



مجلة أكاديمية شمال أوروبا المحكمة - الدنمارك (الإصدار التاسع) بتاريخ 13/10/2020

A JNE A

الذكاء الوجداني وعلاقته بالاكتئاب لدى عينة  
من المراهقات السعوديات في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية  
**Emotional intelligence and its relationship to depression  
for a sample  
Of Saudi teenage girls in the light of some demographic  
variables**

إعداد

Prepared by



الأستاذ المساعد الدكتورة / نجلاء فتحى عبد الرحمن الشيمي

A.Prof.Dr. Naglaa Fathy Abd Al-Rahman Al-Shimi

كلية العلوم والآداب بشرورة - جامعة نجران

College of Sciences and Arts in Sharurah - Najran University

[drnaglaaelshimy@yahoo.com](mailto:drnaglaaelshimy@yahoo.com)

## ملخص

هدف البحث الحالي الكشف عن مستويات الذكاء الوجداني، ومستويات الاكتئاب لدى عينة الدراسة، وكذلك الكشف عن وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء الوجداني والشعور بالاكتئاب لدى الطالبات من وجهة نظرهن، واعتمد البحث على المنهج الوصفي الارتباطي كمنهج للدراسة، واستعان الباحثة بمقياس الذكاء الوجداني ومقياس الاكتئاب من إعداد الباحثة كأدوات للدراسة، وقد اشتملت عينة البحث على (60) طالبة من الصفوف الأول والثاني من طالبات كلية العلوم والآداب بشورره، وقد توصل البحث للعديد من النتائج هي: أن مستويات الذكاء الوجداني جاءت بدرجة مرتفعة من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة، أن مستويات الاكتئاب جاءت بدرجة مرتفعة من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة، توجد علاقة عكسية بين مستويات الذكاء الوجداني ومستويات الاكتئاب بمعنى أنها كلما زادت مستويات الذكاء الوجداني كلما قلت مستويات الاكتئاب لدى الطالبات، وأوصت الباحثة بالعديد من التوصيات أهمها: ضرورة تنمية مستويات الذكاء الوجداني لدى المراهقين وتواصل الأسرة والمدرسة لتحقيق هذا الهدف، العمل على الحد من المشكلات والتحديات التي تواجه المراهقين وتزيد من مستويات الاكتئاب لديهم.

**الكلمات المفتاحية: الذكاء الوجداني - الاكتئاب - المراهقات.**

## Abstract

The present study aims at investigating the levels of emotional intelligence and depression among members of a sample of teenage female students at the College Of Science and Arts-Sharurah. The study also aims at detecting a correlation between emotional intelligence and the reduction of the severity of depression among students; from their own perspectives. The researcher adopts the correlational descriptive approach as the research methodology and uses the Emotional Intelligence Scale and Depression Scale (designed by the researcher) as the research instruments. The sample of the study includes (60) female students from the first and second grades at the Imam Shatby Institute in Jeddah for preparing preschool and Holy Quran teachers. The study has yielded several results-such as: Levels of emotional intelligence have been rated (high); by sample members, levels of depression have been rated (high); by sample members, and there is a negative relationship between the levels and development of emotional intelligence and levels of depression. In other words, the higher the levels of emotional intelligence are the lower the levels of depression among students are.

The researcher provides several recommendations, the most important of which are the following: the necessity to improve the levels of emotional intelligence among adolescents as well as the communication between families and schools to achieve that goal; and the necessity of working on limiting the problems and challenges that are encountered by teenagers and increase their levels of depression.

**Keywords:** Emotional intelligence - depression - female adolescents.

## مقدمة:

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة هامة ودرجة في حياة الإنسان، ففيها يمر الإنسان بالعديد من التغيرات الهرمونية والسلوكية والنفسية، خاصة فيما يتعلق بنمط حياته وحالته الصحية العامة؛ وكننتيجة لذلك، قد تشهد الحالة الصحية للإنسان في تلك المرحلة العديد من صور عدم الاستقرار، ويظهر ذلك من خلال الإصابة بالعديد من الأعراض والمشكلات النفسية، كما أن المراهقين أكثر عرضة مقارنة بالأشخاص المنتمين إلى أي فئة عمرية أخرى لتكوين تصورات ذاتية سلبية حول حالتهم الصحية العامة وأيضاً تكوين مشاعر من عدم الرضا عن الحياة.

وقد تنوعت مشكلات المراهقين واختلفت باختلاف طبيعة العصر الذي نعيشه، وذلك بعد أن تعرضوا لتكنولوجيا العصر، وتفاعلوا مع وسائل التواصل الاجتماعي المتعددة التي دخلت إلى أعماق المنازل والمدارس، والتي من أهمها الإنترنت، وتعد المشكلات النفسية هي الأكثر شيوعاً في الألفية الثالثة والتي ظهرت كرد فعل مباشر للتطورات الاجتماعية الحديثة السريعة، مما ساهم في زيادة المشكلات والضغط النفسية. (عطار، 2015: 39).

وفي ظل التحولات العديدة التي يمر بها الإنسان خلال مرحلة المراهقة، ترتفع لديه احتمالية الإصابة بالعديد من المشكلات والاضطرابات النفسية، والتي يأتي الاكتئاب ضمن أبرزها؛ فوفقاً للإحصاءات عام (2010)، تبلغ نسبة المصابين بأعراض الاكتئاب لدى من تتراوح أعمارهم بين 9 : 17 عاماً في مختلف المجتمعات حوالي 5% من إجمالي عدد المنتمين إلى هذه الفئة العمرية. (Boutelle,et- al, 2010,P: 1-2) ويعتبر الذكاء من الأسلحة التي في حوزة المراهقين، يعنى أن الخلافات في الماضي التي كانت تؤدي إلى القتال بالأيدي، يمكن اليوم أن تؤدي إلى استخدام الرصاص، إلا أن للأسرة والمدرسة دوراً كبيراً في نشأة المراهقين بالمجتمع؛ وذلك من خلال تعليمهم التعاطف الوجداني، والسيطرة على الاندفاع. (جولمان، 2000: 362).

وتعتمد قدرة المراهقات على التكيف النفسي والتعامل مع مشاعر الاكتئاب على مدى قدرتهن على معالجة المعلومات ذات البعد العاطفي وتنظيم مشاعرهن، أي مدى تمتعهن بالذكاء الوجداني؛ ويقصد بالذكاء الوجداني: هو القدرة على إدراك واستخدام وفهم وإدارة العواطف؛ وهو يعتبر مهارة هامة ترتبط ارتباطاً إيجابياً بمؤشرات الصحة النفسية، ومن أهمها ضعف احتمالية إصابته بالاكتئاب، فكلما تمتع الإنسان بمهارات الذكاء الوجداني كلما انخفضت احتمالية إصابته بالأعراض الاكتئابية.

( Salguero, Cabello,& Berrocal, P: 2015: 47)

ويعتبر الاكتئاب من أكثر الظواهر انتشاراً لدى المراهقين لما تتعرض له هذه المرحلة من تغيرات حرجة فعلاً سواء بحكم العمر وتأجج الطاقات أو ترامي الطموح وتمادي الحلم، وهذه الطاقة إما أن تنتج طاقة بناءة تثري الحاضر، وتؤسس للبقاء في المستقبل، أو تتروى وتخفت كما هو واضح في أعراض الاكتئاب، لذا فإن أي عملية تنموية تتجاهل الإنسان عموماً والمراهق خصوصاً فهي مقضي عليها بالفشل حيث أن المراهق المكتئب يشقي نفسه ومجتمعه أيضاً. (خطاب، 2013 : 77)

ويرى الأطباء أن معظم الأسباب المؤدية إلى الاكتئاب ترجع إلى تأثير العوامل الاجتماعية والنفسية أكثر من الوراثية وتقرر الصحة العالمية أن نسبة انتشاره 3% بين السكان، وفي الأقارب 11% وبين الأشقاء بنسبة 23% وغير الأشقاء بنسبة 17% أما الطريقة التي تنتقل بها الوراثة فما زالت غير معروفة وتعمل بعض مراحل العمر كعامل مسبب للمرض ففي مرحلة المراهقة يحدث بسبب الصراعات والمتناقضات والضغوط المختلفة، والنساء أكثر إصابة بالاكتئاب من الرجال بنسبة الضعف بسبب التغير الهرموني لديهن (علي، 2012 : 70).

ويعد الذكاء الوجداني في العصر الحالي إجابة لمعظم التساؤلات وحل لمعظم المشكلات لأنه يعتقد وجهات نظر غير تقليدية توحى بحل المشكلات الضاغطة على المجتمع، حيث يتضمن بشكل أساسي الوعي بالمشاعر وبتأثيرها في الجوانب المعرفية ويساعد على تحويل الانفعالات السلبية من غضب وكراهية ومؤامرات وعدوانية إلى انفعالات إيجابية من حب وتقديم مساعدات وعلو في صورة يتقبلها المجتمع وتساعد في تقدمه (الحويج، 2017 : 12).

### مشكلة البحث:

أوضحت مشكلة الاكتئاب شائعة لدى الجنسين خاصة في مرحلة المراهقة، إلا أن احتمالية حدوثها لدى المراهقات تفوق المراهقين؛ ومن المرجح غالباً كون الاختلافات بين الجنسين في احتمالية الإصابة بالاكتئاب راجعة إلى التغيرات الجسدية والشخصية التي تمر بها الإناث خلال مرورهن بمرحلة المراهقة، وبالتالي فالاحتمالية المرتفعة للإصابة بالاكتئاب لدى المراهقات مرتبطة ارتباطاً مباشراً بالتغيرات الجسدية والشخصية لديهن؛ ولا يعني ذلك أن هذه التغيرات في حد ذاتها تتسبب في المشكلات العصبية والسلوكية المتسببة في الاكتئاب، ولكنها تساهم في جعل الدماغ أكثر حساسية وتأثراً بالتأثيرات السلبية اللاتي يتعرضن لها. (Thapar, Pine, & Thapar, 2012, P: 2-3).

وقد أكدت العديد من الدراسات السابقة منها: دراسة العباني (2010)، التي توصلت إلى أن هناك علاقة طردية بين مستوى الذكاء الانفعالي وقدرة الطلبة على تنظيم انفعالاتهم، فكلما كان مستوى الذكاء الوجداني مرتفع كلما كان الطالب قادراً على تنظيم انفعالاته بشكل يقلل من معاناته من الاكتئاب، وكلما انخفض مستوى الذكاء الوجداني كلما زادت المعاناة وأعرض الاكتئاب؛ كما ذكرت دراسة البستاوي (2017) أن هناك علاقة ارتباطية بين الذكاء الوجداني والاكتئاب والسلوك الانتحاري لدى المراهقين.

وعلى النقيض أكدت نتيجة دراسة لومباس وآخرين (Lombas, Albo, Salas, & Jiménez, 2014) على وجود علاقة ايجابية بين مستويات الذكاء الوجداني من ناحية والأعراض الاكتئابية من ناحية أخرى؛ أي أنه كلما ارتفع لدى الإنسان مستوى الذكاء الوجداني كلما زاد لديه احتمالية الإصابة بالاكتئاب؛ ويفسر الباحثون تلك النتيجة بالقول أنه كلما ازداد الانتباه الوجداني لدى الإنسان كلما ازدادت احتمالية ممارسته للتفكير الاجتزاري (وهو تفكير وسواسي لا إرادي حول موضوع أو حدث ما)، مما يجعل من الخفض من حدة الاكتئاب لدى ذوي الذكاء الوجداني المرتفع أمراً صعباً.

وتؤكد دراسة غوميز - بايا وآخرين (Gomez, Mendoza, Piano, & deMatos, P:2017) تلك النتائج، حيث أشارت نتائج البحث إلى أن مستويات الذكاء الوجداني بوجه عام منخفضة لدى المراهقات مقارنة بالمراهقين، في حين أن الأعراض الاكتئابية تظهر لدى المراهقات بشكل أكبر مقارنة بالمراهقين. ويمكن إبراز مشكلة البحث من خلال التساؤل الرئيس التالي:

✳ ما العلاقة بين الذكاء الوجداني والشعور بالاكتئاب لدى عينة من المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره؟

ويتفرع منه عدد من التساؤلات الفرعية هي:

- ما مستويات الذكاء الوجداني لدى أفراد العينة من المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره؟
- ما مستويات الاكتئاب لدى أفراد العينة من المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره؟
- هل توجد علاقة ارتباطية دالة بين متوسطي درجات الذكاء الوجداني والشعور بالاكتئاب لدى عينة من المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكاء الوجداني لدى أفراد العينة من المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره وفقاً لمتغيرات (التخصص العلمي - العمر الزمني)؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الاكتئاب لدى أفراد العينة من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره وفقاً لمتغيرات (التخصص العلمي - العمر الزمني)؟

**أهداف البحث:**

سعى البحث الحالي لتحقيق الأهداف التالية:

- التعرف إلى مستويات الذكاء الوجداني لدى أفراد العينة من المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره.
- التعرف إلى مستويات الاكتئاب لدى أفراد العينة من المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره.
- الكشف عن وجود علاقته ارتباطية دالة بين متوسطي درجات الذكاء الوجداني والشعور بالاكتئاب لدى عينة من المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره.
- الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكاء الوجداني لدى أفراد العينة من المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره وفقاً لمتغيرات (التخصص العلمي - العمر الزمني).
- الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الاكتئاب لدى أفراد العينة من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره وفقاً لمتغيرات (التخصص العلمي - العمر الزمني).

### أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث الحالي في كونه من الأبحاث العلمية التي تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الوجداني والشعور بالاكتئاب لدى عينة من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره؛ إلا أن تلك الأهمية تبرز في المجالين النظري والتطبيقي وذلك على الوجه التالي:

### أولاً: الأهمية النظرية

- يساعد البحث الحالي في توعية الأسرة والمؤسسات التربوية في التعرف على أهمية الذكاء الوجداني ودوره في مواجهة المشكلات النفسية لدى المراهقين والعمل على تعزيز مستوياته لديهم.
- تأمل الباحثة في إثراء إضافة علمية للمعرفة والمكتبات العربية فيما يتعلق بالكشف عن العلاقة بين الذكاء الوجداني، والشعور بالاكتئاب لدى أفراد العينة من المراهقات السعوديات.

### ثانياً: الأهمية التطبيقية

- تساعد نتائج البحث الحالي الإداريين والمسؤولين في تحديد مستويات الاكتئاب لدى عينة من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره والعمل على دعمهم اجتماعياً ومعرفياً بما يتناسب مع الإمكانيات المتاحة للحد من مستويات الاكتئاب لديهم.

- تساهم نتائج البحث الحالي في استثارة العديد من الباحثين لإعداد برامج تدريبية وإرشادية لتنمية الذكاء الوجداني لما له من دور فعال في الحد من العديد من المشكلات السلوكية لدى المراهقين من الجنسين.

### محددات البحث:

- أولاً: المحددات الموضوعية: يقتصر هذا البحث على معرفة العلاقة بين الذكاء الوجداني والشعور بالاكتئاب لدى عينه من المراهقات السعوديات بكلية العلوم والآداب بشروره .
- ثانياً: المحددات الزمانية : يتم تطبيق هذا البحث في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 1441هـ.
- ثالثاً: المحددات المكانية: اقتصر هذا البحث على النطاق الجغرافي المحدد للدراسة الميدانية بالمملكة العربية السعودية بكلية العلوم والآداب بشروره.
- رابعاً المحددات البشرية: تكون مجتمع البحث من جميع طالبات كلية العلوم والآداب بشروره وسيختار الباحثة (60) طالبة منهم كعينة عشوائية للدراسة الميدانية.

### فرضيات البحث:

- توجد علاقة ارتباطية (سالبة) بين متوسطي درجات الذكاء الوجداني والشعور بالاكتئاب لدى عينة من المراهقات السعوديات.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكاء الوجداني لدى أفراد العينة من المراهقات السعوديات وفقاً لمتغيرات (التخصص العلمي - العمر الزمني).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الاكتئاب لدى أفراد العينة من المراهقات السعوديات وفقاً لمتغيرات (التخصص العلمي - العمر الزمني).

### مصطلحات البحث:

#### الذكاء الوجداني:

عرفه الزحيلي (2011: 242) بأنه قدرة الفرد علي الانتباه والإدراك الصادق لانفعالاته ومشاعره الذاتية وانفعالاته ومشاعر الآخرين والوعي بها وفهمها وتقديرها بدقة ووضوح، وضبطها وتنظيمها، والتحكم فيها وتوجيهها، واستخدام المعرفة الوجدانية وتنظيمها لزيادة الدافعية وتحسين مهارات التواصل



الوجداني والتفاعل الاجتماعي مع الآخرين، وتطوير العلاقات الإيجابية التي تكفل للفرد والآخرين تحقيق النجاح في شتي جوانب الحياة.

ويعرف الذكاء الوجداني على أنه قدرة الإنسان على مراقبة ما لديه ولدى الآخرين من مشاعر وعواطف، والتمييز بينها، واستخدام المعلومات التي يحصل عليها خلال ذلك في توجيه أسلوب تفكير وأفعاله. (Shooshtarian, Ameli & Amini Lari,2013,P:39-40).

وتعرفه الباحثة إجرائياً على أنه: مجموعة من الكفايات التي تتيح للمراهق فرصة تحديد سلوكياته، والتحكم في انفعالاته، والحالة المزاجية الخاصة به، وإدارتهم تلك الكفايات على نحو فعال بما يخدم الموقف الذي يمر به.

### الاكتئاب:

عرفه إسماعيل (2015، ص: 74) بأنه أحد الأمراض النفسية يدخل فيها المريض في حالة من الحزن والتكدر الشديدين المستمرين لأسباب مجهولة المصدر، وحالة من الصراع العنيف القاسي الداخلي تحدث بين الشخص وذاته، فيشعر المصاب باحتقار الذات والشعور بالذنب واتهام نفسه بأشياء لم يفعلها. ويعرف الاكتئاب على أنه حالة من التثبيط للحالة المزاجية ومستوى الطاقة لدى الإنسان، وهو يكون مصحوباً بانخفاض في مستوى النشاط البدني والنفسي. (Sani, Vöhringer, Napoletano, Holtzman, Dalley, Girardi, Ghaemi & Koukopoulos,2014,P: 14)

ويعرفه الباحثة إجرائياً على أنه: اضطراب في الحالة المزاجية للمراهق، والتي تؤثر على طبيعة شعوره وتفكيره وتصرفاته وتؤثر سلباً على أدائه في حياته الاجتماعية والشخصية.

### المراهقة

يعرفها (صبحي 2017: 422) بأنها مرحلة الانتقال من الطفولة إلى الرشد، وتبدأ فترة الانتقال من البلوغ وتنتهي بالوصول إلى النضج، والاستقلال الذاتي فيما بين أعمار 11: 22 سنة أي أن المراهقة هي مرحلة تذهب لمرحلة الرشد تمتد إلى العقد الثاني من حياة الفرد ويطلق عليها مرحلة التطبيع الاجتماعي حيث يتم غرس القيم، والمعايير الاجتماعية من الأشخاص للجيل الجديد. كما تعرف المراهقات أيضاً على أنهن إناث في مرحلة عمرية تتراوح ما بين 12: 17 عاماً ويعشن في بيئة أسرية مع أولياء أمورهن أو الأوصياء عليهن (Li, 2013,P: 18).

ويعرفها الباحثة إجرائياً على أنها: هي المرحلة العمرية التي تنقل الفرد من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد والبلوغ، وتحدث في هذه المرحلة مجموعة من التغيرات الجسدية والنفسية والعقلية والاجتماعية، والتي تكون شخصيته المستقبلية.

## الإطار النظري:

تعتبر مرحلة المراهقة من أهم المراحل العمرية في حياة الإنسان وأكثرها حساسية؛ فهي تتسم بحدوث العديد من التغيرات الفسيولوجية والنفسية والعاطفية والاجتماعية التي يتحدد وفقاً لها تكوين شخصية الإنسان ومسار حياته خلال المراحل العمرية اللاحقة؛ ونتيجة لتلك التغيرات وما يصاحبها من عوامل داخلية وخارجية، يكون المراهق دائم التعرض للعديد من العوامل التي قد تؤدي لديه إلى نشوء الاضطرابات النفسية والعاطفية، ومن أبرزها اضطرابات الاكتئاب.

وقد أصبحت حياتنا اليومية مليئة بالكثير من الانفعالات والعواطف والمشاعر الوجدانية في المواقف المختلفة فالإنسان قد يشعر مرة بالاكتئاب ومرة بالتفاؤل والأمل وهكذا فحياة الإنسان مليئة بالحالات الوجدانية، والتي قد تؤثر على علاقاته بالآخرين وتقوي الروابط والعلاقات الاجتماعية، وقد تكون هذه الحالات بين زملاء العمل أو زملاء الدراسة والمفتاح الرئيسي في استخدام المشاعر والانفعالات وهو ما نسميه بالذكاء الوجداني (أحمد، 2015: 41).

ويعتبر الذكاء الوجداني من أهم العوامل المؤثرة على السلامة النفسية لدى الإنسان، فهو يعتبر مهارة تربط بين العمليات النفسية المرتبطة بالإدراك المعرفي والجانب العاطفي لدى الإنسان؛ ومن المثبت أن التمتع بالذكاء الوجداني يحسن من المهارات التكيفية المختلفة؛ لذلك فهناك علاقة إيجابية قوية بين الذكاء الوجداني والصحة النفسية، كما أنه يعتبر منبئاً بمهارات التكيف النفسي لدى الإنسان.

(Luque-Reca, Augusto-Landa, & Pulido-Martos, 2016,P: 2).

كما أن الاكتئاب من أكثر الظواهر النفسية انتشاراً، ونستطيع القول أن أي واحد منا قد يمتلكه في وقت من الأوقات شعور بالحزن أو الضيق، أو أننا نشعر أحياناً باضطراب يمنعنا من ممارسة أنشطة الحياة المعتادة كالعمل وتناول الطعام والنوم وزيارة الأصدقاء، كل هذه العلامات هي في الغالب دلالة على الاكتئاب النفسي، غير أن هناك خطأ شائع نقع فيه جميعاً حين نتوقع أن الشخص الذي يعاني من الاكتئاب لا بد أن تبدو عليه علامات الحزن والأسى الشديد بصورة واضحة للجميع (الشرييني، 2001: 15-16).

حيث تختلف آثار الاكتئاب من شخص إلى آخر وفقاً للعمر، فالمرهقات يشكون أكثر من مزاج متعكر وتراودهن بكثرة أفكار انتحارية، في حين إن عدد من المرهقات قد ينكرن شعورهن بالحزن الذي يمتلكهن، حتى وإن بدأ التغيير واضحاً على سلوكهن، فينتابهن الحزن والضيق، والصداع أو آلام في المعدة والعظام من دون سبب عضوي واضح، وانعزالهن عن الآخرين، والتراجع في المدرسة أو حدة في التعبير عن الآراء (مكنزي، 2013: 114).

وترى الباحثة أنه نظراً لأهمية الذكاء الوجداني في التكيف مع المواقف المسببة للإجهاد النفسي والتحكم في العواطف السلبية، وبخاصة في مرحلة المراهقة، فمن الضروري العمل على توفير السبل التي يمكن من خلالها تنمية هذا النوع من الذكاء لدى المراهقين؛ وهنا تأتي أهمية دور المؤسسات التربوية والمنظمات المختصة في رصد أبرز عوامل الخطر المسببة للإصابة باضطرابات الاكتئاب في مرحلة المراهقة وتحديد المتطلبات المثلى لتنمية الذكاء الوجداني لدى المراهقين بما يمكنهم من التكيف مع عوامل الخطر تلك.

### أهمية الذكاء الوجداني:

يرتبط الذكاء الوجداني ارتباطاً وثيقاً بسلامة الصحة النفسية لدى الإنسان؛ فهو مجموعة المهارات التي تمنح الإنسان القدرة على التفاعل مع نفسه ومع الآخرين بما يتناسب مع طبيعته وعواطفه وعواطفهم؛ ومن شأن ذلك أن يجعل الإنسان أكثر قدرة على التكيف مع مسببات الإجهاد النفسي التي قد يجدها الإنسان في السياقات والظروف المختلفة من حوله.

وهناك منظوران رئيسيان لتناول مفهوم الذكاء الوجداني، وهما منظور الذكاء الوجداني القدرة (المهارات الإدراكية المعرفية المرتبطة بالعواطف) ومنظور الذكاء الوجداني السمة (مرتبط بالتنظيم/الكفاءة الذاتية العاطفية)؛ ولعل ذلك الأخير هو المنظور الذي يحظى بجل الاهتمام عند دراسة مفهوم الذكاء الوجداني؛ ومن هذا المنظور، يعتبر الذكاء الوجداني مفهوماً متعدد الأبعاد ومكوناً من عدد من السمات، مثل القدرة على التكيف، والإصرار، وتصور العواطف، وإدارة العواطف، وتقدير الذات، والوعي الاجتماعي، وغير ذلك. (Lloyd, Malek-Ahmadi, Barclay, K. Fernandez & Chartrand, 2012, P: 571)

ويتميز من يتمتعون بمستوى مرتفع من الذكاء الوجداني بارتفاع مستوى أدائهم في مختلف الجوانب الحياتية مقارنة بذوي المستوى المنخفض من الذكاء الوجداني، وتتضمن تلك الجوانب الحياة

الشخصية والصحة النفسية والإنجازات الدراسية؛ كما يرتبط ارتفاع مستوى الذكاء الوجداني بعدد من المخرجات النفسية والاجتماعية الهامة، مثل قدرات التقمص العاطفي، ومهارات ضبط الذات، والاستجابات التعاونية تجاه الآخرين، وبناء العلاقات الودية. (Motalebi, 2013,P:460)

وتبرز أهمية الذكاء الوجداني في أنه يساعد الفرد على الوعي التام بمشاعره ويؤهله ذلك لاتخاذ قرارات ناجحة في حياته، كما يتضمن أيضا فهمه ووعيه لمشاعر الآخرين من حوله وقدرته على التعامل معهم في المواقف المختلفة، وإقامة علاقات اجتماعية ناجحة مما يؤهله أن يصبح قائد للجماعة. (أحمد، 2015: 52).

والقدرة على التعرف السريع على الاستجابات وردود الأفعال بشكل سريع تجاه المواقف والناس، واستخدام المعرفة بطرق فعالة ويتضمن منها الدافعية الداخلية، والإقدام العالي والقدرة على حث النفس على الاستمرار في مواجهة الإحباطات والتحكم في النزوات وتأجيل الإحساس بإشباع النفس والقدرة على تنظيم الحالة النفسية، ومنع الأسى والألم، مثل القدرة على التفكير والقدرة على التعاطف والشعور بالأمل. (المعراج، 2013: 30).

كذلك السيطرة على الانفعالات السلبية والتوترات والمشكلات التي تحدث بين الأفراد في أسرهم أو مع زملائهم، كما أنه يُمكن للفرد أن يتعلم كيفية تطوير وتنمية نكاؤه الوجداني عن طريق التعلم والاكْتساب، وله دورا مهما في دفع الفرد نحو الوصول إلى الهدف والأخذ بيده لتحقيق النجاح فحياته العلمية والاجتماعية، وذلك لما ينطوي عليه من أهمية في جعل الفرد يركز على انفعالاته والاهتمام بمشاعر الآخرين والتفاعل معهم بطريقة ايجابية. (خالد، 2017: 512).

بالإضافة إلى ذلك، أن مهارات الذكاء الوجداني تساعد الإنسان على معرفة وفهم وإدارة العواطف لديه ولدى الآخرين، ويعتبر ذلك أمراً بالغ الأهمية في ضمان بناء علاقات صحية في المحيط الاجتماعي. (Farahani, Taghadosi & Behboudi, 2011,P: 213)؛ لذلك، يعتبر الذكاء الوجداني عاملاً هاماً في تحديد قدرة الإنسان على النجاح في الحياة وفي التأثير على مدى سلامته. (Di Fabio & Blustein, 2010,P: 72)

ومما سبق عرضه ترى الباحثة أنه فيما يتعلق بالمرهقين على وجه الخصوص، فالتمتع بالذكاء الوجداني يعتبر عاملاً مساعداً لهم على التعامل مع النزاعات على نحو فعال وإظهار مستويات أكثر من

العلاقات الاجتماعية الطيبة؛ لذلك فالمرهقون الذين يتمتعون بالذكاء الوجداني تقل لديهم احتمالية نشوء المشاعر السلبية بشكل عام ومنها الاكتئاب.

### أسباب الاكتئاب لدى المراهقات:

تتعدد العوامل المسببة للاكتئاب لدى المراهقات؛ وهناك العديد من التفسيرات والتأويلات المتعلقة بنشوء تلك العوامل، والتي منها ما هو بيولوجي ومنها ما هو ذاتي ومنها ما هو مرتبط بالبيئة المحيطة؛ وبالتالي فالإكتئاب ظاهرة معقدة لا يمكن عزوها إلى عامل محدد، ولكنها تنشأ نتيجة لعوامل متعددة يختلف دور كل منها من حيث الحجم والأهمية.

ومن الصعب تحديد سبب واحد للاكتئاب دون غيره، ففي العادة تكون الحالة نتيجة لتفاعل عدة عوامل، فمنها ما يبدو سخيلاً لبعض الناس وغير كاف لتوليد الاكتئاب ومنها ما يكون أكثر قسوة، وكثيراً ما يرتبط الاكتئاب بالمشكلات السلوكية والصعوبات التعليمية، السبب الذي يجعل من المراهقين الذين يعانون من هذه الاضطرابات أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب هو تكرار التجارب السيئة التي يمرون بها، وتشمل هذه الصعوبات قلة الصداقات أو الفشل الأكاديمي أو التعرض للنقد المستمر (باتريك وشاري، 2007، ص: 32).

ومن المنظور البيولوجي، وتحديدًا من منظور الفرضية الكيميائية الحيوية، ينتج الاكتئاب عن خلل وظيفي في تنظيم الناقلات العصبية أحادية الأمين، وهو ما يؤدي إلى نقل مُوزَّع للنورادرينالين (هرمون مرتبط بجوانب مثل الإجهاد والتحفيز واليقظة) والسيروتونين (هرمون مضاد للاكتئاب)، ومن شأن ذلك أن يؤدي إلى تحفيز الأعراض الاكتئابية. (Naninck, Lucassen, & Bakker, 2011,P: 4).

وقد ثبت علمياً أن مشاعر وحالات الاكتئاب تنشأ نتيجة لاختلالات في التوازن الكيميائي في الجهاز العصبي المركزي للإنسان؛ وعلى الرغم من كون الآلية المحددة المسببة لذلك غير معروفة، إلا أن ما هو مثبت هو أن نوبات الاكتئاب وما يصاحبها من اختلالات في التوازن الكيميائي تنشأ نتيجة للأحداث الحياتية الحزينة والمجهد نفسياً، والتغيرات الهرمونية، والأمراض؛ كما أن الأشخاص الذين يعانون من مستوى منخفض من تقدير الذات يكونون أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب.

(Aghakhani, Eghtedar, Rahbar, Jasemi & Zadeh,2011,P:133).

فيبدو الضغط الاجتماعي عاملاً مهماً يؤدي إلى الاكتئاب، لاسيما أن معدلات الاكتئاب تبدو أعلى في المنازل الفقيرة أو المنازل التي يشرف عليها والد أو والده من دون شريك، حيث يثير حدث

معين ترك آثارا سلبية كبيرة الاكتئاب لدى الأطفال والمراهقين كانفصال الأهل أو مشكلات مع صديق مقرب، في حين تظهر أسباب خاصة بالمراهقات ومنها الترهيب والاهتمام المفرط ونمو الشخصية والنمو الاجتماعي والتغيرات الهرمونية ونمو الدماغ، وعدم التناغم العائلي أو العنف المنزلي أو التحرش الجسدي (مكنزي، 2013: 115).

والاحباطات الشديدة والفشل وخيبة الأمل، والكبت والقلق والتوتر الانفعالي المستمر، والصراعات اللاشعورية (ضعف الأنا الأعلى، واتهام الذات والشعور بالذنب)، وفقدان المساندة الاجتماعية، فقدان التدعيم الايجابي (الاجتماعي والبيئي)، وسوء التوافق بعد التطابق بين مفهوم الذات الواقعي أو المدرك وبين مفهوم الذات المثالي، والنجسية الشديدة جدا أو ما يسمى بالجوع النرجسي، وفقدان الشعور بالأمن والإحساس بالعجز وعدم القدرة والضياع واليأس (بودحوش، 2016: 65-66).

وترى الباحثة أن هناك مسببات شائعة أخرى للإصابة باضطرابات الاكتئاب تكون نابعة من أسلوب التفكير لدى الإنسان، وتظهر تلك المشكلة على نحو جلي لدى المراهقين والمراهقات؛ فهناك علاقة وثيقة بين احتمالية الإصابة باضطرابات الاكتئاب والتفكير الموجه نحو الماضي، والذي يجعل من تفكير المراهق يبتعد عن مجريات اللحظة الراهنة؛ كما تنجم الأعراض الاكتئابية عن التعرض للأحداث المجهدة نفسياً، وتعتبر الأنشطة الدراسية من أكثر السياقات المصحوبة بمثل تلك الأحداث بالنسبة للمراهقين والمراهقات.

### الآثار المترتبة على الاكتئاب لدى المراهقات:

تتعدد السياقات التي تتعرض فيها الفتاة المراهقة لعوامل الخطر المسببة لاضطرابات الاكتئاب؛ لذلك فيمكن للاكتئاب أن يتسبب للمراهقة في العديد من المشكلات والصعوبات المزمنة في جميع تلك السياقات؛ وتتضمن تلك السياقات المنزل والبيئة المدرسية والعلاقات مع الأقران.

فيؤدي الاكتئاب بالمراهقات إلى عدم القدرة على الحب، وكراهية الذات إلى الدرجة التي تصل إلى التفكير في الموت والانتحار، ثم الإقدام الفعلي على الانتحار، وانخفاض تقدير الذات وتشويه المدركات واضطراب الذاكرة وتوقع الفشل في كل محاولات النجاح، واستشعار خيبة الأمل في الحياة وعدم القدرة على التركيز الذهني، واضطراب الشهية للطعام واضطراب النوم وكثرة البكاء وتناقص الطاقة

والشعور بالإجهاد، وتناقص الاهتمام بالعالم الخارجي، والشعور بالذنب وتوجيه العدوان ضد الذات في صورة اتهام ونقد (معمرية، 2009: 61).

كذلك حدوث بعض التغيرات في عاداتهن المألوفة وأنماط سلوكهن المعتادة، وعادة ما تكون تلك التغيرات إلى الأسوأ أو ذات آثار سلبية ضارة سواء في الأجل القصير أو البعيد، ومن أهم تلك التغيرات: اضطراب الوزن وفقدان الشهية، والتغيير في عادات النوم، واستخدام الأدوية المهدئة، والعدوانية والتخريب، وفقدان الرغبة أو البلادة في المشاعر وانعدام الميل إلى النشاط والفعالية، بالإضافة إلى اضطرابات الدورة الدموية وأمراض القلب، وتفاعلات جلدية حيث يصبح لون الجلد شاحباً. (صندلي، 2012: 43-44).

وعند النظر إلى تأثير الاكتئاب على العلاقات الأسرية، فمن الواضح بأنه يؤدي إلى مضاعفة تأثيرات التفاعلات السلبية بين المراهقين وآبائهم؛ فعندما ينخرط المراهق المصاب بالاكتئاب في تفاعلات سلبية مع والديه ترتفع لديه احتمالية نشوء السلوكيات العاطفية السلبية؛ بالإضافة إلى ذلك، فترتفع لدى المراهق المصاب بالاكتئاب أيضاً احتمالية القيام بسلوكيات مصحوبة بعسر المزاج، وتزداد تلك الاحتمالية كلما طالّت فترة التفاعل السلبي مع الأب أو الأم وتمتد للزملاء بالدراسة. (Sheeber, Kuppens, Shortt, Katz, Davis & Allen, 2012, P: 7).

كما يؤثر الاكتئاب على نظرة الآخرين للفتاة المراهقة؛ حيث أن من تُصاب بالاكتئاب تكون أكثر عرضة مقارنة بمن تصاب بأي مشكلة نفسية أخرى لأن يشعر الغير تجاهها بمشاعر الشفقة؛ بالإضافة إلى ذلك، فيُنظر إلى المراهقة التي تعاني من الاكتئاب على أنها أقل تمكناً وكفاءة من غيرها في مختلف الجوانب الحياتية، مثل اتخاذ القرارات الشخصية والنجاح في الحصول على علاج لمشكلاتها. (Kerr, 2013, P: 12). ويؤكد الباحثة على أن الكثير من المراهقين والمراهقات الذين يقضون نحبهم نتيجة للانتحار يكونون قد عانوا من اضطراب اكتئابي قبل وفاتهم؛ كما يرتبط الاكتئاب أيضاً بالعديد من المشكلات الاجتماعية والدراسية الخطيرة وارتفاع احتمالية نشوء مشكلات سلوكية وصحية مختلفة، مثل التعاطي والإصابة بالسمنة.

### العلاقة بين الذكاء الوجداني والشعور بالاكتئاب:

في الآونة الأخيرة أصبح الاكتئاب من أكثر الظواهر انتشاراً لدى المراهقين لما تتعرض له هذه المرحلة من كونها مرحلة حرجة فعلا سواء بحكم العمر وتأجج الطاقات أو ترامي الطموح وتمادي الحلم، وهذه

الكتلة إما أن تنتج طاقة بناء تثري الحياة في الحاضر، وتؤسس للبقاء في المستقبل، أو تتروى وتختف تماماً كما هو واضح في أعراض الاكتئاب سواء تجاه الذات أو تجاه الآخرين (خطاب، 2013: 77).

فالمراهق الذي يتسم بدرجة ضعيفة من الذكاء الوجداني يعاني من التقلبات المزاجية التي كثيراً ما تزول مع الوقت، ولكن هناك تغيرات في المزاج والسلوك من الذي يستمر ويؤدي إلى معاناة المراهق، وعدم قدرته على الاستمتاع بالحياة كما يجب، إن هذا النقلب الدائم في المزاج والسلوك، يمنع المراهق من العيش كالأخريين من أبناء جيله، وقد يشير إلى أنه يعاني من الاكتئاب (البديري، 2010، ص: 163)

في حين يتسم المراهق الذي لديه درجة عالية من الذكاء الوجداني بالمرونة في التعامل مع الأزمات أو الشدائد أو النكبات أو الأحداث الضاغطة، ويتوافق مع التغيرات والتحديات التي تفرضها عليه هذه الضغوط أي أن الذكاء الوجداني يركز على مواطن القوة لدى المراهق ويعتبر أحد مصادر المقاومة لديه، ويكسبه القدرة على التفاعل مع عوامل الخطر ومواجهة أحداث الحياة، ويعدل من إدراكه للأحداث ويجعلها أقل وطأة، أو يستبدها بصورة مباشرة ونهائية، ويجعله يستعيد حيويته ويحفز أداءه الفعال برغم الظروف الضاغطة (المغربي، 2016: 261).

كما أن مستوى الذكاء المرتفع يتيح للمراهق فرصة مواجهة المواقف الحياتية الصعبة والعقبات التي قد تحول دون الوصول للتوقعات، وذلك بمرونة وكفاءة شديدة، كذلك تتيح له فرصة التكيف مع البيئة والتحكم في الدوافع والانفعالات وإقامة علاقات اجتماعية سوية، وهذه المهارات تؤهل الفرد إلى تحقيق نجاحات باهرة في الحياة، الأمر الذي يرتفع من مستوى الطموح ونوعيته (الدالعة، 2015، ص: 17).

بالإضافة إلى أن الذكاء الوجداني يجعل المراهق يتحكم في الانفعالات والتقلبات الوجدانية، ويعبر عن المشاعر والأحاسيس بسهولة، ويتفهم المشكلات بين الأشخاص ويحل الخلافات بينهم ببسر، ويظهر درجة عالية من الود والمودة في تعاملاته مع الناس، ويواجه المواقف الصعبة بثقة، ويستطيع أن يتصدى للأخطاء والامتهان الخارجي، ويميل للاستقلال في الرأي والحكم وفهم الأمور، ويتكيف للمواقف الاجتماعية الجديدة بسهولة (النعيمي، 2011: 88).

حيث يساهم التمتع بالذكاء الوجداني في خفض من حدة الاكتئاب نظراً لارتباطه بارتفاع قدرة الإنسان على التحكم في مشاعره وعواطفها وإدراكها بصورة صحيحة وأيضاً مشاركتها مع الآخرين؛ كما أن الذكاء الوجداني يلعب دوراً حيوياً في مدى تأثر الإنسان بالإجهاد النفسي الذي يتعرض له في حياته



اليومية؛ حيث أنه يتوسط العلاقة بين الإجهاد النفسي ومخرجات الصحة النفسية المختلفة، ومنها الاكتئاب. (Vázquez, Otero, Díaz, Sánchez, & Pomar, 2011, P: 370).

أي أنه كلما تمتع الإنسان بقدرات الذكاء الوجداني كلما انخفضت احتمالية تسبب الإجهاد النفسي بالاكتئاب لديه؛ ويظهر ذلك في أنه عند التعرض لعامل أو مسبب للإجهاد النفسي يساهم الذكاء الوجداني في الخفض من احتمالية تكون المشاعر أو العواطف السلبية التي يمكن أن تتسبب في نشوء اضطرابات الاكتئاب. (Kwako, Szanton, Saligan & Gill, 2011, P: 238).

ولا يقتصر دور الذكاء الوجداني في الخفض من حدة الاكتئاب على كونه مساعداً على إدراك العواطف بصورة صحيحة، ولكنه يتضمن أيضاً فهمها وتنظيمها بصورة ملائمة؛ كما أن الذكاء الوجداني يساعد الإنسان على تفسير المحفزات العاطفية والحالات الذهنية لديه على نحو إيجابي. (Fernández - Berrocal & Extremera, 2016, P: 312-313)

ويمكن أن نستخلص مما سبق أن الذكاء الوجداني أياً كان سمة أو قدرة قد يساهم في عملية تفاعل المراهق مع الأحداث الضاغطة التي قد تعرضه للاكتئاب، وأن المهارات التي يتضمنها الذكاء الوجداني يمكن أن تساهم في إصدار الاستجابة التوافقية من قبل المراهق للمواقف التي يحتمل أن تشكل له ضغطاً بما أنه يتضمن القدرة على الفهم والإدراك الجيد للانفعالات الذاتية والقدرة على إدارة المواقف والعلاقات من الآخرين (سعداوي، 2016: 67).

حيث يساهم التمتع بالذكاء الوجداني في الخفض من حدة الاكتئاب نظراً لارتباطه بارتفاع قدرة الإنسان على التحكم في مشاعره وعواطفها وإدراكها بصورة صحيحة وأيضاً مشاركتها مع الآخرين؛ كما أن الذكاء الوجداني يلعب دوراً حيوياً في مدى تأثر الإنسان بالإجهاد النفسي الذي يتعرض له في حياته اليومية؛ حيث أنه يتوسط العلاقة بين الإجهاد النفسي ومخرجات الصحة النفسية المختلفة، ومنها الاكتئاب (Vázquez et al, 2011, P: 370).

أي أنه كلما تمتع الإنسان بقدرات الذكاء الوجداني كلما انخفضت احتمالية تسبب الإجهاد النفسي بالاكتئاب لديه؛ ويظهر ذلك في أنه عند التعرض لعامل أو مسبب للإجهاد النفسي يساهم الذكاء الوجداني في الخفض من احتمالية تكون المشاعر أو العواطف السلبية التي يمكن أن تتسبب في نشوء اضطرابات الاكتئاب (Kwako et al, 2011, P: 238).

## الدراسات السابقة

**دراسة الكبير (2017)** هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الوجداني واضطراب الإدراك، وأبعادهما الفرعية وفقاً للجنس، وتكونت عينة الدراسة من (400) طالب وطالبة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الذكاء الوجداني واضطراب الإدراك فكلما زاد مستوى الذكاء الوجداني قل اضطراب الإدراك، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الذكاء الوجداني واضطراب الإدراك لدى الطلبة وفقاً لمتغير الجنس والخلفية الثقافية والتخصص.

**دراسة غوميز-بايا وآخرين (2017) Gomez-Baya et al** هدفت إلى تحليل الترابط بين التغيرات في الذكاء الوجداني المتصور والتغيرات في الأعراض الاكتئابية خلال منتصف مرحلة المراهقة، وذلك مع التركيز على الفروق بين الجنسين، وتكونت عينة الدراسة من (525) مراهق ومراهقة في إسبانيا؛ واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي؛ وتوصلت نتائج الدراسة إلى: أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة البحث من حيث متغير الجنس في مستويات الذكاء الوجداني (لصالح الذكور) والأعراض الاكتئابية (لصالح الإناث)؛ وأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في متوسط مستوى كل من الذكاء الوجداني (لصالح الاختبار القبلي) والأعراض الاكتئابية (لصالح الاختبار البعدي)، وعلى وجه الخصوص لدى الإناث.

**دراسة البستاوي (2017)** هدفت إلى الكشف عن دور الذكاء الوجداني كمتغير معدل العلاقة بين الاكتئاب والسلوك الانتحاري لدى مجموعة من الأحداث الجانحين، ومعرفة الفروق في استجابات الأحداث على مقاييس الذكاء، والكشف عما إذا كان هناك علاقة بين متغيرات البحث وبعضها البعض، وتكون مجتمع البحث من جميع الأحداث الجانحين بمحافظة الغربية وطلاب إحدى المدارس الثانوية بمحافظة كفر الشيخ، وتكونت عينة الدراسة من (100)، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى: أن الذكاء الوجداني يعدل العلاقة بين الاكتئاب والسلوك الانتحاري لدى الأحداث الجانحين، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الوجداني، والاكتئاب، والسلوك الانتحاري لدى الأحداث الجانحين وأقرانهم العاديين.

**دراسة لومباس وآخرين (2017) Lombas et al** هدفت إلى استكشاف الدور الوسيط للإجهاد النفسي في العلاقة بين الذكاء الوجداني المتصور والأعراض الاكتئابية في مرحلة المراهقة؛

وتكونت عينة الدراسة من (661) طالب وطالبة في المرحلة الثانوية في إسبانيا؛ واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي ؛ وتوصلت نتائج الدراسة إلي : أنه توجد علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين جميع المقاييس الفرعية للذكاء الوجداني (الانتباه - الوضوح - الترميم) من ناحية والأعراض الاكتئابية من ناحية أخرى؛ وأن الإجهاد النفسي المتصور قد توسط جزئياً العلاقة بين المقاييس الفرعية للذكاء الوجداني والأعراض الاكتئابية، كما كان هذا التأثير الوسيط سلبياً بالنسبة لـ(الوضوح - الترميم) وإيجابياً بالنسبة لـ(الانتباه).

**دراسة بالويركا وآخرين (2016) Balluerka et al** هدفت إلى تحليل العلاقة بين الذكاء الوجداني الفردي والذكاء الوجداني الجماعي والمزاج الاكتئابي لدى المراهقين باستخدام منهج متعدد المستويات؛ وتكونت عينة الدراسة من (2182) مراهق ومراهقة في إسبانيا؛ واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي ؛ وتوصلت نتائج الدراسة إلي : أنه توجد علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين الوضوح الوجداني والترميم الوجداني من ناحية والمزاج الاكتئابي من ناحية أخرى؛ وأنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الانتباه الوجداني والمزاج الاكتئابي.

**دراسة العباني (2010)** هدفت إلى الكشف عن مستويات الذكاء الانفعالي والاكتئاب، والتعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والاكتئاب، والتعرف أيضاً على الفروق بين متوسطات أفراد العينة في الذكاء الانفعالي والاكتئاب، وتكون مجتمع البحث من جميع طلبة المستوى الثالث والرابع بكلية التربية بجامعة عين شمس، وتكونت عينة الدراسة من (100) طالب وطالبة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي ، وتوصلت نتائج الدراسة إلي : أن هناك علاقة طردية بين مستوى الذكاء الانفعالي وتنظيم الانفعالات لدى الطلبة فكلما كان مستوى الذكاء مرتفع كلما كان قادراً على تنظيم انفعالاته بشكل يقلل من معاناته من الاكتئاب، وكلما أنخفض الذكاء زادت المعاناة وأعرض الاكتئاب، وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث في معدلات الذكاء الانفعالي لصالح الإناث عن الذكور.

## الإجراءات المنهجية البحث

### منهج البحث:

قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي التحليلي كمنهج للبحث وهو "أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كميًا عن طريق جمع البيانات ومعلومات معينة عن ظاهرة أو مشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة" (عبد المؤمن، 2008: 287)

### مجتمع البحث وعينته:

اشتمل مجتمع البحث الحالي على جميع طالبات كلية العلوم والآداب بشروره واشتملت عينة البحث على (60) طالبة منهن من الصف الأول والثاني لتمثيل مجتمع الدراسة.

### خصائص عينة البحث:

تم حساب التكرارات والنسب المئوية لأفراد عينة البحث وفقاً لـ (التخصص - العمر الزمني).  
توزيع أفراد العينة حسب التخصص:

جدول (1) توزيع أفراد العينة وفقاً للنوع

م	النوع	التكرار	النسبة المئوية
1	تخصصات علمية	28	46.7%
2	تخصصات أدبية	32	53.3%
	المجموع	60	100%

يتضح من جدول (1) أن نسبة (46.7 %) من أفراد العينة يدرسون تخصصات علمية، بينما نسبة (53.3 %) من أفراد العينة يدرسون تخصصات أدبية.

جدول (2) توزيع أفراد العينة وفقاً للعمر الزمني

م	النوع	التكرار	النسبة المئوية
1	18 سنة	40	66.7%
2	19 سنة	20	33.3%
	المجموع	60	100%

يتضح من جدول (2) أن نسبة (66.7%) من أفراد العينة أعمارهن 18 سنة، بينما نسبة (33.3%) من أفراد العينة أعمارهن 19 سنة.

### أدوات البحث:

بعد أن تم الاطلاع على الأدب التربوي، والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع البحث، قام الباحثة ببناء وتطوير مقياسي (الذكاء الوجداني - الاكتئاب) بهدف التعرف على كل من مستويات الذكاء الوجداني ومستويات الاكتئاب لدى أفراد العينة من المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشروهر، والكشف عن وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مقياس الذكاء الوجداني ومقياس الاكتئاب لدى أفراد العينة من المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشروهر.

### وصف أدوات البحث

#### أولاً: مقياس الذكاء الوجداني

لقد احتوى المقياس في صورته النهائية على جزأين رئيسيين:

**الجزء الأول:** ويشتمل على البيانات الأولية لأفراد العينة وهي (التخصص - العمر الزمني).

**الجزء الثاني:** ويشتمل على أبعاد المقياس وقد تكون المقياس في نسختها النهائية من (20) عبارة؛ وقد تم

استخدام مقياس ليكرت الخماسي (أوفق بشدة - أوفق - محايد - لا أوفق - لا أوفق بشدة)،

للتعرف على مستويات الذكاء الوجداني لدى أفراد العينة من المراهقات من

طالبات كلية العلوم والآداب بشروهر؛ وكانت طريقة تصحيح المقياس للعبارة الإيجابية

(لا أوفق بشدة = 1 - لا أوفق = 2 - محايد = 3 - أوفق = 4 - أوفق بشدة = 5)

#### صدق مقياس الذكاء الوجداني:

##### 1- صدق الاتساق الداخلي لمقياس الذكاء الوجداني:

تم حساب صدق الاتساق الداخلي وفقاً لاستجابات أفراد العينة الاستطلاعية (ن = 30)، وذلك

بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة من

أبعاد المقياس كما يوضح نتائجها جدول (3) التالي:

##### جدول (3) معاملات ارتباط بيرسون بين درجات كل عبارة

والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة من أبعاد مقياس الذكاء الوجداني

معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة
** .483	15	** .494	8	** .463	1
** .672	16	** .551	9	** .699	2
** .602	17	** .576	10	** .658	3
* .416	18	** .672	11	** .460	4
** .575	19	** .618	12	** .597	5
** .597	20	** .623	13	** .571	6
		** .525	14	** .664	7

\*\* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01)

\* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)

يتبين من جدول (3) السابق أن معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للمقياس جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، وجاءت جميع قيم معاملات الارتباط قيم عالية حيث تراوحت بين (.416- \*\*.699)؛ مما يدل على توافر درجة عالية من صدق الاتساق الداخلي لعبارات المقياس.

## 2- ثبات المقياس

### جدول (4) معاملات ثبات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس الذكاء الوجداني

معامل الثبات	رقم الفقرة	معامل الثبات	رقم الفقرة	معامل الثبات	رقم الفقرة
.927	15	.924	8	.923	1
.915	16	.917	9	.916	2
.922	17	.917	10	.914	3
.923	18	.915	11	.922	4
.918	19	.920	12	.916	5
.916	20	.918	13	.919	6
		.931	14	.915	7

يتضح من جدول (4) السابق أن قيم معاملات الثبات لعبارات المقياس جاءت بقيم عالية حيث تراوحت قيم معاملات الثبات لعبارات المقياس بين (.914- .931) وبلغت قيمة معامل الثبات الكلي

لعبارة المقياس (923)؛ وتشير هذه القيم من معاملات الثبات إلى صلاحية المقياس للتطبيق وإمكانية الاعتماد على نتائجه والوثوق به.

### ثانياً: مقياس (الاكتئاب)

لقد احتوى المقياس في صورته النهائية على جزأين رئيسيين:

**الجزء الأول:** ويشتمل على البيانات الأولية لأفراد العينة وهي (التخصص - العمر الزمني).

**الجزء الثاني:** ويشتمل على أبعاد المقياس وقد تكون المقياس في نسختها النهائية من (20) عبارة؛ وقد تم

استخدام مقياس ليكرت الخماسي (أبداً - نادراً - أحياناً - غالباً - دائماً) ، للتعرف على

مستويات الاكتئاب لدى أفراد العينة من المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب

بشروبه؛ وكانت طريقة تصحيح المقياس للعبارة الإيجابية (أبداً = 1 - نادراً = 2 -

أحياناً = 3 - غالباً = 4 - دائماً = 5)

صدق مقياس الاكتئاب:

#### 1- صدق الاتساق الداخلي لمقياس الاكتئاب:

تم حساب صدق الاتساق الداخلي وفقاً لاستجابات أفراد العينة الاستطلاعية (ن = 30)، وذلك

بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة من

أبعاد المقياس كما يوضح نتائجها جدول (5) التالي:

#### جدول (5) معاملات ارتباط بيرسون بين درجات كل عبارة

والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة من أبعاد مقياس الاكتئاب

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	*.453	8	*.369	15	** .554
2	** .496	9	*.416	16	** .605
3	** .414	10	*.426	17	** .518
4	** .620	11	** .519	18	** .605
5	** .567	12	** .554	19	** .531
6	** .414	13	** .557	20	** .472
7	*.381	14	** .518		

\*\* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01)

\* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)

يتبين من جدول (5) السابق أن معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للمقياس جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، وجاءت جميع قيم معاملات الارتباط قيم عالية حيث تراوحت بين (.369-\*.620)\*\*؛ مما يدل على توافر درجة عالية من صدق الاتساق الداخلي لعبارات المقياس.

## 2- ثبات المقياس

### جدول رقم (6) معاملات ثبات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس الاكتئاب

رقم الفقرة	معامل الثبات	رقم الفقرة	معامل الثبات	رقم الفقرة	معامل الثبات
1	.918	8	.915	15	.902
2	.902	9	.912	16	.901
3	.915	10	.911	17	.902
4	.900	11	.914	18	.901
5	.901	12	.913	19	.901
6	.918	13	.911	20	.912
7	.919	14	.902		

يتضح من جدول (6) السابق أن قيم معاملات الثبات لعبارات المقياس جاءت بقيم عالية حيث تراوحت قيم معاملات الثبات لعبارات المقياس بين (.919 - .900) وبلغت قيمة معامل الثبات الكلي لعبارات المقياس (.913)؛ وتشير هذه القيم من معاملات الثبات إلى صلاحية المقياس للتطبيق وإمكانية الاعتماد على نتائجه والوثوق به.

## الأساليب الإحصائية:

بناء على طبيعة البحث والأهداف التي سعى إلى تحقيقها، تم تحليل البيانات باستخدام برنامج

الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) واستخراج النتائج وفقاً للأساليب الإحصائية التالية:

1- التكرارات والنسب المئوية: للتعرف على خصائص أفراد عينة البحث وفقاً للبيانات الشخصية.



- 2- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية: لحساب متوسطات عبارات المقاييس وكذلك الدرجات الكلية لأبعاد المقاييس بناء على استجابات أفراد عينة البحث.
- 3- معامل ارتباط بيرسون: لحساب الاتساق الداخلي.
- 4- معامل ألفا كرونباخ: لحساب الثبات لعبارات المقاييس.
- 5- معادلة المدى: وذلك لوصف المتوسط الحسابي للمقاييس على كل عبارة وبعد على النحو التالي:
- أ) من 1 إلى أقل من 1.80 تمثل درجة استجابة (ضعيفة جداً).
- ب) من 1.80 إلى أقل من 2.60 تمثل درجة استجابة (ضعيفة).
- ج) من 2.60 إلى أقل من 3.40 تمثل درجة استجابة (متوسطة).
- د) من 3.40 إلى أقل من 4.20 تمثل درجة استجابة (عالية).
- هـ) من 4.20 إلى أقل من 5 تمثل درجة استجابة (عالية جداً).
- 6- اختبار Independent Samples Test (T) لمعرفة الفروق الإحصائية وفقاً لمتغيرات التخصص والعمر الزمني.

## نتائج البحث

للإجابة على أسئلة البحث، تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لإجمالي مقياس الذكاء الوجداني ومقياس الاكتئاب كما يتبين من جدول (7) التالي:

جدول (7) مستويات الذكاء الوجداني والاكتئاب لدى أفراد العينة

من المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشرويه

م	البعـد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الاستجابة
1	الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني	3.95	.473	عالية
2	الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب	2.38	.390	ضعيفة

تبين من جدول (7) السابق أن مستويات الذكاء الوجداني لدى المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشرويه جاءت بدرجة (عالية)، حيث جاء المتوسط العام لمقياس الذكاء الوجداني (3.95) بانحراف معياري بلغ (.473)؛ وهي قيمة منخفضة؛ مما يوضح تجانس آراء أفراد العينة حول عبارات مقياس الذكاء الوجداني.

كما يتبين أن مستويات الاكتئاب لدى المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره جاءت بدرجة (ضعيفة)، حيث جاء المتوسط العام لمقياس الاكتئاب (2.38)؛ بانحراف معياري بلغ (0.390). وهي قيمة منخفضة؛ مما يوضح تجانس آراء أفراد العينة حول عبارات مقياس الاكتئاب.

وترى الباحثة أن حصول مستويات الذكاء الوجداني لدى المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره على درجة (عالية) قد يرجع إلى الاستقرار الذي يشعرون به الطالبات المراهقات أفراد العينة سواء كان في المنزل أو المعهد وحرصهن على اكتساب المزيد من مهارات الذكاء الوجداني، وربما كان السبب في ذلك هو حرص كل من الأسرة وإدارة المعهد على استخدام الأساليب والاستراتيجيات المناسبة لتعزيز قدراتهم الشخصية والعقلية والنفسية حسب الإمكانيات المتاحة بكل منهما مما واد من مستويات الذكاء العاطفي لديهن.

كما ترى الباحثة أن حصول مستويات الاكتئاب لدى المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره على درجة (ضعيفة) قد يرجع إلى محاولة الطالبات واهتمامهن بالمشاركة في الأنشطة الاجتماعية التي ينظمها المعهد باستمرار، والسعي نحو زيادة اندماجهن الجيد داخل المجموعات في أغلب الأحيان؛ وقد يكون السبب في ذلك بعض لمحاولاتهن دوماً في الحد من المشكلات أو التحديات التي تواجههن سواء في المعهد أو المنزل.

### عرض ومناقشة فرضيات البحث:

**الفرضية الأولى:** نصت على "توجد علاقة ارتباطية (سالبة) بين متوسطي درجات الذكاء الوجداني والشعور بالاكتئاب لدى عينة من المراهقات السعوديات".

وللإجابة عن هذه الفرضية تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني وبين الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب؛ وكانت نتائج التحليل كما هو موضح بالجدول التالي:

#### جدول (8) نتائج معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية

لمقياس الذكاء الوجداني وبين الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب

الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب		الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني
معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية	
-0.081	.539	

### تشير نتائج الجدول رقم (8) إلى ما يلي:

■ وجود علاقة عكسية بين الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني والدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب وبلغت (-0.081)؛ مما يدل على صحة الفرضية الأولى وأنه كلما زادت مستويات الذكاء الوجداني لدى المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره كلما زادت قلت مستويات الاكتئاب لديهن.

وتختلف تلك النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة لومباس وآخرين (Lombas et al, 2014) التي أكدت على وجود علاقة ايجابية بين مستويات الذكاء الوجداني من ناحية والأعراض الاكتئابية من ناحية أخرى؛ أي أنه كلما ارتفع لدى الإنسان مستوى الذكاء الوجداني كلما زاد لديه احتمالية الإصابة بالاكتئاب.

**الفرضية الثانية: نصت على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكاء الوجداني لدى أفراد العينة من المراهقات وفقا لمتغير (التخصص - العمر الزمني) (أ) الكشف عن وجود فروق وفقا لمتغير التخصص**

للكشف عن وجود فروق بين إجابات أفراد العينة لأبعاد مقياس الذكاء الوجداني والدرجة الكلية وفقا لمتغير (التخصص) قامت الباحثة بتطبيق اختبار (ت) لتوضيح دلالة الفروق في إجابات مفردات عينة البحث طبقاً لمتغير التخصص كما موضح في جدول (9) التالي.

#### جدول (9) نتائج " اختبار ت " للفروق بين درجات مفردات

مقياس الذكاء الوجداني والدرجة الكلية وفقا لمتغير (التخصص)

المقياس	التخصص	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة "ت"	الدلالة	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني	تخصصات علمية	28	3.89	.473	58	-1.002	.320	غير دالة عند 0.05
	تخصصات أدبية	32	4.01	.473				

يتضح من جدول (9) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في آراء

أفراد عينة البحث حول الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني وفقا لمتغير التخصص.

وترى الباحثة أن تلك النتيجة ربما يعزي السبب فيها إلى تقارب مستويات المراهقات من الطالبات اللاتي يدرسن التخصصات العلمية والتخصصات الأدبية بالمعهد إلى حد كبير من حيث الظروف الاجتماعية والاقتصادية والشخصية والأسرية الشخصية نتيجة توافر بيئات متقاربة سواء في المدرسة أو المنزل مما جعل آراء أفراد العينة متقاربة حول عبارات المقياس ودرجته الكلية.

وتختلف تلك النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة الكبير (2017) التي أكدت على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الوجداني لدى الطلبة وفقاً لمتغير التخصص.

#### ب) الكشف عن وجود فروق وفقاً لمتغير العمر الزمني

للكشف عن وجود فروق بين إجابات أفراد العينة لأبعاد مقياس الذكاء الوجداني والدرجة الكلية وفقاً لمتغير (العمر الزمني) قام الباحثة بتطبيق اختبار (ت) لتوضيح دلالة الفروق في إجابات مفردات عينة البحث طبقاً لمتغير العمر الزمني كما موضح في جدول (10).

#### جدول (10) نتائج " اختبار ت " للفروق بين درجات مفردات

#### مقياس الذكاء الوجداني والدرجة الكلية وفقاً لمتغير (العمر الزمني)

المقياس	العمر الزمني	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة "ت"	الدلالة	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني	18 سنة	40	3.85	.477	58	-2.396	.020	دالة عند مستوى $0.05 >$
	19 سنة	20	4.15	.405				

#### يتضح من خلال نتائج الجدول رقم (10)

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في آراء أفراد عينة البحث حول الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني وفقاً لمتغير العمر الزمني لصالح الطالبات اللاتي أعمارهن (19) سنة بمتوسط رتب بلغ (4.15).

وترى الباحثة أن تلك النتيجة ربما يعزي السبب فيها إلى دراية الطالبات الأكبر عمراً بكيفية اكتساب المزيد من صفات الذكاء بشكل عام نتيجة لزيادة اطلاعهن بشكل أكبر من أقرانهم ذوات الأعمار الأقل سناً؛ مما زاد من مستويات الذكاء الوجداني لديهن.

الفرضية الثالثة: والتي نصت على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية حول مستويات الاكتئاب لدى أفراد العينة من المراهقات وفقاً لمتغيرات (التخصص - العمر الزمني)

(أ) الكشف عن وجود فروق وفقاً لمتغير التخصص

للكشف عن وجود فروق بين إجابات أفراد العينة لأبعاد مقياس الاكتئاب والدرجة الكلية وفقاً لمتغير (التخصص) قام الباحثة بتطبيق اختبار (ت) لتوضيح دلالة الفروق في إجابات مفردات عينة البحث طبقاً لمتغير التخصص كما موضح في جدول (11) التالي.

جدول (11) نتائج اختبار ت للفروق بين درجات

مفردات مقياس الاكتئاب والدرجة الكلية وفقاً لمتغير (التخصص)

المقياس	التخصص	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت	الدلالة	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب	تخصصات علمية	28	2.44	.318	58	1.135	.261	غير دالة عند 0.05
	تخصصات أدبية	32	2.32	.442				

يتضح من جدول (8) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في آراء أفراد عينة البحث حول الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب وفقاً لمتغير التخصص. وتعزي الباحثة أن تلك النتيجة السبب فيها تقارب مستويات المراهقات العقلية والشخصية ومحاولاتهن المستمرة لعدم تمكن اليأس والاكتئاب منهن ورغبتهن وطموحهن في تحقيق أهدافهن المستقبلية باستمرار مما قارب بين إجاباتهن حول عبارات مقياس الاكتئاب ودرجته الكلية.

(ب) الكشف عن وجود فروق وفقاً لمتغير العمر الزمني

للكشف عن وجود فروق بين إجابات أفراد العينة لأبعاد مقياس الاكتئاب والدرجة الكلية وفقاً لمتغير (العمر الزمني) قام الباحثة بتطبيق اختبار (ت) لتوضيح دلالة الفروق في إجابات مفردات عينة البحث طبقاً لمتغير العمر الزمني كما موضح في جدول (12) التالي.

## جدول (12) نتائج " اختبارات " للفروق بين درجات

مفردات مقياس الاكتئاب والدرجة الكلية وفقاً لمتغير (العمر الزمني)

المقياس	العمر الزمني	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة "ت"	الدلالة	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب	18 سنة	40	2.47	.367	58	2.649	.010	دالة عند 0.05
	19 سنة	20	2.20	.363				

يتضح من خلال نتائج جدول (12) توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في آراء أفراد عينة البحث حول الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب وفقاً لمتغير العمر الزمني لصالح الطالبات اللاتي أعمارهن (18) سنة بمتوسط رتب بلغ (2.47). وترى الباحثة أن تلك النتيجة ربما يعزى السبب فيها إلى ضعف قدرة أغلب الطالبات المراهقات الأصغر سناً في التعامل مع ما يتعرضن له من مشكلات أو صعوبات تؤدي بهن إلى زيادة مستويات الاكتئاب لديهن؛ مما زاد الخلاف بين إجاباتهن مع أقرانهن الأكبر سناً.

### النتائج:

- أن مستويات الذكاء الوجداني لدى المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره جاءت بدرجة (عالية).
- أن مستويات الاكتئاب لدى المراهقات من طالبات كلية العلوم والآداب بشروره جاءت بدرجة (ضعيفة).
- وجود علاقة عكسية بين الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني والدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب وبلغت (-.081).
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في آراء أفراد عينة البحث حول الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني وفقاً لمتغير التخصص.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في آراء أفراد عينة البحث حول الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب وفقاً لمتغير التخصص.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في آراء أفراد عينة البحث حول الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب وفقاً لمتغير العمر الزمني لصالح الطالبات اللاتي أعمارهن (18) سنة بمتوسط رتب (2.47).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في آراء أفراد عينة البحث حول الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الوجداني وفقاً لمتغير العمر الزمني لصالح الطالبات اللاتي أعمارهن (19) سنة بمتوسط رتب (4.15).

### توصيات البحث:

- ضرورة زيادة دور الأسر والمؤسسات التعليمية في توعية الطالبة بكيفية تقسيم أساليب حل المشكلات إلى أسلوبين رئيسيين وهما الأسلوب التكيفي، والعقلاني لتنمية ذكائهم الوجداني.
- ضرورة عمل كلا من الأسرة والمؤسسات التعليمية على نشر ثقافة التعامل مع الضغوط الحياتية والدراسية للمراهقين للحد من مستويات الاكتئاب.
- ضرورة وضع برامج إرشادية تحد من مستويات الاكتئاب لدى الطالبة المراهقين وتطبيقها بالمؤسسات التعليمية.
- ضرورة توفير المزيد من المرشدين بكافة أنواعهم في كافة المؤسسات التعليمية لتوجيه الطالبة ودعمهم نفسياً واجتماعياً وتطبيق أنشطة طلابية ترفع من كفاءتهم الاجتماعية.
- ضرورة تقديم التوعية المناسبة للطالبة المراهقين.
- يجب دعم الطالبة فكرياً وثقافياً وسلوكياً وجسدياً واجتماعياً.

## قائمة المراجع

### أولاً: المراجع العربية

1. أحمد، شيماء حسني. (2015). الذكاء الوجداني والتوافق الزواجي لدى الزوجات في الأسر حديثة التكوين. ط1، القاهرة: المكتب الجامعي الحديث.
2. إسماعيل، عبد السلام عمارة. (2015). *الاكتئاب النفسي: الأسباب- الإعراض- أساليب العلاج*، مجلة التربية، (7)، 72- 82.
3. البدرى، عبير عبد الرؤوف . (2010). *الخصائص السيكومترية لمقياس الاكتئاب الأساسي للمراهقين من الجنسين*، مجلة الإرشاد النفسي، (26)، 155- 187.
4. البستاوي، علياء السيد. (2017). *الذكاء الوجداني كمتغير معدل للعلاقة بين الاكتئاب والسلوك الانتحاري لدي عينة من الأحداث الجانحين*، المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي، (3)، 443-485.
5. الحويج، أحمد الهادي. (2017). *الذكاء الوجداني وعلاقته بالصحة النفسية*، مجلة علوم التربية الرياضية والعلوم الأخرى، (2)، 12-35.
6. الدريد، عبد المنعم محمود. (2017). *الذكاء الوجداني: مفهومه وقياسه في البيئة الكويتية*، مجلة العلوم التربوية، (31)، 51-87.
7. الدالعة، أنور سليمان. (2015). *الذكاء الانفعالي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات*، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، (12)، 13- 38.
8. الزحيلي، غسان. (2011). *دراسة الفروق في الذكاء الوجداني لدى طلبة التعليم المفتوح في جامعة دمشق وفقاً لبعض المتغيرات*، مجلة جامعة دمشق، (3)، 233- 278.
9. الشربيني، لطفي. (2001). *الاكتئاب المرض والعلاج*. ط 1، الإسكندرية: منشأة المعارف للنشر.



- 10.العباني، سلامة خليفة. (2010). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالاكتئاب لدى عينة من طلبة كلية التربية- جامعة عين شمس، المؤتمر السنوي الخامس عشر- الإرشاد الأسري وتنمية المجتمع نحو آفاق إرشادية رحبة، مصر، (15)، 464-433.
- 11.الكبير، أحمد إبراهيم. (2017). الذكاء الوجداني وعلاقته باضطراب الإدراك لدى عينة من المراهقين، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، (85)، 486-447.
- 12.المعراج، سمير عطية. (2013). الذكاءات المتعددة والدافعية للتعلم (المفاهيم- النظريات- البرامج). ط 1، القاهرة: المكتب العربي للمعارف للنشر.
- 13.المغربي، جيهان أعليوه . (2016). العلاقة بين الصمود النفسي واضطراب الاكتئاب العصابي لدى مرضى مستشفى الأمراض النفسية بليبيا، مجلة البحث العلمي في التربية، (17)، 270-289.
- 14.النعمي، هادي رمضان. (2011). أثر برنامج إرشادي في تنمية الذكاء الوجداني لدى طلبة كلية التربية، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، (2)، 113-79.
- 15.باتريك، كارول فيتز؛ شاري، جون. (2007). التغلب على اكتئاب المراهقين. ط1، (ترجمة: سهى كركي)، الرياض: مكتبة العبيكان للنشر.
- 16.بودحوش، نصر الدين. (2016). أثر برنامج علاجي في التخفيف من حدة الأعراض الاكتئابية لدى المصابين بالعقم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة وهران 2، الجزائر.
- 17.جولمان، دانييل. (2000). الذكاء العاطفي- ترجمة ليلي الجبالي. ط1، الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.
- 18.خالد، فاطمة عمر. (2017). العلاقة بين الذكاء الوجداني والقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، مجلة البحث العلمي في التربية، (18)، 530-512.
- 19.خطاب، محمد محمود. (2013). ديناميات الاكتئاب لدى عينة من المراهقين: دراسة إكلينيكية، مجلة الإرشاد النفسي، (35)، 121-75.
- 20.سعداوي، مريم. (2016). علاقة الذكاء الانفعالي باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى تلاميذ السنة الثانية من التعليم الثانوي، جامعة عمار ثلجي بالاغواط، (42)، 80-64.

21. صبحي، سيد محمد. (2017). الخصائص السيكومترية لمقياس السلوك العدواني لدى عينة من المراهقين، مجلة الإرشاد النفسي، (52)، 436-417.
22. صندلي، ريمة . (2012). الضغوط النفسية واستراتيجيات المواجهة المستعملة لدى المراهق المحاول للانتحار، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة فرحات عباس- سطيف-، الجزائر.
23. عبد المؤمن، علي معمر . (2008). البحث في العلوم الاجتماعية، منشورات جامعة 7 أكتوبر إدارة المطبوعات والنشر، ليبيا.
24. عطار، إقبال عبد الغفور . (2015). المشكلات النفسية الأكثر شيوعاً لدى عينة من المراهقات الطالبات السعوديات بجامعة الملك عبد العزيز بجدة، مجلة الطفولة والتنمية، (22)، 67-39.
25. علي، خديجة حمو . (2012). علاقة الشعور بالوحدة النفسية بالاكتئاب لدى عينة من المسنين المقيمين بدور العجزة والمقيمين مع ذويهم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الجزائر 2، الجزائر.
26. معمري، بشير (2009). بحوث ودراسات متخصصة في عم النفس ج 3 (دراسات نفسية في الذكاء الوجداني - الاكتئاب - اليأس - قلق الموت - السلوك العدواني - الانتحار). ط 1، القاهرة: المكتبة العصرية للنشر.
27. مكنزي، كوام . (2013). الاكتئاب. ط 1، (ترجمة: زينب منعم)، المجلة العربية للنشر، السعودية.

### ثانياً: المراجع الأجنبية

28. Aghakhani, N.; Nia, H. S.; Eghtedar, S.; Rahbar, N.; Jasemi, M., & Zadeh, M. M. (2011). Prevalence of depression among students of Urmia University of Medical Sciences (Iran), **Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences**, 5(2), 131-135.
29. Balluerka, N.; Aritzeta, A.; Gorostiaga, A.; Gartzia, L., & Soroa, G. (2013). Emotional intelligence and depressed mood in adolescence: A multilevel approach, **International Journal of Clinical and Health Psychology**, 13(2), 110-117.
30. Boutelle, K. N.; Hannan, P.; Fulkerson, J. A.; Crow, S. J., & Stice, E. (2010). **Obesity as a prospective predictor of depression in adolescent females**, **Health Psychology**, 29(3), 1-12.

31. Di Fabio, A., & Blustein, D. L. (2010). Emotional intelligence and decisional conflict styles: Some empirical evidence among Italian high school students, **Journal of Career Assessment**, 18(1), 71-81.
32. Farahani, M.; Taghadosi, M., & Behboudi, M. (2011). **An exploration of the relationship between transformational leadership and organizational commitment: The moderating effect of emotional intelligence**: Case study in Iran, *International Business Research*, 4(4), 211-217.
33. Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2016). **Ability emotional intelligence, depression, and well-being**, *Emotion Review*, 8(4), 311-315.
34. Gomez-Baya, D.; Mendoza, R.; Paino, S., & de Matos, M. G. (2017). **Perceived emotional intelligence as a predictor of depressive symptoms during mid-adolescence**: A two-year longitudinal study on gender differences, *Personality and individual differences*, 104, 303-312.
35. Kerr, A. N. (2013). Stereotypes and Patient-Provider Communication: Testing the Effects of Depression, Socioeconomic Status, **Race**, **Unpublished doctoral dissertation**, Loyola University Chicago, USA.
36. Kwako, L. E.; Szanton, S. J.; Saligan, L. N., & Gill, J. M. (2011). Major depressive disorder in persons exposed to trauma: Relationship between emotional intelligence and social support, **Journal of the American Psychiatric Nurses Association**, 17(3), 237-245.
37. Li, M. (2013). Relationships between Body Mass Index of Adolescents and Consumption of Fast Food and Sugar Soda, **Unpublished Master dissertation**, Fudan University, China.
38. Lloyd, S. J.; Malek-Ahmadi, M.; Barclay, K.; Fernandez, M. R., & Chartrand, M. S. (2012). **Emotional intelligence (EI) as a predictor of depression status in older adults**, *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 55(3), 570-573.
39. Lombas, A. S.; Martín-Albo, J.; Valdivia-Salas, S., & Jiménez, T. I. (2014). The relationship between perceived emotional intelligence and depressive symptomatology: The mediating role of perceived stress, **Journal of Adolescence**, 37(7), 1069-1076.
40. Luque-Reca, O.; Augusto-Landa, J. M., & Pulido-Martos, M. (2016). **Emotional intelligence and depressive symptoms in Spanish institutionalized elders: does emotional self-efficacy act as a mediator?**, *PeerJ*, 4, 1-19.

- 41.Motalebi, S. A. (2013). Perceived parenting styles and emotional intelligence among Iranian boy students, Asian, **Journal of Social Sciences & Humanities**, 2(3), 460-467.
- 42.Naninck, E. F. G.; Lucassen, P. J., & Bakker, J. (2011). Sex differences in adolescent depression: do sex hormones determine vulnerability?, **Journal of neuroendocrinology**, 23(5) , 1-14.
- 43.Salguero, J. M.; Extremera, N.; Cabello, R., & Fernández-Berrocal, P. (2015). If you have high emotional intelligence (EI), you must trust in your abilities: The interaction effect of ability EI and perceived EI on depression in women, **Journal of Psychoeducational Assessment**, 33(1), 46-56.
- 44.Sani, G.; Vöhringer, P. A.; Napoletano, F.; Holtzman, N. S.; Dalley, S.; Girardi, P.; Ghaemi, S. N., & Koukopoulos, A. (2014). Koukopoulos' diagnostic criteria for mixed depression: a validation study, **Journal of affective disorders**, 164, 14-18.
- 45.Sheeber, L. B.; Kuppens, P.; Shortt, J. W.; Katz, L. F.; Davis, B., & Allen, N. B. (2012). **Depression is associated with the escalation of adolescents' dysphoric behavior during interactions with parents**, **Emotion**, 12(5), 1-13.
- 46.Shooshtarian, Z.1 Ameli, F., & Amini Lari, M. (2013). The effect of labor's emotional intelligence on their job satisfaction, job performance and commitment, Iranian, **Journal of Management Studies**, 6(1), 27-43.
- 47.Thapar, A.; Collishaw, S.; Pine, D. S., & Thapar, A. K. (2012). **Depression in adolescence**, **The Lancet**, 379(9820), 1-24.
- 48.Vázquez, F. L.; Otero, P.; Díaz, O.; Sánchez, T., & Pomar, C. (2011). **Emotional intelligence in women caregivers with depressive symptoms**, **Psychological reports**, 108(2), 369-374