

## فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء العاطفي لدى عينة من طالبات جامعة الملك خالد

### Effectiveness of a training program to develop emotional intelligence among female students at King Khalid University

سلوى كمال الزبير حمد الملك<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup> جامعة الملك خالد (المملكة العربية السعودية)، قسم علم النفس، الايميل [sakelzubair@kku.edu.sa](mailto:sakelzubair@kku.edu.sa)

تاريخ النشر: 2025/04/30

تاريخ القبول: 2024/11/10

تاريخ الاستلام: 2024/11/02

**ملخص:** هدفت الدراسة للكشف عن فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة الملك خالد، ولتحقيق هذا الهدف إتبعته الباحثة المنهج شبه التجريبي ذو المجموعة الواحدة، على عينة بلغت (25) طالبة، وتمثلت الأدوات المستخدمة لجمع البيانات في استبيان الذكاء العاطفي والبرنامج التدريبي من اعداد الباحثة، وبعد جمع البيانات تم تحليلها بواسطة برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية (SPSS)، وتوصلت الدراسة للنتائج التالية: للبرنامج التدريبي فاعلية في تنمية الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة الملك خالد، وبينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية البرنامج التدريبي في الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة الملك خالد تبعاً لمتغير العمر والفرقة الدراسية.

**الكلمات المفتاحية:** برنامج تدريبي؛ الذكاء العاطفي؛ طالبات جامعة الملك خالد.

**Abstract:** The study aimed to reveal the effectiveness of a training program to develop emotional intelligence among female students at King Khalid University. To achieve this goal, the researcher followed the quasi-experimental approach with a single group, on a sample of (25) female students. The tools used to collect data were the emotional intelligence questionnaire and the training program prepared by the researcher. After collecting the data, it was analyzed using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) program. The study reached the following results: The training program is effective in developing emotional intelligence among female students at King Khalid University. The results showed that there were no statistically significant differences in the effectiveness of the training program in emotional intelligence among female students at King Khalid University according to the variable of age and academic year.

**Keywords:** Training program; emotional intelligence; King Khalid University students

المؤلف المرسل: د. سلوى كمال الزبير حمد الملك  
البريد الإلكتروني: [sakelzubair@kku.edu.sa](mailto:sakelzubair@kku.edu.sa)

أن نجاح الفرد وتفوفه الأكاديمي يتوقف على مجموعة من العوامل الثقافية والاجتماعية والصحية والسيكولوجية، إلا ان الانفعالات تعد من العوامل الرئيسة حيث أشار جولمان أن هناك مجموعة من المهارات الانفعالية والاجتماعية التي تميز مرتفعي الذكاء العاطفي كالحماية والمثابرة والدافعية الذاتية، حيث ان انخفاض تلك المهارات سيكون له أثر سلبي في تفكير الفرد او نجاحه على الصعيد المهني، كما ان الجمع بين الذكاء العام أو الأكاديمي والذكاء الانفعالي يؤدي إلى حصول توافق أعلى في الحياة اليومية للأفراد، وأن الحياة الوجدانية للفرد تعلن عن موقفه نحو نفسه وبيئته وتجذبه أو تنفره من بعض الأفراد أو الأشياء أو الافكار ومن ثم فهي دالة للصحة النفسية (الرشيدى، 2015).

إن التحاق الطالب بالجامعة يساعده على اكتساب المهارات الاجتماعية والمعرفية والحركية والانفعالية والصحية وذلك من خلال ما تقدمه الجامعات من أنشطة طلابية مختلفة يختبر الطالب من خلالها حدود قدراته وامكانياته مما يساعده على فهم واقعي لشخصيته كما يتيح التعليم الجامعي فرصة للاستغلال والتميز وثبات الذات تختلف عما تعود عليه في المراحل التعليمية السابقة، وقد يواجه الطالب صعوبات في ذلك تتفاعل مع ظروفه الشخصية والأكاديمية مما يؤدي إلى إعاقة تقدمه وتوافقه الجامعي والاجتماعي والشخصي والصحي (القاضي، 2012).

ويرى ثورنديك (1999) ان الذكاء الاجتماعي هو وجهه من أوجه نشاط الذكاء الانفعالي المتمثل في قدرة الفرد على التفاعل الاجتماعي السليم مع الآخرين في ضوء العلاقات الاجتماعية.

ويعتبر الذكاء الانفعالي من أحداث أنواع الذكاء في مجال الصحة النفسية وعلم النفس في الوقت الحاضر، ونما وتطور هذا المفهوم نتيجة لطابع العصر الذي نعيش فيه، والذي يتطلب رؤية عصرية لمفهوم الذكاء، ويواجه المجتمع الآن العديد من التحديات الاجتماعية والصحية والثقافية والبيئية التي تتطلب من الفرد قدرات انفعالية واجتماعية يمكن من خلالها التعامل مع متطلبات الحياة اليومية الضاغطة والتواصل بكفاءة مع الآخرين، ويطلق على الذكاء الانفعالي أيضاً الذكاء الوجداني والذكاء العاطفي، وهو مجموعة من المهارات والكفاءات العقلية المرتبطة بتجهيز ومعالجة المعلومات الانفعالية، وتختص بصفة عامة بادراك الانفعالات واستخدامها في تسهيل عملية التفكير وتنظيم الانفعالات (العباني، 2010).

وقد تعددت النماذج النظرية التي تصف مكونات الذكاء الانفعالي ومنها نظرية بار- أون التي تشير إلى خمس كفاءات لا معرفية وهي: كفاءات لا معرفية ذاتية، وكفاءات متصلة بالعلاقات بين الأشخاص وكفاءات التكيف وكفاءات إدراك الضغوط، والمزاج العام. في حين تشير نظرية ماير وسالوفي إلى أربعة مكونات وهي: الوعي بالانفعالات والقدرة على استخدامها والقدرة على فهم الانفعالات وتحليلها والقدرة على إدارة الانفعالات، ويتضمن نموذج جولمان خمسة مكونات وهي: الوعي بالذات وإدارة الانفعالات وحفز الذات والتعاطف والتفاعل مع الآخرين (الخبثشية والظفري والخروصية والميحيسية، 2022).

وعرف أبراهام (2000) الذكاء العاطفي بأنه تلك المهارات التي يعود إليها مدى قدرة الفرد على تقدير مشاعر الذات وتصحيحها واكتشاف الملامح العاطفية للآخرين واستخدامها لغايات الدافعية والإنجاز في حياتهم اليومية.

توصل الباحثون إلى أن الذكاء العاطفي خاصية مركبة من خمسة مكونات أساسية هي: المعرفة الانفعالية وهي الركيزة الأساسية للذكاء الانفعالي وتمثل في القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وحسن التمييز بينهما والوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر والأحداث. إدراك الانفعالات وتشير إلى القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية وكسب الوقت للتحكم فيها وتحويلها إلى انفعالات إيجابية وهزيمة القلق والأكتئاب وممارسة الحياة بفاعلية. تنظيم الانفعالات وتشير إلى القدرة على تنظيم الانفعالات والمشاعر وتوجيهها إلى تحقيق الانجاز والتفوق واستخدام المشاعر والانفعالات في صنع أفضل القرارات وفهم كيفية التفاعل مع الآخرين في الانفعالات المختلفة. التعاطف ويشير إلى القدرة على إدراك انفعالات الآخرين والتوحد معهم انفعالياً وفهم مشاعرهم وانفعالاتهم والتناغم معهم والاتصال بهم دون أن يكون السلوك محملاً بالانفعالات الشخصية. التواصل ويشير إلى التأثير الإيجابي والقوي في الآخرين عن طريق إدراك انفعالاتهم ومشاعرهم ومعرفة متى تتبع الآخرين ومتى تساعدهم والتصرف معهم بطريقة لائقة (مشاقبة، 2014).

يعد الذكاء الوجداني من المحددات المهمة في تحقيق النجاح في حياة الأفراد، حيث يساعد الفرد على معرفة وفهم مشاعره والتحكم فيها والتواصل مع الآخرين (حسين وحسين، 2006).

مشكلة البحث

للذكاء العاطفي فوائد جمة منها تحقيق الانسجام والتوافق بين عواطف الفرد ومبادئه وقيمه مما يشعره بالرضا والإطمئنان، والقدرة على اتخاذ القرارات بطريقة أفضل والتمتع بالصحة الجسدية والنفسية والقدرة على إثارة الفرد وإيجاد الدافعية الذاتية لبذل المزيد من الجهد ويكون الفرد أكثر فاعلية في العمل ضمن فريق الجماعة مما يساهم في تكوين علاقات وصدقات اجتماعية ناجحة من خلال قدرة الفرد على الإقناع والفاعلية مع الآخرين (Neale, 2009).

ويؤكد جولمان (1995) ضرورة الإهتمام بالعمل على تنمية الذكاء العاطفي وذلك لإيمانه بدوره الفعال والكبير في تكوين الشخصية مقارنة بالذكاء المعرفي الذي يساهم هو الآخر بنسبة محدودة في تكوين الشخصية وإعدادها، فقد يفشل الشخص الذي يتمتع بمستوى عالى من التحصيل الأكاديمي والذكاء العام في حياته نتيجة عدم سيطرته على انفعالاته فيصبح غير قادر على مواجهة الاحباطات والتحكم بنزواته وتنظيم حالته النفسية والسيطرة على أحاسيسه بإشباع النفس وإرضائها لذا فإن للذكاء الانفعالي دوراً أكبر في نجاح الإنسان وتقدمه في مجالات الحياة قياساً بالذكاء المعرفي. ومن خلال عمل الباحثة في الجامعات وملاحظتهم لسلوكيات الطلبة وجدت لديهم ضعف في إدراك انفعالات الآخرين وانفعالات انفسهم في كثير من الاحيان، لذلك قامت بإجراء هذا البحث، والذي تتمثل مشكلته في الإجابة على التساؤل الرئيسي التالي:

(ما مدى فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة الملك خالد) وينبثق من التساؤل الرئيسي التساؤلات التالية:

1. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية البرنامج التدريبي لتنمية الذكاء العاطفي لدى عينة من طالبات جامعة الملك خالد تبعاً لمتغير القياس القبلي والبعدي؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء العاطفي لدى عينة من طالبات جامعة الملك خالد تبعاً لمتغير العمر والمستوى الدراسي؟

#### أهمية البحث

تأتي أهمية البحث والحاجة إليه في ضوء الجوانب الآتية:

1. تكمن أهميته في أهمية الفئة المستهدفة وهي فئة الطالبات.
2. كما يزود المكتبة بدراسة جديدة في مجال الذكاء العاطفي وما تسفر عنه من نتائج من زيادة الفهم والمعرفة لطبيعة الطالبات في الجامعات.
3. كذلك قد يكتسب البحث أهميته في وضع مقترحات لدراسات مستقبلية.
4. عدم وجود برنامج لتنمية الذكاء العاطفي حسب علم الباحثة في جامعة الملك خالد، وتوفر معلومات هامة عن الطالبات.
5. أن نتائج البحث قد تفيد الإخصائين النفسيين والتربويين والإجتماعيين في تطبيق هذا البرنامج.

#### أهداف البحث

1. التعرف على مدى فاعلية البرنامج التدريبي لتنمية الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة الملك خالد.
2. التعرف على الفروق في فاعلية البرنامج التدريبي لتنمية الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة الملك خالد تبعاً لمتغير العمر والمستوى الصفي.

#### فروض البحث

1. للبرنامج التدريبي المقترح فاعلية في الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة الملك خالد.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية البرنامج التدريبي لتنمية الذكاء العاطفي للطالبات بجامعة الملك خالد تبعاً لمتغير العمر والمستوى الصفي.

#### الحدود البحث

1. الحدود المكانية: جامعة الملك خالد، كلية التربية.
2. الحدود الزمانية: 2023-2024م
3. الحدود البشرية: طالبات كلية التربية.
4. الحدود الموضوعية: الذكاء العاطفي.

## مصطلحات البحث

### 1. الفاعلية

يستخدم لوصف فعل معين، وهي أيضا القدرة على تحقيق النتيجة المقصودة طبقا لمعايير محددة مسبقاً وتزداد الكفاءة أو الفاعلية كلما أمكن تحقيق النتيجة تحقيقاً كاملاً (بدوي، 1983).

اجرائي هي: مقدار التحسن الذي يحدثه البرنامج التدريبي لتنمية الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة الملك خالد وتقاس هذه الفاعلية من خلال القياس البعدي لمقياس الذكاء العاطفي.

### 2. برنامج تدريبي

هو مجموعة من الأنشطة المنظمة والمخططة التي تهدف إلى تطوير معارف وخبرات واتجاهات المتدربين والتي تساعدهم على تحديد معلوماتهم ورفع كفاءتهم وحل مشكلاتهم وتطوير ادائهم في عملهم (مصطفى، 2005).

واجرائي هو: مجموعة من الأنشطة والتمرينات والخبرات والمواقف الإجتماعية التي تم تطبيقها على عينة البحث خلال الجلسات بهدف تنمية الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة الملك خالد.

## الدراسات السابقة

1. دراسة الفريجات (2018). هدفت الدراسة للكشف عن فاعلية برنامج تدريبي في تنمية مهارات الذكاء العاطفي عند عينة من طلاب

الصف العاشر بلغ قوامها (50) طالباً وطالبة، تم تطوير مقياس مهارات الذكاء العاطفي إضافة لبناء برنامج تدريبي وتطبيقه على أفراد المجموعة التدريبية، أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الذكاء العاطفي تعزي إلى البرنامج التدريبي ولصالح المجموعة التجريبية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الذكاء الوجداني تعزي إلى البرنامج التدريبي ولصالح المجموعة التجريبية بينما لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة تبعاً لمتغير جنس الطالب.

2. دراسة تركي (2019). هدفت الدراسة للكشف عن فاعلية برنامج تدريبي في تنمية الذكاء الانفعالي لدى الطلبة الموهوبين في محافظة

الطفيلة، تكونت العينة من (64) طالباً وطالبة من طلبة الصفوف السابع والتاسع من مدرسة الملك عبدالله الثاني للتميز في الطفيلة، قسموا إلى مجموعتين تجريبية وضابطة بواقع (32) في كل مجموعة، ولتحقيق هدف الدراسة تم إعداد برنامج تدريبي يستند على نموذج للذكاء الانفعالي ومقياس الذكاء الانفعالي، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية على مقياس الذكاء الانفعالي، وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات أداء أفراد الدراسة على القياس البعدي على مقياس الذكاء الانفعالي تبعاً لمتغيري الجنس والصف المدرسي.

3. دراسة مسني وخطاب والسيد (2019). هدف البحث إلى إعداد برنامج إرشادي والتحقق من فعاليته في تنمية الذكاء الوجداني لدى

طلاب الثانوية الأزهرية واعتمد البحث على التصميم التجريبي ذو المجموعة التجريبية الواحدة قوامها (32) طالباً من طلاب المعاهد الثانوية الأزهرية وتم استخدام مقياس الذكاء الوجداني من اعداد الباحث والبرنامج الإرشادي وأظهرت النتائج فعالية البرنامج الإرشادي المستخدم في تنمية الذكاء الوجداني لدى طلاب المرحلة الثانوية الأزهرية كما أظهرت استمرار التحسن في مستوى الذكاء الوجداني خلال فترة المتابعة.

## منهج إجراءات البحث

### منهج البحث

إتبعت الباحثة المنهج شبه التجريبي، ويقصد به تغيير شئ وملاحظة أثر هذا التغيير على شئ آخر، أي أن التجريب هو إدخال تعديلات أو تغييرات معينة من أجل ملاحظة أثرها على شئ آخر، والغرض النهائي من التجربة هو التعلم، أي تعلم نتيجة أو أثر التغيير الذي تحدثه (أبو علام، 2001)، وإتبعت الباحثة المنهج شبه التجريبي ذو تصميم المجموعة الواحدة، وسيتم إجراء القياس القبلي والبعدي على المتغير التابع. مجتمع البحث: يقصد بمجتمع البحث جميع الأفراد أو الأشياء أو العناصر الذين لهم خصائص واحدة يمكن ملاحظتها (أبو علام، 2007)، يتمثل مجتمع البحث في طالبات كلية التربية بجامعة الملك خالد للعام الدراسي (2023-2024م). عينة البحث: العينة هي عبارة عن مجموعة جزئية من المجتمع الأصلي يتم إختيارها بطريقة معينة وإجراء الدراسة عليها، ومن ثم إستخدام تلك النتائج وتعميمها على كامل مجتمع البحث (عبيدات، 1999)، وتم إختيار العينة من الطالبات حسب المعايير التالية:

1. أن يكون جميع المشاركين من طالبات كلية التربية
  2. التأكيد على عدم تلقي أي فرد من أفراد العينة لأي برامج تدريبي أو إرشادي أو علاجي سابقة في تنمية الذكاء العاطفي.
  3. إختيار الطالبات الذين حصلوا على درجات أقل في مقياس الذكاء العاطفي.
- وقد تم إختيار العينة بطريقة مقصودة وذلك بالحصول على أقل درجة في مقياس الذكاء العاطفي، والجدول رقم (1) يوضح عينة البحث حسب متغير العمر:

العمر	التكرار	النسبة المئوية
21 - 18	8	32%
23 - 21	4	16%
25 - 23	9	36%
25 فأكثر	4	16%
المجموع	25	100%

جدول رقم (2) يوضح العينة حسب المستوى الدراسي

المستوى الدراسي	التكرار	النسبة المئوية
الفصل الثاني	8	32%
الفصل الثالث	8	32%
الفصل الرابع	9	36%
المجموع	25	100%

أدوات البحث

أولاً: إستمارة المعلومات الأولية

قامت الباحثة بإعداد إستمارة البيانات الأولية وهي عبارة عن أداة لضبط العينة حسب متغيرات البحث، والهدف منها جمع المعلومات الأولية عن المفحوصين، كما يوجد بها بعض الإرشادات عن كيفية تطبيق المقياس، وتشتمل على (العمر، المستوى الدراسي).

#### ثانياً: مقياس الذكاء العاطفي من إقتباس وتعديل الباحثة

حيث قامت الباحثة بالإطلاع على التراث التربوي والدراسات السابقة المتعلقة بالذكاء العاطفي والمقاييس التي تم إستخدامها لقياسها، حيث إقتبست الباحثة منها في إعدادها للمقياس لتناسب مع طبيعة عينة الدراسة الحالية وإستطلاع آراء عينة من المتخصصين في مجال علم النفس، وقاموا ببناء المقياس حيث تكون المقياس من (39) عبارة وخيارات الإجابة ثلاثة هي (دائماً، أحياناً، لا يحدث) وبه عبارات ذات صياغ سلبية وأخرى ذات صياغ ايجابية، ففي حالة العبارات الموجبة تأخذ (دائماً) ثلاثة درجات، و(أحياناً) درجتين، و(لا يحدث) درجة واحدة فقط، اما في حالة العبارات السالبة يتم عكس الدرجات، بهذا تكون الدرجات محصورة ما بين (39 - 117) درجة.

#### الخصائص السيكومترية لمقياس الذكاء العاطفي

صدق الإتساق الداخلي: وقد قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي للمقياس وذلك من خلال حساب معاملات الإرتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس.

والجدول رقم (3) يوضح معاملات الارتباط

البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط
1	0.418	14	0.522	27	0.478
2	0.442	15	0.491	28	0.512
3	0.399	16	0.622	29	0.622
4	0.427	17	0.328	30	0.492
5	0.411	18	0.377	31	0.377
6	0.566	19	0.443	32	0.375
7	0.432	20	0.412	33	0.416
8	0.322	21	0.386	34	0.352
9	0.388	22	0.544	35	0.402
10	0.544	23	0.345	36	0.461
11	0.621	24	0.427	37	0.447
12	0.423	25	0.533	38	0.473
13	0.526	26	0.426	39	0.422

يوضح الجدول رقم (3) معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس مع الدرجة الكلية والذي يبين أن معاملات الارتباط المبينة دالة عند مستوي معنوية (0.05) وأن جميع الفقرات موجبة الإشارة وتمتص بصدق اتساق داخلي جيد جدا مع الدرجة الكلية للمقياس، فبينت نتائج هذا الإجراء تشعب (39) فقرة وبهذا الإجراء يتكون المقياس من (39) فقرة تمثل صورته النهائية وبذلك يعتبر المقياس صادق لما وضع لقياسه.

#### معامل ألفا كرونباخ ومعامل سييرمان براون:

استخدمت الباحثة طريقة ألفا كرونباخ ومعامل سييرمان براون لقياس ثبات المقياس وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول رقم (4).

الجدول رقم (4) يوضح معامل ألفا كرونباخ ومعامل سييرمان براون

المقياس	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	معامل سييرمان براون
الذكاء العاطفي	39	0.632	0.743

يتضح من الجدول أن الثبات للمقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ (0.632)، والثبات بمعامل سييرمان براون كان (0.743) هذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات تطمئن الباحثة إلى تطبيقه على العينة النهائية للدراسة وهذا يعني أن هذه الأداة لو أعيد تطبيقها على أفراد البحث أنفسهم أكثر من مرة لكانت النتائج مطابقة تقريباً ويطلق على نتائجها بأنها ثابتة، وبذلك أصبح المقياس يتكون من (39) عبارة، وتنحصر الدرجة الكلية للمقياس بين (39 - 117) درجة.

#### ثالثاً: البرنامج التدريبي:

قامت الباحثة بالإطلاع على عدد من المصادر والمراجع والدراسات السابقة التي تناولت تنمية مهارات الذكاء العاطفي، وقد قامت بإعداد برنامج تدريبي يهدف تنمية الذكاء العاطفي للطلبات بكلية التربية جامعة الملك خالد، ولقد تم عرض البرنامج على عدد من المحكمين في مجال علم النفس للتحقق من مدى مناسبة البرنامج وسلامته من حيث الأهداف والمحتوى والأنشطة ومدى صلاحيته للتطبيق وتم إجراء التعديلات المطلوبة، وقد بلغت نسبة الاتفاق فيما بين المحكمين (80%).

اسم البرنامج: البرنامج التدريبي لتنمية الذكاء العاطفي لطلبات جامعة الملك خالد.

#### أهداف البرنامج:

1. الهدف العام للبرنامج: تنمية مهارات الذكاء العاطفي للطلبات.

2. الأهداف الفرعية للبرنامج:

أ. تنمية القدرة على التحكم في الذات

ب. تنمية القدرة على التعاطف

ت. تنمية إدارة الانفعالات والدافعية

ث. تنمية المهارات الاجتماعية.

الإطار النظري للبرنامج: يستند هذا البرنامج على نظرية جولمان.

#### مكونات البرنامج:

البرنامج التدريبي يتكون من (12) جلسة لمدة شهر بواقع جلستين في الاسبوع ومدة كل جلسة بين (45 - 60) دقيقة، وتم تخصيص الجلسة الأولى لتكون تمهيدية للتعارف وتطبيق الاختبار القلبي، والجلسة الأخيرة ختامية، حيث تم توزيع الجلسات على مهارات الذكاء العاطفي.

الأساليب والفنيات المستخدمة في البرنامج التدريبي:

1. لعب الأدوار

2. العصف الذهني

3. عرض الشرائح بواسطة البروجكتر

4. التعزيز

5. التدعيم الإيجابي

6. سرد القصص والحوار والمناقشة.

تضمنت كل جلسة من جلسات البرنامج على ما يلي:

أ. التهيئة: يتم فيها تهيئة الطالبات ذهنياً ونفسياً وبدنياً، ويدوم هذا الجزء (5) دقائق.

ب. النشاط الاساسي: يتمثل في محتوى الجلسة وفقاً للاهداف الخاصة لكل جلسة لتنمية مهارات الذكاء العاطفي، ويدوم هذا الجزء (40-60) دقيقة.

ت. النشاط الختامي: ويتم فيه ممارسة أنشطة للتهذئة والاسترخاء في جو يسوده المرح والسرور، ويدوم هذا الجزء (5) دقائق.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل بيانات البحث:

1. إختبار (ت) للعينتين المستقلتين.

2. إختبار (ف) لتحليل التباين الأحادي.

3. معامل ارتباط بيرسون.

4. معامل ألفا كرونباخ

5. معامل سييرمان بروان.

عرض ومناقشة نتيجة الفرض الأول: الذي نصه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القياسين القبلي والبعدي في فاعلية البرنامج التدريبي لتنمية

مهارات الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة الملك خالد.

جدول رقم (5) يوضح نتيجة إختبار (ت) للعينتين المرتبطتين

المتغير	العدد	نوع القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الاستنتاج
الذكاء العاطفي	25	قبل	55.24	3.1183	24	1.826	0.001	توجد فروق لصالح القياس البعدي
	25	بعد	86.56	1.1053				

بالنظر للجدول نجد أن قيمة (ت) للدرجة تساوي (1.826) عند مستوى دلالة إحصائية (0.001) وهي دالة إحصائياً مما يشير إلى تحقق الفرض.

النتيجة إذا: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القياسين القبلي والبعدي في فاعلية البرنامج التدريبي لتنمية مهارات الذكاء العاطفي لدى الطالبات بجامعة الملك خالد تعزى لنوع القياس لصالح القياس البعدي.

أتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الفريجات (2018) التي توصلت إلى فاعلية البرنامج التدريبي في تنمية مهارات الذكاء العاطفي لطلاب الصف العاشر، كما أتفقت أيضاً مع نتيجة دراسة تركي (2019) التي أظهرت وجود فروق دالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية على مقياس الذكاء الانفعالي، وأتفقت كذلك مع نتيجة دراسة مسني وخطاب والسيد (2019) التي توصلت إلى فاعلية البرنامج الإرشادي المستخدم في تنمية الذكاء الوجداني لدى طلاب المرحلة الثانوية الأزهرية.

ترى الباحثة أن البرنامج هدف لتنمية مهارات الذكاء العاطفي التي روعى في إختيارها أن تكون مناسبة للمرحلة للطالبات، وفي نفس الوقت بينهما تداخل وإرتباط فهي ليست مستقلة عن بعضها البعض، بل إن كل منها يؤثر في الآخر فقدرة الطالبات على التعاطف يساعد على زيادة قدرته على التواصل مع الآخرين وفهم انفعالاتهم، والتواصل الفعال والجيد يزيد من قدرتهم على التعاون مع زملائهم ويساعد بالتالي على الضبط إدارة الانفعالات والضببط الذاتي والإجتماعي.

تعزو الباحثة هذا التحسن لدى الطالبات بسبب خضوع هؤلاء الطالبات للعديد من الجلسات التدريبية وما قدمه البرنامج من خدمات مختلفة منها الخدمات النفسية والاجتماعية والوقائية والبنائية، وما تضمنه البرنامج من خصائص مختلفة كالتنظيم والمرونة والشمول والموضوعية والدقة، وان البرنامج التدريبية يقوم على مجموعة من المهارات وليس فقط معلومات مما يدل على فاعلية البرنامج في تنمية مهارات الذكاء العاطفي، حيث ساهمت الفنيات التدريبية في تحقيق أهداف البحث.

وقد ساعدت فنية لعب الدور على معرفة مشاعر وانفعالات الآخرين ومواجهة الذات والآخرين وأسهمت في التنفيس الانفعالي والاستبصار وإعادة البناء المعرفي وضبط السلوك من خلال انتقال أثر خبرات تمثيل لعب الدور. **عرض ومناقشة نتيجة الفرض الثاني:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية البرنامج التدريبي في تنمية مهارات الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة الملك خالد تبعاً لمتغير العمر.

جدول رقم (6) يوضح إختبار(ف) لتحليل التباين الأحادي للفروق حسب العمر.

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	الاستنتاج
الذكاء العاطفي	بين المجموعات	28.538	5	7.267	0.632	0.617	لا توجد فروق دلالة إحصائية.
	داخل المجموعات	119.528	18	5.322			
	المجموع	148.066	23				

بالنظر للجدول أعلاه نجد أن قيمة (ف) للدرجة تساوي (0.632) عند مستوى دالة (0.617) وهي غير دالة إحصائياً، مما يشير إلى عدم تحقق الفرض.

إذا النتيجة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية البرنامج التدريبي في تنمية مهارات الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة الملك خالد تبعاً لمتغير العمر.

يمكن أن ترجع هذه النتيجة إلى محتويات البرنامج التدريبي وما يتضمنه من مهارات وأنشطة انفعالية وحسية وتربوية وإجتماعية ونفسية والإستفادة قدر الإمكان من قدرات الطالبات على إكتساب مهارات التحكم في الذات والقدرة على التعاطف وتنمية إدارة الانفعالات والدافعية والمهارات الاجتماعية والتواصل الإجتماعية، وربط محتوى البرنامج بواقع الطالبات مما يساعدهم على إتقانها وسهولة تنفيذها في المواقف الإجتماعية، لذلك لم تظهر فروق في الطالبات تبعاً لمتغير العمر.

تعزي الباحثة هذه النتيجة إلى ما حققته الجلسات التدريبية التي تضمنها البرنامج الحالي من أنشطة تربوية وإجتماعية ونفسية، ساعدت على تهديب انفعالات الطالبات تدريجياً والالتزام بوقت الجلسات بشكل دقيق الشيء الذي جعلهم يكتسبون الثقة بالنفس وشعورهم بإهمية البرنامج التدريبي وما يتضمنه من أنشطة للطالبات، كما أن التعزيز والتدعيم الإيجابي المطبق مع الطالبات عند تنفيذ البرنامج والأنشطة ساهم في استمرارية الإستجابة، وهذا يتفق مع نظرة المدرسة السلوكية التي تعتبر أن التعزيز من شأنه أن يجعل السلوك مرغوباً فيه ويميل إلى الظهور في المستقبل.

ويمكن تفسير ذلك بسبب أن هؤلاء الطالبات خضوا لبرنامج تدريبي قائم على تنمية مهارات الذكاء العاطفي، مما ساهم في تنمية المهارات للطالبات بغض النظر عن العمر، وهو برنامج يصلح لكافة المراحل العمرية للطالبات.

**عرض ومناقشة نتيجة الفرض الثالث:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية البرنامج التدريبي في تنمية مهارات الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة الملك خالد تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية.

جدول رقم (7) يوضح نتيجة إختبار(ت) للعينتين المستقلتين للفروق حسب الفرقة الدراسية

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	الاستنتاج
الذكاء العاطفي	بين المجموعات	35.883	5	7.267	0.512	0.403	لا توجد فروق دلالة إحصائية.
	داخل المجموعات	112.183	16	5.322			
	المجموع	148.066	21				

بالنظر للجدول نجد أن قيمة (ف) تساوي (0.512) عند مستوى دالة إحصائية (0.403) وهي غير دالة إحصائياً، مما يشير إلى عدم تحقق الفرض.

إذا النتيجة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية البرنامج التدريبي في تنمية مهارات الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة الملك خالد تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية.

أنفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة تركي (2019) التي توصلت لعدم وجود فروق بين متوسطات أداء أفراد العينة على القياس البعدي على مقياس الذكاء الانفعالي تبعاً لمتغير الصف الدراسي.

وتعزى الباحثة هذه النتيجة إلى الإستراتيجيات المستخدمة في البرنامج والتي تنوعت فكان منها سرد القصص ولعب الدور واستخدام العروض والصور والعمل ضمن مجموعات، فقد كان لهذا التنوع في الاستراتيجيات دور في إضفاء جو من التشويق والمتعة والفائدة لدى الطالبات المشاركات بالبرنامج التدريبي، مما ترك أثراً إيجابياً على أدائهم في الإختبار البعدي.

ولقد تم تطبيق البرنامج من قبل الباحثة التي تعمل في الجامعات، فقد راعوا خصائص نمو الطالبات والتي عملت على خلق جو من الألفة والمودة بينهم وبين الطالبات مما ساعد على نجاح البرنامج ووصوله للأهداف المرجوة منه.

#### الخاتمة

#### أهم النتائج

1. للبرنامج التدريبي فاعلية في تنمية الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة الملك خالد
2. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية البرنامج التدريبي في تنمية الذكاء العاطفي لدى طالبات جامعة الملك خالد تبعاً لمتغير العمر والفرقة الدراسية.

#### التوصيات

1. الاستفادة من البرنامج المقترح في تنمية الذكاء العاطفي للفئات الأخرى من فئات المجتمع.
2. الإهتمام بالأنشطة التي تعمل على تعزيز وتطوير مهارات الذكاء العاطفي للطالبات.
3. التوعية بأهمية الذكاء العاطفي ودوره في تحقيق التقدم في شتى مجالات الحياة.
4. تخصيص مناشط ثقافية وتربوية للطالبات تسهم في تنمية المهارات الانفعالي والاجتماعية لديهم.
5. تطبيق البرنامج في جامعات الأخرى لتنمية مهارات الذكاء العاطفي.
6. اجراء دراسة للكشف عن أثر برنامج الذكاء العاطفي في تنمية مهارات التفكير الناقد للطالبات.

#### قائمة المصادر

1. ابو علام، رجاء محمود (2001). مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، ط4، دار النشر للجامعات، مصر.
2. ابو علام، رجاء محمود (2007). مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، ط6، دار النشر للجامعات، مصر.
3. حسين، سلامة وحسين، طه (2006). الذكاء الوجداني للقيادة التربوية، الإسكندرية، دار الوفاء لدينا للطباعة والنشر.
4. الخنبنشية، خولة والظفري، سعيد والخروصية، عزة والمبيحسية، فايزة (2022). أثر برنامج تدريبي قائم على مهارات الذكاء العاطفي في تطوير الاتجاهات نحو ظاهرة التنمر المدرسي لدى طالبات الصف العاشر في سلطنة عمان، مجلة العلوم التربوية، العدد19.
5. الرشيدى، فاطمة سحاب (2015). مستوى الذكاء العاطفي لدى طلبة الثانوية في محافظة الرس بالمملكة العربية السعودية في ضوء بعض المتغيرات، المجلة العربية لتطوير التفوق، المجلد6، العدد 11، ص 92 – 114.

6. العباني، سلامة الشارق (2010). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالاكنتاب لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة عين شمس، مركز الارشاد النفسي بجامعة عين شمس، المؤتمر السنوي الخامس، ص 433 - 464.
7. عبيدات، محمد أبو نصار (1999). منهجية البحث العلمي، دار وائل للطباعة والنشر والتوزيع.
8. الفريجات، باسم محمد (2018). فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارات الذكاء العاطفي عند طلبة مدرسة الملك عبدالله الثاني للتميز في محافظة عجلون، مجلة العلوم النفسية والتربوية، المجلد 6، العدد 2، ص 248 - 267.
9. القاضي، عدنان محمد (2012). الذكاء الوجداني وعلاقته بالاندماج الجامعي لدى طلبة كلية التربية جامعة تعز، المجلة العربية لتطوير التفوق، العدد 4، المجلد 3، ص 26 - 80.
10. مسني، محمد وخطاب، كريمة والسيد، عصمت (2019). فعالية برنامج إرشادي لتنمية الذكاء الوجداني لدى طلاب الثانوية الأزهرية، مجلة العلوم التربوية كلية التربية بالگردقة، المجلد 2، العدد 4، ص 100 - 129.
11. مشاقبة، محمد أحمد (2014). الذكاء الانفعالي لدى طلاب جامعة الحدود الشمالية في المملكة العربية السعودية في ضوء متغيري التخصص والمستوى الدراسي وعلاقته بالقدرة على اتخاذ القرار، المجلة العربية لتطوير التفوق، المجلد 5، العدد 9، ص 83 - 101.

#### المراجع الإنجليزية:

12. Abraham. R . (2000). The Role of job control as moderator of emotional dissonance and emotional Intelligence-outcome relationships. Journal of Psychdogy, 134 (2), 169 - 186.
13. Elbert, I . (1999). Sociology the human science. M.C. Grow- Hill, Book com, New york.
14. Goleman, D. (1995). Working with emotional intelligence. New york: Bantam Books.
15. Neale, R. (2009). Emotional intelligence an international handbook. Journal of organizational Behavior. 2(5) p 61- 86.
16. Turkey, I (2019). The Effectiveness of a training program in developing Emotional intelligence among the gifted students in Al - tafia governorate, Journal of Education and practice, 10, 26, 48 - 56.