

القدرة التنبؤية للذكاء الوجداني بالرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض في ضوء بعض المتغيرات

أ. وفاء محمد الناصر

باحثة ماجستير بقسم التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة الملك فيصل، المملكة العربية
السعودية، البريد الإلكتروني: me.my3572@gmail.com

د. عبد العزيز بن محمد السماعيل

أستاذ علم النفس المساعد بقسم التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة الملك فيصل، المملكة
العربية السعودية، البريد الإلكتروني: amaalismail@kfu.edu.sa

أ. ضحى محسن العرجاني

باحثة ماجستير بقسم التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة الملك فيصل، المملكة العربية
السعودية، البريد الإلكتروني: D.m.alarjani@hotmail.com

أ. سارة جاسر العتيبي

باحثة ماجستير بقسم التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة الملك فيصل، المملكة العربية
السعودية، البريد الإلكتروني: saraotb1001@gmail.com

المستخلص

هدف البحث الحالي إلى تحديد طبيعة العلاقة الارتباطية بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض السعودية، والتعرف على إمكانية التنبؤ بالرفاهية النفسية من خلال الذكاء الوجداني، وتحديد دلالة الفروق في مستوى الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى وفقاً للمستوى الدراسي. استخدم الباحثين المنهج الوصفي من النوع الارتباطي التنبؤي، وتكونت عينة البحث من (135) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض بالمملكة العربية السعودية. طبقت على العينة مقياس الرفاهية النفسية الذي أعده ريف وكوري (Ryff & Keyes, 1995)، ومقياس الذكاء الوجداني الذي أعده بحاج وحفصي (2023). أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض ($r = 0.790$)، وأن أبعاد الذكاء الوجداني الخمسة استطاعت التنبؤ بما نسبته (64.1%) من التباين في الرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض السعودية، كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الذكاء الوجداني لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض وفقاً لاختلاف المستوى الدراسي لصالح طالبات الصف الثالث الثانوي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض وفقاً لاختلاف المستوى الدراسي. بناء على النتائج أوصى الباحثين بضرورة إدراج برامج

تدريبية لتنمية الذكاء الوجداني، خاصة المهارات الاجتماعية، ضمن المناهج والأنشطة المدرسية، لما لها من أثر مباشر في تعزيز الرفاهية النفسية لدى الطالبات.
الكلمات المفتاحية: الذكاء الوجداني، الرفاهية النفسية، المرحلة الثانوية.

Abstract

The current study aimed to determine the nature of the correlation between emotional intelligence and psychological well-being among female secondary school students in Haradh, Saudi Arabia. It also aimed to identify the possibility of predicting psychological well-being through emotional intelligence, and to determine the significance of differences in emotional intelligence and psychological well-being according to academic level. The study used a descriptive correlational predictive approach. The study sample consisted of (135) female secondary school students from Haradh, Saudi Arabia. The psychological well-being scale developed by Ryff and Keyes (1995) and the emotional intelligence scale developed by Bahaj and Hafsi (2023) were administered to them. The results showed a statistically significant positive correlation between emotional intelligence and psychological well-being among female secondary school students in Haradh ($r = 0.790$), and that the five dimensions of emotional intelligence were able to predict 64.1% of the variance in psychological well-being among female secondary school students in Haradh, Saudi Arabia. There were also statistically significant differences ($\alpha \leq 0.05$) in the level of emotional intelligence among female secondary school students in Haradh according to the educational level in favor of third-year secondary school students, and no statistically significant differences ($\alpha \leq 0.05$) in the level of psychological well-being among female secondary school students in Haradh according to the educational level. Based on the results, the study recommended the inclusion of training programs to develop emotional intelligence, especially social skills, within school curricula and activities, due to their direct impact on enhancing psychological well-being among female students.

Keywords: emotional intelligence, psychological well-being, secondary school.

مقدمة:

تُعتبر مرحلة المراهقة من الفترات الحاسمة في حياة الفرد، خصوصًا لدى طلاب المرحلة الثانوية. فهي تمثل مرحلة انتقالية مهمة قد تواجههم خلالها تحديات وأزمات طبيعية. لتحقيق النجاح في هذه الفترة، من الضروري أن يتمتع الطلاب بصحة عقلية متوازنة، ويمكن تحقيق ذلك من خلال السعي نحو الأهداف والعمل على تحقيقها، مما يساهم في تعزيز شعورهم بالرضا عن أنفسهم وعن حياتهم.

ويشكل طلاب المرحلة الثانوية فئة واسعة من المجتمع، فهم المورد البشرية المستقبلية المساهمة لتطوير المجتمع، ولهذا المرحلة دور كبير في تكوين شخصية الفرد، إذ تشهد تغييرات مهمة في النضج، مما يجعلهم في حاجة إلى تكوين علاقات وصدقات مع الآخرين وتعزيز مهارات التواصل معهم وكل هذه تساهم في تكوين صحة نفسية جيدة (خلف والعتابي، ٢٠٢٣). ويطمح الطلاب في هذه المرحلة إلى تحديد أهدافهم المستقبلية وشكل حياتهم القادمة، وللتفوق في اجتيازها بنجاح، عليهم الاجتهاد والمثابرة في مواجهة المتطلبات الدراسية والاجتماعية. إلا أن هذه المرحلة لا تخلو من تعرض الطلاب لضغوط وإحباطات نتيجة للمتطلبات المختلفة التي تفرضها هذه الفترة العمرية والدراسية، مما يؤثر سلبيًا على صحتهم النفسية، ويمكن للطلاب التغلب على الضغوط التي تواجههم من خلال تعزيز رفايتهم النفسية، مما يعود عليهم بفوائد إيجابية (العطيوي والقضاة، ٢٠٢٣).

إن الدراسات النفسية والتربوية قد وجهت اهتمامًا خاصًا لموضوع الرفاهية النفسية باعتبارها الهدف الأسمى الذي يسعى الإنسان لتحقيقه، فهي المفتاح للكثير من الحالات الإيجابية مثل التكيف والنجاح، وغيرها. كما أن الرفاهية النفسية تُعد المفهوم المحوري والرئيسي في علم النفس الإيجابي. فالحالة الوجدانية الإيجابية التي يشعر بها الفرد نتيجة لتحقيقه المصادر الشخصية، مثل الصحة، تحقيق الأهداف الرغوبة، والثقة بالنفس، والنجاح الدراسي تسمى بالرفاهية النفسية (أبو وردة، ٢٠٢٠).

كما ذكر دياب (٢٠١٣) أن شعور الرفاهية النفسية وطريقة التعبير عنها يختلفان من شخص لآخر ومن ثقافة لأخرى. فهي تعد من التغيرات الأساسية في الشخصية، حيث تمثل نمطًا سلوكيًا مميزًا، وتُعتبر من المتغيرات التي تميز كل فرد عن غيره، وتتكون من تنظيم فريد لمجموعة من الوظائف والسمات والأجهزة التي تتفاعل معًا.

وتعد الرفاهية النفسية عاملاً أساسيًا في إبراز الجوانب الإيجابية من شخصية الفرد، وهي كذلك نزعة فطرية تشبه ميل الإنسان الفطري للتواصل مع الآخرين (إبراهيم، ٢٠٢٣). كما تُعتبر الرفاهية النفسية عنصرًا أساسيًا في جودة حياة الفرد، حيث تؤثر بشكل مباشر على صحته العقلية والعاطفية، وتساهم الرفاهية النفسية في تعزيز القدرة على التعامل مع الضغوط اليومية والتحديات، مما يساعد على تحسين الأداء الأكاديمي والمهني (Chen et al.,)

2025). بالإضافة إلى ذلك، تعزز الرفاهية النفسية العلاقات الاجتماعية الصحية، حيث يشعر الطلبة بالسعادة والامتنان، مما يساهم في بناء بيئة إيجابية من حولهم، ومن خلال تعزيز الرفاهية النفسية، يمكن للطلبة تحقيق توازن أفضل في حياتهم، مما يؤدي إلى تحقيق أهدافهم والشعور بالرضا الشخصي (Wang & Yao, 2025).

كما أن تعزيز الرفاهية النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية يمنحهم الشعور بالراحة والرضا الذاتي ويقوي قدرتهم على مواجهة تحديات الحياة الدراسية والاجتماعية بثقة وتفاؤل، ويسهم في بناء علاقات إيجابية واستقلالية وتوازن نفسي ينفرد بهذه المرحلة العمرية الحساسة، ويحقق لهم النمو الشخصي والنجاح الأكاديمي المستدام (حذبي والعنصري، 2024).

كما تتبع أهمية الرفاهية النفسية بارتباطها بالعديد من المتغيرات النفسية الإيجابية كالنفاؤل وتقدير الذات (Pacifico et al., 2025). والسعادة والرضا عن الحياة (Mostafa et al., 2025). والتعاطف والذكاء الوجداني (السلويم، ٢٠١٩).

حيث ترتبط الرفاهية النفسية بالذكاء الوجداني ارتباطاً وثيقاً، فقد أثبتت الدراسات مثل دراسة عبد الرحيم ومحمد (2024) أن قدرة الفرد على فهم مشاعره وإدارتها بذكاء يعزز من شعوره بالرضا والأمان النفسي، ويزيد من مرونته في مواجهة ضغوط الحياة. فالذكاء الوجداني، بما يشمله من وعي ذاتي وإدارة للمشاعر وتحفيز وتنظيم للعلاقات الاجتماعية، يمنح الفرد مهارات فعالة تساعد في تخفيف التوتر والتعامل الإيجابي مع التحديات اليومية (Öztürk, 2025). والأشخاص ذوي الذكاء الوجداني العالي لديهم مستويات أعلى في مؤشرات الرفاهية النفسية، مما يجعلهم أكثر قدرة على الحفاظ على الصحة النفسية والشعور بالسعادة، كما يمكن للذكاء الوجداني أن يساهم في التنبؤ بجوانب متعددة من الرفاهية النفسية مثل النفاؤل والتحقق الذاتي والرضا عن الحياة (العبيدي، 2020).

ويُعد الذكاء الوجداني من أبرز الاتجاهات في علم النفس الإيجابي، ويعد من أكثر المواضيع بحثاً بسبب كونه بنية نفسية تساهم في تفسير العديد من جوانب السلوك (Da Silva, 2025). كما يُعتبر من أهم أنواع الذكاءات، خاصة في الآونة الأخيرة، حيث تتعدد مسمياته بين الذكاء الوجداني، الذكاء الانفعالي، الذكاء الوجداني (العتيبي، ٢٠١٩).

وينتصف أصحاب الذكاء الوجداني المرتفع بالوعي الذاتي، والتحكم في الاندفاعات، والمثابرة، والحماس، والدافعية الذاتية، والمشاركة العاطفية، والمهارات الاجتماعية، والقدرة على مواجهة الضغوط وحل المشكلات (شند وعبد السميع، ٢٠٢١). وتتمتع هذه الفئة بقدرة استثنائية على فهم مشاعرهم ومشاعر الآخرين، مما يسهل عليهم التواصل وبناء علاقات صحية، ويتميزون بالقدرة على التعاطف، مما يجعلهم أكثر حساسية للاحتياجات العاطفية للأشخاص من حولهم (Rosadi et al., 2024). كما أنهم يمتلكون مهارات قوية في إدارة عواطفهم، مما يساعدهم على التعامل مع الضغوط والتحديات بشكل أكثر فعالية، هؤلاء الأفراد غالباً ما

يكونون قادة، حيث يمكنهم تحفيز الآخرين وإلهامهم لتحقيق الأهداف المشتركة (Shengyao et al., 2024).

ومن ناحية أخرى ذكر العتيبي (٢٠٢٢) أن الذكاء الوجداني يلعب دورًا حيويًا في تشكيل العلاقات الإنسانية وتوجيه السلوك الاجتماعي. فالأفراد الذين يمتلكون القدرة على فهم مشاعر الآخرين والتفاعل معهم بمرونة ومهارة يتحلون بقدرة أكبر على بناء علاقات اجتماعية ناجحة. كما يُعتبر الذكاء الوجداني عنصرًا أساسيًا في نجاح الفرد في حياته الاجتماعية والمهنية، حيث لا يقتصر النجاح على القدرات الذهنية فحسب، بل يمتد ليشمل الإمكانيات والمهارات العاطفية والاجتماعية، فالقدرة على إدراك المشاعر والتعامل معها بفعالية تُعد صفة الذكاء الوجداني، ودور الذكاء الوجداني مهم في توافق الفرد وزيادة مقدرته على مواجهة الضغوط، وبالتالي تجعل الفرد متوافق وراضي عن ذاته، كما أن قدرة الفرد على التوافق ومواجهة الحياة تعتمد على التوظيف المتكامل لقدراته العقلية والانفعالية (الشمري، ٢٠٢٣).

وبين مصطفى (٢٠١٩) أن الذكاء الوجداني يعتبر عنصرًا حيويًا لنجاح الطلبة في دراستهم وحياتهم الشخصية، فهو يساعدهم على فهم وإدارة مشاعرهم، مما يعزز قدرتهم على التركيز والتحصيل الأكاديمي، وبفضل مهارات الذكاء الوجداني، يمكن للطلبة تحسين تفاعلهم مع زملائهم ومعلميهم، مما يساهم في بناء علاقات إيجابية تدعم بيئة تعليمية صحية. كما أكد (Wang & Pan, 2025) أن الذكاء الوجداني يعزز من قدرة الطلبة على التعامل مع الضغوط والتحديات، مما يقلل من مستويات القلق والتوتر، فمن خلال تطوير الذكاء الوجداني، يصبح الطلبة أكثر قدرة على التكيف مع التغيرات والتحديات، مما يساهم في تحقيق أهدافهم الأكاديمية والشخصية.

علاوة على ذلك، يساعد الذكاء الوجداني الطلاب على إدارة الضغوط والتوترات بشكل أكثر فعالية، مما يقلل من معدلات القلق والاكتئاب، فمن خلال تطوير مهارات مثل التعاطف وإدارة العواطف، يتمكن الطلبة من تحسين مستوى رفاهيتهم النفسية، مما ينعكس إيجابًا على أدائهم الأكاديمي ورضاهم عن الحياة، بالتالي، فإن تعزيز الذكاء الوجداني لدى الطلبة يعد خطوة هامة نحو تحقيق رفاهية نفسية متكاملة (Larguinho et al., 2025).

فالعلاقة بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى الطلبة تتسم بأهمية كبيرة، حيث يساهم الذكاء الوجداني في تعزيز الصحة النفسية بشكل ملحوظ، والطلاب الذين يمتلكون ذكاءً وجدانيًا مرتفعًا يكونون أفضل قدرة على فهم مشاعرهم واستيعاب مشاعر الآخرين، مما يساعدهم على بناء علاقات اجتماعية قوية، وهذه العلاقات تعزز من الدعم الاجتماعي، مما يساهم في زيادة رفاهيتهم النفسية (Urbón et al., 2025).

وعلى الرغم من تعدد البحوث التي أظهرت وجود رابطة بين متغير الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية أو أحد مكوناتها، إلا أن هذه البحوث لم تتناول متغيري البحث لدى طالبات

المرحلة الثانوية في نموذج واحد، خاصةً في البيئة السعودية، كما أنه لا يوجد بحث تطبيقي، في حدود علم الباحثين، تناول متغيرات البحث في محافظة حرض، وهو ما سوف يتم تناوله في البحث الحالي.

مشكلة البحث:

إن واقع الحياة في الوقت الراهن يستدعي التركيز على المفاهيم النفسية الإيجابية، والتي تمثل القدرات الأساسية التي يجب أن يتمتع بها الأفراد لتحقيق التكيف مع التحديات، فالأشخاص الذين يمتلكون مجموعة من الركائز والقدرات النفسية والاجتماعية يتمكنون من التعامل مع العقبات والمشكلات بفعالية (الاحمدي، ٢٠٣٠).

لذلك جاءت فكرت البحث الحالي بإجراء بحث يتناول متغيرات إيجابية مثل الذكاء الوجداني الرفاهية النفسية، حيث بدأت مشكلة البحث تتمحور في ذهن الباحثين خلال تعاملهم مع طالبات وما يتميزن به من العوامل الشخصية مثل إدراك الفروق في الأداء والتحصيل الدراسي، والقلق من الامتحانات والمستقبل الأكاديمي، ورغبة الطالبة في تحقيق التفوق والانتماء الجماعي، حيث تلعب البيئة المدرسية والأسرة والمجتمع المحيط دوراً أساسياً في ذلك، كتوتر العلاقات، وضغط الأسرة، وطبيعة المناهج ومدى ارتباطها باهتمامات وحاجات الطالبات، وتأتي وسائل الإعلام وظروف الأقران كتأثيرات إضافية تقاوم أو تثير مشكلات نفسية وسلوكية يشعرن بها في هذه المرحلة الحساسة.

من هنا تتمحور مشكلة البحث حول استكشاف العلاقة بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض في السعودية، حيث يعتبر الذكاء الوجداني من العوامل المؤثرة في تحسين الصحة النفسية، لكن لا تزال هناك فجوة في الفهم الدقيق لكيفية تأثيره على مستويات الرفاهية النفسية لدى الطالبات في هذه المرحلة العمرية، وبالتالي يمكن صياغة مشكلة البحث الحالي في التساؤل الرئيسي التالي: ما القدرة التنبؤية للذكاء الوجداني بالرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض السعودية؟

أسئلة البحث:

يحاول البحث الحالي الإجابة عن الأسئلة التالية:

1. ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض السعودية؟
2. هل يمكن التنبؤ بالرفاهية النفسية من خلال الذكاء الوجداني لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض السعودية؟
3. هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الذكاء الوجداني لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض وفقاً لاختلاف المستوى الدراسي؟

4. هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض وفقاً لاختلاف المستوى الدراسي؟

أهداف البحث:

1. يحاول البحث الحالي تحقيق الأهداف التالية:
1. تحديد طبيعة العلاقة الارتباطية بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض السعودية.
2. التعرف على إمكانية التنبؤ بالرفاهية النفسية من خلال الذكاء الوجداني لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض السعودية.
3. تحديد دلالة الفروق في مستوى الذكاء الوجداني لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض وفقاً للمستوى الدراسي.
4. تحديد دلالة الفروق في مستوى الرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض وفقاً للمستوى الدراسي.

أهمية البحث:

أولاً: الأهمية النظرية:

1. يعمل البحث على تقديم إطار نظري عن الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية من حيث المفهوم والمظاهر التي يمكن أن يحتويها كلا هذين المفهومين، فضلاً عن بيان أهم النواتج التي تسهم في نجاح تفاعل هذه الفئة من المجتمع، وهن طالبات المرحلة الثانوية، مع ذواتهن ومع الآخرين.
2. يساهم البحث في توفير معلومات عن الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية، التي تساعد في رفع الجوانب النفسية والاجتماعية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض، مما قد يكون له تأثير إيجابي في نموهن الشخصي والأكاديمي على مستوى المرحلة الثانوية.
3. يساهم البحث في إثراء المكتبة الأكاديمية، ومساعدة المرشدين الأكاديميين والأخصائيين النفسيين في إقامة الدورات والورش العمل التي من المتوقع أن تعمل على زيادة مستوى الوعي بمتغيرات الدراسات الحالية، وكيف يتم تبنيها كمنهج وأسلوب حياة في المنهاج الأكاديمية والإرشادية لطالبات المرحلة الثانوية.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

1. من المتوقع أن يساهم هذا البحث من خلال نتائجه في إعادة النظر في التوجيهات والاجراءات المتبعة في التعامل مع طالبات المرحلة الثانوية، وذلك من أجل

مساعدتهن على تحقيق أفضل نظم التوافق مع الحياة الدراسية، وبالتالي المساهمة في تحقيق أفضل مستوى من الصحة النفسية لديهن.

2. من المتوقع أن تساعد نتائج البحث الحالي المعنيين في تصميم البرامج والخطط الإرشادية التي تعمل على تحسين مستوى كل من الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض، مما سوف يكون له الأثر الفاعل في تحقيق أفضل نواتج العملية التعليمية والتربوية.

حدود البحث:

تمثل حدود البحث الحالي فيما يلي:

1. الحدود الموضوعية: اقتصر البحث الحالي على معرفة القدرة التنبؤية للذكاء الوجداني بالرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض.
2. الحدود الزمانية: تم تطبيق البحث خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ١٤٤٦هـ.

3. الحدود المكانية: تم تطبيق البحث الحالي في مدارس الإناث الثانوية في مدينة حرض السعودية.

مصطلحات البحث:

أولاً: الرفاهية النفسية:

الرفاهية النفسية Psychological Well-Being مصطلح يشير إلى تقييم الفرد الإيجابي لحياته من خلال عدة أبعاد تشمل القبول الذاتي، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، الاستقلالية، إتقان البيئة، وجود هدف في الحياة، والنمو الشخصي (Ryff, 1989). وذكر عبدالعال ومظلوم (2013) أن الشعور بالرفاهية النفسية هو السعادة والمرح والبهجة التي يشعر بها الفرد والتي من شأنها أن تجعله أكثر إقبالا على الحياة وتمسكاً بها. ويعرف مصطلح الرفاهية النفسية إجرائياً في البحث الحالي بالدرجة التي تحصله عليها طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض على مقياس الرفاهية النفسية المعتمد في البحث الحالي ولذي أعده ريف وكوري (Ryff & Keyes, 1995).

ثانياً: الذكاء الوجداني:

يعرف (Salovey & Mayer, 1990) الذكاء الوجداني 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.

كما يعرف بارون (Bar-On, 2006) الذكاء الوجداني بأنه مجموعة من القدرات والمهارات العاطفية الذاتية والاجتماعية والتي تؤثر في القدرات الكلية للطالب ليتكيف مع المواقف والظروف البيئية المحيطة.

ويعرف الذكاء الوجداني إجرائياً في البحث الحالي بالدرجة التي تحصله عليها طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض على مقياس الذكاء الوجداني المعتمد في البحث الحالي ولذي أعده بحاج وحفصي (2023).

الإطار النظري

يتضمن الإطار النظري محورين: يتناول المحور الأول: الرفاهية النفسية، في حين يتناول المحور الثاني الذكاء الوجداني.

المحور الأول: الرفاهية النفسية

تعتبر الرفاهية النفسية من المفاهيم الأساسية التي تعكس مدى جودة الحياة النفسية للفرد، حيث تتعلق بالشعور بالسعادة والرضا عن الذات والقدرة على التعامل مع التحديات اليومية، وتسهم الرفاهية النفسية في تعزيز الصحة العقلية والجسدية، كما تلعب دوراً حيوياً في تعزيز العلاقات الاجتماعية والقدرة على تحقيق الأهداف الشخصية.

تعريف الرفاهية النفسية:

قدم الباحثون العديد من التعريفات لمصطلح الرفاهية النفسية - Psychological Well-Being، ومن أشهر هذه التعريفات تعريف رايف (Ryff, 1989) الذي يرى أن هذا المصطلح يشير إلى تقييم الفرد الإيجابي لحياته من خلال عدة أبعاد تشمل القبول الذاتي، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، الاستقلالية، إتقان البيئة، وجود هدف في الحياة، والنمو الشخصي.

وتعرّف الرفاهية النفسية سيرديوك (Serdiuk, 2022) بأنها مؤشر متكامل لمدى تركيز الشخص على تحقيق المكونات الرئيسية للأداء الإيجابي، وكذلك درجة التنفيذ الفعلي لهذه النقاط التوجيهية، والتي يتم التعبير عنها ذاتياً في مشاعر السعادة والرضا عن الذات والحياة.

أما سيماتوبانج ونوجراها (Simatupang & Nugraha, 2025) فعرّفا الرفاهية النفسية بأنها حالة يجد فيها الأفراد معنىً وهدفاً في الحياة، ويديرون تحدياتهم اليومية بفعالية.

يتضح من خلال التعريفات السابقة أن هذه التعريفات المتعددة لمصطلح الرفاهية النفسية تقدم رؤى متنوعة تشمل أبعاداً مختلفة، حيث يعكس تعريف رايف (1989) أهمية القبول الذاتي والعلاقات الإيجابية، بينما يبرز سيرديوك (2022) أهمية التجربة الذاتية للشعور بالرضا، في حين يشير سيماتوبانج ونوجراها (2025) إلى ضرورة وجود معنى وهدف في الحياة، مما يعكس الطبيعة المعقدة للرفاهية النفسية.

نماذج الرفاهية النفسية:

قدم الباحثون العديد من النماذج للرفاهية النفسية، وهي تختلف في تناولها لهذا المفهوم، فبعضها يركز على الجوانب العاطفية مثل المشاعر الإيجابية، بينما يركز آخرون على الجوانب الوظيفية مثل تحقيق الذات والنمو الشخصي، وسيتم تالياً الحديث عن أهم هذه النماذج: أولاً: نموذج "كارول ريف (Ryff, 1989) للرفاهية النفسية

يقدم نموذج "كارول ريف (Ryff) للرفاهية النفسية إطاراً شاملاً لفهم الصحة النفسية الإيجابية، حيث يتجاوز المفهوم التقليدي للسعادة ليركز على النمو الشخصي وتحقيق الذات. يعتمد هذا النموذج على ستة أبعاد متكاملة تشمل الجوانب العاطفية والاجتماعية والوجودية، والتي تشكل معاً رؤية متكاملة للرفاهية النفسية ويتضمن هذا النموذج الأبعاد الآتية للرفاهية النفسية (الرقب، 2025؛ Ryff, 1989):

1. تقبل الذات: القدرة على تقييم التجارب السلبية والإيجابية بشكل متوازن، مع تطوير أفكار إيجابية عن النفس. يعني قبول الشخص لنقاط قوته وضعفه دون حكم قاسٍ.
2. النمو الشخصي: الانفتاح على تجارب الحياة الجديدة، مع إدراك التطور الذاتي المستمر. يشمل الشعور بالتقدم والنضج عبر التحديات المختلفة.
3. التمكن البيئي: القدرة على اختيار البيئات المناسبة لقيم الفرد، والتفاعل بفعالية مع محيطه. يعني التحكم في الظروف الخارجية لتحقيق الأهداف الشخصية.
4. الاستقلالية: اتخاذ القرارات بحرية مع الحفاظ على ضبط النفس الداخلي. يعكس الاعتماد على الذات في تحديد المسار دون ضغوط خارجية مفرطة.
5. العلاقات الإيجابية: بناء روابط قائمة على الثقة والتعاطف المتبادل. يتطلب القدرة على إقامة علاقات داعمة ومحترمة مع الآخرين.
6. الحياة الهادفة: وجود أهداف واضحة تضيف معنى للحياة، مع ربط الماضي والحاضر بالمستقبل. يعني استخدام الطموحات كدافع للتحسين المستمر.

ثانياً: نموذج (Seligman, 2011) للرفاهية النفسية:

يُعد نموذج الرفاهية النفسية الذي طوره عالم النفس مارتين سليجمان (Seligman, 2011)، ويسمى نموذج بيرما (PERMA Model)، أحد أهم النماذج في علم النفس الإيجابي، حيث يقدم إطاراً متكاملًا لفهم مكونات الرفاهية والسعادة البشرية. يتكون النموذج من خمسة أبعاد أساسية تتفاعل معاً لتحقيق حياة مُرضية ومليئة بالمعنى (Seligman, 2011):

1. المشاعر الإيجابية (Positive Emotion): يشمل هذا البعد تجربة المشاعر الإيجابية مثل الفرح، الامتنان، والرضا، والتي تعزز جودة الحياة النفسية. تعمل هذه المشاعر كحاجز ضد التوتر وتزيد من المرونة النفسية في مواجهة التحديات.

2. الاندماج/المشاركة (Engagement): يركز على حالة الانغماس الكامل في الأنشطة التي تتحدى مهارات الفرد وتثير اهتمامه. هذا الانخراط العميق، المعروف أيضاً بحالة "التدفق"، يعزز الشعور بالإنجاز والرضا الذاتي.
3. العلاقات الإيجابية (Relationships): يؤكد هذا البعد على أهمية الروابط الاجتماعية الداعمة والمحبة في تحقيق الرفاهية النفسية. العلاقات الصحية توفر الشعور بالانتماء والدعم العاطفي، وهي أساسية للتطور الشخصي.
4. المعنى والهدف (Meaning): يتعلق بإيجاد غاية أعمق في الحياة تتجاوز الذات الفردية. عندما يشعر الفرد بأن حياته لها معنى وقيمة، تتعزز قدرته على مواجهة الصعوبات وتحقيق الرضا الوجودي.
5. الإنجاز (Accomplishment): يشير إلى السعي لتحقيق الأهداف وإكمال المهام بنجاح، مما يعزز الشعور بالفعالية الذاتية. هذا البعد يغذي الدافع الشخصي ويساهم في بناء الثقة بالنفس والإحساس بالإنجاز.

ثالثاً: نموذج تشيكسينتميهالي (Csikszentmihalyi, 2014) للرفاهية النفسية

ركز نموذج تشيكسينتميهالي (Csikszentmihalyi, 2014) عن الرفاهية النفسية على مفهوم "التدفق" أو "التجربة المثلى"، حيث اعتبر أن الرفاهية الحقيقية تتحقق عندما ينغمس الأفراد بشكل كامل في الأنشطة التي يمارسونها، سواء كانت جسدية أو معرفية. وأكد أن التركيز على تنمية نقاط القوة والتجارب الإيجابية، بدلاً من التركيز على السلبيات، هو المفتاح لتحقيق الأداء الأمثل والرضا النفسي. وتضمن نموذجه الأبعاد الآتية (Tse et al., 2021; Csikszentmihalyi, 2014):

1. التدفق النفسي (Flow Experience): يشير إلى حالة الانغماس الكامل في النشاط عندما يسير العمل بشكل مثالي، حيث يختبر الفرد تركيزاً عميقاً وانسجماً بين التحديات المطروحة ومهاراته. يتميز هذا البعد بالانخراط المكثف في الأنشطة الجسدية أو المعرفية مع فقدان الإحساس بالوقت.
2. التغذية بالعواطف الإيجابية: يركز على أهمية تعزيز المشاعر الإيجابية كمدخل لتحقيق الرفاهية، حيث تعمل هذه العواطف كوقود نفسي يُحفز الأفراد على الأداء بأفضل إمكاناتهم. يُعتبر هذا البعد أساسياً لتحقيق حالة "التدفق" التي تُعد ذروة الأداء النفسي.
3. الفهم العميق للأداء الأمثل: يستكشف كيف يظهر الأفراد أفضل إمكاناتهم عندما تسير أمورهم بشكل جيد، مع التركيز على تحليل التجارب الإيجابية بدلاً من التركيز على السلبيات. يتضمن هذا البعد دراسة العوامل التي تُحقق ذروة الأداء الإنساني.

4. المشاركة المكثفة في الأنشطة: يؤكد على أهمية الانخراط الكامل في مختلف جوانب الحياة (العملية والشخصية) كشرط أساسي للرفاهية. يُعتبر هذا البعد جسراً بين القدرات الفردية والفرص البيئية المتاحة.

أهمية الرفاهية النفسية في حياة المراهقين:

للرفاهية النفسية أهمية كبيرة في حياة الفرد في المجالات المتنوعة مثل الأداء الفردي أو مستويات الرضا أو خصائص التفاعلات الشخصية؛ حيث يتفق معظم الباحثين أن الرفاهية النفسية تتضمن أبعاداً ذاتية واجتماعية ونفسية، وسلوكيات متعلقة بالصحة وممارسات تضيف معنى لحياة الفرد، وتسمح له بتحقيق أقصى إمكاناته، وهي علامة على الأداء النفسي الأمثل (الدبابي، وعبد رحمن، 2025).

وتعد الرفاهية النفسية من المتغيرات المهم في حياة الأفراد (Mostafa et al., 2025). وعلى الرغم من ذلك يمكن أن تتأثر رفاهية العديد من الأشخاص في المجتمع بعوامل مختلفة، فالأفراد الذين يتمكنون من التعامل بنجاح مع التحديات والمشكلات يشعرون بالسعادة والرفاهية النفسية، وهذه الرفاهية تأتي من الاستفادة من القدرات التنبؤية التي تساعدهم على مواجهة المشكلات، مما يعزز شعورهم بالراحة والرضا في حياتهم (الشمري، ٢٠٢٣).

ترتبط الرفاهية النفسية بارتفاع مستويات الإبداع وتحسين الوظائف المعرفية، كما تعزز الاهتمام بالشأن الاجتماعي وتقوي المناعة. وتظهر آثارها الإيجابية في زيادة العمر وتحسين الصحة الجسدية والعقلية، مما ينعكس على جودة الحياة بشكل عام، كما تساهم في تعزيز الإنتاجية والتميز المهني، وتعميق العلاقات الاجتماعية، مما يجعلها عاملاً محورياً للنجاح على المستويين الشخصي والمهني (Wang & Yao, 2025).

وتُعد الرفاهية النفسية من الركائز الأساسية في حياة المراهقين، إذ تلعب دوراً محورياً في تعزيز الصحة العامة، التكيف مع الضغوط، والنجاح الأكاديمي والاجتماعي، وتشير منظمة الصحة العالمية إلى أن فترة المراهقة تمثل مرحلة حاسمة لتكوين العادات الاجتماعية والعاطفية التي تدعم الصحة النفسية مدى الحياة، مثل تطوير مهارات التأقلم، التواصل، وإدارة العواطف، إلى جانب أهمية البيئات الداعمة في الأسرة والمدرسة والمجتمع (منظمة الصحة العالمية، 2024).

والمراهقون الذين يتمتعون بمستوى مرتفع من الرفاهية النفسية يكونون أكثر قدرة على تحقيق التفوق الدراسي، بناء علاقات إيجابية، والتكيف مع التحديات اليومية، بينما يرتبط انخفاض الرفاهية النفسية بزيادة معدلات القلق، الاكتئاب، وضعف الأداء الأكاديمي والاجتماعي (عبدالمهدي ولاشين ورياض، 2022).

وتعتبر الرفاهية النفسية لطالبات المرحلة الثانوية عنصراً حيوياً في تعزيز جودة حياتهن، حيث تؤثر بشكل مباشر على أدائهن الأكاديمي وعلاقاتهن الاجتماعية (إبراهيم، ٢٠٢٣).

علاوة على ذلك، تعزز الرفاهية النفسية من قدرة الطالبات على التفكير الإيجابي وتطوير مهارات التكيف، مما يتيح لهن التعامل بشكل أفضل مع المشكلات والمواقف الصعبة، بالتالي، فإن تحسين الرفاهية النفسية لا يسهم فقط في تعزيز الصحة النفسية، بل يساهم أيضًا في خلق بيئة تعليمية أكثر إيجابية، مما ينعكس على النتائج الأكاديمية والسعادة العامة لدى الطالبات (الشراري، 2025).

وقد أكدت العديد من الدراسات أن دعم الرفاهية النفسية في مرحلة المراهقة يساهم في بناء شخصية متزنة، ويقلل من مخاطر السلوكيات السلبية، ويعزز من فرص النجاح والاندماج في المجتمع (حذبي والعنتري، 2024).

وتلعب الرفاهية النفسية أيضًا دورًا وقائيًا ضد المشكلات السلوكية والانفعالية، حيث تساعد المراهقين على تقبل ذواتهم، تنمية نقاط قوتهم، وتبني نظرة تفاؤلية نحو الحياة، مما ينعكس إيجابًا على شعورهم بالرضا والسعادة، ويعزز قدرتهم على مواجهة ضغوط الحياة اليومية (عبدالمهدي ولاشين ورياض، 2022).

علاوة على ذلك، تشير الأبحاث إلى أن الرفاهية النفسية تساهم في الوقاية من المشكلات النفسية مثل القلق والاكتئاب، وتقلل من السلوكيات الخطرة كالتدخين والتعاطي، كما تعزز من الأداء الأكاديمي والاندماج الاجتماعي (Tabur et al., 2022).

يتضح في ضوء ما سبق عرضه من نتائج وتحليلات عن أهمية الرفاهية النفسية، أن الرفاهية النفسية تمثل أحد المرتكزات الأساسية التي ينبغي التركيز عليها في برامج الرعاية والدعم الموجهة للمراهقين، لا سيما في ظل التحديات المتزايدة التي يواجهها الشباب في العصر الحديث، وتؤكد على أهمية تضافر الجهود بين الأسرة والمدرسة والمجتمع لتوفير بيئة آمنة وداعمة تعزز من الصحة النفسية وتدعم بناء الشخصية المتزنة والقادرة على مواجهة الضغوط والتغيرات.

المحور الثاني: الذكاء الوجداني:

تعتبر الذكاء الوجداني أحد المفاهيم الحديثة التي تُبرز أهمية العواطف والمشاعر في حياة الأفراد وعلاقاتهم الاجتماعية، ويرتبط هذا النوع من الذكاء بالقدرة على التعرف على العواطف، وفهمها، وإدارتها، سواء كانت عواطف شخصية أو عواطف الآخرين، كما يساهم الذكاء الوجداني في تحسين مهارات التواصل، وتعزيز العلاقات، وزيادة مستوى الرفاهية النفسية.

تعريف الذكاء الوجداني:

منذ أن ظهر وانتشر مصطلح الذكاء الوجداني بدايات تسعينيات القرن الماضي، ظهرت العديد من التعريفات له، حيث عرف سالوفي وماير (Salovey & Mayer, 1990) الذكاء

الوجداني بأنه قدرة الفرد على إدراك مشاعره الشخصية ومشاعر الآخرين، وتمييزها بدقة، ثم توظيف هذا الإدراك لتوجيه أفكاره وسلوكياته بشكل فعال.

واعتبر بار أون (Bar-On, 1997) الذكاء الوجداني بأنه حزمة متكاملة من المهارات الشخصية والاجتماعية والعاطفية التي تمكن الفرد من فهم ذاته والتعبير عنها، والتوافق مع محيطه، لتحقيق التكيف النفسي والنجاح العملي.

وتطور مفهوم الذكاء الوجداني لدى ماير وسالوفي (Mayer & Salovey, 2007) ليشير إلى مجموعة من المهارات العقلية المرتبطة بمعالجة المعلومات العاطفية، بما في ذلك القدرة على فهم المشاعر وتوظيفها لتعزيز التفكير، وإدارة الانفعالات بشكل بناء.

ويرى جولمان (Goleman, 2014) أن الذكاء الوجداني هو قدرة الفرد على تمييز مشاعره ومشاعر الآخرين، واستخدام هذا الوعي لتحفيز الذات، وضبط العواطف، وبناء علاقات اجتماعية ناجحة.

يتضح من خلال التعريفات المتعددة للذكاء الوجداني تنوع جوانبه وأبعاده المختلفة، مما يعكس عمق هذا المفهوم وأهميته في الحياة اليومية، فقد ركز سالوفي وماير على الذكاء الوجداني كقدرة على إدراك المشاعر الشخصية ومشاعر الآخرين، من جهة أخرى، قدّم بار أون تعريفًا يُسلط الضوء على المهارات الشخصية والاجتماعية التي تساهم في التكيف النفسي والنجاح العملي، أما ورؤية جولمان للذكاء الوجداني كقدرة على تمييز المشاعر واستخدام هذا الوعي لتحفيز الذات وبناء علاقات ناجحة تُعزز من فعالية الذكاء الوجداني في الحياة الاجتماعية. وتُظهر هذه التعريفات مجتمعةً أن الذكاء الوجداني يمثل مجموعة من القدرات والمهارات التي تُعزز من فعالية الأفراد في التفاعل مع أنفسهم ومع الآخرين، مما يجعله عنصرًا أساسيًا في الصحة النفسية والنجاح الشخصي.

نماذج الذكاء الوجداني:

قدم الباحثون العديد من النماذج للذكاء الوجداني لا مجال لذكرها هنا، حيث سيتم الحديث عن أبرز هذه النماذج.

أولاً: نموذج جولمان (Goleman)

يُعد نموذج دانييل جولمان من أشهر وأوسع النماذج انتشارًا في مجال الذكاء الوجداني، حيث وسع مفهوم الذكاء الوجداني ليشمل مجموعة من المهارات والسلوكيات التي تؤثر على النجاح الشخصي والمهني، وركز جولمان على أهمية الوعي الذاتي، التنظيم الذاتي، التحفيز، التعاطف، والمهارات الاجتماعية كعناصر أساسية للذكاء الوجداني، ويبرز هذا النموذج كيف يمكن للذكاء الوجداني أن يتفوق على الذكاء العقلي التقليدي في تحديد نجاح الأفراد في مختلف مجالات الحياة (Goleman, 1995).

ويركز نموذج جولمان (Goleman, 1995) على خمسة أبعاد رئيسية للذكاء الوجداني:

1. الوعي الذاتي (Self-Awareness): يشير إلى معرفة الشخص بمشاعره ونقاط قوته وضعفه.
2. التنظيم الذاتي (Self-Regulation): يرتبط بالتحكم في الدوافع والانفعالات السلبية.
3. التحفيز الذاتي (Self-Motivation): يرتبط بالقدرة على تحفيز الذات لتحقيق الأهداف.
4. التعاطف (Empathy): يشير إلى فهم مشاعر الآخرين والتعاطف معهم.
5. المهارات الاجتماعية (Social Skills): يشير إلى بناء العلاقات والتواصل الفعال مع الآخرين.

ثانياً: نموذج بار-أون المختلط (Bar-On)

قدم روفين بار-أون (Bar-On, 1997) نموذجاً مختلطاً للذكاء الوجداني يجمع بين القدرات العقلية والسمات الشخصية، مع التركيز على كيفية تأثير الذكاء الوجداني في الصحة النفسية والنجاح الاجتماعي والمهني. يشمل هذا النموذج مجموعة واسعة من الأبعاد التي تعكس مهارات الفرد في التعامل مع الذات والآخرين، بالإضافة إلى القدرة على التكيف مع الضغوط والتحديات، ويعتبر نموذج بار-أون من النماذج الشاملة التي تربط الذكاء الوجداني بالرفاهية العامة وجودة الحياة.

يتضمن هذا النموذج خمسة أبعاد رئيسية (Bar-On, 1997):

1. المهارات الشخصية (Intrapersonal Skills): مثل الوعي الذاتي، التأكيد الذاتي، تحقيق الذات، الاستقلالية.
2. المهارات الاجتماعية (Interpersonal Skills): مثل التعاطف، العلاقات الشخصية، المسؤولية الاجتماعية.
3. القدرة على التكيف (Adaptability): مثل حل المشكلات، اختبار الواقع، المرونة.
4. إدارة التوتر (Stress Management): مثل تحمل الضغوط، التحكم في الاندفاعات.
5. المزاج العام (General Mood): مثل التفاؤل والسعادة.

يتضح مما سبق أن النماذج الثلاث للذكاء الوجداني تُظهر تنوعاً في طرق فهم هذا المفهوم وتطبيقاته، حيث يجمع كل نموذج بين رؤى نظرية وأبعاد عملية مختلفة. فعلى الرغم من اختلاف تركيز كل نموذج، بينما يركز نموذج القدرة على المهارات العقلية في معالجة العواطف، ويبرز نموذج جولمان دور المهارات الاجتماعية والتنظيم الذاتي، ويقدم نموذج بار-

أون رؤية شمولية تربط الذكاء الوجداني بالصحة النفسية، في حين ينظر نموذج السمات إلى الذكاء الوجداني كجزء من الشخصية، وجميع هذه النماذج تتفق على أهمية الذكاء الوجداني في تعزيز جودة الحياة الشخصية والمهنية. أهمية الذكاء الوجداني في حياة المراهقين:

تُعدّ العواطف وسيلة تواصل أساسية للمراهقين، حيث يعبرون عن مشاعرهم الداخلية للآخرين من خلال التعبيرات الوجهية والحركات الجسدية المصاحبة لها، وعندما تكون قدراتهم اللغوية ما زالت في طور النمو، تصبح هذه التعبيرات الوجدانية أداة حيوية للتعبير عن أنفسهم، كما تلعب العواطف دوراً مهدئاً للطفل المراهق، حيث تساعد ردود الفعل الجسدية والوجهية المصاحبة للمشاعر في تنظيم حالته النفسية والوجدانية (Wan et al., 2023).

كما أن العواطف السائدة لدى المراهق وطريقة تعبيره عنها، سواء كانت مقبولة أو غير مقبولة اجتماعياً، تشكل الأساس لتقييم الآخرين له وتقييمه لذاته، كما تتأثر صورة المراهق عن دوره في الحياة ومكانته في الجماعة بشكل كبير بنوع الانفعال الذي يسيطر عليه، مثل الخوف أو السعادة أو الخجل، فعلى سبيل المثال، إذا كان يشعر المراهق بالخجل، فإن موقفه الاجتماعي سيكون ضعيفاً، مما يؤثر على تفاعلاته مع الآخرين وثقته بنفسه (الذنبات، 2024).

وقد أكدت دراسة (Mancini et al., 2024) على أن الذكاء الوجداني يُعد عاملاً وقائياً مهماً في حياة المراهقين، حيث يرتبط بمستويات أعلى من الرفاهية النفسية والتكيف الاجتماعي، وبينت الدراسة أن الذكاء الوجداني يظهر كآلية تساعد المراهقين على تنظيم مشاعرهم والتعامل مع الضغوط النفسية والمواقف الاجتماعية المعقدة، مما يقلل من احتمالية ظهور اضطرابات مثل القلق، الاكتئاب، أو اضطرابات الأكل، خاصة في ظل التأثير المتزايد لوسائل التواصل الاجتماعي في هذه الفئة العمرية، كما وضحت الدراسة أن المراهقين ذوي الذكاء الوجداني المرتفع يميلون إلى الاعتماد على استراتيجيات تكيف إيجابية، ويظهرون قدرة أكبر على ضبط مشاعرهم والحفاظ على صورة ذاتية مستقرة، مما يحد من حاجتهم للبحث عن التقدير أو القبول عبر المنصات الرقمية.

وأظهرت نتائج دراسة (Wan et al., 2023) إلى أن الذكاء الوجداني يمثل أحد العوامل الأساسية في حياة المراهقين، حيث يساهم بشكل مباشر في تعزيز قدرتهم على التكيف النفسي والاجتماعي خلال هذه المرحلة الحرجة من النمو، وأن أهمية الذكاء الوجداني تبرز في تمكين المراهقين من فهم مشاعرهم والتعبير عنها بطريقة صحية، بالإضافة إلى تطوير مهاراتهم في التعاطف والانفتاح على الآخرين، وهو ما ينعكس إيجاباً على جودة علاقاتهم الاجتماعية وقدرتهم على إدارة الضغوط اليومية، وبينت الدراسة أن الذكاء الوجداني المرتفع يرتبط بانخفاض مستويات المشكلات السلوكية والانفعالية، ويعزز من المرونة النفسية والقدرة

على اتخاذ قرارات سليمة، كما تؤكد أن تعزيز الذكاء الوجداني لدى المراهقين، خاصة من خلال العلاقات الإيجابية مع المعلمين، يسهم في بناء شخصية متوازنة وأكثر قدرة على مواجهة تحديات الحياة المدرسية والاجتماعية، مما يدعم الصحة النفسية العامة ويقلل من احتمالية الوقوع في السلوكيات السلبية.

الدراسات السابقة

يتم عرض الدراسات السابقة في ثلاث محاور: يعرض المحور الأول الدراسات السابقة التي تناولت الذكاء الوجداني وعلاقته ببعض المتغيرات، في حين يتناول المحور الثاني الدراسات التي تناولت الرفاهية النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات، أما المحور الثالث فيتناول الدراسات التي جمعت بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية.

المحور الأول: الدراسات التي تناولت الذكاء الوجداني وعلاقته ببعض المتغيرات:

هدفت دراسة عبد الرحيم ومحمد والسحيمي (2024) إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية وكذا الكشف عن الفروق في الذكاء الوجداني والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعاً لمتغيري الجنس (ذكور / إناث) والتخصص (علمي / أدبي). ومن أجل تحقيق أهداف هذه الدراسة اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي، ولجمع البيانات استخدم مقياس الذكاء الوجداني من إعداد الباحثان، وأظهرت الدراسة النتائج التالية: أنه توجد علاقة ارتباطية بين الذكاء الوجداني والتحصيل الدراسي لدى عينة البحث الحالي من طلاب المرحلة الثانوية عند مستوى (٠,٠١) وإسهاماً نسبياً دالاً للمتغير المستقل (الذكاء الوجداني) في التنبؤ بدرجات التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية واختلاف بين مستويات الذكور والإناث في الذكاء الوجداني لدى طلاب المرحلة الثانوية واختلاف بين مستويات طلاب الشعبة الأدبية عن طلاب الشعبة العلمية في الذكاء الوجداني لدى طلاب المرحلة الثانوية واختلاف بين مستويات الذكور والإناث في التحصيل الدراسي لصالح طالبات المرحلة الثانوية.

أجرى الشمري (٢٠٢٣) دراسة هدفت إلى معرفة الذكاء الوجداني وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة حائل ، وطبقت على عينة مكونة من (١٤٥) طالبة، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وطبق مقياس الذكاء الوجداني (الخولي)، ومقياس الرضا عن الحياة (الدوسري)، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الوجداني والرضا عن الحياة، ووجود مستوى مرتفع من الذكاء الوجداني لدى الطالبات بالإضافة إلى وجود مستوى متوسط عن الرضا عن الحياة لدى الطالبات

المرحلة الثانوية، وأوصى بضرورة اعداد برامج ارشادية ووقائية لاكتشاف المشكلات النفسية والسلوكية مبكرا لدى الطالبات ومعالجتها .

وفي ذات السياق قام مبارك وحكيم (٢٠٢٢) بدراسة هدفت الى معرفة الذكاء الوجداني وعلاقته ببعض المشكلات الشخصية لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمصر، وطبقت على عينة مكونة من (١٢٠) طالبة، واستخدم المنهج الوصفي الفارق والارتباطي، وطبق مقياس الذكاء الوجداني (بارن -اون) وأعد مقياس المشكلات الشخصية، وتوصلت النتائج الى وجود علاقة سالبة بين درجات الطالبات في ابعاد الذكاء الوجداني ودرجاتهن في المشكلات الشخصية بالإضافة الى وجود بعض المشكلات الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية ، وأوصى بضرورة الاهتمام بتنمية الذكاء الوجداني لدى طالبات المرحلة الثانوية.

وأجرى خاتون واخرون Khatoon at el (٢٠٢٠) دراسة هدفت الى معرفة تأثير الذكاء الوجداني على الأداء الاكاديمي للطلاب في جامعة كراتشي باكستان، وطبقت على عينة مكونة من (١٥٠) طالباً، تم استخدام المنهج ارتباطي مقارن، ومقياس الذكاء الوجداني، وتوصلت النتائج الى عدم وجود تأثير حول الذكاء الوجداني للذات وإدارة العواطف والمهارات الشخصية، وأن التعاطف والدافع الذاتي لهم تأثير اقوى على الأداء الاكاديمي، وأوصى بعمل ندوات لفهم الطلاب انفسهم ونواتهم.

وهدف دراسة العتيبي (٢٠١٩) الى معرفة العلاقة بين الذكاء الوجداني واتخاذ القرار لدى طلاب المرحلة الثانوية بمكة المكرمة، وطبقت على عينة مكونة من (٥٠٠) طالبا. تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وطبق مقياس الذكاء الوجداني (اعداد العلوان)، ومقياس اتخاذ القرار (اعداد عبدون)، وتوصلت النتائج إلى أن مستوى الذكاء الوجداني ومستوى اتخاذ القرار لدى افراد العينة أقل من المتوسط، بينما وجدت فروق بين طلاب المرحلة الثانوية في درجة الذكاء الوجداني واتخاذ القرار وفقاً لاختلاف مستوى الصف الدراسي لصالح طلاب الصف الثالث الثانوي، بالإضافة الى وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء الوجداني واتخاذ القرار، وأوصى بضرورة الاهتمام التربوي بمفهوم الذكاء الوجداني.

المحور الثاني: الدراسات التي تناولت الرفاهية النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات:

هدفت دراسة أرنوط وعسيري (2025) إلى الكشف عن الفروق في إدراك الأمن الأسري، والأمن المدرسي، ورأس المال النفسي، والرفاهية النفسية التي تعزى إلى النوع والمرحلة الدراسية، والتحقق من جودة مطابقة النموذج البنائي المقترح للعلاقات بين متغيرات البحث، وتكونت العينة من (1511) طالباً وطالبة بالمملكة العربية السعودية (٦٩٧ ذكراً، ٨١٤ أنثى) طبق عليهم مقياس إدراك الأمن الأسري، ومقياس إدراك الأمن المدرسي، ومقياس رأس المال

النفسي، ومقياس الرفاهية النفسية، جميعها من إعداد الباحثان، وأسفرت النتائج عن وجود أدلة قوية لقبول الفرضية الصفريّة المتعلقة بالفروق بين الجنسين، إذ لم توجد فروق بين الجنسين في متغيرات البحث، بينما وجدت أدلة قوية على قبول الفرضية البديلة للفروق بين طلبة المرحلة المتوسطة والثانوية في متغيرات البحث، إذ وجدت فروق لصالح طلبة المرحلة الثانوية في جميع هذه المتغيرات. كما توصلت النتائج لوجود تأثيرات مباشرة وغير مباشرة دالة إحصائياً لإدراك الأمن الأسري وإدراك الأمن المدرسي ورأس المال النفسي في الرفاهية النفسية، كما كشفت النتائج عن دور وساطة أحادي جزئي تكاملي لرأس المال النفسي في العلاقة بين إدراك الأمن الأسري وإدراك الأمن المدرسي بالرفاهية النفسية.

وأجرى عبد المهدى (٢٠٢٢) دراسة هدفت الى معرفة العوامل المساهمة في الرفاهية النفسية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية بمصر، وطبقت على عينة تكونت من (٤٥٠) طالباً وطالبة من المرحلة الجامعية، واستخدم المنهج الوصفي السببي المقارن، وأعد مقياس الرفاهية النفسية، وتوصلت النتائج الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس الرفاهية النفسية تعزى لاختلاف النوع والتخصص والفرقة فيما أسفرت نتائج البناء العاملي على وجود ثلاث عوامل تشبعت على ٤٦% من التباين الكلي، وأوصت الدراسة بأهمية عمل برامج ارشادية لتنمية الجوانب الإيجابية، وتبني مفهوم الرفاهية النفسية في المؤسسات التعليمية.

قام أيوب وآخرون (٢٠٢٢) بدراسة هدفت الى معرفة الرفاهية النفسية لدى مرتفعي ومنخفضي فاعلية الذات من طلبة المرحلة الثانوية العامة بمصر، وطبقت على عينة تكونت من (٣٦١) طالباً وطالبة، واستخدم المنهج الوصفي، وطبق مقياس الرفاهية النفسية (ترجمة سالم وعطية)، ومقياس فاعلية الذات (اعداد حجازي)، وتوصلت النتائج إلى وجود مستوى متوسط من الرفاهية النفسية من طلبة التعليم الثانوي العام، ولا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والاناث في الرفاهية النفسية، وتوجد فروق دالة إحصائية في الرفاهية النفسية لصالح مرتفعي الذات، وأوصى على ضرورة تشجيع القائمين بالعملية التعليمية الاهتمام بالرفاهية النفسية لدى الطلاب.

ذكر ارون واريلد (Iren & Arild 2018) دراسة هدفت الى الكشف عن مستوى الرفاهية النفسية وفق للمتغيرات الديموغرافية (نوع الجنس و الوزن) للمرحلة الثانوية في النرويج، وطبقت على عينة مكونة من (١١٦) طالباً وطالبة، واستخدم التصميم البحث الطولي، وتم جمع البيانات عن طريق الاستبيانات والتقييمات في نقاط زمنية تتبعية، وتوصلت النتائج الى ان الرفاهية النفسية لدى طلاب وطالبات النرويج جيدة للغاية ولا توجد بينهم فروق بالإضافة الى غياب الاختلافات الجماعية في الرفاهية النفسية بين المراهقين، وزيادة الوزن ليس لها تأثير على الرفاهية النفسية لدى الطلاب والطالبات .

هدفت دراسة العنزي (٢٠١٧) الى معرفة دور الأنشطة الترويحية في الرفاهية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية بمدينة عرعر بالمملكة العربية السعودية، وطبقت على عينة مكونة من (٢٤٠) طالباً، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي، ومقياس الرفاهية النفسية، وتوصلت النتائج الى وجود درجة تأثير الأنشطة الترويحية على الرفاهية النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، أيضاً كشفت عدم وجود فروق في دور الأنشطة الترويحية في الرفاهية النفسية تعزى الى متغير مستوى الصف على الأداة ككل، وأوصى بالاهتمام بالأنشطة الترويحية في الرفاهية النفسية لدى الطلاب.

المحور الثالث: الدراسات التي جمعت بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية:

هدفت دراسة (Öztürk Çelik, 2025) أهمية الذكاء الوجداني في تعزيز الرفاهية النفسية لدى طلاب التربية البدنية والرياضيين في الجامعات التركية، وإلى استكشاف العلاقة بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية، مع التركيز على الدور الوسيط لكل من الكفاءة الذاتية والاحترق النفسي. شملت الدراسة 226 طالباً رياضياً، وأظهرت نتائج التحليل أن الذكاء الوجداني يرتبط إيجابياً بمستوى الرفاهية النفسية، وأن الكفاءة الذاتية والاحترق النفسي يعملان كوسيطين جزئيين في هذه العلاقة؛ حيث يساهم الذكاء الوجداني في رفع الكفاءة الذاتية وتقليل الاحترق النفسي، مما ينعكس إيجاباً على الصحة النفسية للطلاب الرياضيين. بناءً على النتائج، أوصت الدراسة بضرورة تبني استراتيجيات تدريبية وبرامج دعم نفسي تركز على تنمية الذكاء الوجداني لدى الطلاب الرياضيين، لما لذلك من أثر في تعزيز قدرتهم على مواجهة الضغوط، والحد من الاحترق النفسي، وزيادة شعورهم بالكفاءة الذاتية، وبالتالي تحسين رفاهيتهم النفسية خلال فترة الدراسة الجامعية.

وهدف دراسة (Ye et al., 2024) إلى استكشاف العلاقة بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية والتحصيل الأكاديمي لدى طلاب الجامعات في الصين. شملت العينة 518 طالباً من مرحلتَي البكالوريوس والدراسات العليا، وتم استخدام نمذجة المعادلات الهيكلية لتحليل البيانات. أظهرت النتائج أن الذكاء الوجداني يرتبط إيجابياً بكل من الخصائص النفسية الإيجابية، والرفاهية النفسية، والتحصيل الأكاديمي، كما تبين أن الخصائص النفسية الإيجابية (الكفاءة الذاتية، الدافعية، والمرونة النفسية) تتوسط العلاقة بين الذكاء الوجداني من جهة، والرفاهية النفسية والتحصيل الأكاديمي من جهة أخرى، مع ملاحظة أن هذا التأثير الوسيط كان أوضح لدى طلاب الدراسات العليا. توصي الدراسة بأهمية تعزيز الذكاء الوجداني والخصائص النفسية الإيجابية لدى طلاب الجامعات، حيث أن ذلك يساهم في تحسين رفاههم النفسي ورفع مستويات تحصيلهم الأكاديمي في آن واحد، خاصة من خلال تبني استراتيجيات مواجهة فعّالة وداعمة.

أجرى إبراهيم (٢٠٢٣) دراسة هدفت الى معرفة النمذجة البنائية للعلاقات بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي لدى طلاب الجامعة. طبقت الدراسة على عينة مكونة من (٥٢٩) طالباً وطالبة، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، ومقياس الذكاء الوجداني (الصورة المختصرة من ونغ)، ومقياس الرفاهية النفسية (كالدرون)، ومقياس التنظيم المعرفي الانفعالي (للمنشاوي)، وتوصلت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طلاب، بالإضافة الى أن النموذج البنائي للعلاقة بين متغيرات الدراسة حقق مطابقة جيدة لدى الطلاب، ايضاً وجود تأثير مباشر للذكاء الوجداني والتنظيم المعرفي الانفعالي للرفاهية النفسية، وأوصى بعقد برامج ارشادية بهدف تحسين الرفاهية النفسية لدى طلاب الجامعة من خلال تحسين الذكاء الوجداني والتنظيم المعرفي الانفعالي .

وهدفت دراسة العبيدي (2020) إلى التعرف على الذكاء الانفعالي وعلاقته بالرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة وكذلك معرفة لفرق ذات الدلالة الاحصائية للذكاء الانفعالي والرفاهية النفسية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور - إناث). وقام الباحث بإعداد أداة لقياس الذكاء الانفعالي، وأداة لقياس الرفاهية النفسية، تم تطبيقهما على عينة مكونة من (150) طالباً وطالبة من طلبة جامعة تكريت، وبعد جمع البيانات وتحليلها تم التوصل في نتائج الدراسة إلى أن الطلبة لديهم مستوى من الذكاء الانفعالي وكذلك لديهم مستوى جيد من الرفاهية النفسية، وهناك علاقة طردية بين الذكاء الانفعالي والرفاهية النفسية. وفي ضوء نتائج البحث قدمت عدداً من التوصيات والمقترحات.

وفي ذات السياق قام مصطفى وآخرون (٢٠١٩) بدراسة هدفت الى النموذج البنائي بين اليقظة العقلية والذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طلبة الفرقة الأولى بكلية التربية جامعة الزقازيق، وطبقت على عينة مكونة من (٢١١) طالباً وطالبة. استخدم المنهج الوصفي التحليلي. أعد الباحث مقياس الدراسة، وتوصلت النتائج الى وجود علاقة موجبة بين ابعاد اليقظة العقلية وابعاد الذكاء الوجداني بعد (الانتباه تجاه اللحظة و الضبط الوجداني)، وجود علاقة موجبة بين درجات اليقظة العقلية وبين ابعاد الرفاهية النفسية ماعدا بعدي (العلاقات الإيجابية والاستقلالية)، ووجود علاقة موجبة بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية، وجود تأثير مباشر للذكاء الوجداني على الرفاهية النفسية، وأوصى بضرورة الاهتمام بورش عمل لتنمية الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية واليقظة العقلية .

التعقيب على الدراسات السابقة:

يتضح من خلال الدراسات السابقة تنوع المتغيرات ذات الصلة بمتغير الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية ووضح الباحثون أوجه التشابه والاختلاف فيما بينهما، من حيث الهدف، والمنهج، والعينة، والأداة، على النحو التالي:

1. من حيث الهدف:

تتوعدت أهداف الدراسات نظراً؛ لاختلاف مجالات الباحثين واهتماماتهم، والمشكلات التي تم تناولها؛ اتفقت دراسة كلاً من العتيبي (٢٠١٩)، مبارك وحكيم (٢٠٢٢)، الشمري (٢٠٢٣) معرفة العلاقة بين الذكاء الوجداني والمتغيرات الأخرى كمتغير مستقل، بينما اختلفت دراسة خاتون وآخرون (٢٠٢٠) في معرفة تأثير الذكاء الوجداني على الأداء الأكاديمي .

2. من حيث المنهج:

تتوعدت مناهج الدراسات السابقة تبعاً لتنوع أهداف الدراسة وطبيعتها، ولكن اتفقت أغلب الدراسات على استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، كدراسة كلاً من، العتيبي (٢٠١٩)، الشمري (٢٠٢٣)، أيوب وآخرون (٢٠٢٢) إبراهيم (٢٠٢٣)، بينما استخدمت دراسة مبارك وحكيم (٢٠٢٢) المنهج الوصفي الارتباطي الفارق، فيما استخدمت دراسة خاتون وآخرون (٢٠٢٠) المنهج الارتباطي المقارن، بينما استخدم العنزي (٢٠١٧) ومصطفى وآخرون (٢٠١٩) المنهج الوصفي التحليلي، فيما استخدم عبد المهدى (٢٠٢٢) المنهج الوصفي السببي المقارن، بينما استخدم ارون وارييل (٢٠١٨)، تصميم البحث الطولي .

3. من حيث العينة:

تتوعدت عينة الدراسات السابقة من حيث تنوع خصائص أفرادها وحجمها، واتفقت أغلب الدراسات مثل العتيبي (٢٠١٩)، مبارك وحكيم (٢٠٢٢)، الشمري (٢٠٢٣)، العنزي (٢٠١٧)، أيوب وآخرون (٢٠٢٢) ارون وارييل (٢٠١٨)، على تمثيل عينة من طلاب المرحلة الثانوية، بينما دراسة خاتون وآخرون (٢٠٢٠) و عبد المهدى (٢٠٢٢) طبق على طلاب الجامعة، فيما اتفقت دراسة كلاً من مبارك وحكيم (٢٠٢٢)، الشمري (٢٠٢٣)، خاتون وآخرون Khatoon at el (٢٠٢٠) و ارون وارييل (٢٠١٨) بتطبيق الدراسة على عينة متوسطة الحجم، فيما اختلفت دراسة كلا من العنزي (٢٠١٧)، العتيبي (٢٠١٩) ومصطفى وآخرون (٢٠١٩)، وعبد المهدى (٢٠٢٢)، وأيوب وآخرون (٢٠٢٢) وإبراهيم (٢٠٢٣) بتطبيق الدراسة على عينة كبيرة الحجم.

4. من حيث أدوات البحث:

اتفقت دراسة كلاً من العتيبي (٢٠١٩)، الشمري (٢٠٢٣)، مبارك وحكيم (٢٠٢٢) وخاتون وآخرون (٢٠٢٠)، باستخدام مقياس للذكاء الوجداني والمتغيرات الأخرى المرتبطة بها عدا دراسة مبارك وحكيم اعد مقياس المشكلات الشخصية، بينما اتفقت دراسة كلا من العنزي (٢٠١٧) وعبد المهدى (٢٠٢٢) بأعداد مقياس الرفاهية النفسية، فيما استخدم أيوب وآخرون (٢٠٢٢) مقياس الرفاهية النفسية والمتغير الآخر المرتبط بالدراسة، فيما استخدم ارون وارييل (٢٠١٨) الاستبيانات والتقييمات على فترات زمنية، بينما دراسة مصطفى

واخرون (٢٠١٩) اعد مقياس الذكاء الوجدان والرفاهية النفسية ،فيما استخدم إبراهيم (٢٠٢٣) مقياس للذكاء الوجداني والرفاهية النفسية .

5. من حيث النتائج:

تفاوتت نتائج الدراسة السابقة باختلاف اغراضها ، والبيئة التي طبقت فيها وعينتها ، توصلت دراسة العتيبي (٢٠١٩) بوجود علاقة بين الذكاء الوجداني ومتغير الدراسة بالإضافة الى ان مستوى الذكاء الوجداني لدى العينة متوسط ، بينما دراسة ختون واخرون (٢٠٢٠) الى عدم وجود تأثير حول الذكاء الوجداني للذات والمهارات ، فيما استنتجت دراسة مبارك وحكيم (٢٠٢٢) الى وجود علاقة سالبة بين ابعاد الذكاء الوجداني ومشكلاتهن الشخصية ، فيما دراسة الشمري (٢٠٢٣) توصلت الى وجود علاقة موجبة بين الذكاء الوجداني والرضا عن الحياة ، فيما توصلت دراسة العنزي (٢٠١٧) الى تأثير الأنشطة الترويحية على الرفاهية النفسية ، بينما اتفقت دراسة ارون واريلد (٢٠١٨) ، والمهدى (٢٠٢٢) بعدم وجود فروق لدى الطلبة في الرفاهية النفسية ، اما دراسة أيوب (٢٠٢٢) الى عدم وجود فروق في الرفاهية النفسية لدى الطالبات والطلاب بينما يوجد فروق لذوي الذات المرتفعة ، بينما دراسة مصطفى واخرون (٢٠١٩) وجدت علاقة بين ابعاد اليقظة العقلية والذكاء الوجداني ماعدا بعد الاستقلالية والعلاقات الإيجابية ، بينما دراسة إبراهيم (٢٠٢٣) وجدت علاقة إيجابية بين الرفاهية النفسية والذكاء الوجداني .

أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة للدراسة الحالية:

من الجدير ذكره أنه تم الاستفادة من الجهود العلمية السابقة عن طريق التوجه إلى مصادر أولية لكل متغير من مختلف الجوانب والمجالات، وأيضًا دعم مشكلة البحث وأهميته والقدرة على صياغة عنوان الرسالة بشكل دقيق وتوظيف بعض الدراسات السابقة وذلك من خلال اختيار مقاييس البحث المناسبة من خلال الاطلاع على المقاييس المعدة سابقًا. بالإضافة إلى انه من خلال البحث والاطلاع تمكن الباحثين من تحديد المنهجية المناسبة لهذا البحث، وأيضًا كشف طبيعة توفر المادة العلمية والمصادر والمراجع ومعرفة الصعوبات التي سيواجهها الباحثين.

إجراءات البحث

تاليا إجراءات البحث التي تم اتباعها لتحقيق أهداف البحث حول القدرة التنبؤية للذكاء الوجداني بالرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة حرض.

منهج البحث

استخدم البحث المنهج الوصفي من النوع الارتباطي التنبؤي الذي يعد أحد الأساليب البحثية الشائعة في العلوم الاجتماعية والتربوية، حيث يهدف إلى دراسة العلاقة بين متغيرين

أو أكثر دون التدخل في ضبط أو تغيير هذه المتغيرات، ويعتمد هذا المنهج على جمع البيانات من عينة ممثلة لمجتمع البحث وتحليلها إحصائياً للكشف عن طبيعة الارتباط بين المتغيرات، حيث سيتم من خلال هذا البحث تحديد القدرة التنبؤية للذكاء الوجداني بالرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض.

مجتمع وعينة البحث

تكون مجتمع البحث من جميع طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض بالمملكة العربية السعودية البالغ عددهن (355) طالبة، في حين تكونت عينة البحث من (135) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض بالمملكة العربية السعودية، تم اختيارهن بطريق العينة المتاحة، بناء على جدول مروغان لاختيار حجم العينة، حيث تم توزيع أدوات البحث من خلال رابط الكتروني تم تصميمه على غوغل فورم، ويوضح الجدول التالي خصائص العينة حسب الصف الدراسي.

جدول (1)

خصائص عينة البحث حسب متغيرات الصف الدراسي

الصف الدراسي	العدد	النسبة المئوية
أول ثانوي	52	38.5%
ثاني ثانوي	37	27.4%
ثالث ثانوي	46	34.1%
المجموع	135	100%

يتبين من نتائج الجدول أن عينة البحث البالغ حجمها (135) طالبة من المرحلة الثانوية بمدينة حرض توزعت على ثلاث مستويات صفية، حيث مثلت طالبات الصف الأول الثانوي النسبة الأكبر من العينة بواقع (52) طالبة بنسبة مئوية بلغت (38.5%). بينما جاءت طالبات الصف الثاني الثانوي في المرتبة الثانية من حيث العدد بعدد (37) طالبة مثلن نسبة (27.4%) من إجمالي العينة. أما طالبات الصف الثالث الثانوي فقد بلغ عددهن (46) طالبة مشكلات ما نسبته (34.1%) من حجم العينة الكلي. ويوضح هذا التوزيع أن العينة شملت تمثيلاً متوازناً نسبياً للمراحل الدراسية الثلاث في المرحلة الثانوية، مع وجود تفاوت طفيف في الأعداد بين الصفوف .

أدوات البحث

تكونت أدوات البحث من مقياسين هما: مقياس الرفاهية النفسية، ومقياس الذكاء

الوجداني:

أولاً: مقياس الرفاهية النفسية:

استخدم البحث مقياس الرفاهية النفسية الذي طوره ريف وكوري (Ryff & Keyes, 1995) والذي يُعد من أكثر المقاييس استخدامًا في الأبحاث النفسية، ويتميز بخصائص سيكومترية قوية تدعم صلاحيته وموثوقيته في قياس أبعاد الرفاهية النفسية، يتكون المقياس من 18 فقرة موزعة على ست مقاييس فرعية هي:

1. بنود مقياس الاستقلالية هي: Q15، Q17، Q18.
 2. بنود مقياس الإجابة البيئية هي: Q4، Q8، Q9.
 3. بنود مقياس النمو الشخصي هي: Q11، Q12، Q14.
 4. بنود مقياس العلاقات الإيجابية مع الآخرين هي: Q6، Q13، Q16.
 5. بنود مقياس الهدف من الحياة هي: Q3، Q7، Q10.
 6. بنود مقياس تقبل الذات هي: Q1، Q2، Q5.
- وهناك مجموعة من الفقرات د (مثل 1، 2، 3، 8، 9، 11، 12، 13، 17، 18) تُعكس قيمتها عند الترميز (أي تُعطى قيمة عكسية) لضمان اتساق الاتجاه في قياس الرفاهية النفسية. وفيما يلي أبرز الخصائص السيكومترية لهذا المقياس كما وردت في الدراسة المرجعية (Ryff & Keyes, 1995):

- الصدق البنائي: أظهرت التحليلات العاملية أن المقياس يقيس ستة أبعاد متميزة للرفاهية النفسية، وهي: تقبل الذات، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، الاستقلالية، التحكم في البيئة، الغرض في الحياة، والنمو الشخصي.
- الصدق التلازمي: أظهر المقياس ارتباطات دالة مع مقاييس أخرى للرفاهية والصحة النفسية، مما يدعم صدقه التلازمي.
- صدق التحليل العاملي (Factor Analysis): أثبتت التحليلات العاملية التوكيدية (CFA) أن البناء العاملي للمقياس يتوافق مع النموذج النظري للمقياس، مما يعزز من قوة البناء السيكومتري للمقياس.
- ثبات الاتساق الداخلي: أظهرت نتائج الدراسة أن معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس تراوحت بين 0.86 و0.93، وهي معاملات مرتفعة تدل على اتساق داخلي جيد.

وقم تم التحقق من مؤشرات الصدق والثبات الآتية لمقياس الرفاهية النفسية في البحث

الحالي:

1. صدق الاتساق الداخلي: تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي لمقياس الرفاهية النفسية من خلال حساب معاملات الارتباط بيرسون بين كل فقرة والمقياس ككل، حيث أظهرت النتائج أن جميع قيم معاملات الارتباط بيرسون لفقرات المقياس مع المقياس ككل كانت دالة إحصائياً عند مستوى

الدلالة (0.01)، حيث تراوحت ما بين (0.87-0.56) وهذا مؤشر على ارتفاع الصدق الداخلي لهذه الفقرات مع المقياس، وبالتالي تم الاحتفاظ بجميع فقرات أداة البحث.

2. ثبات الاتساق الداخلي:

تم التحقق من مؤشرات ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الرفاهية النفسية، من خلال تطبيق معادلة كورنباخ-الفا على بياناتها، وبلغت قيمتها للمقياس ككل (0.88)، وهي قيمة مقبولة لأغراض البحث الحالي.

ثانياً: مقياس الذكاء الوجداني:

استخدم البحث مقياس الذكاء الوجداني الذي طوره بجاج وحفصي (2023) والذي يتكون من 23 فقرة موزعة على خمسة أبعاد:

1. أولاً: الوعي الذاتي (فهم الذات): هي القدرة على فهم مشاعرنا ومشاعر الآخرين والتحكم فيها وتحديد النقاط الإيجابية والسلبية التي يمتلكها الفرد.
2. ثانياً: إدارة الذات (إدارة الانفعالات، تنظيم الذات، إدارة المشاعر): هي مجموعة من القدرات والمهارات التي تساعد الفرد على ضبط وإدارة نفسه للتصرف بشكل صحيح في مختلف الظروف.
3. ثالثاً: الدافعية (الذاتية، التحفيز): مجموعة من الظروف التي تحث النفس على التغيير ومواجهة الصعوبات لتحقيق الرغبات.
4. رابعاً: التعاطف: هي القدرة على فهم وقراءة مشاعر الآخرين والتعاطف معهم.
5. خامساً: المهارات الاجتماعية: يشير إلى التأثير الإيجابي على انفعالات ومشاعر الآخرين.

وفيما يلي أبرز الخصائص السيكومترية للمقياس كما وردت في دراسة (بجاج وحفصي،

2023):

- الصدق المحكمين: من خلال عرض مقياس الذكاء الوجداني على مجموعة من الأساتذة المحكمين ذوي الخبرة في مجال الدراسة البالغ عددهم 3 محكمين، وبناء على آرائهم تمت إعادة صياغة بعض الأسئلة من جديد وحذف بعضها نظراً لتكرارها أو أخذها نفس فكرة عبارة أخرى.
- صدق الاتساق الداخلي: تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي لمقياس الذكاء الوجداني في دراسة (بجاج وحفصي، 2023) من خلال حساب معاملات الارتباط بيرسون بين كل فقرة والمقياس ككل، حيث أظهرت النتائج أن جميع قيم معاملات الارتباط بيرسون لفقرات المقياس مع المقياس ككل كانت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01)، حيث تراوحت ما بين (-0.827-0.484).

- ثبات الاتساق الداخلي: أظهرت نتائج الدراسة أن معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس تراوحت بين 0.86 و 0.90، وهي معاملات مرتفعة تدل على اتساق داخلي جيد.

وقم تم التحقق من مؤشرات الصدق والثبات الآتية لمقياس الذكاء الوجداني في البحث الحالي:

1. صدق الاتساق الداخلي:

تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي لمقياس الذكاء الوجداني في البحث الحالي من خلال حساب معاملات الارتباط بيرسون بين كل فقرة والمقياس ككل، حيث أظهرت النتائج أن جميع قيم معاملات الارتباط بيرسون لفقرات المقياس مع المقياس ككل كانت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01)، حيث تراوحت ما بين (0.45-0.79) وهذا مؤشر على ارتفاع الصدق الداخلي لهذه الفقرات مع المقياس، وبالتالي تم الاحتفاظ بجميع فقرات أداة البحث.

2. ثبات الاتساق الداخلي:

تم التحقق من مؤشرات ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الذكاء الوجداني ، من خلال تطبيق معادلة كرونباخ-الفا على بياناتها، وبلغت قيمتها للمقياس ككل (0.91)، وتراوحت للأبعاد ما بين (0.83) و (0.90) وهي قيم مقبولة لأغراض البحث الحالي.

الأساليب الإحصائية

استخدم البحث الحالي الأساليب الإحصائية الآتية:

1. التكرارات والنسب المئوية.
2. معمل الارتباط بيرسون.
3. معادلة كرونباخ-ألفا.
4. المتوسطات الحسابية.
5. الانحرافات المعيارية.
6. تحليل الانحدار المتعدد

نتائج البحث وتفسيرها

يتم تالياً استعراض نتائج البحث الميدانية التي تمت من خلالها الإجابة على أسئلة البحث الميدانية بعد تحليل نتائج العينة المكونة من (135) طالبة بعد تحليل النتائج باستخدام برنامج SPSS:

نتائج الإحصاء الوصفي لمتغيرات البحث:

تم حساب قيم الإحصاء الوصفي لمتغيرات البحث كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (2)

نتائج الإحصاء الوصفي لمتغيرات البحث

المحاور	الحد	الحد الأدنى	الحد الأعلى	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية
الذكاء الوجداني	135	1.4	5	3.584	0.918
الذكاء الوجداني	135	1.6	5	3.930	0.811
الذكاء الوجداني	135	1.8	5	3.838	0.940
الذكاء الوجداني	135	1.4	5	3.770	0.994
الذكاء الوجداني	135	1	5	3.893	1.040
الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني	135	1.8	5	3.803	0.821
الدرجة الكلية لمقياس الرفاهية النفسية	135	1.6	5	3.619	0.730

تظهر نتائج التحليل الإحصائي الواردة في الجدول (2) أن متوسطات الدرجات لمتغيرات البحث تقع ضمن المستوى المتوسط إلى المرتفع، حيث بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني (3.803) بانحراف معياري (0.821)، مما يشير إلى أن أفراد العينة يتمتعون بمستوى جيد من الذكاء الوجداني. كما سجلت الدرجة الكلية لمقياس الرفاهية النفسية متوسطاً حسابياً بلغ (3.619) بانحراف معياري (0.730)، مما يعكس مستوى متوسطاً من الرفاهية النفسية لدى أفراد العينة.

عند تحليل أبعاد الذكاء الوجداني، لوحظ أن البعد الثاني (الوعي الذاتي) حقق أعلى متوسط حسابي بلغ (3.930) بانحراف معياري (0.811)، يليه البعد الخامس (إدارة العلاقات) بمتوسط (3.893) وانحراف معياري (1.040). بينما سجل البعد الأول (الوعي بالذات) أدنى متوسط بين الأبعاد بلغ (3.584) بانحراف معياري (0.918).

تشير قيم الانحراف المعياري المتقاربة إلى تجانس استجابات أفراد العينة، كما أن نطاق الدرجات الذي تراوح بين (1.4) إلى (5) لمعظم الأبعاد يعكس تنوعاً في الاستجابات. تجدر الإشارة إلى أن جميع القيم لم تسجل أي قيم متطرفة، مما يعزز مصداقية البيانات المجمعة ويمهد لإجراء المزيد من التحليلات الإحصائية المتقدمة لفحص العلاقات بين المتغيرات.

نتائج السؤال الأول ومناقشتها: ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض السعودية؟

تم استخدام معاملات الارتباط بيرسون للتعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض السعودية كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (3)

يوضح طبيعة العلاقة الارتباطية بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض السعودية

الرقم	أبعاد مقياس الذكاء الوجداني	العلاقة مع الرفاهية النفسية
1	أولاً: الوعي الذاتي (فهم الذات)	.661(**)
2	ثانياً: إدارة الذات	.633(**)
3	ثالثاً: الدافعية	.723(**)
4	رابعاً: التعاطف	.678(**)
5	خامساً: المهارات الاجتماعية	.743(**)
	الدرجة الكلية	.790(**)

تظهر نتائج التحليل الإحصائي في الجدول عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين جميع أبعاد الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض. حيث أظهرت النتائج أن المهارات الاجتماعية جاءت في المرتبة الأولى من حيث قوة الارتباط مع الرفاهية النفسية ($r=0.743$)، تليها الدافعية ($r=0.723$)، ثم التعاطف ($r=0.678$)، فالوعي الذاتي ($r=0.661$)، وأخيراً إدارة الذات ($r=0.633$). أما الدرجة الكلية للذكاء الوجداني فقد سجلت أعلى معامل ارتباط مع الرفاهية النفسية ($r=0.790$)، مما يشير إلى أن الطالبات اللاتي يتمتعن بمستويات أعلى من الذكاء الوجداني بشكل عام يكن أكثر تمتعاً بالرفاهية النفسية.

ويمكن تفسير النتائج السابقة من أن الارتباط القوي بين المهارات الاجتماعية والرفاهية النفسية يعكس أهمية العلاقات الإيجابية مع الآخرين في تعزيز المشاعر الإيجابية وتقليل التوتر، حيث تسهم القدرة على التواصل الفعال وحل النزاعات في تحسين الصحة النفسية. أما الدافعية فتربط بقدرة الطالبة على تحديد الأهداف والسعي نحو تحقيقها، مما يعزز الإحساس بالمعنى والرضا عن الذات. في حين يرتبط التعاطف بفهم مشاعر الآخرين وتقديرها، مما ينمي العلاقات الداعمة التي تعد عاملاً أساسياً في الرفاهية النفسية. كما يسهم الوعي الذاتي وإدارة الذات في تنظيم المشاعر السلبية والتكيف مع الضغوط، مما ينعكس إيجاباً على الصحة النفسية العامة. هذه النتائج تؤكد أن تنمية الذكاء الوجداني بمكوناته المختلفة قد يكون مدخلاً فعالاً لتعزيز الرفاهية النفسية لدى الطالبات.

كما يُعد الذكاء الوجداني من العوامل الأساسية التي تسهم في تعزيز الصحة النفسية والشعور بالرضا والسعادة، فكلما ارتفع مستوى الذكاء الوجداني لدى الطالبات، زادت قدرتهن على فهم مشاعرهن وإدارتها والتكيف مع الضغوط، مما ينعكس إيجاباً على مستويات الرفاهية النفسية، ويقلل من احتمالية التعرض لمشكلات نفسية مثل القلق أو الاكتئاب، وتوضح الدراسات، مثل دراسة (Ye et al., 2024) أن الذكاء الوجداني يُمكن الفرد من تكوين علاقات اجتماعية إيجابية، وضبط الانفعالات، والتعامل بفعالية مع التحديات اليومية، وكلها عوامل تعزز الشعور بالرفاهية والرضا عن الذات والحياة.

من ناحية أخرى، تؤكد الأدبيات أن الذكاء الوجداني ليس فقط متغيراً مرتبطاً بالرفاهية النفسية، بل يُعد أيضاً منبئاً مهماً بها؛ إذ أظهرت نتائج دراسات متعددة إمكانية التنبؤ بمستوى الرفاهية النفسية بناءً على مستوى الذكاء الوجداني، مثل دراسة (Öztürk Çelik, 2025) ودراسة (إبراهيم، ٢٠٢٣)، ويعني ذلك أن تنمية مهارات الذكاء الوجداني، مثل الوعي بالذات، وإدارة المشاعر، والتعاطف، تسهم بشكل مباشر في رفع مستوى الرفاهية النفسية لدى المراهقين.

نتائج السؤال الثاني ومناقشتها: هل يمكن التنبؤ بالرفاهية النفسية من خلال الذكاء الوجداني لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض السعودية؟

للتوصل إلى إجابة السؤال تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد والنتائج موضحة في الجداول التالية:

جدول (4)

نتائج تحليل الانحدار للتنبؤ بالرفاهية النفسية من خلال الذكاء الوجداني لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض السعودية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	معامل الارتباط R	معامل التحديد R ²	قيمة f	مستوى الدلالة
الانحدار	45.820	5	9.164	0.801(**)	0.641	46.03	0.001
البواقي	25.679	129	0.199				
الكلي	71.499	134					

** دال عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$)

تظهر نتائج تحليل الانحدار في الجدول وجود أثر ذا دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) للذكاء الوجداني بأبعاده على الرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض السعودية، فقد بلغت قيمة (f) المحسوبة (46.03)، وكانت دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.001).

كما تظهر النتائج أن أبعاد الذكاء الوجداني الخمسة استطاعت التنبؤ بما نسبته (64.1%) من التباين في الرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض السعودية، وذلك استناداً إلى قيمة معامل التحديد البالغة ($R^2 = 0.641$).

ويوضح الجدول رقم (5) نتائج تحليل الانحدار المتعدد لاختبار أثر كل بعد من أبعاد الذكاء الوجداني على الرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض السعودية:

جدول رقم (5)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالرفاهية النفسية من خلال الذكاء الوجداني لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض السعودية

الأبعاد	B	الخطأ المعياري	بيتا	T- value	Sig
الثابت (Constant)	1.093	0.196		5.590	0.000
أولاً: الوعي الذاتي (فهم الذات)	0.141	0.070	0.178	2.020	0.045
ثانياً: إدارة الذات	0.030	0.084	0.033	0.357	0.722
ثالثاً: الدافعية	0.221	0.074	0.284	2.994	0.003
رابعاً: التعاطف	0.109	0.063	0.148	1.740	0.084
خامساً: المهارات الاجتماعية	0.226	0.067	0.321	3.379	0.001

* دال عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$)

توضح النتائج في الجدول رقم (5) أن أكثر أبعاد الذكاء الوجداني قدرةً على التنبؤ بالرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية هو بعد المهارات الاجتماعية، وذلك استناداً إلى قيمة (T) التي بلغت (3.379) وهي قيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) وكان تأثيره في الرفاهية النفسية موجباً. وكان ثاني أبعاد الذكاء الوجداني قدرةً على التنبؤ بالرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية هو بعد الدافعية، وذلك استناداً إلى قيمة (T) التي بلغت (2.994) وهي قيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) وكان تأثيره في الرفاهية النفسية موجباً. ثم بعد الوعي الذاتي والذي كان تأثيره أيضاً في الرفاهية النفسية موجباً.

ويمكن تفسير نتيجة السؤال الثاني التي أشارت إلى قدرة الذكاء الوجداني على التنبؤ بشكل دال في الرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض السعودية في ضوء الأدبيات النفسية التي تؤكد أن الذكاء الوجداني، بما يشمله من وعي بالذات، وضبط للمشاعر، والتعاطف، والمهارات الاجتماعية، يُسهم بشكل مباشر في تعزيز الصحة النفسية والشعور بالرضا والسعادة (Brackett et al, 2011)، كما أن الفرد الذي يمتلك مستوى مرتفعاً من الذكاء الوجداني.

كما تعكس هذه النتيجة أن الذكاء الوجداني يُعد من العوامل الوقائية المهمة ضد المشكلات النفسية والانفعالية لدى المراهقين، حيث يساعدهم على التكيف مع التغيرات السريعة في هذه المرحلة العمرية، ويمنحهم أدوات فعالة للتعامل مع القلق والضغوط المدرسية والاجتماعية (Öztürk Çelik, 2025). وتؤكد العديد من الدراسات مثل دراسة (Larguinho et al, 2025)، ودراسة (Rosadi et al, 2024)، أن تعزيز الذكاء الوجداني لدى الطلاب يسهم في تحسين جودة حياتهم النفسية والاجتماعية، ويقلل من احتمالية تعرضهم لمشكلات مثل الاكتئاب أو ضعف تقدير الذات. لذا، تبرز أهمية دمج برامج تنمية الذكاء الوجداني ضمن البيئة المدرسية، لما لها من أثر إيجابي في دعم الرفاهية النفسية للطالبات في المراحل الثانوية.

كما تدعم هذه النتيجة ما أشارت إليه دراسات سابقة، حيث أكد (Larguinho et al, 2025) أن الأفراد الذين يمتلكون ذكاء وجداني مرتفع يميلون إلى تحقيق مستويات أعلى من الرفاهية النفسية؛ لكونهم أقدر على إدارة علاقاتهم، والحصول على الدعم الاجتماعي، والتعامل مع المواقف الضاغطة بشكل مرن. وفي البيئة المدرسية تحديداً، تلعب المهارات الاجتماعية دوراً محورياً في تيسير التفاعل مع الزملاء والمعلمين، وتكوين صداقات إيجابية، مما يحمي الطالبة من مشاعر العزلة والقلق، ويسهم في تعزيز شعورها بالسعادة والطمأنينة النفسية. وتبين من النتائج أن بعد المهارات الاجتماعية يُعد الأكثر قدرة على التنبؤ بمستوى الرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية، مقارنةً ببقية أبعاد الذكاء الوجداني، ويمكن تفسير ذلك بأن الطالبة التي تتمتع بقدرات اجتماعية مرتفعة، مثل القدرة على بناء علاقات إيجابية، والتعاطف مع الآخرين، وحل المشكلات الاجتماعية، والتفاعل الفعّال مع المحيط، تكون أكثر قدرة على تحقيق التوازن النفسي والشعور بالرضا عن الذات والعلاقات، ما ينعكس إيجاباً على رفاهيتها النفسية؛ إذ تعد العلاقات الاجتماعية الداعمة من أهم العوامل التي تخفف من حدة الضغوط النفسية المرتبطة بمرحلة المراهقة، وتسهم في تقوية مشاعر الانتماء، والثقة بالنفس، والتقدير الاجتماعي (Salovey & Mayer, 1990).

كما يمكن تفسير ذلك بأن المهارات الاجتماعية تمثل حجر الزاوية في بناء العلاقات الإيجابية مع الآخرين، وتكوين شبكات دعم اجتماعي فعّالة، وهو ما أكدت عليه العديد من الدراسات السابقة مثل دراسة (Brackett et al., 2011) التي أكدت أن هذه المهارات تساعد الطالبات على التعبير عن مشاعرهن بشكل مناسب، وحل النزاعات، والتعامل مع التحديات اليومية بطريقة صحية، مما ينعكس إيجاباً على شعورهن بالرضا والسعادة والاستقرار النفسي. وتنعكس هذه النتيجة أيضاً أهمية البيئة الاجتماعية في حياة المراهقين، حيث تلعب العلاقات مع الأقران والمعلمين والأسرة دوراً محورياً في تعزيز الشعور بالانتماء والدعم العاطفي، وهما من الركائز الأساسية للرفاهية النفسية (Wang & Pan, 2025). كما أن امتلاك الطالبة لمهارات اجتماعية قوية يتيح لها تكوين علاقات إيجابية ومثمرة، وتلقي الدعم عند الحاجة، مما يقلل من مشاعر الوحدة والضغوط النفسية (Shengyao et al., 2024).

نتائج السؤال الثالث ومناقشتها: هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الذكاء الوجداني

لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض وفقاً لاختلاف المستوى الدراسي؟

تم أولاً حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات العينة على مقياس الذكاء الوجداني حسب متغير المستوى الدراسي كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات العينة على مقياس الذكاء
الوجداني حسب متغير المستوى الدراسي

الانحرافات المعيارية	المتوسطات الحسابية	المستوى الدراسي
0.816	3.548	أول ثانوي
0.628	3.866	ثاني ثانوي
0.908	4.032	ثالث ثانوي

يتبين من الجدول السابق وجود ظاهرية في المتوسطات الحسابية لاستجابات العينة على مقياس الذكاء الوجداني حسب متغير المستوى الدراسي، وللتعرف على دلالة الفروق بين هذه المتوسطات اتم استخدام تحليل البيان الأحادي، ونتائج موضحة في الجدول التالي:

جدول (7)

دلالة الفروق في مستوى الذكاء الوجداني لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض
وفقا لاختلاف المستوى الدراسي

مجموع المربعات	درجات الحرية df	متوسط المربعات	قيمة ف F	مستوى الدلالة Sig.
5.142	2	2.571	3.982	0.021
85.226	132	0.646		
90.369	134			

يتبين من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الذكاء الوجداني لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض وفقا لاختلاف المستوى الدراسي، ويوضح الجدول التالي مصادر هذه الفروق حسب اختبار شافيه (Scheffe Test).

جدول (8)

نتائج اختبار شافيه لمصادر الفروق في مستوى الذكاء الوجداني لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض وفقا لاختلاف المستوى الدراسي

المستوى الدراسي	المتوسطات الحسابية	أول ثانوي	ثاني ثانوي	ثالث ثانوي
أول ثانوي	3.548			
ثاني ثانوي	3.866			
ثالث ثانوي	4.032			

يتبين من الجدول السابق النتائج أن الفروق الدالة إحصائياً في مستوى الذكاء الوجداني لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض وفقا لاختلاف المستوى الدراسي كانت بين طالبات الصف الأول الثانوي وطالبات الصف الثالث الثانوي لصالح طالبات الصف الثالث الثانوي.

يمكن تفسير هذه النتيجة بأن التقدم في المستوى الدراسي يرتبط غالباً بزيادة الخبرات الحياتية والاجتماعية والنضج الانفعالي، إذ تكتسب الطالبات مع مرور الوقت مهارات أفضل في فهم مشاعرهن وإدارتها والتعامل مع المواقف اليومية والضغوط الدراسية والاجتماعية. كما

أن طالبات الصف الثالث الثانوي غالباً ما يكنّ أكثر استعداداً لمواجهة المسؤوليات واتخاذ القرارات المتعلقة بمستقبلهن الأكاديمي والمهني، ما يعزز من قدراتهن في ضبط الانفعالات والتواصل الفعّال مع الآخرين.

من ناحية أخرى، قد تعكس هذه الفروق الأثر التراكمي للخبرات التعليمية والتربوية التي تتعرض لها الطالبات خلال سنوات الدراسة الثانوية؛ فكلما تقدمت الطالبة في المراحل الدراسية، ازدادت فرص مشاركتها في الأنشطة المدرسية والاجتماعية، وتفاعلت مع مواقف حياتية متنوعة تساهم في صقل مهارات الذكاء الوجداني (عبدالرحيم ومحمد والسحيمي، 2024). كما أن الدعم الأسري والمدرسي، والتعرض لمواقف التحدي والنجاح أو حتى الفشل، كلها عوامل تساهم في تعزيز النضج الانفعالي لدى الطالبات الأكبر سناً (الشمري، ٢٠٢٣). وتؤكد هذه النتائج على أهمية الاهتمام بتنمية الذكاء الوجداني لدى الطالبات في الصفوف الأولى، من خلال برامج إرشادية وتربوية متخصصة، لضمان نموهن النفسي والاجتماعي المتوازن في جميع المراحل الدراسية.

نتائج السؤال الرابع ومناقشتها: هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض وفقاً لاختلاف المستوى الدراسي؟

تم أولاً حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات العينة على مقياس الرفاهية النفسية حسب متغير المستوى الدراسي كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (9)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات العينة على مقياس الرفاهية النفسية حسب متغير المستوى الدراسي

الانحرافات المعيارية	المتوسطات الحسابية	المستوى الدراسي
0.791	3.669	أول ثانوي
0.510	3.731	ثاني ثانوي
0.798	3.471	ثالث ثانوي

يتبين من الجدول السابق وجود ظاهرية في المتوسطات الحسابية ال لاستجابات العينة على مقياس الرفاهية النفسية حسب متغير المستوى الدراسي، وللتعرف على دلالة الفروق بين هذه المتوسطات اتم استخدام تحليل البين الأحادي، ونتائج موضحة في الجدول التالي:

جدول (10)

دلالة الفروق في مستوى الرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض
وفقا لاختلاف المستوى الدراسي

مجموع المربعات	درجات الحرية df	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة Sig.
1.606	2	0.803	1.516	0.223
69.894	132	0.529		
71.499	134			

يتبين من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة حرض وفقا لاختلاف المستوى الدراسي.

تشير النتيجة السابقة إلى أن الرفاهية النفسية لدى الطالبات تظل متقاربة نسبياً بصرف النظر عن الصف الدراسي الذي ينتمين إليه، ما يشير إلى أن العوامل المرتبطة بالمستوى الدراسي لا تؤثر بشكل جوهري في شعور الطالبات بالرفاهية النفسية في هذه المرحلة العمرية. ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الشعور بالرفاهية النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية قد يتأثر بعوامل أخرى أكثر أهمية من مجرد مثل البيئة الأسرية، والدعم الاجتماعي، والظروف الاقتصادية، والسمات الشخصية، بالإضافة إلى جودة الخدمات النفسية والتربوية المقدمة في المدرسة. كما قد تعكس هذه النتائج وجود برامج أو مناخ مدرسي موحد يضمن توفير الدعم والرعاية النفسية لجميع الطالبات دون تمييز بين الصفوف.

توصيات البحث

بناء على ما تم التوصل إليه من نتائج يوصي البحث بما يلي:

1. ضرورة إدراج برامج تدريبية لتنمية الذكاء الوجداني، خاصة المهارات الاجتماعية، ضمن المناهج والأنشطة المدرسية، لما لها من أثر مباشر في تعزيز الرفاهية النفسية لدى الطالبات.
2. تفعيل الدعم النفسي والاجتماعي داخل المدارس من خلال تقديم جلسات إرشادية وورش عمل تركز على إدارة المشاعر، بناء العلاقات الإيجابية، والتكيف مع ضغوط الحياة المدرسية.
3. تشجيع إجراء المزيد من الدراسات الميدانية تتناول أثر متغيرات أخرى على الرفاهية النفسية مثل المرونة النفسية، وفاعلية الذات، وإجراء دراسات أخرى في مراحل

دراسية ومناطق جغرافية متنوعة، بهدف تطوير تدخلات تربوية ونفسية أكثر فاعلية تراعي الفروق الفردية والثقافية بين الطالبات.

المقترحات البحثية

يوصي البحث الباحثين الآخرين بإجراء الدراسات التالية:

1. إجراء دراسة تتناول تأثير برامج التدريب في تنمية الذكاء الوجداني لدى طالبات المرحلة الثانوية.
2. إجراء دراسة تتناول القدرة التنبؤية للذكاء الوجداني بجودة الحياة لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الرياض.
3. إجراء دراسة تتناول العلاقة بين الرفاهية النفسية ومعنى الحياة لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الرياض.

قائمة المراجع :

إبراهيم، خالد احمد. (٢٠٢٣). النمذجة البنائية للعلاقات بين الذكاء الوجداني والرفاهية النفسية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي لدى طلاب الجامعة، *المجلة العلمية*، ١٥ (٤٧)، ٨٨-٦٥.

<https://dx.doi.org/10.21608/sjsw.2023.319910>

أبو وردة، سها عبد الوهاب. (٢٠٢٠). الرفاهية النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لدى طفل الروضة، *مجلة الطفولة والتربية*، ٤١ (٥)، ٢١٢-١٥٥.

<https://dx.doi.org/10.21608/fthj.2020.173901>

الاحمدي، صفاء عيد. (٢٠٢٤). الذكاء الروحي وعلاقته بالرفاهية النفسية لدى طالبات جامعة الطائف، *مجلة الارشاد النفسي*، ٧٩ (٣)، 230-191.

أرنوط، بشرى إسماعيل أحمد، وعسيري، أحمد علي عبدالله آل عواض. (2025). نمذجة العلاقات السببية بين كل من إدراك الأمن الأسري والمدرسي ورأس المال النفسي والرفاهية النفسية لدى طلبة المرحلتين المتوسطة والثانوية بعد جائحة كوفيد-19 باستخدام خوارزمية PLS-SEM. *مجلة البحوث التربوية والنفسية، جامعة بغداد*، 84، 95 - 141.

ايوب، سارة حسيني خضر، عادل يوسف. اسماعيل، ميمي السيد. خريبة، ايناس محمد. (٢٠٢٢). الرفاهية النفسية لدى مرتفعي ومنخفضي الذات من طلبة المرحلة الثانوية، *مجلة كلية التربية*، ٣٧ (١٢٠)، ٢٧٦-٢٢٥.

<https://dx.doi.org/10.21608/sec.2022.273417>

بحاج، سمية، وحفصي، نعيمة. (2023). تأثير الذكاء العاطفي على إدارة المعرفة: دراسة عينة من أعضاء هيئة التدريس بجامعة أحمد درايعية أدرار (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة أحمد درايعية أدرار.

حذبي، محمد والعنترى، محمد علي. (2024). أثر برنامج تعليمي مبني بالألعاب التنافسية لتنمية الرفاهية النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (دراسة ميدانية أجريت على تلاميذ السنة ثمانية ثانوي بثانوية محمد بن عبد الكريم بتيارت). مجلة العلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، 21(2)، 308-320.

خلف، سالي حسين، العتابي، ازدهار هادي. (2023). إدراك التزاحم لدى طلبة المرحلة الثانوية، مجلة العلوم النفسية، 34(3)، 335-372.

<https://www.iraqoj.net/iasj/article/284102>

الدبابي، خلدون إبراهيم؛ وعبد رحمن، عبد السلام. (2025). النمذجة السببية للعلاقات بين الرفاهية النفسية والمرونة النفسية والدعم الاجتماعي المدرك. دراسات: العلوم الإنسانية والاجتماعية، 52(2)، 28-41.

دياب، محمد احمد. (2013). علم النفس الإيجابي. الرياض: دار الزهراء.

الذنيبات، إبراهيم عودة تيم. (2024). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالضبط الذاتي لدى الطلبة المراهقين في لواء القصر. حوليات آداب عين شمس، 52، 168 - 191.

الرقب، توفيق زايد محمد. (2025). القيادة الأصيلة والقيادة الروحية والثقافة الأخلاقية التنظيمية كموارد وظيفية لتحقيق الرفاهية النفسية في التعليم العالي. مجلة أبحاث، 12(1)، 809-851.

السويلم، سارة سليمان عبدا لله. (2019). الرفاهية النفسية لدى عينة من طالبات جامعة الحدود الشمالية في ضوء بعض التغيرات الديموغرافية، مجلة البحث العلمي، 20(9)، 503-533.

<https://doi.org/10.21608/jsre.2019.56535>

الشافعي، ياسمين جابر. (2024). إسهام التوافق الزوجي في التنبؤ بالذكاء الوجداني عند المراهقين من وجهة نظر الأمهات. مجلة بحوث كلية الآداب، جامعة المنوفية، 136(3)، 2473 - 2522.

الشراري، هدى محمد سلام. (2025). مستوى الصمود النفسي لدى طالبات الكلية الجامعية برنية في جامعة الطائف. مجلة كلية التربية، جامعة طنط، 91(1)، 35-66.

الشمري، امانى عبدا لله. (2023). الذكاء الوجداني وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طالبات لمرحلة الثانوية في منطقة حائل، مجلة التعليم وعلوم النفسية، 7(46)، 69-85.

<https://doi.org/10.26389/AJSRP.D120923>

شند، سميرة محمد. عبد السميع، هانم محمد. (٢٠٢١). العلاقة بين الذكاء الوجداني والتفكير الإبداعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة جدة، مجلة الارشاد النفسي، ٦٨، ١-٢٢.

<https://search.mandumah.com/Record/1318202>

عبد العال، محمد أحمد المظلوم، مصطفى على (٢٠١٣) الاستمتاع بالحياة في علاقته ببعض المتغيرات الشخصية الإيجابية لدراسة في علم النفس الإيجابي. مجلة كلية التربية بينها، ١٤، ٢٤٢-٢١٧.

عبد المهدي، سارة علي. (٢٠٢٢). العوامل المساهمة في الرفاهية النفسية في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية، مجلة الدراسات التربوية والاجتماعية، ٢٨ (٢)، ١٧١-٢١٨.

<https://search.shamaa.org/FullRecord?ID=384882>

عبدالرحيم، إيمان صابر عباس ومحمد، عادل عبدالله والسحيمي، علياء رجب. (2024). الذكاء الوجداني كمنبئ بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية. مجلة التربية في القرن 21 للدراسات التربوية والنفسية، جامعة مدينة السادات، 35، 78 - 123. عبدالمهدي، سارة على ولاشين، ثريا يوسف، ورياض، سارة عاصم. (2022). العوامل المسهمة في الرفاهة النفسية في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية. مجلة دراسات تربوية واجتماعية، 28(2)، 171-2018.

العبيدي، صباح مرشود منوخ. (2020). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة. مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، 27(10)، 394 - 416.

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

<https://portal.arid.my/en/Publications/Details/29873>

العتيبي، محمد عبدا لله. أبو لطيفة، لؤي حسن. (٢٠١٩). العلاقة بين الذكاء الوجداني واتخاذ القرار لدى طلاب المرحلة الثانوية بمكة المكرمة، المجلة العلمية لجامعة سيوط، ٢ (٣٥)، ٩٣-٤٥.

<https://search.shamaa.org/fullrecord?ID=282204>

العتيبي، وفاء سلمان. (٢٠٢٢). العلاقة بين الارشاد النفسي الالكتروني ومستوى الذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة جدة، المجلة السعودية للعلوم التربوية، ١١ (٢٣)، ٣٣-٥٤.

<https://sjes.org.sa/index.php/sjes/article/view/266>

العطيوي، إسراء شوكت. القضاة، محمد إسماعيل. (٢٠٢٣). المرونة النفسية وعلاقتها بالسعادة لدى طلبة جامعة الطفلية التقنية، مجلة مؤتة للدراسات الإنسانية، ١، ٢٣٩-

<https://search.emarefa.net/ar/detail/> .٣٣٢

- العنزي، حمود بن محمد. (٢٠١٧). دور الأنشطة الترويحية في الرفاهية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية بمدينة عرعر، *مجلة الحقوق والعلوم الإنسانية*، ١ (١٠)، ١٨٤-٢٠٢. <https://asjp.cerist.dz/en/article/18286>
- مبارك، خلف احمد. حكيم، ميخائيل رزق. (٢٠٢٢). الذكاء الوجداني وعلاقته ببعض المشكلات الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية، *مجلة شباب الباحثين*، ١٠ (١٠)، ٤٤-٢. <https://dx.doi.org/10.21608/jyse.2022.208710>
- مجلة الطفولة والتربية، جامعة الإسكندرية، ١٢ (41)، 155 - 212.
- مصطفى، ايناس محمد، وسالم، هانم احمد، وعطية، رانيا محمد. (٢٠١٩). النموذج البنائي للعلاقات بين اليقظة العقلية والذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طلبة الفرق الأولى بكلية التربية جامعة الزقازيق، *مجلة الدراسات العربية في التربية وعلم النفس*، 116، 116-107. <https://doi.org/10.21608/saep.2019.67682>
- منظمة الصحة العالمية. (2024). *صحة المراهقين النفسية*. منظمة الصحة العالمية. <https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- النيل، ماسية وعلي، ساجدة. (١٩٩٥). السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والشخصية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والشخصية لدى عينة من المسنين والمسنات. *مجلة علم النفس*، 9 (36)، 41-22.

المراجع الأجنبية:

- Bar-On, R. (1997). *Bar-One Emotional Quotient Inventory: Technical manual*. Multi-Health Systems.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On. Model of Emotional-Social Intelligence (ESI), Consortium for Research On Emotional Intelligence in Organizations". *Issues in Emotional Intelligence*, 18, 13-25
- Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2011). Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 88-103. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00334.x>
- Chen, C., Zhang, J., Tian, H., & Bu, X. (2025). The impact of entrepreneurial passion on entrepreneurial success and psychological well-being: a person-centered investigation. *International Journal of Entrepreneurial Behavior & Research*, 31(2/3), 369-389.
- Da Silva, T. M. (2025). Appreciative Inquiry in Nursing: Cultivating Flourishing Practices and Sustainable Environments Through

- Emotional Intelligence. In *Cultivating Flourishing Practices and Environments by Embracing Positive Education* (pp. 45-78). IGI Global Scientific Publishing.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. (2014). The brain and emotional intelligence: New insights. *Regional Business*, 33, 94-95.
- Iren, L., & Arild, P. (2018). Longitudinal changes among adolescents' well-being at school and the importance of gender and overweight. *International Journal of Educational Administration and Policy Studies*, 10(5), 39–47.
- Khatoon, A., Afzal, A., Kiran, K., & Ijaz, B. (2020). Effects of emotional intelligence on students' academic performance. *La EduScience Journal*, 3(1), 45-59. <https://newinera.com/index.php/JournalLaEdusci/article/view/91>
- Larguinho, M., Leal, S., & Lopes, R. (2025). The Impact of Emotional Intelligence on the Psychological Well-Being of Young Graduates in Portugal. *Psychology International*, 7(2), 29.
- Mancini, G., Özal, Z., Biolcati, R., Trombini, E., & Petrides, K.V. (2024). Trait emotional intelligence and adolescent psychological well-being: a systematic review. *International Journal of Adolescence and Youth*, 29(16), 1365–1378.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (2007). *Mayer-Salovey-Caruso emotional intelligence test*. Toronto: Multi-Health Systems Incorporated.
- Mostafa, N. A., Harfoush, M. S., Atta, M. H. R., & Fouad, R. A. (2025). The impact of a student-led intergenerational support program on life satisfaction, loneliness, and psychological well-being of institutionalized older adults. *Geriatric Nursing*, 62, 157-167.
- Öztürk Çelik, D. (2025). Emotional Intelligence and Psychological Well-Being of Turkish Physical Education and Sports Athlete–Students: The Mediating Roles of Self-Efficacy and Burnout. *Behavioral Sciences*, 15(314), 1-12.
- Pacifico, A., Gorrese, L., Sorrentino, C., Viciconte, M., Andretta, V., Iovino, P., ... & Carpinelli, L. (2025). The Impact of Psychological Well-Being on Learning Strategies: Analyzing Perceived Stress, Self-Esteem, and Study Approaches in Nursing and Obstetrics Students. *Nursing Reports*, 15(3), 109-120.
- Rosadi, K. I., Musyaffa, A. A., Anwar, K., El Widdah, M., & Idarianty, M. F. (2024). Strengthening emotional intelligence, spiritual intelligence, and school culture on student character. *Religion, Education, Science and Technology towards a More Inclusive and Sustainable Future*, 90-96.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality*

- and *Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9(3), 185-211.
- Seligman, M. E. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Simon and Schuster.
- Serdiuk, L. (2022). Internal resources of personal psychological well-being. *The global psychotherapist*, 2(2), 17-23.
- Shengyao, Y., Xuefen, L., Jenatabadi, H. S., Samsudin, N., Chunchun, K., & Ishak, Z. (2024). Emotional intelligence impact on academic achievement and psychological well-being among university students: the mediating role of positive psychological characteristics. *BMC psychology*, 12(1), 389-405.
- Simatupang, G. D., & Nugraha, D. Y. (2025). The Role of Academic Hope and Emotion Regulation on Psychological Well-being in Students. *Journal of Educational, Health & Community Psychology (JEHCP)*, 14(1), 314-329.
- Tabur, A., Elkefi, S., Emhan, A., Mengenci, C., Bez, Y., & Asan, O. (2022). Anxiety, burnout and depression, psychological well-being as predictor of healthcare professionals' turnover during the COVID-19 pandemic: study in a pandemic hospital. In *Healthcare* (Vol. 10, No. 3, p. 525). Mdpi.
- Tse, D. C., Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2021). Living well by “flowing” well: The indirect effect of autotelic personality on well-being through flow experience. *The Journal of Positive Psychology*, 16(3), 310-321.
- Urbón, E., Salavera, C., & Usán, P. (2025). The influence of gender on the relationship between emotional intelligence and psychological well-being in Spanish university students. *BMC psychology*, 13(1), 393.
- Wan, S., Lin, S., Yirimuwen, Li, S., & Qin, G. (2023). The Relationship Between Teacher–Student Relationship and Adolescent Emotional Intelligence: A Chain-Mediated Mediation Model of Openness and Empathy. *Psychology Research and Behavior Management*, 16, 1343 - 1354.
- Wang, Q., & Yao, N. (2025). Understanding the impact of technology usage at work on academics' psychological well-being: a perspective of technostress. *BMC psychology*, 13(1), 130-145.
- Wang, Y., & Pan, L. (2025). Immersive virtual reality in education: impact on the emotional intelligence of university students. *Education and Information Technologies*, 30(4), 5283-5299.
- Ye, S., Lin, X., Jenatabadi, H.S., Samsudin, N., Ke, C., & Ishak, Z. (2024). Emotional intelligence impact on academic achievement and psychological well-being among university students: the

mediating role of positive psychological characteristics. BMC Psychology, 12, (1), 389-398.