النمذجة البنائية للعلاقات بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي لدى طلاب الجامعة

د. خالد أحمد عبدالعال إبراهيم
أستاذ علم النفس التربوي المساعد
كلية التربية – جامعة سوهاج

ISSN 2735-5209

المستخلص:

هدفت الدراسة الحالية إلى التحقق من مطابقة النموذج البنائي للعلاقات بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي لدى طلاب كلية التربية بجامعة سوهاج، واشتملت أدوات الدراسة على: مقياس الذكاء الوجداني "الصورة المختصرة" (إعداد/ Wang et al., 2022، وترجمة الباحث)، مقياس الرفاهية النفسية "الصورة المختصرة" (إعداد/ Calderon Jr et al., 2019، وترجمة الباحث)، مقياس التنظيم المعرفي الانفعالي (ترجمة/ المنشاوي، ٢٠١٥). واشتملت عينة الدراسة على (٥٢٩) طالب وطالبة بكلية التربية جامعة سوهاج. وتوصلت الدراسة إلى: وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى الطلاب عينة الدراسة، وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التنظيم المعرفي الانفعالي والرفاهية النفسية لدى الطلاب عينة الدراسة، حقق النموذج البنائي للعلاقة بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي مطابقة جيدة لدى الطلاب عينة الدراسة، كما وجد تأثير مباشر دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ للذكاء الوجداني والتنظيم المعرفي الانفعالي على الرفاهية النفسية لدى الطلاب عينة الدراسة، كما بينت النتائج وجود تأثير موجب غير مباشر دال إحصائياً للذكاء الوجداني على الرفاهية النفسية عبر متغير التنظيم المعرفي الانفعالي لدى الطلاب عينة الدراسة.

الكلمات الدالة: الذكاء الوجداني، الرفاهية النفسية، التنظيم المعرفي الانفعالي.

Constructive modeling of the relationship among emotional intelligence, psychological well-being, and cognitive-emotional regulation strategies of university students.

Abstract:

The current study aimed to verify the conformity of the structural model of the relationship between emotional intelligence, psychological well-being and cognitive emotion regulation among students of the Faculty of Education at Sohag University, and the research tools included: Emotional Intelligence Scale (Prepared by Wang et al., 2022, and translated by the researcher), Psychological Well-Being Scale (Prepared by / Calderon Jr et al., 2019, translated by the researcher), Cognitive Emotion Regulation Scale (translated by Al-Minshawi, 2015). The study sample consisted of (529) students at the Faculty of Education, Sohag University. The study found: the existence of a positive correlation statistically significant at the level of 0.01 between emotional intelligence and psychological well-being among the students of the study sample, the existence of a statistically significant correlation between the cognitive emotion regulation and psychological well-being of the students of the study sample. The structural model of the relationship between emotional intelligence, psychological well-being and cognitive emotion regulation achieved a good fit among the students of the study sample, and a statistically significant direct effect was found at the level of 0.01 for emotional intelligence and cognitive emotion regulation on the psychological well-being of the students of the study sample, and the results showed a positive indirect effect statistically significant for emotional intelligence on psychological well-being through the variable of cognitive emotion regulation among the students of the study sample.

ISSN 2735-5209

Keywords: emotional intelligence, psychological well-being, cognitive-emotional regulation.

مقدمة:

يتعرض الإنسان يومياً للعديد من الانفعالات المؤلمة الناتجة عن الأحداث الحياتية السلبية، والتي تدور وفقاً للتراث السيكولوجي حول ثلاثة محاور رئيسية وهي: الأحداث المتعلقة بالفقد كفقدان الأحباء من أفراد الأسرة، أو الأصدقاء، أو المال، أو المنصب، والأحداث الحياتية السلبية المتعلقة بالجانب الصحي: كإصابة الشخص، أو أحد أفراد الأسرة، أو الأصدقاء بأحد الأمراض المزمنة، بالإضافة إلى الأحداث الحياتية المتعلقة بالعلاقات بين الفرد والآخرين كالطلاق والشجار الأسري، والتعرض لسوء المعاملة من الآخرين، وعلى الفرد أن يحاول جاهدًا أن يقلل من تلك الانفعالات السلبية وذلك من خلال استخدام إستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي.

وعلى الرغم من أن الجامعة توفر للطلاب فرصاً للنمو والتطور الشخصي، فقد وجدت العديد من الدراسات أن طلاب الجامعة يعانون من مستويات عالية من التوتر بسبب المهام الأكاديمية، وقيود الوقت، والعلاقات الجديدة مع الآخرين، وصعوبات الاختيار الوظيفي، والتي قد يكون لها تأثير على رفاهيتهم النفسية (Dyson & Renk, 2006). وفي السنوات القليلة الماضية، درست العديد من الأبحاث العوامل المساهمة التي تحمي الطلاب من العواقب السلبية للإجهاد وتعزز من رفاهيتهم النفسية (Di Fabio, 2017).

وتعد الرفاهية النفسية Psychological Well-being من مفاهيم علم النفس الإيجابي الذي نما وازدهر بشكل ملحوظ في الآونة الأخيرة، حيث يتضمن علم النفس الايجابي العديد من السمات الإيجابية التي تساعد الفرد على مواجهة المشكلات. وبالرغم من أن الهدف الأساسي لعلم النفس هو مساعدة الفرد على الحياة السعيدة الممتعة، فقد تجاهل الدراسات النفسية في السنوات الماضية المشاعر الإيجابية للشخصية وركزت على المشاعر السلبية مثل: القلق، والضغوط النفسية، والتشاؤم (أبو هاشم، ٢٠١٠).

وتشير الرفاهية النفسية إلى كيفية تقييم الأفراد لحياتهم معرفيًا ووجدانيًا، فمن الناحية المعرفية، تعد الرفاهية النفسية تقييمًا قائمًا على المعلومات عن حياة الفرد، ويظهر ذلك عندما يصدر الفرد أحكامًا تقييمية واعية عن الرضا عن حياته ككل، ومن الناحية الوجدانية، فإن الرفاهية النفسية هي تقييم تحكم الفرد في مشاعره وانفعالاته مثل تكرار المرور بخبرات انفعالية سارة أو غير سارة كنوع من رد فعل الآخرين تجاه حياتهم (Kumkaria, Sharma, & Singh, 2017).

وقد توصل (Viejo, Gomez-Lopez, & Ortega-Ruiz, 2018) إلى أربعة أبعاد للرفاهية النفسية هي: الاستقلالية، وهو القدرة على اتباع القناعات الشخصية، حتى لو تعارضت مع المتطلبات والمعايير التقليدية، والتطور الشخصي، وهو الشعور بأن المواهب والقدرات الشخصية تنمو باستمرار وتتطور بمرور الوقت، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، من حيث الارتباط الحميم المهم

ISSN 2735-5209

وذو القيمة مع الآخرين، والتوافق مع الذات، وهو قدرة الفرد على إدراك وتقبل نقاط القوة والضعف لديه.

ويعد الذكاء الوجداني Emotional Intelligent أيضاً من سمات الشخصية التي تساعد الفرد في التوافق مع الآخرين. فالذكاء الوجداني عبارة عن قدرة الفرد على الوعي بانفعالاته وضبطها وإدارتها والوعي بمشاعر الآخرين، وانفعالاتهم ومساعدتهم على توجيهها والتحكم فيها، والتعاطف معهم وحل الصراعات (الخوالي، ٢٠١٠). ويعرف الذكاء الوجداني بأنه قدرة الفرد على معرفة وفهم انفعالاته ومعانيها، مع الوعي بهذه الانفعالات وتنظيمها بالتفاعل مع العقل لتحقيق الأهداف الذاتية والعامة للفرد (عبد الغفار، ٢٠٠٣). وللذكاء الوجداني أهمية في علاقات الفرد مع الاخرين، والاندماج العطفي والتواصل الاجتماعي معهم في جميع مناحي الحياة، لأنه يشكل استعدادًا هاماً يساعد الفرد على تفعيل قدراته ومهاراته الذاتية ويزيد من إيجابيتها، فالنقص في امتلاك مهارات الذكاء الوجداني، يؤدي إلى تزايد مشكلات الفرد في فهم انفعالات الآخرين المختلفة (أحمد، ٢٠١٦).

وللذكاء الوجداني أربع مكونات على النحو التالي: المعرفة الانفعالية: Emotional Cognitive تتمثل في الانتباه والمشاعر الذاتية والإدراك الجيد للانفعالات وحسن التمييز بينها والوعي بالعلاقة بين المشاعر والأفكار والأحداث. إدارة الانفعالات Emotional Management وتعني قدرة الفرد على التحكم في انفعالاته السلبية وتحويلها إلى انفعالات إيجابية مما يساعد الفرد على ممارسة الحياة بفاعلية. تنظيم الانفعالات: Emotional Regulating وهي تعني تنظيم الفرد لانفعالاته ومشاعره، وتوجيهها لتحقيق الإنجاز، وتوظيف المشاعر والانفعالات الإيجابية في صنع واتخاذ أفضل القرارات. التعاطف Empathy: إدراك الفرد لانفعالات الاخرين من حوله والتوحد معهم من الناحية الانفعالية، مع فهم مشاعرهم دون ان يكون السلوك محملاً بالانفعالات الشخصية. التواصل Communication: التأثير الإيجابي في الآخرين من خلال إدراك انفعالاتهم ومشاعرهم ومن ثم مساندتهم، والتصرف معهم بطريقة لائقة (Mayer, Caruso, & Salovey, 1999).

كما أن الطريقة التي يحدد بها الناس عواطفهم ويفهمونها وينظمونها تساعد في تحديد سلوكيات التأقلم وما يترتب على ذلك من نتائج تكيفية. ومع ذلك، فإن أولئك الذين لا يستطيعون إدراك وتقييم حالتهم الوجدانية بدقة قد يفشلون في التعرف على سبب المواقف الصعبة التي قد يمرون بها، ونتيجة لذلك، قد تكون عملية التنظيم المعرفي الانفعالي غير ناجحة (Zeidner, Matthews, & Roberts, 2006).

ويحتاج الفرد لممارسة التنظيم الانفعالي بشكل يومي ضمن السياقات الاجتماعية المختلفة وبشكل متسق بهدف خفض حدة الانفعالية السلبية وزيادة مستوى الحالات الانفعالية الإيجابية، ويُعزز شعوره بالسرور أو منع الألم وتقليله (Larsen, 2000). حيث إن التنظيم الانفعالي عملية تحدث داخل الشخص تتضمن تنظيم المشاعر الإيجابية والسلبية، والتي تتضمن محاولات التأثير على انفعالات الآخرين، وأنها تشير إلى العمليات الموجهة نحو الهدف والتي يحاول الأفراد من

ISSN 2735-5209

خلالها استحضار وإثارة الحالات الانفعالية أو تغييرها أو الحفاظ عليها(Niven, 2022). وتشير استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي على أنها مجموعة من أساليب التفكير التي يستخدمها الأفراد بعد التعرض لمواقف الحياة الضاغطة وذلك لتقليل التأثيرات السلبية للانفعالات الناتجة عن هذه المواقف (السيد، ٢٠١٢).

ويتشكل التنظيم المعرفي الانفعالي من شقين هما الجانب المعرفي والجانب السلوكي، مع ضرورة التركيز في المقام الأول على الجانب المعرفي نظراً لأسبقية الإدراك على السلوك، ويرى (Garnefski & Kraaij, 2006) أن القدرة على إدارة ردود الأفعال الخاصة عند مواجهة الأحداث السلبية، تتحدد في تسع استراتيجيات هي: إعادة التقييم الإيجابي، إعادة التركيز الإيجابي، رؤية الموضوعات من منظور آخر التخطيط القبول التأمل أو الاجترار التفكير الكارثي، لوم الذات، ولوم الآخرين. ويمكن تصنيف استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي مثل: لوم الذات، لوم الآخرين، واجترار الأفكار، والتفكير الكارثي، أساليب مواجهة غير تكيفية، في حين أن القبول، وإعادة التركيز على التخطيط وإعادة التركيز الإيجابي، وإعادة التقييم الإيجابي، والنظر للأمور من منظور آخر، أساليب مواجهة إيجابية تجعل الأفراد أقل عرضة للمخاطر، ويلعب التنظيم المعرفي الانفعالي دوراً كبيراً في التأثير على أنواع المشاعر التي يواجهها الافراد، فقد يشعر الفرد بالضيق لكنه يبتسم في محاولة للشعور بالارتياح بعد تلقيه أخباراً محبطة، وهذا معرفياً يعطى قدرة على تجاوز المشاعر السلبية بسرعة، بسبب المعلومات التي يتلقاها سلباً أو إيجاباً (Wang, Xu, & Luo, 2016).

وعدم القدرة على تنظيم الانفعال يشكل معضلة كبيرة بالنسبة للكثير من الأفراد سواء في تكيفهم مع الآخرين أو مع أنفسهم ويؤثر على علاقات الفرد مع من حوله وبالتالي يكون له تأثير على نتائجه وعلى صحته، ولأن الصعوبة في تنظيم الانفعال تشكل مشكلة بحد ذاتها (غانم، ونوري، ٢٠١٣). ويختلف الأفراد في قدرتهم وميلهم لإنجاز عمليات التنظيم المعرفي الانفعالي، فبينما يبدو بعض الأفراد أنهم قادرين على ضبط غضبهم عند التعامل مع مدير عنيد، آخرون يفقدون أعصابهم وبذلك فهم يزيدون من سوء موقفهم. والذكاء الوجداني هو أحد المفاهيم المقترحة لتفسير هذا التقلب. فهو يزودنا بهيكل علمي عن فكرة كون الأفراد يختلفون في المدى الذي عنده يهتمون ويعالجون ويستخدمون معلومات مثقلة بالانفعالات خاصة بالطبيعة الشخصية (تنظيم انفعالات الفرد الخاصة) وطبيعة ما بين الأشخاص مثل تنظيم انفعالات الآخرين (Mikolajczak, Nelis, Hansenne, & Quoidbach, 2008).

مشكلة الدراسة:

قدمت العديد من الدراسات دليلاً على أن الذكاء الوجداني يسهم في زيادة الرفاهية النفسية لدى الأفراد، حيث بينت دراسة (Higgs & Dulewicz, 2008) وجود ارتباط موجب دال احصائياً بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طلاب الجامعة. كما أظهرت دراسة (خرنوب، ٢٠١٦) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طلاب الجامعة، كما أن الذكاء

ISSN 2735-5209

الوجداني يسهم في التنبؤ بالرفاهية النفسية. كما أكدت دراسة (العبيدي، ٢٠٢٠) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طلاب الجامعة. وأظهرت دراسة (Pimple, 2023) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الرفاهية النفسية والذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة، كما بينت الدراسة وجود فروق في الذكاء الوجداني تبعا لمتغير النوع لصالح الذكور، وعدم وجود فروق دالة احصائياً في الرفاهية النفسية تبعا لمتغير النوع، وأوضحت ايضاً دراسة (Zaki & Shin, 2022) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى المعلمين. وبينت دراسة (Trigueros et al., 2020) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى الراشدين (أعمارهم بين ١٨–٦٧ سنة).

كما بينت بعض الدراسات أن الذكاء الوجداني يسهم في التنبؤ بالرفاهية النفسية فقد أوضحت دراسة (Peñacoba, Garvi, Gómez, & Álvarez, 2020) أنه يمكن التنبؤ بالرفاهية النفسية من خلال الذكاء الوجداني لدى الأفراد الصم. وأكدت دراسة (Rathakrishnan, Sanu, Yahaya, Singh, & Kamaluddin, 2019) أنه يمكن التنبؤ بالرفاهية النفسية من خلال الذكاء الوجداني لدى طلاب المرحلة الثانوية، أما دراسة (خريبه وآخرون، ٢٠١٩) فقد أوضحت أن الذكاء الوجداني يؤثر كمتغير وسيط على العلاقة بين اليقظة العقلية والرفاهية النفسية لدى طلاب الجامعة.

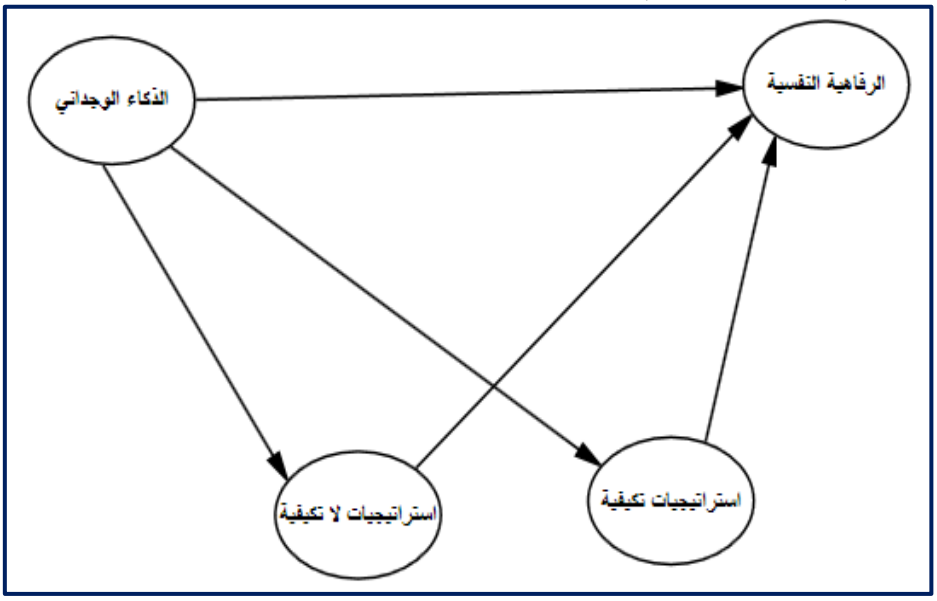
ومن ناحية أخرى فقد أظهرت بعض الدراسات وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين الذكاء الوجداني واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي، حيث أشار (Smieja-N˛ecka, Mrozowicz-Wro ´ nska, & Kobyli ´ nska, 2011; Moradi, Pishva, Ehsan, & Hadadi, 2011) إلى أن الأفراد ذوي الذكاء الوجداني المرتفع من المرجح أن يستخدموا استراتيجيات تكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي. وبينت دراسة (Quintana-Orts et al., 2020) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الوجداني والاستراتيجيات التكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي.

وقد أظهرت دراسة (Mahmoudzadeh, Mohammadkhani, Dolatshahi, & Moradi, 2015) ودراسة (Verzeletti, Zammuner, Galli, & Agnoli, 2016) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين الرفاهية النفسية والاستراتيجيات التكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي، ووجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائياً بين الرفاهية النفسية والاستراتيجيات اللاتكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي. وأظهرت دراسة (Quintana-Orts, Mérida-López, Rey, Neto, & Extremera, 2020) وجود تأثير مباشر موجب دال احصائياً بين الاستراتيجيات التكيفية والذكاء الوجداني، ووجود تأثير مباشر سالب دال احصائياً بين الاستراتيجيات اللا تكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي والذكاء الوجداني.

مما سبق يتبين –في حدود علم الباحث– عدم وجود دراسة عربية أو أجنبية جمعت بين الرفاهية النفسية والتنظيم المعرفي الانفعالي والذكاء الوجداني، ويتوقع من خلال ما تم عرضه من نتائج

ISSN 2735-5209

الدراسات السابقة أن يكون الذكاء الوجداني مرتبط بشكل كبير بالاستراتيجيات التكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي والرفاهية النفسية، ويرتبط سلباً بالاستراتيجيات اللاتكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي. كما أنه من المتوقع أن تؤثر استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي كمتغير وسيط على علاقة الذكاء الوجداني بالرفاهية النفسية لدى طلاب الجامعة، وفي ضوء الدراسات السابقة فقد تم اقتراح نموذج بنائي يربط بين متغيرات الدراسة الحالية (الرفاهية النفسية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والذكاء الوجداني) كما هو موضح بالشكل (١):



شكل (١): النموذج البنائي للعلاقة بين متغيرات الدراسة

وفي ضوء ذلك وجد الباحث مبرراً لإجراء هذه الدراسة لمحاولة الإجابة عن التساؤل التالي:

ما درجة مطابقة النموذج البنائي للعلاقة بين الرفاهية النفسية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية بجامعة سوهاج؟

أسئلة الدراسة:

١) ما العلاقة الارتباطية بين الرفاهية النفسية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية بجامعة سوهاج؟

٢) ما درجة مطابقة النموذج البنائي للعلاقة بين الرفاهية النفسية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية بجامعة سوهاج؟

٣) ما التأثيرات المباشرة وغير المباشرة وفق النموذج البنائي للعلاقة بين الرفاهية النفسية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية بجامعة سوهاج؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التوصل إلى نموذج بنائي يربط بين الرفاهية النفسية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية بجامعة سوهاج، واختبار مدى

ISSN 2735-5209

مطابقته للبيانات المستمدة من عينة الدراسة. أيضاً تهدف الدراسة إلى الكشف عن التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين متغيرات الدراسة.

أهمية الدراسة:

١) مواكبة الاتجاه الجديد للدراسات الحديثة التي أصبحت تركز على الجوانب الايجابية لدى الفرد والتي تنتمي إلى موضوعات علم النفس الإيجابي.

٢) كما تكمن أهمية الدراسة الحالية فيما يقدمه من إطار نظري للمتغيرات (الذكاء الوجداني، استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي، الرفاهية النفسية)، وما يتضمنه من توضيح للعلاقة بين هذه المتغيرات، بالإضافة إلى تناول المتغيرات لدى طلاب المرحلة الجامعية.

٣) وتمثل الدراسة أهمية خاصة فيما يتوصل إليه من نموذج بنائي يوضح طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني، واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي، والرفاهية النفسية؛ مما يمكن في ضوئه اقتراح توصيات بشأن توجيه البرامج الإرشادية الهادفة الي تهدف إلى تنمية الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة مما يسهم في تحسين الرفاهية النفسية لديهم.

٤) كما أن الدراسة الحالية تفيد في تبصرة المؤسسات الجامعية بأهمية عقد دورات تدريبية وورش عمل مستقبلية متعلقة بالذكاء الوجداني ودوره في الرفاهية النفسية.

٥) إبراز أهمية الرفاهية النفسية لدى طلاب الجامعة لما فيه من أثر إيجابي في بناء العلاقات الطيبة مع الآخرين وزيادة الوعي بخبراتهم.

مصطلحات الدراسة:

أ. استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي Cognitive emotion regulation strategies: تعرف استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي بأنها عمليات واعية تتمثل في لوم الذات، لوم الآخر، الاجترار، التهويل القبول الوضع في المنظور، إعادة التركيز الإيجابي، إعادة التقييم الإيجابي، وإعادة التركيز على التخطيط" (Bandadi, Chamkal, Belbachir, & Ahami, 2019). ويُعرف إجرائياً بالدرجة الكلية التي حصل عليها الطالب نتيجة استجابته على فقرات مقياس التنظيم المعرفي الانفعالي.

ب. الرفاهية النفسية Psychological Well-being:

عرف (Ryff & Singer, 2008) الرفاهية النفسية بأنها: الشعور الإيجابي للفرد عن الحياة، ويرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على مستويات مرتفعة عن رضا الفرد عن بذاته وحياته بشكل عام، ورغبته في تحقيق أهدافه الشخصية والاستقلالية في حياته الشخصية وقراراته المتعلقة بالعلاقات الاجتماعية مع الآخرين، كما ترتبط بالإحساس العام بالطمأنينة والسعادة والطمأنينة. وتتكون من أربعة عوامل هي (Viejo, Gomez-Lopez, & Ortega-Ruiz, 2018): التوافق مع الذات self-adjustment: أي قدرة الفرد على إدراك وتقبل نقاط القوة والضعف لديه والتعايش مع الآخرين، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين positive interpersonal relationships: أي وجود

ISSN 2735-5209

ارتباطات حميمة، وصداقات طيبة وذات قيمة مع الآخرين، والاستقلالية autonomy: وهو القدرة على اتباع الفرد لقناعاته الشخصية، حتى لو تعارضت مع المعارف التقليدية، والتطور الشخصي life development: وهو شعور الفرد بأن مواهبه وقدراته الشخصية تنمو وتتطور بمرور الوقت. ويُقاس بمجموع الدرجات التي يحصل عليها المشارك في مقياس الرفاهية النفسية.

ج. الذكاء الوجداني Emotional Intelligence:

يعرفه (Salovey & Mayer, 1990) بأنه " قدرة الشخص على فهم مشاعره ومشاعر الآخرين بشكل كامل، والتمييز الدقيق بين المشاعر المختلفة، والاستفادة في النهاية من المعلومات الحالية، لتوجيه أفكاره وأفعاله بهذه الطريقة". ويُعرف إجرائياً بالدرجة الكلية التي حصل عليها الطالب نتيجة استجابته على فقرات مقياس الذكاء الوجداني.

فروض الدراسة:

١) توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين درجات الطلاب عينة الدراسة على مقياس الرفاهية النفسية ودرجاتهم على مقياس استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ومقياس الذكاء الوجداني.

٢) يحقق النموذج البنائي للعلاقة بين الرفاهية النفسية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والذكاء الوجداني مطابقة جيدة لدى طلاب كلية التربية بجامعة سوهاج.

٣) يوجد تأثيرات مباشرة وغير مباشرة دالة احصائياً وفق النموذج البنائي للعلاقة بين الرفاهية النفسية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية بجامعة سوهاج.

إجراءات الدراسة:

منهج الدراسة:

تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، والذي يلائم أهداف الدراسة واختبار فروضها البحثية للتحقق من طبيعة العلاقات الارتباطية، والتأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين متغيرات الدراسة.

مجتمع وعينة الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلاب كلية التربية بجامعة سوهاج للعام الدراسي (٢٠٢٢/٢٠٢٣م)، بالفرق الدراسية المختلفة (الأولى والثانية والثالثة والرابعة)، وقد بلغ عدد أفراد العينة الاستطلاعية (٢٨١) طالب وطالبة، وذلك لحساب صدق وثبات أدوات الدراسة، أما عينة الدراسة الأساسية تم اختيارها عشوائياً وبلغ قوامها (٥٢٩) من طلاب كلية التربية بجامعة سوهاج.

ISSN 2735-5209

أدوات الدراسة:

أ- مقياس الرفاهية النفسية "الصورة المختصرة" (إعداد/ Calderon Jr, Nga, Tien, Quyen, Thuan, & Bao, 2019، وترجمة/ الباحث):

تتكون الصورة المختصرة لمقياس الرفاهية النفسية من (٢٨) فقرة، يتم الاستجابة عليها من خلال تدريج ليكرت الخماسي (من "موافق بشدة" الى "غير موافق بشدة") وتحصل على الدرجات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على الترتيب عدا الفقرات (٢، ٦، ٧، ١٥، ١٨، ٢٥، ٢٨) فهي إيجابية ويتم عكس الدرجات فيهما، ويتكون المقياس من (٦) أبعاد كما يلي: (١) الاستقلاليةAutonomy (تقرير المصير والاستقلال) وفقراته (٧، ١٢، ١٩، ٢٣، ٢٤)، (٢) الإتقان البيئي Environmental Mastery (الشعور بالإتقان والكفاءة في إدارة بيئة الفرد) وفقراته (٣، ٨، ١٣، ٢٦)، (٣) النمو الشخصيPersonal Growth (الشعور بالتطور المستمر) وفقراته (١، ١١، ١٦، ٢١، ٢٧)، (٤) الهدف في الحياة Purpose in Life (وجود أهداف في الحياة والشعور بالاتجاه) وفقراته (٤، ٩، ١٤، ٢٠)، (٥) العلاقات الإيجابية مع الآخرينPositive Relations with Others (وجود علاقات دافئة ومرضية وثقة مع الآخرين) وفقراته (٥، ١٠، ١٧، ٢٢، ٢٥)، و (٦) قبول الذات-Self acceptance (امتلاك موقف إيجابي تجاه الذات) وفقراته (٢، ٦، ١٥، ١٨، ٢٨). واستخدم هذا المقياس في العديد من الدراسات منها: (Nguyen Huu & Quang, 2022; Quang & Nguyen, 2022; Polat, 2022).

وقام الباحث بعد ترجمة المقياس بعرضه على مجموعة من المحكمين المتخصصين في علم النفس التربوي بكليات التربية بالجامعات المصرية، بلغ عددهم (١٣) محكم، وذلك للحكم على مدى ملائمة فقرات المقياس للمستجيبين، ومدى وضوح صياغتها اللغوية وملاءمتها للبيئة المصرية، ومدى تمثيلها للأبعاد التي تقيسها، وكان هناك نسبة اتفاق أكثر من (٨٠٪) وقد كانت آراء المحكمين إيجابية، حيث لم يكن هناك أي تعديل جوهري على فقرات المقياس. وتم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية قوامها (٢٨١) من طلاب كلية التربية جامعة سوهاج، وذلك للتحقق من صدق وثبات المقياس كما يلي:

١) الاتساق الداخلي Internal Consistency:

للتحقق من الاتساق الداخلي للمقياس تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات فقرات المقياس ودرجات الأبعاد وذلك بعد حذف درجة الفقرة من درجة البعد الذي تنتمي اليه، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠.٤٢ إلى ٠.٦٥) لفقرات بعد "الاستقلالية"، وبين (٠.٤٤ إلى ٠.٦٢) لفقرات بعد "الإتقان البيئي"، وبين (٠.٥١ إلى ٠.٦٣) لفقرات بعد "النمو الشخصي"، وبين (٠.٤٧ إلى ٠.٦٥) لفقرات بعد "الهدف في الحياة"، وبين (٠.٤٧ إلى ٠.٦٩) لفقرات بعد "العلاقات الإيجابية مع الآخرين"، وبين (٠.٤٣ إلى ٠.٦٤) لفقرات بعد "قبول الذات"، أما معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس فقد تراوحت بين (٠.٥٠ إلى ٠.٧٢)، ويلاحظ أن جميع قيم

ISSN 2735-5209

معاملات الارتباط كانت أكبر من (٠.٣٠) وهي قيم دالة احصائياً عند مستوى (٠.٠١) مما يدل على الاتساق الداخلي للمقياس.

٢) الصدق البنائي Construct Validity:

للتحقق من الصدق البنائي للمقياس تم استخدام التحليل العاملي التوكيدي وذلك باستخدام الاحتمال الأقصى Maximum Likelihood Estimation (MLE)، وقد دلت النتائج على وجود مطابقة جيدة لنموذج القياس Measurement Model حيث جاءت قيم مؤشرات حسن المطابقة كما يلي (كاي تربيع/درجات الحرية = ٢.١٥، CFI = ٠.٩٥، GFI = ٠.٩٥، IFI= ٠.٩٦، TLI= ٠.٩٥٠، RMSEA= ٠.٠٦)، وتراوحت قيم التشبعات المعياري بين (٠.٥٤ إلى ٠.٧٩) لفقرات بعد "الاستقلالية"، وبين (٠.٥٧ إلى ٠.٨٥) لفقرات بعد "الإتقان البيئي"، وبين (٠.٥٩ إلى ٠.٧٦) لفقرات بعد "النمو الشخصي"، وبين (٠.٦٨ إلى ٠.٨٧) لفقرات بعد "الهدف في الحياة"، وبين (٠.٦٤ إلى ٠.٨٩) لفقرات بعد العلاقات الإيجابية مع الآخرين"، وبين (٠.٦٣ إلى ٠.٨٥) لفقرات بعد "قبول الذات"، ويلاحظ ان قيم التشبعات المعيارية كانت جميعها مقبولة (أكبر من ٠.٥)، وتراوحت قيم معاملات ارتباط الابعاد وبعضها البعض بين (٠.٢٩ إلى ٠.٤٣).

وتم حساب الثبات البنائيComposite Reliability لأبعاد المقياس، حيث بلغت قيم معاملات الثبات البنائي لأبعاد المقياس (الاستقلالية، الإتقان البيئي، النمو الشخصي، الهدف في الحياة، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، قبول الذات) (٠.٨٢، ٠.٧٩، ٠.٧٩، ٠.٨٢، ٠.٨٨، ٠.٨٢) على الترتيب، ويلاحظ أن جميع قيم معاملات الثبات البنائي كانت مقبولة (أكبر من ٠.٧).

٣) ثبات المقياس Scale Reliability:

للتأكد من ثبات مقياس الرفاهية النفسية تم استخدام معامل ألفا كرونباخ، حيث بلغت قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس (الاستقلالية، الإتقان البيئي، النمو الشخصي، الهدف في الحياة، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، قبول الذات) (٠.٧٥، ٠.٨٠، ٠.٨١، ٠.٧٨، ٠.٧٧، ٠.٧٩) على الترتيب، وللمقياس ككل (٠.٨٢)، ويلاحظ أن جميع قيم معاملات الثبات كانت مقبولة (أكبر من ٠.٧).

ب–مقياس التنظيم المعرفي الانفعالي Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) (إعداد/ Garnefski, Kraaij, & Spinhoven, 2001، ترجمة/ المنشاوي، ٢٠١٥):

يتكون المقياس في صورته الأصلية من (٣٦) فقرة خماسية التدريج (تنطبق تماما، تنطبق، غير متأكد، لا تنطبق، لا تنطبق تماما) وتحصل على الدرجات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على الترتيب. وتتوزع فقرات المقياس بالتساوي على تسع أبعاد هي: لوم الذات Self-blame، القبول Acceptance، الاجترار Rumination، إعادة التركيز الإيجابي Positive refocusing، إعادة التركيز على التخطيط Refocus on planning، إعادة التقييم الإيجابي Positive reappraisal، التقليل من الاحداث Putting into perspective، الفزع أو الكارثية Catastrophizing، لوم الآخرين

ISSN 2735-5209

Other-blame. وتحقق مترجم المقياس من صدقه وثباته على عينة قدرها (٢٥٠) من طلاب الجامعة، حيث تحقق من الصدق البنائي للمقياس باستخدام كل من التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي، كما تم استخدام معامل ألفا كرونباخ للتأكد من ثبات المقياس، وقد بلغت قيمة معامل الثبات لأبعاد المقياس (لوم الذات، القبول، الاجترار، إعادة التركيز الإيجابي، إعادة التركيز على التخطيط، إعادة التقييم الإيجابي، التقليل من الأحداث، الفزع أو الكارثية، لوم الاخرين) (٠.٦٥، ٠.٦٦، ٠.٧٩، ٠.٧٢، ٠.٦٦، ٠.٧٨، ٠.٥٩، ٠.٦٠، ٠.٦٠) على الترتيب. وقد قام الباحث في الدراسة الحالية بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية قدرها (٢٨١) من طلاب كلية التربية جامعة سوهاج، وذلك للتحقق من: صدق وثبات المقياس كما يلي:

١) الاتساق الداخلي Internal Consistency:

للتحقق من الاتساق الداخلي تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات فقرات مقياس التنظيم المعرفي الانفعالي ودرجات الأبعاد وذلك بعد حذف درجة الفقرة من درجة البعد الذي تنتمي اليه، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠.٤٥ إلى ٠.٦٢) لفقرات بعد "لوم الذات"، وبين (٠.٤٢ إلى ٠.٦٦) لفقرات بعد "القبول"، وبين (٠.٥٠ إلى ٠.٦٣) لفقرات بعد "الاجترار"، وبين (٠.٤٩ إلى ٠.٦٣) لفقرات بعد " إعادة التركيز الإيجابي"، وبين (٠.٤٦ إلى ٠.٧١) لفقرات بعد "إعادة التركيز على التخطيط "، وبين (٠.٥٢ إلى ٠.٧١) لفقرات بعد " إعادة التقييم الإيجابي "، بين (٠.٤٧ إلى ٠.٦٦) لفقرات بعد " التقليل من الأحداث "، وبين (٠.٥٢ إلى ٠.٦٩) لفقرات بعد " الفزع أو الكارثية "، وبين (٠.٤٢ إلى ٠.٦٤) لفقرات بعد " لوم الاخرين "، ويلاحظ أن جميع قيم معاملات الارتباط كانت اكبر من (٠.٣٠) وهي قيم دالة احصائياً عند مستوى (٠.٠١) مما يؤكد تحقق الاتساق الداخلي للمقياس.

٢) الصدق البنائي Construct Validity:

للتحقق من الصدق البنائي للمقياس تم استخدام التحليل العاملي التوكيدي وذلك باستخدام طريقة الاحتمال الأقصى Maximum Likelihood Estimation (MLE)، وقد دلت النتائج على وجود مطابقة جيدة لنموذج القياس حيث جاءت قيم مؤشرات حسن المطابقة كما يلي (كاي تربيع/درجات الحرية = ٢.٨٧، CFI = ٠.٩٧ ، GFI = ٠.٩٧ ، IFI= ٠.٩٧، TLI= ٠.٩٦، RMSEA= ٠.٠٧)، وتراوحت قيم التشبعات المعيارية بين (٠.٧٠ إلى ٠.٨٦) لفقرات بعد "لوم الذات"، وبين (٠.٥٧ إلى ٠.٨٠) لفقرات بعد "القبول"، وبين (٠.٥٨ إلى ٠.٧٧) لفقرات بعد "الاجترار"، وبين (٠.٥٣ إلى ٠.٨١) لفقرات بعد " إعادة التركيز الإيجابي"، وبين (٠.٧٢ إلى ٠.٨٢) لفقرات بعد "إعادة التركيز على التخطيط "، وبين (٠.٦٢ إلى ٠.٨٧) لفقرات بعد " إعادة التقييم الإيجابي "، بين (٠.٥٣ إلى ٠.٨٠) لفقرات بعد " التقليل من الأحداث "، وبين (٠.٥٨ إلى ٠.٨٤) لفقرات بعد " الفزع أو الكارثية "، وبين (٠.٦٣ إلى ٠.٨٠) لفقرات بعد " لوم الاخرين "، ويلاحظ ان قيم التشبعات المعيارية كانت جميعها مقبولة (اكبر من ٠.٥).

ISSN 2735-5209

وتم حساب الثبات البنائي Composite Reliability لأبعاد المقياس، حيث بلغت قيم معاملات الثبات البنائي لأبعاد المقياس (لوم الذات، القبول، الاجترار، إعادة التركيز الإيجابي، إعادة التركيز على التخطيط، إعادة التقييم الإيجابي، التقليل من الأحداث، الفزع أو الكارثية، لوم الاخرين) (٠.٨٢، ٠.٨١، ٠.٧٩، ٠.٨٠، ٠.٨٥، ٠.٨١، ٠.٧٩، ٠.٧٦، ٠.٨٥) على الترتيب، ويلاحظ أن جميع قيم معاملات الثبات البنائي كانت مقبولة (أكبر من ٠.٧).

٣) ثبات المقياس Scale Reliability:

لحساب ثبات المقياس تم استخدام معامل ألفا كرونباخ، حيث بلغت قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس (لوم الذات، القبول، الاجترار، إعادة التركيز الإيجابي، إعادة التركيز على التخطيط، إعادة التقييم الإيجابي، التقليل من الأحداث، الفزع أو الكارثية، لوم الاخرين) (٠.٧٦، ٠.٨٢، ٠.٧٦، ٠.٨٠، ٠.٨١، ٠.٧٨، ٠.٧٩، ٠.٨٢، ٠.٧٧) على الترتيب، وللمقياس ككل (٠.٨٥)، ويلاحظ أن جميع قيم معاملات الثبات كانت مقبولة (أكبر من ٠.٧).

ج– مقياس الذكاء الوجداني the Rotterdam Emotional Intelligence Scale:

تم استخدام مقياس الذكاء الوجداني (الصورة المختصرة) من إعداد (Wang, Cai, & Tu, 2022)، وفي الدراسة الحالية قام الباحث بترجمته، ويتألف المقياس من (١٤) فقرة تتوزع على أربعة أبعاد كما يلي: التقييم العاطفي الذاتي Self-focused emotion appraisal (الفقرات من ١ إلى ٤)، التقييم العاطفي للآخرين Other-focused emotion appraisal (الفقرات من ٥ إلى ٧)، التنظيم العاطفي الذاتي Self-focused emotion regulation (الفقرات من ٨ إلى ١٠)، التنظيم العاطفي للآخرين Other-focused emotion regulation (الفقرات من ١١ إلى ١٤). وفقرات المقياس تتبع التدريج الخماسي ("موافق بشدة" الى "غير موافق بشدة") وتحصل على الدرجات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على الترتيب. وقام الباحث بعد ترجمة المقياس بعرضه على مجموعة من المحكمين المتخصصين في علم النفس التربوي بكليات التربية بالجامعات المصرية، بلغ عددهم (١٣) محكم، وذلك للحكم على مدى ملائمة فقرات المقياس للمستجيبين (عينة من طلاب كلية التربية جامعة سوهاج)، ومدى وضوح صياغتها اللغوية وملاءمتها للبيئة المصرية، ومدى تمثيلها للأبعاد التي تقيسها، وكان هناك نسبة اتفاق أكثر من (٨٠٪) وقد كانت آراء المحكمين إيجابية، حيث لم يكن هناك أي تعديل جوهري على فقرات المقياس. وفي الدراسة الحالية قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية قدرها (٢٨١) من طلاب كلية التربية جامعة سوهاج، وذلك للتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس كما يلي:

١) الاتساق الداخلي Internal Consistency:

للتأكد من الاتساق الداخلي للمقياس تم حساب معاملات الارتباط بين درجات فقرات المقياس ودرجات الأبعاد وذلك بعد حذف درجة الفقرة من درجة البعد الذي تنتمي اليه، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠.٤٤ إلى ٠.٦٥) لفقرات بعد "التقييم العاطفي الذاتي "، وبين (٠.٥٢ إلى

ISSN 2735-5209

٠.٧٢) لفقرات بعد "التقييم العاطفي للآخرين "، وبين (٠.٤٧ إلى ٠.٧٠) لفقرات بعد "التنظيم العاطفي الذاتي"، وبين (٠.٤٣ إلى ٠.٦٢) لفقرات بعد "التنظيم العاطفي للآخرين"، أما معاملات الارتباط بين الأبعاد فقد تراوحت بين (٠.٣٥ إلى ٠.٤٧)، ويلاحظ أن جميع قيم معاملات الارتباط كانت أكبر من (٠.٣٠) وهي قيم دالة احصائياً عند مستوى (٠.٠١) مما يؤكد تحقق الاتساق الداخلي للمقياس.

٢) الصدق البنائي Construct Validity:

للتحقق من الصدق البنائي للمقياس تم استخدام التحليل العاملي التوكيدي وذلك باستخدام طريقة الاحتمال الأقصى Maximum Likelihood Estimation (MLE)، وقد دلت النتائج على وجود مطابقة جيدة لنموذج القياس Measurement Model حيث جاءت قيم مؤشرات حسن المطابقة كما يلي (كاي تربيع/درجات الحرية = ٢.١١، CFI = ٠.٩٧، GFI = ٧٠.٩، IFI= ٧٠.٩، TLI= ٠.٩٥٢، RMSEA= ٦٠.٠)، وتراوحت قيم التشبعات المعياري بين (٠.٦٢ إلى ٠.٨٢) لفقرات بعد "التقييم العاطفي الذاتي "، وبين (٠.٦١ إلى ٠.٨٠) لفقرات بعد "التقييم العاطفي للآخرين "، وبين (٠.٦٤ إلى ٠.٨٢) لفقرات بعد "التنظيم العاطفي الذاتي"، وبين (٠.٦٤ إلى ٠.٨٢) لفقرات بعد " التنظيم العاطفي للآخرين"، أما معاملات الارتباط بين ابعاد المقياس فقد تراوحت بين (٠.٣١ إلى ٠.٤٧)، ويلاحظ أن قيم التشبعات المعيارية كانت جميعها مقبولة (أكبر من ٠.٥).

وتم حساب الثبات البنائي لأبعاد المقياس، حيث بلغت قيم معاملات الثبات البنائي لأبعاد المقياس (التقييم العاطفي الذاتي، التقييم العاطفي للآخرين، التنظيم العاطفي الذاتي، التنظيم العاطفي للآخرين) (٠.٨١، ٠.٧٦، ٠.٧٨، ٠.٨٢) على الترتيب، ويلاحظ أن جميع قيم معاملات الثبات البنائي كانت مقبولة (أكبر من ٠.٧).

٣) ثبات المقياس Scale Reliability:

للتحقق من ثبات المقياس تم استخدام معامل ألفا كرونباخ، حيث بلغت قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس (التقييم العاطفي الذاتي، التقييم العاطفي للآخرين، التنظيم العاطفي الذاتي، التنظيم العاطفي للآخرين) (٠.٨٢، ٠.٨١، ٠.٧٥، ٠.٧٨) على الترتيب، وللمقياس ككل (٠.٨٥٦)، ويلاحظ أن جميع قيم معاملات الثبات كانت مقبولة (أكبر من ٠.٧).

تحليل بيانات الدراسة:

تم استخدام برنامج SPSS v.26 لحساب الإحصاءات الوصفية ومعاملات ارتباط بيرسون ومعامل ألفا كرونباخ للتحقق من ثبات أدوات الدراسة، وكذلك حساب معاملات الالتواء والتفرطح لمتغيرات الدراسة، وأجري التحليل العاملي التوكيدي(CFA) Confirmatory Factor Analysis والنمذجة بالمعادلات البنائية باستخدام طريقة الاحتمال الأقصى Maximum Likelihood Estimation (MLE) وذلك من خلال برنامج AMOS v.26، وقبل اجراء تحليل بينات الدراسة تم التحقق من التوزيع الاعتدالي لمتغيرات الدراسة، وقد تم الاعتماد على المؤشرات للتحقق من حسن

ISSN 2735-5209

مطابقة النموذج للبيانات: كاي تربيع/ درجات الحرية < ٣ ، مؤشر Normed fit index (NFI≥ 0.95)، مؤشر Comparative Fit Index (CFI≥ 0.95)، مؤشر Incremental Fit Index (IFI≥ 0.95)، مؤشر Goodness of Fit Index (GFI≥ 0.95)، مؤشر Tucker-Lewis index (TLI≥ 0.95)، مؤشر Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA< 0.08) (Doğan & Özdamar, 2017).

نتائج الدراسة:

أولا– نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه: "توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين درجات الطلاب عينة الدراسة على مقياس الرفاهية النفسية ودرجاتهم على مقياس استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ومقياس الذكاء الوجداني".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلاب عينة الدراسة على مقياس الرفاهية النفسية ودرجاتهم على مقياس استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ومقياس الذكاء الوجداني، كما هو موضح بالجدول (١):

جدول (١): قيم معاملات ارتباط بيرسون* بين درجات الطلاب عينة الدراسة على مقياس الرفاهية النفسية ودرجاتهم على مقياس استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ومقياس الذكاء الوجداني

	المتغيرات	مقياس الرفاهية النفسية						
		الاستقلالية	الإتقان البيئي	النمو الشخصي	الهدف في الحياة	العلاقات الإيجابية مع الآخرين	قبول الذات	درجة كلية
استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي	لوم الذات	٠,٣٦٥-	٠,٢٤٧-	٠,٣٩٨-	٠,٤٣٩-	٠,٣٦٣-	٠,٤٦٤-	٠,٤٧٥-
	الاجترار	٠,٤٤٥-	٠,٣٠٩-	٠,٣٣١-	٠,٢٥٢-	٠,٢٤٧-	٠,٣٦٧-	٠,٣٩٣-
	الفزع او الكارثية	٠,٤٧٩-	٠,٤٢٨-	٠,٣٠٤-	٠,٤٧٦-	٠,٣٨٠-	٠,٤٤٨-	٠,٣٨٧-
	لوم الاخرين	٠,٤٠٠-	٠,٢٣٩-	٠,٤٠٥-	٠,٢٥٤-	٠,٤٢٩-	٠,٣٥١-	٠,٣٢٠-
	التقليل من الاحداث	٠,٢٩٨	٠,٢٩٧	٠,٤٥٠	٠,٢٣٨	٠,٣٢٧	٠,٣٨٤	٠,٣٣٢
	القبول	٠,٣٩٥	٠,٤٨٣	٠,٢٧٣	٠,٤١٩	٠,٤٧٣	٠,٤١٩	٠,٢٣٤
	إعادة التركيز الإيجابي	٠,٢٣٢	٠,٤٢٨	٠,٣٨١	٠,٢٨٦	٠,٣٢٥	٠,٣٧٥	٠,٣٠٣
	إعادة التركيز على التخطيط	٠,٢٧٧	٠,٣٨٣	٠,٤٢١	٠,٤٢١	٠,٤٠٣	٠,٣٠١	٠,٣١٠
	إعادة التقييم الإيجابي	٠,٣٧٧	٠,٢٤٢	٠,٢٥٥	٠,٤٢٧	٠,٣٢٥	٠,٤٢٧	٠,٤٤٣
الذكاء الوجداني	التقييم العاطفي الذاتي	٠,٣١٠	٠,٣٠٠	٠,٤٣١	٠,٣١٤	٠,٢٦٨	٠,٢٣٥	٠,٢٨٧
	التقييم العاطفي للآخرين	٠,٤٨٧	٠,٢٥٦	٠,٤١١	٠,٣٤٢	٠,٢٦٩	٠,٤٤٥	٠,٤٦٩
	التنظيم العاطفي الذاتي	٠,٤١٣	٠,٢٧٧	٠,٤٥٥	٠,٣٠٥	٠,٣٥٦	٠,٢٨٣	٠,٣٠٦
	التنظيم العاطفي للآخرين	٠,٢٥٧	٠,٣٣٨	٠,٢٧٥	٠,٢٣٠	٠,٢٦١	٠,٣٣٣	٠,٢٨٣
	درجة كلية	٠,٤٤٤	٠,٤٥٨	٠,٢٥٣	٠,٣٣١	٠,٣٧٣	٠,٣٦١	٠,٤٦٤

*جميع معاملات الارتباط الواردة بالجدول دالة احصائياً عند مستوى (٠.٠١)

ISSN 2735-5209

ويتضح من الجدول (١) ما يلي:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين درجات الطلاب عينة الدراسة على الاستراتيجيات التكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي (التقليل من الأحداث، القبول، إعادة التركيز الإيجابي، إعادة التركيز على التخطيط، إعادة التقييم الإيجابي) ودرجاتهم على مقياس الرفاهية النفسية بأبعاده، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠.٢٣٢ إلى ٠.٤٨٣) وجميع قيم معاملات الارتباط دالة احصائياً عند مستوى (٠.٠١)، وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائياً بين درجات الطلاب عينة الدراسة على الاستراتيجيات اللاتكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي (لوم الذات، الاجترار، الفزع أو الكارثية، لوم الآخرين) ودرجاتهم على مقياس الرفاهية النفسية بأبعاده، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (-٠.٢٣٩ إلى -٠.٤٧٩) وجميع قيم معاملات الارتباط دالة احصائيا عند مستوى (٠.٠١).
- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين درجات الطلاب عينة الدراسة على مقياس الذكاء الوجداني بأبعاده ودرجاتهم على مقياس الرفاهية النفسية بأبعاده، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠.٢٣٠ إلى ٠.٤٨٧) وجميع قيم معاملات الارتباط دالة احصائيا عند مستوى (٠.٠١)، كما بلغت قيمة معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس التنظيم المعرفي الانفعالي والدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني (٠.٤٦٤) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى (٠.٠١).

ثانياً–نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه: "يحقق النموذج البنائي للعلاقة بين الرفاهية النفسية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والذكاء الوجداني مطابقة جيدة لدى طلاب كلية التربية بجامعة سوهاج".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم مطابقة النموذج البنائي للعلاقة بين الرفاهية النفسية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والذكاء الوجداني على الطلاب عينة الدراسة، حيث تم استخدام النمذجة بالمعادلات البنائية وذلك بطريقة الاحتمال الأقصى، وقد تم التحقق من اعتدالية توزيع البيانات حيث، وتم التحقق من التوزيع الاعتدالي لمتغيرات الدراسة، وقد أشار (Stevens, 2012) إلى أنه في حالة العينات الكبيرة يجب عدم استخدام اختبارات الاعتدالية، ويتم الاكتفاء فقط باستخدام معامل الالتواء والتفرطح، لذلك فقد قام الباحث بحساب قيم الالتواء (والتي يجب أن تتراوح بين -١ و + ١) والتفرطح (يجب ان تتراوح بين -٢ و +٢) للمتغيرات، وحتى تتوزع البيانات اعتدالياً يجب ان تتراوح قيم معاملات الالتواء بين (١- و +١)، ويجب أن تتراوح قيم معاملات التفرطح بين (-٢ و +٢)، وقد تراوحت قيم معاملات الالتواء لبيانات متغيرات الدراسة الحالي بين (-٠.٧٩٤ إلى ٠.٨٢٥) وتراوحت قيم معاملات التفرطح بين (-٠.٨٦٩ إلى ٠.٨٤٢) مما يشير إلى تحقق الاعتدالية الخطية للمتغيرات. ويوضح الجدول (٢) قيم مؤشرات مطابقة النموذج البنائي:

ISSN 2735-5209

جدول (٢): قيم مؤشرات مطابقة النموذج البنائي

مؤشرات حسن المطابقة	القيمة الفعلية (المحسوبة)	القيمة المقبولة
كاي تربيع	٤١٠,٤١	**كاي تربيع/ درجات الحرية < ٣**
(درجات الحرية)	١٤٤	
كاي تربيع/ درجات الحرية	٢,٨٥	
NFI	٠,٩٥٤	NFI ≥ ٠,٩٥
CFI	٠,٩٦٣	CFI ≥ ٠,٩٥
IFI	٠,٩٦٤	IFI ≥ ٠,٩٥
GFI	٠,٩٦٩	GFI ≥ ٠,٩٥
TLI	٠,٩٥٧	TLI ≥ ٠,٩٥
RMSEA	٠,٠٤٩	RMSEA < ٠,٠٨

ويتضح من الجدول (٢) أن النموذج البنائي للعلاقة بين التنظيم المعرفي الانفعالي والرفاهية النفسية والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية بجامعة سوهاج قد حقق مطابقة جيدة، حيث يتبين أن قيمة كاي تربيع/درجات الحرية بلغت ٢.٤٥ وهي قيمة مقبولة (أقل من ٣)، ويلاحظ ايضاً أن قيمة مؤشر (NFI) بلغت (٠.٩٥٤)، وقيمة مؤشر (CFI) بلغت (٠.٩٦٣)، وقيمة مؤشر (IFI) بلغت (٠.٩٦٤)، وقيمة مؤشر (GFI) بلغت (٠.٩٦٩)، وقيمة مؤشر (TLI) بلغت (٠.٩٥٧)، وجميع قيم المؤشرات (NFI، CFI، IFI، GFI، TLI) أكبر من (٠.٩٥) مما يدل على المطابقة الجيدة للنموذج، كما أن قيمة مؤشر (RMSEA) بلغت (٠.٠٤٩) وهي قيمة اقل من (٠.٠٨)، مما يؤكد المطابقة الجيدة للنموذج، ومما سبق يتبين تحقق صحة الفرض الثاني من فروض الدراسة والذي نصه " يحقق النموذج البنائي للعلاقة بين التنظيم المعرفي الانفعالي والرفاهية النفسية والذكاء الوجداني مطابقة جيدة لدى طلاب كلية التربية بجامعة سوهاج".

ثالثاً–نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه: "يوجد تأثيرات مباشرة وغير مباشرة دالة احصائياً وفق النموذج البنائي للعلاقة بين الرفاهية النفسية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية بجامعة سوهاج".

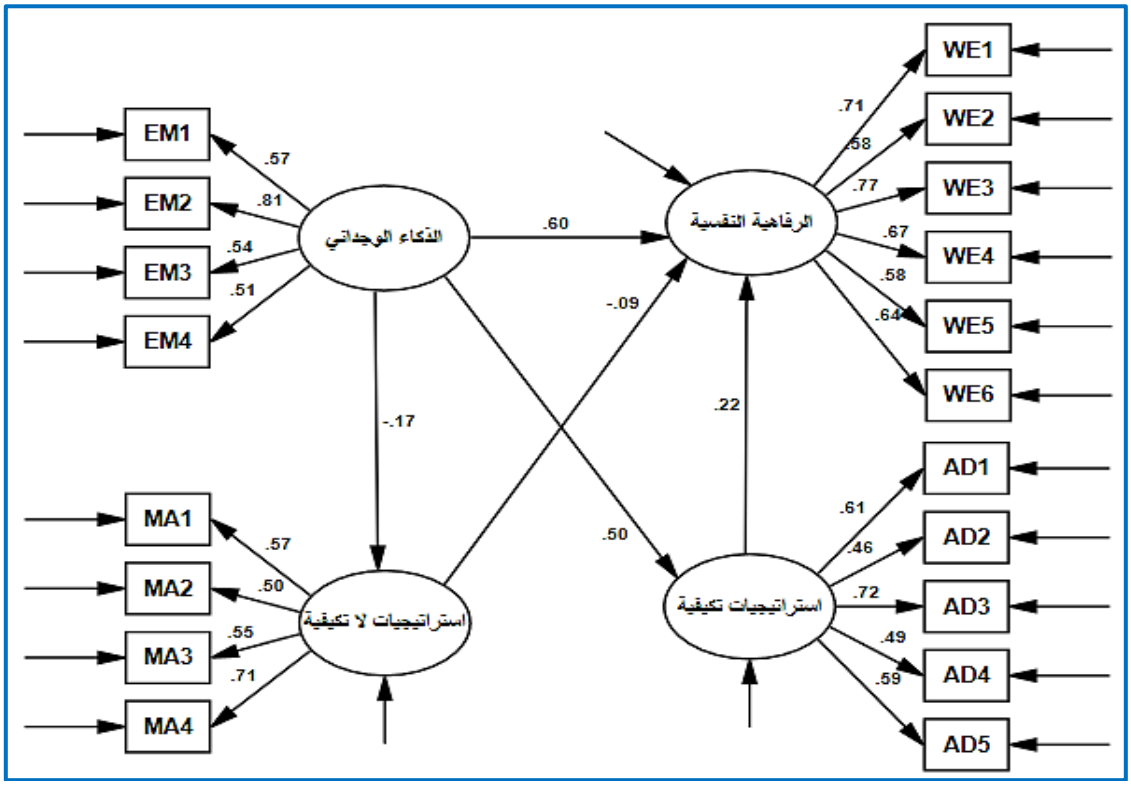
وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيم التأثيرات المباشرة وغير المباشرة وفق النموذج البنائي محل الدراسة (والذي تم اختبار مطابقته في الفرض الثاني)، ويوضح الجدول (٣) القيم المعيارية للتأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمتغيرات (الرفاهية النفسية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والذكاء الوجداني) وفق النموذج البنائي:

ISSN 2735-5209

جدول (٣): التأثيرات المباشرة وغير المباشرة ودلالتها الإحصائية لمتغيرات الدراسة

المتغيرات			القيم غير المعيارية		قيمة (z)	القيم المعيارية
			القيمة	الخطأ المعياري		
التأثيرات المباشرة Direct Effects						
الذكاء الوجداني	←	الرفاهية النفسية	٠,٧٥٨	٠,٠٧٦	**٩,٩٢	٠,٥٩٩
الذكاء الوجداني	←	استراتيجيات لا تكيفية	٠,١٦٣-	٠,٠٤٨	**٣,٣٩-	٠,٠٨٩-
الذكاء الوجداني	←	استراتيجيات تكيفية	٠,٥٢٨	٠,٠٦٣	**٨,٣٢	٠,٢١٨
استراتيجيات لا تكيفية	←	الرفاهية النفسية	٠,١٢١-	٠,٠٥٤	*٢,٢٢-	٠,١٧٤-
استراتيجيات تكيفية	←	الرفاهية النفسية	٠,٢٦٠	٠,٠٥٩	**٤,٤٢	٠,٤٩٨
التأثيرات غير المباشرة Indirect Effects						
الذكاء الوجداني	استراتيجيات لا تكيفية	الرفاهية النفسية	٠,٠٢	٠,٠٠٩	*٢,٠٩	٠,٠١٥
الذكاء الوجداني	استراتيجيات تكيفية	الرفاهية النفسية	٠,١٣٧	٠,٠٣١	**٤,٤٠	٠,١٠٨

*دالة عند مستوى (٠.٠٥)، **دالة عند مستوى (٠.٠١)



شكل (٢): القيم المعيارية للتأثيرات المباشرة لمتغيرات الدراسة

ويتضح من الجدول السابق ما يلي:

- وجود تأثير مباشر موجب دال احصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين متغير الذكاء الوجداني وبين متغير الاستراتيجيات التكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي، حيث بلغت القيمة المعيارية للتأثير (٠.٢١٨)، بخطأ معياري قدره (٠.٠٦٣)، وبلغت قيمة "z" (٨.٣٢) وهي قيمة دالة احصائياً

ISSN 2735-5209

عند مستوى (٠.٠١). وجود تأثير مباشر سالب دال احصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين متغير الذكاء الوجداني وبين متغير الاستراتيجيات اللا تكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي، حيث بلغت القيمة المعيارية للتأثير (–٠.٠٨٩)، بخطأ معياري قدره (٠.٠٤٨)، وبلغت قيمة "z" (–٣.٣٩) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى (٠.٠١).

- وجود تأثير مباشر موجب دال احصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين متغير الاستراتيجيات التكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي وبين متغير الرفاهية النفسية، حيث بلغت القيمة المعيارية للتأثير (٠.٤٩٨)، بخطأ معياري قدره (٠.٠٥٩)، وبلغت قيمة "z" (٤.٤٢) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى (٠.٠١). وجود تأثير مباشر سالب دال احصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متغير الاستراتيجيات اللا تكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي وبين متغير الرفاهية النفسية، حيث بلغت القيمة المعيارية للتأثير (–٠.١٧٤)، بخطأ معياري قدره (٠.٠٥٤)، وبلغت قيمة "z" (–٢.٢٢) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى (٠.٠٥).
- وجود تأثير مباشر موجب دال احصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متغير الذكاء الوجداني وبين متغير الرفاهية النفسية، حيث بلغت القيمة المعيارية للتأثير (٠.٥٩٩)، بخطأ معياري قدره (٠.٠٧٦)، وبلغت قيمة "z" (٩.٩٢) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى (٠.٠١).
- وجود تأثير غير مباشر موجب دال احصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين متغير الذكاء الوجداني وبين متغير الرفاهية النفسية وذلك عبر متغير الاستراتيجيات التكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي، حيث بلغت القيمة المعيارية للتأثير (٠.١٠٨)، بخطأ معياري قدره (٠.٠٣١)، وبلغت قيمة "z" (٤.٤٠) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى (٠.٠١). وجود تأثير غير مباشر موجب دال احصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متغير الذكاء الوجداني وبين متغير الرفاهية النفسية وذلك عبر متغير الاستراتيجيات اللا تكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي، حيث بلغت القيمة المعيارية للتأثير (٠.٠١٥)، بخطأ معياري قدره (٠.٠٠٩)، وبلغت قيمة "z" (٢.٠٩) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى (٠.٠٥). وهذا يعني أن استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي تسهم كمتغير وسيط في التأثير على العلاقة بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية، وهذا يعنيأنه يجب أن يؤخذ في الاعتبار الاستراتيجيات التكيفية واللاتكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي وذلك عند استخدام الذكاء الوجداني للتأثير على الرفاهية النفسية لدى طلاب الجامعة، حيث إن ذلك يساعد على زيادة تأثير المتغير المستقل (الذكاء الوجداني) على المتغير التابع (الرفاهية النفسية).

مناقشة نتائج الدراسة:

بينت نتائج الفرض الأول وجود ارتباط موجب دال احصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى الطلاب عينة الدراسة، وهذا يدل على أنه كلما زادت درجات الطالب على مقياس الذكاء الوجداني كلما زادت درجته على مقياس الرفاهية النفسية. كما بينت

ISSN 2735-5209

نتائج الفرض الأول وجود ارتباط موجب دال احصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين الاستراتيجيات التكيفية للتنظيم الانفعالي والرفاهية النفسية لدى الطلاب عينة الدراسة، ومن ناحية أخرى فقد بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين الاستراتيجيات اللاتكيفية للتنظيم الانفعالي والرفاهية النفسية لدى الطلاب عينة الدراسة. وهذا يعني أن زيادة درجات الطالب على الاستراتيجيات التكيفية يزيد من درجاته على مقياس الرفاهية النفسية، بينما زيادة درجات الطالب على الاستراتيجيات اللاتكيفية يقلل من درجاته على مقياس الرفاهية النفسية. وتتفق هذه النتائج مع ما أشار اليه كل من (Smieja-N˛ecka, Mrozowicz-Wro ´ nska, & Kobyli ´ nska, 2011; Moradi, Pishva, Ehsan, & Hadadi, 2011) إلى أن الافراد ذوي الذكاء الوجداني المرتفع من المرجح أن يستخدموا استراتيجيات تكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه دراسة (Quintana-Orts et al., 2020) من وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الوجداني والاستراتيجيات التكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي.

كما تتفق نتائج الفرض الأول مع ما بينته دراسة (خرنوب، ٢٠١٦) ودراسة (Pimple, 2023) من وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طلاب الجامعة. أيضا تتفق هذه النتائج مع ما توصلت اليه دراسة (Zaki & Shin, 2022) من وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى المعلمين. أيضا تتفق نتائج الفرض الأول مع ما تواصلت اليه دراسة (Mahmoudzadeh et al., 2015) ودراسة (Verzeletti et al., 2016) التي بينت وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين الرفاهية النفسية والاستراتيجيات التكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي، ووجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائياً بين الرفاهية النفسية والاستراتيجيات اللاتكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي.

وبينت نتائج الفرضين الثاني والثالث وجود مطابقة جيدة للنموذج البنائي للعلاقة بين التنظيم المعرفي الانفعالي والرفاهية النفسية والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية بجامعة سوهاج، ووجود تأثير مباشر موجب دال احصائياً عند مستوى (٠.٠١) لمتغير الذكاء الوجداني على الاستراتيجيات التكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي ومتغير الرفاهية النفسية لدى الطلاب عينة الدراسة، ووجود تأثير سالب دال احصائياً عند مستوى (٠.٠١) للذكاء الوجداني على الاستراتيجيات اللاتكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي. ووجود تأثير مباشر موجب دال احصائياً عند مستوى (٠.٠١) لمتغير الاستراتيجيات التكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي على متغير الرفاهية النفسية لدى الطلاب عينة الدراسة، ووجود تأثير مباشر سالب دال احصائياً عند مستوى (٠.٠١) للاستراتيجيات اللاتكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي والرفاهية النفسية لدى الطلاب عينة الدراسة. أيضا فقد توصلت الدراسة الحالية إلى وجود تأثير غير مباشر موجب دال احصائياً عند مستوى (٠.٠١) لمتغير الذكاء الوجداني على متغير الرفاهية النفسية عبر متغير التنظيم المعرفي الانفعالي (الاستراتيجيات التكيفية واللاتكيفية) لدى الطلاب عينة الدراسة، وهذا يعني أن متغير التنظيم

ISSN 2735-5209

المعرفي الانفعالي يؤثر كمتغير وسيط على العلاقة بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طلاب الجامعة عينة الدراسة، ويفسر الباحث هذه النتيجة من أن وجود التنظيم المعرفي الانفعالي لدى الطلاب يعد متغير داعم يزيد من التأثير الايجابي للذكاء الوجداني في الرفاهية النفسية، ومن ناحية أخرى فإن الاستراتيجيات التكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي بدوره تؤثر ايجاباً في الرفاهية النفسية، في حين تؤثر الاستراتيجيات التكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي سلباً في الرفاهية النفسية.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه بعض الدراسات منها: دراسة (خرنوب، ٢٠١٦) ودراسة (Rathakrishnan et al., 2019) ودراسة (Peñacoba et al., 2020) التي بينت أن الذكاء الوجداني يسهم في التنبؤ بالرفاهية النفسية. كما تتفق هذه النتائج مع ما أظهرته دراسة (Quintana-Orts et al., 2020) من وجود تأثير مباشر موجب دال احصائياً بين الاستراتيجيات التكيفية والذكاء الوجداني، ووجود تأثير مباشر سالب دال احصائياً بين الاستراتيجيات اللاتكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي والذكاء الوجداني. كما تتفق هذه النتائج مع ما أشار اليه (Mikolajczak et al., 2008) من أن الذكاء الوجداني للأفراد يساعدهم في اختيار الاستراتيجيات التكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي والتقليل من الاستراتيجيات اللاتكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي.

مما سبق يمكن القول بأن نتائج الدراسة الحالية توفر أدلة على أن الذكاء الوجداني قد يؤدي إلى تحسين الرفاهية من خلال الاستراتيجيات التكيفية للتنظيم المعرفي الانفعالي. وفقًا لذلك، قد تكون بعض مهارات التنظيم المعرفي التكيفية آليات مهمة لتوضيح سبب ارتباط الذكاء العاطفي بشكل إيجابي بالرفاهية. ولتعزيز فعالية التدخلات التي تهدف إلى تحسين الرفاهية النفسية يجب الأخذ في الاعتبار متغير التنظيم المعرفي الانفعالي.

توصيات ومقترحات:

١) مساعدة الطلاب للرفاهية النفسية وتقديم كل أشكال الدعم وأهمهم الدعم النفسي من خلال الذكاء الوجداني والتنظيم المعرفي الانفعالي.

٢) عقد برامج ارشادية بهدف تحسين الرفاهية لدى طلاب الجامعة من خلال تحسين الذكاء الوجداني والتنظيم المعرفي الانفعالي لديهم.

٣) الاهتمام بالتنظيم المعرفي الانفعالي للطلاب في المرحلة الثانوية لأن وجوده يزيد من الرفاهية النفسية، حيث تأثرت بالذكاء الوجداني.

٤) عمل ندوات وورش عمل لطلاب الجامعة عن الذكاء الوجداني بكل أبعاده وكذلك لاستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي حتى تساعدهم على تحقيق الرفاهية النفسية.

المراجع:

أبو هاشم، السيد محمد (٢٠١٠). النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة .مجلة كلية التربية، ٢٠(٨١)، ٢٦٨-٣٥٠.

ISSN 2735-5209

أحمد، أحمد جمال (٢٠١٦). علاقة الذكاء الانفعالي باستراتيجيات إدارة الصراع لدى المتفوقين دراسياً.ؤالمجلة العلمية، جامعة المنيا، ٢، ٢٧٤-٣١١.

خرنوب، فتون محمود (٢٠١٦). الرفاهية النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي والتفاؤل: دراسة ميدانية لدى عينة من طلاب كلية التربية في جامعة دمشق .مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، ١٤(١)، ٢١٧-٢٤٢.

خريبه، إيناس محمد ، سالم، هانم أحمد ، وعطية، رانيا محمد (٢٠١٩). النموذج البنائي للعلاقات بين اليقظة العقلية والذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية جامعة الزقازيق .دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ١١٦، ١٠٥-١٦٤.

الخوالي، محمود سعيد (٢٠١٠). الذكاء الوجداني ما بين النشأة والتطبيق. منشأة دار المعارف، الإسكندرية.

السيد، عبد المنعم عبد الله (٢٠١٢). الاستراتيجيات المعرفية في تنظيم الانفعال وعلاقتها بأعراض القلق والاكتئاب لدى المراهقين والراشدين: رؤية نقدية .مجلة التربية، ١٥١(٣)، ٦٥٩-٦٩٣.

عبد الغفار، أنور فتحي (٢٠٠٣). الذكاء الوجداني إدارة الذات وعلاقتها بالعلم الموجة ذاتياً لدى طلاب الدراسات العليا. مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة،٣١(٢)، ١٣-٦٧.

العبيدي، صباح مرشود (٢٠٢٠). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالرفاهية النفسية لدى طلاب الجامعة .مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، ٢٧(١٠)، ٣٩٤-٤١٦.

غانم، ستار جبار، ونوري، خديجة حيدر (٢٠١٣). التنظيم المعرفي للانفعال: استراتيجياته وصعوباته .مجلة العلوم التربوية والنفسية، (١٠٣)، ٢٣٣-٣٥٥.

المنشاوي، عادل محمود (٢٠١٥). نموذج بنائي للعلاقات بين النزعة للتسامح واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى الطلاب المعلمين .مجلة كلية التربية، ٢٥(٤)، ٥٥-١٤١.

Bandadi, L., Chamkal, N., Belbachir, S., & Ahami, A. O. (2019). The use of the adaptive and the maladaptive cognitive emotion regulation strategies by nurses student in morocco facing to the patient death in a clinical setting. Biomedical and Pharmacology Journal, 12(1), 175-181.

Calderon Jr, R., Nga, N. T., Tien, T. Q., Quyen, B. T. T., Thuan, N. H. M., & Bao, V. V. (2019). Adapting the Ryff scales of psychological well-being: a 28-Item vietnamese version for university students. VNU Journal of Social Sciences and Humanities, 5(2), 176-197.

Di Fabio, A. (2017). The psychology of sustainability and sustainable development for well-being in organizations. Frontiers in psychology, 8, 1534.

Doğan, İ., & Özdamar, K. (2017). The effect of different data structures, sample sizes on model fit measures. Communications in Statistics-Simulation and Computation, 46(9), 7525-7533.

Dyson, R., & Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress, and coping. Journal of clinical psychology, 62(10), 1231-1244.

ISSN 2735-5209

Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Cognitive emotion regulation questionnaire–development of a short 18-item version (CERQ-short). Personality and individual differences, 41(6), 1045-1053.

Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. Personality and Individual differences, 30(8), 1311-1327.

Kumkaria, B., Sharma, O. P., & Singh, M. P. (2017). Role of emotional intelligence and self-efficacy on psychological well-being in psychiatrist. Indian Journal of Health and Wellbeing, 8(7), 774-776.

Mahmoudzadeh, S., Mohammadkhani, P., Dolatshahi, B., & Moradi, S. (2015). Prediction of psychological well-being based on dispositional mindfulness and cognitive emotion regulation strategies in students.

Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. Intelligence, 27(4), 267-298.

Mikolajczak, M., Nelis, D., Hansenne, M., & Quoidbach, J. (2008). If you can regulate sadness, you can probably regulate shame: Associations between trait emotional intelligence, emotion regulation and coping efficiency across discrete emotions. Personality and individual differences, 44(6), 1356-1368.

Moradi, A., Pishva, N., Ehsan, H. B., & Hadadi, P. (2011). The relationship between coping strategies and emotional intelligence. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 30, 748-751.

Nguyen Huu, L., & Quang, H. N. (2022). The impact of self-compassion on psychological-wellbeing among high school students in Ho Chi Minh City of Vietnam: A cross sectional study.

Niven, K. (2022). Does interpersonal emotion regulation ability change with age?. Human Resource Management Review, 32(3), 100847.

Peñacoba, C., Garvi, D., Gómez, L., & Álvarez, A. (2020). Psychological Well-Being, Emotional Intelligence, and Emotional Symptoms in Deaf Adults. American Annals of the Deaf, 165(4), 436-452.

Pimple, J. (2023). Correlational Analysis of Emotional Intelligence and Psychological Well-being. Indian Journal of Positive Psychology, 14(2), 39-42.

Polat, M. (2022). Validity and Relıability of The Turkish-Adapted School Participant Empowerment Scale (SPES) for Teachers with the PLS-SEM Approach. Journal of STEM Teacher Institutes, 2(1), 10-23.

Quang, H. N., & Nguyen, L. (2022). The impact of self-compassion on psychological-wellbeing among high school students in Ho Chi Minh City of Vietnam: A cross sectional study. JETT, 13(3), 170-176.

Quintana-Orts, C., Mérida-López, S., Rey, L., Neto, F., & Extremera, N. (2020). Untangling the emotional intelligence-suicidal ideation connection: The role of cognitive emotion regulation strategies in adolescents. Journal of clinical medicine, 9(10), 3116.

Rathakrishnan, B., Sanu, M. E., Yahaya, A., Singh, S. S. B., & Kamaluddin, M. R. (2019). Emotional intelligence and psychological well-being of rural poor school students in Sabah, Malaysia. Psympathic: Jurnal Ilmiah Psikologi, 6(1), 65-72.

Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. Journal of happiness studies, 9, 13-39.

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. Imagination, cognition and personality, 9(3), 185-211.

ISSN 2735-5209

Smieja-N¸ecka, M., Mrozowicz-Wro ´ nska, M., and Kobyli ´ nska, D. (2011). Emotional ´ intelligence and emotion regulation strategies. Stud. Psychol. 49, 55–64. doi: 10.2478/v10167-010-0040-x

Stevens, J. P. (2009). Applied multivariate statistics for the social sciences. Routledge.

Trigueros, R., Sanchez-Sanchez, E., Mercader, I., Aguilar-Parra, J. M., López-Liria, R., Morales-Gázquez, M. J., ... & Rocamora, P. (2020). Relationship between emotional intelligence, social skills and peer harassment. A study with high school students. International journal of environmental research and public health, 17(12), 4208.

Verzeletti, C., Zammuner, V. L., Galli, C., & Agnoli, S. (2016). Emotion regulation strategies and psychosocial well-being in adolescence. Cogent Psychology, 3(1), 1199294.

Viejo, C., Gómez-López, M., & Ortega-Ruiz, R. (2018). Adolescents' psychological well-being: A multidimensional measure. International journal of environmental research and public health, 15(10), 2325.

Wang, X., Cai, Y., & Tu, D. (2022). The application of item response theory in developing and validating a shortened version of the Rotterdam Emotional Intelligence Scale. Current Psychology, 1-16.

Wang, Y., Xu, W., & Luo, F. (2016). Emotional resilience mediates the relationship between mindfulness and emotion. Psychological Reports, 118(3), 725-736.

Zaki, N. F. M., & Shin, T. K. (2022). Are Teachers Happy? A Correlational Study of Emotional Intelligence And Psychological Well-Being. Journal of Positive School Psychology, 6(10), 2748-2764.

Zeidner, M., Matthews, G., & Roberts, R. D. (2006). Emotional intelligence, coping with stress, and adaptation. Emotional intelligence in everyday life, 100-125.

ISSN 2735-5209