



استمارة: الذكاء العاطفي

الصحة النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي

لدى الشباب الجامعيات في كلية التربية للبنات

إعداد

المدرس الدكتورة

بشرى أحمد جاسم العكايشي

قسم التربية وعلم النفس

كلية التربية للبنات / جامعة بغداد



وصف الأداة:

مقياس الذكاء الإنفعالي :

ويتكون المقياس من (36) فقرة موزعة على خمسة مجالات هي:

- أ. مجال الوعي بالذات : يتكون المجال من (7) فقرات .
- ب. مجال التفكير الأنفعالي : يتكون المجال من (7) فقرات .
- جـ. مجال التقمص العاطفي : يتكون المجال من (8) فقرات .
- د. مجال المزاج المسترخي : يتكون المجال من (7) فقرات .
- و. مجال فن العلاقات : يتكون المجال من (7) فقرات .

صدق الاستمارة:

وقد تحقق الصدق الظاهري للمقياسين من خلال عرضهما على مجموعة من الخبراء

ثبات الاستمارة:

وزيادة في الدقة وللتأكد من أن المقياسين يتمتعان بالثبات ، قامت الباحثة بأعادة تطبيقهما بطريقة إعادة الأختبار على عينة بلغت (40) طالبة ، إذ بلغ معامل الثبات (0.79) لمقياس الصحة النفسية ، في حين بلغ معامل الثبات لمقياس الذكاء الانفعالي (0.80) .



استمارة: الذكاء العاطفي

عزيزي الطالب ... عزيزتي الطالبة :

بين يديك مجموعة من الفقرات، يرجى الإجابة عليها بصورة عفوية وكما تشعر بالفعل، ليس هناك جواب

صحيح وآخر خاطئ .. فلا تفكر بالإجابة الأحسن، مع جزيل الشكر.

ت	الفقرات	تنطبق علي بدرجة			
		كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة
		نادراً ما تنطبق علي			
1	عندما أخطط لعمل ما فيني على يقين بقدرتي على تنفيذه				
2	عندما أقوم بمهمة أنتبه وأركز ذهني عليها				
3	أقدم فوراً على اتخاذ القرار إذا شعرت أن الوقت مناسب للتنفيذ				
4	عندما أنزعج أستطيع أن احدد الناحية التي تؤذي من المشكلة				
5	يراودني شعور بعدم الرضا عن نفسي				
6	أجد صعوبة في التعبير عن مشاعري أمام الآخرين				
7	أشعر بتقلب مزاجي بين الفرح والحزن دون سبب				
8	أتبنى وجهة نظر معينة معتمداً على عقلي وعواطفني معاً				
9	أرى أن التفكير السليم يوقد إلى نتائج جيدة				



					10	استطيع أن أضع خطأً فاصلاً بين انفعالاتي وتفكيري
					11	لدى ثقة بقدرتي على تصحيح الخطأ عندما أقع فيه
					12	عندما أريد شيئاً أحبه لا أستطيع إبعاده من تفكيري إلى أن أحصل عليه
					13	اكتشف عن كل ما يدور في ذهني من مشاعر عندما أتجادل مع أصدقائي
					14	أفضل السير مع التيار من دون تغيير مساره
					15	أستوعب ما يقصده المتحدث معي
					16	أرتاح عندما أستطيع أن أصف المشاعر الحقيقية للآخرين
					17	يصعب علي فهم مشاعر الآخرين
					18	أتجاهل ما أرى من تعبيرات الوجه عند الآخرين
					19	تنقصني القدرة على الاحتفاظ بمشاعري تجاه الآخرين
					20	انظر إلى الحياة بتفاؤل على الرغم مما فيها من صعوبات
					21	اشعر أن في الحياة أشياء تستحق أن نعيش من أجلها
					22	أميل إلى المرونة في التعامل مع الآخرين
					23	لدي انطباع أن ردود أفعال الناس السلبية تأتي من المزاج المكتئب
					24	تعتمد السعادة من وجهة نظري على الطريقة التي يعيش بموجها الفرد
					25	أعرض إلى ضغوط لا تنتهي أبداً
					26	أقلق بشأن بعض الأحداث الصغيرة التي لا يعيرها الناس أهمية
					27	حياتي مليئة بالنهايات المغلقة



					28	اشعر بالارتياح عندما أقدم مساعدة لمن يحتاجها
					29	لدي القدرة على إقناع الآخرين والتأثير فيهم
					30	أرى أنني أتمتع بمهارة كسب الأصدقاء
					31	يسعدني تولي القيادة في الأعمال والمهام الاجتماعية
					32	أسعى إلى فعل الخير مهما كلفني ذلك من عناء
					33	لست ميالا إلى تكوين علاقات اجتماعية جديدة
					34	أشعر بالغيرة من الآخرين
					35	أتردد في المشاركة في عمل تعود فائدته إلى غيري
					36	أشعر بالعدوانية تجاه الآخرين