The level of Emotional Intelligence and its Relationship to the Strategies of Tackling the Teaching Stress among teachers in the first cycle of basic education - Afield Study in Lattakia city

Dr. Rawa jnad*
Dr. Lubna jdeed**
Reem Jrad***

(Received 9 / 4 / 2019. Accepted 1 / 7 / 2019)

□ ABSTRACT □

The aim of the research is to identify the level of Emotional Intelligence and Strategies of Tackling the Teaching Stress among teachers in the first cycle of basic education in Lattakia city, and to identify the relationship between the level of Emotional Intelligence and Strategies of Tackling the Teaching Stress among the sample of teachers, as well as the difference between teachers in the level of Emotional Intelligence and Strategies of Tackling the Teaching Stress among the sample of teachers according to (gender, years of experience). In order to achieve the objective of the research, the descriptive analytical method was used. The sample included (268) teachers for the academic year 2018/2019. Two measures were applied. The first (Emotional Intelligence), included (46) clauses, and the second, (Strategies of Tackling the Teaching Stress) included (30) clauses.
Reached several results, the most important of them:

- The level low of Emotional Intelligence came with percent of (47.8%), and the level high of Emotional Intelligence came with percent of (49.3%) of the research sample.
- The important Strategies of Tackling the Teaching Stress of the research sample sociality Strategies, then, Psychological Strategies corporality).
- A positive vulnerable correlation between the Strategies of Tackling the Teaching Stress and the level low of Emotional Intelligence, also A positive strong correlation between the Strategies of Tackling the Teaching Stress and the level high of Emotional Intelligence among teachers in the first cycle of basic education in Lattakia city.
- There were no statistically significant differences among the sample in the level of Emotional Intelligence and Strategies of Tackling the Teaching Stress according to gender.
- There were statistically significant differences among the sample of teachers in the level of Emotional Intelligence in favor of more than (10) years, and Whereas there are no differences in the Strategies of Tackling the Teaching Stress according to years of experience.

Keywords: The level of Emotional Intelligence, Strategies of Tackling the Teaching Stress, the first cycle of basic education.

***Assistant Professor in Department Of Child Education, Faculty of Education, Tishreen University, Syria.**
****Assistant Professor in, Psychological Counseling Department, Faculty of Education, Tishreen University, Syria.**
*****Postgraduate Student, Department Of Child Education, Faculty of Education, Tishreen University, Syria**

مستوى الذكاء العاطفي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى معلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي – دراسة ميدانية في مدينة اللاذقية

الدكتورة روعة جناد*

الدكتورة لبنى جديد**

ريم جراد***

(تاريخ الإيداع 9 / 4 / 2019. قبل للنشر في 1 / 7 / 2019)

□ ملخّص □

هدف البحث إلى تعرف مستوى الذكاء العاطفي واستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى معلمي مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية، وكذلك تعرف العلاقة بين مستوى الذكاء العاطفي واستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى أفراد عينة البحث، إضافة إلى تعرف الفروق في مستوى الذكاء العاطفي وفي استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى أفراد عينة البحث تبعاً لمتغيري (الجنس، وعدد سنوات الخبرة التدريسية). ولتحقيق هدف البحث استُخدم المنهج الوصفي، واشتملت العينة على (268) معلماً ومعلمة للعام الدراسي 2019/2018، وطبق مقياسين، الأول (الذكاء العاطفي)، وتضمن (46) عبارة ، والثاني (استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية)، وتضمن (30) عبارة. وتوصل إلى عدة نتائج أهمها:

– إن مستوى الذكاء العاطفي المنخفض، جاء بنسبة مئوية بلغت (47.8%)، في حين بلغ مستوى الذكاء العاطفي المرتفع (49.3%) لدى أفراد عينة البحث من معلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية.

– إن أهم استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى المعلمين في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية، هي الاستراتيجيات الاجتماعية، تبعتها الاستراتيجيات النفسية، ثم الاستراتيجيات الجسمية.

– توجد علاقة ضعيفة وطردية بين مستوى استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية المستوى المنخفض من الذكاء العاطفي، وعلاقة قوية وطردية بين مستوى استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية المستوى المرتفع من الذكاء العاطفي لدى المعلمين في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية.

– لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين أفراد العينة من معلمي مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية في مستوى الذكاء العاطفي واستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية تبعاً لمتغير الجنس.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة بين أفراد العينة من معلمي مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية في مستوى الذكاء العاطفي لصالح ذوي الخبرة (10) سنوات فأكثر، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة التدريسية.

الكلمات المفتاحية: مستوى الذكاء العاطفي، استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية، معلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي.

* **أستاذ مساعد– قسم تربية الطفل– كلية التربية –جامعة تشرين– سورية .**

** **أستاذ مساعد– قسم الإرشاد النفسي– كلية التربية– جامعة تشرين– سورية .**

*** **طالبة دراسات عليا (دكتوراه)– قسم تربية الطفل– كلية التربية– جامعة تشرين– سورية .**

مقدمة

يؤدي الذكاء العاطفي دوراً مهماً في بناء الشخصية الإيجابية وتشكيل وجدان الإنسان السوي في علاقاته مع نفسه ومع المحيطين به، وكل ذلك ينعكس على تميزه و إبداعه في مجالات حياته المختلفة ، إضافة إلى تنمية مهاراته الشخصية وتميزه في ميدان العمل.

وتبدو الحاجة ماسة لامتلاك الذكاء العاطفي في جميع ميادين الحياة ، وأبرزها ميدان التربية والتعليم وبشكل خاص المعلم باعتباره العصب الرئيسي في العملية التعليمية ، حيث يتضمن التدريس مجموعة من العمليات سواء ما يتعلق بالمستوى التخطيطي، أو بالمستوى التنفيذي أو التقويمي، ويؤدي المعلم في مهامه اليومية أدوراً وثيقة الصلة بهذه العمليات ، تتغير دوماً تبعاً للمواقف التعليمية المختلفة ، فهو تارة مخططاً ومطوراً للمناهج والمدرسية، وتارة ناقلاً للمعرفة ومزوداً للمعلومات وتارة يكون موجهاً ومشرفاً ومساعداً، وتارة يجمع بين ذلك كله. لقد أصبحت الأدوار والمسؤوليات المطلوبة من المعلم كثيرة ومتداخلة، ولتحقيق التوازن بين هذه الأدوار، سوف يكون الضغط المهني دائماً جزءاً لا يتجزأ من مهنة التدريس (بدران،2017،ص327)

وبالتالي فامتلاك المعلم لمستوى منخفض من الذكاء العاطفي قد يجعله غير قادر على تحقيق التوازن بين هذه الأدوار وضبط انفعالاته وإظهار التعاطف أو تفهم انفعالات الآخرين وخاصة التلاميذ، ولسوف يكون عرضة للتحديات والضغوط المهنية بشكل مستمر.

وبالمقابل يعدُّ الذكاء العاطفي صماماً مهماً لضمانه تطبيق آلية الإدارة المدرسية، و الإدارة الصفية، وركناً أساسياً في شخصية المعلم كقائد لأن القائد الناجح هو القائد القادر على إدارة انفعالاته، وفهمه لها يعني فهمه للعمل الإداري داخل المدرسة، وداخل غرفة الصف، والذكاء العاطفي هو إدارة المعلم لعاطفته بشكل سليم و إيجابي، وبه تتجلى قدرته على السيادة الكاملة على الذات، وإدارة العاطفة. (رمضان،2010،ص48)

ويمكن القول أن المعلمين يتعرضون للضغط والإجهاد أكثر من غيرهم، ومن البديهي أن يحظى موضوع الضغط عند المعلمين باهتمام بالغ من قبل الباحثين التربويين والنفسيين، لما له من تأثير على فعاليتهم وكفاءتهم التدريسية، وبالتالي على تحقيق الأهداف التربوية والتعليمية المرجوة، هذا من جهة ومن جهة أخرى، لما له من تأثير على صحتهم الجسدية والنفسية والاجتماعية، كما يختلف المعلمون في الأساليب والاستراتيجيات التي يلجأون إليها في مواجهة الضغوط التي يتعرضون لها سواء داخل الصف أو خارجه فمنهم من يستخدم أسلوب المواجهة ومنهم من يحاول التهرب من الموقف الضاغط وبعضهم الآخر يطلب المساندة والمساعدة .

وبسبب الدور الكبير الذي يؤديه الذكاء العاطفي في إدارة الضغوط المهنية لدى المعلم يسعى البحث الحالي لدراسة العلاقة بين مستوى الذكاء العاطفي واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى معلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي.

مشكلة البحث:

إن المعلم يعيش العديد من الضغوط التي قد تؤثر على مستوى و جودة أدائه المهني داخل الصف وخارجه، ويختلف تأثير هذه الضغوط من معلم إلى آخر، ويميل المعلم إلى استخدام أكثر من نمط مواجهة واحد فلا يوجد نمط مواجهة واحد يلائم الجميع . فقد يلجأ إلى استرتيجية التعامل المركز على المشكلة حيث تركز هذه الفئة من الأساليب على اتخاذ مواقف عملية واجراءات فعلية لمواجهة المواقف الضاغطة وضبطها وتشمل المبادأة ومحاولة ممارسة أي نشاط لمواجهة الموقف الضاغط وتحليل أبعاده بصورة منطقية ، أو اللجوء إلى استرتيجية التعامل المركز على الانفعال

والتي تركز على ضبط المشاعر والاستجابات الانفعالية المرتبطة بالضغط أوتعديلها وتشمل بعض السلوكيات التي تعكس عجز الفرد عن مواجهة الموقف الضاغط ، والتماس مساعدة الآخرين وعزل النفس عن الآخرين أو التنفيس الانفعالي وقد تشمل بعض العمليات المعرفية مثل قبول الموقف والاستسلام له ومحاولة التعايش معه ، والانسحاب من الموقف وتجنب التفكير فيه واللجوء إلى الخيال والأمنيات والشكوى والدعاء.(مشري،2016،ص13)

وقد يرجع الاختلاف بين المعلمين في الأساليب أوالاستراتيجيات االمتبعة لمواجهة الضغوط المهنية والمشكلات التربوية والتعليمية، إلى بعض سمات وخصائص الشخصية ،مستوى الذكاء العقلي ، والقدرات النفسية و العاطفية، وأهمها الذكاء العاطفي. فالمعلمين الذين لديهم مستوى عال من الذكاء العاطفي لديهم سمات شخصية كالثقة بالنفس والقدرة على الضبط والسيطرة على الانفعالات مما يجعلهم أكثر قدرة على التنبؤ بأفضل الطرق وأكثرها فاعلية ونجاحاً في مواجهة المشكلات وحلها.

ومن خلال دراسة استطلاعية وجهت إلى معلمي مدارس التعليم الأساسي بلغ عددها (20) معلماً ومعلمة، وبينت نتائجها الآتي (انخفاض مستوى الذكاء العاطفي لدى بعض معلمي المدارس نتيجة الضغوط التي يتعرضون لها داخل المدرسة أو خارجها، وضعف التواصل الاجتماعي مع الإداريين في المدرسة، وكذلك مع أولياء الأمور، وعدم القدرة على ضبط انفعالاتهم بما يخدم العملية التعليمية التعلمية). كذلك لجأ هؤلاء المعلمين لاستراتيجيات مختلفة لمواجهة الضغوطات التي تعترضهم فبعضهم كان يطلب المساعدة من المرشد الاجتماعي في المدرسة وبعضهم الآخر من مدير المدرسة أو الموجه ، وبعضهم الآخر كثير التذمر والشكوى ويتهرب من مواجهة المشكلة ويتجاهلها.

وانطلاقاً من أهمية الذكاء العاطفي واستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى المعلمين وتأثيرهما على العملية التعليمية ككل والدور الكبير الذي تؤديانه في إنجازه لمهامه، وزيادة دافعيته للعمل، فقد رأت الباحثة ضرورة القيام بهذا البحث للتعرف إلى طبيعة العلاقة بين مستوى الذكاء العاطفي واستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى المعلمين.

وبناءً على ذلك تلخصت مشكلة البحث بالسؤال الآتي: **ما علاقة مستوى الذكاء العاطفي باستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى معلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية؟**

أسئلة البحث:

1 – ما مستوى الذكاء العاطفي لدى أفراد عينة البحث من معلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية؟

2 – ما أهم استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى المعلمين في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية؟

3 – ما العلاقة بين مستوى الذكاء العاطفي باستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى المعلمين في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية؟

4 – هل يوجد اختلاف في مستوى الذكاء العاطفي لدى المعلمين في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية تبعاً لمتغيري (الجنس، عدد سنوات الخبرة التدريسية)؟

5 – هل يوجد اختلاف في استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى المعلمين في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية تبعاً لمتغيري (الجنس، وعدد سنوات الخبرة التدريسية)؟

أهمية البحث وأهدافه:

تأتي أهمية البحث من الآتي:

– تسليط الضوء على موضوع حيوي وهام وهو الذكاء العاطفي نظراً لأهميته في المؤسسات التربوية حيث يسهم الذكاء العاطفي في توفير بيئة مدرسية يغلب عليها طابع التفاهم والمشاركة الوجدانية، كما أن له تأثير كبير في الاستراتيجيات والأساليب المتبعة من قبل المعلم في مواجهة الضغوط والمشكلات الصفية وإدارة الصف والعملية التعليمية بشكل ناجح. – أهمية دراسة العلاقة بين الذكاء العاطفي واستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى المعلمين، إذ يمكن ذلك من إدراك إمكانية نجاح المعلمين في مهنتهم.

– تستمد هذه الدراسة أهميتها من خلال تقديم بيانات عن أهم المتغيرات الديمغرافية كالجنس وعدد سنوات الخبرة التدريسية، التي تؤثر على ضغوط العمل عند المعلمين و استراتيجيات مواجهتها بطريقة ناجحة لعل ذلك يساعد المسؤولين التربويين التعرف على أهم الضغوطات المهنية التي تواجه المعلمين و بالتالي وضع الاستراتيجيات المناسبة لمساعدة المعلمين في التغلب على الضغوط المهنية لديهم، لتحقيق التوافق المهني والشعور بالرضا.

– أهمية الشريحة التي يتناولها البحث وهي معلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي على اعتبار أن المعلمين هم حجر الزاوية في النظام التعليمي، ونجاح أو فشل العملية التعليمية يعتمد عليهم بشكل أساسي.

– يفتح المجال لأبحاث جديدة في مجال الذكاء العاطفي ومواجهة الضغوط المهنية، وإعداد مقاييس خاصة للكشف عن مستويات الذكاء العاطفي للمعلمين و التعرف على أهم الاستراتيجيات المتبعة في مواجهة الضغوط المهنية .

ويهدف البحث الحالي إلى تحقيق الآتي:

– تعرف مستوى الذكاء العاطفي واستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى معلمي مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية، وكذلك تعرف العلاقة بين مستوى الذكاء العاطفي واستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى أفراد العينة.

– تعرف الفروق في مستوى الذكاء العاطفي وفي استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى المعلمين في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية تبعاً لمتغيري (الجنس، وعدد سنوات الخبرة التدريسية).

حدود البحث:

- **الحدود الزمنية:** تم تطبيق البحث خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2018 – 2019.
- **الحدود المكانية:** تم تطبيق البحث في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية.
- **الحدود العلمية:** تمثلت في تعرف العلاقة بين مستوى الذكاء العاطفي واستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى المعلمين في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية.
- **الحدود البشرية:** اقتصر البحث على عينة من المعلمين في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية.

منهجية البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي وذلك لملاءمته لطبيعة البحث وظروفه، الذي يهدف إلى جمع أوصاف دقيقة علمية للظاهرة موضوع الدراسة في وصفها الراهن باستخدام فرضيات مبدئية، وإلى دراسة العلاقات التي توجد بين الظواهر المختلفة (منصور وآخرون، 2011، 65–80). وقد اعتمد على هذا المنهج في جمع البيانات الإحصائية عن المعلمين

في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية من خلال الاستبانة التي وجهت إليهم للوصول إلى العلاقة بين الذكاء العاطفي واستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لديهم، ومن ثم تحليل البيانات التي جمعت بالأساليب الإحصائية، واستخلاص النتائج.

مصطلحات البحث والتعريفات الإجرائية:

- **الذكاء العاطفي:** يعرّف السيد عثمان الذكاء العاطفي بأنه: "القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها فصياغتها بوضوح وتنظيمها وفقاً لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم، للدخول معهم في علاقات انفعالية واجتماعية إيجابية تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني وتعلم المزيد من المهارات الايجابية للحياة". (السيد عثمان 174، 2008). **ويعرّف إجرائياً بأنه:** الدرجة الكلية التي يحصل عليها المعلمين على مقياس الذكاء العاطفي الموجه إليهم والمتمثل بالمجالات الآتية (الوعي بالذات، إدارة الانفعالات والتنظيم الذاتي، الدافعية الشخصية، التعاطف مع الآخرين، المهارات الاجتماعية)، حيث أن الدرجة المرتفعة على المقياس تعكس وجود ذكاء عاطفي لدى أفراد العينة.
- **الاستراتيجية:** تعني الطريقة أو الأسلوب أو العملية التي توظف لعمل شيء معين (شداني،2011)
- **استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية:** مجموعة من الأساليب أو الوسائل التي يتصدى بها الفرد للضغوط ويتكيف معها ويكون أسلوبه في احتواء الموقف إما إقداماً معرفياً أو سلوكياً وإما إحجاماً معرفياً أو سلوكياً (شحادة، 2008، 7). **وتعرّف إجرائياً بأنها:** هي الدرجة التي يحصل عليها المعلمين على مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية والمتمثل بالمجالات الآتية (الاستراتيجيات الاجتماعية، والاستراتيجيات النفسية، والاستراتيجيات الجسمية).

مجتمع البحث وعينته:

اشتمل مجتمع البحث على معلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية للعام الدراسي 2019/2018، والبالغ عدده (2991) معلماً ومعلمة، تم اختيار عينة عشوائية بنسبة (10%) منه، بحيث تكون ممثلة للمجتمع الأصلي، وفي الدراسات الوصفية ينصح باستخدام ما نسبته (20%) من أفراد مجتمع صغير نسبيًّا (بضع مئات)، و(10%) لمجتمع كبير (بضعة آلاف)، و(5%) لمجتمع كبير جدًّا (عشرات الآلف) (خضر، 2013، 6). وقد بلغ أفراد عينة البحث (299) معلماً ومعلمة، تم تطبيق أدوات البحث عليها، وتم استعادة (282) استبانة، وأهملت (14) استبانة لوجود نقص في الإجابات، وتم استبعادها من للتحليل الإحصائي، فأصبحت العينة (268) بنسبة (8.96%) من مجتمع المعلمين، ويبيّن الجدول (1) توزع عينة البحث.

جدول (1): توزع عينة البحث للعام الدراسي 2019/2018

الجنس				عدد سنوات الخبرة						المجموع	النسبة
ذكور		إناث		أقل من 5 سنوات		من 5 – 10 سنوات		10 سنوات فأكثر			
العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة		
92	34.3 %	176	65.7 %	59	%22	107	39.9 %	102	38.1 %	268	%100

أدوات البحث:

1 – إعداد أدوات البحث:

أ – مقياس الذكاء العاطفي: أعدت الباحثة المقياس بعد الاطلاع على مجموعة من مقاييس الذكاء العاطفي، التي تستخدم لقياس الذكاء العاطفي، ومنها عثمان ورزوق (2001)، وزيدان والإمام (2002)، ورمضان (2010)، وتكون المقياس بصورته النهائية من (46) عبارة، موزعة على المجالات الآتية (الوعي بالذات وعدد عبارته (8)، وهي من (1 – 8)، وإدارة الانفعالات والتنظيم الذاتي وعدد عبارته (8)، وهي من (9 – 16)، الدافعية الشخصية، وعدد عبارته (10)، وهي من (17 – 26)، التعاطف مع الآخرين، وعدد عبارته (8)، وهي من (27 – 34)، المهارات الاجتماعية)، وعدد عبارته (12)، وهي من (35 – 46)، كما تضمن المقياس البيانات الأساسية (الجنس، وعدد سنوات الخبرة).

ب – مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية: استخدم مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية من إعداد بركات (2010) وتكون المقياس من (30) فقرة، تبين كل منها أحد الأساليب أو الاستراتيجيات التي يتبعها المعلم وتساعده على مواجهة المشكلات أثناء عمله المهني، موزعة على ثلاثة مجالات وهي: **الاستراتيجيات الاجتماعية:** وعدد عبارتها (10)، وهي: (1، 9، 10، 11، 12، 19، 22، 23، 24، 26)، **والاستراتيجيات النفسية:** وعدد عبارتها (10)، وهي: (2، 3، 4، 6، 20، 21، 27، 28، 29، 30)، **والاستراتيجيات الجسمية:** وعدد عبارتها (10)، وهي: (5، 7، 8، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 25).

2 – صدق أدوات البحث:

أ – صدق المحكمين: عرض المقياسين بصورته الأولية على مجموعة من المحكّمين في كلية التربية بجامعة تشرين من أعضاء الهيئة التدريسية، وقد بلغ عددهم (7) محكمين لإبداء ملاحظاتهم حول مناسبة فقرات كل مقياس، ومدى انتماء الفقرات إلى مجالاتها، وكذلك وضوح صياغتها اللغوية، وتعديل ما هو غير مناسب من وجهة نظرهم، وتكون مقياس الذكاء العاطفي بصورته الأولية من (43) عبارة، وتم تعديل صياغة بعض العبارات، وإضافة ثلاثة عبارات أخرى، وبذلك يصبح المقياس بصورته النهائية مؤلفاً من (46) عبارة، وبلغت نسبة الاتفاق بين المحكين (78%)، ويوضح الجدول (2) عبارات مقياس الذكاء العاطفي قبل التعديل وبعده.

جدول (2) العبارات التي تم تعديلها وإعادة صياغتها على مقياس الذكاء العاطفي

العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
يتم الثقة بي	يتم الاعتماد علي اعتماداً كلياً.
أضع أهداف صعبة المنال.	أضع أهدافاً صعبة المنال.
أحترم الأفراد الذين ينتمون إلى أخلاقيات متنوعة.	أحترم الأفراد الذين ينتمون إلى مذاهب متنوعة.
أستطيع أن أقنع الآخرين بوجهة نظري.	أستطيع إقناع الآخرين بوجهة نظري.
أشجع المناقشات الحرة عندما تظهر الاختلافات.	أشجع المناقشات المتخصصة عندما تظهر اختلافات في وجهات النظر.
أشجع السياسة الضابطة التي تحكم المؤسسة.	أشجع السياسة الضابطة التي تحكم المؤسسة التعليمية.
أستطيع إدراك مشاعري الصادقة أغلب الوقت	إضافة
قادر على التحكم في مشاعري عند مواجهة أي مخاطر	إضافة
أستطيع إنجاز المهام بنشاط وبتركيز عالٍ	إضافة

كما تم تعديل الفقرات الآتية على مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية ("أركن إلى السكون فترات طويلة عندما أكون متوتراً، لتصبح "أميل إلى السكون فترات طويلة عندما أكون متوتراً"، وكذلك أتحدث إلى زوجي (زوجتي) بخصوص الموقف الذي أعاني منه"، لتصبح "أتحدث إلى أحد أفراد أسرتي بخصوص الموقف الذي أعاني منه").

3 – ثبات أدوات البحث: تم تقدير ثبات أدوات البحث على عينة استطلاعية بلغت (28) معلماً ومعلمة من خارج عينة البحث، كما هو مبين في الجدول (3)، وذلك بالطريقتين الآتيتين:

أ – طريقة التجزئة النصفية: لحساب ثبات المقياس وفق هذه الطريقة، قسم كل مقياس إلى قسمين، يضم الأول البنود الفردية، والثاني البنود الزوجية، واحتسبت مجموع درجات النصف الأول، وكذلك مجموع درجات النصف الثاني لكل مقياس، وتم حساب معامل الارتباط بين النصفين، ثم جرى تعديل طول البعد باستخدام معادلة سبيرمان براون (Spearman-Brown) الذي يبيّن أن معامل الارتباط بعد التعديل على مقياس الذكاء العاطفي بلغ (0.835)، كما حسب معامل الثبات غوتمان، وقد بلغ (0.931)، كما بلغ معامل الارتباط بعد التعديل على مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية (0.897)، وبلغ معامل الثبات غوتمان، (0.822)، وهي قيم مقبولة لأغراض البحث الحالي.

ب – طريقة ألفا كرونباخ: حسب معامل الاتساق الداخلي لمقياسي (الذكاء العاطفي، واستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية)، يتضح أن معامل الثبات لمقياس الذكاء العاطفي بلغ (0.927)، كما بلغ (0.822) لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية، وهي قيم جيدة إحصائياً. وهذا يدل على أن المقياسين يتمتعان بدرجة جيدة من الثبات.

الإطار النظري

1 – تعاريف الذكاء العاطفي: حظي مفهوم الذكاء العاطفي في العقدين الأخيرين من القرن الماضي باهتمام الكثير من الباحثين في علم النفس التربوي، نظراً لأهميته ودوره الفعال في حياة الفرد ومساهمته الواضحة في نجاحه وقدرته على التكيف في المواقف الحياتية التي يتفاعل فيها مع أفراد مجتمعه. (العلوان، 2011، 125). وقد ظهرت تعريفات متعددة لمفهوم الذكاء العاطفي من قبل الباحثين والمختصين، عكست في معظمها أهمية هذا المفهوم ودوره في الحياة الإنسانية والمكونات أو العناصر الأساسية. أما ابراهام (Abraham, 2000,169) يعرّفه بأنه: "مجموعة من المهارات التي تعزى إليها الدقة في تقدير وتصحيح مشاعر الذات واكتشاف الملامح الانفعالية للآخرين واستخدامها لأجل الدافعية والانجاز في حياة الفرد". وعرفه العلوان (2011: 131) بأنه: "قدرة الفرد على الوعي بحالته الانفعالية وانفعالات الآخرين وتنظيم انفعالاته وانفعالات الآخرين، والتعاطف والتواصل الاجتماعي مع الأفراد المحيطين به". كما عرف بأنه "القدرة على تمييز الانفعالات وإنتاجها أو لمساعدة التفكير في فهم الانفعال وإدراكه وتنظيم انعكاسه وبالتالي يشجع التحسين في النمو الانفعالي والعقلي وهذا يشير إلى أن الانفعالات تعمل على جعل التفكير أكثر ذكاء وتدفع الفرد لان يفكر بانفعالاته بطريقة ذكية (عبد الرحمن، 2009، 570). أما فورنهام (Furnham, 2006, 819) يعرّف الذكاء العاطفي بأنه: "القدرة على إدراك وفهم وتناول العواطف والانفعالات وتنظيم المشاعر بحيث يستطيع الفرد أن يؤثر في مشاعر الآخرين". أما جورج (George, 2000,1033) فعرّفه بأنه: "القدرة على إدراك المشاعر من خلال التفكير وفهم المعرفة الانفعالية وتنظيم المشاعر بحيث يستطيع الفرد أن يؤثر في مشاعر الآخرين".

وتعرف الباحثة الذكاء العاطفي أنه قدرة الفرد على فهم انفعالاته ومشاعره ومشاعر الآخرين والتعاطف معهم وإقامة علاقات فعالة معهم.

2 – **مكونات الذكاء العاطفي: (1 – المعرفة الانفعالية:** وهي الركيزة الأساسية للذكاء العاطفي، وتتمثل في القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وحسن التمييز بينهما والوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر الذاتية والأحداث الخارجية، و**إدارة الانفعالات:** وتشير إلى القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية وكسب الوقت للتحكم فيها وتحويلها إلى انفعالات إيجابية، وهزيمة القلق والاكتئاب وممارسة الحياة الاجتماعية والمهنية بفاعلية، 3 – **تنظيم الانفعالات:** وتشير إلى القدرة على تنظيم الانفعالات والمشاعر وتوجيهها إلى تحقيق الإنجاز والتفوق، واستعمال المشاعر والانفعالات في صنع أفضل القرارات، وفهم كيف يتفاعل الآخرون بالانفعالات المختلفة، وكيف تتحول الانفعالات من مرحلة إلى أخرى، 4 – **التعاطف:** ويشير إلى القدرة على إدراك انفعالات الآخرين والتوحد معهم انفعالياً وفهم مشاعرهم وانفعالاتهم والتناغم معهم والاتصال بهم، 5 – **التواصل:** ويشير إلى التأثير الإيجابي والقوى في الآخرين عن طريق إدراك انفعالاتهم ومشاعرهم ومعرفة متى تقود ومتى تتبع الآخرين وتساندهم وتتصرف معهم بطريقة لائقة (السيد عثمان، 2010، 117 – 118).

3 – أهمية الذكاء العاطفي: يشير كلٍ من نوفل وعواد (2011، 465) إلى أن الذكاء العاطفي تكمن أهميته بالآتي: "يمكن من خلاله التنبؤ بنجاح الفرد في أنماط الحياة بشكل عام أكثر من الذكاء العام، بينما يكون الذكاء العام متنبئاً جيداً في النجاح في الحياة الأكاديمية للفرد، وأن الأفراد من ذوي الذكاء العاطفي يكونون أكثر قرباً للنجاح في أي قرار يتخذونه في حياتهم، ويسهم في بناء شخصية الفرد بجعلها أكثر متعة ونجاحاً في أيام حياته، كما يعد الذكاء الانفعالي في مواقف العمل يعد أكثر أهمية من الذكاء العام، حيث للذكاء العاطفي دور مهم في دفع الأفراد نحو الوصول إلى الهدف، والأخذ بيده لتحقيق النجاح".

4 – الذكاء العاطفي لدى معلمي التعليم الأساسي: 1 – **وجود العلاقة والاهتمام بها تاريخياً:** إن أول ما يفكر به المعلم هو أن يعرف نوعية التلاميذ الذين وكل إليه أمرهم كما أن المتعلمين من جانبهم يقومون بنفس المحاولة والمحاولتان معا تتكاملان بالضرورة في الدلالة على حسن نية كلا الطرفين، 2 – **نوعية العلاقة العاطفية بين المعلم والمتعلم:** يمكن إجمال المواقف الرئيسة للمعلم من تلميذه ونماذج العلاقة العاطفية الثنائية بينهما فيمايلي: (أ – موقف اللامبالاة: يمثل التلميذ أداة أو وسيلة يؤدي بها المعلم وظيفته التعليمية أو يرضي بها رغباته الشخصية ففي هذه العلاقة يصبح الشيء الرئيس هو جعل المادة العلمية تنفذ إلى باطن التلميذ على أحسن وجه، ب – أما الموقف الثاني المحتمل للمعلم في العلاقة العاطفية الثنائية بينه وبين التلميذ فهو عكس الموقف السابق أي أنه ليس موقف الخلو من الدفء العاطفي بل هو موقف فيه فيض في الحرارة العاطفية، ج – أما الموقف الثالث فهو الموقف الخالي من عناصر الأنانية سواء انعكست على موقفه مباشرة او بطريقة غبر مباشرة ولذلك فإن هذا سيكون موقف الاعتراف بشخصية الطفل واستقلاله (الأزهر وغدايفي، 2013، 9 – 10).

5 – مفهوم استراتيجيات المواجهة: هي الأساليب الشعورية السلوكية والمعرفية التي يقوم بها الأفراد للتعامل مع الأحداث التي يتعرضون لها في بيئتهم وللتكيف معها (حسين وحسين، 2007، 75)، وتنطوي المواجهة على الاستراتيجيات المتعددة التي توجه استجابات الفرد للتصدي لموقف المشقة المدرك وهذه الاستجابات إما أن تكون اتجاه الوفاء ببعض المطالب المدركة الخاصة بموقف المشقة أو في اتجاه التخفيف من المشاعر السلبية الناتجة عن موقف المشقة (شويخ، 2007، 58).

6 – استراتيجيات مواجهة الضغوط الهنية لدى المعلمين: تصنف استراتيجيات المواجهة إلى ثلاثة أنواع رئيسة هي: **النوع الأول: التخطيط والسعي نحو حل المشكلة في مقابل الإنكار والهروب من المشكلة:** هي استراتيجية المواجهة التي " تركز على المشكلة التي يستخدمها الفرد عندما يتم تقيم الموقف على أنه مقابل للتحكم والتغيير وأن قدرة الفرد على التحكم في الموقف والسيطرة عليه يتحدد في ظل عملية التقييم المعرفي التي يقوم بها الفرد للموقف". فاستراتيجيات المواجهة التي تركز على المشكلة يتضمن المعارف والسلوكيات التي تكون موجهة في حل المشكلة. **النوع الثاني: المساندة الاجتماعية في مقابل المواجهة الدينية:** هي استراتيجيات المواجهة الدينية فهي تركز على الانفعال، كما أن السعي فيها نحو المساندة الاجتماعية تكون كأسلوب لمواجهة الضغوط، ويتضمن النصيحة وتقديم الإعانات والمساعدات والمساندة الانفعالية ويقدر أيضاً إدراكات الفرد وأفعاله. فإن إستراتيجية المواجهة الدينية هي التي تتضمن الإكثار من الصلوات والعبادات الدينية. وتعدُّ شكلاً من استراتجيات المواجهة التي تركز على الانفعال. **النوع الثالث :أساليب المواجهة على المستوى المعرفي في مقابل مواجهة انفعالية** (حسين وحسين، 2007، 107 – 108). وتعد استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى المعلمين من الكفايات الأساسية اللازمة لإدارة الصف الدراسي، لا سيما أن الإدارة الفعالة للصف، تمكن المعلم من مواجهة كل ما يعترضه من مشكلات والإسهام في تحقيق التوافق الاجتماعي والانفعالي بين جميع عناصر العملية التعليمية إلى جانب عنايته في التحصيل الدراسي؛ لا سيما أن سوء التوافق الذي يواجه التلميذ في بداية حياته التعليمية يمكن أن يزداد خطورة إذا بقي دون علاج، فلكي يتمكن المعلم من الإدارة الفعالة يجب أن تتاح له الفرصة لمساعدة تلاميذه على التوافق مع بيئتهم التعليمية وحل مشكلاتهم. وقد استخدمت استراتيجيات تعديل السلوك في معالجة السلوك الصفي غير المرغوب فيه وتشكيله من جديد بنجاح في الصفوف الدراسية في المراحل كافة (بركات، 2010، 4). واستراتيجيات مواجهة الضغوط تتمثل بالجهود والأساليب التي يمكن أن يستخدمها ويلجأ إليها المعلم بهدف تحقيق التكيف والتعامل مع ضغوط العمل في الوسط المدرسي.

الدراسات السابقة:

الدراسات المتعلقة بالذكاء العاطفي لدى المعلمين:

دراسة سيفانتان وفيكن (Sivanathan & Fekken, 2002) بعنوان: الذكاء العاطفي والتفكير الأخلاقي والقيادة التحويلية، أميركا. (Emotional Intelligence Moral Reasoning and Transformation Leadership). هدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة الارتباطية بين الذكاء العاطفي والتفكير الأخلاقي والقيادة التحويلية لدى العاملين في إحدى الجامعات الامريكية كعينة دراسية بوصفهم قادة لهم أهميتهم الخاصة، وتكونت عينة الدراسة من (35) استاذاً مقيماً، كما قام عدد من مساعديهم وعددهم (232) عضواً بوضع رتب للسلوك الإداري لذلك الكادر الجامعي المقيم ولفعاليتهم. وأظهرت الدراسة أن القادة الذين يتمتعون بدرجات مرتفعة من الذكاء العاطفي، كما بينت النتائج أن الذكاء العاطفي المرتفع لم يكن ذا ارتباط برتب الفاعلية، والذين كانت لديهم ارتباطات مرتفعة مع الكفاءة والفعالية المهنية.

دراسة تشان (Chan, 2008) بعنوان: الذكاء العاطفي والكفاءة الذاتية والتأقلم بين المعلمين الصينيين الموظفين والمحتمل توظيفهم في هونج كونج.(Emotional Intelligence, Self- Efficacy, and Coping among Chinese Prospective and In-Service Teachers in Hong Kong). هدفت الدراسة إلى تعرف الذكاء العاطفي والكفاءة الذاتية والتأقلم بين المعلمين الصينيين الموظفين في هونج كونج، وتكونت العينة من

(273) معلماً ومعلمة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي. وقد أظهرت النتائج وجود علاقة بين الذكاء العاطفي واستراتيجيات المواجهة، وأشارت إلى أن كفاءة المعلم الذاتية لم تسهم بشكل مستقل في التنبؤ بالتأقلم الايجابي النشط وإن كان هناك بعض الأدلة على أن كفاءة المعلم الذاتية قد تتفاعل مع الذكاء العاطفي المتعلق بداخل الشخص نفسه في التنبؤ بالتأقلم النشط وكان ذلك لصالح الذكور.

دراسة مغربي (2009) بعنوان: الذكاء الانفعالي وعلاقته بالكفاءة المهنية لدى عينة من معلمي المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرم، السعودية. هدفت الدّراسة إلى تعرف العلاقة بين الذكاء الانفعالي ومكوناته والكفاءة المهنية وأبعادها لدى معلمي المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة، تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة البحث من (146) معلماً، طبق عليهم مقياسي الذكاء الانفعالي للمعلمين والكفاءة المهنية. وتوصلت نتائج الدّراسة إلى أن هناك علاقة ارتباطية بين الذكاء الانفعالي ومكوناته، والكفاءة المهنية للمعلم وأبعادها لدى أفراد العينة، وأنه لا توجد تأثيرات دالة إحصائياً للتفاعل المشترك بين التخصص وسنوات الخبرة على الذكاء الانفعالي أو أي من مكوناته الفرعية، وأنه توجد تأثيرات دالة إحصائياً للتخصص الأكاديمي على التعاطف كأحد مكونات الذكاء الانفعالي، وأنه لا توجد إحصائياً لسنوات الخبرة على الذكاء الانفعالي.

دراسة بقيعي (2011) بعنوان: الذكاء الانفعالي وعلاقته بأنماط الشخصية والاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي الصفوف الأولى. هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي وأنماط الشخصية السائدة لدى معلمي الصفوف الأولى العاملين في منطقة أربد، التعليمية التابعة لوكالة الغوث الدولية في ضوء متغيرات الجنس والخبرة. وتألفت عينة الدراسة من (1229) معلماً ومعلمة، اتبعت الباحثة المنهج الوصفي، وتم استخدام مقاييس (الذكاء الانفعالي، وأنماط الشخصية والاحتراق النفسي). وأظهرت نتائج الدراسة ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي لدى المعلمين وانخفاض مستوى الاحتراق النفسي وسيادة نمط الشخصية الانبساطية. ووجود علاقة دالة إحصائياً بين الذكاء الانفعالي ونمط الشخصية الانبساطية، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي تبعاً لمتغير الجنس، والخبرة.

دراسة المحارمة وآخرون (2015) بعنوان: مستوى الذّكاء العاطفيّ لدى معلّمي التّربية الخاصّة في المدارس الحكوميّة الأردنيّة في ضوء بعض المتغيّرات من وجهة نظر المعلّمين. هدفت الدّراسة إلى تعرّف العلاقة بين مستوى الذّكاء العاطفيّ لدى معلّمي التّربية الخاصّة في المدارس الحكوميّة الأردنيّة في ضوء بعض المتغيّرات من وجهة نظر المعلّمين، واستخدم المنهج الوصفي، وبلغت عيّنة الدّراسة (125) معلّمًا ومعلّمة من مجتمع البحث المؤلّف (251) معلّمًا ومعلّمة. وتمّ استخدام الاستبانة كأداة للدّراسة، وقد أظهرت نتائج الدّراسة بأنّ مستوى الذّكاء العاطفيّ لدى معلّمي التّربية الخاصّة في المدارس الحكوميّة الأردنية متوسّطًا، ووجود فروق ذات دلالة إحصائيّة لمستوى الذّكاء العاطفيّ للمعلّمين لصالح متغيّر النّوع الاجتماعيّ.

الدراسات المتعلقة بالضغوط المهنية لدى المعلمين:

دراسة الحلو (2004) بعنوان: مصادر الضغوط المهنية التي تواجه معلمي المدارس الثانوية الحكومية في فلسطين. هدفت الدراسة إلى الكشف عن مصادر الضغوط المهنية التي تواجه معلمي المدارس الثانوية الحكومية في فلسطين في ضوء متغيرات: الجنس، والخبرة، والدخل، وقد خلصت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيًا في معظم مجالات مصادر الضغوط المهنية تبعاً لمتغيرات: الجنس، والخبرة، والدخل الشهري، وذلك لصالح المعلمات، والمعلمين

من حملة الماجستير، والمعلمين ذوي الخبرة (5 – 10) سنوات، والمعلمين أصحاب الدخل الشهري أقل من (300) دينار.

دراسة الأنوار (2003) بعنوان: ضغوط مهنة التدريس وبعض المتغيرات الشخصية للمعلم (المكان). هدفت الدراسة إلى تعرف الضغوط المهنية وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات لدى المعلم، وتكونت عينة الدراسة من (165) معلماً ومعلمة، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي، وقد أظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائيًا بين درجات المعلمين في الضغوط النفسية المهنية ودرجاتهم في السمات الشخصية كالحساسية والتوتر، وعدم وجود ارتباط موجب بين الضغوط المهنية وسمات: الثبات الانفعالي، والسيطرة، كما أظهرت النتائج أن لتخصص المعلم أثر في مدى المعاناة من ضغوط العمل المهني، وأظهرت النتائج أيضًا وجود فروق دالة إحصائيًا بين الجنسين في الشعور بالضغوط المهنية؛ وهي لصالح المعلمين الذكور.

دراسة موراي (Murray, 2003) بعنوان: تأثر المواقف الضاغطة لمهنة التدريس في اختيار المعلم لاستراتيجيات التكيف مع المشكلات الصفية، ماليزيا. (The Concerns and Coping Strategies of Teacher Education Students). هدفت الدراسة إلى معرفة تأثر المواقف الضاغطة لمهنة التدريس في اختيار المعلم لاستراتيجيات التكيف مع المشكلات الصفية، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي، وأجريت الدراسة على (143) طالباً من طلبة معاهد المعلمين. وتوصلت الدراسة إلى أن معدل الطالب وانتماءه للتخصص، هي متغيرات أساسية لاختيار استراتيجيات المعلمين التكيفية مع المشكلات، كما أظهرت النتائج عدم وجود تأثير لمتغيرات :الجنس، والتخصص.

دراسة فارويل (Farwell, 2003) بعنوان: استراتيجيات التكيف للمعلم مع الضغوط والمشكلات الصفية التي تواجهه، بريطانيا (A study of K-12 teachers in small school districts: Their levels of stress). هدفت الدراسة إلى تعرف استراتيجيات المعلم التكيف مع الضغوط والمشكلات الصفية التي تواجهه، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي. وتكونت عينة الدراسة من (329) معلماً ومعلمة يعانون من ضغوط نفسية، بينت الدراسة أن أهم الاستراتيجيات التي يستخدمها المعلمون هي الاستراتيجيات النفسية، ثم الجسمية، وأخيرًا الاجتماعية. وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود أثر لمتغيرات: الجنس والخبرة، وذلك لصالح المعلمين الذكور، والمعلمين الأقل خبرة.

دراسة دورغان (Durgin, 2001) بعنوان: معرفة استراتيجيات المعلمين في التعامل مع الضغوط والمشكلات الصفية التي تواجههم، والرضا لدى معلمي التعليم الخاص في المدارس الابتدائية والمتوسطة، أميريكا. (Association of teacher stress with coping strategies and leisure participation and satisfaction among special education teachers in elementary and middle schools. هدفت الدراسة إلى معرفة استراتيجيات المعلمين في التعامل مع الضغوط والمشكلات الصفية التي تواجههم، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي. أجريت الدراسة على عينة مكونة من (185) معلماً معلمة ممن يعملون في المدارس الخاصة .وقد أظهرت نتائج الدراسة أن المعلمين يستخدمون استراتيجيات مختلفة لمواجهة المشكلات الصفية من مثل الدعم الاجتماعي المتمثل بالأسرة، واستخدام الأنشطة الامنهاجية، كما بينت النتائج وجود أثر لمتغيرات: الجنس، لصالح الإناث، وعدم وجود تأثير لمتغيرات: المؤهل العلمي، ونوع المدرسة.

بحثت بعض الدراسات السابقة مدى توافر الذكاء العاطفي لدى المعلمين، كدراسة كل من المحارمة وآخرون (2015)، و(Sivanathan & Fekken, 2002)، وتناولت دراسات أخرى الذكاء العاطفي وعلاقته بمتغيرات عدة، كدراسة كل من (Chan, 2008)، ومغربي (2009)، كما شملت دراسات أخرى مصادر الضغوط المهنية التي تواجه المعلمين، واستراتيجيات التكيف معها كدراسة كل من (الأنوار، 2003)، و(Murray, 2003)، و(Farwell, 2003). واتفق البحث الحالي مع الدراسات السابقة في الهدف الرئيس، وهو أهمية الذكاء العاطفي كأحد المتغيرات المهمة في السلوك الانساني، وكذلك أهمية وجود استراتيجيات لمواجهة الضغوط المهنية. وقد استفاد البحث الحالي من الدراسات السابقة في بناء أدوات البحث. واختلف عنها في دراسته لعلاقة الذكاء العاطفي باستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى معلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية، وهذا ما يميز هذا البحث كونه البحث الأول الذي تناول العلاقة بين المتغيرين بحسب علم الباحثة.

النتائج والمناقشة

1 – ما مستوى الذكاء العاطفي لدى أفراد عينة البحث من معلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية؟

للإجابة عن هذا السؤال فقد تم تقسيم درجات أفراد عيّنة البحث الكليّة على مقياس الذكاء العاطفي إلى ثلاثة مستويات (منخفض، متوسط، مرتفع)، وفقاً لدرجة الوسيط التي بلغت (158) درجة، وتم حساب النسب المئويّة والمتوسطات الحسابية لكل مستوى، كما هو موضح في الجدول (3).

جدول (3): مستوى الذكاء العاطفي لدى أفراد عينة البحث من معلمين في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية

مستوى الذكاء العاطفي	العدد	النسبة المئويّة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
منخفض	128	%47.8	145.88	78.0
متوسط	8	%3	158	0
مرتفع	132	%49.3	165.85	35.5

من خلال قراءة الجدول (3) يتبين أن منخفضي الذكاء العاطفي بلغ عددهم (128) ونسبة مئوية بلغت (47.4%)، ومتوسط حسابي بلغ (145.88)، كما بلغ عدد مرتفعي الذكاء العاطفي (132) ونسبة مئوية بلغت (49.3%)، ومتوسط حسابي بلغ (165.85).

وتعزى هذه النتيجة إلى وعي المعلمات إلى أهمية الذكاء العاطفي، وإلى الدافعية الشخصية التي يجب أن يمتلكها، إذ أن النجاح في العمل التدريسي يجب ألا يقتصر على الذكاء الأكاديمي فقط، وإنما يحتاج إلى أسلوب لبق في التعامل مع الإدارة المدرسية، وكذلك التعامل مع التلاميذ، وأتى في المرتبة الثالثة مجال إدارة الانفعالات والتنظيم الذاتي، ثم مجال التعاطف مع الآخرين، تبعه مجال المهارات الاجتماعية وبدرجة متوسطة للمجالات الثلاثة، وترى الباحثة أن هذه المهارات بحجاة إلى تطويرها من خلال إقامة دورات تدريبية، وخاصة المهارات الاجتماعية، والتي من خلالها يتم التفاعل مع المحيط الاجتماعي. وتوافقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة المحارمة وآخرون (2015) التي أشارت إلى أنّ مستوى الذّكاء العاطفيّ لدى المعلّمين كان متوسّطًا، واختلفت هذه النتيجة مع دراسة بقيعي (2011) التي بينت ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي لدى من معلمي الصفوف الأولى.

– ما أهم استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى المعلمين في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية؟

للوصول إلى أهم الاستراتيجيات التي يستخدمها المعلمون لمواجهة الضغوط المهنية، تم حساب التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية لأداء أفراد عينة البحث، وجاءت النتائج على النحو المبين في الجدول (3).

الجدول (3) التكرارات والنسب المئوية إجابات أفراد عينة البحث من معلمي مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية حول أهم الاستراتيجيات التي يستخدمونها لمواجهة الضغوط المهنية

الرقم	مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية	التكرارات	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
.1	المجال الأول: الاستراتيجيات النفسية	9024	%67.34	33.67	5.64	2
.2	المجال الثاني: الاستراتيجيات الاجتماعية	9935	%74.42	37.07	4.78	1
.3	المجال الثالث: الاستراتيجيات الجسمية	8268	%61.7	30.85	5.28	3

يشير الجدول (3) إلى أن الاستراتيجيات الاجتماعية بالمرتبة الأولى بتكرارات بلغت (9935)، ونسبة مئوية بلغت (74.42%). أي أن الاستراتيجيات الاجتماعية هي الأكثر استخداماً لمواجهة الضغوط المهنية، وقد يعود ذلك إلى طبيعة المشكلات التي تواجه المعلمين في هذه المرحلة، والتي تتطلب استخدام الأساليب والاستراتيجيات الاجتماعية من خلال التعاون مع أولياء الأمور لحل المشكلات التي تعترض التلاميذ في المدرس، والعمل على مسايرة الظروف الاجتماعية والأسرية المحيطة به؛ من خلال استخدام التدعيم الاجتماعي في التغلب على المشكلات والضغوط التي تواجهه أثناء مزاولة مهنته. ثم جاءت الاستراتيجيات النفسية في المرتبة الثانية بتكرارات بلغت (9024)، ونسبة مئوية (67.34%)، فالمعلمين يستخدمون الاستراتيجيات النفسية كضبط الذات، والصبر، وحل المشكلات بطرق علمية، والابتعاد عن التوتر والانفعال، في مواجهتهم للضغوط المهنية، ثم أتت الاستراتيجيات الجسمية في المرتبة الثالثة والأخيرة، بتكرارات بلغت (8268)، ونسبة مئوية (61.7%)، إذ نادراً ما يلجأ المعلم إلى استخدام الاستراتيجيات الجسمية، خاصة مع توجهات وزارة التربية التي منعت اللجوء إلى الضرب في المدارس، والتعامل مع التلاميذ بطريقة تجذب الانتباه. وتوافقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة دورغان (Durgin, 2001) التي أشارت إلى أنّ المعلمين يستخدمون استراتيجيات مختلفة لمواجهة المشكلات الصفية، واختلفت دراسة فارويل (Farwell, 2003) التي بينت وجود اختلاف في ترتيب الاستراتيجيات التي يستخدمها المعلمون.

3 – ما العلاقة بين مستوى الذكاء العاطفي باستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى المعلمين في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية؟

للتأكد من هذه الفرضية من خلال دراسة العلاقة الارتباطية بين مستوى الذكاء العاطفي واستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى المعلمين في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية، تمّ إيجاد الوسيط بالنسبة للدرجة الكلية على اختبار التفكير الناقد والذي بلغ (158)، وبالاعتماد على قيمة الوسيط تمّ تقسيم الدرجات على مقياس الذكاء العاطفي إلى مستوى منخفض ومستوى مرتفع، ثم استُخدم معامل الارتباط بيرسون، وجاءت النتائج كما في الجدول (4).

الجدول (4): قيمة معامل ارتباط بيرسون بين مستوى الذكاء العاطفي واستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى المعلمين في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية

العلاقة الارتباطية	العينة	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية	القرار
استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية المستوى المنخفض من الذكاء العاطفي	268	0.43**	0.000	دال
استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية والمستوى المرتفع من الذكاء العاطفي	121	0.911**	0.000	دال

بالنظر لقيمة معامل الارتباط مع المستوى المنخفض من الذكاء العاطفي في الجدول (4)، فقد كان (0.43)، وهو معامل ارتباط ضعيف وطردي وهو دال إحصائياً عند مستوى الدلالة 0,05، أي توجد علاقة بين مستوى الذكاء العاطفي واستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى المعلمين في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية، وعند النظر لقيمة معامل الارتباط مع المستوى المرتفع من الذكاء العاطفي، فقد كان (0.911)، وهو معامل ارتباط قوي وطردي وهو دال إحصائياً عند مستوى الدلالة 0,05، أي توجد علاقة بين استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية والمستوى المرتفع من درجات الذكاء العاطفي لدى أفراد عينة البحث وهي علاقة قوية وموجبة. بناء على ذلك ترفض الفرضية الصفرية، وتقبل الفرضية البديلة القائلة بوجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المتغيرين.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأنه كلما ارتفع مستوى الذكاء العاطفي يقابله ارتفاع في مستوى القدرة على مواجهة الضغوط المهنية، أي أن المعلمين ذوي مستوى الذكاء العاطفي المرتفع، يمتلكون استراتيجات مواجهة إيجابية عالية،كما أن كفاءاتهم العاطفية تجعلهم قادرين على التحكم في مشاعرهم و إدارة انفعالاتهم بشكل إيجابي، كما أنهم يظهرون قدرات واضحة ومتميزة في حل المشكلات سواء السلوكية أم التحصيلية ويتمتعون بمهارة كبيرة في التعامل مع المواقف الضاغطة المختلفة داخل الصف والمدرسة.

4 – هل يوجد اختلاف في مستوى الذكاء العاطفي لدى المعلمين في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية تبعاً لمتغيري (الجنس، عدد سنوات الخبرة التدريسية)؟

للإجابة عن هذا السؤال وفق متغير الجنس: استخدم اختبار (t) للعينات المستقلة، وأدرجت النتائج في الجدول (5). ومن خلال من قراءته يتبين أن الفرق الذي ظهر بين درجات إجابات أفراد عينة البحث حول مستوى الذكاء العاطفي لديهم، هو فرق غير دال وليس جوهري، وتبين ذلك من قيمة الاحتمال، إذ جاءت أكبر من قيمة مستوى الدلالة (0.05).

تفسر الباحثة هذه النتيجة بأنّ أفراد العينة من المعلمين والمعلمات يتعاملون مع المشكلات اليومية، ويلجؤون إلى حلها حسب طبيعتها وبحسب الإمكانات المتاحة، وذلك في إطار علاقات يسودها التعاون والتفاهم مع الإدارة المدرسية، والقدرة على التحكم بالانفعالات وضبطها بما يتناسب مع بيئة المدرسة. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة بقيعي (2011)، واختلفت هذه النتيجة مع دراسة كل من (Chan, 2008)، والمحارمة وآخرون (2015).

الجدول (5): نتائج اختبار (t) للفروق بين إجابات أفراد عينة البحث حول مستوى الذكاء العاطفي لديهم تبعاً لمتغير الجنس

المجال	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(t) المحسوبة	قيمة الاحتمال (p)	القرار
الوعي بالذات	ذكور	92	33.46	2.50	0.086	0.559	غير دال
	إناث	176	32.90	2.54			
إدارة الانفعالات والتنظيم الذاتي	ذكور	92	25.71	2.72	0.432	−0.259	غير

	إناث	176	25.97	2.48			دال
الدافعية الشخصية	ذكور	92	37.53	4.29	0.407	0.550	غير دال
	إناث	176	36.98	5.54			
التعاطف مع الآخرين	ذكور	92	29.78	2.11	0.148	−0.348	غير دال
	إناث	176	30.13	1.72			
المهارات الاجتماعية	ذكور	92	30.41	7.25	0.413	0.737	غير دال
	إناث	176	29.68	6.85			
الدرجة الكلية	ذكور	92	156.89	11.91	0.422	1.24	غير دال
	إناث	176	155.65	12.00			

– **للإجابة عن هذا السؤال وفق متغير عدد سنوات الخبرة التدريسية** حول مستوى الذكاء العاطفي لدى المعلمين، استخدم اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA)، وأُدرجت النتائج في الجدول (6).

جدول (6): نتائج اختبار تحليل التباين للفروق في مستوى الذكاء العاطفي لدى أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة التدريسية

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيم F	قيمة الاحتمال	القرار
الوعي بالذات	بين المجموعات	6.787	2	3.393	0.527	0.591	غير دال
	داخل المجموعات	1707.064	265	6.442			
	المجموع	1713.851	267				
إدارة الانفعالات والتنظيم الذاتي	بين المجموعات	51.715	2	25.858	4.033	0.019	دال
	داخل المجموعات	1699.222	265	6.412			
	المجموع	1750.937	267				
الدافعية الشخصية	بين المجموعات	307.112	2	153.556	6.029	0.003	دال
	داخل المجموعات	6748.993	265	25.468			
	المجموع	7056.104	267				
التعاطف مع الآخرين	بين المجموعات	40.726	2	20.363	6.061	0.003	دال
	داخل المجموعات	890.241	265	3.359			
	المجموع	930.966	267				
المهارات الاجتماعية	بين المجموعات	1771.345	2	885.673	20.84	0.000	دال
	داخل المجموعات	11262.308	265	42.499			
	المجموع	13033.653	267				
الدرجة الكلية	بين المجموعات	3178.153	2	1589.077	12.026	0.000	دال
	داخل المجموعات	35017.201	265	132.140			
	المجموع	38195.354	267				

من خلال قراءة الجدول (6) يتبين وجود فروق دالة وجوهرية في مستوى الذكاء العاطفي بين درجات أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة التدريسية، إذ جاءت قيمة الاحتمال أقل من 0.05، عند درجات حرية (265، 2). ولمعرفة اتجاه هذه الفروق استخدم اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية، وجاءت النتائج كما هو موضح في الجدول الآتي (7):

جدول (7): نتائج اختبار (Scheffe) للفروق في مستوى الذكاء العاطفي لدى أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة التدريسية

المجال	(I)عدد سنوات الخبرة	(J) عدد سنوات الخبرة	اختلاف المتوسط	الخطأ المعياري	قيمة الاحتمال	القرار
إدارة الانفعالات والتنظيم الذاتي	أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	-1.08(*)	0.41	0.033	دال
		من 5 – 10 سنوات	-1.03(*)	0.41	0.045	دال
	أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	1.08(*)	0.41	0.033	دال
		من 5 – 10 سنوات	0.043	0.35	0.993	غير دال
	أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	1.03(*)	0.41	0.045	دال
		من 5 – 10 سنوات	-0.04	0.35	0.993	غير دال
الدافعية الشخصية	أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	-2.7(*)	0.82	0.005	دال
		من 5 – 10 سنوات	-2.42(*)	0.83	0.014	دال
	أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	2.7(*)	0.82	0.005	دال
		من 5 – 10 سنوات	0.27	0.70	0.927	غير دال
	أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	2.42(*)	0.83	0.014	دال
		من 5 – 10 سنوات	-0.271	0.70	0.927	غير دال
التعاطف مع الآخرين	أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	-0.78(*)	0.30	0.031	دال
		من 5 – 10 سنوات	-1.02(*)	0.30	0.003	دال
	أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	0.78(*)	0.30	0.031	دال
		من 5 – 10 سنوات	-0.24	0.25	0.640	غير دال
	أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	1.02(*)	0.30	0.003	دال
		من 5 – 10 سنوات	0.24	0.25	0.640	غير دال
المهارات الاجتماعية	أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	1.59	1.06	0.321	غير دال
		من 5 – 10 سنوات	-4.11(*)	1.07	0.001	دال
	أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	-1.59	1.06	0.321	غير دال
		من 5 – 10 سنوات	-5.71(*)	0.90	0.000	دال
	أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	4.11(*)	1.07	0.001	دال
		من 5 – 10 سنوات	5.71(*)	0.90	0.000	دال
الدرجة الكلية	أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	-2.57	1.86	0.387	غير دال
		من 5 – 10 سنوات	-8.46(*)	1.88	0.000	دال
	أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	2.57	1.86	0.387	غير دال
		من 5 – 10 سنوات	-5.89(*)	1.59	0.001	دال
	أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	8.46(*)	1.88	0.000	دال
		من 5 – 10 سنوات	5.89(*)	1.59	0.001	دال

من قراءة الجدول (7) يتبيَّن أن الفروق التي ظهرت بين إجابات أفراد العينة من ذوي الخبرة أقل من 5 سنوات وكل من ذوي الخبرة (5 – 10 سنوات وأكثر من 10 سنوات) كانت لصالح الأخيرتين عند المجالات (إدارة الانفعالات والتنظيم الذاتي، والدافعية الشخصية، والتعاطف مع الآخرين)، وكذلك بين ذوي الخبرة أكثر من 10 سنوات (أقل من 5 سنوات، ومن 5 – 10 سنوات) لصالح ذوي الخبرة أكثر من 10 سنوات.

وتفسر هذه النتيجة بأن المعلمين من ذوي الخبرة أكثر من 10 سنوات، أصبحوا أكثر تكيفاً مع المواقف الصفية المختلفة، وأكثر قدرة على الاستفادة من ذكائهم العاطفي في التعامل مع المواقف التعليمية، والتواصل الفعال مع الإدارة المدرسية، و مواجهة المشكلات اليومية المتكررة، على خلاف المعلمين من ذوي الخبرة أقل من (5) سنوات، فهم يفتقرون إلى القدرة على التعامل مع المشكلات التي تعترضهم، وهم بحاجة إلى مزيد من التدريب والتأهيل، لتنمية قدرات ومهارات الذكاء العاطفي لديهم من خلال دورات تدريبية خاصة. واختلفت هذه النتيجة مع دراسة كل من مغربي (2009)، وبقيعي (2011).

5 – هل يوجد اختلاف في استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى المعلمين في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية تبعاً لمتغيري (الجنس، عدد سنوات الخبرة التدريسية)؟

– **للإجابة عن هذا السؤال وفق متغير الجنس:** استخدم اختبار (t) للعينات المستقلة، وأدرجت النتائج في الجدول (8).

الجدول (8): نتائج اختبار (t) للفروق بين إجابات أفراد عينة البحث حول استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لديهم تبعاً لمتغير الجنس

المجال	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(t) المحسوبة	قيمة الاحتمال (p)	القرار
الاستراتيجيات النفسية	ذكور	92	31.96	5.49	−3.681	0.000	دال
	إناث	176	34.57	5.53			
الاستراتيجيات الاجتماعية	ذكور	92	36.18	4.80	0.027	−1.355	غير دال
	إناث	176	37.54	4.72			
الاستراتيجيات الجسمية	ذكور	92	31.28	5.67	0.338	0.652	غير دال
	إناث	176	30.63	5.07			
الدرجة الكلية	ذكور	92	99.42	11.06	0.021	−3.315	غير دال
	إناث	176	102.74	11.12			

من خلال قراءة الجدول (8) يتبين أن الفرق الذي ظهر بين درجات إجابات أفراد عينة البحث حول استراتيجيات مواجهتهم للضغوط المهنية، هو غير دال وليس جوهري عند الاستراتجيات الاجتماعية والجسمية، وتبين ذلك من قيمة الاحتمال، إذ جاءت أكبر من قيمة مستوى الدلالة (0.05). أي أن الضغوط الاجتماعية والجسمية لا تختلف كثيراً بين المعلمين والمعلمات، فكلا الجنسين يخضعان إلى ضغوط حياتية متشابهة في العمل والمجتمع والالتزامات المطلوبة، وكلاهما يستخدمان استراتيجات لمواجهتها، في حين يتضح وجود فروق دالة إحصائيًا في درجات المعلمين والمعلمات حول استخدام الاستراتجيات النفسية، فقيمة الاحتمال أقل من قيمة مستوى الدلالة (0.05)، وهذه الفروق جاءت لصالح المعلمات. تفسر الباحثة هذه النتيجة بأنّ أفراد العينة من المعلمين قد يتحمل أعباء إضافية وأقل صبراً على تلبية متطلبات وحاجات جميع الطلبة، وربما يعود أيضاً إلى أن المعلمات تلجأن إلى استخدام الاستراتيجيات النفسية بشكل أكبر، فالمعلمة بتكوينها النفسي تبدي قدرة على تحمل المشكلات والضغوط المختلفة، وتتعامل معها بشكل أفضل، وتكون قادرة على إدارتها، بعيداً عن الانفعالية في تعاملها مع المشكلات التي تواجهها. وتوافقت هذه النتيجة مع دراسة (Murray, 2003)، واختلفت مع دراسة كل من الأنوار (2003)، و(Farwell, 2003)، و(Durgin, 2001).

– **للإجابة عن هذا السؤال وفق متغير عدد سنوات الخبرة التدريسية** حول استراتيجيات مواجهتهم للضغوط المهنية استخدم اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA)، وأُدرجت النتائج في الجدول (9).

جدول (9): نتائج اختبار تحليل التباين للفروق في استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيم F	قيمة الاحتمال	القرار
الاستراتيجيات النفسية	بين المجموعات	175.476	2	87.738	2.792	0.063	غير دال
	داخل المجموعات	8327.629	265	31.425			
	المجموع	8503.104	267				
الاستراتيجيات الاجتماعية	بين المجموعات	89.218	2	44.609	1.967	0.142	غير دال
	داخل المجموعات	6009.289	265	22.677			
	المجموع	6098.507	267				
الاستراتيجيات الجسمية	بين المجموعات	45.663	2	22.832	0.817	0.443	غير دال
	داخل المجموعات	7405.661	265	27.946			
	المجموع	7451.325	267				
الدرجة الكلية	بين المجموعات	366.648	2	183.324	1.469	0.232	غير دال
	داخل المجموعات	33079.632	265	124.829			
	المجموع	33446.280	267				

من خلال قراءة الجدول (9) يتبين عدم وجود فروق دالة وجوهرية في استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية بين درجات أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة، إذ جاءت قيمة الاحتمال أكبر من 0.05، عند درجات حرية (265، 2). أي أن استراتيجية المعلمين في التعامل مع المشكلات الصفية التي تواجههم لا تختلف بين المعلمين باختلاف عدد سنوات الخبرة التدريسية، سواء أكانوا من المعلمين حديثي التعيين أم لديهم خبرة طويلة. واختلفت هذه النتيجة مع دراسة (Farwell, 2003).

الاستنتاجات والتوصيات:

هدف البحث إلى تعرف مستوى الذكاء العاطفي واستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى معلمي مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية، وتعرف العلاقة بين مستوى الذكاء العاطفي واستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لدى أفراد عينة البحث، وكذلك تعرف الفروق في مستوى الذكاء العاطفي وفي استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية تبعاً لمتغيري (الجنس، وعدد سنوات الخبرة التدريسية). وبناءً على ما تم التوصل إليه من نتائج يمكن تقديم مجموعة من التوصيات:

- عقد ندوات ومؤتمرات تربوية تبين أسباب الضغوط المهنية وأهم الاستراتيجيات في مواجهتها حتى لا تتطور إلى مرحلة الاحتراق النفسي .
- الاهتمام بالذكاء العاطفي واستراتيجيات مواجهة الضغوط وإكسابهما للطلبة في جميع المراحل التعليمية.

- إجراء البحث على معلمي المرحلة الإعدادية والثانوية للتعرف على مستوى الذكاء العاطفي لديهم والاستراتيجيات المتبعة من قبلهم في مواجهة الضغوط المهنية.

المراجع:

- الأزهر، ضيف وغدايفي، هند – *الذكاء العاطفي والكفاءة الاجتماعية وإدارة الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة*. جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي، كلية العلوم الاجتماعية، الجزائر، 2013، ص ص 1 – 24.
- الأنور، محمد الشبراوي – *ضغوط مهنة التدريس وبعض المتغيرات الشخصية للمعلم*. مجلة علم النفس، م17، ع (67 – 68)، 2003، ص ص 148 – 162.
- بركات، زياد – *الاستراتيجيات التكيفية مع الضغوط المهنية لدى معلمي المدارس الحكومية في محافظة طولكرم بفلسطين*. جامعة القدس المفتوحة، طولكرم، 2010، ص ص 1 – 29.
- بقيعي، نافز – الذكاء الانفعالي وعلاقته بأنماط الشخصية والاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي الصفوف الأولى، مجلة النجاح الوطنية، م(25)، ع(1)، 2011، ص ص 22 – 52.
- بدران، بلال عمر ، *مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية المهنية في الأردن واستراتيجيات التعامل معها من وجهة نظرهم في ضوء بعض المتغيرات*، مجلة كلية التربية ،جامعة الأزهر، ع176، ج 1، 2017، ص325–366
- حسين، طه وحسين، سلامة – *استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية*. ط1، عمان: دار الفكر ناشرون وموزعون، الأردن، 2007، 288ص.
- الحلو، غسان – *مصادر الضغوط المهنية التي تواجه معلمي المدارس الثانوية الحكومية في فلسطين*، مجلة دراسات – الاردنية، م31، ع2، 2004، ص ص 281 – 303.
- خضر، أحمد إبراهيم – *قواعد ميسرة في اختيار حجم العينة*. مصر أسوان. http://www.alukah.net، 2013، 15ص.
- رمضان، حسن نبيل – درجة *الذكاء الانفعالي لدى معلمي مدارس وكالة غوث وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين في محافظة نابلس*. مجلة جامعة القدس المفتوحة، ع 19، 2010، ص ص 45 – 75.
- السيد عثمان، فاروق – *القلق وإدارة الضغوط النفسية*. القاهرة: دار الفكر العربي، 2008، 250ص.
- السيد عثمان، فاروق – *سيكولوجية الفروق الفردية والقدرات العقلية*، القاهرة: دار الأمين، مصر 2010، 419ص.
- شحادة، خليل – *استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية لدى خريجي الجامعات العاطلين عن العمل وعلاقتها ببعض المتغيرات: دراسة مقارنة بين الراغبين وغير الراغبين في الهجرة*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة، 2008، ص219.
- شداني، عمر، *استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية*، رسالة ماجستير غير منشورة، الجزائر،2010–2011.
- شويخ، أحمد هناء – *أساليب تخفيف الضغوط النفسية الناتجة عن الأورام السرطانية*، ط1، القاهرة: أتراك للنشر والتوزيع، مصر، 2007، 378ص.

- العلوان، أحمد – الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية وأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيري التخصص والنوع الاجتماعي للطالب. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 7، (2)، 2011، 125– 144.
- عبد الرحمن أحمد، هدى – *الذكاء الوجداني وعلاقته بالأمن النفسي لدى عينة من طالبات كلية التربية بجامعة الملك عبد العزيز*، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس (ASEP)، م5، ع4، 2009، ص ص 479 – 511.
- عبد الرحمن محمد، علاء – *الذكاء الوجداني والتفكير الابتكاري عند الأطفال*، عمان: دار الفكر، الأردن، 2009، 378ص.
- عثمان، فاروق السيد ورزق، محمد عبد السميع – *الذكاء الانفعالي مفهومة وقياسه*، مجلة علم النفس، م15، ع(61)، 2001، ص ص32– 49.
- المحارمة، لينا ومحمود، أماني والشّريفي، عبّاس عبد مهدي – مستوى الذّكاء العاطفيّ لدى معلّمي التّربية الخاصّة في المدارس الحكوميّة الأردنيّة في ضوء بعض المتغيّرات من وجهة نظر المعلّمين. مجلة مؤتة للبحوث والدّراسات، م30، ع6، 2015، ص ص 39 – 66.
- مغربي، عمر بن عبد الله مصطفى – *الذكاء الانفعالي وعلاقته بالكفاءة المهنية لدى عينة من معلمي المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة*، رسالة ماجستير غير منشورة، علم النفس توجيه تربوي ومهني، جامعة أم القرى، السعودية، 2009، 119ص.
- مشري، سلاف . الضغط النفسي في المجال المدرسي: المفهوم والمصادر واستراتيجيات المواجهة ، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية جامعة بابل، ع29، 2016، ص3–16.
- منصور، علي والأحمد، أمل والشماس، عيسى. *مناهج البحث في التربية وعلم النفس*. دمشق: جامعة دمشق، 2011، 400ص.
- نوفل، محمد بكر، وعواد، فريال – " *علم النفس التربوي*، عمان: دار الميسرة للنشر والتوزيع، 2011، ص48.
- CHAN, DAVID W. - Emotional Intelligence, Self- Efficacy, and Coping among Chinese Prospective and In-Service Teachers in Hong Kong. Educational Psychology, V28, N4, 2008, p. p 397 – 408.
- DURGIN, SANDERS. -*Association of teacher stress with coping strategies and leisure participation and satisfaction among special education teachers in elementary and middle schools.* Journal of Academy of Child Adolescence, 56(4), 2001, p. p 820-828.
- FARWELL, JEAN- *A study of K-12 teachers in small school districts: Their levels of stress,* the source of stress, and the effect of initiating coping strategies". ERIC, 2003, AC9929067.
- FURNHAM, A. - *Trait Emotional intelligence and Happiness Social*. Behavior and Personality, 31(8), 2006, p. p 815 - 824.
- GEORGE. J- *Emotional and leadership: The role of Emotional intelligence*. Human Relations,53(8), 2000, p. p 1027-1055.
- MURRAY, HARVEY- Under Stress: *The Concerns and Coping Strategies of Teacher Education Students*. Journal of Educational Psychology, 82(3), 2003, p. p 221-233.
- SIVANATHAN, N, & FEKKEN, G. – *Emotional Intelligence Moral Reasoning and Transformation Leadership*. Leadership and Organizational development Journal, 23, 2002, p. p 314 - 343.