جامعة المنصورة
كليـة التربية

# أساليب مواجهة الضغوط المهنية وعلاقتها بالذكاء الوجداني لدى معلمي التعليم الثانوي العام والفني

إعـداد

**نورهان عاطف السيد علي المرسي**
معيدة بقسم الصحة النفسية بكلية التربية جامعة المنصورة

إشراف

**أ.د/ فؤاد حامد الموافي الشورى**
أستاذ الصحة النفسية والتربية الخاصة
كلية التربية- جامعة المنصورة

**أ.د/ محمود مندوه محمد سالم**
أستاذ الصحة النفسية والتربية الخاصة
كلية التربية- جامعة المنصورة

مجلة كلية التربية – جامعة المنصورة
العدد ١٢٦ – إبريل ٢٠٢٤

# أساليب مواجهة الضغوط المهنية وعلاقتها بالذكاء الوجداني لدى معلمي التعليم الثانوي العام والفني

نورهان عاطف السيد علي المرسي

**مستخلص**

*هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط المهنية والذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية بشقيه العام والفني، وتكونت عينة الدراسة من (١٣٢) معلماً ومعلمة، منهم (٧٠) معلم ثانوي عام و(٦٢) معلم ثانوي فني، طبقت عليهم أدوات الدراسة المتمثلة في: مقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية لدى معلمي المرحلة الثانوية (إعداد الباحثة)، ومقياس الذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية (إعداد الباحثة)، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة موجبة بين الأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط المهنية والذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية، ووجود علاقة سالبة بين الأساليب السلبية لمواجهة الضغوط المهنية والذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية، كما توصلت إلى وجود فروق بين معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي الثانوي الفني في أسلوبي التركيز على حل المشكلة والمواجهة وتحمل المسئولية من أساليب المواجهة الإيجابية لصالح معلمي التعليم الثانوي الفني، وفي أسلوب السلوك الانسحابي والدرجة الكلية للأساليب السلبية في اتجاه معلمي التعليم الثانوي العام، بينما لم تكشف الدراسة عن فروق بين معلمي التعليم الثانوي العام والفني في مستوى الذكاء الوجداني، كما توصلت الدراسة إلى إمكانية التنبؤ بأساليب مواجهة الضغوط المهنية من الذكاء الوجداني.*

***الكلمات المفتاحية:*** *أساليب مواجهة الضغوط- الذكاء الانفعالي- معلم المرحلة الثانوية.*

**Abstract:**

This study aimed at identifying the relationship between occupational stress coping styles and emotional intelligence of secondary school teachers in both general and technical education streams. The sample of study were (132) male and female teachers (70 general secondary school teachers and 62 technical secondary school teachers). The study tools were applied including: Occupational Stress Coping Styles scale for secondary school teachers (prepared by researcher), and Emotional Intelligence scale for secondary school teachers (prepared by researcher).

The results of study showed that there was a positive statistically significant relationship between positive coping styles for occupational stress and emotional intelligence of secondary school teachers, and there was a negative statistically significant relationship between negative coping styles for occupational stress and emotional intelligence of secondary school teachers, and there were differences between general secondary school teachers and technical secondary school teachers in two positive coping styles: problem-solving focus and confrontation and acceptance of responsibility. These differences were in favor of technical secondary school teachers. There were statistically significant differences between general secondary school teachers and technical secondary school teachers in one negative coping styles: withdrawal behavior. These differences were in

favor of general secondary school teachers. Whilst, there were no statistically significant differences between general secondary school teachers and technical secondary school teachers in overall emotional Intelligence.Finally, findings of the study affirmed the possibility of predicting occupational stress coping styles based on the emotional Intelligence.
**Keywords**: stress coping styles, Emotional Intelligence, secondary school teacher.

**مقدمة**:

تُمثل الضغوط في العصر الحديث ظاهرة جديرة بالاهتمام لما لها من تأثيرات واضحة على حياة الفرد والمجتمع، حيث يتعرض الإنسان في حياته إلى العديد من الضغوط، التي تؤثر على سلامته النفسية والجسمية والعقلية، وعلى طريقة أدائه للمهام الموكلة إليه، وكذلك في تعاملاته مع المحيطين به، ومن بين تلك الضغوط هي الضغوط المهنية التي يتعرض لها الفرد في بيئة العمل، حيث لا توجد مهنة خالية من الضغوط ولكن تختلف حدة هذه الضغوط من مهنة إلى أخرى، وتختلف أساليب مواجهتها من شخص لآخر.

وتصنف مهنة التدريس ضمن المهن الضاغطة، فقد أشارت الكثير من الدراسات إلى أن المعلمين يتعرضون أكثر من غيرهم للضغوط النفسية، بسبب ما تتسم به هذه المهنة من غموض الدور، وكثرة المطالب المتعارضة، واستمرارية التعرض للمواقف الضاغطة (عويد سلطان المشعان، ٢٠٠٠، ٦٧)، وفي الوقت نفسه يختلف كل فرد عن الآخر في الأسلوب الذي يستخدمه في مواجهة الضغوط، ويمثل الذكاء الوجداني أحد جوانب المواجهة، لما للعواطف من أهمية كبرى في توجيه السلوك ومواجهة ضغوط المهنة وأعبائها، وعدم الاقتصار على الذكاء التقليدي فقط (محمد السيد عبد الرحمن وسامي أحمد رداد الغامدي، ٢٠٢٠، ٦).

فقد توصلت دراسة الزهرة سلام والهادية سراية (٢٠١٦) أن المعلمين الذين يتمتعون بالذكاء الوجداني يتميزون بالمرونة الكافية لأن يضعون الصعاب جانباً، كما أن قدرتهم على التعاطف مع الآخرين تمكنهم من فهم فلسفة المؤسسة التي يعملون بها، ويطوعون مشاعرهم الشخصية لخدمة أهداف تلك المؤسسة، فقد وضح (Tripathy, 2018, 2) أن الذكاء الوجداني يلعب دوراً هاماً في تحسين الأداء الوظيفي والتحفيز واتخاذ القرارات والإدارة الناجحة والقيادة، ويضيف عبد المنعم عبد الله حسيب السيد (٢٠٠٧، ١٥٨) أن الذكاء الوجداني يمكن اعتباره نوعاً من الصلابة الوجدانية.

وبناءً على ما سبق جاءت فكرة الدراسة لتسليط الضوء على الأساليب التي يتبعها معلمو المرحلة الثانوية في مواجهة الضغوط المهنية التي يتعرضون لها، والتعرف على علاقتها ببعض الخصائص النفسية التي لها عظيم الأثر في مقاومة الضغوط وتحقيق الصحة النفسية كالذكاء الوجداني، حيث ظهرت العديد من الدراسات التي تناولت دراسة كل من أساليب مواجهة الضغوط المهنية والذكاء الوجداني بصفة عامة، إلا إنه – في حدود علم الباحثة- لم تجد دراسة قامت بتناول العلاقة بين متغيري الدراسة لدى معلمي المرحلة الثانوية.

**مشكلة الدراسة**:

يتعرض المعلم لكثير من المواقف الضاغطة في مختلف نواحي الحياة لا سيما في العمل، خاصة بعد أن تعددت المهام التعليمية والتربوية الموكلة إلى المعلم، وتعددت أدواره ومسئولياته في المجتمع، بالإضافة إلى المعوقات التي تواجه المدارس الثانوية، مما دفع المعلمون إلى اعتماد أساليب لمواجهة تلك الضغوط، ليس بغرض القضاء عليها تماماً، وإنما بغرض التخفيف من حدتها والتعامل بطريقة أكثر فاعلية مع تلك الضغوط.

وقد أشار إبراهيم الحسن الحكمي (٢٠٠٤، ١٨٧) أن الذكاء الوجداني يمثل مفتاح النجاح في الحياة المهنية مقارنة بالذكاء الأكاديمي الذي هو مفتاح النجاح في الحياة الدراسية، حيث ذكرت

رشا أبو سيف النصر سلامة (٢٠١٨، ٨٧) أن الذكاء الوجداني يتضمن القدرة على التمييز بين مصادر الإحباط والتعامل معها، كما تشمل القدرة على فهم مشاعر الآخرين وبناء علاقات جيدة معهم، فمن خلال الذكاء الوجداني يتم ضبط الانفعالات وتوظيفها من أجل تعظيم القدرة على اتخاذ القرار المناسب.

وانطلاقاً مما سبق، توجه اهتمام الباحثة للتعرف على الأساليب المستخدمة من قبل معلم التعليم الثانوي في مواجهة الضغوط المهنية، بغرض الحد من تأثيراتها السلبية عليه، خاصة أنه يتعامل مع أكثر فئات الطلاب حساسية وهم المراهقون، واضطراره إلى التعامل باستمرار مع مشكلاتهم النمائية والسلوكية والعمل على حلها، وكذلك ازداد الأمر صعوبة نتيجة لما طرأ على هذه المرحلة التعليمية من تعديلات سواء في المناهج الدراسية أو في طرق تدريسها أو في الوسائل التعليمية المستخدمة مما أضاف أعباء مهنية أخرى. لذلك اهتمت الباحثة بدراسة مدى ارتباط أساليب مواجهة الضغوط المهنية المستخدمة بمستوى الذكاء الوجداني الذي قد يمكّن المعلم من إدارة انفعالاته والتحكم بها بشكل فعال.

**وعليه تتحدد مشكلة الدراسة في محاولة الإجابة عن السؤال الرئيس الآتي:**

ما العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط المهنية والذكاء الوجداني لدى معلمي التعليم الثانوي العام والفني؟

**ويتفرع من هذا السؤال مجموعة من التساؤلات الفرعية الآتية:**

١. هل توجد فروق بين معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي التعليم الثانوي الفني في أساليب مواجهة الضغوط المهنية؟
٢. هل توجد فروق بين معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي التعليم الثانوي الفني في الذكاء الوجداني؟
٣. هل يمكن التنبؤ بأساليب مواجهة الضغوط المهنية لدى معلمي المرحلة الثانوية من خلال الذكاء الوجداني؟

**أهداف الدراسة**: تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف الآتية:

١. دراسة العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط المهنية والذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية.
٢. الكشف عن الفروق بين معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي التعليم الثانوي الفني في كل من: أساليب مواجهة الضغوط المهنية ومستوى الذكاء الوجداني لدى كل منهما.
٣. التنبؤ بأساليب مواجهة الضغوط المهنية من خلال مستوى الذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية.

**أهمية الدراسة**: يمكن إيجاز أهمية الدراسة الحالية في النقاط الآتية:

١. الفهم العميق للعلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط المهنية والذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية بشقيه العام والفني.
٢. محاولة الكشف عن مدى أهمية الذكاء الوجداني في التعامل مع الضغوط المهنية التي تواجه المعلم والتي تساعده على إدارة تلك الضغوط بنجاح.
٣. تناول الفروق بين معلمي التعليم الثانوي العام والفني في أساليب مواجهتهم للضغوط المهنية والذكاء الوجداني.
٤. ندرة الدراسات والبحوث- في حدود علم الباحثة- التي ربطت بين متغيري الدراسة ودراستها على عينة من معلمي التعليم الثانوي العام والفني خاصة في ظل تطورات النظام التعليمي في الوقت الحالي.

**المفاهيم الإجرائية لمتغيرات الدراسة:**

**١. أساليب مواجهة الضغوط المهنية Occupational Stress Coping Styles:**

تُعرّف الباحثة **أساليب مواجهة الضغوط المهنية إجرائياً** بأنها: **"**الجهود المعرفية والسلوكية الشعورية والمتعلمة، التي يتبناها المعلم عند التعرض للمواقف المهنية الضاغطة في وسطه المدرسي للتحكم فيها، والحد من آثارها النفسية والجسمية السيئة؛ فتدفع الفرد إلى أن يكون إيجابياً من خلال التركيز على حل المشكلة، وطلب الدعم الاجتماعي، والمواجهة وتحمل المسئولية، وضبط الذات وإعادة التقييم الإيجابي، أو تدفعه إلى أن يكون سلبياً من خلال التقبل والاستسلام لها، والسلوك الانسحابي، والانفعال، ولوم الذات والآخرين، فهي عملية تتسم بالمرونة والتغير تبعاً لطبيعة الموقف الضاغط وخصائص المعلم وإمكاناته الشخصية".

**٢. الذكاء الوجداني Emotional Intelligence:**

تُعرّف الباحثة **الذكاء الوجداني إجرائياً** بأنه: "مجموعة من المهارات التي يمتلكها المعلم متمثلة في قدرته على إدراك مشاعره الذاتية والتعبير عنها بدقة، والقدرة على التحكم في انفعالاته وإدارتها وتنظيمها، وتوظيفها لزيادة دافعيته بما يساعده على اتخاذ القرارات الفعالة في ظل أي ضغوط، بالإضافة إلى حساسيته الشديدة لمشاعر الآخرين وفهمها والتفاعل معها ببراعة، والتمكن من تكوين علاقات ناجحة مع الآخرين، مما يسهم في تحقيق النجاح في شتى جوانب الحياة".

**محددات الدراسة**: تمثلت محددات الدراسة فيما يأتي:

١- **محددات منهجية:** اتبعت الباحثة المنهج الوصفي؛ لملائمته لطبيعة الدراسة.

٢- **محددات بشرية:** تكونت عينة الدراسة من (١٣٢) معلماً ومعلمة، منهم (٧٠) معلم ثانوي عام و(٦٢) معلم ثانوي فني.

٣- **محددات مكانية:** تم تطبيق الدراسة على (٦) مدارس من مدارس التعليم الثانوي العام والفني للبنين والبنات التابعة لإدارتي شرق وغرب المنصورة التعليمية.

٤- **محددات زمانية:** تم تطبيق الدراسة خلال الفصل الثاني من العام الدراسي (٢٠٢٣/ ٢٠٢٤م).

٥- **محددات قياسية:** استخدمت الباحثة في الدراسة الحالية الأدوات الآتية:

١. مقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية (**إعداد:** الباحثة).

٢. مقياس الذكاء الوجداني (**إعداد:** الباحثة).

٦- **محددات إحصائية:** استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، ومعامل ارتباط بيرسون، واختبار (ت) للعينات المستقلة، وتحليل الانحدار المتعدد المتدرج.

**دراسات سابقة:**

- **دراسات تناولت أساليب مواجهة الضغوط المهنية:**

هدفت دراسة (Prasad, Vaidya & Kumar, 2016) التعرف على تأثير الضغوط المهنية واستراتيجيات مواجهتها على أداء المعلم من خلال إجراء تحليل مقارن بين المعلمين والمعلمات في حيدر أباد، وقد أشارت النتائج إلى وجود علاقة ضعيفة بين استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية والأداء، كما توصلت النتائج إلى أن الضغوط المهنية لها تأثير كبير على الأداء لكل من المعلمين والمعلمات، وبالنسبة للمعلمات لا توجد علاقة بين استراتيجيات التكيف والأداء، بينما يوجد لاستراتيجيات المواجهة التجنبية بعض التأثير على الأداء بالنسبة للمعلمين.

بينما هدفت دراسة (Margaret, Simon & Sabina, 2018) إلى التعرف على مصادر الضغوط المهنية واستراتيجيات مواجهتها لدى المعلمين في كينيا، وقد توصلت إلى أن ظروف العمل وظروف المعيشة ونقص الموارد تمثل المصادر الرئيسة للضغوط المهنية، وأن التمارين الرياضية واللجوء إلى الدين وتناول الكحول من أكثر استراتيجيات المواجهة المستخدمة.

أما دراسة (Quraishi, Aziz & Siddiquah, 2018) فقد هدفت إلى التعرف على ضغوط العمل المدركة واستراتيجيات التعامل مع الضغوط لدى أعضاء هيئة التدريس من الإناث في

باكستان، وتوصلت النتائج إلى أن أهم استراتيجيات التعامل مع الضغوط هي إعادة التفسير الإيجابي، يليها التحول إلى الدين، والتخطيط، وقمع الأنشطة المنافسة، والتكيف النشط، والبحث عن الدعم الاجتماعي، والتقبل، اللجوء للمخدرات والكحول، والتنفيس الانفعالي، كما أشارت النتائج إلى تأثير العمر في استراتيجية إعادة التفسير الإيجابى، والتحول عن الدين.

وأما دراسة (Hussain, Zulfqar & Aziz, 2019) فقد هدفت إلى تحليل استراتيجيات التعامل مع الضغوط التي يستخدمها المعلمون، وأشارت النتائج إلى أن أساليب (التوجه نحو الدين، والتفسير الإيجابي، والتخطيط لحل المشكلة) هي الأساليب الأكثر استخداماً لمواجهة الضغوط.

- **دراسات تناولت الذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية:**

بينما هدفت دراسة (Naqvi, Iqbal & Akhtar, 2016)إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني وأداء المعلمين في المرحلة الثانوية، وتوصلت النتائج إلى امتلاك معلمي المرحلة الثانوية مستوى مرتفع من الذكاء الوجداني، بالإضافة إلى وجود علاقة موجبة قوية بين الذكاء الوجداني وأداء المعلمين.

هدفت دراسة (Bala, 2017)إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين فاعلية المعلم والذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية، وأشارت النتائج إلى أن معلمي المرحلة الثانوية ذوي الذكاء الوجداني المرتفع أكثر فاعلية من المعلمين ذوي الذكاء الوجداني المتوسط أو المنخفض، بالإضافة إلى وجود علاقة موجبة بين فاعلية المعلم والذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية.

بينما هدفت دراسة (Mondal & Saha, 2017)إلى التعرف على تأثير الشخصية والذكاء الوجداني على الرضا الوظيفي لدى معلمي المرحلة الثانوية في ولاية البنغال الغربية بالهند، وأظهرت النتائج أن المعلم ذو الذكاء الوجداني المرتفع يمتلك مستوى من الرضا الوظيفي أعلى من ذوي الذكاء المتوسط وكذلك المنخفض.

أما دراسة (Ponmozhi & Ezhilbharathy, 2017) فقد هدفت إلى معرفة مستويات الذكاء الوجداني لدى معلمي مدرسة منطقة كودالور بالهند، وكشفت النتائج عن امتلاك المعلمين مستوى مرتفع من الذكاء الوجداني، كما أظهرت وجود فروق في الذكاء الوجداني ترجع لمتغير النوع والفئة العمرية ومحل الإقامة (الريف- الحضر) والمؤهل العلمي وعدد الأبناء والدخل الشهري.

أما دراسة (Martínez-Monteagudo, Inglés, Granados, Aparisi & García-Fernández, 2019) فقد استهدفت التعرف على مستوى كل من الذكاء الوجداني والاحتراق النفسي والقلق والاكتئاب والضغط النفسي لدى معلمي التعليم الثانوي، وقد كشفت النتائج عن وجود فروق بين ملامح الذكاء الوجداني فيما يتعلق بالإرهاق والقلق والاكتئاب والضغط النفسي، حيث أن المعلمين الذين حصلوا على درجات منخفضة في الذكاء الوجداني هم الذين حصلوا على درجات أعلى في الاحتراق النفسي والقلق والاكتئاب والضغط النفسي.

بينما هدفت دراسة (Bhuvaneswari, 2020) إلى إجراء مسح بغرض الكشف عن مستوى الذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية العليا في منطقة تشنغالباتو بالهند، وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق بين معلمى ومعلمات المرحلة الثانوية في الذكاء الوجداني.

وأما دراسة (Otor & Jato, 2023) فقد هدفت إلى الكشف عن تأثير الذكاء الوجداني على أداء المعلمين في المرحلة الثانوية في ولاية بينو بنيجيريا، وقد كشفت النتائج عن وجود علاقة موجبة بين الذكاء الوجداني وأداء معلمي المرحلة الثانوية، أي أن المعلمين الأذكياء وجدانياً ترتفع مستويات أدائهم، ولكن على الرغم من تأثير الذكاء الوجداني في أداء المعلمين إلا أنه لا يؤثر إلا بـ (١٥.٥%)، وأن التحسن في الأداء يرجع لعدد من العوامل الأخرى.

**فروض الدراسة:**

١. توجد علاقة دالة إحصائياً بين درجات معلمي المرحلة الثانوية على مقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية ودرجاتهم على مقياس الذكاء الوجداني.

٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي التعليم الثانوي الفني على مقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية.
٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي التعليم الثانوي الفني على مقياس الذكاء الوجداني.
٤. يمكن التنبؤ بأساليب مواجهة الضغوط المهنية لدى معلمي المرحلة الثانوية من خلال الذكاء الوجداني لديهم.

**منهج الدراسة وإجراءاتها**:

**أولاً: منهج الدراسة:**

اتبعت الدراسة الحالية المنهج الوصفي؛ لملاءمته لطبيعة الدراسة، وذلك في محاولة لدراسة العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط المهنية والذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية.

**ثانياً: عينة الدراسة:**

تكونت عينة الدراسة من (١٣٢) معلم ومعلمة من معلمي التعليم الثانوي العام والفني، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية البسيطة من مدارس التعليم الثانوي العام والفني للبنين والبنات التابعة لإدارتي شرق وغرب المنصورة التعليمية خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي (٢٠٢٣/ ٢٠٢٤م)، تراوحت أعمارهم الزمنية من (٣٦- ٦٠) سنة، بمتوسط (٥٢.٥٨) سنة، وانحراف معياري (٤.٢٦٦)، وفيما يلي توصيف عينة الدراسة وفقاً للنوع ونوع التعليم.

**جدول (١): توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً للنوع**

| النوع | العدد | النسبة المئوية (%) |
|---|---|---|
| ذكور | 72 | 54.5 |
| إناث | 60 | 45.5 |
| المجموع الكلى | 132 | 100.0 |

**جدول (٢): توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لنوع التعليم**

| التعليم | التخصص | العدد | النسبة المئوية (%) |
|---|---|---|---|
| ثانوي عام | أدبي | 41 | 31.1 |
| | علمي | 29 | 21.9 |
| | المجموع الكلي | 70 | 53.0 |
| ثانوي فني | فني | 41 | 31.1 |
| | ثقافي | 21 | 15.9 |
| | المجموع الكلي | 62 | 47.0 |
| المجموع الكلى | | 132 | 100.0 |

**ثالثاً: أدوات الدراسة:**

**١. مقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية (إعداد الباحثة):**

قامت الباحثة ببناء المقياس في صورة مواقف ضاغطة، وقد راعت الباحثة عند صياغة المواقف ألا يتضمن الموقف أكثر من مشكلة، وتكونت الصورة الأولية للمقياس من (١٦) موقفاً تمثل بعض المواقف المهنية الضاغطة التي يتعرض لها معلم المرحلة الثانوية، وقد ضمنت الباحثة كل

موقف (٤) بدائل، تمثل (٤) أساليب مختلفة لمواجهة الضغوط المهنية؛ منها بديلان يمثلان أساليب المواجهة الإيجابية، وآخران يمثلان أساليب المواجهة السلبية، وقد تمثلت الأساليب الإيجابية في: (التركيز على حل المشكلة، وطلب الدعم الاجتماعي، والمواجهة وتحمل المسئولية، ضبط الذات وإعادة التقييم الإيجابي)، والأساليب السلبية في: (التقبل والاستسلام، والسلوك الانسحابي، والانفعال، ولوم الذات والآخرين)، على أن يمثل كل أسلوب من أساليب المواجهة ثمان مرات.

❖ **الإجراءات السيكومترية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية:**

**أ. صدق المقياس:**

**١) الصدق الظاهري (آراء المُحكمين):**

لإعطاء مؤشر لصدق المقياس قامت الباحثة بعرض المقياس على (٢٠) من السادة أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في مجال الصحة النفسية بجامعة المنصورة وجامعة دمياط وجامعة كفر الشيخ وجامعة بورسعيد، وذلك للتحقق من مدى ملاءمة المقياس للغرض الذي وضع من أجله، ومدى وضوح المواقف والبدائل، ومدى دقة طريقة تصحيحه، وقد تم تعديل ما اتفق عليه (١٨) محكماً من مجموع (٢٠) محكماً؛ أي بما يمثل نسبة اتفاق (٩٠%) من المحكمين، ولكن لم تسفر نسب الاتفاق عن حذف أي موقف أو بديل.

**٢) الصدق التمييزي (الفروق بين الجماعات):**

قامت الباحثة بالتحقق من قدرة مقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية على التمييز بين عينة من معلمي المرحلة الثانوية وعينة من معلمي المرحلة الابتدائية من خلال حساب قيم (ت) لحساب دلالة الفروق بين العينتين، وذلك من خلال تطبيق المقياس على عينة مكونة من (٧٠) معلم ومعلمة من معلمي المرحلة الثانوية، و(٥٠) معلم ومعلمة من معلمي المرحلة الابتدائية، وقد أشارت النتائج إلى:

- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات معلمي المرحلة الثانوية ومعلمي المرحلة الابتدائية في (التركيز على حل المشكلة- الضبط الانفعالي وإعادة التقييم الإيجابي- التقبل والاستسلام- لوم الذات والآخرين) لصالح معلمي المرحلة الابتدائية؛ حيث جاءت جميع قيم (ت) دالة احصائياً.
- ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات معلمي المرحلة الثانوية ومعلمي المرحلة الابتدائية في (طلب الدعم الاجتماعي- المواجهة وتحمل المسئولية- السلوك الانسحابي- الانفعال) لصالح معلمي المرحلة الثانوية؛ حيث جاءت جميع قيم (ت) دالة إحصائياً.

مما يدل على تمتع **مقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية لمعلمي المرحلة الثانوية** بالقدرة على التمييز بين المجموعات المختلفة.

**ب. مؤشر الاتساق الداخلي:** تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس، وذلك من خلال:

- **ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد:** تم حساب معاملات ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وجاءت النتائج كما هي مبينة بجدول (٣):

**جدول (٣): قيم معاملات ارتباط درجة المفردة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه**

| أساليب المواجهة الإيجابية | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| التركيز على حل المشكلة | | | طلب الدعم الاجتماعي | | | المواجهة وتحمل المسئولية | | | الضبط الانفعالي وإعادة التقييم الإيجابي | | | |
| م | | معامل الارتباط | م | | معامل الارتباط | م | | معامل الارتباط | م | | معامل الارتباط | |
| ١ | جـ | 0.437** | ٤ | د | 0.425** | ٢ | ب | 0.475** | ١ | أ | 0.481** | |
| ٢ | د | 0.610** | ٥ | جـ | 0.504** | ٣ | د | 0.580** | ٦ | د | 0.585** | |
| ٣ | أ | 0.428** | ٧ | أ | 0.548** | ٤ | ب | 0.489** | ١٠ | جـ | 0.462** | |
| ٩ | ب | 0.465** | ٨ | جـ | 0.500** | ٥ | أ | 0.425** | ١١ | جـ | 0.486** | |
| ١٢ | د | 0.696** | ٩ | جـ | 0.472** | ٦ | ب | 0.572** | ١٣ | د | 0.683** | |
| ١٤ | أ | 0.427** | ١٠ | ب | 0.480** | ٧ | جـ | 0.457** | ١٤ | جـ | 0.713** | |
| ١٥ | أ | 0.585** | ١١ | ب | 0.444** | ٨ | أ | 0.526** | ١٥ | د | 0.448** | |
| ١٦ | جـ | 0.455** | ١٢ | ب | 0.430** | ١٣ | ب | 0.493** | ١٦ | أ | 0.421** | |
| أساليب المواجهة السلبية | | | | | | | | | | | | |
| التقبل والاستسلام | | | السلوك الانسحابي | | | الانفعال | | | لوم الذات والآخرين | | | |
| م | | معامل الارتباط | م | | معامل الارتباط | م | | معامل الارتباط | م | | معامل الارتباط | |
| ١ | د | 0.467** | ٤ | أ | 0.455** | ٥ | د | 0.637** | ١ | ب | 0.457** | |
| ٢ | أ | 0.681** | ٧ | د | 0.405** | ٦ | جـ | 0.624** | ٢ | جـ | 0.590** | |
| ٣ | ب | 0.559** | ٩ | د | 0.445** | ٨ | ب | 0.681** | ٣ | جـ | 0.543** | |
| ٥ | ب | 0.543** | ١٠ | د | 0.449** | ٩ | أ | 0.603** | ٤ | جـ | 0.656** | |
| ٦ | أ | 0.578** | ١١ | د | 0.415** | ١١ | أ | 0.678** | ٧ | ب | 0.568** | |
| ٨ | د | 0.483** | ١٣ | أ | 0.448** | ١٢ | جـ | 0.764** | ١٠ | أ | 0.494** | |
| ١٢ | أ | 0.592** | ١٤ | ب | 0.480** | ١٤ | د | 0.527** | ١٣ | جـ | 0.478** | |
| ١٥ | جـ | 0.476** | ١٦ | د | 0.539** | ١٥ | ب | 0.646** | ١٦ | ب | 0.492** | |

**** دال عند مستوى دلالة (٠.٠١).**

يتضح من نتائج جدول (٣) أن جميع قيم معاملات الارتباط كانت موجبة ودالة عند مستوى دلالة (٠.٠١)؛ ويدل ذلك على وجود علاقة جيدة بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.

- **ارتباط درجة البعد بالدرجة الكلية للمقياس:** تم حساب معاملات ارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس، وجاءت النتائج كما هي مبينة بجدول (٤):

**جدول (٤): قيم معاملات ارتباط درجة كل أسلوب بالدرجة الكلية لنوع الأساليب التي ينتمي إليها**

| أساليب مواجهة الضغوط المهنية | | معامل ارتباط الأسلوب بالدرجة الكلية للأساليب عند مستوى دلالة (٠.٠١) |
|---|---|---|
| أساليب المواجهة الإيجابية | التركيز على حل المشكلة | 0.729** |
| | طلب الدعم الاجتماعي | 0.569** |
| | المواجهه وتحمل المسئوليه | 0.652** |
| | الضبط الانفعالي وإعادة التقييم الإيجابي | 0.770** |
| أساليب المواجهة السلبية | التقبل والاستسلام | 0.415** |
| | الانسحاب | 0.538** |
| | الانفعال | 0.776** |
| | لوم الذات والاخرين | 0.711** |

يتضح من نتائج جدول (٤) أن جميع قيم معاملات الارتباط كانت موجبة ودالة عند مستوى دلالة (٠.٠١)؛ مما يدل على وجود علاقة جيدة بين درجة كل أسلوب والدرجة الكلية للأساليب التي ينتمي إليها.

**جـ. ثبات المقياس:** تم حساب ثبات المقياس بالطرق الآتية:

**١) الثبات بطريقة " ألفا كرونباخ Alpha – Chronbach":** تم التحقق من ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ Alpha – Chronbach.

**٢) الثبات بطريقة إعادة التطبيق:**

تم التحقق من ثبات مقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية لدى معلمي المرحلة الثانوية عن طريق إعادة تطبيقه على عينة تكونت من (٥٠) معلم ومعلمة، وكان الفاصل الزمني بين التطبيقين (١٥) يوماً.

- وجاءت نتائج ثبات ألفا وثبات إعادة التطبيق لمقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية كما هي موضحة بجدول (٥):

**جدول (٥): قيم معاملات ثبات "ألفا" وقيم معامل الارتباط بين التطبيقين ومستوى الدلالة لمقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية لدى معلمي المرحلة الثانوية (الأبعاد، والدرجة الكلية)**

| أساليب مواجهة الضغوط المهنية | | معامل ثبات ألفا | قيمة معامل الارتباط بين التطبيقين |
|---|---|---|---|
| أساليب المواجهة الإيجابية | التركيز على حل المشكلة | 0.828 | 0.785** |
| | طلب الدعم الاجتماعي | 0.762 | 0.486** |
| | المواجهة وتحمل المسئولية | 0.749 | 0.747** |
| | ضبط الذات وإعادة التقييم الإيجابي | 0.884 | 0.761** |
| | الأساليب الإيجابية ككل | 0.883 | 0.766** |
| أساليب المواجهة السلبية | التقبل والاستسلام | 0.800 | 0.680** |
| | السلوك الانسحابي | 0.754 | 0.558** |
| | الانفعال | 0.895 | 0.728** |
| | لوم الذات والآخرين | 0.809 | 0.738** |
| | الأساليب السلبية ككل | 0.847 | 0.757** |

**** دال عند مستوى دلالة (٠.٠١).**

يتضح من نتائج جدول (٥):

- أن قيم ثبات "ألفا" للأساليب الإيجابية تراوحت من (٠.٧٤٩- ٠.٨٨٤)، كما بلغت للأساليب الإيجابية ككل (٠.٨٨٣)، وهي قيم ثبات عالية ومقبولة إحصائياً، كما تراوحت قيم ثبات "ألفا" للأساليب السلبية من (٠.٧٥٤- ٠.٨٩٥)، كما بلغت قيمة ثبات الأساليب السلبية ككل (٠.٨٤٧)، وهي قيم ثبات عالية ومقبولة إحصائياً، مما يدل على ثبات مقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية لدى معلمي المرحلة الثانوية.
- أن جميع قيم معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية موجبة ودالة عند مستوى دلالة (٠.٠١)؛ حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط للأساليب الإيجابية من (٠.٤٨٦) إلى (٠.٧٨٥)، مما يدل على وجود علاقة قوية بينهما، كما تراوحت قيم معاملات الارتباط للأساليب السلبية من (٠.٥٥٨) إلى (٠.٧٥٨)، مما يدل على وجود علاقة قوية بينهما، وهذا يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

- **وصف المقياس (الصورة النهائية):**

لم تسفر الخصائص السيكومترية للمقياس عن حذف أي موقف أو بديل، ومن ثم يتكون المقياس في صورته النهائية من (١٦) موقفاً، حيث يُمثل كل موقف مصدر من مصادر الضغوط المهنية التي يتعرض لها المعلم، تقيس (٨) أساليب لمواجهة الضغوط المهنية بواقع (٤) أساليب مواجهة إيجابية و(٤) أساليب مواجهة سلبية، ويتكرر الأسلوب الواحد (٨) مرات في المقياس ككل،

فلكل موقف (٤) بدائل تمثل (٤) أساليب لمواجهة الضغوط المهنية التي يستخدمها معلمي المرحلة الثانوية؛ منها بديلان يمثلان أساليب المواجهة الإيجابية، وآخران يمثلان أساليب المواجهة السلبية، وعلى المعلم ترتيب بدائل كل موقف وفقاً لما يتناسب معه.

- **طريقة تصحيح المقياس:** تحسب الدرجة في ضوء قيام المعلم بترتيب البدائل التي تندرج تحت كل موقف على حدة وفقاً لما يناسبه من وجهة نظره، كما يلي:
  - **الاختيار الأول:** أربعة درجات. - **الاختيار الثاني:** ثلاث درجات.
  - **الاختيار الثالث:** درجتان. - **الاختيار الرابع:** درجة واحدة.

وبجمع الدرجات التي حصل عليها المعلم في كل أسلوب من أساليب مواجهة الضغوط المهنية يتضح مدى استخدام المعلم لكل أسلوب من هذه الأساليب على حدة، وتتراوح الدرجة لكل أسلوب منفرد من (٨) إلى (٣٢) درجة.

**٢. مقياس الذكاء الوجداني (إعداد الباحثة):**

قامت الباحثة بإعداد الصورة الأولية للمقياس بصياغة مجموعة من المفردات تقيس الذكاء الوجداني بأبعاده المختلفة، حيث يشتمل الذكاء الوجداني على خمسة أبعاد أساسية؛ هي: الوعي بالذات، إدارة الانفعالات، الدافعية، التعاطف، المهارات الاجتماعية، وقد تكون المقياس في صورته الأولية (٧١) مفردة موزعة على أبعاده الخمسة، حيث تضمن بُعد الوعي بالذات (١٥) مفردة، وبُعد إدارة الانفعالات (١٦) مفردة، وبُعد الدافعية (١٢) مفردة، وبُعد التعاطف (١٣) مفردة، وبُعد المهارات الاجتماعية (١٥) مفردة.

❖ **الإجراءات السيكومترية لمقياس الذكاء الوجداني:**

**أ. صدق المقياس:**

**١- الصدق الظاهري (آراء المُحكمين):**

لإعطاء مؤشر لصدق المقياس تم عرضه على (٢٠) محكماً من السادة المتخصصين بمجال الصحة النفسية وعلم النفس بجامعة المنصورة وجامعة دمياط وجامعة كفر الشيخ وجامعة بورسعيد، وذلك للتحقق من مدى ملاءمة المقياس للغرض الذي وضع من أجله، ومدى وضوح المفردات وكفايتها، وسلامة صياغتها، وقد تم تعديل ما اتفق عليه (١٨) محكماً من مجموع (٢٠) محكماً، حيث تراوحت نسبة الاتفاق على صلاحية مفردات المقياس بين (٩٠- ١٠٠%)، ومن ثم لم يتم حذف أية مفردة من مفردات المقياس لعدم حصول أي مفردة على نسبة اتفاق (٨٠%).

**٢- الصدق التلازمي (صدق المحك):**

تم إيجاد الصدق التلازمي لمقياس الذكاء الوجداني (إعداد الباحثة) بحساب معامل الارتباط بين درجات (٧٠) معلم ومعلمة على هذا المقياس ودرجاتهم على مقياس الذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية (إعداد: نبيلة فتحي سيد سيد وفاطمة عبد المنعم محمد معوض، ٢٠١٥)، وكانت النتائج كما يوضحها جدول (٦) على النحو الآتي:

**جدول (٦): معاملات الارتباط بين مقياس الذكاء الوجداني "إعداد الباحثة" ومقياس الذكاء الوجداني "المحك"**

| المحك / مقياس الباحثة | المعرفة الانفعالية | إدارة الانفعالات | تنظيم الانفعالات | التعاطف | التواصل | الدرجة الكلية للمحك |
|---|---|---|---|---|---|---|
| الوعي بالذات | 0.754** | 0.582** | 0.641** | 0.590** | 0.626** | 0.733** |
| إدارة الانفعالات | 0.579** | 0.409** | 0.475** | 0.245* | 0.417** | 0.495** |
| الدافعية | 0.607** | 0.477** | 0.587** | 0.459** | 0.543** | 0.616** |
| التعاطف | 0.332** | 0.345** | 0.343** | 0.618** | 0.465** | 0.475** |
| المهارات الاجتماعية | 0.568** | 0.384** | 0.548** | 0.505** | 0.604** | 0.600** |
| الدرجة الكلية لمقياس الباحثة | 0.726** | 0.552** | 0.657** | 0.582** | 0.663** | 0.732** |

**** دال عند مستوى دلالة (٠.٠١).**

يتضح من نتائج جدول (٦) أن جميع قيم معاملات ارتباط أبعاد مقياس الذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية والدرجة الكلية (إعداد الباحثة) بأبعاد مقياس الذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية والدرجة الكلية (محك) كانت موجبة ودالة عند مستوي دلالة (٠.٠١)؛ حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد المتناظرة والدرجة الكلية من (٠.٤٠٩) إلى (٠.٧٥٤) ويدل ذلك على وجود علاقة قوية بين درجة الأبعاد للمقياسين وكذلك الدرجة الكلية، ويتضح من ذلك قدرة درجات معلمي المرحلة الثانوية على مقياس الذكاء الوجداني (إعداد الباحثة) في التنبؤ بالأداء الحالي على محك آخر تستخدم فيه السمة موضع الاهتمام.

**٣- الصدق التمييزي (الفروق بين الجماعات):**

قامت الباحثة بالتحقـق من قدرة مقياس الذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية على التمييز بين عينة من معلمي المرحلة الثانوية ومعلمي المرحلة الابتدائية من خلال حساب قيم (ت) لحساب دلالة الفروق بين العينتين، وكانت دلالة الفروق كما يلي:

- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات معلمي المرحلة الثانوية ومعلمي المرحلة الابتدائية على مقياس الذكاء الوجداني (الأبعاد والدرجة الكلية) لصالح معلمي المرحلة الثانوية، حيث جاءت جميع قيم (ت) دالة إحصائياً، مما يدل على تمتع مقياس الذكاء الوجداني (إعداد الباحثة) بدرجة عالية من القدرة على التمييز بين المجموعات المختلفة.

**ب. مؤشر الاتساق الداخلي:** تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس، وذلك من خلال:

- **ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد:** تم حساب معاملات ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وجاءت النتائج كما هي مبينة بجدول (٧):

**جدول (٧): قيم معاملات ارتباط درجة المفردة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه**

| الوعي بالذات | | إدارة الانفعالات | | الدافعية | | التعاطف | | المهارات الاجتماعية | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| م | معامل الارتباط (ر) | م | معامل الارتباط (ر) | م | معامل الارتباط (ر) | م | معامل الارتباط (ر) | م | معامل الارتباط (ر) |
| ١ | 0.581** | ٢ | 0.464** | ٣ | 0.471** | ٤ | 0.192 | ٥ | 0.145 |
| ٦ | 0.566** | ٧ | 0.513** | ٨ | 0.460** | ٩ | 0.092 | ١٠ | 0.528** |
| ١١ | 0.680** | ١٢ | 0.485** | ١٣ | 0.617** | ١٤ | 0.456** | ١٥ | 0.499** |
| ١٦ | 0.600** | ١٧ | 0.536** | ١٨ | 0.473** | ١٩ | 0.434** | ٢٠ | 0.532** |
| ٢١ | 0.463** | ٢٢ | 0.193 | ٢٣ | 0.588** | ٢٤ | 0.229 | ٢٥ | 0.545** |
| ٢٦ | 0.179 | ٢٧ | 0.199 | ٢٨ | 0.433** | ٢٩ | 0.483** | ٣٠ | 0.123 |
| ٣١ | 0.432** | ٣٢ | 0.640** | ٣٣ | 0.609** | ٣٤ | 0.534** | ٣٥ | 0.513** |
| ٣٦ | 0.543** | ٣٧ | 0.477** | ٣٨ | 0.448** | ٣٩ | 0.401** | ٤٠ | 0.521** |
| ٤١ | 0.485** | ٤٢ | 0.155 | ٤٣ | 0.482** | ٤٤ | 0.581** | ٤٥ | 0.570** |
| ٤٦ | 0.693** | ٤٧ | 0.535** | ٤٨ | 0.719** | ٤٩ | 0.680** | ٥٠ | 0.563** |
| ٥١ | 0.401** | ٥٢ | 0.479** | ٥٣ | 0.618** | ٥٤ | 0.209 | ٥٥ | 0.438** |
| ٥٦ | 0.138 | ٥٧ | 0.548** | ٥٨ | 0.645** | ٥٩ | 0.482** | ٦٠ | 0.145 |
| ٦١ | 0.585** | ٦٢ | 0.174 | | | ٦٣ | 0.642** | ٦٤ | 0.476** |
| ٦٥ | 0.122 | ٦٦ | 0.137 | | | | | ٦٧ | 0.554** |
| ٦٨ | 0.412** | ٦٩ | 0.729** | | | | | ٧٠ | 0.598** |
| | | ٧١ | 0.556** | | | | | | |

** دال عند مستوى دلالة (٠.٠١).

يتضح من نتائج جدول (٧) أن جميع قيم معاملات الارتباط كانت موجبة ودالة عند مستوى دلالة (٠.٠١)؛ حيث تراوحت قيم معاملات ارتباط درجة المفردات بالدرجة الكلية للأبعاد التي تنتمي إليها من (٠.٤٠١) إلى (٠.٧٢٩) ويدل ذلك على وجود علاقة قوية بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، **باستثناء** (١٥) مفردة وهم: (٤، ٥، ٩، ٢٢، ٢٤، ٢٦، ٢٧، ٣٠، ٤٢، ٥٤، ٥٦، ٦٠، ٦٢، ٦٥، ٦٦) فجاءت معاملات ارتباطها بالدرجة الكلية لأبعادها غير دالة إحصائياً، لذا تم حذفهما من المقياس في التطبيق النهائي.

- **ارتباط درجة البعد بالدرجة الكلية للمقياس:** تم حساب معاملات ارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس، وجاءت النتائج كما هي مبينة بجدول (٨):

**جدول (٨): قيم معاملات ارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس**

| البعد | معامل ارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس عند مستوى دلالة (٠.٠١) |
|---|---|
| الوعي بالذات | 0.890** |
| إدارة الانفعالات | 0.814** |
| الدافعية | 0.860** |
| التعاطف | 0.547** |
| المهارات الاجتماعية | 0.825** |

يتضح من جدول (٨) أن جميع قيم معاملات الارتباط كانت موجبة ودالة عند مستوى دلالة (٠.٠١)، وتراوحت قيم معاملات ارتباط درجة كل بُعد بالدرجة الكلية للمقياس من (٠.٥٤٧) إلى (٠.٨٩٠)، مما يدل على وجود علاقة قوية بين درجة كل بُعد بالدرجة الكلية للمقياس.

**جـ. ثبات المقياس:** تم حساب ثبات المقياس بالطرق الآتية:

١. **الثبات بطريقة ألفا كرونباخ Alpha- Chornbach:** تم التحقق من ثبات المقياس بطريقة "ألفا كرونباخ Alpha- Chornbach".

٢. **الثبات بطريقة إعادة التطبيق:**

تم التحقق من ثبات مقياس الذكاء الوجداني عن طريق إعادة تطبيقه على عينة تكونت من (٥٠) معلم ومعلمة من معلمي المرحلة الثانوية، وكان الفاصل الزمني بين التطبيقين (١٥) يوماً.

- وجاءت نتائج ثبات "ألفا كرونباخ" وثبات إعادة التطبيق لمقياس الذكاء الوجداني كما هي موضحة بجدول (٩):

**جدول (٩): قيم معاملات ثبات "ألفا" وقيم معامل الارتباط بين التطبيقين ومستوى الدلالة لمقياس الذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية (الأبعاد، والدرجة الكلية)**

| البعد | معامل ثبات ألفا | قيمة معامل الارتباط بين التطبيقين عند مستوى دلالة (٠.٠١) |
|---|---|---|
| الوعي بالذات | 0.858 | 0.742** |
| إدارة الانفعالات | 0.846 | 0.811** |
| الدافعية | 0.769 | 0.762** |
| التعاطف | 0.701 | 0.581** |
| المهارات الاجتماعية | 0.758 | 0.741** |
| المقياس ككل | 0.913 | 0.871** |

**يتضح من نتائج جدول (٩):**

- **أن قيم ثبات "ألفا" لأبعاد المقياس تراوحت من (٠.٧٠١، ٠.٨٥٨)، كما بلغت قيمة ثبات المقياس ككل (٠.٩١٣)، وهي قيم ثبات مقبولة إحصائياً، مما يدل على ثبات المقياس.**
- **أن جميع قيم معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس الذكاء الوجداني (الأبعاد والدرجة الكلية) موجبة ودالة عند مستوى دلالة (٠.٠١)، حيث تراوحت قيم معاملات**

**الارتباط من (٠.٥٨١) إلى (٠.٨١١) مما يدل على وجود علاقة قوية بينهما، وتمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.**

- **وصف المقياس (الصورة النهائية):**

لقد أسفرت نتائج حساب الخصائص السيكومترية للمقياس عن حذف (١٥) مفردة، ومن ثم يتكون المقياس في صورته النهائية من (٥٦) مفردة موزعة على خمسة أبعاد.

**نتائج الدراسة (مناقشتها وتفسيرها):**

**نتائج الفرض الأول:**

ينص الفرض الأول على أنه: **" توجد علاقة دالة إحصائياً بين درجات معلمي المرحلة الثانوية على مقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية ودرجاتهم على مقياس الذكاء الوجداني"** للتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون، وجاءت النتائج كما بجدول (١٠):

**جدول (١٠): معاملات الارتباط بين درجات معلمي المرحلة الثانوية على مقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية ودرجاتهم على مقياس الذكاء الوجداني**

| | الذكاء الوجداني / أساليب مواجهة الضغوط المهنية | الوعى بالذات | إدارة الانفعالات | الدافعية | التعاطف | المهارات الاجتماعية | الدرجة الكلية للذكاء الوجداني |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| أساليب المواجهة الإيجابية | التركيز على حل المشكلة | 0.289** | 0.150 | 0.306** | 0.224** | 0.210* | 0.288** |
| | طلب الدعم الاجتماعي | 0.021 | 0.067 | 0.068 | 0.051 | 0.025 | 0.056 |
| | المواجهة وتحمل المسئولية | 0.207* | 0.109 | 0.138 | 0.222* | 0.101 | 0.186* |
| | الضبط الانفعالي وإعادة التقييم الإيجابي | 0.217* | 0.260** | 0.271** | 0.089 | 0.029 | 0.215* |
| | الأساليب الإيجابية ككل | 0.283** | 0.222* | 0.304** | 0.225** | 0.145 | 0.287** |
| أساليب المواجهة السلبية | التقبل والاستسلام | -0.004 | -0.123 | -0.077 | -0.031 | -0.051 | - 0.071 |
| | الانسحاب | -0.127 | -0.174* | -0.157 | -0.138 | -0.100 | -0.169 |
| | الانفعال | -0.206* | -0.143 | -0.182* | -0.105 | -0.017 | -0.160 |
| | لوم الذات والآخرين | -0.285** | -0.065 | -0.252** | -0.237** | -0.169 | -0.243** |
| | الأساليب السلبية ككل | -0.280** | -0.221* | -0.297** | -0.221* | -0.142 | -0.283** |

**** دال عند مستوى دلالة (٠.٠١).**

يتضح من نتائج جدول (١٠) الآتي:

- وجود علاقة **طردية (موجبة) ضعيفة** بين **الوعي بالذات** وجميع الأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط المهنية والدرجة الكلية؛ **باستثناء طلب الدعم الاجتماعي** فلا توجد علاقة بينه وبين الوعي بالذات؛ كما توجد علاقة **عكسية (سالبة) ضعيفة** بين الوعي بالذات وجميع الأساليب السلبية لمواجهة الضغوط المهنية والدرجة الكلية؛ **باستثناء التقبل والاستسلام والانسحاب** فلا توجد علاقة بينهما وبين الوعي بالذات.
- وجود علاقة **طردية (موجبة) ضعيفة** بين **إدارة الانفعالات** والضبط الانفعالي وإعادة التقييم الإيجابي والدرجة الكلية للأساليب الإيجابية؛ **بينما** لم تكن هناك علاقة مع باقي الأساليب الإيجابية؛ كما توجد علاقة **عكسية (سالبة) ضعيفة** بين إدارة الانفعالات والانسحاب والدرجة

الكلية للأساليب السلبية؛ **بينما** لم تكن هناك علاقة بين إدارة الانفعالات وباقي الأساليب السلبية لمواجهة الضغوط المهنية.

- وجود علاقة **طردية (موجبة) ضعيفة** بين **الدافعية** وجميع الأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط المهنية والدرجة الكلية؛ **باستثناء طلب الدعم الاجتماعي والمواجهة وتحمل المسئولية** فلا توجد علاقة بينهما وبين الدافعية؛ كما توجد علاقة **عكسية (سالبة) ضعيفة** بين الدافعية وجميع الأساليب السلبية لمواجهة الضغوط المهنية والدرجة الكلية؛ **باستثناء التقبل والاستسلام والانسحاب** فلا توجد علاقة بينهما وبين الدافعية.
- وجود علاقة **طردية (موجبة) ضعيفة** بين **التعاطف** وجميع الأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط المهنية والدرجة الكلية؛ **باستثناء طلب الدعم الاجتماعي والضبط الانفعالي وإعادة التقييم الإيجابي** فلا توجد علاقة بينهما وبين التعاطف؛ كما توجد علاقة **عكسية (سالبة) ضعيفة** بين التعاطف ولوم الذات والآخرين والدرجة الكلية للأساليب السلبية؛ **بينما** لم تكن هناك علاقة بين التعاطف وباقي الأساليب السلبية لمواجهة الضغوط المهنية.
- وجود علاقة **طردية (موجبة) ضعيفة** بين **المهارات الاجتماعية** كأحد أبعاد الذكاء الوجداني **والتركيز على حل المشكلة** كأحد الأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط المهنية؛ **بينما** لم تكن هناك علاقة بين المهارات الاجتماعية وباقي الأساليب الإيجابية وجميع الأساليب السلبية لمواجهة الضغوط المهنية؛ حيث جاءت قيم معامل الارتباط غير دالة إحصائياً.
- وجود علاقة **طردية (موجبة) ضعيفة** بين **الدرجة الكلية للذكاء الوجداني** وجميع الأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط المهنية والدرجة الكلية؛ **باستثناء طلب الدعم الاجتماعي** فلا توجد علاقة بينه وبين **الدرجة الكلية للذكاء الوجداني**؛ كما توجد علاقة **عكسية (سالبة) ضعيفة** بين **الدرجة الكلية للذكاء الوجداني** ولوم الذات والآخرين والدرجة الكلية للأساليب السلبية لمواجهة الضغوط المهنية؛ **بينما** لم تكن هناك علاقة بين **الدرجة الكلية للذكاء الوجداني** وباقي الأساليب السلبية؛ حيث جاءت قيم معامل الارتباط غير دالة إحصائياً.

**تفسير نتائج الفرض الأول:**

تحقق الفرض الأول للدراسة جزئياً؛ وتتفق تلك النتائج مع ما أشارت إليه كل من (فاطمة الزهراء بيرم، ٢٠١٦؛ حمزة جهاد العدرة، ٢٠٢١) التي أشارت إلى وجود علاقة موجبة بين الذكاء الوجداني واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، فقد أشار ترافيس برادبيري وجين جريفز (٢٠١٣، ٢٣٤) أن انتباه الفرد لمشاعره والوعي بها هو أفضل طريقة منطقية لاتخاذ القرارات السليمة، وتفسر الباحثة إن من المنطقي من يمتلك مستوى مرتفع من الذكاء الوجداني من معلمي المرحلة الثانوية أن يميل إلى استخدام أساليب أكثر فاعلية لمواجهة الضغوط التي يتعرض لها أثناء تأدية مهام عمله، حيث ذكر ترافيس برادبيري وجين جريفز (٢٠١٠، ٥٣) أن ٩٠% من الأشخاص الناجحين أصحاب الأداء المرتفع في عملهم يكون لديهم مستوى مرتفع من الذكاء الوجداني.

وتتفق نتيجة عدم وجود علاقة بين أسلوب طلب الدعم الاجتماعي كأحد أساليب المواجهة الإيجابية والدرجة الكلية للذكاء الوجداني مع ما أشارت إليه دراسة كل من (محمد السيد عبد الرحمن وسامي أحمد رداد الغامدي، ٢٠٢٠؛ مروة صبحي رجب شلبي، ٢٠٢١).

وتفسر الباحثة عدم وجود علاقة بين بُعد المهارات الاجتماعية والدرجة الكلية لأساليب المواجهة الإيجابية وكذلك السلبية، ربما تشير إلى أن قدرة الفرد على تكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين والتواصل الفعال معهم لا يمثل معياراً لتوقع أسلوب المواجهة الذي سيتبناه المعلم عند التعرض لموقف ضاغط، فقد أشار ترافيس برادبيري وجين جريفز (٢٠١٠، ١٢١) في هذا الصدد أن التواصل الجيد لا يستطيع دائماً حل الصراعات الكبيرة في العمل، وأن الأساس في مواجهة المشكلات هو التعامل مع المشكلات والقضايا المهمة قبل أن تصل إلى النقطة التي تعتبر عندها صراعات.

ويتضح أن المعلم الذي لديه مستوى منخفض من الذكاء الوجداني من معلمي المرحلة الثانوية لا يستطيع مواجهة التحديات التي تعترضه، حيث يذكر دانييل جولمان (٢٠٠٠، ٥٨) أن من لا يستطيع التحكم في مشاعره وحياته العاطفية يدخل في معارك نفسية داخلية تدمر قدرته على التركيز في مجالات عمله، وتمنعه من التمتع بفكر واضح.

وتفسر الباحثة عدم وجود علاقة بين أسلوب التقبل والاستسلام وأسلوب السلوك الانسحابي وأسلوب الانفعال والدرجة الكلية للذكاء الوجداني، إلى أن استخدام أفراد عينة الدراسة تلك الأساليب ليس مؤشراً عن درجة الذكاء الوجداني التي يتمتع بها الفرد، وإنما قد ترجع إلى تأثرها ببعض السمات الشخصية التي يتسم بها معلمي المرحلة الثانوية أو المرحلة العمرية التي ينتمي إليها أفراد العينة واقتراب أغلب أفرادها إلى سن التقاعد ولجوئهم إلى حد كبير إلى تجنب المشكلات، وذلك ما يتفق مع أشارت إليه دراسة خولة العاتي ومريم باهي (٢٠٢٢) التي توصلت إلى عدم وجود علاقة بين الذكاء الوجداني واستراتيجية المواجهة الانفعالية.

**نتائج الفرض الثاني:**

ينص الفرض الثاني على أنه: **"توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي التعليم الثانوي الفني على مقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية".**

للتحقق من هذا الفرض، استخدمت الباحثة اختبار (ت) للعينات المستقلة، لمعرفة ما إذا كان هناك فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي التعليم الثانوي الفني على مقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية، وجاءت النتائج كما في جدول (١١):

**جدول (١١): قيم (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي التعليم الثانوي الفني على مقياس أساليب مواجهة الضغوط المهنية**

| أساليب مواجهة الضغوط المهنية | | التعليم الثانوي | ن | المتوسط | الانحراف المعياري | قيمة (ت) | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| أساليب المواجهة الإيجابية | التركيز على حل المشكلة | العام | 70 | 23.91 | 3.737 | 2.424 | 0.05 |
| | | الفني | 62 | 25.32 | 2.804 | | |
| | طلب الدعم الاجتماعي | العام | 70 | 23.44 | 3.124 | 0.953 | 0.342 غير دالة |
| | | الفني | 62 | 23.92 | 2.543 | | |
| | المواجهة وتحمل المسئولية | العام | 70 | 23.76 | 2.742 | 2.459 | 0.05 |
| | | الفني | 62 | 24.90 | 2.591 | | |
| | الضبط الانفعالي وإعادة التقييم الإيجابي | العام | 70 | 26.63 | 3.218 | 0.741 | 0.460 غير دالة |
| | | الفني | 62 | 26.26 | 2.409 | | |
| | الأساليب الإيجابية ككل | العام | 70 | 97.74 | 8.813 | 1.961 | 0.052 غير دالة |
| | | الفني | 62 | 100.40 | 6.413 | | |
| أساليب المواجهة السلبية | التقبل والاستسلام | العام | 70 | 18.61 | 3.581 | 1.840 | 0.068 غير دالة |
| | | الفني | 62 | 17.40 | 3.981 | | |
| | السلوك الانسحابي | العام | 70 | 15.31 | 2.790 | 2.732 | 0.01 |
| | | الفني | 62 | 14.08 | 2.342 | | |
| | الانفعال | العام | 70 | 11.06 | 4.420 | 0.167 | 0.868 غير دالة |
| | | الفني | 62 | 10.94 | 3.879 | | |
| | لوم الذات والآخرين | العام | 70 | 17.24 | 3.914 | 0.413 | 0.681 غير دالة |
| | | الفني | 62 | 16.98 | 3.206 | | |
| | الأساليب السلبية ككل | العام | 70 | 62.23 | 8.928 | 2.056 | 0.05 |
| | | الفني | 62 | 59.40 | 6.497 | | |

**يتضح من نتائج جدول (١١):**

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي التعليم الثانوي الفني على **أسلوبي التركيز على حل المشكلة والمواجهة وتحمل المسئولية** من الأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط المهنية لصالح **معلمي التعليم الثانوي الفني**، حيث جاءت قيمتا (ت) دالة إحصائياً.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي التعليم الثانوي الفني على **أسلوب السلوك الانسحابي والدرجة الكلية لأساليب المواجهة السلبية** في اتجاه **معلمي التعليم الثانوي العام**، حيث جاءت قيمتا (ت) دالة إحصائياً.

**تفسير نتائج الفرض الثاني:**

تحقق الفرض الثاني للدراسة جزئياً، أي أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية بين معلمي التعليم الثانوي العام والفني على أسلوبي التركيز على حل المشكلة والمواجهة وتحمل المسئولية من أساليب المواجهة الإيجابية لصالح معلمي التعليم الثانوي الفني، ويذكر شحام عبد الحميد (٢٠١٦، ١٣٥) أن تلك الأساليب تسعى إلى تقليص متطلبات الموقف الضاغط وزيادة الموارد الخاصة بالمواجهة، بما يضمن للفرد حل المشكلة من خلال البحث عن المعلومات اللازمة، ووضع خطة عمل مناسبة، وتوجيه الجهود بشكل مباشر إلى حل المشكلة.

وفي المقابل ظهرت فروق جوهرية في أسلوب السلوك الانسحابي كأحد أساليب المواجهة السلبية والدرجة الكلية للأساليب السلبية في اتجاه معلمي التعليم الثانوي العام، في حين لم يظهر أي فروق في أساليب المواجهة الأخرى، وذلك تتفق مع ما توصلت إليه دراسة عبير محمد الصبان وأريج محمد الله طلاقي ودينا خالد مؤمنة (٢٠١٩) بعدم وجود فروق في أساليب مواجهة الضغوط النفسية تبعاً لمتغير التخصص، وأنها قد ترجع على تأثرها بالسمات الشخصية التي يتميز بها كل فرد بغض النظر عن تخصصه.

وفي هذا الصدد، قد أشار أحمد عيد مطيع الشخانبة (٢٠٢١، ٣٧٩) إلى أن العلاقة بين أساليب التكيف والصحة النفسية علاقة معقدة، حيث قد يستخدم أحد الأفراد أسلوب تكيف معين، ويعينه على تحقيق نتائج إيجابية فيما يتعلق بصحته النفسية، في حين قد يستخدم فرد آخر الأسلوب نفسه في مواجهة نفس المشكلة وتؤدي إلى نتائج سلبية على صحته النفسية.

تفسر الباحثة هذه النتيجة أنها ترجع إلى اختلاف طبيعة المهام في التعليم الثانوي العام عن تلك في التعليم الثانوي الفني، ففي التعليم الثانوي العام تركز المهام على المعرفة النظرية، بينما يركز التعليم الفني على المهارات التطبيقية وحل المشكلات التي تواجههم أو تواجه طلابهم أثناء التطبيق، مما جعل معلمو التعليم الثانوي الفني أكثر قدرة على الاستقلالية والمبادرة في حل المشكلات، وفي المقابل يلجأ معلمو التعليم الثانوي العام إلى سلوكيات سلبية مثل الانسحاب من المواقف الصعبة وتجنب مواجهتها، نتيجة تعرضهم لضغوطاً أكبر من قبل المديرين وأولياء الأمور.

وقد يرجع عدم وجود فروق في استخدام غالبية أساليب مواجهة الضغوط بين معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي التعليم الفني إلى تعرض كل منهم إلى تحديات ومواقف مهنية ضاغطة متشابهة متمثلة في عبء الدور، والتعامل مع طلاب في مرحلة عمرية أكثر حساسية عن غيرها من المراحل وهي المراهقة، وقلة الموارد المادية والبشرية في عدد كبير من المدارس، كما يتشاركون في بيئة العمل والمسئوليات، مما يدفع المعلمون إلى استخدام أساليب مواجهة مماثلة إلى حد ما.

**نتائج الفرض الثالث:**

ينص الفرض الثالث على أنه: **" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي التعليم الثانوي الفني على مقياس الذكاء الوجداني".**

للتحقق من هذا الفرض، استخدمت الباحثة اختبار (ت) للعينات المستقلة ( Independent-Samples T - Test)، لمعرفة ما إذا كان هناك فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي التعليم الثانوي الفني على مقياس الذكاء الوجداني، وجاءت النتائج كما يوضحها جدول (١٢):

**جدول (١٢): قيم (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي التعليم الثانوي الفني على مقياس الذكاء الوجداني**

| البعد | التعليم الثانوي | ن | المتوسط | الانحراف المعياري | قيمة (ت) | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| الوعي بالذات | العام | 70 | 45.99 | 5.938 | 0.848 | 0.398 غير دالة |
| | الفني | 62 | 46.84 | 5.576 | | |
| إدارة الانفعالات | العام | 70 | 40.93 | 5.528 | 0.515 | 0.608 غير دالة |
| | الفني | 62 | 41.45 | 6.150 | | |
| الدافعية | العام | 70 | 46.76 | 5.586 | 0.711 | 0.479 غير دالة |
| | الفني | 62 | 47.47 | 5.894 | | |
| التعاطف | العام | 70 | 37.50 | 4.937 | 0.956 | 0.341 غير دالة |
| | الفني | 62 | 38.29 | 4.510 | | |
| المهارات الاجتماعية | العام | 70 | 43.86 | 6.334 | 0.066 | 0.948 غير دالة |
| | الفني | 62 | 43.79 | 5.170 | | |
| الدرجة الكلية للمقياس | العام | 70 | 215.03 | 23.741 | 0.704 | 0.483 غير دالة |
| | الفني | 62 | 217.84 | 21.884 | | |

يتضح من نتائج جدول (١٢) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي التعليم الثانوي الفني على مقياس الذكاء الوجداني؛ حيث جاءت جميع قيم (ت) غير دالة إحصائياً.

**تفسير نتائج الفرض الثالث:**

عدم تحقق الفرض الثالث للدراسة، وبالتالي رفض الفرض البديل وقبول الفرض الصفري؛ حيث توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق بين معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي التعليم الثانوي الفني في مستوى الذكاء الوجداني، وذلك يعبر عن عدم وجود اختلافات جوهرية بين معلمي التعليم الثانوي -بشقيه العام والفني- في قدرتهم على فهم مشاعرهم وفهم مشاعر من حولهم، وإدارة انفعالاتهم بشكل فعال مما يساعدهم على الحفاظ على هدوئهم وتجنب الانفعال، وحل المواقف الضاغطة التي يتعرضون لها بشكل سلمي وإيجابي.

اتفقت تلك النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة كل من (السيد إبراهيم السمادوني، ٢٠٠١؛ محمد بن سيف الوهطه، ٢٠١٥؛ خالد عبد الله الغامدي، ٢٠١٦) حيث توصلت هذه الدراسات إلى عدم وضوح فروق في الذكاء الوجداني تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي، وذلك ما يتفق مع ما أشارت إليه أنعام هادي حسن (٢٠١٣، ١٤١) بأن التوجهات النظرية للذكاء الوجداني ترى أنه لا يختلف مستواه باختلاف التخصص، حيث أن الذكاء الوجداني سمة من السمات الشخصية وليس قدرة عقلية.

تفسر الباحثة هذه النتيجة بأنها قد ترجع إلى أن طبيعة مهنة التعليم تتطلب بشكل عام مهارات عالية في الذكاء الوجداني، بغض النظر عن تخصص المعلم، حيث يحتاج المعلمون إلى التعامل مع الطلاب ذوي الاحتياجات المختلفة، وإدارة الفصول الدراسية بفعالية، والتواصل بشكل جيد مع طلابهم والإدارة وزملائهم في العمل وأولياء الأمور إذا لزم الأمر، وتتطلب تلك المهام

مهارات عالية على الوعي الذاتي والتحكم بمشاعرهم، والوعي الاجتماعي ومهارات إدارة العلاقات.

وقد ترجع أيضاً إلى تلقي معلمو التعليم الفني ومعلمو التعليم الثانوي العام تعليماً وتدريباً مشابهاً، وغالباً ما تتضمن برامج تدريب وإعداد المعلمين تطوير مهارات الذكاء الوجداني لدى جميع المعلمين، بغض النظر عن تخصصهم المهني، وذلك يتفق مع ما أشار إليه ترافيس برادبيري وجين جريفز (٢٠١٣، ٢١) أن لا داعي للقلق بشأن انخفاض أو ارتفاع مستوى الذكاء الوجداني، حيث يمكن للأشخاص العمل على تطويره، وترقية مستوياتهم واللحاق بركب زملائهم في الأعمال ذات المستويات المرتفعة، وتضيف إيمان عباس الخفاف (٢٠١٣، ٢١٤) أن التعليم والتدريب القائم على تنمية كفاءات الذكاء الوجداني من شأنه أن يساعد الفرد على فهم الضغوط اليومية.

**نتائج الفرض الرابع:**

ينص الفرض الرابع على أنه: **"يمكن التنبؤ بأساليب مواجهة الضغوط المهنية لدى معلمي المرحلة الثانوية من خلال الذكاء الوجداني والصلابة النفسية".**

للتحقق من هذا الفرض، استخدمت الباحثة تحليل الانحدار المتعدد المتدرج، وجاءت نتائج تحليل الانحدار المتعدد كما يوضحها جدولي (١٣)، (١٤):

**أولاً: فيما يتعلق بالأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط المهنية:**

**جدول (١٣):**

**تحليل الانحدار للمتغير المستقل (الذكاء الوجداني) على المتغير التابع (الأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط المهنية)**

| المتغير المنبأ | معامل الانحدار (B) | الخطأ المعيارى (S.R) | بيتا Beta | T | Sig. | $R^2$ | ثابت الانحدار | F | Sig. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| الدرجة الكلية للذكاء الوجداني | 0.099 | 0.029 | 0.287 | 3.420 | 0.01 | 0.287 | 77.6 | 11.697 | 0.01 |

**يتضح من نتائج جدول (١٣) الآتي:**

- أسفرت نتائج تحليل الانحدار المتعدد المتدرج لدى معلمي المرحلة الثانوية عن وجود تأثير موجب دال إحصائيًا للذكاء الوجداني على الأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط المهنية؛ حيث بلغت قيمة (**F**) المحسوبة للنموذج (١١.٦٩٧) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١).
- أن معامل التحديد أو مربع معامل الارتباط المتعدد يساوى (٠.٢٨٧) مما يدل على أن الذكاء الوجداني يفَسِّر ٢٨.٧% من التباين في درجات المتغير التابع (الأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط المهنية) لدى معلمي المرحلة الثانوية، وهي كمية متوسطة من التباين المُفَسَّر بواسطة هذه الأبعاد.

ومما سبق يمكن صياغة معادلة الانحدار المتعدد التي تعين على التنبؤ بالأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط المهنية من الذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية في الصورة الأتية:

**الأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط المهنية** = ٧٧.٦ + ٠.٠٩٩ (الذكاء الوجداني)

**ثانياً: فيما يتعلق بالأساليب السلبية لمواجهة الضغوط المهنية:**

**جدول (١٤):**

**تحليل الانحدار للمتغير المستقل (الذكاء الوجداني) على المتغير التابع (الأساليب السلبية لمواجهة الضغوط المهنية)**

| المتغير المنبئ | معامل الانحدار (B) | الخطأ المعياري (S.R) | بيتا Beta | T | Sig. | $R^2$ | ثابت الانحدار | F | Sig. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| الدرجة الكلية للذكاء الوجداني | -0.099 | 0.029 | -0.283 | -3.365 | 0.01 | 0.283 | 82.3 | 11.325 | 0.01 |

يتضح من نتائج جدول (١٤) الآتي:

- أسفرت نتائج تحليل الانحدار المتعدد المتدرج لدى معلمي المرحلة الثانوية عن وجود تأثير موجب دال إحصائيًا للذكاء الوجداني على الأساليب السلبية لمواجهة الضغوط المهنية؛ حيث بلغت قيمة (F) المحسوبة للنموذج (١١.٣٢٥) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١).
- أن معامل التحديد أو مربع معامل الارتباط المتعدد يساوى (٠.٢٨٣) مما يدل على أن الذكاء الوجداني يفَسِّر ٢٨.٣% من التباين في درجات المتغير التابع (الأساليب السلبية لمواجهة الضغوط المهنية) لدى معلمي المرحلة الثانوية، وهي كمية متوسطة من التباين المُفَسَّر بواسطة هذه الأبعاد.

ومما سبق يمكن صياغة معادلة الانحدار المتعدد التي تعين على التنبؤ بالأساليب السلبية لمواجهة الضغوط المهنية من الذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية في الصورة الأتية:

**الأساليب السلبية لمواجهة الضغوط المهنية** = ٨٢.٣- ٠.٠٩٩ (الذكاء الوجداني)

**تفسير نتائج الفرض الرابع:**

تحقق الفرض الرابع للدراسة، حيث توصلت الدراسة إلى إمكانية التنبؤ بأساليب مواجهة الضغوط المهنية من خلال مستوى الذكاء الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية، حيث تتفق تلك النتيجة مع دراسة كل من (أيمن غريب قطب ناصر، ٢٠١١؛ عبد المنعم أحمد حسين علي، ٢٠١٢؛ جميلة بن عمور، ٢٠١٧؛ عادل سيد عبادي، ٢٠١٧؛ عادل محمد العدل، ٢٠١٨؛ محمد السيد عبد الرحمن وسامي أحمد رداد الغامدي، ٢٠٢٠)، ومما يشير إليه شحام عبد الحميد (٢٠١٦، ١٣٦) إلى أن عدم تعبير الفرد بالقدر الكافي عن مشاعره قد يؤدي إلى وحالة انزعاج، لذا تساهم مهارات التواصل على مواجهة الضغوط والتخفيف من حدتها.

ويمكن للباحثة تفسير ذلك بأن المعلم الواعي بمشاعره والذي يتمتع بمهارات أفضل على إدارة انفعالاته وتوجيهها من أجل زيادة دافعيته لتحقيق أهداف تتسق مع قدراته ومتطلبات عمله، يكون أكثر قدرة على التعامل مع التحديات التي تواجهه في عمله بنجاح، نتيجة تمتعه بسمات شخصية قادرة على المواجهة، مما يساعده على الحفاظ على هدوئه في المواقف الضاغطة، واتخاذ قرارات سليمة، فتتحسن صحته النفسية ويزداد رضاه عن نفسه وعن عمله، وعلى العكس من ذلك يميل المعلم ذو الذكاء الوجداني المنخفض إلى استخدام أساليب سلبية لمواجهة الضغوط المهنية، مثل التقبل والاستسلام، والانسحاب من المواقف الصعبة، أو نقد ذاته أو الآخرين وتجنب الاعتراف بالمسئولية، أو الانفعال وصعوبة التحكم في مشاعره، مما يجعله عرضة للإرهاق النفسي.

**توصيات الدراسة**: في ضوء نتائج الدراسة يمكن إبداء التوصيات التالية:

١. إجراء دورات تدريبية وبرامج دعم نفسي بهدف تعزيز مهارات الذكاء الوجداني لدى المعلمين، وذلك لما له من أهمية بالغة في مواجهة الضغوط المهنية.

٢. تدريب معلمي المرحلة الثانوية على إتقان مهارات حل المشكلات والتخطيط من أجل وقايتهم من خطر الوقوع في فخ القلق النفسي، وتشجيع معلمي المرحلة الثانوية على طلب المساعدة من الآخرين عند الحاجة، لما له من دور فعال في تحسين الصحة العقلية والجسدية لديهم.
٣. دعم المؤسسات التعليمية بما يدعم للمعلمين بيئة عمل داعمة لهم، وتوفير فرص للتطوير المهني والاجتماعي والنفسي.

**بحوث مقترحة**: استكمالاً لتلك الدراسة تتقدم الباحثة بالمقترحات الآتية:

١. فعالية برنامج قائم على مهارات الذكاء الوجداني في تنمية أساليب مواجهة الضغوط وأثره على التمكين النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية.
٢. فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تنمية الذكاء الوجداني وأثره على السلوك التوكيدي لدى معلمي المرحلة الثانوية.
٣. أساليب مواجهة الضغوط المهنية وعلاقتها بالتدفق النفسي وعادات العقل لدى معلمي المرحلة الثانوية.
٤. نمذجة العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط المهنية والذكاء الوجداني لدى مدراء المدارس الثانوية العامة والفنية (دراسة مقارنة).

**المراجع**:


١. الزهرة سلام والهادي سراية (٢٠١٦). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتوافق المهني: دراسة ميدانية على معلمي الطور الابتدائي لمدينة ورقلة، **رسالة ماجستير**، جامعة قاصدي مرباح-ورقلة، ورقلة.
٢. السيد إبراهيم السمادوني (٢٠٠١). الذكاء الوجداني والتوافق المهني للمعلم: دراسة ميدانية على عينة من المعلمين والمعلمات بالتعليم الثانوي العام، **عالم التربية**، ١(٣)، ٦٢- ١٥٢.
٣. إبراهيم الحسن الحكمي (٢٠٠٤). أثر التخصص الدراسي ووجهة الضبط على الذكاء الشخصي لطلاب جامعة أم القرى فرع الطائف، الرياض، **مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية**، ١٦(١)، ١٦٦- ٢٢٤.
٤. أحمد عيد مطيع الشخانبة (٢٠١٩). أساليب التكيف لضغوط العمل وعلاقتها بالصحة النفسية لدى العاملين، **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، (١٤٣)، ٣٧٣- ٤٠٤.
٥. أنعام هادي حسن (٢٠١٣). **الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية**. عمان: دار صفاء.
٦. أيمن غريب قطب ناصر (٢٠١١). الذكاء الوجداني كمنبئ بمهارات إدارة الضغوط لدى طلاب جامعة الأزهر: دراسة تطبيقية بعد أحداث ثورة ٢٥يناير بمصر، **المؤتمر السنوي السادس عشر للإرشاد النفسي: الإرشاد النفسي وإرادة التغيير، مصر بعد ثورة ٢٥ يناير**، القاهرة، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، مج١، ١٥٣- ٢٠٢.
٧. إيمان عباس الخفاف (٢٠١٣). **الذكاء الانفعالي تعلم كيف تفكر انفعالياً**. عمان: دار المناهج.
٨. ترافيس برادبيري وجين جريفز (٢٠١٠). **الكتاب السريع للذكاء العاطفي كل ما تحتاج إلى معرفته للاستفادة من ذكائك العاطفي**. الرياض: مكتبة جرير للترجمة والنشر والتوزيع.
٩. ترافيس برادبيري وجين جريفز (٢٠١٣). **الذكاء العاطفي ٢.٠**. الرياض: مكتبة جرير للترجمة والنشر والتوزيع.
١٠. جميلة بن عمور (٢٠١٧). الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب مواجهة مواقف الحياة الضاغطة لدى الطلبة الجامعيين، **رسالة دكتوراه**، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران٢.

١١. حمزة جهاد العدرة (٢٠٢١). الذكاء الانفعالي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر، **رسالة ماجستير**، كلية الدراسات العليا، جامعة الخليل.
١٢. خالد عبد الله الغامدي (٢٠١٦). مقاومة التغيير لدى معلمي المدارس الثانوية بمنطقة الباحة وعلاقتها بمستوى ذكائهم الوجداني، **مجلة القراءة والمعرفة**، جامعة عين شمس، كلية التربية، (١٨١)، ١- ٤٩.
١٣. خولة العاتي ومريم باهي (٢٠٢٢). علاقة الذكاء الوجداني باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة: دراسة ميدانية بكلية العلوم الاجتماعية والإنسانية جامعة الوادي، **رسالة ماجستير**، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الشهيد حمه لخضر- الوادي.
١٤. دانييل جولمان (٢٠٠٠). **الذكاء العاطفي**، ترجمة: ليلى الجبالي. الكويت: عالم المعرفة.
١٥. رشا أبو سيف النصر سلامة (٢٠١٨). دور الذكاء الوجداني كمتغير وسيط في العلاقة بين مسببات ضغوط العمل وسلوكيات العمل المضادة للإنتاجية: دراسة ميدانية، **المجلة العلمية لقطاع كليات التجارة**، جامعة الأزهر، (١٩)، ٦٦- ١٥٧.
١٦. عادل سيد عبادي (٢٠١٧). الذكاء الوجداني وأساليب مواجهة الضغوط لدى طلبة الجامعة ذوي خبرات الإساءة في مرحلة الطفولة، **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، ١٨(٤)، ٢٢٣- ٢٦٤.
١٧. عادل محمد العدل (٢٠١٨). الذكاء الانفعالي للمعلم وعلاقته باستراتيجيات المواجهة وأساليب ضبط الصف، **مجلة العلوم التربوية**، ٢٦(١)، ١ - ٣٩.
١٨. عبد المنعم أحمد حسين علي (٢٠١٢). الذكاء الوجداني بوصفه سمة وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب كلية التربية تيجي بالجماهيرية الليبية، **المجلة التربوية بسوهاج**، (٣٢)، ٢٠٥- ٢٨٦.
١٩. عويد سلطان المشعان (٢٠٠٠). مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين في المرحلة المتوسطة بدولة الكويت وعلاقتها بالاضطرابات النفسية الجسمية، **مجلة العلوم الاجتماعية**، ٢٨(١)، ٦٥- ٩٦.
٢٠. فاطمة الزهراء بيرم (٢٠١٦). الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الأساتذة الجامعيين " دراسة ميدانية بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة"، **رسالة ماجستير**، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد بوضياف المسيلة.
٢١. محمد السيد عبد الرحمن وسامي أحمد رداد الغامدي (٢٠٢٠). الذكاء الوجداني وعلاقته بالضغوط المهنية وأساليب مواجهتها لدى عينة من معلمي التربية الخاصة بعسير، **مجلة كلية التربية**، ٢٠(٢)، ١-٤٨.
٢٢. محمد بن سيف الوهطه (٢٠١٥). الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض، **مجلة الإرشاد النفسي**، مركز الإرشاد النفسي، (٤١)، ٤٧- ١٣١.
٢٣. مروة صبحي رجب شلبي (٢٠٢١). التدفق النفسي وعلاقته بقلق المستقبل المهني واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى الطلاب المعلمين ببرنامج التربية الخاصة، **مجلة تطوير الأداء الجامعي**، ١٦(٢)، ٦٤١- ٧٦٤.
24. Bala, R. (2017). Teacher effectiveness of secondary school teachers in relation to their emotional intelligence. **The International Journal of Indian Psychology,** 4(4), 72-78.

25. Bhuvaneswari, G. (2020). A study on emotional intelligence of higher secondary school teachers in Chengalpattu district**. Shanlax International Journal of Education,** 9(1), 146-151.
26. Hussain, S. N., Zulfqar, A., & Aziz, F. (2019). Analyzing Stress Coping Strategies and Approaches of School Teachers, **Pakistan Journal of Education,** 36, 1-18.
27. Margaret, K., Simon, N., & Sabina, M. (2018). Sources of occupational stress and coping strategies among teachers in borstal institutions in Kenya. **Edelweiss: Psychiatry Open Access,** 2(1), 18-21.
28. Martínez-Monteagudo, M. C., Inglés, C. J., Granados, L., Aparisi, D., & García-Fernández, J. M. (2019). Trait emotional intelligence profiles, burnout, anxiety, depression, and stress in secondary education teachers**. Personality and Individual Differences**, 142, 53-61.
29. Mondal, A., & Saha, B. (2017). Job satisfaction of secondary school teachers in relation to personality and emotional intelligence. **American Journal of Educational Research**, 5(10), 1097-1101.
30. Naqvi, I. H., Iqbal, M., & Akhtar, S. N. (2016). The relationship between emotional intelligence and performance of secondary school teachers. **Bulletin of Education and Research**, 38(1), 209-224.
31. Otor, J. A., & Jato, T. P. J. (2023). Emotional Intelligence and Employee Performance: A Study of Teachers in Secondary Schools in Benue State, Nigeria. **Journal Akuntansi dan Bisnis: Journal Program Study Akuntansi**, 9(1), 1-12.
32. Ponmozhi, D., & Ezhilbharathy, T. (2017). Emotional intelligence of school teachers. **IOSR Journal of Research & Method in education**, 7(3), 39- 42.
33. Prasad, K. D. V., Vaidya, R., & Kumar, V. A. (2016). Occupational Stress and Coping Strategies Effect on Teacher Performance: A Comparative Analysis among Women and Men Teachers Affiliated to CBSE Schools in and around Hyderabad. **IOSR Journal of Business and Management (IOSR-JBM) e-ISSN**, 18(11), 38-50.
34. Quraishi, U., Aziz, F., & Siddiquah, A. (2018). Stress and coping strategies of university teachers in Pakistan. **Pakistan Journal of Education**, 35(2). 193- 206.
35. Tripathy, M., (2018). **Emotional intelligence: an overview**. Lap Lambert Academic Publishing.