الضغوط المهنية التي يواجهها معلمو ومعلمات المرحلة الثانوية وعلاقتها بالذكاء العاطفي

د. عمر بن سليمان الشلاش oma_sha@hotmail.com
أستاذ علم النفس المساعد بكلية التربية بجامعة شقراء – المملكة العربية السعودية
الكلمات المفتاحية: الضغوط المهنية، الذكاء العاطفي، معلمو المرحلة الثانوية
Key Words: Job Stress, Emotional Intelligence
تاريخ استلام البحث : ٢٠١٩/٧/٢٢
DOI:10.23813/FA/80/5
FA-2019012-80C-216

مستخلص

هدف البحث الحالي إلى معرفة العلاقة بين الضغوط المهنية التي تواجه معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية وبين الذكاء العاطفي، ومعرفة الفروق في التعرض للضغوط المهنية وفقاً لمتغير التخصص (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – الفيزياء)، ومعرفة الفروق فى الذكاء العاطفي وفقاُ لمتغير التخصص (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – الفيزياء)، وقد أتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وطبقت على عينة قوامها (٨٠) معلماً ومعلمة، مقسمة إلى (٥٠) معلماً من ثانوية المعتمد بن عباد (بنين) بالرياض، و(٣٠) معلمة من الثانوية الـــ٤٧ للبنات بالرياض، وقد أعد الباحث مقياس الضغوط المهنية ومقياس الذكاء العاطفي، وقد توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين درجات الضغوط المهنية ككل ودرجات الذكاء العاطفي، ووجود فروق في الضغوط المهنية لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية باختلاف الجنس (ذكور – إناث) لصالح الذكور، ووجود اختلاف في الذكاء العاطفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية باختلاف الجنس (ذكور – إناث) لصالح الإناث، كما توصلت النتائج إلى وجود فروق في الضغوط المهنية لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية باختلاف التخصص (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – الفيزياء) ووجود فروق في الذكاء العاطفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية باختلاف التخصص (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – الفيزياء) ".

The Stress Job faced by secondary school teachers and their relation to emotional intelligence

Omar Sulaiman Shelash
Assistant Professor of Psychology, College of Education, Shaqra University- Kingdom of Saudi Arabia

Abstract:

The Current search target at finding out the relationship between the sStress job faced by secondary school teachers and the emotional intelligence, knowledge of the differences in exposure to Stress job according to the specialization variable (Arabic language - English language - physics), and the knowledge of the differences in emotional intelligence according to the specialization variable (Arabic - (80) teachers and teachers, divided into (50) teachers from Al-Muqtam bin Abad (Boys) School in Riyadh and 30 teachers from the 47th secondary school for girls in Riyadh. The researcher prepared a stress job scale Emotional Intelligence scale, The results showed that there was a negative correlation between the scores of stress jobas a whole and the scores of emotional intelligence at the level of (0.01). There were differences in the stress job of male and female secondary school teachers in favor of males. The study found that there were differences in the stress job of secondary school teachers according to different specialization (Arabic language, English language, physics) and differences in emotional intelligence among teachers and teachers. Secondary level by specialty (Arabic language - English language - physics) ".

الفصل الأول:

أولاً: مشكلة البحث:

تنبع مشكلة الدراسة الحالية من وجود العديد من السلبيات بمعظم المؤسسات التعليمية، ومن أكثر السلبيات تأثيراً على الطلاب، تلك السلبيات التي تنتج عن العنصر البشري خاصةً المعلم، والذي دوره إعداد إجيالٍ للمستقبل، ويتخذه الطالب مثالاً يحتذى به، ولذلك يجب التأكد من أن المعلم يعمل تحت مظلة السواء النفسي، فقد يعاني من بعض الضغوطات المهنية التي قد تنتج عن عدة أسباب، كعدم وضوح الأهداف التربوية أو الالتزام بإنجاز أعمال إدارية إضافية أو ناتجةٍ عن التسلطية أو المشاحنات مع الزملاء، فضلاً عن عدم

العدالة والمساواة بينهم في الحوافز المادية أو المعنوية، وقد تمثل تلك العوامل ضغوطاً تجعل المعلم في حالة من التوتر والقلق والصراع النفسي.

فهذه الضغوط ما هي إلا تهديد لعامل الأمان النفسي والشخصي والاجتماعي لديه (المطيري، ٢٠١٣) مما يضع أمامه عائقاً لإنجاز مهامه التربوية، والعجز عن السيطرة على الأفعال والمشاعر، والابتعاد عن الآخرين، مما يشكل إغفالاً للعمليات العاطفية أو الوجدانية المتعلقة به، وهذا ما تؤكده بعض الدراسات كدراسة المقيطيب (٢٠١٩) التي أثبتت وجود علاقة إرتباطية موجبة بين الذكاء الوجداني وأساليب مواجهة الضغوط المهنية لدى ممارسات القيادة التربوية.

ولتجنب آثار وأضرار الضغوط المهنية تشير بعض الدراسات كدراسة (Humphery, R.H, 2002)، ودراسة أحمدن (٢٠٠٦) والعمرات (٢٠١٤) إلى أهمية التمتع بمهارات الذكاء العاطفي، والذي تورده (عبدالفتاح، ٢٠١٨) في التخطيط، وقوة التحكم في المشاعر والانفعالات، والتعامل مع الضغوط، وتحديد الهدف بوضوح، ودراسة الموقف الحالي، والمرونة.

وهذا ما دفع الباحث في الدراسة الحالية إلى البحث في العلاقة بين الذكاء العاطفي والضغوط المهنية للمعلم، إضافةً إلى ما لاحظه الباحث – في حدود علمه- من افتقار التراث النفسي العربي إلى دراسة تناولت علاقة الضغوط المهنية تحديداً بالذكاء العاطفي، ولدى فئة كالمعلمين والمعلمات الذين يواجهون ضغوطاً في عملهم تمثل أكثر العوائق والصعوبات التي تواجههم في عملهم، وتقلل من عطاءهم وإنجازهم للعديد من مهامهم المهنية، وتصنع جواً من التوتر والعدوانية التي تتجلى في علاقاتهم مع بعضهم مما يخل بالمنظومة التعليمية، وذلك كما سبق الإشارة إليه في مقدمة البحث.

وتحاول الدراسة من خلال عرض المشكلة الإجابة على الأسئلة الآتية:

١. هل توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الضغوط المهنية والذكاء العاطفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية؟
٢. هل تختلف الضغوط المهنية لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية باختلاف الجنس (ذكور – إناث)؟
٣. هل يختلف الذكاء العاطفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية باختلاف الجنس (ذكور – إناث)؟
٤. هل تختلف الضغوط المهنية لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية باختلاف التخصص (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – الفيزياء)؟
٥. هل يختلف مستوى الذكاء العاطفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية باختلاف التخصص (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – الفيزياء)؟

ثانياً : مشكلة البحث:

أهمية الدراسة

تنبع أهمية الدراسة الحالية من المشكلة التي تتناولها بالبحث والمتمثلة في التأكد من وجود علاقة بين الذكاء العاطفي والضغوط المهنية التي تتعرض لها الفئة المستهدفة والتي هي فئة المعلمين، وكذلك تأثير التخصصات العلمية للمعلمين على مستوى الضغوط المهنية التى يتعرضون لها، وعلى مستوى الذكاء العاطفي أيضاً، كما تقوم الدراسة ببناء مقياس الضغوط المهنية، ومقياس والذكاء العاطفي، مساهمتاً في أثراء المكتبات العربية والمكتبات السعودية، بمقاييس عربية تتناسب مع البيئة السعودية.

ثالثاُ: أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلي:

١. الكشف عن العلاقة بين الضغوط المهنية التي تواجه معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية وبين الذكاء العاطفي.
٢. معرفة الفروق في التعرض للضغوط المهنية وفقاً لمتغير التخصص (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – الفيزياء).
٣. معرفة الفروق في الذكاء العاطفي وفقاُ لمتغير التخصص (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – الفيزياء).
٤. بناء مقياس الضغوط المهنية للمعلمين
٥. بناء مقياس الذكاء العاطفي للمعلمين

رابعاً: فروض الدراسة:

١. توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين الضغوط المهنية والذكاء العاطفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية.
٢. تختلف الضغوط المهنية لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية باختلاف الجنس (ذكور – إناث).
٣. يختلف الذكاء العاطفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية باختلاف الجنس (ذكور – إناث).
٤. تختلف الضغوط المهنية لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية باختلاف التخصص (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – الفيزياء).
٥. يختلف الذكاء العاطفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية باختلاف التخصص (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – الفيزياء).

خامساً: تحديد المصطلحات:

١-الضغوط المهنية The Stress Job

تُعرف الضغوط المهنية بأنها حالة من عدم توافق الفرد مع بيئة العمل، نتيجة لتعرضة لمثيرات ذاتية وبيئة تفوق طاقته التكيفية وينتج عنها مجموعة من الأثار النفسية والفسيولوجية والسلوكية (عثمان، ٢٠١٠: ٣٤).

ويعرفها الباحث إجرائياً بأنها: "حالة من التشتت النفسي والذهني تغلب على المعلم أثناء أدائة أو تعامله مع الآخرين في مجال عمله"

٢- الذكاء العاطفي Emotional intelligence

ويعرفه سالوفي وماير (Salovey & Mayer) بأنه: " القدرة على معرفة الشخص لمشاعره وانفعالاته الخاصة، ومعرفته بمشاعر الآخرين وقدرته على ضبط مشاعره وتعاطفه مع الآخرين وتحفيز ذاته للتعامل بصورة إيجابية وسليمة" (السمادوني، ٢٠٠٧: ٤١).

ويعرفه الباحث إجرائياً بأنه: "مجموعة من المهارات الشخصية التي تهيء المعلم لفهم مشاعره وانفعالاته وضبطها حسب إرادته، إلى جانب قدرته على فهم واستعاب مشاعر الآخرين، مما يساعده على الأداء الجيد في العمل وحسن التفاعل مع الآخرين (طلاب – زملاء- رؤساء)".

الفصل الثاني:

(الأدب النظري ودراسات سابقة)

الأدب النظري:-

اولاً: الضغوط المهنية

تُعد الضغوط المهنية أحد الإضطرابات التي قد تواجه المُعلم في مجال عمله، فهي أحد أنواع الضغوط التي تلاحق الإنسان فى عصرنا الحالي، إذ أن تداخل وتعدد المهام التي استحدثت، وأساليب التعلم الحديثة التي تعتمد على استخدام التكنولوجيا، بالإضافة المنافسة، قد يمثل عبْئاً وضغطاً على المعلم، حيث تعد الضغوط المهنية من أكثر العوائق التي تواجه المعلم، فقد لا يستطيع المعلم إنجاز مهامه المهنية، وقد يذهب هذا الخلل بالمعلم إلى التعامل بطرق وأساليب ومشاعر سلبية، وقد يتعرض أيضاً للأكثر من ذلك فيقع فريسة للإصابة بالقلق والاكتئاب، مما يضعف من قدرته على العطاء، ويصنع التوتر والعدائية في علاقته مع الطلاب والزملاء والرؤساء، ومن الأمور السلبية التى فد تحدث نتاج الضغوط التى تصيب المعلم، الخلل التعليمي الذي قد يصيب المنظومة التعليمية ككل.

ونُعد الضغوط حالة نفسية وذهنية وجسمية تنتاب الفرد وتتسم بالشعور بالإرهاق البدني، كما تتسم بالشعور بالضيق والتعاسة وعدم الرضا عن النفس أو المنظمة أو المجتمع (سرحان، ٢٠١٤: ٧٢).

ومما لا شك فيه أن الشخصية التي تتعرض للضغوط هي الشخصية التي تعاني من بعض المشكلات والاضطرابات النفسية، وهذا ما أكدته العديد من الدراسات التي أجريت

في الميدان التربوي، كدراسة خليفات والمطارنة (٢٠١٠) التي دلت نتائجها على أهمية أساليب مواجهة الضغوط المهنية كمتغير تربطه علاقات مختلفة بمتغيرات تنظيمية ونفسية عديدة، كالأداء الوظيفي، والولاء التنظيمي، واتخاذ القرارات، والسلوك القيادي، وسمات الشخصية، والقلق وعدم الرضا والذكاء العاطفي، ووجهة الضبط، وكذلك دراسة سلامي (٢٠٠٨) التي توصلت إلى وجود علاقة سلبية بين ضغوط العمل والرضا الوظيفي، كما أكدت على وجود علاقة بين الضغوط المهنية وسمة القلق.

ثانياً: الذكاء العاطفي:

يعد أفضل منبئ بالنجاح في الحياة الاجتماعية موازنةً بالذكاء المعرفي، كما أن التمتع بالذكاء العاطفي هو مايجعل الفرد بحالة صحية سليمة أثناء مواجهة الضغوط المهنية (الخضر، ٢٠٠٢).

كما يستنتج الباحث ذلك من تعريفات بار-أون (Bar-on, 2005) الذي يرى بأن الذكاء العاطفي: "مجموعة من المهارات والكفايات غير المعرفية في الجوانب الشخصية والانفعالية والاجتماعية والتي تؤثر في قدرة الفرد على معالجة المطالب والضغوط البيئية، وأنه عامل مهم في تحديد قدرة الفرد على النجاح في الحياة" (Bar-On, 2005). وكذلك جولمان (Golman,1998) الذي يرى -أيضاً- بأن الذكاء العاطفي هو مجموعة من المهارات الانفعالية والاجتماعية التي يتمتع بها الفرد واللازمة للنجاح.

وقد أكد هذا نموذج القدرة (لماير وسلوفي) والذي كان مفاده أن هناك أربع قدرات فرعية للذكاء العاطفي، وتتمثل في: التعرف على الانفعالات- توظيف الانفعالات- فهم الانفعالات- إدارة الانفعالات. ومن ثم فإن عدم القدرة على التكيف مع البيئة أمر شائع لدى الأفراد الذين لا يملكون مهارات ثانوية، مثل: حل المشكلات، وتجريب الواقع، وتحمل الضغوط، والتحكم في الانفعالات (المزروع، ٢٠٠٧).

وقد قسم بار_أون المكونات إلى خمسة مكونات أساسية لا معرفية، ويشتمل كل مكون على عدة مكونات فرعية كالتالي: الذكاء العاطفي الشخصي- الذكاء العاطفي البيئشخصي- إدارة الضغوط- التكيفية- المزاج العام (Bar-On, 1997).

دراسات سابقة:-

أولاً: دراسات تناولت الضغوط المهنية:

١- دراسة بوحتة وشعوبي (٢٠١٢) التي هدفت إلى الكشف عن محددات الضغط المهني لدى أساتذة مرحلة التعليم المتوسط وكيفية تجاوزها فى المتوسطات فى مدينة تقرت، وكذلك البحث عن الفروق التي في الضغط المهني تبعاً للجنس، والخبرة، والمستوى التعليمي، وجرى أتباع المنهج الوصفي، وقد طبقت الدراسة على عينة قوامها (١٠٠) معلماً، ومن الأدوات المستخدمة: استبيان محددات الضغط المهني واختبار الذكاء، وقد توصلت النتائج إلى اختلاف محددات الضغط المهني باختلاف المتغيرات الشخصية، وعدم وجود فروق

ذات دلالة إحصائية في الضغط المهني لدى أساتذة مرحلة التعليم المتوسط تبعاً لعامل الجنس، السن، الأقدمية، المستوى التعليمي.

٢- دراسة عيشاوي والصديقي (٢٠١٥) والتي هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الضغوط المهنية والأداء الوظيفي لمعلمي المرحلة الابتدائية، والبحث عن العلاقة بين عبء الدور الوظيفي وغموض الدور وصراع الدور وبين الأداء الوظيفى، كما هدفت للبحث بين الأداء الوظيفى والمتغيرات الديموغرافية تبعاً للجنس، والخبرة، والمستوى التعليمي، وطريقة التوظيف، وقد أتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وطبق على عينة قوامها (٨٢) معلماً ومعلمة من معلمين المرحلة الابتدائية، وجرى استخدام الملاحظة والمقابلة وتطبيق استبانة لقياس الأداء الوظيفي، وقد توصلت النتائج إلى تباين المستويات الخاصة بضغوط العمل بين المرتفع والمنخفض بغض النظر عن عبء العمل أو غموض الدور أو صراع الدور، كما توصلت النتائج إلى وجود علاقة إرتباطية بين ضغوط العمل متمثلة في: عبء الدور وصراع الدور وغموض الدور وبين الأداء الوظيفي.

٣- دراسة أنينوى وآخرين (Anyanwu, et al., 2015) التي هدفت الدراسة إلى معرفة أسباب وأعراض الضغوط المهنية وأساليب المواجهة لدى مديري المدارس الثانوية بولاية كروكس ريفر بنيجيريا. وقد طبقت الدراسة على عينة قوامها (٣٢٠) من مديري المدارس مقسمة إلى (٣٠٤) من الذكور، و(١١٦) من الإناث، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن أفراد العينة يعانون من أعراض الضغوط المختلفة مثل (الشعور بالصداع، آلام الجسم العادية، ارتفاع ضغط الدم)، كما أشارت النتائج إلى أنه يجب على المديرين توظيف موظفين مؤهلين في الإدارة والاهتمام بالتدريب المستمر، وطلب المساعدة من الآخرين من أجل تخفيف ضغط العمل عليهم وإيجاد بيئة عمل ملائمة.

٤- دراسة باهي (٢٠١٦) التي هدفت إلى معرفة مستوى الضغوط المهنية لدى معلمي التربية الرياضية، وكذلك العلاقة بين الضغوط المهنية ومستوى الرضا المهني لدى المعلمين، وقد اتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وطبقت على عينة قوامها (١٠) من معلمي التربية الرياضية، وقد وجرى استخدام مقياس الضغوط المهنية ومقياس الرضا الوظيفي، وقد توصلت النتائج إلى وجود مستوى عالٍ من الضغوط لدى عينة البحث، كما توصلت إلى وجود علاقة إرتباطية عكسية بين مستوى الضغوط المهنية والرضا الوظيفي لدى المعلمين.

٥- دراسة كويليت وآخرين (Quellette, et al., 2017) التي هدفت إلى البحث عن العلاقة بين الضغوط المهنية والرضا المهني لدى المعلمين فى ضوء المناخ التنظيمي، وقد اتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وجرى التطبيق على عينة قوامها (٦٥) معلماً، وتم استخدام مقياس الرضا الوظيفي ومقياس ضغوط العمل، وقد توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الضغوط المهنية والمناخ التنظيمي لدى عينة الدراسة، وعدم وجود علاقة ارتباطية بين الرضا المهني والمناخ التنظيمي، كما تبين عدم وجود علاقة بين الضغوط المهنية والرضا الوظيفي لدى عينة الدراسة.

المحور الثاني: دراسات تناولت الذكاء العاطفي وعلاقته بالضغوط:

1- دراسة سعادة (٢٠١٢) وهدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الذكاء الانفعالي والقدرة على إدارة الضغوط المهنية لدى مديري المؤسسات التعليمية، والكشف عن الفروق فى مستوى الذكاء الانفعالي بين عينة الدراسة فى ظل متغيرات: الجنس، والخبرة، والمرحلة التعليمية، وقد اتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وطبقت على عينة قوامها (١٨٠) من مديري المدارس الابتدائية والمتوسطة والثانوية بولاية ورقلة، وجرى استخدام اختبار مستوى القدرة على إدارة الضغوط المهنية، وقائمة الكفاءات الانفعالية ACL V2، وقد توصلت النتائج إلى وجود علاقة إرتباطية موجبة بين الذكاء العاطفي ومستوى القدرة على إدارة الضغوط المهنية، كما تبين عدم اختلاف درجات الذكاء العاطفي تبعاً لمتغير الجنس، بينما اختلفت درجات الذكاء العاطفي لدى أفراد العينة تبعاً للخبرة والمراحل التعليمية.

٢- دراسة الدوسري (٢٠١٣) التي هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الذكاء الوجداني والضغوط النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة الأميرة نورة بالرياض، وكذلك معرفة أي من مهارات الذكاء الوجداني يمكن استخدامها فى التنبؤ بالضغوط النفسية لدى العينة، وقد اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وطبقت الدراسة على عينة قوامها (١٣٢) من الأساتذة بجامعة الأميرة نورة بالرياض، وتم استخدام مقياس الضغوط النفسية، ومقياس الذكاء الوجداني، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين الذكاء الوجداني بمهاراته المختلفة وبين الضغوط النفسية لدى عينة البحث، كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات مرتفعي ومنخفضي الذكاء الوجداني في الضغوط النفسية لصالح منخفضي الذكاء الوجداني، كما توصلت إلى حصول مهارة إدارة الانفعالات على المؤشر الأعلى لمنبئ بالضغوط النفسية.

٣- دراسة عبادي (٢٠١٧) التي هدفت إلى معرفة الفروق بين الطلبة المرتفعين والمنخفضين ذوي خبرات الإساءة وأساليب المواجهة والعلاقة بينهما، وتم استخدام المنهج الوصفي، وطبقت على عينة قوامها (١٤٠) طالب وطالبة، وجرى استخدام مقياس الذكاء الوجداني، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط، ومقياس الإساءة في مرحلة الطفولة، وقد دلت النتائج على وجود فروق بين الطلاب العاديين والطلاب ذوي خبرات الإساءة في مرحلة الطفولة، ووجود علاقة بين الذكاء الوجداني وأساليب المواجهة لدى الطلاب ذوي الإساءة.

٤ - دراسة ريي وآخرين (Rey, et al., 2016) التي هدفت إلى معرفة مستوى الذكاء العاطفي لدى المعلمين القادرين على التعامل مع الضغوط المهنية، وكذلك الفروق تبعاً لمتغيرات (الجنس، العمر، المرحلة الدراسية) وقد اتبعت الدراسة المنهج المسحي، وطبقت الدراسة على عينة قوامها (٤٨٩) معلماً من الأسبان، واستخدمت الدراسة مقياس الذكاء العاطفي، ومقياس الضغط الوظيفي، وتوصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء العاطفي والقدرة على تحمل الضغوط المهنية، كما توصلت إلى عدم وجود فروق بين الذكاء العاطفي والقدرة على تحمل الضغوط وفقاً لمتغيرات: الجنس، السن، المرحلة الدراسية.

٥ - دراسة المشوح والوهطة (٢٠١٥) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة

الرياض، واستخدمت المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (١٧٣) مرشداً طلابياً، كما استخدمت الدراسة مقياس الذكاء الوجداني ومقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط، وأظهرت نتائجها وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الوجداني بصورة عامة واستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية: (الاستراتيجية الدينية، استراتيجية حل المشكلات، استراتيجية الضبط الذاتي، استراتيجية التخطيط).

التعقيب على الدراسات السابقة

أولاً: التعقيب على الدراسات التى تناولت محور الضغوط المهنية:

تعددت الدراسات وتباينت فيما بينها من حيث تناولها للموضوع، حيث بحثت دراسة بوحتة وشعوبي (٢٠١٢) في محددات الضغط المهني وكيفية تجاوزها، بينما بحث عيشاوي والصديقي (2015) في العلاقة بين الضغط المهني والأداء الوظيفي، كما بحثت دراسة (Anyanwu, et al., 2015) عن أسباب وأعراض الضغوط المهنية وكيفية التغلب عليها، وأتفقت دراسات كل من باهي (٢٠١٦) وكويليت وآخرين (Quellette, et al., 2017) في دراستها للعلاقة بين الضغوط المهتية والرضا الوظيفي، وقد أختلفت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة من حيث تناول الموضوع والهدف منه، إذ تنفرد الدراسة الحالية بالبحث فى العلاقة بين الضغوط المهنية والذكاء العاطفي، بينما تتفق مع معظم الدراسات السابقة كدراسة دراسة كويليت وآخرين (Quellette, et al.,2017)، ودراسة عيشاوي والصديقي (٢٠١٥) في تبنيها للمنهج الوصفي، كما تتفق مع معظم الدراسات من حيث العينة حيث يتم التطبيق على المعلمين كدراسة بوحتة وشعوبي (٢٠١٢)، ودراسة عيشاوي والصديقي (٢٠١٥)، بينما تختلف مع دراسة (Anyanwu, et al., 2015) التي طبقت على عينة من مديري المدارس الثانوية.

أما من حيث الأدوات فقد أتفقت الدراسة الحالية مع جميع الدراسات السابقة فى تقديم مقياس الضغوط المهنية، كدراسة عيشاوي والصديقي (٢٠١٥)، ودراسة كويليت وآخرين (Quellette, et al., 2017).

ثانياً: التعقيب على الدراسات التى تناولت محور الذكاء العاطفي

جرى تناول موضوع الذكاء العاطفي في الدراسات السابقة من عدة أوجه، وقد أتفق منها نسبياً مع الدراسة الحالية دراسة سعادة (٢٠١٢) في تناولها للذكاء العاطفي وعلاقته بالضغوط المهنية، ودراسة المشوح والوهطة (٢٠١٥) في تناولها للعلاقة بين الذكاء العاطفي واستيراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابين، مع الاختلاف في العينة، والمتغيرات البحثية كالخبرة والمرحلة الدراسية، بينما اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة الدوسري (٢٠١٣) التي تناولت العلاقة بين الذكاء الوجداني والضغوط النفسية، ودراسة ريي (Rey, et al., 2016) التي تناولت الكشف عن الذكاء العاطفي المتعلق بالضغط الوظيفي لدى المعلمين. كما اتفقت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة من حيث اتباعها للمنهج الوصفي، كدراسة سعادة (٢٠١٢)، والدوسري (٢٠١٣). كما اتفقت الدراسة

الحالية مع جميع الدراسات السابقة فى تقديم مقياس الذكاء العاطفي كدراسة المشوح، والوهطة (٢٠١٥)، ودراسة ريي وآخرين (Rey, et al., 2016).

الفصل الثالث

منهجية البحث واجراءاته الميدانية

أولاً: منهج البحث

اتبع هذا البحث المنهج الوصفي الارتباطي للإجابة عن أسئلة الدراسة والتحقق من فروضها، فيما يتعلق بالضغوط المهنية والذكاء العاطفي.

ثانياً: مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع معلمي ثانوية المعتمد بن عباد، وجميع معلمات الثانوية ٤٧ للبنات بالرياض.

ثالثاً: عينة الدراسة

- تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية لحساب الخصائص السيكومترية لادوات القياس من (٥٠) معلم ومعلمه.
- تكونت عينة الدراسة النهائية من: (٨٠) فرداً من معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية: (٥٠) معلماً من معلمي ثانوية المعتمد بن عباد (بنين) بالرياض، و(٣٠) معلمة من معلمات الثانوية ٤٧ (بنات) بالرياض جرى اختيارهم بطريقة عشوائية.

رابعاً: إجراءات البحث

١- الاطلاع على الأطر النظرية والدراسات والبحوث المتعلقة بمتغيرات البحث (الضغوط المهنية والذكاء العاطفي).
٢- إعداد أدوات البحث والتي تتضمن مقياس الضغوط المهنية ومقياس الذكاء العاطفي.
٣- التحقق من الكفاءة السيكومترية لأدوات البحث.
٤- اختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية
٥- تطبيق أدوات البحث علي عينة الدراسة.
٦- اختيار الأساليب الإحصائية المناسبة للبحث.
٧- المعالجة الاحصائية للبينات
٨- مناقشة النتائج وتفسيرها.
٩- اقتراح البحوث والتوصيات فى ضوء نتائج البحث.

خامساً: أدوات الدراسة

استخدمت الدراسة الأدوات الآتية وهي:

١- مقياس الضغوط المهنية (إعداد الباحث).
٢- مقياس الذكاء العاطفي (إعداد الباحث).

١- مقياس الضغوط المهنية (إعداد الباحث)

مر هذا المقياس بعدة خطوات نوضحها فيما يلي:

الدراسة الاستطلاعية: وتضمنت جمع مصادر المعرفة المرتبطة بالمقياس، سواء أكان ذلك من خلال تحليل النظريات، أم تفنيد الدراسات والمقاييس، أم الوقوف على الملاحظات الميدانية من قبل الخبراء، ويمكن الكشف عن ذلك فيما يلى:

١- **دراسة وتحليل النظريات والبحوث السابقة**: فمن المسلم به أن القياس النفسي يعتمد على نظريات تفسره، وبحوث ميدانية تختبر صلاحيته وكفاءته، ومن ثم جاءت ضرورة تحليل النظريات والبحوث المرتبطة بالصحة النفسية، وذلك بهدف معرفة وجهات النظر المختلفة فى تفسير هذا المفهوم؛ مما ساعد على استخلاص مجالات ومكونات الظاهرة وكذلك تحديد التعريفات الاجرائية، ويعد ذلك خطوة أساسية لبناء المقياس وتحديد مكوناته.

٢- **الاطلاع على المقاييس والاختبارات السابقة** التي تناولتت الضغوط المهنية**:** بهدف الاستفادة منها فى تحديد مكونات المقياس، والتعرف بصورة عملية على كيفية كتابة بنود المقياس.

٣- **تكوين المفردات وصياغة عبارات المقياس:** وذلك في ضوء مصادر المعرفة السابقة، وبناءً على التعريفات الإجرائية الخاصة بكل مكون، وصيغت عبارات المقياس بلغة عربية سهلة واضحة غير موحية أو مزدوجة المعنى.

٤- **تحكيم المقياس:** وذلك بعرضه على مجموعة من الاختصاصين في علم النفس والصحة النفسية (ن=١٠) بهدف الوقوف على مدى ملاءمتها وصقل الصياغة بما يتناسب مع العينة المدروسة.

٥- **الصورة النهائية للمقياس:** إذ تكون بصورته النهائية من (٤٠) عبارة موزعة على (٥) أبعاد كالتالي:

- البعد الأول: العبء الوظيفي، وتضمن (٧) عبارات.
- البعد الثاني: مواكبة الحداثة، وتضمن (٧) عبارات.
- البعد الثالث: الموارد البشرية، وتضمن (١٢) عبارة.
- البعد الرابع: البيئة المدرسية، وتضمن (٧) عبارات.
- البعد الخامس: العامل الاقتصادي، وتضمن (٧) عبارات.

٢- مقياس الذكاء العاطفي (إعداد الباحث)

وقد مر هذا المقياس بعدة خطوات نوضحها فيما يلي:

الدراسة الاستطلاعية: وتمت بعد الاطلاع على مصادر المعرفة المرتبطة بالمقياس، سواءً كان ذلك من خلال تحليل النظريات، أو تفنيد الدراسات والمقاييس، أو الوقوف على الملاحظات الميدانية من قبل الخبراء، ويمكن الكشف عن ذلك فيما يلي:

٦- **دراسة وتحليل النظريات والبحوث السابقة**: فمن المسلم به أن القياس النفسي يعتمد على نظريات تفسره، وبحوث ميدانية تختبر صلاحيته وكفاءته، ومن ثم جاءت ضرورة تحليل النظريات والبحوث المرتبطة بالصحة النفسية، وذلك بهدف معرفة وجهات النظر المختلفة في تفسير هذا المفهوم؛ مما ساعد على استخلاص محاور ومكونات الظاهرة وتحديد التعريف الإجرائي لها، ويعد ذلك خطوة أساسية لبناء المقياس وتحديد مكوناته.

٧- **الاطلاع على المقاييس والاختبارات السابقة** التي تناوت الذكاء العاطفي والاستفادة منها في تحديد مكونات المقياس، والتعرف بصورة عملية على كيفية كتابة بنود المقياس.
٨- **تكوين المفردات وصياغة عبارات المقياس:** وذلك في ضوء مصادر المعرفة السابقة، وبناءً على التعريفات الإجرائية الخاصة بكل مكون، وقد صيغت عبارات المقياس بلغة عربية سهلة واضحة غير موحية أو مزدوجة المعنى.
٩- **تحكيم المقياس:** عرض المقياس على (ن=١٠) من الاختصاصين في علم النفس والصحة النفسية، وذلك بهدف الوقوف على مدى ملاءمتها وصقل الصياغة بما يتناسب مع العينة المدروسة.
١٠- **الصورة النهائية للمقياس:** حيث تكون مقياس الذكاء العاطفي بصورته النهائية من (٤٥) عبارة موزعة على (٤) أبعاد كالتالي:
- البعد الأول: المهارات الاجتماعية، وتضمن (١٣) عبارة.
- البعد الثاني: السيطرة على الذات، وتضمن (١١) عبارة.
- البعد الثالث: التكيف، وتضمن (١٠) عبارات
- البعد الرابع: التعاطف الوجداني، وتضمن (١١) عبارة

الخصائص السيكومترية لمقياس الضغوط المهنية:
قام الباحث بالتحقق من توافر الخصائص السيكومترية (الصدق – الثبات) لمقياس الضغوط المهنية لدى معلمي المرحلة الثانوية، وذلك كالآتي:
أولاً: صدق المقياس
للتأكيد على صدق المحتوى اعتمد الباحث في هذا البحث على صدق المحكمين، وكذلك الاتساق الداخلي، والصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية)، وفيما يلي توضيح لذلك:
أ. صدق المحكمين: قام الباحث بعرض المقياس في صورته الأولية على عدد (١٠) من المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية؛ وذلك لإبداء آرائهم حول مدى ملائمة الأبعاد للظاهرة موضع القياس، ومدى ملائمة العبارات للأبعاد، وبناءا على آرائهم قام الباحث بإجراء التعديلات التي اتفق عليها المحكمون، وقد أبقى الباحث على العبارات التي اتفق ٨٠% فأكثر من المحكمين على صلاحيتها، وفيما يلي جدول (١) يوضح نسب اتفاق المحكمين على المقياس وأبعاده:

جدول (١) نسب الاتفاق بين المحكمين على مقياس الضغوط المهنية لدى معلمي المرحلة الثانوية

م	أبعاد المقياس	الاتفاق بين المحكمين		نسبة الاتفاق
		موافق	غير موافق	
١	العبء الوظيفي	٩	١	%٩٠
٢	مواكبة الحداثة	٨	٢	%٨٠
٣	الموارد البشرية	١٠	٠	%١٠٠
٤	البيئة المدرسية	١٠	٠	%١٠٠
٥	العامل الاقتصادي	٩	١	%٩٠
	المجموع	٤٦	٤	%٩٢

وبعد إجراء التعديلات التي أشار إليها السادة المحكمون والتي تضمنت تعديل في صياغة بعض عبارات المقياس، فقد أصبح المقياس في صورته النهائية مكون من (٤٠) عبارة موزعة على (٥) أبعاد كالتالي:

- البعد الأول: العبء الوظيفي، وتضمن (٧) عبارات.
- البعد الثاني: مواكبة الحداثة، وتضمن (٧) عبارات.
- البعد الثالث: الموارد البشرية، وتضمن (١٢) عبارة.
- البعد الرابع: البيئة المدرسية، وتضمن (٧) عبارات.
- البعد الخامس: العامل الاقتصادي، وتضمن (٧) عبارات.

ب. صدق الموازنة الطرفية (الصدق التمييزي): وتقوم هذه الطريقة في جوهرها على موازنة متوسطات المجموعات التي حصلت على أعلى الدرجات بالمجموعات التي حصلت على أقل الدرجات، ثم حساب دلالة الفروق بين هذه المتوسطات، وعندما تصبح لتلك الفروق دلالة إحصائية واضحة يمكن القول بأن المقياس حقق قدراً مطمئناً من الصدق، فقد جرى ترتيب الدرجات الكلية لكل من أساليب التقديم وأساليب التقويم ترتيباً تنازلياً وأخذ أعلى وأدنى ٢٧% من الدرجات لتمثل مجموعة أعلى ٢٧% الأفراد المرتفعين، ومجموعة أدنى ٢٧% من الدرجات الأفراد المنخفضين، وباستخدام اختبار مان ويتني Mann-Whitney في الموازنة بين المتوسطات لمعرفة معاملات التمييز بين الأفراد المرتفعين والمنخفضين كما هو موضح بجدول (٢) التالي:

جدول (٢)
يوضح دلالة الفروق بين رتب المجموعات الطرفية (الإرباعي الأعلى، والارباعي الأدنى) في مقياس الضغوط المهنية

المتغير	مجموعة الإرباعي الأعلى ن = ١٣		مجموعة الإرباعي الأدنى ن = ١٣		قيمة (U)	قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب				
الضغوط المهنية	٢٠,٠٠	٢٦٠,٠٠	٧,٠٠	٩١,٠٠	٠,٠٠٠	٩١,٠٠٠	٤,٣٥٣-	دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من جدول (٢) السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطات مجموعة الإرباعي الأعلى ومتوسطات مجموعة الإرباعي الأدنى في مقياس الضغوط المهنية لمعلمي المرحلة الثانوية؛ كما أن قيمة (U) دالة عند مستوى (٠,٠١) عند الدرجة الكلية للمقياس؛ مما يدل على الصدق التمييزي للمقياس، وهذا يعني تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق.

ج. الاتساق الداخلي (التكوين الفرضي):

تم التحقق من الاتساق الداخلي لمقياس الضغوط المهنية من خلال التطبيق الذي تم للمقياس على العينة الاستطلاعية التي قوامها (٥٠) معلماً ومعلمة من معلمي المرحلة الثانوية، وذلك كما يلي:

١) حساب معاملات الارتباط بين عبارات المقياس والدرجة الكلية للأبعاد كل على حده:

جدول (٣)
يوضح معاملات الارتباط بين عبارات مقياس الضغوط المهنية لمعلمي المرحلة الثانوية ودرجات الأبعاد كل بعد على حده

العبء الوظيفي		مواكبة الحداثة		الموارد البشرية		البيئة المدرسية		العامل الاقتصادي	
العبارة	معامل ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للبعد	العبارة	معامل ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للبعد	العبارة	معامل ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للبعد	العبارة	معامل ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للبعد	العبارة	معامل ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للبعد
١	**٠,٨٨٦	١	**٠,٩٤٤	١	**٠,٩٨٠	١	**٠,٨٢٥	١	**٠,٩٨٢
٢	**٠,٨٩٣	٢	**٠,٩٢١	٢	**٠,٩٢٢	٢	**٠,٨١٩	٢	**٠,٩٤٤
٣	**٠,٨٨١	٣	**٠,٨٠٢	٣	**٠,٨٨٢	٣	**٠,٨٢٠	٣	**٠,٨٨٠
٤	**٠,٨٥٦	٤	**٠,٩١٩	٤	**٠,٩٠١	٤	**٠,٨٠٢	٤	**٠,٩٣١
٥	**٠,٩٠١	٥	**٠,٨٩٣	٥	**٠,٩٦١	٥	**٠,٧٤٨	٥	**٠,٨٩٨
٦	**٠,٨٧١	٦	**٠,٩٠٧	٦	**٠,٩١٧	٦	**٠,٨٠٠	٦	**٠,٧٠٧

العبء الوظيفي		مواكبة الحداثة		الموارد البشرية		البيئة المدرسية		العامل الاقتصادي	
العبارة	معامل ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للبعد	العبارة	معامل ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للبعد	العبارة	معامل ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للبعد	العبارة	معامل ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للبعد	العبارة	معامل ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للبعد
٧	**٠,٨٢٨	٧	**٠,٩١٦	٧	**٠,٨٣١	٧	**٠,٦٦٢	٧	**٠,٩١٢
				٨	**٠,٩٦٥				
				٩	**٠,٩٦٣				
				١٠	**٠,٨٦٦				
				١١	**٠,٩٤٩				
				١٢	**٠,٩١٦				

**** دالة عند مستوى (٠,٠١)**

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين عبارات المقياس والدرجة الكلية لكل بعد على حدة تراوحت ما بين (٠,٦٦٢)، و(٠,٩٨٢) وجميعها دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١).

٢) حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس:

جدول (٤)

يوضح معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس الضغوط المهنية والدرجة الكلية للمقياس

م	أبعاد المقياس	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	العبء الوظيفي	٠,٧٥٩	٠,٠١
٢	مواكبة الحداثة	٠,٨٩١	٠,٠١
٣	الموارد البشرية	٠,٨٠١	٠,٠١
٤	البيئة المدرسية	٠,٧٩٤	٠,٠١
٥	العامل الاقتصادي	٠,٩٠٩	٠,٠١

ويتضح من الجدولين السابقين أن معاملات الارتباطات بين العبارات والدرجة الكلية لكل بعد على حده، وكذلك بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس كلها دالة عند مستوى (٠,٠١)، وهذا يدل على ترابط وتماسك العبارات والأبعاد؛ مما يدل على أن المقياس يتمتع باتساق داخلي.

ثانياً: ثبات المقياس

تم حساب ثبات المقياس في البحث الحالي بعدة طرق وهي: معامل الفا كرونباخ والتجزئة النصفية، وإعادة التطبيق كما يلي:

أ- معامل ألفا كرونباخ (α) Cronbach's Alpha: استخدم الباحث هذه الطريقة في حساب ثبات المقياس وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (٥٠) فرداً من المعلمين والمعلمات في ثانويتي المعتمد بن عباد (بنين) والثانوية الـ ٤٧ (بنات) بالرياض.

ويوضح الجدول التالي (٥) معاملات الثبات لكل بعد من أبعاد المقياس، وكذلك الدرجة الكلية باستخدام معامل الفا كرونباخ.

ب- التجزئة النصفية **Split Half**: كما تم حساب معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، إذ جرى تفريغ درجات العينة البالغ عددها (٥٠) معلماً ومعلمة، ثم قسمت الدرجات في كل بعد إلى نصفين (الفقرات الفردية والزوجية)، وتم بعد ذلك استخراج معاملات الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات النصفين في كل بعد، ثم تصحيحها باستخدام معادلة (سبيرمان- براون)، ثم استخدام معادلة جوتمان كما هو موضح في الجدول التالي رقم (٥):

جدول (٥) قيم معامل الثبات لكل بعد من أبعاد مقياس الضغوط المهنية وللمقياس ككل

الأبعاد	عدد الأبعاد	معامل الفا كرونباخ	معامل الثبات باستخدام التجزئة النصفية	معامل الثبات بعد التصحيح	معامل جوتمان
العبء الوظيفي	٧	٠,٩٤٨	٠,٨١٦	٠,٨٩٩	٠,٨٧٧
مواكبة الحداثة	٧	٠,٩٦١	٠,٨٢٧	٠,٩٠٧	٠,٨٨٧
الموارد البشرية	١٢	٠,٩٨٤	٠,٩٤٣	٠,٩٧٠	٠,٩٧٠
البيئة المدرسية	٧	٠,٦٩٨	٠,٦٨٤	٠,٨١٥	٠,٦٢٤
العامل الاقتصادي	٧	٠,٩٥٨	٠,٩٣٩	٠,٩٦٩	٠,٩٢٥
المقياس ككل	٤٠	٠,٩٠٣	٠,٨٨٧	٠,٨٩٥	٠,٨٩١

وتدل هذه القيم على أن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات، ويمكن الوثوق به، وأنه صالح للتطبيق.

جـ-إعادة التطبيق: تم حساب ثبات المقياس بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق Test-retest، إذ قام الباحث بإعادة تطبيق المقياس بعد ثلاثة أسابيع على عدد (٥٠ معلماً ومعلمة) من معلمي المرحلة الثانوية في العام الدراسي ١٤٣٩/١٤٤٠.

جدول (٦)
يوضح معاملات ثبات أبعاد مقياس الضغوط المهنية بطريقة إعادة الاختبار

م	أبعاد المقياس	الثبات بإعادة التطبيق
١	العبء الوظيفي	**٠,٨٣٥
٢	مواكبة الحداثة	**٠,٨٦١
٣	الموارد البشرية	**٠,٧٨٠
٤	البيئة المدرسية	**٠,٧٧٤
٥	العامل الاقتصادي	**٠,٧٥٠
	المقياس ككل	**٠,٨٠٥

** دالة عند مستوى دلالة ٠,٠١

وتدل هذه القيم على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات لقياس الضغوط المهنية لمعلمي المرحلة الثانوية، ومن ثم ثبات المقياس ككل.

الخصائص السيكومترية لمقياس الذكاء العاطفي:

قام الباحث بالتحقق من توافر الشروط السيكومترية (الصدق – الثبات) لمقياس الذكاء العاطفي لدى معلمي المرحلة الثانوية، وذلك كالآتي:

أولاً: صدق المقياس:

اعتمد الباحث في هذا البحث على صدق المحكمين للتأكيد على صدق المحتوى، وكذلك الاتساق الداخلي، والصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية)، وفيما يلي توضيح لذلك:

أ- صدق المحكمين: قام الباحث بعرض المقياس في صورته الأولية على عدد (١٠) من المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية؛ وذلك لإبداء آرائهم حول مدى ملائمة الأبعاد للظاهرة موضع القياس، ومدى ملائمة العبارات للأبعاد، وبناءاً على آرائهم قام الباحث بإجراء التعديلات التي اتفق عليها المحكمون، وأبقى على العبارات التي اتفق ٨٠% فأكثر من المحكمين على صلاحيتها، وجدول (٧) التالي يوضح نسب اتفاق المحكمين على المقياس وأبعاده:

جدول (٧) يوضح نسب اتفاق المحكمين على مقياس الذكاء العاطفي لدى معلمي المرحلة الثانوية

م	أبعاد المقياس	الاتفاق بين المحكمين		نسبة الاتفاق
		موافق	غير موافق	
١	المهارات الاجتماعية	١٠	٠	%١٠٠
٢	السيطرة على الذات	٩	١	%٩٠
٣	التكيف	٨	٢	%٨٠
٤	التعاطف الوجداني (التودد)	٨	٢	%٨٠
	المجموع	٣٦	٤	%٩٠

وبعد إجراء التعديلات التي أشار إليها المحكمون والتي تضمنت تعديل في صياغة بعض عبارات المقياس، فقد أصبح المقياس في صورته النهائية بعد إجراء تعديلات المحكمين مكون من (٤٥) عبارة موزعة على (٤) أبعاد كالتالي:

- البعد الأول: المهارات الاجتماعية، وتضمن (١٣) عبارة.
- البعد الثاني: السيطرة على الذات، وتضمن (١١) عبارة.
- البعد الثالث: التكيف، وتضمن (١٠) عبارات.
- البعد الرابع: التعاطف الوجداني، وتضمن (١١) عبارة.

ب- صدق الموازنة الطرفية (الصدق التمييزي): وتقوم هذه الطريقة في جوهرها على موازنة متوسطات المجموعات التي حصلت على أعلى الدرجات بالمجموعات التي حصلت على أقل الدرجات ثم حساب دلالة الفروق بين هذه المتوسطات، وعندما تصبح لتلك الفروق دلالة إحصائية واضحة يمكن القول بأن المقياس قد حقق قدراً مطمئناً من الصدق، فقد تم ترتيب الدرجات الكلية لكل من أساليب التقديم وأساليب التقويم ترتيباً تنازلياً وأخذ أعلى وأدنى ٢٧% من الدرجات لتمثل مجموعة أعلى ٢٧% الأفراد المرتفعين، وتمثل مجموعة أدنى ٢٧% من الدرجات الأفراد المنخفضين، وباستخدام اختبار مان وتيني Mann-Whitney في الموازنة بين المتوسطات لمعرفة معاملات التمييز بين الأفراد المرتفعين والمنخفضين كما هو موضح بالجدول التالي رقم (٨):

جدول (٨) يوضح دلالة الفروق بين رتب المجموعات الطرفية (الإرباعي الأعلى، والإرباعي الأدنى) في مقياس الذكاء العاطفي

المتغير	مجموعة الإرباعي الأعلى ن = ١٣		مجموعة الإرباعي الأدنى ن = ١٣		قيمة (U)	قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب				
الذكاء العاطفي	٢٠,٠٠	٢٦٠,٠٠	٧,٠٠	٩١,٠٠	٠,٠٠٠	٩١,٠٠٠	-٤,٣٦٧	دالة عند مستوى (٠,٠١)

ويتضح من الجدول السابق رقم (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطات مجموعة الإرباعي الأعلى ومتوسطات مجموعة الإرباعي الأدنى في مقياس الذكاء العاطفي لمعلمي المرحلة الثانوية؛ كما أن قيمة (U) دالة عند مستوى (٠,٠١) عند الدرجة الكلية للمقياس؛ مما يدل على الصدق التمييزي للمقياس، وهذا يعني تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق.

ج. الاتساق الداخلي (التكوين الفرضي):

تم التحقق من الاتساق الداخلي لمقياس الذكاء العاطفي من خلال التطبيق الذي تم للمقياس على العينة الاستطلاعية التي قوامها (٥٠) معلم ومعلمة من معلمي المرحلة الثانوية، وذلك كما يلي:

١) حساب معاملات الارتباط بين عبارات المقياس والدرجة الكلية للأبعاد كل على حده:

جدول (٩) معاملات الارتباط بين عبارات مقياس الذكاء العاطفي لمعلمي المرحلة الثانوية ودرجات الأبعاد كل بعد على حده

المهارات الاجتماعية		السيطرة على الذات		التكيف		التعاطف الوجداني	
العبارة	معامل ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للبعد	العبارة	معامل ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للبعد	العبارة	معامل ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للبعد	العبارة	معامل ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للبعد
١	**٠,٩٩٣	١	**٠,٩٤٣	١	**٠,٩٨٩	١	**٠,٩٦٢
٢	**٠,٩٣٧	٢	**٠,٩٥٤	٢	**٠,٩٥٣	٢	**٠,٩٣٠
٣	**٠,٩٦٧	٣	**٠,٩٥٤	٣	**٠,٩٣٩	٣	**٠,٩٣٠
٤	**٠,٩٣٦	٤	**٠,٩٣٢	٤	**٠,٩٣٤	٤	**٠,٩٠٩
٥	**٠,٩٦٤	٥	**٠,٩٠٩	٥	**٠,٩٣٥	٥	**٠,٨٧٦
٦	**٠,٩١٩	٦	**٠,٨١٥	٦	**٠,٩٦٨	٦	**٠,٨٧٥
٧	**٠,٩٩٣	٧	**٠,٩٥٤	٧	**٠,٨٨٠	٧	**٠,٩١٢
٨	**٠,٩٤٠	٨	**٠,٨٧٣	٨	**٠,٩٢١	٨	**٠,٨٢٨
٩	**٠,٩٣٣	٩	**٠,٩٨٢	٩	**٠,٨٤٧	٩	**٠,٨٨٨
١٠	**٠,٩٩٣	١٠	**٠,٩٥٤	١٠	**٠,٩١٧	١٠	**٠,٧٩٨
١١	**٠,٨٦٧	١١	**٠,٨٥٨			١١	**٠,٨٤٧
١٢	**٠,٨٩٦						
١٣	**٠,٧٥٧						

**** دالة عند مستوى (٠,٠١)**

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين عبارات المقياس والدرجة الكلية لكل بعد على حده تراوحت ما بين (٠,٦٦٢)، و(٠,٩٨٢) وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

٢) حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس:

جدول (١٠) يوضح معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس الذكاء العاطفي والدرجة الكلية للمقياس

م	أبعاد المقياس	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	المهارات الاجتماعية	٠,٨٢٠	٠,٠١
٢	السيطرة على الذات	٠,٨٦٧	٠,٠١
٣	التكيف	٠,٧٣٥	٠,٠١
٤	التعاطف الوجداني (التودد)	٠,٨٠٨	٠,٠١

ويتضح من الجدولين السابقين أن معاملات الارتباطات بين العبارات والدرجة الكلية لكل بعد على حده، وكذلك بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس كلها دالة عند مستوى (٠,٠١) وهذا يدل على ترابط وتماسك العبارات والأبعاد؛ مما يدل على أن المقياس يتمتع باتساق داخلي.

ثانياً: ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس في البحث الحالي بعدة طرق وهي: معامل الفا كرونباخ والتجزئة النصفية، وإعادة التطبيق كما يلي:

أ- معامل ألفا كرونباخ (α) Cronbach's Alpha: استخدم الباحث هذه الطريقة في حساب ثبات المقياس وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (٥٠) فرداً من المعلمين والمعلمات في ثانويتي المعتمد بن عباد (بنين) والثانوية الـ ٤٧ (بنات) بالرياض، ويوضح الجدول التالي (١١) معاملات الثبات لكل بعد من أبعاد المقياس، وكذلك الدرجة الكلية باستخدام معامل ألفا كرونباخ.

ب- التجزئة النصفية **Split Half**: كما تم حساب معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، إذ تم تفريغ درجات العينة البالغ عددها (٥٠) معلماً ومعلمة، ثم قسمت الدرجات في كل بعد إلى نصفين (الفقرات الفردية والزوجية)، وتم بعد ذلك استخراج معاملات الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات النصفين في كل بعد، ثم تصحيحها باستخدام معادلة (سبيرمان- براون)، كما تم استخدام معادلة جوتمان كما هو موضح في جدول (١١) التالي:

جدول رقم (١١) قيم معامل الثبات لكل بعد من أبعاد مقياس الذكاء العاطفي وللمقياس ككل

الأبعاد	عدد الأبعاد	معامل الفا كرونباخ	معامل الثبات باستخدام التجزئة النصفية	معامل الثبات بعد التصحيح	معامل جوتمان
المهارات الاجتماعية	١٣	٠,٩٨٧	٠,٩٧٤	٠,٩٨٧	٠,٩٧٨
السيطرة على الذات	١١	٠,٩٨٢	٠,٩٢٨	٠,٩٦٣	٠,٩٥٧
التكيف و	١٠	٠,٩٨٢	٠,٩٧١	٠,٩٨٥	٠,٩٨٤
التعاطف الوجداني (التودد)	١١	٠,٩٧٣	٠,٩٦٢	٠,٩٨١	٠,٩٦٥
المقياس ككل	٤٥	٠,٩٠٨	٠,٨٩٨	٠,٩١٣	٠,٩٠١

وتدل هذه القيم على أن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات، ويمكن الوثوق به، وأنه صالح للتطبيق.

جـ إعادة التطبيق: تم حساب ثبات المقياس بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق Test-retest، حيث قام الباحث بإعادة تطبيق المقياس بعد ثلاثة أسابيع على عدد (٥٠ معلماً ومعلمة) من معلمي المرحلة الثانوية في العام الدراسي ١٤٣٩/١٤٤٠.

جدول (١٢) يوضح معاملات ثبات أبعاد مقياس الذكاء العاطفي بطريقة إعادة الاختبار

م	أبعاد المقياس	الثبات بإعادة التطبيق
١	المهارات الاجتماعية	**٠,٧٨٠
٢	السيطرة على الذات	**٠,٧٥١
٣	التكيف	**٠,٨٩٢
٤	التعاطف الوجداني (التودد)	**٠,٨٣٨
	المقياس ككل	**٠,٨٠٠

** دالة عند مستوى دلالة ٠,٠١

وتدل هذه القيم على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات لقياس الذكاء العاطفي لمعلمي المرحلة الثانوية، ومن ثم ثبات المقياس ككل.

❖ **أساليب المعالجة الإحصائية:**

قام الباحث باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- معادلة كوبر Cooper لإيجاد نسب الاتفاق بين المحكمين.
- معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات المقاييس المستخدمة في الدراسة.
- أسلوب التجزئة النصفية ومعامل جوتمان لحساب ثبات المقاييس.
- طريقة إعادة التطبيق لحساب ثبات المقاييس المستخدمة في الدراسة.
- معامل ارتباط بيرسون Pearson بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه؛ وذلك لتقدير الاتساق الداخلي للمقاييس المستخدمة.
- اختبار مان ويتني Mann-Whitney لحساب صدق المقارنة الطرفية للمقاييس المستخدمة.
- تم التحقق من صحة الفرض الأول باستخدام معامل ارتباط بيرسون pearson لتحديد العلاقة الارتباطية بين درجات الضغوط المهنية والذكاء العاطفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية.
- تم التحقق من صحة الفرض الثاني والثالث بحساب قيمة (ت) بين مجموعتين مستقلتين، ومدى دلالتها للفرق بين متوسطي درجات مجموعة الذكور، ومجموعة الإناث في مقياس الضغوط المهنية ومقياس الذكاء العاطفي.
- تم التحقق من صحة الفرض الرابع والخامس باستخدام اختبار تحليل التباين One Way ANOVA لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية وفقا للتخصص (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية - الفيزياء).

- تم استخدام أسلوب " شيفيه scheffe " للمقارنات البعدية للبحث عن موضع الفروق بين المجموعات نتيجة لاختلاف التخصص (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية - الفيزياء).

الفصل الرابع

عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

فيما يلي عرض للنتائج التي أسفر عنها البحث وذلك من خلال الإجابة عن أسئلة البحث، واختبار صحة كل فرض من فروض البحث، ثم تفسير ومناقشة هذه النتائج في ضوء الإطار النظري للبحث والدراسات السابقة، وذلك بهدف معرفة الضغوط المهنية وعلاقتها بالذكاء العاطفي لدى عينة من معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية.

نتائج الفرض الأول:

والذي ينص على أنه: " **توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين الضغوط المهنية والذكاء العاطفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية** ". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون pearson لتحديد العلاقة الارتباطية بين درجات مقياس الضغوط المهنية بأبعاده ودرجات مقياس الذكاء العاطفي بأبعاده، كما هو مبين بالجدول التالي:

جدول (13) دراسة العلاقة الارتباطية بين مقياس الضغوط المهنية بأبعاده ومقياس الذكاء العاطفي بأبعاده: عينة البحث ن=٨٠

أبعاد مقياس الضغوط المهنية	معامل الارتباط	أبعاد مقياس الذكاء العاطفي				
		المهارات الاجتماعية	السيطرة على الذات	التكيف	التعاطف الوجداني	المقياس ككل
العبء الوظيفي	ر	-٠,٩١٠**	-٠,٨٩٠**	-٠,٨٨٠**	-٠,٨٠٠**	-٠,٩٠٣**
	الدلالة	دالة	دالة	دالة	دالة	دالة
مواكبة الحداثة	ر	-٠,٨٩٦**	-٠,٨٦٩**	-٠,٨٦٧**	-٠,٧٤٣**	-٠,٨٧٦**
	الدلالة	دالة	دالة	دالة	دالة	دالة
الموارد البشرية	ر	-٠,٩١٥**	-٠,٨٦٠**	-٠,٨٣١**	-٠,٩٢٣**	-٠,٩١٨**
	الدلالة	دالة	دالة	دالة	دالة	دالة
البيئة المدرسية	ر	-٠,٨٨١**	-٠,٨٥٢**	-٠,٨٣١**	-٠,٧٧٦**	-٠,٨٦٩**
	الدلالة	دالة	دالة	دالة	دالة	دالة
العامل الاقتصادي	ر	-٠,٨٤٦**	-٠,٨٢١**	-٠,٨٣٨**	-٠,٨٣٩**	-٠,٨٤٩**
	الدلالة	دالة	دالة	دالة	دالة	دالة
المقياس ككل	ر	-٠,٩٥٧**	-٠,٩٢٢**	-٠,٧٦٢**	-٠,٨٨٧**	-٠,٩٥٢**
	الدلالة	دالة	دالة	دالة	دالة	دالة

(**) دالة عند مستوى (٠,٠١)

ويتضح من الجدول السابق:

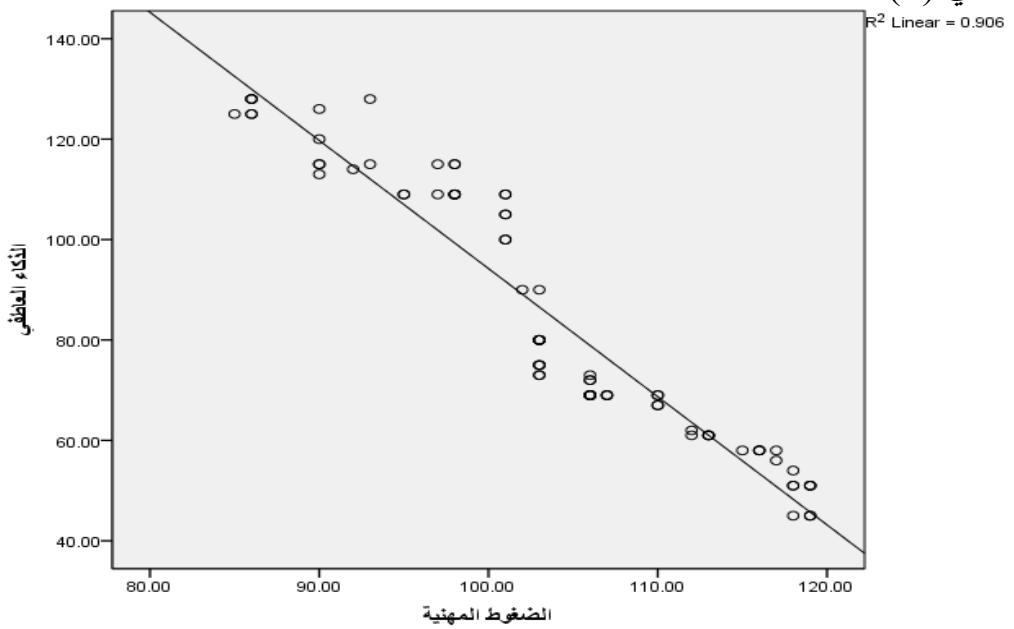
- أنه توجد علاقة ارتباطية عكسية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين درجات الضغوط المهنية ككل ودرجات الذكاء العاطفي ككل؛ حيث بلغت قيمة معامل ارتباط

بيرسون (-٠,٩٥٢) وهي دالة عند مستوى (٠,٠١)؛ أي أن مقياس الضغوط المهنية والذكاء العاطفي مرتبطان ارتباطاً عكسياً.

- كما أنه توجد علاقة ارتباطية عكسية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين درجات معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية في كل بعد من أبعاد مقياس الضغوط المهنية على حده (العبء الوظيفي، مواكبة الحداثة، الموارد البشرية، البيئة المدرسية، العامل الاقتصادي) ودرجاتهم في أبعاد مقياس الذكاء العاطفي كل على حدة (المهارات الاجتماعية، السيطرة على الذات، التكيف، التعاطف الوجداني)؛ أي أن أبعاد الضغوط المهنية والذكاء العاطفي مرتبطان ارتباطاً عكسياً.

ويفسر الباحث هذا في ضوء ما جرى التوصل إليه في دراسة المشوح والوهطة (٢٠١٥) من وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الوجداني بصورة عامة واستراتيجيات مواجهة الضغوط، ودراسة أحمدن (٢٠٠٦) التي توصلت إلى أن مرتفعي الذكاء الوجداني أكثر استخداماً لأساليب المواجهة الإيجابية للضغوط من منخفضي الذكاء الوجداني، كما يرجع الباحث هذا إلى تعريف بار-أون (Bar-on) الذي يرى بأن الذكاء العاطفي: "مجموعة من المهارات والكفايات غير المعرفية في الجوانب الشخصية والانفعالية والاجتماعية والتي تؤثر في قدرة الفرد على معالجة المطالب والضغوط البيئية، وهو عامل مهم في تحديد قدرة الفرد على النجاح في الحياة"، وبالتالي فإن الشخص الذي يتمتع بالذكاء الوجداني هو الشخص القادر -فعلاً- على إدارة انفعالاته ومعالجة المطالب والضغوط الموجهة نحوه.

- **وهذا يعني قبول الفرض الأول من فروض البحث - وهو ما يتضح من خلال الشكل التالي** (1):



شكل (١) يوضح العلاقة الارتباطية بين الضغوط المهنية والذكاء العاطفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية

نتائج الفرض الثاني:

والذي ينص على أنه: "**تختلف الضغوط المهنية لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية باختلاف الجنس (ذكور – إناث)** ". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) بين مجموعتين مستقلتين، ومدى دلالتها للفرق بين متوسطي درجات مجموعة معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية في أبعاد مقياس الضغوط المهنية، وهو ما يتضح من خلال الجدول التالي (14):

جدول (14) قيمة "ت" ومستوى دلالتها للفرق بين متوسطي درجات معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية في مقياس الضغوط المهنية

الأبعاد	المجموعة	العدد (ن)	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
العبء الوظيفي	ذكور	٥٠	٥٣,٤٢	٢٦٧١,٠٠	١٠٤,٠٠٠	٥٦٩,٠٠٠	-٦,٥٨٠	دالة عند مستوى (٠,٠١)
	إناث	٣٠	١٨,٩٧	٥٦٩,٠٠				
مواكبة الحداثة	ذكور	٥٠	٥٣,٠٩	٢٦٥٤,٥٠	١٢٠,٥٠٠	٥٨٥,٥٠٠	-٦,٤٦٧	دالة عند مستوى (٠,٠١)
	إناث	٣٠	١٩,٥٢	٥٨٥,٥٠				
الموارد البشرية	ذكور	٥٠	٥٥,٥٠	٢٧٧٥,٠٠	٠,٠٠٠	٤٦٥,٠٠٠	-٧,٦٣٤	دالة عند مستوى (٠,٠١)
	إناث	٣٠	١٥,٥٠	٤٦٥,٠٠				
البيئة المدرسية	ذكور	٥٠	٥٢,٧٧	٢٦٣٨,٥٠	١٣٦,٥٠٠	٦٠١,٥٠٠	-٦,٤٣٥	دالة عند مستوى (٠,٠١)
	إناث	٣٠	٢٠,٠٥	٦٠١,٥٠				
العامل الاقتصادي	ذكور	٥٠	٥٣,٦٤	٢٦٨٢,٠٠	٩٣,٠٠٠	٥٥٨,٠٠٠	-٦,٩٤٩	دالة عند مستوى (٠,٠١)
	إناث	٣٠	١٨,٦٠	٥٥٨,٠٠				
المقياس ككل	ذكور	٥٠	٥٥,٥٠	٢٧٧٥,٠٠	٠,٠٠٠	٤٦٥,٠٠٠	-٧,٤٧٨	دالة عند مستوى (٠,٠١)
	إناث	٣٠	١٥,٥٠	٤٦٥,٠٠				

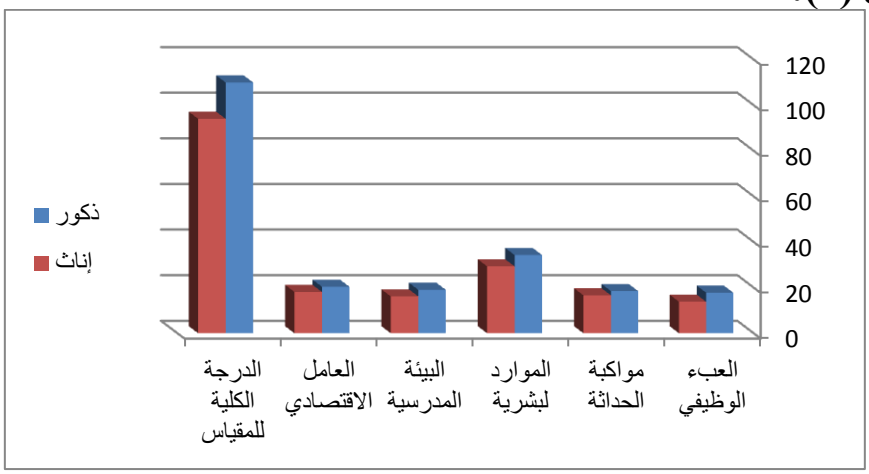
ويتضح من الجدول السابق ما يلي:

- ارتفاع متوسطات رتب درجات معلمي المرحلة الثانوية عن متوسطات رتب درجات معلمات المرحلة الثانوية في بعد العبء الوظيفي المتضمن بمقياس الضغوط المهنية، إذ بلغ متوسط رتب الذكور (٥٣,٤٢) بينما كان متوسط رتب الإناث (١٨,٩٧).
- وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي رتب درجات المعلمين والمعلمات في بعد العبء الوظيفي المتضمن بمقياس الضغوط المهنية لصالح المعلمين.
- ارتفاع متوسطات رتب درجات معلمي المرحلة الثانوية عن متوسطات رتب درجات معلمات المرحلة الثانوية في بعد مواكبة الحدث المتضمن بمقياس الضغوط المهنية، إذ بلغ متوسط رتب الذكور (٥٣,٠٩) بينما كان متوسط رتب الإناث (١٩,٥٢).
- وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي رتب درجات المعلمين والمعلمات في بعد مواكبة الحدث المتضمن بمقياس الضغوط المهنية لصالح المعلمين.
- ارتفاع متوسطات رتب درجات معلمي المرحلة الثانوية عن متوسطات رتب درجات معلمات المرحلة الثانوية في بعد الموارد البشرية المتضمن بمقياس الضغوط المهنية، إذ بلغ متوسط رتب الذكور (٥٥,٥٠) بينما كان متوسط رتب الإناث (١٥,٥٠).
- وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي رتب درجات المعلمين والمعلمات في بعد الموارد البشرية المتضمن بمقياس الضغوط المهنية لصالح المعلمين.
- ارتفاع متوسطات رتب درجات معلمي المرحلة الثانوية عن متوسطات رتب درجات معلمات المرحلة الثانوية في بعد البيئة المدرسية المتضمن بمقياس الضغوط المهنية، إذ بلغ متوسط رتب الذكور (٥٢,٧٧) بينما كان متوسط رتب الإناث (٢٠,٠٥).
- وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي رتب درجات المعلمين والمعلمات في بعد البيئة المدرسية المتضمن بمقياس الضغوط المهنية لصالح المعلمين.
- ارتفاع متوسطات رتب درجات معلمي المرحلة الثانوية عن متوسطات رتب درجات معلمات المرحلة الثانوية في بعد العامل الاقتصادي المتضمن بمقياس الضغوط المهنية، إذ بلغ متوسط رتب الذكور (٥٣,٦٤) بينما كان متوسط رتب الإناث (١٨,٦٠).
- وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي رتب درجات المعلمين والمعلمات في بعد العامل الاقتصادي المتضمن بمقياس الضغوط المهنية لصالح المعلمين.
- ارتفاع متوسطات رتب درجات معلمي المرحلة الثانوية عن متوسطات رتب درجات معلمات المرحلة الثانوية في الدرجة الكلية لمقياس الضغوط المهنية، حيث بلغ متوسط رتب الذكور (٥٥,٥٠) بينما كان متوسط رتب الإناث (١٥,٥٠).

- وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي رتب درجات المعلمين والمعلمات في الدرجة الكلية لمقياس الضغوط المهنية لصالح المعلمين.

ويرجع الباحث تفسير نتيجة هذا الفرض لكثرة المسؤوليات التى يواجهها الذكور، عن التي تواجهها الأناث، حيث تمثل المهنه والوظيفة الركن الأساسي فى حياة الرجل مقارنه بالمرأه، كما تمثل الأعباء المادية بعداً أكبر للرجل موازنةً بالمرأة كونه مسؤولاً ورب أسرة، وهذا ما اختلف مع دراسة بوحتة وشعوبي (٢٠١٢) التي لم تكشف فروقاً بين الجنسين فى التعرض للضغوط المهنية.

- وهذا يعني قبول الفرض الثاني من فروض البحث - وهو ما يتضح من خلال الشكل البياني التالي (2):



شكل (٢) رسم بياني يوضح المدرج التكراري لمتوسطات درجات أبعاد مقياس الضغوط المهنية لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية

نتائج الفرض الثالث:

والذي ينص على أنه: "**يختلف الذكاء العاطفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية باختلاف الجنس (ذكور – إناث)**". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) بين مجموعتين مستقلتين، ومدى دلالتها للفرق بين متوسطي درجات مجموعة معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية في أبعاد مقياس الذكاء العاطفي، وهو ما يتضح من خلال الجدول التالي رقم (١٥):

جدول (١٥) يوضح قيمة "ت" ومستوى دلالتها للفرق بين متوسطي درجات معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية في مقياس الذكاء العاطفي

الأبعاد	المجموعة	العدد (ن)	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (W)	قيمة (Z)	الدلالة
المهارات الاجتماعية	ذكور	٥٠	٢٥,٦٤	١٢٨٢,٠٠	٧,٠٠٠	١٢٨٢,٠٠٠	٧,٥٤٢-	دالة عند مستوى (٠,٠١)
	إناث	٣٠	٦٥,٢٧	١٩٥٨,٠٠				
السيطرة على الذات	ذكور	٥٠	٢٥,٥٠	١٢٧٥,٠٠	٠,٠٠٠	١٢٧٥,٠٠٠	٧,٦٣٣-	دالة عند مستوى (٠,٠١)
	إناث	٣٠	٦٥,٥٠	١٩٦٥,٠٠				
التكيف	ذكور	٥٠	٢٦,١٦	١٣٠٨,٠٠	٣٣,٠٠٠	١٣٠٨,٠٠٠	٧,٤٢٩-	دالة عند مستوى (٠,٠١)
	إناث	٣٠	٦٤,٤٠	١٩٣٢,٠٠				
التعاطف الوجداني	ذكور	٥٠	٢٥,٥٠	١٢٧٥,٠٠	٠,٠٠٠	١٢٧٥,٠٠٠	٧,٥٨٩-	دالة عند مستوى (٠,٠١)
	إناث	٣٠	٦٥,٥٠	١٩٦٥,٠٠				
المقياس ككل	ذكور	٥٠	٢٥,٥٠	١٢٧٥,٠٠	٠,٠٠٠	١٢٧٥,٠٠٠	٧,٤٧٨-	دالة عند مستوى (٠,٠١)
	إناث	٣٠	٦٥,٥٠	١٩٦٥,٠٠				

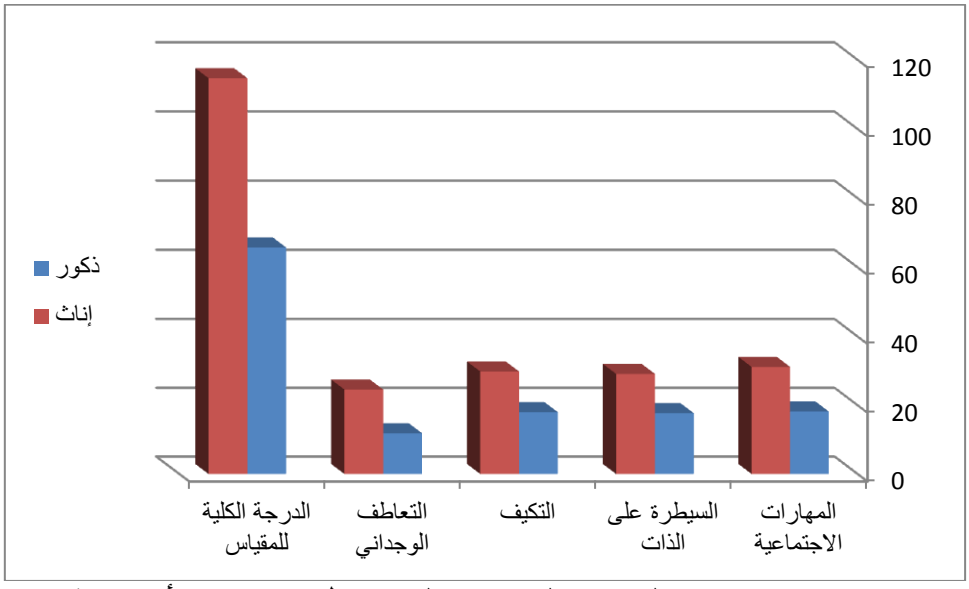
ويتضح من الجدول السابق ما يلي:

- ارتفاع متوسطات رتب درجات معلمات المرحلة الثانوية عن متوسطات رتب درجات المعلمين في بعد المهارات الاجتماعية المتضمن بمقياس الذكاء العاطفي، إذ بلغ متوسط رتب الذكور (٢٥,٦٤) بينما كان متوسط رتب الإناث (٦٥,٢٧).
- وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي رتب درجات المعلمين والمعلمات في بعد المهارات الاجتماعية المتضمن بمقياس الذكاء العاطفي لصالح المعلمات.
- ارتفاع متوسطات رتب درجات معلمات المرحلة الثانوية عن متوسطات رتب درجات المعلمين في بعد السيطرة على الذات المتضمن بمقياس الذكاء العاطفي، إذ بلغ متوسط رتب الذكور (٢٥,٥٠) بينما كان متوسط رتب الإناث (٦٥,٥٠).

- وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي رتب درجات المعلمين والمعلمات في بعد السيطرة على الذات المتضمن بمقياس الذكاء العاطفي لصالح المعلمات.
- ارتفاع متوسطات رتب درجات معلمات المرحلة الثانوية عن متوسطات رتب درجات المعلمين في بعد التكيف المتضمن بمقياس الذكاء العاطفي، حيث بلغ متوسط رتب الذكور (٢٦,١٦) بينما كان متوسط رتب الإناث (٦٤,٤٠).
- وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي رتب درجات المعلمين والمعلمات في بعد التكيف المتضمن بمقياس الذكاء العاطفي لصالح المعلمات.
- ارتفاع متوسطات رتب درجات معلمات المرحلة الثانوية عن متوسطات رتب درجات المعلمين في بعد التعاطف الوجداني (التودد) المتضمن بمقياس الذكاء العاطفي، حيث بلغ متوسط رتب الذكور (٢٥,٥٠) بينما كان متوسط رتب الإناث (٦٥,٥٠).
- وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي رتب درجات المعلمين والمعلمات في بعد التعاطف الوجداني (التودد) المتضمن بمقياس الذكاء العاطفي لصالح المعلمات.
- ارتفاع متوسطات رتب درجات معلمات المرحلة الثانوية عن متوسطات رتب درجات المعلمين في الدرجة الكلية لمقياس الذكاء العاطفي، حيث بلغ متوسط رتب الذكور (٢٥,٥٠) بينما كان متوسط رتب الإناث (٦٥,٥٠).
- وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي رتب درجات المعلمين والمعلمات في الدرجة الكلية لمقياس الذكاء العاطفي لصالح المعلمات. وهذا ما أنفردت به الدراسة الحالية، حيث اختلف المتغير مع الدراسات السابقة كدراسة سعادة (٢٠١٢)، ودراسة ريي (Rey, et al., 2016) حيث توصلت الدراستان لعدم وجود فروق فى متغير الجنس بين أفراد العينة بالنسبة للتمتع بالذكاء العاطفي.

ويفسر الباحث هذا في قدرة المعلمة في فهم الطلاب وضبط الانفعالات كونها أمَاً، تتعامل مع أبنائها، ولديها الخبرة الكافية في فهم الأبناء ومتطلباتهم وطريقة التعامل معهم أكثر من الرجل.

- وهذا يعني قبول الفرض الثالث من فروض البحث، وهو ما يتضح من خلال الشكل البياني التالي رقم (3):



شكل (3) رسم بياني يوضح المدرج التكراري لمتوسطات درجات أبعاد مقياس الذكاء العاطفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية

نتائج الفرض الرابع:

والذي ينص على أنه: **"تختلف الضغوط المهنية لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية باختلاف التخصص (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – الفيزياء)"**.

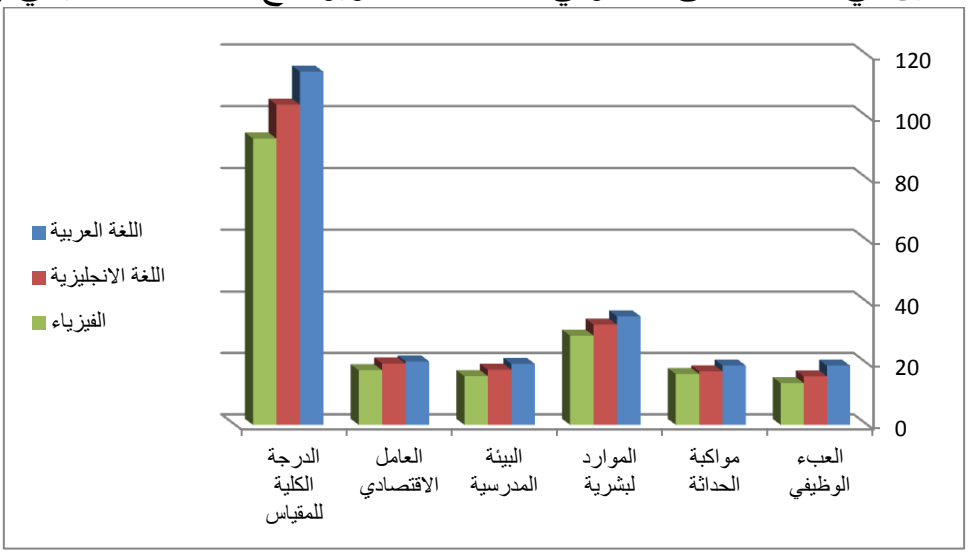
وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم الباحث اختبار تحليل التباين One Way ANOVA في مقياس الضغوط المهنية تبعا لمتغير التخصص (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – الفيزياء)، وهو ما يتضح من خلال الجدول التالي (١٦):

جدول (١٦) للمتوسطات والانحرافات المعيارية لمقياس الضغوط المهنية لمعلمي ومعلمات المرحلة الثانوية

أبعاد المقياس	البيانات / المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
العبء الوظيفي	اللغة العربية	٢٧	١٩,٣٠	١,٢٣٥
	اللغة الإنجليزية	٢٧	١٥,٨١	١,١١١
	الفيزياء	٢٦	١٣,٦٢	١,٣٥٩
	المجموع	٨٠	١٦,٢٨	٢,٦٤٨
مواكبة الحداثة	اللغة العربية	٢٧	١٩,٣٣	٠,٦٢٠
	اللغة الإنجليزية	٢٧	١٧,٤١	٠,٥٠١
	الفيزياء	٢٦	١٦,٥٨	٠,٥٧٨
	المجموع	٨٠	١٧,٧٩	١,٢٩٠
الموارد	اللغة العربية	٢٧	٣٥,٣٧	٠,٨٣٩

أبعاد المقياس	البيانات / المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
البشرية	اللغة الإنجليزية	٢٧	٣٢,٧٠	٠,٧٢٤
	الفيزياء	٢٦	٢٩,٠٨	٢,٥٦٠
	المجموع	٨٠	٣٢,٤٣	٣,٠٢٦
البيئة المدرسية	اللغة العربية	٢٧	١٩,٨٩	١,١٢١
	اللغة الإنجليزية	٢٧	١٨,٠٠	٠,٠٠٠
	الفيزياء	٢٦	١٥,٨٨	١,٢٧٥
	المجموع	٨٠	١٧,٩٥	١,٩٠٢
العامل الاقتصادي	اللغة العربية	٢٧	٢٠,٧٠	٠,٤٦٥
	اللغة الإنجليزية	٢٧	٢٠,٠٠	٠,٠٠٠
	الفيزياء	٢٦	١٧,٨١	١,٢٦٦
	المجموع	٨٠	١٩,٥٣	١,٤٤٩
المقياس ككل	اللغة العربية	٢٧	١١٤,٥٩	٣,٨٤٦
	اللغة الإنجليزية	٢٧	١٠٣,٩٣	١,٩٦٠
	الفيزياء	٢٦	٩٢,٩٦	٩,٦٤٩
	المجموع	٨٠	١٠٣,٩٦	٩,٦٤٩

ويتضح من الجدول السابق أن متوسطات المجموعات الثلاث في مقياس الضغوط المهنية جاءت متفاوتة؛ وقد ظهر ذلك بشكل واضح بين متوسطات درجات معلمي اللغة العربية وباقي المعلمين في كل بعد على حدة وفي الأبعاد ككل، ويوضح ذلك الشكل البياني (٤):



شكل (٤) متوسطات درجات معلمي التخصصات الثلاثة في مقياس الضغوط المهنية

ولتأكيد النتيجة السابقة تم استخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه one way ANOVA، لتحديد مدى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات المعلمين في التخصصات

الثلاثة في مقياس الضغوط المهنية، حيث تم تحديد مصدر التباين وحساب قيمة (ف) والجدول التالي رقم (١٧) يوضح ذلك:

جدول (١٧) يوضح دلالة الفروق بين المجموعات في مقياس الضغوط المهنية " one way ANOVA

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
العبء الوظيفي	بين المجموعات	٤٣٦,٠٩٢	٢	٢١٨,٠٤٦	١٤٢,٤٥٦	٠,٠١
	داخل المجموعات	١١٧,٨٥٨	٧٧	١,٥٣١		
	الكلي	٥٥٣,٩٥٠	٧٩			
مواكبة الحداثة	بين المجموعات	١٠٦,٥٢٣	٢	٥٣,٢٦١	١٦٤,٩٣٨	٠,٠١
	داخل المجموعات	٢٤,٨٦٥	٧٧	٠,٣٢٣		
	الكلي	١٣١,٣٨٧	٧٩			
الموارد البشرية	بين المجموعات	٥٢٧,٧٧٨	٢	٢٦٣,٨٨٩	١٠٣,٧٩١	٠,٠١
	داخل المجموعات	١٩٥,٧٧٢	٧٧	٢,٥٤٢		
	الكلي	٧٢٣,٥٥٠	٧٩			
البيئة المدرسية	بين المجموعات	٢١٢,٤٧٩	٢	١٠٦,٢٤٠	١١١,٥٧١	٠,٠١
	داخل المجموعات	٧٣,٣٢١	٧٧	٠,٩٥٢		
	الكلي	٢٨٥,٨٠٠	٧٩			
العامل الاقتصادي	بين المجموعات	١٢٠,٢٨٢	٢	٦٠,١٤١	١٠١,٤٠٢	٠,٠١
	داخل المجموعات	٤٥,٦٦٨	٧٧	٠,٥٩٣		
	الكلي	١٦٥,٩٥٠	٧٩			
المقياس ككل	بين المجموعات	٦١٩٧,٥٥٦	٢	٣٠٩٨,٧٧٨	٢٠٦,١٦٩	٠,٠١
	داخل المجموعات	١١٥٧,٣٣٢	٧٧	١٥,٠٣٠		
	الكلي	٧٣٥٤,٨٨٧	٧٩			

ويتضح من الجدول السابق أن قيم (ف) في جميع أبعاد مقياس الضغوط المهنية وفي المقياس ككل كانت دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يدل على وجود فروق بين متوسطات درجات كل من معلمي ومعلمات مجموعات التخصصات الثلاثة (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – الفيزياء) في مقياس الضغوط المهنية.

وبالبحث عن موضع الفروق بين المجموعات نتيجة لاختلاف التخصص، فقد تم استخدام أسلوب " شيفيه scheffe " للموازنات البعدية يوضحها الجدول التالي رقم (17):

جدول (١٨) إختبار شيفية بين المجموعات الثلاثة في الضغوط المهنية

المقياس	المجموعات	اللغة العربية	اللغة الإنجليزية	الفيزياء
الضغوط المهنية	اللغة العربية	ـــــ		
	اللغة الإنجليزية	*١٠,٦٧	ـــــ	
	الفيزياء	*٢١,٦٣	*١٠,٩٦	ـــــ

(*) دالة عند مستوى ٠,٠٥

ويتضح من الجدول السابق:

- وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين معلمي ومعلمات اللغة العربية ومعلمي ومعلمات اللغة الإنجليزية في مقياس الضغوط المهنية ككل لصالح مجموعة معلمي ومعلمات اللغة العربية.

ويفسر الباحث هذه النتيجة فى ضوء اختلاف طبيعة المادة التدريسية، فقد يتعرض معلم اللغة العربية لضغوط مختلفة عن معلمي اللغة الإنجليزية، حيث قد يقع على عاتق معلم اللغة العربية مسؤولية متابعة الندوات واللقاءات والإذاعة والخطابة وما شابه ذلك من مهامٍ تتطلب معلماً ملماً بأصول اللغة العربية.

- وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين معلمي ومعلمات اللغة العربية ومعلمي ومعلمات الفيزياء في مقياس الضغوط المهنية ككل لصالح مجموعة معلمي ومعلمات اللغة العربية. وهذا ما تم تفسيره -أيضاً- في ضوء الفرضية السابقة.

- وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين معلمي ومعلمات اللغة الإنجليزية ومعلمي ومعلمات الفيزياء في مقياس الضغوط المهنية ككل لصالح مجموعة معلمي ومعلمات اللغة الإنجليزية.

ويفسر هذا في ضوء الضغوط التي قد يتعرض لها معلم اللغة الإنجليزية فقط تكون ضغوط مختلفة حيث يُعد تدريس اللغات من المهام الصعبة في عالمنا العربي، حيث لا يعتمد الطلاب على ممارسة اللغة أثناء الإجازة الصيفية مما قد يرجع بمستواهم العلمي، الذي يتوجب على المعلم النهوض به من جديد.

وهذا يعني قبول الفرض الرابع من فروض البحث.

نتائج الفرض الخامس:

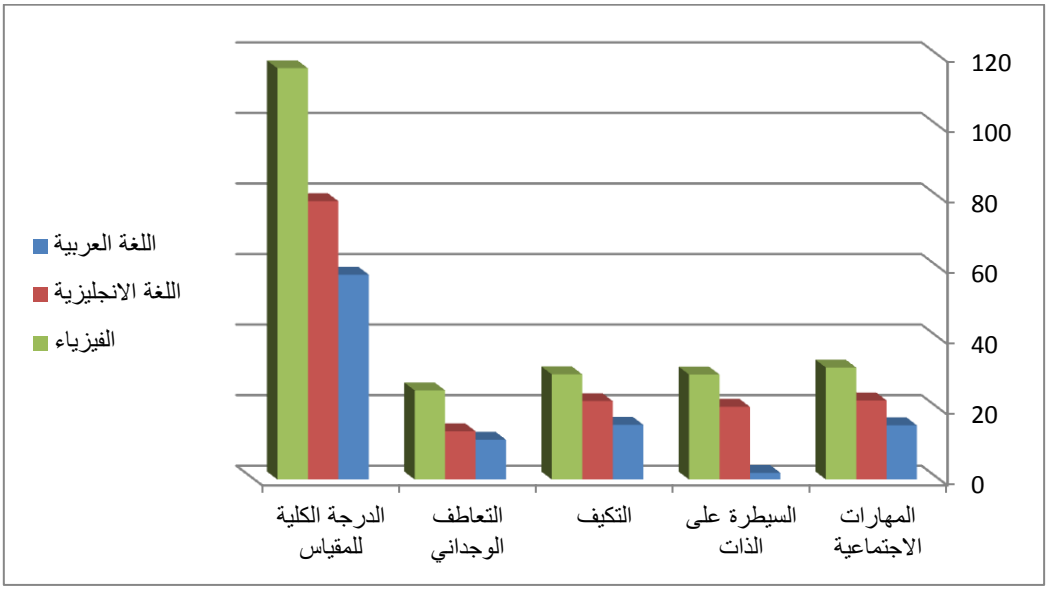
والذي ينص على أنه: "**يختلف الذكاء العاطفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية باختلاف التخصص (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – الفيزياء)**".

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم الباحث اختبار تحليل التباين One Way ANOVA في مقياس الذكاء العاطفي تبعاً لمتغير التخصص (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – الفيزياء)، وهو ما يتضح من خلال الجدول التالي رقم (١٩):

جدول (١٩) للمتوسطات والانحرافات المعيارية لمقياس الذكاء العاطفي لمعلمي ومعلمات المرحلة الثانوية

أبعاد المقياس	البيانات / المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المهارات الاجتماعية	اللغة العربية	٢٧	١٥,٣٧	٢,٦٧٧
	اللغة الإنجليزية	٢٧	٢٢,٤١	٣,٢١٤
	الفيزياء	٢٦	٣١,٧٣	٢,٤٢٦
	المجموع	٨٠	٢٣,٠٦	٧,٢٦١
السيطرة على الذات	اللغة العربية	٢٧	١٥,٨٩	١,٩٤٨
	اللغة الإنجليزية	٢٧	٢٠,٥٩	٢,٧٩١
	الفيزياء	٢٦	٢٩,٧٧	٠,٨١٥
	المجموع	٨٠	٢١,٩٩	٦,١١٠
التكيف	اللغة العربية	٢٧	١٥,٥٢	٣,٣٠٩
	اللغة الإنجليزية	٢٧	٢٢,٢٢	٤,٢٣٧
	الفيزياء	٢٦	٢٩,٨١	٠,٥٦٧
	المجموع	٨٠	٢٢,٤٣	٦,٦٢٣
التعاطف الوجداني	اللغة العربية	٢٧	١١,٢٦	٠,٤٤٧
	اللغة الإنجليزية	٢٧	١٣,٦٧	٢,٧٣٢
	الفيزياء	٢٦	٢٥,٢٧	٤,٨١٣
	المجموع	٨٠	١٦,٦٣	٦,٨٧٦
المقياس ككل	اللغة العربية	٢٧	٥٨,٠٤	٧,٥٤٢
	اللغة الإنجليزية	٢٧	٧٨,٨٩	١١,٦٦٠
	الفيزياء	٢٦	١١٦,٥٨	٧,٤٤٦
	المجموع	٨٠	٨٤,١٠	٢٥,٨٧٦

ويتضح من الجدول السابق أن متوسطات المجموعات الثلاث في مقياس الذكاء العاطفي جاءت متفاوتة؛ وقد ظهر ذلك بشكل واضح بين متوسطات درجات معلمي اللغة العربية وباقي المعلمين في كل بعد على حدة وفي الأبعاد ككل، ويوضح ذلك الشكل البياني التالي رقم (٥):



شكل (٥) متوسطات درجات معلمي التخصصات الثلاثة في مقياس الذكاء العاطفي

ولتأكيد النتيجة السابقة تم استخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه one way ANOVA، لتحديد مدى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات المعلمين في التخصصات الثلاثة في مقياس الذكاء العاطفي، حيث تم تحديد مصدر التباين وحساب قيمة (ف)، والجدول التالي رقم (20) يوضح ذلك:

جدول (٢٠) دلالة الفروق بين المجموعات في مقياس الذكاء العاطفي" one way ANOVA "

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
المهارات الاجتماعية	بين المجموعات	٣٥٦٢,٧٥٧	٢	١٧٨١,٣٧٩	٢٢٧,٨٧٧	٠,٠١
	داخل المجموعات	٦٠١,٩٣٠	٧٧	٧,٨١٧		
	الكلي	٤١٦٤,٦٨٧	٧٩			
السيطرة على الذات	بين المجموعات	٢٦٣١,١٨٧	٢	١٣١٥,٥٩٣	٣١٨,٧٥٦	٠,٠١
	داخل المجموعات	٣١٧,٨٠١	٧٧	٤,١٢٧		
	الكلي	٢٩٤٨,٩٨٨	٧٩			
التكيف	بين المجموعات	٢٧٠٦,١٠٤	٢	١٣٥٣,٠٥٢	١٣٧,١٨٦	٠,٠١
	داخل المجموعات	٧٥٩,٤٤٦	٧٧	٩,٨٦٣		
	الكلي	٣٤٦٥,٥٥٠	٧٩			
التعاطف الوجداني	بين المجموعات	٢٩٥٦,٤٤٩	٢	١٤٧٨,٢٢٥	١٤٦,٢٤٦	٠,٠١
	داخل المجموعات	٧٧٨,٣٠١	٧٧	١٠,١٠٨		
	الكلي	٣٧٣٤,٧٥٠	٧٩			
المقياس ككل	بين المجموعات	٤٦٤٩٧,٢٢٤	٢	٢٣٢٤٨,٦١٢	٢٧٩,٧١١	٠,٠١
	داخل المجموعات	٦٣٩٩,٩٧٦	٧٧	٨٣,١١٧		
	الكلي	٥٢٨٩٧,٢٠٠	٧٩			

ويتضح من الجدول السابق أن قيم (ف) في جميع أبعاد مقياس الذكاء العاطفي وفي المقياس ككل كانت دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يدل على وجود فروق بين متوسطات درجات كل من معلمي ومعلمات مجموعات التخصصات الثلاثة (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – الفيزياء) في مقياس الذكاء العاطفي.
وللكشف عن موضع الفروق بين المجموعات نتيجة لاختلاف التخصص، فقد تم استخدام أسلوب " شيفية scheffe " للمقارنات البعدية يوضحها الجدول التالي رقم (٢١):

جدول (٢١) اختبار شيفية بين المجموعات الثلاثة في الذكاء العاطفي

المقياس	المجموعات	اللغة العربية	اللغة الإنجليزية	الفيزياء
الذكاء العاطفي	اللغة العربية	ـــــ	*٢٠,٨٥	*٥٨,٥٤
	اللغة الإنجليزية		ـــــ	*٣٧,٦٩
	الفيزياء			ـــــ

(*) دالة عند مستوى ٠,٠٥

ويتضح من الجدول السابق:

- وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين معلمي ومعلمات اللغة الإنجليزية ومعلمي ومعلمات اللغة العربية في مقياس الذكاء العاطفي ككل لصالح مجموعة معلمي ومعلمات اللغة الإنجليزية.

ويرجع الباحث هذا الفرض إلى متطلب قدرة المعلم أثناء شرح اللغة الإنجليزية إلى مهارة ضبط الأنفعال بطريقة كبيرة، ومهارة المرونة (عبد الفتاح، ٢٠١٨).

- وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين معلمي ومعلمات تخصص الفيزياء ومعلمي ومعلمات اللغة العربية في مقياس الذكاء العاطفي ككل لصالح مجموعة معلمي ومعلمات تخصص الفيزياء.
- وهذا ما يفسر فى ضوء متطلب معلم الفيزياء للكثير من المهارات كالتخطيط وتحديد الهدف بوضوح ودراسة الموقف والمرونة (المرجع السابق)
- وجود فرق دال إحصائيا عند مستوى (٠,٠٥) بين معلمي ومعلمات تخصص الفيزياء ومعلمي ومعلمات اللغة الإنجليزية في مقياس الذكاء العاطفي ككل لصالح مجموعة معلمي ومعلمات تخصص الفيزياء. وهذا ما تم تفسيره -أيضاً- في ضوء التفسير السابق.

وهذا يعني قبول الفرض الخامس من فروض البحث.

الفصل الخامس:

أولا: توصيات البحث

١- وضع برامج إرشادية لتنمية الذكاء العاطفي لدى المعلمين.
٢- عقد دورات تدريبية للمعلمين في أساليب التعامل مع الضغوط المهنية.
٣- عقد دورات تدريبية لتنمية الذكاء العاطفي لدى مديري المدارس.

ثانياً: مقترحات البحث:

أستكمالاً للبحث الحالي يقترح الباحث القيام بالأبحاث الآتية:

١- إجراء بحث، مماثل على عينات أخرى كالقيادات العليا بالمدارس.

٢- إجراء بحث، للتعرف على أثر الضغوط المهنية لدى طالبات الدراسات العليا المتزوجات وعلاقتها بالذكاء العاطفي.

٣- دراسة أثر تنمية مهارات الذكاء العاطفي على خفض الضغوط المهنية والأسرية لدى المعلمين.

٤- إجراء بحث للتعرف على فاعلية برنامج إرشادي تكاملي في تخفيف حدة الضغوط المهنية والأسرية لدى معلمات رياض الأطفال.

المصادر:

١. باهي، المكي (٢٠١٦). *أثر الضغوط المهنية على الرضا الوظيفي لدى عينة من أساتذة التربية البدنية والرياضة*، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر.

٢. بوحته، حورية؛ وشعوبي، رجاء (٢٠١٢)، *محددات الضغط المهني لدى أساتذة مرحلة التعليم المتوسط وكيفية تجاوزها" دراسة ميدانية استكشافية في بعض متوسطات بمدينة تقرت*، رسالة ماجستير، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، الجزائر.

٣. الخضر، عثمان حمود (٢٠٠٥)، *علم النفس التنظيمي*، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت.

٤. خليفات، عبد الفتاح صالح؛ المطارنة، شرين محمد (٢٠١٠)، أثر ضغوط العمل في الأداء الوظيفي لدى مديري المدارس الأساسية الحكومية في إقليم جنوب الأردن، *مجلة جامعة دمشق*، المجلد ٢، العدد (١٢)، (٢٥٢،٢١٣).

٥. الخولدة، محمود (٢٠٠٤). *الذكاء العاطفي*، دار الشرق: عُمان.

٦. الدوسري، فاطمة بنت علي (٢٠١٣). الذكاء الوجداني وعلاقته بالضغوط النفسية لأعضاء هيئة التدريس بجامعة الأميرة نورة بالرياض، *مجلة العلوم التربوية*، ٣، ٢٦٥-٢٨٨.

٧. سرحان، ياسر (٢٠١٤). *المعجم الأساسي في المصطلحات الإدارية العربية القديمة والمعاصرة*، ط١، الرياض: معهد الإدارة العامة.

٨. سعادة، رشيد (٢٠١٢). مهارات وخصائص القائد التربوي، *مجلة دراسات نفسية وتربوية*، مجلد (٦) ٣٢٨-٣٥٥.

٩. سلامي، باهي (٢٠٠٨)، *مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى مدرسي الابتدائي والمتوسط والثانوي- دراسة ميدانية على عينة من أربع ولايات جزائرية*، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية العوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الجزائر، الجزائر.

١٠. السمادوني، السيد إبراهيم (٢٠٠٧). *الذكاء الوجداني أسسه- تطبيقاته- تنميته*، ط١، دار الفكر: عُمان
١١. عبادي، سيد عبادي (٢٠١٧). الذكاء الوجداني وأساليب مواجهة الضغوط لدى طلبة الجامعة ذوي خبرات الإساءة في مرحلة الطفولة، *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، ١٨ (٤)، ٢٢٦-٢٦٤.
١٢. عبد الفتاح، منال ثابت (٢٠١٨). *الذكاء الوجداني ومستويات الإدارة*، دار أقرأ للطبع والنشر والتوزيع: القاهرة
١٣. عثمان، فاروق السيد، وعبده، عبد الهادي السيد (٢٠٠٢). *القياس والإختبارات النفسية (أسس وأدوات)*، دار الفكر العربى: القاهرة.
١٤. العمرات، محمد سالم (٢٠١٤). مستوى الذكاء الانفعالي وعلاقته بفاعلية القائد لدى مديري المدارس ومديراتها فى الأردن، *المجلة الأردنية فى العلوم التربوية*، المجلد (١٠)، العدد (٢)، ١٧٧-١٩٠.
١٥. عيشاوي، سعدالله؛ والصديقي عبد الحليم (٢٠١٥). *الضغوط المهنية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى أساتذة الطور الابتدائي - دراسة ميدانية بالمدارس الابتدائية مقاطعة المقارين- ولاية ورقلة*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي، الجزائر.
١٦. فيلة، فاروق عبده؛ وعبد المجيد، السيد محمد (٢٠١٤). *السلوك التنظيمي في إدارة المؤسسات التعليمية*، ط٣، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة: عُمان.
١٧. المزروع، ليلى بنت عبد الله (٢٠٠٧). فاعلية الذات وعلاقتها بكل من الدافعية للإنجاز والذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى، *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، ٨(٤)، ٦٧-٨٩.
١٨. المشوح، سعد بن عبد الله؛ والوهطه، محمد بن سيف (٢٠١٥)، الذكاء الوجداني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرشدين الطلابيين بالمرحلة الثانوية بمدينة الرياض، *مجلة الإرشاد النفسي*، المجلد (١٠)، العدد (٤١)، (١٥٢، ١٧١).
١٩. المقيطيب، نورة سليمان (٢٠١٩). *أساليب مواجهة الضغوط المهنية وعلاقتها بالذكاء الوجداني وسمات الشخصية وسلوك القيادة لدى الممارسات للأدوار القيادية في التعليم العام*، كلية التربية، جامعة الملك سعود.
٢٠. المطيري، أحمد حمد ضنيتان (٢٠١٣). *ضغوط العمل وعلاقتها بالإبداع الإداري لدى مديري المدارس فى دولة الكويت*، رسالة ماجستير، جامعة الشرق الأوسط.
21. Anyanwu, J., Ezenwaj, I., & Enyi, C. (2015). Occupational Stress and Management Strategies of secondary School principals in River State Nigeria,. *Journal of Education and Practice*.6 (27),2222-1735.
22. Bar-On. (1997). *Emotional quotient inverntory: Measure of emotional quotient inventory***.** Toronto, Ontario: Mutti-Health Systems.

23. Bar-onR. (2005). The Impact of Emotional Intelligence on subjective well-being, *Jounal of perspectives in education*,23(2, 41-62

24. Golman, D. (1998). ***Working with Emotional Intelligence***, New York: Bantam Book.
25. Humphery, R. (2002). The many Faces of emotional leadership, *Journal of Leadership Quarterly*, 13. 56-144.
26. Quellette, R., Frazier, S., Shemoff,E., Cappella.E., Mehta,T., Mannez, M., Cua, G., & Atkins, M. (2017).Teacher Job Stress and Satisfaction in Urban Schools: Disentangling Individual-, Classroom-, and Organizational- Level Influences, *Journal of Behavior Therapy*, 49,(4),494-508.
27. Rey, L., Extremera, N., & Pena, M. (2016). Emotional competence relating to perceived stress and burnout in Spanish teachers: a mediator model, retrevied from https://www.ncbi.nlm.nih.gov DOI: 10.7717/peerj. 2087.