يوجد ارتباط سالب بين أخطاء القياس لعامل تكيف الذات وعامل إدارة العلاقات، وهذا يعني أن كل منهما يقيس مكون واحد بطريقة عكسية، وعلى ذلك فإن الذكاء الانفعالي يتكون من هذين العاملين بالإضافة إلى عامل إدارة الذات، وعامل الضبط الانفعالي. وحيث أن تشبعات هذه العوامل على العامل الكامن للذكاء الانفعالي مختلفة، فقد قام الباحث بحساب معامل ثبات أوميجا، وقد اتضح أنه يساوي (0.709))، وبالتالي فيمكن الاطمئنان على مكونات استبيان الذكاء الانفعالي في صورته النهائية.وتتراوح الدرجة الكلية للاستبيان بين (25-125)

وعلى ضوء ذلك فتتفق هذه النتيجة إلى حد ما مع ما يشير إليه ماير وسالوفي بأن الذكاء الانفعالي يتكون من أربعة مكونات هي القدرة على إدراك الانفعالات واستخدامها وفهمها وتنظيمها. بالإضافة إلى ما يشير إليه لو وونج وسونج **(Law, Wong & Song, 2017)** بأن الذكاء الانفعالي يتكون من أربعة مكونات عاملية. وذلك على الرغم مما كشفت عنه نتيجة دراسة بن عتوة، عدة؛ وإبراهيم، ماجي؛ وعبدالرحمن، عادل بلعربي (2017) في وجود سبعة مكونات عاملية للذكاء الانفعالي، وما كشفت عنه نتيجة الزهراني، عبدالرحمن بن درباش موسى (2018) من وجود ثلاثة مكونات عاملية للذكاء الانفعالي.

خطوات إجراء البحث:

(1) قام الباحث بكتابة مفردات كل استبيان في صورته الالكترونية، وتوزيعها على طلاب العينة الاستطلاعية باستخدام نماذج جوجل ، بحيث يفصل تطبيق كل منهم حوالي (7) أيام. ثم قام باستخلاص الاستجابات وتحويلها إلى درجات تبعاً لمفتاح تصحيح كل استبيان، ثم قام بتحميلها على برنامج **Spss25** وذلك لاستخلاص الخصائص السيكومترية لكل منهم.

(2) قام الباحث بكتابة أدوات البحث الثلاثة (النهائية) في صورة استبيان إليكتروني واحد، بحيث تتوزع مفرداته عشوائياً، ثم قام بنشرها ، ومن ثم فقد قام الباحث بإرسال رابط الاستبيان لطلاب الصفين الثاني والثالث في بعض مراكز الدروس بمحافظتي القاهرة والجيزة خلال مجموعتين على الواتس آب، وذلك في الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي 2021/2020م.

(3) انتظر الباحث أسبوعين لحين الانتهاء من أداء الاستبيان، ثم قام بتحويل استجابات الطلاب إلى درجات تبعاً لتدريج ليكرت مثلما هو معمول به في النسخ الأولية لكل استبيان، ثم قام بتجميع أبعاد المتغيرات الثلاثة من خلال مفردات كل منهم، وبعد ذلك قام بإدراج درجات مفردات كل بعد في برنامج **Spss25**، وذلك لاستخلاص النتائج من خلال برنامج **Amos22**.

(4) خلص الباحث إلى عينة البحث الأساسية والتي تبلغ (402) طالب وطالبة من طلاب الصف الثالث الثانوي. ثم قام بتعيين القيم المتطرفة من خلال اختبار **Box Plote** وخلص إلى ضرورة حذف (30) طالب وطالبة من العينة الأساسية، وبذلك فقد اشتملت العينة النهائية الاساسية على (372) وكان نصيب الذكور (52) طالباً بنسبة (14 %)، كما اشتمل عدد الإناث على (320) بنسبة (86 %) من العينة الأساسية.

نتائج البحث:

التحقق من الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه "تختلف العلاقة بين الذكاء الانفعالي والإليكسيثيميا عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي والضغوط الدراسية لدى طلاب المرحلة الثانوية". وللتحقق من هذا الفرض قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين الذكاء الانفعالي والإليكسيثيميا، كما قام

بحساب معامل الارتباط بين الذكاء الانفعالي والضغوط الدراسية من جهة أخرى، ثم قام بالتعويض في معادلة مينج وروزينثال وروبين (Meng, Rosenthal & Rubin, 1992)، وذلك للحصول على قيمة (Z)، ويوضح جدول (6) معاملات الارتباط وخصائص المتغيرات.

جدول (6) قيمة (Z) للفروق بين معاملات الارتباط

البيانات	الذكاء الانفعالي	الضغوط الدراسية	الإليكسيثيميا	قيمة Z	الدلالة الإحصائية
معامل ارتباط الذكاء الانفعالي بـ	-	-0,381**	-0,588**		
المتوسط	71,81	31,37	28,99	4,009	0,001
الانحراف المعياري	10,013	6,593	5,642		
التباين	100,265	43,462	31,835		

وعلى ضوء جدول (6) وبمقارنة قيمة (Z) الناتجة بالقيمة الجدولية فإنه يتضح أنها ذات دلالة إحصائية عند مستوى أقل من (0,01). وبالتالي فإنه يتحقق الفرض الأول في أن العلاقة بين الذكاء الانفعالي والإليكسثيميا تختلف بدلالة إحصائية عن االعلاقة بين الذكاء الانفعالي والضغوط الدراسية لدى طلاب المرحلة الثانوية. وتتفق هذه النتيجة مع ما كشفت عنه نتائج الدراسات السابقة من وجود علاقة سالبة بين الذكاء الانفعالي والضغوط النفسية كما في بحوث هنت وإيفانز (2004)، وأوجنيسكا (2005)، وميكولازيك ولومينيت ومينيل (2006)، وناصر، أيمن غريب قطب (2011)، وزيد، العربي محمد علي (2015)، وسعداوي، مريم (2016)، وأبوزيتون، جمال عبدالله ، والصقر، عصام حسين (2017). بالإضافة إلى ذلك فقد اتفقت النتيجة الحالية مع ما كشفت عنه نتائج الدراسات السابقة من وجود علاقة سالبة بين الذكاء الانفعالي والإليكسثيميا مثل دراسات باركر وتومي (2001)، وبنيامين وستيوارت (2002)، وبالمر (2002)، ودوجلاس وزملاؤه (2004)، ومظلوم، مصطفى علي رمضان (2017). وعلى الرغم مما تحققت منه تلك الدراسات عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي الإليكسيثيميا، وبين الذكاء الانفعالي والضغوط الدراسية كل على حدة، إلا أن النتيجة الحالية قد أوضحت أن هناك اختلاف ذات دلالة بين علاقة الذكاء الانفعالي والإليكسيثيميا عن علاقة الذكاء الانفعالي والضغوط الدراسية. ويفسر ذلك بأن الذكاء الانفعالي قد يتخذ دور الوسيط في نقل تأثير الضغوط الدراسية إلى الإليكسيثيميا لدى الطلاب، ويؤيد ذلك ما كشفت عنه دراسة البحيري، محمد رزق (2009) من وجود علاقة

موجبة ذات دلالة بين الإليكسيثيميا والضغوط الدراسية، أو علاقة سالبة ذات دلالة كما في دراسة شاهراوي وزملائه (2001).

التحقق من الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه "لا تختلف العلاقة بين الضغوط الدراسية والاليكسيثيما والذكاء الانفعالي باختلاف الفروق بين طلاب المرحلة الثانوية ذوي التخصص العلمي والتخصص الأدبي". وللتحقق من ذلك قام الباحث باستخدام برنامج **Spss 25** لتعيين معاملات الارتباط بين المتغيرات الثلاثة لدى ذوي التخصص العلمي والأدبي، كما يتضح ذلك بجدول (7)، ثم قام بالتعويض في معادلة فيشر، والتحقق من دلالة الفروق بين المجموعتين في معاملات الارتباط بين المتغيرات الثلاثة كما بجدول (8).

جدول (7) معاملات الارتباط بين المتغيرات لذوي التخصص العلمي والأدبي

التخصص	العدد	المتغيرات	الضغوط الدراسية	الذكاء الانفعالي	الاليكسيثيميا
العلمي	141	الضغوط الدراسية	1		
		الذكاء الانفعالي	-0,464**	1	
		الاليكسيثيميا	0,313**	-0,545**	1
الأدبي	231	الضغوط الدراسية	1		
		الذكاء الانفعالي	-0,329**	1	
		الاليكسيثيميا	0,225**	-0,599**	1
العلمي والأدبي معاً	372	الضغوط الدراسية	1		
		الذكاء الانفعالي	-0,381**	1	
		الاليكسيثيميا	0,261**	-0,588**	1

**** مستوى الدلالة عند (0,01)**

بالنظر الى الجدول (7) فإنه يتضح وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى **(0,01)** بين كل من الذكاء الانفعالي والضغوط الدراسية، والذكاء الانفعالي والإليكسيثيميا في المجموعتين، بينما كانت موجبة وذات دلالة عند مستوى **(0,01)** بين الضغوط الدراسية والاليكسيثيميا في المجموعتين أيضاً. وعلى ذلك فقد قام الباحث بالتعويض بمعاملات الارتباط في معادلة "فيشر"، وذلك بهدف التحقق من الفروق بين المجموعتين(علمي/ أدبي) في معاملات الارتباط، وهو كما يوضحه جدول (8).

جدول (8) قيمة (Z) للفروق بين المجموعتين في معاملات الارتباط بين المتغيرات

مؤشر "فيشر"	العدد	المتغيرات	الضغوط الدراسية	الذكاء الانفعالي	الاليكسيثيميا
		الضغوط الدراسية	1		
قيمة (Z)	372	الذكاء الانفعالي	1,49	1	
		الاليكسيثيميا	0,873	0,741	1

وعلى ضوء جدول (8) فإنه بمقارنة قيمة (Z) بالقيمة الجدولية يتضح عدم وجود فروق بين ذوي التخصص العلمي والأدبي في معاملات الارتباط بين المتغيرات الثلاثة. وعلى ذلك فإنه يبدو أنه على الرغم مما اتفقت به النتيجة الحالية مع ما كشفت عنه دراسة الدردير، عبد المنعم أحمد (2002) من عدم وجود فروق ذات دلالة في الذكاء الوجداني وفقاً للتخصص الدراسي، إلا أنها لا تتفق مع نتيجة المزروع، ليلى بنت عبدالله سليمان (2007) من وجود فروق ذات دلالة في الذكاء الوجداني وفقاً للتخصص الدراسي، ويرجع ذلك إلى أن البحث الحالي تناول الفروق بين المجموعتين في معاملات الارتباط بين المتغيرات الثلاثة، ونتيجة لارتباط هذه المتغيرات بدلالة إحصائية في المجموعتين، فقد اتضح عدم وجود فروق بينهما.

التحقق من الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه "لا تختلف العلاقة بين الضغوط الدراسية والاليكسيثيميا والذكاء الانفعالي باختلاف الفروق بين النوعين (ذكور/ إناث) من طلاب المرحلة الثانوية. وللتحقق من ذلك قام الباحث باستخدام برنامج Spss لتعيين معاملات الارتباط بين المتغيرات الثلاثة لدى الذكور والإناث، كما يتضح ذلك بجدول (9).

جدول (9) معاملات الارتباط بين المتغيرات لدى الذكور والإناث

النوع	العدد	المتغيرات	الضغوط الدراسية	الذكاء الانفعالي	الاليكسيثيميا
		الضغوط الدراسية	1		
الذكور	52	الذكاء الانفعالي	0,205-	1	
		الاليكسيثيميا	0,267**	0,525-**	1
		الضغوط الدراسية	1		
الإناث	320	الذكاء الانفعالي	0,413-**	1	
		الاليكسيثيميا	0,262**	0,594-**	1
		الضغوط الدراسية	1		
الذكور والإناث معاً	372	الذكاء الانفعالي	0,381-**	1	
		الاليكسيثيميا	0,261**	0,588-**	1

** مستوى الدلالة عند (0,01)

وعلى ضوء جدول (9) فإنه يتضح وجود علاقة ذات دلالة عند مستوى (**0,01**) بين الضغوط الدراسية والذكاء الانفعالي والاليكسيثيميا لدى الذكور والإناث، ما عدا العلاقة بين الضغوط الدراسية والذكاء الانفعالي لدى الذكور. وعلى ذلك فقد قام الباحث بالتعويض بمعاملات الارتباط في معادلة "فيشر"، وذلك بهدف التحقق من الفروق بين المجموعتين (ذكور/ إناث) في معاملات الارتباط، وهو كما يوضحه جدول (10).

جدول (10) قيمة (Z) للفروق بين الجنسين في معاملات الارتباط بين المتغيرات

مؤشر "فيشر"	العدد	المتغيرات	الضغوط الدراسية	الذكاء الانفعالي	الاليكسيثيميا
		الضغوط الدراسية	–		
قيمة (Z)	372	الذكاء الانفعالي	**1,50**	–	
		الاليكسيثيميا	**0,038**	**0,649**	–

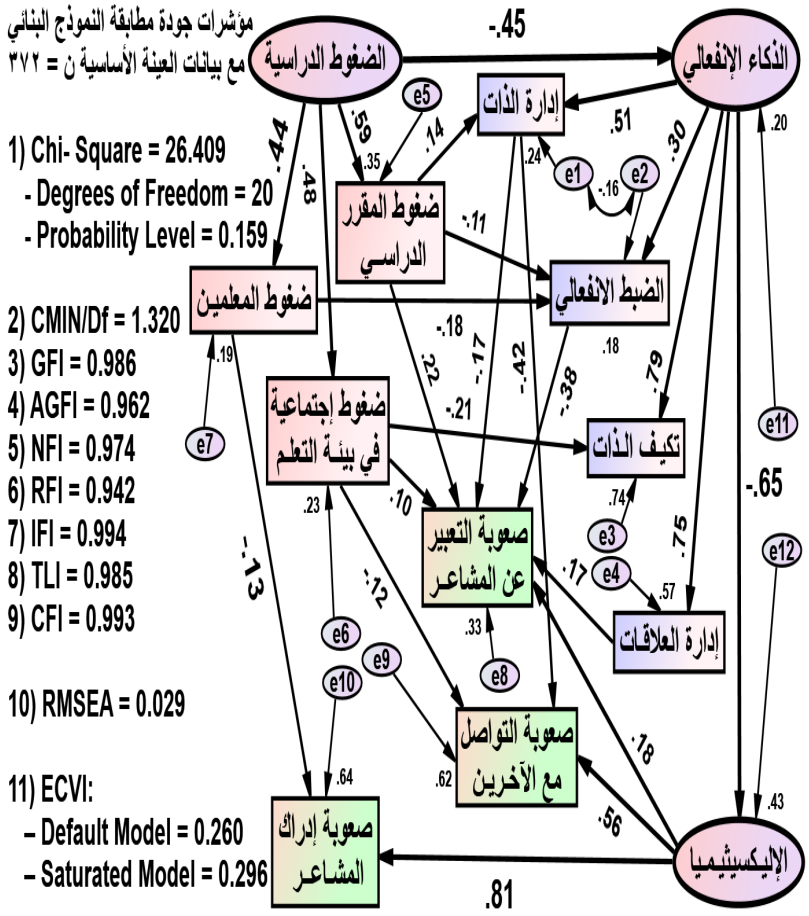
وعلى ضوء جدول (10) فإنه بمقارنة قيمة (z) بالقيمة الجدولية يتضح عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في معاملات الارتباط بين المتغيرات الثلاثة. وبالتالي فقد اتفقت هذه النتيجة إلى حد ما مع ما كشفت عنه نتيجة كل من جوكاما وزملاؤه (2007)، كاروكيفي (2011)، وتاهر وغياس وتاهر (2012)، بالإضافة إلى نتيجة كل من داود، نسيمة علي (2016) ومظلوم، مصطفى علي رمضان (2017)، بينما تعارضت النتيجة الحالية مع نتائج كل من هونكلامبي وهينتيكا (2000)، وكاربنتر وآدس (2000)، والبنا، إيمان عبد الله (2003)، وماسون وزملاؤه (2005)، ولارسن وفان (2006)، وماتيلا وزملاؤه (2006)، وشاهين، هيام صابر (2013)، وعبد العزيز، نادية محمود غنيم (2014). والعبيدي، عفراء إبراهيم (2019)، ويرجع تعارض نتائج الدراسات السابقة إلى ما هدفت إليه هذه الدراسات من التحقق من وجود فروق بين الجنسين في أحد متغيرات البحث، إلا أن النتيجة الحالية أوضحت الفروق بين الجنسين في العلاقة بين هذه المتغيرات.

وعلى ضوء ما توصل إليه الباحث من عدم وجود فروق بين الجنسين (ذكور/ إناث)، وبين التخصصات الأكاديمية (علمي/ أدبي) في معاملات الارتباط بين الضغوط الدراسية والاليكسيثيميا والذكاء الانفعالي، فقد قام الباحث باستخدام العينة الكلية (ذكور وإناث) ذوي التخصصات الأكاديمية (العلمي والأدبي) للتحقق من الفرض الرابع.

التحقق من الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على أنه "يختلف التأثير المباشر/ غير المباشر لمكونات الضغوط الدراسية على مكونات الإليكسيثيميا في ضوء مكونات الذكاء الانفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية".

وللتحقق من هذا الفرض قام الباحث بإدراج المكون الكامن للضغوط الدراسية بأبعاده كمتغيرات مستقلة، والمكون الكامن للذكاء الانفعالي بأبعاده كمتغيرات وسيطة، والمكون الكامن للاليكسيثيميا بأبعاده كمتغيرات تابعة داخل بارامترات النموذج الذي افترضه الباحث باستخدام برنامج "أموس" **(Amos 22)**، وذلك لدى العينة الأساسية. ثم قام الباحث باختبار النموذج والذي تتطابق مؤشرات جودته مع بيانات العينة الأساسية، وقد كشف تحليل المسار عن النموذج الذي يوضحه شكل (11).



شكل (11) مؤشرات جودة النموذج البنائي مع بيانات العينة الأساسية الكلية (ن = 372)

وعلى ضوء شكل (9) فإنه يمكن استخراج مستوى دلالة التأثيرات المباشرة كما بجدول (11)، بالإضافة إلى مستوى دلالة التأثيرات غير المباشرة كما بجدول (12) كما هو موضح في مايلي:

جدول (11) التأثيرات المباشرة للضغوط الدراسية على الإليكسيثيميا في ضوء مكونات الذكاء الانفعالي لدى العينة الكلية (372)

المتغيرات	التأثيرات المباشرة								
	المكون الكامن للضغوط الدراسية	ضغوط المعلمين	ضغوط المقرر	المكون الكامن للذكاء الإنفعالي	الضبط الانفعالي	الضغوط الاجتماعية في بيئة التعلم	إدارة العلاقات	إدارة الذات	المكون الكامن للإليكسيثيميا
ضغوط المعلمين	.44 **	–	–	–	–	–	–	–	–
ضغوط المقرر	.59**	–	–	–	–	–	–	–	–
الضغوط الاجتماعية	.48**	–	–	–	–	–	–	–	–
المكون الكامن الذكاء	-.45**	–	–	–	–	–	–	–	–
الضبط الانفعالي	–	-.18**	-.11*	.30**	–	–	–	–	–
إدارة العلاقات	–	–	–	.75**	–	–	–	–	–
إدارة الذات	–	–	.14 **	.51**	–	–	–	–	–
المكون الكامن للإليكسثيميا	–	–	–	-.66**	–	–	–	–	–
صعوبة إدراك المشاعر	–	-.13**	–	–	–	–	–	–	.81 **
صعوبة التواصل مع الآخرين	–	–	–	–	–	-.12 **	–	-.42 **	.56 **
تكيف الذات	–	–	–	.79**		-.24 **	–	–	–
صعوبة التعبير عن المشاعر	–	–	.22**	–	-.38**	.10**	.17**	-.17 **	.18 **

** دال عند مستوى أقل من (0.01) ، * دال عند مستوى (0.05)

وعلى ضوء جدول (11) يتضح أن للمكون الكامن للضغوط الدراسية تأثير سالب مباشر ذو دلالة إحصائية عند مستوى (0,01) على المكون الكامن للذكاء الانفعالي. وأن لضغوط

المعلمين تأثير سالب مباشر ذو دلالة إحصائية عند مستوى (0,01) على الضبط الانفعالي كأحد مكونات الذكاء الانفعالي، بالإضافة إلى تأثير سالب مباشر ذو دلالة عند مستوى (0,01) على صعوبة إدراك المشاعر كأحد مكونات الإليكسيثيميا. بالإضافة إلى ذلك يتضح أن لضغوط المقرر الدراسي تأثير سالب مباشر عند مستوى (0,05) على الضبط الانفعالي كأحد مكونات الذكاء الانفعالي. بالإضافة إلى التأثير الموجب المباشر عند مستوى (0,01) على كل من إدارة الذات كأحد مكونات الذكاء الانفعالي، وصعوبة التعبير عن المشاعر كأحد مكونات الإليكسيثيميا. كما كشفت النتائج عن وجود تأثير سالب مباشر ذو دلالة إحصائية عند مستوى (0,01) للضغوط الإجتماعية في بيئة التعلم على صعوبة التواصل مع الآخرين، وتأثير موجب مباشر على صعوبة التعبير عن المشاعر كمكونين من مكونات الإليكسيثيميا، بالإضافة إلى التأثير السالب المباشر عند مستوى (0,01) على تكيف الذات كأحد مكونات الذكاء الانفعالي.

ومن جهة أخرى فقد كشفت النتائج في هذا الجدول إلى أن للمكون الكامن للذكاء الانفعالي تأثير سالب مباشر عند مستوى (0,01) على المكون الكامن للإليكسيثيميا، وأن للضبط الانفعالي تأثير سالب مباشر عند مستوى دلالة (0,01) على صعوبة التعبير عن المشاعر كأحد مكونات الإليكسيثيميا، بالإضافة إلى التأثير الموجب المباشر لإدارة العلاقات على صعوبة التعبير عن المشاعر عند مستوى دلالة (0,01). كما ان لإدارة الذات تأثير سالب مباشر عند مستوى دلالة (0,01) على صعوبة التواصل مع الآخرين.

وللتعرف على التأثيرات غير المباشرة فإنه يتضح ذلك في جدول (12) كما يلي:

جدول (12) التأثيرات غير المباشرة للضغوط الدراسية على الإليكسيثيميا في ضوء مكونات الذكاء الانفعالي لدى العينة الكلية (372)

المتغيرات	التأثيرات غير المباشرة			
	المكون الكامن للضغوط الدراسية	ضغوط المعلمين	ضغوط المقرر	المكون الكامن للذكاء الانفعالي
الضبط الانفعالي	.278 -**	–	–	–
إدارة العلاقات	.335- **	–	–	–
إدارة الذات	.142- **	–	–	–
تكيف الذات	.455- **	–	–	
المكون الكامن للإليكسثيميا	.292**	–	–	–
صعوبة إدراك المشاعر	.179 **	–	–	.529- **
صعوبة التواصل مع الآخرين	.165 **	–	.059- **	.579- **
صعوبة التعبير عن المشاعر	.305 **	.068 **	.018	.193- **

**** دال عند مستوى أقل من (0.01)**

وعلى ضوء جدول (12) يتضح أن للمكون الكامن للضغوط الدراسية (وأبعادها) تأثير سالب غير مباشر عند مستوى دلالة (0,01) على كل من مكونات الذكاء الانفعالي كل على حدة. كما أن للمكون الكامن للضغوط الدراسية تأثير موجب غير مباشر عند مستوى (0,01) على كل من المكون الكامن للإليكسيثيميا بالإضافة إلى أبعاده الثلاثة. وأن لضغوط المعلمين تأثير موجب غير مباشر عند مستوى (0,01) على صعوبة التعبير عن المشاعر، كما أن لضغوط المقرر الدراسي تأثير سالب غير مباشر عند مستوى (0,01) على صعوبة التواصل مع الآخرين

كما أن للمكون الكامن للذكاء الانفعالي تأثير سالب غير مباشر عند مستوى دلالة (0,01) على كل من مكونات الإليكسيثيميا على حدة.

وعلى ضوء ما كشفت عنه هذه النتائج فإن الذكاء الانفعالي يؤدي دور الوسيط بين تأثير الضغوط الدراسية على مكونات الإليكسيثيميا، وقد اتفقت هذه النتيجة إلى حد ما مع ما أشارت إليه نتيجة ميكولازيك ولومينيت ومينيل (2006) حيث أشارت نتائجهم إلى أن الذكاء الانفعالي يعمل كوسيط بين تأثير الضغوط النفسية على بعض مؤشرات الصحة النفسية والجسمية لدى الطلاب، بالإضافة إلى ما تحقق منه هؤلاء الباحثين (2007) في وجود تأثير وقائي للذكاء الانفعالي في علاقته بالضغوط المهنية على المشاعر الداخلية لدى الممرضات.

خلاصة البحث وتوصياته:

على ضوء ما كشفت عنه نتائج البحث فإنه يتضح أن المكون الكامن للضغوط الدراسية لا يؤثر تأثيراً مباشراً على المكون الكامن للإليكسيثيميا، ولكنه يؤثر عليه تأثيراً سالباً غير مباشراً من خلال مكونات الذكاء الانفعالي والتي تشتمل على الضبط الانفعالي وإدارة العلاقات وإدارة الذات وتكيف الذات. وعلى ذلك يمكن فهم الدور الذي تؤديه مكونات الذكاء الانفعالي هذه كوسائط في التأثير غير المباشر للضغوط الدراسية على مكونات الإليكسيثيميا، وبالتالي فإنه يمكن مساعدة الباحثين على ابتكار برامج تدريبية لخفض الإليكسيثيميا لدى طلاب المرحلة الثانوية من خلال الدور الذي يؤديه الذكاء الانفعالي كمتغير وسيط. حيث يمكن إعداد برنامج تتضمن جلساته التدريب على خفض الضغوط الدراسية من خلال مكونات الذكاء الانفعالي، الأمر الذي يؤدي إلى خفض مكونات الإليكسيثيميا لدى طلاب المرحلة الثانوية.

وعلى ضوء ما كشفت عنه نتائج البحث الحالي، فإنه يمكن التوصية بما يلي:

(1) التدريب على خفض مكونات الضغوط الدراسية وحده لا يكفي لخفض حدة الإليكسثيميا لدى طلاب المرحلة الثانوية.

(2) ضرورة أن يتضمن التدريب تنمية مكونات الذكاء الانفعالي، حيث يعمل ذلك على خفض التأثير السلبي للضغوط الدراسية على مكونات الإليكسيثيميا لدى طلاب المرحلة الثانوية. ومن ثم يمكن إعداد برنامج تدريبي معد لهذا الغرض.

(3) ينبغي خفض ضغوط المقرر الدراسي، وضغوط المعلمين، والضغوط الاجتماعية في بيئة التعلم من خلال تنمية الذكاء الانفعالي حتى تنخفض صعوبة التعبير عن المشاعر، وصعوبة التواصل مع الاخرين، وصعوبة إدراك المشاعر.

بحوث مقترحة:

(1) فاعلية برنامج تدريبي للذكاء الانفعالي في خفض الإليكسيثيميا لدى طلاب المرحلة الثانوية.

(2) فاعلية برنامج تدريبي للذكاء الانفعالي ودوره في تأثير الضغوط الدراسية على مكونات الإليكسيثيميا لدى طلاب المرحلة الثانوية.

(3) فاعلية برنامج تدريبي للذكاء الانفعالي ودوره في تأثير الضغوط الدراسية على التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

(4) دور فعالية الذات الأكاديمية كوسيط بين تأثير الضغوط الدراسية على الإليكسيثيميا لدى طلاب المرحلة الثانوية.

قائمة المراجع:

1) الخولي، هشام عبد الرحمن (2005): الإليكسيثيميا (نقص القدرة على التعرف على المشاعر) وعلاقتها بالميكافيلية/ المخاتلة لدى عينة من المراهقين والشباب، بحث مقدم في المؤتمر السنوي الثاني عشر للإرشاد النفسي: الإرشاد من أجل التنمية في عصر المعلومات، جامعة عين شمس، مركز الإرشاد النفسي، الجزء الأول، ص ص 224- 263.

2) البنا، إيمان عبد الله (2003): الإليكسيثيميا (صعوبة التعرف على المشاعر) وأنماط التعامل مع الضغوط لدى عينة من طلبة الجامعة، حولية كلية الآداب، جامعة عين شمس، عدد (18)، ص ص 32- 57.

3) البحيري، محمد رزق (2009): إسهام بعض المتغيرات النفسية في التنبؤ بالإليكسيثيميا لدى عينة من الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة الموهوبين موسيقيا، مجلة دراسات نفسية، العدد (19)، ص ص 815- 883.

4) أحمد، أحمد رفعت عبد الواحد (2013): طبيعة العلاقة بين الإليكسيثيميا والشكاوى الجسمية والرضا عن الحياة، المجلة العلمية لكلية الآداب، جامعة أسيوط، العدد (46)، ص ص 7- 70.

5) العبيدي، عفراء إبراهيم (2019): البلادة العاطفية لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيري النوع والتخصص الدراسي، مجلة متون، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الدكتور مولاي الطاهر سعيدة، مجلد (11)، عدد (2)، ص ص 155- 178.

6) العيسوي، عبد الرحمن محمد (2001): مجالات الإرشاد والعلاج النفسي، ط1، بيروت: دار الراتب الجامعية.

7) الألفي، داليا محمد (2012): الإليكسيثيميا لدى عينة من المراهقين المصابين بتشتت الانتباه وفرط النشاط، رسالة ماجستير، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

8) الشويقي، أبو زيد سعد (2008): الابتكارية الانفعالية لدى عينة من طلاب الجامعة وعلاقتها بكل من الإليكسيثيميا والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مجلد (18)، عدد (61)، ص ص 44- 84.

9) الرفاعي، مسعد نجاح (2011): تنمية أساليب المواجهة لخفض الأعراض الإكلينيكية المصاحبة للإليكسيثميا لدى عينة من الأطفال ذوي الأعراض الذاتوية، رسالة دكتوراه، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.

10) الزهراني، عبدالرحمن بن درباش موسى (2018): البنية العاملية لمقياس الذكاء الانفعالي باستخدام طريقتي التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، مجلد (70)، عدد (2)، ص ص 168- 196.

11) الزهراني، عبد الله أحمد (2014): الذكاء الوجداني وعلاقته بالضغوط الحياتية لدى طلبة جامعة الملك سعود، دراسات العلوم الإنسانية والإجتماعية، مجلد (41)، عدد (3)، ص 763- 783.

12) أبوزيتون، جمال عبدالله سلامه؛ والصقر، عصام حسين (2017): الاحتراق النفسي وعلاقته بالذكاء الانفعالي لدى العاملين في مراكز التربية الخاصة في محافظة جرش، دراسات العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، مجلد (44)، عدد (1)، ص ص 125- 144.

13) الدردير، عبد المنعم أحمد (2002): الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات المعرفية والمزاجية، مجلة الدراسات التربوية، جامعة حلوان، مجلد (8)، عدد (4).

14) المزروع، ليلى بنت عبدالله سليمان (2007): الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من المستوى الدراسي والتخصص والتحصيل الدراسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى. متاحة على الرابط (http://uqu.edu.sa/page/ar/166916).

15) بن عتوة، عدة؛ وإبراهيم، ماجي؛ وعبدالرحمن، عادل بلعربي (2017): البنية العاملية لمقياس شط للذكاء الانفعالي لدى الطلبة الجامعيين، عدد (17)، ص ص 39- 50.

16) شاهين، هيام صابر صادق (2013): الإليكسيثيميا والرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، العدد (96)، الجزء (1)، ص ص 81- 112.

17) خميس، إيمان أحمد (2014): إسهام بعض المتغيرات في التنبؤ بالإليكسيثيميا لدى معلمات رياض الأطفال، مجلة الطفولة والتربية، العدد (20)، الجزء (2)، ص ص 259- 349.

18) داود، نسيمة علي (2016): العلاقة بين الإليكسيثيميا وأنماط التنشئة الوالدية والوضع الاقتصادي الاجتماعي وحجم الأسرة والجنس، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد (12)، عدد (4)، ص ص 415- 434.

19) زيد، العربي محمد علي (2015): الذكاء الوجداني وعلاقته بالضغوط النفسية لدى الطلبة الموهوبين أكاديمياً، مجلة التربية، جامعة الأزهر، عدد (162)، مجلد (4)، ص ص 225- 297.

20) سعداوي، مريم (2016): علاقة الذكاء الانفعالي باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى تلاميذ السنة الثانية من التعليم الثانوي، دراسات جامعة عمار ثليجي بالأغواط – الجزائر، عدد (42)، ص ص 64- 80.

21) شقير، زينب محمود (1997): الضغوط النفسية والإنهاك النفسي لدى طالبات الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، العدد (6)، ص ص 47- 106.

22) كامل، محمد على (2001): دراسة مقارنة لبروفيلات الضغوط النفسية والإجهاد النفسي لدي ثلاث مجموعات ذات مستويات مختلفة من الطاقة النفسية الفعالة. مجلة كلية التربية، العدد (30)، المجلد (2)، ص 193 – 224.

23) عبد الله، جابر محمد (2006): الذكاء الوجداني وعلاقته بالكفاءة الذاتية واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى معلمي المرحلة الابتدائية، دراسات عربية في علم النفس، مجلد (5)، عدد (3)، ص ص 533- 641.

24) عبد العزيز، نادية محمود غنيم (2014): صعوبة تعرف المشاعر (الاليكسيثيميا) في علاقتها بصورة الجسم والضغوط النفسية لدى عينة من المراهقين، دراسات عربية في التربية وعلم النفس (رابطة التربويين العرب)، عدد (56)، ص ص 117- 158.

25) عيد، إيهاب محمد، والبحيري، محمد رزق، والألفي، داليا محمد فتحي (2012): الإليكسيثيميا لدى عينة من المراهقين المصابين بتشتت الانتباه وفرط النشاط، كلية الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، مج15، ع55، ص ص 115- 125.

26) محمد، مجدي فرغلي (2007): الذكاء الوجداني والذكاء العام، دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين النفسية المصرية (رانم)، العدد (2)، مجلد (17)، ص ص 481- 511.

27) محمد، محمد شعبان أحمد، والشيخ، محمد عبد العال أحمد، وهليل، محمد محمود حسانين (2014): البناء العاملي للإليكسيثيميا لدى عينة من طلبة الجامعة المتأخرين دراسياً، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، عدد (3)، جزء (3)، ص ص 175- 211.

28) مظلوم، مصطفى علي رمضان (2017): تنظيم الانفعال وعلاقته بالإليكسيثيميا لدى عينة من طلاب الجامعة: دراسة سيكومترية كلينيكية، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، العدد (82)، ص ص 143- 212.

29) متولي، عباس إبراهيم (2000): الضغوط النفسية وعلاقتها بالجنس ومدة الخبرة وبعض سمات الشخصية لدى معلمي المرحلة الابتدائية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مجلد (10)، عدد (26)، ص ص 117- 160.

30) ناصر، أيمن غريب قطب (2011): الذكاء الوجداني كمنبئ بمهارات إدارة الضغوط لدى طلاب جامعة الأزهر: دراسة تطبيقية بعد أحداث ثورة 25 يناير بمصر، المؤتمر السنوي السادس عشر للإرشاد النفسي، جامعة عين شمس (الإرشاد النفسي وإرادة التغيير- مصر بعد ثورة 25 يناير)، مجلد (1)، ص ص 153- 202.

31) Adegoroye, A. O. (1995). *Interrelationship of job attitudes, social maturity status and levels of stress among secondary school teachers in Kwara Stat.* PhD thesis, Department of Guidance and Counselling, University of Ilorin, Ilorin.

32) Arikewuyo, M. O. (2004). Stress management strategies of secondary school teachers in Nigeria. *Educational Research*, 46 (2), 195- 207.
33) Bar - On, R. (1997). *Emotional quotient inventory: Measure of emotional quotient inventory*. Toronto, Ontario: Mutti- Health Systems.
34) Bar-On, R. (2001). *Emotional intelligence and self actualization*. In J. Ciarrochi, J. Forgas & J. Mayer (Eds.). Emotional intelligence in everyday life: A scientific inquiry (pp.82- 97). Philadelphia: Psychology Press.
35) Bar-On, R. (2006). The Bar-on model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13-25.
36) Benjamin, P., Stuart, G.(2002): Emotional intelligence and life satisfaction. *Personality and individual differences*, 33 (7), l091-1100.
37) Blase, J. (1986). A qualitative analysis of sources of teacher stress: Consequences for performance. *American Educational Research Journal*, 23 (1), 13- 40.
38) Carpenter, K. & Addis, M. (2000). Alexithymia, gender and responses to depressive. *Symptoms. sex Roles*, 43, 629-644.
39) Chahraoui ,K.; Besche, C. & Lacassagne, F. (2001). Alexithymia and Psychic Trauma: Analysis of the Utterances of subjects suffering from posttraumatic stress disorder. *L. En cephale*, 27 (1), 15-21.
40) Ciarrochi, j. ; Deane, F. P. & Anderson, S. (2002). Emotional in telligence Moderates the Relatonship Between Stress and Mental Health. *Personality and Individual Differences*. 32, 197- 209.
41) Dick, R. V. & Wagner, U. (2001). Stress and strain in teaching: A structural equation approach. *British Journal of Educational Psychology*, 71, 243- 259.
42) Douglas, C., Dwight, D., Ferris., & Gerald, R. (2004). Emotional intelligence as a moderator of the relationship between conscientiousness and performance. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 10 (3), 2-13.
43) Elzinga, B., Bermond, B., & Dyck, R. (2002). Alexithymia. *The European Journal of Psychiatry*, 30 (1), 5-11.
44) Gardner, H. (1983). *Multiple Intellgence*. New York: Basic Books.

45) Golman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Book.
46) Hansen, P. (1986). *The joy of stress*. (New York, Andrews, McNeil and Parker).
47) Honkalampi, K. & Hintikka, J. (2000). Depression is strongly associated with Alexithymia in the general population. *Journal of psychosomatic Research*, 48 (1), 99-104.
48) Hunt, N and Evans, D. 2004: Predicting Traumatic Stress Using Emotional Intelligence. *Journal of Behavior Research and Therapy*, 42, (7), 791-798.
49) Joukamaa, M., Taanila, A., Miettunen, J., Karvonen, J., Koskinen, M., & Veijola, J. (2007). Epidemiology of alexithymia among adolescents. *Journal of Psychosomatic Research*, 63, 373-376.
50) Karukivi, M. (2011). *Association Between Alexithymia and Mental Well-Being in Adolescents (Unpublished Dissertation)*. University of Turku, Finland.
51) Kelko, S.; Kiwamu, T. & Akitoyo,H. (2010). Alexithymia and its Relationships with Eating Behavior Self Esteem and Body Esteem in college women. Department of Psychiatry, *Kobe university Graduate School of Medicine*, Japan, 56, 231-238.
52) Larsen, K. & Van, S. (2006). Gender differences in the association between alexithymia and emotional eating in obese individuals. *Journal of psychosomatic Research*, 20 (3), 237-3-243.
53) Larsenab, J., Strienab, T., Eisingac, R., & Rutger, E. (2005). Gender differences in association between alexithymia and emotional eating in obese individuals. *Journal of Psychosomatic Research*, 60 (3), 237-243.
54) Law, K., Wong, C. & Song, L. (2017). The Construct and criterion validity of emotional intelligence and its potential utility in management research, *Journal of Applied Psychology*, 87, 483-496.
55) Lumley, M. A. (2004). Alexithymia, emotional disclosure and health: A program of research. *Journal Of Personality*, 72 (6), 1271-1300.
56) Mason, O., Tyson, M., Jones, C., & Potts, S. (2005). Alexithymia: Its prevalence and correlates in a British undergraduate sample.

Psychology and Psychotherapy: Theory, *Research and Practice*, 78 (1), 113-125.

57) Mattila, A.; Salminen, J.; Nummi, T. & Joukamaa, M. (2006). Age is strongly associated with alexithymia in the general population . *Journal of psychosomatic Research*, 61, 629-635.
58) Matthews, G. & Zeidener, M. (2000). *Emotional Intelligence. Adaptation to Stressful Encounters and Health Outcomes*, pp. 460- 489. In R. Bar- On and J. D. Parker (Eds).: The Handbook of Emotional Intelligence. California: San Francisco: Jossey- Bass Inc.
59) Mayer, J. D. & Salovey, P. (1997). *What is Emotional Intelligence*?. In P. Salvey & D. J. Sluyter (Eds). Emotional Development and Emotional Intelligence: Education Implication (2nd ed. Pp 3- 31). New York: Basic Books.
60) Mayer, J. D.; Salovey, P. & Caruso, R. D. (2000). *Emotional Intelligence and Zeitgeist as Personality and as a Mental Ability*. Pp. 92- 117 in: R. Bar- On & J. D. A. Parker (Eds). The Handbook of Emotional Intelligence. California: San Francisco: Jossey- Bass Inc.
61) Meng, X. L., Rosenthal, R. & Rubin, D. B. (1992). Comparing Correlated Corelation Coefficients. *Psychological Bulletin*, 111 (1), 172- 175.
62) Miao, C., Humphrey, R. & Qian, S. (2016). A meta-analysis of emotional intelligence and work attitudes, *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 90, 177- 202.
63) Mikolajczek, M., Luminet, O., Menil, C. (2006). Predicting Resistance to Stress : Incremental Validity of Trait Emotional Intelligence over Alexithyma & Optimism. *Psicothema*,18,79- 88.
64) Mikolajczek, M., Menil, C. & Luminet, O. (2007). Explaining the Protective Effect of Trait Emotional Intelligence Regarding Occupational Stress: Exploration of Emotional Labour Processes. *Journal of Research in Personality*, 41, 1107-1117.
65) Mikolajczak, M., & Luminet, O. (2006). Is alexithymia affected by situational stress or is it a stable trait related to emotion regulation*?*. *Personality And Individual Differences*, 40(7), 1399-1408.

66) Muller, R. (2000). When a patient has no story to tell: Alexithymia Psychiatric times. *Journal of Clinical Psychology*, 7, 252-263.
67) Oginska - Bulik ,N. (2005). Emotional Intelligence in the Workplace: Exploring its effects on Occupational Stress & Health Outcomes in Human Service Workers. *lnternational Journal of Occupational Medicine & Environmental Health*, 18 (2), 167-175.
68) Palmer, B. (2002): Emotional intelligence and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*. 33 (7), 276.
69) Pandy, R. & Mandal, M. (1996). Eysenckian personality dimensions and Alexithymia. Examining the overlap in terms of perceived autonomic arousal. *Personality and individual Differences*, 20, 499-504.
70) Parker, J. & Tommy, S. (2001): The relation between emotional Intelligence and Alexithymia. *Personality individual differences*, 30 (1), 115.
71) Tahir, I., Ghayas, S., & Tahir, W. (2012). Personality traits and family size as the predictors of Alexithymia among university undergraduates. *Journal of Behavioral Sciences*, 22(3),104-119.
72) Taylor, G. J., Bagby, R. M., & Parker, J. A. (1997). *Disorders of affect regulation: Alexithymia in medical and psychiatric illness*. New York, NY, US: Cambridge University Press.
73) Thomas, P. & Modtjaba, I. (2010). Alexithymia and emotion awareness time for a shift in the measurement of the concept?. *Science direct behaviors*, 1, 205-210.

The role of emotional intelligence as a mediating variable between The effect of academic stress on alexithymia among secondary school students

Dr. elsaeed abdelkhalek abdelmoety
Assistant research professor at the National Center for Examination and Educational Evaluation

Abstract

The research aims to verify the mediating role of emotional intelligence between the effect of academic stress on alexithymia among (372) male and female secondary school students. And verifying the difference between alexithymia and emotional intelligence from the relationship between alexithymia and study stress. As well as verifying the differences between males and females, and those with scientific and literary specialization in the relationship between study stress, emotional intelligence and alexithymia. After applying the three search tools. The results revealed a statistically significant difference at the (0.01) level in the correlation coefficient between alexithymia and emotional intelligence from the correlation coefficient between alexithymia and study stress. The results also indicated that there were no differences between males and females, and those with scientific and literary specialization in the relationship between the three variables. In addition to the presence of a significant indirect positive effect at the level (0.01) of the latent component of study stress on the latent component of alexithymia through the latent component of emotional intelligence.