

فاعلية برنامج تدريبي قائم على الذكاء الإنفعالي في تحسين
مهارات التوافق الشخصي ورفع مستوى تقدير الذات لدى
الزوجات المعنفات في مدينة الرياض

د. فرحان بن سالم ربيع العنزي
قسم علم النفس – كلية العلوم الاجتماعية
جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية



فاعلية برنامج تدريبي قائم على الذكاء الإنفعالي في تحسين مهارات التوافق الشخصي ورفع مستوى تقدير الذات لدى الزوجات المعنفات في مدينة الرياض

د. فرحان بن سالم ربيع العنزي

قسم علم النفس – كلية العلوم الاجتماعية
جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية


تاريخ تقديم البحث: ٣ / ١٢ / ١٤٤١ هـ تاريخ قبول البحث: ١٦ / ٧ / ١٤٤٢ هـ

ملخص الدراسة:

هدف البحث الحالي إلى الكشف عن أثر برنامج تدريبي قائم على الذكاء الإنفعالي في تحسين مهارات التوافق الشخصي ورفع مستوى تقدير الذات لدى الزوجات المعنفات في مدينة الرياض، وتكونت عينة البحث من (٣٠) زوجة معنفة في مدينة الرياض، تراوحت أعمارهن ما بين (٢٥-٤٥) عاماً، بمتوسط عمري قدره (٣٦,٩٧) عاماً، ووسيط (٣٦) عاماً، وانحراف معياري (٣,٤٠)، ولتحقيق هدف البحث تم بناء برنامج تدريبي من إعداد الباحث قائم على الذكاء الإنفعالي وأبعاده (الوعي بالإنفعال/ إدارة الإنفعال/ التعاطف/ التواصل والمهارات الاجتماعية)، مكون من (١٣) جلسة تدريبية إستناداً إلى نموذج مؤسسات تطوير الوسائل والتدريس: The National Special ,IDI , NSMI (Kent, 1987) Media Instruction Development، كما تم استخدام مقياس التوافق الشخصي، إعداد علي الديب (١٩٨٨) (البعد الجسدي/ النفسي/ الأسري/ الاجتماعي/ الإنسجامي)، ومقياس تقدير الذات من إعداد الباحث، واستخدمت الأساليب الإحصائية اختبار النسبة التائية (t-test) ومربع إيتا (Eta Squared) (2) لقياس حجم التأثير الذي أحدثته المعالجة التجريبية (البرنامج التدريبي) وقد كشفت نتائج البحث عن فعالية البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي في تحسين مهارات التوافق الشخصي ورفع مستوى تقدير الذات لدى الزوجات المعنفات في مدينة الرياض.

الكلمات المفتاحية: الذكاء الإنفعالي- مهارات التوافق الشخصي - تقدير الذات- الزوجة

المعنفة



The effect of a training program based on emotional intelligence in improving personal compatibility skills and raising the level of self-esteem of battered wives in the city of Riyadh

Dr. Farhan Salem Rabie Al-Anzi


Department of Psychology - College of Social Sciences

Imam Muhammad Ben Saud Islamic University

Abstract:

The study aimed to reveal the effect of a training program based on emotional intelligence in improving personal compatibility skills and raising the level of self-esteem of battered wives in the city of Riyadh. The research sample consisted of (30) battered wives in Riyadh city whose ages ranged between (25-45) years, and to achieve the goal of the research, a training program prepared by the researcher based on emotional intelligence and its dimensions (awareness of emotion / emotional management / empathy / communication and social skills) was built, consisting of (13) training sessions based on the model of means and teaching development institutions: NSMI, IDI The National Special Media Instruction Development (Kent, 1987): The Personal Accordance Scale, prepared by Ali Al-Deeb (1988), and the Self-Esteem Scale prepared by the researcher were used. The results revealed the effectiveness of the training program based on emotional intelligence in improving personal compatibility skills and raising The level of self-esteem of battered wives in Riyadh.

key words: Emotional Intelligence - Personal Compatibility Skills – Self Esteem
- Battered Wife



مقدمة:

تعد ظاهرة الإساءة للمرأة من أخطر الظواهر الاجتماعية التي تهدد المجتمع، ويترتب عليها عدد من الآثار السلبية، إذ تفرز حالة من عدم الاستقرار الاجتماعي وتقلل من درجة انخراط المرأة في العمل والحياة الاجتماعية، كما أنها تؤدي إلى اضطراب شخصية المرأة وتعرضها للمرض النفسي واضطراب الصحة الجسدية والنفسية.

ويؤكد كل من عبادة، وكاظم (٢٠٠٨) أن المرأة المعنفة عرضة لمواجهة الكثير من الإضطرابات النفسية والصراعات نتيجة للمواقف التي مرت بها حيث أن العنف بمختلف أشكاله يترك أثراً سيئاً عليها ويؤدي إلى انخفاض مستوى الثقة بالنفس وإثارة مشاعر الحزن، خاصة إذا كانت مرتبطة بوجود أبناء يجبرونها على الاستمرار في العلاقة الزوجية.

ويعتبر التوافق الشخصي من مؤشرات الصحة النفسية والتكيف السوي لدى الأفراد وهو عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة بالتغيير والتعديل، ويتحدد مستوى التوافق تبعاً لمدى نجاح الأساليب التي يتبعها الفرد للوصول إلى حالة التوازن النسبي مع بيئته (زهران، ١٩٩٧).

وتعرف بركات (٢٠٠٨) التوافق الشخصي بأنه " قدرة الفرد على تقبل ذاته والرضا عنها، وقدرته على تحقيق احتياجاته ببذل الجهد، وشعوره بالقوة والشجاعة، وإحساسه بقيمته الذاتية، وقيمه في الحياة، وخلوه من الإضطرابات العصابية، وتمتعه بإتزان إنفعالي وهدوء نفسي"، ويذكر الرقب (٢٠١٠) أن ضعف التوافق سيؤدي بالمرأة المعنفة إلى شعورها بعدم الأمان والإطمئنان

النفسي، كما سيضعف من ثقته بنفسها والتقليل من قدراتها وأفكارها وأدائها، بما يؤثر على مستوى تقدير الذات الذي يعد أحد العوامل الأساسية والمهمة في حياة الفرد من أجل الاستمرار في الحياة ومواجهة الاحباطات وتحقيق النجاح، (برافين ، ٢٠١٠).

وتشير أغلب الدراسات والبحوث التي أجريت على النساء المعنفات إلى وجود علاقة طردية بين نوع الإساءة وتكرارها وشدتها من جهة والمعاناة النفسية من جهة ثانية، فتتأثر النساء إنفعالياً بقدر ما يكون العنف شديداً، ومتكرر الحدوث، كما يؤدي العنف الى تشتت مفهوم الذات وإنخفاضه الذي يؤدي بدوره إلى تحقير الذات والخجل والشعور بعدم الثقة، وقد اتفقت نتائج دراسة كلا من (Aqular & Nightingale, 1994)، (Johnson, 2001) (العاودة ، ٢٠٠٢) أن النساء اللواتي تعرضن للعنف يتصفن بتقدير ذات منخفض ويغلب عليهن القلق والخوف والتناقض والشعور بالخجل مقارنة بالنساء غير المعنفات.

كما أشارت نتائج دراسة كل من (Yoshihama,M. and Horrocks,J, 2003)، المعصوي (٢٠١٥)، أسماء بدري (٢٠١٠) أن معظم السيدات المعنفات يظهن درجات أعلى على مقاييس الإضطرابات النفسية، ويتصفن بالقلق والإنعزالية والخوف والرغبة.

ويعد الذكاء الإنفعالي من المفاهيم الحديثة التي لقيت اهتماما كبيرا في الآونة الأخيرة من قبل الباحثين نظرا لأهميته كإستراتيجية معرفية انفعالية تستخدم بفاعلية لمواجهة مشاكل الحياة، والتخلص من الصعوبات والمشاكل

وما ينتج عنها من ضغوط نفسية تؤثر على توافق الانسان الشخصي وتقديره لذاته، ويشير جولمان (Goleman, 1997) إلى أن الذكاء الإنفعالي هو مجموعة من السمات والقدرات التي تشمل القدرة على حث النفس على الاستمرار في مواجهة الإحباطات، والتحكم في الانفعالات، والقدرة على تنظيمها، وتأجيل إشباع الحاجات، والقدرة على التعاطف، والشعور بالأمل.

وأوضح ساكلوفيسكي وأوستن ومينسكي (Saklofeske, Austin & Minski. 2003) أن الذكاء الإنفعالي يسهم كعامل وسيط في فهم العلاقة بين الضغوط التي يتعرض لها الفرد والصحة النفسية والجسمية، حيث ترتبط الضغوط بارتفاع مستويات القلق والإكتئاب والشعور باليأس لدى الأفراد منخفضي القدرة على إدارة انفعالهم بالمقارنة بأقرانهم الذين لديهم القدرة على ادارة انفعالهم بشكل متزن.

كما أظهرت الدراسات السابقة أهمية الذكاء الإنفعالي في تنمية بعض المتغيرات المتعلقة بالشخصية، حيث أشارت دراسة المصدر (٢٠٠٨) إلى وجود علاقة دالة إحصائية بين الذكاء الإنفعالي ومجموعة من المتغيرات الإنفعالية تمثلت في وجهة الضبط وتقدير الذات، و أشارت نتائج دراسة البلوي (٢٠٠٤) إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين الذكاء الإنفعالي والتوافق النفسي لدى طالبات كلية البنات، وأكدت دراسة انجلبرغ وسجورغ (٢٠٠٤) على العلاقة بين الذكاء الإنفعالي كقدرة كما يقاس بمقاييس التقدير الذاتي والتوافق الإجتماعي لدى عينة من طلاب الجامعة و أظهرت نتائج دراسة هسنفاند وخالديم Hasanvand & Khalediem (٢٠١٢) وجود علاقة ارتباطية

موجبة دالة إحصائياً بين درجات الذكاء الإنفعالي ودرجات تقدير الذات في مجالاته المختلفة.

ويتضح من العرض السابق امكانية تأثير المهارات القائمة على الذكاء الانفعالي في تنمية الجوانب الايجابية في الشخصية مثل تقدير الذات والمساعدة في تحقيق جوانب التوافق الشخصي، ولعل العنف الذي تتعرض له الزوجات يؤدي الى الكثير من الازمات النفسية التي تفقد معها المرأة بعض الجوانب والقدرات وتحتاج معها الى الدعم والتأهيل واكتساب بعض المهارات، وهو ماتسعى الدراسة لمحاولة التأكد منه عبر تطبيق برنامج تدريبي قائم على الذكاء الإنفعالي في تحسين مهارات التوافق الشخصي ورفع مستوى تقدير الذات لدى الزوجات المعنفات في مدينة الرياض.

مشكلة الدراسة:

تشير عدد من الدراسات الى وجود ظاهرة العنف ضد المرأة بنسب مرتفعة، فقد أجرى المركز الوطني لاستطلاعات الرأي العام (٢٠١٨) استطلاعاً حول قضية العنف ضد المرأة وبرامج التمكين الخاصة بها، وبلغ حجم العينة (١١٩٩) مواطن ومواطنة، نسبة الذكور منهم ٦٩٪ والإناث ٣١٪، بلغت نسبة المتزوجين منهم (٨٠٪)، وكشفت نتائجه أن "العنف النفسي" من أكثر أنواع العنف انتشاراً ضد المرأة في المجتمع السعودي بنسبة بلغت (٤٦,٥٪) ويؤكد (٥١٪) من النساء المشاركات في الاستطلاع أن المرأة تتعرض بشكل أكثر للعنف النفسي، بينما تأتي حالات الإهمال بنسبة ٢٧٪، ثم العنف الجسدي بنسبة ١٢٪ والاستغلال بنسبة ١٠٪، واتفق ٧٣٪ من أفراد العينة على أن الزوج هو

أبرز من يمارس العنف ضد المرأة، ورأت نسبة ٨٣٪ أن المنزل هو المكان الأكثر الذي تتعرض فيه المرأة للعنف.

كما أجرى برنامج الأمان الاسري الوطني دراسة بعنوان "العنف الأسري وإيذاء الأطفال في المملكة العربية السعودية (٢٠١٩) نبعت أهميتها من كونها اشتملت على عدد كبير من الجهات المعنية التي تتعامل مع حالات العنف الاسري والعنف ضد المرأة حيث شملت مدارس بنين وبنات من كافة المستويات وقطاعات مختلفة مثل القضاء والصحة والشرطة والجمعيات الخيرية وأشارت نتائجها إلى أن

- ٧١٪ من عينة الدراسة اتفقوا على وجود العنف الأسري في المملكة العربية السعودية.

- ٤٩٪ من عينة الدراسة اتفقوا على أن مشكلة العنف الأسري تشكل ظاهرة في المملكة العربية السعودية.

- ٦٠٪ من عينة الدراسة يرون أن الأرقام الرسمية لأعداد ضحايا العنف الأسري أقل من الأرقام الحقيقية على أرض الواقع.

- ٦٨٪ يرون ضرورة وجود أنظمة لحماية المرأة من العنف الاسري في المملكة.

ويشير تقرير لهيئة الأمم المتحدة للمرأة (٢٠١٨) إلى أنّ نسبة العنف ضدّ النساء في بعض البلدان تبلغ نحو ٧٠٪ كما يؤكّد أنّ ٣٧٪ من النساء في العالم العربي تعرّضن لعنف جسدي أو جنسي مرّة واحدة في حياتهن على الأقلّ.

وحيث أن العنف يرتبط ببعض السمات الشخصية السلبية مثل تقدير منخفض للذات (Johnson, 2000 ،Aqular & Nightingale, 1994)؛ (العاودة ، ٢٠٠٢) وبروز مظاهر عدم التوافق (Yoshihama,M. and Horrocks,J, 2003)، المعصوبي (٢٠١٥) ؛ أسماء بدري (٢٠١٠) تظهر أهمية البرامج التدريبية التي تركز على دعم أوجه القوة في شخصية الفرد وتعزيز امكاناته في موضوعات هامة مثل الذكاء الإنفعالي للتعريف بالذات وتحسين مهارات التوافق الشخصي في مواجهة الصراعات وتنمية ضبط الانفعالات وتخفيف آثار الخبرات السلبية ومايتعرض له الانسان من مواقف ضاغطة وتحقيق الاستقرار النفسي، حيث تشير كثير من الدراسات الى قدرة الذكاء الإنفعالي على رفع مستوى التقدير الذاتي وأثره الإيجابي على الصحة النفسية (صارة ٢٠١٩) (إيمان عبدالله ٢٠١٤) ؛ (مصطفى ٢٠١٣) ؛ (مخيمر ٢٠٠٧) وحيث أن موضوع الذكاء الإنفعالي لم ينل حظاً من اهتمام الباحثين لدى النساء اللواتي تعرضن للعنف أتت فكرة هذه الدراسة الذي تتمثل مشكلته في تحري دور الذكاء الإنفعالي باعتباره موجهاً في الاعتدال للتعبير عن المشاعر السلبية والابتعاد عن الكبت والإحباط التي تتعرض له المرأة المعنفة ، وما إذا كانت البرامج التدريبية القائمة على الذكاء الإنفعالي تسهم في الحد من آثار المشكلة، وتتلخص مشكلة الدراسة بالسؤال الرئيس التالي:

ما فاعلية برنامج تدريبي قائم على الذكاء الإنفعالي في تحسين مهارات التوافق الشخصي ورفع مستوى تقدير الذات لدى المعنفات في مدينة الرياض؟

ويتفرع من هذا التساؤل الرئيس عدة أسئلة فرعية وهي:

- ١- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في مهارات التوافق الشخصي لدى المعنفات في مدينة الرياض؟
- ٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في تقدير الذات لدى المعنفات في مدينة الرياض؟
- ٣- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي في مهارات التوافق الشخصي لدى المعنفات في مدينة الرياض؟
- ٤- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي في تقدير الذات لدى المعنفات في مدينة الرياض؟

أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الدراسة الحالية في الشريحة التي أستهدهتها وهي النساء المعنفات في مدينة الرياض حيث تعد ظاهرة العنف ضد المرأة محل اهتمام ودراسة في حقل العلوم الإنسانية والاجتماعية، كما يسهم البحث في تبيان دور الذكاء الإنفعالي ومدى ارتباطه بمهارات التوافق الشخصي ورفع مستوى تقدير الذات مما يسهم من الناحية النظرية في إثراء الدراسات والبحوث في هذا الجانب، وإلقاء الضوء عليه والذي قد يسهم في تحسين مهارات النساء المعنفات.

أما من الناحية التطبيقية فتتضح أهمية هذه الدراسة من خلال ما قد يسفر عنه من نتائج يمكن أن يستفاد فيها في تصميم البرامج القائمة على الذكاء الإنفعالي لتنمية مهارات التوافق الشخصي ورفع مستوى تقدير الذات لدى المعنفات، كما يمكن استخدام فنيات البرنامج التدريبي في تنمية مهارات التوافق الشخصي ورفع مستوى تقدير الذات لدى المعنفات، كذلك يستفيد العاملون في مجال الإرشاد النفسي من البرنامج التدريبي وتنمية المهارات.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- ١) الكشف عن أثر البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي في تحسين مهارات التوافق الشخصي لدى المعنفات في مدينة الرياض.
- ٢) الكشف عن أثر البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي في رفع مستوى تقدير الذات لدى المعنفات في مدينة الرياض.

٣) الكشف عن مدى استمرار أثر البرنامج التدريبي القائم على الذكاء
الإنفعالي في تحسين مهارات التوافق الشخصي لدى المعنفات في مدينة
الرياض.

٤) الكشف عن مدى استمرار أثر البرنامج التدريبي القائم على الذكاء
الإنفعالي في رفع مستوى تقدير الذات لدى المعنفات في مدينة الرياض.
حدود الدراسة:

- الحدود المتعلقة بموضوع البحث: اقتصر البحث الحالي على متغيرات
الذكاء الإنفعالي بأبعاده المستخدمة في البحث الحالي وهي: (الوعي
بالإنفعال - إدارة الإنفعال - التعاطف - التواصل والمهارات الإجتماعية)،
مهارات التوافق الشخصي، مستوى تقدير الذات.
- الحدود البشرية: اقتصر البحث الحالي على عينة من الزوجات المعنفات في
مدينة الرياض تراوحت أعمارهم ما بين (٢٥-٤٥) عاماً، بمتوسط عمري
قدره (٣٦,٩٧) عاماً.
- الحدود المكانية: تم إجراء البحث في مدينة الرياض.
- الحدود الزمانية: تم تطبيق أدوات البحث في النصف الأول من العام
الدراسي ١٤٤٠/١٤٤١هـ.

مصطلحات الدراسة:

البرنامج التدريبي Training Program:

مجموعة من الجلسات التدريبية التطبيقية التي قام الباحث بإعدادها بعد مراجعة الأطر النظرية والإستناد إلى نماذج الذكاء الإنفعالي حول المهارات العاطفية وملكوات الذكاء الإنفعالي وهي (الوعي بالإنفعال- إدارة الإنفعال- التعاطف- التواصل والمهارات الإجتماعية) بهدف تحسين مهارات التوافق الشخصي ورفع مستوى تقدير الذات لدى المعنفات بمدينة الرياض ويضم ثلاثة عشر جلسة تدريبية بواقع ثلاث جلسات أسبوعياً، وتقدر زمن كل جلسة بـ ٩٠ دقيقة.

الذكاء الإنفعالي Emotional Intelligence:

يعرفه الباحث بأنه: "نسق من القدرات غير المعرفية والكفاءات، والمهارات الإنفعالية والإجتماعية المتداخلة التي تحدد كيف يفهم الأفراد ويعبرون عن أنفسهم بشكل فعال ويفهمون الآخريين ويرتبطون معهم، وأيضاً كيف يتكيفون مع المتطلبات اليومية والتحديات والضغوط".

التوافق الشخصي:

يعرف التوافق الشخصي بأنه مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته وحل صراعاته ومواجهة مشكلاته من إشباعات واحباطات وصولاً إلى الصحة النفسية (الجلبوسي، الشمسي، الكبيسي ٢٠٠٢، ٢١٣).

كما يعرفه صالحى (٢٠١٣) بأنه: "قدرة الفرد على مواجهة الواقع أي يتعامل الفرد مع مشاكل الشخصية مباشرة وذلك لتحقيق توافقه الشخصي الكفاء (صالحى، ٢٠١٣، ص ٧٥).

يعرفه الباحث بأنه: "القدرة على تحقيق التوازن بين الدوافع والأدوار الإجتماعية، وتحقيق التكيف مع البيئة بما يحقق التوافق الجسمي، والنفسي، والأسري، والإجتماعي، ويقاس إجرائياً بمجموعة الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة بعد استجاباتهم على مقياس التوافق الشخصي، من إعداد (الديب، ١٩٨٨).

تقدير الذات:

يعرف تقدير الذات بأنه عبارة عن تكوين معرفي منظم موحد ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتعميمات الخاصة بالذات، يبلوره الفرد ويعتبره تعريفاً نفسياً لذاته (زهران، ١٩٩٧).

كما يعرف بأنه تقييم الفرد لذاته إيجابياً أو سلبياً وينعكس هذا التقييم على ثقته بذاته وشعوره نحوها وفكرته عن مدى أهميتها وجدارتها وتوقعاته منها كما يبدو ذلك في مختلف مواقف حياته (الحجري، ٢٠١١، ص ٥).

يعرفه الباحث: بأنه "تقييم يضعه الفرد لنفسه وبنفسه، ويعمل على الحفاظ عليه، ويتضمن هذا التقييم اتجاهات الفرد الإيجابية والسلبية نحو ذاته، وهو مجموعة من الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، وذلك فيما يتعلق بتوقعات النجاح والفشل وقوة الشخصية". ويقدر

إجرائياً بالدرجة التي تحصل عليها المرأة المعنفة من أفراد عينة الدراسة على مقياس تقدير الذات في هذه الدراسة (اعداد الباحث).

الزوجة المعنفة: هي المرأة المتزوجة التي تعاني من العنف الجسدي أو المعنوي الموجه لها من طرف الزوج والذي قد يؤثر توافقها الشخصي ومستوى تقدير الذات لديها وشخصيتها ككل.

الإطار النظري:

المحور الأول: الذكاء الإنفعالي:

مفهوم الذكاء الإنفعالي:

عرف ماير وسالوفي وكارسو Mayer, Salovey & Caruso (٢٠٠٤) الذكاء الإنفعالي بأنه القدرة على فهم الانفعالات الذاتية وانفعالات الآخرين، والتمييز بينها واستخدام المعلومات لتوجيه تفكير وسلوكيات الفرد ويشير تعريفهما إلى أن الذكاء الإنفعالي يتضمن الذكاءات البينشخصية، ويعرف إبراهيم Abarham (2002) الذكاء الإنفعالي بأنه مجموعة من المهارات التي يعزى إليها تصحيح مشاعر الذات واكتشاف الملامح الإنفعالية للآخرين، واستخدم تلك المشاعر في الدافعية والإنجاز في حياة الفرد، وعرفه جولمان Goleman, (1998) بأنه قدرة الفرد على القراءة الإنفعالية أو قراءة مشاعر الآخرين حتى يمكن تكوين علاقات اجتماعية طيبة، كذلك يتضمن الذكاء الإنفعالي ضبط النفس والتحكم في نزعاتنا ونزواتنا وهو قابل للتعلم والتحكم، ويرى بار- أون Bar- On, 1997 أن الذكاء الإنفعالي عبارته عن منظومة من القدرات الإنفعالية والشخصية والاجتماعية، تمنح الفرد القدرة على التكيف مع الصعوبات المحيطة والضاغطة.

وصنف الباحثان عثمان ورزق (٢٠٠١) تعريفات الذكاء الإنفعالي ضمن

فئتين:

- التعريفات التي ترى أن الذكاء الإنفعالي هو قدرة على فهم الانفعالات الذاتية والتحكم فيها وتنظيمها وفهم انفعالات الآخرين والتعامل معهم في المواقف الحياتية وفق ذلك.

- التعريفات التي ترى أن الذكاء العاطفي عبارة عن مجموعة من المهارات الإنفعالية والإجتماعية كالوعي الذاتي والتحكم بالانفعالات والمثابرة والحماس والدافعية الذاتية والتقمص العاطفي واللباقة الإجتماعية التي يتمتع بها الفرد ويحتاجها للنجاح في الحياة والعمل.

مما سبق يتضح أن مفهوم الذكاء الإنفعالي قد تباينت وجهات النظر الخاصة به نظراً لطبيعته المركبة، إلا أن الباحث يرى أن تعريفات الذكاء الإنفعالي تتفق في مجموعة من النقاط يمكن تلخيصها بالآتي:

- إدراك الفرد لمشاعره ووعيه بها وفهمه لها.

- إدراك الفرد لمشاعر الآخرين ووعيه بها وتقديرها وتفهمها.

- تنظيم الانفعالات والمشاعر وضبطها والتحكم فيها وتوجيهها لدى الفرد والآخرين.

- التفاعل الإجتماعي والتواصل مع الآخرين والتعاطف مع مشاعرهم.

وفي ضوء ما سبق يعرف الباحث الذكاء الإنفعالي بأنه "نسق من القدرات غير المعرفية والكفاءات، والمهارات الإنفعالية والإجتماعية المتداخلة التي تحدد كيف يفهم الأفراد ويعبرون عن أنفسهم بشكل فعال ويفهون الآخرين ويرتبطون معهم، وأيضاً كيف يتكيفون مع المتطلبات اليومية والتحديات والضغوط".

أبعاد الذكاء الإنفعالي:

يرى علماء النفس أن العمليات الإنفعالية تتقاطع مع أنشطة التفكير العقلي، وبات لديهم اقتناع بأن دراسة الإنفعالات من الممكن أن تساعد في فهم السلوك التكيفي للإنسان بصفة عامة، حيث قدم كل من سالوفي وماير Salovy & Mayer (٢٠٠٤) تصوراً لأبعاد الذكاء الإنفعالي يجمع بين كل من الذكاء والإنفعال، وقد تكون التصور المقترح من قبلهما لإبعاد الذكاء الإنفعالي أربعة مستويات هي:

الأول: القدرة على التعرف على الإنفعالات بدقة وتقييمها والتعبير عنها.
الثاني: القدرة على توظيف الانفعالات لتسهيل عملية التفكير.
الثالث: فهم وتحليل الانفعالات باستخدام المعلومات ذات الطابع الإنفعالي.

الرابع: التنظيم التأملي للإنفعالات لتحفيز النمو الإنفعالي والعقلي.
ويشير جولمان 1995 Goleman إلى أن للذكاء الإنفعالي علاقة بمجموعة من الخصائص المزاجية، والخصائص التي يمكن اكسابها للفرد أو يتعلمها، وهي حالة التكيف والقدرة على الإقناع، وفي سياق محاولاته لتبسيط المفهوم فقد أحدث تعديلاً طفيفاً وجوهرياً حيث أصبح للذكاء الإنفعالي عدد من المكونات والأبعاد الرئيسية الأساسية تتكامل فيما بينها مكونة الذكاء الإنفعالي هي:

أولاً: المعرفة الإنفعالية (الوعي بالإنفعال) Emotional Awareness:

وهي الركيزة والمحور الأساسي للذكاء الإنفعالي، التي تتمثل في القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للإنفعالات والمشاعر الذاتية والتمييز بينها، والوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر والأحداث التي يعيشها الفرد في مختلف مواقف الحياة.

ثانياً: (إدارة الإنفعالات) Emotional Regulation:

تشير إلى قدرة الفرد على اتخاذ الاختيارات المناسبة لإدارة الضغوط وتغيير المشاعر أكثر مما هي عليه.

ثالثاً: التعاطف Empathy:

يشير إلى قدرة الفرد على إدراك إنفعالات الآخرين، وفهم مشاعرهم وإنفعالاتهم والتوافق معهم.

رابعاً: التواصل والمهارات الإجتماعية Communication and social

:skills

تشير إلى القدرة على التأثير الإيجابي في الآخرين عن طريق إدراك إنفعالاتهم ومشاعرهم، ويشير هريدي (٢٠٠٣) أن جولمان قد تأثر في تناوله للذكاء الإنفعالي بنظرية جاردنر في الذكاءات المتعددة Multiple Intelligence خاصة في الذكاء الشخصي والذكاء الإجتماعي، وبهذا التعديل الطفيف قدم جولمان نظرية جديدة في الذكاء الإنفعالي، مزج فيها بين خصائص أخرى كالعلاقات الإجتماعية والدافعية، إلى جانب القدرة على فهم ومعالجة الإنفعالات.

وقد استفاد الباحث من استعراض مكونات وأبعاد الذكاء الإنفعالي (الوعي بالإنفعال، إدارة الإنفعالات، التعاطف، التواصل والمهارات الإجتماعية) بناء البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي.

المحور الثاني: التوافق الشخصي Personal adjustment

إن مفهوم التوافق الشخصي من أكثر المفاهيم شيوعاً في علم النفس باعتباره علم سلوك الإنسان وتوافقه مع البيئة، لذلك كانت دراسة علم النفس لا تنصب على السلوك ذاته أو على التوافق نفسه، بل تدور حول كيفية الوصول إلى التوافق، وطبيعة العمليات التي يتم بواسطتها التوافق أو عدم التوافق. (الداهري، ٢٠٠٨).

وللتوافق الشخصي بأبعاده المختلفة أهمية كبيرة في حياة الفرد والجماعة، الأمر الذي جعل الكثيرون منهم يفسر الصحة النفسية على أنها توافق، وأنها تتحدد بقدرة الفرد على التوافق مع ذاته وبيئته.

ويعرف داود (١٩٨٨) التوافق الشخصي بأنه "مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته وحل صراعاته ومواجهة مشكلاته من إشباع وإحباطات وصولاً إلى ما يسمى بالصحة النفسية، أو السواء، والانسجام والتناغم مع الذات، ومع الآخرين في الأسرة، وفي العمل، وفي التنظيمات التي ينخرط فيها، ولذلك كان مفهوماً إنسانياً" ويعرفه زهران (٢٠٠٥) بأنه "عملية ديناميكية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتغيير والتعديل حتى يحدث التوازن بين الفرد وبيئته"، ويعرفه كاتل بأنه: "العمليات النفسية البنائية، التي تتمثل في التحرر من الضغوط والصراعات النفسية، وانسجام البناء الديناميكي للفرد" (الشاذلي، ٢٠٠١)، ويشير تعريف سفيان (٢٠٠٤) لمفهوم التوافق الشخصي بأنه "إشباع الفرد لحاجاته النفسية وتقبله لذاته واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات والاضطرابات

النفسية، واستمتاعه بعلاقات اجتماعية حميمة ومشاركته في الأنشطة الاجتماعية، وتقبله لعادات وتقاليد وقيم مجتمعه"، ويرى سكوت أن التوافق الشخصي يتضمن القدرة العامة على التكيف وعلى إرضاء الذات، والكفاية في العلاقة بين الأشخاص، وتشمل القدرة العقلية، والتحكم بالدوافع، والعواطف، والمواقف مع الآخرين، والقدرة الإنتاجية، والاستقلال الذاتي، والنضج، والموقف المناسب من الذات (مصطفى، ٢٠١٠).

ووفقاً لما سبق يتضح أن الشخص المتوافق هو ذلك الشخص المنسجم مع نفسه ومع مجتمعه والبيئة من حوله، والقادر على إشباع معظم دوافعه وحاجاته ضمن شروط محيطه الاجتماعي، ويوظف كل إمكانياته الشخصية لحل المشكلات التي تعترضه بحيث يحقق لنفسه الشعور بالتوازن والرضا.

وقد توصل الباحث إلى مجموعة من الخصائص المتضمنة في مفهوم التوافق الشخصي، على النحو الآتي:

- التوافق الشخصي عملية تتغير من وقت لآخر حسب الحالة النفسية للفرد، والضغوط التي يواجهها الفرد.
- هدف التوافق الشخصي إشباع الحاجات وتحقيق الرضا، وذلك من خلال فهم الأمور بالطريقة التي تناسب الفرد.
- التوافق الشخصي عملية مستمرة، فمتى توقفت عملية التوافق توقف الإنسان عن النمو والتطور.

- التوافق الشخصي يشمل إحداث تغييرات في البيئة لتوائم الفرد، وبذلك فهو عملية إيجابية مؤثرة، وقد تتم عبر إعادة تنظيم الخبرة الشخصية.

أبعاد التوافق الشخصي:

عند الحديث عن التوافق الشخصي، يتبادر إلى ذهن الفرد التوافق بمعناه العام والواسع الذي يشمل جميع مجالات حياة الفرد الشخصية والاجتماعية، وبالرغم من أن هناك محصلة عامة للتوافق الشخصي يمكن أن يشار إليها على هذا الأساس فإنه لا يمكن تجاهل الجوانب المختلفة له، حيث تتصف عملية التوافق بأنها تفاعلاً مركباً لمجموعة معتمدة من النظم الفكرية، والإنفعالية، والسلوكية مع بعضها البعض، وفي مقابل ذلك فإن القالب الديناميكي لمكونات الشخصية في تفاعل مستمر مع ظروف حياة الفرد الدائمة التغيير، ومن ثم فإن التوافق الشخصي متعدد الأبعاد، ويمكن وصفه في صورة عدد من المتغيرات المتفاعلة، يمكن رصدها على النحو التالي:

- التوافق الجسدي (الصحي):

ويعبر عنه من خلال تمتع الفرد بصحة جيدة خالية من الأمراض الجسمية والعقلية والإنفعالية مع تقبله لمظهره الخارجي والرضا عنه، والتمتع بحواس سليمة، والميل إلى النشاط والحيوية معظم الوقت والاستمرار فيه والعمل دون إجهاد أو تعب (زينب شقير، ٢٠٠٣).

- التوافق النفسي:

هو مجموعة من الاستجابات المختلفة التي تدل على تمتع الفرد بالراحة وشعوره بالأمن، وهو يتمثل في اعتماد الفرد على نفسه وإحساسه بقيمته، وشعوره بالحرية في توجيه السلوك دون سيطرة عليه، وإشباع الدوافع الداخلية الأولية والفطرية الثانوية، ويعبر عن سلم داخلي حيث يقل الصراع الداخلي ويتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو في مراحل المتابعة (زهران، ٢٠٠١).

- التوافق الأسري:

هو تمتع الفرد بحياة سعيدة داخل أسرة تقدره وتحبه وتحنوا عليه، مع شعوره بدوره الحيوي داخل الأسرة والاحترام لها، وأن يكون أسلوب التفاهم هو الأسلوب السائد في أسرته، وما توفره له أسرته من إشباع لحاجاته وحل مشكلاته الخاصة، وتساعدته في تحقيق أكبر قدر ممكن من الثقة بالنفس وفهم ذاته (القريطي، ٢٠٠٣).

- التوافق الاجتماعي:

هو قدرة الفرد على المشاركة الاجتماعية الفعالة، وشعوره بالمسؤولية الاجتماعية وامتناله لقيم المجتمع الذي يعيش فيه، وشعوره بقيمته ودوره الفعال في تنمية مجتمعه، والدخول في منافسات اجتماعية بناءة مع الآخرين، والقدرة على إقامة علاقات طيبة إيجابية مع أفراد المجتمع بما يحرص على حقوق الآخرين في جو من الثقة والاحترام المتبادل معهم، وشعور بالسعادة والامتنان لإنتمائهم للجماعة واحتلاله مكانة متميزة من خلال ما يؤديه من عمل تعاوني.

– التوافق التكيفي:

هو عملية التوافق والانسجام مع متطلبات الحياة الاجتماعية والبيئة المحيطة بالفرد وتكيفه مع الحياة الاجتماعية والقدرة على عقد صلات اجتماعية لا يخشاها الاحتكاك والشعور بالإضطهاد، كما أنه المواءمة بين الشخص وغيره من الناس ويشمل ذلك جميع المجالات الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد (أبوسكران ٢٠٠٩).

يتضح مما سبق أن أبعاد التوافق الشخصي المشار إليها ترتبط ارتباط وثيق مع ما تعانيه المرأة المعنفة والتي تؤثر على صحتها الجسدية والنفسية وأدائها لأدوارها بوصفها أمّاً وزوجة وامرأة عاملة، وهي أبعاد مناسبة لقياس التوافق الشخصي بشموليته في وصف ما تعانيه المرأة المعنفة من مشكلات على هيئة التقرير الذاتي والتي تتضمن البعد الجسمي، والبعد النفسي، والبعد الأسري، والإجتماعي، والإنسجامي.

النظريات المفسرة للتوافق الشخصي:

يكنم الاختلاف في تحديد مفهوم التوافق الشخصي باختلاف النظريات المفسرة له، وهناك العديد من النظريات التي تناولت موضوع التوافق الشخصي، يجملها الباحث على النحو التالي:

النظرية البيولوجية:

يرى أصحاب هذه النظرية أن عملية التوافق الشخصي تعتمد على التوافق الجسمي الذي يعني سلامة وظائف الجسم المختلفة ويقصد بالتوافق في ظل

هذه النظرية انسجام نشاط وظائف الجسم فيما بينها، أما سوء التوافق فهو اختلال التوازن الهرموني أو نشاط وظيفة من وظائف الجسم. (فروجة، ٢٠١١).

نظرية التحليل النفسي (الإتجاه التحليلي):

ركزت نظرية التحليل النفسي في تصورهما للتوافق على قدرة الفرد في خفض التوتر والألم وإشباع الحاجات، وهذا التصور يهمل دور الفرد في الجماعة وإلتزامه بالنظام القيمي للمجتمع، حيث يعود كل نجاح يحققه الفرد إلى الغريزة، وبذلك يتم اختزال دور الإدراك والعقل والقيم الإنسانية، كما أن هذا التصور جعل الفرد سلبياً في عملية التفاعل الإجتماعي وأسيراً لغرائزه.

النظرية السلوكية (الإتجاه السلوكي):

أكد رواد الإتجاه السلوكي على أن التوافق الشخصي عملية مكتسبة ومتعلمة عن طريق الخبرات التي يمر بها الفرد، والسلوك التوافقي يشتمل على خبرات تشير إلى كيفية الاستجابة لتحديات الحياة، ويرى كل من "سكينر"، و"واطسون" أن هذه العملية تتم بشكل آلي وهو التفسير الذي رفضه كل من "باندورا" و "ماهوني" (عبد اللطيف، ١٩٩٩) والذين أكدوا بأن السلوك وسمات الشخصية نتاج للتفاعل المتبادل بين ثلاثة عوامل هي المثيرات وخاصة الإجتماعية منها (النماذج) والسلوك الإنساني، والعمليات العقلية والشخصية، كما أعطوا وزناً كبيراً للتعلم عن طريق التقليد ولمشاعر الكفاية الذاتية، وما لها من تأثير في تكوين السمات التوافقية أو غير التوافقية.

النظريات الإنسانية (الإتجاه الإنساني):

يعد "أبراهام ماسلو" الأب الروحي لمذهب علم النفس الإنساني بالإضافة إلى "ألبرت" و "جيمس" وغيرهم، ومن أهم منطلقات المذهب الإنساني انه يدعو إلى الاهتمام بالقيم، والأهداف الإنسانية، وحرية الاختيار ومسؤوليته، والعلاقات الإجتماعية، وتحقيق الذات والحب، والابتكار، والمضمون، والنضج الشخصي والإشباع النفسي، ويخالف هذا المذهب الصورة التشاؤمية والسلبية التي أقرها التحليل النفسي الذي يؤمن بوجود حياة نفسية لاشعورية وأن الإنسان يولد وهو مزود بغرائز، ويرفض آلية المثير والاستجابة التي تقرها السلوكية (الكحلوت ، ٢٠١١).

من خلال العرض السابق للنظريات المفسرة للتوافق الشخصي أستخلص الباحث أن تلك النظريات تناولت تفسير التوافق الشخصي بطرق وأشكال مختلفة فالنظرية البيولوجية الطبية ربطت التوافق الشخصي بالصحة والمرض الجسدي أما نظرية التحليل النفسي فقد ركزت على دور الأنا في إيجاد عمليات التوافق وإثارة القوى الداخلية في الفرد لتساعده في التخلص من المشاكل والضغوط وأهمية السنوات الأولى في الحياة، بينما تؤكد النظرية السلوكية على أهمية تعلم السلوك وتكراره من خلال ملاحظة نتائجه المرغوبة الأمر الذي يساعد في تحقيق التوافق الشخصي السليم وترى النظرية الإنسانية بأن تحقيق الذات أرقى الدوافع الإنسانية والأشخاص المحققين لذواتهم يمثلون الشخصية السوية.

المحور الثالث: تقدير الذات:

مفهوم تقدير الذات: Self Esteem:

يشير القريطي (٢٠٠٥) إلى أن تقدير الذات مكون دال على الصحة النفسية ومن خلاله يستمد الفرد الشعور بالثقة والنجاح والإنجاز ويستمر في استثمار ما لديه من إمكانيات وقدرات، ويرى "سميث" أن تقدير الذات يمثل مجموعة من الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه الآخرين، وهي تتضمن معتقداته وأفكاره فيما إذا كان يتوقع النجاح أو الفشل ومدى إدراك الفرد لخبرات الفشل وقدرته على اجتيازها (القريطي، ٢٠٠٥).

ويعد مفهوم تقدير الذات أحد الأبعاد المهمة في الشخصية، حيث يشير هسنافاند وخلديم (2012 Hasanvand, B.&Khalediem) إلى أن تقييم أو تقدير الفرد لذاته يلعب دوراً أساسياً في تحديد سلوكه باعتباره من أكثر الأبعاد أهمية وتأثيراً في السلوك، إذ لا يمكن تحقيق فهم واضح للشخصية، أو السلوك الإنساني بوجه عام دون أن يكون مفهوم تقدير الذات ضمن المتغيرات الوسيطة للأفراد.

وعرف كوفسين (Covsine, 2001) مفهوم الذات بأنه عبارة عن "مجموعة من الأفكار والتصورات التي يكوها الفرد عن ذاته وقد تكون سلبية أو إيجابية واقعية أو مثالية مع ضرورة أخذ رأي الفرد في الاعتبار وان مفهوم الذات مفهوم متعدد الأبعاد ويشمل البعد الجسمي والاجتماعي والمعرفي".

ويدخل تقدير الذات في كل السمات والجوانب الإنفعالية للفرد، ولتقدير الذات الإيجابي دور مهم في تنظيم بناءات الشخصية ألبورت (2005).

(Alport)، وقد لخص عيسى (٢٠٠٦) تقدير الذات بأنه عبارة عن تقييم يقوم به الفرد نحو ذاته يعكس شعوره بالجدارة والكفاية.

وعرفت عبد الرؤوف وقطب (١٩٩٨) تقدير الذات بأنه "كل ما يعطيه الفرد من تقديرات للصفات الحسنة، والسيئة من حيث درجة توافرها في ذاته، ومستوى تقييمه لنفسه" كما عرفته رولان دورون وفرانسوا زابارو (٢٠٠٨) بأنه تقييم المرء الكلي لذاته إما بطريقة إيجابية وإما بطريقة سلبية، وإنه يشير إلى مدى إيمان الفرد بنفسه وبأهليتها وقدرتها واستحقاقها الحياة وببساطة تقدير الذات هو شعور الفرد بكفاءة ذاته وبقيمتها.

ويتضح مما سبق أن تقدير الذات هو اتجاه الفرد نحو ذاته والآخرين له سواء كان هذا الاتجاه إيجابي أم سلبي، مما يجعل الفرد يشعر بالرضا التام عن نفسه أو أنه يحتقرها وهو يقع ضمن الحاجات التي يحتاجها الفرد كحاجته إلى الحرية والاستقلالية والنجاح وهو مرحلة تسبق عملية تحقيق الذات.

ويعرف الباحث تقدير الذات بأنه: "تقييم يضعه الفرد لنفسه، ويعمل على الحفاظ عليه، ويتضمن الاتجاهات الإيجابية والسلبية نحو الذات، وهو مجموعة من الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، ويشمل توقعات النجاح والفشل".

العوامل المؤثرة في تكوين تقدير الذات:

يرى كامل (١٩٩٩) أن تقدير الذات ينتج عن وعي أو رؤية سليمة موضوعية للذات، وقد يغالي الفرد في تقديره لذاته ويجعله غير مقبول من الآخرين، أو أن الفرد قد لا يعطي نفسه حقها، ويحط من قدرها، وبالتالي

ينحدر بذاته نحو الدونية والإحساس بالنقص، ومن الممكن أن يكون الفرد متزناً يجمع بين الكبرياء الحميد والتواضع واحترام الآخرين ويقيد نفسه بطريقة موضوعية بعيدة عن التضخم أو التذني في التقدير. ويمكن تصنيف العوامل المؤثرة في تكوين الذات، كما يلي:

(١) عوامل تتعلق بالفرد نفسه:

يرى الباحثون أن درجة تقدير الذات تتحدد بقدر خلو الفرد من القلق وعدم الاستقرار النفسي، بمعنى أنه كلما كان الفرد متمتعاً بصحة نفسية جيدة، ساعد ذلك على نموه نمواً طبيعياً، ويكون تقديره لذاته عادلاً، أما إذا كان الفرد من النوع القلق غير المستقر، فإن فكرته عن ذاته تكون مشوشة وغير متزنة.

(٢) عوامل تتعلق بالبيئة المحيطة بالفرد:

تعتبر الأسرة مسؤولة عن تشكيل السلوك الإجتماعي للفرد وتكوين مفهومه عن ذاته (الرواشدة ورجحي، ٢٠٠٩) ويؤكد سيد (١٩٩٢) أن تقدير الذات الموجب لدى الأبناء يتأثر بدرجة كبيرة بتقدير الأباء الموجب وبالمثل فيما يتعلق بتقدير الذات السالب. كما ان مستوى تأثير محتوى وسائل الاعلام وجماعة الرفاق له دور كبير في تشكيل تقديرات الذات.

مستويات تقدير الذات:

هناك نوعان لمستوى تقدير الذات هما:

- تقدير الذات المرتفع - الإيجابي: ويطلق عليه عدة تسميات مثل مفهوم

الذات الإيجابي أو العالي أو المرتفع ويتمثل في تقبل الفرد لذاته وإيمانه

بنفسه ورضاه عنها وقدرته على مواجهة الإحباطات والتحديات، ويعكس مستوى مرتفع من الصحة النفسية والتوافق النفسي حيث تظهر لمن يتمتع بمفهوم ذات إيجابي صورة واضحة ومتبلورة للذات يلمسها كل من يتعامل مع الفرد ويكشف عنها أسلوب تعامله مع الآخرين (Young, Justin, 2015).

- تقدير الذات المنخفض - السلبي: ينطبق التقدير المتدني للذات أو السلبي على مظاهر الانحرافات السلوكية والأنماط المتناقضة لأساليب حياة الأفراد والتي تخرجهم من الأنماط السلوكية العادية المتوقعة من الأفراد العاديين في المجتمع، وتذكر سعيد (٢٠٠٨) بعض الخصائص التي تميز الأشخاص ذوي التقدير السلبي المتدني للذاتي منها: الشعور بالإضطهاد، والضعف الشخصي، والميل إلى العزلة.

النظريات المفسرة لتقدير الذات:

تنوعت النظريات التي تناولت مفهوم تقدير الذات من حيث نشأته ونموه، وأثره في سلوك الفرد بشكل عام، وتختلف تلك النظريات باتجاهات اصحابها، ومنهجهم في إثبات المتغير الذي يقوم على دراسته ومنها نظرية روزينبرج Rosenberg (1974) ونظرية سميث Smith (1981) ونظرية زيلر Zeller (1976)

نظرية روزينبرج Rosenberg (1989):

يرى روزينبورغ ان تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد ونظرة للموضوعات الأخرى وطريقة تفاعله معها، فالإنسان يملك طريقة واحدة للنظرة للأشياء تظهر في تقديره لذاته كأحد المكونات التي يتعامل معها، ولكن قد تختلف من الناحية الكمية فقط عن اتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى (عايدة ذيب، ٢٠١٠).

نظرية "سميث" Cooper Smith (1989):

تقدير الذات عند سميث هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمنا الاتجاهات التي يرى انها تصفه على نحو دقيق، ويقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته الى قسمين:

- التعبير الذاتي: إدراك الفرد لذاته ووصفه لها.

- التعبير السلوكي: الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته.

ويميز سميث بين نوعين من تقديرات الذات: تقدير الذات الحقيقي: ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذوي قيمة، تقدير الذات الدفاعي: يوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم غير ذوي قيمة ولكنهم لا يستطيعون التعامل بمثل هذا الشعور مع أنفسهم ومع الآخرين.

نظرية زيلر (Zeller 1973):

يصف "زيلر" تقدير الذات بأنه تقدير يقوم به الفرد لذاته، ويلعب دور المتغير الوسيط، او انه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي، وعلى

ذلك فعندما تحدث تغيرات في بيئة الشخص الإجتماعية فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته، وتقدير الذات طبقا لزيلر مفهوم يربط تكامل الشخصية من ناحية وقدرة الفرد على ان يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها من ناحية اخرى، ولذلك فإنه افترض ان الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من الكفاءة في الوسط الإجتماعي الذي توجد به (ابو جادو، ١٩٩٨).

يستخلص الباحث مما سبق أن النظريات التي فسرت تقدير الذات باعتباره مكوناً من بعدين أساسيين وهما الكفاءة والقيمة كانت أكثر شمولية ودقة، ويتيح ذلك تمثيل أكبر عدد ممكن من سلوك المرأة المعنفة، حيث أكد كلا من ويتزل وروس (Wetzel & Ross, 1986) أن الصورة السلبية التي تحملها الزوجة عن نفسها هي نتيجة لظروف سيئة تعيشها، وشعورها بأن ليس لديها حقوق إنسانية أساسية، مثل الحق في عدم التعرض للإهانة.

تقدير الذات والنساء المعنفات:

وجدت بعض الدراسات مثل دراسة خطاطبة (٢٠١٨)، ودراسة اسماعلي (٢٠١٥) عندما درسوا صفات المرأة المعنفة أنها تعاني من تقدير ذات متدن، وتشعر أنها عديمة القيمة والفائدة، ويظهر تدني تقدير الذات لدى المرأة المعنفة بشكل واضح أثناء تعامل الزوج معها بشكل سيء، وعندما تجد أن رأيها ليس مهماً، وأن مشاعرها وتقييماتها ليست محلاً للثقة، ويستخدم الزوج المسئ عادة أساليب تعمل على إضعاف استقلالية زوجته وثقتها بنفسها مثل: الإهانة، والتهديد، والهجوم والتقليل من شأن الزوجة، واللوم، والنقد الشديد، وإطلاق ألقاب مهينة عليها، والتشكيك في قدراتها (Albelda, R. 1997).

ويعزو بعض الأزواج حصول العنف إلى تصرفات الزوجة، عندما لا تعرف كيف تتعامل مع زوجها وتصبح غير مؤهلة لتكون زوجة أو أما ناجحة وتقوم بأعمال تستنزفه وتجعله يعتدي عليها دون رغبة منه (Waldrop, A. and Resick, P, 2004) وهكذا فإن الزوج يزيد من شعور الزوجة باليأس وفقدان الأمل خاصة عندما تحاول كسر حلقة العنف، ولكنها لا تستطيع بسبب إصرار الزوج على استمرار التحكم والسيطرة عليها وممارسة العنف الجسدي أو النفسي أو الجنسي، ومع تكرار المحاولات الفاشلة لوقف العنف يتم تعزيز شعور اليأس والعجز.

العوامل التي تؤثر في تقدير الذات لدى المرأة المعنفة:

الأبنية المعرفية لدى النساء المعنفات: يرى فيشر وأندريا وشيلتون (Fisher, Andrea Shelton, 2006) أن الأبنية المعرفية تعني معتقدات وافتراضات الأفراد

حول أنفسهم والناس والأحداث، والبيئة، وتلعب الأبوية المعرفية دوراً مهماً في سلوك وحياة البشر، فالنساء المعنفات يحملن أفكاراً سلبية تشكل أبنية معرفية لديهن، تجعلهن أكثر عرضة للاستمرار في تقبل الإساءة، ومن هذه الأفكار: "أنا أخطئ وأستحق الضرب"، "أنا المسؤولة عما يحصل لي في هذه الحياة"، "إنها غلطتي"، ومثل هذه الأبنية تعزز تدني تقدير الذات لدى النساء المعنفات. طبيعة العلاقة مع الزوجة: إن معاملة الزوج التي تتسم بعدم الثقة بمشاعر وأراء الزوجة، ولومها المستمر على حصول العنف، وإفتراس نوايا سلبية وراء سلوكها معه، كل ذلك يسهم في تدني تقدير الذات لدى المرأة المعنفة، حتى أن التعامل مع المشاكل البسيطة يصبح أمراً صعباً بالنسبة لها (عبد الوهاب، ٢٠٠٠).

التنشئة الوالدية: تعتبر من أهم العوامل التي تسهم في تكوين شخصية الفرد ولها تأثير قوي في مستوى التوافق النفسي، حيث يتأثر الأبناء بشكل كبير بالعلاقات الأسرية، وأنماط تعامل الوالدين معهم وتسهم بشكل كبير في عملية تقدير الذات، ويشير عبد العظيم (٢٠٠٨) أن العلاقات الحميمة واساليب التنشئة والتأديب المناسبة ذات علاقة بتطوير تقدير ذات مرتفع لدى الأبناء. كما أن تماسك الأسرة ووجود الوالدين له أكبر الأثر في حياة الأبناء، والسعادة الزوجية تؤدي إلى تماسك الأسرة، وخلق جو يساعد على النمو النفسي السليم لأفرادها.

الدراسات السابقة:

أجريت العديد من الدراسات الأجنبية والعربية التي تناولت متغيرات البحث الحالي وقام الباحث بتصنيفها في ثلاثة محاور على النحو التالي:

المحور الأول: دراسات تناولت الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالتوافق

الشخصي:

استهدفت دراسة جيهان حداد (٢٠١٩) قياس مستوى الذكاء الإنفعالي والتوافق الشخصي لدى طلاب المرحلة الإعدادية وكشف العلاقة بين متغيري الذكاء الإنفعالي والصحة النفسية لديهم، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الإعدادية التابعة لمديرية الكرخ الثانية، واستخدمت الباحثة مقياس الذكاء الإنفعالي لعثمان ورزق (٢٠١١) ومقياس التوافق الشخصي من إعداد الباحثة، وكشفت نتائج الدراسة عن تمتع طلاب المرحلة الإعدادية عينة البحث بذكاء إنفعالي وتوافق شخصي ووجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين الذكاء الإنفعالي والتوافق الشخصي لدى الطلاب عينة البحث وهدفت دراسة سعاد كلوب (٢٠١٨) إلى التعرف على مستوى الذكاء العاطفي ومستوى التفاعل الايجابي في الحياة الجامعية، والتعرف على العلاقة بينهما، والفروق في الذكاء العاطفي لدى طلبة البكالوريوس المستجدين في كلية فلسطين التقنية وفقاً لمتغير الجنس، والتخصص، واستخدمت الباحثة مقياس الذكاء العاطفي بأبعاده الاربعة الرئيسية (التعرف على الانفعالات، توظيف الانفعالات، فهم الانفعالات، إدارة الانفعالات) مقياس التفاعل الايجابي في الحياة الجامعية وأبعاده الثلاث (الأداء الاكاديمي، التفاعل الايجابي

مع الآخرين، المجال النفسي)، وكشفت النتائج عن امتلاك الطلاب نسب متوسطة من الذكاء العاطفي وكان بعد التعرف على الانفعالات في المرتبة الأولى بوزن نسبي (٦٤,٩٪) ثم فهم الانفعالات في المرتبة الثانية بوزن نسبي (٦٣,٦٪) ثم إدارة الانفعالات في المرتبة الثالثة بوزن نسبي (٦١,٢٪)، وأخيراً توظيف الانفعالات في المرتبة الرابعة، بوزن نسبي (٥٥,٨٪)، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الذكاء العاطفي تعزى لمتغير الجنس وكذلك بالنسبة لمستوى التفاعل الايجابي في الحياة الجامعية بنسبة متوسطة، ووجود علاقة ارتباطية بين الذكاء العاطفي وبين تحقق التفاعل الايجابي في الحياة الجامعية من وجهة نظر طلبة كلية فلسطين التقنية كما هدفت دراسة العلوان (٢٠١٦) إلى الكشف عن فاعلية برنامج تدريبي في الذكاء الإنفعالي، للحد من المشكلات السلوكية لدى عينة من طلبة الصف العاشر الأساسي، وتكونت عينة البحث من (٧٢) طالباً وطالبة ولتحقيق أهداف الدراسة تم تصميم برنامج تدريبي مكون من (٦) جلسات تدريبية استناداً إلى نموذج جولمان في الذكاء الإنفعالي، كما تم استخدام مقياس السلوك الاجتماعي المدرسي والمعدل للبيئة الأردنية، وقد كشفت نتائج الدراسة عن فاعلية البرنامج التدريبي في الحد من المشكلات السلوكية، دون وجود فروق تعزى للجنس وفي دراسة عينات عليان (٢٠١٦) التي هدفت إلى التعرف على علاقة الذكاء الإنفعالي بالقدرة على حل المشكلة لدى طلبة المرحلة الثانوية، والتعرف إلى مستوى الذكاء الإنفعالي ومستوى القدرة على حل المشكلة لدى أفراد العينة، تكونت عينة الدراسة من (٢٩٦) من طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في

مدينة خان يونس، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الإنفعالي وبين القدرة على حل المشكلة لدى طلبة المرحلة الثانوية واستهدفت دراسة عواد وعبد الخالق (٢٠١٥) فحص فعالية برنامج تدريبي للذكاء الإنفعالي في تحسين الرضا عن الحياة لدى مستخدمي العقاقير، وتألقت عينة الدراسة من (30) شخصاً من المدمنين الحاصلين على الدرجات المنخفضة على مقياس الرضا عن الحياة، و تم توزيعهم عشوائياً إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة)، حيث خضعت المجموعة التجريبية إلى البرنامج التدريبي المكون من (17) جلسة على مدار ثلاثة شهور، بينما لم تخضع المجموعة الضابطة لأي برنامج تدريبي، وكشفت النتائج إلى أن هناك فرقاً ذا دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة بين المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية، وأظهرت النتيجة أن البرنامج التدريبي للذكاء الإنفعالي كان فعالاً في تحسين مستوى الرضا عن الحياة لدى مسيئي استخدام العقاقير كما هدفت دراسة كل من براكيت وآخرون (Brackett, et al., 2003) إلى التعرف على علاقة الذكاء الإنفعالي بكل من القدرة على التكيف الاجتماعي وإقامة العلاقات الاجتماعية والاضطرابات السلوكية لدى طلاب وطالبات الجامعة، وقد أجريت الدراسة على عينة تكونت من (٣٣٠) من طلاب الجامعة طبق عليهم مقياس الذكاء الإنفعالي لماير وسالوفي وأوضحت نتائجها عن وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين انخفاض الذكاء الإنفعالي وعدم القدرة على التكيف الاجتماعي وفي دراسة الجعيد (٢٠١١) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الذكاء الإنفعالي لدى طلبة جامعة تبوك وعلاقته بالتكيف

النفسي والإجتماعي لديهم، جرى استخدام مقياسين هما مقياس الذكاء الإنفعالي، ومقياس التكيف النفسي والإجتماعي، وطبقت على عينة من طلبة الجامعة بلغ عددهم (٦١٦) منهم (٢١٣) طالباً و(٤٠٣) طالبة، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطيه ايجابية ودالة إحصائياً بين أبعاد الذكاء الإنفعالي والتكيف النفسي والإجتماعي لدى طلبة الجامعة وفي دراسة سجورج (٢٠٠١) Sjoberg التي هدفت إلى الكشف عما إذا كان الذكاء الإنفعالي مؤثراً في التوافق الناجح مع الحياة، طبق مقياس الذكاء الوجداني وبعض مقياس الشخصية والاتجاه على (١٥٣) موظفاً، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية بين الذكاء الإنفعالي والمقاومة الأفضل للفشل والإحباطات، كما اتضح وجود علاقة إيجابية بين الذكاء الإنفعالي والتوازن الأفضل للحياة.

المحور الثاني: دراسات تناولت الذكاء الإنفعالي وعلاقته بتقدير الذات:

هدفت دراسة منى أبو درويش (٢٠١٩) إلى الكشف عن علاقة الذكاء الإنفعالي بكل من تقدير الذات والسعادة لدى عينة من طلبة الجامعة، وقد تكونت عينة الدراسة من (٥٠٥) من طلبة جامعة الطفيلة التقنية بالأردن، وتم استخدام ثلاثة مقياس هي مقياس الذكاء الإنفعالي، ومقياس روزنبرج لتقدير الذات، وقائمة إكسفورد للسعادة، وأظهرت النتائج عن وجود درجة عالية من الذكاء الإنفعالي لدى طلبة الجامعة، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق في الذكاء الإنفعالي تعزى للجنس و نوع الكلية، وأشارت النتائج إلى وجود درجة عالية من تقدير الذات، كما أظهرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطيه بين الذكاء الإنفعالي وكل من تقدير الذات والسعادة كما هدفت دراسة حمري

(٢٠١٩) الى فحص القيمة التنبؤية بتقدير الذات من خلال درجات كل من الذكاء الإنفعالي ومستوى الطموح لدى طلبة الجامعة، وشملت عينة الدراسة (٢٠٢) طالبا وطالبة من جامعة وهران، وقد أشارت النتائج إلى ارتفاع مستوى تقدير الذات لدى طلبة عينة الدراسة، وارتباط الذكاء الإنفعالي ومستوى الطموح بصورة موجبة ودالة إحصائيا مع تقدير الذات كما أشارت النتائج إلى أن بعد القدرة على وضع الأهداف وبعد إدارة الانفعالات الذاتية وبعد تحمل الإحباط يسهم بصورة دالة في التنبؤ بتقدير الذات.

وفي دراسة يوسف صالح (٢٠١٨) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين الذكاء الإنفعالي والضغط النفسية بين طلاب الجامعة، كانت العينة ١٢٠ شخص (٤٥) طالبًا، (٧٥) طالبة في جامعة البليدة، وشملت أدوات البحث استبيان إدراك الضغط واستراتيجيات المواجهة والذكاء الإنفعالي ومقياس تقدير الذات، وأظهرت النتائج عدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين الضغط النفسي وكل من تقدير الذات والذكاء الإنفعالي لدى الطلبة، كما لا توجد فروق دالة إحصائيا في الضغط النفسي، وتقدير الذات واستراتيجيات المواجهة لدى طلبة الجامعة وفقا لمتغير الجنس وأستهدفت دراسة المصدر (٢٠٠٨) الكشف عن العلاقة بين الذكاء الإنفعالي ومجموعة من المتغيرات الإنفعالية تمثلت في وجهة الضبط وتقدير الذات والخجل، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠١٩) طالباً وطالبة من طلاب المستوى الثالث في كلية التربية جامعة الأزهر وقد تم استخدام مقياس الذكاء الإنفعالي ومقياس وجهة الضبط ومقياس تقدير الذات ومقياس الخجل، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية

في درجة الذكاء الإنفعالي تعزى الى الاختلاف في تقدير الذات ومستوى الخجل وفي دراسة ليندلي (٢٠٠١) التي هدفت الكشف عن العلاقة بين الذكاء الإنفعالي وكل من فاعلية الذات والتفاؤل وسمات الشخصية، طبقت الدراسة على عينة تكونت من (٣١٦) من طلاب الجامعة وكشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الإنفعالي وكل من فاعلية الذات والتفاؤل وسمات الشخصية الإيجابية.

المحور الثالث: دراسات تناولت الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالعنف الأسري والمرأة المعنفة:

هدفت دراسة العتيبي (٢٠١٨) الى الكشف عن العلاقة بين مهارات التعبير عن الذات وأعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعنفات في مدينة الرياض، و تم استخدام المنهج الوصفي على عينة عشوائية من المعنفات مكونة من (٢٠٠) معنفة، واستخدم كل من مقياس مهارات التعبير عن الذات، ومقياس الاضطرابات السيكوسوماتية، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق في مهارات التعبير عن الذات لدى أفراد العينة باختلاف متغير العمر، لصالح أصحاب الفئة العمرية (أكثر من 45 سنة) ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس الاضطرابات السيكوسوماتية لأفراد عينة البحث باختلاف متغير نوع العنف، لصالح أفراد العينة اللاتي تعرضن للعنف الجسدي. كما أظهرت النتائج وجود قدرة تنبؤية لمهارات التعبير عن الذات عن الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعنفات. وهدفت دراسة حنفي (٢٠١٧) الى التعرف على العلاقة بين ما تتعرض له الطالبات الجامعيات من عنف أسري بأبعاده (الجسدي- النفسي- اللفظي- الجنسي- الاقتصادي) وما لديهن من مهارات الذكاء الإنفعالي، وبلغت عينة الدراسة (٢٨١) طالبة من طالبات جامعة عين شمس، وجامعة القاهرة واستخدمت الباحثة كل من: مقياس الذكاء الإنفعالي مقياس العنف الأسري، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة دالة ارتباطية سالبة لأبعاد النضج الإنفعالي (الوعي بالذات- وتوجيه الذات- والدفاعية للإنجاز) والعنف الجسدي، وكذلك وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة

إحصائياً في الدرجة الكلية لأبعاد النضج الإنفعالي (الوعي بالذات - توجيه الذات - وتقدير الذات) والعنف النفسي واللفظي، ووجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للعنف الأسري وأبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي لدى طالبات الجامعة وهدفت دراسة المعصوبي (٢٠١٥) الكشف عن العلاقة بين العنف الزوجي ضد الزوجة ومستوى تقبله و مستويات الصحة النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (١٩٢) سيدة متزوجة، وشملت أدوات الدراسة ثلاث مقاييس رئيسية مقياس العنف ومقياس تقبل العنف ومقياس الصحة النفسية، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباط موجبة ذات دلالة إحصائية بين تقبل العنف الزوجي ودرجة العنف ولم تظهر الدراسة علاقة ذات دلالة إحصائية بين متغيرات الدراسة ومستويات الصحة النفسية.

التعليق على الدراسات السابقة:

يتضح من خلال استقراء نتائج الدراسات السابقة، الآتي:

- دراسات أكدت على فاعلية البرامج التدريبية القائمة على الذكاء الإنفعالي في الحد من سلوكيات العنف والعدوان لدى الطلبة من جهة، وتحسين مستوى التكيف الأكاديمي والإجتماعي والاتجاهات نحو المدرسة من جهة أخرى، مثل دراسة (أحمد العلوان، ٢٠١٦) ودراسة (مريم عواد وموسى عبد الخالق، ٢٠١٥)، (محمد الجعيد، ٢٠١١)، (براكيت وآخرون، ٢٠٠٣)، وهذا يبرر أهمية التدريب على الذكاء الإنفعالي مما ينعكس إيجابياً في السلوكيات الصحية والجوانب المختلفة في الحياة.

- اتفاق الدراسات السابقة على نتائج مشابهة وخاصة فيما يتعلق بالعلاقة بين الذكاء الإنفعالي وفاعلية الذات وكذلك التوافق الزوجي رغم ما بينهما من فاصل زمني، ورغم استخدام مقاييس مختلفة لقياس كل من الذكاء الإنفعالي وفاعلية الذات والتوافق الشخصي، مثل دراسة (منى علي، ٢٠١٩)، (عبد العظيم سليمان، ٢٠٠٧)، (صارة حمري، ٢٠١٩)، (ليندي، ٢٠٠١)، (عبد العظيم المصدر، ٢٠٠٨).
- لم تهتم الدراسات السابقة بفحص أثر برامج ارشادية او تدريبية قائمة على الذكاء الإنفعالي على عينة وشريحة هامة وهي المعنفات وما تمثله من أهمية على المجتمع وهذا ما يحاول الباحث الحالي فحصه.
- وقد استفاد الباحث من الدراسات السابقة في صياغة فروض وأسئلة الدراسة ومعالجة وتفسير النتائج.

فروض البحث:

- يسعى البحث إلى التأكد من صحة الفروض الآتية:
- ١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في مهارات التوافق الشخصي لدى المعنفات في مدينة الرياض.
 - ٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في تقدير الذات لدى المعنفات في مدينة الرياض.

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في مهارات التوفيق الشخصي لدى المعنفات في مدينة الرياض.

٤- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في تقدير الذات لدى المعنفات في مدينة الرياض.

إجراءات البحث:

حيث يهدف البحث إلى الكشف عن أثر برنامج تدريبي قائم على الذكاء الإنفعالي في تحسين مهارات التوافق الشخصي ورفع مستوى تقدير الذات لدى المعنفات في مدينة الرياض، فقد جاءت إجراءات تجربة البحث وفق الخطوات التالية:

أولاً: منهج البحث:

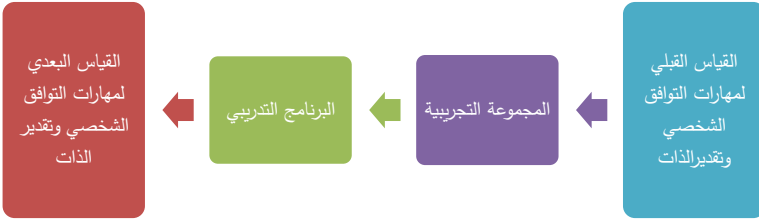
استخدم الباحث المنهج شبه التجريبي في تحديد أثر المتغير المستقل (البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي) في متغيرين تابعين (مهارات التوافق الشخصي، تقدير الذات) لمناسبته لأغراض الدراسة.

ثانياً: التصميم التجريبي للبحث:

يعتمد التصميم شبه التجريبي في البحث الحالي على تصميم المجموعة الواحدة مع قياس قبلي وبعدي وتتبعي، حيث أجرى الباحث القياس القبلي للمتغيرين التابعين (مهارات التوافق الشخصي، وتقدير الذات) على المجموعة التجريبية بهدف تحديد مستوى المشاركات قبل إجراء التجربة، ثم طبق المتغير المستقل (البرنامج التدريبي). ثم طبق الباحث القياس البعدي على المجموعة التجريبية بهدف معرفة أثر التجربة عليها، ثم قام بحساب الفروق بين القياسين القبلي والبعدي، ثم قام بحساب الفروق بين القياسين البعدي والتتبعي للتحقق من مدى استمرارية تأثير البرنامج بعد فترة من الزمن، والشكل التالي يوضح التصميم التجريبي للبحث الحالي:

شكل (١)

التصميم التجريبي للبحث



ثالثاً: عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة قصدية من الزوجات المعنفات بمدينة الرياض، وتم تقسيمها إلى:

(أ) المشاركات في الدراسة الاستطلاعية:

وهن المشاركات اللاتي طبق عليهن الباحث أدوات البحث في صورتها الأولية لحساب الخصائص السيكومترية، وتكونت العينة الاستطلاعية من (٩٠) زوجة، تراوحت أعمارهم ما بين (٢٥-٤٥) عاماً، بمتوسط عمري قدره (٣٦,٨٦) عاماً، ووسيط (٣٥) عاماً، وإنحراف معياري (٣,٨٢).

(ب) عينة البحث الأساسية:

وهن المشاركات اللاتي طبق عليهن الباحث أدوات البحث في صورتها النهائية للتحقق من الفروض، وتكونت العينة في البداية من (٣٥) زوجة، وبعد استبعاد المشاركات اللاتي لم يستكملن حضور جلسات البرنامج التدريبي

وعدددهم (٥) زوجات، بلغ عدد العينة النهائية (٣٠) زوجة، تراوحت أعمارهم ما بين (٢٥-٤٥) عاماً، بمتوسط عمري قدره (٣٦,٩٧) عاماً، ووسيط (٣٦) عاماً، وانحراف معياري (٣,٤٠).

رابعاً: أدوات البحث:

(١) تصميم مادة المعالجة التجريبية (البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي من إعداد الباحث):

تم بناء البرنامج في ضوء ما يلي: -

- نموذج مؤسسات تطوير الوسائل والتدريس: NSMI ، The ، IDI

National Special Media Instruction Development

(Kent,1987) ويعد نموذج IDI، NSMI من النماذج الجيدة في تصميم

البرامج حيث ترتبط عناصره ارتباطاً موضوعياً يتم توزيعها إلى ثلاث

مراحل وكل مرحلة لها مجموعة من الخطوات.

المرحلة الأولى: التمهيديّة (التعرف):

ويقصد بها دراسة الوضع الحالي للمجموعة التي يصمم من أجلها البرنامج

وتنقسم هذه المرحلة إلى الخطوات الآتية:

الخطوة الأولى: التعرف على المستهدفات بالبرنامج وهن الزوجات

المعنفات من حيث: -

١- تحديد خصائص النمو الجسمي والعقلي والإنفعالي والاجتماعي للفتة

العمرية المستهدفة من البرنامج.

٢- إمكاناتهن العلمية والخبرات التي لديهن.

٣- ثقافة المتدربات المستهدفات من البرنامج.

٤- المستوى الاقتصادي والإجتماعي للمستهدفات من البرنامج.

أمكن تحقيق ذلك من خلال عمل جدول لخصائص المتدربات وسلوكهم المدخلي وذلك بالرجوع إلى الأدبيات التي تناولت خصائص النمو (عوض، ١٩٩٩، ١٤٣-١٧٢) (زهرا، ٢٠٠٥، ٤١٠-٤٢٦)، (الأشول، ٢٠٠٨، ٥٢٠-٦٠٠)، (أبو حطب وآمال صادق، ٢٠٠٨، ٢٨٩-٣٠٠) ومن ثم استطاع الباحث حصر هذه الخصائص في الجدول التالي.

جدول (١)

خصائص النمو لدى الزوجات المعنفات

خصائص النمو الاجتماعي	خصائص النمو الإنفعالي	خصائص النمو العقلي	خصائص النمو الجسمي والحركي
- ينهي الشخص الراشد تعليمه ويجد العمل المناسب ويستقل عن أسرته ويكون أسرة جديدة. - يتم النضج الاجتماعي المتوازي مع باقي جوانب الشخصية جسمياً وعقلياً وانفعالياً وأي اضطراب في أي منها يؤثر في النمو الاجتماعي. - يتضمن النضج الاجتماعي الاستقرار المهني والرضا عن العمل والتوافق والنمو المهني، ويتضمن النضج الاجتماعي كذلك الزواج وتكوين الأسرة والاستقرار الأسري.	- يتجه إلى الاهتمام بشريك الحياة ويتركز اهتمامه على الأمور الأسرية. - تعتبر هذه المرحلة مرحلة الرشد بعد التعميم، فبينما تكثر الاهتمامات العاطفية والأصدقاء والعلاقات خلال مرحلة المراهقة، تتمحور العلاقات عند الكبار في أشخاص معينة. - تتصف انفعالات الراشدين بالنبات الإنفعالي بدلاً من تقلب المراهقة، وتسير نحو الاعتدال المنطقي بدلاً من التطرف.	- التكامل: يسعى الراشدون في تفكيرهم على إحداث التكامل بين جوانب المعرفة. - النسبية في التفكير: نجد الراشد أكثر تقبلاً للوجود انساق معرفية مختلفة متناسقة ومتعارضة. - التفكير العقلاني: تقبل متناقضات الواقع والوصول إلى حلول بديلة لمشكلاته في ضوء الواقع. - التفكير: أشارت الدراسات إلى حدوث تغيرات نوعية في طريقة التفكير بعد الوصول إلى مرحلة التفكير المجرد.	- الجلد يفقد مرونته مما يؤدي إلى ظهور التجاعيد عليه. - تفقد بعض أعضاء الجسم مرونتها أيضاً. - يبدأ الشعر في الخفة ويتحول إلى اللون الرمادي. - كما يظهر الشيب على الشعر. - تزداد نسبة وزن الجسم. - ظهور مشكلة السمعة لدى النساء. - قلة الكفاءة في التنفس. - ظهور الأمراض على أجهزة الجسم.

خصائص النمو الاجتماعي	خصائص النمو الإنفعالي	خصائص النمو العقلي	خصائص النمو الجسمي والحركي
- في منتصف العمر تصل العلاقات الإجتماعية ذروتها. - تتأثر عملية التوافق في مرحلة الرشد بالحاجات الإجتماعية والعادات والتقاليد والتطور الإجتماعي.	- يتصف الراشد بالقدرة على التأجيل والاستبدال في إشباع الحاجات النفسية. - الراشد لديه القدرة على الاستقرار وتحمل مسؤولية اختياراته. - تكون طموحات الراشد متناسقة مع إمكانياته.	- الذاكرة: تبلغ الذكرة ذروتها بنوعها قصيرة المدى وطويلة المدى خلال هذه المرحلة. - الابداع: تشير الدراسات الى أن الابداع يبلغ ذروته في هذه المرحلة	- التغير في أعضاء الحس، حيث يبدأ هبوط القوة البصرية. - تظهر تغيرات جوهريّة في أعضائه الجنسية التناسلية وخاصة الاثاث. - تحدث تغيرات على الجهاز العصبي للفرد.

الخطوة الثانية: تحديد أهداف البرنامج:

كان الغرض أو الدافع لتصميم البرنامج هو اكتساب مهارات ابعاد على أبعاد الذكاء الإنفعالي وذلك للوقوف على أثر ذلك في تحسين مهارات التوافق الشخصي ورفع مستوى تقدير الذات لدى المعنفات في مدينة الرياض.

الخطوة الثالثة: الاطلاع على الأطر النظرية والدراسات والبحوث

السابقة:

التي ترتبط بالذكاء الإنفعالي، وبعض البرامج القائمة على أبعاد الذكاء الإنفعالي بشكل خاص والجانب الوجداني بشكل عام والاطلاع على الأدبيات الخاصة بالعلاج المعرفي السلوكي، للاستفادة منها في اختيار استراتيجيات البرنامج المناسبة، وأساليب اكتساب المهارات الإجتماعية والتعامل مع العينة (إبراهيم، ١٩٩٨)، (محمد ، ٢٠٠٠)، (حسن، ٢٠٠٦)، (توفيق، ٢٠١١)، (ليلى مصطفى، ٢٠١٣)، (رانيا محمد، ٢٠١٥)، (الدريني وكامل، ٢٠٠٦).

الخطوة الرابعة: تحليل خصائص وإمكانيات منفذ البرنامج من حيث:

١- التمكن من مهارات استخدام أدوات البرنامج المختلفة كالمعينات والتدريبات.

٢- القدرة على إدارة الجلسات والحوار والمناقشة وامتلاك المهارات والأساليب الإجتماعية في إدارة الجلسات.

٣- التمكن من الإطار النظري للبرنامج والمفاهيم الأساسية.

المرحلة الثانية: مرحلة التصميم والتجريب:

في هذه المرحلة تم تصميم برنامج للتدريب على أبعاد الذكاء الإنفعالي وذلك وفق ما جاء في المرحلة الأولى وتنقسم هذه المرحلة إلى الخطوات الآتية:

الخطوة الأولى: تحديد الهدف العام والأهداف المرئية:

صياغة الأهداف في صوره سلوكية يمكن من خلالها قياس السلوك المكتسب.

الخطوة الثانية: تحديد المحتوى:

يتضمن البرنامج محتوى حر مكون من مجموعة من المواقف والمثيرات والخبرات والمهام المخططة والمتنوعة والمنظمة والمعدة في ضوء أهداف محددة.

الخطوة الثالثة: تحديد عناصر بناء البرنامج التدريبي:

-اعتمد بناء البرنامج على ثلاثة جوانب رئيسية هي:

أ) الجانب المعرفي:

- يتمثل في المعلومات والمعارف التي تقدم للمعنفات عن المفاهيم التالية (التعريف بالبرنامج التدريبي - مفهوم الذكاء الإنفعالي - أبعاد الذكاء الإنفعالي المستخدمة في البرنامج).

ب) الجانب المهاري:

- يتضمن هذا الجانب تدريب الزوجات المعنفات على أبعاد الذكاء الإنفعالي باستخدام بعض المثيرات والخبرات والأنشطة المتنوعة التي تمارس داخل جلسات البرنامج.

ت) الجانب الوجداني: يتمثل هذا الجانب في:

- إتاحة الفرصة للمشاركة والحوار وطرح الأسئلة.
- إكساب الثقة بالنفس.
- تنمية روح التعاون.
- تنمية القدرة على التعبير عن الانفعالات والمشاعر.
- تنمية القدرة على تنظيم الانفعالات وإدارتها.

الخطوة الرابعة: تحديد أبعاد الذكاء الإنفعالي المتضمنة في البرنامج:

من خلال الاطلاع على الأطر النظرية والدراسات والبحوث السابقة، وجد الباحث أن أبعاد الذكاء الإنفعالي (الوعي بالانفعال - إدارة الانفعال - التعاطف - التواصل والمهارات الإجتماعية) هي الأكثر تكراراً وهي الأكثر إجرائية بحيث يمكن ترجمتها إلى أنشطة عملية في كل جلسة من جلسات البرنامج ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي.

جدول رقم (٢)

أبعاد الذكاء الإنفعالي وبعض الأداءات المتضمنة في كل بُعد

بعض الأداءات المتضمنة بكل بُعد	البعد
<ul style="list-style-type: none">• معرفة الحقائق والمفاهيم والمعلومات العامة عن المشاعر والانفعالات كما تحدث بالضبط.• معرفة نقاط القوة والضعف في الانفعالات بالقدر الكافي.• إمعان التفكير في الحالة الإنفعالية من كافة الجوانب (الاسباب - المظاهر - الشدة - المدة)• تعبر عن الفروق الفردية بين الأشخاص في استجاباتهم الإنفعالية لمثير ما.• تكون لدى المعنفة حصيلة انفعالية ولغة وجدانية تمكنها من تسمية الانفعالات.• إدراك قيمة الانفعالات المختلفة والفرق بين التعبيرات الصادقة وغير الصادقة عن المشاعر.• كيفية التعبير عن الانفعالات بطريقة إيجابية.• الربط بين الانفعالات والكلمات التي تعبر عنها.	(١) الوعي بالانفعال أن تعرف المعنفة وتفهم مشاعرها وأسبابها.

بعض الأداءات المتضمنة بكل بعد	البعد
<ul style="list-style-type: none"> • توظيف الوعي الإنفعالي في اختيار أنسب الاستراتيجيات المنظمة للإنفعال. • تحديد عدد الاستراتيجيات الملائمة للإنجاز. • تحديد الأسباب التي تدحض أو تؤيد استخدام كل استراتيجية. • تحديد الانفعالات بدقة ورود الافعال حيالها. • إفساح الطريق للتنفيس عن الانفعالات. • توظيف الوعي الإنفعالي في وضع تصور ذهني لتتابع العمليات التي تعتقد المعنفة أنها ستؤدي إلى إدارة انفعالاتها وانفعالات الآخرين. • معرفة كيفية صياغة الأهداف بدقة. • تقرير متى يتم الاستمرار في العملية الراهنة أو الانتقال إلى الإجراء التالي. • تحليل المهمة إلى أجزائها وصياغتها في صورة مبسطة. 	<p>(٢) إدارة الانفعال أن تظهر المعنفة الاختيارات المناسبة لإدارة الضغوط وتغيير المشاعر أكثر مما هي عليه</p>
<ul style="list-style-type: none"> • تحديد المقصود بالتعاطف. • وضع أمثلة وصور للتعاطف. • تقدير أهمية التعاطف. • ممارسة مفهوم التعاطف. • تحديد المقصود بالتسامح. • تقدير أهمية مفهوم التسامح. • تقبل اختلافات الآخرين في الرأي. 	<p>(٣) التعاطف معرفة وفهم مشاعر الآخرين والتخفيف من مشاعر المعنفة</p>
<ul style="list-style-type: none"> • التعرف على مفهوم المهارات الإجتماعية. • توضيح أهمية المهارات الإجتماعية. • إدراك تأثير المهارات الإجتماعية على السلوك. • ممارسة المهارات الإجتماعية. • الوعي بخطورة العدوي الإنفعالية. 	<p>(٤) التواصل والمهارات الإجتماعية: وتتضمن العلاقات مع الآخرين، والتفاعل المنسجم معهم والحساسية تجاه احتياجاتهم، ورغباتهم والقدرة على الاستماع لهم والتواصل معهم</p>

الخطوة الخامسة: إعداد وتنظيم جلسات البرنامج:

تم إعداد وتنظيم الجلسات في ضوء خصائص العينة، وأبعاد الذكاء الإنفعالي، حيث استغرق تنفيذ البرنامج المقترح خمسة أسابيع تقريبًا، بواقع ثلاث جلسات أسبوعيًا، وقدر زمن كل جلسة بـ ٩٠ دقيقة ويوضح الجدول التالي تنظيم جلسات البرنامج:

جدول (٣)

قائمة بـ جلسات البرنامج

الجلسة	عنوان الجلسة	طبيعة الجلسة	البعد
الأولى	التعارف وقواعد العمل في البرنامج	تمهيدية	—
الثانية	التعريف بالبرنامج	إعلامية	—
الثالثة	التعريف بالذكاء الإنفعالي	إعلامية	—
الرابعة	قراءة الانفعالات والتعبير عنها	تدريبية	الوعي بالانفعال
الخامسة	لغة الجسد	تدريبية	الوعي بالانفعال
السادسة	الوعي بانفعالاتي	تدريبية	الوعي بالانفعال
السابعة	تحكمي في انفعالاتك	تدريبية	إدارة الانفعال
الثامنة	إعادة التقييم	تدريبية	إدارة الانفعال
التاسعة	السيطرة على الموقف	تدريبية	إدارة الانفعال
العاشرة	التعاطف	تدريبية	التعاطف
الحادية عشر	التسامح وتقبل الاختلافات	تدريبية	التعاطف
الثانية عشر	المهارات الإجتماعية	تدريبية	التواصل
الثالثة عشر	تابع المهارات الإجتماعية	تدريبية	التواصل

- الخطوة السادسة: تطبيق البرنامج: وتم مراعاة ما يلي:
- تشجيع المشاركات في البرنامج على القيام بمجهود خاص أثناء التنفيذ كالتعبير عن أنفسهن أو التعليق اللفظي أو الحركي.
 - تنفيذ استراتيجيات التدريب على الذكاء الإنفعالي المستخدمة وطريقة تقديم الأنشطة.
 - توظيف أكثر من قناة حسية عند تقديم الأنشطة لتحقيق درجة عالية من الكفاءة.
 - توفير فترات للراحة بين كل نشاط وآخر، لتوفير الطاقة وتسهم تلك الفترات أيضاً في استيعاب المشاركات للأنشطة والمبادئ القائمة عليها وتوظيف آثارها في الجلسات التالية.
 - توفير مناخ نفسي آمن يخلو من التهديد أو النقد، يساهم في حرية التعبير عن الانفعالات وبيئة مناسبة.

المرحلة الثالثة: مرحلة تقييم جلسات البرنامج:

يعد التقييم أحد المكونات الرئيسية في البرنامج والتي تقيس مدى تحقق أهداف جلسات البرنامج، واستخدم في البرنامج أنواعًا مختلفة من الأسئلة وذلك في كل نوع من أنواع التقييم الثلاثة المستخدمة في البرنامج.

١- التقييم المبدئي: ويتمثل في طرح بعض الأسئلة في بداية كل جلسة لمراجعة موضوعات الجلسة السابقة.

٢- التقييم التكويني: ويتمثل في طرح مجموعة من الأسئلة بعد مناقشة كل عنصر من عناصر الجلسة بهدف تحديد نقاط القوة والضعف لدى المتدربين، مما يسمح بتعزيز نقاط القوة وعلاج مواطن الضعف لديهم.

٣- التقييم الختامي: ويتمثل فيما يلي:

- استمارة التقييم الذاتي: طبقت على المشاركات عقب الانتهاء من كل جلسة من جلسات البرنامج، بهدف التعرف على مدى تحقق أهداف كل جلسة، وقياس مدى تحقيق المشاركات لأهداف الجلسة، وتكونت استمارة التقييم الذاتي من عدد من العبارات التي تصف أدوار ومهام يقوم بها المشاركات أثناء الجلسة، وأمام كل عبارة ثلاثة بدائل (بدرجة كبيرة - بدرجة متوسطة - بدرجة ضعيفة) وعلى المتدربة أن تضع علامة (√) تحت الاختيار الذي يناسبها وينطبق عليها، ويتم تصحيح كل استمارة بحيث تحصل المفحوصه على الدرجة (٣) إذا اختارت (بدرجة كبيرة) وتحصل على الدرجة (٢) إذا اختارت (بدرجة متوسطة) وتحصل على الدرجة (١) إذا اختارت (بدرجة ضعيفة).

- الواجب المنزلي: لكي تقوم المشاركات بالممارسة الفعلية لما تم التدريب عليه أثناء الجلسات ويتمثل في مجموعة من الأنشطة والتكليفات المرتبطة بطبيعة ومحتوى كل جلسة يُطلب من المشاركات تنفيذه في المنزل.

صدق البرنامج:

اعتمد الباحث في التحقق من صدق البرنامج على صدق المحكمين، حيث قام بعرض البرنامج في صورته الأولية على (٩) محكمين من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس، لإبداء الرأي حول عناصر التحكيم الواردة في الجدول التالي:

جدول (٤)

نسب اتفاق المحكمين حول عناصر التحكيم على البرنامج

م	عناصر التحكيم	نسبة الاتفاق
١	مدى ملائمة البرنامج لعينة البحث (الزوجات المعنفات)	٪١٠٠
٢	مدى كفاية عدد جلسات البرنامج التعليمي	٪٨٨,٨
٣	مدى مناسبة المحتوى والأنشطة داخل كل جلسة بأهدافها	٪٨٨,٨
٤	مدى صلاحية الاستراتيجيات المستخدمة لمستوى الطلاب	٪١٠٠
٥	مدى مناسبة التقييم لأهداف الجلسات	٪٨٨,٨
٦	مدى ملائمة عبارات استمارة التقييم الذاتي لكل جلسة مع أهداف الجلسة	٪١٠٠

يتضح من جدول (٤) أن نسب اتفاق المحكمين على عناصر التحكيم تراوحت ما بين (٨٨,٨٪ - ١٠٠٪)، وهي نسب اتفاق مرتفعة، مما يدعو إلى الثقة في صلاحية البرنامج بكل عناصره، مع إجراء بعض التعديلات التي اقترحتها المحكمون منها: (صياغة بعض الأهداف بشكل أكثر إجرائية، تعديل بعض الصياغات اللغوية داخل البرنامج).

٢) مقياس التوافق الشخصي: إعداد (علي الديب، ١٩٨٨):

وصف المقياس:

يتكون المقياس من (١٠٠) عبارة موزعة على الأبعاد التالي: (البعد الجسمي، والبعد النفسي، والبعد الأسري، والبعد الاجتماعي، والبعد الانسجامي)، وهي من نوع التقرير الذاتي يجيب عنها الأفراد في ضوء مقياس ثلاثي التدرج (غالبًا، أحيانًا، نادرًا). والجدول التالي يوضح أرقام وأعداد العبارات لمقياس التوافق الشخصي.

جدول (٥)

أبعاد مقياس التوافق الشخصي وأرقام العبارات المتضمنة في كل بعد

م	الأبعاد	عدد العبارات	أرقام العبارات المتضمنة في كل بعد
١	البعد الجسمي	٢٥	-١٧-١٦-١٥-١٤-١٣-١٢-١١-١٠-٩-٨-٧-٦-٥-٤-٣-٢-١ ٢٥-٢٤-٢٣-٢٢-٢١-٢٠-١٩-١٨
٢	البعد النفسي	٢٥	-٣٩-٣٨-٣٧-٣٦-٣٥-٣٤-٣٣-٣٢-٣١-٣٠-٢٩-٢٨-٢٧-٢٦ ٥٠-٤٩-٤٨-٤٧-٤٦-٤٥-٤٤-٤٣-٤٢-٤١-٤٠
٣	البعد الأسري	١٨	-٦٤-٦٣-٦٢-٦١-٦٠-٥٩-٥٨-٥٧-٥٦-٥٥-٥٤-٥٣-٥٢-٥١ ٦٨-٦٧-٦٦-٦٥
٤	البعد الاجتماعي	١٨	-٨٢-٨١-٨٠-٧٩-٧٨-٧٧-٧٦-٧٥-٧٤-٧٣-٧٢-٧١-٧٠-٦٩ ٨٦-٨٥-٨٤-٨٣
٥	البعد الانسجامي	١٤	١٠٠-٩٩-٩٨-٩٧-٩٦-٩٥-٩٤-٩٣-٩٢-٩١-٩٠-٨٩-٨٨-٨٧

الخصائص السيكومترية للمقياس:

(أ) الصدق:

تم التحقق من صدق المقياس باستخدام صدق المحكمين، والتحليل العاملي الاستكشافي، وقد ترتب على ذلك تشبع المقياس على خمسة مكونات هي (البعد الجسمي، والبعد النفسي، والبعد الأسري، والبعد الاجتماعي، والبعد الانسجامي)، كما قام معد المقياس بحساب الاتساق الداخلي من خلال حساب معاملات الارتباط بين العبارات والعوامل التي تنتمي إليها، وجاءت جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند (٠,٠١).

(ب) الثبات:

تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة إعادة تطبيق الاختبار، وذلك بعد (١٥) يوماً من التطبيق الأول، وبلغ معامل الثبات (٠,٧٦٦).

حساب الخصائص السيكومترية في الدراسة الحالية

أولاً: الصدق: قام الباحث بحساب صدق المقياس في الدراسة الحالية بالطريقة التالية:

الاتساق الداخلي: تم حساب الاتساق الداخلي لعبارات المقياس من خلال:

- حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة والبعد الذي تنتمي إليه ويوضح الجدول التالي معاملات الارتباط بين العبارات والبعد الذي تنتمي إليه.

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه لمقياس التوافق

الشخصي

البعـد الانـسـجـامـي	العـبـارة	البعـد الإجـتـمـاعـي	العـبـارة	البعـد الأسـري	العـبـارة	البعـد النفسـي	العـبـارة	البعـد الجسـمـي	العـبـارة
** ٠,٧٦٢	٨٧	** ٠,٧٥١	٦٩	** ٠,٧٩١	٥١	** ٠,٦٩١	٢٦	** ٠,٦٥٣	١
** ٠,٧٧٦	٨٨	** ٠,٧٣٦	٧٠	** ٠,٥٩٨	٥٢	** ٠,٧٨٦	٢٧	** ٠,٦٦٣	٢
** ٠,٧٤٣	٨٩	** ٠,٦٣٩	٧١	** ٠,٧٦٤	٥٣	** ٠,٧٤٩	٢٨	** ٠,٦٣٣	٣
** ٠,٨٠٨	٩٠	** ٠,٨٠٣	٧٢	** ٠,٧٥٧	٥٤	** ٠,٧١٤	٢٩	** ٠,٦٧٥	٤
** ٠,٧١٥	٩١	٠,٤٧٢- **	٧٣	٠,٦٠٦- **	٥٥	** ٠,٨٥٦	٣٠	** ٠,٧٨٧	٥
** ٠,٧٨٩	٩٢	** ٠,٧٨١	٧٤	** ٠,٦٧٩	٥٦	** ٠,٦٢٨	٣١	** ٠,٦٤٠	٦
** ٠,٧٧٨	٩٣	٠,٥١٥- **	٧٥	** ٠,٦٧٢	٥٧	** ٠,٧٦٩	٣٢	** ٠,٧٧٣	٧
** ٠,٧٨٧	٩٤	٠,٣٢٣- **	٧٦	** ٠,٧٦٩	٥٨	** ٠,٦٢١	٣٣	٠,٦٢٣- **	٨
٠,٥٦١- **	٩٥	٠,٥٧٥- **	٧٧	** ٠,٧٧٦	٥٩	** ٠,٧٨١	٣٤	** ٠,٧٨٨	٩
٠,٤٧٥- **	٩٦	** ٠,٧٧٨	٧٨	** ٠,٦٣٤	٦٠	** ٠,٧٠٤	٣٥	** ٠,٧٧٠	١٠
٠,٥٤٤- **	٩٧	** ٠,٦٨٧	٧٩	** ٠,٧٣٣	٦١	** ٠,٧٨٠	٣٦	** ٠,٨٣٦	١١
٠,٤٢٨- **	٩٨	** ٠,٤٧٤	٨٠	** ٠,٧٩٥	٦٢	** ٠,٦٤٤	٣٧	** ٠,٨٢٨	١٢
** ٠,٥٨٥	٩٩	** ٠,٧٩١	٨١	** ٠,٦٢١	٦٣	** ٠,٤٧٧	٣٨	٠,٦٠١- **	١٣
** ٠,٧٥٣	١٠٠	** ٠,٧٢٩	٨٢	** ٠,٧١١	٦٤	** ٠,٧٦٧	٣٩	** ٠,٨٢٧	١٤
		** ٠,٧٥٤	٨٣	** ٠,٧٤٧	٦٥	** ٠,٧٤٢	٤٠	** ٠,٨٦١	١٥
		٠,٣٨٣- **	٨٤	** ٠,٨٤٤	٦٦	** ٠,٦٧٥-	٤١	** ٠,٧١٥	١٦
		** ٠,٧٤٢	٨٥	* ٠,٢٦٢	٦٧	** ٠,٦٥٨-	٤٢	** ٠,٨٤٨	١٧
		٠,٣٣٦- **	٨٦	٠,٥٨٣- **	٦٨	** ٠,٦٤٥-	٤٣	** ٠,٨٧٥	١٨
						** ٠,٥٤٦-	٤٤	** ٠,٨٠٣	١٩

العبارة	البعد الجسدي	العبارة	البعد النفسي	العبارة	البعد الأسري	العبارة	البعد الاجتماعي	العبارة	البعد الانسجامي
٢٠	** ٠,٧٩٦	٤٥	** ٠,٧٤٤						
٢١	** ٠,٨٥٢	٤٦	** ٠,٦١١						
٢٢	** ٠,٧٦٣	٤٧	** ٠,٦٥٠						
٢٣	٠,٦٤١- **	٤٨	** ٠,٧٠٤						
٢٤	** ٠,٨٣١	٤٩	** ٠,٦١٠-						
٢٥	** ٠,٦٧٥	٥٠	** ٠,٦٤٨-						

يتضح من الجدول (٦) أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠,٢٦٢، ٠,٨٧٥) وأن جميع هذه القيم مقبولة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، (٠,٠٥).

- حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية ويوضح الجدول التالي معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية.

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التوافق الشخصي

العبارة	البعد الجسدي	العبارة	البعد الاجتماعي	العبارة	البعد النفسي	العبارة	البعد الأسري	العبارة	البعد الانسجامي
٠,٣٩٣	** ٠,٣٩٣	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط
٠,٥٨٨	** ٠,٥٨٨	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط
٠,٣٧٢	** ٠,٣٧٢	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط
٠,٦٧٥	** ٠,٦٧٥	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط
٠,٥٦٣	** ٠,٥٦٣	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط	الارتباط

يتضح من الجدول (٧) أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠,٦٧٥، ٠,٣٧٢) وأن جميع هذه القيم مقبولة إحصائياً.

- حساب معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للمقياس وذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس ويوضح الجدول التالي معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية.

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمقياس التوافق الشخصي

معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة
٠,٦٢٧ **	٨١	٠,٢٠٩- *	٦١	٠,٧٢٢ **	٤١	٠,٤٥٥ **	٢١	٠,٤٥٣ **	١
٠,٦٧٧ **	٨٢	٠,٥٤٣ **	٦٢	٠,٤٦٤- **	٤٢	٠,٤٠٠ **	٢٢	٠,٢٥٢ *	٢
٠,٤٣٧ **	٨٣	٠,٦٧٥ **	٦٣	٠,٦٥٤ **	٤٣	٠,٤٣٢- **	٢٣	٠,٦٣٢ **	٣
٠,٨٦٥ **	٨٤	٠,٣٩٠ **	٦٤	٠,٣٧٦ **	٤٤	٠,٣١٤ **	٢٤	٠,٧١٩ **	٤
٠,٥١٧- **	٨٥	٠,٤٧٠ **	٦٥	٠,٥٦٤ **	٤٥	٠,٢٣٨ *	٢٥	٠,٢٧٣ **	٥
٠,٢١٠ *	٨٦	٠,٥٥٥- **	٦٦	٠,٣٠٨ **	٤٦	٠,٣٣٩ **	٢٦	٠,٥٥٥ **	٦
٠,٥٧٨ **	٨٧	٠,٤٢٣ **	٦٧	٠,٤٣٢ **	٤٧	٠,٧٦٥ **	٢٧	٠,٢٢٧ *	٧
٠,٨٧٧ **	٨٨	٠,٢٩٦ **	٦٨	٠,٤٩٨ **	٤٨	٠,٤٣٢ **	٢٨	٠,٦٢١ **	٨
٠,٦٥١ **	٨٩	٠,٥٧٥- **	٦٩	٠,٧٦٥ **	٤٩	٠,٢١٩ *	٢٩	٠,٧٧٦ **	٩
٠,٧٥٤- **	٩٠	٠,٦٥٤ **	٧٠	٠,٦٣٤- **	٥٠	٠,٢٨٦ **	٣٠	٠,٢٦٨ *	١٠
٠,٤٥٥ **	٩١	٠,٣٩٠ **	٧١	٠,٣٩٨ **	٥١	٠,٢٧٠ *	٣١	٠,٣٦٦ **	١١
٠,٨٢٤ **	٩٢	٠,٣٧٤ **	٧٢	٠,٤١٢ **	٥٢	٠,٢٣٢ *	٣٢	٠,٢١٢ *	١٢
٠,٥٥٨- **	٩٣	٠,٦٩١ **	٧٣	٠,٦٣٢- **	٥٣	٠,٤٧٧ **	٣٣	٠,٦٠٠ **	١٣
٠,٥٣٧- **	٩٤	٠,٣٧٦ **	٧٤	٠,٣٥١- **	٥٤	٠,٥٣٤ **	٣٤	٠,٣١١ **	١٤

معامل الارتباط	العبرة	معامل الارتباط	العبرة	معامل الارتباط	العبرة	معامل الارتباط	العبرة	معامل الارتباط	العبرة
* ٠,٢٥٠	٩٥	٠,٨٥٤ **	٧٥	٠,٤٢٠ **	٥٥	٠,٣٥٤ **	٣٥	* ٠,٢٤٦	١٥
* ٠,٢٤٢	٩٦	٠,٣٩٣ **	٧٦	٠,٣٩٨ **	٥٦	* ٠,٢٦٨	٣٦	٠,٤٦١ **	١٦
٠,٣٤٨ **	٩٧	٠,٥٤٣ **	٧٧	٠,٣٦٢- **	٥٧	٠,٤٧٨ **	٣٧	٠,٣٣٣ **	١٧
٠,٦٣٣ **	٩٨	٠,٣٣٩- **	٧٨	٠,٧٦٥ **	٥٨	٠,٦٤٥ **	٣٨	* ٠,٢٣٠	١٨
٠,٦٣٦ **	٩٩	٠,٤٤٩ **	٧٩	٠,٦٥٤ **	٥٩	٠,٣٧٦ **	٣٩	٠,٤٦٤ **	١٩
٠,٣٥٦- **	١٠٠	٠,٦٨٩ **	٨٠	٠,٣٧٧ **	٦٠	٠,٧٤٤ **	٤٠	٠,٣٦٨ **	٢٠

يتضح من الجدول (٨) أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠,٢٠٩، ٠,٨٧٧) وأن جميع هذه القيم مقبولة إحصائياً، ودله عند مستوى (٠,٠١)، (٠,٠٥)، وبذلك فقد تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس.

الثبات:

- استخدم الباحث لحساب الثبات معامل ألفا كرونباخ، ويوضح الجدول

التالي قيمة الثبات للأبعاد والدرجة الكلية

جدول (٩)

معامل الثبات للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التوافق الشخصي

م	الأبعاد	معامل ألفا
١	البعد الجسدي	٠,٩٢٦
٢	البعد النفسي	٠,٧٣١
٣	البعد الأسري	٠,٨٧٦
٤	البعد الاجتماعي	٠,٦٨٠
٥	البعد الانسجامي	٠,٦٨١
٦	الدرجة الكلية	٠,٨٤٢

يتضح من الجدول (٩) أن قيم معامل ثبات ألفا تراوحت ما بين (٠,٦٨٠)، (٠,٩٢٦) وهي معاملات ثبات مقبولة إحصائياً مما يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس.

الصورة النهائية للمقياس

بعد حساب الخصائص السيكمومترية للمقياس من صدق وثبات، تكون المقياس من (١٠٠) عبارة، ويصحح حسب ما يلي:

تصحيح المقياس

يُحصل المستجيب على (٣) إذا اختار غالباً و (٢) إذا اختار أحياناً و (١) إذا اختار نادراً وذلك بالنسبة للعبارات التالية: (٨-١٣-٢٣-٣٢-٤١-٤٢-٤٣-٤٤-٤٩-٥٠-٥١-٥٢-٥٣-٥٤-٥٦-٥٧-٥٨-٥٩-٦٠-٦١-٦٢-٦٣-٦٤-٦٥-٦٦-٦٩-٧٠-٧١-٧٢-٧٤-٧٨-٧٩-٨٠-٨١-٨٢-٨٣-٨٥-٨٧-٨٨-٨٩-٩٠-٩١-٩٢-٩٣-٩٤-٩٩-١٠٠)، أما في العبارات السلبية الأخرى فيتم عكس مفتاح

التصحيح ليحصل المستجيب على (١) إذا اختار غالبًا و (٢) إذا اختار أحياناً و (٣) إذا اختار نادراً.

٣) مقياس تقدير الذات (إعداد الباحث):

خطوات اعداد المقياس:

- تحديد الهدف من المقياس: حيث يهدف المقياس إلى قياس تقدير الذات لدى الزوجات المعنفات بمدينة الرياض.
- الإطلاع على تعريفات تقدير الذات، والدراسات والأبحاث السابقة التي تناولته بالدراسة.
- الإطلاع على بعض المقاييس العربية والأجنبية الخاصة بقياس تقدير الذات مثل: (مازن بطشون، ٢٠١٨)، (سارة بوعصيدة، ٢٠١٥)، (سليمان اللحيان، ٢٠١٧)، (بشير العلوان، ٢٠١٥).
- صياغة تعريف إجرائي لتقدير الذات بأنه " تقييم يضعه الفرد لنفسه وبنفسه، ويعمل على الحفاظ عليه، ويتضمن هذا التقييم اتجاهات الفرد الإيجابية والسلبية نحو ذاته، وهو مجموعة من الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، وذلك فيما يتعلق بتوقعات النجاح والفشل والقول وقوة الشخصية".
- استخلص الباحث من خلال البحوث والدراسات السابقة خصائص الأفراد المرتفعين في تقدير الذات.

● تحديد أبعاد تقدير الذات من خلال تحليل الأبعاد التي وردت في البحوث والدراسات السابقة، واختار الباحث من بينها أكثر الأبعاد تكرارًا والتي تتناسب مع عينة البحث وهي: (١) تقدير الذات الإيجابي، (٢) تقدير الذات السلبي.

● صياغة تعريف إجرائي لكل بعد من أبعاد تقدير الذات، وفي ضوءها صاغ الباحث مفردات المقياس في صورة تقرير ذاتي.

في ضوء ما سبق صاغ الباحث (٤٠) عبارة موزعة على البعدين، وأمام كل عبارة ثلاثة اختيارات اختيارات (دائمًا - أحيانًا - نادرًا)، حيث يصحح المقياس بإعطاء ثلاثة درجات للإجابة بـ (دائمًا)، ودرجتين للإجابة بـ (أحيانًا)، ودرجة واحدة للإجابة بـ (نادرًا)، أما العبارات الموجبة فتصحح بعكس العبارات الموجبة درجة واحدة للإجابة بـ (دائمًا)، ودرجتين للإجابة بـ (أحيانًا)، وثلاث درجات للإجابة بـ (نادرًا).

حساب الخصائص السيكومترية للمقياس:

صدق المقياس: اعتمد الباحث في حساب صدق المقياس على ما يلي:

- صدق المحكمين:

تم عرض المقياس في صورته الأولية على (٩) محكمين من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس، لإبداء الرأي حول عناصر التحكيم الواردة في الجدول التالي:

جدول (١٠)

نسب اتفاق المحكمين حول عناصر التحكيم على مقياس تقدير الذات

م	عناصر التحكيم	نسبة الاتفاق
١	مدى مناسبة عبارات المقياس من الناحية العلمية واللغوية	٪١٠٠
٢	مدى مناسبة العبارات للتعريف الإجرائي الذي تبناه الباحث للاتجاه نحو مادة علم النفس	٪٨٨,٨
٣	مدى انتماء العبارات للبعد الذي تنتمي إليه	٪٨٨,٨
٤	مدى مناسبة العبارات العكسية في كل بعد	٪١٠٠

يتضح من جدول (١٠) أن نسب اتفاق المحكمين على عناصر التحكيم تراوحت ما بين (٨٨,٨٪ - ١٠٠٪)، وهي نسب اتفاق مرتفعة، مما يدعو إلى الثقة في نتائج المقياس، مع إجراء بعض التعديلات التي اقترحها المحكمون في صياغة بعض عبارات المقياس.

- الصدق العمالي:

تم إجراء التحليل العمالي الاستكشافي بعد التأكد من توافر جميع شروطه وذلك بطريقة تحليل المكونات الرئيسية لهوتلينج للحصول على العوامل المكونة للمقياس بجذر كامن لهذه العوامل أكبر من الواحد الصحيح، وبناءً على Scree Plot والذي يحدد عدد العوامل البارزة في التحليل تم التوصل إلى تشبع المقياس على عاملين وكانت قيمة الجذر الكامن لها (١٢,٩٣٢)، (١١,٨١٦)، على الترتيب. ويوضح الجدول (١١) العبارات التي تشبعت على العاملين: تم التوصل إلى تشبع المقياس على عاملين وكانت قيمة الجذر الكامن لها (١٢,٩٣٢)، (١١,٨١٦)، على الترتيب. ويوضح الجدول التالي العبارات التي تشبعت على العاملين.

جدول (١١)

العوامل المستخرجة وتشبعاتها بعد التدوير المتعامد لمصفوفة مفردات مقياس تقدير

الذات

رقم العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	رقم العبارة	العامل الأول	العامل الثاني
١	.614	.673	٢١	.673	.614
٢	.866	.835	٢٢	.835	.866
٣	.543	.823	٢٣	.823	.543
٤	.874	.693	٢٤	.693	.874
٥	.637	.674	٢٥	.674	.637
٦	.854	.746	٢٦	.746	.854
٧	.611	.452	٢٧	.452	.611
٨	.834	.829	٢٨	.829	.834
٩	.597	.577	٢٩	.577	.597
١٠	.898	.600	٣٠	.600	.898

رقم العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	رقم العبارة	العامل الأول	العامل الثاني
١١	.610	٣١	.694		
١٢	.642	٣٢	.797		
١٣	.764	٣٣	.620		
١٤	.493	٣٤	.610		
١٥	.533	٣٥	.607		
١٦	.614	٣٦	.806		
١٧	.722	٣٧	.642		
١٨	.617	٣٨	.845		
١٩	.503	٣٩	.598		
٢٠	.641	٤٠	.489		
		الجذر الكامن	11.816	12.932	
		التباين	29.541%	32.331%	

وبالنظر إلى جدول التحليل العملي بعد التدوير يتضح المفردات التي تشبعت على كل عامل ما يلي:

- العامل الأول تشبعت عليه (٢٠) عبارة، وهي (٢١-٢٢-٢٣-٢٤-٢٥-٢٦-٢٧-٢٨-٢٩-٣٠-٣١-٣٢-٣٣-٣٤-٣٥-٣٦-٣٧-٣٨-٣٩-٤٠)، وكان الجذر الكامن (١٢,٩٣٢) بنسبة تباين (٣٢,٣٣١٪)، وتكشف مضامين هذه العبارات اتجاهات الفرد والسلبية نحو ذاته، وهو مجموعة من الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، وبالتالي يمكن تسمية هذا العامل (تقدير الذات السلبي).

- العامل الثاني تشبعت عليه (٢٠) عبارة وهي (١-٢-٣-٤-٥-٦-٧-٨-٩-١٠-١١-١٢-١٣-١٤-١٥-١٦-١٧-١٨-١٩-٢٠)، وكان

الجذر الكامن (١١,٨١٦) بنسبة تباين (٢٩,٥٤١٪)، وتكشف مضامين هذه العبارات عن اتجاهات الفرد الإيجابية نحو ذاته، وهو مجموعة من الاتجاهات والمعتقدات الإيجابية التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، وبالتالي يمكن تسمية هذا العامل (تقدير الذات الإيجابي).

وبذلك تكون المقياس من (٤٠) عبارة بعد إجراء التحليل العاملي الاستكشافي.

- الاتساق الداخلي:

تم حساب الاتساق الداخلي لعبارات المقياس من خلال:
- حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة والبعد الذي تنتمي إليه ويوضح الجدول التالي معاملات الارتباط بين العبارات والبعد الذي تنتمي إليه.

جدول (١٢)

معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه لمقياس تقدير الذات

العبرة	تقدير الذات الإيجابي	العبرة	تقدير الذات السلبي
١	** ٠,٨٠٥	٢١	** ٠,٧٩٤
٢	** ٠,٨٤١	٢٢	** ٠,٨٢٥
٣	** ٠,٧٤٩	٢٣	** ٠,٨٤٢
٤	** ٠,٨٣٨	٢٤	** ٠,٧٧١
٥	** ٠,٧٩٠	٢٥	** ٠,٧٥٣
٦	** ٠,٧٨٤	٢٦	** ٠,٧٩٤
٧	** ٠,٨٤٣	٢٧	** ٠,٦٧٠
٨	** ٠,٨٤٦	٢٨	** ٠,٨٤٢
٩	** ٠,٨٠٩	٢٩	** ٠,٧١٩
١٠	** ٠,٨٥٦	٣٠	** ٠,٧٢٤

العبرة	تقدير الذات الإيجابي	العبرة	تقدير الذات السلبي
١١	** ٠,٧٣٤	٣١	** ٠,٧٥٧
١٢	** ٠,٧٦١	٣٢	** ٠,٨١٣
١٣	** ٠,٧٧٥	٣٣	** ٠,٧١٢
١٤	** ٠,٦٥٧	٣٤	** ٠,٧٢٣
١٥	** ٠,٧٨٦	٣٥	** ٠,٧٧٧
١٦	** ٠,٨٠٦	٣٦	** ٠,٨٠٥
١٧	** ٠,٧٩٤	٣٧	** ٠,٧٦٩
١٨	** ٠,٧٤٥	٣٨	** ٠,٨٥٢
١٩	** ٠,٦٨٢	٣٩	** ٠,٧١٦
٢٠	** ٠,٧٧٩	٤٠	** ٠,٦٣١

يتضح من الجدول (١٢) أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠,٦٣١، ٠,٨٥٦) وأن جميع هذه القيم مقبولة إحصائياً.

- حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية ويوضح الجدول (١٣) معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية. كما يتضح في الجدول التالي:

جدول (١٣)

معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات

م	الأبعاد	معامل الارتباط
١	تقدير الذات الإيجابي	** ٠,٤٢٧
٢	تقدير الذات السلبي	** ٠,٥٥٦

يتضح من الجدول (١٣) أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠,٥٥٦، ٠,٤٢٧) وأن جميع هذه القيم مقبولة إحصائياً.

- حساب معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للمقياس وذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس

والدرجة الكلية للمقياس ويوضح الجدول التالي معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية.

جدول (١٤)

معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	** ٠,٣٤٤	٢١	** ٠,٦٥٥
٢	** ٠,٤٥٢	٢٢	** ٠,٢٨٥
٣	** ٠,٢٨٨	٢٣	* ٠,٢٣٧
٤	** ٠,٤٧٠	٢٤	** ٠,٢٨٩
٥	** ٠,٣٦٠	٢٥	* ٠,٢٠٧
٦	** ٠,٤٨٨	٢٦	* ٠,٢١٩
٧	* ٠,٢١٨	٢٧	** ٠,٣٠٠
٨	** ٠,٣٨٠	٢٨	* ٠,٢٤٣
٩	** ٠,٣١٥	٢٩	** ٠,٥٥٨
١٠	** ٠,٥٠٧	٣٠	** ٠,٣٧٠
١١	** ٠,٣٣٥	٣١	** ٠,٣٨١
١٢	** ٠,٣٠٤	٣٢	* ٠,٢٢٦
١٣	** ٠,٤٦٨	٣٣	** ٠,٣١١
١٤	** ٠,٢٩٠	٣٤	** ٠,٦٦٤
١٥	** ٠,٤٣٢	٣٥	** ٠,٣٢٠
١٦	** ٠,٤٣٢	٣٦	** ٠,٣٠٦
١٧	** ٠,٤٤٢	٣٧	** ٠,٤٦١
١٨	** ٠,٢٩٢	٣٨	* ٠,٢٣٧
١٩	* ٠,٢٣٦	٣٩	** ٠,٦٧٠
٢٠	** ٠,٢٧٨	٤٠	** ٠,٥٨٤

يتضح من الجدول (١٤) أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠,٢٠٧، ٠,٦٦٤) وأن جميع هذه القيم مقبولة إحصائياً، وبذلك تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس.

ثبات المقياس: استخدم الباحث لحساب الثبات معامل ألفا كرونباخ، ويوضح الجدول التالي قيمة الثبات للأبعاد والدرجة الكلية:

جدول (١٥)

معامل الثبات للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات

م	الأبعاد	معامل ألفا	الدرجة الكلية	٠,٧٧٩
١	تقدير الذات الإيجابي	٠,٩٦٧		
٢	تقدير الذات السلبي	٠,٩٦٢		

يتضح من الجدول (١٥) أن قيم معامل ثبات ألفا تراوحت ما بين (٠,٩٦٧، ٠,٧٧٩) وهي معاملات ثبات مقبولة إحصائياً مما يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس.

الصورة النهائية للمقياس

بعد حساب الخصائص السيكمومترية، تكون المقياس في صورته النهائية من (٤٠) عبارة، ويوضح الجدول التالي الصورة النهائية لمقياس تقدير الذات وتوزيع العبارات على أبعاد المقياس.

جدول (١٦)

الصورة النهائية لمقياس تقدير الذات

م	الأبعاد	العبارات	عدد العبارات
١	تقدير الذات الإيجابي	١-٢-٣-٤-٥-٦-٧-٨-٩-١٠-١١-١٢-١٣-١٤-١٥ ١٦-١٧-١٨-١٩-٢٠	٢٠
٢	تقدير الذات السلبي	٢١-٢٢-٢٣-٢٤-٢٥-٢٦-٢٧-٢٨-٢٩-٣٠-٣١-٣٢ ٣٣-٣٤-٣٥-٣٦-٣٧-٣٨-٣٩-٤٠	٢٠
٤٠	المجموع		

تصحيح المقياس

يصحح المقياس بإعطاء ثلاثة درجات للإجابة ب (دائمًا)، ودرجتين للإجابة ب (أحيانًا)، ودرجة واحدة للإجابة ب (نادرًا)، وذلك بالنسبة لعبارات بعد تقدير الذات الإيجابي، أما العبارات السالبة والخاصة ببعدها تقدير الذات السلبي فتصحح بعكس العبارات الموجبة درجة واحدة للإجابة ب (دائمًا)، ودرجتين للإجابة ب (أحيانًا)، وثلاث درجات للإجابة ب (نادرًا).

خامسًا: خطوات تنفيذ البحث:

لتنفيذ البحث اتبع الباحث الخطوات الآتية:

- (١) قام الباحث بالإطلاع على الأدبيات والدراسات والبحوث السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة (الذكاء الإنفعالي، مهارات التوافق الشخصي، تقدير الذات)، ووضع إطار نظري حول متغيرات البحث. وكان من نتائج هذه الخطوة إعداد المقاييس المستخدمة في قياس مهارات التوافق الشخصي، وتقدير الذات، وإعداد البرنامج التدريبي.
- (٢) إعداد أدوات البحث في صورتها الأولية وعرضها على مجموعة من المحكمين، لإبداء الرأي حول مدى صلاحيتها للتطبيق على عينة البحث.
- (٣) طبق الباحث أدوات البحث على العينة الاستطلاعية، لحساب الخصائص السيكومترية، وإعداد الأدوات في صورتها النهائية.
- (٤) طبق الباحث مقياسي مهارات التوافق الشخصي وتقدير الذات على أفراد المجموعة التجريبية، والتزم الباحث بتعليمات كل مقياس أثناء تطبيقه (قياسًا قبليًا) قبل البدء في تنفيذ الجلسات.

- (٥) تطبيق جلسات البرنامج التدريبي على أفراد المجموعة التجريبية.
- (٦) بعد انتهاء فترة تطبيق البرنامج طبق الباحث مقياسي مهارات التوافق الشخصي وتقدير الذات (قياساً بعدياً) وذلك لمعرفة فاعلية البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الوجداني في مهارات التوافق الشخصي ومستوى تقدير الذات.
- (٧) قام الباحث بقياس مهارات التوافق الشخصي وتقدير الذات (قياساً تبعياً) لأفراد المجموعة التجريبية بعد مرور ٦٠ يوماً وذلك للوقوف على استمرارية فاعلية البرنامج التدريبي (المتغير المستقل) في مهارات التوافق الشخصي وتقدير الذات (المتغير التابعين).
- (٨) إجراء المعالجة الإحصائية اللازمة في ضوء فروض البحث، وعرض النتائج وتفسيرها في ضوء الإطار النظري ونتائج البحوث والدراسات السابقة.
- سادساً: الأساليب الإحصائية المستخدمة:
- للتحقق من صحة فروض البحث الحالي استخدم الباحث الأساليب الإحصائية الآتية: -

- (١) اختبار النسبة التائية (t-test) لعينتين مترابطتين: وذلك لاختبار دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية.
- (٢) مربع إيتا (Eta Squared (η^2): لقياس حجم التأثير الذي أحدثته المعالجة التجريبية (البرنامج التدريبي) في المتغيرين التابعين (مهارات التوافق الشخصي، وتقدير الذات).

سابعاً: نتائج البحث:

(أ) النتائج الخاصة بالثبوت من فاعلية المعالجة التجريبية:

- التقييم الذاتي لجلسات البرنامج التعليمي:

تمثلت في الاستمارات التي استخدمت لقياس فاعلية المعالجة التجريبية في كل جلسة؛ من خلال إعطاء فرصة لكل زوجة للتقييم الذاتي لكي تقف على مدى تقدمها في ممارسة مكونات الذكاء الإنفعالي، وحساب النتائج الخاصة باستمارة التقييم الذاتي قام الباحث بحساب التكرارات والنسب المئوية لمستويات استجابات المشاركات في البرنامج التدريبي كما يوضحه الجدول التالي:

جدول (١٧)

التكرارات والنسب المئوية لمستويات استجابة المشاركات على استمارة التقييم الذاتي

(ن = ٣٠)

النسب المئوية لمستوى استجابات المشاركات			مستوى استجابات المشاركات			أرقام الجلسات
درجة منخفضة	درجة متوسطة	درجة كبيرة	درجة منخفضة	درجة متوسطة	درجة كبيرة	
٢٦,٦٦%	٣٩,٥٢%	٣٣,٨٠%	٥٦	٨٣	٧١	١
١٩,٠٤%	٢٩,٥٢%	٥٢,٣٨%	٤٠	٦٠	١١٠	٢
٢١,٤٢%	٢٥,٧١%	٥٢,٨٥%	٤٥	٥٤	١١١	٣
٢١,٩٠%	٢٥,٧١%	٥٢,٨٣%	٤٦	٥٤	١١٠	٤
١٧,٦١%	٣٣,٣٣%	٤٩,٠٤%	٣٧	٧٠	١٠٣	٥
١١,٩٠%	٤٢,٨٥%	٤٥,٢٣%	٢٥	٩٠	٩٥	٦
—	٥١,٤٢%	٤٨,٥٧%	—	١٠٨	١٠٢	٧
—	٤٥,٢٣%	٥٤,٧٦%	—	٩٥	١١٥	٨
—	٣٧,٦١%	٦٢,٣٨%	—	٧٩	١٣١	٩
—	٣٩,٥٢%	٦٠,٤٧%	—	٨٣	١٢٧	١٠
—	٣٢,٨٥%	٦٧,١٤%	—	٦٩	١٤١	١١
—	٣٢,٨٥%	٦٧,١٤%	—	٦٩	١٤١	١٢

النسب المئوية لمستوى استجابات المشاركين			مستوى استجابات المشاركين			أرقام الجلسات
بدرجة منخفضة	بدرجة متوسطة	بدرجة كبيرة	بدرجة منخفضة	بدرجة متوسطة	بدرجة كبيرة	
—	٪٢٧,٦١	٪٧٢,٣٨	—	٥٨	١٥٢	١٣
٪١٢,٩	٪٣٥,٦٠	٪٥٥,٢٨	٢٤٩	٩٧٢	١٥٠٩	المجموع

يتضح من الجدول (١٧) أن (٥٥,٢٨٪) من استجابات المشاركين على استمارات التقييم الذاتي كانت كبيرة، وأن (٣٥,٦٠٪) كانت متوسطة، وأن (٩,١٢٪) كانت منخفضة، مما يدل على نجاح إجراءات البرنامج في تحقيق أهدافه والتدريب على الذكاء الإنفعالي بفاعلية.

ويعزى الباحث هذه النتيجة إلى أن البرنامج قد أحدث تحسن كبير نتيجة للعديد من العوامل كطبيعة البرنامج الذي حرص الباحث أن يكون مناسباً للمرحلة العمرية للعينة، وأن يركز على تنفيذ الأفكار وإعادة البناء المعرفي لديهن بمعارف إيجابية تتعلق بما يعانينه من مشكلات وفهم البدائل المتاحة، وتكوين اتجاهات جديدة نحو أنفسهن، بالإضافة إلى استخدام عدد من التدريبات والفنيات بأسلوب شيق وجذاب.

ب) النتائج الخاصة بالتحقق من فروض البحث:

(١) نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في مهارات التوفيق الشخصي لدى المعنفات في مدينة الرياض".

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم الباحث اختبار "ت" لعينتين مترابطتين لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الدرجة الكلية للتوافق الشخصي وكل مهارة من مهاراته (التوافق الجسدي، التوافق النفسي، التوافق الأسري، التوافق الاجتماعي، التوافق الانسجامي)، كما يوضحه الجدول التالي:

جدول (١٨)

قيمة (ت) ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسط درجات طلاب المجموعة التجريبية

في القياسين القبلي والبعدي لمهارات التوافق الشخصي والدرجة الكلية (ن=٣٠)

م	التوافق الشخصي	المجموع	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الفروق	الانحراف المعياري للفروق	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	مقدار حجم التأثير
١	التوافق الجسدي	قبلي	٣٠,٤٦	٢,٨٧	٧,٠٣	٤,٦١	٨,٣٣٨	٠,٠١	٠,٧٠
	البعدي	٣٧,٥٠	٤,٦٠						٥
٢	التوافق النفسي	قبلي	٣٢,٥٠	٣,٠٢	٨,٩٦	٢,٩٧	١٦,٤٩	٠,٠١	٠,٩٠
	البعدي	٤١,٤٦	٣,١٩				٩		٣
٣	التوافق الأسري	قبلي	٢٩,٣٠	٣,١٩	١٦,٠	٣,٥٢	٢٤,٨٧	٠,٠١	٠,٩٥
	البعدي	٤٥,٣٠	٢,٠٥				٣		٥
٤	التوافق الاجتماعي	قبلي	٣٢,٠٣	٢,٨٣	٨,٦٠	٤,٢٧		٠,٠١	كبير

م	التوافق الشخصي	المجموع	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط الفروق	الانحراف المعياري للفروق	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	η^2	مقدار حجم التأثير
	التوافق الاجتماعي	بعدي	٤٠,٦٣	٢,٨٤			١١,٠٢		٠,٨٠	٧
٥	التوافق الانسجامي	قبلي	٢٣,٤٦	٢,٤١	٨,٢٣	٣,٠٨	١٤,٦٣	٠,٠١	٠,٨٨	كبير
		بعدي	٣١,٧٠	٢,٣٠						
٦	الدرجة الكلية للتوافق الشخصي	قبلي	١٤٧,٧٦	٨,٧٤	٤٨,٨٣	١٠,٨٤	٢٤,٦٥	٠,٠١	٠,٩٥	كبير
		بعدي	١٩٦,٦٠	٨,٢٨						

يتضح من الجدول (١٨) أن قيمة "ت" للفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في أبعاد التوافق الشخصي والدرجة الكلية بلغت على الترتيب (٨,٣٣٨)، (١٦,٤٩٩)، (٢٤,٨٧٣)، (١١,٠٢٧)، (١٤,٦٣٥)، (٢٤,٦٥٨)، وجميعها قيم دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لصالح القياس البعدي، وهذا يعني رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل أي أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في مهارات التوافق الشخصي لدى المعنفات في مدينة الرياض لصالح القياس البعدي".

ولقياس حجم التأثير الذي أحدثته المعالجة التجريبية (البرنامج التدريبي) في المتغير التابع (الدرجة الكلية لمهارات التوافق الشخصي وكل مهارة فرعية) قام الباحث بحساب مربع ايتا (η^2) لقيمة (ت)، حيث يدل التأثير الذي يفسر

حوالي (٠,٠٢) من التباين الكلي على تأثير ضئيل، بينما يدل التأثير الذي يفسر (٠,٠٦) من التباين الكلي على تأثير متوسط، في حين يدل التأثير الذي يفسر حوالي (٠,١٥) فأكثر على تأثير كبير، (رشدي منصور، ١٩٩٧: ٥٩)، (صلاح مراد، ٢٠٠٠: ٢٤٦).

وقد بلغت قيمة (η^2) لحجم تأثير البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي في مهارة التوافق الجسمي (٠,٧٠٥)، وهو حجم تأثير كبير؛ مما يعني أن نسبة التباين الحقيقي للمتغير المستقل (البرنامج التدريبي) في مهارة التوافق الجسمي تصل إلى (٧٠,٥٪).

كما يتضح أن قيمة (η^2) لحجم تأثير البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي في مهارة التوافق النفسي (٠,٩٠٣)، وهو حجم تأثير كبير؛ مما يعني أن نسبة التباين الحقيقي للمتغير المستقل (البرنامج التدريبي) في مهارة التوافق النفسي تصل إلى (٩٠,٣٪).

كما يتضح أن قيمة (η^2) لحجم تأثير البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي في مهارة التوافق الأسري (٠,٩٥٥)، وهو حجم تأثير كبير؛ مما يعني أن نسبة التباين الحقيقي للمتغير المستقل (البرنامج التدريبي) في مهارة التوافق الأسري تصل إلى (٩٥,٥٪).

كما يتضح أن قيمة (η^2) لحجم تأثير البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي في مهارة التوافق الاجتماعي (٠,٨٠٧)، وهو حجم تأثير كبير؛ مما يعني أن نسبة التباين الحقيقي للمتغير المستقل (البرنامج التدريبي) في مهارة التوافق الاجتماعي تصل إلى (٨٠,٧٪).

كما يتضح أن قيمة (η^2) لحجم تأثير البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي في مهارة التوافق الانسجامي (٠,٨٨٠)، وهو حجم تأثير كبير؛ مما يعني أن نسبة التباين الحقيقي للمتغير المستقل (البرنامج التدريبي) في مهارة التوافق الانسجامي تصل إلى (٨٨٪).

كما يتضح أن قيمة (η^2) لحجم تأثير البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي في الدرجة الكلية لمهارات التوافق الشخصي (٠,٩٥٤)، وهو حجم تأثير كبير؛ مما يعني أن نسبة التباين الحقيقي للمتغير المستقل (البرنامج التدريبي) في الدرجة الكلية لمهارات التوافق الشخصي تصل إلى (٩٥,٤٪).

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى فاعلية البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي في تحسين مهارات التوافق الشخصي الذات لدى المعنفات وذلك لأن الذكاء الإنفعالي كسمة يشار إليه بأنه الفاعلية الذاتية الإنفعالية، والتعبير عن المعتقدات الذاتية، كما أن المهارات المستخدمة في البرنامج التدريبي كانت شاملة وتغطي جوانب القصور المختلفة لدى المرأة المعنفة حيث أن درجة التوافق الشخصي لديهن كانت منخفضة، مما أثر على حياتهن بشكل سلبي ولكن بعد خضوع أفراد العينة للبرنامج التدريبي حدث تحسن كبير، نتيجة للعديد من العوامل كطبيعة البرنامج الذي حرص الباحث أن يكون مناسباً للمرحلة العمرية للعينة، وأن يركز على تنفيذ الأفكار وإعادة البناء المعرفي لديهن بمعارف إيجابية تتعلق بما يعانينه من مشكلات نفسية وفهم البدائل المتاحة أمامهن، وتكوين اتجاهات منطقية جديدة نحو أنفسهن. كما أن الأساليب التي نفذت من خلالها الجلسات كانت محفزة على المشاركة والانخراط بها حيث تمثلت بالحوار،

والمناقشة، ولعب الأدوار، وأوراق العمل، والواجبات المنزلية، والتخيل ،
والنمذجة، وقد اسهمت في زيادة دافعية المعنفات على الاستفادة من البرنامج
التدريبي. ومن العوامل أيضاً التي ساعدت في نجاح البرنامج عناصر ترتبط بطبيعة
البرنامج القائم على الذكاء الإنفعالي فهو يعتبر من أنسب الطرق لتناول
مشكلات التوافق الشخصي كما أن وجود المرأة المعنفة ضمن مجموعة تدريبية
يحقق لها الأمن النفسي، الذي يؤدي إلى الإحساس بالتقبل، والتخلص من
الشعور بالإنزعا، وساهم ذلك في تخفيف حدة تمركزهن حول ذواتهن، وأنهن
لسن الوحيدات اللاتي يعانين من صعوبات ومشكلات في التوافق الشخصي
مما عزز لديهن الشعور بالإنتماء، كما أن التدريب بهذه الطريقة يعد وسيلة
ناجحة من وسائل التفريغ الإنفعالي، فهو يوفر الفرصة لتحقيق الذات، وإحراز
المكانة والتقدير والثقة.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة التي تناولت فعالية البرامج
القائمة على الذكاء الإنفعالي مثل دراسة (جيهان حداد، ٢٠١٩)، (العلوان،
٢٠١٦)، وكذلك أتفقت نتائج الدراسة مع نتائج دراسات كل من (مريم عواد،
٢٠١٥)، (براكيت وآخرون، ٢٠٠٣)، (برج، ٢٠٠١) حيث توصلت نتائج
دراساتهم على مدى ارتباط الذكاء الإنفعالي في التأثير على تحسين مهارات
التوافق الشخصي أو العوامل المرتبطة به.

(٢) نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في تقدير الذات لدى المعنفات في مدينة الرياض".

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم الباحث اختبار "ت" لعينتين مترابطين لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تقدير الذات، كما يوضحه الجدول التالي:

جدول (١٩)

قيمة (ت) ودالاتها الإحصائية للفروق بين متوسط درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لتقدير الذات (ن=٣٠)

م	تقدير الذات	المجموعة	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الفروق	الانحراف المعياري للفروق	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	η^2	مقدار حجم التأثير
١	تقدير الذات الإيجابي	قبلي	٢٥,٨٣	٥,١٨	٢٤,٥٦	٧,٠٢	١٩,١٦٦	٠,٠١	٠,٩٢٦	كبير
	بعدي	٥٠,٤٠	٣,٩٩							
٢	تقدير الذات السلبي	قبلي	٤٩,٣٦	٦,١٢	٢٢,٧٠	٧,٣٤	١٦,٩١٨	٠,٠١	٠,٩٠٧	كبير
	بعدي	٢٦,٦٦	٣,٤٥							

يتضح من الجدول (١٩) أن قيمة "ت" للفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تقدير الذات الإيجابي والسلبي بلغت (١٩,١٦٦)، (١٦,٩١٨) على الترتيب، وجميعها قيم دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) لصالح القياس البعدي، وهذا يعني رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل أي أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في مستوى تقدير الذات لدى المعنفات في مدينة الرياض لصالح القياس البعدي".

ولقياس حجم التأثير الذي أحدثته المعالجة التجريبية (البرنامج التدريبي) في المتغير التابع (تقدير الذات) قام الباحث بحساب مربع ايتا (η^2) لقيمة (ت) لحجم تأثير البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي في تقدير الذات الإيجابي وقد بلغت (٠,٩٢٦)، وهو حجم تأثير كبير؛ مما يعني أن نسبة التباين

الحقيقي للمتغير المستقل (البرنامج التدريبي) في تقدير الذات الإيجابي تصل إلى (٩٢,٦٪).

كما يتضح أن قيمة (η^2) لحجم تأثير البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي في تقدير الذات السلبي (٠,٩٠٧)، وهو حجم تأثير كبير؛ مما يعني أن نسبة التباين الحقيقي للمتغير المستقل (البرنامج التدريبي) في تقدير الذات السلبي تصل إلى (٩٠,٧٪).

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى فعالية البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي في رفع مستوى تقدير الذات لدى المعنفات، حيث أن المهارات المستخدمة في البرنامج التدريبي كانت شاملة وتلامس جوانب القصور المختلفة لدى المرأة المعنفة، أيضاً أسهم البرنامج في تحسين تقدير المرأة المعنفة لذاتها والتعبير عن الامتنان للآخرين وتنمية مهارة التعاطف مع الآخرين، وهذا بدوره أنعكس إيجابياً مع تفاعلاتها مع الآخرين، والتعبير عن ذاتها بجرية بطريقة ودية، وبجو يسوده الأمن، وقد تم تقديم كل ما يمكن لتوجيه جهودهن نحو القيام بأوجه نشاطات مفيدة بحيث تتحول إلى ممارسات طبيعية في حياتهن بشكل عام.

ويرى الباحث أن البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي قد ساعد المعنفات على إخراجهن من حالة التمرکز حول ذواتهن، وإنشغلن في المشكلات الحياتية التي يعانين منها وتسبب إحساسهم بخواء المعنى، حيث ركز البرنامج على ضرورة إحداث تغيير إيجابي في إتجاه الفرد نحو نفسه وظروفه وذلك من خلال فنية تعديل الإتجاهات، كما ساهم البرنامج في إكسابهن مهارات

تساعدهم في التعامل مع ضغوط الحياة ، كما سعت المناقشات في تعديل أفكارهن حول ذواتهن والتخلص من اليأس لتحقيق السمو بالذات، كما عمد البرنامج من خلال الجلسات الى بناء جسور الثقة مع المتدربات وتفهم ديناميتها بصورة أعمق.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من (Hasanvand&Khalediem,2012) ودراسة منى علي (٢٠١٩)، صالح (٢٠١٨)، سليمان (٢٠٠٧)، ليندلي (٢٠٠١) التي أظهرت نتائجهم وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الذكاء الإنفعالي ودرجات تقدير الذات.

(٣) نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبقي في مهارات التوافق الشخصي لدى المعنفات في مدينة الرياض".
وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم الباحث اختبار "ت" لعينتين مترابطتين لدلالة الفروق بين القياسين البعدي والتبقي للمجموعة التجريبية في الدرجة الكلية للتوافق الشخصي وكل مهارة من مهاراته (التوافق الجسمي، التوافق النفسي، التوافق الأسري، التوافق الاجتماعي، التوافق الانسجامي)، كما يوضحه الجدول التالي:

جدول (٢٠)

قيمة (ت) ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسط درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لمهارات التوافق الشخصي والدرجة الكلية (ن=٣٠)

م	التوافق الشخصي	المجموعة	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الفروق	الانحراف المعياري للفروق	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
١	التوافق الجسدي	بعدي	٣٧,٥٠	٤,٦٠	١,٩٠	٢,٠٠	٥,١٨٨	٠,٠١
		تتبعي	٣٩,٤٠	٤,٩٣				
٢	التوافق النفسي	بعدي	٤١,٤٦	٣,١٩	١,٢٣	١,٦٥	٤,٠٨٣	٠,٠١
		تتبعي	٤٢,٧٠	٢,٥٨				
٣	التوافق الأسري	بعدي	٤٥,٣٠	٢,٠٥	٢,٣٣	١,٨٦	٦,٨٦٠	٠,٠١
		تتبعي	٤٢,٩٦	٢,٠٢				
٤	التوافق الاجتماعي	بعدي	٤٠,٦٣	٢,٨٤	٠,٩٠	١,٣٧	٣,٥٨٩	٠,٠١
		تتبعي	٣٩,٧٣	٢,٧٦				
٥	التوافق الانسجامي	بعدي	٣١,٧٠	٢,٣٠	١,٢٠	١,٣٤	٤,٨٧١	٠,٠١
		تتبعي	٣٠,٥٠	١,٩٦				
٦	الدرجة الكلية للتوافق الشخصي	بعدي	١٩٦,٦٠	٨,٢٨	١,٣٠	٤,٥٠	١,٥٨١	غير دالة
		تتبعي	١٩٥,٣٠	٧,١٦				

يتضح من الجدول (٢٠) أن قيمة "ت" للفروق بين القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية في أبعاد التوافق الشخصي والدرجة الكلية بلغت (٥,١٨٨)، (٤,٠٨٣)، (٦,٨٦٠)، (٣,٥٨٩)، (٤,٨٧١)، (١,٥٨١) على الترتيب، وجميعها قيم دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لصالح القياس التتبعي في مهارتي التوافق الجسدي والنفسي، ولصالح القياس البعدي في مهارات التوافق الأسري والاجتماعي والانسجامي، وقد كانت الفروق بين القياسين البعدي والتتبعي في الدرجة الكلية لمهارات التوافق الشخصي غير دالة إحصائية

، وهذا يعني قبول الفرض الصفري ورفض الفرض البديل أي أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في مهارات التوافق الشخصي لدى المعنفات في مدينة الرياض".

(٤) نتائج الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في تقدير الذات لدى المعنفات في مدينة الرياض".

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم الباحث اختبار "ت" لعينتين مترابطتين لدلالة الفروق بين القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية في تقدير الذات، كما يوضحه الجدول التالي:

جدول (٢١)

قيمة (ت) ودلالتها الإحصائية للفروق بين متوسط درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لتقدير الذات (ن=٣٠)

م	التوافق الشخصي	المجموعة	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الفروق	الانحراف المعياري للفروق	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
١	تقدير الذات الإيجابي	بعدي	٥٠,٤٠	٣,٩٩	٢,٦٣	٢,١٢	٦,٧٨٧	٠,٠١
	تتبعي	٤٧,٧٦	٣,١٢					
٢	تقدير الذات السلبي	بعدي	٢٦,٦٦	٣,٤٥	٤,١٠-	٢,٢٤	٩,٩٨٥	٠,٠١
	تتبعي	٣٠,٧٦	٣,٢٨					

يتضح من الجدول (٢١) أن قيمة "ت" للفروق بين القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية في تقدير الذات الإيجابي والسلبي بلغت (٦,٧٨٧)، (٩,٩٨٥) على الترتيب، وجميعها قيم دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لصالح القياس التتبعي، وهذا يعني رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل أي أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين

متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في مستوى تقدير الذات لدى المعنفات في مدينة الرياض لصالح القياس التتبعي".

ويمكن تفسير نتائج الفرض الثالث والفرض الرابع المتعلقة باستمرارية فعالية البرنامج التدريبي في تحسين مهارات التوافق الشخصي ورفع مستوى تقدير الذات في ضوء محتويات البرنامج ومكونات جلساته، التي كانت تعتمد على تنمية مهارات توافقية تلامس احتياجات المرأة المعنفة ذات طابع ممتد حيث كانت الجلسات تتم بشكل تفاعلي ويتم التحقق من اكتساب كل مهارة على حدة كما ان المهارات كانت مترابطة ويتم اعطاء مواقف تتكرر فيها المهارات المختلفة مما يؤدي الى رسوخها، ويرى الباحث ان طبيعة المواقف التي تلامس احتياجات المرأة المعنفة التي تعاني من انخفاض تقدير الذات وضعف التوافق الشخصي تزيد من فرصة الاستفادة من البرنامج و توجد دافع قوي لتطوير المهارات المكتسبة من خلال الممارسة والتفاعل المستمر.

توصيات ومقترحات البحث:

في ضوء ما توصلت اليه نتائج البحث يمكن تقديم التوصيات والمقترحات التالية:

- (١) الاستفادة من البرنامج التدريبي القائم على الذكاء الإنفعالي الذي أعده الباحث من قبل المرشدين في مراكز الإرشاد في تحسين مهارات التوافق الشخصي ورفع مستوى تقدير الذات للمعنفات.
- (٢) الاهتمام بالبرامج التدريبية لما لها من أثر واضح في معالجة هذا النوع من القضايا النفسية والإجتماعية التي تعاني منها هذه الشريحة من المجتمع لما

يحملة من ضرر نفسي، جسدي واجتماعي فضلاً عن تأثيره على استقرار الأسرة واستمرارها.

(٣) تصميم البرامج التدريبية لتنمية الذكاء الإنفعالي لدى الأزواج والزوجات للمساهمة في تهيئة بيئة أسرية سعيدة وحياة ناجحة متوافقة.

(٤) أن تعمل الجهات المسؤولة على مواجهة مشكلة العنف الأسري من خلال استراتيجية ثلاثية الأبعاد، تتمثل في: الوقاية من العنف الأسري، الحماية من العنف الأسري، تقديم الدعم النفسي والاجتماعي والمادي والمعنوي للمرأة المعنفة.

(٥) إقامة البرامج التدريبية وورش العمل بغرض التعريف بالذكاء الإنفعالي وجوانبه الإيجابية في تطوير مهارات الوعي بالذات وضبط الذات والدافعية والتعاطف والمهارات الإجتماعية ودورهم في تنمية مهارات التوافق الشخصي ورفع مستوى تقدير الذات.

البحوث المقترحة:

في ضوء نتائج الباحث الحالي، يقترح الباحث إجراء البحوث التالية:

(١) إجراء مزيد من البحوث على متغير الذكاء الإنفعالي على عينات أخرى لما لهذا المتغير من أثر فعال.

إجراء المزيد من الدراسات والبحوث التي تستهدف الكشف عن أثر (2) البرامج التدريبية القائمة على الذكاء الإنفعالي على جوانب أخرى من الجوانب النفسية والتي لم يتناولها هذا

البحث

المراجع:

- إبراهيم، عبد الستار (١٩٩٨). العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث أساليبه وميادين تطبيقه. القاهرة: الدار العربية للنشر والتوزيع.
- أبو جادو، صالح محمد (١٩٩٨). سيكولوجية التنشئة الاجتماعية. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة
- أبو حطب، فؤاد، وصادق آمال (٢٠٠٨). نمو الإنسان من مرحلة الجنين إلى مرحلة المسنين (ط٥). القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- أبو درويش، منى علي (٢٠١٩). الذكاء الإنفعالي وعلاقته بتقدير الذات والسعادة لدى طلبة الجامعة. مجلة جامعة الحسين بن طلال للبحوث، جامعة الحسين بن طلال، (٥) (٢)، ص ص ٣٢-٥٧.
- أبو سكران، عبد الله (٢٠٠٩): التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بمركز الضبط (الداخلي - الخارجي) للمعاقين حركياً في قطاع غزة، [رسالة ماجستير غير منشورة]، كلية التربية، الجامعة الإسلامية في غزة.
- أسماء بدري الإبراهيم (٢٠١٠). الصحة النفسية لدى النساء الأردنيات المعنفات، مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية)، مج (١٨)، ع (٢)، ص ص ٢٩٩-٣٢٩.
- إسماعلي، مديحة (٢٠١٥). تقدير الذات لدى المرأة ضحية العنف الزوجي - دراسة ميدانية لحالات قالمة. [رسالة ماجستير غير منشورة]، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة العربي بن مهيدي.
- الأشول، عادل عز الدين (٢٠٠٨). علم نفس النمو من الجنين حتى الشيخوخة. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- برافين، لورانس (٢٠١٠). علم الشخصية (ترجمة عبد الحليم محمود السيد، أيمن محمد عامر)، القاهرة، المركز القومي للترجمة
- بركات، آسيا (٢٠٠٨). التوافق النفسي لدى الفتاة الجامعية وعلاقته بالحالة الاجتماعية والمستوى الاقتصادي والمعدل التراكمي. مجلة المعرفة الشهرية، جامعة أم القرى.

برنامج الأمان الأسري الوطني (٢٠١٨). العنف الأسري وإيذاء الأطفال في المملكة العربية السعودية. الرياض.

بطشون، مازن عبد الله إلياس (٢٠١٨). فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نظرية العلاج العقلاني الإنفعالي السلوكي في تحسين مستوى التكيف الزوجي وتقدير الذات لدى عينة من المتزوجين في الأردن. [رسالة دكتوراه غير منشورة]، كلية الدراسات العليا، جامعة العلوم الإسلامية العالمية.

البلوي، خولة (٢٠٠٤). الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالتوافق النفسي والمهارات الاجتماعية لدى عينة من طالبات كلية التربية بمدينة تبوك. [رسالة ماجستير غير منشورة]، كلية التربية، جامعة الملك سعود، الرياض.

بو عصيدة، سارة بو (٢٠١٥). تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى الفتاة العانس: دراسة ميدانية بولاية ورقلة. [رسالة ماجستير غير منشورة]، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح.

توفيق، محمود توفيق (٢٠١١). أثر برنامج للتدريب على بعض أبعاد الذكاء الإنفعالي في سلوك حل المشكلات. [رسالة دكتوراه غير منشورة]، كلية التربية، جامعة الأزهر.

الجعيد، محمد ساعد (٢٠١١). الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعة تبوك في المملكة العربية السعودية. [رسالة ماجستير غير منشورة]، قسم علم النفس، جامعة مؤتة.

الحجري، سالمة راشد (٢٠١١). فاعلية برنامج إرشاد جمعي في تنمية تقدير الذات لدى المعاقين بصرياً في سلطنة عمان. [رسالة ماجستير غير منشورة]. كلية العلوم والآداب، جامعة نزوى.

حداد، جيهان عبد (٢٠١٩). الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالصحة النفسية. مجلة الآداب، كلية الآداب، جامعة بغداد، (١٢٨)، ص ص ٢٧٣-٣٠٦.

حسن، وليد رضوان (٢٠٠٦). التفسير النيروجيني لفاعلية التدريس على نموذج مقترح لمهارات الميادين الانفعالية لدى الأطفال المتخلفين عقلياً. [رسالة دكتوراه غير منشورة]، كلية التربية، جامعة المنوفية.

- الحسين، أسماء (٢٠٠٢). المدخل الميسر إلى الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط ٢. دار عالم الكتب، الرياض.
- حسين، طه عبد العظيم (٢٠٠٨). سيكولوجية العنف العائلي والمدرسي. القاهرة، دار الجامعة الجديد.
- حمري، صارة (٢٠١٩). القيمة التنبؤية بتقدير الذات من خلال الذكاء الإنفعالي ومستوى الطموح لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة العلوم الإنسانية، (٦) (٢)، ص ص ٥٢٠-٥٠٧.
- خطاطبة، يحيى مبارك (٢٠١٨). مهارات التعبير عن الذات وعلاقتها بأعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعنفات في مدينة الرياض. مدلة دراسات دولية في التربية وعلم النفس، ٣(١)، ١٦٦-١٩٧.
- الداهري، صالح حسن (٢٠٠٨). أساسيات التوافق النفسي والإضطرابات السلوكية والإنفعالية- الأسس والنظريات. عمان، دار صفاء للطباعة والنشر والتوزيع.
- داوود، عزيز حنا (٢٠٠٨). الصحة النفسية والتوافق. بغداد، دار الرشيد للنشر.
- الدريني، حسين عبد العزيز، وكامل، محمد علي (٢٠٠٦، ١٨-٢٠ أبريل). معايير جودة تصميم برامج التدخل السيكولوجي [بحث مقدم]. المؤتمر الدولي الثاني لقسم علم النفس كلية الآداب "سلوك الإنسان وتحديات العصر"، كلية الآداب، جامعة طنطا.
- دورون، رولان، وزابارو، فرانسوا (٢٠٠٨). موسوعة علم النفس. لبنان، عويدات للنشر والتوزيع.
- الديب، علي (١٩٨٨). أخبار التوافق الشخصي والإجتماعي للراشدين: دراسة استطلاعية. دراسات تربوية، ٣(١١)، ١١١-١٣٦.
- الديب، علي (١٩٨٨). اختبار التوافق الشخصي والإجتماعي للراشدين: دراسة استطلاعية، مجلة دراسات تربوية، ٣(١١)، ص ص ١١١-١٣٦.
- ذيب، عائدة (٢٠١٠). الانتماء وتقدير الذات في مرحلة الطفولة. عمان، دار الفكر.
- الرقب، إبراهيم سليمان (٢٠١٠). العنف الأسري وتأثيره على المرأة. عمان، دار يافا العلمية للنشر والتوزيع.

الرواشدة، علاء، ورجحي، أسماء (٢٠٠٩). التمييز ضد المرأة في القرارات الأسرية وتقدير الذات - دراسة ميدانية على عينة من الشباب الأردني، مجلة قسم العلوم التربوية والإجتماعية، كلية العجلون الجامعية، الأردن.
زهرا، حامد عبد السلام (١٩٩٧): الصحة النفسية والعلاج النفسي (ط٣)، القاهرة، عالم الكتب.

زهرا، حامد عبد السلام (٢٠٠١). علم النفس النمو. القاهرة، عالم الكتب.
زهرا، حامد عبد السلام (٢٠٠٥). التوجيه والإرشاد النفسي. القاهرة، عالم الكتب.
زهرا، حامد عبد السلام (٢٠٠٥). علم نفس النمو الطفولة والمراهقة (ط٦). القاهرة، عالم الكتب.

الزيادات، مريم عواد، وجبريل، موسى عبد الخالق (٢٠١٥). فعالية برنامج تدريبي للذكاء الإنفعالي في تحسين الرضا عن الحياة لدى مسيئي استخدام العقاقير. دراسات العلوم التربوية، (٤٢) (٢).

سعيد، سعاد جبر (٢٠٠٨). هندسة الذات وتقدير الذات. عمان، دار جرار لكتاب العالمي.

سفيان، نبيل (٢٠٠٤). المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي ط١. القاهرة، إيتراك للنشر والتوزيع.

سليمان، عبد الرحمن سيد (١٩٩٢). بناء مقياس تقدير الذات لدى عينة من أطفال المرحلة الابتدائية. مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد (٢٤).
الشاذلي، عبد الحميد (٢٠٠١). الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية. الإسكندرية، المكتبة الجامعية.

شاهين، محمد أحمد (٢٠١٤). الاغتراب النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة جامعتي القدس والقدس المفتوحة في فلسطين. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، (٢) (٧).

شقير، زينب (٢٠٠٣). مقياس التوافق النفسي لتحدي الإعاقة ط١، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.

صارة، حمري (٢٠١٩). الذكاء الإنفعالي وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة التنمية البشرية، العدد (١١).

صالح، يوسف محمد (٢٠١٨). طبيعة استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالذكاء الإنفعالي وتقدير الذات لدى طلبة جامعة البليدة: دراسة ميدانية. مجلة جامعة سرت العلمية، العلوم الإنسانية، جامعة سرت، (٨) (١)، ص ص ٧٥-١٠٧.

صالح، سعيده (٢٠١٣). تأثير سمات الشخصية والتوافق النفسي على التحصيل الأكاديمي للطلبة الجامعيين"، [رسالة دكتوراه غير منشورة]، جامعة الجزائر ٢، الجزائر. عبادة، مديحة أحمد، أبو دوح، خالد كاظم (٢٠٠٨). العنف ضد المرأة- دراسات ميدانية حول العنف الجسدي والعنف الجنسي (ط١)، القاهرة، دار الفجر للنشر والتوزيع.

عبد الرؤوف، رشيدة، وقطب، رمضان (١٩٩٨). آفاق معاصرة في الصحة النفسية للأبناء، القاهرة. دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع.

عبد اللطيف، مدحت (١٩٩٩). الصحة النفسية والتفوق الدراسي ط١. دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.

عبد الوهاب، ليلي (٢٠٠٠). العنف الأسري، الجريمة والعنف ضد المرأة. دمشق: دار العتيبي.

العتيبي، موقفه بنت قسم (٢٠١٨). مهارات التعبير عن الذات وعلاقتها بأعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعنفات في مدينة الرياض. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، (٣) (١) ص ص ١٦٦-١٩٧.

علوان، أحمد فلاح (٢٠١٦). فاعلية برنامج تدريبي في الذكاء الإنفعالي للحد من المشكلات السلوكية لدى عينة من طلبة الصف العاشر الأساسي. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، مج (١٤)، ع (٤)

العلون، بشير (٢٠١٥). مستوى الطلاقة النفسية وعلاقتها بمستوى تقدير الذات المهارة للاعبي الكرة الطائرة لأندية دول المشرق العربي. مجلة جامعة القدس المفتوحة، (١٢)٣.

علي، إيمان عبد الله (٢٠١٤). برنامج تدريبي لمهارات الذكاء الإنفعالي وأثره في تنمية الكفاءة الأكاديمية وتقدير الذات لتلاميذ المرحلة الأساسية المتأخرين دراسيا في الجمهورية اليمنية [رسالة دكتوراه غير منشورة]، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.

عليان، عنيات محمد (٢٠١٦). الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالقدرة على حل المشكلة لدى عينات من المراهقين، [رسالة ماجستير غير منشورة]، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.

العمرية، صلاح الدين (٢٠٠٥). مفهوم الذات ط ١، عمان، مكتبة المجتمع العربي لنشر. العواودة، أمل سالم (٢٠٠٢). العنف ضد الزوجة في المجتمع الأردني [رسالة ماجستير غير منشورة]، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

عوض، عباس محمود (١٩٩٩). المدخل إلى علم نفس النمو الطفولة - المراهقة - الشيخوخة. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

عيسى، إبراهيم محمد (٢٠٠٦). قياس أبعاد مفهوم الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، ٤(٢).

فاروق، عثمان، ومحمد، رزق (٢٠٠١). الذكاء الإنفعالي، مفهومه، وقياسه. مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، (٥٢)، ص ص. ٣٢-٥٠.

فروجة، بلحاج (٢٠١١). التوافق النفسي الإجتماعي وعلاقته بالدافعية لدى المراهق في التعليم الثانوي- دراسة ميدانية [رسالة ماجستير غير منشورة]، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، الجامعة الجزائرية الديمقراطية الشعبية.

القرطي، عبد المطلب (٢٠٠٣). في الصحة النفسية ط ٢، القاهرة، دار الفكر العربي. القرطي، عبد المطلب (٢٠٠٥). سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة وتربيتهم. القاهرة، دار الفكر العربي.

كامل، عبد الوهاب (١٩٩٩). المكونات العاملة لتقدير الذات - بحوث في علم النفس، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.

كامل، وحيد مصطفى (٢٠١٣). الذكاء الوجداني وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة الجامعة. دراسات نفسية، مجلة كلية التربية النوعية بينها، ٣ (٧).

الكحلوت، أماني (٢٠١١). دراسة مقارنة للتوافق النفسي الإجتماعي لدى أبناء العاملات وغير العاملات في المؤسسات الخاصة في مدينة غزة [رسالة ماجستير غير منشورة]، كلية التربية، الجامعة الإسلامية.

كلوب، سعاد سعيد (٢٠١٨). الذكاء العاطفي وعلاقته بالتفاعل الايجابي في الحياة الجامعية لدى طلبة كلية فلسطين التقنية [بحث مقدم] مؤتمر الاستدامة والبيئة الابداعية في قطاع التعليم التقني كلية فلسطين التقنية.

اللحيان، سليمان بن محمد صالح (٢٠١٧). الذكاء الروحي ووجهة الضبط وعلاقتهما بتقدير الذات لدى المدمنين: دراسة وفق المنهج التكاملي. [رسالة دكتوراه غير منشورة]، كلية التربية، جامعة الملك خالد.

محمد، رانيا محمد (٢٠١٥). فاعلية برنامج تدريبي في تنمية الابتكارية الوجدانية. [رسالة دكتوراه غير منشورة]، كلية التربية، جامعة بنها.

محمد، عادل عبد الله (٢٠٠٠). العلاج المعرفي السلوكي أسس وتطبيقات. القاهرة: دار الرشد للنشر.

محمد، نجلاء حنفي (٢٠١٧). العنف الأسري وعلاقته بالذكاء الوجداني: دراسة ارتباطية مقارنة على عينة من طالبات الجامعة، الهيئة المصرية العامة للكتاب، (٣٠) (١١٥)، ص ص ١٥٩-١٦٤.

مخيمر، هشام محمد (٢٠٠٧). الذكاء الإنفعالي وفاعلية الذات والتوافق الزوجي لدى عينة من المتزوجين. دراسات تربوية واجتماعية، جامعة حلوان، (١٣) (٣)، ص ص ٥١-١١٦.

مراد، صلاح أحمد (٢٠٠٠). الأساليب الإحصائية في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

مركز الملك عبد العزيز للحوار الوطني (٢٠١٨). ملخص نتائج استطلاع آراء المجتمع حول العنف ضد المرأة وبرامج التمكين الخاصة بها، برنامج الأمان الأسري الوطني،

<https://kacnd.org/News/NewsDetails/21499>

المصدر، عبد العظيم سليمان (٢٠٠٨). الذكاء الإنفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات الإنفعالية لدى طلبة الجامعة. مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية)، ١٦(١)، ص ص. ٥٨٧-٦٣٢.

مصطفى، ليلي رشدي (٢٠١٣). فاعلية برنامج لتنمية بعض مهارات الذكاء الوجداني للمعلمة وأثره على نمو قدرات الذكاء الوجداني لطفل الروضة. [رسالة ماجستير غير منشورة]، كلية الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.

مصطفى، يامن (٢٠١٠). العنف الأسري وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهقين، دراسة ميدانية على طلاب المرحلة الثانوية في مدارس مدينة دمشق. [رسالة ماجستير غير منشورة]، كلية التربية، جامعة دمشق.

المعصوبي، ماريّا حسن (٢٠٥). فاعلية برنامج إرشادي معرفي مقترح في تنمية المهارات المعرفية لدى النساء المطلقات. [رسالة ماجستير غير منشورة]، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.

منصور، رشدي فام (١٩٩٧). حجم التأثير الوجه المكمل للدلالة الإحصائية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٧٠(١٦)، ٥٧ - ٧٥.

هريدي، عادل محمد (٢٠٠٣). الفروق الفردية في الذكاء الوجداني في ضوء المتغيرات الحيوية/ الاجتماعية. دراسات عربية في علم النفس، (٢) (٢)، ص ص ٥٧-١٠٨.

- mSTfŶ ‘yAmn (2010). Alçnf AlÂsry wçlAqth bAltWafq Alnfsy IdŶ AlmrAhqyn ‘drAsĥ mydAnyĥ çlŶ TlAb AlmrHlĥ AlθAnwyĥ fy mdArs mdynĥ dmŝq. [rsAlĥ mAjstyr çyr mnŝwrĥ] ‘klyĥ Altrbyĥ ‘jAmçĥ dmŝq.
- AlmçSwAby ‘mAryA Hsn (205). fAçlyĥ brnAmj ĀrŝAgy mçrfy mçtrH fy tmnyĥ AlmĥArAt Almçrfyĥ IdŶ AlnsA' AlmTlqAt. [rsAlĥ mAjstyr çyr mnŝwrĥ] ‘klyĥ Altrbyĥ ‘AljAmçĥ AlĀslAmyĥ ‘çzh.
- mnSwr ‘rŝdŶ fAm (1997). Hjm AltÂθyr Alwjĥ Almkml lldlAlĥ AlĀHSAŶyĥ. Almjlĥ AlmSryĥ lldrAsAt Alnfsyĥ70 ‘(16)57 ‘ – 75.
- hrydy ‘çAdl mHmd (2003). Alfrwq Alfrdyĥ fy AlðkA' AlwjdAny fy Dw' AlmtçyrAt AlHywyĥ/ AlĀjtmAçyĥ. drAsAt çrbyĥ fy çlm Alnfs ‘(2) (2) ‘S S 57-

- AlqryTy 'çbd AlmTlb (2003). fy AlSHh Alnfsyñ T2 'AlqAhrñ 'dAr Alfkr Alçrby.
- AlqryTy 'çbd AlmTlb (2005). sykwlwjyñ ðwwy AlAHtyAjAt AlxASñ wtrbythm. AlqAhrñ 'dAr Alfkr Alçrby.
- kAml 'çbd AlwhAb (1999). AlmkwnAt AlçAmlyñ Itqdyr AlðAt- bHwθ fy çlm Alnfs 'AlqAhrñ 'mktbñ AlnhDñ AlmSryñ.
- kAml 'wHyd mSTfÿ (2013). Alðka' AlwjdAny wçlAqth bÂHdAθ AlHyAñ AlDAyTñ Idÿ Tlbñ AljAmçñ. drAsAt nfsyñ 'mjñ klyñ Altrbyñ Alnwcyñ bbnhA 3 '(7).
- AlkHlwt 'ÂmAny (2011). drAsñ mqArñ lltwAfq Alnfsy AlĀjtmAcy Idÿ ÂbnA' AlçAmlAt wpyr AlçAmlAt fy AlmŵssAt AlxASñ fy mdynñ yzñ [rsAlñ mAjstyr pyr mnšwrñ] 'klyñ Altrbyñ 'AljAmçñ AlĀslAmyñ.
- klwb 'sçAd scyd (2018). Alðka' AlçATfy wçlAqth bAltFAçl AlAyjAby fy AlHyAñ AljAmçyñ Idÿ Tlbñ klyñ flsTyn Altqnyñ [bHθ mqdm] mŵtmr AlAstdAmñ wAlbyÿñ AlAbdAcyñ fy qTAç Altçlym Altqny klyñ flsTyn Altqnyñ.
- AllHydAn 'slymAn bn mHmd SAIH (2017). Alðka' AlrwHy wvñhñ AlDbT wçlAqthmA btqdyr AlðAt Idÿ Almdmyn: drAsñ wfq Almnñj AltkAmly. [rsAlñ dktwrAh pyr mnšwrñ] 'klyñ Altrbyñ 'jAmçñ Almlk xAld.
- mHmd 'rAnyA mHmd (2015). fAçlyñ brnAmj tdyby fy tñmyñ AlAbtkAryñ AlwjdAnyñ. [rsAlñ dktwrAh pyr mnšwrñ] 'klyñ Altrbyñ 'jAmçñ bnhA.
- mHmd 'çAdl çbd Allh (2000). AlçlAj Almçrfy Alslwky Âss wtTbyqAt. AlqAhrñ: dAr AlršAd llnšr.
- mHmd 'njla' Hnfy (2017). Alçnf AlĀsry wçlAqth bAlðka' AlwjdAny: drAsñ ArtbATyñ mqArñ çlÿ cynñ mn TAlbAt AljAmçñ 'Alhyÿñ AlmSryñ AlçAmñ llktAb '(30) (115) 'S S 159-164.
- mxymr 'hšAm mHmd (2007). Alðka' AlĀnfçAly wfAçlyñ AlðAt wAltWafq Alzwjy Idÿ cynñ mn Almtzwjyn. drAsAt trbwyñ wAjtmAcyñ 'jAmçñ HlwAn '(13) (3) 'S S 51-116.
- mrAd 'sIAH ÂHmd (2000). AlĀsAlyb AlĀHSAÿyñ fy Alçlwm Alnfsyñ wAltrbwyñ wAlĀjtmAcyñ. AlqAhrñ: mktbñ AlAnjlw AlmSryñ.
- mrkz Almlk çbd Alçyz lHwAr AlwTny (2018). mlxS ntAÿj AstTlAç ÂrA' Almjtmç Hwl Alçnf Dd AlmrÂñ wbrAmj Altmkyn AlxASñ bhA 'brnAmj AlĀmAn AlĀsry AlwTny 'https://kacnd.org/News/NewsDetails/21499
- AlmSdr 'çbd Alçðym slymAn (2008). Alðka' AlĀnfçAly wçlAqth bbçD AlmtpyrAt AlĀnfçAlyñ Idÿ Tlbñ AljAmçñ. mjñ AljAmçñ AlĀslAmyñ (slsñ AldrAsAt AlĀnsAnyñ)16 '(1) 'S S. 587-632.
- mSTfÿ 'lylÿ ršdy (2013). fAçlyñ brnAmj ltnmyñ bçD mhArAt Alðka' AlwjdAny llmçlmñ wÂθrh çlÿ nmw qdrAt Alðka' AlwjdAny ITfl AlrwDñ. [rsAlñ mAjstyr pyr mnšwrñ] 'klyñ AldrAsAt Altrbwyñ 'jAmçñ AlqAhrñ.

- çbAdh 'mdyHh ÂHmd 'Âbw dwH 'xAlD kAĎm (2008). Alçnf Dd AlmrÂh-drAsAt mydAnyh Hwl Alçnf Aljsdy wAlçnf Aljnsy (T1) 'AlqAhrh 'dAr Alfjr llnsr wAltwyç.
- çbd Alrwwf 'rşydh 'wqTb 'rmDAn (1998). ĀfAq mçASrh fy AlSHh Alnfsyh llĀbnA' 'AlqAhrh. dAr Alktb Alçlmyh llnsr wAltwyç.
- çbd AllTyf 'mdHt (1999). AlSHh Alnfsyh wAltfwq AldrAsy T1. dAr Almçrfh AljAmçyh 'AlAskndryh.
- çbd AlwhAb 'lylŶ (2000). Alçnf AlĀsry 'Aljrymh wAlçnf Dd AlmrÂh. dmşq: dAr Alçtyby.
- Alçtyby 'mwqfh bnt qsm (2018). mhArAt Altçbyr çn AlðAt wçlAqthA bĀçrAD AlADTrAbAt AlsykswmAtyh ldŶ AlmçnfAt fy mdyh AlryAD. Almjlh Aldwlyh lldrAsAt Altrbyh wAlnfsyh '(3) (1) S S 166-197.
- çlwAn 'ÂHmd flAH (2016). fAçlyh brnAmj tdryby fy AlðkA' AlĀnfçAly lIHd mn AlmşklĀt Alslwkyh ldŶ çynh mn Tlbh AlSf AlçAşr AlĀsAsy. mjlh ĀtHAD AljAmçAt Alçrbyh lltrbyh wçlm Alnfs 'mj (14) 'ç (4)
- Alçlwn 'bşyr (2015). mstwŶ AlTlAqh Alnfsyh wçlAqthA bmstwŶ tqdyr AlðAt AlmhAryh llAçby Alkrh AlTAŶrh lĀndyh dwl Almşrq Alçrby. mjlh jAmçh Alqds AlmftwHh3 '(12).
- çly 'ĀymAn çbd Allh (2014). brnAmj tdrybŶ lmhArAt AlðkA' AlĀnfçAly wĀðrh fŶ tmyh AlkFA'h AlĀkAdymyh wtqdyr AlðAt ltlAmyð AlmrHlh AlĀsAsyh AlmtĀxryn drAsyA fŶ Aljmhwryh Alymnyh [rsAlh dktwrAh çyr mnşwrh] 'mçhd AldrAsAt Altrbyh 'jAmçh AlqAhrh.
- çlyAn 'çnyAt mHmd (2016). AlðkA' AlĀnfçAly wçlAqth bAlqdrh çlŶ Hl Almşklh ldŶ çnyAt mn AlmrAhqyn '[rsAlh mAjstyr çyr mnşwrh] 'klyh Altrbyh 'AljAmçh AlĀslAmyh byžh.
- Alçmryh 'SlAH Aldyn (2005). mfhwm AlðAt T1 'çmAn 'mktbh Almjtmc Alçrby llnsr.
- AlçwAwdh 'Āml sAlm (2002). Alçnf Dd Alzwjh fy Almjtmc AlĀrdny [rsAlh mAjstyr çyr mnşwrh] 'AljAmçh AlĀrdnyh 'çmAn 'AlĀrdn.
- çwD 'çbAs mHmwd (1999). Almdxl ĀlŶ çlm nfs Alnmw AlTfwlh – AlmrAhqh - Alşyxwxh. AlĀskndryh: dAr Almçrfh AljAmçyh.
- çysŶ 'ĀbrAhym mHmd (2006). qyAs ĀbçAd mfhwm AlðAt wçlAqth bAlHSyl AldrAsy. mjlh AtHAD AljAmçAt Alçrbyh lltrbyh wçlm Alnfs4 '(2).
- fArwq 'çðmAn 'wmHmd 'rzq (2001). AlðkA' AlĀnfçAly 'mfhwmh 'wqyAsh. mjlh çlm Alnfs 'AlhyŶh AlmSryh AlçAmh llktAb '(52) 'S S. 32-50.
- frwjh 'blHAj (2011). AltwAfq Alnfsy AlĀjtmAçy wçlAqth bAlDAfçyh ldŶ AlmrAhq fy Altçlym AlðAnwy- drAsh mydAnyh [rsAlh mAjstyr çyr mnşwrh] 'klyh AlĀdAb wAlçlwm AlĀnsAnyh 'AljAmçh AljzAŶryh AldymqrATyh Alşçyh.

- ðyb 'çAyðh (2010). AlAntmA' wtqdyr AlðAt fy mrHlĥ AlTfwlĥ. çmAn 'dAr Alfkr.
- Alrqb 'ÄbrAhym slymAn (2010). Alçnf AlÂsry wtÂÏyryh çlÿ AlmrÂĥ. çmAn 'dAr yAfA Alçlmyĥ llnsr wAltwzyc.
- AlrwAðĥ 'çlA' 'wrbHy 'ÂsmA' (2009). Altmyyz Dd AlmrÂĥ fy AlqrArAt AlÂsryĥ wtqdyr AlðAt- drAsĥ mydAnyĥ çlÿ çynĥ mn AlšbAb AlÂrdny 'mjłĥ qsm Alçlwm Altrbwyĥ wAlĀjtmAçyĥ 'klyĥ Alçlwn AljAmçyĥ 'AlÂrdn.
- zhrAn 'HAmð çbd AlslAm (1997): AlSHĥ Alnfsyĥ wAlçlAj Alnfsy (T3) 'AlqAhrĥ 'çAlm Alktb.
- zhrAn 'HAmð çbd AlslAm (2001). çlm Alnfs Alnmw. AlqAhrĥ 'çAlm Alktb.
- zhrAn 'HAmð çbd AlslAm (2005). Altwjyh wAlĀršAd Alnfsy. AlqAhrĥ 'çAlm Alktb.
- zhrAn 'HAmð çbd AlslAm (2005). çlm nfs Alnmw AlTfwlĥ wAlmrAhqĥ (T6). AlqAhrĥ 'çAlm Alktb.
- AlzyAdAt 'mrym çwAd 'wjbryl 'mwsÿ çbd AlxAlq (2015). fçAlyĥ brnAmj tdryby llðkA' AlĀnfçAly fy tHsyn AlrDA çn AlHyAh ldy msyÿÿ AstxdAm AlçqAqyr. drAsAt Alçlwm Altrbwyĥ '(42) (2).
- sçyd 'sçAd jbr (2008). hndš AlðAt wtqdyr AlðAt. çmAn 'dAr jrAr lktAb AlçAlmy.
- sfyAn 'nbyl (2004). AlmxtSr fy AlšxSyĥ wAlĀršAd Alnfsy T1. AlqAhrĥ 'ÄytrAk llnsr wAltwzyc.
- slymAn 'çbd AlrHmn syd (1992). bnA' mqyAs tqdyr AlðAt ldy çynĥ mn ÂTfAl AlmrHlĥ AlAbtdAÿyĥ. mjłĥ çlm Alnfs 'Alhyÿĥ AlmSryĥ AlçAmĥ llktAb 'Alçdd (24).
- AlšAðly 'çbd AlHmyd (2001). AlSHĥ Alnfsyĥ wsykwłwjyh AlšxSyĥ. AlĀskndryĥ 'Almktbĥ AljAmçyĥ.
- šAhyn 'mHmd ÂHmd (2014). AlAÿtrAb Alnfsy wçlAqth btqdyr AlðAt ldy Tlĥ jAmçty Alqds wAlqds AlmftwHĥ fy flsTyn. mjłĥ jAmçĥ Alqds AlmftwHĥ llĀbHAð wAldrAsAt Altrbwyĥ wAlnfsyĥ '(2) (7).
- šqyr 'zynb (2003). mqyAs AltwAfq Alnfsy lmtHdy AlĀçAqĥ T1 'mktbĥ AlnhDĥ AlmSryĥ 'AlqAhrĥ.
- SARĥ 'Hmry (2019). AlðkA' AlĀnfçAly wçlAqth bmstwÿ AlTmwH ldy çynĥ mn Tlĥ AljAmçĥ. mjłĥ Altnmyĥ Albšryĥ 'Alçdd (11).
- SAIH 'ywsf mHmd (2018). Tbyçĥ AstrAtyjyAt mwAjĥĥ AlDçwT Alnfsyĥ wçlAqthA bAlðkA' AlĀnfçAly wtqdyr AlðAt ldy Tlĥ jAmçĥ Alblyðĥ: drAsĥ mydAnyĥ. mjłĥ jAmçĥ srt Alçlmyĥ 'Alçlwm AlĀnsAnyĥ 'jAmçĥ srt '(8) (1) 'S S 75-107.
- S-AlHy 's-çyðĥ (2013). t-ÂÏyry s-mAt AlšxS-yĥ wAltwAf-q Alnfs-y çl-ÿ AltHS-yl AlĀk-Adymy lTlĥ AljAmçyyn" '[rsAlĥ dktwrAh ÿyr mnšwrĥ] 'jAmçĥ AljzAÿr 2 'AljzAÿr.

- twfyq 'mHmwd twfyq (2011). Âθr brnAmj lltdryb çlÿ bçD ÂbçAd AlðkA' AlĀnfçAly fy slwk Hl AlmşklAt. [rsAlh dktwrAh ÷yr mnşwrh] 'klyh Altrbyh 'jAmçh AlĀzhr.
- Aljcyd 'mHmd sAçd (2011). AlðkA' AlĀnfçAly wçlAqth bAltkyf Alnfsy wAlĀjtmAçy ldÿ Tlbn jAmçh tbwk fy AlmmlkH Alçrbyh Alsçwdyh. [rsAlh mAjstyr ÷yr mnşwrh] 'qsm çlm Alnfs 'jAmh mÿwth.
- AlHjry 'sAlmh rAşd (2011). façlyh brnAmj ĀrşAd jmçy fy tmmyh tqdyr AlðAt ldÿ AlmçAqyn bSryA' fy slTnh çmAn. [rsAlh mAjstyr ÷yr mnşwrh]. klyh Alçlwm wAlĀdAb 'jAmçh nzwÿ.
- HdAd 'jyhAn çbd (2019). AlðkA' AlĀnfçAly wçlAqth bAlSHh Alnfsyh. mjlh AlĀdAb 'klyh AlĀdAb 'jAmçh bydAd '(128) 'S S 273-306.
- Hsn 'wlyd rDwAn (2006). Altfsyr Alnyrwjyny lfaçlyh Altdrys çlÿ nmwðj mqrH lmhArAt AlmytA AnfçAlyh ldÿ AlĀTfAl Almtxfyn çqly' A. [rsAlh dktwrAh ÷yr mnşwrh] 'klyh Altrbyh 'jAmçh Almnnwfyh.
- AlHsyn 'ĀsmA' (2002). Almdxl Almysr Ālÿ AlS-Hh Alnfs-yh wAlç-lAj Alnfs-y 'T2. dAr ç-Alm Alktb 'AlryAD.
- Hsyn 'Th çbd AlçĎym (2008). sykwlwyyh Alçnf AlçAÿly wAlmdrsy. AlqAhrh 'dAr AljAmçh Aljdyd.
- Hmry 'SArh (2019). Alqymh Altnbÿwyh btqdyr AlðAt mn xAlAl AlðkA' AlĀnfçAly wmstwÿ AlTmwH ldÿ çynh mn Tlbn AljAmçh. mjlh Alçlwm AlĀnsAnyh '(6) (2) 'S S 507-520.
- xTATbh 'yHyÿ mbArk (2018). mhArAt Altçbyr çn AlðAt wçlAqthA bĀçrAD AlASDrAbAt AlsykkswmAtyh ldÿ AlmçnfAt fy mdynh AlryAD. mdlh drAsAt dwlyh fy Altrbyhwçlm Alnfs3 '(1)197-166 '.
- AldAhry 'SAIH Hsn (2008). ĀsAsyAt AltwAfq Alnfsy wAlĀDTrAbAt Alslwkyh wAlĀnfçAlyh- AlĀss wAlnĎryAt. çmAn 'dAr SfA' lITbAçh wAlnşr wAltwyç.
- dAwwd 'çyz HnA (2008). AlSHh Alnfsyh wAltwaFq. bydAd 'dAr Alrşyd llnşr.
- Aldryny 'Hsyn çbd Alçyz 'wkAml 'mHmd çly (200620-18 ' Ābryl). mçAyyr jwdh tSmym brAmj Altdxl Alsykkwlwyy [bHθ mqdm]. Almÿtmr Aldwly AlθAny lqsm çlm Alnfs klyh AlĀdAb "slwk AlĀnsAn wtHdyAt AlçSr" 'klyh AlĀdAb 'jAmçh TnTA.
- dwrwn 'rwlan 'wzAbArw 'frAnswA (2008). mswçh çlm Alnfs. lbnAn 'çwydAt llnşr wAltwyç.
- Aldyb 'çly (1988). ĀxbAr AltwAfq AlşxSy wAlĀjtmAçy llrAşdyn: drAsh AstTlAçyh. drAsAt trbwyh3 '(11)136-111 '.
- Aldyb 'çly (1988). AxtbAr AltwAfq AlşxSy wAlĀjtmAçy llrAşdyn: drAsh AstTlAçyh 'mjlh drAsAt trbwyh3 '(11) 'S S 111-136.

AlmrAjç:

- ÄbrAhym çbd AlstAr (1998). AlçlAj Alnfsy Alslwky Almçrfy AlHdyθ ÄsAlybh wmyAdyn tTbyqh. AlqAhrh: AldAr Alçrbyh llnšr wAltwzyc
- Äbw jAdw çSAIH mHmd (1998). sykwlwjyñ Altnšÿñ AlÄjtmAcyñ. çmAn: dAr Almsyrñ llnšr wAltwzyc wAlTbAç
- Äbw HTb çfwAd çwSAdq ÄmAAl (2008). nmw AlÄnsAn mn mrHlñ Aljnyñ Älÿ mrHlñ Almsyn (T5). AlqAhrh: mktbh AlÄnjlw AlmSryñ.
- Äbw drwyš çmnÿ çly (2019). AlðkA' AlÄnfçAly wçlAqth btqdyr AlðAt wAlscAdñ ldÿ Tlbn AljAmçñ. mjlnñ jAmçñ AlHsyn bn TlAl llbHwθ çjAmçñ AlHsyn bn TlAl ç(5) (2) çS S 32-57.
- Äbw skrAn çbd Allh (2009): AltwAfq Alnfsy wAlÄjtmAcy wçlAqth bmrkz AlDbT (AldAxly- AlxArjy) llmçAqyn HrkyA^ç fy qTAç yzñ ç[rsAlñ mAjstyr pyr mnšwrñ] çklyñ Altrbyñ çAljAmçñ AlÄslAmyñ fy yzñ.
- ÄsmA' bdry AlÄbrAhym (2010). AlSHñ Alnfsyñ ldÿ AlnsA' AlÄrdnyAt AlmçnfAt çmjlnñ AljAmçñ AlÄslAmyñ (slnlñ AldrAsAt AlÄnsAnyñ) çmj (18) çç (2) çS S, 299-329.
- ÄsmAçly çmdyHñ (2015). tqdyr AlðAt ldÿ AlmrÄñ DHyñ Alçnf Alzwjy- drAsh mydAnyñ lHAlAt qAlmñ. [rsAlñ mAjstyr pyr mnšwrñ] çklyñ Alçlwm AlÄnsAnyñ wAlÄjtmAcyñ çjAmçñ Alçrby bn mhydy.
- AlÄšwl ççAdl cz Aldyn (2008). çlm nfs Alnmw mn Aljnyñ Htÿ Alšyxwxñ. AlqAhrh: mktbh AlÄnjlw AlmSryñ.
- brAfyn çlwrAns (2010). çlm AlšxSyñ (trjmh çbd AlHlym mHmwd Alsyd çÄymn mHmd çAmrç) AlqAhrh çAlmrkz Alqwmly lltrjmh
- brkAt çÄsyA (2008). AltwAfq Alnfsy ldÿ AlftAñ AljAmçyñ wçlAqth bAlHAlñ AlÄjtmAcyñ wAlmstwÿ AlAqtSAdy wAlmçdl AltrAkmy. mjlnñ Almçrñ Alšhryñ çjAmçñ Äm Alqrÿ.
- brnAmj AlÄmAn AlÄsry AlwTny (2018). Alçnf AlÄsry wÄyðA' AlÄTfAl fy Almlkñ Alçrbyñ Alscwdyñ. AlryAD.
- bTšwn çmAzñ çbd Allh ÄlyAs (2018). fAçlyñ brnAmj ÄršAdy ystnd Älÿ nðryñ AlçlAj AlçqlAny AlÄnfçAly Alslwky fy tHsyn mstwÿ Altkyf AlzWAjy wtqdyr AlðAt ldÿ çynñ mn Almtzwjyn fy AlÄrdn. [rsAlñ dktwrAh pyr mnšwrñ] çklyñ AldrAsAt AlçlyA çjAmçñ Alçlwm AlÄslAmyñ AlçAlmyñ.
- Alblwy çxwlñ (2004). Al-ðkA' AlÄnfçAly wçlAqt-h b-AltwAfq Alnfsy wAlmhArAt AlÄjtmAcyñ ldÿ çyn-ñ m-n TAlb-At kly-ñ Altrby-ñ bmdyn-ñ tb-wk. [rs-Alñ mAjs-tyr pyr mnš-wrñ] çkly-ñ Altrbyñ çjAmçñ Almlk çwd ç AlryAD.
- bw çSydñ çArñ bw (2015). tqdyr AlðAt wçlAqth bqlq Almstqbl ldÿ AlftAñ AlçAns: drAsh mydAnyñ bwlAyñ wrqlñ. [rsAlñ mAjstyr pyr mnšwrñ] çklyñ Alçlwm AlÄnsAnyñ wAlÄjtmAcyñ çjAmçñ qASdy mrbAH.