

كلية التربية  
قسم الصحة النفسية

# الذكاء الانفعالي ومهارات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من المعلمين والمعلمات (دراسة سيكومترية كالفينكية)

رسالة مقدمة للحصول على درجة الماجستير في التربية

تخصص (صحة نفسية)

إعداد

نجلاء خيري محمد سلام

إشراف

د/ إيمان فوزي سعيد

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية - جامعة عين شمس

أ.د. سميرة محمد شند

أستاذ الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة عين شمس

١٤٣٣هـ - ٢٠١٢م



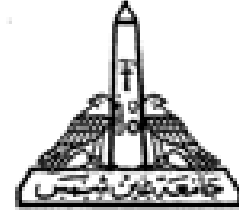
أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا  
إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ

صَدَقَ اللَّهُ الْعَظِيمُ





كلية التربية  
قسم الصحة النفسية

## صفحة العنوان

اسم الطالب : نجلاء خيرى محمد سلام

الدرجة العلمية: ماجستير

القسم التابع له: الصحة النفسية

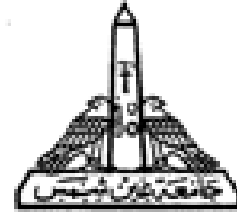
اسم الكلية: التربية

الجامعة: عين شمس

سنة التخرج: اليسانس عام ٢٠٠٣م

سنة المنح: ٢٠١٢م





## كلية التربية

### قسم الصحة النفسية

رسالة (ماجستير/دكتوراه)

**نجلاء خيرى محمد**

اسم الطالب:

عنوان الرسالة: الذكاء الانفعالي ومهارات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من المعطلين والمطلعات: دراسة سيكومترية كينيتكية.

اسم الدرجة: ماجستير

لجنة الإشراف:

أستاذ الصحة النفسية

١- أ.د سميرة محمد شند

كلية التربية- جامعة عين شمس

أستاذ الصحة النفسية المساعد

٢- د. إيمان فوزى سعيد

كلية التربية- جامعة عين شمس

لجنة الحكم على الرسالة:

أ.د نادر فتحى قاسم: أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية-كلية التربية-جامعة عين شمس(رئيساً).

د. ملى خليفة: أستاذ الصحة النفسية المساعد-كلية التربية- جامعة الزقازيق(عضواً).

تاريخ البحث: / / ٢٠١٢م

الدراسات العليا

أجيزت الرسالة بتاريخ

ختم الإدارة

/ / ٢٠١٢م

/ / ٢٠١٢م

موافقة مجلس الجامعة

موافقة مجلس الكلية

/ / ٢٠١٢م

/ / ٢٠١٢م





## مستخلص الدراسة

اسم الباحث : نجلاء خيرى محمد

عنوان الدراسة : الذكاء الانفعالي ومهارات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من المعلمين والمعلمات :  
( دراسة سيكومترية كاليبنيكية ) - رسالة ماجستير - كلية التربية - جامعة عين شمس

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي ومهارات مواجهة الضغوط، وإلى دراسة الفروق في مهارات مواجهة الضغوط تبعاً لمتغيرات (المرحلة التعليمية، النوع).  
واستخدمت الباحثة الأدوات الآتية :-

- مقياس مهارات مواجهة الضغوط (إعداد: الباحثة)
- إستمارة دراسة الحالة (إعداد: الباحثة)
- المقابلة الكاليبنيكية (إعداد: الباحثة)
- مقياس الذكاء الانفعالي (سميره شند، وإيمان فوزى)
- اختبار تفهم الموضوع (إعداد: هنري موراي)

وتم تطبيق الدراسة على عينة بلغ عددها (١٤٥) معلم ومعلمة من مراحل التعليم المختلفة (ابتدائي - إعدادي - ثانوي).

### وقد أسفرت نتيجة الدراسة عن :-

١) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة الدراسة على كل الأبعاد الإحصائية للمواجهة، والدرجة الكلية لتلك الطرق الإحصائية لمقياس مهارات مواجهة الضغوط وجميع أبعاد مقياس الذكاء الانفعالي والدرجة الكلية للمقياس، بينما توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة الدراسة على كل الأبعاد الإحصائية للمواجهة، والدرجة الكلية لتلك الطرق الإحصائية لمقياس مهارات مواجهة الضغوط وجميع أبعاد مقياس الذكاء الانفعالي والدرجة الكلية للمقياس.

٢) وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) لكل من متغير الذكاء الانفعالي لصالح مرتفعي الذكاء الانفعالي، ومتغير المرحلة التعليمية لصالح المرحلتين الإعدادية والثانوية، وللتفاعل بين متغيري النوع والمرحلة التعليمية لصالح معلمات المرحلة الإعدادية في تباين درجات أفراد عينة الدراسة على بعد تقييم المواقف الضاغطة.

٣) وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) لكل من متغير الذكاء الانفعالي لصالح مرتفعي الذكاء الانفعالي، ومتغير النوع لصالح الإناث، ومتغير المرحلة التعليمية لصالح المرحلتين الإعدادية والثانوية، وللتفاعل بين متغيري النوع والمرحلة التعليمية في تباين أفراد عينة الدراسة على بعد الدعم الاجتماعي والبحث عن المعلومات.

٤) وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) لكل من متغير الذكاء الانفعالي لصالح مرتفعي الذكاء الانفعالي، ومتغير النوع لصالح الإناث، ومتغير المرحلة التعليمية لصالح المرحلة الإعدادية، وللتفاعل بين متغيري الذكاء الانفعالي والنوع لصالح الإناث مرتفعي الذكاء الانفعالي، وللتفاعل

بين متغيري الذكاء الانفعالي والمرحلة التعليمية لصالح مرتفعي الذكاء الانفعالي بالمرحلة الإعدادية على درجات أفراد عينة الدراسة على بعد التدريب على حل المشكلة.

٥) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) لكل من متغير الذكاء الانفعالي لصالح مرتفعي الذكاء الانفعالي، ومتغير المرحلة التعليمية لصالح المرحلتين الإعدادية والثانوية، وللتفاعل بين متغيري النوع والمرحلة لصالح إناث المرحلة الإعدادية على درجات أفراد عينة الدراسة على بعد ممارسة الرياضة والتأمل.

٦) وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) لكل من متغير الذكاء الانفعالي لصالح مرتفعي الذكاء الانفعالي، ومتغير المرحلة التعليمية لصالح مرحلتين الإعدادية والثانوية، ومتغير النوع لصالح الإناث، والتفاعل بين متغيري النوع والمرحلة لصالح إناث المرحلة الإعدادية في تباين درجات أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية لطرق المواجهة الإدراكية.

٧) وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) لكل من متغير الذكاء الانفعالي لصالح منخفضي الذكاء الانفعالي، ومتغير المرحلة التعليمية لصالح مرحلتين الابتدائية والثانوية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) للتفاعل بين متغيري النوع والمرحلة التعليمية لصالح ذكور المرحلة الثانوية في تباين درجات أفراد عينة الدراسة على بعد الهروب والاستدباب.

٨) وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) لمتغير الذكاء الانفعالي لصالح منخفضي الذكاء، ومتغير النوع لصالح الذكور، ومتغير المرحلة التعليمية لصالح المرحلتين الابتدائية والثانوية في تباين درجات أفراد عينة الدراسة على بعد اللامبالاة وانخفاض الدافعية.

٩) وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) لكل من متغير الذكاء الانفعالي لصالح منخفض الذكاء الانفعالي، ومتغير النوع لصالح الذكور، ومتغير المرحلة التعليمية لصالح المرحلة الابتدائية، وللتفاعل بين متغيري الذكاء الانفعالي والمرحلة التعليمية لصالح منخفضي الذكاء الانفعالي بالمرحلة الابتدائية في تباين أفراد عينة الدراسة على بعد التجاهل والإنكار.

١٠) وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) لكل من متغير الذكاء الانفعالي لصالح منخفضي الذكاء الانفعالي، ومتغير المرحلة التعليمية لصالح الابتدائية والثانوية، وللتفاعل بين متغيري النوع والمرحلة التعليمية لصالح الذكور بالمرحلة الثانوية في تباين درجات أفراد عينة الدراسة على بعد التنفيس الانفعالي.

١١) وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) لكل من متغير الذكاء الانفعالي لصالح منخفضي الذكاء الانفعالي، ومتغير النوع لصالح الذكور، ومتغير المرحلة التعليمية لصالح مرحلتين الابتدائية والثانوية، وللتفاعل بين متغيري النوع والمرحلة التعليمية لصالح ذكور المرحلة الثانوية في تباين درجات أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية لطرق المواجهة الإيجابية.

### الكلمات المفتاحية :

Emotional Intelligence

الذكاء الانفعالي

Psychological stress Coping skills

مهارات مواجهة الضغوط النفسية

Teachers

لمعلمين والمعلمات

## شكر وتقدير

أحمد الله سبحانه الذي هداني لإنجاز هذا العمل وأسأله سبحانه أن أكون قد وفقت فيه، وأن يرضى عني به، وأن يجزييني به خير الجزاء، وأتقدم بخالص الشكر والتقدير والعرفان بالجميل إلى أمي الغالية، وأستاذتي الكريمة أ.د. **سميرة شند** أستاذ الصحة النفسية - بكلية التربية - جامعة عين شمس؛ وذلك لتشجيعها المستمر ونصائحها الغالية، فقد كانت كريمة معي دوماً، ولم تبخل علي يوماً بشيء من علمها الغزير ونصائحها المستنيرة، فجزاها الله عني خير الجزاء.

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى معلمتي الغالية د. **إيمان فوزي** أستاذ الصحة النفسية المساعد - كلية التربية - جامعة عين شمس؛ وذلك لنصائحها الغالية وتشجيعها الدائم فجزاها الله عني خير الجزاء.

كما يطيب للباحثة أن تتوجه بالشكر إلى الأساتذة الأفاضل **أعضاء لجنة المناقشة** على تفضلهم قبول مناقشة الباحثة، بهم أ.د. نادر فتحي قاسم أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية-كلية التربية-جامعة عين شمس، ود. منى خليفة أستاذ الصحة النفسية المساعد-كلية التربية-جامعة الزقازيق.

كما أشرف بتقديم الشكر إلى كل أستاذتي في قسم الصحة النفسية؛ لما تعلمت على أيديهم من علم وحسن خلق، كما أتقدم بالشكر لكل من عاونني في هذا العمل من معلمين ومعلمات.

لما أُمي وزوجي محمود وأبنتي مريم وجميع أفراد عائلتي فأتمنى لهم الصحة والعافية، فقد كانوا دائماً عوناً لي، كما كانوا مشجعين ومحفزين لي على مواصلة درب العلم فجزاهم الله خير الجزاء.

وأتمنى من الله -عز وجل- أن أكون قد وفقت في إنجاز هذا العمل، وأن أكون قد استطعت أن أقدم عملاً نافعاً ومفيداً للباحثين من بعدي ﴿ذَلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ﴾ [المائدة: ٥٤].



## أولاً: فهرس الموضوعات

الصفحة	الموضوع
أ - ج	مستخلص الدراسة .....
د - ن	..... ***** الفهارس .....
٦-٢	..... ***** الفصل الأول المدخل إلى الدراسة
٢	..... مقدمة .....
٣	..... مشكلة الدراسة .....
٤	..... أهداف الدراسة .....
٥	..... أهمية الدراسة .....
٥	..... مصطلحات الدراسة .....
٦	..... حدود الدراسة .....
٣٢-٨	..... ***** الفصل الثاني الإطار النظري للدراسة
٨	..... مقدمة .....
٨	..... أولاً: الذكاء الانفعالي
٩	..... • منظور تاريخي للذكاء الانفعالي .....
١١	..... • تعريف الذكاء الانفعالي .....
	..... • نظريات الذكاء الانفعالي .....

الصفحة	الموضوع
١٦	..... • الذكاء الانفعالي وتحقيق النجاح .....
١٨	..... • الذكاء الانفعالي والمجال التعليمي .....
١٩	..... • تعقيب .....

٢٠	ثانياً : مهارات مواجهة الضغوط
٢١	• تعريف الضغوط .....
٢٢	• أسباب الضغوط .....
٢٣	• نظريات الضغوط .....
٢٧	• مهارات المواجهة .....
٣١	• الذكاء الانفعالي ومهارات مواجهة الضغوط .....
٣٢	• تعقيب .....
	*****
	الفصل الثالث
	بحوث ودراسات سابقة
٥٠-٣٤	• مقدمة .....
٣٥	أولاً: دراسات تناولت الذكاء الانفعالي لدى المعلمين
	والمعلمات .....
٣٥	ثانياً: دراسات تناولت الضغوط التي يتعرض لها المعلمون
	والمعلمات .....
٣٩	ثالثاً: دراسات تناولت العلاقة بين الذكاء الانفعالي والضغوط
٤٤	لدى المعلمين والمعلمات .....
٤٩	رابعاً: تعقيب عام .....
٥١	خامساً: فروض الدراسة .....
	*****
	الفصل الرابع
	الطريقة والإجراءات
٦٨-٥٢	• مقدمة .....
٥٢	

الصفحة	الموضوع
٥٤	• منهج الدراسة .....
٥٤	• عينة الدراسة .....
٥٥	• أدوات الدراسة .....

٦٧	• المعالجة الإحصائية .....
٦٨	• خطوات الدراسة .....
	*****
١٥٩-٧٠	الفصل الخامس نتائج الدراسة ومناقشتها
٧٠	..... مقدمة
	أولاً: الدراسة السيكمترية
٧١	• النتائج المتعلقة بالفرض الأول .....
٧٢	• النتائج المتعلقة بالفرض الثاني .....
٧٥	• النتائج المتعلقة بالفرض الثالث .....
٧٨	• النتائج المتعلقة بالفرض الرابع .....
٨٣	• النتائج المتعلقة بالفرض الخامس .....
٨٦	• النتائج المتعلقة بالفرض السادس .....
٨٩	• النتائج المتعلقة بالفرض السابع .....
٩١	• النتائج المتعلقة بالفرض الثامن .....
٩٤	• النتائج المتعلقة بالفرض التاسع .....
٩٧	• النتائج المتعلقة بالفرض العاشر .....
١٠١	• النتائج المتعلقة بالفرض الحادي عشر .....
١٠٤	• مناقشة النتائج .....

الصفحة	الموضوع
١١٢	ثانياً: الدراسة الكلينيكية
١١٣	• الحالة الأولى .....