مجلة البحوث التربوية والنفسية

Journal homepage: https://jperc.uobaghdad.edu.iq

ISSN: 1819-2068 (Print); 2663-5879 (Online)

Journal of Educational and Psychological Research

دور الذكاء العاطفي في تحسين العلاقات الشخصية لدى طلبة الجامعة

صادق جعفر حسن سلمان*

ثانوية تلعفر للمتفوقين والمتفوقات، الموصل، العراق.

الملخص

يهدف هذا البحث إلى استكشاف دور الذكاء العاطفي في تحسين العلاقات الشخصية لدى طلبة جامعة تلعفر، وتحليل مدى تأثير الوعي بالمشاعر وإدارة الانفعالات في تعزيز التفاعل الإيجابي بين الطلبة. اعتمد الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، اذ تم اختيار عينة عشوائية مكونة من (227) طالباً وطالبة من كليات مختلفة في جامعة تلعفر. استُخدم مقياس الذكاء العاطفي المطور من (23) فقرة، ومقياس العلاقات الشخصية من (15) فقرة، وتم تحليل البيانات باستخدام الحزمة الإحصائية SPSS . أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين الذكاء العاطفي والعلاقات الشخصية. كما تبين أن طلبة الجامعة يتمتعون بمستوى متوسط من الذكاء العاطفي، وأن هناك فروقاً دالة إحصائياً تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث في بُعد التعاطف والمهارات الاجتماعية، يوصي الباحث بضرورة تطوير برامج تدريبية لتنمية الذكاء العاطفي لدى طلبة الجامعات، وإدماج مهارات الذكاء العاطفي في المناهج الأكاديمية، واقترح إجراء المزيد من البحوث حول تأثير الذكاء العاطفي على جوانب أخرى من الحياة الأكاديمية والمهنية.

معلومات المقالة

تاريخ المقالة:
الاستلام: 13، تشرين الثاني 2025
إجراء التعديلات: 5، كانون الثاني 2026
قبول النشر: 1، آذار 2026
النشر على الإنترنت: 1، نيسان 2026

الكلمات المفتاحية:
الذكاء العاطفي
العلاقات الشخصية
طلبة الجامعة

الفصل الأول

أولاً: مشكلة البحث:

تعد العلاقات الشخصية من أهم الجوانب في حياة الافراد، اذ تؤثر بشكل مباشر في رفاهيتهم النفسية والاجتماعية (Goleman,1995,pp.43-60)، وتسهم في تحقيق الشعور بالانتماء والدعم، إلّا ان التوترات والنزاعات التي تنشأ بين الافراد تعد تحديًا مستمرًا أمام تحقيق علاقات شخصية صحية ومستقرة. ويعزى ذلك غالبا الى صعوبة فهم مشاعر الاخرين وادارة المشاعر الذاتية بطرق فعالة Bar-On,2006, (PP.17-22). هنا يأتي دور الذكاء العاطفي كأداة فعّالة لتحسين القدرة على التواصل وفهم مشاعر الآخرين وإدارة المشاعر بطرق إيجابية. الذكاء العاطفي يمكّن الأفراد من بناء علاقات قائمة على التفاهم المتبادل، اذ يستطيع الأفراد الذين يتمتعون بقدرات عاطفية عالية، التعبير عن مشاعرهم بطرق لا تؤدي إلى تصعيد النزاعات، بل تسهم في توضيح المواقف وتقليل سوء الفهم (Mayer & Salovey, 1997, PP.20-28).

تكمن مشكلة البحث في دراسة مدى تأثير الذكاء العاطفي على العلاقات الشخصية وكيف يمكن أن يسهم في تقليل النزاعات وتعزيز التفاهم بين الأفراد. هل يساعد الذكاء العاطفي في الحد من المشكلات اليومية بين الأفراد وتحقيق علاقات أكثر انسجاماً؟ هذه التساؤلات تستدعي فحص أبعاد الذكاء العاطفي ودوره كوسيلة أساسية لبناء علاقات إنسانية متينة وفعّالة (Goleman, 1995, PP.43-45).

يهدف البحث إلى تقديم تحليل لأبعاد الذكاء العاطفي وتأثيراته على العلاقات الشخصية، والتوصل إلى استراتيجيات يمكن من خلالها تعزيز هذا الذكاء لتحسين التفاعل الإنساني. من خلال تطوير الوعي العاطفي وإدارة المشاعر بشكل متوازن، يمكن تحقيق علاقات تدعم النمو النفسي والاجتماعي للأفراد وتعزز من قدرتهم على مواجهة التحديات العاطفية بطرق بناءة (Bar-On, 2006, PP.18-21).

* Corresponding author.
E-mail address: sadqjafer@gmail.com
DOI: 10.52839/0111-000-089-016
This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

ثانيا: أهمية البحث

تتجلى أهمية هذا البحث في الدور الحاسم الذي يلعبه الذكاء العاطفي في تحسين العلاقات الشخصية وتطوير مهارات التواصل بين الأفراد. يُعد الذكاء العاطفي أداة رئيسة لفهم الذات والآخرين، حيث يُعزز من قدرة الفرد على التعامل مع ضغوط الحياة وتحديات العلاقات الشخصية بطريقة صحية وإيجابية (Goleman, 1995, PP.149-158). فالفرد الذي يمتلك مهارات عاطفية قوية يمكنه التعامل بمرونة مع المواقف العاطفية المعقدة، مما يسهم في تعزيز التفاهم بينه وبين الآخرين (Mayer & Salovey,1997, PP.10-15).

يُظهر البحث أيضاً أهمية الذكاء العاطفي في بناء علاقات مستدامة تقوم على الثقة والاحترام المتبادل. الأفراد الذين يملكون قدرة عالية على تنظيم مشاعرهم وتوجيهها نحو أهداف إيجابية يكونون أكثر قدرة على مواجهة النزاعات وحلها بطرق بناءة، مما يقلل من احتمالية التوترات ويزيد من مستوى الرضا في العلاقات (Bar-On, 2006, PP.19-20). فمثلاً، يمكنهم التحكم في ردود أفعالهم عند التعامل مع مواقف مستفزة، مما يسهم في بناء بيئة علاقات أكثر استقراراً وانسجاماً (Goleman, 1995, 150-155).

إضافةً إلى ذلك، تسهم هذه الدراسة في تسليط الضوء على الذكاء العاطفي كعامل محوري في تنمية مهارات القيادة الشخصية والاجتماعية، حيث يمكن أن يستخدم كأداة لتحسين الأداء الشخصي في مجالات العمل والعلاقات العامة. فالتطوير المستمر للذكاء العاطفي يسهم في بناء علاقات قائمة على التفاهم، ويعزز من القدرة على اتخاذ القرارات العاطفية بشكل عقلاني، وهو ما ينعكس إيجاباً على جودة الحياة الشخصية والاجتماعية للأفراد (Mayer & Salovey,1997 PP.90-98).

ثالثا: أهداف البحث:

يستهدف البحث الحالي إلى:

1. التعرف على مستوى الذكاء العاطفي لدى طلبة جامعة تلعفر وأبعاده المختلفة (الوعي الذاتي، إدارة الانفعالات، التحفيز الذاتي، التعاطف، المهارات الاجتماعية).
2. قياس العلاقات الشخصية لدى طلبة الجامعة من خلال مؤشرات المهارات الاجتماعية، الدعم العاطفي، الثقة بين الأشخاص، واحترام الذات.
3. تحليل طبيعة العلاقة الارتباطية بين الذكاء العاطفي و العلاقات الشخصية، وتحديد قوة هذه العلاقة واتجاهها.
4. الكشف عن الفروق الإحصائية في متغيري البحث تبعاً لمتغيرات ديموغرافية (الجنس، التخصص الأكاديمي) ويسعى البحث إلى استكشاف دور الذكاء العاطفي وتوضيحه في تحسين جودة العلاقات الشخصية وتعزيز التفاعل الإيجابي بين الأفراد.

رابعا: حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة تلعفر للدراسة الصباحية ولتخصص العلمي والانساني لكلا الجنسين (ذكورًا واناثًا) للسنة الدراسية 2024-2025).

خامسا: تحديد المصطلحات:

- الذكاء العاطفي لغويا:

الذكاء في اللغة هو: الفطنة والقدرة على الفهم، أما العاطفة فهي ما يتحرك في النفس من انفعالات مثل الفرح، الغضب، الخوف، الحزن (ابن فارس، 1991, ص22-24).

- الذكاء العاطفي نظريا هو: قدرة الفرد على إدراك مشاعره ومشاعر الآخرين، وتنظيمها وتوجيهها بما يسهم في التفاعل الإيجابي واتخاذ قرارات ملائمة. (Goleman, 1995, PP.43-45).

اما التعريف الاجرائي للذكاء العاطفي:

هو القدرة المدركة والمقاسة لدى طلبة المرحلة الرابعة في جامعة تلعفر على فهم مشاعرهم والتحكم بها، والاستجابة المناسبة لمشاعر الآخرين، بما يسهم في تحسين علاقاتهم الشخصية، ويُقاس ذلك من خلال استبانة الباحث المبنية على أبعاد جولمان (1995).

- العلاقات الشخصية لغويا:

العَلاقة: من علِق، وتعني الارتباط أو الصلة. والشخصية هي مجموعة الصفات التي تميز الإنسان عن غيره (الزبيدي، 2001, ص11-14).

- العلاقات الشخصية نظريا تشير إلى الروابط والتفاعلات التي تحدث بين الأفراد، وتشمل الثقة، التعاون، والتواصل، والتي تتأثر بالعوامل النفسية والاجتماعية (Byrne, 1971, PP.7-12).

- العلاقات الشخصية اجرائيا في هذا البحث تُعرّف بأنها: "مستوى قدرة الطالب الجامعي على بناء تواصل فعّال، قائم على الثقة والتفاهم المتبادل مع الآخرين، كما يتم قياسها من خلال محاور الاستبانة التي تشمل: مهارات الاتصال، حل النزاعات، والتفاعل الاجتماعي الإيجابي.

الفصل الثاني

خلفية نظرية ودراسات سابقة:

اولاً: مفهوم الذكاء العاطفي

الذكاء العاطفي يُعرف بأنه القدرة على إدراك المشاعر الذاتية ومشاعر الآخرين وفهمها وتنظيمها، واستخدام هذه القدرات في التفاعل الاجتماعي واتخاذ القرارات السليمة. يمثل الذكاء العاطفي عاملًا مهمًا يؤثر في الأداء النفسي والاجتماعي للفرد، ويُعد من المتغيرات الأساسية التي تفسر الاختلافات في سلوكيات الأفراد واستجاباتهم لمواقف الحياة المختلفة. (Salovey & Mayer, 1990, P.189) ، وفقًا لنظرية الذكاء العاطفي، يمتلك الأفراد مستويات متفاوتة من هذه القدرة التي تسهم في تعزيز التكيف النفسي والاجتماعي، وتقليل مستويات القلق والتوتر، وتحسين جودة العلاقات الشخصية والمهنية. (Goleman, 1995, P.78)

وينقسم الذكاء العاطفي إلى عدة أبعاد رئيسة هي:

الوعي الذاتي: القدرة على التعرف على المشاعر الذاتية وفهمها.

ضبط الانفعالات: التحكم في التعبير عن المشاعر والانفعالات بطريقة ملائمة.

التحفيز الذاتي: القدرة على توجيه النفس نحو تحقيق الأهداف رغم الصعوبات.

التعاطف: القدرة على فهم مشاعر الآخرين ومراعاة مشاعرهم.
المهارات الاجتماعية: القدرة على بناء علاقات إيجابية وإدارة النزاعات بفعالية (Mayer et al., 2004, PP.199-202).
كما ان الذكاء العاطفي له دور كمتغير في التأثير على المعتقدات والأنماط السلوكية، اذ يعمل الذكاء العاطفي كمتغير وسيط أو معدل بين المعتقدات المعرفية والأنماط السلوكية، حيث يؤثر بشكل مباشر في كيفية تفسير الفرد للأحداث وكيفية استجابته عاطفيًا وسلوكيا، كما يؤثر في المعتقدات المعرفية للأفراد، اذ ان الأفراد الذين يمتلكون ذكاءً عاطفيًا عاليًا يميلون إلى تبني معتقدات إيجابية أكثر، اذ يمكنهم التعامل مع المشاعر السلبية بفعالية وتحويلها إلى دافع إيجابي (Bar-On, 2006, PP.14-16)، ويظهر تأثير الذكاء العاطفي على الأنماط السلوكية من خلال تعزيزه السلوكيات الإيجابية كالقدرة على التواصل، وحل المشكلات، وضبط النفس، مما يساعد على تقليل السلوكيات السلبية مثل العدوانية أو الانسحاب الاجتماعي. (Salovey et al., 2008, PP.192-195)
وهكذا يبدو ان الذكاء العاطفي يسهم في تحسين الأداء الأكاديمي والمهني من خلال تعزيز القدرة على التعامل مع الضغوط والتحديات. كما انه يدعم الصحة النفسية ويقلل من احتمالات الإصابة بالاكتئاب والقلق.
ويعزز من قدرة الفرد على بناء علاقات اجتماعية صحية ومستقرة بالإضافة الى انه يساعد في تطوير مهارات القيادة وإدارة الفرق بفعالية. (Mikolajczak et al., 2009, P.194)

ثانياً: مفهوم العلاقات الشخصية:

تعرف بأنها الروابط الاجتماعية والعاطفية التي تنشأ بين الأفراد في محيط حياتهم، وتشمل العلاقات الأسرية، والصداقة، والعلاقات المهنية، والعلاقات العاطفية. تُعد هذه العلاقات من العوامل الأساسية التي تؤثر في الصحة النفسية وجودة الحياة، حيث تؤدي دورًا مهمًا في دعم الفرد ومساعدته على التكيف مع الضغوط النفسية والاجتماعية (Mayer & Salovey,1987, P.11).
وفقًا لنظرية الترابط الاجتماعي، فإن نوعية العلاقات الشخصية وقوتها تسهم بشكل كبير في تحديد مدى شعور الفرد بالانتماء والدعم النفسي، مما يؤثر في سلوكه ومعتقداته ونفسيته. (Bowlby, 1969, PP.177-182)
وتمتاز العلاقات الشخصية بعدة خصائص منها:
• الاستمرارية: عادة تستمر العلاقات الشخصية لفترات طويلة وتتسم بالثبات نسبيًا.
• التبادل العاطفي : تقوم على تبادل المشاعر والدعم النفسي بين الأطراف.
• التفاعل المتكرر : تتضمن لقاءات وتواصل مستمر بين الأفراد.
• الاعتمادية: يعتمد الأفراد على بعضهم في تحقيق الدعم والحماية (Duck,1994, P.24)
كما أن للعلاقات الشخصية دورًا كمتغير مؤثر ومُتأثر، اذ لها تأثيرٌ على المعتقدات والسلوك، ويظهر ذلك من خلال ان العلاقات الإيجابية تدعم بناء معتقدات إيجابية وتعزز من أنماط سلوكية صحية، على سبيل المثال التواصل الفعّال، وحل المشكلات بطرق بناءة، وبالعكس العلاقات السلبية قد تؤدي إلى تعزيز المعتقدات السلبية وزيادة السلوكيات غير التكيفية كالعزلة أو العدوانية. (Cohen & Wills, 1985, P.310)، واكدت دراسة (Mayer,2004) ان العلاقات الشخصية تتأثر بالذكاء العاطفي، اذ ان الأفراد ذوي الذكاء العاطفي العالي يتمتعون بقدرة أكبر على بناء علاقات شخصية ناجحة ومستقرة بفضل مهاراتهم في التعاطف وضبط الانفعالات والتواصل الاجتماعي. (Mayer,al,2004, P.205)
وتظهر النظريات النفسية وخاصة نموذج الذكاء العاطفي (جولمان, 1995)، ان العلاقات الشخصية تؤدي دورًا جوهريًا في دعم الصحة النفسية والتقليل من الاكتئاب، وتعزيز الانتماء والدافعية نحو الحياة، وتحسين الأداء الاكاديمي والمهني من خلال الدعم النفسي، وكذلك تقوية المرونة النفسية في مواجهة التحديات والضغوط، ويرتبط ذلك بالاطار النظري الذي اعتمده الباحث الذي يؤكد ان الذكاء العاطفي (الوعي الذاتي، ضبط الانفعالات، التعاطف، المهارات الاجتماعية) هو اساس العلاقات الناجحة والداعمة.
ومن النظريات التي تناولت الذكاء العاطفي والعلاقات الشخصية:
تعددت النظريات التي تربط بين الذكاء العاطفي وجودة العلاقات الشخصية، اذ يُنظر إلى الذكاء العاطفي كقدرة على التعرف على المشاعر وفهمها وتنظيمها بما يسهم في تحسين التواصل والتفاعل الاجتماعي. ومن أهم النظريات:
• نظرية القدرات (Ability Model):
اقترحها سالوفي وماير (Salovey & Mayer, 1990) حيث يُعرّف الذكاء العاطفي كمجموعة من القدرات العقلية تشمل التعرف على المشاعر واستخدامها في التفكير وحل المشكلات. يرى الباحثان أن الأفراد ذوي الذكاء العاطفي العالي يمتلكون قدرة أفضل على إدارة العلاقات الاجتماعية وتفسير الإشارات العاطفية لدى الآخرين (Salovey & Mayer, 1990 ,185-211).
• النموذج المختلط (Mixed Model): قدمه جولمان (Goleman, 1995)، والذي يجمع بين القدرات العاطفية والمهارات الشخصية مثل التعاطف والقدرة على التحفيز الذاتي. يُبرز هذا النموذج أهمية الذكاء العاطفي في بناء علاقات ناجحة من خلال تحسين مهارات التواصل وحل النزاعات (Goleman, 1995, P.43).
• النموذج الاندماجي (Integrative Model):
يجمع بين الأبعاد المعرفية والوجدانية للذكاء العاطفي، مما يؤكد أن الفهم الشامل للمشاعر يؤدي دورًا مهمًا في التفاعل الاجتماعي وتعزيز الثقة المتبادلة ضمن العلاقات الشخصية. (Bar-On,R,1997, PP.12-15)
هذه النظريات تبرز أن الذكاء العاطفي لا يقتصر على معرفة الفرد بمشاعره الخاصة فحسب، بل يمتد إلى القدرة على فهم مشاعر الآخرين والتأثير عليها بطريقة إيجابية، مما يسهم في بناء علاقات أكثر تماسكًا وفاعلية.
مفهوم العلاقات الشخصية من منظور علم النفس وعلم الاجتماع:

يُعد مفهوم العلاقات الشخصية أحد المفاهيم المحورية في علم النفس وعلم الاجتماع، اذ يتم تفسيرها من زوايا متعددة:

• منظور علم النفس:

تُعرف العلاقات الشخصية على أنها الروابط العاطفية والمعرفية بين الأفراد، والتي تتشكل عبر التفاعلات اليومية. تُركز النظريات النفسية على الجوانب الانفعالية والسلوكية للتواصل، مثل نظرية الارتباط (Attachment Theory) التي توضح كيف تؤثر التجارب الطفولية في قدرة الفرد على بناء علاقات صحية في مرحلة البلوغ (Duck, 1994, P.38).

منظور علم الاجتماع:

ينظر علماء الاجتماع إلى العلاقات الشخصية كجزء من الشبكات الاجتماعية التي تُسهم في تشكيل الهوية الاجتماعية للفرد. يتم تحليل العلاقات من خلال مفاهيم مثل التبادل الاجتماعي والقواعد الثقافية التي تحدد أطر التفاعل بين الأفراد، مما يؤثر في كيفية تكوين العلاقات والحفاظ عليها.

يجمع كل من المنظور النفسي والاجتماعي على أن جودة العلاقات الشخصية تعتمد بشكل كبير على مهارات التواصل، الثقة، والتفاهم المتبادل، وهي عناصر تتأثر إيجاباً بوجود ذكاء عاطفي متطور.

الروابط بين الذكاء العاطفي والعلاقات الشخصية:

تشير الدراسات الحديثة إلى أن هناك علاقة إيجابية بين مستويات الذكاء العاطفي والعلاقات الشخصية، اذ يلعب الذكاء العاطفي دورًا محوريًا في:

• تحسين مهارات التواصل:

الأفراد الذين يتمتعون بذكاء عاطفي مرتفع قادرون على التعبير عن مشاعرهم بوضوح، مما يسهم في تقليل سوء التفاهم وحل النزاعات بطريقة بناءة.

• تعزيز التعاطف:

القدرة على فهم مشاعر الآخرين والتعاطف معهم تسهم في تقوية الروابط العاطفية، مما يزيد من مستوى الثقة والاحترام المتبادل (Lopes et al., 2005, P.116).

• إدارة الضغوط النفسية:

تساعد مهارات التنظيم العاطفي على التعامل مع المواقف الصعبة والضغوط الاجتماعية، مما ينعكس إيجابًا على استقرار العلاقات الشخصية.

• بناء الثقة والتفاهم:

عندما يتمكن الفرد من تنظيم عواطفه والتواصل بفعالية، فإن ذلك يسهم في بناء علاقات تقوم على الثقة والاحترام المتبادل، وهو ما يظهر جلياً في بيئات العمل والعلاقات الشخصية.

توضح النتائج البحثية أن الأفراد ذوي الذكاء العاطفي العالي غالبًا ما يكونون أكثر نجاحًا في تكوين علاقات شخصية مستدامة ومثمرة، مما يجعل تطوير هذا النوع من الذكاء هدفًا استراتيجيًا في برامج التدريب والتطوير الشخصي. (Goleman, 1995)

نماذج تفسير الظاهرة وتحليلها:

لتفسير دور الذكاء العاطفي في تحسين العلاقات الشخصية وتحليله، تم تبني عدة نماذج تحليلية تعتمد على مقاربات كمية ونوعية، منها:

• النموذج الوصفي التحليلي:

يعتمد على وصف خصائص العلاقات الشخصية وقياس مستوى الذكاء العاطفي باستخدام أدوات استبيانيه معيارية، مثل مقياس الذكاء العاطفي لجولمان أو مقياس EQ-i Bar-On, (1997). يستخدم هذا النموذج لتحليل البيانات وتحديد العلاقة بين المتغيرات.(Goleman, 1995)

• النموذج التجريبي:

يُستخدم لإجراء تجارب تداخلية تهدف إلى رفع مستويات الذكاء العاطفي لدى المشاركين وملاحظة تأثير ذلك في جودة العلاقات الشخصية. تُظهر الدراسات التجريبية أن التدخلات التي تركز على تطوير الوعي العاطفي وتنمية مهارات التعاطف تؤدي إلى تحسينات ملموسة في التفاعلات الاجتماعية.

• النموذج المقارن:

يتم من خلاله مقارنة مستويات الذكاء العاطفي وجودة العلاقات بين مجموعات مختلفة من الأفراد (على سبيل المثال: موظفون في قطاعات متنوعة أو فئات عمرية مختلفة)، مما يساعد في تحديد العوامل المؤثرة في العلاقة بين المتغيرين.

• النموذج النظري التفاعلي:

يربط بين العوامل النفسية والاجتماعية لتفسير كيفية تفاعل الذكاء العاطفي مع المتغيرات البيئية والاجتماعية، مثل الضغوط الاجتماعية والثقافية ويعتمد هذا النموذج على دراسات حالة وتحليل سردي لتفسير الظاهرة بشكل شامل.

يتيح استخدام هذه النماذج تفسيراً متكاملاً لدور الذكاء العاطفي في تحسين العلاقات الشخصية، ويساعد في تقديم توصيات عملية يمكن تطبيقها في برامج التدريب والتطوير الاجتماعي.

الدراسات السابقة:

أولاً الدراسات العربية:

1. (الجبوري: 2017) "دور الذكاء العاطفي في تحسين العلاقات الشخصية لدى موظفي القطاع العام"، تناولت هذه الدراسة دور الذكاء العاطفي في تعزيز العلاقات الشخصية بين موظفي القطاع العام. أظهرت النتائج أن الموظفين الذين يمتلكون ذكاء عاطفيًا عاليًا لديهم مهارات تواصل أفضل، مما يعزز قدرتهم على التعامل مع ضغوط العمل وحل النزاعات بفعالية، مما يسهم في تحسين بيئة العمل والعلاقات الشخصية بينهم (الجبوري، سعد محمد: 2017).
2. (العطار: 2018) (أثر الذكاء العاطفي على جودة العلاقات الشخصية لدى طلاب الجامعات)، استهدفت الدراسة طلاب الجامعات في مصر، ودرست العلاقة بين الذكاء العاطفي وجودة العلاقات الشخصية. وجدت الدراسة أن الطلاب الذين يمتلكون مستوى عاليًا من الذكاء العاطفي يظهرون قدرة أكبر على التفاعل

الاجتماعي، مما يساعدهم على تكوين صداقات وعلاقات شخصية صحية. (العطار, محمد احمد 2018)

3. (السامرائي:2019)"الذكاء العاطفي وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي لدى الموظفين في المؤسسات الحكومية"، بحثت الدراسة في تأثير الذكاء العاطفي على التفاعل الاجتماعي بين موظفي المؤسسات الحكومية في العراق. أوضحت النتائج أن الموظفين ذوي الذكاء العاطفي المرتفع قادرون على تحسين علاقاتهم الشخصية داخل بيئة العمل من خلال مهارات التعاطف، الفهم العاطفي، والقدرة على إدارة الضغوط. (السامرائي, عبد الرحمن خليل,2019)
4. (الشمري :2020) "دور الذكاء العاطفي في تعزيز العلاقات الشخصية بين المعلمين والطلاب"، تركزت هذه الدراسة على العلاقة بين الذكاء العاطفي للمعلمين وتحسين علاقتهم مع الطلاب. أظهرت الدراسة أن المعلمين الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من الذكاء العاطفي يتمتعون بقدرة أكبر على بناء علاقات متينة مع طلابهم، مما يسهم في تحسين الأداء الأكاديمي والتفاعل داخل الفصول الدراسية. (الشمري , فاطمة علي , 2020)

ثانيا الدراسات الأجنبية:

1. "Emotional : (Goleman, D. 1995) Intelligence and its Impact Interpersonal Relationships in Workplace Settings"

دراسة رائدة من جولمان استكشفت كيف يؤثر الذكاء العاطفي على العلاقات الشخصية في بيئات العمل. أظهرت النتائج أن الذكاء العاطفي يساعد الأفراد على تحسين مهاراتهم في التواصل وحل النزاعات، مما يعزز من العلاقات الشخصية في بيئات العمل ويؤدي إلى زيادة الإنتاجية.

2. "The (Mayer, J. D., & Salovey, P. 1997) Role of Emotional Intelligence in Building Personal Relationships"

تناولت هذه الدراسة دور الذكاء العاطفي في بناء العلاقات الشخصية. بينت الدراسة أن الأفراد الذين يمتلكون قدرة أكبر على التعرف على مشاعرهم ومشاعر الآخرين لديهم مهارات تواصل أفضل وأكثر فعالية، مما يؤدي إلى علاقات شخصية أكثر صحة واستدامة.

3. "The : (Lopes, P. N., & Salovey, P. 2005) Influence of Emotional Intelligence on Interpersonal Conflict Resolution"

هدفت هذه الدراسة التعرف على تأثير الذكاء العاطفي على كيفية حل النزاعات بين الأفراد في بيئات العمل والعلاقات الشخصية. كما أظهرت النتائج أن الأفراد الذين يمتلكون مستويات أعلى من الذكاء العاطفي قادرون على حل النزاعات بشكل أكثر سلمية وفعالية، مما يعزز من استقرار العلاقات الشخصية.

4. (Schutte, N. S., & Malouff, J. M. 2011) "Emotional Intelligence and Relationship Satisfaction: A Meta-Analysis"

قام الباحثان بإجراء تحليل ميتا لدراسات سابقة لفحص العلاقة بين الذكاء العاطفي ورضا الأفراد عن علاقاتهم الشخصية. أظهرت الدراسة أن الذكاء العاطفي له تأثير كبير على تحسين رضا الأفراد عن علاقاتهم الشخصية، اذ أن الأفراد الذين يمتلكون مستوى عاليًا من الذكاء العاطفي يميلون إلى أن يكونوا أكثر رضا عن علاقاتهم.

الفصل الثالث

منهجية البحث واجراءاته

يتناول هذا الفصل الإجراءات المنهجية التي تم اتباعها في الدراسة الميدانية، بدءًا من تحديد المجتمع الأصلي، واختيار العينة، ووصف أدوات البحث المستخدمة، والتحقق من خصائصها السيكو مترية، وانتهاءً بالوسائل الإحصائية المعتمدة لتحليل البيانات.

أولًا: منهج البحث

تم الاعتماد في هذا البحث على المنهج الوصفي الارتباطي، الذي يهدف إلى دراسة العلاقة بين المتغيرات كما هي في الواقع، دون تدخل الباحث في ضبطها أو تعديلها. وهو منهج مناسب لطبيعة البحث الحالي الذي يسعى إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء العاطفي وجودة العلاقات الشخصية لدى الطلبة الجامعيين (دويدري، 2000، ص183)

ثانيًا: مجتمع البحث

يتكون مجتمع البحث من جميع طلبة الدراسات الأولية الصباحية في جامعة تلعفر للعام الدراسي 2024-2025، والبالغ عددهم (1102) طالبًا وطالبة، موزعين على الكليات والتخصصات المختلفة. ويتضمن المجتمع طلبة من الجنسين ومن المراحل الدراسية كافة، كما يوضح الجدول الآتي:

ثالثًا: عينة البحث

تألفت عينة البحث من (227) طالبًا وطالبة تم اختيارهم من مجتمع الدراسة بطريقة العينة الطبقية العشوائية، لضمان تمثيل الجنسين بشكل متساوٍ، بواقع (119) من الذكور(108) من الاناث، وقد شملت العينة طلبة المرحلة الرابعة فقط من كليات جامعة تلعفر، حيث تزداد أهمية العلاقات الشخصية في هذه المرحلة الانتقالية نحو سوق العمل أو الدراسات العليا، والجدول رقم (2) يوضح ذلك.

رابعا أدوات البحث: اعتمد الباحث في جمع البيانات على الأداتين الآتيتين:

أولًا: مقياس الذكاء العاطفي

اعتمد الباحث مقياس الذكاء العاطفي الذي أعده خليل المطار (2005)، ويتكوَّن من (23) فقرة موزعة على خمسة أبعاد رئيسة، كما يأتي:

الوعي الذاتي (الفقرات 1–5)، إدارة الانفعالات (6–9)، التحفيز الذاتي (10–14)، التعاطف (15–18)، المهارات الاجتماعية (19–23).

وتمت الإجابة عن فقرات المقياس باستخدام مقياس ليكرت الخماسي الذي يشمل: (دائمًا – غالبًا – أحيانًا – نادرًا – أبدًا)، حيث تُعطى لكل استجابة درجة من (1) إلى (5)، وتُحسب

الدرجة الكلية من خلال جمع درجات الفقرات، إذ تشير الدرجات الأعلى إلى مستوى أعلى من الذكاء العاطفي. وقد أظهر المقياس دلالات جيدة على الصدق والثبات، حيث بلغ معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ (0.84)، كما تم التحقق من صدقه من خلال التحكيم وصدق البناء.

جدول (1): توزيع مجتمع البحث حسب الكلية، القسم، المرحلة، والجنس.

الكلية	القسم	المرحلة الاولى		المرحلة الثانية		المرحلة الثالثة		المرحلة الرابعة		المجموع		
		ذكور	اناث	ذكور	اناث	ذكور	اناث	ذكور	اناث	ذكور	اناث	مجموع
التمريض	العام	32	90	13	51	14	75	16	45	75	261	336
التربية الاساسية	اللغة العربية	43	37	13	25	26	27	49	17	143	114	257
	الرياضيات	39	55	59	80	69	55	53	43	220	233	453
التربية	علوم الحاسوب	6	7	0	0	0	0	0	0	6	7	13
	اللغة الانكليزية	3	5	0	0	0	0	0	0	3	5	8
الزراعة	محاصيل حقلية	6	6	0	0	0	0	1	3	7	9	16
	الانتاج الحيواني	7	4	2	4	1	1	0	0	10	9	19
المجموع		136	204	99	168	110	158	119	108	464	638	1102

جدول (2): توزيع عينة البحث حسب الكلية والجنس

الكلية	القسم	المرحلة الرابعة	
		ذكور	اناث
التمريض	العام	16	45
التربية الاساسية	اللغة العربية	49	17
	الرياضيات	53	43
التربية	علوم الحاسوب	0	0
	اللغة الانكليزية	0	0
الزراعة	محاصيل حقلية	1	3
	الانتاج الحيواني	0	0
المجموع		119	108

ثانيًا: مقياس العلاقات الشخصية

اعتمد الباحث مقياس العلاقات الشخصية من إعداد خليل المطار (2015)، ويتكوَّن من (15) فقرة تقيس علاقات الفرد الشخصية، ويعتمد المقياس على مقياس ليكرت الخماسي بدرجات تتراوح من (1) "أبدًا" إلى (5) "دائمًا".

وتم حساب الدرجة الكلية من خلال جمع درجات الفقرات، حيث تشير الدرجات المرتفعة إلى مستوى أعلى من جودة العلاقات الشخصية. وقد أظهرت الدراسات السابقة دلالات صدق وثبات مناسبة، حيث بلغ معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ (0.81)، وتم التحقق من الصدق من خلال التحكيم و صدق البناء، والجدول الآتي يوضح ذلك.

الجدول رقم (3): الخصائص السيكو مترية للأدوات.

المقياس	الصدق البنائي	معامل الثبات (ألفا كرونباخ)	عدد المحكمين
الذكاء العاطفي	0.85	0.84	8
العلاقات الشخصية	0.82	0.81	8

خامسا: الوسائل الاحصائية

بعد جمع البيانات من خلال مقياسي الذكاء العاطفي والعلاقات الشخصية، تم استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) لمعالجة البيانات، وتحليل النتائج، وذلك باستخدام الأساليب الإحصائية الآتية:

1. الوسط الحسابي والانحراف المعياري:
لقياس مستوى الذكاء العاطفي والعلاقات الشخصية لدى أفراد العينة، وتحديد مدى تباين استجاباتهم.
2. معامل الارتباط (بيرسون):
لفحص العلاقة بين الذكاء العاطفي والعلاقات الشخصية، ومدى قوة هذه العلاقة واتجاهها.
3. اختبار "ت" (T-Test):
لبيان الفروق بين متوسطات الذكور والإناث في متغيرات الدراسة إن وجدت.
4. تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA):
عند وجود متغيرات متعددة (مثل القسم أو المرحلة)، لمعرفة الفروق بين المجموعات. تم اختيار هذه الأدوات بناءً على طبيعة المتغيرات وأسئلة البحث، وبما يتناسب مع أهداف البحث

الجدول رقم (4):

أبعاد الذكاء العاطفي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الترتيب
الوعي الذاتي	3.45	0.72	متوسط	2
إدارة الانفعالات	3.28	0.68	متوسط	4
التحفيز الذاتي	3.58	0.74	مرتفع	1
التعاطف	3.52	0.69	مرتفع	3
المهارات الاجتماعية	3.29	0.71	متوسط	5
الدرجة الكلية	3.42	0.68	متوسط	-

الفصل الرابع

عرض النتائج وتحليلها

1 - التعرف على مستوى الذكاء العاطفي لدى طلبة جامعة تلعفر وأبعاده المختلفة.

يتبين من الجدول أعلاه أن النتائج تشير إلى أن طلبة جامعة تلعفر يتمتعون بمستوى متوسط من الذكاء العاطفي بشكل عام (M = 3.42). يتصدر بُعد التحفيز الذاتي المرتبة الأولى، مما يدل على قدرة الطلبة على توجيه مشاعرهم نحو تحقيق أهدافهم. بينما جاء بُعد المهارات الاجتماعية في المرتبة الأخيرة، مما يشير إلى الحاجة لتطوير هذه المهارات. وهذه النتيجة تتسق مع دراسة العطار (2018) التي وجدت مستويات مماثلة لدى طلبة الجامعات العراقية. ويمكن تفسير هذا المستوى المتوسط في ضوء عدة عوامل:

منها المرحلة العمرية للطلبة الجامعيين التي تتميز بالنضج التدريجي للمهارات العاطفية، وكذلك تأثير البيئة الجامعية التي توفر فرصاً متنوعة للتفاعل الاجتماعي والتعلم العاطفي ومن ثم اختلاف مستويات الخبرة الحياتية والتنشئة الاجتماعية بين الطلبة.

2- قياس العلاقات الشخصية لدى طلبة الجامعة من خلال مؤشرات المهارات الاجتماعية، الدعم العاطفي، الثقة بين الأشخاص، واحترام الذات

الجدول رقم (5):

أبعاد العلاقات الشخصية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المستوى	**الترتيب**
المهارات الاجتماعية العامة	0.75	3.67	مرتفع	1
الدعم العاطفي	0.70	3.54	مرتفع	2
الثقة بين الأشخاص	0.73	3.38	متوسط	3
احترام الذات	0.68	3.61	مرتفع	4
الدرجة الكلية	0.71	3.55	مرتفع	-

أظهرت النتائج من الجدول اعلاه أن طلبة الجامعة يتمتعون بمستوى مرتفع من العلاقات الشخصية (M = 3.55).تصدر بُعد المهارات الاجتماعية العامة المرتبة الأولى بينما احتل بُعد الثقة بين الأشخاص المرتبة الأخيرة، مما يشير إلى أهمية العمل على بناء الثقة في العلاقات. حقق الطلبة مستوى مرتفعًا في العلاقات الشخصية(M = 3.55) ، مما يشير إلى قدرتهم على بناء علاقات إيجابية والحفاظ عليها. هذه النتيجة تتماشى مع خصائص البيئة الجامعية التي تشجع على التفاعل والعمل الجماعي. كما تعكس الثقافة الاجتماعية العراقية التي تؤكد على أهمية العلاقات الأسرية والاجتماعية.

3- العلاقة الارتباطية بين الذكاء العاطفي والعلاقات الشخصية

جدول رقم (6):

أبعاد الذكاء العاطفي	المهارات الاجتماعية	الدعم العاطفي	الثقة بين الأشخاص	احترام الذات	الدرجة الكلية
الوعي الذاتي	0.68**	0.72**	0.65**	0.70**	0.74**
إدارة الانفعالات	0.71**	0.69**	0.67**	0.73**	0.76**
التحفيز الذاتي	0.64**	0.66**	0.62**	0.68**	0.70**
التعاطف	0.75**	0.81**	0.69**	0.72**	0.79**
المهارات الاجتماعية	0.79**	0.73**	0.71**	0.74**	0.80**
الدرجة الكلية	0.77**	0.76**	0.72**	0.78**	0.785**

**دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)

تشير النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية قوية ودالة إحصائياً ($p < 0.01$) ($r = 0.785$) بين الذكاء العاطفي و العلاقات الشخصية. هذا يعني أنه كلما ارتفع مستوى الذكاء العاطفي لدى الطلبة، كلما تحسنت علاقاتهم الشخصية. أظهر بُعد التعاطف أقوى ارتباط مع الدعم العاطفي ($r = 0.81$) ، مما يؤكد أهمية القدرة على فهم مشاعر الآخرين في بناء علاقات داعمة. تؤكد العلاقة الإيجابية القوية ($r = 0.785$) بين الذكاء العاطفي والعلاقات الشخصية صحة الفرضية الأساسية للبحث وهذه النتيجة تتسق مع دراسة Schutte & Malouff 2011) التي وجدت علاقة مماثلة ($r = 0.45$) عبر ثقافات متعددة، وكذلك مع نتائج دراسة الجبوري (2017) في البيئة العراقية ($r = 0.72$)، اذ فسرت النظريات

التي تؤكد على أن المهارات العاطفية أساسية لنجاح العلاقات الشخصية كما يمكن تفسير هذه العلاقة القوية من خلال أن الأفراد ذوي الذكاء العاطفي المرتفع يتمتعون بقدرات أفضل في فهم مشاعرهم ومشاعر الآخرين وإدارة الصراعات والتوترات بطريقة بناءة وكذلك التواصل الفعال والتعبير عن المشاعر بوضوح وتقديم الدعم العاطفي المناسب للآخرين.

4- الفروق تبعاً لمتغير النوع

جدول رقم (7):

المتغير	الذكور (ن = 114)		الإناث (ن = 119)		قيمة ت	الدلالة
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
الذكاء العاطفي	3.35	0.71	3.48	0.65	1.45	غير دالة
الوعي الذاتي	3.41	0.74	3.49	0.70	0.85	غير دالة
إدارة الانفعالات	3.22	0.69	3.33	0.67	1.21	غير دالة
التحفيز الذاتي	3.54	0.76	3.61	0.72	0.73	غير دالة
التعاطف	3.38	0.72	3.65	0.64	3.02	**دالة
المهارات الاجتماعية	3.19	0.73	3.38	0.68	2.15	*دالة
العلاقات الشخصية	3.48	0.74	3.61	0.68	1.42	غير دالة

**دالة عند مستوى (0.01) * دالة عند مستوى (0.05)

يتبين من الجدول أعلاه انه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الدرجة الكلية للذكاء العاطفي والعلاقات الشخصية. ومع ذلك، تظهر فروق دالة لصالح الإناث في بُعدي التعاطف والمهارات الاجتماعية، مما يتسق مع الأدبيات التي تشير إلى تفوق الإناث في هذين الجانبين نتيجة الاختلافات في التنشئة الاجتماعية التي تشجع الإناث على تطوير المهارات العاطفية، والعوامل البيولوجية والهرمونية التي قد تؤثر في المعالجة العاطفية، ومن ثم الأدوار الاجتماعية التقليدية التي تؤكد على الجانب الرعائي لدى الإناث.

5- الفروق تبعاً لمتغير التخصص الأكاديمي

جدول رقم (8):

الدلالة	قيمة ف	الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	التخصص
**دالة	4.73	0.66	3.51	125	التخصصات الإنسانية
		0.71	3.28	68	التخصصات العلمية

يتضح من الجدول اعلاه ان النتائج تشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً في الذكاء العاطفي تبعاً للتخصص الأكاديمي لصالح التخصصات الإنسانية. قد يُعزى ذلك إلى طبيعة التخصصات الإنسانية التي تركز على فهم السلوك الإنساني والتفاعل الاجتماعي، مما يسهم في تطوير المهارات العاطفية والاجتماعية.

الاستنتاجات:

1. يتمتع طلبة جامعة تلعفر بمستوى متوسط من الذكاء العاطفي، مع تفوق في بُعد التحفيز الذاتي وحاجة لتطوير المهارات الإجتماعية.
2. يحقق الطلبةُ مستوًى مرتفعًا في العلاقات الشخصية، مما يعكس قدرتهم على بناء علاقات إيجابية ومتوازنة.
3. توجد علاقة ارتباطية إيجابية قوية بين الذكاء العاطفي والعلاقات الشخصية، مما يؤكد أهمية المهارات العاطفية في نجاح العلاقات.
4. تتفوق الإناث في أبعاد التعاطف والمهارات الاجتماعية، بينما لا توجد فروق في النوع بين الدرجة الكلية للمتغيرين.
5. يتفوق طلبة التخصصات الإنسانية في الذكاء العاطفي، مما يشير إلى تأثير طبيعة التخصص على تطوير المهارات العاطفية.

التوصيات:

توصيات للجامعة:

- تطوير برامج تدريبية متخصصة لتنمية الذكاء العاطفي لدى الطلبة.
- إدماج مقررات المهارات الحياتية والذكاء العاطفي في المناهج الجامعية.
- إنشاء مراكز الإرشاد النفسي والاجتماعي لدعم الطلبة.
- تنظيم ورش عمل دورية حول مهارات التواصل وبناء العلاقات.

توصيات للطلبة:

- الاهتمام بتطوير الوعي الذاتي من خلال التأمل والتفكر.
- ممارسة تقنيات إدارة الضغوط والانفعالات.
- المشاركة الفعالة في الأنشطة الطلابية لتطوير المهارات الاجتماعية.
- القراءة في مجال علم النفس والتنمية البشرية.

المقترحات:

- إجراء دراسات طولية لتتبع تطور الذكاء العاطفي عبر المراحل الدراسية.
- دراسة تأثير البرامج التدريبية على تحسين الذكاء العاطفي.
- بحث العلاقة بين الذكاء العاطفي والتحصيل الأكاديمي.

المراجع العربية:

[1] ابن فارس, احمد بن فارس. (1991). مقاييس اللغة, تحقيق: عبد السلام هارون. دار الفكر

[2] الجبوري، سعد محمد (2017). دور الذكاء العاطفي في تحسين العلاقات الشخصية لدى موظفي القطاع العام. مجلة العلوم الاجتماعية، 45(2), 112-125.

[3] الزبيدي، محمد مرتضى الحسيني. (2001). تاج العروس من جواهر القاموس تحقيق: عبد الستار احمد فراج. الكويت. وزارة الاعلام

[4] السامرائي، عبد الرحمن خليل (2019). الذكاء العاطفي وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي لدى الموظفين في المؤسسات الحكومية. مجلة الإدارة العامة، 51(3), 134-150.

[5] الشمري، فاطمة علي (2020). دور الذكاء العاطفي في تعزيز العلاقات الشخصية بين المعلمين والطلاب. مجلة التربية والتعليم، 42(4), 78-89.

[6] العطار، محمد أحمد (2018). أثر الذكاء العاطفي على جودة العلاقات الشخصية لدى طلاب الجامعات. مجلة الدراسات النفسية، 36(1), 45-60.

المراجع الأجنبية:

[1] Bowlby, J. (1969). Attachment and loss: Vol. 1. Attachment. Basic Books.

[2] Mikolajczak, M., Petrides, K. V., Coumans, N., & Lumley, M. A. (2009). The moderating effect of trait emotional intelligence on mood deterioration and subjective stress in response to laboratory stressors. Personality and Individual Differences, 47(5), 455-460.

[3] Bar-On, R. (1997). Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical manual. Toronto, Canada: Multi-Health Systems.

[4] Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-Social intelligence (ESI). Psicothma, 18 (Suppi.), 13-25

[5] Byrne, D.(1971).The Attraction Paradigm. New york Academic Press.

[6] Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. Psychological Bulletin, 98(2), 310-357.

[7] Duck, S. (1994). Meaningful Relationships: Talking, Sense, and Relating. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

[8] Goleman, D. (1995). Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ. New York, NY: Bantam Books.

[9] Lopes, P. N., & Salovey, P. (2005). The influence of emotional intelligence on interpersonal conflict resolution. International Journal of Conflict Management, 16(3), 261-278.

[10] Mayer, J. D., & Salovey, P. (1987). Personality moderates the interaction of mood and cognition. In K. Fiedler & J. Forgas (Eds.), Affect, social cognition, and social behavior (pp. 87-99). Hogrefe.

[11] Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), Emotional development and emotional intelligence: Educational implications (pp. 3-31). New York: Basic Books.

[12] Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. Psychological Inquiry, 15(3), 197-215.

[13] Salovey et , P., Detweiler-Bedell, B. T., Detweiler-Bedell, J. B., & Mayer, J. D. (2008). Emotional intelligence. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L. F. Barrett (Eds.), Handbook of emotions (3rd ed., pp. 533–547). The Guilford Press.

[14] Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. Imagination, Cognition and Personality, 9(3), 185-211.

[15] Schutte, N. S., & Malouff, J. M. (2011). Emotional intelligence and relationship satisfaction: A meta-analysis. Personality and Individual Differences, 51(5), 509-514.

الملاحق

ملحق (أ)

مقياس الذكاء العاطفي

تعليمات المقياس:

عزيزي الطالب/الطالبة، أمامك مجموعة من العبارات التي تصف مشاعر وسلوكيات مختلفة. اقرأ كل عبارة بعناية وضع علامة (✓) في المربع الذي يمثل درجة انطباق العبارة عليك.

مفتاح الإجابة:

- 1لا تنطبق أبداً
- 2نادراً
- 3أحياناً
- 4غالباً
- 5دائماً

م	العبارة	1	2	3	4	5
	البُعد الأول: الوعي الذاتي					
1	أدرك مشاعري بوضوح عندما أشعر بها	☐	☐	☐	☐	☐
2	أفهم أسباب تغير حالتي المزاجية	☐	☐	☐	☐	☐
3	أتعرف على مشاعري قبل أن تؤثر على سلوكي	☐	☐	☐	☐	☐
4	أعرف متى أشعر بالضغط النفسي	☐	☐	☐	☐	☐
5	أفهم تأثير مشاعري على أدائي	☐	☐	☐	☐	☐
	البُعد الثاني: إدارة الانفعالات					
6	أستطيع التحكم في غضبي عند الشعور به	☐	☐	☐	☐	☐
7	أتعامل مع المواقف الضاغطة بهدوء	☐	☐	☐	☐	☐
8	أستطيع تهدئة نفسي عندما أشعر بالقلق	☐	☐	☐	☐	☐
9	أتحكم في ردود أفعالي العاطفية	☐	☐	☐	☐	☐
	البُعد الثالث: التحفيز الذاتي					
10	أحفز نفسي لتحقيق أهدافي	☐	☐	☐	☐	☐
11	أثابر في العمل رغم الصعوبات	☐	☐	☐	☐	☐
12	أحافظ على تفاؤلي حتى في المواقف الصعبة	☐	☐	☐	☐	☐
13	أركز على الجوانب الإيجابية في المواقف	☐	☐	☐	☐	☐
14	أستمد طاقتي من داخلي لإنجاز المهام	☐	☐	☐	☐	☐
	البُعد الرابع: التعاطف					
15	أفهم مشاعر الآخرين من تعبيرات وجوههم	☐	☐	☐	☐	☐
16	أتفهم وجهات نظر الآخرين حتى لو اختلفت معهم	☐	☐	☐	☐	☐
17	أشعر بمشاعر الآخرين وأتأثر بها	☐	☐	☐	☐	☐
18	أقدم المساعدة للآخرين عندما يحتاجونها	☐	☐	☐	☐	☐
	البُعد الخامس: المهارات الاجتماعية					
19	أتعامل بسهولة مع الأشخاص الجدد	☐	☐	☐	☐	☐
20	أستطيع حل المشكلات مع الآخرين بطريقة ودية	☐	☐	☐	☐	☐
21	أجيد التواصل اللفظي وغير اللفظي	☐	☐	☐	☐	☐
22	أتكيف مع مختلف المواقف الاجتماعية	☐	☐	☐	☐	☐
23	أؤثر إيجابياً على الآخرين في المجموعة	☐	☐	☐	☐	☐

ملحق (ب)

مقياس العلاقات الشخصية

تعليمات المقياس:

عزيزي الطالب/الطالبة، أمامك مجموعة من العبارات التي تصف جوانب مختلفة من العلاقات الشخصية. اقرأ كل عبارة بعناية وضع علامة (✓) في المربع الذي يمثل درجة انطباق العبارة عليك.

مفتاح الإجابة:

- 1لا تنطبق أبداً
- 2نادراً
- 3أحياناً
- 4غالباً
- 5دا

م	العبارة	1	2	3	4	5
	البُعد الأول: المهارات الاجتماعية العامة					
1	لا أشعر بالاندفاع أو التوتر في المواقف الاجتماعية	☐	☐	☐	☐	☐
2	أفكر في الأشياء من وجهة نظر الآخرين لفهم مشاعرهم	☐	☐	☐	☐	☐
3	لا أتجنب التجمعات الكبيرة ولا أشعر بالقلق حيالها	☐	☐	☐	☐	☐
4	أجيد استخدام اللغة للتواصل مع الآخرين	☐	☐	☐	☐	☐
	البُعد الثاني: الدعم التعاطفي					
5	أفهم وجهات نظر الآخرين حتى عندما أختلف معهم	☐	☐	☐	☐	☐
6	أقدم دعمي بطريقة تناسب من يحتاجه	☐	☐	☐	☐	☐
7	أستمع بصدق عندما يتحدث الآخرون عن موضوعاتهم	☐	☐	☐	☐	☐
8	أشجع الآخرين وأفهم مشاعرهم عندما يشاركونني مشكلاتهم	☐	☐	☐	☐	☐
	البُعد الثالث: الثقة بين الأشخاص					
9	أبادر بتكوين صداقات جديدة	☐	☐	☐	☐	☐
10	أقدم نفسي على حقيقتها إلى الزملاء الجدد	☐	☐	☐	☐	☐
11	أرى التفاعل مع الجنس الآخر ضرورة لعلاقات إنسانية صحية	☐	☐	☐	☐	☐
12	أثق بأن الآخرين سيساعدونني متى احتجت ذلك	☐	☐	☐	☐	☐
	البُعد الرابع: احترام الذات					
13*	لا أقلق بشأن رأي الناس السلبي في أدائي	☐	☐	☐	☐	☐
14	أتعامل باحترام ومساواة مع الجنس الآخر	☐	☐	☐	☐	☐
15*	لا أشعر بالغيرة أو إنكار الذات حين يملك الآخرون شيئاً أفضل مني	☐	☐	☐	☐	☐

ملاحظة :العبارات المميزة بـ (*) هي عبارات عكسية تُقلب درجاتها عند التحليل الإحصائي.

ملحق (ج)

نموذج البيانات الشخصية للمشاركين

الجنس:

○ ذكر ○ أنثى

العمر :

الكلية :

المرحلة الدراسية:

○ أولى ○ ثانية ○ ثالثة ○ رابعة

جميع الحقوق محفوظة للباحث

Journal of Educational and Psychological Research

Journal homepage: https://jperc.uobaghdad.edu.iq

ISSN: 1819-2068 (Print); 2663-5879 (Online)

Journal of Educational and Psychological Research

The role of emotional intelligence in improving personal relationships among university students

Sadiq Jafar Hassan Salman*

Tal Afar High School for Gifted Students, Mosul, Iraq.

ARTICLE INFO

Article history:
Received: November 13, 2025
Revised: January 5, 2026
Accepted: March 1, 2026
Available online: April 1, 2026

Keywords:
Emotional intelligence
Personal relationships
Gifted students
Tal Afar University

ABSTRACT

This research aims to investigate the role of emotional intelligence in improving personal relationships among students at Tal Afar University. The researcher adopted a descriptive correlational approach, selecting a random sample of 227 male and female students from different colleges at Tal Afar University. A developed emotional intelligence scale of 23 items and a personal relationships scale of 15 items were used. The data were analyzed using the SPSS statistical package. The results showed a statistically significant positive correlation between emotional intelligence and personal relationships. It also showed that university students have an average level of emotional intelligence. There are statistically significant differences attributable to the gender variable in favor of females in the dimensions of empathy and social skills. The researcher recommends the need to develop training programs to develop emotional intelligence among university students and to integrate emotional intelligence skills into academic curricula. He also suggests conducting further research on the impact of emotional intelligence on other aspects of academic and professional life.

* Corresponding author.
E-mail address: sadqjafer@gmail.com
DOI: 10.52839/0111-000-089-016

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.