



جامعة زيان عاشور الجلفة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس والفلسفة



الذكاء الانفعالي و علاقته بقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى

دراسة ميدانية في جمعية كافل اليتيم بالجلفة

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي

إشراف الدكتور :

حربي سليم

إعداد الطالبتان :

عابد كريمة

عروي فطيمة

الموسم الجامعي : 2022/2023



شكر وعرافان

الحمد لله الذي تتم بنعمته الصالحات , حمدا تدوم به النعمة وتزول به النقمة
ويستجاب به الدعاء , ويزيد الله من فضله ما يشاء ان اعاننا على إتمام هذا العمل
المتواضع

أتقدم بجزيل الشكر والعرافان والتقدير الى الأستاذ المشرف الدكتور حربي سليم
الذي غرس فينا بذرة الجد والاجتهاد

كما أتقدم بجزيل الشكر الى اللجنة الموقرة على قبولهم مناقشة هذه

المذكرة فالشكر الجزيل لهم جميعا

وأیضا لاننسى بالذكر مدير جمعية كافل الیتیم بالجلفة الذي خصص لنا جزء من
وقته

واشكر أيضا في هذا السياق كل عمال وأساتذة بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
وكذلك الى كل زملائي تخصص علم النفس العيادي

والحمد لله الذي تتم بنعمته الصالحات

الاهداء1

الى ملاكي في الحياة , الى معنى الحب ، الى معنى الحنان و التفاني , الى بسمة
الحياة وسر الوجود، الى اغلى الحبايب

امي الغالية

الى من كلله الله بالهيبة والوقار , الى من علمني معنى العطاء دون مقابل، الى
من احمل اسمه بكل افتخار

ابي الغالي

الى اخوتي واخواتي ، محبة ووفاء انتم سندي وحزام ظهري وفلذة كبدي
الى القربين من القلب والدا عمين والمساندين في السراء والضراء

شكرا لكم

الى رفاق الخطوة الأولى والخطوة الأخيرة الى من كانوا في سنوات العجاف سحبا
ممطرة لنا

انا ممتنة لكم جدا

بقلم كريمة

الاهداء 2

عندما بدأت في كتابة اهداء مذكرة التخرج بدأت ب أمي الحبيبة فمتلات الصفحة ولم تكتمل المشاعر

اللهم إنها قطعة من روعي ضحت بالكثير من أجلي سندي ومسندي في الحياة هي مأمني وأماني والله انها أغلى البشر حبيبي أمي أسمها عائشة امرأة صابرة مناضلة تضحي بكل شيء من اجل سعادة بناتها

إلى صاحب السيرة العطرة , والفكر المستنير , فلقد كان له الفضل الأول في بلوغي التعليم العالي جدي الغالي رحمه الله تعالى

إلى كتفي ومسند ظهري الذي ألجأ اليه في كل حين أبي الغالي ادامك وشفاك الله لنا ,

إلى أخواتي , من كان لهم الأثر في كثير من العقبات والصعاب الى جميع أساتذتي الكرام , الذين لم يتوانوا في مد يد العون لي .

بقلم فطيمة

ملخص الدراسة

ملخص الدراسة باللغة العربية

هدفت هذه الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى , وأيضا التعرف اذا ماكنت هناك علاقة بين ابعاد الذكاء الانفعالي و هي (التعاطف ، تسيير الانفعالات ، معرفة الانفعالات الذاتية ، تنظيم الانفعالات (وقلق المستقبل

وقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي وذلك بتطبيق مقياس الذكاء الانفعالي من اعداد **عمر جعيج هامل منصور** ومقياس قلق المستقبل من اعداد **زينب شقير** تم توزيعهم على مجتمع الدراسة الذي بلغ عددهم 25 من الأطفال اليتامى خلال شهر جانفي 2023 و تمت المعالجة الإحصائية للنتائج بواسطة برنامج spss, وبعد القيام بالمعالجة الإحصائية توصلت الدراسة الى النتائج الاتية الذكر :

_توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى .

_توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التعاطف وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى

_توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تنظيم الانفعالات وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى .

_توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تسيير الانفعالات وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى .

الكلمات المفتاحية :

الذكاء الانفعالي، قلق المستقبل ، الأطفال اليتامى .

Abstract of the study in English

Abstract of the study in English

This study aimed to reveal the relationship between emotional intelligence and future anxiety among orphaned children, and also to identify if there is a gap between the dimensions of emotional intelligence, which are (empathy, emotion management, self-knowledge of emotions, .emotion regulation) and future anxiety

The descriptive approach was relied upon by applying the emotional intelligence scale prepared by Omar Geage Hamel Mansour and the future anxiety scale prepared by Zainab Shuqair. They were distributed to the study population, which numbered 25 orphaned children during the month of January 2023, and the results were statistically processed by the spss program, and after Carrying out the statistical :treatment, the study found the following results

There is a statistically significant relationship between _ emotional intelligence and future anxiety among orphaned .children

There is a statistically significant relationship between _ .sympathy and future anxiety among orphaned children

There is a statistically significant relationship between _ emotion regulation and future anxiety among orphaned .children

Abstract of the study in English

**There is a statistically significant relationship between _
emotion management and future anxiety among orphaned
.children**

**Keywords: emotional intelligence, future anxiety, orphaned
.children**

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات :

الصفحة	المحتويات
	شكر و عرفان
	الاهداء 1
	الاهداء 2
	ملخص الدراسة باللغة العربية
	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية
	قائمة الجداول
	قائمة الملاحق
	مقدمة
	الجانب التمهيدي
5	01_ الإشكالية
6	02_ الفرضيات
7	03_ أهمية الدراسة
8	04_ أهداف الدراسة
13	05_ تحديد المفاهيم والمصطلحات
13	06_ الدراسات السابقة
	الباب الأول : الجانب النظري
	الفصل الأول : الذكاء الانفعالي
19	تمهيد
20	01_ ماهية الذكاء الانفعالي
22	02_ التطور التاريخي للذكاء الانفعالي
25	03_ النماذج المفسرة للذكاء الانفعالي
27	04_ خصائص الذكاء الانفعالي
29	05_ أبعاد الذكاء الانفعالي
29	06_ مكونات الذكاء الانفعالي
31	07_ أهمية الذكاء الانفعالي
32	08_ طرق قياس الذكاء الانفعالي

34 خلاصة
	الفصل الثاني: قلق المستقبل
35 تمهيد
36 01_ ماهية قلق المستقبل
37 02_ النظريات المفسرة للقلق
38 03_ أنواع القلق
47 04_ أعراض القلق
48 05_ مؤشرات وجود قلق المستقبل
48 06_ التفسير الفيزيولوجي لقلق المستقبل
50 07_ تشخيص قلق المستقبل
50 08_ طرق علاج قلق المستقبل
54 خلاصة
	الفصل الثالث : اليتيم
57 01_ تعريف اليتيم
58 02_ الحاجات النفسية لليتيم
	الباب الثاني : الجانب التطبيقي
	الفصل الأول : الإجراءات المنهجية
61 تمهيد
62 01_ الدراسة الاستكشافية
62 02_ منهج الدراسة
63 03_ الأطار الزمني والمكاني للدراسة
64 04_ وصف عينة الدراسة
64 05_ وصف أدوات الدراسة وتطبيقها
68 06_ الخصائص السيكومترية
76 07_ مجتمع الدراسة
76 08_ الأساليب الإحصائية المعتمدة
	الفصل الثاني : عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة
79 01_ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى ...
80 02_ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية ...
81 03_ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة ...
82 04_ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة ...

83	05_ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية العامة...
98	خاتمة واقتراحات
102	قائمة المصادر والمراجع
107	الملاحق

قائمة الجداول :

الرقم	عنوان الجداول	الصفحة
1	يوضح بدائل الفقرات الإيجابية السلبية لمقياس الذكاء الانفعالي	65
2	يوضح الفقرات السلبية والايجابية لمقياس الذكاء الانفعالي	66
3	يوضح المحاور المكونة لمقياس قلق المستقبل	68
4	يوضح معاملات الارتباط لكل بند ببعده لمقياس الذكاء الانفعالي	68
5	يوضح معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية للمقياس	71
6	يبين الارتباطات الداخلية لمقياس قلق المستقبل	71
7	يوضح اختبار [ت] للفروق بين فئات متنوعة في مستوى قلق المستقبل	73
8	يبين معامل الثبات بتطبيق معالجة معامل الفا	75
9	يمثل الإحصاء الوصفي المتبع في معالجة نتائج الفرضية الأولى	79
10	يمثل درجة الارتباط بين متغيرات الفرضية الأولى	80
11	يمثل الأساليب الإحصائية المتبعة في معالجة الفرضية الأولى	81

82	يمثل الإحصاء الوصفي المتبع في معالجة نتائج الفرضية الثانية	12
83	يمثل درجة الارتباط بين متغيرات الفرضية الثانية	13
84	يمثل الأساليب الإحصائية المتبعة في معالجة الفرضية الثانية	14
85	يمثل الإحصاء الوصفي المتبع في معالجة الفرضية الثالثة	15
86	يمثل درجة الارتباط بين متغيرات الفرضية الثالثة	16
87	يمثل الأساليب الإحصائية المتبعة في معالجة الفرضية الثالثة	17
88	يمثل الإحصاء الوصفي المتبع في معالجة نتائج الفرضية الرابعة	18
89	يمثل درجة الارتباط بين متغيرات الفرضية الرابعة	19
90	يمثل الأساليب الإحصائية المتبعة في معالجة الفرضية الرابعة	20
90	يمثل الإحصاء الوصفي المتبع في معالجة الفرضية العامة	21
91	يمثل درجة الارتباط بين متغيرات الدرجة العامة	22
92	يمثل الأساليب الإحصائية المتبعة في معالجة الفرضية العامة	23

قائمة الاشكال والملحق

قائمة الملحق :

الرقم	عنوان الملحق
01	المقاييس المطبقة
02	أوراق spss

مقدمة :

يعتبر الذكاء بمثابة القدرة الفائقة في احدى حقول الحياة ومجالاتها المتعددة كونه لا يقتصر على القدرة العقلية المجردة فقط ، وانما هو القدرة الفائقة في مجال حيوي عقليا كان ام يدويا وغيرهم من المجالات وان ظهرت قدرة عقلية في مجال ما لايعني ان لديه مثل هذه القدرات في كل المجالات

يعد الذكاء الانفعالي مفهوم عصري حديث له تاثيرات واضحة ومهمة في حياة كل فرد، بحيث يكون شخص متزن انفعاليا قادر على التعبير عن مشاعره ببساطة ووضوح ، وقد اخذ مفهوم الذكاء الانفعالي الحيز الأكبر والاهتمام البالغ خلال العقود الثلاثة الأخيرة في الدراسات والأبحاث النفسية والاجتماعية التي تناولت هذا الموضوع فالنظرة الحديثة للانفعالات تعترف باهميتها في حياة الانسان وانها ليست عملية منفصلة عن عملية التفكير بل عمليات متداخلة ومكملة لبعضها البعض فالجانب المعرفي لدى الانسان يسهم إيجابيا في العملية الانفعالية من خلال التفسير الموقف الانفعالي ومن خلال عملية التعبير عنه يمكن ان يسهم سلبا من خلال التفسير الخاطئ للموقف من جانب أخرى فمن الممكن ان

يسهم الانفعال في ترشيد التفكير فالمزاج الإيجابي يحل المشكلات والمزاج الحزين يساعد التفكير الاستدلالي وفحص البدائل المتاحة كما ان المشاعر الإيجابية تساعد

على تصنيف وتنظيم المعلومات (اخضر ، 07: 2002)

اما القلق فيعتبر من العوامل الأساسية للصحة النفسية حيث يعد من الانفعالات التي تصيب الانسان ويشكل المفهوم الأساسي في علم الامراض العقلية والنفسية حيث

احتل القلق في الفترة الأخيرة الصدارة من بين الاضطرابات النفسية لدرجة ان بعضهم اطلق على العصر الذي نعيش فيه بعصر القلق

وانطلاقا من هذا الطرح ولمعرفة العلاقة التي تجمع بين الذكاء الانفعالي وقلق المستقبل تطرقنا لهذه الدراسة التي تمت على عينة من الأطفال اليتامى في مركز كافل اليتيم بالجلفة وانقسمت الدراسة الى ثلاثة جوانب اساسية وهي كلاتي :

الجانب التمهيدي : ضم كل من الإشكالية والفرضيات و أهمية واهداف الدراسة بلاضافة الى تحديد المفاهيم والمصطلحات و أخيرا الدراسات السابقة .

الجانب النظري : احتوى على فصلين هما :

الفصل الأول : الذكاء الانفعالي (مفهومه و انواعه و مؤشرات وجوده و النظريات المفسرة له و أهميته وأخيرا طرق قياسه)

الفصل الثاني : قلق المستقبل (ماهيته و انواعه و مؤشرات وجوده و نظرياته أيضا التفسير الفيزيولوجي للقلق بلاضافة الى تشخيصه و أخيرا الدراسات السابقة للقلق)

الجانب التطبيقي :تناول فصلين هما :

الفصل الأول : الإجراءات المنهجية للدراسة واشتملت على (المنهج المتبع و الدراسة الاستطلاعية و عينة ومجتمع وحدود الدراسة أيضا أدوات جمع البيانات بلاضافة الى ابراز الخصائص السيكومترية لادوات الدراسة وأخيرا الأساليب الإحصائية)

الفصل الثاني : عرض وتحليل ومناقشة النتائج يتضمن مايلي (عرض ومناقشة وتحليل النتائج الاولى والثانية والثالثة والرابعة بلاضافة الى استنتاج عام و خاتمة للدراسة الحالية)

الجانب التمهيدي :

01 : الإشكالية

02 : الفرضيات

03 : أهمية الدراسة

04 : اهداف الدراسة

05 : تحديد المفاهيم والمصطلحات

06 : الدراسات السابقة

01 : الإشكالية :

تشكل الرعاية الاسرية الطبيعية الجزء الأكبر من حياة الفرد الارشادية و التوجيهية حيث تعتبر مرحلة الطفولة بمثابة الركيزة الأساسية لمرحلة تاسيس الحياة والتلقي والاستقبال فاي خلل يطرا على الاسرة يؤثر حتما على الطفل دون سن البلوغ حيث يكون بحاجة ماسة للرعاية الوالدية والاسرية لما لها من دور فعال في البناء النفسي و الاجتماعي للشخصية حاضرا ومستقبلا واذ تطلع الفرد الى ماضيه لوجد سلسلة متعاقبة من حالات القلق وتزداد تبعا لاحداث الحياة وللذكاء الانفعالي دور في هندسة الذات وتفعيل مساراتها وحيويتها في التوافق مع الذات والآخرين فالذكاء الانفعالي يوظف في مجالات الحياة المختلفة وهو أيضا مجموعة من الصفات الشخصية و المهارات الاجتماعية و الوجدانية التي تمكن الشخص من فهم مشاعره وانفعالات الآخرين ومن ثم يكون اكثر قدرة على ترشيد حياته النفسية والاجتماعية انطلاقا من هذه المهارات

(مصطفى ابواسعد,2004,2)

ويعتبر المستقبل مساحة لتحقيق الرغبات والطموحات والاهداف وتحقيق الذات وقد اصبح قلق المستقبل واضحا في مجتمع يغزوه التغير و التقلب السريع وترتبط هذه الظاهرة بمجموعة من التغيرات كروية الواقع بطريقة سلبية انطلاقا من المشكلات الحياتية وقد اعتبر القلق من المستقبل سمة من سمات هذا العصر فالتطور و التقدم الحضاري و التكنولوجي و التغيرات السريعة المتلاحقة ساهمت في جعل الانسان يقف قلقا وسط هذه العجلة الحضارية ساعي للبحث عن الطمانينة

و السكنينة فلا يجدها ويسعى جاهدا الى تحقيق هدفه في الحياة لذلك فالقلق من المستقبل نوع من أنواع القلق الذي يشكل خطرا على صحة الافراد وانتاجاتهم وقد يكون القلق ذاته بدرجة عالية فيؤدي الى الاختلال في توازن الفرد مما يكون له اكبر اثر على الفرد سواء من الناحية العقلية او الجسمية او السلوكية

الا انه لا توجد دراسات سابقة تناولت موضوعي الذكاء الانفعالي وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى وذلك في حدود البحث في هذه

الدراسة مما أدى بنا لجعله موضوعا للبحثنا الحالي ومن هذا وذاك نتوصل الى طرح التساؤل الاتي الذكر :

• هل توجد علاقة بين الذكاء الانفعالي و قلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى ؟
وانبثقت منه التساؤلات الاتية :

1_ هل توجد علاقة بين تسيير الانفعالات وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى ؟
2_ هل توجد علاقة بين معرفة الانفعالات الذاتية وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى ؟

3_ هل توجد علاقة بين التعاطف وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى ؟

4_ هل توجد علاقة بين تنظيم الانفعالات وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى ؟

02_ الفرضيات :

02_1_ الفرضية العامة :

❖ توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى .

02_2_ الفرضيات الجزئية :

1. توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تسيير الانفعالات وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى .

2. توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين معرفة الانفعالات الذاتية وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى .

3. توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التعاطف وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى .

4. توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تنظيم الانفعالات وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى .

03_ أهمية الدراسة :

تكمن أهمية الدراسة الحالية في :

- انها تتناول دراسة الذكاء الانفعالي كمفهوم حديث العهد
- وضع خطط لتكوين مختصين نفسانيين في الجمعيات الاوائية للاهتمام بالبناء النفسي والفكري للطفل اليتيم

- تسليط الضوء على مدى تأثير كل من الذكاء الانفعالي وقلق المستقبل على الطفل اليتيم
- التركيز على الأثر الذي يتركه قلق المستقبل على الطفل اليتيم وعلى المحيطين به

04_ أهداف الدراسة ;

- تسعى هذه الدراسة لتحقيق مجموعة من الأهداف يمكن تلخيصها فيمايلي:
- التحقق من طبيعة العلاقة بين الذكاء الانفعالي وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى
 - تحديد العلاقة لدى الأطفال اليتامى التي تجمع بين تسيير الانفعالات التي تشمل عملية التفكير بهدف تحسينه وذلك بافساح المجال امام الانفعالات لكي توجه الانتباه وبين قلق المستقبل
 - ابراز الرابط الذي يوصل التعاطف مع الاخرين من خلال الإحساس بمشاعرهم والقدرة على فهمها ومع مستوى قلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى
 - الكشف عن العلاقة بين ادراك الانفعالات الذاتية من خلال قدرة الفرد على التعرف على المحتوى الانفعالي للملامح والسلوكات وبين قلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى
 - محاولة تحديد العلاقة بين تنظيم الانفعالات وهي إدارة وتوجيه الانفعالات وضبط النفس وبين قلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى

05 _ تحديد المفاهيم والمصطلحات :

05_1 _ مفهوم الذكاء الانفعالي :

5_1_1 _ التعريف اللغوي:

1 : الذكاء لغة: هو حدة الفؤاد , واليقظة وسرعة الفطنة والبديهة وقلب ذكي وصبي ذكي اذا هو سريع الفطنة , والذكاء في الفهم ان يكون فهما تاما سريع القبول .

2_ الانفعال لغة : مشتقة من ردود الفعل , والفعل كناية عن كل عمل متعدد او غير متعدد , فقولنا فعلت الشيء فانفعل كقولنا كسرت الشيء فانكسر , فالانفعال استجابة غير شرطية للمثير وتكون عن غير قصد . (جبر , 2015 , ص 43)

05_1_2 _ التعريف الاصطلاحي :

عرفه **جولمان (1998)** الذكاء الانفعالي بانه القدرة على معرفة مشاعرنا ومشاعر الاخرين لتحفيز ذواتنا و إدارة انفعالاتنا بشكل فعال داخل انفسنا وفي علاقتنا مع الاخرين

كما عرفه **ويسينجر (1998)** بانه الاستخدام الذكي للانفعالات فالفرد يجعل انفعالاته تعمل لصالحه من خلال استخدامها في توجيه سلوكه وتفكيره بطرق ترفع من نتائجه

05_1_3 _ التعريف الاجرائي :

هو قدرة الفرد على فهم مشاعره وانفعالاته وادراتها وتوجيهها والتفهم العطوف
للاخرين مما يؤدي الى بناء علاقات اجتماعية ايجابية معهم ، و هي الدرجة التي
يتحصل عليها المفحوص وفق مقياس الذكاء الإنفعالي المطبق في الدراسة الحالية

05_2_ قلق المستقبل :

05_2_1_ القلق :

05_2_2_ التعريف اللغوي :

القاف واللام و القاف كلمة تدل على الازعاج يقال قلق يقلق قال ابن منظور : القلق
انزعاج يقال بات قلقا و اقلقه غيره فقلق و اقلق الشيء من مكانه وقلقه حركه وقد اقلقه
فقلق القلق الانزعاج من قولهم قلق الشيء قلقا فهو قلق وقلق الهم وغيره فلانا ازعجه
وقلق يقلق قلقا لم يستقر في مكان واحد ولم يستقر على حال وقلق فلان اضطراب
وانزعج فهو قلق و اقلقت الناقة قلق ما عليها والمقلاق الشديد القلق يستوي فيه
المذكر والمؤنث يقال : رجل مقلاق وامرأة مقلاق ومقلاق الوشاح أي لا يثبت
الوشاح على خصرها لرقته

(لسان العرب ابن منظور دار المعارف 422)

وقد اختلفت الآراء حول تحديد معنى القلق فقد وردت في مجمع اللغة العربية قلق
_ قلقا : لم يستقر في مكان واحد وقلق لم يستقر على حال وقلق اضطرب وانزعج
فهو قلق و اقلق الهم فلان

ازعجه وقد اقر المجمع استخدام القلق بوصفه حالة انفعالية تتميز بالخوف مما قد يحدث والمقلق : الشديد القلق

(احمد عبدالواحد عبدالرحمان , بناء مقياس القلق الامتحاني ص 65)

05_2_3_ التعريف الاصطلاحي :

يعرفه حامد زهران القلق بانه حالة توتر شامل ومستمر نتيجة توقع تهديد خطر فعلي او رمزي قد يحدث ويصحبها خوف غامض واعراض نفسية جسمية

(حامد عبدالسلام زهران 1997 ص 484)

وحسب فرويد القلق هو شي ما يشعر به الفرد وهو حالة انفعالية نوعية غير سارة لدى الكائن العضوي ويتضمن مكونات ذاتية فيزيولوجية وسلوكية تذكر بين الحين والآخر بشكل ضيق في الصدر او التنفس او الم في المعدة او زيادة في دقات القلب

(ابو حطب فؤاد , القدرات العقلية ص 36)

القلق انفعال شعوري مؤلم مركب من الخوف من المستقبل وتوقع الخطر او توقع عقاب او الشر أي انه يتضمن تهديدا داخليا او خارجيا للشخصية و القلق يختلف عن الخوف في ان الخوف هو الخشية من شي في العالم الخارجي

(عباس عوض 1979 ص 78)

05_2_4 _ التعريف الاجرائي :

هو شعور عام غامض غير سار مبالغ فيه خارج نطاق سيطرة المريض وهو حالة من الخوف الشديد الذي يمك الانسان ويسبب له الكثير من الضيق والالم وحسب فرويد القلق هو شئ ما يشعر به الفرد و الانسان او حالة انفعالية نوعية غير سارة لدى الكائن العضوي ويتضمن مكونات ذاتية فيزيولوجية وسلوكية تذكر بين الحين والاحر بشكل ضيق في الصدر او التنفس او الم في المعدة او زيادة في دقات القلب

(ابوخطب فؤاد , القدرات العقلية ص 36)

05_3_3 _ قلق المستقبل :

5_3_1 _ التعريف الاصطلاحي :

يعرف احمد عبد الخالق قلق المستقبل هو انفعال غير سار وشعور مكرر بالتهديد او هم مقيم وعدم الراحة والاستقرار مع الإحساس بالتوتر وخوف دائم لا مبرر له من الناحية الموضوعية وغالبا مايتعلق هذا الخوف بالمستقبل المجهول

(شعيب علي محمود , قائمة قلق الاختبار 1988 ص 96)

ويعرفه زبيجنيوس زاليسكي قلق المستقبل بانه التوقعات السالبة اتجاه المستقبل على المستوى الشخصي والمحلي و العالمي

05_3_2 _ التعريف الاجرائي :

ترى زينب محمود شقير بانه خلل او اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة مع تشويه وتحريف ادراكي معرفي للواقع للذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير سارة مع تضخيم للسلبيات بشكل يقلل الإيجابيات الخاصة بالذات والواقع تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الامن مما قد يدفعه لتدمير الذات و العجز الواضح و تعميم الفشل وتوقع الكوارث وتؤدي به الى حالة من التشاؤم من المستقبل وقلق التفكير في المستقبل والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة والأفكار الوسواسية وقلق الموت والياس

(مازن احمد شمسان ,دراسة للقلق العام لدى عينة من الطلاب , 2007, 74)

06 _ الدراسات السابقة :

تنوعت الدراسات التي تناولت موضوع الذكاء الانفعالي ولذا يمكن استعراض بعض الدراسات التي تناولت اثر الذكاء الانفعالي في موضوعات مختلفة وفي مراحل دراسية متباينة

06_1 _ دراسات حول الذكاء الانفعالي :

1 _ دراسة بلقاسم محمد 2014 :

تحت عنوان (الذكاء الانفعالي وعلاقته بلانجاز الدراسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي) هدفت هذه الدراسة الى التعرف على انتشار ابعاد الذكاء الانفعالي لدى تلاميذ المرحلة اثنوية والتعرف على ابعاد الذكاء الانفعالي لدى تلاميذ عينة الدراسة

والتعرف على درجة تأثير الذكاء الانفعالي على الإنجاز الدراسي لدى تلاميذ عينة الدراسة وقد اتبع المنهج الوصفي التحليلي المقارن وتكونت العينة من 48 تلميذ وتلميذة اختيرت بطريقة عشوائية وقد طبق مقياس الذكاء الانفعالي وتوصلت الدراسة الى نتائج منها

ان نسبة الذكاء الانفعالي في عمومها كانت تفوق المتوسط الافتراضي بفارق كبير لدى افراد عينة الدراسة وانه توجد علاقة ارتباطية موجبة ضعيفة ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للذكاء الانفعالي وابعاده الخمس مع متغير الإنجاز الدراسي كما وجد انه ليس هناك فروق دالة في الذكاء الانفعالي والابعاد الخمس ترجع لمتغير التخصص الدراسي

2_ دراسة عدنان عبد القاضي 2012 :

كانت تحت عنوان (الذكاء الوجداني وعلاقته بالاندماج الجامعي لدى طلبة كلية التربية) هدفت الى قياس مستوى الذكاء الوجداني لدى طلبة كلية التربية التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني والاندماج الجامعي لدى عينة الدراسة التعرف على الفروق في متوسطات المكونات الرئيسية للذكاء الوجداني لدى عينة الدراسة وفق متغير الجنس والتخصص واتبعت المنهج الوصفي الارتباطي التحليلي وقد بلغ حجم العينة 340 طالب من طلبة كلية التربية المستجدين في جميع التخصصات من الجنسين والذي مضى على التحاقهم بالجامعة فصلين دراسيين استخدمت الدراسة اداتين هما مقياس الذكاء الوجداني ومقياس الاندماج الجامعي وخلصت

هذه الدراسة الى النتائج التالية :

ان هناك فروق في بعض مكونات الذكاء الوجداني بين الذكور والاناث حيث يتفوق الاناث على الذكور وانه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات مكونات الذكاء الوجداني وفقا لمتغير التخصصات وان مستوى الذكاء الوجداني يرتبط إيجابيا بمستوى الاندماج في الحياة الجامعية كما وجد ان الطلبة المستجدين يعانون من نقص في مهارات الذكاء الوجداني

3 _ دراسة حمدي 1991:

دراسة حول (اتجاهات مدرسي كليات المجتمع والجامعات الأردنية حول تكنولوجيا التعليم) واطهرت هذه الدراسة ان مستوى الاتجاه لدى مدرسي كليات المجتمع والجامعات الأردنية نحو استخدام التقنيات التعليمية في التدريس قد تجاوز نقطة الحياد في الاتجاه الإيجابي بما لايزيد على ثلاث درجات مما يدل على ان افراد عينة الدراسة يتمتعون باتجاهات إيجابية لكنها ليست عالية نحو استخدام التقنيات في التعليم الصفي كما أظهرت ان مدرسي كليات المجتمع يتمتعون باتجاهات إيجابية نحو استخدام التقنيات التعليمية في التعليم الصفي اعلى من نظراتهم في الجامعات إضافة الى ان المدرسيين من حملة الماجستير والبيكالوريا سجلوا اعلى من متوسطات المدرسيين من حملة شهادة الدكتوراء

دراسات تناولت قلق المستقبل :

1_ دراسة احمد 2017: هدفت هذه الدراسة الى التعرف على الفروق في مستوى قلق المستقبل لدى عينة من طلبة المرحلة الدراسية وفقا لمتغير الجنس والمستوى

التعليمي وللتحقق من ذلك طور الباحث استبيان لقلق المستقبل تضمن 30 فقرة طبقت على عينة من 1200 طالب وطالبة ينتمون الى المراحل الدراسية الثلاث اتبع الباحث المنهج الوصفي المقارن

2_ دراسة دندي 2017: التعرف على العلاقة بين المساندة الاجتماعية وقلق المستقبل والتعرف على مستوى المساندة الاجتماعية تألفت العينة من 322 من طلبة دمشق من مستوى سنة رابعة وقد طبقت الباحثة مقياس المساندة الاجتماعية وقلق المستقبل وظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث في قلق المستقبل لصالح الاناث

الباب الأول :
الجانب النظري

الفصل الأول : الذكاء الانفعالي

تمهيد

- 01 مفهوم الذكاء الانفعالي
 - 02 التطور التاريخي لمفهوم الذكاء الانفعالي
 - 03 النماذج والنظريات المفسرة للذكاء الانفعالي
 - 04 خصائص الذكاء الانفعالي
 - 05 ابعاد الذكاء الانفعالي
 - 06 مكونات الذكاء الانفعالي
 - 07 أهمية الذكاء الانفعالي
 - 08 طرق قياس الذكاء الانفعالي
- خلاصة

تمهيد :

اعتبر موضوع الذكاء الانفعالي من الموضوعات التي شغلت بال علماء النفس في العقود الأخيرة وقد تناوله بالدراسة والتحليل وفي هذا الفصل سنعرض التعاريف المختلفة لهذا الموضوع أيضا التسلسل التاريخي واهم النظريات وخصائصه ومكوناته بلاضافة الى ابعاده ثم أهميته وأخيرا طرق قياسه وفي الأخير خلاصة عنه

01_ مفهوم الذكاء الانفعالي :

تنوعت الاتجاهات النظرية في تعريف مفهوم الذكاء الانفعالي فقد قدم العلماء والباحثون تعريفات متعددة للذكاء الانفعالي نذكر منها :

يعرفه **جولمان 1995** بأنه مجموعة من القدرات المتنوعة التي يمتلكها الافراد واللازمة للنجاح في جوانب الحياة المختلفة والتي يمكن تعلمها وتحسينها وتشمل المعرفة الانفعالية وإدارة الانفعالات والحماس والمثابرة وتحفيز النفس وادراك انفعالات الاخرين وادراك العلاقات الاجتماعية

(جبر 2008 , ص 11)

يعرفه **ماير وسالوفي 1997** هو مجموعة من المهارات والكفاءات العقلية المرتبطة بتجهيز المعلومات الانفعالية وتختص بصفة عامة بادراك الانفعالات واستخدام الانفعالات في تسيير عملية التفكير والفهم الانفعالي وتنظيم وإدارة الانفعالات

(سليمان إبراهيم , 2010 ص 11)

عرفه **إبراهيم 2003** هو مفهوم يشير الى توفر مجموعة من السمات والصفات الشخصية التي تتعلق بوجود مهارات اجتماعية وانفعالية تمكن الشخص من تفهم حالته النفسية وتفهم مشاعر وانفعالات الاخرين

(إبراهيم عبد الستار 2003 س 411)

تعريف **الديدي 2005** هو قدرة الفرد على التعرف على دلالة انفعالاته وتحديدتها وفهمها جيدا وتنظيمها واستثمارها في فهم مشاعر الاخرين ومشاركتهم وجدانيا وتحقيق نجاح في الاتصال بالآخرين وتنظيم العلاقات الشخصية المتبادلة كمهارات نفسية اجتماعية يتحقق من خلالها الصحة النفسية

(الديدي 2005 ص 6)

عرفه **ماير وسالوفي 1990** بأنه قدرة الفرد على فهم مشاعره وانفعالاته ومشاعر وانفعالات الاخرين والتمييز بينها واستخدام هذه المعلومات في توجيه تفكيره وافعاله

عرفه **جولمان 1998** بأنه القدرة على معرفة مشاعرنا ومشاعر الاخرين لتحفيز ذواتنا وإدارة انفعالاتنا بشكل فعال داخل انفسنا وفي علاقتنا مع الاخرين

كما عرفه **ويسنجر 1998** بأنه يعنى الاستخدام الذكي للانفعالات فالفرد يجعل انفعالاته تعمل لصالحه من خلال استخدامها في توجيه سلوكه وتفكيره بطرق ترفع انتاجه

ورأى **جورج 2000** ان الذكاء الانفعالي يعنى القدرة على ادراك الانفعالات والوصول اليها واستخدامها في التفكير ومعرفة المشاعر وتنظيمها بشكل يحقق النضج الانفعالي والعقلي

وذكر **الديدي 2005** هو قدرة الفرد على التعرف على دلالة انفعالاته وتحديدتها وفهمها جيدا وتنظيمها واستثمارها في فهم

مشاعر الآخرين ومشاركتهم وجدانيا وتحقيق نجاح في الاتصال بالآخرين وتنظيم العلاقات الشخصية المتبادلة كمهارة نفسية اجتماعية يتحقق من خلالها الصحة النفسية والتوافق مع النفس والآخرين والعالم المحيط

(ايمن ناصر 2011 ص154)

02_ التطور التاريخي للذكاء الانفعالي :

رغم ان مفهوم الذكاء الانفعالي يعد مفهوما حديثا الا ان له تاريخ طويل في البحث في علم النفس فخلال القرن الماضي كانت هناك إشارات لذلك فقد حاول بعض انصار النظرية التقليدية للذكاء ادخال الانفعالات في مجال الذكاء ومنهم ثورونديك عام 1920 الذي عرف الذكاء الاجتماعي بانه (القدرة على فهم الفرد للحالات الداخلية والدوافع والسلوكيات لديه ولدى الآخرين وعلى التصرف تجاهها في افضل صورة على أساس تلك المعلومات)

وقد أشار اليه سبيرمان 1927 بانه القدرة على ادراك أفكار ومشاعر الآخرين من حوله عن طريق التمثيل بينها وبين عالمه الخارجي

(حسن, 2007, 18 ')

وفي سنة 1940 عرف دافيد ويكسلر الذكاء بالقدرة الشاملة على التصرف وعلى التفكير بعقلانية وعلى التعامل من البيئة المحيطة بفعالية وفي سنة 1943 اكد ويكسلر بضرورة القدرات العاطفية لتنبؤ بقدرة أي شخص على النجاح في الحياة

(الهدى, 2003, ص 49_ 50)

وفي سنة 1970 الى 1989 تعرضت الانفعالات للبحث بشكل مكثف حيث انبثقت مجالات جديدة للبحث تناولت المعرفة والوجدان ودراسة كيفية تفاعل الانفعالات مع الأفكار وساهم في ذلك ظهور العديد من الدراسات في الذكاء الصناعي استخدم الحاسوب في فهم المواقف الانفعالية واسبابها وكذلك دراسات الدماغ التي كانت تحلل الارتباط بين المعرفة و الانفعال مما ساهم في بدء مرحلة الاختيار التجريبي بشكل رسمي

(الرفاعي , 2012 , 34)

وفي سنة 1973 عرض أبو حطب لأول مرة نموذج المعرفة المعرفي المعلوماتي للقدرات العقلية والذي أشار فيه الى تصنيف أنواع الذكاء في ثلاث فئات هي الذكاء المعرفي والذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني (مدثر , 2002 , 21)

ويبدو ان اول من استعمل مصطلح الذكاء الانفعالي هو باين طالب جامعي في عنوان رسالته لدكتوراه عام 1985 في كلية أمريكية حيث قدم في اطروحة اطار نظريا وفلسفيا لالقاء الضوء على طبيعة الذكاء الانفعالي وخصائص وكيفية تطويره في انفسنا وفي الاخرين عن طريق التربية والتعليم

وفي عام 1990 ظهر مصطلح الذكاء الانفعالي اول مرة على يد الاستاذين سالوفي و ماير الذين اعتبروا الذكاء الانفعالي نوع من أنواع الذكاء الاجتماعي وتم تعريفه على انه القدرة على معرفة مشاعرنا وانفعالاتنا والتميز بينهما واستخدام هذه المعرفة لارشاد التفكير والسلوك

(salovey, mayer , 1990, p1990)

وفي عام 1996 ظهر **جولمان** العالم النفسي في دراسات المخ وعلوم السلوك اصدر كتابه عن الذكاء الانفعالي (الذكاء الانفعالي لماذا يعني اكثر مما تعني نسبة الذكاء) وقد حقق هذا الكتاب اعلى نسبة مبيعات في العالم فقد كان له الفضل في انتشار مفهوم الذكاء الانفعالي وفي هذا الكتاب جمع جولمان مجموعة الأبحاث التي تناولت تأثير مراكز المخ على انفعالات الفرد ومن ثم على أدائه وعلاقته مع الاخرين واستمرت جهود جولمان في دراسته للذكاء الانفعالي فاصدر كتابه عام 1998 بعنوان **العمل بالذكاء الوجداني** أهمية الذكاء الوجداني للفرد في مجال العمل

(حسن, 2007, 22_23)

ولقد لخص ماير تطور الذكاء الانفعالي في خمسة مراحل هي :

_ **المرحلة الأولى** : تمتد من 1920 الى 1969 وفيها تناولت الدراسات النفسية

للذكاء والانفعالات كمواضيع ضيقة ومنفصلة

_ **المرحلة الثانية** : تمتد من 1970 الى 1989 وخلالها ركز علماء النفس في

دراستهم على التأثير المتبادل بين الانفعالات والتفكير

المرحلة الثالثة : تمتد من 1990 الى 1993 حيث تميزت هذه المرحلة بظهور

مصطلح الذكاء الانفعالي في العديد من الدراسات والمقالات

_ المرحلة الرابعة : تمتد من 1994 الى 1997 وتميزت هذه المرحلة بانتشار مفهوم الذكاء الانفعالي في الميادين العلمية والمهنية المختلفة

_ المرحلة الخامسة : تبدأ من 1998 وتتميز بتمحيص الذكاء الانفعالي من خلال الدراسات والكتابات المتعلقة بطبيعته ومكوناته وكيفية قياسه

(salovey , Mayer : P5_6)

03_ النماذج و النظريات المفسرة للذكاء الانفعالي :

شهدت السنوات الأخيرة تزايد والاهتمام بمفهوم الذكاء الانفعالي حيث تمثل هذا الاهتمام بظهور العديد من الدراسات والمقالات التي تناولت هذا المفهوم وقد صاحب هذا الاهتمام ظهور عدة نماذج مصطلح الذكاء الانفعالي في العديد من الدراسات والمقالات ونظريات ولعل اهم النماذج والنظريات والاتجاهات الرئيسية المفسرة لهذا المفهوم هي ثلاثة ذكرت على النحو الاتي :

03_1_ اتجاه ماير وسالوفي ذكرو الذكاء الانفعالي كقدرة عقلية

03_2_ اتجاه جولمان تناول الذكاء الانفعالي على انه مجموعة من الكفاءات والمهارات الاجتماعية

03_3_ اتجاه بار _ اون على انه مجموعة من المهارات غير المعرفية ويرتبط بالمكونات الانفعالية والشخصية الاجتماعية للفرد اسماه النموذج المختلط التكاملية يتمثل نموذج الذكاء الانفعالي عند ماير سالوفي بانه نموذج يتضمن اربع قدرات

مترابطة فيما بينها وتسهم بصفة عامة في التفكير المنطقي وترتبط بالقدرة العقلية العامة

اما نموذج **جولمان** يقوم هذا النموذج على الكفاءات الانفعالية التي تمكن الافراد من اظهار استخدامهم الذكي لانفعالاتهم في اداتهم لذواتهم والعمل مع الاخرين لكي يكونوا فعالين في العمل **(حسين, 2007 ص49)**

وحاول ان يوضح في هذا النموذج كل القدرات التي تحدد كيفية تعاملنا مع انفسنا وتضمن مايلي :

1_ الكفاءات الشخصية : وتتضمن الوعي بالذات (الوعي الانفعالي , التقييم الدقيق للذات , الثقة بالنفس) تنظيم الذات (ضبط الذات , الموثوقية , يقظة الضمير , التكيفية , الابداع) الدافعية الذاتية (دافعية الإنجاز , الالتزام بالوعود والتعهدات , المبادرة , التفاؤل)

2_ الكفاءات الاجتماعية : تتضمن (الوعي الاجتماعي , التعاطف , توجيه المساعدة , تطوير الاخرين , فعالية التنوع , الوعي السياسي)

في حين حدد **بار** _ **اون** خمسة عشر مكونا أساسيا للذكاء الانفعالي وهم :

احترام الذات _ المهارات البينشخصية _ ضبط الاندفاع _ حل المشكلات _ الوعي الانفعالي بالذات _ المرونة _ اختبار الواقع _ تحمل الضغوط _ التوكيدية _ التعاطف _ التفاؤل _ تحقيق الذات _ السعادة _ الاستقلال _ المسؤولية الاجتماعية

04 _ خصائص الذكاء الانفعالي :

- أ- الذكاء الانفعالي يتعلق بالمهارات الاجتماعية ويحتاج الى فريق
 ب- عمل والافراد الذين يتمتعون بذكاء وجداني عال بارعون جدا في تصميم المشاريع والتي تتضمن حب المنتجات وعالم الجمال

(موزي بن حمد القاسم 2001 : 25)

- ت- يعد الذكاء الوجداني عاملا مهما في استقرار الحياة الزوجية فالتعبير الجيد عن المشاعر وتفهم مشاعر الطرف الاخر ورعايتها بشكل واضح كل ذلك يضمن توافقا رائعا بين الزوجين

ت _ يعد الذكاء الوجداني وراء النجاح في العمل والحياة فالاكثر ذكاء وجداني محبوب ومثابر ومتألق وقادر على التواصل والقيادة ومصدر النجاح (حمزة مزياني 2012 : 68)

05 _ ابعاد الذكاء الانفعالي :

اتفقت الأبحاث والدراسات السابقة ان الذكاء الانفعالي يتكون من عدة ابعاد تتشابه فيما بينها في المفهوم والدلالة كما ذكر ماير وسالوفي ان الذكاء الانفعالي يتكون من أربعة ابعاد هيا كلاتي :

(ابوريش حسن واخرون 2006 ص 91)

1. ادراك الانفعالات : ويعني قدرة الفرد التعرف على انفعالات الوجوه

والتصميمات والموسيقى

2. قياس واستخدام الانفعالات : وذلك بهدف تحسين التفكير بمعنى

توظيف الانفعالات

3. فهم الانفعالات : وتعنى التصرف بناء الانفعالات والتفكير المنطقي

4. تنظيم الانفعالات : أي إدارة وتوجيه الانفعالات

في حين قسم **جولمان** الذكاء الانفعالي الى خمس ابعاد وهي مايلي :

- الوعي بالذات : ويتضمن معرفة الفرد لحالته المزاجية بحيث يكون لديه ثراء في حياته الانفعالية ورؤية واضحة لانفعالاته والوعي بالذات عنصر مؤثر في مشاعرنا حيث ان الفرد الغاضب عندما يدرك ان مايشعر به هو الغضب لهذا يتيح له فرصة كبيرة من الحرية ليختار عدم إطالة هذا الشعور والتخلص من قبضة هذا الغضب
- إدارة الانفعالات : ويعني قدرة الفرد على تحمل الانفعالات العاصفة والا يكون عبدا لها أي يشعر بانه سيد نفسه وهذا يمثل دالة على الكفاءة في تناول أمور الحياة

(أبو هين 1997 , الصحة النفسية ص 85)

- دافعية الذات : بمعنى ان الذكاء الانفعالي يؤثر بقوة وعمق في كافة القدرات الأخرى إيجابا او سلبا لان حالة الفرد الانفعالية تؤثر على قدرته العقلية وادائه بشكل عام

- التعاطف : ويقصد به معرفة وادراك مشاعر الغير مما يؤدي الى التناغم الوجداني مع الاخرين
- المهارات الاجتماعية : ويقصد بها التعامل الجيد والفعال مع الاخرين بناء على معرفة مشاعرهم

وقسم بار _ اون الذكاء الانفعالي الى خمسة ابعاد هم :

1. البعد الشخصي
2. التكيف
3. التحكم في الضغوط
4. المزاج العام
5. الانطباع الإيجابي

وقسمت سامية صابر ابعاد الذكاء الانفعالي الى بعدين رئيسيين هما :
 ابعاد تتعلق بالذات : ويتضمن (الوعي بالذات _ تنظيم الذات _ إدارة الانفعالات _ التحكم في الانفعالات _ الدافعية _ تحفيز الذات) ابعاد تتعلق بالآخرين : ويتضمن (التعاطف _ المهارات الاجتماعية) (جابر عيسى و

ربيع رشوان 2006 الذكاء الوجداني ص 50)

06 _ مكونات الذكاء الانفعالي :

أشار ماير وسالوفي الى ان الذكاء الانفعالي يتكون من اربع مكونات معرفية وهي :

- **القدرة على ادراك الانفعالات :** وهي تمثل الجانب الاساسي للذكاء الانفعالي وتشمل قدرة الفرد على الوعي بانفعالاته وانفعالات الاخرين كما يتم التعبير عنها من خلال تغيرات الوجه ونبرات الصوت
- **القدرة على توليد واستخدام الانفعالات لمساعدة التفكير :** وتشمل قدرة الفرد على توليد الانفعالات ومعرفة أسبابها واثرها على التفكير
- **القدرة على فهم الانفعالات والمعرفة الانفعالية :** وتتضمن قدرة الفرد على فهم الانفعالات المعقدة وكيفية انتقالها من مرحلة لآخرى

(محمد عيسى ورشوان 2006 مرجع سابق ص 58)

- **القدرة على تنظيم الانفعالات للارتقاء بالنمو الانفعالي والعقلي :** وتعني قدرة الفرد على إدارة وتنظيم الانفعالات والتحكم فيها وضبطها

وحدد جولمان الذكاء الانفعالي في خمسة مكونات وهي :

- 1) **الوعي بالذات :** ويعني معرفة الفرد باحواله الداخلية وامكاناته وبصائره
- 2) **تنظيم الذات :** وتشمل إدارة الفرد لحالته الداخلية ودوافعه وامكاناته
- 3) **الدافعية :** وتتضمن قدرة الفرد على توجيه انفعالاته لتحقيق هدف ما

4) **التعاطف** : وتشير الى الوعي بمشاعر واحتياجات واهتمامات الاخرين

5) **المهارات الاجتماعية** : وتعني المهارة في احداث استجابات مرغوبة

(**عبدالستار , 2003 علم النفس معالم دراسته ص39**)

وذكر **جورج** أربعة مكونات للذكاء الانفعالي وهي :

_ **تقدير الانفعالات والتعبير عنها** : وتعني قدرة الفرد على التحديد الواضح

للانفعالات التي يعيشها وقدرته على التعبير

عنها والتواصل بشأنها ويرتبط ذلك بمدى فهم ومعايشة مشاعر وانفعالات

الاخرين والتعاطف معهم

_ **معرفة الانفعالات** : وتتمثل في قدرة الفرد على معرفة انفعالاته وفهمها

_ **إدارة الانفعالات** : وتعني قدرة الفرد على التحكم في مزاجه وانفعالاته

ومزاج وانفعالات الاخرين ويعتمد ذلك على معرفة الفرد بحالته المزاجية

وقدرته على تقدير الانفعالات والتعبير عنها واستخدامها بإيجابية

(**ابونصر مدحت 2008 تنمية الذكاء العاطفي ص 124**)

07 _ أهمية الذكاء الانفعالي :

يمكن ايجاز أهمية الذكاء الانفعالي في الأمور الآتية :

❖ يعتبر الذكاء الانفعالي عاملا مهما في تكيف الفرد مع بيئته

❖ يسهم الذكاء الانفعالي في القدرة على الإفادة من الخبرات المعرفية وفي القدرة على الاستدلال

❖ يؤدي الذكاء الانفعالي دور مهما في توافق الطفل مع والديه واقرانه وبيئته بحيث ينمو سويا ومنسجما مع الحياة (عبدالكريم الحربي 18 : 2005)

❖ التعلم من الأخطاء وذلك بالاستفادة من كل خبرة يمر بها الفرد (سوسن نورالهي , 62 , 2009)

❖ يساعد الفرد في معرفة الخبرة الداخلية ليكون قادر على التواصل مع الاخرين

(كوثر غالب , 79 , 2018)

07 _ طرق قياس الذكاء الانفعالي :

لا يزال قياس الذكاء الانفعالي في مهده يحاول ان يبدا خطواته الأولى حثيثا فالدراسات التي أجريت في هذا المجال تكاد تكون نادرة وربما يرجع ذلك الى حداثة المفهوم نسبيا رغم انه اصبح تحت التركيز بين الممارسين والباحثيين والمتخصصين

(مصطفى ابوسعد 2005 , الذكاء الوجداني ص98)

هناك مدخلان لقياس الذكاء الانفعالي (كقدرة عقلية وكسمة شخصية) وكان مايروسالوفي وكاروسو اول من بدؤ بقياسه ومن اهم المقاييس نذكر :

_ مقياس مايرو سالوفي وكاروسو (MSCEIT) : قياس الأداء وهو اختبار موضوعي مقنن يستعمل لقياس القدرة مكون من 141 عبارة

_ قائمة معامل الانفعال (EQ_I) باور اون : التقرير الذاتي وهو مكون من 133 عبارة يقيس 15 سمة ومهارة موزعة على 5 محاور

_ قائمة الكفاءة الانفعالية (ECI) جولمان و بوياتزي : التقرير الذاتي وأسلوب تقرير الاخرين وهو مكون من 72 عبارة يقيس كيفية تعامل الفرد مع المواقف الانفعالية

_ تقييم الذكاء الانفعالي (EIA) جولمان : التقرير الذاتي وأسلوب تقرير الاخرين وهو تقييم لمدة سبعة دقائق لقياس مدى تواجد المكونات الأربعة للذكاء الانفعالي

_ استبيان ملمح العمل نسخة الذكاء الانفعالي (WPQei) جولمان : التقرير الذاتي وهو لقياس الكفاءات السبعة التي تتعبر مهمة للحكم على فاعلية الأداء في العمل

_ سلم مستويات الوعي الانفعالي (LEAS) اخرون : التقرير الذاتي وهو يقيس مستويات الوعي الانفعالي الذاتي والوعي لدى الاخرين

_ مقياس التقرير الذاتي للذكاء الانفعالي ل مايرو سالوفي واخرون : التقرير الذاتي وهو أداة قياس مكونة من 33 عبارة

طبقا للنموذج الأصلي لسالوفي وماير

المصدر (Yvonne Stys Shelley, L,Brown, 2004,P,2)

خلاصة :

تم في هذا الفصل طرح اهم العناصر التي المت بموضوع الذكاء الانفعالي من مفهوم الى تاريخ تطوره واهميته وغيرها من العناصر ولقد استنتجنا ان الذكاء الانفعالي هو قدرة الفرد على فهم مشاعره وانفعالاته وادارتها وتوجيهها والتفهم العطوف للاخرين

الفصل الثاني : قلق المستقبل

تمهيد

1. ماهية قلق المستقبل
2. النظريات المفسرة لقلق المستقبل
3. أنواع القلق
4. اعراض القلق
5. مؤسرات وجود قلق المستقبل
6. التفسير الفيزيولوجي لقلق المستقبل
7. تشخيص قلق المستقبل
8. طرق علاج قلق المستقبل

خلاصة

تمهيد :

تم تفسير القلق على انه استجابة داخلية تحرك سلوك الفرد في الموقف الذي يكرهه وعرف أيضا على انه فعل شرطي يصاحبه توتر وتنبيه لأجهزة الجسم فيستجيب الانسان لما يساعده على تحقيق هذا الشعور ويجنبه التنبيه المؤلم ويؤكد زين العابدين على ان زيادة الامراض النفسية ومنها القلق يلفت الأنظار الى ضرورة الاهتمام ببحث أسبابها والعوامل المؤدية لانتشارها

وبؤرة القلق تظهر في مستويات التحليل باشكال مختلفة فعزل المجال الديني وتهميشه هما احد مصادر القلق ويجتمع القلق في صور عديدة من عدم الرضا بعضها إيجابي وبعضها سلبي وبعضها يلجا للصراخ والصمت

01_ تعريف قلق المستقبل :

القلق الذي يحدث بسبب التفكير او التصرف او السلوك او النشاط تجاه المستقبل ويعرفه عشري قلق المستقبل بانه :

خبرة انفعالية غير سارة تتملك الفرد خلالها خوف غامض نحو ما يحمله الغد الأكثر بعدا من الصعوبات والتنبؤ السلبي للاحداث المتوقعة والشعور بلانزعاج والتوتر والضيق عند الاستغراق في التفكير فيها والشعور بان الحياة غير جديرة بلاهتمام مع الشعور بفقدان الامن والطمأنينة نحو المستقبل

(حامد زهران 1997 الصحة النفسية والعلاج ص 21)

هو حالة وجدانية غير سارة قوامها الخوف الذي ليس له مبرر موضوعي من طبيعة الموقف الذي يواجهه الشخص مباشرة وغالبا ما ينطبق هذا الخوف على الحاضر والمستقبل معا وتكون هذه الحالة مصحوبة بعدد من مظاهر الاضطراب في السلوك

هو دافع او حافز اذا ما استثير فانه يؤدي الى تنشيط الشخص في المواقف التي تطالبه فيها بان يكتسب مهارة معينة كما انه يساعد على تدعيم هذا الاكتساب وفي تعريف الجمعية الامريكية السيكولوجية لقلق المستقبل على انه : خوف او توتر او ضيق ينتج من توقع خطر ما يكون مصدره مجهولا او غير واضح الى درجة كبيرة ويصاحب كل من القلق والخوف متغيرات تسهم في

تنمية الإحساس والشعور بالخطر

(بلكيلائي 2008 , 24)

ونظر باحثون اخرون له من زاوية انفعالية شملت شعور الفرد المتسم بالسلبية كما في تعريف سائتروك 2003 بانه شعور مبهم وغير مرضي من الخوف والشر المرتقب من المجهول

وظهر كذلك في تعريف مسعود بانه : الشعور بلانزعاج والتوتر والضييق عند الاستغراق في التفكير به والاحساس بان الحياة غير جديرة بلاهتمام مع فقدان الشعور بالامن والطمانينة نحو المستقبل

(مسعود , 2006 , 15)

ومن خلال التعريفات السابقة الذكر ترى الباحثين قلق المستقبل بانه : حالة من عدم الارتياح وشعور الفرد بالضييق والتوتر عندما يفكر في مستقبله وذلك بسبب صعوبة الحصول على حياة كريمة

02_ النظريات المفسرة لقلق المستقبل :

نعرض في هذا الجزء اهم النظريات المفسرة لقلق المستقبل :

_ مدرسة التحليل النفسي (فرويد)

كان فرويد من اكثر علماء النفس استخداما لمصطلح القلق وينظر فرويد الى القلق باعتباره انذار بقدم الخطر يمكن ان يهدد الشخصية او يعكر صفوها ويميز فرويد بين ثلاث صور

للقلق هي (القلق الموضوعي والقلق العصابي وكذا القلق الخلفي)

_ **القلق الموضوعي** : اقرب أنواع القلق ويكون في وظيفة اعداد الفرد لمقابلة هذا الخطر بالقضاء عليه او يتجنبه او اتباع أساليب دفاعيه ازاءه

_ **القلق العصابي** : نشا نتيجة محاولة المكبوتات من اللاشعور والنفوذ الى الوعي ويكون بمثابة انذار للانا لكي يحشد دفاعه لمنع وصول المكبوتات الى الوعي

_ **القلق الخلفي** : يأتي هذا النوع من القلق نتيجة تحذير لوم الانا الأعلى للانا عندما يأتي الفرد او يفكر الاتيان بسلوك يتعارض مع القيم والمعايير التي يتمثلها الانا الأعلى ويتمثل هذا القلق في مشاعر الخزي والاثم والخجل والاشمئزاز

_ نظرية ايريك فورم :

فقد جعل من اعتماد الطفل على والديه من جهة ونزوعه الى الاستقلال من جهة أخرى سبب لاصل القلق فالطفل يقضي فترة غير قصيرة من الزمن معتمدا على امه فهو يعتمد عليها في كل احتياجاتها وهذه الفترة من الاعتماد تقوده الى الارتباط بقيود أولية ولكن الطفل ينزع الى الاستقلال مع نموه ويميل نحو مايسميه فورم بـ **الانفرد** وكان اعتماده على ابويه يوفر له الامن والطمأنينة اما مواجهة العالم

مستقلا فتكشف له عن عجزه وبالتالي يولد لديه القلق فهو يشعر بالمقاومة والمسؤوليات ويشعر كذلك بعدم كفاية قدراته وهكذا يكون القلق الأول وليد شعور الطفل بعجزه اما ظروف العالم الخارجي حين ينزع الى الاستقلال والانفراد لايقف فروم عند هذا الحد بل يضيف عاملا اخر وهو مايبين العوامل التي نكرتها هورني وهو التقدر وعدم الاستحسان الذي يواجهه من اب قاس او ام شديدة او مجتمع غير واع اذا اراد القيام بعمل ما مستقلا عن والديه وهكذا يكبت الطفل رغباته ويمتنع عن بعض ما يردي عمله وهكذا يكون قلقه

(احمد عبدالواحد , بناء القلق الامتحاني , 2003 ص 54)

_ نظرية اتورانك :

تحدث عن صدمة الميلاد قال (ان العقد الاوديبية ليست هي المشكلة للإنسان انما صدمة الميلاد فهي التي تحرك في اللاشعور وذلك ان الطفل قبل ولادته كان ينعم بلذة وسعادة وفي جنة الرحم وميلاده فالولادة له هي طرد له من هذه الجنة

(شعيب محمود , 1998 , 101)

_ نظرية الفرد ادلر :

تحدث ادلر عن القلق بانه نتيجة الشعور بالنقص والعجز واذا ماقرنوه باخرين اكبر منهم مما جعل يحاول تعويضه بالصدقة وكسب حب الاخرين وقد ركز ادلر على التأثيرات الثقافية في السلوك مفترضا ان الشعوب اجتماعية بفطرتها

_ نظرية كارل يونج :

يعتقد يونج ان القلق عبارة عن ردة فعل يقوم به الانسان حينما تغزو عقلة قوى وخيالات غير معقولة صادرة عن اللاشعور الجمعي فالقلق هو خوف من سيطرة محتويات اللاشعور الجمعي غير المعقولة التي لا زالت باقية من حياة الانسان البدائية وقال يونج ان الناس يرثون اللاشعور الجمعي لذي يجمع ذكريات الأجداد كذلك علاقتهم وخبراتهم وتنتج هذه الذكريات الصور العقلية مثل حكمة الرجل المسن والأرض والام

(العيسوي عبدالرحمان , القلق والامتحانات 1995 ص 52)

_ نظرية هاري ستاك سوليفان :

يرى سوليفان ان الفرد عادة ما يتطبع بالخبرة او التجربة التي تجلب له الأمان واشباع الحاجات يحد من القلق حيث ان رضا الوالدين عن الطفل يجلب له الراحة اما عدم رضا الوالدين يجلب له القلق والتوتر

_ النظرية التحليلية الوجودية لرول وماى

يرى ان احتمالية القلق كشيئ متصل او فطري على الرغم من الاحداث المعنوية التي يمكن ان تكون تهديدا اشيا متعلمة ويرى رول وماى ان القلق مكثف في ثقافتنا التنافسية العصرية بسبب الاغتراب والعزلة الشخصية والتي ظهرت من نمط معين ينظر لذات الفرد كشيئ وقيمه الذاتية تعتمد على انتصاره وتغلبه على الاخرين واذن قال قلق عرض اخر لمشكلة التعمق

(اشرف محمد عبدالغني 2003 ص 63)

_ النظرية السلوكية :

القلق من وجهة نظر السلوكيين هو استجابة اشتراكية لمثير لا يدعو للخوف او القلق ولكن تكرار هذه الاستجابة يؤدي الى تضمينها حسب الاستعداد الشخصي للفرد وهذه النظرية اهملت دور اللاشعور وركزت على الظاهر واعتمدت على المثير الاستجابة في تفسيرها للقلق واتفقت النظرية السلوكية مع التحليلية في ان القلق يرتبط بالماضي والخبرات السابقة التي سبق ماتعلمها في حياته الأولى

(احمد الثنيان 2009 جودة الحياة وقلق المستقبل)

_ النظرية الجشطاطية :

يرى انصار هذه النظرية الى القلق من خلال ثلاث مضامين هي : المضمون السيكولوجي والفيسيولوجي والمعرفي

- المضمون السيكولوجي : حيث يفترض ان ثمة صراع بين اقدام الفرد على الاتصال بالبيئة لاشباع حاجاته وبين اجحامه عن انجاز هذا الاتصال لاسباب اجتماعية واعية واشتراكية
- المضمون الفيسيولوجي : ويعرف باسم معادلات القلق ويكون ظاهرا في ضيق التنفس ونقص الاوكسجين
- المضمون المعرفي : حيث ان ترقب العواقب الوخيمة لافعالنا هو الذي يشكل المضمون المعرفي لقلقنا أي ان القلق لايدور حول مافعله الفرد حول العقاب المنتظر في

المستقبل ومن ثم يعيش الشخص في القلق في فجوة تفصل بين المستقبل ولا تتسلل الاحداث في حياته بشكل سليم اذا يقلق الفرد حين يترك الان والحقيقة الجارية ويقفز الى المستقبل المتصور الذي لم يولد بعد ومازال في رحم الغيب

(شعيب علي محمود , قائمة قلق المستقبل 1998 ص 87)

_ النظرية المعرفية :

ترى هذه النظرية ان أساس مشكلة القلق يمكن ان تكون في أسلوب الفرد في تغيير الواقع وان المعلومات التي لدى الفرد عن نفسه وعن العالم وعن بيئته وعن مستقبله يم استيعابها على انها مصدر للخطر وتفترض البحوث المعرفية عن وجود ثلاث فئات من العمليات المعرفية المرتبطة بالقلق فالفرد الذي يعاني من القلق يتجه بشكل انتقائي نحو المعلومات المرتبطة بالتهديد

(حامد عبدالسلام زهران 1997 , 87)

يظهر سهولة الذكريات المرتبطة بهذه المعلومات المهددة وأيضا يبدا في تفسير المعلومات الغامضة باعطائها معنى مهدد له

(مازن شمسان , دراسة القلق العام لدى عينة من الطلاب 2007 ص 87)

03 _ أنواع القلق :

لقد ميز فرويد بين أنواع القلق وهي :

03_1_ القلق الواقعي :

هو قلق شعوري موضعي او حقيقي اقرب مايكون لمفهوم الخوف العادي اذ يدرك الفرد مصدر خطر خارجي في بيئته او بشأن نتيجة اختبار اجري له او مسابقة شارك فيها

(الحافظ نوري , 2000, ص87)

03_2_ القلق العصابي :

يتميز هذا القلق عن سابقه بانه اكثر حدة وشدة وانه عرض مرضي يفوق التوافق السوي والسلوك العادي للفرد كما ان مصدره يكمن في داخل الفرد وليس خارجه لذا فهو لا شعوري أي ان الفرد لا يعي أسبابه ومن ثم لا يجد مبررا موضوعيا له ولما يؤدي اليه انفعال فمنا هذا القلق بفضل الكبت ومايترتب منه

(شعيب , علي محمود 1998 , 88)

03_3_ القلق الخلفي :

ويكمن هذا القلق في داخل الفرد وهو الانا الأعلى او الضمير الخلفي الذي تمثله القوانين والأعراف الاجتماعية والمثل والأخلاق واستمدته من تعاليم الوالدين ويتبدئ هذا القلق الخلفي عندما تنجح بعض الذكريات المستكهة والغرائز المحرمة لدى الفرد الى الانطلاق والاشباع او عندما يأتي الفرد فعلا اثما خارجا عن المثل التي

تمثلها فينزل الانا الأعلى عقابة على النفس من خلال اشعارها بالندم والاثم والخجل
تانيا لها عما فكرت به او تفكيرا عما ارتكبته هذا القلق عمد حد معين قد يكون ذا
طابع تطهيري يساعد الفرد على استعادة ثقته بنفسه وعلى مجاهدة نزواته

(محمد إبراهيم الفيومي , القلق الإنساني 1985, 58)

04 _ اعراض القلق :

04_1_ الاعراض النفسية :

القلق العام وعلى الصحة والعمل والمستقبل والعصبية والتوتر العام والشعور بعدم
الراحة والحساسية النفسية لزيادة وسهولة الاستثارة والهياج وعدم الاستقرار
والخوف بصفة عامة والخوف الذي يصل الى درجة الفزع والشك والارتباك
والتردد في اتخاذ القرارات وتوهم المرض وسوء التوافق المهني وقد يصل الحال
الى السلوك العشوائي غير المضبوط

(حامد عبدالسلام زهران , مرجع سابق ص487)

04_2_ الاعراض الجسمية :

يذكر احمد عكاشة ان الاعراض الجسمية هي اكثر اعراض القلق النفسي شيوعا
حيث ان جميع الأجهزة الحشرية في الجسم متصلة وتتغذى بالجهاز العصبي
الارادي الذي يحركه الهيپوثلاموس المتصل بمركز الانفعال فقد يؤدي الانفعال
الى تنبيه هذا الجهاز وظهور اعراض عضوية في انحاء الجسم كما يشير الى ان

المريض قد يكبت الانفعال ولا يبدي سوى الاعراض العضوية وتتصل هذه الاعراض بعدد من الأجهزة الجسمية

(العيسوي عبدالرحمان , القلق والامتحانات ص 65)

04_3_ اعراض مرتبطة بالجهاز القلب الدوري :

الام عضلية من الناحية اليسرى من الصدر وفرط الحساسية لسرعة كل من دقائق القلب والنبض وارتفاع ضغط الدم

04_4_ اعراض مرتبطة بالجهاز الهضمي :

فقدان الشهية او عسر الهضم وصعوبات البلع وشعور بغضة في الحلق والانتفاخ واحيانا الغثيان والقيء والاسهال والامساك المعصي الشديد ونوبات النقيء التي تتكرر كلما تعرض الفرد لانفعالات معينة حيث يكون القيء علامة رمزية على الاحتجاج على الموقف

04_5_ اعراض مرتبطة بالجهاز التنفسي :

ضيق الصدر وعدم القدرة على استنشاق الهواء وسرعة التنفس والنهجان وربما أدت سرعة التنفس الى طرد ثاني أكسيد الكربون وتغير الحموضة وقلة الكالسيوم النشط في الجسم يعرض الفرد للشعور بتتميل الأطراف وتقلص العضلات والدوار والتشنجات وربما الاغماء

04_6_ اعراض مرتبطة بالجهاز العضلي الحركي :

الالام مرتبطة بالساقين والذراعين والظهر والرقبة والاعياء والانهاك الجسدي والتوتر والحركات العصبية الرعشة وارتجاف الصوت وتقطعه

04_7_ اعراض مرتبطة بالجهاز البولي :

كثرة البول والاحساس بالحاجة لاسيما عند الانفعالات الشديدة في المواقف الضاغطة وربما يحدث العكس ذلك احتباس البول رغم الرغبة الشديدة في التبول تناقص الاهتمامات الجنسية والخلل في وظائفها وربما فقدان المقدرة الجنسية

04_8_ اعراض نفجسمية :

وتتمثل في الامراض السيكوسماتية أي تلك الامراض العضوية التي يسببها القلق او يلعب دورا هاما في نشاتها او زيادة اعراضها كالذبحة الصدرية او الربو الشعبي او جلطة الشرايين وروماتيزم المفاصل والبول السكري وقرحة المعدة والقولون العصبي والصداع وفقدان الشهية العصبي

(اشرف عبدالغني الشربيني 2003,ص103,104,105)

04_9_ اعراض بدنية :

ضربات وزيادة سرعة دقات القلب

05_ مؤشرات وجود قلق المستقبل :

هناك مؤشرات ثلاث تشير الى وجود القلق ولعله من المفيد جدا تناول هذه المؤشرات بشئ من التفصيل وهذه المؤشرات هي :

وجود الاجهاد والتوتر والشكوك التي تؤثر على حياة الفرد

توافر الظروف والحالات المتصلة بمرحلة نمو المراهقة وما يتصل بها من مازق المصاعب المرتبطة بالمشكلات التي لم نجد لها حلا بعد في حياة المراهقة والتي تمتد الى أيام الطفولة المبكرة

(مازن احمد شمسان , دراسة القلق العام لدى عينة من الطلبة ص101)

06_ التفسير الفيزيولوجي لقلق المستقبل :

تنشأ اعراض القلق النفسي من زيادة في نشاط الجهاز العصبي اللارادي بنوعية الباراسيمبثاوي ومن ثم تزيد الادرينالين في الدم فيتحرك السكر في الدم مع شحوب في الجلد فيزداد العرق ويجف الحلق واحيانا تجف الأطراف ويعمق التنفس اما ظهور نشاط الجهاز الباراسيمبثاوي فاهمها كثرة التبول والاسهال وقوف الشعر وزيادة الحركات المعوية مع اضطراب في الهضم والنوم ويتميز القلق فيزيولوجيا بدرجة عالية من الانتباه واليقظة المرضية وفي وقت الراحة مع بطء التكيف أي ان الاعراض لاتقل مع استمرار التعرض للاجهاد نظرا لصعوبة التكيف مع مرض القلق والمسؤول الأعلى لتنظيم الجهاز العصبي هو الهيبيوثلاموس المهاد

التحتي وهو مركز التعبير عن الانفعالات وهو على اتصال دائم بالمخ والذي هو مركز الإحساس بالانفعال

(عائد عثمان , درجة القلق لدى طلبة جامعات الضفة 2006 ص 108)

كذلك الهيبوثلاموس على اتصال بقشرة المخ ملتقى التعليمات منها للتكيف بالنسبة للمنبهات الخارجية ومن ثم توجد دائرة عصبية مستمرة بين قشرة المخ والهيبوثلاموس ومن خلال هذا المركز من أي جزء اخر في المخ مع وجود الاستيلكولين في قشرة المخ وان أسباب معظم الامراض النفسية والعقلية هو خلل في توازن هذه الموصلات العصبية

(عكاشة 1998 , قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح ص 17)

_ نوبات من الاغماء

_ فقد السيطرة على الذات

_ نوبة العرق التي لاتتعلق بالحرارة او الرياضة

_ سرعة النبض اثناء الراحة

_ التوتر الزائد

_ تنميل في اليدين والذراعين والقدمين

(فاروق عثمان , دور ممارسة الأنشطة الرياضية في تخفيض قلق الامتحان 2011
ص 31 , 32)

07 _ تشخيص قلق المستقبل :

في التشخيص يجب العناية بالفحص الطبي الدقيق وتقييم الشخصية ودراسة الحالة وفي حالة وجود الاعراض الجسمية يجب عدم الخلط بين القلق والاضطرابات العضوية الأخرى او الاضطرابات العصبية مثل الهستيريا او الاكتئاب ويلاحظ ان بعض المرضى يذكرون الاعراض الجسمية ولا يذكرون أي شيء من الاعراض الانفعالية للقلق لاعتبارهم ان القلق مرض نفسي وهم يردون ان يدافعوا عن انفسهم انهم مرضى نفسانيين

يجب التفريق بين القلق والفصام في مراحلہ الأولى والفارق الأساسي بينهما وجود اضطراب الادراك والتفكير في الفصام وعدم وجوده في القلق

(حامد زهران 1997 , ص 487)

08 _ طرق علاج قلق المستقبل :

08_1 _ العلاج الديني :

لسنا في حاجة الى التأكيد بان الدين يلعب دورا هاما في سواء وعصمة الفرد من الوقوع في براثن القلق والاكتئاب وذلك لان الايمان بالله سبحانه وتعالى والتوكل عليه انما يدفع كافة المعاني الإيجابية لدى الفرد ويعطيه الثقة بالنفس وفي الإمكانيات وفي القدرات وفي كل شيء وانه يصل الى درجة اليقين بان ما هو مكتوب له فسوف

يراه بنفس راضية وان الرضا عن الذات يلعب دورا كبيرا وحيويا في صحة الانسان النفسية

(محمد غانم , سنة غير مذكورة , ص 103)

08_2_ العلاج الذاتي او بلاسترخاء :

وهي عبارة عن تمارين تستطيع ان تتدرب على أدائها وتؤديها في أي وقت وتجعل هذه التماين عنوان الحياة وأسلوب لها

(نفس المرجع , ص 116)

08_3_ العلاج النفسي :

بهدف تطوير شخصية المريض وزيادة بصيرته وتحقيق التوافق باستخدام التنفيس والاقناع و التدعيم والمشاركة الوجدانية والتشجيع وإعادة الثقة في النفس وقطع دائرة المخاوف المرضية والشعور بالامن النفسي ويفيد التحليل النفسي وإظهار الذكريات المطمورة وتحديد أسباب القلق الدفينة في اللاشعور وتنفس الكبت ويستخدم العلاج السلوكي خاصة لفك الاشرط المرضي المتعلق بالقلق والقضاء على الازمات العصبية الحركية وتنفيذ المناقشة والشرح والتفسير والتعليم والاقناع وكشف الأسباب وديناميتها وشرح الجهاز العصبي خاصة الجهاز العصبي المركزي والذاتي للتغيرات الفيزيولوجية المصاحبة للقلق

08_4_ الارشاد النفسي :

ويشمل الارشاد العلاجي الزوجي ومشكلات المريض وتعليمه كيف يحلها ويهاجمها دون الهرب منها

08_5_ العلاج البيئي :

أي تعديل العوامل البيئية ذات الملحوظ مثل تغيير العمل وتخفيف أعباء المريض وتخفيف الضغوط البيئية ومثيرات التوتر والعلاج الاجتماعي والرياضي والرحلات والصدقات والتسلية والعلاج بالموسيقى والعلاج بالعمل

(شعيب محمود , قائمة قلق الاختبار 1988 ص98)

08_6_ العلاج بالعقاقير :

تستخدم العقاقير المسكنة بكثرة لتخفيف التوتر أي انها تخفض القلق طالما كان العقار في البدن ولكن يزول عندما يفرز العقار

وعندما يكون العقار فعالا فانه يمكن ان يحدث اعراضا جاذبية مثل النعاس كما انه يمكن ان يؤثر على الاحكام التي يصدرها الفرد ومن امثلة المسكنات البنزويامين الأكثر استخداما الديزيبام والفالبوقريية والكورديازيبوكاسيد والليبيريام وعقاقير أخرى من هذا النوع لسوء الحظ فانها تسبب اعراضا جاذبية كثيرة كما انها تسبب الإدمان وعندما يتناولها الافراد لمدة طويلة ثم يتوقف فجأة تحدث تشنجات كما ان الجرعة الزائدة تسبب الموت

(ايزاك ماركس , 1978 , ص 108)

08_7_ الجراحة النفسية :

ان أساليب العلاج الجراحي للقلق المستخدمة جراحة الفصين الجبهتين التي كانت تسمى في الولايات المتحدة الامريكية Lobtom وكانت الجراحة تتكون من تدمير جزء صغير من المادة البيضاء في الفصين الجبهتين مما يؤدي الى خفض القلق

(نفس المرجع 1978 , س 315)

خلاصة :

لقد اخذ موضوع قلق المستقبل مكانة بارزة من بين الموضوعات التي تناولها علماء النفس وعلى الرغم من كونه مفهوما افتراضيا الا انه استقطب اهتمام العديد من الباحثين حيث اصبح محل جدل وكثير حوله النقاش في تعريفاته ونظرياته واعراضه وتشخيصه وعلى الرغم من هذا وذاك بقي من اكثر الميادين التي حظيت بالبحث والدراسة

الفصل الثالث :

اليتيم

الفصل الثالث : اليتيم

01_ تعريف اليتيم

02_ الحاجات النفسية لليتيم

01_ تعريف اليتيم :

1_01_ تعريف اليتيم لغة : اليتيم مفرد , والجمع ايتام ویتامی ویتیمة ومیتمة

(محمد بن يعقوب , 2005 ص 1172)

اليتم في الناس من قبل الاب وفي البهائم من قبل الام ولا يقال لمن فقد يتيم لكن منقطع

اليتم الذي يموت ابوه والعجي الذي تموت امه واللطم الذي يموت ابواه واصل لفظة اليتيم ولبه سمي يتيما لانه يتغافل عن بره

(ابن منظور , 4948/2)

كل شيء مفرد يعز نظيره فهو يتيم ويقال درة يتيمة

01_2_ تعريف اليتيم اصطلاحا :

عرفه ابن تيمية : اليتيم في الدين من فقد اباه

عرفه الشيرازي : اليتيم الذي لا اب له ولا يسمى عند البلوغ يتيما

عرفه عطية صقر : هو الذي فقد اباه ويقال من فقد امه منقطع

01-3_ التعريف الاجرائي : اليتيم هو من فقد احد والديه او كلاهما قبل سن البلوغ

02_ الحاجات النفسية و الاجتماعية للايتام :

1_ الحاجة الى المحبة : وهي من اهم الحاجات الانفعالية التي يسعى الطفل الى اشباعها وتبادل الحب بينه وبين والديه واخوته واقرانه يحقق الصحة النفسية وحينما لا يتمكن الطفل اليتيم من اشباع هذه الحاجة فانه يعاني من الفقر العاطفي ويشعر انه غير مرغوب فيه ويعاني من سوء التوافق النفسي

2_ الحاجة الى الامن : اذا حدث الحرمان من الامن في مرحلة الطفولة المبكرة خاصة انه يعيق النمو النفسي ويؤثر تائثرا على الصحة النفسية في جميع مراحل الحياة لان الحرمان من الامن يعنى تهديدا خطيرا لاشباع حاجات الطفل الضرورية وهو ضعيف لا يقوى على اشباعها فيشبع بقلق الحرمان الذي ينمى فيه سمات التوافق السيئ التي من أهمها سمات القلق والعداوة والشعور بالذنب

3_ الحاجة الى تعليم المعايير السلوكية : ان نظام الأخلاقي والاجتماعي عن الانسان يستمد اصوله وقيمه من النشاطات ولممارسات السلوكية التي يعيشها في مراحل طفولته ولاسيما في السنوات الأولى حيث يقوم الوالدان بتوجيهه الى معايير السلوك الصحيح والالتزام بها فيتعلم ما هو صواب وما هو خطأ

4_ الحاجة الى التقدير الاجتماعي : ان خلافات الوالدين مع الطفل وعدم الاهتمام به وتقدير مشاعره يكون لدى الطفل مفهوم الذات السلبية التي تظهر في بعض المظاهر الانحرافية للسلوك والانماط المتناقضة لاساليب حياته العادية مما يجعلنا نحكم على من تصدر عنه هذه السلوكات سوء التكيف الاجتماعي والنفسي

الباب الثاني :
الجانب التطبيقي

الفصل الأول : الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1. الدراسة الاستكشافية
2. منهج الدراسة
3. الاطار الزمني والمكاني لعينة الدراسة
4. وصف عينة الدراسة
5. وصف أدوات الدراسة وتطبيقها
6. الخصائص السيكومترية
7. مجتمع الدراسة
8. الأساليب الإحصائية

تمهيد :

يتناول هذا الفصل وصفا شاملا لإجراءات الدراسة الميدانية التي قمنا بها لتحقيق اهداف الدراسة ويتضمن الدراسة الاستطلاعية للدراسة والاطار الزمان والمكاني للعينة المدروسة أيضا وصف أدوات الدراسة والخصائص السيكومترية وأخيرا المعالجة الإحصائية للبيانات

01_ الدراسة الاستكشافية :

ان عملية القيام بالدراسة الاستطلاعية على مجتمع الدراسة غرضه تحديد المنهج المناسب للدراسة ونوعية المعاينة كما انها تسهل لنا التعرف على الظروف التي يتم فيها اجراء البحث وكذا الصعوبات التي ربما تواجهنا في التطبيق النهائي لادوات البحث على العينة كما انه يجب التأكد من استعداد افراد العينة ومدى قابليتهم و رضاهم على الإجراءات الخاصة التي ستتبع معهم في البحث وقد يقوم فيها الباحث بإضافة او حذف او تعديل صياغة فرضيات بحثه كما يتم فيها بناء أدوات البحث ان لم تكن متوفرة والتأكد من خصائصها السيكومترية

02_ منهج الدراسة :

لتحقيق اهداف الدراسة استخدمنا المنهج الوصفي فهو المنهج المناسب لهذه الدراسة النفسية وهو من اكثر المناهج استخداما في البحوث العلمية لانه يحقق الأهداف بالشكل الذي يضمن الدقة والموضوعية

يعتمد البحث الحالي المنهج الوصفي التحليلي الذي يرصد ظاهرة البحث كما توجد في الواقع الراهن ويهتم بوصفها وصفا دقيقا من خلال التعبير النوعي الذي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها او التعبير الكمي الذي يعطي وصفا رقميا يوضح مقدار او حجم الظاهرة

(عباس واخرون , 2007 , 74)

اتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي والذي يحاول الإجابة على أسئلة الدراسة وماهية وطبيعة الظاهرة موضوع الدراسة ويشمل ذلك تحليل الظاهرة وبيئتها وبيان العلاقة بين مكوناتها ومعنى ذلك ان الوصف يتم أساسا بالوحدات او الشروط او العلاقات او الفئات او التصنيفات التي توجد بالفعل وقد يشمل ذلك الآراء حولها والاتجاهات ازائها وكذلك العمليات التي تتضمنها والآثار التي تحدثها ومعنى ذلك ان المنهج الوصفي يمتد الى تناول كيف تعمل الظاهرة

03_ الأطار الزماني والمكاني للدراسة :

03_1_ الأطار المكاني :

تمت هذه الدراسة بجمعية كافل اليتيم ولاية الجلفة واقتصرت هذه الدراسة على الأطفال اليتامى

03_2_ الأطار الزماني :

طبقت هذه الدراسة خلال شهر فيفري من عام 2023

03_3_ الأطار الموضوعي :

يقصد بها ابراز متغيرات الدراسة من خلال عرض الذكاء الانفعالي كمتغير مستقل في حين قلق المستقبل متغير تابع

04_ وصف عينة الدراسة :

العينة هي المجموعة التي تجمع البيانات عنها في الدراسة ، للوصول الى نتائج او تعميمات تتعلق بالمجموعة الأكبر الذي ينتمون اليه ، وتعتمد هذه التعميمات والاستنتاجات على مدى تمثيل العينة لذلك المجتمع ، أي مدى تشابه العينة مع مجتمع الدراسة

(المنيزل و غرايبة ، ب س ، ص ، 18)

وفي دراستنا هذه تكونت عينة الدراسة من 25 تلميذ وتلميذة من مختلف المستويات من جمعية كافل اليتيم بالجلفة ، ولقد تم اختيارهم عن طريق العينة العشوائية البسيطة من مجتمع قدر ب 69 وذلك من اجل تمثيل المجتمع تمثيلا مناسباً ، حتى تعمم النتائج على كافة افراد مجتمع الدراسة .

05_ وصف أدوات الدراسة وتطبيقها :

05 _1_ أدوات جمع البيانات :

تم الاعتماد في هذه الدراسة على اداتين هما : (مقياس الذكاء الانفعالي و مقياس قلق المستقبل) إضافة الى البيانات الشخصية المصحوبة معها .

05 _1_1_ البيانات الشخصية :

وهي عبارة عن استمارة بيانات حول لعينة تتضمن السن والجنس (ذكر ، انثى) والمستوى الدراسي

05_2_2_ مقياس الذكاء الانفعالي :

05_2_2_ وصف المقياس :

قم باعداده كل من " عمر جعيج و هامل منصور " تكون من 60 عبارة توزعت على 6 ابعاد وهي كلاتي :

1) بعد الكفاءة الشخصية : يتكون من 6 عبارات .

2) بعد الكفاءة الاجتماعية : يتكون من 12 عبارة .

3) بعد إدارة الضغوط : يتكون من 12 عبارة

4) بعد التكيف : يتكون من 10 عبارات

5) كفاءة المزاج الإيجابي العام : يتكون من 14 عبارة

6) كفاءة الانطباع الإيجابي : يتكون من 6 عبارات

وتتم الإجابة عن عبارات المقياس بواسطة 4 بدائل وهم : بدرجة عالية ، بدرجة كبيرة ، بدرجة متوسطة ، بدرجة ضعيفة

05_2_3_ طريقة تصحيح المقياس :

تصحيح البدائل بمقياس متدرج يتراوح من 1_4 درجات وتختلف درجات الفقرات السلبية عن الفقرات الإيجابية كما هو موضح في الجدول الآتي :

جدول رقم 1 : يوضح بدائل الفقرات الإيجابية والسلبية لمقياس الذكاء الانفعالي

4	3	2	1	
درجة ضعيفة	درجة متوسطة	درجة كبيرة	درجة عالية	الفقرات الإيجابية
درجة عالية	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة ضعيفة	الفقرات السلبية

كما تتمثل الفقرات الإيجابية والسلبية للذكاء الانفعالي في الجدول الآتي :

جدول رقم 2 : يوضح الفقرات السلبية والإيجابية لمقياس الذكاء الانفعالي

الرقم	الأبعاد	العبارات
1	بعد الكفاءة الشخصية	7,17,28,31,43,53
2	بعد الكفاءة الاجتماعية	59 ,2,5,10,14,20,24,36,41,45,51,55
3	بعد إدارة الضغوط	58 ,3,6,11,15,21,26,35,39,46,49,54
4	بعد التكيف	12,16,22,25,30,34,38,44,48,57

8,18,27,33,42,52	كفاءة الانطباع الإيجابي	6
------------------	-------------------------------	---

05_3_ مقياس قلق المستقبل :

05_3_1_ وصف المقياس :

اعدت هذا المقياس زينب شقير وذلك لقياس قلق المستقبل ويتكون من 28 عبارة موزعة على خمسة بدائل وهي :

1) بعد القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية المستقبلية : يتكون من 5 عبارات

2) بعد قلق الصحة والموت : يتكون من 5 عبارات

3) بعد القلق الذهني : يتكون من 7 عبارات

4) بعد الياس من المستقبل : يتكون من 6 عبارات

5) بعد الخوف والقلق من الفشل في المستقبل : يتكون من 5 عبارات

يتم الإجابة عن العبارات بواسطة 5 بدائل هي :

معترض بشدة , معترض أحيانا , بدرجة متوسطة , كثيرا , دائما

جدول 3 : يوضح المحاور المكونة لمقياس قلق المستقبل :

المحور	ارقام العبارات
القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية المستقبلية	17, 20, 21, 22, 24
قلق الصحة والموت	10, 18, 19, 25, 26
القلق الذهني	3, 6, 11, 13, 14, 23, 28
الياس من المستقبل	4, 7, 8, 9, 12, 16
الخوف والقلق من الفشل في المستقبل	1, 2, 5, 15, 27

06_ ابراز الخصائص السيكومترية :

06_1_ الخصائص السيكومترية لمقياس الذكاء الانفعالي :

06_1_1_ صدق المقياس : _ الصدق الظاهري (السطحي) : ويشمل المظهر

العام للاختبار , او الصورة الخارجية له من حيث نوع المفردات وكيفية صياغتها ومدى مطابقة اسم الاختبار على الموضوع الذي يقيسه

(مقدم عبد الحفيظ, 2003, ص 150)

_ صدق البناء : ولجل ذلك اخضعت فقرات المقياس على تحليل احصائي بحساب

معامل الارتباط برسون بين كل بند والبعد الذي ينتمي اليه وبين الابعاد مع بعضها البعض بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس والجدول الاتي يوضح ذلك

جدول 4: يوضح معاملات الارتباط لكل بند ببعده لمقياس الذكاء الانفعالي

الابعاد	معاملات الارتباط	مستوى الدلالة
بعد الكفاءة الشخصية	0.77_0.23	دالة عند مستوى 0.01 و 0.05
الكفاءة الاجتماعية	0.64_0.48	دالة
إدارة الضغوط	0.61_0.37	دالة
التكيف	0.74_0.41	دالة
المزاج العام	0.65_0.27	دالة
الانطباع الإيجابي	0.56_0.48	دالة

الصدق التمييزي : كانت القيمة المحسوبة المقدرة ب **10.64** اكبر من القيمة المجدولة والمقدرة ب **2.64** عند مستوى دلالة **0.01** ودرجة الحرية **72** فان الفرق دال احصائيا وعليه فانه توجد فروق دالة إحصائية وجوهرية بين طرفي الخاصية المقاسة وهي الذكاء الانفعالي وبالتالي فان المقياس تميز طرفي الخاصية المراد قياسها

06_1_2_ ثبات المقياس :

الثبات بطريقة التجزئة النصفية : تراوحت معاملات ثبات الابعاديين من **0.24** _ **0.76** وهي دالة , كما ان ثبات الاختبار ككل بلغ **0.72** وهي قيمة مقبولة عمليا , الامر الذي يدل على درجة جيدة من الثبات .

_ الثبات بطريقة معامل الفا كرونباخ : كما تم تقديم ثبات مقياس الذكاء الانفعالي بطريقة الفا كرونباخ من خلال حساب معامل البنود لكل بعد والمقياس ككل , فقد بلغ معامل الثبات (0.510_ 0.850) وهي مقبولة وكافية .

مما سبق ذكره يتضح ان مقياس الذكاء الانفعالي يتسم بدرجة عالية من الصدق والثبات

06_2_ الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل :

06_2_1_ صدق المقياس :

_ الصدق الظاهري : حيث تم عرض المقياس خلال فترة اعداده على مجموعة من المتخصصين في مجال الصحة النفسية والإرشاد النفسي

_ صدق المحك (التجريبي) : تم تطبيق المقياس الحالي على عينة قوامها 120 طالب وطالبة مناصفة بالفرقة الرابعة بكلية التربية بجامعة طنطا (ضمن عينة التقنين) كما تم تطبيق مقياس القلق من اعداد غريب مفتاح على ذات العينة , وكان معامل الارتباط بين درجات المقياسيين 0,83 و 0,84 و 0,87 لكل من عينة الذكور وعينة الاناث وهو ارتباط دال مرتفع مما يضمن صلاحية المقياس للاستخدام

_ صدق المفردات (صدق التكوين) : حيث تم حساب ارتباط كل بند بالدرجة الكلية للمقياس وذلك على عينة طلاب وطالبات الكلية 200 وهو ما يوضحه الجدول الاتي :

جدول 5 : يوضح معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية للمقياس

رقم البند	درجة الارتباط	رقم البند	درجة الارتباط	رقم البند	درجة الارتباط
1	0,78	11	0,89	21	0,73
2	0,65	12	0,52	22	0,56
3	0,55	13	0,64	23	0,77
4	0,44	14	0,53	24	0,63
5	0,51	15	0,74	25	0,73
6	0,72	16	0,46	26	0,76
7	0,69	17	0,62	27	0,57
8	0,78	18	0,91	28	0,48
9	0,88	19	0,62		
10	0,89	20	0,75		

يتضح من الجدول ان جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى 0,01 .

طريقة الاتساق الداخلي (صدق التكوين) : حيث تم إيجاد معامل الارتباط بين محاور المقياس وكذلك بين كل محور وبين الدرجة الكلية للمقياس على النحو الآتي

جدول 6 : يبين الارتباطات الداخلية للمقياس

المحور	محور 1	محور 2	محور 3	محور 4	محور 5	الدرجة الكلية
1 قلق المشكلات الحياتية	—	0,78	0,88	0,69	0,67	0,75
2 قلق الصحة والموت	—	—	0,91	0,82	0,86	0,89
3القلق الذهني	—	—	—	0,84	0,78	0,81
4الياس من المستقبل					0,93	0,91
5القلق والخوف من المستقبل						0,88
6الدرجة الكلية						

يتضح من الجدول السابق ارتفاع معدلات الارتباط بين الدرجة الكلية وكل محور من المحاور الخمسة , وكذلك ارتفاع معاملات الارتباط بين المحاور , وجميعها ارتباطات موجبة دالة عند مستوى 0.01 حيث تراوحت معاملات الارتباط ما بين 0.67,

0.93 وهذا مايزيد من الاطمئنان على ارتفاع صدق المقياس لما وضع له.

صدق التمييز: ويوضح إمكانية استخدام مقياس قلق المستقبل في الكشف عن الفروق بين المجموعات المختلفة في درجة قلق المستقبل , ويوضح ذلك الجدول الآتي :

جدول 7 : يوضح اختبار *ت* للفروق بين فئات متنوعة في مستوى قلق المستقبل

العينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة *ت*	الدالة
ذكور	100	31,56	20,77	9,867	0,01
اناث	100	56,87	14,83		
مرضى السرطان	30	69,38	18,88	8,47	0,01
اسوياء	30	46,42	19,35		
اكتئاب	30	68,59	20,21	9,24	0,01
اسوياء	30	43,36	18,17		

متزوجين	50	38,98	17,18	7,98	0,01
غير متزوجين	50	59,62	19,21		

يوضح جدول 7 ان قيمة *ت* جميعها دالة عند مستوى **0,01** أي ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الثنائية المختلفة , ومن ثم فان المقياس لديه القدرة على التمييز بين فئات مختلفة , مما يطمئن على صدقة وإمكانية استخدام المقياس .

06_3_ الخصائص السيكومترية لمقياس الذكاء الانفعالي :

_ صدق المقياس : لحساب صدق مقياس الذكاء الانفعالي تم الاعتماد على الطرائق الاتية :

***صدق التميز :** لحساب هذا النوع من الصدق يتم المقارنة بين الدرجات المتطرفة بواسطة *ت* للمقارنة بين المتوسطات وهذا ما

أشار اليه بعض المؤلفين من بينهم ممرية (2007) بحيث تم التأكد ما اذا كان هناك فروق دالة إحصائية بين متوسطات الفئة العليا على المقياس والفئة الدنيا , ويمثل افراد العينة الدنيا مجموع التلاميذ الذين تقع درجاتهم ضمن اعلى من 33% وعدددهم 63 ويسمى هذا التقسيم بالتقسيم المنطقي .

06_4_ الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل :

-ثبات المقياس :

_طريقة إعادة التطبيق : حيث تم اجراء ثبات المقياس بتطبيقه على عينة من الجنسين من طلاب كلية التربية جامعة طنطا عددها 80 من كل جنسين مرتين متتاليتين , بلغ الفصل الزمني بينهما شهر وقد بلغ معامل الارتباط بين التطبيقين 0,81. 0,83.9,84 لكل عينة من عينة الذكور والاناث والعينة الكلية على التوالي

_طريقة ثبات الاتساق :

تم حسابه بطريقتين :

_حيث استخدمت معادلة سبيرمان بروان للتجزئة النصفية بين البنود الزوجية والفردية لعينة مقدارها 160 طالبا من الجنسين , وكان معامل الارتباط بين البنود الزوجية والفردية 0,818 وبلغ معامل الثبات 0,819 وهو معامل ثبات مرتفع ودال عند مستوى 0,01 مما يطمئن على استخدام المقياس

_تم تقسيم المقياس الى مجموعتين من البنود :1_14, 15_28 وتم إيجاد معامل الارتباط بين درجات بنود المجموعتين وبلغ 0,812 وهو معامل ارتباط مرتفع ودال عند مستوى 0,01

_طريقة كرونباخ (معامل الفا): حيث تم حساب المعامل الفا على عينة الذكور والاناث من طلاب الجامعة

جدول 8 : يبين معامل الثبات بتطبيق معالجة معامل الفا :

العينة	ن	معامل الفا
طلاب	100	0,882
طالبات	100	0,911
العينة الكلية	100	0,923

يتضح من الجدول السابق ان معاملات الثبات مرتفعة بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس وذلك لدى عينة الطلاب والطالبات وعلى العينة الكلية على سواء.

07 : مجتمع الدراسة :

يشمل مجتمع الدراسة الحالية الأطفال اليتامى قصد دراسة الذكاء الانفعالي وقلق المستقبل لمعرفة الى أي مدى يمكن للطفل ان يتحكم في انفعالاته وتصرفاته والبالغ عددهم 25 طفل من الأطفال اليتامى

09 : الأساليب الإحصائية المعتمدة في الدراسة :

تمت معالجة وتحليل البيانات المتحصل عليها باستخدام مقياسي الدراسة بواسطة برنامج SPSS وقد تم الاستعانة بالتقنيات الآتية :

الإحصاء الاستدلالي : التي يتمن خلالها اختبار مدى تحقق فرضيات الدراسة او عدم تحققها

معامل الارتباط بيرسون : للبحث عن العلاقة الارتباطية بين متغيري الدراسة

_اختبار *ت*: لدراسة الفروق بين متوسطات درجة افراد العينة .

الفصل الثاني : عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

1. عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الأولى

1. عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثانية

2. عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثالثة

3. عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الرابعة

4. استنتاج عام

خاتمة ومقترحات

عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات :

نصت الفرضية الأولى على :

هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تسيير الانفعالات وقلق

المستقبل لدى الأطفال اليتامى

تسيير الانفعالات	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
	25	2.6500	0.58714	0.13129
قلق المستقبل	25	105.8000	11.50103	2.57117

المصدر : من اعداد الطالبات بالاستعانة ببرنامج spss

الجدول رقم 10 : يمثل الإحصاء الوصفي المتبع في معالجة نتائج الفرضية الأولى

من خلال الجدول رقم (10) والذي يمثل الإحصاء الوصفي المتبع في معالجة

الفرضية الأولى نلاحظ ان , المتوسط الحسابي لتسيير الانفعالات بلغ 2.6500

فيما بلغ الانحراف المعياري 0.58714 وبلغ الخطأ المعياري 0.13129 بينما بلغ

المتوسط الحسابي لقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى 105.800 وبلغ الانحراف

المعياري 11.50103 فيما بلغ الخطأ المعياري 2.57171

تسيير الانفعالات قلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى	عدد العينة	درجة الارتباط بين تسيير الانفعالات وقلق المستقبل	القيمة المعنوية sig	مستوى الدلالة
	25	0.214_	0.366	0.05

المصدر : : من اعداد الطالبات بالاستعانة ببرنامج spss

الجدول رقم (11): يمثل درجة الارتباط بين متغيرات الفرضية الأولى

من خلال الجدول رقم 11 والذي يمثل درجة الارتباط بين متغيرات الفرضية الأولى نلاحظ ان : معامل الارتباط بين تسيير الانفعالات وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى . ونلاحظ ان نسبة قيمة معامل الارتباط قدرت ب 0.214 وهي سالبة وضعيفة جدا عند القيمة المعنوية بلغت 0.366 عند مستوى دلالة 0.05

تسيير الانفعالات وقلق المستقبل لدى	الفرق بين المتوسطات	الفرق بين الانحرافات	الفرق في الخطأ المعياري	قيمة معامل الارتباط بين	درجة الحرية df	مستوى الدلالة sig	القيمة المعنوية	القرار الاحصائي
------------------------------------	---------------------	----------------------	-------------------------	-------------------------	----------------	-------------------	-----------------	-----------------

الأطف ال اليتامى								
دال	0.00	0.0	24	0.62	2.602	11.64	103.15	
احص ائيا	0	5		9	91	056	000	

المصدر : : من اعداد الطالبات بالاستعانة ببرنامج spss

الجدول رقم (12) : يمثل الأساليب الإحصائية المتبعة في معالجة الفرضية الأولى

من خلال الجدول رقم 12 والذي يمثل الأساليب الإحصائية المتبعة في معالجة الفرضية الأولى نلاحظ ان الفرق بين المتوسطات قدر ب 103.15000 بينما بلغ الفرق بين الانحرافات 11.64056 فيما بلغ الفرق في الخطأ المعياري 2.60291 وبلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون 0.629 عند درجة حرية df بلغت 24 ومستوى الدلالة 0.05 عند قيمة معنوية sig قدرت ب 0.00

وعند مقارنة القيمة المعنوية بمستوى الدلالة نلاحظ ان القيمة المعنوية اقل من مستوى الدلالة اذن : توجد فروق في إجابات المفحوصين وهذا ما يدل على ان الفرضية الأولى قد تحققت أي انه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تسيير الانفعالات وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى

نصت الفرضية الثانية على :

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تسيير الانفعالات وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامي

معرفة الانفعالات	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
	25	2.1500	0.74516	0.16662
قلق المستقبل لدى الأطفال اليتامي	25	105.8000	11.50103	2.57171

المصدر : من اعداد الطالبات بالاستعانة ببرنامج spss

الجدول رقم 13 : يمثل الإحصاء الوصفي المتبع في معالجة نتائج الفرضية الثانية من خلال الجدول رقم 13 والذي يمثل الإحصاء الوصفي المتبع في معالجة الفرضية الثانية نلاحظ : ان المتوسط الحسابي لمعرفة الانفعالات بلغ 2.1500 فيما بلغ الانحراف المعياري 0.74516 وبلغ الخطأ المعياري 0.16662 بينما بلغ المتوسط الحسابي لقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامي 105.8000 فيما بلغ الانحراف المعياري 11.50103 وبلغ الخطأ المعياري 2.57171

معرفة الانفعالات	عدد العينة	درجة الارتباط بين معرفة الانفعالات وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامي	القيمة المطلوبة sig	مستوى الدلالة
قلق المستقبل لدى الأطفال اليتامي	25	0.384	0.094	0.05

المصدر : من اعداد الطالبات بالاستعانة ببرنامج spss

الجدول رقم 14 : يمثل درجة الارتباط بين متغيرات الفرضية الثانية

من خلال الجدول رقم 14 والذي يمثل درجة الارتباط بين متغيرا الفرضية الثانية نلاحظ ان معامل الارتباط بين معرفة الانفعالات وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى نلاحظ ان نسبة قيمة معامل الارتباط قدرت ب 0.384 وهي ضعيفة عند قيمة معنوية بلغت 0.094 عند مستوى دلالة 0.05

معرفة الانفعالات قلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى	الفرق بين المتوسطات	الفرق بين الانحرافات	الفرق في الخطأ المعياري	قيمة معامل الارتباط بيرسون	درجة الحرية df	مستوى الدلالة	القيمة المعنوية sig	القرار الاحصائي

دال	0.00	0.0	24	0.25	2.512	11.23	103.6_	
احص اايا	0	5		6	36	563	500	

المصدر : من اعداد الطالبات بالاستعانة ببرنامج spss

الجدول رقم 15 : يمثل الأساليب الإحصائية المتبعة في معالجة الفرضية الثانية

من خلال الجدول 15 والذي يمثل الأساليب الإحصائية المتبعة في معالجة الفرضية الثانية نلاحظ ان الفرق بين المتوسطات قدر ب 103.65000_ بينما بلغ الفرق بين الانحرافات 11.23563 فيما بلغ الفرق في الخطأ المعياري 2.51236 وبلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون 0.256 عند درجة حرية df بلغت 24 ومستوى الدلالة 0.05 عند قيمة معنوية sig قدرت ب 0.00

وعند مقارنة القيمة المعنوية بمستوى الدلالة نلاحظ ان القيمة المعنوية اقل من مستوى الدلالة اذن توجد فروق في إجابات المفحوصين وهذا ما يدل على ان الفرضية الثانية قد تحققت أي انه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين معرفة الانفعالات وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى

نصت الفرضية الثالثة على : علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التعاطف وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى

التعاطف	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
	25	3.1500	1.98083	0.44293

2.57171	11.50103	105.8000	25	قلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى
---------	----------	----------	----	--

المصدر : من اعداد الطالبات بالاستعانة ببرنامج spss

الجدول رقم 16: يمثل الإحصاء الوصفي المتبع في معالجة نتائج الفرضية الثالثة من خلال الجدول رقم 16 والذي يمثل الإحصاء الوصفي المتبع في معالجة نتائج الفرضية الثالثة نلاحظ ان : المتوسط الحسابي للتعاطف بلغ 3.1500 فيما بلغ الانحراف المعياري 1.98083 وبلغ الخطأ المعياري 0.44293 بينما بلغ المتوسط الحسابي لقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى 105.8000 فيما بلغ الانحراف المعياري 11.50103 وبلغ الخطأ المعياري 2.57171

مستوى الدلالة	القيمة المعنوية sig	درجة الارتباط بين القلق والتعاطف المستقبل لدى الأطفال اليتامى	عدد العينة	قلق لدى الأطفال اليتامى
0.05	0.988	0.004	25	

الجدول رقم 17 : يمثل درجة الارتباط بين متغيرات الفرضية الثالثة

من خلال الجدول رقم 17 : والذي يمثل الأساليب الإحصائية المتبعة في معالجة الفرضية الثالثة نلاحظ ان الفرق بين المتوسطات قدر ب 102.65000 بينما بلغ الفرق بين الانحرافات 11.66314 فيما بلغ الخطأ المعياري 2.60796 وبلغت

قيمة معامل الارتباط بيرسون 0.360 عند درجة الحرية df بلغت 24 ومستوى الدلالة 0.05 عند قيمة معنوية sig قدرت ب 0.00

عند مقارنة القيمة المعنوية بمستوى الدلالة نلاحظ ان القيمة المعنوية اقل من مستوى الدلالة اذن توجد فروق في إجابات المفحوصين وهذا ما يدل على ان الفرضية الثالثة قد تحققت أي انه

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التعاطف وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى

نصت الفرضية الرابعة على : علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تنظيم الانفعالات وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى

تنظيم الانفعالات	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
	25	4.7500	2.68071	0.55023
قلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى	25	105.8000	11.50103	2.57171

المصدر : من اعداد الطالبات بالاستعانة ببرنامج spss

الجدول رقم 18 : يمثل الإحصاء الوصفي المتبع في معالجة نتائج الفرضية الرابعة

من خلال الجدول رقم 18 : والذي يمثل الإحصاء الوصفي المتبع في معالجة الفرضية الرابعة نلاحظ ان المتوسط الحسابي لتنظيم الانفعالات بلغ 4.7500 فيما بلغ الانحراف المعياري 2.68071 وبلغ الخطأ المعياري 0.55023 بينما بلغ المتوسط الحسابي لقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى 105.8000 فيما بلغ الانحراف المعياري 11.50103 وبلغ الخطأ المعياري 2.57171

مستوى الدلالة	القيمة المعنوية sig	درجة الارتباط بين تنظيم الانفعالات وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى	عدد العينة	تنظيم الانفعالات قلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى
0.05	0.049	0.405	25	

المصدر : من اعداد الطالبات بالاستعانة ببرنامج spss

الجدول رقم 19 : يمثل درجة الارتباط بين متغيرات الفرضية الرابعة

من خلال الجدول رقم 19 : والذي يمثل درجة الارتباط بين متغيرات الفرضية الرابعة نلاحظ ان معامل الارتباط بين تنظيم الانفعالات وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى نلاحظ ان نسبة قيمة معامل الارتباط قدر ب 0.405 وهي متوسطة عند قيمة معنوية بلغت 0.049 عند مستوى دلالة 0.05

المتغير	الفرق بين المتوسطات	الفرق بين الانحرافات	الفرق في الخطأ المعياري	قيمة معامل الارتباط بيرسون	درجة الحرية df	مستوى الدلالة sig	القيمة المعنوية	القرار الاحصائي
(السن). المهنة . سنوات الخبرة (قلق المستقبلى لدى الأطفال اليتامي	-	12.66	2.807	0.63	24	0.00	دال	
	104.65000	314	96	0	5		احصائيا	

المصدر : من اعداد الطالبات بالاستعانة ببرنامج spss

الجدول رقم 20 : يمثل الأساليب الإحصائية المتبعة في معالجة الفرضية الرابعة

من خلال الجدول رقم 20 : والذي يمثل الأساليب الإحصائية المتبعة في معالجة

الفرضية الرابعة نلاحظ ان الفرق بين المتوسطات قدر ب 104.65000 بينما

بلغ الفرق بين الانحرافات 12.66314 فيما بلغ الفرق في الخطأ المعياري 2.80796 وبلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون 0.630 عند درجة حرية df بلغت 24 ومستوى دلالة 0.05 عند قيمة معنوية sig قدرت ب 0.00

وعند مقارنة القيمة المعنوية بمستوى الدلالة نلاحظ ان القيمة المعنوية اقل من مستوى الدلالة اذن توجد فروق في إجابات المفحوصين وهذا ما يدل على ان الفرضية الرابعة قد تحققت أي انه

توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تنظيم الانفعالات وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى

نصت الفرضية العامة على : علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى

الذكاء الانفعالي	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
	25	2.75000	0.75500	0.18882
قلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى	25	105.8000	11.50103	2.57171

المصدر : من اعداد الطالبات بالاستعانة ببرنامج spss

الجدول رقم 21 : يمثل الإحصاء الوصفي المتبع في معالجة نتائج الفرضية العامة من خلال الجدول رقم 21 : والذي يمثل الإحصاء الوصفي المتبع في معالجة الفرضية العامة نلاحظ ان المتوسط الحسابي للذكاء الانفعالي بلغ 2.75000 فيما بلغ الانحراف المعياري 0.75500 وبلغ الخطأ المعياري 0.18882 بينما بلغ المتوسط الحسابي لقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامي 105.800 فيما بلغ الانحراف المعياري 11.50103 وبلغ الخطأ المعياري 2.57171

مستوى الدلالة	القيمة المعنوية sig	درجة الارتباط بين الذكاء الانفعالي وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامي	عدد العينة	الذكاء الانفعالي قلق المستقبل لدى الأطفال اليتامي
0.05	0.045	0.560	25	

المصدر : من اعداد الطالبات بالاستعانة ببرنامج spss

الجدول رقم 22 : يمثل درجة الارتباط بين متغيرات الفرضية العامة

من خلال الجدول رقم 22 : والذي يمثل درجة الارتباط بين متغيرات الفرضية العامة نلاحظ ان معامل الارتباط بين الذكاء الانفعالي وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى نلاحظ ان نسبة قيمة معامل الارتباط 0.560 وهي متوسطة عند قيمة معنوية بلغت 0.045 عند مستوى دلالة 0.05

الذكاء الانفعالي اليتامى	الفرق بين المتوسطات	الفرق بين الانحرافات	الفرق في الخطأ المعياري	قيمة معامل الارتباط بيرسون	درجة الحرية df	مستوى الدلالة	القيمة المعنوية sig	القرار الاحصائي
	105.65_	12.23	2.52	0.50	24	0.0	0.00	دال
	000	523	04	6		5	0	احصائياً

المصدر : من اعداد الطالبات بالاستعانة ببرنامج spss

الجدول رقم 23 : يمثل الأساليب الإحصائية المتبعة في معالجة الفرضية العامة من خلال الجدول رقم 23 : والذي يمثل الأساليب الإحصائية المتبعة في معالجة الفرضية العامة نلاحظ ان الفرق بين المتوسطات قدر ب 105.65000 بينما بلغ الفرق بين الانحرافات 12.23523 فيما بلغ الفرق في الخطأ المعياري 2.5204 وبلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون 0.560 عند درجة حرية df بلغت 24 ومستوى دلالة 0.05 عند قيمة معنوية sig قدرت ب 0.00

وعند مقارنة القيمة المعنوية بمستوى الدلالة نلاحظ ان القيمة المعنوية اقل من مستوى الدلالة اذن توجد فروق في إجابات المفحوصين وهذا ما يدل على ان الفرضية العامة قد تحققت أي انه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى

خاتمة

خاتمة

بعد عرض دراستنا والتفصيل فيها توصلنا الى وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء الانفعالي وقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى حيث ان من اهم أسباب اهتمامنا بهذا الموضوع انه اهتم بفئة الأطفال اليتامى التي تعد هذه الأخيرة الفئة الأكثر حساسية في مجتمعنا

توصلت نتائج دراستنا ان الأطفال اليتامى لديهم القدرة في التحكم في مهاراتهم الانفعالية وتعاطفهم مع الاخرين وفهم انفعالاته وأيضا ادراكها

وفي الأخير تبقى نتائج دراستنا نسبية تحتاج الى المزيد من البحث والتحليل , ونرجو ان تساهم هذه الدراسة ولو بالقليل في اثراء معلومات الطالب في علم النفس خاصة وفي باقي العلوم عامة وما يتعلق بموضوع الذكاء الانفعالي وعلاقته بقلق المستقبل خاصة لدى الأطفال اليتامى . ومن خلال نتائج هذه الدراسة يمكن تحديد الاقتراحات التالية :

اجراء دراسات تستهدف الذكاء لانفعالي وعلاقته بقلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى
تكثيف الدراسات الميدانية حول موضوع الذكاء الانفعالي وموضوع قلق المستقبل
اجراء دراسات لتطوير البرامج التنموية للذكاء الانفعالي و قلق المستقبل لدى الأطفال اليتامى

قائمة المصادر والمراجع

- 1_ احمد عبد الواحد عبد الرحمان , بناء مقياس القلق الامتحاني لدى طلبة كلية التربية بجامعة عدن , مجلة كلية التربية , 2003
- 2_ احمد عبد العزيز الثنيان 2009 , جودة الحياة وقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الجامعية , رسالة دكتوراء , جامعة ام القرى
- 3_ أبو حطب فؤاد , القدرات العقلية , مكتبة الانجلو , القاهرة 1983 .
- 4_ احمد عبد الواحد عبد الرحمان , بناء مقياس القلق الامتحاني لدى طلبة كلية التربية جامعة عدن , مجلة كلية التربية , 2003.
- 5_ اشرف محمد عبد الغني , اميمة محمود الشربيني ب ط 2003
- 6_ اشرف محمد حاج إبراهيم , 2019 , مذكرة لنيل شهادة الماجستير في الارشاد النفسي والتربوي , جامعة القدس المتوحة , فلسطين .
- 7_ الشيخ كامل محمد عويضة , 1996 , علم النفس الاجتماعي , ط1 , دار الكتب العلمية , بيروت _ لبنان
- 8_ السيد محمد خيرى , الإحصاء في البحوث النفسية والتربوية الاجتماعية , الطبعة الثالثة , دار التأليف مصر .
- 9_ الحسيني عاطف , 2011 , قلق المستقبل والعلاج بالمعنى , القاهرة , دار الفكر العربي .

قائمة المصادر والمراجع

- 10_ العيسوي عبد الرحمان , القلق والامتحانات , مجلة التربية , العدد 115 , الامارات , 1995 .
- 11_ جودة عبد الهادي , حسني العزة , 2004 , مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي , ط 2 , دار الثقافة , الأردن
- 12_ حامد عبدالسلام زهران 1997 , الصحة النفسية والعلاج النفسي , القاهرة
- 13_ سعيد حسني العزة 2000 , الارشاد الجماعي العلاجي , دار غريب
- 14_ سعيد عبد العزيز , جودت غرت عيطوي , التوجيه المدرسي مفاهيمه النظرية واساليبه الفنية وتطبيقاته العملية , دار الثقافة للنشر والتوزيع , عمان 2004 ,
- 15_ سعدون سلمان نجم الحلبوسي , التوجيه التربوي والإرشاد النفسي بين النظرية والبطش , منشورات ECGA سنة 2002
- 16_ سعد عبدالرحمان , أسس القياس النفسي والاجتماعي , مكتبة القاهرة الحديثة , القاهرة 1967
- 17_ شعيب علي محمود , قائمة قلق الاختبار , مجلة رسالة الخليج العربي , العدد 25 , سنة 1988
- 18_ عائدة عبدالله ابوصائمة , القلق والتحصيل الدراسي دراسة نقدية , المركز العربي للخدمات الطلابية الأردن , 1995

- 19_ عائد محمد عثمان , درجة القلق لدى طلبة جامعة الضفة الغربية في فلسطين وعلاقتها ببعض المتغيرات , المركز الفلسطيني للإرشاد , 2006,
- 20_ عبدالرحمان الكيلاني, عبدالله , 1989 , القياس والتقويم التربوي في علم النفس
- 21_ عبدالهادي نبيل , القياس والتقويم التربوي في مجال التدريس الصفي , الطبعة الثانية , 2002
- 22_ فاروق السيد عثمان علي , دور ممارسة الأنشطة الرياضية في تخفيض قلق الامتحان , 2010 , ص 30,31
- 23-مازن احمد شمسان , دراسة القلق العام لدى عينة من طلاب جامعة عدن , بحث منشور في مجلة دراسات وبحوث تربوية , العدد الرابع , 2007
- 24_ محمد إبراهيم الفيومي , القلق الإنساني , دار الفكر العربي , القاهرة 1985
- 25_ مدوخ رجاء , الاغتراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى الطالبات لاسر مغتربة في الجامعات بقطاع غزة , (رسالة ماجستير غير منشورة) , الجامعة الإسلامية , غزة , فلسطين 2016
- 26_ مرسي سيد عبدالحميد , الارشاد والتوجيه التربوي والمهني , القاهرة, 1976,
- 27_ نبيل عبدالعزيز عبدالكريم البدري , القلق وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة , (رسالة ماجستير غير منشورة) , كلية التربية , جامعة تكريت , العراق , 2003,

- 28_ نادر فهمي الزيود , مبادئ القياس والتقويم في التربية , 1980
- 29_ هشام احمد محمود غراب , القلق وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الثانوية العامة بمدارس محافظات غزة , (رسالة ماجستير غير منشورة) , الجامعة الإسلامية , غزة , فلسطين
- 30_ يوسف مصطفى القاض , لطفي محمد نظيم , محمود عطا حسين , الارشاد النفسي والتوجيه التربوي , دار المريخ للنشر , الرياض , السعودية , 2002
- 31_ كاملة الفرج شعبان , عبدالجابر تيم , 1999, مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي , الطبعة 1 , دار صفاء للنشر والتوزيع, عمان , الأردن

❖ المذكرات

- 1_ عمراني هاجر وبن عمار فاطمة , 2021 , الذكاء الانفعالي وعلاقته باساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الثالثة علم النفس , مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس , جامعة ادار , الجزائر
- 2_ خير الدين هادية , 2019 , الذكاء الانفعالي وعلاقته بالصحة النفسية , مذكرة ماستر , جامعة بسكرة , الجزائر
- 3_ عاطف محمد عوض , 2020 , الذكاء الوجداني وقلق المستقبل المهني وعلاقتهما بالرضا عن الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس غير المتفرغين في الجامعات الفلسطينية , رسالة ماجستير , جامعة الأقصى , غزة , فلسطين
- 4_ جنيدي رزيقة و مياح بحرية , 2021 , الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتفاؤل لدى الطلبة الجامعيين المقبلين على التخرج , مذكرة ماستر , جامعة الجلفة , الجزائر

الملاحق

الملحق رقم 1 : المقاييس المطبقة

مقياس الذكاء الانفعالي

اعداد : عمر جعيح وهامل منصور

البيانات الشخصية : وفق الدراسة

الجنس :

ذكر

انثى

تعليمات المقياس :

يتكون المقياس من عدة عبارات التي تشير الى شعورك وسلوكك نحو بعض الموضوعات او المواقف والمطلوب ان تضع علامة (x) التي تناسب انطباق الفقرة عليك .

الرقم	الفقرة	درجة	درجة	درجة	درجة
		عالية	كبيرة	متوسطة	ضعيفة
1	يستمتع بالتسلية				
2	اجيد فهم مشاعر الاخرين				

				لدي القدرة على تهيئة نفسي	3
				اشعر انني متهيج	4
				اهتم بما يحدث للآخرين	5
				من الصعب علي ان اسيطر على غضبي	6
				من السهل علي اخبار الناس بمشاعري	7
				اتقبل كل من التقى به	8
				اشعر بالثقة بنفسي	9
				اتفهم عادة كيف اشعر بالآخرين	10
				لا اتمكن من المحافظة على هدوئي	11
				أحاول استعمال طرائق مختلفة للإجابة على الأسئلة الصعبة	12
				اعتقد ان معظم الأشياء التي انجزها سوف تكون مرضية	13
				لدي القدرة على احترام الآخرين	14

				انزعج بشكل مبالغ فيه من بعض الأمور	15
				من السهل علي فهم أشياء جديدة	16
				استطيع التحدث بسهولة عن مشاعري	17
				افكر باي شخص بافكار إيجابية	18
				لدي امل بما هو افضل	19
				الحصول على الأصدقاء امر هام	20
				اتشاجر مع الناس	21
				باستطاعتي فهم الأسئلة الصعبة	22
				احب ان ابتسم	23
				أحاول ان لا اوذي مشاعر الاخرين	24
				أحاول تفهم المشكلة حتي أتمكن من حلها	25
				انا عصبي	26
				لاشيئ يزعجني	27

				يصعب علي التحدث عن مشاعري الداخلية العميقة	28
				اعلم ان الأمور ستكون على مايرام	29
				استطيع تقديم إجابات صحيحة على أسئلة صعبة	30
				باستطاعتي وصف مشاعري بسهولة	31
				اعرف كيف اقضي أوقات جميلة	32
				علي قول الحقيقة	33
				استطيع الإجابة بطرائق عديدة عن السؤال الصعب عندما اريد	34
				اغضب بسرعة	35
				احب ان اعمل من اجل الآخرين	36
				لا اشعر بسعادة كبيرة	37
				استخدم بسهولة طرائق مختلفة في حل المشكلات	38
				يتطلب مثيرا من الوقت حتي اغضب	39

				مشاعري جيدة اتجاه نفسي	40
				أكون أصدقاء بسهولة	41
				اعتقد اني الأفضل في كل مانجز مقارنة بغيري	42
				يسهل علي البوح بمشاعري	43
				عند الإجابة عن الأسئلة الصعبة أحاول التفكير بحلول عديدة	44
				اشعر بلاستياء عندما أوذي مشاعر الاخرين	45
				عندما اغضب من احد ابقى هكذا مدة طويلة	46
				انا سعيد بنوعية شخصيتي	47
				اجيد حل المشكلات	48
				يصعب علي الانتظار في الدور	49
				استمتع بلاشياء التي اصنعها	50
				احب أصدقائي	51
				ليس لدي أيام سيئة	52
				لدي صعوبة في البوح للاخرين باسراري	53

				اغضب بسرعة	54
				اعرف ما اذا كان صديقي غير سعيد	55
				احب شكلي	56
				لااتهرب من الأمور الصعبة	57
				عندما اغضب اتصرف من غير تفكير	58

ملحق 2 : مقياس قلق المستقبل

عزيزي فيما يلي مجموعة من العبارات التي تعبر بوضوح عن رأيك الشخصي اتجاه المستقبل المطلوب منك معرفة وجهة نظرك الشخصية بصراحة وامانة وصدق وإبراز رأيك ومشاعرك من خلال الإجابة على هذه العبارات بوضع علامة (x) امام الدرجة او الإجابة التي تريدها بنفسك

_ لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة

_ معلوماتك سرية للغاية

_ لا تترك عبارة بدون إجابة

_ المقياس للدراسة وليس للتقييم الشخصي

شكرا لتعاونك

الملاحق

العبارة	معترض بشدة	معترض أحيانا	بدرجة متوسطة	كثيرا	دائما
1/ أو من بالقضاء والقدر وان القدر يحمل اخبارا سارة في المستقبل					
2/ التفوق يدفعني دائما للمزيد من الكفاح لتحقيق مستقبل باهر					
3/ تراودني فكرة انني قد اصبح شخصا عظيما في المستقبل					
4/ عندي طموحات واهداف واضحة في الحياة واعمل لمستقبلي وفقا لخطة رسمتها لنفسي واعرف كيف احققها					
5/ الالتزام الديني والأخلاقي والتمسك					

					بمبادئ معينة يضمن للإنسان مستقبل امن
					6/الأفضل ان تعمل لدنياك كانك نعيش ابدا
					7/اشعر ان المستقبل سيكون يوما مشرقا
					8/املي في الحياة كبير لان طول العمر يبلغ الامل
					9/يخبئ الزمن مفاجئات سارة ولاياس في الحياة
					10/حياتي مملوءة بالحيوية والنشاط والرغبة في تحقيق الامل
					11/يتملكني الخوف والقلق عندما افكر في المستقبل وانه لاحول ولا قوة في المستقبل
					12/يدفعني الفشل الى الياس وفقدان الامل في تحقيق مستقبل افضل

				13/انا من الذين يؤمنون بالحظ ويتحركون على أساسه
				14/افضل طريقة للتعايش مع الحياة هو عدم التفكير في المستقبل وترك الحياة تمشي كما هي
				15/تمضي الحياة بشكل مزيف ومحزن مما يجعلني اقلق من المجهول
				16/اشعر بالفراغ والياس في الحياة وانه من الصعب إمكانية تحسينها في المستقبل
				17/اشعر بلانزعاج لاحتمال كارثة قريبا بسبب كثرة الحوادث هذه الأيام
				18/اشعر بتغيرات مستمرة في شكلي تجعلني أخاف ان ابدو غير جذاب

				19/ينتابني شعور بالخوف مناصباتي بمرض خطير في أي وقت
				20/الحياة مملوءة بالعنف والاجرام تجعل الفرد يتوقع الخطر لنفسه في أي وقت
				21/كثرة البطالة في المجتمع يهدد لحياة صعبة وسوء توافق زوجي مستقبلا
				22/غلاء المعيشة وانخفاض الدخل العائد المادي يقلقني على مستقبلي
				23/المستقبل غامض لدرجة التي تجعل من الصعب ان يرسم الشخص أي خطة للامور الهامة لمستقبله
				24/ضغوط الحياة تجعل من الصعب ان اظل

					محتفظا بأملي وانتفاعا بانني ساكون في احسن حال
					25/ اشعر بالقلق الشديد عندما اتخيل إصابتي بحادث
					26/ يغلب علي التفكير بالموت في اقرب وقت خاصة عندما أصاب بمرض
					27/ انا غير راض عن مستوى معيشتي بوجه عام مايشعرني بالفشل في المستقبل
					28/ اشعر ان الحياة عميقة بلا هدف ولا معنى ولا مستقبل واضح

