

الذكاء الوجداني وعلاقته بالرضا عن الحياة دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة كلية العلوم بجامعة دمشق

د. منى الحموي*

(الإيداع: 17 كانون الثاني 2021، القبول: 30 آذار 2021)

الملخص:

تهدف البحث إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الوجداني والرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة السنة الأولى بكلية العلوم في جامعة دمشق، وإلى التعرف على الفروق في الذكاء الوجداني والرضا عن الحياة تبعاً لمتغير (الجنس)، وبلغت عينة البحث (220) طالباً وطالبة منهم (75 ذكور ، 145 إناث) و طبق البحث في الفصل الأول من العام الدراسي 2019 – 2020 ، تكونت أدوات البحث من: مقياس الذكاء الوجداني إعداد آدم إبراهيم حسن محمود (2017) ومقياس مقياس الرضا عن الحياة إعداد مجدي الدسوقي (1998) ، وبينت النتائج ما يلي : أن مستوى الذكاء الوجداني لدى أفراد عينة البحث كان بدرجة متوسطة ، وكذلك مستوى الرضا عن الحياة جاء متوسطاً . وبينت نتيجة الفرضيات: عدم وجود ارتباط ذي دلالة بين الذكاء الوجداني والرضا عن الحياة لدى أفراد عينة البحث، يضاف إلى ذلك عدم وجود فروق دالة في الذكاء الوجداني لدى أفراد العينة تعزى لمتغير (الجنس)، وعدم وجود فروق دالة في الرضا عن الحياة لدى أفراد العينة تعزى لمتغير (الجنس).

الكلمات المفتاحية: الذكاء الوجداني – الرضا عن الحياة

*مدرس في قسم علم النفس – بكلية التربية – بجامعة دمشق.

Emotional intelligence and its relationship to satisfaction with life

Dr. Mouna Al-Hamwi*

(Received 17 January 2021, Accepted: 30 March 2021)

Abstract

The study aimed to uncover the relationship between emotional intelligence and its relationship with life satisfaction in a sample of first-year students at the Faculty of Science at Damascus University, as well as to identify differences in emotional intelligence and life satisfaction according to (gender) variables. The research sample reached (220) students And one of them (75 males, 145 females). The research was applied in the first semester of the 2019–2020 academic year. The study tools consisted of: the emotional intelligence scale prepared by Adam Ibrahim Hassan Mahmoud (2017) and the life satisfaction scale by Magdy El Desouki (1998)). The results of the study showed the following: that the level of emotional intelligence of the members of the research sample was of a moderate degree, and the level of life satisfaction was also moderate. The results of the hypotheses showed: There is no significant association between emotional intelligence and life satisfaction among the members of the research sample the absence of significant differences in emotional intelligence among the sample members due to the variable (gender), and the absence of significant differences in life satisfaction among the sample members attributable to Variable (gender).

Keywords: Emotional intelligence – Satisfaction with life

*Lecturer in the Department of Psychology – Faculty of Education– University of Damascus.

1- المقدمة:

يرى بعض الباحثين المهتمين بدراسة الذكاء الوجداني أن للوجدان أهمية بالغة في حياة الإنسان وأنه ملازم للتفكير، بل الوجدان و التفكير عمليتان متداخلتان ومتكاملتان ، وكان البعض يعتقد بأن الانفعالات قد تنقص من القدرة المعرفية أو قد تترك المحاكمة والنظرة الموضوعية إلى أن توالت الأبحاث كأبحاث ماير وسالوفي وغولمان ونظرية الذكاء الاجتماعي لثورنديك والذكاء العملي لستيرنبرج والذكاء الشخصي لجارندر . الخ ، والتي وجدت دلالات معرفية ووجدانية ربطت بين المعرفة والوجدان وأطلقت عليه تسمية الذكاء الوجداني " الذي عرفه جولمان بأنه قدرتنا على فهم انفعالاتنا وانفعالات الآخرين ومعرفة التعامل مع النفس ومع الآخر". (علوي، 2016، ص 41)

ومن الأمور الهامة أيضاً شعور الفرد بالسعادة والإنجاز وقدرته على تقييم نوعية حياته والشعور بالامتنان والفخر لما لديه، مما قد ينعكس إيجابياً على نجاحه في دراسته وعمله وعلاقاته وشعوره بالرضا عن الحياة الذي ' يعرف بأنه " أحد موضوعات تكيف الحياة، وفيه تكون مشاعر الفرد عن نشاطه، وأحداث حياته، وتوجهاته من العوامل التي تؤدي إلى سعادته، حيث إنه استجابة ذاتية من الفرد لجانب معين في الموقف الذي يتعرض لها". (الشعراوي، 1999، ص153)

ويرى المغازي أن الذكاء الوجداني من أفضل معايير الحكم على جودة الحياة في شتى صورها وهو سر من أسرار النجاح فيها، وأنه قد يفوق معامل الذكاء أو حتى المهارات الفنية كوسيلة للنجاح في الحياة ويمكن تعليمه في أي مرحلة من مراحل العمر . (المغازي، 2003، 135)

و تظهر أهمية الرضا عن الحياة في تقدير الفرد لنوعية حياته، ومحاولته تحقيق أهدافه وطموحاته وفقاً لإمكانياته ، وتقبله لأسلوب حياته ومحاولته التكيف والتوافق مع كل ما يحيط به ، و الشعور بالسعادة والرضا بما لديه ، بينما يعطي الذكاء الوجداني القدرة على فهم المشاعر و الانفعالات للذات و للآخرين ، وتظهر أهمية الذكاء الوجداني أيضاً كما وصفه " (آدم جرانت) بأنه مهارة وليس صفة أخلاقية مرغوبة فقط كما هو التصور الشائع عنه ، فقد أكد أن الذكاء الوجداني المتطور ليس فقط أداة مفيدة لتحقيق الأهداف ، ولكنه ' يمكن من يمتلك هذه المهارة بالقدرة على التأثير على الآخرين وعلى طريقة تفكيرهم ". (Grant , 2014)

لذا تناول البحث الحالي هذين المتغيرين الذكاء الوجداني والرضا عن الحياة بمزيد من الإحاطة والتوضيح. كما أن الاهتمام بطلبة الجامعة ومعرفة ما يصادفونه من مشكلات دراسية أو اجتماعية أو اقتصادية شأن يهتم به المجتمع ككل بدءاً من الأسرة والجامعة وفعاليات المجتمع المختلفة، وكلاً بدوره يحاول الوصول إلى معرفة احتياجاتهم وما يقلقهم وما يسعدهم أيضاً لما له من وقع وتأثير كبير على نموهم النفسي والعقلي وخياراتهم في الحياة وتجهيزهم للمواقف التي يعيشونها فهم الشريان الدافئ في المجتمع وربيعه المزهر .

2 – مشكلة البحث:

يتمثل الرضا عن الحياة في تقدير الفرد لنوعية حياته، ومحاولته التكيف والتوافق مع كل ما يعترضه من عقبات ومشاكل، هذا بالإضافة إلى إدراكه الخبرات السارة التي تخلق المتعة، و ' يعرف الرضا عن الحياة بأنه "الدرجة التي يحكم فيها الشخص إيجابياً على نوعية حياته الحاضرة بوجه عام، كما تعني حب الشخص للحياة التي يحيها واستمتاعه بها وتقديره الذاتي لها ككل". (علوان، 2007، ص 477) وقد يساعد في الوصول إلى حالة الرضا عن الحياة امتلاك الفرد لقدرات وسلوكيات تمكنه من فهم انفعالاته واحتياجاته والتكيف مع الآخرين، وهذا قد يتلاءم مع الذكاء الوجداني الذي يعرف " بأنه قدرة الفرد على فهم انفعالاته وتحديدها وتنظيمها واستثمارها في فهم مشاعر الآخرين ومشاركتهم وجدانياً وتحقيق النجاح في الاتصال مع الآخرين وتنظيم العلاقات الشخصية المتبادلة. (الديدي، 2005، ص 35)

وإن امتلاك الأفراد للذكاء الوجداني والسلوك الإيجابي نحو أنفسهم ونحو الآخرين ، وشعورهم بالرضا عن الحياة تتجلى أهميته بشكل أكبر في مرحلة الشباب فهم في ذروة الاحتياج لفهم مشاعرهم ومشاعر الآخرين وبناء منظومة علاقات ناجحة وتنمية قدرتهم على تقييم نوعية حياتهم بإيجابية وتفاؤل ، وتزداد أهميتها لدى شريحة الطلبة الجامعيين المستهدفين في البحث الحالي والذين يمرون بمرحلة عمرية هامة تتميز بالتغيرات القوية والمتنوعة، ومتأثرين بضغوطات أسرية و اقتصادية و ثقافية ... الخ ولا سيما خلال ظروف الأزمة التي عانى منها بلدنا منذ عدة سنوات ، فهم بحاجة إلى كل ما يساعدهم على التفكير العقلاني والإيجابي والخيارات الانفعالية المنطقية ، ويمكن صياغة مشكلة البحث بالسؤال التالي:

ما العلاقة بين الذكاء الوجداني والرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة السنة الأولى بكلية العلوم بجامعة دمشق.

3 – أهمية البحث:

3-1- إن دراسة العلاقة بين متغيري الذكاء الوجداني مع الرضا عن الحياة من الموضوعات الحديثة في البحوث النفسية وهي هامة وتستحق الدراسة الموسعة.

3-2- أهمية الشريحة المستهدفة في البحث وهم طلبة الجامعة والذين يتمتعون بالحيوية والنشاط وحب التغيير وبنفس الوقت هم أكثر تعرضاً لضغوطات الحياة المختلفة والمشكلات المتنوعة، لذا فمن المفيد تتبع المتغيرات النفسية وأثرها على نوعية حياتهم وقراراتهم وتقييمهم لأنفسهم وللآخرين.

3-3- يسلط البحث الضوء على متغيرين هامين وخاصة في مرحلة ينشط فيها علم النفس الإيجابي وما يرتبط به من متغيرات ذات صلة.

4 – هدف البحث: يهدف البحث للتعرف على:

4-1- مستوى الذكاء الوجداني لدى أفراد عينة البحث.

4-2- مستوى الرضا عن الحياة لدى أفراد عينة البحث.

4-3- العلاقة الارتباطية بين الذكاء الوجداني والرضا عن الحياة لدى أفراد عينة البحث.

4-5- الفروق في الذكاء الوجداني تبعاً لمتغير (الجنس) لدى أفراد عينة البحث.

4-6- الفروق في الرضا عن الحياة تبعاً لمتغير (الجنس) لدى أفراد عينة البحث.

5 – أسئلة البحث:

5-1- ما مستوى الذكاء الوجداني لدى أفراد عينة البحث.

5-2- ما مستوى الرضا عن الحياة لدى أفراد عينة البحث.

6 – فرضيات البحث:

6-1- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس الذكاء الوجداني ودرجاتهم على مقياس الرضا عن الحياة.

6-2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس الذكاء الوجداني تعزى لمتغير (الجنس).

6-3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس الرضا عن الحياة تعزى لمتغير (الجنس).

7 – مصطلحات البحث:

7-1- الذكاء الوجداني: Emotional intelligence عُرف من قبل بيتر سالوفي وجون ماير، على أنه قدرة الفرد على مراقبة مشاعره ومشاعر الآخرين، والتمييز بين المشاعر المختلفة وتسميتها بشكل مناسب، واستخدام المعلومات العاطفية الوجدانية لتوجيه التفكير والسلوك. (Colman , 2008)

ويعرف إجرائياً بأنه: الدرجة التي يحصل عليها الطالب في أدائه على مقياس الذكاء الوجداني.

7-2- الرضا عن الحياة Satisfaction with life: هو الطريقة التي يُظهر بها الناس عواطفهم ومشاعرهم وكيف يشعرون حيال اتجاهاتهم وخياراتهم للمستقبل، ويتضح لدى الفرد من خلال الرضا عن العلاقات والأهداف المحققة والمفاهيم الذاتية والقدرة على الإدراك الذاتي للتكيف مع الحياة اليومية للفرد، ويتضمن الرضا عن الحياة موقفاً إيجابياً تجاه حياة الفرد بشكل عام. (Paul, 2016)

ويعرف إجرائياً بأنه: الدرجة التي يحصل عليها الطالب في أدائه على مقياس الرضا عن الحياة.

8 – الإطار النظري والدراسات السابقة:

8-1- الذكاء الوجداني : يتميز البعض من الأفراد بقدرتهم على فهم مشاعرهم و كذلك فهم مشاعر الآخرين ومكوناتها رغم عدم وضوحها أحياناً ويتصرفون في مواقف الحياة بناءً على فهمهم فهم يقدرّون مشاعر الحزين وكذلك المريض أو من لديه مشكلات أو ضغوطات، ويتغلف سلوكهم غالباً بالمساندة و الدعم ، ولكن بعد انتشار مفهوم الذكاء الوجداني كمهارة وقدرة يمتلكها الفرد وتختلف من شخص لآخر من حيث نسبة امتلاكهم لها فهناك من لديهم ذكاء وجداني عالي ومنهم من لديه مستوى متوسط أو ضعيف ، وكثرت تعريفات الذكاء الوجداني وتتنوع ومنها تعريف الباحثان " ماير وسالوفي : بأنه القدرة على تمييز الانفعالات وعلاقتها، والاستدلال وحل المشكلة على أساسها. وأشارا أيضاً إلى أنه يتضمن القدرة على إدراك الانفعالات واستيعاب المشاعر المرتبطة بالانفعال (لتيسير الفعاليات المعرفية)، وفهم المعلومات الخاصة بتلك الانفعالات وإدارتها." (خرنوب، 2003، ص 14)

مكونات الذكاء الوجداني: يرى جولمان أن للذكاء الوجداني خمسة أبعاد وهي: الوعي بالذات – معالجة الجوانب الوجدانية – الدافعية أو دافعية الذات – التعاطف (التفهم) – المهارات الاجتماعية. (أبو عمسة، 2013، من ص 51، 54) وتبنت الباحثة " أبعاد نموذج ماير وسالوفي بالتفصيل هي:

1- التعرف على الانفعالات: ويتضمن التعرف على انفعالات الذات وانفعالات الآخرين والتعبير بدقة عن الانفعالات والتمييز بين الانفعالات الصادقة والمزيفة

2- توظيف الانفعالات: وهو استخدام الانفعالات لتوجيه الانتباه للمعلومات المهمة في الموقف وتوليد الانفعالات الحية والتأرجح بين عدة انفعالات لرؤية الأمور من زوايا مختلفة.

3 – فهم الانفعالات: تشير الى تسمية الانفعالات والتمييز بين الانفعالات المتشابهة وفهم الانفعالات المركبة مثل الغيرة فهي تتضمن الغضب والحسد والخوف والانفعالات المتناقضة مثل الجمع بين الحب والكراهية لشخص ما، وملاحظة التغيرات التي تحدث في مستوى الانفعال سواء من حيث الشدة أو من حيث النوع

4- إدارة الانفعالات: وتشير الى تقبل المشاعر والانفعالات السارة وغير السارة وإدارة الانفعالات الذاتية وانفعالات الآخرين دون كبتها ". (حسين وحسين، 2006، ص 27)

نموذج القدرة للذكاء الوجداني: يتبنى هذا النموذج كل من جون ماير وبيتر سالوفي، إذ استخدم مصطلح الذكاء الوجداني لتبنيه أصحاب نظريات الذكاء للتأمل في الدور الكبير الذي يلعبه النظام الانفعالي في النظام المعرفي للقدرة البشرية، ولتحدى المداخل التقليدية في مجال الانفعالات والتي تشير إلى أن الانفعالات معيقة للنشاط المعرفي وأن الانفعالات والذكاء

مجالان منفصلان ، إن نموذج القدرة للذكاء الوجداني يقدم تنبؤات عن البنية الداخلية للذكاء وآثارها في حياة الفرد، وترى بأن الذكاء الوجداني هو في الحقيقة ذكاء كغيره من الذكاءات الأخرى من حيث أنه يلي ثلاثة محكات تجريبية:

1- المحك التصوري: ويعني أن الذكاء يجب أن يعكس أداءً عقلياً أكثر منه طرائق مفضلة للسلوك أو تقدير ذات الشخص أو إمكانات غير فكرية، كما يجب أن يقيس الأداء العقلي المفهوم في سؤال.

2- المحك الارتباطي: ويعني أن الذكاء يجب أن يصف منظومة من القدرات المترابطة داخلياً، وتلك القدرات مشابهة للقدرات العقلية الموصوفة في الذكاءات الأخرى، ولكن متميزة عنها. ووفقاً لذلك فإن الذكاء الوجداني يضم مهارات أكثر تميزاً عن الذكاء اللفظي والأدائي بالمقارنة مع الذكاء الاجتماعي، وفي الوقت نفسه لا يزال ضمن مفهوم الذكاء ليعد من الذكاء التقليدي.

3- المحك النمائي: أي أن الذكاء يرتقي مع العمر والخبرة. والذكاء الوجداني كغيره من أنواع الذكاء يرتقي مع العمر إذ أشارت دراسة ماير وآخرين (2000) إلى أن الذكاء الوجداني يرتقي من مرحلة المراهقة المبكرة إلى مرحلة البلوغ. (خرنوب، 2003، ص 10 - 12)

8-2- الرضا عن الحياة: ' يعرفه عبد الوهاب بأنه "حالة داخلية يشعر بها الفرد وتظهر في سلوكه واستجاباته، وتشير إلى ارتياحه وتقبله لجميع مظاهر الحياة من خلال تقبله لذاته ولأسرته وللآخرين، وللبيئة المدركة وتفاعله مع خبراتها بصورة متوافقة." (عبد الوهاب، 2007، ص 248) " وهناك اختلاف بين الأفراد في التعبير عن الرضا عن الحياة " فالذين لديهم مستوى عال من الرضا نجدهم يميلون إلى التواصل، ويعتبرون أكثر انفتاحاً على الآخرين، كما يميلون بسهولة أكبر إلى التعامل مع مشاعرهم السلبية بشكل مختلف عن الأشخاص المتعصبين غير الراضين عن حياتهم " . Lightsey, et al, 2013)

وترى الباحثة أن البعض 'يعبرون عن عدم الرضا عن حياتهم بطرق مختلفة تتميز غالباً بالمشاعر السلبية إزاء حياتهم وما لديهم ونشاطاتهم وتوقعاتهم المستقبلية ، أما الأفراد الراضون عن حياتهم فيكون لديهم اتجاه تفاؤلي ، وشعور بالسعادة ، وهذا الشعور يأتي من خلال الإقبال على الحياة والاستمتاع بها ، وتوقع الخير منها ، وبذل الجهود من أجل التغلب على مشكلاتها وإحباطاتها ، كما أن مقدار حماسهم مرتفع عن الأشخاص العاديين ، فلديهم قدرة عالية على الإنجاز ، ويتمتعون بمفهوم إيجابي عن ذواتهم وحياتهم .

المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة : هنالك عدة مفاهيم ترتبط ارتباطاً وثيقاً بمفهوم الرضا عن الحياة ، بل تعتبر جزءاً أساسياً من مكونات الرضا عن الحياة ، وتتمثل في المفاهيم التالية :

1 - السعادة : ميز العلماء بين الرضا عن الحياة والسعادة، حيث إن السعادة تعني حالة وجدانية، بينما الرضا عن الحياة هو عملية تتضمن إصدار حكم معرفي ، وبما أن للسعادة مكونين هما المكون الانفعالي الوجداني ، والذي يتمثل في مشاعر الفرح والابتهاج والسرور واللذة والاستمتاع، والمكون المعرفي والذي يتمثل في الرضا عن الحياة، ويعد بمثابة التقدير العقلي للفرد لرضاه وتوفيقه ونجاحه في مجالات حياته المختلفة مثل: الإنجاز، تحقيق الذات، العلاقات، الصحة. (المحروقي، 2011 ، ص 24)

2- تقبل الحياة : تقبل الحياة هو مفهوم عام وشامل، ويشمل قدرة الفرد على التكيف والتوافق مع ذاته ومع الآخرين المحيطين به .(عبد المنعم ، 2010 ، ص 5)

3 - نوعية الحياة : 'تعرف منظمة الصحة العالمية (2005 ، ص 27) نوعية الحياة بأنها: إدراك الفرد لوضعه في الحياة أو المحيط الثقافي والنظم القيمية التي يعيش فيها، وبمعاييرها ومعاييرها وشؤونها. حيث يعتبر مفهوم نوعية الحياة مفهوماً شاملاً يضم كل جوانب الحياة كما يدركها الأفراد، وهو يتسع ليشمل الإشباع المادي للحاجات الأساسية، أو الإشباع المعنوي الذي يحقق التوافق للفرد .

4 - التدين: وهو الاتجاه الذي يتبناه الفرد ويسلكه، ويشكل من خلاله مفاهيمه ومبادئه في الحياة، وهو عامل هام من عوامل شعور الفرد بالرضا والسعادة والتوافق مع نفسه ومع الآخرين. ويعد من أهم الحاجات المشبعة لدى الإنسان التي تبعث على الشعور بالرضا عن الحياة والإحساس بالسعادة، والدين يوفر قاعدة وجدانية تتضمن الأمن والاطمئنان النفسي والالتزان الانفعالي، والتقاؤل وحب الحياة ورضاه عنها، كما يوفر إحساساً بمعنى الحياة اليومية، فهو يخفف من وطأة الكوارث والأزمات التي تعترض طريق الفرد. (المحروقي، 2011، ص 30-31)

الذكاء الوجداني وعلاقته بالرضا عن الحياة:

يتركز اهتمام البحوث النفسية حديثاً حول متغيرات علم النفس الإيجابي كالصمود والصلابة النفسية والسعادة والتعاؤل والأمل والرضا عن الحياة... وغيرها، وجميعها تسعى باتجاه الحياة النفسية السليمة. ويعد الرضا عن الحياة أحد هذه المتغيرات ويتمثل بشعور الفرد بالارتياح والتقبل لنفسه ولبيئته وللآخرين وتقييمه لنوعية حياته وشعوره بالسعادة لإنجازاته، ورأت الباحثة بأنه قد يتوافق مع الذكاء الوجداني باعتباره يتمثل بقدرة الفرد على فهم انفعالاته ومشاعره وفهم مشاعر الآخرين ومساندتهم في مواقف الحياة والتواصل الجيد مع الآخرين. فقد يساهم الذكاء الوجداني في امتلاك الفرد للشعور بالرضا عن الحياة من خلال تفهم مشاعر الآخرين والمساندة والتقبل للذات وللآخرين، ويتوقع أن يكون الفرد الذي يملك الرضا عن الحياة قادر على فهم واقعه وبيئته ولديه القدرة على التكيف السليم.

8 - 3 - الدراسات السابقة:

1 - الدراسات التي تناولت متغير الذكاء الوجداني:

دراسة محمود (2017): هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الذكاء الوجداني وجودة الحياة لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحلة بحري، بولاية الخرطوم. كما هدفت إلى التعرف على السمة العامة للذكاء الوجداني لدى طلاب المرحلة الثانوية والكشف أيضاً عن الفروق لدى أفراد العينة تبعاً لمتغيرات النوع والعمر. وتكونت عينة البحث من (137) طالباً وطالبة، نتائج البحث: تميز الذكاء الوجداني لدى الطلاب بالارتفاع، واتسمت جودة الحياة لديهم بالإيجابية. لم توجد علاقة ارتباطية دالة بين الذكاء الوجداني وجودة الحياة، ولم توجد فروق في الذكاء تبعاً لمتغير العمر ولكن وجدت فروق في النوع لصالح الإناث.

دراسة محمد (2014): هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الذكاء الوجداني والتوافق الأسري لدى مجموعة من المراهقين تراوحت أعمارهم بين 13 - 21 سنة من محافظة بنها في مصر، وأيضاً هدفت الدراسة لتعرف الفروق في المتغيرين تبعاً لمتغيرات العمر والدراسة. وتكونت العينة من (540) مراهق ومراهقة منهم 270 ذكور و270 إناث. وبينت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء الوجداني والتوافق الأسري كما وجدت فروق في الذكاء والتوافق الأسري تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الإناث. كما وجدت فروق في المتغيرين حسب العمر لصالح الفئة العمرية الأكبر.

دراسة علوان و النواجحة (2013) : هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الوجداني و الإيجابية لدى طلاب جامعة الأقصى بمحافظة غزة ، تكونت عينة الدراسة من (247) طالباً وطالبة .وكانت نتائج البحث كالتالي : وجود مستوى مرتفع من الذكاء الوجداني لدى عينة البحث وبلغ 71.86% كما وجد مستوى مرتفع من الإيجابية بلغ أيضاً 72.83 % ، وبينت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة بين الذكاء الوجداني و الإيجابية ، كما وجد فروق دالة بين الذكور و الإناث في الذكاء الوجداني لصالح الإناث ، كما وجدت فروق حسب التخصصات لصالح التخصص العلمي .

دراسة عبيد وناصر (2012): هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الحاجة إلى الحب والذكاء الوجداني لدى المراهقين وتعرف فيما إذا كان هناك فروق ذات دلالة في الحاجة إلى الحب، وكذلك الذكاء الوجداني لأفرد عينة البحث تبعاً لمتغير

الجنس (ذكور-إناث). تكونت عينة البحث من (100) طالبا وطالبة موزعة على أربع كليات إنسانية هي: (الآداب-التربية /صفي الدين- التربية الأساسية- الفنون الجميلة) في جامعة بابل. ودلت النتائج عن وجود علاقة موجبة بين الحاجة إلى الحب والذكاء الوجداني لدى أفراد العينة، كما أظهرت النتائج عن وجود فروق بين أفراد العينة تبعا لمتغير الجنس (ذكور إناث) في كل من الحاجة إلى الحب والذكاء الوجداني ولصالح الإناث.

دراسة زحلي (2011): هدفت الدراسة إلى تعرف الفروق في الذكاء الوجداني لدى طلاب التعليم المفتوح في قسمي رياض الأطفال ومعلم الصف بجامعة دمشق وعلاقته بالعمر والجنس والتخصص الدراسي ونوع الشهادة. وتكونت عينة الدراسة من (321) طالبا وطالبة من قسم رياض الأطفال و (97) من طلاب معلم الصف. وبينت النتائج: عدم وجود فروق دالة بالذكاء الوجداني حسب متغير العمر ونوع الشهادة، كما لا توجد فروق دالة تابعة للنوع الاجتماعي إلا في بعد التروي فقط لصالح الإناث، وبينت النتائج أيضاً عدم وجود فروق دالة بالذكاء الوجداني حسب متغير التخصص الدراسي ولكن وجدت فروق فقط في بعد التعامل الفعال مع الآخر لصالح طلبة قسم رياض الأطفال.

دراسة لانا وآخرون (Landa, et al 2006)

عنوان الدراسة: الذكاء العاطفي المتصور والرضا عن الحياة بين أساتذة الجامعة، وهدفت الدراسة إلى تقصي العلاقة بين الذكاء العاطفي المتصور والرضا عن الحياة لدى أساتذة الجامعات. وتكونت عينة الدراسة من 52 مدرساً جامعياً (30 من الذكور و22 الإناث)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة قوية بين الرضا عن الحياة وبين الذكاء العاطفي المتصور، كما أظهرت النتائج أن الارتياح في الحياة من أكثر المؤشرات أهمية للتنبؤ الإيجابي أو السلبي بالذكاء العاطفي.

دراسة خرنوب (2003): هدفت الدراسة إلى معرفة بعض الأساليب المعرفية والسمات الشخصية الفارقة بين ذوي الذكاء الوجداني المرتفع وذوي الذكاء الوجداني المنخفض لطلبة المرحلة الثانوية، في القاهرة. تكونت عينة البحث من طلاب المرحلة الثانوية في مدرستي الأورمان الثانوية النموذجية للبنين، الأورمان الثانوية النموذجية للبنات في القاهرة من (374) طالبا وطالبة في مدرستي الأورمان (194) طالباً و (180) طالبة، وقد بلغ متوسط أعمار أفراد العينة (17.03) عاماً، وبعد تقسيم أفراد العينة إلى مرتفعي ومنخفضي الذكاء الوجداني باستخدام الأسلوب الإحصائي الرباعيات وفقاً لدرجاتهم على مقياس الذكاء الوجداني تكونت عينة البحث النهائية من (200) طالباً وطالبة. دلت نتائج البحث على وجود فروق دالة بين الطلبة مرتفعي الذكاء الوجداني، ومنخفضي الذكاء الوجداني في خمسة عوامل من عوامل الشخصية لصالح الطلبة مرتفعي الذكاء الوجداني. كما دلت النتائج على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة مرتفعي الذكاء الوجداني، ومنخفضي الذكاء الوجداني في بعد الاعتماد-الاستقلال عن المجال الإدراكي لصالح الطلبة مرتفعي الذكاء الوجداني.

2- الدراسات التي تناولت متغير الرضا عن الحياة:

دراسة خرنوب (2019): هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين العرفان والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة، وكذلك التعرف على الفروق في العرفان والرضا عن الحياة وفقاً لمتغيرات الجنس والعمر، ومقدار اسهام العرفان في التنبؤ بالرضا عن الحياة. وأجريت الدراسة على عينة شملت (168) طالباً من طلبة الدراسات العليا في جامعة نزوى: (102) من الذكور، و66 من الإناث)، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود ارتباطات موجبة دالة بين العرفان (وأبعاده الفرعية) والرضا عن الحياة (وأبعاده الفرعية)، وعدم وجود فروق دالة إحصائية في العرفان والرضا عن الحياة تبعا لمتغيرات الجنس والعمر، وأن العرفان منبئ دال إحصائياً بالرضا عن الحياة.

دراسة (سليمان ، 2003) هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى مديري المدارس الحكومية ومديراتها في محافظات شمال فلسطين، كما هدفت إلى تحديد دور متغيرات (الجنس، المؤهل العلمي، عدد سنوات الخبرة، الحالة الاجتماعية ومستوى الدخل الشهري) على درجة كل من الرضا عن الحياة وتقدير

الذات. وتكونت العينة: من (302) مديراً ومديرة. نتائج الدراسة : أظهرت عدم وجود علاقة بين درجة الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى مديري المدارس الحكومية ومديراتها في محافظات شمال فلسطين، كما أظهرت وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في كل من المجالات التالية : الرضا عن الناحية الاقتصادية، الحياة الدينية، النقل والمواصلات، العناية الصحية ولم تظهر فروق في تقدير الذات بين الذكور والإناث ، كما بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في الرضا على المجالات التالية (الحياة الاجتماعية، السياسية، الخدمات، والدرجة الكلية للرضا عن الحياة) ولصالح ذوى الخبرة الأقل من 5 سنوات ، كما بينت نتائج الدراسة وجود فروق دالة في مجالات النقل والعناية، البيئة، السلامة العامة والدرجة الكلية لتقدير الذات ولصالح أقل من 5 سنوات .

تعقيب على الدراسات السابقة:

تم الاسترشاد بالدراسات السابقة حيث أفادت البحث الحالي بمعلومات مفيدة وذات صلة بمتغيري البحث، ولقد تم الاستفادة منها في تحديد مشكلة الدراسة وأهميتها وأهدافها واختيار أدوات الدراسة، حيث أن الدراسة الحالية تتشابه مع الدراسات الواردة من حيث العينة أحياناً ومن حيث النتائج في بعضها ومنهج الدراسة المتبع.

9 - إجراءات البحث:

9 - 1 - منهج البحث: اعتمدت هذه الدراسة من حيث طريقة إجرائها على المنهج الوصفي التحليلي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة التربوية ووصفها كما توجد في الواقع والتعبير عنها كمياً وكيفياً. (ملحم، 2007، 370).

9 - 2 - المجتمع الأصلي والعينة:

يتكون المجتمع الأصلي الذي اختيرت منه عينة البحث من طلاب السنة الأولى لبعض التخصصات من كلية العلوم بجامعة دمشق وبلغ (1524) طالباً وطالبة، للعام الدراسي 2020/2019 الفصل الأول، وتكونت العينة من (220) طالباً وطالبة منهم (145) إناث و(75) ذكور، وتم اختيار طلبة السنة الأولى بسبب أنهم يتشابهون دراسياً حيث تبدأ بعد تخصصات فرعية متعددة، كما تم اختيارهم بالطريقة العشوائية العرضية (المتسرة)، وهم موزعين كما هو وارد في الجدول رقم (1).

الجدول رقم (1): يبين توزيع أفراد العينة وفق الجنس

الجنس	العدد
ذكور	75
إناث	145
المجموع	220

9 - 3 - حدود البحث: تتحدد الدراسة الحالية بما يلي: الحدود المكانية: أجريت الدراسة في كلية العلوم بجامعة دمشق. الحدود الزمانية: تم إجراء الدراسة خلال الفصل الأول من العام الدراسي 2020-2019 الحدود البشرية: تم تطبيق هذه الدراسة على طلبة السنة الأولى من بعض التخصصات بكلية العلوم بجامعة دمشق. الحدود الموضوعية: تناولت الدراسة العلاقة بين الذكاء الوجداني والرضا عن الحياة.

9 - 4 - أدوات البحث: تم استخدام الأدوات التالية

أولاً: مقياس الذكاء الوجداني: من إعداد آدم إبراهيم حسن محمود (2017) ويتألف المقياس من 40 بند بطريقة التصحيح: دائماً 3 - أحياناً 2 - نادراً 1 هذا في حال العبارة الإيجابية، وينعكس التقييم في حال العبارة السلبية وهي في هذا المقياس التالية: (1 - 18 - 21 - 22 - 25 - 32 - 34) وما تبقى هي عبارات إيجابية، ويدل حصول المفحوص على درجة عالية أنه يمتلك مستوى مرتفع من الذكاء الوجداني.

-إجراءات دراسة الصدق والثبات: قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس باستخدام طريقة إعادة تطبيق المقياس: حيث طبق المقياس على عينة مكونة من (30) طالباً وطالبة. وبعد مضي أسبوعين أعيد تطبيق الاختبار على الأفراد أنفسهم. كما حُسب الثبات أيضاً باستخدام طريقة التجزئة النصفية، وبطريقة ألفا كرونباخ. وقد جاءت النتائج على النحو التالي:

الجدول رقم (2): معاملات ثبات مقياس الذكاء الوجداني بطرائق إعادة تطبيق المقياس وألفا كرونباخ والتجزئة النصفية

عدد أفراد العينة	الثبات بالإعادة	ثبات ألفا كرونباخ	الثبات بالتجزئة النصفية
30	.756**	.774	.773

يوضح الجدول (2) قيمة معامل الثبات بالإعادة باستخدام معامل بيرسون **0.756**** وهو ثبات عال. ويوضح أيضاً قيمة معامل الثبات باستخدام طريقة ألفا كرونباخ باستخدام معامل بيرسون **0.774**، كما يوضح الجدول أيضاً معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية **0.773**. والتي تم فيها استخدام صيغة سيبرمان وبراون وهو أيضاً ثبات عال ودال عند مستوى 0.01 .

صدق المقياس:

1-صدق المحكمين: عُرض المقياس على مجموعة مؤلفة من ستة محكمين في كلية التربية – جامعة دمشق، ولم يتم اقتراح أي ملاحظة على هذا المقياس.

2-صدق التكوين: تم حساب الصدق من خلال حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الاختبار والدرجة الكلية، حيث بلغت قيمة معاملات الارتباط بين $0.216 - 0.728$ **. وبناءً على هذه النتائج تم حذف العبارتان ضعيفتا الارتباط وهما العبارتان رقم: (13 - 17)، وهذه القيم دالة، مما يدل على أن للمقياس صدق تكوين.

3-الصدق بدلالة الفرق الطرفية: تقوم هذه الطريقة على تقسيم درجات الاختبار إلى مستويين، تتمثل في انتقاء مجموعتين متطرفتين من المفحوصين في ضوء درجاتهم الكلية في الاختبار. ويمكن أن تكون هاتان المجموعتان المتطرفتان أولئك الذين ينتسبون إلى الربيع الأعلى والربيع الأدنى. وبعد تحديد المجموعتين المتضادتين، تجرى المقارنة بين أداء المفحوصين فيهما على الاختبار الفرعي، لمعرفة دلالة الفروق باستخدام اختبار "ت" (أبو حطب وآخرون، 2003، ص 146-147). فإذا تم التوصل إلى إيجاد فروق ذات دلالة إحصائية عالية بين تلك المجموعتين الطرفيتين، فيعني ذلك أن للاختبارات الفرعية القدرة على التمييز بين الأفراد مما يعني أنها صادقة (عوض، 1998، ص 238). ولحساب هذا الصدق بدلالة الفرق الطرفية جرى تقسيم عينة الصدق إلى فئتين: الفئة العليا تمثل الربيع الأعلى أي أعلى 25% من الدرجات، في حين تمثل الفئة الدنيا الربيع الأدنى أي تمثل أدنى 25% من الدرجات.

الجدول رقم (3): صدق المقارنة الطرفية لمقياس الذكاء الوجداني

القرار	القيمة الاحتمالية	t	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط	العينة	المجموعة	الدرجة الكلية
دالة	.000	9.940	14	4.50	57.37	8	الفئة الدنيا	لمقياس الذكاء الوجداني
				2.65	75.75	8	الفئة العليا	

يتبين من الجدول (3) أن هناك فروقاً بين الفئتين العليا والدنيا، إذ كانت القيم الاحتمالية أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وكان الفرق لصالح المجموعة العليا، وهذا يشير إلى أن الاختبار صادق بدلالة الفرق الطرفية.

4-الصدق الذاتي: يقاس بالجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار، وبما أن معامل ثبات الاختبار **0.756****. فالجذر التربيعي له **0.87**. وهو دال مما يشير إلى صدق ذاتي للمقياس. وبذلك يصبح المقياس بصورته النهائية 38 بنداً وذلك بعد حذف العبارتان ضعيفتا الارتباط وهما العبارتان رقم: (13 - 17) كما هو مبين في الملحق رقم (2).

ثانياً: مقياس الرضا عن الحياة: من إعداد مجدي الدسوقي (1998) صممه في فلسطين وطبقه على طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة. وصف المقياس: تكون مقياس الرضا عن الحياة من 29 فقرة موزعة على ستة أبعاد، هي: (بعد السعادة - بعد الاجتماعية- بعد الطمأنينة - بعد الاستقرار النفسي- بعد التقدير الاجتماعي - بعد القناعة) طريقة تصحيح المقياس: لقد وزعت درجات فقرات المقياس على النحو التالي: 5=تتطبق دائماً 4=تتطبق 3= بين 2= لا تتطبق 1= لا تتطبق أبداً.

-إجراءات دراسة الصدق والثبات: قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس باستخدام طريقة إعادة تطبيق المقياس: حيث طُبق المقياس على عينة مكونة من (30) طالباً وطالبة. وبعد مضي أسبوعين أعيد تطبيق الاختبار على الأفراد أنفسهم. كما حُسب الثبات أيضاً باستخدام طريقة التجزئة النصفية، وبطريقة ألفا كرونباخ. وقد جاءت النتائج على النحو التالي:

الجدول رقم (4): معاملات ثبات مقياس الرضا عن الحياة بطرائق إعادة تطبيق المقياس وألفا كرونباخ والتجزئة النصفية

عدد أفراد العينة	الثبات بالإعادة	ثبات ألفا كرونباخ	الثبات بالتجزئة النصفية
30	0.719**	0.816	0.648

يوضح الجدول رقم (4) قيمة معامل الثبات بالإعادة باستخدام معامل بيرسون **0.719**** وهو ثبات عال. ويوضح أيضاً قيمة معامل الثبات باستخدام طريقة ألفا كرونباخ باستخدام معامل بيرسون **0.816**، كما يوضح الجدول أيضاً معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية **0.648**. والتي تم فيها استخدام صيغة سيبرمان وبراون وهو أيضاً ثبات عال ودال عند مستوى **0.01**.

صدق المقياس:

- 1- صدق المحكمين: عُرض المقياس على مجموعة مؤلفة من ستة محكمين في كلية التربية - جامعة دمشق، ولم يتم اقتراح أي ملاحظة على هذا المقياس.
- 2- صدق التكوين: بالنسبة لصدق التكوين جاءت النتائج كالتالي: الارتباط بين عبارات الاختبار والدرجة الكلية للاختبار: بلغت قيمة الارتباط بين (**0.226 - 0.903****). وبناءً على هذه النتائج تم حذف العبارتان ضعيفتا الارتباط وهي العبارتان رقم: (1، 18)، وهذه القيم دالة، مما يدل على أن للمقياس صدق تكوين.
- 3- الصدق بدلالة الفرق الطرفية: تم حساب الصدق بدلالة الفرق الطرفية بنفس الطريقة التي تم ذكرها في الصفحة السابقة وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم (5): صدق المقارنة الطرفية لمقياس الرضا عن الحياة

القرار	القيمة الاحتمالية	T	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط	العينة	المجموعة	
دالة	0.000	7.461-	14	3.33	73.00	8	الفئة الدنيا	الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة
				8.36	96.75	8	الفئة العليا	

يتبين من الجدول رقم (5) أن هناك فروقاً بين الفئتين العليا والدنيا، إذ كانت القيم الاحتمالية أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وكان الفرق لصالح المجموعة العليا، وهذا يشير إلى أن الاختبار صادق بدلالة الفرق الطرفية.

4-الصدق الذاتي: يقاس بالجزر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار. وبما أن معامل ثبات الاختبار **0.719****. فالجزر التربيعي له **0.85**، وهو دال مما يشير إلى صدق ذاتي للمقياس. وبذلك يصبح مقياس الرضا عن الحياة بصورته النهائية 27 بنداً وذلك بعد حذف العبارتان ضعيفتا الارتباط وهما (1، 18) كما هو مبين في الملحق رقم (4).

10- عرض وتفسير أسئلة البحث: تم استخدام البرنامج ال إحصائي SPSS 19، وكانت النتائج كالآتي:

10 - 1 - السؤال الأول: ما مستوى الذكاء الوجداني لدى أفراد عينة البحث؟

حسب مستوى الذكاء الوجداني لدى أفراد عينة البحث وفق الآتي: الدرجة المرتفعة = المتوسط + الانحراف المعياري، الدرجة المنخفضة = المتوسط - الانحراف المعياري، الدرجة المتوسطة: وهي القيم المحصورة بين قيمتي الدرجة المنخفضة والدرجة المرتفعة، وقد كانت النتائج كالآتي:

الجدول رقم (6): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمستوى الذكاء الوجداني لدى أفراد عينة

البحث

حيث بلغ المتوسط الكلي للعينة 67.28، والانحراف المعياري 5.42.

النسبة	العدد	الدرجة	
15%	33	الدرجة المرتفعة	الذكاء الوجداني
70.45%	155	الدرجة المتوسطة	
14.55%	32	الدرجة المنخفضة	

يتبين من الجدول رقم (6): أن مستوى الذكاء الوجداني لدى أفراد عينة البحث كان بدرجة متوسطة (بنسبة **70.45%** وقد يعزى السبب في ذلك إلى: أن أفراد عينة البحث هم طلاب في مقتبل العمر و من المتوقع امتلاكهم للمستوى المتوسط للذكاء الوجداني وكما "يفترض جولمان أن الأفراد يولدون بذكاء عاطفي عام يحدد قدرتهم على تعلم الكفاءات العاطفية، ويرى أن الكفاءات العاطفية ليست مواهب فطرية، بل هي قدرات مكتسبة يجب العمل عليها وتطويرها لتحقيق أداء متميز..." (Boyatzis, et al, 2000) وبالتالي فهم يتعلمون هذه المهارة في مسيرة الحياة ومن الخبرات اليومية وإقامة العلاقات و التعامل مع الآخرين، وهكذا تنمو قدرتهم على فهم مشاعرهم الذاتية وفهم مشاعر الآخرين وإدارة هذه الانفعالات لاستخدامها في التعامل الجيد و الناجح مع جميع المحيطين بهم، لذا يمكن القول بأن المستوى المتوسط من الذكاء الوجداني لدى أفراد العينة في هذا العمر اليافع الذي يتمتع به طلبة السنة الأولى بكلية العلوم بجامعة دمشق هو نتيجة جيدة، و يدل على نمو متزايد و طبيعي لهذه المهارة، و أنهم قد يمتلكون مستقبلاً الذكاء الوجداني المناسب والعالي، ولكن ذلك يتطلب المساندة و الدعم من الأسرة و الجامعة والمجتمع ككل، لتنمو مهاراتهم وقدراتهم بالشكل السليم والأمثل، وهو هدف هام ليس للفرد نفسه و لأسرته فقط بل للمجتمع ككل، لاسيما وأن " الدراسات قد أظهرت أن الأشخاص ذوي الذكاء الوجداني العالي يتمتعون بصحة عقلية عالية، وأداء وظيفي جيد، ومهارات قيادية على الرغم من عدم إظهار أي علاقات سببية. (Goleman, 1998)

10 - 2 - السؤال الثاني: ما مستوى الرضا عن الحياة لدى أفراد عينة البحث؟

حسب مستوى الرضا عن الحياة لدى أفراد عينة البحث بنفس الطريقة كما في السؤال الأول، وقد كانت النتائج كالاتي:
الجدول رقم (7): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمستوى الرضا عن الحياة لدى أفراد عينة البحث حيث بلغ المتوسط الكلي للعينة **81.03**، والانحراف المعياري **589**..

النسبة	العدد	الدرجة	
16.36%	36	الدرجة المرتفعة	الرضا عن الحياة
68.64%	151	الدرجة المتوسطة	
15%	33	الدرجة المنخفضة	

يتبين من الجدول رقم (7): أن مستوى الرضا عن الحياة لدى أفراد عينة البحث كان بدرجة متوسطة (بنسبة 68.64%). وقد يعزى السبب في ذلك إلى: أنه غالباً ما يتجلى الرضا عن الحياة في تقبل الفرد لذاته، ونمط معيشته، وقانعاً بما لديه، ومتوافق مع ذاته وأسرته، راض عن علاقاته بأصدقائه وزملائه، فخوراً بإنجازاته، يشعر بالقدرة على اتخاذ قراراته وتحقيق أهدافه. ولما كانت عينة البحث هم من الشباب اليافعين بل وأن البعض منهم في نهاية مرحلة المراهقة، " ولقد أشار الباحثون إلى أن الشباب لديهم مستوى أقل من الرضا عن الحياة من نظرائهم الأكبر سناً، وقد يكون السبب في ذلك هو أن العديد من القرارات المبكرة، قد يواجهها الشباب لأول مرة في حياتهم، وتتزامن لديهم في هذه المرحلة أيضاً مخاوف بشأن العديد من جوانب حياتهم، كما لوحظ أن الرضا عن الأسرة ينخفض في هذه المرحلة العمرية وقد يكون هذا بسبب تطبيقها المزيد من القواعد والقوانين ". (Goldbeck, et al , 2007) وهذا يفسر النتيجة التي توصل إليها البحث الحالي بأن مستوى الرضا عن الحياة كان بدرجة متوسطة، وترى الباحثة بأنها نتيجة منطقية لا سيما وأننا لو أردنا تحديد العوامل التي تؤثر سلباً على مستوى الرضا عن الحياة لوجدنا الكثير منها ولكن نذكر هنا بعض ما أشارت إليه الدراسات في هذا المجال. " فقد تم اقتراح العديد من العوامل التي تساهم في مستوى الرضا عن الحياة ومنها التجارب التي تكون أحداثاً حادة (على سبيل المثال، وفاة أحد الأحياء) والتجارب اليومية المزمنة (كالخلاف الأسري المستمر) وأيضاً يمكن للاختلافات في الخبرة أن تؤثر في الطريقة التي يلاحظ بها الأفراد العالم من حولهم ويتفاعلون معه. والطريقة التي يتصرفون بها، وتوقعاتهم العامة. " (Burger & Robin, 2017) ويمكن أن تؤثر مثل هذه التجارب على مستوى الرضا عن الحياة، وقد يختلف تأثيرها من شخص لآخر حسب نوعية حياته والضغوطات التي يعيشها.

11 - تحليل النتائج ومناقشة الفرضيات: استخدم البرنامج الإحصائي SPSS 20 لتحليل النتائج، وكانت كالاتي:
11 - 1 - الفرضية الأولى: لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس الذكاء الوجداني ودرجاتهم على مقياس الرضا عن الحياة.

الجدول رقم (8): العلاقة الارتباطية بين الذكاء الوجداني والرضا عن الحياة

الرضا عن الحياة		
	معامل ارتباط بيرسون	الذكاء الوجداني
.080	مستوى الدلالة	
.239	العينة	
220		

يتبين من الجدول رقم (8): أن قيمة معامل الارتباط بين الذكاء الوجداني والرضا عن الحياة بلغت (0.80). وذلك لدى العينة الكلية وهو غير دال إحصائياً، وبذلك نقبل الفرضية الصفرية والتي تنص على عدم وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء الوجداني والرضا عن الحياة. وتتفق هذه النتيجة مع بعض الدراسات من حيث عدم وجود علاقة بين الذكاء الوجداني وبعض المتغيرات ذات الصلة مثل جودة الحياة وبعض سمات الشخصية كدراسة محمود (2017) ودراسة خرنوب (2003)، وتختلف النتيجة مع دراسة (لاندا وآخرون 2006 Landa, et al) حيث وجدت علاقة بين الذكاء العاطفي المتصور والرضا عن الحياة بين أساتذة الجامعة. وتفسر نتيجة الفرضية بأن: المرحلة العمرية لأفراد العينة وما تتميز به من خصائص وسمات شخصية ونمائية تؤثر في خياراتهم وانفعالاتهم وتقديرهم لذواتهم وما يشعرون به تجاه الآخرين، لاسيما وأنهم في بداية الشباب و بداية التجارب الهامة والخبرات الحياتية المؤثرة، فقد يمتلكون الذكاء الوجداني ولكن قد لا يشعرون بالرضا عن الحياة أو العكس، فهم بحاجة للزمن والحياة لتكوين الخبرة " لأن الرضا عن الحياة ينمو مع تقدم الناس في السن؛ وبذلك يصبحون أكثر حكمة ومعرفة، وذلك يبدأون بتغيير رؤيتهم للحياة وبأنها ستكون أفضل ويفهمون الأشياء المهمة في الحياة أكثر". (Page, & Shmotkin, 2010) وقد يتأثر أيضاً الذكاء الوجداني وينمو مع التقدم بالعمر وخبرة الحياة وهذا ما أشارت إليه دراسة (لاندا وآخرون 2006 Landa, et al) التي استهدفت عينة من أساتذة الجامعات، وتوصلت إلى نتيجة مختلفة. كما أن عدم وجود ترابط بين الذكاء الوجداني والرضا عن الحياة له قد يعزى بسبب طبيعة وماهية كلاً منهما، حيث أن (الذكاء الوجداني) هو قدرة الفرد على إدراك الانفعالات واستثمارها لفهم مشاعره ومشاعر الآخرين والتواصل الناجح مع المحيط، و(الرضا عن الحياة) هو رؤية الفرد لنوعية حياته وتقييمه لها فإما تكون نظرة إيجابية وتقاؤل وأمل بمستقبل واعد أو قد تكون نظرة سلبية للحياة.

وبذلك ' تفسر هذه النتيجة أنه قد يتوافر الذكاء الوجداني وبمستوى جيد ويساعد الطلبة على تفهم العلاقات ومشاعر الآخرين وإقامة العلاقات الجيدة والتكيف مع المحيط ولكن ليس بالضرورة أن يمتلكون الرضا عن الحياة لأنهم ينتمون إلى مستويات اقتصادية واجتماعية وثقافية مختلفة ومتنوعة، وتختلف من خلال ذلك نظرة الفرد لنوعية حياته حيث أن " الرضا العام عن الحياة يأتي من داخل الفرد بناءً على القيم الشخصية وما يجد له أهمية أكثر. فالبعض يرى الأهمية للأسرة، وبالنسبة للآخرين هو الحب، والبعض الآخر يفضل المال أو الأشياء المادية الأخرى، وفي كل الحالات، يختلف الأمر من شخص لآخر". (Kislev, 2018)

11 - 2 - الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس الذكاء الوجداني تعزى لمتغير الجنس، ويوضح الجدول (9) النتائج المتعلقة بها:

الجدول رقم (9): الفروق بين الجنسين في الذكاء الوجداني

الدالة	القيمة الاحتمالية	قيمة (ت)	د.أ	ع	م	ن	
غير دال عند مستوى دلالة 0.05	.395	.852	218	5.29	67.72	75	الذكور
				5.49	67.06	145	الإناث

يتبين من الجدول (9): بأن القيمة الاحتمالية بلغت (.395) وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يعني قبول الفرضية لتبقى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس الذكاء الوجداني تعزى لمتغير الجنس. وتوافقت هذه النتيجة مع دراسة زحلي (2011) واختلفت مع دراسة كل من: محمود (2017)، محمد (2014)، علوان والنواجحة (2013)، عبيد وناصر (2012) ويعزى الاختلاف أحياناً بين نتائج الدراسات لاختلاف الثقافات

و البيئات وطبيعة الحياة الاجتماعية و مستوى التعليم ، أما نتيجة الفرضية فتفسر بما يلي : لا توجد فروق تعزى لمتغير الجنس لأن الذكاء الوجداني مهارة و فن تنمو و تقوى مع الزمن فالتدريب و الممارسة يزيدون من قوة المهارة ، و العينة هم طلبة يتوافقون في شروط كثيرة منها العمر نفسه و ويتقاربون في المستوى العقلي و الأكاديمي حيث أنهم يدرسون نفس التخصص ، كما أن طبيعة المجتمع السوري قد تعافى منذ زمن ليس بالقليل من ثقافة التمييز بين الذكور و الإناث سواء بالتربية و التنشئة وأساليب المعاملة الوالدية أو فرص الحياة المتاحة أمامهم وفرص التدريب وبناء المهارات ، فالعدل والمساواة في الحياة يعكس إيجابياً على بناء الشخصية وسماتها لدى الجنسين بشكل متوازن و سليم ، وهذا سيؤدي غالباً إلى عدم ظهور فروق ذات دلالة بينهما في الذكاء الوجداني ، ولكن قد توجد بعض الاختلافات التي تعود للفروق الفردية وهي غير مؤثرة .

11 - 3 - الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس الرضا عن الحياة تعزى لمتغير الجنس، ويوضح الجدول (10) النتائج المتعلقة بها:

الجدول رقم (10): الفروق بين الجنسين في الرضا عن الحياة

الرضا عن الحياة	ن	م	ع	د.أ	قيمة (ت)	القيمة الاحتمالية	الدلالة
الرضا عن الحياة	ذكر	75	80.60	218	-0.475	.635	غير دال عند مستوى دلالة 0.05
	انثى	145	81.24				

يتبين من الجدول رقم (10): أن القيمة الاحتمالية بلغت (0.635). وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يعني قبول الفرضية السابقة لتبقى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس الرضا عن الحياة تعزى لمتغير الجنس. توافقت هذه النتيجة مع دراسة خرنوب (2019) واختلفت مع دراسة (سليمان ، 2003) وتفسر نتيجة الفرضية بما يلي : للرضا عن الحياة مؤثرات و مسببات فالبعض يهتم للأسرة والبعض للعلاقات الشخصية و الجنس و الآخر للمستوى الاقتصادي والبعض للإنجاز والنجاح ، وتختلف نظرة الفرد للحياة حسب نمط تفكيره فمنهم صاحب النظرة التشاؤمية ومنهم المتفائل الإيجابي والذي يرى الحياة جميلة ، لذا نجد الاختلاف بين الأفراد متنوع ولا يتأثر بالذكورة أو الأنوثة ، فالجميع يكونون نظرة عن حياتهم و هي شعور داخلي يتأثر بكل العناصر التي تم ذكرها و عناصر أخرى كثيرة لم تذكر ايضاً ، فالجنس كمتغير من مؤثرات الرضا عن الحياة الكثيرة ليس الأهم أو الأكثر تأثيراً ، فكما ذكر سابقاً أن مؤثرات الرضا الهامة للفرد هي من تحدد نوعيته مثل القيمة الاقتصادية فالأشخاص الماديون على سبيل المثال " هم أقل رضا عن الحياة لأنهم يريدون باستمرار المزيد والمزيد من الأشياء المادية في الحياة ، وبمجرد الحصول على هذه المتعلقات يفقدون قيمتها، فإذا لم يكن لدى هؤلاء الأفراد الماديين ما يكفي من المال لإشباع رغباتهم ، فإنهم يصبحون أكثر استياءً. " (Yannis,et al, 2009) وقد تختلف الأهمية لدى البعض فيجدون أن الحياة المهنية الناجحة هي عنصر هام في الرضا عن الحياة. " حيث أن القيام بشيء ذي مغزى في الحياة المهنية يساهم في شعور المرء بالرضا عن الحياة، وإذا شعر شخص ما بالإنجاز فسيكون أكثر قدرة على رؤية الجوانب المشرقة في حياته، وبالتالي تحسين رضاه عن الحياة. " (Kahneman & Deaton 2010)، وهذه المقارنة بين مؤثرات الرضا عن الحياة تبين وتفسر نتيجة هذه الفرضية بعدم وجود علاقة بين الرضا عن الحياة تتبع للجنس.

المقترحات:

- 1- قد يكون من المفيد بناء برامج إرشادية تعمل على تنمية الذكاء الوجداني لدى طلبة الجامعة باعتباره مهارة هامة تساعد في التكيف الجيد مع الذات ومع الآخرين.
 - 2- التوسع في إجراء بحوث تتناول متغير الرضا عن الحياة والذكاء الوجداني مع متغيرات أخرى هامة على سبيل المثال (التوقعات المستقبلية – التنظيم الانفعالي ...)
 - 3-تضمين مناهج الجامعات دروس عملية هدفها تدريب الطلاب على مهارات التفكير الإيجابي والرضا عن الحياة.
- المراجع العربية:**
- 1- أبو حطب، فؤاد؛ وعثمان، سيد؛ وصادق، أمال (2003). التقويم النفسي، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، مصر.
 - 2- أبو عمشة، ابراهيم باسل (2013). الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني وعلاقتها بالشعور بالسعادة لدى طلبة الجامعة في محافظة غزة، رسالة ماجستير، إشراف د. عبد العظيم سليمان المصدر و د. باسم علي أبو كريك، كلية التربية – قسم علم النفس، جامعة الأزهر، غزة. من (ص51- 54)
 - 3- حسين، سلامة عبد العظيم؛ حسين، طه عبد العظيم (2006). الذكاء الوجداني للقيادة التربوية، ط 1، دار الوفاء للطباعة والنشر، الاسكندرية، مصر.
 - 4- خرنوب، فتون محمود (2019). العرفان لدى طلبة الجامعة وعلاقته بالرضا عن الحياة، مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية، دمشق.
 - 5- خرنوب، فتون محمود (2003). بعض الأساليب المعرفية والسمات الشخصية الفارقة بين ذوي الذكاء الوجداني المرتفع وذوي الذكاء الوجداني المنخفض لطلبة المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة، مصر.
 - 6- الديدي، رشا (2005). الذكاء الانفعالي وعلاقته باضطرابات الشخصية لدى عينة من دارسي علم النفس، مجلة علم النفس العربي المعاصر، المجلد 1 العدد 1 ص 69 – 113.
 - 7- زحيلي، غسان (2011). دراسة الفروق في الذكاء الوجداني لدى طلاب التعليم المفتوح في قسمي رياض الأطفال ومعلم الصف بجامعة دمشق وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة جامعة دمشق، المجلد 27، العدد 3 و 4، كلية التربية جامعة دمشق.
 - 8- سليمان، عادل محمود محمد (2003). الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى مديري المدارس الحكومية ومديرياتها في مديريات محافظات فلسطين الشمالية، رسالة ماجستير، جامعة النجاح الوطنية، الضفة الغربية.
 - 9- الشعراوي، علاء محمود (1999). سمات الشخصية والدافع للإنجاز الأكاديمي وعلاقتها بالرضا عن الحياة في المرحلة الجامعية، مجلة كلية التربية بالمنصورة، مصر، العدد 41.
 - 10- عوض، عباس (1998). القياس النفسي بين النظرية والتطبيق. السويس: دار المعرفة الجامعية، مصر.
 - 11- علوان، نعمات؛ النواجحة، زهير (2013). الذكاء الوجداني وعلاقته بالإيجابية لدى طلبة جامعة الأقصى بمحافظة غزة، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد الحادي والعشرون، العدد الأول.
 - 12- عبيد، عماد حسين؛ ناصر، عقيل خليل (2012). الحاجة إلى الحب لدى المراهقين وعلاقتها بالذكاء الوجداني، مجلة كلية التربية الأساسية، جامعة بابل، العدد 6.
 - 13- عبد الوهاب، أماني عبد المقصود (2007). أثر المساندة الوالدية على الشعور بالرضا عن الحياة لدى الأبناء المراهقين من الجنسين، المؤتمر السنوي الرابع عشر، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.

- 14- عبد المنعم، نجوى (2010). الرضا عن الحياة، جامعة عين شمس، مركز الإرشاد النفسي، المؤتمر السنوي الخامس عشر.
- 15- علوي، وهيبه السيد سعيد (2016). الذكاء الوجداني لدى المراهقين وعلاقته ببعض المتغيرات، الجامعة العربية المفتوحة، مملكة البحرين
- 16- المغازي، ابراهيم محمد (2003). الذكاء الاجتماعي والوجداني والقرن الحادي والعشرين، مكتبة الايمان، المنصورة، مصر.
- 17- محمود، آدم ابراهيم حسن (2017). الذكاء الوجداني وعلاقته بجودة الحياة لدى طلاب المرحلة الثانوية محلية بحري بولاية الخرطوم، رسالة ماجستير، إشراف د. صديق محمد أحمد يوسف، كلية الدراسات العليا، قسم علم النفس، جامعة النيلين، السودان.
- 18- محمد، نانسي محمد علي (2014) الذكاء الوجداني لدى المراهقين وعلاقته بالتوافق الأسري، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، قسم علم النفس، جامعة بنها، مصر.
- 19- المحروقي، عائشة بنت عباس (2011). مصادر السعادة لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة والثانوية والجامعية في ضوء بعض الخصائص الديموغرافية والاجتماعية والأكاديمية بمدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.
- 20- منظمة الصحة العالمية (2005). تعزيز الصحة النفسية (المفاهيم – البيانات المستجدة – الممارسة)، المكتب الإقليمي لشرق المتوسط، جنيف.
- 21- ملحم، سامي محمد (2007). مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط5، الأردن، عمان، دار المسيرة.
- 1-Boyatzis, RE., Goleman, D., Rhee, K. (2000). "Clustering competence in emotional intelligence: Insights from the Emotional Competence Inventory (ECI)." In Bar-On R, Parker JD (Eds.). Handbook of emotional intelligence. 99. San Francisco: Jossey-Bass. pp. 343-62
- 2-Burger, K., Robin, S (2017). "The Role of Perceived Stress and Self-Efficacy in Young People's Life Satisfaction: A Longitudinal Study". Journal of Youth and Adolescence 46 (1): 78-90. Doi: 10.1007/s10964-016-0608-x. ISSN 0047-2891. PMID 27812840
- 3-Colman A (2008). A Dictionary of Psychology (three Ed.). Oxford University Press. ISBN 9780199534067
- 4-Goldbeck, Lutz; Schmitz, Tim G.; Besier, Tanja; Herschbach, Peter; Henrich, Gerhard (2007-). "Life satisfaction decreases during adolescence". Quality of Life Research. 16 (6): 969-979. Doi: 10.1007/s11136-007-9205-5. ISSN 0962-9343. PMID 17440827
- 5- Goleman D (1998). Working with emotional intelligence. New York: Bantam Books
- 6- Grant A (2014). "The Dark Side of Emotional Intelligence". The Atlantic. Archived from the original on January 3, 2014
- 7-Kahneman,D., Deaton, A. (2010) High income improves evaluation of life but not emotional well-being. Proceedings of the National Academy of Sciences, 107 (38) 16489-16493; DOI: 10.1073/pnas.101149210

- 8–Kislev, E., (2018). "Happiness, Post-materialist Values, and the Unmarried". *Journal of Happiness Studies*. 19 (8): 2243–2265. Doi: 10.1007/s10902-017-9921-7. ISSN 1573-7780
- 9–Landa, J., Zafra, L., Antoñana, M., Pulido M. (2006) Perceived emotional intelligence and life satisfaction among university teachers, *Psicothema*. Vol. 18, supl. pp. 152– 157
- 10–Lightsey, O.R., McGhee, R., Ervin, A (2013) Efficacy for Affect Regulation as a Predictor of Future Life Satisfaction and Moderator of the Negative Affect—Life Satisfaction Relationship. *J Happiness Stud* 14, 1–18 (2013). <https://doi.org/10.1007/s10902-011-9312-4>
- 11–Palgi, Y., & Shmotkin, D. (2010), "The predicament of time near the end of life: Time perspective trajectories of life satisfaction among the old-old." *Aging & Mental Health*, 14(5), 577–586. Doi: 10.1080/13607860903483086
- 12–Paul, A. (2016). *Happiness Explained*. Oxford University Press. ISBN 978-0198735458
- 13–Yannis, G; Nicholas, T, Ping, Y. (2009) "Personal Values as Mitigating Factors in Link Between Income and Life Satisfaction: Evidence from the European Social Survey". *Social Indicators Research*, Vol (91)3. pp.

الملحق رقم (1): مقياس الذكاء الوجداني قبل التعديل

الرقم	العبارة	دائماً	أحياناً	أبداً
1	نومي غير منظم			
2	أشارك في المناسبات الاجتماعية			
3	أحدد أهدافي مسبقاً			
4	طموحاتي أكبر من وضعي المادي			
5	اتعامل بأمانة في واجباتي			
6	أصدقائي يشاركونني في المناسبات الاجتماعية			
7	أطرح رأيي بصورة واضحة للآخرين			
8	صحتي العامة جيدة			
9	أحدد أولوياتي وفقاً لأهدافي			
10	أخطط للوصول لغايتي			
11	وضعي الاقتصادي أفضل من الآخرين			
12	أشارك الآخرين في حل مشاكلهم			
13	اهتم بالوالدي أو من يقوم مقامهما			
14	يسود روح المرح وسط أسرتي			
15	أشعر بقيمتي عندما اتعامل مع الآخرين			
16	لدي القدرة للتعامل مع الآخرين بسهولة			
17	أأخذ قراراتي بسهولة			
18	أشعر بالخوف عندما تحدث لي مشكلات اقتصادية			
19	ألتزم بأداء عبادتي بصورة جيدة			
20	اقوم بمساعدة زملائي مادياً			
21	أشعر بالألم في مختلف أعضاء جسدي			
22	مصروفي اليومي يزيد عن حاجتي			
23	أهتم بالمشاركة في المناسبات العامة			
24	أشعر بالسعادة مع الآخرين			
25	أعاني من الإصابة بأمراض مختلفة في جسدي			
26	أجتهد لأحقق أهدافي المستقبلية			
27	أعتمد على الآخرين في حل مشكلاتي			
28	أغضب عندما تنتهك كرامة الآخرين			
29	أرغب بالمشاركة في الأعمال الخيرية			
30	معتقداتي الدينية تلعب دوراً في حل مشكلاتي			
31	أحترم والدي أو من يقوم مقامهما			
32	أبكي بشدة عند موت أحد الأعمام			
33	أحس بأهمية دوري بين رفاقي			
34	إنني شخص مسرف للمال			
35	ينتابني الإحساس بالذنب عندما أخطئ			
36	أبادر في صنع برامج تطوعيه			
37	أستمع بمداعبة الأطفال			
38	أضبط انفعالاتي في المواقف المختلفة			
39	لا أهتم بالمسائل المالية			
40	أحرص على التواصل الاجتماعي مع الآخرين			

الملحق رقم (2): مقياس الذكاء الوجداني بصورته النهائي

الرقم	العبارة	دائماً	أحياناً	أبدأ
1	نومي غير منظم			
2	أشارك في المناسبات الاجتماعية			
3	أحدد اهدافي مسبقاً			
4	طموحاتي أكبر من وضعي المادي			
5	اتعامل بأمانة في واجباتي			
6	أصدقائي يشاركونني في المناسبات الاجتماعية			
7	أطرح رأيي بصورة واضحة للآخرين			
8	صحتي العامة جيدة			
9	أحدد اولوياتي وفقاً لأهدافي			
10	أخطط للوصول لغايتي			
11	وضعي الاقتصادي أفضل من الآخرين			
12	أشارك الآخرين في حل مشاكلهم			
13	يسود روح المرح وسط أسرتي			
14	أشعر بقيمتي عندما اتعامل مع الآخرين			
15	لدي القدرة للتعامل مع الآخرين بسهولة			
16	أشعر بالخوف عندما تحدث لي مشكلات اقتصادية			
17	ألتزم بأداء عبادتي بصورة جيدة			
18	اقوم بمساعدة زملائي مادياً			
19	أشعر بالألم في مختلف اعضاء جسمي			
20	مصروفي اليومي يزيد عن حاجتي			
21	أهتم بالمشاركة في المناسبات العامة			
22	أشعر بالسعادة مع الآخرين			
23	أعاني من الإصابة بأمراض مختلفة في جسدي			
24	أجتهد لأحقق اهدافي المستقبلية			
25	أعتمد على الآخرين في حل مشكلاتي			
26	أغضب عندما تنتهك كرامة الآخرين			
27	أرغب بالمشاركة في الأعمال الخيرية			
28	معتقداتي الدينية تلعب دوراً في حل مشكلاتي			
29	أحترم والدي أو من يقوم مقامهما			
30	أبكي بشدة عند موت أحد الاعزاء			
31	أحس بأهمية دوري بين رفاقي			
32	إنني شخص مسرف للمال			
33	ينتابني الإحساس بالذنب عندما أخطئ			
34	أبادر في صنع برامج تطوعيه			
35	أستمتع بمداعبة الأطفال			
36	أضبط انفعالاتي في المواقف المختلفة			
37	لا اهتم بالمسائل المالية			
38	أحرص على التواصل الاجتماعي مع الآخرين			

الملحق رقم (3): مقياس الرضا عن الحياة قبل التعديل

الرقم	العبارة	تطبق تماماً	تطبق	بين بين	لا تنطبق	لا تنطبق أبداً
1	أنا أسعد حالاً من الآخرين.					
2	أنا راض عن نفسي.					
3	ظروف حياتي ممتازة.					
4	في معظم الأحوال تقترب حياتي من المثالية.					
5	أنا راض عن كل شيء في حياتي.					
6	أشعر بالثقة تجاه سلوكي الاجتماعي.					
7	أشعر بالأمن والطمأنينة.					
8	أتمتع بحياة سعيدة.					
9	أشعر أن حياتي الآن أفضل من أي وقت مضى.					
10	حصلت حتى الآن أشياء مهمة في حياتي.					
11	أشعر أنني موفق في حياتي.					
12	أشعر بالبهجة المزوجة بالتفاؤل تجاه المستقبل.					
13	أنا راض لما وصلت إليه.					
14	أميل إلى الضحك وتبادل الدعابة.					
15	أشعر بالرضا والارتياح عن ظروف حياتي.					
16	أقبل الآخرين وأتعاش معهم كما هم.					
17	أعيش في مستوى حياة / معيشة أفضل مما كنت أتمناه أو أتوقعه.					
18	أشعر بالسعادة لوجود علاقات طيبة تربطني بالآخرين.					
19	أشعر أن حياتي مشرقة وملينة بالأمل.					
20	أقبل نقد الآخرين.					
21	يثق الآخرون في قدراتي.					
22	يتسم سلوكي مع الآخرين بالتسامح.					
23	أنام نوماً هادئاً مسترخياً.					
24	ينظر الآخرون إلي باحترام.					
25	لا أعاني من مشاعر اليأس أو خيبة الأمل.					
26	لدي القدرة على اتخاذ القرار وتحمل نتائجه.					
27	علاقتي الاجتماعية بالآخرين ناجحة.					
28	روحي المعنوية مرتفعة.					
29	لو قدر لي أن أعيش من جديد فلن أغير شيئاً من حياتي.					

الملحق رقم (4): مقياس الرضا عن الحياة بصورته النهائية

الرقم	العبارة	تنطبق تماماً	تنطبق	بين بين	لا تنطبق	لا تنطبق أبداً
1	أنا راض عن نفسي.					
2	ظروف حياتي ممتازة.					
3	في معظم الأحوال تقترب حياتي من المثالية.					
4	أنا راض عن كل شيء في حياتي.					
5	أشعر بالثقة تجاه سلوكي الاجتماعي.					
6	أشعر بالأمن والطمأنينة.					
7	أتمتع بحياة سعيدة.					
8	أشعر أن حياتي الآن أفضل من أي وقت مضى.					
9	حصلت حتى الآن أشياء مهمة في حياتي.					
10	أشعر أنني موفق في حياتي.					
11	أشعر بالبهجة الممزوجة بالتفاؤل تجاه المستقبل.					
12	أنا راض لما وصلت إليه.					
13	أميل إلى الضحك وتبادل الدعابة.					
14	أشعر بالرضا والارتياح عن ظروف حياتي.					
15	أقبل الآخرين وأتعاش معهم كما هم.					
16	أعيش في مستوى حياة / معيشة أفضل مما كنت أتمناه أو أتوقعه.					
17	أشعر أن حياتي مشرقة ومليئة بالأمل.					
18	أقبل نقد الآخرين.					
19	يثق الآخرون في قدراتي.					
20	يتسم سلوكي مع الآخرين بالتسامح.					
21	أنام نوماً هادئاً مسترخياً.					
22	ينظر الآخرون إلي باحترام.					
23	لا أعاني من مشاعر اليأس أو خيبة الأمل.					
24	لدي القدرة على اتخاذ القرار وتحمل نتائجه.					
25	علاقتي الاجتماعية بالآخرين ناجحة.					
26	روحي المعنوية مرتفعة.					
27	لو قدر لي أن أعيش من جديد فلن أغير شيئاً من حياتي.					

الملحق رقم (5): أسماء السادة المحكمين لأدوات البحث

الرقم	اسم المحكم	التخصص	درجته العلمية
1	بسماء آدم	علم النفس العام	أستاذ مساعد
2	سناء مسعود	علم نفس النمو	مدرس
3	مازن ملحم	علم نفس الشخصية	مدرس
4	نهى عطايا	علم نفس صناعي	مدرس
5	نيرمين غريب	إرشاد أسري	مدرس
6	فداء ياسين	علم نفس تجريبي	مدرس