

الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض

أ. محمد بن سيف الوهطه

ماجستير ارشاد نفسي
وزارة التربية والتعليم

د. سعد بن عبدالله المشوح

أستاذ علم النفس المشارك- قسم علم النفس
جامعة الامام محمد بن سعود الإسلامية

ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض. كما هدفت الدراسة الكشف عن العلاقة بين الذكاء الوجداني واستراتيجيات مواجهة الضغوط والمتغيرات الشخصية (التخصص، العمر، سنوات الخبرة) لدى المرشدين الطلابيين. وقد تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي لتفسير الارتباطات بين المتغيرات. وتكون مجتمع الدراسة من جميع المرشدين الطلابيين بالمدارس الثانوية الحكومية بمدينة الرياض والبالغ عددهم (٢٣٧) مرشداً طلابياً. وقد تم اختيار العينة باستخدام أسلوب العينة العشوائية البسيطة. وقد بلغ حجم العينة (١٧٣) مرشداً طلابياً من مجتمع الدراسة. وقد استخدم الباحثان في هذه الدراسة مقياس الذكاء الوجداني من إعداد عثمان ورزق (١٩٩٨م) وتقنين البلوي (٢٠٠٤م). ومقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط من إعداد الشاوي (٢٠١٠م). وقد خلصت الدراسة إلى عدد من النتائج حيث أظهرت النتائج أن المرشدين الطلابيين عادة ما يتمتعون بالذكاء الوجداني، فقد بلغ متوسط الذكاء الوجداني لدى المرشدين الطلابيين قد بلغ (٣,٥ من ٥). كما أظهرت النتائج أن ترتيب استراتيجيات مواجهة الضغوط التي يلجأ إليها المرشدون الطلابيون من وجهة نظرهم كما يأتي: الاستراتيجية الدينية في المرتبة الأولى، واستراتيجية حل المشكلات في المرتبة الثانية، واستراتيجية الضبط الذاتي في المرتبة الثالثة، ثم استراتيجية التخطيط في المرتبة الرابعة، بعدها استراتيجية المواجهة النشطة في المرتبة الخامسة، ثم استراتيجية المساندة الاجتماعية في المرتبة السادسة، واستراتيجية لوم الذات في المرتبة السابعة، ثم استراتيجية التقبل السلبي في المرتبة الثامنة، فاستراتيجية التجنب

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

والهروب في المرتبة التاسعة، وأخيراً تأتي استراتيجية التفريغ الانفعالي في المرتبة العاشرة. كما أظهرت النتائج وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين الذكاء الوجداني بصورة عامة واستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية: (الاستراتيجية الدينية، استراتيجية حل المشكلات، استراتيجية الضبط الذاتي، استراتيجية التخطيط)، بينما أظهرت النتائج وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين الذكاء الوجداني واستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية: (استراتيجية التفريغ الانفعالي، استراتيجية التجنب والهروب). كذلك أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين أفراد العينة في الذكاء الوجداني بصورة عامة تعزى لمتغير التخصص والعمر وسنوات الخبرة. كما أظهرت النتائج أيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ في اتجاهات عينة الدراسة حول (استراتيجية حل المشكلات، استراتيجية الضبط الذاتي، استراتيجية التفريغ الانفعالي، استراتيجية التخطيط، استراتيجية النقل السلبي، استراتيجية المساندة الاجتماعية، استراتيجية التجنب والهروب، استراتيجية المواجهة النشطة) باختلاف متغير التخصص. وأظهرت النتائج أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ في اتجاهات عينة الدراسة حول (الاستراتيجية الدينية، استراتيجية لوم الذات) باختلاف متغير التخصص. وقد خلصت الدراسة إلى عدد من التوصيات التي تتعلق بالذكاء الوجداني واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية.

الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض

أ. محمد بن سيف الوهطه

ماجستير ارشاد نفسي

وزارة التربية والتعليم

د. سعد بن عبدالله المشوح

أستاذ علم النفس المشارك- قسم علم النفس

جامعة الامام محمد بن سعود الاسلامية

المقدمة:

يعد مفهوم الذكاء الوجداني مفهوماً حديثاً جذب انتباه كثير من الباحثين و العامة، ففي تطور لنظريات الذكاء وتعريفاته المختلفة أتت نظرية جاردر في عام ١٩٨٣م لتقسم الذكاء إلى أقسام مختلفة، وتعد نظرية جاردر بمثابة الانطلاقة لدراسة مفهوم الذكاء الوجداني، ومن ذلك الوقت توالى الدراسات حول موضوع الذكاء الوجداني (سعيد، ٢٠٠٨م). ورغم أن أول من أطلق مسمى الذكاء الوجداني (Emotional Intelligence) هما جون ماير وبيتر سالوفي ١٩٩٠م، إلا أن من أسهم في انتشار هذا المفهوم هو دانيال جولمان، حينما نشر كتابه "الذكاء الوجداني" ١٩٩٥م، وتبعته بعد ذلك سلسلة من الكتب والمقالات والتي توضح فكرة أن النجاح في الحياة الاجتماعية أو المهنية لا يعتمد على قدرات الفرد الذهنية (الذكاء العقلي)، ولكن على ما يملكه هذا الفرد من قدرات اصطلح على تسميتها بالذكاء الوجداني (الخضر، ٢٠٠٦م). وكانت النواحي العقلية والمعرفية قد حظيت بكثير من الدراسات والبحوث مقارنةً بالنواحي الوجدانية التي لم تحظ بذلك الاهتمام والبحث إلا فيما ندر، على الرغم من أهميتها القصوى لحياة ونجاح الفرد، مما يجعل من المهم التطرق بالمزيد من البحث والدراسة للجانب الوجداني وتكثيف البحث لهذا الجانب وإلقاء المزيد من الضوء عليه (الأحمدي، ٢٠٠٧م). وقد أشار أبو حطب (١٩٩٦م) إلى أنه يمكننا القول بأن الذكاء الوجداني هو شرط مسبق لتطوير ولتحقيق قدراتنا العقلية المتنوعة. إن الذكاء الوجداني هو نتيجة تكامل منظومتي المعرفة والانفعال، إذا يقوم النظام المعرفي بالاستدلال المجرد حول الانفعالات، بينما يعزز النظام الانفعالي القدرة المعرفية (الشهري، ١٤٣٠هـ). وقد انتهى جولمان إلى أن الذكاء الوجداني هو: قدرتنا على التعرف على مشاعرنا ومشاعر الآخرين،

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

وعلى تحفيز ذواتنا، وإدارة انفعالاتنا وعلاقاتنا مع الآخرين بشكل فاعل (سعيد، ٢٠٠٨م). ومن ناحية أخرى أشارت عدد من الدراسات والبحوث مثل: دراسة الخضر (٢٠٠٢م) ودراسة حسين وحسين (٢٠٠٦م) إلى أن الذكاء الوجداني يسهم في ترشيد التفكير، فالمزاج الإيجابي ينشط الإبداع وحل المشكلات، كما أن المشاعر الإيجابية تساعد الفرد على تصنيف وتنظيم المعلومات، وأن زيادة الذكاء الوجداني بين أفراد المجتمع يسهم بشكل كبير في تقليص النزاعات والمشاكل التي تحدث بينهم، وذلك لأن الذكاء الوجداني يساعد على ضبط الذات والانفعالات. وقد أكد جولمان (١٩٩٥م) على أن تدني مهارات الذكاء الوجداني هي السبب في تزايد جرائم العنف والقتل والاغتصاب، وارتفاع معدلات القلق والاكتئاب، وتسرب الطلبة من المدارس. كما أشارت بعض الدراسات مثل دراسة (Mortimer, 2001) إلى أن انخفاض الذكاء الوجداني لدى الأفراد يمكن أن يسهم في نشوء عدد من المشكلات النفسية. وقد أشار سالوفي وآخرون (Salovey, et al., 2002) إلى أن الوجدان يجعل تفكيرنا أكثر ذكاءً، وذلك لأن الوجدان يعطي الانسان معلومات ذات أهمية، هذه المعلومات تجعله يفهمها ويستفيد منها و يستجيب لها، من أجل أن يتوافق مع المشكلة أو الموقف المتوتر بشكل أكثر ذكاءً. كما ذكر كل من بار-أون (١٩٩٧م) وجولمان (١٩٩٥م) إلى أهمية الذكاء الوجداني للنجاح في الحياة والسعادة؛ وذلك لما للذكاء الوجداني من تأثير على قدرة الفرد على التكيف الفعال مع متطلبات البيئة المحيطة به وضغوطاتها. وقد شاع انتشار مفهوم الذكاء الوجداني في العصر الحديث لأسباب منها: النظر إليه على أنه أفضل مؤشر ينبئ عن النجاح في الحياة الاجتماعية، حيث تشير الدراسات إلى أن تأثير الذكاء العقلي في نجاح الانسان لا يتجاوز العشرين في المائة، والنسبة الأعلى تعود إلى الذكاء الوجداني (Salovey, et al., 1995)، وقد ذكر جولمان ١٩٩٥م أن نسبة الذكاء بمفردها لا تكون مقياس حقيقي للنجاح في الحياة؛ فقد أسهمت بنسبة ٢٠% من هذا النجاح والباقي أي ٨٠% يرجع إلى الذكاء الاجتماعي والوجداني، ومن هذا المنطلق فإن الذكاء الوجداني من أهم مكونات شخصية الفرد التي تلعب دوراً مهماً في نجاحه (السمادوني، ٢٠٠٧م). لذلك فإن الذكاء الوجداني يجعل الفرد يرتقي نحو الأفضل (خوالدة، ٢٠٠٤م).

ونظراً لهذه الأهمية البالغة للذكاء الوجداني وندرة الدراسات التي تناولت هذا المفهوم لدى المرشدين الطلابيين في البيئة العربية بصفة عامة والبيئة السعودية بصفة خاصة فإنه يلزم

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

إلقاء المزيد من الضوء حول هذا المفهوم. ومن جانب آخر فإن الضغوط النفسية أصبحت سمة بارزة من سمات هذا العصر، ويعود ذلك إلى تعقيد أساليب الحياة، والمواقف الأسرية الضاغطة وبيئة العمل، وطبيعة الحياة الاجتماعية، فالأهداف كثيرة والأمانى والتطلعات عالية ولكن الإحباطات والعوائق كثيرة (الزيود، ٢٠٠٦م). ولقد كشفت نتائج العديد من الدراسات مثل دراسة لازاروس وفولكمان (Lazarus & Folkman, 1984)، عن أن الاضطرابات النفسية والسلوكية التي يعاني منها الفرد تحدث بسبب إخفاقه في التعامل مع الضغوط بطريقة إيجابية (في: متولي، ٢٠٠٤م) وقد أشار حسين (٢٠٠٠م) أن للضغوط النفسية علاقة وثيقة ببعض الأمراض، كما أنها تؤدي إلى ضعف التركيز والذاكرة وتضاؤل القدرة على حل المشكلات والإدراك الخاطئ للمواقف والأشخاص، كما أنها تؤدي إلى اضطرابات اجتماعية مثل الانسحاب الاجتماعي والشك والعجز عن التوافق الاجتماعي. ونتيجة لإدراك العلماء والباحثين لخطورة تأثير الضغوط على الأفراد فقد دفع بهم ذلك إلى الاهتمام بدراسة الأساليب والاستراتيجيات التي يتخذها الأفراد في إدارة ما يواجهونه من ضغوط والحد من تأثيراتها عليهم وما تثيره من انفعالات سلبية تؤثر حياتهم (حسين وحسين، ٢٠٠٦م، ب). لذا فإن استراتيجيات مواجهة الضغوط ذات ضرورة قصوى خاصة في عالمنا اليوم لأن الأفراد يواجهون بشكل متزايد مواقف ضاغطة عدة ومعقدة، فالأفراد الذين يستخدمون استراتيجيات مواجهة أكثر فاعلية وتوافقية في مواجهة الضغوط يتمتعون بمستوى ملائم من الصحة النفسية، وأيضاً يظهرون مستوى مرتفع من الرضا عن الحياة (الشاوي، ١٤٣١هـ).

مشكلة الدراسة :

على الرغم من أهمية الذكاء الوجداني وأهمية تطويره لدى جميع أفراد المجتمع، ودوره في التحصيل الأكاديمي وزيادة المقدرة الاجتماعية والانفعالية والعقلية لدى المتعلمين إلا أنه لم ينل لدى القائمين على العملية التعليمية - ومنهم المرشدين الطلابيين - الاهتمام الكافي من قبل الباحثين، على الرغم من أن القائمين على العملية التربوية في المدرسة هم الذين يساعدون على نمو وتطور الذكاء الوجداني لدى المتعلمين في المدرسة (Kamarions, 2004).

حيث أشار حسين وحسين (٢٠٠٦م، أ) إلى أن زيادة الذكاء الوجداني بين أفراد

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

المجتمع يساعد على ضبط الذات والانفعالات بينهم. وأشارت كذلك بعض الدراسات مثل دراسة (Mortimer,2001) إلى أن انخفاض الذكاء الوجداني لدى الأفراد يمكن أن يسهم في نشوء عدد من المشكلات النفسية.

ولذلك فإن ضعف مهارات الذكاء الوجداني لدى المرشدين الطلابيين في المدارس، سينعكس سلباً على المتعلمين، وسيؤدي ذلك بالمرشد الطلابي إلى أن يكون جزءاً من المشكلة وليس عنصراً فعالاً في التعامل مع مشاكل الطلاب الدراسية والسلوكية وحلها؛ لأن ضعف الذكاء الوجداني يعني ضعف في وعي الفرد بمشاعره وانفعالاته وضعف التحكم فيها وإدارتها، وكذلك ضعفه في الوعي بمشاعر الآخرين والتعاطف والتفاعل معهم. وفي المقابل فإن التحكم في الانفعالات والذكاء الوجداني والمعرفي يسمح لنا بالتكيف في هذا العالم المتغير، وذلك لأن النجاح في الحياة لا يتطلب قدرات معرفية فقط، وإنما يتطلب الاهتمام بالجوانب الوجدانية (Matthews & Zeidener,2000). وتشير دراسة أيرز وستون (Ayers & Stone,1999) إلى أن السمات التي تم الاجماع عليها على أنها لا بد أن تتوفر في القائمين على التعليم وجد أنها هي السمات المكونة للذكاء الوجداني. وتوصلت الدراسات إلى أن التعاطف يسهم في النجاح المهني وأيضاً في الحياة الاجتماعية (Kerniss,2000). وقد ذكر جاردنر من أن كل نوع من أنواع الذكاء مستقل عن الأنواع الأخرى ويمكن أن ينمو ويزيد بمعزل عن الأنواع الأخرى وأنه يمكن زيادته وتنميته بالتدريب والتعلم (حسين وحسين، ٢٠٠٦م، أ) وكذلك ما أشار إليه جولمان (Goleman (1998,a) من أن الذكاء الوجداني متعلم وأن هذا التعليم يستمر طوال العمر، فإنه يلزم إجراء المزيد من البحوث والدراسات حول الذكاء الوجداني في البيئة التعليمية وخصوصاً على المرشدين الطلابيين كونهم أحوج الناس لمهارات الذكاء الوجداني ولندرة الدراسات التي تناولتهم بالبحث والدراسة في هذا الجانب.

وتعد مهنة التوجيه والارشاد الطلابي من المهن الاجتماعية التي توصف بأنها مجهدة، فالمرشد الطلابي يتعرض إلى مجموعة من الضغوط التي تعيق أداءه ويتعرض خلالها لاستنزاف جسدي وانفعالي مما يؤثر سلباً على حالته الصحية والنفسية والاجتماعية ينعكس بدوره على أدائه في العمل (المهداوي، ٢٠٠٢م).

وقد أشارت عدد من الدراسات إلى تعرض المرشد الطلابي للكثير من الضغوط المهنية منها دراسة الزيود (٢٠٠٢م) ودراسة المهداوي (٢٠٠٢م) ودراسة الصديق (٢٠٠٧م)، وهذا ما أكدته أيضاً دراسة الحربي (٢٠١٠م). ومما يزيد الضغط على المرشد الطلابي خصوصاً في المرحلة الثانوية صعوبة المرحلة التي يتعامل معها، وهي مرحلة المراهقة كما أشارت لذلك دراسة الفضيل والعزيز (٢٠٠٨م). وقد توصلت دراسة الأسطل (٢٠١٠م) التي طبقت على عدد من طلاب الجامعة إلى وجود علاقة ارتباطية طردية بين مستوى الذكاء الوجداني وبين مستوى مهارات مواجهة الضغوط، أي أنه كلما زاد مستوى الذكاء الوجداني زاد مستوى مهارات مواجهة الضغوط، و أيضاً توصلت نفس الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية طردية بين مهارات مواجهة الضغوط وبين مستوى الذكاء الوجداني، أي أنه كلما زاد مستوى مهارات مواجهة الضغوط زاد مستوى الذكاء الوجداني. و نظراً لخطورة تأثير الضغوط على الأفراد فإنه لا بد من الاهتمام بدراسة الاستراتيجيات التي يتخذها الأفراد في إدارة ما يواجهونه من ضغوط والحد من تأثيراتها عليهم وما تثيره من انفعالات سلبية تؤرق حياتهم (حسين وحسين، ٢٠٠٦م، ب). ونظراً لندرة البحوث والدراسات التي تناولت هذين المفهومين لدى المرشدين الطلابيين، وفي حدود علم الباحثان فإنه لا توجد دراسات سابقة تناولت مفهوم الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين في المملكة العربية السعودية، لذا فإننا في حاجة لمعرفة العلاقة بين الذكاء الوجداني وبين استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين، وهذا ما يؤدي إلى تحسن في خدمات الارشاد الطلابي في المدارس. و بذلك نتحد مشكلة الدراسة في الإجابة عن السؤال الرئيس الآتي: ما علاقة الذكاء الوجداني باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض؟

تساؤلات الدراسة:

تتناول الدراسة الحالية التساؤلات البحثية الآتية:

١. ما مستوى الذكاء الوجداني لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية في مدينة الرياض؟
٢. ما أبرز استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية في مدينة الرياض؟

٣. ما علاقة الذكاء الوجداني باستراتيجيات مواجهة الضغوط؟

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

٤. هل هناك علاقة بين الذكاء الوجداني والمتغيرات الشخصية (التخصص، العمر، سنوات الخبرة) لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية في مدينة الرياض؟
٥. هل هناك علاقة بين استراتيجيات مواجهة الضغوط والمتغيرات الشخصية (التخصص، العمر، سنوات الخبرة) لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية في مدينة الرياض؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن علاقة الذكاء الوجداني باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض، ويتفرع من ذلك أهداف فرعية منها:

١. التعرف على مستوى الذكاء الوجداني لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية في مدينة الرياض.
٢. التعرف على أبرز استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية في مدينة الرياض.
٣. الكشف عن العلاقة بين الذكاء الوجداني و استراتيجيات مواجهة الضغوط.
٤. الكشف عن العلاقة بين الذكاء الوجداني والمتغيرات الديمغرافية والشخصية (التخصص، العمر، سنوات الخبرة) لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية في مدينة الرياض.
٥. الكشف عن العلاقة بين استراتيجيات مواجهة الضغوط والمتغيرات الديمغرافية والشخصية (التخصص، العمر، سنوات الخبرة) لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية في مدينة الرياض.

أهمية الدراسة:

تستمد هذه الدراسة أهميتها من أهمية الفئة التي تدرسها وهي فئة المرشدين الطلابيين في المدارس، حيث يعاني المرشد الطلابي من كثرة الضغوط، ومن نقص في مهارات الذكاء الوجداني ومهارات مواجهة الضغوط، وعدم تهيئة المرشد الطلابي بما فيه الكفاية لتحمل ضغوط العمل، والتعامل مع مشاكل الطلاب. ونظراً لما يترتب على انخفاض الذكاء الوجداني لدى المرشد الطلابي، وكثرة الضغوط، والأضرار الناجمة عنها، وعدم وجود القدر الكافي من المهارات التي يتعامل بها المرشد الطلابي مع هذه الضغوط، والنقص الشديد في

الدورات المتخصصة؛ فإن الدراسة الحالية تكتسب أهمية خاصة في الجانب النظري والجانب التطبيقي يمكن الإشارة إليها فيما يأتي:

الأهمية النظرية:

تكمن الأهمية النظرية لهذه الدراسة في تناولها لمفهوم الذكاء الوجداني لما له من أهمية في النجاح المهني فضلاً عن تأثيره في العلاقات الاجتماعية بزملاء العمل والأصدقاء والتلاميذ وجميع من لديهم مع الفرد علاقات سلوكية، ويؤكد ذلك جولمان بقوله أن معامل الذكاء المعرفي يسهم في ٢٠% فقط من العوامل التي تحدد النجاح في الحياة تاركاً ٨٠% للعوامل الأخرى (Goleman,1995). كما تكمن أهمية الدراسة الحالية أيضاً في كونها الدراسة الوحيدة -حسب علم الباحثان- التي تناولت الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين للمرحلة الثانوية في المجتمع السعودي.

الأهمية التطبيقية:

إن معرفة أهمية الذكاء الوجداني لدى المرشدين الطلابيين يلفت نظر المهتمين بإعداد المرشد الطلابي إلى تطوير وتدريب المرشد الطلابي أثناء الخدمة لتنمية الذكاء الوجداني لديه. كما يمكن أن تفيد الدراسة في إعداد دورات تدريبية تهدف إلى تحسين بعض المتغيرات النفسية التي تساعد الفرد في تنمية ذكائه الوجداني. و أن تساهم الدراسة الحالية في توجيه نظر المسؤولين في مجال الإرشاد النفسي إلى أهمية الذكاء الوجداني واستراتيجيات مواجهة الضغوط في حياة الأفراد.

حدود الدراسة:

الحدود الموضوعية: وهي تتمثل في متغيرات الدراسة التالية: الذكاء الوجداني، واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية في مدينة الرياض.

الحدود المكانية: المدارس الثانوية الحكومية للبنين التابعة لوزارة التربية والتعليم في مدينة الرياض.

الحدود الزمانية: تم تطبيق هذه الدراسة خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ١٤٣٤/١٤٣٥ هـ.

الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة على المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض.

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

مصطلحات الدراسة :

الذكاء الوجداني : Emotional Intelligence

يعرف ماير وسالوفي الذكاء الوجداني بأنه "القدرة على إدراك الانفعالات بدقة وتقييمها، والتعبير عنها، والقدرة على توليد الانفعالات، أو الوصول إليها عندما تيسر عملية التفكير، والقدرة على فهم الانفعال والمعرفة الوجدانية، والقدرة على تنظيم الانفعالات بما يعزز النمو الوجداني والعقلي" (Mayer & Salovey,1997). أما جولمان فيعرفه بأنه "تحكم الفرد في النزعات والنزوات وقراءة مشاعر الآخرين والتعامل، ويتضمن ذلك تحفيز الذات والمثابرة وبذل الجهد لذلك" (Goleman,2000,p66). ويرى بار-أون أن الذكاء الوجداني "نظام من القدرات غير المعرفية، والمهارات التي تؤثر في قدرة الفرد على النجاح مع متطلبات البيئة وضغوطها" (Bar-On,1997,p367). و أكد عثمان ورزق (٢٠٠١م) على أن الذكاء الوجداني هو نوع من حساسية الفؤاد، وفضة القلب، ورهافة الشعور، وجيشان الانفعال، ونبل العاطفة.

التعريف الاجرائي للذكاء الوجداني:

يعرف الباحثان الذكاء الوجداني إجرائياً بأنه: "ما يعبر عنه بمجموع الدرجات التي يحصل عليها المفحوص من (المرشدين الطلابيين) على مقياس الذكاء الوجداني المستخدم في الدراسة الحالية من إعداد عثمان و رزق (١٩٩٨م) تقنين البلوي(٢٠٠٤م).

استراتيجيات مواجهة الضغوط : Coping Stressors Strategies

يشير زيتون (٢٠٠١م) إلى أن الاستراتيجية: خطة شديدة الحرص أو هي الفن في ابتكار الخطط نحو الهدف. وذكر عكاشة (١٩٩٨م، ص ٢٢٠) أن "الاستراتيجية هي طريقة أو أسلوب توفيق وتنفيذ لمجموعة من العمليات الأولية اللازمة لأداء مهمة ما". ويعرفها الشاوي بأنها "مجموعة من السلوكيات التي يتخذها الفرد للتعامل مع الضغوط والأزمات التي تواجهه للتخلص منها، أو التقليل من آثارها السلبية؛ بهدف المحافظة على تكيفه النفسي والاجتماعي" (الشاوي، ٢٠١٠م، ص ١٥).

التعريف الإجرائي لاستراتيجيات مواجهة الضغوط:

يعرف الباحثان استراتيجيات مواجهة الضغوط إجرائياً بأنها: "الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة من المرشدين الطلابيين للمرحلة الثانوية بمدينة الرياض على مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط من إعداد الشاوي (١٤٣١هـ).

الإطار النظري والدراسات السابقة:

لقد أفسحت النظرة المتزايدة لأهمية الجانب الوجداني ودوره في العمليات العقلية للفرد، وتأثيره في صحته النفسية المجال لبروز مفهوم الذكاء الوجداني (الشبانات، ٢٠١٠م). ويرى العديد من الباحثين أن مفهوم الذكاء الوجداني ظهر مبكراً في أطروحة باين (Payne, 1985)، التي قدمها لنيل درجة الدكتوراه ودرس فيها الانفعالات بشكل عام. وقد تعتبر هذه الدراسة بمثابة دليل لكل ما جاء بعد ذلك من كتابات عن الذكاء الوجداني وقد أثارت تلك الأطروحة العديد من التساؤلات حول الوجدان، كما أنها قدمت العديد من المفاهيم الفرعية للوجدان (عثمان، ٢٠٠٩م). ولكن ظهور مفهوم الذكاء الوجداني بشكل رسمي في الأوساط العلمية كان على يد كل من ماير وسالوفي؛ فهما أول من وضع أداة علمية لقياسه، ولقد قدم كل من ماير وسالوفي سلسلة من المقالات الأكاديمية عن الذكاء الوجداني استمرت منذ ١٩٩٠م وحتى الآن، إلا أن من أسهم في انتشار هذا المفهوم على نطاق واسع هو دانييل جولمان حينما نشر كتابه "الذكاء الوجداني" عام ١٩٩٥م (Salovey, et al., 1995)؛ (الخضر، ٢٠٠٢م).

مفهوم الذكاء الوجداني:

يعتبر مفهوم الذكاء الوجداني مفهوماً حديثاً نسبياً على التراث النفسي، وما زال يكتنفه بعض الغموض؛ حيث أنه يقع في منطقة تفاعل بين النظام المعرفي والنظام الانفعالي. وقد اشار عدد من الباحثين عثمان ورزق (٢٠٠١م)؛ والخضر (٢٠٠٢م)؛ وعثمان (٢٠٠٩م)؛ وسعد (٢٠٠٩م) أن التعريفات التي تناولت مفهوم الذكاء الوجداني انقسمت تبعاً لاتجاهات المنظرين لهذا المفهوم إلى قسمين نستعرضهما فيما يلي:

القسم الأول: ينطلق في إيضاح مفهوم الذكاء الوجداني من منطلق كونه قدرة عقلية Mental Ability ويرى هذا الفريق أن مفهوم الذكاء الوجداني هو في الأساس مجموعة من القدرات العقلية تعمل من خلال التفاعل بين الجانب العقلي والجانب الوجداني للفرد، والنماذج الواقعة

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

تحت هذا القسم يطلق عليها نماذج القدرة Ability Models، ويعرف الذكاء الوجداني من هذا المنطلق: بأنه القدرة على فهم الانفعالات الذاتية والتحكم فيها وتنظيمها وفق فهم انفعالات الآخرين والتعامل في المواقف الحياتية وفق ذلك (Matthews, Ziedner, 2000) ومن أبرز من يتبنى هذا المفهوم للذكاء الوجداني ماير وسالوفي وكاروزو؛ حيث يرون أن الوجدان يمنح الفرد معلومات مهمة، يتفاوت الأفراد فيما بينهم في القدرة على توليدها، والوعي بها، وتفسيرها، والاستفادة منها، والاستجابة لها، من أجل أن يتوافقوا مع الموقف بشكل أكثر نكاءً. فيرى ماير وسالوفي (Mayer & Salovey, 1990 & 1995) أن الذكاء الوجداني هو: القدرة على فهم الانفعالات الذاتية وانفعالات الآخرين وتنظيمها للرفي بكل من الانفعال والتفكير.

القسم الثاني: ينطلق في إيضاح مفهوم الذكاء الوجداني من كونه يتضمن قدرات عقلية وسمات شخصية أيضاً، وقد سميت نماذج هذا القسم بالنماذج المختلطة Mixed Models، ومن هذا المنطلق فإنه يمكن القول بأن الذكاء الوجداني: مجموعة من المهارات الوجدانية والاجتماعية التي يتمتع بها الفرد واللازمة للنجاح المهني وفي الحياة. ومن أبرز من يتبنى هذا المفهوم للذكاء الوجداني بار-أون وجولمان. ويبدو أن الخلط الحاصل في هذا النموذج يرجع أساساً إلى تداخل مفهومي الشخصية والانفعال (الخضر، ٢٠٠٢م). ويذكر حسين وحسين (٢٠٠٦م) أن الترجمات العربية للمصطلح الأجنبي Emotional تعددت، ولكن الذكاء الوجداني أشمل حيث تشير للمزاج والانفعالات والعاطفة (حسين وحسين، ٢٠٠٦م). يرى ماير وسالوفي (١٩٩٧م) أن أصول الذكاء الوجداني تعود إلى القرن الثامن عشر، حيث كانت النظرة إلى العقل والحياة النفسية للفرد تنقسم إلى ثلاثة أقسام وهي:

١- المعرفة (Cognition) وتشتمل على وظائف مثل الذاكرة والتفكير ومختلف العمليات المعرفية.

٢- العاطفة أو الوجدان (Affect) وتشتمل على الانفعالات والنواحي المزاجية والحدس ومختلف المشاعر مثل الفرح والسرور والغضب والإحباط والخوف.

٣- الدافعية (Motivation) وتشتمل على الدوافع البيولوجية والمكتسبة والغايات والأهداف التي يسعى الفرد إلى تحقيقها ومقاصده من سلوكياته.

النماذج والنظريات المفسرة للذكاء الوجداني:

لقي الذكاء الوجداني منذ بداية ظهوره عام ١٩٩٠م اهتمام كثير من الباحثين، وقد صاحب هذا الاهتمام ظهور عدد من النماذج النظرية التي حاولت أن تحدد أبعاد هذا المفهوم وعلاقته بأنواع الذكاء الأخرى، كما ظهرت محاولات عديدة لبناء أدوات لقياس الذكاء الوجداني بصورة موضوعية. ويمكن للقارئ لأدبيات الذكاء الوجداني أن يميز بين اتجاهين أو تصورين مختلفين للذكاء الوجداني: (الأحمدي، ٢٠٠٧م)

الاتجاه الأول: التنظير للذكاء الوجداني من منطلق كونه قدرة عقلية فقط وتبنى هذا المنظور كل من ماير وسالوفي وكاروزو.

الاتجاه الثاني: انطلق من منظور أن الذكاء الوجداني يتضمن قدرات عقلية وسمات شخصية أيضاً؛ ولذا سميت نماذج هذا القسم بالنماذج المختلطة، ومنها نماذج كل من: بار أون، وجولمان (حسين، ٢٠٠٤م).

نموذج القدرة للذكاء الوجداني:

يتبنى هذا النموذج كل من ماير وسالوفي Mayer & Salovey وقد بدأ اهتمام هؤلاء الباحثان بالجوانب غير المعرفية للذكاء منذ ١٩٩٠م ومنذ ذلك الحين قاما بإجراء العديد من التجارب التي كانت تهدف إلى دراسة الذكاء الوجداني، وتعتمد نظرياتهم على دمج العديد من الأفكار المتعلقة بمجالي الذكاء والمشاعر. فمن نظريات الذكاء الخاصة بهم انبثقت فكرة أن الذكاء يتمثل في القدرة على التفكير المجرد، ومن نظريات المشاعر تولدت فكرة أن المشاعر هي عبارة عن إشارات ودلالات تحمل معاني مستمرة ومميزة عن العلاقات الإنسانية وقد افترض كل من ماير وسالوفي أن هناك اختلافاً بين الأفراد في القدرة على فهم المعلومات ذات الطابع الوجداني وفي قدرتهم على إرجاع الفهم الوجداني إلى فهم معرفي أوسع ثم أكدا بعد ذلك على أن هذه القدرة تبدو واضحة من خلال العديد من السلوكيات التكيفية والتي يقوم بها الفرد داخل المجتمع. (حسين وحسين، ٢٠٠٦م، أ). ويشير ماثيو وزيندر (Matthews & Ziedner, 2000) أن الذكاء الوجداني عند ماير وسالوفي يتكون من أربعة مكونات (قدرات) رئيسة وكل قدرة من هذه القدرات تتضمن قدرات فرعية ويمكن ترتيب تلك القدرات تصاعدياً من الأدنى إلى الأعلى حيث تشتمل على:

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

المكون الأول: الإدراك الوجداني (Perceiving Emotions)

يهتم هذا المكون بالقدرة على معرفة الوجدان في حالاته المختلفة وتحديدها، بحيث يتعلم الأفراد معرفة حالاتهم وحالات الآخرين الوجدانية، ويشتمل هذا المكون على قدرات فرعية مثل:

١- إدراك الوجدان في الوجوه، ويتضمن هذا الإدراك: التسجيل، والإصغاء، واكتشاف معنى الرسائل الانفعالية في التعبيرات الوجهية.

٢- إدراك الوجدان في الموسيقى، بأن تتسع القدرة على إدراك الوجدان مع اتساع المحيط الاجتماعي للفرد؛ وبذلك يستطيع الفرد استخلاص المحتوى الوجداني من خلال الكلمات ونغمة الصوت والمظهر العام للأشخاص ومن السلوكيات المختلفة. ولأن الأشخاص الأذكى وجدانياً يعرفون كيفية التعبير عن الانفعالات وإظهارها؛ فإنهم يتصفون بالحساسية أيضاً تجاه تلك الانفعالات، سواءً كانت صادقة أم غير صادقة.

٣- إدراك الوجدان في التصميمات الفنية حيث يستطيع الفرد الذي يمتلك هذه القدرة التعبير عن مشاعره بدقة ويعبر أيضاً عن حاجاته المرتبطة بهذه المشاعر، ويتجلى ذلك في فهمه لدلالات التصميمات الفنية والألوان واتجاه الخطوط والأشكال، ومن ثم فالانفعالات والمشاعر التي يعبر عنها الأفراد هي مرآة عاكسة للحاجات والرؤى التي يسعون لإشباعها.

٤- إدراك الوجدان في القصص حيث يستطيع الفرد أن يميز بدقة بين التعبيرات الحقيقية وغير الحقيقية للمشاعر، وذلك من خلال القصص التي يعايشها مع الآخرين؛ فالأفراد الذين يستطيعون إدراك وجدان أبطال القصة على درجة مرتفعة من الإدراك الوجداني (Mayer; Salovey, 1997). (Mayer, et al., 2002).

المكون الثاني: استخدام الوجدان لتيسير التفكير (Using Emotions to facilitate thought)

وهذا المكون يتضمن استخدام الانفعالات في تحسين عملية التفكير، مما يعني توظيف الانفعالات بدقة وكفاءة لتغيير انطباعات الفرد نحو الأشياء أو لتحسين تفكيره في الموضوعات (السمادوني، ٢٠٠٧م). ويشمل هذا المكون على القدرة على استخدام الانفعالات لتوجيه الانتباه للمعلومات الهامة في الموقف، والقدرة على استخدام الانفعالات لتنشيط التفكير والخيال والإبداع وحل المشكلات، والقدرة على توظيف فهم انفعالات الآخرين في التعامل الفاعل معهم (الأنصاري والفيل ٢٠٠٩م).

المكون الثالث: فهم لغة الوجدان (Understanding Analyzing)

ويركز هذا المكون على قدرات الفهم للانفعالات، واستخدام المعرفة الوجدانية السابقة للفرد في ذلك التفكير، وإدراك تسلسل المشاعر والانفعالات هو قلب مركز الذكاء الوجداني ويذكر السمدوني (٢٠٠٧م) أن الفرد الذي يكون لديه درجة عالية من هذه القدرات يكون قادراً على فهم الانفعالات ومعانيها وترابطها فيما بينها، كما يكون قادراً على التفكير بتسلسل وتطور هذه المشاعر في العلاقات الإنسانية بين الأفراد بمرور الوقت.

المكون الرابع: إدارة الوجدان (Managing Emotions)

وهذا المكون يعني القدرة على تنظيم الانفعالات الذاتية، والتحكم في الانفعالات السالبة تجاه الآخرين. ويشمل هذا المكون قدرتين فرعيتين تتمثل في إدارة المشاعر الذاتية: وتعني إمكانية تحمل الفرد للمشاعر والانفعالات المختلفة فيظل الفرد متفتحاً ومتقبلاً للمشاعر السارة وغير السارة، وهذه المهارة تمكن الفرد من التعامل مع الأحداث الانفعالية الصادمة بحيث يستطيع إدارتها في الذات وفي الآخرين (Mayer; Salovey, 1995, 1997).

يذكر حسين وحسين (٢٠٠٦م، أ) أن هناك بعض التحفظات على مفهوم "ماير وسالوفي" للذكاء الوجداني؛ حيث أن ماير وسالوفي لم يبدوا أي اهتمام بقدرة الفرد على التنبؤ بالمشاعر مع أنها من أهم أوجه الذكاء الوجداني. ومن جانب آخر فإن من الإيجابيات لنموذج ماير وسالوفي أنه من أكثر النماذج اشتمالاً وترابطاً بالذكاء الوجداني (العيني، ٢٠٠٧م).

النماذج المختلطة للذكاء الوجداني:

يرى أصحاب هذا الاتجاه أن الذكاء الوجداني هو عبارة عن خليط من السمات والاستعدادات والمهارات والكفاءات والقدرات. ويرى بعض الباحثين مثل الخضر (٢٠٠٢م)، والأنصاري والفيل (٢٠٠٩م) أن السبب في دمج العديد من القدرات والسمات على أنها مكونات للذكاء الوجداني كما يرى أصحاب هذه النماذج هو التداخل بين مفهوم الشخصية ومفهوم الانفعال. وأبرز من يمثل هذا الاتجاه هما: جولمان وبار - أون.

نموذج بار - أون Bar-On للذكاء الوجداني:

يرى بار - أون أن الذكاء الوجداني هو تنظيم من المهارات والكفايات الشخصية والانفعالية والاجتماعية التي تؤثر في قدرة الفرد للتعامل بنجاح مع المتطلبات البيئية والضغط وأن هذه

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

الكفايات والمهارات هي مركبات عاملية توصل إليها نتيجة عمله كعالم نفس إكلينيكي ونتيجة خبراته الإكلينيكية الطويلة وبحثه ودراساته التي بدأت منذ عام ١٩٨٠م (الأحمدي، ٢٠٠٧م؛ بخاري، ٢٠٠٧م). وتعتبر نظرية بار- أون أولى النظريات التي فسرت الذكاء الوجداني ففي عام ١٩٨٨م كان أول ظهور لها عندما قام بار- أون في رسالة للدكتوراه بصياغة مصطلح " النسبة الانفعالية " (EQ) كنظير لمصطلح نسبة الذكاء العقلي (IQ) وفي توقيت نشره رسالته في نهاية الثمانينات كانت هناك زيادة في اهتمام الباحثين بدور الانفعال في الأداء الاجتماعي وجودة الحياة (السعادة) Well-Being (السمادوني، ٢٠٠٧م). إن نموذج بار- أون النظري يضم ما يمكن أن يوصف بالقدرات العقلية (كالإدراك الذاتي الانفعالي) مع سمات شخصية أخرى تعد مستقلة عن القدرة العقلية (كالاستقلال الشخصي وتقدير الذات والمزاج)؛ ولذلك سمي نموذجه النموذج المختلط (الشبانات، ٢٠١٠م). ويشمل نموذج بار - أون للذكاء الوجداني خمسة مكونات رئيسية وخمسة عشر بعداً فرعياً كما يلي:

- ١- الذكاء الوجداني داخل الفرد Intrapersonal Emotional Intelligence وهو يمثل القدرات والكفاءات والمهارات المرتبطة بداخل ذلك الفرد. ويشمل المهارات التالية: الوعي بالذات الوجدانية، تأكيد الذات، تقدير الذات، تحقيق الذات، الاستقلالية.
- ٢- الذكاء الوجداني بين الأشخاص (مهارات التواصل مع الآخرين) Interpersonal Emotional Intelligence و يمثل القدرات والمهارات البيئشخصية ومحاولة تطبيقها على أرض الواقع والاستفادة منها في إدارة ذلك الفرد لعلاقاته مع الآخرين. ويشمل المهارات التالية: التعاطف، المسؤولية الاجتماعية، العلاقات بين الأفراد.
- ٣- إدارة الضغوط Stress Management ويمثل قدرة الفرد على إدارة الضغوط والتكيف معها بفعالية كبيرة. وتشمل المهارات التالية: تحمل الضغوط، ضبط الاندفاع.
- ٤- القدرة على التكيف Adaptability ويوضح كيفية نجاح الفرد في مواكبة الظروف والمتطلبات البيئية والتكيف معها من خلال زيادة مهارات ذلك الفرد في المرونة في التعامل مع الآخرين وحل المشكلات بمنطقية ومهارة. وتشمل المهارات التالية: اختبار الواقع، المرونة، حل المشكلات.

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

٥- الحالة المزاجية العامة General Mode ويمثل قدرة الفرد ومهاراته في الاستمتاع بالحياة وفي الحفاظ على مكانته ومركزه الإيجابي داخل المجتمع. وتشمل المهارات التالية: التفاؤل والسعادة (Bar - On,2000)؛ سرور، ٢٠٠٣م؛ حسين وحسين، ٢٠٠٦م، أ؛ عبدالله، ٢٠٠٦م؛ الأحمدى، ٢٠٠٧م؛ عثمان، ٢٠٠٩م؛ الشبانات، ٢٠١٠م؛ حريان، ٢٠١١م).

نموذج جولمان للذكاء الوجداني:

نموذج جولمان للذكاء الوجداني هو نموذج مبني على كفاءات الذكاء الوجداني ومصمم خصيصاً للتطبيق في مكان العمل. ويشير جولمان في هذا النموذج إلى ان الذكاء الوجداني هو قدرات وكفاءات فطرية ومكتسبة، فالذكاء الوجداني الفطري يمد الفرد بإمكانية تعلم واكتساب الكفاءات الوجدانية والتي تعد ضرورية للنجاح في الحياة والعمل (Goleman,2001). ويشير مفهوم الذكاء الوجداني لدى جولمان إلى "قدرتنا على التعرف على مشاعرنا ومشاعر الآخرين، وعلى تحفيز ذواتنا، وعلى إدارة انفعالاتنا وعلاقاتنا مع الآخرين بشكل فاعل" (الخضر، ٢٠٠٢م). وقد قدم جولمان في نظريته تصوراً للذكاء الوجداني على أنه مكون من خمس وعشرين كفاءة وجدانية تم حصرها في الكفاءة الشخصية والكفاءة الاجتماعية. ويشير جولمان ١٩٩٨م بأنه على الرغم من مناقشة كل عنقود من الكفاءات مستقل عن الآخر إلا أنه يوجد تداخل وتفاعل واضح بينها مكوناً عاملاً عاماً وهو الذكاء الوجداني، وكل كفاءة تسهم بجانب معين في زيادة وتطوير هذا الذكاء والتفوق فيه ومثل تلك الكفاءات لا تضمن إتقان الذكاء الوجداني ولكن فقط يكون لديها الإمكانية لهذا الإتقان (بخاري، ٢٠٠٧م).

ذكر الخضر (٢٠٠٢م) أن من أوجه النقد التي وجهت لنموذج جولمان هو توسعه في ضم مزيج من السمات الشخصية والدافعية، والميول إلى ما أسماه الذكاء الوجداني، واعتباره أن الانفعالات وبسبب بعض المحددات التشريحية، لا يمكن التخلص منها بعد سن المراهقة، كما أنه لم يقدم دليلاً علمياً يبرهن على مصداقية نموذج، وقد بالغ في القوة التنبؤية للذكاء الوجداني ولم تكن لديه أبحاث منشورة سابقة في هذا المجال أصلاً كما هو الحال مع "ماير وزملاؤه" إلا أنه عاد ليقول أياً كانت هذه الانتقادات فإن الفضل في لفت انتباه العلماء والعامّة لمفهوم الذكاء الوجداني يرجع لجولمان أن القدرات العقلية وحدها ليست كافية للنجاح

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

في الحياة بل هناك جانب إنساني آخر مكمل للذكاء لا بد من تفعيله والذي أسماه الذكاء الوجداني.

نموذج ديولوكس وهيكس:

قام ديولوكس وهيكس (Dulewics & Higgs,1999) بإجراء دراسة لتحليل محتوى ما يشير له مفهوم الذكاء الوجداني لدى الكثير من الباحثين للوقوف على ما يعنيه هذا المفهوم، وخلصا إلى أن الذكاء الوجداني يشير إلى قدرة الفرد على معرفة مشاعره، وكيفية توظيفها من أجل تحسين أدائه وتحقيق أهدافه في ضوء التعاطف وفهم مشاعر الآخرين، والوصول إلى علاقة ناجحة معهم، ويشمل المفهوم خمسة مكونات وهي: الوعي بالذات، تنظيم الذات، حفز الذات، التعاطف، المهارات الاجتماعية. وقد أشار الخضر (٢٠٠٢م) أن ما يميز نموذج ديولوكس وهكس عن غيره من النماذج الأخرى هو محاولته إسقاط مفهوم الذكاء الوجداني وتطبيقاته العملية على الميدان الصناعي والتنظيمي.

نموذج ليفنسون:

ذكر ليفنسون (Levinson ,1999) أن الذكاء الوجداني يشتمل على الأبعاد التالية:

- ١- الإدراك العاطفي أي القدرة على معرفة الانفعالات والعواطف التي تشعر بها مع توضيح العلاقة بين مشاعرنا وما نفكر فيه وما نفعله وما نقوله.
- ٢- التحكم في المشاعر : وتعني إدارة المشاعر المندفعة، والتفكير الواضح.
- ٣- الثقة والضمير الحي: أي المحافظة على التكامل وتحمل المسؤولية للأداء الشخصي .
- ٤- فهم الآخرين : أي الحساسية لمشاعرهم وانفعالاتهم وآرائهم والأخذ بها مع الاهتمام النشط والظاهر تجاههم.
- ٥- الحساسية لاحتياجات نمو الأفراد الآخرين ومساندتهم مع تدعيم قدراتهم.

نموذج سالا للذكاء الوجداني:

يشير سالا (Sala,2002) أن هناك عشرين كفاءة للذكاء الوجداني منظمة في أربع تجمعات وهي الوعي بالذات وتضم الكفاءات التالية: الوعي الانفعالي، والتقييم الذاتي الدقيق، والثقة بالنفس، وإدارة الذات وتتضمن ست كفاءات هي: ضبط الذات، واستحقاق الثقة، وتحمل مسؤولية الأداء الشخصي، والقابلية للتوافق، والتوجه نحو الانجاز، والمبادأة، والوعي الاجتماعي ويتضمن عدة كفاءات هي: التفهم العطوف، والتوجه نحو الخدمة، والوعي

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

التنظيمي، والمهارات الاجتماعي وتتضمن عدة كفاءات هي: العلاقة مع الآخرين، والتأثير، والتواصل، وإدارة الصراع، وبناء الروابط، الاجتماعية، والعمل كفريق، والقيادة. وبناء على ذلك فقد توصل عثمان وعبد السميع (١٩٩٨م) إلى أن الذكاء العاطفي يتكون من خمسة أبعاد تتمثل في المعرفة الانفعالية وإدارة الانفعالات وتنظيم الانفعالات، والتعاطف، والتواصل.

نموذج شابيرو L.Shapiro للذكاء الوجداني.

يرى شابيرو (٢٠٠٣م) ان الذكاء الوجداني يتكون من:

- ١-مهارات السلوك الأخلاقي: ويعني ذلك توافر العواطف والسلوكيات التي تعكس الاهتمام بالآخرين والمشاركة وتقديم المساعدة وتغذية الآخرين بالأفكار السليمة وتكوين السلوكيات المطلوبة للأعمال الخيرية والتسامح والرغبة في اتباع النظم والقوانين الاجتماعية.
- ٢-المهارات الفكرية: يرى شابيرو أن أفكارنا وإدراكاتنا تؤثر في الطريقة التي نشعر بها، لذا يجب أن نتجه أفكارنا نحو التفكير الواقعي لكي لا نقوم بخداع الذات.
- ٣-حل المشكلات: فلكي يتقن الأفراد المهارات الفكرية عليهم أن يتعلموا أسلوب حل المشكلات خصوصاً أنه يمكن تعلمها منذ الصغر.
- ٤-المهارات الاجتماعية: ويعني ذلك القدرة على التعايش مع الآخرين والإدراك والتفسير والاستجابة للأحداث بالطريقة التي تناسب الموقف الاجتماعي.
- ٥-الدافعية للإنجاز: ويتمثل هذا المكون في توقع النجاح والمثابرة والاجتهاد ومواجهة الفشل وتجاوزه.

٦-التعاطف: ويشير هذا المكون إلى نوع من التعامل المتسم بالحميمية التي تمثل سمة رئيسة للأذكاء وجدانياً.

استراتيجيات مواجهة الضغوط:

يعتبر مفهوم الاستراتيجية (The Strategy) من المفاهيم المتداولة في شتى العلوم على اختلافها العسكرية، والسياسية، والاقتصادية، والاجتماعية. وقد تعددت التعريفات التي تناولت استراتيجيات مواجهة الضغوط، ولكنها تلتقي كلها حول معنى مشترك لاستراتيجيات المواجهة وهو "فاعلية الفرد في التعامل مع الأحداث التي يعيشها" (عبدالمعطي، ٢٠٠٦م). ويعرف موس Moss استراتيجيات مواجهة الضغوط بأنها: "الأساليب التي يستخدمها الفرد

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

بوعي في تعامله مع مصدر الضغط" (في: الشاوي، ٢٠١٠م، ص ١٤). وعرف لازاروس وفولكمان Lzarus & Folkman استراتيجيات مواجهة الضغوط بأنها "الجهود الثابتة المعرفية والسلوكية لتغيير أو التعامل مع المتطلبات الداخلية أو الخارجية التي تفوق قدرات الفرد لفهم هذه المطالب وتقليلها أو جعلها أكثر احتمالاً" (Lzarus & Folkman, 1984, p20). ويعرف حسين والزيود (١٩٩٩م) إستراتيجيات مواجهة الضغوط بأنها "مجموعة من الأساليب أو الطرق والنشاطات الدينامية والسلوكية والمعرفية التي يستخدمها الفرد في مواجهة الموقف الضاغظ لحل المشكلة وتخفيف التوتر الانفعالي المترتب عليها". ويرى (حسين وحسين، ٢٠٠٦م، ص ٧٥، ب) أن استراتيجيات مواجهة الضغوط تعرف بأنها: "عبارة عن الأساليب الشعورية السلوكية والمعرفية التي يقوم بها الأفراد للتعامل بفعالية مع الأحداث التي يتعرضون لها في بيئتهم وللتكيف معها". كما رأى جابر وكفاقي أن استراتيجيات مواجهة الضغوط عبارة عن "سلوك التصدي، أو الكفاح الناجح، أي أنه تكيف شعوري أو لا شعوري يخفض التوتر في المواقف والخبرات الضاغطة" (عبدالمعطي، ٢٠٠٦م، ص ٢٢).

أنواع استراتيجيات مواجهة الضغوط:

صنف موس وبيلينجز (Moos & Bilings, 1981) استراتيجيات مواجهة الضغوط إلى ثلاثة أنواع تبعاً للهدف منها وهذه الأنواع هي:

١. التعامل المتمركز حول التقدير Appraisal – Focused Coping يشمل هذا النوع من التعاملات مع مواقف الضغط وعلى محاولات تحديد معنى الموقف ويشتمل على الاستراتيجيات التالية:

أ- التحليل المنطقي: تشمل الأساليب المستخدمة في هذه المجموعة محاولة التعرف على سبب المشكلة مع الاهتمام بجانب واحد في الوقت الواحد، والاستفادة من خبرات الماضي "الخبرات السابقة للفرد" والاستعراض العقلي للتصرفات الممكنة ولنتائج هذه التصرفات.
ب- إعادة التحديد المعرفي: تشمل هذه المجموعة أساليب معرفية يمكن للفرد عن طريقها أن يتقبل الواقع الخاص بالموقف، ولكنه يعيد بناءه ليجد شيئاً مرغوباً في إطاره، وتتضمن مثل هذه الأساليب تذكير الفرد لنفسه بأن الأمور كان من الممكن أن تكون أسوأ وأن يفكر في

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

نفسه كما يفكر بالنسبة للآخرين وأن يركز على شيء جيد يمكن أن ينشأ عن الموقف، وكذلك يركز على تغيير القيم والأولويات بحيث تتسق مع الواقع المتغير.

ج- التجنب المعرفي: يدخل في هذه المجموعة أساليب مثل أفكار الخوف أو القلق تحت الضغط ومحاولة نسيان الموقف بأكمله، ورفض الاعتقاد في وجود المشكلة فعلاً، والانشغال في التخيلات المؤلمة (Wishdul Fantosies) بدلاً من التفكير الواقعي في المشكلة.

٢. التعامل المتمركز حول المشكلة Problem - Focused Coping تبحث هذه المجموعة من استراتيجيات التعامل في تعديل أو استبعاد مصدر الضغط، والتعامل مع الآثار الملموسة للمشكلة، وكذلك التغيير النشط للذات وتطوير موقف أفضل ومن الأساليب المستخدمة في هذه المجموعة:

أ- البحث عن المعلومات أو طلب النصيحة: وتشمل الأساليب المستخدمة في هذه المجموعة البحث عن معلومات أكثر حول الموقف وجمع هذه المعلومات، والحصول على التوجيه من شخص مسئول والتحدث مع شخص آخر حول المشكلة، وطلب المساعدة من شخص ما.

ب- اتخاذ إجراء حل المشكلة Take Problem - Solving Action: وتشمل هذه المجموعة على إعداد خطط بديلة، واتخاذ تصرف محدد للتعامل مباشرة مع الموقف، وتعلم مهارات جديدة موجهة نحو المشكلة، والمفاوضة والتوفيق لحل المشكلة.

ج- تطوير مكافآت "إثبات" بديلة Develop Alternative Rewards: وتشمل هذه الاستراتيجيات على محاولات للتعامل مع موقف المشكلة عن طريق تغيير أنشطة الفرد وإيجاد مصادر جديدة الرضا ومن أمثلة ذلك بناء علاقات اجتماعية جديدة، وتنمية وجهة ذاتية واستقلالا ذاتيا أكبر والاشتراك في أنشطة بديلة مثل الاشتراك في الأعمال التطوعية أو الاهتمام بدراسة الدين.

٣. التعامل المتمركز حول الانفعال Emotion - Focused Coping وتشمل هذه المجموعة الاستجابات التي تكون وظيفتها الأولى التعامل مع الانفعالات الناتجة عن مصادر الضغوط، ومن ثم الاحتفاظ باتزان وجداني. ومن الأساليب التي تشمل عليها هذه المجموعة ما يلي:

أ- التنظيم الوجداني: تشمل هذه الاستراتيجيات الجهود المباشرة لضبط الانفعال الناشئ عن

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

المشكلة عن طريق التأجيل الواعي للالتفات للحفز الذي يحدث للانفعال، أي عن طريق القمع، كذلك معايشة الانفعالات الشخصية والتعامل معها ومحاولة عدم الانشغال بالمشاعر المتصارعة، وتحمل الغموض عن طريق التصرف المباشر.

ب-التقبل المذعن: تشمل هذه المجموعة على استجابات مثل الانتظار لبعض الوقت للبرء من المشكلة وتوقع الأسوأ، وتقبل الموقف كما هو، وتقرير أن لا شيء يمكن عمله لتغيير الأشياء والاستسلام للأمر الواقع.

ج-التفريغ الانفعالي Emotional Discharge : ويدخل في هذه الأساليب التعبيرات الكلامية، والبكاء، والتدخين، وزيادة الأكل، والانغماس في أنشطة اندفاعية موجهة للخارج وقد تشمل هذه الأساليب على إخفاق في التنظيم الوجداني، ولكنها توضح في فئة واحدة للتمييز بين الأشخاص الذين يتقبلون بين الضبط الانفعالي والتفريغ الانفعالي (الرشيد، ١٩٩٩م).

كما حدد لازاروس وفولكمان (١٩٨٤م) استراتيجيات مواجهة الضغوط في نوعين، وهما:

١-استراتيجيات المواجهة التي تركز على المشكلة Problem-Focused Coping

٢-استراتيجيات المواجهة التي تركز على الانفعال Emotion-Focused Coping

والنوع الأول من استراتيجيات المواجهة عبارة عن الجهود التي يبذلها الفرد لتعديل العلاقة الفعلية بين الشخص والبيئة، ولهذا فإن الشخص الذي يستخدم أساليب المواجهة التي تركز على المشكلة نجده في المواقف الضاغطة يحاول تغيير أنماط سلوكه الشخصي أو يعدل الموقف ذاته، فهو يحاول تغيير سلوكه الشخصي من خلال البحث عن معلومات أكثر عن المواقف أو المشكلة لكي ينتقل إلى تغيير الموقف.

أما استراتيجيات المواجهة التي تركز على الانفعال فهي تشير إلى الجهود التي يبذلها الفرد لتنظيم الانفعالات وخفض المشقة والضيق الانفعالي الذي سببه الحدث أو الموقف الضاغطة للفرد عوضاً عن تغيير العلاقة بين الشخص والبيئة، وتتضمن أساليب المواجهة التي تركز على الانفعال الابتعاد وتجنب التفكير في الضواغط والإنكار. ويرى لازاروس أن لكل من هاتين الاستراتيجيتين أهدافها الخاصة، فاستراتيجية المواجهة التي تركز على المشكلة تهدف إلى البحث عن معلومات أكثر حول الموقف أو المشكلة أو طلب النصيحة من الآخرين وإدارة المشكلة والقيام بأفعال لخفض الضغط وذلك عن طريق تغيير الموقف مباشرة، أما

استراتيجيات المواجهة التي تركز على الانفعال فهي تتعلق بالاستجابات الانفعالية وتهدف إلى تنظيم الانفعالات السلبية التي تنشأ عن الحدث الضاغط الذي يواجه الفرد، ومن خلال نظريته أعد لازاروس وفولكمان استبيان أساليب المواجهة لقياس هذين النوعين الأساسيين من استراتيجيات مواجهة الضغوط، ولقد توصل لازاروس وفولكمان من خلال التحليل العاملي لمفردات الاستبيان إلى ثمان استراتيجيات فرعية يستخدمها الفرد في مواجهة الضغوط وهي: مواجهة التحدي، والابتعاد، وضبط الذات، والبحث عن المساعدة الاجتماعية، وتقبل المسؤولية، والهروب أو التجنب وحل المشكلة والتقييم الإيجابي للموقف.

ويشير لازاروس وفولكمان أيضاً إلى أن كلاً من استراتيجيات المواجهة التي تركز على المشكلة، واستراتيجيات المواجهة التي تركز على الانفعال تستخدم غالباً في معظم المواقف الضاغطة، وأنها قد يسهل أو يعوق بعضهما بعضاً، وأن استراتيجيات المواجهة التي تركز على المشكلة تكون مشابهة لاستراتيجيات حل المشكلة؛ فهي تتضمن البحث عن معلومات أكثر، وتحديد العقبات والصعوبات، وتوليد حلول بديلة للمشكلة، بينما استراتيجيات المواجهة التي تركز على الانفعال في المقابل تهدف إلى إدارة وتنظيم انفعالات الفرد من خلال استخدام عدة استراتيجيات فرعية، مثل التجنب، والانكار، والتقليل من الشأن، وإعادة التقييم الإيجابي (حسين وحسين، ٢٠٠٦م، ب). أما الطريري (١٩٩٤م) فيرى أن استراتيجيات مواجهة الضغوط من الممكن أن تأخذ صورتين: الصورة الأولى "عملية التكيف مع الوضع الضاغط Adaptation وهي عبارة عن عمليات روتينية إجرائية يعمل الفرد على مزاولتها، وعادة ما تكون هذه العمليات اتوماتيكية وأسلوباً ثابتاً يزاوله الفرد في مثل هذه المواقف، أما الصورة الثانية "عملية المواجهة Coping وهي عبارة عن إجراءات يتخذها الفرد من أجل هذه المشكلة التي تواجهه ومن ثم العودة إلى الوضع الانفعالي الطبيعي". ويصنف كومبس ورفاقه (Compas et al (2001 استراتيجيات مواجهة الضغوط إلى نوعين أساسيين وهما: استراتيجيات مواجهة إرادية في مقابل استراتيجيات مواجهة لا إرادية، وتتضمن استراتيجيات المواجهة الإرادية والغير إرادية استراتيجيات إقدامية وأخرى إجمالية.

من جانب آخر حدد سيلبي Selye ثلاث مراحل لمواجهة الضغوط النفسية هي:

١-التنبه Alarm stage : تبدأ بمجرد إدراك الفرد وجود مصدر ضغط سواء أكان نفسياً أم اجتماعياً، وهنا يظهر الجسم استجابات عديدة.

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

- ٢- المقاومة Resistance stage : يفرز الجسم هرمونات تساعد على المقاومة.
- ٣- الإنهاك Exhaustion stage : مع استمرار تعرض الفرد للحدث الضاغط فان الطاقة اللازمة للتكيف قد تنهك ويحدث انهيار للجسم (في: عربيات، ٢٠٠٥م).
- ويذكر منسي وآخرون (١٩٩٧م) أنه يمكن تصنيف استراتيجيات التكيف مع المواقف الضاغطة في بعدين هما:
- أولاً: استراتيجيات التكيف الإقدامية:
- ويتميز الأفراد ذوي الاستراتيجيات الإقدامية بتصديهم للموقف الضاغط من خلال اربعة أساليب هي:
- ١- استراتيجية التحليل المنطقي:
- وفيها ينبع الفرد أسلوب التحليل المنطقي للموقف الضاغط بغية فهمه، والتهيؤ الذهني له ولما يترتب عليه.
- ٢- استراتيجية إعداد التقييم الإيجابي للموقف:
- حيث يحاول الفرد معرفياً استجلاء غموض الموقف الضاغط، وإعادة بنائه بطريقة إيجابية مع محاولة استمرار تقبل الواقع كما هو .
- ٣- استراتيجية البحث عن المعلومات والمساعدة:
- حيث يحاول الفرد البحث عن المعلومات المتعلقة بالموقف الضاغط، وطلب المساعدة من الآخرين.
- ٤- استراتيجية حل المشكلة:
- من خلال التصدي المباشر للأزمة ولتداعياتها.
- ثانياً: استراتيجيات التكيف الإحجامية:
- يتميز الأفراد ذوي الاستراتيجيات الإحجامية بتكيفهم مع الموقف الضاغط من خلال عدة أساليب هي:
- ١- استراتيجية الإحجام المعرفي:
- يلجأ إليها الفرد لتجنب التفكير الواقعي والممكن مع الموقف الضاغط أو فيه.
- ٢- استراتيجية التقليل الاستسلامي:
- ويلجأ إليها الفرد لترويض نفسه على تقبل الأزمة، أو الموقف الضاغط.
- ===== (٧٠) ===== مجلة الإرشاد النفسي- مركز الإرشاد النفسي ، العدد ٤١- يناير ٢٠١٥ =====

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

٣- استراتيجية البحث عن الإثبات أو المكافآت البديلة:

وذلك عن طريق الاشتراك في أنشطة بديلة ومحاولة الاندماج فيها، ويهدف توليد مصادر جديدة للإشباع، والتكيف بعيداً عن مواجهة الأزمة، أو الموقف الضاغط.

٤- التنفيس والتفريغ الانفعالي:

وذلك بالتعبير اللفظي عن المشاعر السلبية غير السارة، وفعلياً عن طريق المجهودات الفردية المباشرة لتخفيف التوتر.

أهم النماذج والنظريات المفسرة لاستراتيجيات مواجهة الضغوط:

النظرية المعرفية للضغوط "لازاروس وكوهين" (Lazarus & Cohen, 1997)

وتشير النظرية إلى أن الضغوط هي علاقة بين الشخص والبيئة التي يتم تقديرها بواسطة الفرد على أنها تتوافق أو تزيد عن مصادره وتهدد رفايته الشخصية، ويحدد تقييم الفرد للموقف على أنه ضاغط من خلال معرفة المتطلبات الخاصة بالبيئة والمصادر الشخصية التي يمتلكها الفرد، وتؤكد هذه النظرية على التفاعل المستمر ذي الطبيعة المتبادلة بين الشخص والبيئة، وهذا يعني أن الحدث وإدراك الفرد له وتفسيره يلعب دوراً مهماً في استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط ويرى لازاروس أن للضغط ثلاث عمليات معرفية تتوسط إدراك الفرد للحدث الضاغط وما يترتب عليه من نتائج، وهذه العمليات هي:

١. عملية التقدير الأولى Primary Appraisal : وهي تقويم الفرد للموقف الضاغط

والتهديد ومدى أمكانيته للتحويل ليكون أفضل.

٢. عملية التقدير الثانوي Secondary Appraisal : وهي عملية تحضير الاستجابة

الممكنة والملائمة لمواجهة التهديد أو التفكير فيها.

٣. عملية المواجهة Coping : وهي عملية تنفيذ الاستجابة الملائمة لمواجهة التهديد.

(في: الشاوي، ٢٠١٠م؛ والراشد، ٢٠١٢).

نظرية الضغوط واستراتيجيات المواجهة ل"موس وشفير" (Moss & Schaefer, 1993)

وتشير هذه النظرية إلى أن الأفراد لديهم الحاجة إلى الاتزان الاجتماعي والنفسي، فحين يتعرضون لحدث أو أزمة تؤدي هذه الأزمة إلى اضطراب تفكيرهم وسلوكهم؛ فإنهم يوظفون الاستراتيجيات المألوفة لديهم للتكيف مع الموقف الضاغط، حتى يعود اتزانهم إلى سيرته

الأولى (في: محمود، ١٩٩٣م). ويتكون هذا النموذج من ثلاث مراحل هي:

الدكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط

المرحلة الأولى: تحتوي على ثلاث مجموعات من العوامل المتفاعلة، وتؤثر بصورة منفردة أو مجتمعة في تقييم الفرد للموقف الضاغط، ثم اختيار عملية التحمل المناسبة وهي:

١- عوامل بيئية اجتماعية (النظام البيئي) وتتكون من ضغوطات الحياة المستمرة، والمصادر الخارجية في ميادين الحياة مثل: الصحة الجسمية، والنواحي المالية، والعلاقة بين أفراد السرة وبين الأصدقاء.

١- العوامل الشخصية والديموغرافية (النظام الشخصي) وتشتمل على: مصادر المواجهة الشخصية مثل: الثقة بالنفس، ونمو الأنا، ومهارات حل المشكلات، والإلتزام الشخصي، والسمات الديموغرافية مثل: العمر، والجنس، والحالة الاجتماعية، بالإضافة إلى خبرة الفرد السابقة في مواجهة الضغوط.

٣- العوامل المرتبطة بالحدث (تحولات وأزمات الحياة) وتتضمن: خصائص الأزمات، والمواقف الضاغطة مثل: نمط الحدث، وهناك عدة أنماط للأحداث هي: (الشخصية السيكولوجية، والاجتماعية، والثقافية)، كما تتضمن طبيعة الأزمة وشدها ومدى إمكانية تغييرها أو تفادي نتائجها، ويمكن تحديد طبيعة الأزمة أو الحدث من خلال ما يأتي:

أ- مصدر الحدث: هل يرجع إلى ظروف طبيعة كالزلازل، أم إلى عوامل بيولوجية كالمرض؟

ب- احتمال وقوع الحدث للفرد بشكل فجائي.

ج- مدة وقوع الحدث.

د- مدى تعرض الفرد لأخطار الحدث.

هـ- إمكانية تحمل الحدث والتحكم في آثاره (قرشي، ١٩٩٣م).

المرحلة الثانية: تسمى هذه المرحلة بمرحلة العمليات، حيث يتبنى الفرد مجموعة متنوعة من العمليات؛ لحشد طاقته المعرفية وجهوده السلوكية والوجدانية للتكيف مع الموقف الضاغط والتغلب عليه بحلول إيجابية، وتنقسم إلى قسمين هما:

١- التقييم المعرفي Cognitive Appraisal: يعني إدراك معنى الحدث ودلالاته الشخصية بالنسبة له، وهذا الإدراك يبدأ بعد صدمة الضغط بصورة غامضة، ثم تزداد ملامحه العقلانية والواقعية بصورة تدريجية بحيث تتضح أبعاده وتطوراتها، مما يسهل على الفرد التعامل معه بالعمليات والاستراتيجيات المناسبة له.

٢- استجابة المواجهة Coping Response: ويقصد بها مجموعة من الاستراتيجيات والوسائل التي يستخدمها الفرد لخفض التكيف مع الموقف الضاغط والتصدي له وهي: إما استراتيجيات إقدامية Approach coping: وهي استراتيجيات يوظفها الفرد في اقتحام الأزمة وتجاوزها. وإما استراتيجيات إجمامية Avoidance coping: وهي استراتيجيات يوظفها الفرد في تجنب الأزمة والإحجام عن التفكير فيها.

المرحلة الثالثة: تتمثل في نتائج الأزمة وآثارها، وتعتبر محصلة التفاعل في جميع العناصر السابقة، وهي تعبير عن مدى توافق الفرد في تحمل الموقف، فقد يكون توافقه سويًا في صورة حلول إيجابية فعالة تثري حياته القادمة، أو قد يكون توافقه غير سوي يتضح في صورة حلول سلبية إنسحابية تؤدي إلى ظهور الأعراض والاضطرابات التي تؤثر في صحته النفسية والجسمية (شعبان، ١٩٩٥م؛ Lightsey & Hulsey, 2002).

النموذج المتعدد الأبعاد لـ "جرانزفورت" (Granzvoort, 1998)

يشير هذا النموذج إلى أن عملية مواجهة الضغوط عملية ذات طبيعة معقدة، ولا بد من أن تفهم من خلال نموذج متعدد الأبعاد، ويقوم هذا النموذج على عدة دعائم أساسية هي:

١- هوية الفرد: إحساس الفرد بالاستمرارية، والتفرد في تفاعله مع السياق الاجتماعي، وتشمل: الخصائص الشخصية، والشعور بالكفاية الشخصية، واتجاهات دور الجنس، فضلاً عن المصادر الشخصية (الحالة الزوجية، والوالدية، والتعليم، والمستوى الوظيفي)، كما أنها عملية دينامية يعاد تشكيلها على نحو متواصل في تفاعل مستمر مع استراتيجيات مواجهة الضغوط والسياسات الاجتماعية.

٢- السياق الاجتماعي: تتأثر مواجهة الضغوط بالسياق الاجتماعي الذي يقع فيه تفاعل الهوية ومواجهة الضغوط، كما أنه متغير لا يتسم بالثبات لكنه يتغير باستمرار، ويتأثر بالعديد من العوامل من بينها: التغيرات الاقتصادية، والنضج، والهجرة، والأحداث العظمى (الحروب والكوارث).

٣- القيم الثقافية والمعتقدات: ولها دورها في تشكيل فهم الفرد للضغوط وتحديد استراتيجيات المواجهة.

٤- كما اهتم النموذج بالعلاقات الاجتماعية، فاختيار الفرد لاستراتيجيات مواجهة معينة؛ يمكن أن يجعله مغترباً عن السياق الاجتماعي الذي يعيش فيه، أي أن عملية المواجهة

الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط

تتأثر بالوسط الاجتماعي (في: القماح، ٢٠٠٢م؛ أبو بكر، ٢٠٠٧م).

دراسات سابقة:

تناولت دراسات عديدة الذكاء الوجداني وعلاقتها بمتغيرات متعددة ومختلفة مثل دراسات: لي بيج (Lepage-Less,1997)؛ مكديول وآخرون (McDowelle et al.,1997)؛ براون (Brown,1999)؛ بار أون وآخرون (Bar-On et al.,2000)؛ لو (Lu,2000)؛ فويتزوسكي (Woitaszewski,2001)؛ هامبل ومارتين (Humpel & Martin, 2001)؛ الهنائي (٢٠٠٢م)؛ سيروتشي وآخرون (Ciarrochi et al,2002)؛ جارندر وستوغ (Gardner & Stough,2003)؛ البلوي (٢٠٠٤م)؛ الخضر (٢٠٠٥م)؛ فراج (٢٠٠٥م)؛ الديدي (٢٠٠٥م)، الزهار وحبيب (٢٠٠٥م)؛ موسى (٢٠٠٥م)؛ هارود وسكير (Harrrd & Scheer,2005)؛ المصدر (٢٠٠٧م)؛ الأحدي (٢٠٠٧م)؛ العمران (٢٠٠٨م)؛ الفيل (٢٠٠٨م)؛ الشهري (٢٠٠٩م)؛ النومي (٢٠٠٩م)؛ فاريسيلي (Fariselli,2009)؛ الشبانان (٢٠١٠م)، العمر (٢٠١١م)؛ البقمي (٢٠١١م). كما تناولت عدة دراسات استراتيجيات الضغوط وعلاقتها بعدد من المتغيرات الشخصية والاجتماعية مثل دراسة السباعي (٢٠٠١م)؛ لارسون (Larson,2005)؛ الزويد (٢٠٠٦م)؛ المشوح (٢٠٠٩م)؛ الشاوي (٢٠١٠م)؛ العتيبي (٢٠١١م)؛ العلياني (٢٠١١م). وقد اظهرت نتائج دراسات عدة تناولت متغيرات الدراسة الحالية وعلاقتها ببعضها حيث هدفت دراسة سرور (٢٠٠٣م) إلى التعرف على العلاقة بين مهارات مواجهة الضغوط والذكاء الوجداني ومركز التحكم (أي التعرف على التباين في مهارات مواجهة الضغوط بتباين مستوى الذكاء الوجداني) وتكونت الدراسة من (٥٢٦) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة بكلية التربية واستخدم الباحثان ثلاثة مقاييس وهي: مقياس مهارات مواجهة الضغوط من إعداد البنا وعبدالغني (٢٠٠٢م)، ومقياس الذكاء الوجداني من إعداد هلال (١٩٩٩م) ومقياس مركز التحكم من إعداد هلال (١٩٩٩م). وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي مستويات الذكاء الوجداني المختلفة في مهارات مواجهة الضغوط كما تبين أن دلالة الفروق لصالح الطلاب ذوي مستوى الذكاء الوجداني المرتفع، وأظهرت النتائج أيضاً وجود تفاعل ثنائي ذي اثر دال إحصائياً بين مستويات الذكاء

الوجداني والنوع على مهارات مواجهة الضغوط كما أشارت النتائج أيضاً إلى وجود أثر دال إحصائياً بين مستويات الذكاء الوجداني والنوع على مهارات مواجهة الضغوط، وأشارت النتائج أيضاً إلى عدم وجود تأثير تفاعلي دال إحصائياً بين مستوى الذكاء الوجداني ومركز التحكم والنوع على مهارات مواجهة الضغوط. كما هدفت دراسة الهام وأمنية (٢٠٠٥م) إلى معرفة مدى إسهام أبعاد الذكاء الوجداني على قائمة بار- أون في التنبؤ بأساليب المجابهة المستخدمة، وأيضاً التعرف على أبعاد الذكاء الوجداني المرتبطة بأساليب المجابهة التكيفية والأخرى المرتبطة بأساليب المجابهة غير التكيفية. وتكونت عينة الدراسة من ٣٢٧ طالباً وطالبة من طلاب وطالبات الجامعة في المنوفية، واستخدم في الدراسة مقياسين هما مقياس قائمة الذكاء الوجداني لبار- أون (١٩٩٧م)، ومقياس قائمة المجابهة لكارفو وآخرين (١٩٨٩م). وأظهرت نتائج الدراسة وجود ارتباطات إيجابية دالة بين أبعاد الذكاء الوجداني وأساليب المجابهة التكيفية وارتباطات سالبة دالة مع أساليب غير التكيفية وأشارت النتائج أيضاً إلى اختلاف مكونات الذكاء الوجداني المثبتة لكل أسلوب من أساليب المجابهة، وأشارت النتائج كذلك إلى عدم تفاعل بين الجنسين وأبعاد الذكاء الوجداني في التأثير على أساليب المجابهة وأشارت أيضاً إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث على متوسطات درجات الذكاء والذكاء الوجداني ما عدا تحمل المشقة وأساليب المجابهة ما عدا المرح. وهدفت دراسة عبدالله (٢٠٠٦م) إلى تحديد العلاقة بين أبعاد كل من: الذكاء الوجداني والكفاءة الذاتية واستراتيجيات مواجهة الضغوط، ودراسة الفرق بين المعلمين في الذكاء الوجداني وأبعاده والكفاءة الذاتية واستراتيجيات مواجهة الضغوط تبعاً للنوع (ذكور/إناث) والتخصص (علمي/أدبي) وسنوات الخبرة بالتدريس، والتنبؤ من خلال درجات ابعاد الذكاء الوجداني بالكفاءة الذاتية واستراتيجيات مواجهة الضغوط. وقد بلغت عينة الدراسة الاستطلاعية (٣٠٦) معلماً ومعلمة، وبلغت عينة الدراسة الأساسية (٤٢٥) معلماً ومعلمة من معلمي المرحلة الابتدائية. وقد استخدم الباحثان ثلاثة مقياسين من إعدادهم هي: مقياس الذكاء الوجداني، ومقياس الكفاءة الذاتية، وقائمة استراتيجيات مواجهة الضغوط. وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج كان من أهمها: وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين أبعاد كل من الذكاء الوجداني والكفاءة الذاتية واستراتيجيات مواجهة الضغوط، ما عدا "تجنب المواجهة" ترتبط سلبياً بأبعاد الذكاء الوجداني والكفاءة الذاتية، وكذلك توصلت الدراسة إلى

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

وجود علاقة ارتباطية موجبة بين عدد سنوات الخبرة وبين أبعاد الذكاء الوجداني، لا يوجد تأثير للتخصص (علمي/أدبي) على الذكاء الوجداني وأبعاده، وتوصلت الدراسة أيضاً إلى أنه يوجد تأثير للتخصص وسنوات الخبرة على استراتيجيات مواجهة الضغوط، وتوصلت الدراسة إلى أنه يمكن التنبؤ باستراتيجيات مواجهة الضغوط للمعلم من خلال أبعاد ذكائه الوجداني.

كما قامت أحمد (٢٠٠٧م) بدراسة هدفت إلى التعرف على علاقة الذكاء الوجداني بكل من نمط القيادة وأساليب مواجهة الضغوط، وذلك على عينة مكونة من ١٨٠ من القادة الإداريين بلغ عدد الذكور منهم ٨٠ مدير، وبلغ عدد الإناث ١٠٠ مديرة. وقد اشارت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط موجب دال بين درجات افراد العينة من الذكور والاناث على مقياس الذكاء الوجداني وأساليب مواجهة الضغوط الإيجابية ووجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين درجات أفراد العينة من الذكور والإناث على مقياس الذكاء الوجداني وأساليب مواجهة الضغوط السلبية. ووجود تأثير دال إحصائياً لارتفاع الذكاء الوجداني على أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية، كما كان متوسط درجات الذكور أعلى من متوسط درجات الإناث في بعض أبعاد الذكاء الوجداني، وأمكن التنبؤ بنمط القيادة من خلال الدرجة الكلية للذكاء الوجداني، وبعض أبعاد الذكاء الوجداني والمتمثلة في بعد إدارة الانفعالات، ثم فهم الانفعالات، ثم العلاقات الاجتماعية.

أما دراسة عجاجة (٢٠٠٧م) فهذهت إلى معرفة العلاقة بين الذكاء الوجداني وأساليب مواجهة الضغوط وجودة الحياة لدى طلاب الجامعة. واستخدمت الباحثة عينة من طلاب كلية التربية من طلاب الفرقة الأولى والرابعة وعددهم (٦٣٣) طالباً من الشعب العلمية والأدبية، تراوحت أعمارهم ما بين ١٧ - ٢٢ عاماً بمتوسط عمري قدره ١٩,١٥ عاماً. وقد استخدمت الباحثة مقياس نسبة الذكاء الوجداني، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط، ومقياس جودة الحياة. وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للذكاء الوجداني والدرجة الكلية لجودة الحياة، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين العمل من خلال الحدث والالتفات لاتجاهات وأنشطة أخرى، وتنمية العلاقات الاجتماعية، وتنمية الكفاءة الذاتية كأبعاد أساسية لأساليب المواجهة وبين الدرجة الكلية لجودة الحياة، كذلك أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة بين

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

الذكاء الاجتماعي كأحد أبعاد الذكاء الوجداني والمواجهة من خلال الانسحاب والتجنب كأحد أساليب مواجهة الضغوط. وهدفت دراسة حسن وآخرين (٢٠٠٧م) إلى التعرف على جودة الحياة وعلاقتها بالضغوط النفسية واستراتيجيات مقاومتها لدى طلبة جامعة السلطان قابوس. وتكونت عينة الدراسة من (١٨٣) طالباً وطالبة من كلية (التربية، والآداب، والهندسة، والعلوم)، واستخدم الباحثون مقياس جودة الحياة ومقياس مصا در الضغوط ومقياس استراتيجيات مقاومة الضغوط، و أشارت النتائج إلى أن الاستراتيجيات الدينية، والاستراتيجيات المعرفية (التفكير الإيجابي) الأكثر استخداماً من قبل طلبة الجامعة نسبياً مقارنة ببقية الاستراتيجيات الأخرى.

وتفحصت دراسة العويضة (٢٠٠٦م) مصادر الضغوط النفسية، وأبرز استراتيجيات المواجهة في التعامل مع الضغوط النفسية لدى الطلاب الذين يدرسون في الجامعات الأردنية الخاصة. وقد تألفت عينة الدراسة من (٤٤٥) طالباً وطالبة من مختلف الجنسيات ضمن مختلف المستويات الدراسية، واستخدم الباحث مقياس الضغوط النفسية، ومقياس استراتيجيات المواجهة. وأظهرت النتائج أن أكثر الاستراتيجيات استخداماً للتعامل مع الضغوط لدى الطلبة هي (المواجهة النشطة، التخطيط، اللجوء للدين، إعادة التشكيل الإيجابي، لوم الذات، وطلب الدعم الاجتماعي).

منهج الدراسة وإجراءاتها

منهج الدراسة:

استخدم الباحثان في الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي " الذي يهدف لوصف واقع الظاهرة المراد دراستها بواسطة استجابات جميع أفراد مجتمع البحث أو عينة كبيرة منهم " (العساف، ١٤٢١هـ، ص ١٨٣). والذي من خلاله يتم استخدام الطريقة المسحية. حيث قام الباحثان بوصف واقع استخدام الذكاء الوجداني لاستنتاج العلاقة بين الذكاء الوجداني واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين.

مجتمع الدراسة:

يتمثل مجتمع الدراسة في المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض، والبالغ عددهم (٢٣٧) مرشداً طلابياً حسب إحصائية إدارة التربية والتعليم بمدينة الرياض للعام الدراسي ١٤٣٣-١٤٣٤هـ (وزارة التربية والتعليم، ١٤٣٤هـ).

الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط

عينة الدراسة:

بلغ حجم عينة الدراسة (١٧٣) مرشداً من مجتمع البحث حيث قام الباحثان بتوزيع (٢٠٠) استبانة، استرد منها (١٨١) استبانة، وتم استبعاد (٨) استبانات وذلك لعدم اكتمالها أو وجود نقص في إكمال العبارات. وقد قام الباحثان باختيار أسلوب العينة العشوائية البسيطة عن طريق اختيار عشوائياً المدارس الثانوية التابعة لمكاتب التربية والتعليم التالية: الشمال، والسويدي، والشرق، والغرب، والوسط، وقرطبة، الرائد، والروضة والعزيرية. وفيما يلي توضح الجداول التالية خصائص أفراد عينة الدراسة من المرشدين الطلابيين كالتالي:

المتغيرات الشخصية والديمغرافية لأفراد عينة الدراسة من المرشدين الطلابيين في المرحلة الثانوية بمدينة الرياض:

للتعرف على خصائص أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم (١٧٣) مرشداً طلابياً، حيث تم حساب التكرارات والنسب المئوية ونواتج خصائص العينة الديمغرافية والشخصية التي توضحها الجداول:

-توزيع عينة الدراسة حسب العمر:

جدول (١)

توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير العمر (ن = ١٧٣)

العمر	التكرار	النسبة
أقل من ٣٥ سنة	١٨	١٠,٤
من ٣٥ إلى أقل من ٤٥ سنة	١١٧	٦٧,٦
من ٤٥ سنة فأكثر	٣٨	٢٢,٠
المجموع	١٧٣	%١٠٠

يتضح من الجدول (١) أن (١١٧) من أفراد عينة الدراسة يمثلون ما نسبته ٦٧,٦% أعمارهم من ٣٥ إلى أقل من ٤٥ سنة وهم الفئة الأكثر من أفراد الدراسة وهي تعد النسبة الأكبر وذلك لان العاملين في مجال الارشاد غالبا ما يتم اختيارهم بعد سنوات من الخبرة في المجال التعليمي حسب توجهات وزارة التربية والتعليم، بينما (٣٨) منهم يمثلون ما نسبته

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

٢٢,٠% من إجمالي أفراد عينة الدراسة أعمارهم من ٤٥ سنة فأكثر، في حين ان (١٨) منهم يمثلون ما نسبته ١٠,٤% من إجمالي أفراد عينة الدراسة أعمارهم أقل من ٣٥ سنة.
* توزيع عينة الدراسة حسب التخصص:

جدول (٢)

توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير التخصص (ن = ١٧٣)

التخصص	التكرار	النسبة
ماجستير علم نفس	٢٩	١٦,٨
دبلوم توجيه وإرشاد طلابي	٧٢	٤١,٦
تخصص اخر	٧٢	٤١,٦
المجموع	١٧٣	%١٠٠

يتضح من الجدول (٢) أن (٧٢) من أفراد عينة الدراسة يمثلون ما نسبته ٤١,٦% من إجمالي أفراد عينة الدراسة تخصصهم دبلوم توجيه وإرشاد طلابي، بينما (٧٢) منهم يمثلون ما نسبته ٤١,٦% من إجمالي أفراد عينة الدراسة لهم تخصص آخر، في حين ان (٢٩) منهم يمثلون ما نسبته ١٦,٨% من إجمالي أفراد عينة الدراسة تخصصهم ماجستير علم نفس.

* توزيع عينة الدراسة حسب سنوات الخبرة في الإرشاد الطلابي:

جدول (٣)

توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير عدد سنوات الخبرة في الإرشاد الطلابي

عدد سنوات الخبرة	التكرار	النسبة
أقل من ٥ سنوات	٦٢	٣٥,٨
من ٥ إلى أقل من ١٠ سنوات	٤٣	٢٤,٩
من ١٠ سنوات فأكثر	٦٨	٣٩,٣
المجموع	١٧٣	%١٠٠

يتضح من الجدول (٣) أن (٦٨) من أفراد عينة الدراسة يمثلون ما نسبته ٣٩,٣% من إجمالي أفراد عينة الدراسة عدد سنوات خبرتهم من ١٠ سنوات فأكثر وهم الفئة الأكثر من أفراد الدراسة، بينما (٦٢) منهم يمثلون ما نسبته ٣٥,٨% من إجمالي أفراد عينة

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

الدراسة عدد سنوات خبرتهم أقل من ٥ سنوات، في حين أن (٤٣) منهم يمثلون ما نسبته ٢٤,٩% من إجمالي أفراد عينة الدراسة عدد سنوات خبرتهم من ٥ إلى أقل من ١٠ سنوات.
أدوات الدراسة:

استخدم الباحثان في جمع بيانات الدراسة أداتين للقياس هما:
الأداة الأولى: مقياس الذكاء الوجداني من ترجمة وتقنين و إعداد عثمان ورزق (١٩٩٨م) -
النسخة المعدلة للبلوي (٢٠٠٤ م).

قام عثمان ورزق (١٩٩٨م) بصياغة فقرات المقياس في صورته الأولية والتي تكونت من (٦٤) فقرة وذلك بمقياس استجابة خماسي (يحدث " غالباً " تعطي خمس درجات ، يحدث " كثيراً " تعطي أربع درجات، يحدث " أحياناً " تعطي ٣ درجات، يحدث " قليلاً " تعطي درجتان، يحدث (نادراً) تعطي درجة واحدة. وقد تم فحص مفردات المقياس بعد صياغته من جانب مترجمي المقياس وثلاثة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة المنصورة ، وأسفر عن هذا إجراء أربعة تعديلات في صياغة فقرات المقياس ، كان الاتفاق عليها بنسبة ٨٠ % لكل منها ، والاتفاق على باقي الفقرات كان بنسبة ١٠٠% . وقد قام عثمان ورزق (١٩٩٨م) بفحص صدق المقياس، حيث كشفت النتائج صدق المفردات للمقياس ، حيث اتضح أن هناك (٤٨) فقرة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، و (٥) عبارات دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) و (٥) عبارات أخرى غير دالة إحصائياً، كما أظهرت النتائج صدق عبارات المقياس بالاتساق الداخلي، حيث اتضح أن هناك (٥٥) عبارة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، و (٣) عبارات دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥)، كذلك تم استخدام أسلوب التحليل العاملي بالتدوير المعتمد (varimax) وأسفر هذا التحليل عن خمسة عوامل تشبعت عليها عبارات المقياس، واستبعاد (٦) فقرات كان تشبعها أقل من (٠,٠٣) وفق محك جيلفورد، ليصبح المقياس في صورته النهائية مكون من (٥٨) فقرة تتوزع على خمسة عوامل رئيسية العامل الأول (إدارة الانفعالات)، العامل الثاني (التعاطف)، العامل الثالث (تنظيم الانفعالات)، العامل الرابع (المعرفة الانفعالية)، العامل الخامس (التواصل الاجتماعي). وفي المجتمع السعودي قامت البلوي (٢٠٠٤م) بتعديل عبارات هذا المقياس بما يتناسب مع ثقافة المجتمع السعودي، وأظهرت النتائج تمتع المقياس بعد التعديل بدرجة عالية من الصدق، حيث تم اتضح أن معاملات الاتساق لعبارات المقياس مع الدرجة الكلية لعبارات البعد الذي

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

تنتمي إليه دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) و (٠,٠٥)، كذلك اتضح أن معاملات الاتساق بين الدرجة الكلية لكل بعد من الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) و (٠,٠٥). وبناء عليه فقد تم استخدام الاداة لعدد من الدراسات مثل دراسة دهلوي (٢٠٠٦م)؛ و دراسة بخارى (٢٠٠٧م)؛ ودراسة مغربي (١٤٢٨هـ)؛ ودراسة البهدل (٢٠١١م).

ثبات المقياس :

قام عثمان ورزق (١٩٩٨م) بالتحقق من ثبات المقياس بأبعاده الخمسة بطريقة ألفا كرونباخ حيث بلغ (٠,٥٥) لعامل إدارة الانفعالات ، و (٠,٧٧) لعامل التعاطف ، و (٠,٦٤) لعامل تنظيم الانفعالات، و(٠,٤٩) لعامل المعرفة الانفعالية ، (٠,٨٥) لعامل التواصل الاجتماعي، و(٠,٨١) للدرجة الكلية. كما قاما بحساب معاملات الثبات بإعادة التطبيق وتم تطبيقه على عينة قوامها (٤٦) طالب وطالبة بالفرقة الرابعة لغة انجليزية ، بكلية التربية جامعة المنصورة ، للعام ١٩٩٨ - ١٩٩٩ م . ثم إعادة تطبيقه على نفس العينة بفاصل زمني مقداره ثلاثة أسابيع ، حيث اتضح أن معاملات الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة في كل عامل من عوامل المقياس في التطبيق الأول ودرجاتهم في نفس العوامل في التطبيق الثاني تراوحت بين (٠,٤٤ - ٠,٧٦). ويتضح من خلال الطريقتين أن قيم الثبات دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) وهي قيم تعطي الثقة لاستخدام المقياس في تقدير الذكاء الوجداني لدى الأفراد (عثمان ورزق ، ١٩٩٨م). وفي المجتمع السعودي استخدمت البلوي (٢٠٠٤م) لحساب ثبات المقياس طريقة إعادة الاختبار على عينة استطلاعية قوامها (٧٥) طالبة بفاصل زمني مقداره أسبوعين. واتضح أن معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني تراوحت بين (٠,٠٥ - ٠,٨٥). وبحساب معامل ألفا لكل بعد من أبعاد مقياس الذكاء الوجداني والدرجة الكلية للعينة الاستطلاعية ، حيث بلغ (٠,٨٧) لعامل إدارة الانفعالات، و(٠,٦٣) لعامل التعاطف، و(٠,٨٩) لعامل تنظيم الانفعالات، (٠,٧٥) لعامل المعرفة الانفعالية، (٠,٦٩) لعامل التواصل الاجتماعي، و(٠,٩١) للدرجة الكلية. كما قامت البلوي (٢٠٠٤م) باستخدام التجزئة النصفية حيث تم إيجاد معامل الارتباط بين العبارات الفردية والزوجية لعبارات المقياس ، كانت القيم الناتجة بطريقتي جوتمان وسبيرمان وبراون هي (٠,٨٥).

══════════ الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط ══════════

الصدق والثبات لمقياس الذكاء الوجداني في الدراسة الحالية:

صدق الاتساق الداخلي:

قام الباحثان بحساب معامل الارتباط بيرسون لمعرفة الصدق الداخلي للمقياس حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة كما توضح ذلك الجداول التالية:

جدول (٤)

معاملات ارتباط بيرسون لعبارات إدارة الانفعالات بالدرجة الكلية للمحور

رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور
٤	**٠,٥٤٥	١٨	**٠,٦٧٥
٦	**٠,٦٩١	٢٦	**٠,٦٠١
٩	**٠,٧٦٩	٢٨	**٠,٦٦٠
١١	**٠,٧٢٦	٣١	**٠,٥٥٣
١٢	**٠,٧٦٥	٥٠	**٠,٤٤٥
١٣	**٠,٧٢٦	٥٣	**٠,٤٤٠
١٦	**٠,٤٦٧	٥٦	**٠,٦٨٢
١٧	**٠,٥٦٨	-	-

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١ فأقل

جدول (٥)

معاملات ارتباط بيرسون لعبارات التعاطف بالدرجة الكلية للمحور

رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور
٣٣	**٠,٧٠٠	٤١	**٠,٨٠٧
٣٤	**٠,٦٨٤	٤٤	**٠,٧٤٥
٣٥	**٠,٧٦٤	٥٤	**٠,٥٦١
٣٧	**٠,٧٩٨	٥٥	**٠,٦١٩
٣٨	**٠,٥٤٥	٥٧	**٠,٦٢٦
٤٠	**٠,٧٢٣	-	-

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١ فأقل

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهبة

جدول (٦)

معاملات ارتباط بيرسون لعبارات تنظيم الانفعالات بالدرجة الكلية للمحور

معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة
**٠,٤٠١	٢٥	**٠,٥٥٢	١٥
**٠,٧٣٦	٢٧	**٠,٧٦٦	١٩
**٠,٨٣٠	٢٩	**٠,٥٨٦	٢٠
**٠,٨١٥	٣٠	**٠,٧٠١	٢١
**٠,٥٢٠	٣٢	**٠,٨٤٠	٢٢
**٠,٥٣٠	٥٨	**٠,٨١٢	٢٣
-	-	**٠,٨٧٦	٢٤

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١ فأقل

جدول (٧)

معاملات ارتباط بيرسون لعبارات المعرفة الوجدانية بالدرجة الكلية للمحور

معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة
**٠,٧٥٢	٨	**٠,٥٣٩	١
**٠,٦٢٢	١٠	**٠,٥١٩	٢
**٠,٥٣٣	١٤	**٠,٤٩٨	٣
**٠,٤١٧	٤٩	**٠,٥٢١	٥
**٠,٦٨٧	٥١	**٠,٦٩٠	٧

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١ فأقل

جدول (٨)

معاملات ارتباط بيرسون لعبارات التواصل الاجتماعي بالدرجة الكلية للمحور

معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة
**٠,٦٠١	٤٦	**٠,٤٦٣	٣٦
**٠,٧٢٠	٤٧	**٠,٦٩٣	٣٩
**٠,٦٩١	٤٨	**٠,٥٦٢	٤٢
**٠,٥٥٠	٥٢	**٠,٦٥٥	٤٣
-	-	**٠,٧٨٢	٤٥

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١ فأقل

══════ الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط ══════

يتضح من الجداول السابقة أن قيم معامل ارتباط كل عبارة من العبارات مع محورها موجبة ودالة إحصائياً عند مستوي الدلالة (٠,٠١) فأقل مما يدل على صدق اتساق المقياس. ثبات عبارات مقياس الذكاء الوجداني في الدراسة الحالية:
 لحساب مدى ثبات مقياس الذكاء الوجداني استخدم الباحثان (معادلة ألفا كرونباخ) (Cronbach's Alpha (α)) حيث يبين الجدول التالي نتائج معامل ألفا كرونباخ لمقياس ثبات عبارات مقياس الذكاء الوجداني:

جدول (٩)

معامل ألفا كرونباخ لمقياس ثبات مقياس الذكاء الوجداني

٠,٨٢٦٥	١٥	إدارة الانفعالات	الذكاء الوجداني
٠,٨٦٤٥	١١	التعاطف	
٠,٨٣٨١	١٢	تنظيم الانفعالات	
٠,٦٦٨٠	١٠	المعرفة الوجدانية	
٠,٦٦٩٩	٩	التواصل الاجتماعي	
٠,٩٤٣١	٥٨	الدرجة الكلية للمقياس	

يتضح من الجدول السابق (٣-٩) أن معامل الثبات العام لمقياس الذكاء الوجداني عالٍ حيث بلغ (٠,٩٤٣١) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات يمكن الاعتماد عليه في التطبيق الميداني للدراسة.

الأداة الثانية: مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط من إعداد الشاوي (٢٠١٠م).
 قام إعداد الشاوي (٢٠١٠م) بإعداد مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط حيث تم التأكد من صدق مقياس استراتيجيات المواجهة من خلال صدق المحكمين (الصدق الظاهري) حيث تم عرض مقياس استراتيجيات المواجهة في صورته المبدئية على عدد (١١) من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس بالجامعات من المتخصصين في علم النفس. وفي ضوء آراء المحكمين قام الباحثان بإجراء بعض التعديلات في صياغة العبارات وحذف بعضها بما يتناسب مع وجهة نظرهم. كما تم حساب صدق الاتساق الداخلي لعبارات المقياس بحساب معامل ارتباط سبيرمان براون بين الدرجة الكلية لكل إستراتيجية من

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

إستراتيجيات المواجهة ودرجات البنود التي تنتمي لهذه الإستراتيجية؛ وتوضح النتائج أن قيم معاملات الارتباط تراوحت بين (٠,٦٣ - ٠,٩٢) لعبارات إستراتيجيات المواجهة، وكلها كانت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥) على الأقل، وكذلك ارتفاع قيم معاملات الارتباط الكلي للإستراتيجية؛ مما يدل ذلك على ارتباط العبارات بالأبعاد للإستراتيجيات العشر لمقياس إستراتيجيات المواجهة؛ أي أن هناك صدقاً لاتساق العبارة مع بعدها، وقد قام الشاوي (٢٠١٠م) من التحقق من ثبات المقياس باستخدام معاملات ألفا كرونباخ، حيث تراوحت معاملات ألفا كرونباخ ما بين (٠,٧٥ - ٠,٩١).
صدق و ثبات مقياس إستراتيجيات مواجهة الضغوط في الدراسة الحالية:
صدق الاتساق الداخلي:

قام الباحثان بحساب معامل الارتباط بيرسون لمعرفة صدق الاتساق الداخلي للمقياس حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة كما توضح ذلك الجداول التالية

جدول (١٠)

معاملات ارتباط بيرسون لعبارات الإستراتيجية الدينية بالدرجة الكلية للمحور

رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور
١	**٠,٤٥٦	٤٠	**٠,٧٠٣
١١	**٠,٣٤٢	٥٠	**٠,٦٢٥
٢١	**٠,٦٠٧	٥٩	**٠,٦٠١
٣٠	**٠,٥٦٢	-	-

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١ فأقل

══════════ الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط ══════════

جدول (١١)

معاملات ارتباط بيرسون لعبارات إستراتيجية حل المشكلات بالدرجة الكلية للمحور

معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة
**٠,٦٦٧	٣١	**٠,٥٦٧	٢
**٠,٧٧٠	٤١	**٠,٧١٩	١٢
**٠,٦٧٤	٥١	**٠,٧٥٢	٢٢

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١ فأقل

جدول (١٢)

معاملات ارتباط بيرسون لعبارات إستراتيجية الضبط الذاتي بالدرجة الكلية للمحور

معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة
**٠,٦٠٤	٣٢	**٠,٥٩٧	٣
**٠,٦٠١	٤٢	**٠,٥٩٧	١٣
**٠,٥٦٢	٥٢	**٠,٥٩٤	٢٣

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١ فأقل

جدول (١٣)

معاملات ارتباط بيرسون لعبارات إستراتيجية التفريغ الانفعالي بالدرجة الكلية للمحور

معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة
**٠,٧٨٠	٣٣	**٠,٥١٠	٤
**٠,٨١٤	٤٣	**٠,٧٥٨	١٤
**٠,٦٣٤	٥٣	**٠,٧٩٣	٢٤

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١ فأقل

جدول (١٤)

معاملات ارتباط بيرسون لعبارات إستراتيجية التخطيط بالدرجة الكلية للمحور

معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة
**٠,٦١٨	٣٤	**٠,٦٢٩	٥
**٠,٦١٧	٤٤	**٠,٦٧٠	١٥
-	-	**٠,٧٥٢	٢٥

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١ فأقل.

جدول (١٥)

معاملات ارتباط بيرسون لعبارات إستراتيجية لوم الذات بالدرجة الكلية للمحور

معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة
**٠,٥٩٩	٣٥	**٠,٦٦٠	٦
**٠,٦٢٠	٤٥	**٠,٥٩٨	١٦
**٠,٤٥١	٥٤	**٠,٦٣٠	٢٦

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١ فأقل.

جدول (١٦)

معاملات ارتباط بيرسون لعبارات إستراتيجية التقبل السلبي بالدرجة الكلية للمحور

معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة
**٠,٤٤٩	٣٦	**٠,٥٥٦	٧
**٠,٤٤٢	٤٦	**٠,٦٨١	١٧
**٠,٧١٢	٥٥	**٠,٤٨٣	٢٧

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١ فأقل.

══════════ الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط ══════════

جدول (١٧)

معاملات ارتباط بيرسون لعبارات إستراتيجية المساندة الاجتماعية بالدرجة الكلية للمحور

معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة
**٠,٧١٣	٣٧	**٠,٤٦٤	٨
**٠,٤٨٥	٤٧	**٠,٤٣٣	١٨
**٠,٤٠٩	٥٦	**٠,٧٣٣	٢٨

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١ فأقل

جدول (١٨)

معاملات ارتباط بيرسون لعبارات إستراتيجية التجنب والهروب بالدرجة الكلية للمحور

معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة
**٠,٧٤٢	٣٨	**٠,٣٨٧	٩
**٠,٦٦٩	٤٨	**٠,٧٢١	١٩
**٠,٤٧٩	٥٧	**٠,٤٧٥	٢٩

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١ فأقل

جدول (١٩)

معاملات ارتباط بيرسون لعبارات إستراتيجية المواجهة النشطة بالدرجة الكلية للمحور

معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة
**٠,٦٣٠	٤٩	**٠,٤٩٥	١٠
**٠,٥٤٧	٥٨	**٠,٥٩٦	٢٠
-	-	**٠,٥٨١	٣٩

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١ فأقل

يتضح من الجداول السابقة أن قيم معامل ارتباط كل عبارة من العبارات مع محورها موجبة ودالة إحصائياً عند مستوي الدلالة (٠,٠١) فأقل مما يدل على صدق اتساق المقياس.

ثبات عبارات مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط:

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

لحساب مدى ثبات مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط في الدراسة الحالية استخدم الباحثان (معادلة ألفا كرونباخ) (α Cronbach's Alpha) حيث يبين الجدول التالي نتائج معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات عبارات مقياس الذكاء الوجداني:

جدول (٢٠)

معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط

المقياس	محاور المقياس	عدد العبارات	ثبات المحور
إستراتيجيات المواجهة	الإستراتيجية الدينية	٧	٠,٦٢٨٧
	إستراتيجية حل المشكلات	٦	٠,٧٨١٨
	إستراتيجية الضبط الذاتي	٦	٠,٦٢٦٢
	إستراتيجية التفريغ الانفعالي	٦	٠,٧٩٧١
	إستراتيجية التخطيط	٥	٠,٦٦٩٨
	إستراتيجية لوم الذات	٦	٠,٥٥٧٢
	إستراتيجية التقبل السلبي	٦	٠,٥٥٥٦
	إستراتيجية المساندة الاجتماعية	٦	٠,٥٣٠٣
	إستراتيجية التجنب والهروب	٦	٠,٦٠٨٠
	إستراتيجية المواجهة النشطة	٥	٠,٤٧٩٥
الدرجة الكلية للمقياس		٥٩	٠,٨٣٨١

يتضح من الجدول السابق (٢٠) أن معامل الثبات العام لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط عالٍ حيث بلغ (٠,٨٣٨١) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات يمكن الاعتماد عليه في التطبيق الميداني للدراسة.

تحليل نتائج الدراسة وتفسيرها:

التساؤل الأول للدراسة والذي ينص على: ما مستوى الذكاء الوجداني لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض؟
للتعرف على مستوى الذكاء الوجداني لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتب لاستجابات عينة الدراسة على أبعاد الذكاء الوجداني التفصيلية وعلى الذكاء الوجداني بصورة عامة وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط

جدول (٢١)

نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والترتب لاستجابات عينة الدراسة على أبعاد الذكاء الوجداني التفصيلية وعلى الذكاء الوجداني بصورة عامة

أبعاد الذكاء الوجداني	المتوسط	الانحراف المعياري	الدرجة	الترتيب
إدارة الانفعالات	٣,٥٢	٠,٥٠	عادة	٣
التعاطف	٣,٦٣	٠,٥٧	عادة	١
تنظيم الانفعالات	٣,٤٦	٠,٥٩	عادة	٤
المعرفة الوجدانية	٣,٥٦	٠,٤٨	عادة	٢
التواصل الاجتماعي	٣,٣٣	٠,٤٨	أحياناً	٥
مستوي الذكاء الوجداني	٣,٥٠	٠,٤٤	عادة	-

يشير جدول رقم الجدول (٢١) أن مستوى الذكاء الوجداني لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض قد بلغ (٣,٥٠ من ٥) وهو متوسط يقع في الفئة الرابعة من فئات مقياس ليكرت الخماسي (٣,٤١ إلى ٤,٢٠) والتي تشير إلى (عادة) على المقياس مما يبين أن المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض عادة ما يتمتعون بالذكاء الوجداني وبالنظر للنتائج التفصيلية الموضحة في الجدول أعلاه يتضح أن المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض يتمتعون بأربعة من ملامح الذكاء الوجداني تتمثل في التعاطف، والمعرفة الوجدانية، وإدارة الانفعالات، وتنظيم الانفعالات. وتفسر هذه النتيجة بأن المرشدين الطلابيين يبدون عادة تعاطف كبير فيما يتعلق بحل المشكلات التي تواجه الطلاب خاصة وأن دورهم الأساسي المنوط بهم يتمثل في هذا الجانب ولذلك عادة ما يتمتع المرشدين الطلابيين بالذكاء الوجداني وخاصة بعد التعاطف وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (Lepage-Less,1997) والتي بينت أن عينة الدراسة كن مرتفعات الذكاء الوجداني مما ساعدهن في التغلب على الضغوط.

التساؤل الثاني للدراسة والذي ينص على: ما أبرز إستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض؟

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

للتعرف على أبرز استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتب لاستجابات عينة الدراسة على إستراتيجيات مواجهة الضغوط وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (٢٢)

نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتب لاستجابات عينة الدراسة على إستراتيجيات مواجهة الضغوط

الترتيب	الدرجة	المتوسط	الاستراتيجيات
١	دائماً	٢,٥٨	الإستراتيجية الدينية
٢	دائماً	٢,٥٠	إستراتيجية حل المشكلات
٣	دائماً	٢,٤٨	إستراتيجية الضبط الذاتي
١٠	نادراً	١,٢٥	إستراتيجية التفريغ الانفعالي
٤	دائماً	٢,٤٥	إستراتيجية التخطيط
٧	أحياناً	١,٨٣	إستراتيجية لوم الذات
٨	أحياناً	١,٧٥	إستراتيجية التقبل السلبي
٦	أحياناً	١,٩٦	إستراتيجية المساندة الاجتماعية
٩	نادراً	١,٤٥	إستراتيجية التجنب والهروب
٥	أحياناً	٢,٢٣	إستراتيجية المواجهة النشطة

يتضح من الجدول (٢٢) أن المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض يتبعون دائماً أربع إستراتيجيات لمواجهة الضغوط لديهم تتمثل في الإستراتيجية الدينية، ثم إستراتيجية حل المشكلات، ثم إستراتيجية الضبط الذاتي، ثم إستراتيجية التخطيط. وتفسر هذه النتيجة بأن المرشدين الطلابيين يعملون وفق الأهداف العامة لعملية التربية والتعليم والتي تستمد من التوجهات الدينية العامة للمؤسسات التربوية في المملكة العربية السعودية والمجتمع، وتتفق هذه النتائج مع نتيجة دراسة (لارسون Larson,2005) والتي بينت أن أكثر الاستراتيجيات فائدة هي التحول للدين كما تتفق مع نتيجة دراسة (الراشد، ٢٠١٢م) والتي بينت أن أكثر إستراتيجية إيجابية تلجأ إليها المطلقات هي الجانب الروحاني والتقرب إلى الله وتتفق كذلك مع نتيجة دراسة حسن وآخرين (٢٠٠٧م) والتي بينت أن الاستراتيجية

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

الدينية، والاستراتيجيات المعرفية (التفكير الإيجابي) الأكثر استخداماً من قبل طلبة الجامعة نسبياً مقارنة ببقية الاستراتيجيات الأخرى وتتفق كذلك مع نتيجة دراسة العويضة (٢٠٠٦م) والتي بينت أن أكثر الاستراتيجيات استخداماً للتعامل مع الضغوط لدى الطلبة هي (المواجهة النشطة، التخطيط، اللجوء للدين، إعادة التشكيل الإيجابي، لوم الذات، وطلب الدعم الاجتماعي).

الفرض الثالث للدراسة والذي ينص على: لا توجد علاقة بين متوسطات درجات المفحوصين على اختبار الذكاء الوجداني واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين .
للتعرف على علاقة الذكاء الوجداني باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين استخدم الباحثان معامل ارتباط بيرسون لتوضيح دلالة العلاقة بين المتغيرين، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي :

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

جدول (٢٣)

يوضح نتائج علاقة الذكاء الوجداني باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين

الذكاء الوجداني	التواصل الاجتماعي	المعرفة الوجدانية	تنظيم الانفعالات	التعاطف	إدارة الانفعالات	معامل ارتباط بيرسون	الدلالة الإحصائية
٠,٢٢١	٠,٠٢٢	٠,٣٢٧	٠,٢٩٠	-٠,٠٢٢	٠,٣٣٢	معامل ارتباط بيرسون	الإستراتيجية الدينية
**٠,٠٠٤	٠,٧٧٧	**٠,٠٠٠	**٠,٠٠٠	٠,٧٧٠	**٠,٠٠٠	معامل ارتباط بيرسون	الدلالة الإحصائية
٠,٢٥٨	٠,٠٩٩	٠,٢٨٣	٠,٣٠١	٠,٠٩٠	٠,٣٢٥	معامل ارتباط بيرسون	إستراتيجية حل المشكلات
**٠,٠٠١	٠,١٩٦	**٠,٠٠٠	**٠,٠٠٠	٠,٢٣٧	**٠,٠٠٠	معامل ارتباط بيرسون	الدلالة الإحصائية
٠,١٩٨	٠,٠٤١	٠,٢٨٨	٠,٢٥٩	٠,٠٩٣	٠,٢٥١	معامل ارتباط بيرسون	إستراتيجية الضبط الذاتي
**٠,٠٠٩	٠,٥٩٦	**٠,٠٠٣	**٠,٠٠١	٠,٢٢٣	**٠,٠٠٠	معامل ارتباط بيرسون	الدلالة الإحصائية
-٠,٢٧٥	-٠,١٦٩	-٠,٢٩٩	-٠,٢٠٠	-٠,٢٩٢	٠,٢٠٤	معامل ارتباط بيرسون	إستراتيجية التفريغ الانفعالي
**٠,٠٠٠	*٠,٠٢٦	**٠,٠٠٠	**٠,٠٠٨	**٠,٠٠٠	**٠,٠٠٧	معامل ارتباط بيرسون	الدلالة الإحصائية
٠,٣٥٠	٠,١٢٠	٠,٣٧٥	٠,٤٣٩	٠,١٣٦	٠,٤١١	معامل ارتباط بيرسون	إستراتيجية التخطيط
**٠,٠٠٠	٠,١١٥	**٠,٠٠٠	**٠,٠٠٠	٠,٠٧٥	**٠,٠٠٠	معامل ارتباط بيرسون	الدلالة الإحصائية
-٠,١١٩	-٠,٠٨٣	-٠,١٧١	-٠,١٦٩	٠,٠٨٧	-٠,١٨٧	معامل ارتباط بيرسون	إستراتيجية لوم الذات
٠,١١٨	٠,٢٧٩	*٠,٠٢٥	*٠,٠٢٦	٠,٢٥٥	*٠,٠١٤	معامل ارتباط بيرسون	الدلالة الإحصائية
-٠,٠٥٧	٠,٠٢٧	-٠,١٤٦	-٠,٠٣٨	-٠,٠٨٥	٠,٠٠٢	معامل ارتباط بيرسون	إستراتيجية التقبل السلي
٠,٤٥٥	٠,٧٢٠	٠,٠٥٥	٠,٦١٦	٠,٢٦٤	٠,٩٨٣	معامل ارتباط بيرسون	الدلالة الإحصائية
٠,٠٦١	٠,١١١	-٠,٠٦٥	٠,٠٣٧	٠,١٧٩	-٠,٠٢١	معامل ارتباط بيرسون	إستراتيجية المساعدة الاجتماعية
٠,٤٢٤	٠,١٤٨	٠,٣٩٧	٠,٦٣١	*٠,٠١٨	٠,٧٨٩	معامل ارتباط بيرسون	الدلالة الإحصائية
-٠,٢٩٥	-٠,١٢٢	-٠,٣١٠	-٠,٢٩٨	-٠,٢٤٠	-٠,٢٧٤	معامل ارتباط بيرسون	إستراتيجية التجنب والهروب
**٠,٠٠٠	٠,١٠٩	**٠,٠٠٠	**٠,٠٠٠	*٠,٠٠٢	**٠,٠٠٠	معامل ارتباط بيرسون	الدلالة الإحصائية
٠,٠٨٧	-٠,٠٤٨	٠,٠٧٢	٠,١٩٦	٠,٠٠٥	٠,١٢٦	معامل ارتباط بيرسون	إستراتيجية المواجهة
٠,٢٥٨	٠,٥٢٧	٠,٣٤٥	*٠,٠١٠	٠,٩٤٦	٠,٠٩٨	معامل ارتباط بيرسون	الدلالة الإحصائية

** دالة عند مستوى ٠,٠١ فأقل

* دالة عند مستوى ٠,٠٥ فأقل

من خلال النتائج الموضحة أعلاه يتضح وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ فأقل بين الذكاء الوجداني بصورة عامة واستراتيجيات مواجهة الضغوط، حيث تشير النتائج أنه كلما تحسن مستوى الذكاء الوجداني لدى المرشدين الطلابيين كلما زاد استخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط (الإستراتيجية الدينية، إستراتيجية حل المشكلات،

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

إستراتيجية الضبط الذاتي، إستراتيجية التخطيط) وتفسر هذه النتيجة بأن تمتع المرشدين الطلابيين بالذكاء الوجداني يجعلهم يدركون أهمية وكيفية الاستفادة من هذه الاستراتيجيات مما يعزز من استخدامهم لها وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة ليز (Lepage- Less,1997) ودراسة براون (Brown,1999) ودراسة لو (Lu,2000) ودراسة (Gardner &Stough,2003) ودراسة (الزهار وحبيب (٢٠٠٥م)، ودراسة عبدالله (٢٠٠٦م) وأحمد (٢٠٠٧م) .

بينما يتضح من خلال النتائج الموضحة في جدول رقم(٢٢) وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ فأقل بين الذكاء الوجداني بصورة عامة واستراتيجيات مواجهة الضغوط، حيث يتضح أنه كلما تحسن مستوى الذكاء الوجداني لدى المرشدين الطلابيين للمرحلة الثانوية بمدينة الرياض كلما قل استخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط (إستراتيجية التفريغ الانفعالي، إستراتيجية التجنب والهروب) وتفسر هذه النتيجة بأن تمتع المرشدين الطلابيين بالذكاء الوجداني يجعلهم يدركون أهمية مواجهة المشكلات التي تواجههم في المجال التعليمي بطريقة إيجابية .

كما تشير النتائج السابقة الى وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ فأقل بين امتلاك المرشدين الطلابيين لبعد (إدارة الانفعالات ،تنظيم الانفعالات، المعرفة الوجدانية) واستخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط، حيث يتضح أنه كلما تحسن امتلاك المرشدين الطلابيين للمرحلة الثانوية بمدينة الرياض لبعد (إدارة الانفعالات ،تنظيم الانفعالات، المعرفة الوجدانية) كلما زاد استخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط (الإستراتيجية الدينية، إستراتيجية حل المشكلات، إستراتيجية الضبط الذاتي، إستراتيجية التخطيط) وتفسر هذه النتيجة بأن تمتع المرشدين الطلابيين بالذكاء الوجداني يجعلهم يدركون أهمية وكيفية الاستفادة من هذه الاستراتيجيات مما يعزز من استخدامهم لها وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (Lepage-Less,1997) ودراسة براون (Brown,1999) ودراسة لو (Lu,2000) ودراسة سيروتش وآخرون (Ciarrochi et al,2002) ودراسة (الزهار وحبيب (٢٠٠٥م) .

وتشير النتائج السابقة في جدول رقم (٢٢) كذلك إلى وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ فأقل بين امتلاك المرشدين الطلابيين لبعد (إدارة الانفعالات

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

تنظيم الانفعالات، المعرفة الوجدانية) واستخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط (إستراتيجية التفريغ الانفعالي، إستراتيجية التجنب والهروب) حيث اظهرت النتائج أنه كلما تحسن امتلاك المرشدين الطلابيين لبعد (إدارة الانفعالات ،تنظيم الانفعالات، المعرفة الوجدانية) كلما قل استخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط (إستراتيجية التفريغ الانفعالي، إستراتيجية التجنب والهروب) وتفسر هذه النتيجة بأن تمتع المرشدين الطلابيين بالذكاء الوجداني يجعلهم يدركون أهمية مواجهة مشكلات عملهم بطريقة إيجابية مما يقلل من استخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية (إستراتيجية التفريغ الانفعالي، إستراتيجية التجنب والهروب).

ويتضح كذلك من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل بين امتلاك المرشدين الطلابيين لبعد (إدارة الانفعالات ،تنظيم الانفعالات، المعرفة الوجدانية) واستخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية (إستراتيجية لوم الذات) حيث يتضح أنه كلما تحسن امتلاك المرشدين الطلابيين لبعد (إدارة الانفعالات ،تنظيم الانفعالات، المعرفة الوجدانية) كلما قل استخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية (إستراتيجية لوم الذات) وتفسر هذه النتيجة بأن تمتع المرشدين الطلابيين بالذكاء الوجداني يجعلهم يدركون أهمية مواجهة مشكلات عملهم بطريقة إيجابية مما يقلل من استخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية (إستراتيجية لوم الذات).

ويتضح كذلك من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل بين امتلاك المرشدين الطلابيين لبعد (التعاطف) واستخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية (إستراتيجية المساندة الاجتماعية) حيث يتضح أنه كلما تحسن امتلاك المرشدين الطلابيين لبعد (التعاطف) كلما زاد استخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية (إستراتيجية المساندة الاجتماعية) وتفسر هذه النتيجة بأن تمتع المرشدين الطلابيين ببعد (التعاطف) يجعلهم يدركون أهمية حل المشكلات الاجتماعية التي تواجه طلابهم مما يعزز من استخدامهم إستراتيجية المساندة الاجتماعية) وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (Lepage-Less,1997) و دراسة براون (Brown,1999) و دراسة لو (Lu,2000) و دراسة (Woitaszewski,2001) .

ويتضح كذلك من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

عند مستوى ٠,٠١ فأقل بين امتلاك المرشدين الطلابيين لبعد (تنظيم الانفعالات) واستخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية (إستراتيجية المواجهة النشطة) حيث يتضح أنه كلما تحسن امتلاك المرشدين الطلابيين لبعد (تنظيم الانفعالات) كلما زاد استخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية (إستراتيجية المواجهة النشطة) وتفسر هذه النتيجة بأن تمتع المرشدين الطلابيين ببعد (تنظيم الانفعالات) يجعلهم يدركون أهمية تعزيز مهارات التفاعل والمشاركة لدى طلابهم مما يعزز من استخدامهم إستراتيجية المواجهة النشطة وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (Lepage-Less,1997) و دراسة براون (Brown,1999) و دراسة لو (Lu,2000).

ويتضح كذلك من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ فأقل بين امتلاك المرشدين الطلابيين لبعد (التعاطف) واستخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية (إستراتيجية التفريغ الانفعالي) حيث يتضح أنه كلما تحسن امتلاك المرشدين الطلابيين لبعد (التعاطف) كلما قل استخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية (إستراتيجية التفريغ الانفعالي) وتفسر هذه النتيجة بأن تمتع المرشدين الطلابيين ببعد (التعاطف) يجعلهم يميلون للتعاطف مع الانفعالات التي يظهرها طلابهم مما يقلل من استخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية (إستراتيجية التفريغ الانفعالي).

ويتضح كذلك من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل بين امتلاك المرشدين الطلابيين لبعد (التواصل الاجتماعي) واستخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية (إستراتيجية التفريغ الانفعالي) حيث يتضح أنه كلما تحسن امتلاك المرشدين الطلابيين لبعد (التواصل الاجتماعي) كلما قل استخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية (إستراتيجية التفريغ الانفعالي) وتفسر هذه النتيجة بأن تمتع المرشدين الطلابيين ببعد (التواصل الاجتماعي) يجعلهم يميلون للتعاطف مع المشكلات الاجتماعية لطلابهم مما يقلل من استخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية (إستراتيجية التفريغ الانفعالي).

الفرض الرابع للدراسة والذي ينص على: لا توجد علاقة احصائية بين الذكاء الوجداني لدى المرشدين الطلابيين والمتغيرات الشخصية لأفراد عينة الدراسة (التخصص، العمر، سنوات الخبرة).

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

- الفروق باختلاف متغير التخصص:

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير التخصص استخدم الباحثان "تحليل التباين الأحادي" (One Way ANOVA) لتوضيح دلالة الفروق في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير التخصص وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (٢٤)

نتائج "تحليل التباين الأحادي" (One Way ANOVA) للفروق في

إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف التخصص

المحاور	مصدر التباين	مجموع مربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
إدارة الانفعالات	بين المجموعات	٠,٧٠٤	٢	٠,٣٥٢	١,٤٠٧	٠,٢٤٨
	داخل المجموعات	٤٢,٤٩٣	١٧٠	٠,٢٥٠		
	المجموع	٤٣,١٩٧	١٧٢			
التعاطف	بين المجموعات	٠,٣٣٥	٢	٠,١٦٧	٠,٥١٢	٠,٦٠٠
	داخل المجموعات	٥٥,٤٩٨	١٧٠	٠,٣٢٦		
	المجموع	٥٥,٨٣٣	١٧٢			
تنظيم الانفعالات	بين المجموعات	٠,٦١٩	٢	٠,٣١٠	٠,٩٠٢	٠,٤٠٨
	داخل المجموعات	٥٨,٣٦٧	١٧٠	٠,٣٤٣		
	المجموع	٥٨,٩٨٦	١٧٢			
المعرفة الوجدانية	بين المجموعات	٠,٥٣٧	٢	٠,٢٦٨	١,١٨٥	٠,٣٠٨
	داخل المجموعات	٣٨,٤٧٤	١٧٠	٠,٢٢٦		
	المجموع	٣٩,٠١١	١٧٢			
التواصل الاجتماعي	بين المجموعات	٠,٦٧٧	٢	٠,٣٣٨	١,٤٥٨	٠,٢٣٦
	داخل المجموعات	٣٩,٤٤٧	١٧٠	٠,٢٣٢		
	المجموع	٤٠,١٢٣	١٧٢			
النكاه الوجداني	بين المجموعات	٠,٤٤٧	٢	٠,٢٢٤	١,١٣٨	٠,٣٢٣
	داخل المجموعات	٣٣,٤٠٢	١٧٠	٠,١٩٦		
	المجموع	٣٣,٨٤٩	١٧٢			

يتضح من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (٢٤) عدم وجود فروق ذات دلالة

الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط

إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل في اتجاهات أفراد عينة الدراسة حول (إدارة الانفعالات، التعاطف، تنظيم الانفعالات، المعرفة الوجدانية، التواصل الاجتماعي، الذكاء الوجداني بصورة عامة) باختلاف متغير التخصص وتفسر هذه النتيجة بأن المرشدين الطلابيين علم نفس وتوجيه وإرشاد وهي تخصصات إنسانية لا تختلف بشكل جوهري بما يجعلها تؤثر على مستوى الذكاء الوجداني لدى المرشدين الطلابيين وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الأحمدى (٢٠٠٧م)، بينما تختلف مع نتيجة دراسة البقمي (٢٠١١م) والتي بينت وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الطالبات في التخصصات الأدبية وبين متوسط درجات الطالبات في التخصصات العلمية في الذكاء الوجداني وذلك لصالح الطالبات في التخصصات الأدبية.

- الفروق باختلاف متغير العمر:

للتعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير العمر استخدم الباحثان تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لتوضيح دلالة الفروق في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير العمر وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (٢٥)

نتائج " تحليل التباين الأحادي " (One Way ANOVA) للفروق في

إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف العمر

المحاور	مصدر التباين	مجموع مربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
إدارة الانفعالات	بين المجموعات	٠,٨١٥	٢	٠,٤٠٧	١,٦٣٤	٠,١٩٨
	داخل المجموعات	٤٢,٣٨٢	١٧٠	٠,٢٤٩		
	المجموع	٤٣,١٩٧	١٧٢	-		
التعاطف	بين المجموعات	٠,٥٠٧	٢	٠,٢٥٣	٠,٧٧٩	٠,٤٦١
	داخل المجموعات	٥٥,٣٢٦	١٧٠	٠,٣٢٥		
	المجموع	٥٥,٨٣٣	١٧٢	-		
تنظيم الانفعالات	بين المجموعات	٢,٦٧٨	٢	١,٣٣٩	٤,٠٤٢	*٠,٠١٩
	داخل المجموعات	٥٦,٣٠٩	١٧٠	٠,٣٣١		

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

		-	١٧٢	٥٨,٩٨٦	المجموع	
٠,١٥٢	١,٩٠٤	٠,٤٢٧	٢	٠,٨٥٥	بين المجموعات	المعرفة الوجدانية
		٠,٢٢٤	١٧٠	٣٨,١٥٦	داخل المجموعات	
		-	١٧٢	٣٩,٠١١	المجموع	
٠,٢٢٨	١,٤٩٠	٠,٣٤٦	٢	٠,٦٩١	بين المجموعات	التواصل الاجتماعي
		٠,٢٣٢	١٧٠	٣٩,٤٣٢	داخل المجموعات	
		-	١٧٢	٤٠,١٢٣	المجموع	
٠,٤٩٦	٠,٧٠٥	٠,١٣٩	٢	٠,٢٧٨	بين المجموعات	الذكاء الوجداني
		٠,١٩٧	١٧٠	٣٣,٥٧١	داخل المجموعات	
		-	١٧٢	٣٣,٨٤٩	المجموع	

* دالة عند مستوى ٠,٠٥ فأقل

يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل في اتجاهات أفراد عينة الدراسة حول (إدارة الانفعالات، التعاطف، المعرفة الوجدانية، التواصل الاجتماعي، الذكاء الوجداني بصورة عامة) باختلاف متغير العمر وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الخضر (٢٠٠٥م) والتي بينت عدم وجود ارتباط دال بين الذكاء الوجداني والعمر كما تتفق مع نتيجة دراسة هارود وسكير (Harrrd&Scheer,2005) والتي بينت عدم وجود علاقة بين الذكاء الانفعالي والعمر كما تتفق كذلك مع نتيجة دراسة العمران (٢٠٠٨م) والتي بينت أنه لم يكن هناك علاقة بين العمر والذكاء الوجداني كما تتفق مع نتيجة دراسة النموي (٢٠٠٩م) والتي بينت عدم وجود فروق في الذكاء الوجداني لدى مديري المدارس الثانوية الحكومية بمحافظة الطائف وفقاً لمتغير العمر وتختلف كذلك مع نتيجة دراسة (Fariselli,2009) والتي بينت أن هناك علاقة ضعيفة جداً بين الذكاء الوجداني والعمر بينما تختلف مع نتيجة دراسة موسى (٢٠٠٥م) والتي بينت أنه توجد فروق في الذكاء الوجداني وفقاً لمتغير العمر. بينما يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل في اتجاهات أفراد عينة الدراسة حول (تنظيم الانفعالات) باختلاف متغير العمر، ولتحديد صالح الفروق بين كل عمر على حدة تم استخدام اختبار شيفيه، والذي جاءت نتائجه كالتالي :

══════ الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط ══════

جدول (٢٦)

يوضح نتائج اختبار شيفيه للتحقق من الفروق بين كل عمر على حدة

المحور	العمر	العدد	المتوسط الحسابي	أقل من ٣٥	من ٣٥ إلى أقل من ٤٥	من ٤٥ سنة فأكثر
تنظيم الانفعالات	أقل من ٣٥ سنة	١٨	٣,١٣	-		*
	من ٣٥ إلى أقل من ٤٥ سنة	١١٧	٣,٤٦		-	
	من ٤٥ سنة فأكثر	٣٨	٣,٦٠			-

* دالة عند مستوى ٠,٠٥ فأقل

ينضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل في اتجاهات أفراد عينة الدراسة الذين أعمارهم أقل من ٣٥ سنة واتجاهات أفراد عينة الدراسة الذين أعمارهم من ٤٥ سنة فأكثر حول امتلاك (تنظيم الانفعالات) لصالح أفراد عينة الدراسة الذين أعمارهم من ٤٥ سنة فأكثر وتفسر هذه النتيجة بأن المرشدين الطلابيين الأكبر عمراً يمتلكون خبرة أكبر تجعلهم أكثر امتلاكاً للقدرة على تنظيم انفعالاتهم وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الهنائي (٢٠٠٢م) والتي بينت أن الذكاء الوجداني لا يتحسن بتقدم عمر المبحوث إلا في بعد تنظيم الانفعالات.

- الفروق باختلاف متغير سنوات الخبرة:

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير سنوات الخبرة استخدم الباحثان "تحليل التباين الأحادي" (One Way ANOVA) لتوضيح دلالة الفروق في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير سنوات الخبرة وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهبة

جدول (٢٧)

نتائج "تحليل التباين الأحادي" (One Way ANOVA) للفروق في

إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف سنوات الخبرة

المحاور	مصدر التباين	مجموع مربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
إدارة الانفعالات	بين المجموعات	٠,٩٥٣	٢	٠,٤٧٦	١,٩١٧	٠,١٥٠
	داخل المجموعات	٤٢,٢٤٤	١٧٠	٠,٢٤٨		
	المجموع	٤٣,١٩٧	١٧٢	-		
التعاطف	بين المجموعات	١,٢٤٧	٢	٠,٦٢٣	١,٩٤١	٠,١٤٧
	داخل المجموعات	٥٤,٥٨٦	١٧٠	٠,٣٢١		
	المجموع	٥٥,٨٣٣	١٧٢	-		
تنظيم الانفعالات	بين المجموعات	٢,١٠٣	٢	١,٠٥١	٣,١٤٢	*٠,٠٤٦
	داخل المجموعات	٥٦,٨٨٤	١٧٠	٠,٣٣٥		
	المجموع	٥٨,٩٨٦	١٧٢	-		
المعرفة الوجدانية	بين المجموعات	٠,٥٩٧	٢	٠,٢٩٩	١,٣٢١	٠,٢٦٩
	داخل المجموعات	٣٨,٤١٣	١٧٠	٠,٢٢٦		
	المجموع	٣٩,٠١١	١٧٢	-		
التواصل الاجتماعي	بين المجموعات	٠,٣٢٣	٢	٠,١٦١	٦٨٩.	٠,٥٠٣
	داخل المجموعات	٣٩,٨٠١	١٧٠	٠,٢٣٤		
	المجموع	٤٠,١٢٣	١٧٢	-		
الذكاء الوجداني	بين المجموعات	٠,٢١٥	٢	٠,١٠٧	٠,٥٤٢	٠,٥٨٢
	داخل المجموعات	٣٣,٦٣٤	١٧٠	٠,١٩٨		
	المجموع	٣٣,٨٤٩	١٧٢	-		

* دالة عند مستوى ٠,٠٥ فأقل

تشير النتائج ومن خلال النتائج الموضحة أعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل في اتجاهات أفراد عينة الدراسة حول (إدارة الانفعالات، التعاطف، المعرفة الوجدانية، التواصل الاجتماعي، الذكاء الوجداني) باختلاف متغير سنوات الخبرة وتختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة النموي (٢٠٠٩م) والتي بينت

الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط

وجود فروق في الذكاء الوجداني لدى مديري المدارس الثانوية الحكومية بمحافظة الطائف وفقاً لمتغير سنوات الخبرة.

ويتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل في اتجاهات أفراد عينة الدراسة حول (تنظيم الانفعالات) باختلاف متغير سنوات الخبرة، ولتحديد صالح الفروق بين كل سنوات خبرة على حدة تم استخدام اختبار شيفيه Scheffe والذي جاءت نتائجه كالتالي :

جدول (٢٨)

يوضح نتائج اختبار شيفيه للتحقق من الفروق بين كل سنوات خبرة على حدة

المحور	سنوات الخبرة	العدد	المتوسط الحسابي	أقل من ٥ سنوات	من ٥ إلى أقل من ١٠ سنوات	من ١٠ سنوات فأكثر
تنظيم الانفعالات	أقل من ٥ سنوات	٦٢	٣,٣٩	-		
	من ٥ إلى أقل من ١٠ سنوات	٤٣	٣,٣٤		-	*
	من ١٠ سنوات فأكثر	٦٨	٣,٥٩			-

* دالة عند مستوى ٠,٠٥ فأقل

يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل في اتجاهات أفراد عينة الدراسة الذين خبراتهم من ٥ إلى أقل من ١٠ سنوات واتجاهات أفراد عينة الدراسة الذين خبراتهم من ١٠ سنوات فأكثر حول امتلاك (تنظيم الانفعالات) لصالح أفراد عينة الدراسة الذين خبراتهم من ١٠ سنوات فأكثر وتفسر هذه النتيجة بأن المرشدين الطلابيين الأكثر خبرة تعرضوا لمواقف متعددة عززت من أملاكهم للقدرة على تنظيم انفعالاتهم.

الفرض الخامس للدراسة والذي ينص على: انه لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين إستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين تعزي للمتغيرات الديموغرافية (التخصص، العمر، سنوات الخبرة).

-الفروق باختلاف متغير التخصص:

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير التخصص استخدم الباحثان " تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لتوضيح دلالة الفروق في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير التخصص وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (٢٩)

نتائج " تحليل التباين الأحادي " (One Way ANOVA) للفروق في

إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف التخصص

المحاور	مصدر التباين	مجموع مربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الإستراتيجية الدينية	بين المجموعات	١,١٣٨	٢	٠,٥٦٩	٧,٦٨٥	**٠,٠٠١
	داخل المجموعات	١٢,٥٨٣	١٧٠	٠,٠٧٤		
	المجموع	١٣,٧٢٠	١٧٢			
إستراتيجية حل المشكلات	بين المجموعات	٠,٠٦٩	٢	٠,٠٣٥	٠,٢٥١	٠,٧٧٨
	داخل المجموعات	٢٣,٤٥٤	١٧٠	٠,١٣٨		
	المجموع	٢٣,٥٢٤	١٧٢			
إستراتيجية الضبط الذاتي	بين المجموعات	٠,٠٠٠٨	٢	٠,٠٠٠٤	٠,٠٠٤	٠,٩٩٦
	داخل المجموعات	١٩,٩٤٢	١٧٠	٠,١١٧		
	المجموع	١٩,٩٤٣	١٧٢			
إستراتيجية التفريغ الانفعالي	بين المجموعات	٠,٠٤٥	٢	٠,٠٢٢	٠,١٦٣	٠,٨٥٠
	داخل المجموعات	٢٣,٤٣١	١٧٠	٠,١٣٨		
	المجموع	٢٣,٤٧٦	١٧٢			
إستراتيجية التخطيط	بين المجموعات	٠,٠٢٩	٢	٠,٠١٥	٠,٠٩٣	٠,٩١٢
	داخل المجموعات	٢٦,٩٢٣	١٧٠	٠,١٥٨		
	المجموع	٢٦,٩٥٢	١٧٢			
إستراتيجية لوم الذات	بين المجموعات	١,٩٣١	٢	٠,٩٦٦	٨,٨٦٨	**٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١٨,٥١١	١٧٠	٠,١٠٩		
	المجموع	٢٠,٤٤٢	١٧٢			

الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط

المحاور	مصدر التباين	مجموع مربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
إستراتيجية التقبل السلبي	بين المجموعات	٠,٢٣١	٢	٠,١١٦	٠,٩٠٧	٠,٤٠٦
	داخل المجموعات	٢١,٦٩٠	١٧٠	٠,١٢٨		
	المجموع	٢١,٩٢٢	١٧٢			
إستراتيجية المساندة الاجتماعية	بين المجموعات	٠,١٧٤	٢	٠,٠٨٧	٠,٧٩٥	٠,٤٥٣
	داخل المجموعات	١٨,٦٣٤	١٧٠	٠,١١٠		
	المجموع	١٨,٨٠٨	١٧٢			
إستراتيجية التجنب والهروب	بين المجموعات	٠,٠١١	٢	٠,٠٥٤	٠,٠٤٧	٠,٩٥٤
	داخل المجموعات	١٩,٧٣٣	١٧٠	٠,١١٦		
	المجموع	١٩,٧٤٣	١٧٢			
إستراتيجية المواجهة النشطة	بين المجموعات	٠,٤٦٥	٢	٠,٢٣٢	٢,٢٩٧	٠,١٠٤
	داخل المجموعات	١٧,١٩٤	١٧٠	٠,١٠١		
	المجموع	١٧,٦٥٩	١٧٢			

** دالة عند مستوى ٠,٠١ فأقل

يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل في اتجاهات أفراد عينة الدراسة حول (إستراتيجية حل المشكلات، إستراتيجية الضبط الذاتي، إستراتيجية التفريغ الانفعالي، إستراتيجية التخطيط، إستراتيجية التقبل السلبي، إستراتيجية المساندة الاجتماعية، إستراتيجية التجنب والهروب، إستراتيجية المواجهة النشطة) باختلاف متغير التخصص.

كما يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ فأقل في اتجاهات أفراد عينة الدراسة حول (الإستراتيجية الدينية، إستراتيجية لوم الذات) باختلاف متغير التخصص، ولتحديد صالح الفروق بين كل تخصص على حدة تم استخدام اختبار شيفيه، والذي جاءت نتائجه كالتالي:

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

جدول (٣٠)

يوضح نتائج اختبار شيفيه للتحقق من الفروق بين كل تخصص على حدة

المحور	التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	ماجستير علم نفس	دبلوم توجيه وإرشاد طلابي	تخصص اخر
الإستراتيجية الدينية	ماجستير علم نفس	٢٩	٢,٤١	-	*	**
	دبلوم توجيه وإرشاد طلابي	٧٢	٢,٥٩		-	
	تخصص اخر	٧٢	٢,٦٤			-
إستراتيجية لوم الذات	ماجستير علم نفس	٢٩	٢,٠٦	-	**	**
	دبلوم توجيه وإرشاد طلابي	٧٢	١,٨٠		-	
	تخصص اخر	٧٢	١,٧٧			-

** دالة عند مستوى ٠,٠١ فأقل

* دالة عند مستوى ٠,٠٥ فأقل

يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل بين أفراد عينة الدراسة الذين تخصصهم ماجستير علم نفس وأفراد عينة الدراسة الذين تخصصهم دبلوم توجيه وإرشاد طلابي حول استخدام (الإستراتيجية الدينية) لصالح أفراد عينة الدراسة الذين تخصصهم دبلوم توجيه وإرشاد طلابي وتفسر هذه النتيجة بأن المرشدين الطلابيين الذين تخصصهم دبلوم توجيه وإرشاد طلابي يدركون بشكل أكبر الدور الديني في بناء شخصية الطلاب وتوجيههم مما عزز من استخدامهم (الإستراتيجية الدينية). كما يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ فأقل بين أفراد عينة الدراسة الذين تخصصهم ماجستير علم نفس وأفراد عينة الدراسة الذين تخصصهم تخصص اخر حول استخدام (الإستراتيجية الدينية) لصالح أفراد عينة الدراسة الذين تخصصهم تخصص اخر وتفسر هذه النتيجة بأن المرشدين الطلابيين الذين تخصصهم آخر مقارنة مع الذين تخصصهم علم نفس يدركون بشكل أكبر الدور الديني في بناء شخصية الطلاب وتوجيههم عكس أصحاب تخصصات علم النفس والذين يعتمدون بشكل أكبر على النظريات علم النفس مما عزز من استخدامهم (الإستراتيجية الدينية).

كما يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ فأقل بين أفراد عينة الدراسة الذين تخصصهم ماجستير علم نفس وأفراد عينة الدراسة الذين تخصصهم (دبلوم توجيه وإرشاد طلابي، تخصص اخر) حول استخدام (إستراتيجية لوم

══════ الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط ══════

الذات) لصالح أفراد عينة الدراسة الذين تخصصهم ماجستير علم نفس وتفسر هذه النتيجة بأن المرشدين الطلابيين الذين تخصصهم علم نفس يعتمدون بشكل أكبر على التأثير النفسي الذاتي مما عزز من استخدامهم (إستراتيجية لوم الذات).

-الفروق باختلاف متغير العمر:

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس استراتيجيات الضغوط في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير العمر استخدم الباحثان "تحليل التباين الأحادي" (One Way ANOVA) لتوضيح دلالة الفروق في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير العمر وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (٣١)

نتائج " تحليل التباين الأحادي " (One Way ANOVA) للفروق في

إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف العمر

الدلالة الإحصائية	قيمة ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع مربعات	مصدر التباين	المحاور
**٠,٠٠٧	٥,١١٥	٠,٣٨٩	٢	٠,٧٧٩	بين المجموعات	الإستراتيجية الدينية
		٠,٠٧٦	١٧٠	١٢,٩٤٢	داخل المجموعات	
			١٧٢	١٣,٧٢٠	المجموع	
٠,٥٨٦	٠,٥٣٦	٠,٠٧٤	٢	٠,١٤٧	بين المجموعات	إستراتيجية حل المشكلات
		٠,١٣٨	١٧٠	٢٣,٣٧٦	داخل المجموعات	
			١٧٢	٢٣,٥٢٤	المجموع	
٠,٧٨٤	٠,٢٤٣	٠,٠٢٨	٢	٠,٠٥٧	بين المجموعات	إستراتيجية الضبط الذاتي
		٠,١١٧	١٧٠	١٩,٨٨٦	داخل المجموعات	
			١٧٢	١٩,٩٤٣	المجموع	
٠,٤٤٩	٠,٨٠٥	٠,١١٠	٢	٠,٢٢٠	بين المجموعات	إستراتيجية التفريغ الانفعالي
		٠,١٣٧	١٧٠	٢٣,٢٥٦	داخل المجموعات	
			١٧٢	٢٣,٤٧٦	المجموع	
٠,٢٥٩	١,٣٦٣	٠,٢١٣	٢	٠,٤٢٥	بين المجموعات	إستراتيجية التخطيط
		٠,١٥٦	١٧٠	٢٦,٥٢٧	داخل المجموعات	
			١٧٢	٢٦,٩٥٢	المجموع	
٠,١٥٣	١,٩٠٠	٠,٢٢٣	٢	٠,٤٤٧	بين المجموعات	إستراتيجية لوم الذات

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

المحاور	مصدر التباين	مجموع مربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
	داخل المجموعات	١٩,٩٩٥	١٧٠	٠,١١٨		
	المجموع	٢٠,٤٤٢	١٧٢			
إستراتيجية التقبل السلبي	بين المجموعات	٠,٧٧٤	٢	٠,٣٨٧	٣,١٠٩	*٠,٠٤٧
	داخل المجموعات	٢١,١٤٨	١٧٠	٠,١٢٤		
	المجموع	٢١,٩٢٢	١٧٢			
إستراتيجية المساندة الاجتماعية	بين المجموعات	٠,٢٠٩	٢	٠,١٠٤	٠,٩٥٤	٠,٣٨٧
	داخل المجموعات	١٨,٥٩٩	١٧٠	٠,١٠٩		
	المجموع	١٨,٨٠٨	١٧٢			
إستراتيجية التجنب والهروب	بين المجموعات	٠,٤١٧	٢	٠,٢٠٨	١,٨٣٤	٠,١٦٣
	داخل المجموعات	١٩,٣٢٦	١٧٠	٠,١١٤		
	المجموع	١٩,٧٤٣	١٧٢			
إستراتيجية المواجهة النشطة	بين المجموعات	٠,٢٥٦	٢	٠,١٢٨	١,٢٥٢	٠,٢٨٩
	داخل المجموعات	١٧,٤٠٢	١٧٠	٠,١٠٢		
	المجموع	١٧,٦٥٩	١٧٢			

** دالة عند مستوى ٠,٠١ فأقل

* دالة عند مستوى ٠,٠٥ فأقل

يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل في اتجاهات أفراد عينة الدراسة حول (إستراتيجية حل المشكلات، إستراتيجية الضبط الذاتي، إستراتيجية التقريب الانفعالي، إستراتيجية التخطيط، إستراتيجية لوم الذات، إستراتيجية المساندة الاجتماعية، إستراتيجية التجنب والهروب، إستراتيجية المواجهة النشطة) باختلاف متغير العمر وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة المشوح (٢٠٠٩م) والتي بينت عدم وجود فروق بين العسكريين في أساليب مواجهة الضغوط باختلاف متغير العمر.

ويتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل في اتجاهات أفراد عينة الدراسة حول (إستراتيجية التقبل السلبي) باختلاف متغير

الدكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط

العمر كما يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ فأقل في اتجاهات أفراد عينة الدراسة حول (الإستراتيجية الدينية) باختلاف متغير العمر، ولتحديد صالح الفروق بين كل عمر على حدة تم استخدام اختبار شيفيه، والذي جاءت نتائجه كالتالي :

جدول (٣٢)

يوضح نتائج اختبار شيفيه للتحقق من الفروق بين كل عمر على حدة

المحور	العمر	العدد	المتوسط الحسابي	أقل من ٣٥ سنة	من ٣٥ إلى ٤٥ سنة	من ٤٥ سنة فأكثر
الإستراتيجية الدينية	أقل من ٣٥ سنة	١٨	٢,٤٠	-	*	**
	من ٣٥ إلى أقل من ٤٥ سنة	١١٧	٢,٥٩		-	
	من ٤٥ سنة فأكثر	٣٨	٢,٦٥			-
إستراتيجية التقبل السلبي	أقل من ٣٥ سنة	١٨	١,٩٣	-	*	
	من ٣٥ إلى أقل من ٤٥ سنة	١١٧	١,٧٤		-	
	من ٤٥ سنة فأكثر	٣٨	١,٦٨			-

** دالة عند مستوى ٠,٠١ فأقل * دالة عند مستوى ٠,٠٥ فأقل

يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل بين أفراد عينة الدراسة الذين أعمارهم أقل من ٣٥ سنة وأفراد عينة الدراسة الذين أعمارهم من ٣٥ إلى أقل من ٤٥ سنة حول استخدام (الإستراتيجية الدينية) لصالح أفراد عينة الدراسة الذين أعمارهم من ٣٥ إلى أقل من ٤٥ سنة وتفسر هذه النتيجة بأن المرشدين الطلابيين أصحاب الأعمار الكبيرة لديهم إدراك أكبر لجدوى العامل الديني في توجيه الطلاب مما عزز من استخدامهم (الإستراتيجية الدينية) وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة بار أون وآخرون (Bar-On et al.,2000) والتي بينت أن الأفراد الأكبر سناً أكثر تحملاً للضغوط وأكثر تحكماً في الاندفاع من المفحوصين الأصغر سناً وأيضاً أكثر تحملاً للمسئولية.

كما يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ فأقل بين أفراد عينة الدراسة الذين أعمارهم أقل من ٣٥ سنة وأفراد عينة الدراسة الذين أعمارهم من ٤٥ سنة فأكثر حول استخدام (الإستراتيجية الدينية) لصالح أفراد عينة الدراسة الذين أعمارهم من ٤٥ سنة فأكثر وتفسر هذه النتيجة بأن المرشدين الطلابيين

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

أصحاب الأعمار الكبيرة لديهم إدراك أكبر لجدوى العامل الديني في توجيه الطلاب مما عزز من استخدامهم (الإستراتيجية الدينية).

كما يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل بين أفراد عينة الدراسة الذين أعمارهم أقل من ٣٥ سنة وأفراد عينة الدراسة الذين أعمارهم من ٤٥ سنة فأكثر حول استخدام (إستراتيجية التقبل السلبي) لصالح أفراد عينة الدراسة الذين أعمارهم أقل من ٣٥ سنة وتفسر هذه النتيجة بأن المرشدين الطلابيين أصحاب الأعمار الصغيرة يميلون في استخدام استراتيجيات غير فاعلة في توجيه الطلاب مما عزز من استخدامهم (إستراتيجية التقبل السلبي).

-الفروق باختلاف متغير سنوات الخبرة:

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير سنوات الخبرة استخدم الباحثان " تحليل التباين الأحادي " (One Way ANOVA) وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول(٣٣)

نتائج " تحليل التباين الأحادي " (One Way ANOVA) للفروق في

إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف سنوات الخبرة

المحاور	مصدر التباين	مجموع مربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الإستراتيجية الدينية	بين المجموعات	٠,٩٠٤	٢	٠,٤٥٢	٥,٩٩٨	**٠,٠٠٣
	داخل المجموعات	١٢,٨١٦	١٧٠	٠,٠٧٥		
	المجموع	١٣,٧٢٠	١٧٢			
إستراتيجية حل المشكلات	بين المجموعات	٠,٦٢٥	٢	٠,٣١٢	٢,٣٢٠	٠,١٠١
	داخل المجموعات	٢٢,٨٩٩	١٧٠	٠,١٣٥		
	المجموع	٢٣,٥٢٤	١٧٢			
إستراتيجية الضبط الذاتي	بين المجموعات	٠,٧٥٤	٢	٠,٣٧٧	٣,٣٤٢	*٠,٠٣٨
	داخل المجموعات	١٩,١٨٨	١٧٠	٠,١١٣		
	المجموع	١٩,٩٤٣	١٧٢			
إستراتيجية التفريغ الانفعالي	بين المجموعات	٠,٧٧٣	٢	٠,٣٨٧	٢,٨٩٦	٠,٠٥٨
	داخل المجموعات	٢٢,٧٠٣	١٧٠	٠,١٣٤		

الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط

المحاور	مصدر التباين	مجموع مربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدالة الإحصائية
	المجموع	٢٣,٤٧٦	١٧٢			
إستراتيجية التخطيط	بين المجموعات	٠,٣٧٨	٢	٠,١٨٩	١,٢٠٨	٠,٣٠١
	داخل المجموعات	٢٦,٥٧٤	١٧٠	٠,١٥٦		
	المجموع	٢٦,٩٥٢	١٧٢			
إستراتيجية لوم الذات	بين المجموعات	٠,٦٣٢	٢	٠,٣١٦	٢,٧١٢	٠,٠٦٩
	داخل المجموعات	١٩,٨١٠	١٧٠	٠,١١٧		
	المجموع	٢٠,٤٤٢	١٧٢			
إستراتيجية التقبل السلبي	بين المجموعات	٠,١٣٥	٢	٠,٠٦٨	٠,٥٢٨	٠,٥٩١
	داخل المجموعات	٢١,٧٨٦	١٧٠	٠,١٢٨		
	المجموع	٢١,٩٢٢	١٧٢			
إستراتيجية المساندة الاجتماعية	بين المجموعات	٠,٣٧٤	٢	٠,١٨٧	١,٧٢٦	٠,١٨١
	داخل المجموعات	١٨,٤٣٤	١٧٠	٠,١٠٨		
	المجموع	١٨,٨٠٨	١٧٢			
إستراتيجية التجنب والهروب	بين المجموعات	٠,١٧٩	٢	٠,٠٩٠	٠,٧٧٨	٠,٤٦١
	داخل المجموعات	١٩,٥٦٤	١٧٠	٠,١١٥		
	المجموع	١٩,٧٤٣	١٧٢			
إستراتيجية المواجهة النشطة	بين المجموعات	٠,٠٣٨	٢	٠,٠١٩	٠,١٨١	٠,٨٣٤
	داخل المجموعات	١٧,٦٢١	١٧٠	٠,١٠٤		
	المجموع	١٧,٦٥٩	١٧٢			

** دالة عند مستوى ٠,٠١ فأقل

* دالة عند مستوى ٠,٠٥ فأقل

يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل في اتجاهات أفراد عينة الدراسة حول (إستراتيجية حل المشكلات، إستراتيجية التفريغ الانفعالي، إستراتيجية التخطيط، إستراتيجية لوم الذات، إستراتيجية التقبل السلبي، إستراتيجية المساندة الاجتماعية، إستراتيجية التجنب والهروب، إستراتيجية المواجهة النشطة) باختلاف متغير سنوات الخبرة.

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهبطه

ويتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل في اتجاهات أفراد عينة الدراسة حول (إستراتيجية الضبط الذاتي) باختلاف متغير سنوات الخبرة كما يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ فأقل في اتجاهات أفراد عينة الدراسة حول (الإستراتيجية الدينية) باختلاف متغير سنوات الخبرة، ولتحديد صالح الفروق بين كل سنوات خبرة على حدة تم استخدام اختبار شيفيه، والذي جاءت نتائجه كالتالي :

جدول (٣٤)

يوضح نتائج اختبار شيفيه للتحقق من الفروق بين كل سنوات خبرة على حدة

المحور	سنوات الخبرة	العدد	المتوسط الحسابي	أقل من ٥ سنوات	من ٥ إلى أقل من ١٠ سنوات	من ١٠ سنوات فأكثر
الإستراتيجية الدينية	أقل من ٥ سنوات	٦٢	٢,٥٠	-		**
	من ٥ إلى أقل من ١٠ سنوات	٤٣	٢,٥٧		-	
	من ١٠ سنوات فأكثر	٦٨	٢,٦٦			-
إستراتيجية الضبط الذاتي	أقل من ٥ سنوات	٦٢	٢,٤١	-		*
	من ٥ إلى أقل من ١٠ سنوات	٤٣	٢,٤٤		-	
	من ١٠ سنوات فأكثر	٦٨	٢,٥٦			-

** دالة عند مستوى ٠,٠١ فأقل

* دالة عند مستوى ٠,٠٥ فأقل

يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ فأقل بين أفراد عينة الدراسة الذين خبراتهم أقل من ٥ سنوات وأفراد عينة الدراسة الذين خبراتهم من ١٠ سنوات فأكثر حول استخدام (الإستراتيجية الدينية) لصالح أفراد عينة الدراسة الذين خبراتهم من ١٠ سنوات فأكثر وتفسر هذه النتيجة بأن المرشدين الطلابيين أصحاب الخبرات الكبيرة لديهم إدراك أكبر لجدوى العامل الديني في توجيه الطلاب مما عزز من استخدامهم (الإستراتيجية الدينية). كما يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ فأقل بين أفراد عينة الدراسة الذين خبراتهم أقل من ٥ سنوات وأفراد عينة الدراسة الذين خبراتهم من ١٠ سنوات فأكثر حول استخدام (إستراتيجية

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

الضبط الذاتي) لصالح أفراد عينة الدراسة الذين خبراتهم من ١٠ سنوات فأكثر وتفسر هذه النتيجة بأن المرشدين الطلابيين أصحاب الأعمار الكبيرة لديهم إدراك أكبر لجدوى التعامل مع الطلاب بأسلوب جيد وتقبل توجهاتهم مما عزز من استخدامهم (إستراتيجية الضبط الذاتي).

توصيات الدراسة:

أولاً: من خلال نتائج الدراسة الحالية والتي تشير الى وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ فأقل بين الذكاء الوجداني بصورة عامة واستراتيجيات مواجهة الضغوط (الإستراتيجية الدينية، وإستراتيجية حل المشكلات، وإستراتيجية الضبط الذاتي، وإستراتيجية التخطيط)، كما اظهرت النتائج وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ فأقل بين الذكاء الوجداني بصورة عامة واستراتيجيات مواجهة الضغوط (إستراتيجية التفريغ الانفعالي، وإستراتيجية التجنب والهروب)، وبناء على هذه النتيجة توصي الدراسة بضرورة وضع برامج تدريبية وتنموية للعاملين في المجال الإرشادي في مؤسسات التربية والتعليم في المملكة العربية السعودية لأثراء الذكاء الوجداني للعاملين في مجال الإرشاد، والتي بدورها سوف تساهم برفع الجانب الفردي لدى المرشدين الطلابيين في وضع استراتيجيات لمواجهة المشكلات التي تواجههم بالحياة اليومية حيث انه وبناء على النتائج للدراسة الحالية كلما زاد مستوى الذكاء الوجداني لدى المرشدين الطلابيين في المرحلة الثانوية كلما زاد استخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط، و العكس صحيح.

ثانياً: تشير نتائج الدراسة، إلى وجود تأثير للذكاء الوجداني في اختيار الاستراتيجيات المواجهة للمرشدين الطلابيين للمرحلة الثانوية وبناء على هذه النتيجة فان الدراسة توصي بتعزيز استخدام الاستراتيجيات المستخدمة في مواجهة الضغوط وتفعيل الدور المعرفي لمساعدة المرشدين الطلابيين على استخدام استراتيجيات متنوعة عند مواجهة المشكلات التي قد تعترضهم بحياتهم اليومية.

ثالثاً: تشير النتائج الى اهمية اجراءات دراسات تطبيقية على مختلف المرشدين الطلابيين العاملين بالمدارس في مؤسسات التربية والتعليم في المملكة العربية السعودية لجميع

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

المراحل ولكلا الجنسين. كما توصي الدراسة بضرورة إجراء دراسات تتعلق بعلاقة الذكاء الوجداني الخصائص الشخصية والديمغرافية لدى المرشدين الطلابيين.

رابعاً: تشير النتائج الى انتشار استخدام المرشدين لأربعة ملامح اساسية التعاطف والمعرفة الوجدانية وإدارة وتنظيم الانفعالات بشكل كبير لدى المرشدين الطلابيين للمرحلة الثانوية وبناء على هذه النتيجة توصي الدراسة بأهمية استثمار هذه المكونات في تدريب وتنمية استراتيجيات الارشاد الطلابي في المرحلة الثانوية في المملكة العربية السعودية.

خامساً: اظهرت النتائج أن المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض يتبعون دائماً أربع إستراتيجيات لمواجهة الضغوط الحياتية وهي (الاستراتيجية الدينية، ثم استراتيجية حل المشكلات، ثم إستراتيجية الضبط الذاتي، ثم استراتيجية التخطيط) وتوصي الدراسة بضرورة تنمية وتدعيم استخدام الجوانب الدينية ووضع خطط استراتيجية تطبيقية لحل المشكلات وفق الاهداف العامة للإرشاد الطلابي بوزارة التربية والتعليم.

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

المراجع:

أولاً: مراجع باللغة العربية:

١. ابن منظور ، أبو الفضل جمال الدين. (١٩٩٧م). لسان العرب. الطبعة الأولى. دار صادر للطباعة والنشر. المجلد الرابع. لبنان بيروت .
٢. البخاري، محمد بن إسماعيل (١٤٢٩). صحيح البخاري، بيروت، المكتبة العصرية.
٣. الرازي ، محمد بن أبي بكر (١٩٦٦) . مختار الصحاح ، المجلد (١) ، بيروت ، مكتبة لبنان.
٤. ابراهيم، محمود محمد. (٢٠٠٢م). مدى فاعلية مهارات المواجهة الايجابية للضغوط في تحسين مستوى التوافق لدى عينة من الطلاب، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.
٥. أبو حطب، فؤاد. (١٩٩٦ م). القدرات العقلية. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
٦. أبو حميدان، يوسف عبدالوهاب. (٢٠٠٥م). العلاج السلوكي لمشاكل الأسرة والمجتمع. العين: دار الكتب الجامعي.
٧. أبو رياش، حسين؛ و الصافي، عبدالحكيم؛ وعمور، أميمة؛ وشريف، سليم (٢٠٠٦م). الدافعية والذكاء العاطفي. الأردن، عمان: دار الفكر.
٨. أبوعبادة ، صالح بن عبدالله. (٢٠٠٣ م). مصادر ضغوط العمل لدى المرشدين الطلابيين في مدارس مدينة الرياض وعلاقتها بكل من حالة وسمة القلق. الرياض : جامعة الملك سعود.
٩. أبو العزم، عبدالغني. (٢٠١٣م). معجم الغني، نسخة اليكترونية.
١٠. أبو النصر، مدحت محمد. (٢٠٠٨م). تنمية الذكاء العاطفي (الوجداني) مدخل للتميز في العمل والنجاح في الحياة. القاهرة: دار الفجر.
١١. الأحمدى، محمد عليثة. (٢٠٠٧م). الذكاء الوجداني وعلاقته بالذكاء المعرفي والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب جامعة طيبة بالمدينة المنورة. مجلة العلوم الاجتماعية. مجلد (٣٥)، العدد (٤)، ص ٥٧-١٠٧.

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

١٢. أحمد، بشرى. (٢٠٠٤ م). **ضغوط الحياة والاضطرابات النفسية**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
١٣. الأعرس، صفاء ؛ كفاي، علاء الدين. (٢٠٠٠م). **الذكاء الوجداني**. القاهرة : دار قباء للنشر والتوزيع .
١٤. الأنصاري، سامية؛ و الفيل، حلمي. (٢٠٠٩م). **ما وراء معرفة الذكاء الوجداني**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
١٥. إلهام ، خليل ؛ وأمنية ، الشناوي . (٢٠٠٥ م). **الإسهام النسبي لمكونات قائمة بار- أون نسبة الذكاء الوجداني في التنبؤ بأساليب المجابهة لدى طلبة الجامعة**. **مجلة دراسات نفسية ، المجلد (١٥) ، العدد ١. القاهرة .**
١٦. بخاري، نبيلة محمد. (٢٠٠٧م). **الذكاء الانفعالي وأساليب المعاملة الوالدية والمستوى التعليمي للوالدين لدى عينة من طالبات جامعة الطائف، رسالة ماجستير غير منشورة**. كلية التربية، قسم علم النفس، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
١٧. بخيت، حسين محمد. (١٩٩٤م). **الانتماء للمدرسة وعلاقتها ببعض الضغوط النفسية لدى أطفال المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير**. معهد الدراسات العليا للطفولة، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، جامعة عين شمس.
١٨. البلوي، خولة سعد. (٢٠٠٤م). **الذكاء الانفعالي و علاقته بالتوافق النفسي و المهارات الاجتماعية لدى عينة من طالبات كلية التربية بمدينة تبوك، رسالة ماجستير**. الرياض.
١٩. البيلوي، فيولا. (١٩٨٨). **مقياس ضغوط الوالدية**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
٢٠. جابر ، عبدالحميد؛ وكفاي، علاء الدين. (١٩٩٠م). **معجم علم النفس والطب النفسي** . المجلد (١). القاهرة: دار النهضة العربية.
٢١. الجمل، مديحة عبدالعزيز محمد. (٢٠٠٤م). **فعالية برنامج إرشادي في تخفيض مستوى الضغوط النفسية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم**. معهد الدراسات العليا للطفولة. قسم الدراسات النفسية والاجتماعية. جامعة عين شمس.
٢٢. جولمان ، دانيال (ترجمة ليلى الجبالي) (٢٠٠٠ م). **الذكاء العاطفي**. ، الكويت ، سلسلة عالم المعرفة ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب .
٢٣. جويخ، عائشة على. (٢٠٠٩م). **الذكاء الوجداني وعلاقته بالتوافق المهني (دراسة على**

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

- معلمات المرحلة الثانوية في مدينة الرياض)، رسالة ماجستير غير منشورة. قسم علم النفس. كلية العلوم الاجتماعية . جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. الرياض
٢٤. جودة، محمد إبراهيم. (١٩٩٩م). دراسة لبعض مكونات الذكاء الوجداني في علاقتها بمركز التحكم لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية ببنها. المجلد العاشر، العدد ٤٠، ص ٥٣-١٤٣.
٢٥. حريان، زهراء أحمد. (١٤٣٢هـ). الذكاء الوجداني وعلاقته بالشعور بالسعادة لدى عينة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، رسالة ماجستير غير منشورة. قسم علم النفس. كلية العلوم الاجتماعية. جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
٢٦. الحربي، نايف. (٢٠١٠م). الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى المرشدين الطلابيين بالمعاهد العلمية بمنطقة الرياض، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس. كلية العلوم الاجتماعية . جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. الرياض.
٢٧. -حسن، عبدالحميد؛ المحرزي، راشد؛ إبراهيم، محمود. (٢٠٠٧م). جودة الحياة و علاقتها بالضغوط النفسية و استراتيجيات مقاومتها لدى طلبة جامعة السلطان قابوس. مجلة العلوم التربوية، العدد ٣، ١١٥-١٤٨.
٢٨. -حسونة، أمل محمد؛ وأبو ناشي، منى سعيد. (٢٠٠٦م). الذكاء الوجداني. الجيزة، الهرم: الدار العالمية للنشر والتوزيع.
٢٩. -حسين، سلامة عبدالعظيم؛ وحسين، طه عبدالعظيم. (٢٠٠٦م، أ). الذكاء الوجداني للقيادة التربوية، الأردن، عمان: دار الفكر للنشر و التوزيع.
٣٠. -حسين، طه عبدالعظيم؛ وحسين، سلامة عبدالعظيم (٢٠٠٦م، ب). استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية. الأردن، عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.
٣١. حسين، محمود شوقي. (٢٠٠٧م) ضغوط الحياة وعلاقتها بوجهة الضبط في المجتمع الريفي. رسالة دكتوراه، كلية الآداب. جامعة عين شمس.
٣٢. حسين، محمود. (٢٠٠٠م). الضغوط النفسية وآثارها الفسيولوجية والنفسية والعقلية والسلوكية. ورقة عمل، جامعة البترا، عمان.

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

٣٣. الخرايشة ، عمر؛ وعريبات ، أحمد. (٢٠٠٧م). الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة المتفوقون وإستراتيجية التعامل معها. مجلة اتحاد الجامعات العربية، المجلد الخامس ، العدد الثاني ، كلية التربية ، جامعة دمشق ، ص ٤٨-٦٨.

٣٤. الخضر، عثمان حمود. (٢٠٠٢م). الذكاء الوجداني.. هل هو مفهوم نفسي جديد؟ رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم)، مجلة دراسات نفسية، المجلد ١٢، العدد ١، ص ٥-٤١.

٣٥. الخضر، عثمان حمود. (٢٠٠٦م). تصميم مقياس عربي للذكاء الوجداني والتحقق ممن خصائصه السيكومترية وارتباطاته. القاهرة، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم)، مجلة دراسات نفسية، المجلد ١٦، العدد ٢، ص ٢٥٩-٢٨٩.

٣٦. الخضر، عثمان حمود؛ الفضلي، هدى ملح. (٢٠٠٧م). هل الأذكاء وجدانياً أكثر سعادة؟. مجلة العلوم الاجتماعية. مج (٣٥)، ع (٢)، ص ١٣-٣٨.

٣٧. الخمشي، نايف صالح. (١٤٣٣هـ). أثر الذكاء الانفعالي في النجاح الأكاديمي والاجتماعي للمراهقين والموهوبين والعاديين في ضوء نظرية ماير وسالوفي وكاروزو، رسالة دكتوراه غير منشورة. قسم علم النفس. كلية العموم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

٣٨. خوالدة، محمود عبدالله. (٢٠٠٤م). الذكاء العاطفي: الذكاء الانفعالي. عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.

٣٩. دهلوي، مرفت فيصل. (١٤٢٦هـ). أساليب التفكير والذكاء العاطفي لدى عينة من المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير. مكة المكرمة، جامعة أم القرى، كلية التربية، قسم علم النفس.

٤٠. الديدي، رشا. (٢٠٠٥م). الذكاء الانفعالي وعلاقته باضطرابات الشخصية لدى عينة من دارسي علم النفس. مجلة علم النفس العربي المعاصر، المجلد الأول، العدد ١، ص ٦٩-١١٣.

٤١. الراشد، نوف سلطان. (٢٠١٢م). المساندة الاجتماعية وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى متعاطي الحشيش بمجمع الأمل للصحة النفسية في مدينة الرياض، رسالة ماجستير. جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، كلية العلوم الاجتماعية، الرياض.

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

٤٢. راضي ، فوقية، محمد. (٢٠٠١م). الذكاء الوجداني وعلاقته بالتحصيل الدراسي والقدرة على التفكير الابتكاري لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية بالمنصورة ، العدد ٤٥ ، ص ١٧٣ - ٢٠٤.
٤٣. الرشيد، لولوه (٢٠٠٠م). أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى بعض ذوات الظروف الخاصة والعاديات وعلاقتها ببعض سمات الشخصية. رسالة ماجستير ، كلية التربية، جامعة الملك سعود.
٤٤. الرشيد، هارون توفيق. (١٩٩٩ م) الضغوط النفسية، طبيعتها، نظرياتها، برامج لمساعدة الذات في علاجها، القاهرة:مكتبة الانجلو المصرية.
٤٥. روبنسون، بام؛ سكوت، جان. (ترجمة صفاء الأعسر وعلاء كفاقي) (٢٠٠٠ م) "الذكاء الوجداني" ، ، القاهرة :دار وفاء للطباعة والنشر والتوزيع ، .
٤٦. الزهراني، أسماء حزام. (١٤٣٣هـ). الضغوط النفسية و علاقتها بالاحترق النفسي لدى مديرات و مشرفات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، كلية العلوم الاجتماعية، الرياض.
٤٧. زيتون، كمال. (٢٠٠١م). طرق التدريس. القاهرة. دار الفكر.
٤٨. الزيود ، نادر فهمي. (٢٠٠٢ م). واقع الاحتراق النفسي للمرشد التربوي والنفسي في محافظة الزرقاء في الأردن، مجلة العلوم التربوية ، العدد الأول، ص ١٩٧ - ٢٦٢.
٤٩. الزيود، نادر فهمي. (٢٠٠٦م). استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة قطر وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة رسالة الخليج العربي، مكتب التربية العربي لدول الخليج، ٩٩ع، السنة ٢٧، ص٦٧.
٥٠. الطنطاوي، محمد سيد. (١٩٩٩م). حديث القرآن عن العواطف الإنسانية، القاهرة: مركز الأهرام للنشر والتوزيع.
٥١. الظفيري، على حبيب. (٢٠٠٧م) مظاهر وأسباب وأساليب مواجهة الضغوط الوالديه كما يدركها آباء وأمهات الأطفال المتخلفين عقلياً، رسالة دكتوراه، معهد الدراسات العليا للطفولة، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، جامعة عين شمس.

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

٥٢. السباعي، هنية محمود. (٢٠٠١م). ضغوط العمل: مستوياتها و مصادرها واستراتيجيات إدارتها لدى الإداريات و الفنيات السعوديات العاملات في الجامعات السعودية. جامعة أم القرى، كلية التربية، مكة المكرمة.
٥٣. سبحي، ممدوح محمد درويش. (١٩٩٧م) ضغوط العمل وأثارها النفسية لدى موظفي البنوك بمدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى.
٥٤. ستورا، جان بنجامان. (١٩٩٧م) الإجهاد ، منشورات عويدات ، بيروت . لبنان .
٥٥. سرور، سعيد. (٢٠٠١ م). مهارات مواجهة الضغوط في علاقتها بكل من الذكاء الوجداني ومركز التحكم. مجلة المستقبل ، المجلد التاسع ، ع ٢٩ ، ص ٩-٤٥.
٥٦. سعيد، سعاد جبر. (٢٠٠٨م). الذكاء الانفعالي وسيكولوجية الطاقة اللامحدودة. عالم الكتب الحديث، إربد، الأردن، ١٤٢٩هـ.
٥٧. السامدونى، السيد إبراهيم. (٢٠٠٧م). الذكاء الوجداني أسسه، تطبيقاته، تنميته. عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، ط١.
٥٨. السامدونى، شوقية. (١٩٩٣). الضغوط النفسية لدى معلمى ومعلمات التربية الخاصة وعلاقتها بتقدير الذات، رسالة ماجستير ، كلية التربية ببنها، جامعة الزقازيق.
٥٩. السميح، عبدالمحسن محمد. (١٤٣٠هـ). ضغوط العمل لدى المعلمين وعلاقتها بالسلوك القيادي لدى المديرين. مجلة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، العدد العاشر.
٦٠. السهلي، عبدالله بن حميد. (١٤٣٠ هـ). أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الشباب من المرضى المترددين على مستشفى الطب النفسي بالمدينة المنورة وغير المرضى، رسالة دكتوراه ، جامعة أم القرى.
٦١. شابيرو، لورانس. (٢٠٠٣م). كيف تنشئ طفلا يتمتع بذكاء عاطفي: دليل الآباء للذكاء العاطفي. الطبعة. ط٥. الرياض: مكتبة جرير.
٦٢. شاهين ، هالة عطية محمود. (٢٠٠٧م). الحاجات النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية "المكفوفين والصم والعاكبين". معهد الدراسات العليا للطفولة، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، جامعة عين شمس.
٦٣. الشاوي، سليمان بن ابراهيم. (١٤٣٠ هـ). استراتيجيات المواجهة وعلاقتها بالضغوط

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

- النفسية لدى طلاب المرحلة الجامعية في مدينة الرياض، رسالة دكتوراه ، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
٦٤. الشبانات، خالد عبدالله. (٢٠١٠م). الذكاء الوجداني و علاقته بالتحصيل الدراسي و المشكلات السلوكية لدى المراهقين. رسالة دكتوراه. جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، كلية العلوم الاجتماعية، الرياض.
٦٥. شحادة، خليل. (٢٠٠٨ م). استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية لدى خريجي الجامعات العاطلين عن العمل وعلاقتها ببعض المتغيرات (دراسة مقارنة بين الراغبين وغير الراغبين في الهجرة)، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة الأزهر، غزة .
٦٦. شعبان، رجب علي. (١٩٩٥م). الفروق الجنسية و العمرية في أساليب التكيف مع المواقف الضاغطة. مجلة علم النفس، العدد ٢٤، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة.
٦٧. شكري، مايسة. (١٩٩٩م). التفاؤل و التشاؤم و علاقتهما بأساليب مواجهة المشكلة. مجلة دراسات نفسية، المجلد ٩، ع ٤، القاهرة.
٦٨. الشهري، سعد. (١٤٣٠هـ). الذكاء الوجداني وعلاقته باتخاذ القرار لدى عينة من موظفي القطاع العام والقطاع الخاص بمحافظة الطائف. رسالة ماجستير
٦٩. شيخاني، سمير ، (٢٠٠٣ م)، الضغط النفسي، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي، بيروت ، لبنان .
٧٠. صادق، أمال؛ فؤاد، أبو حطب. (١٩٩٦م). علم النفس التربوي، ط٥، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
٧١. -الصادق، أيمن عبد الباقي. (٢٠٠٧ م). الضغوط النفسية لدى المرشدين المدرسيين بمراحل التعليم العام بمدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
٧٢. -صقر، إيمان. (٢٠٠١م). النموذج السببي للعلاقة بين ضغوط أحداث الحياة و المساندة الاجتماعية و أساليب مواجهة الضغوط و الاكتئاب لدى طلاب الجامعة. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة الزقازيق.

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

- ٧٣- الطريبي، عبد الرحمن سليمان. (١٩٩٤ م)، الضغط النفسي، مفهومه، تشخيصه، طرق علاجه ومقاومته، الرياض: مكتبة العبيكان.
- ٧٤- العازمي، مناحي فلاح فهد. (٢٠٠٩م). الضغوط الأسرية كما تدركها أمهات الأطفال المعاقين دراسة مقارنة، رسالة دكتوراه، معهد الدراسات العليا للطفولة، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، جامعة عين شمس.
- ٧٥- عبدالحميد، أسماء صلاح الدين. (٢٠٠٨م) الضغوط النفسية وعلاقتها بوجهتي الضبط لدى الأطفال ساكني المقابر، رسالة ماجستير، معهد الدراسات العليا للطفولة، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، جامعة عين شمس.
- ٧٦- عبدالرحيم، هالة شوقي. (٢٠٠١م). مدى فاعلية برنامج إرشادي لخفض درجة الضغوط النفسية لدى الطالبات المستجدات بالمدن الجامعية بجامعة حلوان، رسالة ماجستير، معهد الدراسات العليا للطفولة، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، جامعة عين شمس.
- ٧٧- عبدالمعطي، حسن مصطفى. (٢٠٠٦م). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها. ط ٢. القاهرة: زهراء الشرق.
٧٨. العتيبي، آدم. (١٩٩٧م). علاقة ضغوط العمل بالاضطرابات السيكوسوماتية و الغياب الوظيفي لدى العاملين في القطاع الحكومي في الكويت، مجلة العلوم الاجتماعية، المجلد ٢٥، العدد ٢.
٧٩. العتيبي، عواطف محمد. (٢٠١١م). استراتيجيات مواجهة الضغوط وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى مديرو ومديرات العموم بوزارة التربية و التعليم، رسالة ماجستير. جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، كلية العلوم الاجتماعية، الرياض.
٨٠. عثمان، فاروق السيد؛ و رزق، محمد عبدالسميع. (١٩٩٨م). الذكاء الانفعالي: مفهومه وقياسه، مجلة كلية التربية بالمنصورة، جامعة المنصورة، العدد ٣٨، ص ٣-٣١.
٨١. عثمان، فاروق السيد. (٢٠٠١م). القلق وإدارة الضغوط النفسية. القاهرة: دار الفكر العربي.
٨٢. عثمان، حباب عبدالحى محمد. (٢٠٠٩م). الذكاء الوجداني (العاطفي، الانفعالي، الفعال) مفاهيم وتطبيقات، عمان: ديونو للطباعة والنشر والتوزيع.

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

٨٣. عجاج، خير المغازي. (٢٠٠٢م). الذكاء الوجداني - الأسس النظرية والتطبيقات، ط١. القاهرة. مكتبة زهراء الشرق.
٨٤. عجاجة، صفاء. (٢٠٠٧م). النموذج السببي للعلاقة بين الذكاء الوجداني و أساليب مواجهة الضغوط وجودة الحياة لدى طلاب الجامعة. رسالة ماجستير ، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
٨٥. عجين، علي إبراهيم. (٢٠٠٩م). الذكاء العاطفي الذاتي وتطبيقاته في السنة النبوية، مجلة المنارة، المجلد ١٥، العدد ٢.
٨٦. عدس، محمد عبدالرحيم. (١٩٩٧م). دور العاطفة في حياة الإنسان. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
٨٧. العديلي ، ناصر محمد. (١٩٩٥م). السلوك الإنساني والتنظيمي، منظور كلي مقارنة. الرياض: معهد الإدارة العامة.
٨٨. عربيات، احمد عبدالحليم. (٢٠٠٥م). فعالية برنامج إرشادي يستند إلى استراتيجية حل المشكلات في تخفيف الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، مجلة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية. المجلد السابع عشر، العدد الثاني.
٨٩. العساف، صالح بن حمد. (٢٠٠٣م). المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية، ط٣ ،الرياض، مكتبة العبيكان .
٩٠. عسكر، علي. (٢٠٠٠م)، ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها: الصحة النفسية والبدنية في عصر التوتر والقلق. ط٢. دار الكتاب الحديث.
٩١. العسكر، شهد حمود. (١٤٣٢هـ). الذكاء الوجداني وعلاقته بالشخصية القيادية لدى معلمات المرحلة المتوسطة في مدينة الرياض. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، كلية العلوم الاجتماعية، الرياض.
٩٢. عكاشة، أحمد. (١٩٩٨). الطب النفسي المعاصر ، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
٩٣. علي، هالة رمضان. (٢٠٠٤م). الاستجابة للضغوط البيئية لدى عينة من الأطفال المقيمين بالقرب من الطرق السريعة، رسالة دكتوراه، معهد الدراسات العليا للطفولة، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، جامعة عين شمس.

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهبطه

٩٤. العمر، ريم إبراهيم. (١٤٣٢هـ). الذكاء الوجداني و علاقته ببعض الأنماط القيادية الشائعة لدى المشرفات التربويات بإدارة التعليم بمدينة الدمام، رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
٩٥. العنزي، عايش بن سمير معزي. (٢٠٠٤م). علاقة الضغوط النفسية ببعض المتغيرات الشخصية لدى العاملين في المرور بمدينة الرياض، رسالة ماجستير ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
٩٦. عوض، رثيفة رجب. (٢٠٠١م). ضغوط المراهقين ومهارات المواجهة "التشخيص والعلاج". القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
٩٧. العويضة، سلطان. (٢٠٠٦م). العلاقة بين مصادر الضغوط و أساليب التدبير لدى عينة من طلبة الجامعات الخاصة الأردنية. رسالة التربية و علم النفس، ٢٧ع، ١٧٣-٢٢١.
٩٨. العيني، ياسر. (٢٠٠٧م). الذكاء العاطفي في الإدارة والقيادة. ط٣. دمشق: دار الفكر للنشر والتوزيع.
٩٩. جارندر، هوارد (١٤٢٥هـ). أطر العقل: نظرية الذكاءات المتعددة. ترجمة: محمد بلال الجيوسي. الرياض: مكتب التربية العربي لدول الخليج.
١٠٠. الغرير ، أحمد؛ و أبو أسعد ، أحمد. (٢٠٠٩ م). التعامل مع الضغوط النفسية. القاهرة: دار الشروق للنشر والتوزيع.
١٠١. فايد، حسين على. (٢٠٠٥م). ضغوط الحياة والضبط المدرك للحالات الذاتية والمساندة الاجتماعية كمنبئات بالأعراض السيكوسوماتية لدى عينة غير إكلينيكية. دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم)، المجلد الخامس عشر، العدد الأول.
١٠٢. فراج ، محمد. (٢٠٠٥ م). الذكاء الوجداني وعلاقته بمشاعر الغضب والعدوان لدى طلاب الجامعة. دراسات عربية في علم النفس، المجلد الرابع ، العدد الأول ، ص ٩٣-١٥٩.
١٠٣. الفضيل، مديحة؛ والعزیز، أمل. (٢٠٠٨م). الذكاء الوجداني وعلاقته بالمهارات الاجتماعية وأداء المعلم كما يدركه طلاب المرحلة الثانوية. المجلد ٢١، العدد ٤، كلية
- == مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي ، العدد ٤١- يناير ٢٠١٥ (١٢٣) ==

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

التربية، جامعة المنيا.

١٠٤. الفيروزآبادي، محمد. (١٤١٣هـ). القاموس المحيط. بيروت: مؤسسة الرسالة.
١٠٥. كشرود، عمار الطيب. (١٩٩٥م). علم النفس الصناعي والتنظيمي الحديث مفاهيم ونماذج ونظريات. ط ٢، المجلد الثاني، بنغازي، منشورات جامعة قارونس.
١٠٦. مبيض، مأمون. (٢٠٠٣م). الذكاء العاطفي والصحة العاطفية. المكتب الإسلامي.
١٠٧. متولي، هناء. (٢٠٠٤م). بعض محددات أساليب التعامل مع المشكلات لدى طلاب الجامعة. رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة المنوفية.
١٠٨. المشعان، سلطان. (٢٠٠٢م). التفاوض والتشاور وعلاقتهما بالاضطرابات النفسية والجسمية وضغوط أحداث الحياة لدى طلاب الجامعة. دراسات نفسية، المجلد العاشر، العدد الثالث.
١٠٩. المشعان، عويد سلطان. (٢٠٠٤م). الضغوط النفسية، ط ٢، الكويت: مكتبة دار العروبة.
١١٠. المصدر، عبد العظيم. (٢٠٠٨ م). الذكاء الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات الانفعالية لدى طلبة الجامعة. مجلة الجامعة الإسلامية، سلسلة الدراسات الإنسانية، المجلد السادس عشر، العدد الأول، ص ٥٨٧-٦٣٢.
١١١. المغازي، ابراهيم محمد. (٢٠٠٣م). الذكاء الاجتماعي والوجداني والقرن الحادي والعشرين، القاهرة. مكتبة الايمان.
١١٢. منسي، محمود؛ والطواب، سيد. (٢٠٠٢م). علم نفس نمو الأطفال. الإسكندرية: نور للكمبيوتر والطباعة.
١١٣. منسي، محمد عبدالحليم؛ وآخرون (١٩٩٧م). الصحة النفسية. الاسكندرية، مطبعة الجمهورية.
١١٤. المهداوي، عبد الله محمد. (١٤٢٣ هـ). مستويات وأبعاد الأهداف النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات الشخصية لدى المرشدين الطلابيين في المرحلتين الابتدائية والمتوسطة. رسالة ماجستير. قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

د. سعد بن عبدالله المشوح & أ. محمد بن سيف الوهطه

١١٥. النوبصر، محمد سليمان. (١٤٣١هـ). ضغوط العمل التي يواجهها المرشد الطلابي في المرحلة الثانوية بمدينة الرياض و علاقتها ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
١١٦. هارت، ليدل. (١٩٨٧م). الإستراتيجية وتأريخها في العالم، ترجمة أكرم ديري، دار الطليعة، بيروت، الطبعة الأولى، ١٩٨٧م ، ص١٧.
١١٧. هريدي، عادل محمد. (٢٠٠٣م). الفروق الفردية في الذكاء الوجداني في ضوء المتغيرات الحيوية-الاجتماعية. دراسات عربية في علم النفس، المجلد ٢، العدد ٢، ابريل ٢٠٠٣م: ٥٧-١٠٨.
١١٨. ياركندي ، هانم حامد. (بدون). ضغوط العمل وعلاقتها بالقيادة التربوية ووجهة الضبط لدى مديرات المدارس بمحافظة جدة، مجلة رسالة الخليج العربي العدد (٨٩).
١١٩. ياركندي ، هانم حامد. (١٩٩٣م). مستوى ضغط المعلم وعلاقته بالطمأنينة النفسية وبعض المتغيرات الديمغرافية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، القاهرة : الجمعية المصرية للدراسات النفسية، العدد ٦.

ثانياً: مراجع باللغة الأجنبية:

120. Abraham. R. (2000) "The Role of job control as moderator of emotional dissonance and emotional Intelligence-outcome relationships". **Journal of Psychology**, Vol. 134-2, pp. 169-186.
121. Atwater,E ,(1990) **Psychology of Adjustment** :personal Growth in changing world ,New York ,cliffs prentice – hall ,pp.109-116 .
122. Bar – On , R. (1997). **Emotional Quotient Inventory**: Measure of Emotional Quotient Inventory. Toronto, Ontario: Multi-Health Systems.
123. Bar – On , R. (2000). Emotional and Social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory. (In) Bar – On & Parker, J . (Eds): The Hand book of Emotional Intelligence, San Francisco: Jossey – Bass.
124. Daley, M.R., (1979): **Burnout**: Smouldering problem in protective services", Social work, 24, 5, p.325
125. Deniz , E. (2006). The relationships Among coping with stress,
- == (١٢٥) == مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي ، العدد ٤١ - يناير ٢٠١٥

===== الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط =====

life satisfaction , Decision – Making styles and Decision self – esteem: An investigation with Turkish university students. **Social Behavior and Personality** , 34, 9 ,pp. 1161-1170.

126. Dulewicz, V. & Higgs, M. (1999). **Emotional intelligence Questionnaire**. User Guide U .K: Neer Nelson Publishing Company.
127. Epstein, R. (1999) **The key to our emotions**. Psychology Today, Vo123, No. 4, p. 20-21.
128. Goleman, D. (1995)**Emotional Intelligence**, New York: Bantam Books.
129. Goleman, D. (1998)**Working with Emotional Intelligence**, New York: Bantam Books.
130. Hemmati, T., Mills, J. F., & Kroner, D. G. (2004). The validity of the Bar-On emotional intelligence quotient in an offender population. **Personality and Individual Differences**, 37, 695–706.
131. Humpel, N., Caputi, P., & Martin, C. (2001). The relationship between emotions and stress among mental health nurses. Australian and New Zealand **Journal of Mental Health Nursing**, 10, 55–60.
132. Jain, A. K., & Sinha, A. K. (2005). General health in organizations: relative relevance of emotional intelligence, trust, and organizational support. **International Journal of Stress Management**, 12, 257–273.
133. Kamarions, P. (2004). Attitudes and approaches in a school administrator training program toward preparing administrators to promote emotional intelligence in schools. **Dissertation Abstract international**, 63 (8-B), 3895.
134. Kerniss, C, (2002), Emotional Intelligence. What It Is and Why It Matters? www.eiconsortium.org/research/what_is_emotional_intelligence.htm.
135. Law, K. S., Wong, C. S., & Song, L. J. (2004). The construct and criterion validity of emotional intelligence and its potential utility

- for management studies. **Journal of Applied Psychology**, 89(3), 483–496.
136. Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). **Stress Appraisal and Coping**. New York: Springer Publishing Company, 20.
137. Leible, T. L., & Snell, W. E. (2004). Borderline personality disorder and multiple aspects of emotional intelligence. **Personality and Individual Differences**, 37, 393–404.
138. Levenson, M. H. (1999). Working with emotional intelligence: E T C: **A Review of General Semantics**, Vol. 56, 1, 100 – 128.
139. Martinez-Pons, M. (1997–1998). The relation of emotional intelligence with selected areas of personal functioning. Imagination, **Cognition and Personality**, 17, 3–13.
140. Matthews, G & Ziedner, M. (2000). Emotional Intelligence, Adaption To stressful Encounters, and Health Outcomes, pp. 460 – 489. In. R. Bar-on and J.D.A. Parker (Eds). The handbook of Emotional Intelligence. California: San Francisco: Jossey-Bass inc.
141. Matthews, G., Emo, A., Funke, G., Zeidner, M., Roberts, R., Costa, P. Jr., et al. (2006). Emotional intelligence, personality, and task-induced stress. **Journal of Experimental Psychology: Applied**, 12(2), 96–107.
142. Mavroveli, S., Petrides, K. V., Rieffe, C., & Bakker, F. (2007). Trait emotional intelligence, psychological well-being and peer-rated social competence in adolescence. **British Journal of Developmental Psychology**, 25, 263–275.
143. Mayer, j. & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.). Emotional development and emotional intelligence: Implications for Educators. New York: Basic Books.
144. Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), Emotional development and emotional intelligence. Educational implications (pp. 3–31). New York: Basic Books.
145. Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2002). **Mayer-**

Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) user's manual. Toronto, ON: Multi-Health Systems.

146. Moos, R. H. (1981). The role of coping responses and social resources in attenuating the solutions of life events. **Journal of Behavioral Medicine**, 4, 181-189.
147. Mortimer, Carla (2001). **Feeling without knowing**: The Role of Emotional Intelligence in Production.
148. Nikolaou, I., & Tsaousis, I. (1993–2002). Emotional intelligence in the workplace. Exploring its effects on occupational stress and organizational commitment. **International Journal of Organizational Analysis**, 10(4), 327.
149. Petrides, K. V., Pita, R., & Kokkinaki, F. (2007). The location of trait emotional intelligence in personality factor space. **British Journal of Psychology**, 98, 273–289.
150. Riley, H., & Schutte, N. (2003). Low emotional intelligence as a predictor of substance-use problems. **Journal of Drug Education**, 33, 391–398.
151. Saklofske, D. H., Austin, E. J., & Minski, P. S. (2003). Factor structure and validity of a trait emotional intelligence measure. **Personality and Individual Differences**, 34, 707–721.
152. Salovey, P. & Mayer, j. (1990). Emotional Intelligence imagination. **Cognition and Personality**, Vol. 9, pp. 185-211.
153. Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S., Turvey, C., & Palfai, T. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the trait meta-mood scale. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, and health* (pp. 125–154). Washington, DC: American Psychological Association.
154. Salovey, P., Stroud, L. R., Woolery, A., & Epel, E. S. (2002). Perceived emotional intelligence, stress reactivity, and symptom reports: Further explorations using the trait meta-mood scale. **Psychology and Health**, 17, 611–627.
155. Sala, F. (2002). **Emotional Competence Inventory**: Technical Manual. Boston: the Hay Group.

156. Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., et al. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. **Personality and Individual Differences**, 25, 167–177.
157. Selye, H. (1976). **The Stress of Life**. New York: McGraw- Hill.
158. Shulman, T., & Hemenover, S. (2006). **Is dispositional emotional intelligence synonymous with personality?** *Self and Identity*, 5(2), 147–171.
159. Slaski, M., & Cartwright, S. (2002). **Health, performance and emotional intelligence**. An exploratory study of retail managers. *Stress and Health*, 18, 63–68.
160. Summerfeldt, L. J., Kloosterman, P. H., Antony, M. M., & Parker, J. D. A. (2006). Social anxiety, emotional intelligence, and interpersonal adjustment. **Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment**, 28, 57–68.
161. Tapia, M. (2001). Measuring emotional intelligence. **Psychological Reports**, 88, 353–364.

Abstract

Objective

This study aimed to discover the level of emotional intelligence of students' advisors in the secondary stage in Riyadh city. Also, it aimed to identify the outstanding strategies to face pressures on students' advisors. The study intended to illustrate the relationship between emotional intelligence and personal variables (specialization, age, experience years) of students' advisors. Furthermore, the researcher worked on declaring the relationship between strategies of facing pressures and demographic and personal variables (specialization, age, experience years) of students' advisors.

Methods

The analytical descriptive method had been used to verify this relationship. The study community included all students' advisors in governmental secondary schools in Riyadh city with number (237) advisors. The sample included (173) advisors from the study community. And the researcher used emotional intelligence measurement prepared by Othman and Rezq (1998) and Taqin Albalawi (2004), in addition to facing pressures strategies measurement prepared by Alshawi (2010).

Results

The study concluded with a group of results that indicated that advisors usually have a degree of emotional intelligence whereas the mean of their emotional intelligence was (3.5 out of 5). The results indicated that the order of strategies used by advisors to face pressures were as following: religious strategy in the first rank, problem solving strategy in the second rank, self-control strategy in the third strategy, planning strategy in the fourth strategy, active confrontation strategy in the fifth rank, social support strategy in the sixth rank, self-blaming in the seventh rank, negative acceptance strategy in the eighth rank, avoidance and escape strategy in the seventh rank and finally emotional discharge in the ninth rank. Also, the results indicated that there is statistically significant direct relationship on significance level 0.05 between emotional intelligence in general and confronting pressures strategies such as: (religious strategy, problem solving strategy, self-control strategy, planning strategy). However, the results showed that there is statistically significant opposite relationship on

level 0.05 between emotional intelligence and confronting pressures strategies such as: (emotional discharge strategy, avoidance and escape strategy). In addition, the results showed there aren't statistically significant differences on level 0.05 between study sample in terms of emotional intelligence in general in terms of specialization variable. Also, the results showed there aren't statistically significant differences on level 0.05 between study sample in terms of emotional intelligence in general in terms of age variable. The results showed there aren't statistically significant differences on level 0.05 between study sample in terms of emotional intelligence in general in terms of experience years variable. And the results showed there aren't statistically significant differences on level 0.05 about the trends of study sample about (problem solving strategy, self-control strategy, emotional discharge strategy, planning strategy, negative acceptance strategy, social support strategy, avoidance and escape strategy and active confrontation strategy) in terms of specialization variable. Also, the results showed that there are statistically significant differences on level 0.05 in the trends of study sample about (religious strategy, self-blaming strategy) in terms of specialization variable. The study concluded with a group of recommendations related to emotional intelligence and facing pressures strategy of advisors in secondary stage in Riyadh city, Kingdom of Saudi Arabia.