

الذكاء العاطفي وعلاقته بالأمل لدى طالبات جامعة السلطان قابوس في سلطنة عُمان

Emotional intelligence and its relation to hope among Sultan Qaboos University students in Oman

هاجر البادية**، علي كاظم*، وسعيد الظفري***

Hajar Albadi*, Ali Kazem* & Said Aldhafri***

*قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة السلطان قابوس، مسقط، سلطنة عُمان.
**المرصد الاجتماعي بقطاع البحث العلمي والابتكار، مسقط، سلطنة عُمان

*Department of Psychology, College of Education, Sultan Qaboos University, Muscat, Sultanate of Oman. **Social Observatory of the Scientific Research & Innovation Sector, Muscat, Sultanate of Oman.

**الباحث المراسل: saidaldhafri@gmail.com

تاريخ التسليم: (2019/2/17)، تاريخ القبول: (2019/7/9)

ملخص

هدفت الدراسة الحالية التي اتبعت المنهج الوصفي إلى تحديد مستوى الذكاء العاطفي والأمل، واستكشاف إمكانية التنبؤ ببعدي الأمل من خلال الذكاء العاطفي وذلك مع عينة غير احتمالية من طالبات جامعة السلطان قابوس بلغت 167 طالبة. ولجمع بيانات الدراسة، تم تطبيق مقياس الذكاء العاطفي ومقياس الأمل للراشدين بعد التأكد من صدقهما وثباتهما. وأشارت النتائج إلى ارتفاع مستوى الذكاء العاطفي ومستوى الأمل لدى أفراد العينة، كما أظهرت نتائج تحليل الانحدار الخطي المتعدد أن أبعاد الذكاء العاطفي تُعد متنبئات دالة إحصائياً على الأمل؛ إذ ساهم بعد المعرفة الانفعالية (كأحد أبعاد الذكاء العاطفي) بنسبة 14% في تفسير التباين في بعد السبل (كأحد أبعاد الأمل)، بينما ساهم بعد تنظيم الانفعالات (كأحد أبعاد الذكاء العاطفي) بنسبة 22% في تفسير التباين في بعد الإرادة (كأحد أبعاد الأمل). وتوصي الدراسة بعمل برامج تدريبية في تحسين الذكاء العاطفي ومكوناته لدى طلبة الجامعة، وكذلك توعية وتوجيه الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين والطلاب من خلال البرامج التربوية والعلاجية بأهمية الأمل الذي يعتبر الأكثر ارتباطاً بالجوانب الإيجابية الأخرى.

الكلمات المفتاحية: الذكاء العاطفي، الأمل، طالبات جامعة السلطان قابوس، سلطنة عُمان.

Abstract

This descriptive study aims to examine the levels of emotional intelligence and hope and study the possibility of predicting hope through emotional intelligence. The study was conducted on 167 female students from SQU who were non-randomly selected. A measure of emotional intelligence and adults' measure of hope were applied after verifying their validity and reliability. The results indicated high levels of emotional intelligence and hope among the participants. Moreover, the results of the linear regression analysis showed that the dimensions of emotional intelligence were statistically significant predictors of hope. Particularly, 14% variance on pathways (as a dimension of hope) was explained by the emotional intelligence dimensions (with emotion cognitive scale as the only significant predictor). While 22% of variance on agency (as a dimension of hope) was explained by the dimensions of emotional intelligence (with emotion regulation being the only significant predictor). The study recommends conducting training programs to improve emotional intelligence and its components among university students, as well as to sensitize and guide psychologists, social workers and students through educational and therapeutic programs to the importance of hope, which is most closely related to other positive aspects.

Keywords: Emotional Intelligence, Hope, Students of Sultan Qaboos University, Oman

مقدمة

يعد مفهوم الأمل أحد أهم مفاهيم علم النفس الإيجابي، والمتغير الأكثر ارتباطاً بالجوانب الإيجابية في الشخصية الإنسانية؛ لما له من دور فاعل في التكيف الإنساني والتوافق والصحة (عبد الخالق، 2004)، ويعرف علماء النفس الأمل بأنه نظام تحفيزي إدراكي ديناميكي؛ بمعنى أن العواطف والمشاعر تتكون بعد اكتساب المعرفة المتصلة باهتمامات الفرد حول جوانب الحياة المختلفة بما في ذلك الحياة العملية والأكاديمية والاجتماعية إضافة إلى الطموحات الشخصية، ثم يضع الأهداف المنشودة التي يصبو إليها بعد إدراكه لماهية اهتمامه، ويبدأ بالتحرك والسعي نحو تحقيقها (Averill, Catlin, & Chon, 2012; Lamia, 2011).

وينظر للأمل على أنه استراتيجية أو علاج معرفي للاضطرابات النفسية يسهم في التقليل من أعراضها والقضاء عليها (Cheavens, Feldman, Woodward, & Snyder, 2006)؛

والمرونة (Gillespie, Chaboyer, Wallis, & Grimbeek, 2016). والرضا عن الحياة (جبر ومنشد، 2015؛ الليحيا، 2018؛ Umphrey & Sherblom, 2014؛ Slade, 2009؛ Snyder, et al. 2000)؛ فهو عامل مهم يرتبط بالرفاهية الذاتية التي تعد الهدف الأسمى للاستراتيجيات العلاجية (Slade, 2009)، والدافعية والتحفيز (Eren & Yeşilbursa, 2016؛ González, Fernández, & Paoloni, 2016؛ Sariçam, 2014) والسعادة (Umphrey & Sherblom, 2014؛ Umphrey & Sherblom, 2014؛ Umphrey & Sherblom, 2014).

وأشار سنايدر (Snyder, et al. 2000) في نظرية الأمل-التي وضعها ولاقت استحسان الباحثين وعلماء النفس- أن الأمل عاطفة يركز مفهومها على الإدراك وعمليات التفكير وتفتقر إلى التلقائية والعواطف الانعكاسية بخلاف العلماء الذين سبقوه أمثال لازاروس Lazarus الذي ركز على أن الأمل عاطفة تقوم على التلقائية والانعكاسية، وأن هذه العاطفة توفر معلومات فورية عن موقف ما يمكن أن يقود الفرد إلى اتخاذ إجراء (Lazarus, 1999).

وعلى الرغم من اهتمام سنايدر بالجانب المعرفي في تفسيره للنظرية إلا أن للانفعالات دور في التقييم المعرفي للأنشطة المرتبطة بالأهداف، حيث يعتمد نوع الانفعال المرتبط بالهدف على الهدف المدرك للفرد، وكفاءته في تحقيق ذلك الهدف من خلال مكونين مهمين تعتمد عليهما نظرية الأمل هما: السبل Pathways والقدرة على الفعل أو الإرادة Agency، فالسبل هي قدرة الفرد على التخطيط للهدف وإيجاد طرق أو مسارات عملية للوصول إلى أهدافه في ظل الظروف والمعوقات التي تواجهه، أما الإرادة فهي دافعية الفرد للتحرك نحو أهدافه التي يضعها كما يدركها هو (عبدالخالق، 2004؛ الفنجري، 2007؛ Lamia, 2011).

والأفراد الذين لديهم مستويات عالية من الأمل لديهم القدرة على تطوير أفكارهم حول كيفية التغلب على الصعاب والعقبات للوصول إلى أهدافهم وإيجاد طرق عدة ومختلفة للوصول إلى الهدف المدرك، (علي وياسين وبناء، 2018؛ Rydgren, 2015؛ Snyder, et al. 2000). ويتأثر الأمل بالعقبات والصعوبات التي تواجه الفرد في الوصول إلى هدفه المدرك ودرجة دافعيته لتحقيقه (Snyder, et al. 2000)، وتكمن هذه الصعوبات في عدة عوامل منها العوامل البيولوجية والعوامل الاجتماعية والعوامل الاقتصادية والسياسية والتي تؤثر في الفرد، وقد تقلل من دافعيته في تحديد الأهداف المدركة والطرق المختلفة للوصول إليها، وهذا الأمر يعكس نظريته للحياة ويجعله متقلب المزاج، ومتشائماً، ومتدمراً من الحياة وظروفها (بهنام، 2005؛ جبر ومنشد، 2015؛ سليمان، 2014).

ويتوجب على الفرد أن يكون أكثر إيجابية وعقلانية وأكثر مرونة في إدارة انفعالاته ومشاعره للتعامل مع هذه الظروف المتقلبة، ويعد فهم الانفعالات والسيطرة عليها من الأسس التي تزيد من صحة الفرد ونجاحه وتوافقه في الحياة، وهو أمر مبني على وجود تناغم بين العقل المنطقي والعقل العاطفي وهذا ما يعكسه مفهوم الذكاء العاطفي (الريمان، 2004)؛ فالذكاء العاطفي يعد أحد العوامل الأساسية اللازمة لإدارة الأزمات والضغوطات النفسية والاجتماعية والتكيف معها (الرفوع، 2011؛ Fariselli, Freedman, Ghini, & Valentini, 2008)، وبالتالي يمكن أن يسهم في التأثير على مستويات الأمل لدى الأفراد.

ويعد سالوفي وماير Salovey & Mayer من أوائل من أوجد هذا المفهوم باعتباره فرعا من فروع الذكاء الاجتماعي، وأنه في الأساس مجموعة من القدرات العقلية التي تؤثر في المحتوى العاطفي مثل الإدراك والتقييم والتعبير عن الانفعالات. واتسع مفهوم الذكاء العاطفي بفضل جولمان Goleman، الذي أوضح أن القدرات العقلية ليست كافية لنجاح الفرد في الحياة، بل إن هناك جانبا إنسانيا آخر مكملا للذكاء وهو الذكاء العاطفي، والذي يتضمن القدرة على مراقبة مشاعر الفرد لذاته والآخرين وإدارة انفعالاته وتنظيمها (الخضر، 2002) كما أن للعمليات النفسية دور في معالجة المعلومات التي يمكن تنشيطها في المجالات الثقافية وبالتالي تعكس الكفاءة الانفعالية عند مواجهة متطلبات الحياة اليومية (رجب، 2015). فالأشخاص مرتفعو الذكاء العاطفي يتميزون بأنهم متفائلون وإيجابيون وذو صحة نفسية جيدة، ويقدرتهم على التعبير عن انفعالاتهم وتقدير ذاتهم، كما أنهم يتسمون بالاستقرار والتعامل المرن مع المشكلات والعقبات، ويقدرتهم على فهم انفعالات الآخرين وإقامة العلاقات الاجتماعية الناجحة التي تدوم طويلا، إضافة إلى أنهم يتميزون بالأدوار القيادية والعمل مع الفريق ووعيمهم بالقوانين المنظمة في المجتمع (علام، 2007).

ويعد نموذج جولمان Goleman للذكاء العاطفي من ضمن النماذج المختلفة التي تمزج بين القدرات العقلية وسمات الشخصية مثل السعادة والرفاهية والأمل والتفاؤل (الخضر، 2002)، والذي أوضح فيه أن الذكاء العاطفي يتكون من خمسة أبعاد أساسية هي: الوعي بالذات Self-Awareness، وهو مستوى وعي الفرد بحالته المزاجية ومدى استجابته في المواقف المختلفة، وتنظيم الذات Emotional Management، وهو مستوى سيطرة الفرد على انفعالاته ومشاعره في المواقف المختلفة، والدافعية Motivation، وهي حالة داخلية تعمل على إثارة سلوك الفرد نحو السعي وتحقيق الهدف، والتعاطف Empathy، وهو مدى قدرة الفرد على قراءة مشاعر الآخرين وفهمها والتعامل معها، والمهارات الاجتماعية Social Skills، وهو مستوى تأثير الفرد في المواقف الاجتماعية المختلفة (حسن، 2012؛ Goleman, 1998). وتتعدد مسميات الذكاء العاطفي بحسب ما جاء في الأدبيات؛ فهو أيضا يعرف بالذكاء الوجداني والذكاء الانفعالي، وتنبت هذه الدراسة مصطلح الذكاء العاطفي.

ولذلك سعت كثير من المؤسسات التعليمية والتربوية والمهنية لتنمية هذه السمة الإيجابية عند الأطفال والشباب والعاملين في هذه المؤسسات، لما لها من دور ملموس وتأثير إيجابي مباشر في جودة الإنتاج التعليمي والتربوي والمهني (الريامي والظفري، 2020)، والتكيف والتوافق النفسي والاجتماعي مع أحداث الحياة المختلفة (مزغيش، 2015)؛ فالذكاء العاطفي يؤثر في الاتجاه نحو المستقبل (النعيمة والخزرجي، 2011) ويتوسط السمات الإيجابية والرضا عن الحياة (Smith, Saklofske, & Yan, 2015) ويتوسط الإجهاد والصحة النفسية (شريف وزقعار، 2018؛ Sharma, Dhar, & Tyagi, 2016)، ويمكننا من خلال الذكاء العاطفي التنبيه بالسلوكيات الخطرة (مقدم، 2016) والعدوانية (García-Sancho, Salguero, & (Fernández-Berrocal, 2016) والاكنتاب (Abdollahi, Talib, & Motalebi, 2015)؛ (Fernández-Berrocal & Extremera, 2016)، والأفكار السلبية (Direktor, Simsek,) (& Serin, 2017). كما يؤثر الذكاء العاطفي إيجابا على التحصيل الأكاديمي (الزروق، 2016)

والدافعية (بلفاسم وهامل، 2015) والقيادة (Kotzé & Nel, 2015)، والسعادة (فاضل وعبدالودود، 2016)، والأمل (Batool, Niazi, & Ghayas, 2014).

وتؤيد الدراسات السابقة وجود العديد من الجوانب الارتباطية بين الذكاء العاطفي والأمل بشكل عام؛ ففي دراسة أجراها البهنساوي (2010) على 303 طالب وطالبة من طلاب الجامعة هدفت إلى إيجاد العلاقة بين الذكاء العاطفي والأمل ومدى قدرة الذكاء العاطفي على التنبؤ بالأمل، وأشارت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء العاطفي وأبعاده بالأمل، وأنه يمكن التنبؤ بالأمل وبعديه من خلال أبعاد الذكاء العاطفي (إدارة الانفعالات، والتعاطف، وتنظيم الانفعالات)، كما وجدت فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث لصالح الذكور على مقياس الأمل وأبعاده وبعد تنظيم الانفعالات.

وفي دراسة بدوي والديب ومحمود (2011) التي هدفت إلى فحص مستوى الذكاء العاطفي والأمل وكشف العلاقة بينهما لدى الشباب في جامعة بنها، تكونت العينة من 517 طالبا وطالبة، وأظهرت النتائج مستوى عاليا في الذكاء العاطفي والأمل لدى الطلاب، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء العاطفي والأمل، كما أن هناك فروقا بين مرتفعي ومنخفضي الذكاء العاطفي في متوسط درجات الأمل لصالح مرتفعي الذكاء العاطفي.

وأكدت دراسة القاسم والنفيعي (2011) طبيعة العلاقة بين الذكاء العاطفي والأمل لدى عينة من طالبات تخصصي الأدبي والعلمي في جامعة أم القرى بلغ عددها 400 طالبة، توصلت النتائج فيها إلى أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين أبعاد الذكاء العاطفي والأمل، وأن هناك فروقا بين مرتفعي ومنخفضي الذكاء العاطفي في متوسطات درجات الأمل لصالح مرتفعي الذكاء العاطفي، وفي متوسط الأمل لصالح التخصص الأدبي، بينما لم تتوصل النتائج إلى وجود فروق باختلاف الجنس والتخصص والسنة الدراسية في الدرجة الكلية للمتغيرات.

وقام البهنساوي وآخرون (2012) بدراسة هدفت إلى التعرف على الذكاء العاطفي والأمل لدى 1303 طالبة من طالبات الجامعة في كل من سلطنة عمان، والسعودية، ومصر، وفلسطين، واليمن، توصلت نتائجها إلى أن الذكاء العاطفي وأبعاده يرتبط إيجابا مع الأمل، وأن هناك فروقا في الدرجة الكلية للذكاء العاطفي والأمل ترجع إلى البيئة الثقافية.

وفي دراسة هورديتشا ومورتاسك (Horodecha & Martowska, 2013) التي طبقت على 60 شابا والتي هدفت إلى التعرف على مستوى الذكاء العاطفي والأمل لدى مجموعة من أفراد المجتمع، أوضحت النتائج أن أفراد المجتمع الذين يشاركون في الأعمال التطوعية والخدمية في مجتمعاتهم، يمتلكون مستوى أعلى من الذكاء العاطفي والأمل من أولئك الذين لا يشاركون في مثل هذا النوع من الأعمال.

وهدفت دراسة بتول وآخرين (Batool, et al. 2014) إلى التحقق من دور الذكاء العاطفي في التنبؤ بالأمل بين البالغين، وتكونت العينة من 220 شابا وشابة من باكستان، وأوضحت النتائج

أنه يمكن التنبؤ بالأمل من خلال الذكاء العاطفي، وأنه لا توجد فروق بين الجنسين في الذكاء العاطفي، إلا أن مستوى الأمل عند الذكور أعلى مقارنة بالإناث.

كما هدفت دراسة الجمال (2016) إلى الكشف عن مستوى الذكاء العاطفي والأمل وبحث العلاقة بينهما لدى طالبات قسم الطفولة بجامعة المنوفية، حيث بلغت العينة 227 طالبة وأظهرت النتائج أن مستوى الذكاء العاطفي والأمل عالٍ لدى أفراد العينة وأن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء العاطفي والأمل.

وقام موسى ومنسي وكامل (Mousa, Menssey, & Kamel, 2017) ببحث العلاقة بين الذكاء العاطفي والأمل لدى عينة من طلاب التمريض في جامعة دمنهور، وتكونت العينة من 174 طالبا متدرجا، وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء العاطفي والأمل، وأن الطلاب ذوي المستوى العالي من الذكاء العاطفي لديهم مستوى عالٍ من الأمل كذلك.

ويتضح من الدراسات السابقة قلة وجود الدراسات -على حد علم الباحثين- التي بحثت الذكاء العاطفي والأمل على الرغم من أهميتها في الصحة النفسية العامة والتوافق النفسي الاجتماعي لدى الفرد، وأهمية تنميتها لدى الأفراد بحكم صلتها بالجانب المعرفي والعاطفي معا. وبالنسبة لنتائج الدراسات السابقة فقد تم الاتفاق على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء العاطفي وأبعاده مع الأمل، وكذلك توصلت بعض النتائج إلى أن بعض أبعاد الذكاء العاطفي وليس جميعها يمكن أن تتنبأ بالأمل (البهنساوي، 2010؛ Batool, et al. 2014)، وقد تنوعت العينات في هذه الدراسات فتناولت فئات مختلفة من شرائح المجتمع كطلاب الجامعة من مختلف التخصصات، والمرضى المتدربين، والبالغين، والمتطوعين. ويتبين كذلك من الدراسات السابقة أنها جميعها استخدمت المنهج الوصفي للوصول إلى هدف الدراسة ما عدا دراسة هورنيكا ومارتوسكا (Horodecha & Martowska, 2013) التي استخدمت المنهج التجريبي لجمع البيانات.

واختلفت المقاييس المستخدمة في هذه الدراسات بسبب تنوع أهداف الدراسة في قياس الذكاء العاطفي والأمل، فقد تنوعت المقاييس المستخدمة لقياس الذكاء العاطفي في جميع الدراسات بينما اتفقت في الأداة التي تقيس الأمل، فاستخدمت جميعها مقياس الأمل للراشدين ما عدا دراسة موسى وآخرين (Mousa, et al. 2017) التي استخدمت مقياس هيرث للأمل (HHI)، كما تم استخدام أساليب إحصائية مختلفة تنوعت بين المتوسطات الحسابية، والانحدار الخطي والمتعدد، والتباين الأحادي والمتعدد.

مشكلة الدراسة

يمثل الأمل أحد السمات المرتبطة بالشعور بالصحة النفسية والتي تؤهل الأفراد للتعامل إيجابيا مع تحديات الحياة، ولذا يتوجب على أي مجتمع ينشد التطور والتقدم أن يهتم بمستويات الأمل التي يعيشها أفرادها، والتي يمكن أن تساهم بشكل كبير في رفاهيته، خاصة الأفراد من فئة الشباب لأنهم هم عماد التطور والتقدم والإنتاج والتنمية في المجتمع.

وتسعى هذه الدراسة إلى قياس أثر الذكاء العاطفي في التنبؤ بمستوى الأمل باعتبار أن الذكاء العاطفي أحد وسائل تحقيق شخصية إيجابية مستقرة بحسب الأبحاث العالمية التي أجراها جولمان والتي أكدت أن الذكاء العاطفي يسهم بأكثر من 80% في احتمالية نجاح الفرد أو فشله في الحياة (Goleman, 1998)، فكلما ارتفع مستوى الذكاء العاطفي لدى الأفراد أدى ذلك إلى تحقيق استقرار شخصياتهم وارتفاع معدل نجاحهم.

ويشكل طلبة جامعة السلطان قابوس نموذج عينة دراسة مثالية حيث إنهم يمثلون مختلف شرائح فئة الشباب في المجتمع العماني وثقافته وعاداته وقيمه؛ لذلك سعت الدراسة الحالية لإيجاد العلاقة بين الذكاء العاطفي والأمل لدى طالبات جامعة السلطان قابوس من خلال الإجابة على الأسئلة التالية:

1. ما مستوى الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة السلطان قابوس؟
2. ما مستوى الأمل لدى طالبات جامعة السلطان قابوس؟
3. هل يمكن التنبؤ بالأمل من خلال أبعاد الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة السلطان قابوس؟

أهمية الدراسة

تكمن أهمية الدراسة الحالية في:

1. الاهتمام بالجوانب الإيجابية لسلوك الفرد المتمثلة في الذكاء العاطفي والأمل.
2. ندرة الدراسات التي تناولت علاقة الذكاء العاطفي بالأمل في سلطنة عمان؛ فجاءت الدراسة الحالية لتكون إضافة علمية في مجال البحث للتعرف على مدى إسهام الذكاء العاطفي وأبعاده في التنبؤ بالأمل.
3. المساهمة في توجيه اهتمام المؤسسات التعليمية والتربوية والمسؤولين والجهات المعنية لمعرفة دور الذكاء العاطفي في حياة الفرد وأثره في الأمل.

مفاهيم الدراسة

الأمل Hope

عرفه سنايدر وزملاؤه (المشار إليه في البهنساوي وآخرون، 2012، ص. 10) بأنه "وجهة معرفية cognitive set وحالة دافعية تتضمن إيمان الفرد بمقدرته وامتلاكه القدرة اللازمة للتخطيط والعمل المستمر لتحقيق أهدافه". ويعرف الأمل إجرائياً بأنه: درجات الفرد على مقياس الأمل للراشدين المستخدم في الدراسة.

الذكاء العاطفي Emotional Intelligence

وهو "القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح وتنظيمها وفقاً لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم للدخول معهم في

علاقات انفعالية اجتماعية ومهنية إيجابية تساعد الفرد على الرقي العقلي والعاطفي والمهني وتعلم المزيد من المهارات الإيجابية للحياة المهنية والاجتماعية" (عثمان ورزق، 2001، ص. 36). ويعرف الذكاء العاطفي إجرائياً بأنه: مجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد في مقياس الذكاء العاطفي المستخدم في الدراسة.

محددات الدراسة

تحدد الدراسة بما يلي:

1. الحدود البشرية: طالبات جامعة السلطان قابوس.
2. الحدود المكانية: جامعة السلطان قابوس.
3. الحدود الزمنية: الفصل الدراسي 2017/2018.
4. أدوات الدراسة: مقياس الذكاء العاطفي، ومقياس الأمل للراشدين المستخدمة في الدراسة.

منهجية الدراسة وإجراءاتها

منهج الدراسة

اعتمد الباحثون على المنهج الوصفي الارتباطي لتحديد العلاقة بين الذكاء العاطفي والأمل لدى طالبات جامعة السلطان قابوس، حيث تم جمع البيانات للإجابة على أسئلة الدراسة من خلال استجابة الطالبات لمقياسي متغيرات الدراسة.

مجتمع وعينة الدراسة

يتكون مجتمع الدراسة من طالبات جامعة السلطان قابوس البالغ عددهن 8144 طالبة حسب إحصائية جامعة السلطان قابوس لعام 2018/2017، وشملت العينة 167 طالبة، وقد كانت عينة غير احتمالية بناء على الذي أتيح للباحثين، وتم تطبيق المقاييس بعد أخذ الموافقات والتأكيد على السرية التامة للمعلومات.

أدوات الدراسة

أولاً: مقياس الذكاء العاطفي

لقياس مستوى الذكاء العاطفي، تم استخدام مقياس الذكاء العاطفي من إعداد عثمان ورزق (2001) المستخدم في البيئة العمانية (البهنساوي وآخرون، 2012)؛ حيث يتكون المقياس من 58 عبارة، موزعة على خمسة أبعاد أساسية هي: إدارة الانفعالات (15 عبارة)، والتعاطف (11 عبارة)، وتنظيم الانفعالات (13 عبارة)، والمعرفة الانفعالية (10 عبارات)، والتواصل الاجتماعي (9 عبارات)، ومن الأمثلة على عبارات المقياس "أستطيع التعبير عن مشاعري"، و"أنا صبور حتى عندما لا أحقق نتائج سريعة"، و"أتصف بالهدوء عند إنجاز أي عمل أقوم به"، ويتم الإجابة على المقياس من خلال تدرج خماسي (أبدأ=1، نادراً=2، أحياناً=3، غالباً=4، دائماً=5)، وبهذا

تتراوح الدرجة الكلية ما بين (58 و 290)، وتم حساب الصدق من خلال تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من 120 طالبة من جامعة السلطان قابوس وقد أشارت النتائج إلى تمتع أبعاد المقياس بمؤشرات صدق جيدة.

كما تم حساب الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس والمقياس ككل من خلال معامل ألفا لكرونباخ، حيث بلغ (0.75) لبعد إدارة الانفعالات و(0.85) لبعد التعاطف و(0.81) لبعد تنظيم الانفعالات و(0.55) لبعد المعرفة الانفعالية و(0.69) لبعد التواصل الاجتماعي و(0.92) للمقياس ككل.

وفي الدراسة الحالية تم حساب الاتساق الداخلي للأداة من خلال حساب ألفا لكرونباخ للذكاء العاطفي وأبعاده، وبلغ معامل الثبات (0.75) لبعد إدارة الانفعالات و(0.85) لبعد التعاطف و(0.81) لبعد تنظيم الانفعالات و(0.55) لبعد المعرفة الانفعالية و(0.69) لبعد التواصل الاجتماعي و(0.92) للمقياس ككل، وهي معاملات اتساق جيدة ومناسبة للبحث.

ثانياً: مقياس الأمل للراشدين

لقياس مستوى الأمل، تم استخدام مقياس الأمل للراشدين من إعداد سنايدر وآخرين (Snyder et al., 1996) وتعريب أحمد عبد الخالق (2004) والذي استخدم في البيئة العمانية (البهنساوي وآخرون، 2012)، يتكون المقياس من 12 عبارة موزعة على بعدين هما: السبل (4 عبارات)، والإرادة (4 عبارات)، وعبارات مشتتة لا تصحح ضمن المقياس، ومن أمثلة تلك العبارات " لكل مشكلة أكثر من طريقة لحلها"، و"أسعى بكل همة لتحقيق أهدافي" و" أشعر بالقلق على صحتي"، ويتم الإجابة عن العبارات من خلال تدرج رباعي (خطأ تماماً=1، خطأ غالباً=2، صحيح غالباً=3، صحيح تماماً=4)، وبهذا تتراوح الدرجة الكلية بين (8 و 32)، وقد تم التحقق من صدق المقياس من خلال صدق المحك الذي بلغ (0.52) وكذلك تم حساب الصدق من خلال تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من 120 طالبة من جامعة السلطان قابوس وقد أشارت النتائج إلى تمتع أبعاد المقياس بمؤشرات صدق جيدة. كما تم حساب الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس والمقياس ككل من خلال معامل ألفا لكرونباخ، حيث بلغ (0.49) لبعد السبل و(0.65) لبعد الإرادة و(0.68) لمقياس الأمل ككل.

وفي الدراسة الحالية تم حساب الاتساق الداخلي للأداة من خلال حساب ألفا لكرونباخ لبعد الأمل، وقد بلغ معامل الثبات لبعد السبل (0.49) و(0.65) لبعد الإدارة و(0.68) لمقياس الأمل ككل، وتعد معاملات اتساق مقبولة ومناسبة للبحث.

إجراءات الدراسة

تلخصت إجراءات الدراسة في اختيار عينة الدراسة الممثلة للمجتمع، وبعد ذلك إعداد الأدوات اللازمة لتحقيق هدف الدراسة وحساب الصدق والثبات لها، ثم الحصول على الموافقة من الجهات الرسمية لتطبيق الأدوات على أفراد العينة بشكل جماعي، وتوضيح الإرشادات اللازمة للإجابة عنها، حيث استغرق التطبيق 15-20 دقيقة، وبعد ذلك تم تجميع الأدوات المطبقة وتفرغ البيانات

ومعالجتها بإجراء التحليلات الإحصائية المناسبة باستخدام برنامج الرزمة الإحصائية SPSS، ثم مناقشة النتائج والخروج بتوصيات تربوية مناسبة.

الأساليب الإحصائية

تم استخدام مجموعة من التحليلات الإحصائية، شملت استخدام معامل ألفا لكرونباخ لحساب الاتساق الداخلي لأبعاد أدوات الدراسة واستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع متغيرات الدراسة، كما تم استخدام اختبار "ت" لعينة واحدة لقياس مستوى الذكاء العاطفي والأمل لدى طالبات جامعة السلطان قابوس، كما تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد للتعرف على درجة إسهام أبعاد الذكاء العاطفي في التنبؤ بالأمل.

نتائج الدراسة ومناقشتها

فيما يلي عرض لنتائج الدراسة من خلال الإجابة على أسئلة الدراسة باستخدام الوسائل الإحصائية المناسبة كما يلي:

السؤال الأول: ما مستوى الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة السلطان قابوس؟ للإجابة على السؤال الأول تم استخدام اختبار "ت" لعينة واحدة لأبعاد الذكاء العاطفي كما يتضح في جدول 1.

جدول (1): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) للعينة الواحدة للذكاء العاطفي وأبعاده (المتوسط النظري = 3).

الاحتمال	درجة الحرية	قيمة "ت"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد
0.000	166	15.20	0.56	3.66	التعاطف
0.000	166	13.65	0.53	3.56	تنظيم الانفعالات
0.000	166	14.89	0.44	3.50	المعرفة الانفعالية
0.000	166	11.47	0.51	3.45	التواصل الاجتماعي
0.000	166	12.03	0.46	3.43	إدارة الانفعالات
0.000	166	16.56	0.40	3.52	الذكاء العاطفي

يتضح من جدول 1 أن المتوسطات الحسابية للذكاء العاطفي وأبعاده دالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من 0.001، حيث نلاحظ من الجدول ارتفاع المتوسطات الحسابية للذكاء وأبعاده عن المتوسط النظري، حيث إن ارتفاع المتوسط الفعلي عن 3 يعني امتلاك أفراد العينة لمهارات الذكاء العاطفي بصورة مرتفعة، إذ بلغ مستوى الذكاء العاطفي للعينة بشكل عام 3.52، وكذلك نلاحظ ارتفاع متوسط بعد التعاطف من بين الأبعاد الأخرى لدى أفراد العينة، حيث بلغ 3.66، بينما نلاحظ أن بعد إدارة الانفعالات جاء كأقل قيمة بين متوسطات الأبعاد والذي بلغ 3.43.

اتفقت هذه النتيجة مع مجموعة من الدراسات السابقة (بدوي وآخرون، 2011؛ البهنساوي، 2010؛ البهنساوي وآخرون، 2012؛ الجمال، 2016؛ الرفوع، 2011؛ العلوي والظفري،

2020؛ القاسم والنفيعي، 2011؛ Batool, et al. 2014؛ Horodecha & Martowska، 2013؛ Mousa, et al. 2017)، ويمكن إرجاع ارتفاع مستوى الذكاء العاطفي لدى أفراد العينة إلى التحديات الجديدة التي واجهتهم في الحياة الجامعية بعد انتقالهم من البيئة المدرسية وابتعادهم عن الجو الأسري الذي اعتادوا عليه سابقاً، مما أدى إلى تنمية المهارات اللازمة لمواجهة الظروف التي تواجههم في البيئة الجامعية والتكيف معها مثل مهارات الذكاء العاطفي، كالقدرة على التحكم وضبط الانفعالات عند مواجهة الضغط الأكاديمي أو الاجتماعي، والمرونة في إدارة الأزمات لمواجهة المواقف والخبرات الجديدة بحكم أن البيئة الجامعية متنوعة بسياساتها وقوانينها ومناهجها والتي قد لا تكون مستقرة في كثير من الأحيان، فيصبح لديهم الجرأة والصراحة والصمود للمطالبة بحقوقهم وتقريب وجهات النظر بين احتياجاتهم ومتطلبات البيئة الجامعية، والقدرة على توصيل مشاعرهم للآخرين وفهم مشاعر الآخرين في المقابل وتقبل رأيهم، كما أن اتجاهاتهم تصبح إيجابية نحو الحياة وتقودهم إلى نتائج أفضل في المستقبل، وهذا يتطلب سمات شخصية إيجابية كالأمل والثقة والتفائل والقيادة والانضباط والدافعية (البشر والسعيد، 2015؛ حسن، 2012).

وعلى الرغم مما يواجهه الشباب من تحديات في مؤسساتهم الجامعية والمجتمعية إلا أننا نلاحظ ارتفاع متوسط الدرجات لدى أفراد العينة على بعد التعاطف، ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال طبيعة خصائص أفراد العينة التي تتكون من الإناث، فالإناث يتميزن بالتكوين العاطفي الذي تغلب عليه الحساسية وتفهم مشاعر الآخرين من خلال القراءة الذاتية لمشاعر الآخرين كالإيماءات ونبرة الصوت، والتناغم معهم ومعايشة مشكلاتهم وتقديم الحلول (رزق، 2003). كما يؤدي التكوين العاطفي الذي يغلب على شخصية الإناث إلى انخفاض متوسط درجات أفراد العينة على بعد إدارة الانفعالات مقارنة بالأبعاد الأخرى، فنجد كثيراً من الإناث يواجهن صعوبة في إيجاد الطريقة الملائمة للتعامل مع عواطفهن بدون تضخيم أو كبت للمعلومات التي تحملها تلك العاطفة، كذلك نجد من الصعب على الإناث فهم ما وراء تلك الانفعالات التي يحملنها والمشاعر التي يتعاملن معها وعدم قدرتهن على التحكم بها، وهذا يتفق مع ما توصلت إليه الدراسات السابقة (البهنساوي وآخرون، 2012؛ الرفوع، 2011).

السؤال الثاني: ما مستوى الأمل لدى طالبات جامعة السلطان قابوس؟ للإجابة على السؤال الثاني تم حساب اختبار "ت" لعينة واحدة للأمل كما يتضح في جدول 2.
جدول (2): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) للعينة الواحدة للأمل وأبعاده (المتوسط النظري = 2.5).

البعده	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	قيمة الاحتمال
السبل	3.28	0.40	9.13	166	0.000
الإرادة	3.24	0.40	7.60	166	0.000
الأمل	3.26	0.34	9.92	166	0.000

من خلال جدول 2 يتضح أن قيمة ت دالة إحصائية عند مستوى دلالة أقل من 0.001، ويتضح ذلك من خلال ارتفاع المتوسطات الحسابية للأمل ($M=3.26$) وبعديه عن المتوسط النظري ($M=2.5$)، وأيضا نلاحظ أن متوسط درجات أفراد العينة جاءت مرتفعة على بعد السبل ثم بعد الإرادة، بمتوسط حسابي 3.28، و 3.24 على التوالي.

واتفقت هذه النتيجة مع مجموعة من الدراسات (بدوي وآخرون، 2011؛ البهنساوي، 2010؛ البهنساوي وآخرون، 2012؛ الجمال، 2016؛ القاسم والنفيعي، 2011؛ Batool et al. 2014؛ Horodecha & Martowska, 2013؛ Mousa, et al. 2017)، ويمكن القول إن ارتفاع مستوى الأمل يعود إلى خصائص المرحلة العمرية لدى أفراد العينة وهي مرحلة الشباب التي غالبا ما تتسم بالطموح وبناء الأهداف الشخصية والتوجه الإيجابي نحو المستقبل؛ فنجد أن هذه الفئة أكثر إيمانا بقدراتهم وذواتهم لتحقيق أهدافهم في الحياة الجامعية، والتي تعد بداية تشكيل مستقبلهم من خلال سعيهم إلى وضع أهداف واضحة ومدركة لمواجهة المهمات الصعبة أكثر من المهمات السهلة؛ لأن صعوبة المهمة بحد ذاتها تحدي ودافع لهم للاستمرار في تطوير مهاراتهم وسماتهم الشخصية، واستخدام أكثر من طريقة لحل المشكلات، وإنتاج طرق غير مألوفة تحفزهم على الإبداع والتميز بين أقرانهم، مما يدفعهم إلى اكتشاف جوانب القوة لديهم والوصول إلى الأفضل في كل مرة. ويمكن إرجاع ارتفاع متوسط درجات أفراد العينة على بعد السبل والذي جاء أعلى من بعد الإرادة إلى أن أفراد العينة غالبا ما يواجهون الكثير من الصعوبات والعقبات في بيئاتهم الجامعية سواء كانت صعوبات أكاديمية، أو إدارية، أو اجتماعية، أو عاطفية، والتي تقف كعقبة في الوصول للهدف المدرك، وبالتالي يحاول هؤلاء الأفراد التخطيط والتفكير في أكثر من طريقة للوصول للحل الأنسب الذي يدفعهم للهدف، إذ إن الإرادة حسب ما ذكر سنايدر Snyder في نظرية الأمل Hope theory تتطلب استمرارية الدافعية للوصول للهدف المدرك. واتفقت هذه النتائج مع دراسات سابقة (البهنساوي، 2010؛ البهنساوي وآخرون، 2012؛ Horodecha & Martowska, 2013)، بينما اختلفت مع دراسة علي وياسين وبنا (2018) التي أظهرت أن بعد الإرادة أعلى متوسطاً من بعد السبل لدى أفراد العينة المدروسة، وقد يرجع ذلك لاختلاف الأداة المستخدمة.

السؤال الثالث: هل يمكن التنبؤ بالأمل من خلال أبعاد الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة السلطان قابوس؟ للإجابة على السؤال الثالث تم استخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد المعياري Standard Multiple Linear Regression Analysis للتعرف على درجة إسهام أبعاد الذكاء العاطفي في التنبؤ بالأمل، ويبين جدول 3 المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات ارتباط بيرسون للمتغيرات للتعرف على العلاقة بين أبعاد الذكاء العاطفي والأمل قبل استخدام تحليل الانحدار.

جدول (3): المتوسطات الحسابية والانحرافات ومعامل ارتباط بيرسون للمتغيرات (ن = 167).

الأبعاد	1	2	3	4	5	6	7
1. إدارة الانفعالات	-	0.44	0.74	0.64	0.56	0.32	0.39
2. التعاطف	-	-	0.45	0.46	0.70	0.25	0.30
3. تنظيم الانفعالات	-	-	-	0.56	0.59	0.36	0.45
4. المعرفة الانفعالية	-	-	-	-	0.54	0.35	0.40
5. التواصل الاجتماعي	-	-	-	-	-	0.28	0.40
6. السبل	-	-	-	-	-	-	0.42
7. الإرادة	-	-	-	-	-	-	-

ملاحظة: جميع الارتباطات دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01.

يتضح من جدول 3 وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى 0.01 بين أبعاد الذكاء العاطفي والأمل، حيث تراوحت قيم الارتباط بين أبعاد الذكاء والأمل بين 0.25 و0.45، كما نجد أن أكثر أبعاد الذكاء العاطفي ارتباطاً ببعده السبل كان بعد تنظيم الانفعالات بمعامل ارتباط 0.36، وأقل ارتباطاً مع بعد التعاطف بمعامل ارتباط 0.25، أما بعد الإرادة فقد كان أكثر ارتباطاً مع بعد تنظيم الانفعالات بمعامل ارتباط 0.45، وأقل ارتباطاً مع بعد التعاطف بمعامل ارتباط 0.30، وبذلك يتحقق الجزء الأول من اختبار الانحدار. ونظراً لدلالة معاملات الارتباطات بين أبعاد الذكاء العاطفي وبعدي الأمل فقد تم استخدام جميع أبعاد الذكاء العاطفي في معادلة الانحدار للتنبؤ ببعدي الأمل. ويلخص جدول 4 نتائج تحليل الانحدار المتعدد المعياري لبعده السبل على كل من أبعاد الذكاء العاطفي.

جدول (4): نتائج تحليل الانحدار الخطي المتعدد المعياري لبعده السبل على أبعاد الذكاء العاطفي (ن = 167).

النموذج	معامل الانحدار غير المعياري (B)	الخطأ المعياري (SE)	معامل الانحدار المعياري (β)	قيمة ت	القيمة الاحتمالية	قيمة ف	Adjusted R ²
الثابت	1.89	0.26		7.17	0.000		
إدارة الانفعالات	0.01	0.10	0.01	0.12	0.901	6.29	0.14
التعاطف	0.05	0.07	0.07	0.65	0.518		
تنظيم الانفعالات	0.16	0.09	0.21	1.87	0.063		
المعرفة الانفعالية	0.18	0.09	0.20	1.99	0.049		
التواصل الاجتماعي	0.01-	0.09	0.01-	0.08-	0.934		

يتضح من جدول 4 أن نموذج الانحدار فسر 14% من التباين في بعد السبل (كأحد أبعاد الأمل) من خلال النموذج الذي يحتوي على أبعاد الذكاء العاطفي، كما يتضح أن بعد المعرفة الانفعالية هو البعد الوحيد الدال إحصائياً عند مستوى أقل من 0.05 بخلاف الأبعاد الأخرى للذكاء العاطفي التي لم تكن دالة إحصائياً. كما تم التنبؤ ببعد الإدارة (كأحد أبعاد الأمل) من خلال أبعاد الذكاء العاطفي كما هو موضح في جدول 5.

جدول (5): نتائج تحليل الانحدار الخطي المتعدد المعياري لبعد الإرادة على أبعاد الذكاء العاطفي (ن = 167).

النموذج	معامل الانحدار غير المعياري (B)	الخطأ المعياري (SE)	معامل الانحدار المعياري (β)	قيمة ت	القيمة الاحتمالية	قيمة ف	Adjusted R ²
الثابت	1.56	0.25		6.21	0.000		
إدارة الانفعالات	0.00	0.10	0.00	0.0-	0.997	10.58	0.22
التعاطف	0.01-	0.07	0.01-	0.09	0.923		
تنظيم الانفعالات	0.20	0.08	0.27	2.48	0.014		
المعرفة الانفعالية	0.16	0.09	0.17	1.79	0.76		
التواصل الاجتماعي	0.13	0.09	0.16	1.47	0.145		

يتضح من جدول 5 أن نموذج الانحدار فسر 22% من التباين في بعد الإرادة (كأحد أبعاد الأمل) من خلال النموذج الذي يحتوي على أبعاد الذكاء العاطفي، كما يتضح من جدول 5 أن بعد تنظيم الانفعالات هو البعد الوحيد الدال إحصائياً عند مستوى أقل من 0.05 للتنبؤ ببعد الإرادة لدى أفراد العينة بخلاف الأبعاد الأخرى للذكاء العاطفي التي لم تكن دالة إحصائياً.

واتفقت هذه النتائج مع مجموعة من الدراسات السابقة (بدوي وآخرون، 2011؛ البهنساوي وآخرون، 2012؛ الجمال، 2016؛ القاسم والنفيعي، 2011؛ Mousa, et al. 2017)، التي أوضحت وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أبعاد الذكاء ومستويات الأمل، كما اتفقت مع ما ورد في الإطار النظري للذكاء العاطفي والنموذج المختلط لجولمان Goleman والذي يرى أن الذكاء العاطفي يمزج بين القدرات العقلية وسمات الشخصية، ويعتبر أن الذكاء العاطفي يرتبط ارتباطاً موجباً بسمات الشخصية الإيجابية مثل الأمل. حيث يعد الذكاء العاطفي والأمل مكونين متداخلين بسبب احتوائهما على الجانب المعرفي والعاطفي معاً؛ وبذلك يمكن القول إن الأفراد الذين يتسمون بالذكاء العاطفي يتسمون كذلك بالأمل فهم يقدرّون على التعامل والتصرف مع المشكلات والصعوبات التي تواجههم في مسيرتهم الجامعية من خلال توجيهه وتسخير عواطفهم ومشاعرهم الإيجابية لوضع الخطط والاستراتيجيات البديلة لتحقيق وإنجاز الهدف المدرك الذي يعتمد بدرجة كبيرة على الأفكار الموجهة نحوه، وإدارة تلك المشاعر وتنظيمها في حال وجود ضغوطات

ومشاعر سلبية من الآخرين أو الأحداث التي تواجههم، كما يتسم الأفراد أيضا بالثقة في تقييم المواقف بطريقة أكثر مرونة وفاعلية، والمحافظة على التفاعل والاتصال والدعم الاجتماعي والدفاع عن حقوقهم وحقوق الآخرين.

وبالنسبة للقيمة المفسرة والناجمة عن تأثير نموذج أبعاد الذكاء العاطفي على مستويات الأمل لدى أفراد العينة فيمكن إرجاعها إلى ارتباط بعد المعرفة الانفعالية ببعد السبل، إذ أن بعد المعرفة الانفعالية يعتبر الركيزة الأساسية للذكاء العاطفي والتي تتمثل في قدرة الفرد على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والتمييز والوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر والأحداث (عثمان ورزق، 2001)، وهذه القدرات المعرفية تتوافق مع بعد السبل الذي يعد الجانب المعرفي للأمل والذي تدخل فيه عمليات التفكير في المواقف والأحداث الحياتية بشكل عام والضاغطة بشكل خاص، لذلك نجد أن الفرد يقوم بتقييم الموقف من خلال الانتباه والاستجابة والإدراك للأحداث ثم يقوم بوضع الهدف المدرك الذي يشغل اهتمامه، والبحث عن عدة مسارات لتحقيق هدفه المدرك، وتخطي العقبات والصعوبات بدون استسلام من خلال امتلاكه المرونة في التنقل من مسار إلى آخر لإنجاز ذلك الهدف. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة بتول وآخرين (Batool, et al. 2014) التي أوضحت أن بعد السبل يعتبر الجانب المعرفي للأمل والذي يمكن التنبؤ به من خلال الذكاء العاطفي الذي يحتوي الجانب المعرفي والوجداني.

وكذلك يمكن إرجاع القيمة المفسرة والناجمة عن تأثير نموذج أبعاد الذكاء العاطفي على مستويات الأمل لدى أفراد العينة إلى ارتباط بعد تنظيم الانفعالات ببعد الإدارة، إذ يقوم بعد تنظيم الانفعالات بتنشيط السلوك غير الملائم في موقف ما مثل المشاعر الذاتية، والاستجابات المعرفية كالأفكار السلبية، والاستجابات الفسيولوجية كضربات القلب، والسلوك المتعلق بالمشاعر كالتعبيرات والإيماءات الجسدية، وهذه القدرات تساعد الفرد على تعديل دافعيته (Lamia, 2011)؛ فبدأ بتوجيه مشاعره وانفعالاته وطاقته وأفكاره الإيجابية نحو تحقيق ذلك الهدف بحماس واستمتاع ودافعية مستمرة، التي من شأنها أن تؤثر على نتيجة السلوك الموجه في البحث عن أكثر من طريقة أو مسار لتحقيق ذلك الهدف عند مواجهة حالات الفشل وعدم تحقيق الهدف، واتفقت هذه النتيجة مع مجموعة من الدراسات السابقة (البهنساوي، 2010؛ Batool, et al. 2014).

التوصيات والمقترحات

في ضوء نتائج الدراسة الحالية يوصي الباحثون بما يلي:

1. عمل برامج تدريبية في تحسين الذكاء العاطفي ومكوناته لدى طلبة الجامعة من خلال التركيز على تنمية الوعي بالمشاعر والانفعالات وتنظيمها، ومعالجة الجوانب التي تستدعي التواصل والتفاعل الاجتماعي، والتعاطف مع الآخرين، وكيفية التحكم والسيطرة على المعلومات التي تحملها تلك المشاعر.
2. عمل برامج تربوية وعلاجية لتوعية وتوجيه الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين والطلاب بأهمية الأمل الذي يعتبر الأكثر ارتباطاً بالجوانب الإيجابية الأخرى.

3. دراسة تأثير الأمل كعامل وسيط بين الذكاء العاطفي وسمات الشخصية الأخرى كالسعادة والرفاهية ويقظة الضمير.
4. دراسة مختلف مصادر الأمل للوقوف على العوامل الأخرى التي من الممكن أن تؤثر في مستوياتها مثل معتقدات الكفاءة الذاتية ومهارات ما وراء المعرفة والذكاء الإبداعي وأساليب التفكير والدافعية وعوامل الشخصية الكبرى وأنماط التنشئة الوالدية والتوافق الأسري.

References (Arabic & English)

- Abdel-Khalek, A. (2004). The Arabic version of the Snyder hope scale. *Derasat Nafseyah*, 14(2), 183-192.
- Abdollahi, A. Talib, M. & Motalebi, S. (2015). Emotional intelligence and depressive symptoms as predictors of happiness among adolescents. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 9(4), 1-6. doi: 10.17795/ijpbs-2268
- Alalawi, K., & Aldhafri, S. (2020). The relationship between parenting styles and emotional intelligence among grades 7th and 12th students in The Sultanate of Oman. *Al-Qanatr: International Journal of Islamic Studies*, 20(2), 21-48.
- Albsher, S. & Alsaeed, M. (2015). Emotional intelligence and its relation to coping strategies of stressful life events among a Sample of students from the college of basic education in the state of Kuwait. *Journal of Educational and Psychological Sciences- Bahrain*, 16(4), 273-296.
- Alfanjri, H. (May, 2007). *Hope and its relation to self-happiness and academic achievement*. Research paper presented at the 8th scientific conference of education- Egypt.
- Ali, S. Yasin, H. & Bana, N. (2018). Hope and optimism are specific to the psychological resilience of a sample of university students. *Journal of Scientific Research in Education*, 6(19), 307-333.
- Aljamal, H. (2016). The relative contribution of both emotional intelligence and hope in life satisfaction among pre-school female students. *Journal of College Education - Almenoufia University*, (1), 165-225.
- Alkheder, O. (2002). Emotional intelligence: Is it a new concept. *Psychological Studies- Egypt*, 12(1), 5-41.

- Allam, S. (2007). Emotional intelligence profile in different professional samples. *Think and creativity- Egypt*, (42), 471-555.
- Alnaeimi, M. & Alkhuzriji, S. (2011). *Emotional intelligence and its relation to the future direction of educational counselors*. Research paper presented at the 8th Arab Scientific Conference for the gifted and talented in Amman, Jordan.
- Alqasem, M. & Alnafiei, A. (2011). *Emotional intelligence and its relation to happiness and hope of sample umm al-qura university female students* (unpublished master thesis). College of Education, Umm Al-Qura University, Saudi Arabia.
- Alrimawi, M. (2004). *General psychology*. Amman: Dar Al- masirah.
- Alriyami, N., & Aldhafri, S. (2020). The relationship between emotional intelligence and perceived organizational justice among school counsellors and social workers in Sultanate of Oman. *Dirasat*, 47(3), 107-122.
- Alrofo, M. (2011). Emotional intelligence and its relation with adaptation to university life. *Journal of Educational and Psychological Sciences- Bahrain*, 12(2), 83-115.
- Alyahya, A. (2018). Life satisfaction and its relation to hope among female residents of social care institutions in Riyadh. *IUG Journal of Educational and Psychology Sciences*, 26(2), 188-213.
- Alzaruq, F. (2016). Emotional intelligence and its role in academic achievement. *Algerian Journal of Childhood and Education*, 4(5), 65-92.
- Averill, J. Catlin, G. & Chon, K. (2012). *Rules of Hope*. NewYork: Springer Verlag. doi: 10.1007/978-1-4613-9674-1
- Badawy, A. Eldeib, M. & Mahmoud, M. (2011). Hope and Emotional intelligence among youth and the effect of some demographic variables. *Journal of Arab Studies*, 10(2), 359-390.
- Batool, M. Niazi, S. & Ghayas, S. (2014). Emotional intelligence as a predictor of sense of humor and hope among adults. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 40(2), 270-278.

- Behnam, S. (2005). Measuring the level of hope in a sample of students of education - University of Mosul. *Social Affairs - Social Association*, 22(87), 59-81.
- Belqacem, M. & Hamel, M. (2015). Emotional intelligence among students of secondary education and its relation to academic achievement, gender and specialization. *Journal of Human Development*, 2(5), 94-119.
- Cheavens, J. Feldman, D. Woodward, J. & Snyder, C. (2006). Hope in cognitive psychotherapies: on working with client strengths. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 20(2), 135-145. doi: 10.1891/jcop.20.2.135
- Direktor, C. Simsek, A. & Serin, N. (2017). Negative automatic thoughts, emotional intelligence and demographical different variables affecting university students. *College Student Journal*, 51(3), 391-397.
- Elbahnasawi, A. (2010). *Emotional intelligence in relation to happiness, optimism and hope to university students* (unpublished PhD thesis). Faculty of Arts, Assiut University, Egypt.
- Elbahnasawi, A. Alnabhani, H. Alqassem, M. Alzubairy, A. Gauda, A. & Kazem, A. (2012). Emotional intelligence, happiness and hope of female university students in Egypt, Oman, Yemen, Palestine and Saudi Arabia: A cultural contrastive study. *Journal of Arab Studies - Egypt*, 11(1), 1-43.
- Eren, A. & Yeşilbursa, A. (2016). A quantitative investigation of prospective teachers' hopes and their motivational forces. *Educational Research for Policy and Practice*, 16(3), 257-281. doi: 10.1007/s10671-016-9209-4
- Fadhil, R. & Abdulwadud, T. (2016). Emotional intelligence and its relationship to feel happy at the University of Baghdad students. *Journal of Alustath*, 4, 107-132.
- Fariselli, L. Freedman, J. Ghini, M. & Valentini, F. (2008). *Stress, emotional intelligence and performance in healthcare*. Retrieved from: http://prodimages.6seconds.org/media/WP_Stress_EQ.pdf.

- Fernández-Berrocal, P. & Extremera, N. (2016). Ability emotional intelligence, depression, and well-being. *Emotion Review*, 8(4), 311–315. doi: 10.1177/1754073916650494.
- García-Sancho, E. Salguero, J. & Fernández-Berrocal, P. (2016). Ability emotional intelligence and its relation to aggression across time and age groups. *Scandinavian Journal of Psychology*, 58(1), 43–51. doi: 10.1111/sjop.12331.
- Gillespie, B. Chaboyer, W. Wallis, M. & Grimbeek, P. (2016). Resilience in the operating room: Developing and testing of a resilience model. *Journal of Advanced Nursing*, 59(4), 427- 438. doi: 10.1010,1111/j.2648,2007,04340-1365.x.
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. New York: Bantam Dell.
- González, A. Fernández, M. & Paoloni, P. (2016). Hope and anxiety in physics class: Exploring their motivational antecedents and influence on metacognition and performance. *Journal of Research in Science Teaching*, 54(5), 558–585. doi: 10.1002/tea.21377.
- Hassan, A. (2012). *Emotional intelligence and its relationship to methods of dealing with psychological stress*. Amman: Dar Safa.
- Horodecha, A. & Martowska, K. (2013). Humanistic vision of man: Hope for success, emotional intelligence and prosocial engagement. *International Journal of Arts & Sciences*, 6(2), 151–166.
- Jabr, A. & Manchid, H. (2015). Life satisfaction and hope his relationship with the university students. *Journal of AL-ustath*, 2(214), 123-156.
- Kotzé, M., & Nel, P. (2015). The influence of trait-emotional intelligence on authentic leadership. *SA Journal of Human Resource Management*, 13(1), 1-9. doi: 10.4102/sajhrm.v13i1.716.
- Lazarus, R. S. (1999). Hope: An emotion and a vital coping resource against despair. *Social Research*, 66, 653-678.
- Limia, M. (2011). The power of hope, and recognizing when it's hopeless. *Psychology Today*. Retrieved from:

[https://www.psychologytoday.com/us/blog/intense-emotions-and-strong-feelings/201106/the-power-hope-and-recognizing-whenits-hopeless.](https://www.psychologytoday.com/us/blog/intense-emotions-and-strong-feelings/201106/the-power-hope-and-recognizing-whenits-hopeless)

- Mazghish, E. (2014). Emotional intelligence and its impact on the professional competence of teachers of physical education and sports in the middle and secondary levels. *Altahdiy Journal*, 7(1), 53-72.
- Mousa, A. Menssey, R. & Kamel, N. (2017). Relationship between perceived stress, emotional intelligence and hope among intern nursing students. *Journal of Nursing and Health Science (IOSR-JNHS)*, 6(3), 75-83.
- Muqadim, F. (2016). The role of emotional intelligence in predicting risky behavior in adolescents in the secondary stages. *Elmourchid Journal*, 1(5), 156-170.
- Othman, F., & Rizq, M. (2001). Emotional intelligence: Definition and measured. *Psychology- Egypt*, 15(58), 32-51.
- Rajab, A. (2015). *Emotional Intelligence: Theory and application in sport Psychology*. Amman: Dar Al-Maamoon.
- Rizq, M. (2003). The effectiveness of emotional enlightenment program in developing emotional intelligence on the part of university students, at Faculty of Education, Taif branch, Umm Al-qura university. *Umm Al-Qura University Journal of Educational and Psychological Sciences*, 15(2), 61-130.
- Rydgren, E. (2017). Hope (psychology). *Salem Press Encyclopedia of Health*. Retrieved from: <http://ezproxysrv.squ.edu.om:2048/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ers&AN=89405929&lang=ar&site=eds-live&scope=site>.
- Saricam, H. (2015). Subjective happiness and hope. *Universitas Psychological*, 14(2), 685-694. doi: 10.11144/Javeriana.upsy14-1. Shah.
- Sharifi, H. & Zaqear, F. (2018). The emotional intelligence as predictor of the relationship between psychological stress and psychological health among students trained at the ecole normale

- supérieure Bouzaréah field study. *Journal of Human Sciences- Umm albwaki university*, 5(1), 519-529.
- Sharma, J. Dhar, R. L. & Tyagi, A. (2016). Stress as a mediator between work–family conflict and psychological health among the nursing staff: Moderating role of emotional intelligence. *Applied Nursing Research*, 30, 268–275. doi: 10.1016/j.apnr.2015.01.010.
 - Slade, M. (2009). *Personal recovery and mental illness, a guide for mental health professionals*. Cambridge: Cambridge University Press.
 - Smith, M. Saklofske, D. & Yan, G. (2015). Perfectionism, trait emotional intelligence, and psychological outcomes. *Personality and Individual Differences*, 85, 155–158. doi: 10.1016/j.paid.2015.05.010
 - Snyder, C. Haridi, S. Cheavens, J. Michael, S. Yamhure, L. & Simpson, S. (2000). The role of hope in cognitive-behavior therapies. *Cognitive Therapy and Research*, 24(6), 747–762. doi:10.1023/a:1005547730153.
 - Sulayman, S. (2014). *Optimism and hope: for a bright life and a better future*. Cairo: Ealam alcutb.
 - Umphrey, L. & Sherblom, J. (2014). The relationship of hope to self-compassion, relational social skill, communication apprehension, and life satisfaction. *International Journal of Wellbeing*, 4(2), 1–18. doi: 10.5502/ijw.v4i2.1.

ملحق (1)

أولاً: مقياس الأمل للراشدين

م	العبارات	خطأ تماماً	خطأ غالباً	صحيح غالباً	صحيح تماماً
1	أستطيع أن أفكر في عدة طرق للتخلص من مأزق.	1	2	3	4
2	أسعى بكل همة لتحقيق أهدافي.	1	2	3	4
3	أشعر بالتعب في معظم الوقت.	1	2	3	4
4	لكل مشكلة أكثر من طريقة لحلها.	1	2	3	4
5	أنهزم بسهولة في أي جدال.	1	2	3	4
6	هناك أكثر من طريقة لدي للحصول على الأشياء المهمة لي في الحياة.	1	2	3	4
7	أشعر بالقلق على صحتي.	1	2	3	4
8	أعرف أنه بإمكانني أن أجد وسيلة لحل المشاكل حتى عندما تثبط عزيمته الآخرين	1	2	3	4
9	لقد أحسنت تجاربي السابقة إعدادي للمستقبل.	1	2	3	4
10	أنا ناجح جداً في حياتي.	1	2	3	4
11	عادة يصيبني القلق حول شيء أو آخر.	1	2	3	4
12	عادة أحقق الأهداف التي وضعتها لنفسني.	1	2	3	4

ثانياً: مقياس الذكاء العاطفي

م	العبارات	أبدأ	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً
1	استخدم انفعالاتي الإيجابية (كالمرح والفكاهة) والسلبية (كالغضب والاستياء) في قيادة حياتي	1	2	3	4	5
2	تساعدني مشاعري السلبية في تغيير حياتي.	1	2	3	4	5
3	أستطيع مواجهة مشاعري السلبية عند اتخاذ قرار يتعلق بي.	1	2	3	4	5
4	مشاعري السلبية جزء مساعد في حياتي الشخصية.	1	2	3	4	5
5	ترشدني مشاعري السلبية في التعامل مع الآخرين.	1	2	3	4	5
6	مشاعري الصادقة تساعدني على النجاح.	1	2	3	4	5
7	أستطيع إدراك مشاعري الصادقة أغلب الوقت.	1	2	3	4	5
8	أستطيع التعبير عن مشاعري.	1	2	3	4	5
9	أستطيع التحكم في تفكيري السلبي.	1	2	3	4	5
10	أعتبر نفسي مسؤولاً عن مشاعري.	1	2	3	4	5
11	أستطيع السيطرة على نفسي بعد أي أمر مزعج.	1	2	3	4	5

م	العبارة	أبدأ	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً
12	أستطيع التحكم في مشاعري وتصرفاتي.	1	2	3	4	5
13	أبدو هادئ تحت أي ضغط أعرض له.	1	2	3	4	5
14	لا أعطي للانفعالات السلبية أي اهتمام.	1	2	3	4	5
15	أستطيع أن أكافئ نفسي بعد أي حدث مزعج.	1	2	3	4	5
16	أستطيع نسيان مشاعري السلبية بسهولة.	1	2	3	4	5
17	أستطيع التحول من مشاعري السلبية إلى الإيجابية بسهولة.	1	2	3	4	5
18	لدي القدرة على التحكم في مشاعري عند مواجهة أي مخاطر.	1	2	3	4	5
19	أنا صبور حتى عندما لا أحقق نتائج سريعة.	1	2	3	4	5
20	أستمتع عادة بأي عمل أقوم به حتى وإن كان مملاً.	1	2	3	4	5
21	أحاول أن أكون مبتكراً مع تحديات الحياة.	1	2	3	4	5
22	أتصف بالهدوء عند إنجاز أي عمل أقوم به.	1	2	3	4	5
23	أبذل قصارى جهدي لإنجاز الأعمال المهمة.	1	2	3	4	5
24	أستطيع إنجاز المهام بنشاط وبتركيز عالٍ.	1	2	3	4	5
25	في وجود الضغوط نادراً ما أشعر بالتعب.	1	2	3	4	5
26	عادة ما أستطيع أن أفعل ما احتاجه عاطفياً بإرادتي.	1	2	3	4	5
27	أستطيع تحقيق النجاح تحت الضغوط.	1	2	3	4	5
28	أستطيع استدعاء الانفعالات الإيجابية كالمرح والفكاهة ببسر.	1	2	3	4	5
29	أستطيع أن أنهمك في إنجاز أعمالي رغم التحدي.	1	2	3	4	5
30	أستطيع تركيز انتباهي في الأعمال المطلوبة مني.	1	2	3	4	5
31	أفقد الإحساس بالزمن عند تنفيذ المهام التي تتصف بالتحدي.	1	2	3	4	5
32	أستطيع أن أنحي عواظي جانباً عندما أقوم بإنجاز أعمالي.	1	2	3	4	5
33	أبدو حساس للاحتياجات العاطفية للآخرين.	1	2	3	4	5
34	أنا فعال عند استماعي لمشاكل الآخرين.	1	2	3	4	5
35	أجيد فهم مشاعر الآخرين.	1	2	3	4	5
36	نادراً ما أعضب إذا ضايقتني الناس بأستلثهم.	1	2	3	4	5
37	أنا قادر على قراءة مشاعر الناس من تعبيرات وجوههم.	1	2	3	4	5
38	أنا حساس للاحتياجات العاطفية للآخرين.	1	2	3	4	5

م	العبارة	أبدأ	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً
39	أدرك الإشارات الاجتماعية مثل تعبيرات الوجه التي تصدر من الآخرين.	1	2	3	4	5
40	أجد سهولة في الانسجام مع أحاسيس الآخرين.	1	2	3	4	5
41	أستطيع فهم مشاعر الآخرين بسهولة.	1	2	3	4	5
42	لا أجد صعوبة في التحدث أمام الغرباء.	1	2	3	4	5
43	لدي القدرة على التأثير في الآخرين.	1	2	3	4	5
44	لدي القدرة على الإحساس بالناحية الانفعالية للآخرين.	1	2	3	4	5
45	أعتبر نفسي موضعاً للثقة مع الآخرين.	1	2	3	4	5
46	أستطيع الاستجابة لرغبات وانفعالات الآخرين.	1	2	3	4	5
47	أمتلك تأثير قوي على الآخرين في تحديد أهدافهم.	1	2	3	4	5
48	ترى زميلاتي أنني أبدو فعالة تجاه أحاسيس الآخرين.	1	2	3	4	5
49	أدرك أن لدي مشاعر رقيقة.	1	2	3	4	5
50	تساعدني مشاعري في اتخاذ قرارات هامة في حياتي.	1	2	3	4	5
51	يغمرني المزاج السيئ.	1	2	3	4	5
52	عندما أعضب لا تظهر على آثار الغضب.	1	2	3	4	5
53	يظل لدى الأمل والتفاؤل أمام هزائمي.	1	2	3	4	5
54	أشعر بالانفعالات والمشاعر التي لا تضطر الآخرين للإفصاح عنها.	1	2	3	4	5
55	إحساسي الشديد بمشاعر الآخرين يجعلني مشفقة عليهم.	1	2	3	4	5
56	أجد صعوبة في مواجهة صراعات الحياة ومشاعر القلق والإحباط.	1	2	3	4	5
57	أستطيع الشعور بنبض الجماعة والمشاعر التي لا يفصحون عنها.	1	2	3	4	5
58	أستطيع السيطرة على مشاعر الإجهاد التي تعوق أدائي لأعمالي.	1	2	3	4	5