

الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من المتزوجات العاملات وغير العاملات بمدينة جدة

أنفال بنت محمد عمر بن تاج الدين جاوي

جامعة الملك عبدالعزيز - جدة - كلية الآداب والعلوم الإنسانية - قسم علم النفس

المستخلص العربي

هدفت الدراسة إلى التحقق من وجود علاقة بين الذكاء الانفعالي وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى المتزوجات العاملات وغير العاملات، والتحقق كذلك من وجود فروق في الذكاء الانفعالي وأساليب مواجهة الضغوط لدى المتزوجات العاملات وغير العاملات، وتكونت عينة الدراسة من (229) من الزوجات العاملات وغير العاملات، حيث بلغ عدد الزوجات العاملات (118)، وعدد الزوجات غير العاملات (111) بمدينة جدة الفصل الأول والثاني من العام 1437هـ / 1438هـ (2016/2017م)، استخدمت هذه الدراسة المنهج الوصفي للتحقق من أهدافه. كما استخدمت الدراسة مقياس الذكاء الوجداني للخولي (2002) ومقياس أساليب مواجهة الضغوط للعززي (1999). وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج أهمها: أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين الدرجة الكلية للذكاء الانفعالي والدرجة الكلية لأساليب مواجهة الضغوط الايجابية لدى عينة الدراسة (العاملات وغير العاملات). كما دلت النتائج على وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين الدرجة الكلية للذكاء الانفعالي وخمس أساليب من أساليب مواجهة الضغوط الايجابية من أصل سبعة وهي (الإيجابية، ضبط النفس، حل المشكلات بالتخطيط، تنظيم الوقت و أسلوب البناء المعرفي). وأظهرت النتائج عدم وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين الدرجة الكلية للذكاء الانفعالي والدرجة الكلية لأساليب مواجهة الضغوط السلبية لدى عينة الدراسة (العاملات وغير العاملات). ودلت النتائج على وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين الدرجة الكلية للذكاء الانفعالي وثلاث من أساليب مواجهة الضغوط السلبية من أصل سبعة وهي (الانعزال، العدوان و أسلوب الاسترخاء). كذلك وجدت فروق دالة احصائياً لقيمة إختبار (ت) عند مستوى الدلالة (0.01 و 0.05) في اربع ابعاد لمقياس الذكاء الوجداني بين المتزوجات العاملات والمتزوجات غير العاملات وهذه الأبعاد هي: الوعي بالذات، إدارة الانفعالات، الدافعية و التعاطف وكذلك أكدت النتائج وجود فروقاً في الدرجة الكلية وجميع هذه الفروق لصالح العاملات. كما دلت النتائج على وجود فروق دالة احصائياً في الإستجابات على أساليب من أساليب مواجهة الضغوط الايجابية لصالح العاملات هما أسلوب الايجابية والبحث عن الدعم الاجتماعي، بينما أكدت وجود فروق دالة احصائياً لصالح غير العاملات في الاستجابة على أسلوب البناء المعرفي وكل هذه الفروق كانت عند مستوى دلالة (0.05). بينما لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات استجابات المتزوجات العاملات والمتزوجات غير العاملات في أساليب مواجهة الضغوط السلبية (أبعاد ودرجة كلية). وجاء في توصيات الدراسة بإعداد برامج ارشادية لتنمية الذكاء الانفعالي للمتزوجات العاملات وغير العاملات. وأيضاً الاهتمام بضرورة توفير الوعي المعرفي عن الاساليب الايجابية لمواجهة الضغوط النفسية للمتزوجات غير العاملات.

الكلمات المفتاحية: الذكاء الانفعالي - أساليب مواجهة الضغوط النفسية - المتزوجات العاملات والمتزوجات غير العاملات.

المقدمة

من الملاحظ تفاوت الأفراد بطرق استجاباتهم وتفاعلهم إزاء ما يواجهونه من متطلبات الحياة بما يمتلكونه من قدرات عقلية وانفعالية. ويرى جولمان أن مواجهة الحياة العملية والنجاح فيها يتطلب قدر أكثر من الإمكانيات العقلية المعرفية، وأشار أيضاً إلى الدور الهام الذي يلعبه الذكاء الوجداني في العلاقات الأسرية والزوجية والعلاقات الشخصية وفي العمل والتواصل الاجتماعي وكذلك في جميع مناحي الحياة المختلفة⁽¹⁾.

والذكاء الوجداني لا يقل أهمية أبداً عن الذكاء العام بقدراته المختلفة وكل منهما مكمل للآخر ومتمم له، ويمكننا القول أن الذكاء الوجداني هو شرط مسبق لتطوير وتحقيق قدراتنا العقلية المتنوعة. لذا نحتاج للتعرف على انفعالاتنا وعلى إعطاء مشاعرنا وحاجاتنا الداخلية الوصف المناسب والتسمية الملائمة، مما يفيدنا في تحقيق أهدافنا الحياتية بما يتناسب مع حاجات ومشاعر الآخرين من حولنا⁽²⁾.

وافتقار الفرد لمهارات الذكاء الوجداني يؤدي إلى بروز مشاكل مختلفة ويقلل من كفاءة الفرد في معالجة المطالب والضغوط البيئية بنجاح، لذلك من الضروري تحديد قدرات الذكاء الوجداني عند الأفراد وذلك للتمكن من تطوير هذه القدرات وتأهيلها لمواجهة ومعالجة الضغوط النفسية التي يتعرض لها الفرد^(3, 4).

ومن ناحية أخرى يرتبط الذكاء الوجداني بالعمليات المعرفية، ويتضمن تمييز الانفعالات والاستدلال

أنفال بنت محمد عمر بن تاج الدين جاوي

بالمعلومات الانفعالية ، ومعالجة المعلومات المرتبطة بالانفعالات كمظهر عام للقدرة على حل المشكلات ، وهناك أيضا الذكاء الدافعي الذي يتضمن فهم الدوافع ومظاهرها والمعرفة الضمنية المرتبطة بالدوافع، وكذلك القدرة على وضع الأهداف الإيجابية والمرنة وتحقيقها⁽⁵⁾ .

كما أن الجوانب المعرفية والقدرات العقلية وحدها لا تعد فرداً قادراً على مواجهة الحياة وما يجري فيها من تقلبات وصراعات ومؤثرات تصادفه⁽⁶⁾ .

ويعد مفهوم الذكاء الوجداني من المفاهيم التكاملية الحديثة التي سادت الأوساط العلمية لتفعيل التدخل النفسي في ميادين الحياة المختلفة لرفع مستوى الكفاءة الاجتماعية وزيادة الكفاية الذاتية للأفراد في تعاملاتهم الشخصية والاجتماعية من خلال فحص مستوى الذكاء الانفعالي وعمل البرامج الإرشادية ، وحيث وصف الذكاء الوجداني بأنه قدرة الفرد على التعرف على دلالة انفعالاته وتحديدها وفهمها جيداً وتنظيمها واستثمارها لفهم مشاعر الآخرين ومشاركتهم وجدانياً وتحقيق النجاح في التعايش والتواصل معهم، وتنظيم العلاقات الشخصية المتبادلة والمهارات الاجتماعية، وتحقيق الصحة النفسية والتوافق مع النفس والآخرين والبيئة المحيطة⁽⁷⁾ . بُني ماتقدم على أن الضغوط النفسية ترتبط بالتغيرات الكبيرة الواسعة في الحياة والتي تتضمن أوقات الفراغ، وزيادة المسؤوليات، والنقد، والخوف من الفشل.

إن الزوجات كغيرهن من أفراد الأسرة والمجتمع يتعرضن للكثير من الضغوط، الأمر الذي يؤدي إلى تعرضهن لدرجات متباينة من الانفعالات السلبية التي تظهر عندما تواجههن مشكلات تهدد استقرارهن وفعاليتهم في مواجهة هذه المشكلة ، فواقع الحياة والنجاح فيها يتطلب مهارات وقدرات انفعالية وشخصية واجتماعية أكثر من القدرات الأكاديمية والمعرفية⁽⁴⁾ .

وفي هذا البحث تم دراسة الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من المتزوجات العاملات وغير العاملات بمدينة جدة، على اعتبار أن المرأة هي نصف المجتمع وباعتبارها عنصر مؤثر وفاعل فيه.

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها :

نظراً لأهمية استقصاء الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط لدى المتزوجات العاملات وغير العاملات ومن خلال اطلاع الباحثة على الأدبيات والدراسات السابقة التي أكدت على أن الذكاء الوجداني يرتبط ارتباطاً موجباً بالتوافق المهني للمعلم كما جاء في دراسة للسماذوني⁽⁸⁾ ، كما توصلت نتائج دراسة طيب⁽⁹⁾ إلى وجود العديد من العمليات التي يقوم بها المدير والقائد التربوي مستمدة من الذكاء الوجداني مثل اتخاذ القرار والتفويض. وأن المدير التربوي المتسم بالذكاء الوجداني تكون نتائجه إيجابية دائماً في العمل ويسير نحو الوجهة السليمة وأن الذكاء الوجداني مهارة إدارية راقية وأداة يجب أن تتوفر لدى المدير التربوي. كما تناولت الدراسات السابقة موضوع أساليب مواجهة الضغوط التي يتعرض لها الأفراد وأكدت بعضها على أن الأساليب الإيجابية أكثر استخداماً من الأساليب السلبية لدى أفراد العينة العاملين في مصنع كما جاء في دراسة الضريبي⁽¹⁰⁾ . وقد الجدير لوظيفة الأبحاث العربية التي ربطت بين الذكاء الانفعالي وأساليب مواجهة الضغوط سواء في البيئة العربية عموماً أو في المملكة العربية السعودية خصوصاً. ولذلك جاء اهتمام الباحثة بدراسة منطقة جدة على اعتبارها ثاني أكبر المدن السعودية - من حيث الحجم والكثافة السكانية - وحيث بلغ عدد العاملات الإناث 369.461 عاملة سنة 1437 هـ في محافظة مكة المكرمة (الهيئة العامة للإحصاء)⁽¹¹⁾ ، إضافة إلى أن عمل المرأة "المواطنة" يزداد بشكل ملحوظ في جميع المجالات باختلاف مؤسسات العمل الحكومية أو الأهلية ، وحتى على مستوى سيدات الأعمال وصاحبات المشاريع الخاصة. ولما كانت المرأة العاملة تتعامل مع شرائح مختلفة من المجتمع في مجال عملها سواء من الزميلات والعميلات أو الطالبات فمن المتوقع أنها تتمتع بدرجة أعلى من مثيلاتها غير العاملات في تنظيم انفعالاتها وفهمها جيداً وفي اتصالها مع الآخرين بنجاح. وفي ظل ما تتعرض له المرأة العاملة من ضغوط سواء في بيئة العمل أو في بيئة المنزل على اعتبار أنها زوجة وأم لها دورها العائلي المتطلب منها القيام به. بناء على ماسبق ظهر التساؤل التالي: هل هناك علاقة بين الذكاء الانفعالي وبين أساليب مواجهة الضغوط لدى المتزوجات العاملات وغير العاملات.

لذلك تتحدد مشكلة الدراسة في محاولة الإجابة على التساؤلات التالية:

1. هل توجد علاقة بين الذكاء الانفعالي وأساليب مواجهة الضغوط الإيجابية لدى المتزوجات العاملات وغير العاملات ؟
2. هل توجد علاقة بين الذكاء الانفعالي وأساليب مواجهة الضغوط السلبية لدى مجموعة المتزوجات العاملات وغير العاملات ؟
3. هل توجد فروق في الذكاء الانفعالي بين المتزوجات العاملات وغير العاملات؟
4. هل توجد فروق في أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية بين المتزوجات العاملات وغير العاملات؟
5. هل توجد فروق في أساليب مواجهة الضغوط السلبية بين المتزوجات العاملات وغير العاملات؟ .

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

1. التحقق من وجود علاقة بين الذكاء الانفعالي وأساليب مواجهة الضغوط الإيجابية لدى المتزوجات العاملات

الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من المتزوجات العاملات وغير العاملات بمدينة جدة

- وغير العاملات.
2. التحقق من وجود علاقة بين الذكاء الانفعالي وأساليب مواجهة الضغوط السلبية لدى مجموعة المتزوجات العاملات وغير العاملات.
 3. الكشف عن وجود فروق في الذكاء الانفعالي بين المتزوجات العاملات والمتزوجات غير العاملات.
 4. الكشف عن وجود فروق في أساليب مواجهة الضغوط الايجابية بين المتزوجات العاملات وغير العاملات.
 5. الكشف عن وجود فروق في أساليب مواجهة الضغوط السلبية بين المتزوجات العاملات وغير العاملات.

أهمية الدراسة:

تظهر أهمية الدراسة الحالية في جانبين النظري والتطبيقي:

أولاً: الأهمية النظرية: وتكمن في أهمية المتغيرات التي تتناولها الدراسة وتشمل:

- 1 - مفهوم الذكاء الانفعالي وقياسه كسمة من سمات الشخصية التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بأداء الشخص في المواقف الاجتماعية ومن ضمنها المواقف في العمل وقدرة الفرد على مواجهة الضغوط واستخدام الأساليب الأكثر فاعلية في مواجهتها.
- 2 - المرأة قطب رئيسي في الأسرة وفي عملها؛ فهي المرسل الذي يرسل المعلومات والخبرات أحياناً، وهي المستقبل للمعلومات والخبرات في أحيان أخرى، ولذا عليها أن تخلق جو التفاعل الإيجابي، لاسيما وأن عمل المرأة له علاقة بنوعية أساليب مواجهة الضغوط وهل تمارسه السيدة بشكل مختلف عن أقرانها المتزوجات غير العاملات؟ وما إذا كانت مواجهتها لشريحة مختلفة في المجتمع له تأثير مختلف على درجة تأثر ذكائها انفعالياً بحكم خبرة العمل.
- 3 - العمل من أهم المجالات التي قد تم تناولها من قبل المهتمون بالذكاء الانفعالي حيث أن الذكاء الانفعالي يعد مطلباً رئيسياً لتحقيق النجاح في العمل، وأشار جولمان (1، 3) من خلال مراجعة الدراسات التي تم إجراؤها على (500) مؤسسة ومنظمة، إن الأشخاص الذين سجلوا درجات عالية على مقياس الذكاء الانفعالي يمتلكون مهارات شخصية واجتماعية ولديهم ثقة بالنفس أكثر من زملائهم الذين حصلوا على درجات أقل .
- 4 - الضغوط وأساليب مواجهتها حيث أن الحياة والنجاح فيها يتطلب مهارات وقدرات انفعالية وشخصية واجتماعية للتعامل معها لمواجهة هذه الضغوط ومدى تأثير الذكاء الانفعالي على أساليب هذه المواجهة.
- 5 - علاقة الذكاء الانفعالي لدى الزوجات العاملات وغير العاملات بأساليب مواجهة الضغوط، والتعرف على قدرات الذكاء الانفعالي لدى الزوجات العاملات وغير العاملات. وتمثل هذه القدرات أساساً لمواجهة الضغوط في الحياة اليومية وعلى رأسها العمل الذي يتطلب علاقات اجتماعية ومهارات وقدرات مثل القدرة على قراءة مشاعر الآخرين وفهم دوافعهم وأفكارهم، والتواصل معهم والقدرة على التعاطف مع الآخرين من خلال الاهتمام بمشاعرهم، وتفهم معاناتهم والأمهم، ومساندتهم ومشاركتهم في المواقف التي تتطلب ذلك، وبناء علاقات جيدة بين الفرد والآخرين، والتأثير الإيجابي بهم وإقامة علاقات اجتماعية ناجحة معهم (6).

ثانياً: الأهمية التطبيقية : تكمن أهمية الدراسة التطبيقية في أهمية المتغيرات التي تتناولها وتشمل:

- 1 - المساهمة في وضع برامج إرشادية لتحسين مستوى الذكاء الانفعالي لتطوير المهارات الاجتماعية وكيفية استخدام الأساليب الناجحة لمواجهة الضغوط والتي أصبحت ضرورة ملحة في ظل التغيرات الاقتصادية والاجتماعية المتسارعة .
- 2 - تحديد الاحتياجات التدريبية لتدريب المرأة على كيفية توظيف قدرات الذكاء الانفعالي في مواجهة الضغوط النفسية؛ مما يعين المختصين في هذا المجال عمل دورات تدريبية تهدف لضبط الانفعال و التعامل بذكاء معه على القدر الذي يمكن المرأة من الاستفادة القصوى من إمكانياتهن في مواجهة أعباء الحياة والعيش في سلام وأمن نفسي واستقرار يحفز على النجاح والتواصل الاجتماعي بشكل مثمر.

مصطلحات الدراسة :

الذكاء الانفعالي Emotional Intelligence:

يعرف بأنه "قدرة الفرد على الوعي بمشاعره ، انفعالاته وضبطها وإدارتها ، والوعي بمشاعر الآخرين وانفعالاتهم ومساعدتهم على توجيهها والتحكم فيها والتعاطف معهم وحل الصراعات (12).

وتعرف الباحثة الذكاء الانفعالي إجرائياً بأنه " الدرجة التي تحصل عليها المفحوصة في مقياس الذكاء الوجداني المستخدم في الدراسة " .

أساليب مواجهة الضغوط Stress Coping Styles :

تُعرف أساليب المواجهة بأنها "مجموعة من النشاطات يقوم بها الفرد سلوكية أو معرفية يسعى من خلالها لمواجهة الموقف الضاغطة لحل المشكلة أو التخفيف من التوتر الانفعالي المترتب عليها⁽¹³⁾ .

وتعرف الباحثة أساليب مواجهة الضغوط إجرائياً : "بأنها الدرجة التي تحصل عليها المفحوصة في مقياس أساليب مواجهة الضغوط المستخدم في الدراسة " ، والذي يتكون من أربع عشر أسلوباً وتشمل أسلوب الإيجابية ، أسلوب ضبط النفس (الذات) ، أسلوب البحث عن الدعم الإيجابي ، أسلوب تحمل المسؤولية، حل المشكلات بالتخطيط ، أسلوب تنظيم الوقت ، أسلوب البناء المعرفي ، أسلوب تجنب الموقف و التحول الموقف عنه ، أسلوب الانعزال ، أسلوب ممارسات عادات معينة ، أسلوب العدوان ، أسلوب الاسترخاء ، أسلوب وسائل الدفاع ، أسلوب الاقتصار على الممارسات الدينية "التدين التفاعلي" .

المتزوجات العاملات :

وهن فئة من العينة المستهدفة في هذه الدراسة ، وهن النساء المتزوجات وتتراوح أعمارهن بين (20) عاماً فأكثر ، وهن اللواتي يخرجن للعمل اليومي في المؤسسات الحكومية او المؤسسات الخاصة أو العمل الخاص .

المتزوجات غير العاملات :

وهن فئة من العينة المستهدفة في هذه الدراسة ، وهن النساء المتزوجات وتتراوح أعمارهن بين (20) عاماً فأكثر ، وهن اللواتي لا يخرجن للعمل اليومي.

الاطار النظري :

المبحث الأول : الذكاء الانفعالي

عُني علماء النفس بدراسة الذكاء الانفعالي في الوقت الراهن بسبب انتشار الكثير من مظاهر الفشل والانحراف والعنف، وتضاعفت أعداد الجرائم والنزاعات والحروب. وهكذا برزت أهمية الذكاء الانفعالي كقوة مسيطرة على قدرات الفرد إيجاباً وسلباً. كما انتشرت في السنوات الأخيرة العديد من الأبحاث العلمية والتربوية تمحورت حول أنظمة الانفعالات وبرمجتها، مرتبطة بتفكير الفرد وتفعيل مهاراته للوصول إلى وعي حقيقي بالذات وإدارتها في المواقف الصعبة، كما وتسهم لغة الذكاء الانفعالي في هندسة الانفعالات وتفعيل مسارات حيويتها من خلال التوافق مع الذات والآخرين، لتنتج التفكير الخلاق، والإبداع في الحياة، وهي من مكتسبات الاتجاهات السيكلوجية الحديثة⁽¹⁴⁾ . كما أن حركة علم النفس في بداياتها؛ كانت ترفض كل الانفعالات، ولا تعترف إلا بلغة العقل والمعرفة، ولكن في عصر الحداثة و التقنية التي تتعامل بلغة مواكبة العصر، أضحت الاهتمام بالاتجاهات السيكلوجية الحديثة متطلباً أساسياً يعني بتعميم برامج التحكم في الانفعالات وتفعيلها إيجابياً بممارسة مهارات الذكاء الانفعالي، لدى الفرد بفكره وحياته، وبذلك يحمي المجتمع من العدوانية، وأحداث العنف التي أخذت تعصف في العالم أجمع بل أن الوجدان والتفكير عمليتان متداخلتان ومتكاملتان. كما أكدت الدراسات المتعلقة بمسيرة العلماء والعباقرة، أن نجاحهم لا يأتي لكونهم أذكاء فحسب، وإنما لأنهم يتميزون بذكاء وجداني متميز وعميق⁽¹⁵⁾ .

إن مفهوم الذكاءات الإنسانية له جذوره التاريخية الراسخة وكان من أحدث أنواع الذكاءات التي ظهرت في مجال علم النفس هو مفهوم الذكاء الوجداني، نظراً للتطور المواكب للعصر الحديث ، والذي فرض رؤية غير تقليدية لمفهوم الذكاء⁽¹⁶⁾ ، وما يتطلبه الفرد من قدرات عقلية ومهارات انفعالية لحل المشكلات التي تواجهه والتأثير على الأفراد الآخرين.

حيث يشير⁽¹⁷⁾ إلى أن أصول الذكاء الوجداني تعود إلى القرن الثامن عشر، حيث قسم العلماء العقل إلى ثلاثة أقسام هي:

-القسم الأول: المعرفة (cognition): ويشتمل على وظائف مثل الذاكرة والتفكير واتخاذ القرار ومختلف العمليات المعرفية وما ينبثق منها.

-القسم الثاني: العاطفة (Affect): ويشمل الانفعالات والنواحي المزاجية والتقويم ومختلف المشاعر مثل الفرح والسرور والغضب والإحباط والخوف والقلق وعدم التحمل، وأبسط شكل للانفعالات ما يسمى باللون الانفعالي للأحاسيس.

وتجد الباحثة أن الذكاء الانفعالي يربط كل من القسم الأول والثاني بطريقة أو بأخرى، أي أنه متغير مندمج بين المعرفة والعاطفة أي أن تكاملهما هو (الانفعال).

-القسم الثالث: الدافعية (Motivation): تشير الى الدوافع البيولوجية أو المتعلمة الأهداف التي يسعى الفرد لتحقيقها. ومن المفاهيم المقترحة في هذا المجال "الذكاء الدافعي" Motivational intelligence وذلك من وجهة نظر ماير وجيهر، في تقسيمهما للذكاء إلى ثلاثة أنواع هي: ذكاء معرفي، وذكاء انفعالي وذكاء دافعي،

الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من المتزوجات العاملات وغير العاملات بمدينة جدة

والأنواع الثلاثة مرتبطة ببعضها بدرجة ما. وتتفاعل الدوافع مع الانفعالات عندما تعمل الحاجات المحبطة إلى زيادة الغضب والعدوان (18).

كان أول من قدم مسمى الذكاء الانفعالي (emotion entelligence) ماير وسالوفى، وهو عبارة عن قدرة الفرد على تقييم مشاعره وانفعالاته ومشاعر وانفعالات الآخرين والتمييز بينهما واستخدام ذلك في توجيهه لسلوكه وانفعالاته (19).

ويرى جورج (20) بأن الذكاء الوجداني هو القدرة على إدراك المشاعر من خلال التفكير وفهم المعرفة الانفعالية وتنظيم المشاعر بحيث يستطيع الفرد التأثير في مشاعر الآخرين.

عرف كل من ديولكس وهيكس الذكاء الوجداني بأنه معرفة الفرد مشاعره وكيفية توظيفها من أجل تحسين الأداء وتحقيق الأهداف التنظيمية، مصحوبة بالتعاطف والفهم لمشاعر الآخرين مما يؤدي إلى نجاح العلاقات معهم (21).

ومن خلال ما تقدم وفي ضوء الدراسة الحالية تعرف الباحثة الذكاء الانفعالي بأنه: "قدرة الفرد التعرف على مشاعره وانفعالاته وفهمها وتنظيمها والتحكم في توجيهها بشكل منظم يتوافق و الظروف المحيطة به مع إدراكه لمشاعر الآخرين وانفعالاتهم وفهمها والتعامل معها بإيجابية لمساعدتهم على ضبطها وتوجيهها وتنظيم تلك العلاقات المتبادلة بينه وبينهم" كما ترى الباحثة أنه لا يوجد فرق بين بعض المترادفات ومصطلح "الذكاء الانفعالي" كذكاء المشاعر و الذكاء الوجداني حيث تصب جميعها في مصب واحد.

نظريات الذكاءات المتعددة :

أ - نظرية ابو حطب الذكاءات المتعددة:

- عرض أبو حطب (22) نموذجه في الذكاءات يتألف من سبعة فئات، هي:
- 1 - الذكاء الحسي- Sensory يرتبط هذا الذكاء بأنشطة متخصصة للحواس المختلفة، فهناك ذكاء بصري، وذكاء سمعي.
 - 2 - الذكاء الحركي- Motor يتضمن هذا النوع من الذكاء الأفعال والحركات الأساسية كالانتقال المكاني والمعالجة، وكذلك حركات التآزر والمهارات الحركية الدقيقة، والاتصال الحركي.
 - 3 - الذكاء الإدراكي- Perceptual ويشمل الأشكال، قد تكون (بصرية) شكل، حجم، لون، أو سمعية موسيقية كاللحن والإيقاع وأصوات الكلام، أو لمسية، أو من نوع الإحساس الحركي.
 - 4 - الذكاء الرمزي- Symbolic - ويتمثل في الحروف الأبجدية أو الأعداد أو المقاطع الأصوات الكلامية و التدوين الموسيقي وغيرها من عناصر التشفير.
 - 5 - الذكاء السيمانتني- Semantic ويتمثل في الأفكار والمعاني سواء كانت في صور لغوية أو غير لغوية صور ذات معنى.
 - 6 - الذكاء الشخصي- Personal ويشتمل على المعلومات الشخصية التي تتعامل مع ما يتضمن الوعي بالذات
 - 7 - الذكاء الاجتماعي- Social ويتعامل مع المعلومات التي تتضمن الوعي بالآخرين، وتشمل العلاقات النفسية، والإدراك الاجتماعي وإدراك الأشخاص.

ب - نظرية جاردر في الذكاءات المتعددة :

أشار جاردر (23) إلى القائمة التي دحض بها فكرة الذكاء العام وتشتمل القائمة على مايلي:

- 1 -الذكاء اللغوي Linguistic intelligence: يشتمل الذكاء اللغوي على حساسية الفرد للغة المنطوقة والمكتوبة، والقدرة على تعلم اللغات، واستعمال اللغة في تحقيق بعض الأهداف كالقدرة على التعبير بشكل بلاغي أو شاعري. ونجد أن الكتاب والشعراء والمحامون والخطباء يمتلكون هذا النوع من الذكاء بشكل كبير.
- 2 -الذكاء المنطقي الرياضي- Logical-mathematical intelligence : يشتمل الذكاء المنطقي الرياضي على القدرة على تحليل المشكلات منطقيًا، وتنفيذ العمليات الرياضية، ومتابعة القضايا علميًا. وكذلك القدرة على اكتشاف الأنماط والاستنتاج والتفكير المنطقي. هذا النوع من الذكاء يرتبط غالبًا بالعلوم والتفكير الرياضي
- 3 -الذكاء الموسيقي- Musical intelligence: يتضمن الذكاء الموسيقي مهارة في الأداء، وتركيب وتذوق الأنماط الموسيقية، وأيضا القدرة على التعرف وإعداد الدرجات الموسيقية والنغمات والإيقاعات.
- 4 -الذكاء الجسمي الحركي- Bodily-kinesthetic intelligence:

أنفال بنت محمد عمر بن تاج الدين جاوي

يستلزم الذكاء الجسمي الحركي إمكانية استخدام كامل الجسم أو أجزاء منه لحل المشكلات، والقدرة على استخدام القدرات العقلية لتنسيق حركات الجسم. ويرى جاردنر أن النشاط العقلي والطبيعي ذو علاقة بهذا النوع من الذكاء.

5- الذكاء المكاني - Spatial intelligence:

يشتمل الذكاء المكاني على إمكانية التعرف واستعمال الأماكن المفتوحة، وكذلك المساحات المحصورة.

6- الذكاء بين الشخصي (الاجتماعي) - Interpersonal intelligence

الذكاء بين الشخصي يهتم بالقدرة على فهم نوايا ودوافع ورغبات الآخرين، أنه يسمح للجميع للعمل بفاعلية مع الآخرين. فالمربون ومدربو المبيعات ورجال الدين والقادة السياسيون والمستشارون يحتاجون إلى شكل متطور من هذه الذكاءات.

7- الذكاء الشخصي (الذاتي) - Intrapersonal intelligence

يستلزم الذكاء الشخصي الذاتي القدرة على فهم الذات، وتقدير الأفراد من حيث المشاعر والدوافع. ومن وجهة نظر جاردنر "الابد وأن نمتلك نموذج عملي فعال عن أنفسنا، بحيث نكون قادرين على استعمال المعلومات في حياتنا.

الذكاء الوجداني و عمل المرأة:

هناك دراسات أكدت على وجود علاقة بين الذكاء الانفعالي وتأثيره على العمل مثل دراسة⁽²⁴⁾ التي أكدت وجود علاقة بين الذكاء الانفعالي ونجاح الأفراد في الحياة العملية، كما تم التأكيد على أن الذكاء العام بمفرده لا يضمن تحقيق النجاح وإنما يكمن النجاح في دمج العقل والشعور بحيث يؤدي هذا الدمج إلى إحداث تناغم بين الانفعالات والتفكير والذي بدوره يعمل على نجاح الفرد في مجالات الحياة المختلفة. إن الكفاءة المهنية التي يتصف بها بعض العاملين لا يمكن تعيلها إلى الذكاء المجرد فقط أي بالمعنى التقليدي للذكاء وإنما يعود ذلك إلى توفر صفات ومهارات تتعلق بالمشاعر والانفعالات التي يمتلكونها. ومما لا شك فيه أن نجاح الفرد وتفوقه الأكاديمي يتوقف على عدة عوامل ثقافية واجتماعية وصحية ونفسية، إلا أن الانفعالات تعتبر عاملاً رئيساً، وقد أعطى جولمان⁽⁶⁾ مجموعة من المهارات الانفعالية والاجتماعية التي تميز مرتفعي الذكاء الانفعالي، وتشمل: الوعي بالذات والتحكم في الاندفاعات، و المثابرة، والحماسة، والدافعية الذاتية، التقمص العاطفي، واللياقة الاجتماعية. وأن انخفاض تلك المهارات الانفعالية والاجتماعية لا يكون في صالح تفكير الفرد أو نجاحه في تفاعلاته المهنية، كما يتسم الذكور ذوي الذكاء الوجداني المرتفع بالمتزنين اجتماعياً، ويتميزون بالصراحة والمرح، ولا يميلون إلى الاستغراق في القلق، ويتمتعون بالقدرة على الالتزام بالقضايا، وتحمل المسؤولية، وبناء العلاقات مع الآخرين وهم ذوي اخلاق كما أن حياتهم الانفعالية حياة مناسبة، ويشعرون بالرضا عن أنفسهم وعن الآخرين وعن المجتمع الذي يعيشون فيه، أما الإناث ذوات الذكاء الانفعالي المرتفع فيعبرن عن مشاعرهن بصورة مباشرة، ولديهن الثقة العالية بالنفس، ووجود الحياة له معنى، وأنهن يتمتعن بالكفاءة الاجتماعية، ولديهن التكيف مع الضغوط النفسية، ويمتلكن القدرة على التوازن الاجتماعي، وتكوين علاقات جديدة⁽⁶⁾. كما أختلفت نتائج الدراسات حول وجود فروق بين الجنسين في الذكاء الانفعالي حيث جاءت بعضها لصالح الإناث منها نتائج دراسة المصري⁽²⁵⁾ وكذلك دراسة علوان⁽²⁶⁾ والتي أكدت على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإناث لدى طلبة جامعة الحسين، وجاءت بعض نتائج الدراسات بوجود فروق بين الجنسين في الذكاء الانفعالي لصالح الذكور منها نتائج دراسة الديدي⁽⁷⁾ و دراسة أوبراسين⁽²⁷⁾.

وترى الباحثة أن الأدوار الاجتماعية المختلفة للمرأة تفرض عليها مسؤوليات تكسبها مهارات للتعامل معها سواء دورها كزوجة غير عاملة أو كزوجة عاملة، فكلتا الحالتين لها ظروفها الخاصة ومتطلباتها والتي تشكل لديها مهارات الذكاء الانفعالي منذ نعومة أظفارها تبعاً لطبيعة دورها الاجتماعي وتكوينها النفسي الذي يسهم بجعلها أكثر وعياً بذاتها وتستطيع قيادة انفعالاتها لتحقيق التوازن النفسي والتوازن في تعاملها مع الآخرين من خلال تلك المهارات المكتسبة. ومن وجهة نظر الباحثة أن المملكة العربية السعودية تشهد طفرة في التغيرات من جميع النواحي منها الاجتماعية والاقتصادية خصوصاً فيما يتعلق بتنمية أدوار المرأة وذلك وفقاً لرؤية المملكة عام 2030 والتي تسعى جاهدة فيها إلى تطور منظومة حياة أفراد المجتمع بأكثر فعالية ممكنة مما سيؤثر إيجاباً على المجتمع في المملكة، ومن ضمن أهداف هذه الرؤية هو تحقيق مكانة فعالة للمرأة خاصة فيما يتعلق في مجال عملها وتمكينها للقيام بأدوارها المختلفة داخل المجتمع مترامنة مع المجالات التي ستتاح لها في المستقبل القريب، وهذا يتطلب منها الجاهزية المناسبة لتلقي هذه المسؤولية وتحقيقها بكفاءة عالية وذلك من خلال التمكين من تنمية مهارات الذكاء الوجداني واستخدام أساليب مواجهة الضغوط بأداء يتناسب مع متطلبات المرحلة القادمة.

المبحث الثاني: أساليب مواجهة الضغوط النفسية Coping Styles :

بدأ الاهتمام بدراسة موضوع أساليب مواجهة الضغوط النفسية منذ العقود الأربعة فقد عرفها موس⁽²⁸⁾ بأنها "مجموعة من أنماط السلوك الكيفية والمتعلمة والتي تتطلب عادة بذل الجهد، وتحدد الحاجة، وتستهدف حل المشكلة، كما يمكن السيطرة عليها وكفها أو قمعها، وبالتالي فهي تستخدم بمرونة كافية كلما تطلب الموقف الضاغط." ويرى ولمان⁽²⁹⁾ أن أساليب مواجهة الضغوط عبارة عن: مجموعة من الوسائل التي تيسر التكيف مع البيئة ومواقفها

الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من المتزوجات العاملات وغير العاملات بمدينة جدة

الضاغطة بغرض تحقيق هدف أو بعض الأهداف. أو هي مجموعة العمليات التي يستخدمها الفرد في تعامله مع المواقف المهدة بهدف مساعدته للتخفيف من التوتر الانفعالي المترتب عليها ، والاحتفاظ بالتوافق النفسي ومنع الاثار السلبية الناتجة عن مثل هذه المواقف⁽³⁰⁾.

بينما يرى الطرييري⁽³¹⁾ أن العمليات التي يواجه بها الفرد المواقف الضاغطة من الممكن أن تأخذ صورتين:

1. الصورة الأولى : هي عملية التكيف مع الوضع الضاغط بما يعرف Adaptation والتي هي عبارة عن عمليات وإجراءات روتينية يعمد الفرد إلى مزاولتها وعادة ما تكون هذه العمليات أوتوماتيكية ومتكررة ، وأسلوباً ثابتاً يزاوله الفرد في مثل هذه المواقف.
2. أما الصورة الثانية : فهي عملية المواجهة تعرف Coping وهي عبارة عن إجراءات يتخذها الفرد من أجل حل المشكلة التي تواجهه ، ومن ثم العودة إلى الوضع الانفعالي الطبيعي، وعادة ماتكون هذه الإجراءات نتيجة عملية تقييم الفرد للموقف الذي يمر به اكثر من كونها صفة ثابتة أو إجراءات روتينية إذاً يمكن القول إن عملية مواجهة المشكلة والبحث عن حل لها ستكون أجدى من عملية التكيف مع المشكلة أو إصلاح الوضع والتي قد تؤدي إلى استمرار المشكلة على ماهي عليه دون إيجاد حل لها ولو قرر الفرد المواجهة للضغط من خلال استراتيجية التقليل من إدراكه لعوامل الضغط والحد من ردود فعله نحو هذه العوامل الضاغطة فإنه يعمد إلى مجموعة من الإجراءات ذات العلاقة بالفرد وهي :

- 1 - زيادة مهارات الفرد العملية.
- 2 - زيادة مهارات التفاعل الوجداني.
- 3 - زيادة الدعم الاجتماعي.
- 4 - تعديل السلوك.

ولغنى الحياة المعاصرة بالتغيرات المتسارعة كماً وكيفاً تتنوع معها مصادر التوتر والضغط النفسي التي يواجهها الأفراد منهم المرأة العاملة وغير العاملة ، والتي قد تعيق مسار حياتهم ، وتجعلهم معرضين لأعراض نفسية كالقلق والاكتئاب إلا أنه من الملاحظ أن هناك نمطاً من الأفراد يظهر عليهم مقاومة الضغوط من حيث أنه لا يبدو عليهم سوى أعراض خفيفة من التوتر والألم النفسي بالرغم من وقوعهم تحت مستويات عالية من الضغط مقارنة بأخرين ذوو ظروف مشابهة ولكنهم يصابون بالمرض⁽³²⁾.

وظهر في الأونة الأخيرة اقتناع بضرورة الاهتمام بدراسة هذه العمليات ومعرفة الأساليب التي يستطيع الفرد من خلالها مواجهة الضغوط بنجاح من خلال حياته وإيجاد أساليب مواجهة أكثر إيجابية ويطلق عليها (Coping)⁽³⁰⁾.

أدوار المرأة العاملة والضغط النفسي :

نتيجة لاختلاف دور المرأة في المجتمع العربي عموماً وبشكل جذري أصبحت تشارك أسرتها في المسؤولية وعليها تحمل أعباء مشتركة جنباً إلى جنب مع أفراد عائلتها مهما اختلفت أدورها الاجتماعية لذلك نجد أن هذه التغيرات المتسارعة تلقي بظلالها على تغير حياة المرأة وتأثيراتها على تفاعلاتها مع الآخرين وأصبحت في الأونة الأخيرة مصدر إهتمام للدراسات النفسية والاجتماعية حيث أنه مما لا شك فيه ظهور بعض الأعراض الجسمية والنفسية نتيجة لهذه الضغوط النفسية الناتجة عن تعدد الأدوار وتشابكها وعلى الرغم من احتفاظ المرأة العاملة لأدوارها السابقة كزوجة وأم وربة منزل وتعدد مسؤولياتها وتنوعها وبالتالي تعدد متطلبات كل دور يجعلها عرضة لعدد من الصراعات منها القلق والخوف والصراع العاطفي والتأزم النفسي والإرهاق⁽³³⁾.

في ضوء ماتقدم ترى الباحثة أن أساليب مواجهة الضغوط عبارة عن طرق وأساليب يستخدمها الفرد عند وجود تهديدات أو مواقف ضاغطة للعمل لتساعده على إعادة التوازن والتكيف مع الحدث وفق سلوكيات متعلمة مما يجعل للخبرة أثر في ذلك.

ولا شك أن الذكاء الانفعالي يلعب دوراً هاماً في قدرة الفرد على المواجهة للضغوط والصراعات التي تواجهه في الحياة ، وقد أشار⁽³⁴⁾ إلى أن هناك ارتباط قوى بين القدرة على التعامل مع المشاعر الذاتية والقدرة على التعامل مع مشاعر الآخرين ، وأن الأفراد ذوي الذكاء الوجداني المرتفع لديهم قدرة أكبر على التعامل مع الصراعات والوصول الي حلول جماعية أما الذين لا يسيطرون على عواطفهم يستخدمون العنف أو التجنب لحل الصراعات. وترى الباحثة أن عمل المرأة زاد من مسؤولياتها فبعد أن كان دورها الاهتمام بالأسرة وتربية الأبناء والإهتمام بالأعمال المنزلية التقليدية والتي كانت تشغل حيزاً كبيراً من وقتها، شغلت دوراً لا يقل أهمية في بناء المجتمع ولكن بشكل أو بآخر له تبعاته التي سيكون لها الأثر في حياتها وسيظهر في تواصلها مع الآخرين ليكون دلالة على قدرتها على التكيف ونجاحها من خلال التعامل مع الضغوط المختلفة في المنزل والعمل بأساليب تتسم بالمرونة والإيجابية من خلال توجيه الانفعالات والتحكم بها بما يتناسب مع المواقف الضاغطة التي تواجهها ، أي أن لهذه الضغوط نتائج قد تكون إيجابية بقدر ذكائها الانفعالي فتكون بمثابة حافز للتكيف والإبداع، أو تكون ذات طابع سلبي وهنا يستوجب على الفرد والأسرة وجهة العمل خلق استراتيجيات وسبل فعالة للبقاء على مستوى مناسب من الصحة النفسية والإيجابي للضغط النفسي.

أنفال بنت محمد عمر بن تاج الدين جاوي

الدراسات السابقة:

هدفت دراسة سرور (35) إلى التعرف على تباين مواجهة الضغوط بتباين مستوى الذكاء الوجداني (مرتفع، منخفض) وقد تكونت عينة الدراسة من (526) طالبا وطالبة. وأوضحت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي مستويات الذكاء الوجداني المختلفة في مهارات مواجهة الضغوط، وذلك لصالح الطلبة ذوي مستوى الذكاء الوجداني المرتفع. كما أظهرت النتائج وجود دلالة إحصائية بين مستويات الذكاء الوجداني والنوع على مهارات مواجهة الضغوط، في حين لم يظهر وجود أثر دال إحصائياً بين مستويات الذكاء الوجداني والنوع على مهارات مواجهة الضغوط. وأشارت دراسة حسن (36) إلى محاولة الكشف عن علاقة الضغوط النفسية بالذكاء الوجداني، والتعرف على الفروق بين هذه المتغيرات وفقاً لعوامل البلد والجنس، وتم استخدام مقياسي الضغوط النفسية والذكاء الوجداني، تم تطبيقهما على عينة تألفت من (1000) طالباً وطالبة، من طلبة جامعتي صنعاء، والجزائر 2، بمعدل (500) طالباً وطالبة في كل بلد، وأظهرت اهم النتائج عدم وجود علاقة دالة بين الضغوط النفسية والذكاء الوجداني كما لم تظهر النتائج وجود فروق في درجات الذكاء الوجداني يمكن إرجاعها إلى الجنس. فيما هدفت دراسة مزياي (37) إلى محاولة الكشف عن علاقة الذكاء الوجداني بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية عند الأحداث الجانحين من نزل مؤسسات إعادة التربية. والتعرف على فروق في الذكاء الوجداني وإدراك الضغط النفسي وفقاً لكل متغير الجنس (ذكر/أنثى)، والانتكاس (ابتدائي/انتكاسي) وعمر الحدث الجانح. وتكونت عينة الدراسة من (94) حدث جانح من كلا الجنسين يتواجدون في مؤسسات إعادة التربية لأربع ولايات من ربوع الجزائر وتتراوح اعمارهم ما بين 14-17 عام. وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً بين درجة إدراك الضغط النفسي وموجبة ودالة إحصائياً بين درجة إدراك الضغط النفسي واستخدام استراتيجية اتخاذ المسافة. أما بخصوص الاستراتيجيات الأخرى فلم تكن ثمة علاقة دالة. ومن نتائج الدراسة أيضاً عدم وجود علاقة ارتباط دالة بين درجة الذكاء الوجداني ودرجة إدراك الضغط النفسي عند الأحداث الجانحين. كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباط موجبة دالة إحصائياً بين درجة الذكاء الوجداني واستخدام كلا من استراتيجية التصدي واستراتيجية إعادة التقدير الايجابي في حين لم تكن هناك أي علاقة دالة مع الاستراتيجيات الأخرى. وكما بينت الدراسة وجود فروق دالة في درجة إدراك الضغط النفسي حسب متغير الجنس وذلك لصالح الذكور وحسب متغير السن لصالح صغار السن.

منهجية وإجراءات الدراسة

أولاً : منهج الدراسة :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الإرتباطي المقارن للكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي وأساليب مواجهة الضغوط لدى عينة من المتزوجات العاملات والمتزوجات غير العاملات بمدينة جدة.

ثانياً : مجتمع الدراسة :

يشتمل مجتمع الدراسة على المتزوجات العاملات والمتزوجات غير العاملات اللواتي يقمن بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية للعام 1437-1438 هـ وحسب قاعدة البيانات الإحصائية التابعة لوزارة الاقتصاد والتخطيط فإن عدد الإناث- يتضمنها المتزوجات وغير المتزوجات- في منطقة مكة المكرمة- والتي تتبع لها مدينة جدة - موضحة في الجدول (1) :

جدول (1). يوضح توزيع مجتمع الدراسة تبعاً لمتغير العمل

غير عاملات	عاملات
1.791.601	369.461
عدد كل من السكان والإناث العاملات والإناث غير العاملات في منطقة مكة المكرمة عام 1437 هـ	
عدد السكان من سن 15 سنة فأكثر في منطقة مكة المكرمة من عام 1437 هـ الإجمالي 2.161.062	

ثالثاً : عينة الدراسة :

طبقت هذه الدراسة على عينة من الزوجات العاملات وغير العاملات مكونة من (229) زوجة من الزوجات العاملات وغير العاملات، مقسمة الى مجموعة الزوجات العاملات وعددهم (118)، ومجموعة الزوجات غير العاملات وعددهم (111). وقد تم اختيارهن بطريقة عشوائية من موظفات القطاعات المختلفة داخل الحرم الجامعي لجامعة الملك عبدالعزيز في مدينة جدة، وكذلك السيدات غير الموظفات اللواتي قُمن بزيارة الحرم الجامعي في وقت ما تواجدت به الباحثة.

الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من المتزوجات العاملات وغير العاملات بمدينة جدة

رابعاً : أدوات الدراسة :

استخدمت الباحثة مقياس الذكاء الوجداني المطور من قبل الخولي (16). ويتكون المقياس من (36) عبارة مقسمة لخمس مجالات، وهي الوعي بالذات، إدارة الانفعالات، الدافعية، التعاطف، المهارات الاجتماعية. ويتكون كل مجال من هذه المجالات من (36) عبارة، وطريقة تصحيحه وفقاً لتدرج ليكرت حيث تدرج الإجابة على خمس مستويات هي : دائماً - غالباً - أحياناً - نادراً - أبداً ، بحيث تعطى الدرجات على النحو التالي: دائماً = 5 ، غالباً = 4 ، أحياناً = 3 ، نادراً = 2 ، مطلقاً = 1 مع الأخذ في الاعتبار أن هناك عدد من العبارات تصحح في الاتجاه العكسي وقد وضع تحتها خط كما سيأتي لاحقاً لتصبح كما يلي : دائماً = 1 ، غالباً = 2 ، أحياناً = 3 ، نادراً = 4 ، مطلقاً = 5. ويحسب لكل مشاركة من أفراد العينة مجموع كل مقياس فرعي ، ثم يحسب المجموع الكلي للمشاركة على المقياس من خلال جمع المقاييس الفرعية الخمسة للمقياس نفسه بحيث تتراوح الدرجات ما بين (36-180).

صدق المقياس للدراسة الحالية :

قامت الباحثة باستخدام عدة أنواع من الصدق للتأكد من صدق المقياس وهي :

1 - صدق المحكمين :

تم فحص المقياس من جانب الباحثة و عدد من المحكمين المتخصصين في ميدان علم النفس ، و ذلك في ضوء التعريف الإجرائي الانفعالي، و أسفر عن ذلك تعديلات في صياغة ثلاث عبارات من المقياس ، و الجدول (2) يوضح ذلك :

جدول (2) . يوضح العبارات المعدلة في مقياس الخولي (12).

م	العبرة قبل التعديل	العبرة بعد التعديل
2	عندما أفكر بطريقة لا عقلانية فإنني أعرف لماذا أفكر هكذا ؟	عندما أفكر بطريقة لا عقلانية فإنني أعرف سبب تفكيري هذا
19	أستطيع أن أجعل الأعمال الأقل أهمية و الأقل متعة أعمالاً هامة و ممتعة لها متعة و هامة	أستطيع أن أجعل الأعمال الأقل أهمية و الأقل متعة أعمالاً هامة و ممتعة
31	أحب التفاؤل في القيام بأعمالي	أحب التفاؤل عند القيام بأعمالي

2 - الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية) : قامت الباحثة بتطبيق اختبار الدلالة ت t-test على متوسطي الإربعي الأعلى و الإربعي الأدنى من العينة الاستطلاعية (ن = 30) في درجات المقياس، حتى تختبر قدرة المقياس على التمييز بين المستويات المختلفة من الذكاء الانفعالي لدى أفراد العينة الاستطلاعية، ويوضح الجدول (3) ذلك :

جدول (3). يوضح قيمة ت لدلالة الفروق بين أفراد العينة الاستطلاعية في أبعاد الذكاء الوجداني والدرجة الكلية بالمقارنة الطرفية

الأبعاد	الإربعي الأعلى		الإربعي الأدنى		قيمة ف	قيمة ت	مستوى الدلالة
	ع	م	ع	م			
الوعي بالذات	2.429	39.85	3.900	26.15	2.759	15.499	.001
إدارة الانفعالات	1.670	29.59	2.443	19.74	1.600	17.298	.001
الدافعية	2.624	34.96	2.679	22.78	.009	16.884	.001
التعاطف	2.037	25.07	1.815	15.30	.199	18.625	.001
المهارات الاجتماعية	1.774	26.93	2.417	17.93	3.323	15.598	.001
الدرجة الكلية	6.296	156.41	7.673	101.89	.406	28.543	.001

يتضح من الجدول السابق ان قيم معاملات الارتباط دالة وتوضح قدرة هذا المقياس على التمييز بين الأفراد فيما وضع من أجله .

3 - صدق التجانس الداخلي : تم التحقق من صدق التجانس الداخلي بحساب قيم معاملات الارتباط بين أبعاد الذكاء الوجداني ، و بين الأبعاد و الدرجة الكلية للمقياس (جدول 4) .

أنفال بنت محمد عمر بن تاج الدين جاوي

جدول (4). يوضح قيم معاملات الارتباط بين أبعاد الذكاء الانفعالي ، وبين الأبعاد و الدرجة الكلية

الأبعاد	الوعي بالذات	إدارة الانفعالات	الدافعية	التعاطف	المهارات الاجتماعية
الوعي بالذات					
إدارة الانفعالات	.631				
الدافعية	.649	.500			
التعاطف	.636	.594	.536		
المهارات الاجتماعية	.692	.651	.509	.577	
الدرجة الكلية	.885	.804	.793	.803	.818

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس الخمسة والدرجة الكلية للمقياس تتراوح ما بين (0.793 - 0.885) وهي قيم ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) ، كذلك العلاقة بين الأبعاد مع بعضها البعض وهذا يعطي مؤشراً لاتساق المقياس. قامت الباحثة بفحص الصدق الارتباطي لهذا المقياس، وذلك بحساب قيم معاملات الارتباط بين درجات كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك من خلال حساب قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد بعضها ببعض من جهة ، وارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس، وقامت الباحثة بحساب الصدق الارتباطي للعينة الاستطلاعية المكونة من (30) وذلك كما هو موضح بالجدول (5).

جدول (5). يوضح نتائج قيم الصدق الارتباطي* لنبود أبعاد مقياس الذكاء الوجداني لعينة الدراسة الاستطلاعية (ن=30)

ارتباط درجات عبارات البعد بالدرجة الكلية لدرجة العينة الاستطلاعية:										مسلسل العبارة
المقياس ككل	البعد 1	المقياس ككل	البعد 2	المقياس ككل	البعد 3	المقياس ككل	البعد 4	المقياس ككل	البعد 5	
01	**0.856	**0.732	**0.969	**0.641	**0.504	**0.546	**0.879	**0.645	**0.897	**0.608
02	**0.869	**0.766	**0.990	**0.623	**0.831	*0.437	**0.879	**0.645	**0.864	**0.637
03	**0.565	**0.564	**0.983	**0.644	**0.831	*0.437	**0.783	**0.713	**0.949	**0.681
04	**0.633	**0.569	**0.975	**0.623	**0.493	**0.522	**0.531	**0.503	**0.615	**0.506
05	**0.694	**0.559	**0.916	**0.566	**0.654	**0.694	**0.897	**0.678	**0.708	**0.739
06	**0.584	**0.562	**0.944	**0.615	**0.537	**0.576	**0.827	**0.749	**0.914	**0.723
07	**0.856	**0.732	**0.956	**0.556	*0.416	**0.473	-	-	-	-
08	**0.717	**0.701	-	-	**0.831	*0.437	-	-	-	-
09	**0.772	**0.715	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	**0.902	-	**0.634	-	**0.792	-	**0.830	-	**0.810

(*) (**) القيم الارتباطية الواردة في الجدول ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) ،
(*) (**) القيم الارتباطية الواردة في الجدول ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) .

تظهر النتائج المعروضة في الجدول أعلاه وجود قيم ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (0.05 و 0.01) لدرجات عبارات مقياس الذكاء الوجداني بالدرجة الكلية وكذلك الارتباط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس نفسه للعينة الاستطلاعية تراوحت فيما بين (0.565 - 0.869) للبعد 1 ، وللبعد 2 فيما بين (0.944 - 0.990) وللبعد 3 فيما بين (0.416 - 0.831) وللبعد 4 فيما بين (0.897 - 0.531) وللبعد 5 فيما بين (0.615 - 0.949) أما قيمة ارتباط الدرجة الكلية للأبعاد بينها وبين المقياس ككل للعينة الاستطلاعية فتراوحت بين (0.634 - 0.902) . و خلاصة نتائج هذا الجدول تشير إلى وجود نوع من الصدق الارتباطي يعزز الصدق المقاس بواسطة معد المقياس الأساسي .

ثبات المقياس في الدراسة الحالية :

قامت الباحثة بحساب الثبات بطريقتي التناسق الداخلي (ألفا كرونباخ) وطريقة التجزئة النصفية (Split)

الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من المتزوجات العاملات وغير العاملات بمدينة جدة

لعينة الدراسة الاستطلاعية (30 = ن)، والجدول (6) يوضح هذه النتائج.

جدول (6). يوضح قيم معاملات كرونباخ ألفا لثبات مقياس الذكاء الوجداني (ن=30)

طريقة حساب الثبات :			عدد البنود :			مقياس الذكاء الوجداني: أبعاد	
التجزئة النصفية :			ألفا كرونباخ	٢ ٤	٣ ٤		
جتمان	سبيرمان بروان	ارتباط الجزئين				٣ ٤	٣ ٤
0.8208	0.8280	0.8643	0.8880	4	5	9	1 - الوعي بالذات
0.8386	0.8874	0.8746	0.8855	3	4	7	2 - إدارة الانفعالات
0.8352	0.8356	0.7176	0.7988	4	4	8	3 - الدافعية
0.8410	0.8411	0.8888	0.8755	3	3	6	4 - التعاطف
0.8755	0.8986	0.8159	0.8245	3	3	6	5 - المهارات الاجتماعية
0.8635	0.8646	0.7615	0.8520	18	18	36	6 - الثبات الكلي لمقياس (الذكاء الوجداني)

يشير الجدول (6) إلى أن قيم الثبات للعينة الاستطلاعية بطريقة ألفا كرونباخ لمختلف أبعاد هذا المقياس تراوحت فيما بين (0.7988 - 0.8880) وقيمة الثبات الكلي (0.8520) ، فيما تراوحت قيم الثبات بطريقة التجزئة النصفية بسبيرمان بروان لمختلف أبعاد هذا المقياس فيما بين (0.8280 - 0.8986) وقيمة الثبات الكلي بنفس الطريقة (0.8646) ، فيما تراوحت قيم الثبات بطريقة التجزئة النصفية لجتمان لمختلف أبعاد هذا المقياس فيما بين (0.8208 - 0.8755) وقيمة الثبات الكلي للمقياس ككل بنفس الطريقة (0.8635) . ويستنتج من النتائج أن مقياس الذكاء الوجداني يتمتع بقيم ثبات عالية لمختلف أبعاده، والدرجة الكلية لعينة الدراسة الاستطلاعية ؛ مما يعني أن الأداة تتمتع بكافة خصائص الأداة الجيدة من ثبات وصدق وموضوعية في الإجابة على بنودها. وهذا زاد من إطمئنان الباحثة للمضي قدماً في نحو تحقيق أهداف هذه الدراسة ، وإجراء تحليل البيانات للإجابة على تساؤلات هذه الدراسة .

2-مقياس اساليب مواجهة الضغوط:

اعداد العززي⁽¹³⁾ كأداة موضوعية مقننة على البيئة السعودية، وعلى نفس الفئة العمرية المستهدفة تقريبا لمقياس أساليب مواجهة بالضغوط النفسية، والذي روعي في إعداده من قبل معد هذا المقياس أن يكون مشتملا على مجموعة من المكونات، أو الأبعاد التي تقيس الأساليب التي يتبعها الأفراد في العادة عندما تواجههم مواقف ضاغطة. كما تم استخراج العناصر الأساسية التي تمثل المحاور الرئيسية لأساليب مواجهة الضغوط؛ حيث تم تقسيمها على النحو التالي: سبع أساليب إيجابية وتشمل البنود: (الإيجابية، ضبط النفس، البحث عن الدعم الاجتماعي، تحمل المسؤولية، حل المشكلات بالتخطيط، تنظيم الوقت، والبناء المعرفي). وسبع أساليب سلبية وتشمل البنود: (تجنب الموقف و التحول عنه، الانعزال، ممارسة عادات معينة، العدوان، الاسترخاء، وسائل الدفاع، و الاقتصر على الممارسات الدينية. وقد تكون المقياس من (86) بندا تمثل اربعة عشر بعداً تمثل أساليب مواجهة المواقف الضاغطة، وتحددت الإجابة على المقياس بحيث تتم وفقاً لطريقة (ليكرت) رباعياً، حيث تدرج الإجابة من أقصى الموافقة إلى أقصى الرفض بمعنى أن المفحوص إذا أجاب (دائماً- 3) ، وإذا أجاب (أحياناً- 2) ، وإذا أجاب (نادراً- 1) ، وإذا أجاب (أبداً- صفر) . مما يعني أن درجات بنود الأساليب الإيجابية السبع تتراوح بين (0-127) ، و درجات بنود الأساليب السلبية السبع تتراوح بين (0-127). كما قامت الباحثة بالتحقق من صدق وثبات المقياس : عن طريق حساب صدق الارتباطي وذلك بحساب قيم معاملات الارتباط بين درجات كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وحساب قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد بعضها ببعض، وبين هذه الأبعاد وارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس. ويوضح بالجدول (7) و الجدول (8) هذه النتائج التي جاءت في مرحلتين كالتالي :

1. الصدق الارتباطي لهنود أبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية⁽¹³⁾ (جدول 7)
2. الصدق الارتباطي لهنود أبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط السلبية⁽¹³⁾ (جدول 8).

أنفال بنت محمد عمر بن تاج الدين جاوي

جدول (7). يوضح نتائج قيم الصدق الارتباطي* لنبود أبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية (العنزي, 1999) (13) لعينة الدراسة الاستطلاعية (30=ن).

ارتباط درجات عبارات البعد بالدرجة الكلية لدرجة الاستطلاعية :								مسلسل العبارة
الأساليب الإيجابية ككل	البعد 04	الأساليب الإيجابية ككل	البعد 03	الأساليب الإيجابية ككل	البعد 02	الأساليب الإيجابية ككل	البعد 01	
**0.693	**0.658	*0.429	**0.829	**0.636	**0.755	**0.557	**0.779	1
**0.722	**0.734	**0.475	**0.791	**0.719	**0.900	**0.503	**0.667	2
*0.449	**0.752	*0.397	**0.671	**0.687	**0.863	*0.456	**0.774	3
*0.462	**0.507	*0.458	**0.782	*0.428	**0.553	**0.631	**0.638	4
**0.536	**0.664	**0.574	**0.884	**0.721	**0.901	**0.464	**0.789	5
**0.468	**0.740	**0.492	**0.886	**0.607	**0.728	**0.500	**0.646	6
-	-	-	-	-	-	-	-	7
**0.829	-	**0.584	-	**0.808	-	**0.722	-	

ارتباط درجات عبارات البعد بالدرجة الكلية لدرجة الاستطلاعية :							مسلسل العبارة
الأساليب الإيجابية ككل	البعد 07	الأساليب الإيجابية ككل	البعد 06	الأساليب الإيجابية ككل	البعد 05	البعد 04	
**0.511	**0.468	**0.523	**0.725	**0.677	**0.900	1	
**0.677	**0.558	**0.693	**0.684	**0.703	**0.547	2	
**0.757	**0.658	**0.757	**0.690	**0.761	**0.762	3	
*0.448	**0.882	**0.472	**0.704	**0.463	**0.467	4	
*0.400	**0.890	**0.681	**0.793	**0.464	**0.898	5	
*0.436	**0.897	**0.646	**0.790	**0.594	**0.863	6	
*0.386	**0.876	-	-	-	-	7	
**0.700	-	**0.864	-	**0.862	-		

(* *) القيم الارتباطية الواردة في الجدول ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) ،
(*) القيم الارتباطية الواردة في الجدول ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) .

تظهر النتائج المعروضة في الجدول أعلاه وجود قيم ارتباطية دالة إحصائية عند مستوى (0.05 ، 0.01) لدرجات عبارات مقياس أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية بالدرجة الكلية للمقياس نفسه ، وكذلك لأبعاد هذا المقياس والدرجة الكلية للمقياس نفسه . وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط لأبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية بين (0.638-0.789) للبعد (1)، فيما بلغت للبعد (2) بين (0.553-0.901)، وللبعد (3) بين (0.671-0.886) ، وللبعد (4) فيما بين (0.507-0.752)، وللبعد (5) فيما بين (0.467-0.900)، وللبعد (6) فيما بين (0.684-0.793)، وللبعد (7) فيما بين (0.468-0.897). أما قيمة ارتباط الدرجة الكلية للأبعاد بينها وبين المقياس ككل للعينة الإحصائية فتراوحت بين (0.584-0.864). وتؤكد قيم الارتباط المعروضة في الجدول أعلاه لعينة الدراسة الكلية وجود قيم ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) لدرجات عبارات مقياس أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية بالدرجة الكلية للمقياس نفسه، وكذلك لأبعاد هذا المقياس والدرجة الكلية لأساليب مواجهة الضغوط الإيجابية الكلي وقد تراوحت فيما بين (0.478-0.831) للبعد (1)، وللبعد (2) فيما بين (0.372-0.883). وللبعد (3) فيما بين (0.631-0.745)، وللبعد (4) فيما بين (0.300-0.929)، وللبعد (5) فيما بين (0.522-0.670)، وللبعد (6) فيما بين (0.458-0.820)، وللبعد (7) فيما بين (0.414-0.732). أما قيمة ارتباط الدرجة الكلية للأبعاد بينها وبين المقياس ككل للعينة الإحصائية فتراوحت بين (0.409-0.778). وأخيرا يستدل من نتائج هذا الجدول وجود نوع من الصدق الارتباطي يعزز الصدق المقاس بواسطة معد المقياس الأساسي، مما يعنى أن الأداة تتمتع بكافة خصائص الأداة الجيدة من ثبات وصدق وموضوعية في الإجابة على بنودها.

الدكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من المتزوجات العاملات
وغير العاملات بمدينة جدة

جدول (8). يوضح نتائج قيم الصدق الارتباطي* لبنود أبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط السلبية (العنزي)
(13) لعينة الدراسة الاستطلاعية (ن=30)

ارتباط درجات عبارات البعد بالدرجة الكلية لدرجة العينة الاستطلاعية :						مسلسل العبرة
الأساليب السلبية ككل	البعد10	الأساليب السلبية ككل	البعد09	الأساليب السلبية ككل	البعد08	
**0.587	**0.690	**0.587	**0.903	**0.543	**0.709	1
**0.464	**0.589	**0.464	**0.775	**0.675	**0.884	2
**0.614	**0.703	**0.661	**0.520	**0.679	**0.837	3
**0.531	**0.640	**0.565	**0.893	**0.683	**0.853	4
**0.698	**0.730	**0.584	**0.882	**0.516	**0.727	5
**0.607	**0.630	**0.471	**0.764	*0.389	**0.574	6
-	-	-	-	-	-	7
**0.870	-	**0.693	-	**0.756	-	

ارتباط درجات عبارات البعد بالدرجة الكلية لدرجة العينة الاستطلاعية:							مسلسل العبرة
الأساليب السلبية ككل	البعد14	الأساليب السلبية ككل	البعد13	الأساليب السلبية ككل	البعد12	البعد11	
**0.538	**0.576	*0.394	**0.553	**0.521	**0.472	**0.534	**0.729
**0.568	**0.679	**0.516	**0.884	*0.456	**0.899	**0.521	**0.722
**0.592	**0.694	*0.411	**0.526	**0.617	**0.491	**0.549	**0.820
**0.534	**0.718	*0.407	**0.860	**0.474	**0.916	**0.581	**0.489
**0.532	**0.703	*0.412	**0.927	*0.455	**0.891	**0.607	*0.458
*0.408	*0.372	*0.398	**0.851	**0.543	*0.422	**0.558	**0.800
-	-	-	-	**0.473	**0.908	-	-
**0.843	-	**0.534	-	**0.743	-	**0.814	-

(*) (**) القيم الارتباطية الواردة في الجدول ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) ، (*) القيم الارتباطية الواردة في الجدول ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) .

تظهر النتائج المعروضة في الجدول (8) وجود قيم ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (0.05،0.01) لدرجات عبارات مقياس أساليب مواجهة الضغوط السلبية بالدرجة الكلية للمقياس نفسه، ومعاملات الارتباط للأبعاد والدرجة الكلية لأساليب مواجهة الضغوط السلبية الكلي للعينة الاستطلاعية. وتراوحت فيما بين (0.574-0.884) للبعد (8) ، وللبعد (9) فيما بين (0.520-0.903) ، وللبعد (10) فيما بين (0.589-0.730) ، وللبعد (11) فيما بين (0.458-0.820) ، وللبعد (12) فيما بين (0.422-0.916) ، وللبعد (13) فيما بين (0.526-0.927) ، وللبعد (14) فيما بين (0.372-0.718) . أما قيمة ارتباط الدرجة الكلية للأبعاد بينها وبين المقياس ككل للعينة الاستطلاعية فتراوحت بين (0.534-0.870) . كما تؤكد قيم الارتباط المعروضة في الجدول أعلاه لعينة الدراسة الكلية وجود قيم ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05 و 0.01) لدرجات عبارات مقياس أساليب مواجهة الضغوط السلبية بالدرجة الكلية لأبعاده وبالدرجة الكلية لأساليب مواجهة الضغوط السلبية الكلي تراوحت فيما بين (0.449-0.892) للبعد 8 ، وللبعد 9 فيما بين (0.449-0.823) وللبعد 10 فيما بين (0.456-0.877) وللبعد 11 فيما بين (0.458-0.784) وللبعد 12 فيما بين (0.453-0.766) وللبعد 13 فيما بين (0.389-0.723) وللبعد 14 فيما بين (0.521-0.849) أما قيمة ارتباط الدرجة الكلية للأبعاد بينها وبين المقياس ككل للعينة الاستطلاعية فتراوحت بين (0.274-0.633) . وخالصة نتائج هذا الجدول تدل على وجود نوع من الصدق الارتباطي يعزز الصدق المقاس بواسطة معد المقياس الأساسي .

ثبات المقياس في الدراسة الحالية :

قامت الباحثة بحساب الثبات بطريقتي التناسق الداخلي (ألفا كرونباخ) وطريقة التجزئة النصفية (Split) لعينة الدراسة الاستطلاعية (ن=30) ، ويوضح الجدول (9) هذه النتائج.

أنفال بنت محمد عمر بن تاج الدين جاوي

جدول (9) . يوضح قيم ثبات بنود أبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط (العنزي) (13)

طريقة حساب الثبات :			عدد البنود :			أبعاد مقياس أساليب المواجهة	
التجزئة النصفية :			الفا كرونباخ	كرونيانج 2	كرونيانج 1		
جتمان	سبيرمان بروان	ارتباط الجزئين					
0.8296	0.8309	0.7107	0.8149	3	3	6	01 - أسلوب الإيجابية
0.8182	0.8185	0.6928	0.8764	3	3	6	02 - أسلوب ضبط النفس / الذات
0.8944	0.8986	0.8159	0.8939	3	3	6	03 - أسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي
0.8704	0.8744	0.7768	0.7558	3	3	6	04 - أسلوب تحمل المسؤولية
0.8855	0.8858	0.7950	0.8384	3	3	6	05 - أسلوب حل المشكلات بالتخطيط
0.8346	0.8373	0.7202	0.8256	3	3	6	06 - أسلوب تنظيم الوقت
0.7699	0.7729	0.6259	0.8657	3	4	7	07 - أسلوب البناء المعرفي
0.7635	0.7641	0.6182	0.9484	21	22	43	أ - الثبات الكلي لأساليب المواجهة الإيجابية
0.7278	0.7292	0.5738	0.8440	3	3	6	08 - أسلوب تجنب المواقف والتحول عنه
0.8168	0.8184	0.6926	0.8819	3	3	6	09 - أسلوب الانعزال
0.8122	0.8094	0.6838	0.7313	3	3	6	10 - أسلوب ممارسة عادات معينة
0.7019	0.7170	0.5588	0.7638	3	3	6	11 - أسلوب العدوان
0.6609	0.7226	0.5657	0.7969	3	4	7	12 - أسلوب الاسترخاء
0.7767	0.7844	0.6453	0.8487	3	3	6	13 - أسلوب وسائل الدفاع
0.6211	0.6327	0.4627	0.6959	3	3	6	14 - أسلوب الاقتصاد على الممارسات الدينية (التدبير التفاهلي)
0.7552	0.7616	0.6150	0.8370	21	22	43	ب - الثبات الكلي لأساليب المواجهة السلبية

يتضح من جدول (9) أن مقياس أساليب الضغوط يتمتع بقيم ثبات عالية لمختلف أبعاده ودرجتيه الكلية الإيجابية أو السلبية لعينة الدراسة الاستطلاعية حيث تراوحت قيم الثبات فيها لأبعاد الأساليب الإيجابية فيما بين (0.8986 - 0.7558) ، ولأبعاد الأساليب السلبية فيما بين (0.8819 - 0.6211). وتظهر النتائج السابقة أن الأداة تتمتع بكافة خصائص الأداة الجيدة من ثبات وصدق وموضوعية في الإجابة على بنودها؛ مما يجعلها أداة لباحثة تمضي قدماً في إجراء تحليل بياناتها للإجابة على تساؤلات هذه الدراسة وبالتالي تحقيق أهدافها .

النتائج والمناقشة

أولاً : نتائج الفرض الأول :

وللتحقق من صحة الفرض الأول والذي ينص على " لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات الذكاء الانفعالي (الأبعاد - الدرجة الكلية) وبين درجات أساليب مواجهة الضغوط النفسية الإيجابية لدى المتزوجات العاملات وغير العاملات" قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الذكاء الوجداني وأبعاده والدرجة الكلية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى المتزوجات العاملات.

الجدول (10) . العلاقة الارتباطية بين درجات أبعاد الذكاء الوجداني ودرجات أبعاد أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية لمجموعة المتزوجات العاملات من عينة الدراسة الكلية (ن=118)

أبعاد الذكاء الوجداني:	أبعاد أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية :	الوعي بالذات	إدارة الانفعالات	الدافعية	التعاطف	المهارات الاجتماعية	الذكاء الوجداني الكلي
القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية
**0.376	**0.376	- 0.003	**0.500	0.154	**0.325	**0.376	الإيجابية
**0.382	**0.337	0.126	**0.398	0.178	**0.313	**0.337	ضبط النفس / الذات
0.018 -	0.027	*0.190 -	0.116	0.001 -	0.039 -	0.027	البحث عن الدعم الاجتماعي
0.108 -	0.166 -	*0.191 -	0.097	0.038 -	0.110 -	0.166 -	تحمل المسؤولية
**0.352	**0.292	0.053	**0.462	0.135	**0.285	**0.292	حل المشكلات بالتخطيط
**0.237	**0.292	0.148	0.181	*0.189	0.174	**0.292	تنظيم الوقت
**0.281	0.169	0.122	*0.200	0.106	**0.276	0.169	البناء المعرفي
**0.309	**0.276	0.004 -	**0.410	0.150	**0.251	**0.276	أ - الضغوط الإيجابية الكلية

(*) *) القيم الارتباطية الواردة في الجدول ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) ، (*) *) القيم الارتباطية الواردة في الجدول ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) .

الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من المتزوجات العاملات وغير العاملات بمدينة جدة

من الجدول (10) يتضح:

- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند 0.01 بين درجات أساليب الضغوط الإيجابية و درجات الذكاء الوجداني لدى المتزوجات العاملات، حيث كانت قيمة معامل الارتباط (0.309) ، وكما يتضح أن معامل ارتباط بُعد الدافعية بالدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني وبين درجة أسلوب الإيجابية على مقياس أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية بلغ (0.500) وهي قيمة مرتفعة وهي دلالة إحصائية عند مستوى 0.01.
- وجود علاقة دالة بين ثلاث من أبعاد للذكاء الوجداني وأبعاد أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية، حيث ترواح معامل ارتباط بُعد الوعي بالذات مع أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية (الإيجابية- ضبط النفس- حل المشكلات بالتخطيط – تنظيم الوقت) ما بين (0.292 – 0.376) ، وبُعد ادارة الانفعالات مع أسلوب (تحمل المسؤولية – البحث عن الدعم الاجتماعي) حيث بلغ معامل الارتباط ما بين (0.190 - - 0.191) ، وبعد الدافعية مع أسلوب- الإيجابية- ضبط النفس- حل المشكلات- البناء المعرفي) تترواح ما بين (0.200 - 0.500) . بعد التعاطف مع أسلوب تنظيم الوقت بلغ (0.189) ، وكما بلغ معامل ارتباط بُعد المهارات الاجتماعية أسلوب الإيجابية وضبط النفس وحل المشكلات بالتخطيط والبناء المعرفي (0.276 - 0.325) و وهي قيم دلالة إحصائية عند مستوى 0.01.
- ومن خلال العرض السابق يتضح رفض الفرضية:
- تتعارض هذه النتيجة مع نتائج دراسة سرور (35) التي أوضحت عدم وجود علاقة ذات دلالة بين مستويات الذكاء الوجداني ومهارات مواجهة الضغوط، وعدم وجود تأثير تفاعلي دلالة إحصائية بين مستوى الذكاء الوجداني ومركز التحكم والنوع على مهارات المواجهة .

- بالنسبة لعينة المتزوجات غير العاملات :

جدول (11). العلاقة الارتباطية بين درجات أبعاد الذكاء الوجداني ودرجات أبعاد أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية لمجموعة المتزوجات غير العاملات من عينة الدراسة الكلية (ن=111)

أبعاد الذكاء الوجداني:	الوعي بالذات	إدارة الانفعالات	الدافعية	التعاطف	المهارات الاجتماعية	الذكاء الوجداني الكلي
أبعاد مواجهة الضغوط الإيجابية:	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية
الإيجابية	0.158	0.118	0.092	0.054	0.113	0.148
ضبط النفس / الذات	- 0.030	0.053	- 0.017	0.117	- 0.095	0.007
البحث عن الدعم الاجتماعي	**0.261	-0.020	0.134	0.058	**0.294	*0.201
تحمل المسؤولية	- 0.027	- 0.206	- 0.014	- 0.058	0.024	- 0.080
حل المشكلات بالتخطيط	*0.223	*0.203	- 0.089	0.081	**0.263	*0.189
تنظيم الوقت	*0.239	0.150	0.061	0.131	**0.271	*0.235
البناء المعرفي	*0.226	0.154	0.082	0.137	**0.356	**0.259
أ – الضغوط الإيجابية الكلية	*0.230	0.082	0.059	0.107	**0.273	*0.206

(* *) القيم الارتباطية الواردة في الجدول ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) ، (*) القيم الارتباطية الواردة في الجدول ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) .

ومن الجدول (11) يتضح الآتي :

- يتضح انه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند 0.05 بين درجات أساليب الضغوط الإيجابية و درجات الذكاء الوجداني لدى المتزوجات غير العاملات، حيث كانت قيمة معامل الارتباط (0.0206).
- عدم وجود دلالة لبُعدي التعاطف والدافعية من أبعاد الذكاء الوجداني مع كل من أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية لدى عينة المتزوجات غير العاملات ، كذلك يتضح عدم وجود علاقة دالة لكل من أسلوبي الإيجابية وضبط النفس مع كل من أبعاد الذكاء الوجداني لدى نفس العينة.
- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجة بعد المهارات الاجتماعية على مقياس الذكاء الوجداني وبين درجة أسلوب البناء المعرفي على مقياس أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية عند مستوى الدلالة (0.01) لدى عينة المتزوجات غير العاملات حيث بلغت القيمة الارتباطية (0.356) .

- وكما يشير أيضاً إلى أن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الدرجات الكلية لكل من أبعاد مقياسي الذكاء الوجداني وأساليب مواجهة الضغوط الإيجابية، حيث ترواح معامل ارتباط بُعد الوعي بالذات مع أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية ومنها (البحث عن الدعم الاجتماعي- حل المشكلات بالتخطيط – تنظيم الوقت- البناء المعرفي) ما بين (0.223 – 0.261) ، وبُعد ادارة الانفعالات مع أسلوب (تحمل المسؤولية – حل المشكلات بالتخطيط) حيث بلغ معامل الارتباط ما بين (0.203 - 0.206) ، وكما بلغ معامل ارتباط بُعد المهارات الاجتماعية مع أسلوب (البحث عن

أنفال بنت محمد عمر بن تاج الدين جاوي

الدعم الاجتماعي-حل المشكلات بالتخطيط- تنظيم الوقت- البناء المعرفي) بلغ (0.263- 0.356) و وهي قيم دلالة احصائيا عند مستوى 0,01.

ومن خلال العرض السابق يتضح رفض الفرضية. وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتائج مزياني⁽³⁷⁾ التي أكدت على وجود علاقة ارتباط موجبة دالة إحصائياً بين درجة الذكاء الوجداني واستخدام كلا من استراتيجيات التصدي واستراتيجية إعادة التقدير الايجابي في حين لم تكن هناك أي علاقة دالة مع الاستراتيجيات الأخرى .

ثانيا : نتائج الفرض الثاني :

والذي ينص الفرض الثاني على "لا توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين درجات الذكاء الانفعالي (الأبعاد - الدرجة كلية) وبين درجات أساليب مواجهة الضغوط السلبية (أبعاد ودرجة كلية) لدى المتزوجات العاملات وغير العاملات ". وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام معامل ارتباط بيرسون, وذلك لقياس بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الذكاء الوجداني وأبعاده والدرجة الكلية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى المتزوجات العاملات.

جدول (12). العلاقة الارتباطية بين درجات أبعاد الذكاء الوجداني ودرجات أبعاد أساليب مواجهة الضغوط السلبية لدى المتزوجات العاملات من عينة الدراسة الكلية (ن=118)

أبعاد الذكاء الوجداني : أبعاد مواجهة الضغوط السلبية :	الوعي بالذات	إدارة الانفعالات	الدافعية	التعاطف	المهارات الاجتماعية	الذكاء الوجداني الكلي
القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية
تجنب المواقف والتحول عنه	0.022	0.054	0.145	0.055	- 0.023	0.075
الانعزال	- 0.239**	- 0.087	- 0.156	- 0.123	- 0.195*	- 0.222*
ممارسة عادات معينة	- 0.048	- 0.154	0.024	0.103	- 0.066	- 0.042
العدوان	- 0.140	- 0.109	- 0.198*	- 0.033	- 0.244**	- 0.204*
الاسترخاء	**0.323	0.089	0.027	*0.198	0.104	*0.202
وسائل الدفاع	0.067	- 0.089	0.036	0.007	0.042	0.019
الاقتصار على الممارسات الدينية (التدين التفاعلي)	0.145	0.048	0.086	- 0.062	0.171	0.112
ب - الضغوط السلبية الكلية	0.042	- 0.067	- 0.011	0.051	- 0.059	- 0.012

(* *) القيم الارتباطية الواردة في الجدول ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) ، (*) القيم الارتباطية الواردة في الجدول ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) .

ومن جدول (12) يتضح الآتي:

1. أنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين بعض درجات مقياس الذكاء الوجداني وبعض درجات مقياس أساليب مواجهة الضغوط السلبية. وكذلك لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الدرجات الكلية للمقياسين لعينة المتزوجات العاملات.
2. وبالتالي فقد تم قبول الفرض حيث توصلت النتائج إلى : عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين بُعد إدارة الإنفعالات وأساليب مواجهة الضغوط السلبية. وكذلك لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية لأساليب المواجهة الضغوط السلبية وأبعاد الذكاء الوجداني والدرجة الكلية له. وكما أشارت النتائج إلى وجود علاقة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) بين بُعد الوعي بالذات و أساليب مواجهة الضغوط السلبية ومنها (أسلوب الاسترخاء- الانعزال) حيث بلغ (0.239- 0.323) وهي قيم دالة. وكما أظهرت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين بُعد الدافعية بأسلوب العدوان حيث بلغ (- 0.198) ، كذلك أشارت إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين بُعد التعاطف مع أسلوب الاسترخاء بحيث بلغ (0.198) ، و أشارت النتائج أيضاً إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين بُعد المهارات الاجتماعية وأساليب (الانعزال والعدوان) حيث بلغ (- 0.195 و - 0.244). كما ارتبط الذكاء الوجداني الكلي بثلاث أساليب من أساليب المواجهة السلبية (الإنعزال – العدوان- الاسترخاء) حيث بلغ (- 0.222- 0.202). وهي قيم دالة.

ومن خلال العرض السابق يتضح قبول الفرضية: وترى الباحثة أن الضغوط المتنوعة التي تواجهها المتزوجة العاملة تكسيها مهارات متعددة للتكيف معها ، سواء من خلال الحياة الاجتماعية داخل إطار الأسرة أو في

الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من المتزوجات العاملات وغير العاملات بمدينة جدة

العمل وذلك من خلال تعدد العلاقات واختلافها مما يثيري تعدد هذه الأدوار خبرات المرأة المتزوجة العاملة للتعامل معها بكفاءة عالية. ووفقاً لذلك فإن الأفراد الأذكيا انفعالياً أكثر قدرة على التوافق مع التغيرات التي تحدث في بيئاتهم ، وأكثر قدرة على النجاح في العلاقات الشخصية ، وبناء شبكات دعم اجتماعية مقارنة بالأفراد المنخفضي الذكاء الانفعالي ولديهم القدرة على التواصل ومناقشة المشاعر ، ويطورون معارفهم وخبراتهم في مجالات وجدانية معينة مثل عالم الجمال، أو المشاعر الأخلاقية، أو حل مشكلات اجتماعية، كما نجدهم أكثر انفتاحاً على الجوانب السلبية والايجابية لخبراتهم الداخلية مما يؤدي لتنظيم فعال للوجدان في ذواتهم ولدى الآخرين كما جاء ذلك موافقاً لنتائج دراسة الضريبي (38) التي توصلت إلى أن الأساليب الإيجابية هي الأكثر استخداماً من الأساليب السلبية لدى أفراد عينة البحث.

- بالنسبة لمجموعة المتزوجات غير العاملات :

جدول (13). العلاقة الارتباطية بين درجات أبعاد الذكاء الوجداني ودرجات أبعاد أساليب مواجهة الضغوط السلبية لدى المتزوجات غير العاملات من عينة الدراسة الكلية (ن=111)

أبعاد الذكاء الوجداني: القيمة الارتباطية	الوعي بالذات	إدارة الانفعالات	الدافعية	التعاطف	المهارات الاجتماعية	الذكاء الوجداني الكلي
القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية	القيمة الارتباطية
تجنب المواقف والتحول عنه	-0.251**	-0.126	-0.127	-0.220*	0.018	-0.202*
الانعزال	-0.283**	-0.115	-0.035	-0.370**	-0.100	-0.249**
ممارسة عادات معينة	-0.076	0.121	-0.028	0.131	-0.005	0.033
العدوان	-0.115	0.086	-0.221*	0.123	0.018	-0.027
الاسترخاء	0.120	0.128	0.101	-0.213*	-0.062	0.141
وسائل الدفاع	-0.093	-0.077	-0.060	0.054	0.096	-0.032
الاقتصار على الممارسات الدينية (التدين التفاعلي)	0.119	-0.059	-0.032	0.122	0.081	0.002
ب - الضغوط السلبية الكلية	-0.162	-0.057	-0.011	-0.126	0.003	-0.096

(* *) القيم الارتباطية الواردة في الجدول ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) ، (*) القيم الارتباطية الواردة في الجدول ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) .

يتضح من خلال الجدول رقم (13) الآتي:

- أنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين بعض درجات مقياس الذكاء الوجداني وبعض درجات مقياس أساليب مواجهة الضغوط السلبية وكذلك لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الدرجات الكلية للمقياسين لمجموعة المتزوجات غير العاملات .

- وعلى الرغم من ذلك كان هناك علاقة ارتباط من خلال ثمان قيم وهي قيم منخفضة جداً . وكانت كالتالي : يرتبط بُعد التعاطف مع أسلوب الانعزال ارتباطاً دالاً منخفضاً إحصائياً بقيمة بلغت (-0.370) عند مستوى الدلالة (0.01). كما أظهرت نتائج التحليل وجود ارتباط دال منخفض جداً إحصائياً عند مستوى الدلالة بين (0.01 و 0.05) بين بعض أبعاد الذكاء الوجداني وبعض أساليب المواجهة السلبية لعينة المتزوجات غير العاملات وكانت كالتالي: يرتبط بُعد الوعي بالذات مع أسلوب- تجنب الموقف والتحول وأسلوب الانعزال) حيث بلغ (-0.251 -0.283). كذلك يرتبط بُعد الدافعية مع أسلوب العدوان بقيمة (0.221) . وكما ارتبط بُعد التعاطف مع أسلوب (تجنب الموقف والتحول عنه- الانعزال- الاسترخاء) (-0.370 -0.213). أما الدرجة الكلية للذكاء الوجداني فقد ارتبطت بعلاقة دالة منخفضة جداً مع أسلوبين من الأساليب السلبية هما (تجنب الموقف والتحول عنه - الانعزال) حيث بلغ (-0.202 - -0.249). ومن خلال العرض السابق يتضح قبول الفرضية: أظهرت نتائج التحليل وجود علاقة ارتباطية منخفضة أو منخفضة جداً دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) بين أساليب مواجهة الضغوط السلبية وأبعاد الذكاء الوجداني لمجموعة المتزوجات غير العاملات من عينة الدراسة . وترى الباحثة بأن الضعف في أساليب مواجهة الضغوط السلبية لا يرتبط بالعمل أو المهنة ، وإنما التأثير يكون أكثر من البيئة التي تعيشها الزوجة، سواء كانت عاملة أو غير عاملة ، وأن ارتباط أساليب المواجهة السلبية لا يرتبط بالذكاء الوجداني الذي تمتلكه المتزوجة سواء كانت عاملة أو غير عاملة .

ثالثاً: نتائج الفرض الثالث :

والذي ينص على "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكاء الانفعالي بين المتزوجات العاملات وغير العاملات (أبعاد ودرجة كلية)" وللتحقق من صحة الفرض اجرت الباحثة اختبار " ت " للعينات المستقلة للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة

أنفال بنت محمد عمر بن تاج الدين جاوي

الكلية في متوسطات الدرجات الكلية لأبعاد مقياس الذكاء الوجداني بين المتزوجات العاملات والمتزوجات غير العاملات.

جدول (14). نتائج اختبار استجابيات أفراد عينة الدراسة الكلية بين متوسطات درجات أبعاد الذكاء الوجداني بين المتزوجات العاملات والمتزوجات غير العاملات (ن=229) :

أبعاد الذكاء الوجداني:	متزوجات :	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة اختبار (ت)	مستوى الدلالة
الوعي بالذات	عاملات	118	36.8814	4.39341	2.457	0.05
	غير عاملات	111	35.2703	5.43715		
إدارة الانفعالات	عاملات	118	26.9915	4.06043	2.045	0.05
	غير عاملات	111	25.7928	4.79984		
الدافعية	عاملات	118	30.7203	4.62599	2.677	0.01
	غير عاملات	111	29.0811	4.63805		
التعاطف	عاملات	118	22.0424	3.39027	2.694	0.01
	غير عاملات	111	20.7027	4.11780		
المهارات الاجتماعية	عاملات	118	23.8814	3.59527	1.749	0.082 غ. د.
	غير عاملات	111	23.0000	4.02718		
درجة الذكاء الوجداني الكلي	عاملات	118	140.5169	14.56476	3.219	0.001
	غير عاملات	111	133.8468	16.77129		

يتضح من الجدول (14) وجود فروق ذات دلالة إحصائية لقيمة اختبار (ت) في الدرجة الكلية للذكاء الوجداني وذلك باتجاه العاملات عند مستوى الدلالة (0.01) و فروق في أربع أبعاد لمقياس الذكاء الوجداني بين المتزوجات العاملات والمتزوجات غير العاملات وهذه الأبعاد هي : الوعي بالذات ، إدارة الانفعالات ، الدافعية ، التعاطف. وهذا يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتزوجات العاملات وغير العاملات في أبعاد الذكاء الوجداني وذلك باتجاه عينة العاملات للدرجة الكلية.

ومن خلال العرض السابق يتضح رفض الفرضية: وترى الباحثة أن هذه نتيجة تتفق مع ما ورد في الأدب النظري السابق كدراسة كل من (8*27) . واتفقت نتائج هذا الفرض أيضاً مع نتائج دراسات (7*18-20) رابعاً: نتائج الفرض الرابع :

والذي ينص على "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية (أبعاد ودرجة كلية) بين المتزوجات العاملات والمتزوجات غير العاملات". ولتأكد من صحة هذا الفرض أجرت الباحثة اختبار "ت" للعينات المستقلة للفروق في استجابيات أفراد عينة الدراسة الكلية في متوسطات الدرجات الكلية لأبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية بين المتزوجات العاملات والمتزوجات غير العاملات . جدول (15). نتائج اختبار استجابيات أفراد عينة الدراسة الكلية بين متوسطات درجات أبعاد أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية بين المتزوجات العاملات والمتزوجات غير العاملات (ن=229) :

أبعاد مواجهة الضغوط الإيجابية :	متزوجات	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة اختبار (ت)	مستوى الدلالة
الإيجابية	عاملات	118	13.5593	3.30899	1.956	0.05
	غير عاملات	111	12.7477	2.94640		
ضبط النفس / الذات	عاملات	118	12.6695	2.92661	0.828	0.408 غ. د.
	غير عاملات	111	12.3423	3.04958		
البحث عن الدعم لاجتماعي	عاملات	118	11.6441	3.76335	1.666	0.05
	غير عاملات	111	10.8198	3.71777		
تحمل المسؤولية	عاملات	118	10.9661	3.71629	0.700	0.484 غ. د.
	غير عاملات	111	11.3153	3.82808		
حل المشكلات بالتخطيط	عاملات	118	13.7881	2.78535	1.291	0.198 غ. د.
	غير عاملات	111	14.2703	2.86339		
تنظيم الوقت	عاملات	118	12.6356	3.16678	0.664	0.507 غ. د.
	غير عاملات	111	12.9099	3.07940		
البناء المعرفي	عاملات	118	14.7119	3.23470	2.023	0.05
	غير عاملات	111	15.5766	3.23208		
أ - درجة الضغوط الإيجابية الكلية	عاملات	118	89.9746	14.64653	0.004	0.997 غ. د.
	غير عاملات	111	89.9820	14.53709		

الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من المتزوجات العاملات وغير العاملات بمدينة جدة

يتضح من الجدول (15) أن قيمة إختبار (ت) دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) حيث تؤكد على وجود فروق في الإستجابات على أسلوبين من أساليب مواجهة الضغوط الايجابية باتجاه العاملات هما أسلوب الايجابية والبحث عن الدعم الاجتماعي بنسبة متوسط الاختلاف بلغت (4.5% - 4.06%) ، أي أن هناك تأثير للعمل على الاستجابة لهذين البعدين كما أكدت وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) باتجاه غير العاملات في الاستجابة على أسلوب البناء المعرفي. أما بقية الأساليب لمواجهة الضغوط الايجابية ودرجته الكلية لم تظهر فروقاً في الاستجابة على المقياس بين المتزوجات العاملات والمتزوجات غير العاملات مما يعني أنه لم يكن هناك فروق دالة وبناءً عليه تم قبول الفرض. ومن خلال العرض السابق يتضح قبول الفرضية

خامساً : نتائج الفرض الخامس :

الذي ينص على "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أساليب مواجهة الضغوط السلبية (أبعاد ودرجة كلية) بين المتزوجات العاملات والمتزوجات غير العاملات". وللتأكد من صحة هذا الفرض أجرت الباحثة اختبار " ت " للعينات المستقلة للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة الكلية في متوسطات الدرجات الكلية لأبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط السلبية بين المتزوجات العاملات والمتزوجات غير العاملات .

جدول (16) . نتائج اختبار استجابات أفراد عينة الدراسة الكلية بين متوسطات درجات أبعاد أساليب مواجهة الضغوط السلبية بين المتزوجات العاملات والمتزوجات غير العاملات (ن=229)

أبعاد مواجهة الضغوط السلبية :	متزوجات : ن	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة اختبار (ت)	مستوى الدلالة
تجنب المواقف والتحول عنه	عاملات 118	9.6102	3.54226	2.201	0.05
	غير عاملات 111	10.6757	3.78313		
الانعزال	عاملات 118	8.5763	3.61953	0.913	0.362 غ . د
	غير عاملات 111	9.0270	3.85052		
ممارسة عادات معينة	عاملات 118	3.3051	3.93431	1.591	0.113 غ . د
	غير عاملات 111	2.5495	3.23823		
العدوان	عاملات 118	4.6610	3.54753	0.934	0.351 غ . د
	غير عاملات 111	4.2342	3.35195		
الاسترخاء	عاملات 118	10.1864	4.13439	0.217	0.828 غ . د
	غير عاملات 111	10.0721	3.81078		
وسائل الدفاع	عاملات 118	9.8729	3.39569	0.548	0.584 غ . د
	غير عاملات 111	9.6396	3.01750		
الاقتصار على الممارسات الدينية	عاملات 118	15.3814	3.24214	0.716	0.475 غ . د
	غير عاملات 111	15.6847	3.16223		
ب - درجة الضغوط السلبية الكلية	عاملات 118	61.5932	13.34566	0.166	0.869 غ . د
	غير عاملات 111	61.8829	13.09041		

يتضح من الجدول (16) قبول الفرضية حيث يتضح أنه لا تأثير للعمل على الإستجابات على مقياس أساليب مواجهة الضغوط السلبية لكلا العينتين المتزوجات العاملات والمتزوجات غير العاملات مما يعني أنه لا يوجد تأثير للعمل في الاستجابة على هذا المقياس إلا في أسلوب واحد فقط وهو أسلوب تجنب الموقف والتحول عنه حيث بلغت قيمة ت (- 2.201) أي وجدت فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين استجابات المتزوجات العاملات وغير العاملات في مقياس أساليب مواجهة الضغوط السلبية وذلك باتجاه غير العاملات. ومن خلال العرض السابق يتضح قبول الفرضية:

توصيات الدراسة :

في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة وما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج فإن الباحثة تتقدم ببعض التوصيات التي من شأنها أن تفيد المتزوجات العاملات وغير العاملات وأسرهاهم والمؤسسات المهنية ومن هذه التوصيات ما يلي:

1. إعداد برامج ارشادية لتنمية الذكاء الانفعالي للمتزوجات العاملات وغير العاملات .

أنفال بنت محمد عمر بن تاج الدين جاوي

2. الاهتمام بضرورة توفير الوعي المعرفي عن الأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط النفسية للمتزوجات غير العاملات.
3. إنشاء وحدة إرشادية خاصة بالجامعة ومؤسسات العمل المختلفة تهتم بالمرأة العاملة وغير العاملة والمتزوجات منهن بشكل خاص، ومساعدتهن على تخطي الأزمات والضغوط بتفعيل وتنمية الذكاء الانفعالي من خلال البرامج التدريبية الإرشادية والوقائية والعلاجية والتعرف على أساليب مواجهة الفعالة للضغوط والمواقف الصعبة.
4. تطبيق برامج إرشادية وقائية وعلاجية تركز على تعزيز الخبرات التي من شأنها تنمية أساليب مواجهة الضغوط النفسية التي تحدث للمتزوجات العاملات وغير العاملات في حياتهم. وكما لا بد أن تتنوع هذه البرامج الإرشادية إلى برامج اقتصادية واجتماعية ودينية ونفسية بهدف مواجهة كافة الظروف الصعبة.
5. الاهتمام بإجراء البحوث والدراسات عن المرأة والتي تتناول أدوارها المختلفة في الأسرة والعمل وتقديم كل ما من شأنه أن يساعدها في حل مشكلاتها وتطوير مهاراتها.

المراجع

- 1- Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. New York: Bantam Book.
- 2 - أبو حطب، فؤاد عثمان (1996). القدرات العقلية. القاهرة. مكتبة الأنجلو المصرية
- 3- Goleman, D. (1998). Working with Emotional Intelligence. NewYork : Bantam Books.
- 4- Bar-On, R. and Parker, J.D.A. (2000). The handbook of Emotional Intelligence. San Francisco: Jossey – Bass.
- 5- Mayer, J.D. Caruso, D.R. and Salovey, P . (1999). Emotional Intelligence Meets Traditional Standards for Intelligence. Intelligence. 27 (4).267-298.
- 6 - جولمان ،دانيل (2000). الذكاء العاطفي. ترجمة: ليلي الجبالي، الطبعة الأولى. سلسلة عالم المعرفة ، مطابع الوطن. الكويت. 2000.
- 7 - الديدي، رشا عبد الفتاح (2005). استبيان الذكاء الانفعالي. القاهرة. مكتبة الأنجلو المصرية 1981 Price,
- 8 - السمادوني، السيد إبراهيم. (٢٠٠١). الذكاء الوجداني والتوافق المهني للمعلم، دراسة ميدانية على عينة من المعلمين والمعلمات بالتعليم الثانوي العام، م. ١٥٢ - عالم التربية، 3 (152). 63-81 .
- 9 - طيب، فهد محمد. (١٤٢٧). الذكاء العاطفي في السيرة النبوية وتطبيقاته في الإدارة التربوية ، رسالة ماجستير غير منشورة، مكة المكرمة: جامعة أم القرى.
- 10 -الضريبي، عبد الله (2010). أساليب مواجهة الضغوط النفسية المهنية وعلاقتها ببعض المتغيرات "دراسة ميدانية على عينة من العاملين بمصنع زجاج القدم بدمشق. مجلة جامعة دمشق ، 26 (4): 669-675.
- 11 موقع وزارة الاقتصاد والتخطيط الهيئة العامة للإحصاء المملكة العربية السعودية ، مسح الخصائص السكانية.(2017). <https://www.stats.gov.sa>
- 12 -الخولي، هشام عبدالرحمن (2002). الذكاء الوجداني كدالة للتفاعل بين الجنس وتقدير الذات والسعادة والقلق لدى عينة من طلاب المرحلة الجامعية ، مجلة كلية التربية بينها ، 12 (52). 118 – 158 .
- 13 -العززي، أحمد قريبان (2011). مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية. مجلة حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية، كلية الآداب، جامعة القاهرة. الحولية 7، الرسالة 2.
- 14 معمريّة، بشير(2005). "الذكاء الوجداني مفهوم جديد في علم النفس"، مجلة التربية، الجديدة المغرب ، مطبعة النجاح، الدار البيضاء (16): 53-54.
- 15 -سعيد ، سعاد جبر (2008). "الذكاء الانفعالي وسيكولوجية الطاقة اللامحدودة"، عالم الكتب الحديث، إربد الأردن
- 16- Pfeiffer, S. (2001). Emotional intelligence, popular but elusive contrast. General of Roeper Review, 23 (3):138-142.
- 17- Mayer, J.D. & Caruso, D.R. and Salovey, R. (1999). Emotional- Intelligence Meets Additional Standards for an Intelligence. General of Intelligence, 27 (4):267-298.
- 18- Mayer, J. D. and Geher, G. (1996). Emotional intelligence and the identification of emotion. Intelligence, 22(2): 89-114.

الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من المتزوجات العاملات
وغير العاملات بمدينة جدة

- 19- Mayer, J.D. and Salovey, P. (1995). Emotional Intelligence and the construction and regulation of feelings. *General of Applied and Preventive psychology*, 4 (3):125-159.
- 20- George, J.M. (2000). Emotion and leadership: The Role of Emotional Intelligence, *Journal of Human Relations*, 53 (8):1033-1047.
- 21- الدردير ، عبد المنعم أحمد (٢٠٠٤). دراسات معاصرة في علم النفس المعرفي ، ج ١ ، القاهرة : عالم الكتب
- 22 -أبو حطب، فؤاد عثمان (1996). القدرات العقلية. القاهرة. مكتبة الأنجلو المصرية
- 23- Gardner, H. (1993) . *Frames of mind, The Theory of Multiple Intelligences. Second Edition, Fontana Press, Great Britain*
- 24 خليفة ، هدى عاصم محمد (2004). نوعية الحياة وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى المرأة العاملة. رسالة ماجستير. جامعة عين شمس.
- 25 -المصري، محمد. (2007). دراسة مقارنة بين المتفوقين تحصيلياً والعاديين من طلبة المرحلة الجامعية. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، 31 (2):157-175.
- 26 -علوان، أحمد (2011). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الأقصى، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 7 (2) . 144-125.
- 27 -أبو راسين، محمد بن حسين (2015). أنماط التعلق في علاقتها بكل من الذكاء الوجداني والإبداع الوجداني لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية. جامعة جازان .مجلة الارشاد النفسي ، مركز الارشاد النفسي ، (4) . 221-133
- 28- Moss, R.H. (1986). *Life Transitions and Crises: A conceptual overview W. in H. Moos (Ed), coping with life crises: an integrate Approach New York.*
- 29- Wolman, B. et.al.(1972).*Dictionary of Behavioral . 4 Sciences 4 Sciences Macmillam. Academic Stress among School Going Adolescents In Relation To Their Emotional Intelligence*“-
- 30 إبراهيم، لطفي عبد الباسط (1994). عمليات تحمل الضغوط في علاقتها بعدد، من المتغيرات النفسية لدى المعلمين، مجلة مركز البحوث التربوية، 5(95).96-128، جامعة قطر .
- 31 الطبريري، عبد الرحمن (1994).الضغط النفسي، مفهومه، تشخيصه، طرق علاجه ومقاومته ، الرياض مطابع شركة الصفحات الذهبية.
- 32 -السهلي، عبدالله حميد (1431هـ - 2010م). أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الشباب من المرضى المترددين على مستشفى الطب النفسي بالمدينة المنورة وغير المرضى. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة.
- 33 -بويكر ، عائشة (2007). العلاقة بين صراع الأدوار والضغط النفسي لدى المرأة العاملة ، رسالة ماجستير غير منشورة، قسنطينة: جامعة منتوري. الجزائر
- 34- Peter, R.; Vagg Charles, D. Spielberger. and Carol F. Wasala (2002). *Effects of Organizational Level and Gender on Stress in the Workplace. International Journal of Stress Management*, (9): 243. 62-79.
- 35 سرور، سعيد (2003). مهارات مواجهة الضغوط في علاقتها بكل من الذكاء الوجداني ومركز التحكم ، مجلة مستقبل- التربية، المجلد التاسع 29(9) . 46-45.
- 36 حسن، صادق عبده (2011).الضغوط النفسية وعلاقتها بالذكاء الوجداني لدى طلبة الجامعة في اليمن والجزائر " دراسة مقارنة " . رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الجزائر.
- 37 - مزياي، حمزة (2012).الذكاء الوجداني وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية عند الأحداث الجانحين نزلاء مؤسسات إعادة التربية : دراسة ميدانية ،جامعة الجزائر 2 ، الجزائر. منشور أونلاين
- 38 -الضريبي، عبد الله (2010).أساليب مواجهة الضغوط النفسية المهنية وعلاقتها ببعض المتغيرات "دراسة ميدانية على عينة من العاملين بمصنع زجاج القدم بدمشق. مجلة جامعة دمشق ، 26 (4): 675-669.

Emotional intelligence and its relationship to stress coping styles in a sample of females: married workers and non-workers in Jeddah City

Anfal Bent Mohamed Omer Ben Tag El-Din G.

Faculty of Arts and Humanities - King Abdul-Aziz University,
Jeddah-Saudi Arabia

ABSTRACT

This study investigated the connection between emotional intelligence and psychological stresses coping. In this study the descriptive approach was applied on a sample of (229) married women (118 workers and 111 non-workers), in Jeddah city (2016/2017). Furthermore, the study applied (Alkholi,2002) stress coping styles scale, (Alanzi,1999) standard for stress coping. The finding of this research suggests that there is a connection proved statistically between the positive total score of emotional intelligence and stress coping from the selected sample. (Workers and and non-workers).

The results showed a statistical significance between the total degree of emotional intelligence and five styles of coping with the positive stresses out of seven (positive, self-control, problem solving by planning, time management and cognitive building style) in favor of the married women workers. The results also showed that there was no statistically significant relationship between the total score of emotional intelligence and the total degree of negative coping style from the selected sample. (Workers and non-workers).The results presented that there is statistical significance between the total degree of emotional intelligence and three of the styles of coping negative stress out of seven (isolation, aggression and relaxation style)in favor of the married women workers .There was also a statistical significance of the value of T test at the level of significance (0.01 and 0.05) in four dimensions of the emotional intelligence measure between married worker and non-worker married women, moreover, the results also confirmed the existence of differences in favor of the married worker women sample of the total degree and that dimensions. The results showed that there were statistically significant differences in the responses to two styles of coping with the positive stresses in favor of the married women workers, namely the positive and the search for social support, while the presence of statistically significant differences in favor of non-workers married women in response to the style of cognitive construction (0.05).While there were no statistically significant differences between the average responses of married worker and non-worker women in styles of coping with negative stresses (dimensions and total degree). The recommendations of the study are concerned with the preparation of training programs for personal dealing with the development of emotional intelligence skills for married worker and non-worker women. Additionally, important attention to provide the awareness for non-worker married women about styles of coping positive psychological stresses.

Key words: Emotional intelligence - styles of coping with psychological stress - married worker women and non-worker women.