

## الذكاء الوجداني وعلاقته بالمهارات الحياتية لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت

عبدالله أحمد محمد الصميط \*

### مقدمة ومشكلة البحث:

تكاد تكون المهنة النشاط الإنساني الوحيد الذي يشغل حيزاً كبيراً من حياة الفرد المنتج ويستنفذ معظم طاقته وتفكيره، فضلاً عن دورها في تلبية الاحتياجات المادية لصاحبها، فإنها تعمل على تحقيق إشباعه المعنوي واستقراره النفسي، لأنها تساهم - إذا ما تم اختيارها بشكل صحيح - في تنمية شخصيته، وفي تفتح مواهبه وبلورة أفكاره.

والمعلم هو صانع التدريس وأداته التنفيذية، حيث أن التدريس هو وسيلة اتصال تربوية تخطط وتوجه من قبل المعلم لتحقيق أهداف العلم لدى التلميذ، وهو أيضاً نتاج مباشر لما يتصف به المعلم من خفيات متنوعة وخصائص وكفايات، فإذا كانت هذه الكفايات عالية فإن التدريس بلا شك يكون تبعاً لذلك. (٢٧: ٩٠٣)

كما يسهم معلموا التربية البدنية في هذه الآونة بالعديد من الأدوار الحيوية في داخل المجتمعات المدرسية، ويمكن تقسيم الأدوار التي باستطاعتهم القيام بها إلى خمس مجالات أساسية وهي التخطيط، والتدريس، والتقييم، والإدارة، وغيرها من المهام الأخرى، ومن ثم فإن مثل هذه الأدوار المتنوعة قد ألقت على معلم التربية البدنية العديد من المسؤوليات باعتبار أنه قائد مسئول عن تحسين مستوى اللياقة البدنية التي يتمتع بها الطلاب، الأمر الذي أضفى على طبيعة عمل معلم التربية البدنية بعداً من التعقيد. (٤٨: ٢٠)

ويعتبر استعداد المعلم وقابليته لمهنة التعليم من العوامل التي تؤثر في تنميته مهنيًا فقد توفر السلطات التعليمية كافة المصادر المادية والبشرية اللازمة لتنميته، ولكن كل هذا لا يؤثر في تنميته مهنيًا ذلك أن استعداد المعلم يعتمد على عوامل في المعلم نفسه مثل درجة ذكائه، خبراته السابقة ودوافعه واتجاهاته. (٥: ٦٥)

ويشير محسن محمد حمص (١٩٩٧م) إلى أن التربية الرياضية كمادة تخضع للعملية التعليمية تتأثر بعوامل متعددة من أهمها المنهج، المدرس، التلميذ، والإمكانات، ولذا يجب أن يعد منهج التربية البدنية بحيث يتناسب مع خصائص التلميذ في كل مرحلة دراسية كما يجب إعداد معلم التربية البدنية إعداداً مهنيًا جيداً بما يتناسب مع ما يقوم به من واجبات وما يتحمله من مسؤوليات داخل وخارج المدرسة وبلي ذلك الإمكانات من ملاعب وأدوات وأجهزة ووسائل تعليمية. (٢٨)

والرياضة المدرسية بما تحتويه من أنشطة هي أحد مكونات المنهاج المدرسي، والتي تعمل مع جملة المقررات والوسائل الأخرى بحسب النظرية التربوية المتكاملة على تكوين وتربية النشء، وإنتاج إنسان متكامل ذهنياً وبدنياً ونفسياً واجتماعياً، كما تهدف برامجها اللاصفية إلى تهيئة مواقف وفرص

\* معلم تربية بدنية بدولة الكويت، ماجستير في التربية البدنية.

تطبيقية شبيهة بمواقف اللعب الحقيقية أكثر تأثيراً وفعالية للاحتفاظ بالأداء المهارى والحركى وهى الأقوى فى تعديل وإكساب السلوك القيمى كما تهدف إلى تهيئة مواقف يكون التلاميذ فيها أكثر قدرة على تطوير قدراتهم ومهاراتهم الحركية والتفاعلية مع هذه المواقف بما يدعم سلوكيات المواطن الصالح وبتوجيه تروى من إدارة المدرسة ومعلمى التربية الرياضية. (٣٣: ١٨٤)

ويلاحظ في العديد من المهن والأعمال والوظائف المختلفة توافر درجات متفاوتة ومتباينة من الأعباء والضغوط، يختلف معها درجة إستجابة العاملين بهذه المهن إختلافاً واضحاً من شخص لآخر في ضوء اختلاف خصائصهم وأدوارهم في المهنة، وفي ضوء بعض العوامل الأخرى المحيطة بالشخص.

وإن طبيعة العمل في المجال الرياضي يتطلب من الفرد ان يتأقلم مع الظروف التي تحدث في مجال العمل وهذا يعتمد على ما يتصف به الفرد من سمات شخصية تؤهله لمواجهة التغيرات والظروف الصعبة والتقلبات التي تحدث لأن طبيعة العمل الرياضي تحتاج إلى سرعة في اتخاذ القرار

ويؤكد محمود عبدالحليم منسى (٢٠٠٢م) أن التحديات التي يعيشها الإنسان والطبيعة الإنسانية متأثرة بالعواطف فمشاعرنا تؤثر فى كل كبيرة وصغيرة في حياتنا، أكثر من تأثير التفكير وذلك عندما يتعلق الأمر بمصائرنا وأفعالنا، ويؤكد أيضاً أن المشاعر ضرورية للتفكير، والتفكير مهم للمشاعر إذا تجاوزت المشاعر ذروة التوازن في هذه الحالة يغلب العقل العاطفي على الموقف ويكتسح العقل المنطقي على اعتبار أن هناك عقليين احدهما عاطفي والأخر منطقي. (٣٤: ٣٤٦-٣٤٨)

ويذكر كل من ماسلاش وجاكسون **Maslach and Jackson** (١٩٨١م) أنه وكننتيجة لظروف العمل فإن كثيرا من المعلمين يجدون أن مشاعرهم واتجاهاتهم نحو أنفسهم وتلاميذهم ونحو مهنتهم قد أصبحت أكثر سلبية مما كانت عليه. فقد يظهر لديهم انفعالات نفسية مختلفة مثل الغضب، القلق، قلة الحيلة، الانزعاج، أو تثبيط العزم، ومن ثم فقد يفقدون الدافعية نحو الإنجاز في عملهم، وهؤلاء الأشخاص يوصفون بأنهم يعانون من ضغوط العمل. (٤٤)

ويعتبر الذكاء الوجداني له تأثير واضح على مجرى سير حياة الإنسان، وتأثيره مهم في طريقة تفكيره وعلاقاته وانفعالاته، حيث أن هناك قاسم مشترك بين الإنفعالات والتفكير وبين العقل والقلب، وهناك تعاون فيما بينهما لإتاحة الفرصة للإنسان لإتخاذ القرارات الصحيحة والتفكير بشكل سليم، فالشخص الذي يعاني من إضطراب عاطفي أو عدم إتزان عاطفي لا يستطيع السيطرة على عواطفه أو التحكم بانفعالاته حتى وأن كان على مستوى عالي من الذكاء. (٩: ١٠١)

حيث يذكر إباد كمال نمر (٢٠١٣م) أن أهمية الذكاء الانفعالي (الوجداني) في حسن التصرف في المواقف الصاغطة الناجمة عن المنافسة تظهر عند تغير مواقف اللعب في مختلف الألعاب الرياضية والتي تثير أنفعالات الشخص وقد تسبب الغضب والسلوك العدواني والتوتر النفسي لديه. (٣: ٤)

وتشير رندا رزق الله (٢٠٠٦م) إلى أهمية تأثير الذكاء الوجداني فى العلاقات الاجتماعية مع زملاء العمل والأصدقاء والأبناء وجميع من تربط الفرد بهم من علاقات سلوكية تأثيراً وتأثراً، بالإضافة

إلى أن الذكاء الوجداني يساعد في النجاح الوظيفي للفرد بما يضمن له النجاح في العمليات والعلاقات المهنية داخل العمل. (١٥)

وقد أكد علماء النفس على أهمية الجانب الوجداني للإنسان نظراً إلى زيادة تأثير الوجدان في حياة الإنسان كما أنه لا يفصل عن التفكير. (٣٠: ٩٣)

ويشير جولمان **Goleman** (١٩٩٩م) إلى أن الذكاء يؤثر بنسبة ٢٠%، على نجاحنا بينما قد يؤثر الوجدان في النجاح بنسبة ٨٠% الباقية. (٤١: ٢٢)

كما تبدو أهمية الذكاء الوجداني خصوصاً ونحن في بداية الألفية الثالثة حيث نجد المجتمع يواجه العديد من المشكلات المتعلقة بالمجال السياسي والاجتماعي والثقافي والاقتصادي، وليس هناك ثمة شك في أن الحلول لمعظم هذه المشكلات التي تسبب الضيق والقلق للمجتمع هو أن يمتلك الفرد ليس فقط للقدرات الفكرية المطورة بطريقة جيدة، بل عليهم أيضاً أن يمتلكوا مهارات اجتماعية ووجدانية تتكامل مع المهارات الفكرية لحل هذه المشكلات الراهنة ومن هنا يتضح أهمية المهارات بين الأشخاص والقدرة على الانسجام بينهم بفاعلية وقد ساهم كل هذا في الاهتمام بالذكاء الوجداني. (٤٦: ١٣٨)

أى أنه يجب الاهتمام بالناحية الوجدانية أو الانفعالية للفرد على اعتبار أنها وسيلة من وسائل توافق الفرد مع المتغيرات المتلاحقة والمتصارعة التي تحيط به انطلاقاً من أن مشاعر الفرد وانفعالاته من أهم المؤثرات في توجيه سلوكه بصفة عامة وطريقة تفكيره وإصداره للأحكام واتخاذها للقرارات بصفة خاصة.

وذلك على اعتبار أن الإدراك الدقيق والسريع للانفعالات يسمح بردود أفعال عاطفية وسلوكية سريعة ودقيقة، ذلك لأنه بدون هذه المهارة تميل هذه الردود إلى أن تؤخر في وقت لاحق وبالتالي تكون غير مناسبة للموقف أو بعبارة أخرى يفقد الفرد حساسيته للموقف السلوكي ويكون غير قادر على مواجهة التحديات بشكل مناسب.

ومع ازدياد الثورة المعرفية في عصرنا الحالي صاحبه عدد من المشكلات التي تواجه الأفراد عند تفاعلهم مع مواقف الحياة المختلفة، والتي تستلزم تسليح الفرد بالمهارات الأساسية اللازمة للتفاعل الناجح في الحياة. وهي مهارات تمتاز ما بين المهارات الذهنية والمهارات العملية التي ترتبط بممارسة الأفراد في حياتهم اليومية مثل: التواصل، اتخاذ القرارات، الثقة بالنفس، إدارة الوقت والمال، إدارة مواقف الانفعال والغضب، حل النزاعات، التفاوض، اختيار الغذاء الصحي، العناية بالملبس والمسكن، تقبل الاختلاف مع الآخرين وما إلى ذلك. (٣٥)

ومن أهداف المؤسسات التعليمية الحديثة من مدارس ومعاهد وجامعات ونوادي رياضية هي إعداد الفرد ليكون عنصراً إيجابياً فاعلاً ومؤملاً لبناء مجتمعه وتطويره، وهذا لن يكون إلا عن طريق إكسابه للمهارات الأساسية اللازمة للتفاعل الناجح في الحياة، وهي مهارات تمتاز ما بين المهارات الذهنية والمهارات العملية، والتي تعرف بالمهارات الحياتية.

ويشير مفهوم المهارات الحياتية إلى السلوكيات والمهارات الشخصية التي يستخدمها الفرد في شتى مجالات حياته، حيث تشتمل المهارات الحياتية على كفايات في الجوانب النفسية والاجتماعية

والشخصية مثل: مسؤولية المواطنة الاجتماعية والذاتية، مهارات الاتصال (تأكيد الذات، التفاوض، الإصغاء)، حل المشكلات وصنع القرار، التفكير الناقد، التفكير الإبداعي، روح الفريق، الثقة بالنفس، مقاومة الضغوط من قبل الرفاق ووسائل الإعلام والإنترنت، التكيف مع الإجهاد والانفعالات، تقبل التنوع والاختلاف مع الآخرين، حل الصراعات بطريقة بناءة. (٧)

كما أن المهارات الحياتية كثيرة ومتعددة يحتاج إليها الفرد في جميع مجالات حياته، سواء في العمل أو في الأسرة أو في العلاقات مع الآخرين، ومن ثم يمكن القول إن الفرد في حاجة لامتلاك مهارات يستطيع أن يمارسها في جميع مجالات حياته، فهي السبيل إلى تحقيق سعادته وتقبله للآخرين والحياة معهم، وكذلك حب الآخرين له وتقديرهم له. (٣٩)

وتعمل المهارات الحياتية الخاصة ببناء القدرات على تعزيز تبني السلوكيات الشخصية الإيجابية والتكيف الاجتماعي والمواطنة، وتعد المهارات الحياتية عاملاً حاسماً في حصول الفرد على فرص عمل مناسبة، والافتقار إلى المهارات الحياتية يعتبر واحداً من الأسباب التي تساق ويستشهد بها في إنهاء عقود العمل في وقت لاحق من حياة الأفراد الذين لا يمتلكون هذه المهارات، كما وتلعب دوراً هاماً في التعامل مع القضايا الصحية والاجتماعية التي قد يواجهها الفرد، فالتعليم من أجل التعايش والتعامل مع الآخرين يمثل تحدياً لكل إنسان. (٣٨)

ولقد قدم مركز تطوير المناهج والمواد التعليمية التابع لوزارة التربية والتعليم بجمهورية مصر العربية تصنيفاً للمهارات الحياتية تمثل في:

١: **مهارات انفعالية وتشمل:** ضبط المشاعر، المرونة والقدرة على التكيف، تقدير مشاعر الآخرين، القدرة على مواكبة التغيير، سعة الصدر والتسامح، تحمل الضغوط بأشكالها.

٢: **مهارات اجتماعية وتشمل:** تحمل المسؤولية، المشاركة في الأعمال الجماعية، اتخاذ القرارات السليمة، احترام الذات، القدرة على تكوين علاقات، القدرة على التفاوض والحوار.

٣: **مهارات عقلية وتشمل:** القدرة على الابتكار والإبداع، القدرة على الاستكشاف، القدرة على التعلم المستمر، إدراك العلاقات. القدرة على التخطيط السليم، القدرة على التفكير الناقد. (١)

ومن هنا يرى الباحث أن العصر الحالي الذي نعيش فيه يتميز بالتغيرات السريعة والتطورات المذهلة في كافة مجالات الحياة، والعالم اليوم يشهد تطوراً سريعاً في المجال المعرفي من الناحية الكمية والكيفية وأصبحت كبرى المشكلات التي تواجهنا هي كيفية مساعدة المعلمين والمتعلمين على مواجهة هذه التطورات وملاحقتها.

ومن وسائل توافق الفرد مع المتغيرات المتلاحقة والمتصارعة التي تحيط به الاهتمام بالناحية الوجدانية أو الانفعالية للمعلم، انطلاقاً من أن مشاعر الفرد وانفعالاته من أهم المؤثرات في توجيه سلوكه بصفة عامة وطريقة تفكيره وإصداره للأحكام واتخاذها للقرارات بصفة خاصة.

الأمر الذي قد يسهم في إعداد المعلم ليتكيف مع بيئته التعليمية من خلال اكتسابه لبعض المهارات الحياتية الهامة التي تساعده على توفير بيئة تعليمية جيدة مما سيعود بالفائدة على الطلاب والعملية التعليمية.

ومما سبق ومن خلال إطلاع الباحث -على حد علمه- على المراجع العلمية والدراسات السابقة تبين له ندرة البحوث التي تناولت دراسة موضوع الذكاء الوجداني وعلاقته بالمهارات الحياتية لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت، وهذا ما دفع الباحث للقيام بتلك الدراسة.

#### هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني والمهارات الحياتية لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت وذلك من خلال الاجابة على التساؤلات التالية:

- ١- ما مستوى الذكاء الوجداني لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت؟
- ٢- ما المهارات الحياتية التي تتوفر لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت؟
- ٣- هل توجد علاقة بين الذكاء الوجداني والمهارات الحياتية لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت؟

#### التعريف ببعض المصطلحات الواردة في البحث:

##### ١- الذكاء الوجداني:

هو عبارة عن تنظيم من المهارات والكفاءات الشخصية والوجدانية والاجتماعية التي تؤثر على قدرة الفرد للتعامل بنجاح مع المتطلبات البيئية. (٤٧)

##### ٢- المهارات الحياتية:

هي مجموعة من الأداءات المرتبطة بالقدرات العقلية والبدنية والاجتماعية والإنفعالية التي من خلالها يستطيع الفرد حل مشكلاته الحياتية اليومية، والمشاركة بفاعلية مع المحيط بما يواكب متطلبات العصر وحاجات سوق العمل. (١٩: ١١١)

##### الدراسات المرجعية:

قام الباحث بالإطلاع على العديد من الدراسات المرجعية المرتبطة بمجال الدراسة الحالية ومن خلال ما توصل اليه من دراسات سوف يعرض الباحث الدراسات مقسمة وفقاً للمجالات التي ذكرت ومرتببة من الأحدث للأقدم.

##### أولاً: الدراسات المرتبطة بالذكاء الوجداني:

١- دراسة أمال مصطفى إبراهيم (٢٠١٤م) (٢) استهدفت دراسة الذكاء الوجداني وعلاقته بمهارات الاتصال لدى معلمي التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي، وإستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وبلغت عينة الدراسة من (١٠٠) معلم، وقد إستخدمت الباحثة مقياس الذكاء الوجداني، مقياس مهارات الإتصال، وكان من أهم النتائج وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً بين الذكاء الوجداني ومهارات الإتصال لدى معلمي التربية الرياضية.

٢- دراسة حمزة مزياتي (٢٠١٢م) (١٠) استهدفت التعرف عن علاقة الذكاء الوجداني بأساليب التعامل مع الضغوط النفسي عند الأحداث الجانحين، وإستخدم الباحث المنهج الوصفي، وبلغت عينة الدراسة من (٩٤) جانح، وقد إستخدم الباحث مقياس الذكاء الوجداني لسكوت Schutt، مقياس التعامل لفولكمان ولازاروس Lazarus & Folkman، وكان من أهم النتائج وجود علاقة إرتباطية ودالة

إحصائياً بين الذكاء الوجداني ودرجة أدراك الضغط النفسي، وإستراتيجية التصدي وإعادة التقدير عند الأحداث الجانحين.

٣- دراسة محمد أحمد إبراهيم، هويدا محمد أنور (٢٠١٢م) (٢٩) استهدفت التعرف مفهوم وطبيعة الذكاء الوجداني، وإستخدام الباحثين المنهج الوصفي، وبلغت عينة الدراسة من (٢٧٠) طالب وطالبة، وقد إستخدام الباحثين تحليل الوثائق، مقياس الذكاء الوجداني، مقياس السلوك الأخلاقي، وكان من أهم النتائج أن للذكاء الوجداني دور في تأدية وظائفنا سواء كانت اجتماعية أو أخلاقية.

٤- دراسة خالد عبد القادر (٢٠٠٧م) (١٢) استهدفت قياس الذكاء الوجداني وقائمة الضغوط النفسية وللعمل على تنمية الطلاب، وإستخدام الباحث المنهج التجريبي، وبلغت عينة الدراسة من (٣٠) طالب، وقد إستخدام الباحث تحليل الوثائق، مقياس الذكاء الوجداني، وكان من أهم النتائج فاعلية برنامج تنمية الذكاء الوجداني فى زيادة ورفع الرضا عن العمل والتوافق المهني لدى أفراد الدراسة وأن فاعلية البرنامج فى خفض وتقليل مواجهة الضغوط النفسية اليومية التى يتعرض لها أفراد عينة الدراسة.

٥- دراسة طارق نور الدين محمد (٢٠٠٧م) (٢٠) استهدفت التعرف على مدى اسهام ابعاد الذكاء الوجداني فى التنبؤ بكفاءة التعلم، وإستخدام الباحث المنهج الوصفي، وبلغت عينة الدراسة من (٤٣٢) طالب، وقد إستخدام الباحث مقياس الذكاء الوجداني، وكان من أهم النتائج أن الطلاب الذين لديهم نسبة ذكاء وجداني مرتفعة أو منخفضة فإنهم لديهم القدرة على الأداء على المثابرة والمشاركة والاندماج والتركيز والدرجة الكلية للكفاءة فى التعلم لصالح الطلاب الذين لديهم ذكاء وجداني وخاصة.

٦- دراسة عمر عبدالله مغربي (٢٠٠٧م) (٢٢) استهدفت التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني ومكوناته والكفاءة المهنية وأبعادها لدى معلمي المرحلة الثانوية الحكومية والأهلية فى التعليم العام، وإستخدام الباحث المنهج الوصفي، وبلغت عينة الدراسة من (١٤٦) طالب، وقد إستخدام الباحث مقياس الذكاء الوجداني للمعلمين من إعداد عثمان ورزق ٢٠٠١م، وبطاقة تقييم لكفايت المعلم من إعداد الباحث، وكان من أهم النتائج مايلي:

- يوجد علاقة إرتباطية بين الذكاء الوجداني ومكوناته، والكفاءة المهنية للمعلم وأبعادها.

- لم تكن مكونات الذكاء الوجداني ذات دلالة إحصائية التنبؤ بالكفاءة المهنية للمعلم وأبعاده.

- لا يوجد تأثيراً دالة إحصائياً لسنوات الخبرة على الذكاء الوجداني أو مكوناته الفرعية.

٧- دراسة بولك Bulik (٢٠٠٥م) (٥٠) استهدفت الكشف عن العلاقة بين الذكاء الوجداني والضغوط المدركة فى مكان العمل، وإستخدام الباحث المنهج الوصفي، وبلغت عينة الدراسة من (٣٢٠) فرد، وقد إستخدام الباحث مقياس الذكاء الوجداني إعداد سكوت وآخرون School et al 1998، وكان من أهم النتائج مايلي:

- أعلى مستوى لضغوط العمل كان لدى المعلمين.

- ارتبط الذكاء الوجداني سلبياً بضغوط العمل، فكلما كان الذكاء الوجداني عالياً كان لدى الفرد مستوى أدنى من الضغوط المهنية.

- أن الأفراد مرتفعي الذكاء الوجداني لهم قدرة كبيرة على التعرف على العواطف السريعة وإدراكها والسيطرة عليها.

- كان لدى الأفراد القدرة على التعامل مع العواطف والمعلومات العاطفية علمياً في مكان العمل نتج عنه قدرتهم على إدارة الضغوط المهنية.

#### ثانياً: الدراسات المرتبطة بالمهارات الحياتية:

٧- دراسة **مصطفى عبدالرحمن مخلوف (٢٠١١م) (٣٥)** استهدفت التعرف على أثر البرنامج التعليمي على اكتساب الطلبة للمهارات الحياتية في كل أسلوب تدريسي (التقييم الذاتي - متعدد المستويات) تبعاً لمتغير الجنس، استخدم الباحث المنهج شبه التجريبي، تكونت عينة الدراسة من (٨٧) معلماً/ة ومشرفاً/ة، وتم اختيار عينة الدراسة من معلمي التربية الرياضية بالطريقة القصدية، حيث بلغ حجم العينة (٨١) معلماً ومعلمة، واستخدم الباحث استبانة المهارات الحياتية الخاصة بالمشرفين والمعلمين والطلبة كأداة لجمع البيانات، وكانت أهم النتائج أن المهارات الحياتية قيد الدراسة والتي يمكن توظيفها في منهاج التربية الرياضية بشكل عام، ومنهاج كرة السلة بشكل خاص، جاءت جميعها مهمة من وجهة نظر المشرفين والمعلمين.

٨- دراسة **منال موفق البيات (٢٠٠٩م) (٣٦)** استهدفت التعرف على أثر توظيف المنحى التكاملية بربط مبحثي التربية الرياضية والعلوم، وذلك من خلال تطبيق أنشطة حركية مبنية على المهارات الحياتية في الجزء التطبيقي في حصص التربية الرياضية، بهدف إكساب المعارف والمهارات والقيم الخاصة ببعض الوحدات الدراسية في مبحث العلوم في الصفوف الثلاثة الأولى، وتكونت عينة الدراسة من (٢٤٤) طالباً وطالبة من الصفوف الثلاثة الأولى في مديرتي التربية والتعليم لعمان الأولى والرابعة، واستخدم المنهج التجريبي، وقد أظهرت نتائج الدراسة فروق دالة إحصائية في التحصيل الأكاديمي لصالح المجموعة التجريبية في الصفوف الثلاثة الأولى، ووجود فروق دالة إحصائية في متغير المهارات لصالح المجموعة التجريبية في الصف الثاني الأساسي، بينما وجود فروق دالة إحصائية في متغير المهارات لصالح المجموعة الضابطة في الصفين الأول والثالث الأساسيين، وأخيراً أظهرت النتائج فروقا دالة إحصائية في متغير القيم لصالح المجموعة التجريبية التي طبقت البرنامج المقترح في الصفوف الثلاثة الأولى.

٩- دراسة **حسن سعيد السوطري وآخرون (٢٠٠٩م) (٧)** استهدفت التعرف على مدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج السنة التحضيرية في جامعة الملك سعود، وتكونت عينة الدراسة من (٦٦) طالباً، مسجلين في الفصل الدراسي الأول من العام ١٤٢٩/١٤٣٠ هجري، تم جمع البيانات باستخدام استبانة خاصة تبين مدى توظيف بعض المهارات الحياتية (التواصل، العمل الجماعي، حل المشكلات، والتفكير، وتحمل المسؤولية) في مناهج السنة التحضيرية، تم استخدام المتوسطات والنسب المئوية، وأظهرت النتائج أن مهارات تحمل المسؤولية قد احتلت الترتيب الأول من حيث توظيفها في المناهج، بينما احتلت مهارات العمل الجماعي الترتيب الثاني، وجاءت مهارات حل المشكلات والتواصل في الترتيب الأخير، هذا من وجهة نظر طلاب السنة التحضيرية في جامعة الملك سعود.

١٠- دراسة عمر عمور (٢٠٠٩م) (٢٣) استهدفت التعرف على إسهامات بعض أساليب التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضية (التدريبي، التبادلي) على تنمية بعض المهارات الحياتية، وذلك في لعبتين جماعيتين (كرة القدم، الكرة الطائرة)، ودلت النتائج على وجود فروق بين الأسلوب التدريبي والأسلوب الزوجي في تنمية: المهارات البدنية والمهارية بعديا في رياضة كرة القدم لصالح الأسلوب التدريبي، وكذلك الأمر في رياضة الكرة الطائرة. ووجود فروق بين الأسلوب التدريبي والأسلوب الزوجي في تنمية: مهارات الاتصال والتواصل، والمهارات الاجتماعية والعمل الجماعي بعديا في رياضة كرة القدم لصالح الأسلوب الزوجي، وكذلك الأمر في رياضة الكرة الطائرة. ولا فروق بين الأسلوب التدريبي والأسلوب الزوجي في تنمية: المهارات النفسية والأخلاقية، ومهارات التفكير والاستكشاف بعديا في رياضة كرة القدم، وكذلك الأمر في رياضة الكرة الطائرة.

١١- دراسة صادق الحايك وآخرون (٢٠٠٨م) (١٨) استهدفت التعرف على مدى اكتساب الطلبة للمهارات الحياتية القائمة على الاقتصاد المعرفي في مناهج الجمناز (مستويات ١، ٢، ٣) في كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية تبعا لمتغيري الجنس والمستوى الأكاديمي من وجهة نظر الطلبة. تم اختيار عينة الدراسة من طلاب وطالبات كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية وعددهم (٩٣) طالبا وطالبة في الفصل الدراسي الثاني ٢٠٠٧/٢٠٠٨م، أظهرت النتائج اكتساب الطلبة لمستويات منخفضة من المهارات الحياتية في تلك المناهج، حيث سجلوا متوسطات منخفضة على المهارات الحياتية المكتسبة، وأشارت النتائج أيضا أن أعلى المتوسطات سجلها أفراد العينة على محور المهارات البدنية والحركية، يليه على التوالي محاور مهارات التفكير والاكتشاف، ومهارات القيادة واتخاذ، وأخيرا المهارات النفسية والاجتماعية، كما دلت نتائج الدراسة على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب الذكور والطالبات الإناث في وجهة نظرهم في مدى اكتساب المهارات الحياتية في مناهج الجمناز ولصالح الطالبات، كما لم تكن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في وجهة نظر الطلبة تعزى للمستوى الأكاديمي (من السنة الثانية إلى الرابعة).

١٢- دراسة نزار محمد الويسي (٢٠٠٨م) (٣٧) استهدفت التعرف على تأثير برنامج تعليمي مقترح قائم على الألعاب الحركية والتربوية في تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا، تكونت عينة الدراسة من (٤٠) طالب من مدرسة كفر الماء الأساسية للبنين في مديرية تربية لواء الكورة، قسمت إلى مجموعتين متكافئتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية. وبينت نتائج الدراسة فعالية البرنامج التعليمي المقترح في تنمية المهارات الحياتية (التعاون والعمل الجماعي، التواصل، ضبط الانفعالات، الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية، اكتساب سلوكيات صحية سليمة، اكتساب مهارات سلوكيات مرورية والتعامل مع الطريق، وتطوير السلوك الاستكشافي). والمهارات الحركية الأساسية (الجري، الوثب، الرمي، اللفف، الاتزان. وان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية.

١٣- دراسة حسن سعيد السوطري (٢٠٠٧م) (٨) استهدفت التعرف على أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة على توظيف بعض المهارات الحياتية ومستوى الأداء المهاري لبعض المهارات



الأساسية في لعبة الكرة الطائرة في مناهج التربية الرياضية القائمة على الاقتصاد المعرفي. تكونت عينة الدراسة من (١١٢) معلما ومعلمة و(١١) مشرفا ومشرفة و(١٦٠) طالبا وطالبة من طلبة الصف السابع الأساسي في مديريات محافظة العاصمة عمان، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي والمنهج التجريبي، وأظهرت نتائج الدراسة أن مهارة الروح القيادية قد احتلت المرتبة الأولى بينما احتلت مهارة حل المشكلات المرتبة الأخيرة من وجهة نظر المشرفين والمعلمين، وجاءت المهارات الحياتية الأخرى على درجة كبيرة من الأهمية، وأسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائية بين القياسان القبلي والبعدي على مقياس المهارات الحياتية، ومقياس المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لصالح القياس البعدي.

١٤- دراسة **Gould, et al** (٢٠٠٧م) (٤٣) استهدفت تدريب المهارات الحياتية من خلال كرة القدم، اختبرت هذه الدراسة كيف يطور مدربي كرة القدم في المدارس الثانوية المهارات الحياتية لدى اللاعبين، حيث تم إجراء هذه الدراسة في جامعة نورث كالورينا جرين سبورو، تكونت العينة من (١٠) مدربين، أظهرت النتائج أن المدربين لم يركزوا في استراتيجياتهم التدريبية على الأداء فقط وإنما يتم التدريب على المهارات الحياتية، وأن الحافز الأكبر لتحقيق النصر هو التطور الشخصي للاعبين، وأشارت النتائج أن المدربين يركزوا على المهارات الحياتية مثل (وضع الأهداف، الاتصال، إدارة الوقت، التحكم في العواطف، القيادة، الذكاء الاجتماعي، تحمل المسؤولية، بذل الجهد والعمل الجماعي والاتجاه الذاتي).

١٥- دراسة **Weiss, et al** (٢٠٠٧م) (٤٩) استهدفت إلى تقييم فعالية برنامج المهارات الحياتية (**First Tee**) والذي يحتوى على مهارات حياتية تم دمجها في ألعاب رياضية مقارنة مع الشباب المشاركين في نشاطات رياضية أخرى منظمة، اشتملت العينة على (٤٠٥) طالبا في برنامج (**First Tee**) و(١٥٩) طالبا في أنشطة رياضية أخرى تتراوح أعمارهم (١٠-١٧) سنة، في هذه الدراسة تم دمج المهارات الحياتية مع مهارات لعبة الجولف، أظهرت النتائج أن هناك تأثيرات مهمة وإيجابية للمجموعة التي شاركت في برنامج (**First Tee**) حيث أظهرت تحسناً في مهارات لعبة الجولف، وانتقال أثر المهارات الحياتية للمشاركين في البرنامج، حيث ظهر تحسناً في المهارات الحياتية (العمل الجماعي، ضبط الانفعالات، حل النزاعات، المبادرة، سلوكيات اجتماعية إيجابية، تصرفات سلوكية واعية، وفعالية شخصية، ومقاومة لضغط الأقران، وتعلم فردي منظم).

١٦- دراسة **Goudas, et al** (٢٠٠٦م) (٤٢) استهدفت إلى اختبار تأثير برنامج التدريب على المهارات الحياتية، الذي يدرس كجزء من دروس التربية الرياضية، على عينة مكونة من (٧٣) طالبا من طلبة الصف السابع الأساسي، تلقوا نسخة مختصرة من برنامج (**Gool**) وهو مصمم خصيصا لتدريس المهارات الحياتية من خلال التربية الرياضية، اشتمل البرنامج البدني على تمارين للقوة والمرونة والتحمل وخلال الحصة تم تطبيق البرنامج البدني بالإضافة للمهارات الحياتية على المجموعة التجريبية، وتلقت المجموعة الضابطة البرنامج البدني بالإضافة لمحاضرة قصيرة بخصوص الألعاب الأولمبية، حيث تم تطبيق البرنامج لمدة شهر، بواقع حصتين كل أسبوع، وأظهرت النتائج تحسن في

اللياقة البدنية والمهارات الحياتية، وكذلك أظهرت النتائج أن التدريب على المهارات الحياتية يمكن توظيفه بفعالية من خلال حصص التربية الرياضية.

١٧- دراسة باباجاريسيس وآخرون **Papacharis, et al** (٢٠٠٥م) (٤٥) استهدفت التعرف إلى أثر برنامج للمهارات الحياتية من خلال رياضة الكرة الطائرة وكرة القدم في اليونان، اشتملت العينة على (٤٠) طالبة (كرة طائرة) و (٣٢) طالبا (كرة القدم) تتراوح أعمارهم بين (١٠ - ١٢) سنة تم اختيارهم بشكل عشوائي، حيث تم تطبيق برنامج مختصر من سوبر (**Super**)، والذي تم فيه دمج المهارات الحياتية مع مهارات كرة الطائرة وكرة القدم على المجموعة التجريبية وتلقت المجموعة الضابطة برنامج يحتوي على مهارات كرة الطائرة وكرة القدم، طبق البرنامج لمدة أربعة أسابيع، وأظهرت النتائج أن هناك تقدما لصالح المجموعة التجريبية في مهارات الكرة الطائرة (التمرير من أعلى، والتمرير من أسفل، ومهارة الإرسال) ومهارات كرة القدم، وكذلك أظهرت النتائج فروقا لصالح المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة على المهارات الحياتية (حل المشكلات، التفكير الإيجابي، وضع الأهداف الشخصية، المسؤولية الشخصية والاجتماعية).

#### التعليق على الدراسات المرجعية:

استفاد الباحث من الدراسات المرجعية في تحديد خطوات إجراء البحث مما جعله أكثر قدرة على تحديد مسار البحث وتوجيهه لتحقيق الأهداف المرجوة، كما تعرف على العديد من المراجع العربية والأجنبية والدراسات المختلفة المتعلقة بموضوع البحث مما أفاد الباحث بالإلمام بمفاهيم ومصطلحات البحث الأساسية والتي أفادت في تحديد العوامل الإفتراضية له.

كما تم تحديد المنهج الملائم والمناسب لطبيعة وأهداف البحث، وتحديد حجم المجتمع وكذلك عينة البحث الأساسية، وتحديد أدوات جمع البيانات المناسبة للبحث، ومن ثم تحديد المعالجات الإحصائية المناسبة للبحث والتوصل إلى النتائج المتوقعة من البحث الحالي.

#### خطة وإجراءات البحث:

##### منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي (الدراسات المسحية) وذلك لملائمته لطبيعة الدراسة.

##### مجتمع البحث:

يشمل مجتمع البحث علي معلمي التربية البدنية بدولة الكويت والبالغ عددهم (٥٦١).

##### عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من معلمي التربية البدنية للمرحلة المتوسطة وعددهم (٢٧٣)، تم توزيع الاستمارات عليهم وتم استبعاد عدد (٣٣) غير صالحة بسبب عدم دقة الاستجابات، وبذلك بلغ عدد العينة (٢٤٠).

##### أدوات جمع البيانات:

أ- مقياس الذكاء الوجداني: من إعداد عبدالله الرفاعي ٢٠١٦ م

يهدف هذا المقياس إلى التوصل إلى أداة على درجة عالية من الصدق والثبات للتعرف على الذكاء الوجداني ويتكون من (٣٨) عبارة لكل منها خمس استجابات هي: دائماً - كثيراً - أحياناً - نادراً - مطلقاً، وأعطيت لكل استجابة درجة مقدرة بلغت على الترتيب (١، ٢، ٣، ٤، ٥). وينقسم إلى أربعة جوانب رئيسية هي:

- التعرف على الانفعالات وتتمثل في العبارات أرقام (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ٢٢)
- فهم الانفعالات وتتمثل في العبارات أرقام (١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٤، ١٦، ١٧، ١٩).
- إدارة الانفعالات وتتمثل في العبارات أرقام (١٨، ٢٠، ٢١، ٢٣، ٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٢٩).
- توظيف الانفعالات وتتمثل في العبارات أرقام (١٥، ٣٠، ٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٥، ٣٦، ٣٧، ٣٨).

وتم تقنين المقياس على عينة استطلاعية بلغت (٢٠) معلم من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وذلك لقياس مدى صلاحيته للتطبيق على عينة البحث.

واستخدم الباحث صدق الإتساق الداخلي للتأكد من أن المقياس يقيس ما وضع من أجله وقد تراوح معامل الارتباط ما بين (٠.٧٨ : ٠.٩٧) وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى ٠.٠٥.

كما تأكد الباحث من ثبات المقياس بإستخدام طريقة التطبيق وإعادة التطبيق حيث تم تطبيق المقياس ثم أعيد تطبيقه بعد ١٥ يوماً وبلغ معامل الارتباط بين التطبيقين (٠.٩٧) وهي معاملات دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥. وبذلك أصبح المقياس جاهز للتطبيق على عينة البحث الأساسية.

**ب- استبانة المهارات الحياتية الخاصة بالمعلمين: من إعداد الباحث.**

من خلال الاطلاع على الأبحاث والدراسات السابقة استطاع الباحث أن يصمم استبانة استبيان تصلح كأداة للتعرف على المهارات الحياتية الخاصة بالمعلمين، وتم عرض محاور وعبارات الاستبانة على السادة الخبراء وعددهم (١١) خبيراً في مجال علم النفس الرياضي لإبداء الرأي في صلاحية هذه الاستبانة وحذف أو تعديل أي جزء منها.

ثم قام الباحث بتقنين هذه الاستبانة على عينة استطلاعية قوامها ٢٠ معلماً من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وذلك للتأكد من صدق وثبات الاستبيان.

فقد استخدم الباحث صدق الإتساق الداخلي للتأكد من أن الاستبيان يقيس ما وضع من أجله وقد تراوح معاملات الارتباط بين العبارات والمحاور المنتمية إليها ما بين (٠.٨٠ : ٠.٩٧) وكذلك بين المحاور ومجموع الاستبانة ككل ما بين (٠.٩٤ : ٠.٩٩) وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى ٠.٠٥.

كما تأكد الباحث من ثبات الاستبيان بإستخدام طريقة التطبيق وإعادة التطبيق حيث تم تطبيق الاستبيان ثم أعيد تطبيقه بعد ١٥ يوماً وبلغت معاملات الارتباط بين التطبيقين (٠.٩٢ : ٠.٩٩) وهي معاملات دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥. وبذلك أصبح الاستبيان جاهز للتطبيق على عينة البحث الأساسية.

ثم قام الباحث بتقنين هذه الاستمارة على عينة استطلاعية قوامها ٢٠ معلماً من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وذلك للتأكد من صدق وثبات الإستبيان.

فقد استخدم الباحث صدق الإتساق الداخلي للتأكد من أن الاستبيان يقيس ما وضع من أجله وقد تراوح معاملات الارتباط بين العبارات والمحاور المنتمية إليها ما بين (٠.٨٠ : ٠.٩٧) وكذلك بين المحاور ومجموع الاستبانه ككل ما بين (٠.٩٤ : ٠.٩٩) وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى ٠.٠٥.

كما تأكد الباحث من ثبات الاستبيان بإستخدام طريقة التطبيق وإعادة التطبيق حيث تم تطبيق الاستبيان ثم أعيد تطبيقه بعد ١٥ يوماً وبلغت معاملات الارتباط بين التطبيقين (٠.٩٢ : ٠.٩٩) وهي معاملات دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥. وبذلك أصبح الاستبيان جاهز للتطبيق على عينة البحث الأساسية.

#### عرض ومناقشة النتائج:

التساؤل الأول: ما مستوى الذكاء الوجداني لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت؟

جدول (١)  
الدرجة المقدره والوزن النسبي والمتوسط الحسابي واتجاه عبارات مقياس الذكاء الوجداني

اتجاه العبارة	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	الدرجة المقدره	مطلقا	نادرا	أحيانا	غالباً	دائماً	الفقرات	م
قوي	٣.٩٤	٧٨.٧٥	٩٤٥	٠	١٥	٤٥	١٢٠	٦٠	أتعرف على انفعالاتي بدقة.	١
قوي	٣.٨١	٧٦.٢٥	٩١٥	٠	٠	٦٠	١٦٥	١٥	عند شعوري بالقلق فأنتي أعرف السبب وراء قلقي.	٢
قوي جدا	٤.٣١	٨٦.٢٥	١٠٣٥	٠	١٥	١٥	٩٠	١٢٠	تزداد دافعيته وهمتي حينما أتوقع النجاح فيما سأقوم به.	٣
قوي	٣.٨٨	٧٧.٥٠	٩٣٠	٠	٣٠	٣٠	١٢٠	٦٠	أمتلئ بالنشاط والحيوية عندما تواجهني مشكلة تحتاج إلى حل.	٤
متوسط	٣.٠٠٠	٦٠.٠٠٠	٧٢٠	١٥	٤٥	١٢٠	٤٥	١٥	اعرف نقاط القوة والضعف في انفعالاتي بالقدر الكافي.	٥
قوي	٣.٥٦	٧١.٢٥	٨٥٥	٠	٤٥	٤٥	١٢٠	٣٠	أستطيع أن أعبّر بالقول عن مشاعري وأحاسيسي.	٦
متوسط	٢.٩٤	٥٨.٧٥	٧٠٥	١٥	٤٥	١٣٥	٣٠	١٥	تجعلني حالتي الانفعالية أشعر بالقوة والكفاءة والتنافس.	٧
متوسط	٢.٨٨	٥٧.٥٠	٦٩٠	٤٥	١٥	١٢٠	٤٥	١٥	لدي القدرة على الإحساس بانفعالات الآخرين.	٨
متوسط	٣.٣٨	٦٧.٥٠	٨١٠	٠	٤٥	٦٠	١٣٥	٠	أستطيع أن أميز بين انفعالاتي الإيجابية والسلبية.	٩
متوسط	٣.٢٥	٦٥.٠٠	٧٨٠	١٥	٤٥	٦٠	١٠٥	١٥	أستطيع إدراك مشاعر الآخرين الصادقة.	١٠
قوي	٣.٤٤	٦٨.٧٥	٨٢٥	١٥	١٥	١٢٠	٣٠	٦٠	أفهم سبب كراهيتي تجاه بعض الأشخاص على الرغم من أنني لم أتعامل معهم.	١١
متوسط	٣.١٩	٦٣.٧٥	٧٦٥	٠	٣٠	١٥٠	٤٥	١٥	أجيد فهم مشاعر الآخرين.	١٢

م	الفقرات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	مطلقا	الدرجة المقدره النسبي	الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	اتجاه العبارة
١٣	لدي القدرة على فهم مشاعر زملائي من تعبيرات وجوههم.	١٥	٦٠	١٢٠	٤٥	٠	٧٦٥	٦٣.٧٥	٣.١٩	متوسط
١٤	أحترم مشاعر وميول الآخرين حتى لو كانت مختلفة عن مشاعري وميولي.	٩٠	١٠٥	١٥	٣٠	٠	٩٧٥	٨١.٢٥	٤.٠٦	قوي
١٥	أفهم سبب تضائفي من بعض تصرفات الآخرين.	٣٠	٦٠	١٠٥	٣٠	١٥	٧٨٠	٦٥.٠٠	٣.٢٥	متوسط

تابع جدول (١)  
الدرجة المقدره والوزن النسبي والمتوسط الحسابي واتجاه عبارات مقياس الذكاء الوجداني

م	الفقرات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	مطلقا	الدرجة المقدره النسبي	الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	اتجاه العبارة
١٦	أجد صعوبة في فهم مشاعر الغراء.	١٥	١٣٥	٦٠	٣٠	٠	٨٥٥	٧١.٢٥	٣.٥٦	قوي
١٧	لدي القدرة على فهم انفعالات الآخرين الخفية.	١٢٠	١٠٥	١٥	٠	٠	١٠٦٥	٨٨.٧٥	٤.٤٤	قوي جدا
١٨	أستطيع تفسير انفعالاتي الإيجابية.	١٥	١٣٥	٤٥	٣٠	١٥	٨٢٥	٦٨.٧٥	٣.٤٤	قوي
١٩	إحساسي الشديد بمشاعر الآخرين يجعلني قادراً على فهمهم.	٣٠	٣٠	١٢٠	٦٠	٠	٧٥٠	٦٢.٥٠	٣.١٣	متوسط
٢٠	أستطيع مواجهة مشاعري السلبية.	١٥	٤٥	٦٠	١٠٥	١٥	٦٦٠	٥٥.٠٠	٢.٧٥	متوسط
٢١	أستطيع التحكم في انفعالاتي.	٠	١٥	٩٠	١٢٠	١٥	٥٨٥	٤٨.٧٥	٢.٤٤	ضعيف
٢٢	لا أبكي بسهولة وبدون سبب.	١٥٠	٣٠	٣٠	٣٠	٠	١٠٢٠	٨٥.٠٠	٤.٢٥	قوي جدا

م	الفقرات	دائما	غالباً	أحيانا	نادرا	مطلقا	الدرجة المقدره النسبي	الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	اتجاه العبارة
٢٣	استطيع السيطرة على نفسي بعد التعرض لأمر مزعج.	١٥	٤٥	١٥٠	٣٠	٠	٧٦٥	٦٣.٧٥	٣.١٩	متوسط
٢٤	أبدو هادئ تحت أي ضغوط أتعرض لها.	٣٠	٣٠	٤٥	١٣٥	٠	٦٧٥	٥٦.٢٥	٢.٨١	متوسط
٢٥	استطيع نسيان مشاعري السلبية بسهولة.	١٥	٤٥	٤٥	١٣٥	٠	٦٦٠	٥٥.٠٠	٢.٧٥	متوسط
٢٦	لدي القدرة على الصبر في تحقيق الأهداف البعيدة.	٣٠	٣٠	١٢٠	٦٠	٠	٧٥٠	٦٢.٥٠	٣.١٣	متوسط
٢٧	أستطيع استدعاء الانفعالات الايجابية كالمرح والفاكهة.	١٥	١٣٥	٣٠	٦٠	٠	٨٢٥	٦٨.٧٥	٣.٤٤	قوي
٢٨	عندما أغضب تظهر على آثار الغضب.	١٥	١٦٥	٤٥	١٥	٠	٩٠٠	٧٥.٠٠	٣.٧٥	قوي
٢٩	من السهل أن يقرأ الناس انفعالاتي على وجهي.	٣٠	٣٠	١٥٠	٣٠	٠	٧٨٠	٦٥.٠٠	٣.٢٥	متوسط
٣٠	أعتقد بان نجاح الفرد جزء من نجاح جماعته.	١٢٠	٩٠	١٥	١٥	٠	١٠٣٥	٨٦.٢٥	٤.٣١	قوي جدا

تابع جدول (١)  
الدرجة المقدره والوزن النسبي والمتوسط الحسابي واتجاه عبارات مقياس الذكاء الوجداني

م	الفقرات	دائما	غالباً	أحيانا	نادرا	مطلقا	الدرجة المقدره النسبي	الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	اتجاه العبارة
٣١	أراعي ظروف الآخرين إذا تغيرت مشاعرهم تجاهي بشكل	١٠٥	١٢٠	١٥	٠	٠	١٠٥٠	٨٧.٥٠	٤.٣٨	قوي جدا
٣٢	أقبل الآخرين بما فيهم من مزاياء وعبوب.	٤٥	١٣٥	٣٠	١٥	١٥	٩٠٠	٧٥.٠٠	٣.٧٥	قوي
٣٣	أحتفظ بالصبر والمثابرة لإقناع الآخرين بوجهة نظري.	٣٠	٤٥	١٢٠	٣٠	١٥	٧٦٥	٦٣.٧٥	٣.١٩	متوسط
٣٤	أستطيع أن اخلق جو من المرح مع الآخرين.	٤٥	١٣٥	٦٠	٠	٠	٩٤٥	٧٨.٧٥	٣.٩٤	قوي

اتجاه العبارة	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	الدرجة المقدره	مطلقا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	الفقرات	م
متوسط	٣.٠٦	٦١.٢٥	٧٣٥	٠	٦٠	١٢٠	٤٥	١٥	أشعر باحتياجات الآخرين العاطفية.	٣٥
متوسط	٢.٨١	٥٦.٢٥	٦٧٥	٠	١٣٥	٣٠	٦٠	١٥	أنفعل عند استماعي لمشاكل الآخرين.	٣٦
قوي	٣.٩٤	٧٨.٧٥	٩٤٥	٠	١٥	٣٠	١٥٠	٤٥	أعتبر نفسي موضع ثقة من قبل الآخرين.	٣٧
قوي	٣.٨٨	٧٧.٥٠	٩٣٠	١٥	٠	٤٥	١٢٠	٦٠	أشعر بما يشعر به الآخرين.	٣٨
		٦٩.٢٨	٣١٥٩٠						مجموع المقياس	

يتضح من خلال جدول (١) أن الوزن النسبي لفقرات مقياس الذكاء الوجداني لعينة البحث تراوح ما بين (٤٨.٧٥ : ٨٨.٧٥)، والمتوسط الحسابي لاستجابات العينة تراوح ما بين (٢.٤٤ : ٤.٤٤).

ويرى الباحث أن التعرف على الإنفعالات يعتبر مؤشراً هاماً للذكاء الوجداني فقد أشار خيري عجاج (٢٠٠٢م) (١٣) إلى أن الذكاء الوجداني ينطوي على إدراك الإنفعالات بدقة وتقييمها والتعبير عنها والقدرة على الوصول بسهولة إلى المشاعر وتوليدها، والقدرة على أن تجعل التفكير ميسراً على فهم الوجدان والمعرفة الوجدانية، والقدرة على تنظيم الإنفعالات التي تساعد على النمو العقلي والوجداني.



كما يرى الباحث أن فهم الانفعالات تعتبر أحد أهم مؤشرات الذكاء الوجداني نظراً لادراك العلاقات بين الانفعالات وتنظيمها، وفي هذا الصدد يؤكد ذلك رشاد موسى (٢٠١٢م) (١٤) حيث عبر عن الذكاء الوجداني على أنه القدرة على الإدراك الدقيق للإنفعالات وتقديرها والتعبير عنها والوصول إلى الإنفعالات واطلاقها بسهولة وكذلك المعرفة والفهم الإنفعالي والقدرة على تنظيم الإنفعالات والإرتقاء بالنمو العقلي والإنفعالي.

ويؤكد ذلك سلامة وطه حسين (٢٠٠٦م) (١٧) فقد أشارا إلى أن ماير وسالوفي (١٩٩٠م) حددا الذكاء الوجداني بأربعة جوانب منها فهم الإنفعالات وهي تشير إلى تسمية الإنفعالات والتمييز بين الإنفعالات المتشابهة وفهم الإنفعالات المركبة، مثل الغيرة، فهي تتضمن الغضب والحسد والخوف، والإنفعالات المتناقضة مثل الجمع بين الحب والكراهية لشخص ما، وملاحظة التغيرات التي تحدث في مستوى الإنفعال، سواء من حيث الشدة مثل مستوى الغضب، أو من حيث النوع من الحسد أو إلى الغيرة.

في حين يرى الباحث أن إدارة الانفعالات تشير إلى تقبل المشاعر والإنفعالات السارة وغير السارة، وإدارة الإنفعالات الذاتية وانفعالات الآخرين دون كبتها، فقد ذكر سيجال (١٩٩٧) أن ارتفاع مستوى الفرد في الذكاء الوجداني يساعد الفرد على إدراك مشاعره وقت حدوثها، ويستطيع أن يتحكم في انفعالاته ويتواصل مع الآخرين ويتعاطف معهم. (١٤ : ٣٤)

ويؤكد ذلك الخولي (٢٠٠٢م) فلقد أشار إلى أن الذكاء الوجداني هو قدرة الفرد على الوعي بانفعالاته وضبطها وإدارتها والوعي بمشاعر الآخرين، وانفعالاتهم ومساعدتهم على توجيهها والتحكم فيها، والتعاطف معهم وحل الصراعات. (١٤ : ٢٠ - ٢١)

ويذكر محمد حسين (٢٠٠٣م) نحن نحتاج أن نعرف كيف نعالج ونتناول المشاعر التي تؤذي وتزعجنا وتلك التي تسعدنا، وهذا المران المستمر في المعرفة والمعالجة والتناول يزيدنا خبرة يوماً بعد يوم في إدارة جهازنا الوجداني لنستفيد من مميزاته الهائلة ونتجنب مخاطره الضارة. (٣٢ : ٤٠)

وتعني هذه المعالجة للجوانب الوجدانية تدبر الفرد أمر هذه المشاعر والإنفعالات، وإدارته للضغوط. (٣٢ : ٣٩)

بينما يرى الباحث أن توظيف الانفعالات تشير إلى استخدام الإنفعالات لتوجيه الانتباه للمعلومات المهمة في الموقف وتوليد الانفعالات الحية، والتأرجح بين عدة إنفعالات لرؤية الأمور من زوايا مختلفة، ويرى ماير وسالوفي (١٩٩٠م) أن أهمية الذكاء الوجداني في أنه يساعد الفرد على معرفة الخبرة الداخلية ليكون قادراً على التواصل الفعال مع نفسه ومع الآخرين، وقد أشار جيرالد وزيندر (٢٠٠٠م) إلى أن الذكاء الوجداني يؤجل الإشباع الفوري ومقاومة الدوافع وتحقيق الذات وعفة الأخلاق والتغلب على المشاكل. (١٤ : ٣٤)

ونظراً لتلك الأهمية البالغة للذكاء الوجداني، فقد أوصى علماء النفس بتميمته من خلال دروس تعليمية ودورات تدريبية وورش عمل بهدف الوصول إلى درجات عالية من الذكاء الوجداني، وهو ما نطلق عليه النضج الوجداني، وسوف نتحدث عنه الآن بشيء من التفصيل نظراً لأهميته.

ويرى الباحث أن مؤشرات الذكاء الوجداني الأربعة تمثل التجسيد العلمي والعملية للذكاء الوجداني بأبعاده وذلك لشموله على الأبعاد الملائمة للذكاء الوجداني والمتمثلة في التعرف إلى الانفعالات وهي عبارة عن المدخلات الأولية للذكاء الوجداني ومن ثم توظيف تلك الانفعالات واستخدامها في الحياة اليومية وداخل المواقف الاجتماعية بالشكل المناسب، فقد أشار إلى تنمية قدرة الفرد على فهم الانفعالات وتسميتها التسمية الدقيقة والصحيحة والتمييز بينها بشكل دقيق كما لإدارة الانفعالات المتمثلة في قدرة الفرد على تقبل جميع الانفعالات والسيطرة والتحكم بها وذلك يساعد الفرد على توظيف تلك الانفعالات بالشكل الايجابي في المواقف الاجتماعية.

وبهذا يكون الباحث قد أجاب على التساؤل الأول والذي ينص على "ما مستوى الذكاء

الوجداني لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت؟"

لتساؤل الثاني: ما المهارات الحياتية التي تتوفر لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت؟

جدول (٢)

الدرجة المقدرة والوزن النسبي والمتوسط الحسابي واتجاه عبارات المحور الأول لاستبيان المهارات الحياتية

اتجاه العبارة	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	الدرجة المقدرة	أبدأ	قليلاً	أحياناً	غالباً	دائماً	م
قوي جداً	٤.٤٤	٨٨.٧٥	١٠٦٥	٠	٠	١٥	١٠٥	١٢٠	أحسن التعامل مع الأصدقاء.
قوي	٣.٩٤	٧٨.٧٥	٩٤٥	٠	١٥	٤٥	١٢٠	٦٠	أجيد حل الصراعات.
قوي جداً	٤.٦٩	٩٣.٧٥	١١٢٥	٠	٠	١٥	٤٥	١٨٠	أتعاون مع الآخرين.
قوي جداً	٤.٣١	٨٦.٢٥	١٠٣٥	٠	١٥	١٥	٩٠	١٢٠	أتعامل مع الآخرين على أساس التسامح.
قوي جداً	٤.٥٦	٩١.٢٥	١٠٩٥	٠	٠	٣٠	٤٥	١٦٥	أقبل وجهة نظر أخرى وأحترمها.
قوي جداً	٤.٥٠	٩٠.٠٠	١٠٨٠	٠	٠	١٥	٩٠	١٣٥	أعمل ضمن فريق مشترك في عملي.
قوي	٤.١٣	٨٢.٥٠	٩٩٠	٠	٣٠	٣٠	٦٠	١٢٠	أتعايش مع مشكلات طلابي.
قوي	٤.١٩	٨٣.٧٥	١٠٠٥	٠	٣٠	١٥	٧٥	١٢٠	لدي القدرة على تقديم مصلحة الجماعة على مصلحة الفرد.
قوي	٤.٠٠	٨٠.٠٠	٩٦٠	٠	١٥	٤٥	١٠٥	٧٥	لدي القدرة على بناء أواصر الثقة مع الآخرين.
قوي	٣.٧٥	٧٥.٠٠	٩٠٠	٠	٠	٧٥	١٥٠	١٥٠	أتصرف بحكمة في المواقف والمناسبات الإجتماعية.
قوي	٣.٨١	٧٦.٢٥	٩١٥	٠	٠	٧٥	١٣٥	٣٠	أنجح في توجيه طلابي ليتمكنوا من تحقيق أهدافهم.
قوي جداً	٤.٢٥	٨٥.٠٠	١٠٢٠	٠	١٥	٣٠	٧٥	١٢٠	أتحمل الضغط عند العمل مع مجموعات.
قوي	٤.٠٠	٨٠.٠٠	٩٦٠	٠	٠	٦٠	١٢٠	٦٠	أساعد طلابي في إيجاد الحلول لمشاكلهم.

تجاه العبارة	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	الدرجة المقدرة	أبدأ	لاَ قَلْبَ	أحياناً	غالباً	دائماً	المفردات	م
قوي جدا	٤.٥٠	٩٠.٠٠٠	١٠.٨٠	٠	٠	٣٠	٦٠	١٥٠	أقيم علاقات صداقة قائمة على الإحترام المتبادل مع الآخرين.	١٤
		٨٤.٣	١٤١٧						مجموع المحور	
		٨	٥							

يتضح من خلال جدول (٢) أن الوزن النسبي لفقرات المحور الأول المهارات الاجتماعية لاستبيان المهارات الحياتية لعينة البحث تراوح ما بين (٤٨.٧٥، ٨٨.٧٥)، والمتوسط الحسابي لاستجابات العينة تراوح ما بين (٢.٤٤، ٤.٤٤).

كما يتضح أن العبارة (أتعاون مع الآخرين) حصلت على أعلى وزن نسبي في استجابات العينة بلغ (٩٣.٧٥%) وكان اتجاهها (قوي جدا)، بينما العبارة (أتصرف بحكمة في المواقف والمناسبات الاجتماعية) أقل العبارات في استجابات أفراد العينة على الرغم من أنها حققت وزن نسبي بلغ (٧٥%) باتجاه (قوي).

ويرى الباحث أن التعاون كمهارة حياتية اجتماعية تعتبر من أهم المهارات الاجتماعية التي يجب أن يتحلى بها معلمي التربية البدنية.

فمعلم التربية البدنية والرياضية يعد رائداً اجتماعياً ويعني ذلك أنه يشعر بما في المجتمع من مشاكل، ويعمل على أن يعد التلاميذ بحيث يستطيعون التعامل مع هذه المشاكل وحلها كما أنه يسهم بمجهوده الشخصي في إرشادهم إلى كيفية التغلب على ما يصادفهم من أمراض اجتماعية ومن تصرفات شاذة يقوم بها بعض الشواذ من الخارجين على المجتمع، وبالتالي يساعد ذلك على حمايتهم. (٣١: ١٩٧)

وتؤكد نتائج دراسة ماجد الغامدي (٢٠١١م) على أهمية المهارات الاجتماعية كمهارة حياتية حيث جاءت في الترتيب الأول ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى تنوع الأنشطة التعليمية المستخدمة من أنشطة حوارية وأخرى كتابية. (٢٦: ٧٤)

ويشير اسكاوس وآخرون (٢٠٠٥م) إلى أن تمكن الفرد من مهارة معينة يشجعه دائماً على الارتقاء بمستوى المهارة من أجل فتح آفاق جديدة للعمل، وبالتالي تحقيق مكاسب وموارد أكثر، بل أن انتقال الفرد بالمهارة من مستوى لمستوى أفضل حتى يصل لدرجة التمكن من المهارات الكلية يساعد الفرد بالارتقاء في مستواه المهني والنفسي والاجتماعي. (٢٤: ٤٣)

وقد حدد كل من عبد الرزاق محمود (٢٠٠٦م) (٢١) أهمية المهارات الحياتية في أنها تساعد على تطوير العلاقات الاجتماعية الايجابية مع الآخرين وفن التعامل.

جدول (٣)  
الدرجة المقدره والوزن النسبي والمتوسط الحسابي واتجاه عبارات المحور الثاني لاستبيان المهارات الحياتية

اتجاه العبارة	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	الدرجة المقدره	أبدأ	قليل	أحياناً	غالباً	دائماً	المفردات	م
فوي	٣.٥٠	٧٠.٠٠	٨٤٠	٠	١٥	١٣٥	٤٥	٤٥	أستطيع محاورة الآخرين.	١
فوي	٣.٨٨	٧٧.٥٠	٩٣٠	٠	١٥	٦٠	١٠٥	٦٠	أحسن الاستماع إلى الآخرين.	٢
متوسط	٣.٣١	٦٦.٢٥	٧٩٥	٠	٣٠	١٣٥	٤٥	٣٠	أحسن التواصل اللفظي.	٣
متوسط	٢.٨١	٥٦.٢٥	٦٧٥	٠	١٢	٦٠	٤٥	١٥	هناك تقارب بين أفكارى وأفكار الآخرين.	٤
قوي	٣.٦٩	٧٣.٧٥	٨٨٥	٠	٠	١٣٥	٤٥	٦٠	أعبر عن أفكارى بوضوح.	٥
قوي	٤.٠٦	٨١.٢٥	٩٧٥	٠	١٥	١٥	١٥٠	٦٠	أستخدم المفردات المناسبة عند التحدث مع الآخرين.	٦
قوي جدا	٤.٨١	٩٦.٢٥	١١٥٥	٠	٠	١٥	١٥	٢١٠	أحترم رأي الآخر.	٧
قوي	٣.٦٩	٧٣.٧٥	٨٨٥	٠	٠	١٢٠	٧٥	٤٥	أصغى للآخرين باهتمام.	٨
متوسط	٣.٣١	٦٦.٢٥	٧٩٥	٠	٣٠	١٢٠	٧٥	١٥	أستطيع الإنتقال من موضوع لآخر بسهولة.	٩
متوسط	٢.٨٨	٥٧.٥٠	٦٩٠	٠	٦٠	١٥٠	٣٠	٠	لدى القدرة على تغيير تعبيرات وجهي حسب المواقف المتعددة.	١٠
متوسط	٣.٠٦	٦١.٢٥	٧٣٥	٠	١٢	٣٠	٤٥	٤٥	ليس لدي صعوبة في الإتصال مع الآخرين.	١١
قوي جدا	٤.٤٤	٨٨.٧٥	١٠٦٥	٠	٠	١٥	١٠٥	١٢٠	أحب التحدث مع الآخرين ولو كانوا غريباء.	١٢

م	المفردات	دائماً	غالباً	أحياناً	قليل	أبداً	الدرجة المقدره	الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	اتجاه العبارة
١٣	أستخدم حركات اليدين وتعابير الوجه لتوضيح فكرة ما للآخرين.	١٠٥	١٠٥	١٥	١٥	٠	١٠٢٠	٨٥٠٠٠	٤.٢٥	قوي جدا
١٤	أفهم مشاعر الآخرين وأتعاطف معهم.	٤٥	٤٥	١٢٠	٣٠	٠	٨٢٥	٦٨٠٧٥	٣.٤٤	قوي
١٥	أستطيع بناء علاقات طيبة مع زملائي.	١٥٠	٦٠	١٥	١٥	٠	١٠٦٥	٨٨٠٧٥	٤.٤٤	قوي جدا
	مجموع المحور						١٣٣٣	٧٤٠٠		
							٥	٨		

يتضح من خلال جدول (٣) أن الوزن النسبي لفقرات المحور الثاني مهارات الإتصال لاستبيان المهارات الحياتية لعينة البحث تراوح ما بين (٤٨.٧٥، ٨٨.٧٥)، والمتوسط الحسابي لاستجابات العينة تراوح ما بين (٢.٤٤، ٤.٤٤)

كما يتضح من النتائج أن عبارة (أحترم رأي الآخر) حصلت على أعلى وزن نسبي في استجابات العينة بلغ (٩٦.٢٥%) وكان اتجاهها (قوي جدا)، بينما العبارة (هناك تقارب بين أفكاري وأفكار الآخرين) أقل العبارات في استجابات أفراد العينة حيث حصلت على وزن نسبي بلغ (٥٦.٢٥%) باتجاه (متوسط).

ويرى الباحث أن عملية الاتصال كمهارة حياتية اجتماعية تعتبر من أهم المهارات التي يجب أن تتوفر في معلم التربية الرياضية، فقد ذكر جمال مشري وياسين القروي (٢٠١٢م) أن الأستاذ الناجح هو الذي يستند ويعتمد في عمله على الاتصال الفعال، فعندما يكون الاتصال صحيحا ينتج لنا فرد صالح ومتعلم وتكون النتائج مرضية. (٦: ٣)

وحددت اليونيسيف (٢٠٠٥م) المهارات التي تعتبر مهارات حياتية فيما يلي: مهارات التواصل، والعلاقات بين الأشخاص وتشمل: مهارات التواصل الخاصة بالعلاقات بين الأشخاص، مهارات التفاوض والرفض، مهارات تفهم الآخر والتعاطف معه، مهارات التعاون وعمل فريق، مهارات الدعوة لكسب التأييد، ومهارات صنع القرار، والتفكير الناقد وتشمل: مهارات صنع القرار وحل المشكلات، مهارات التفكير الناقد، ومهارات التعامل وإدارة الذات، وتشمل: مهارات لزيادة المركز الباطني للسيطرة، مهارات إدارة المشاعر، مهارات إدارة التعامل مع الضغوط. (٥١: ١٨٥)

وأظهرت نتائج دراسة جمال مشري وياسين القروي (٢٠١٢م) التي تحصلنا عليه أن أساتذة التربية البدنية لا يختلفون في استعمال تقنيات الاتصال الفعال باختلاف الطور أو اختلاف بين خرجي الجامعات والمعاهد الوطنية وأنهم يتقنون جميع أنواع الاتصال سواء لفظي أو غير لفظي وهذا يدل على أهمية الاتصال في التعليم بصفة عامة وفي درس التربية البدنية خاصة. (٦: ١٠٠)

وذكر أسكاوس وآخرون (٢٠٠٥م) أن من أهمية المهارات الحياتية أنها تجعل الفرد قادراً على إدارة التفاعل الصحي بينه وبين الآخرين وبينه وبين البيئة والمجتمع، ومثال ذلك أن الفرد لا بد من أن يكون لديه المهارة للاتصال اللغوي، وهذا الأمر يساعده على عرض أفكاره بوضوح. (٢٤:



جدول (٤)  
الدرجة المقدره والوزن النسبي والمتوسط الحسابي واتجاه عبارات المحور الثالث لاستبيان المهارات الحياتية

اتجاه العبارة	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	الدرجة المقدره	أبداً	قليل	أحياناً	غالباً	دائماً	المفردات	م
متوسط	٣.٣١	٦٦.٢٥	٧٩٥	٠	٦٠	٦٠	١٠٥	١٥	أعالج الأسباب عند تعرضي لمشكلة ما.	١
قوي	٤.٠٦	٨١.٢٥	٩٧٥	٠	٠	٤٥	١٣٥	٦٠	أتعرض لمشاكل كثيرة وأستطيع مواجهتها.	٢
متوسط	٢.٨٨	٥٧.٥٠	٦٩٠	٠	٧٥	١٢٠	٤٥	٠	كثيراً ما أساعد الآخرين في حل مشاكلهم.	٣
قوي	٤.٠٠	٨٠.٠٠	٩٦٠	٠	٠	٦٠	١٢٠	٦٠	تجاهل بعض المشكلات قد يعتبر حلاً للمشكلة.	٤
قوي	٣.٥٦	٧١.٢٥	٨٥٥	٠	٠	١٢٠	١٠٥	١٥	أضع عدة حلول قبل اختيار الحل المناسب.	٥
متوسط	٣.٢٥	٦٥.٠٠	٧٨٠	٠	٣٠	١٥٠	٣٠	٣٠	أختبر الأسباب وأرتبها حتى أصل إلى السبب الأساسي للمشكلة.	٦
قوي	٤.١٣	٨٢.٥٠	٩٩٠	٠	٠	٣٠	١٥٠	٦٠	كلما أوجدت أسباب أكثر للمشكلة كلما أقتربت من الحلول.	٧
متوسط	٢.٩٤	٥٨.٧٥	٧٠٥	٠	٦٠	١٥٠	١٥	١٥	أنا راضي عن طريقتي في تسوية خلافاتي مع الآخرين.	٨
قوي	٣.٨٨	٧٧.٥٠	٩٣٠	٠	٠	٤٥	١٨٠	١٥	لدي قدرة تحديد المشكلات الخاصة بمجال تخصصي.	٩
متوسط	٣.٣٨	٦٧.٥٠	٨١٠	٠	٦٠	٤٥	١٢٠	١٥	لدي القدرة على اقتراح حلول مناسبة لكل مشكلة.	١٠
قوي	٣.٥٠	٧٠.٠٠	٨٤٠	٠	١٥	١٣٥	٤٥	٤٥	لدي القدرة على إيجاد البدائل للمشكلة.	١١
قوي جدا	٤.٤٤	٨٨.٧٥	١٠٦٥	٠	٠	١٥	١٠٥	١٢٠	أستطيع الاحساس بالمشكلة.	١٢
متوسط	٢.٩٤	٥٨.٧٥	٧٠٥	١٥	٤٥	١٣٥	٣٠	١٥	أأخذ القرار المناسب دون تردد في المواقف الطارئة.	١٣
قوي	٣.٩٤	٧٨.٧٥	٩٤٥	٠	١٥	٤٥	١٢٠	٦٠	أأخذ قراري بناء على أسس واضحة.	١٤
قوي	٣.٤٤	٦٨.٧٥	٨٢٥	٠	٦٠	٣٠	١٣٥	١٥	أأخذ قراري بناء على العقل دون الإهتمام بالعواطف.	١٥

م	المفردات	دائماً	غالباً	أحياناً	قليل	أبداً	الدرجة المقدره	الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	اتجاه العبارة
١٦	يمكنني اتخاذ قرار بديل عندما أخطئ في قرراتي.	١٢٠	٩٠	٣٠	٠	٠	١٠٥٠	٨٧.٥٠	٤.٣٨	قوي جدا
١٧	أخذ قرراتي بنفسى.	٦٠	١٢٠	٤٥	١٥	٠	٩٤٥	٧٨.٧٥	٣.٩٤	قوي
١٨	أتمهل في اتخاذ القررات واصدار الأحكام على الآخرين.	١٥	٤٥	١٣٥	٤٥	٠	٧٥٠	٦٢.٥٠	٣.١٣	متوسط
	مجموع المحور						١٥٦١	٧٢.٢		
							٥	٩		

يتضح من خلال جدول (٤) أن الوزن النسبي لفقرات المحور الثالث مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات لاستبيان المهارات الحياتية لعينة البحث تراوح ما بين (٤٨.٧٥، ٨٨.٧٥)، والمتوسط الحسابي لاستجابات العينة تراوح ما بين (٢.٤٤، ٤.٤٤).

كما يتضح من النتائج أن عبارة (أستطيع الاحساس بالمشكلة) حصلت على أعلى وزن نسبي في استجابات العينة بلغ (٨٨.٧٥%) وكان اتجاهها (قوي جدا)، بينما العبارة (هناك تقارب بين أفكاري وأفكار الآخرين) أقل العبارات في استجابات أفراد العينة حيث حصلت على وزن نسبي بلغ (٥٧.٥٠%) باتجاه (متوسط).

ويرى الباحث أن الإحساس بالمشكلة هو أول خطوات حلها فعند الإحساس بالمشكلة يبدأ التخطيط لإدارتها ودراستها ومن ثم القدرة على اتخاذ القرار المناسب الذي يقود لحل هذه المشكلة. ويؤكد ذلك ما ذكره أحمد عبدالمعطي ودعاء محمد المصطفى (٢٠٠٨م) حيث أشار إلى أن المشكلة جزء من الحياة ولا يمكن لأحد أن يتجنب حدوثها ومحالة تجنب المشكلات أو التظاهر بأنها غير موجودة قد يؤدي إلى ضغط عقلي ومخاطر صحية، ويندرج تحت مهارة حل المشكلات القدرة على تحليل أسباب المشكلة، وإيجاد إختيارات مختلفة للتعامل مع تلك الأسباب واتخاذقرارات وإجراءات مؤثرة ويعد اتخاذ القرار جزء متكامل من حل المشكلة، خاصة عند تقييم مزايا وعيوب الخيارات المتاحة. (١) ويشير كورمير، نيوريوس **Cormier & Nurius** (٢٠٠٣م) فمهارة حل المشكلة هي عملية معرفية سلوكية يحاول الفرد من خلالها تحديد وإكتشاف وابتكار وسائل فاعلة للتعامل مع المشكلات التي يواجهها في حياته اليومية. (٤٠)

الدرجة المقدره والوزن النسبي والمتوسط الحسابي واتجاه عبارات المحور الرابع لاستبيان المهارات الحياتية  
جدول (٥)

اتجاه العبارة	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	الدرجة المقدره	أبدأ	قليل	أحياناً	غالباً	دائماً	المفردات	م
قوي	٤.١٣	٨٢.٥٠	٩٩٠	٠	٠	١٥	١٨٠	٤٥	استخدم الساعة لتحديد الوقت بدقة.	١
متوسط	٣.١٣	٦٢.٥٠	٧٥٠	٠	٦٠	١٠٥	٦٠	١٥	أضع جدول للأعمال المطلوب إنجازها أسبوعياً.	٢
قوي	٣.٦٩	٧٣.٧٥	٨٨٥	٠	٠	١٠٥	١٠٥	٣٠	أحافظ على مواعيدي مع الآخرين.	٣
ضعيف	٢.٥٦	٥١.٢٥	٦١٥	٤٥	٤٥	١٢٠	٣٠	٠	أبيري حياتي بانتظام.	٤
متوسط	٣.٠٠	٦٠.٠٠	٧٢٠	٠	٦٠	١٢٠	٦٠	٠	أحترم الوقت.	٥
ضعيف	٢.٥٠	٥٠.٠٠	٦٠٠	١٥	١٠	١٠٥	١٥	٠	أقسم الأعمال الكبيرة إلى مراحل منفصلة.	٦
متوسط	٢.٦٣	٥٢.٥٠	٦٣٠	٠	١٢	٩٠	٣٠	٠	أقدر الوقت اللازم لكل مرحلة.	٧
متوسط	٢.٩٤	٥٨.٧٥	٧٠٥	١٥	٤٥	١٢٠	٦٠	٠	أوزع الوقت على كافة مراحل العمل.	٨
متوسط	٣.١٩	٦٣.٧٥	٧٦٥	٠	١٥	١٦٥	٦٠	٠	أستخدم أدوات تنظيم الوقت.	٩
قوي	٤.١٣	٨٢.٥٠	٩٩٠	٠	١٥	٦٠	٤٥	١٢٠	أستغل أوقات فراغي في أعمال هادفة.	١٠
قوي	٤.١٩	٨٣.٧٥	١٠٠٥	٠	٠	١٥	١٦٥	٦٠	لدي القدرة على التخطيط لمستقبلي المهني.	١١
قوي	٣.٦٩	٧٣.٧٥	٨٨٥	٠	١٥	١٠٥	٦٠	٦٠	لدي القدرة على إدارة الوقت بكفاءة.	١٢

تجاه العبارة	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	الدرجة المقدرة	أبداً	قليل	أحياناً	غالباً	دائماً	م
قوي	٣.٥٦	٧١.٢٥	٨٥٥	٠	٠	١٢٠	١٠٥	١٥	١٣
قوي	٣.٨٨	٧٧.٥٠	٩٣٠	٠	١٥	٦٠	١٠٥	٦٠	١٤
قوي	٣.٤٤	٦٨.٧٥	٨٢٥	٠	٦٠	٣٠	١٣٥	١٥	١٥
		٦٧.٥	١٢١٥						مجموع المحاور
		٠	٠						

يتضح من خلال جدول (٥) أن الوزن النسبي لفقرات المحور الرابع مهارات التخطيط وإدارة الوقت لاستبيان المهارات الحياتية لعينة البحث تراوح ما بين (٤٨.٧٥، ٨٨.٧٥)، والمتوسط الحسابي لاستجابات العينة تراوح ما بين (٢.٤٤، ٤.٤٤).

كما يتضح من النتائج أن عبارة (الدي القدرة على التخطيط لمستقبلي المهني) حصلت على أعلى وزن نسبي في استجابات العينة بلغ (٨٣.٧٥%) وكان اتجاهها (قوي)، بينما العبارة (أقسام الأعمال الكبيرة إلى مراحل منفصلة) أقل العبارات في استجابات أفراد العينة حيث حصلت على وزن نسبي بلغ (٥٠%) باتجاه (ضعيف).

ويشير كمال عبد الحميد (٢٠٠٣م) إلى أن التخطيط هو أسلوب علمي يتم بمقتضاه اتخاذ تدابير العملية لتحقيق أهداف معينة مستقبلية. (٣٧١ : ٢٥)

فالتخطيط اليومي للوقت هو الخطوة الأولى في تنظيم الوقت، في حين أن السبب الأساسي للإدارة السيئة للوقت ينتقل في فقدان التخطيط اليومي أو التخطيط غير الملائم، لذا على الفرد أن يلجأ إلى التخطيط الفعال الذي سيقضي على مشكلة تضييع الوقت فالتخطيط اليومي غالباً ما يبدأ بإعداد قائمة تحتوي على المهام التي يجب إنجازها ضمن جدول زمني، ولكن النقطة الجوهرية بالنسبة لأي فرد تتمثل في كيفية إعداد القائمة. (٩٧-٩٨ : ١١)

ويؤكد ذلك أحمد عبد المعطي، دعاء محمد المصطفى (٢٠٠٨م) فقد أشارا إلى أن مهارات التخطيط من أجل المستقبل تشمل على وضع الأهداف، ومعرفة أسباب المشكلات، ترتيب المشكلات حسب أهميتها، القدرة على إتخاذ قرار في الوقت المناسب، التركيز على أداء مهمة معينة. (٥٠ : ١)

وتشير حياة التواتي (٢٠١٤م) إلى أن أهمية الوقت تتعاظم وتزداد في ضوء التطور التكنولوجي، ولقد تطورت آليات ونظم العمل بحيث أصبحت تعتمد على الحاسب الآلي ونظم المعلومات ومن ثم فإن التخطيط الجيد للاستثمار الأمثل للوقت هو سبيلنا لضمان التنفيذ الدقيق لما تم التخطيط له مسبقاً، وذلك لضمان جميع المهام الرئيسة والإضافية بكفاءة وإقتدار. (١١ : ١٠٣)

الدرجة المقدره والوزن النسبي والمتوسط الحسابي واتجاه عبارات المحور الخامس لاستبيان المهارات الحياتية  
جدول (٦)

اتجاه العبارة	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	الدرجة المقدره	أبدأ	قليل	أحياناً	غالباً	دائماً	المفردات	م
قوي جدا	٤.٢٥	٨٥.٠٠	١٠٢.٠	٠	١٥	١٥	١٠٥	١٠٥	أستطيع استخدام الحاسوب بمهارة.	١
قوي جدا	٤.٤٤	٨٨.٧٥	١٠٦.٥	٠	٠	٠	١٣٥	١٠٥	أواكب التطورات العلمية والتقنية الحديثة.	٢
قوي	٤.٠٦	٨١.٢٥	٩٧.٥	٠	٠	٦٠	١٠٥	٧٥	لدي القدرة على استخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة.	٣
قوي	٤.١٣	٨٢.٥٠	٩٩.٠	٠	٠	٣٠	١٥٠	٦٠	لدي القدرة على تصنيف المعارف المختلفة ومحاولة دمجها في مواضيع ذات الصلة بتخصصي.	٤
قوي	٣.٥٦	٧١.٢٥	٨٥.٥	٠	٠	١٢٠	١٠٥	١٥	ألتزم بأساسيات البحث العلمي وأخلاقياته.	٥
قوي	٣.٨٨	٧٧.٥٠	٩٣.٠	٠	٣٠	٣٠	١٢٠	٦٠	أستخدم مصادر مختلفة للحصول على معلومات والمعارف بما يخدم الحصيلة المعرفية.	٦
قوي	٣.٦٣	٧٢.٥٠	٨٧.٠	٠	٠	١٣٥	٦٠	٤٥	أكتسب ثقافة معرفية متنوعة.	٧
متوسط	٣.٢٥	٦٥.٠٠	٧٨.٠	١٥	٤٥	٤٥	١٣٥	٠	أمتلك القدرة التي تؤهلني لوضع أهداف لمستقبلي العلمي.	٨
متوسط	٢.٩٤	٥٨.٧٥	٧٠.٥	٠	٧٥	١٠٥	٦٠	٠	لدي القدرة بالوصول إلى المعلومات من المراجع بطرق علمية صحيحة.	٩
قوي جدا	٤.٥٠	٩٠.٠٠	١٠٨.٠	٠	٠	٣٠	٦٠	١٥٠	أكتسب مهارة استخدام شبكة الانترنت.	١٠
متوسط	٣.١٩	٦٣.٧٥	٧٦.٥	٠	٦٠	١٢٠	١٥	٤٥	أتميز بخاصية حب الإستطلاع.	١١
قوي	٤.٠٠	٨٠.٠٠	٩٦.٠	٠	١٥	٣٠	١٣٥	٦٠	أستطيع تصليح الأعطال البسيطة للأجهزة المستعملة.	١٢

م	المفردات	دائماً	غالباً	أحياناً	لَا قَلْبَ	أبداً	الدرجة المقدره	النسبي الوزن	المتوسط الحسابي	اتجاه العبارة
	مجموع المحور						١٠٩٩	٧٦.٣	٥	
							٥	٥		



يتضح من خلال جدول (٦) أن الوزن النسبي لفقرات المحور الخامس المهارات العلمية والتكنولوجية لاستبيان المهارات الحياتية لعينة البحث تراوح ما بين (٤٨.٧٥، ٨٨.٧٥)، والمتوسط الحسابي لاستجابات العينة تراوح ما بين (٢.٤٤، ٤.٤٤)

كما يتضح من النتائج أن عبارة (أكتسب مهارة استخدام شبكة الانترنت) حصلت على أعلى وزن نسبي في استجابات العينة بلغ (٩٠%) وكان اتجاهها (قوي جداً)، بينما العبارة (الذي القدرة بالوصول إلى المعلومات من المراجع بطرق علمية صحيحة) أقل العبارات في استجابات أفراد العينة حيث حصلت على وزن نسبي بلغ (٥٨.٧٥%) باتجاه (متوسط).

ويرى الباحث أن للثورة العلمية والتكنولوجية أثراً واضحاً في قطاعات المجتمع لما فتحت من آفاق مهمة في إيجاد فرص عمل جديدة للمعلم مما زاد الطلب على المعلمين المؤهلين علمياً وفنياً وأكاديمياً.

والتعليم في عصر تكنولوجيا المعلومات والاتصالات وعصر الإقتصاد المعرفي كما أشارت حياة التواتي (٢٠١٤م) يعتبر سلعة أكثر حيوية ومقدمة للنجاح وقوة محركة للتغيير، فعالم اليوم يتعامل مع التعلم بطريقة تختلف عن الماضي، فلقد أشار التقرير المعنون ب"القضايا الأكثر أهمية" والتي أعدته اللجنة القومية للتعليم ومستقبل أمريكا إلى أن العالم لم يشهد مرحلة مثل المرحلة الحالية حيث يكون نجاح الأمم والشعوب وحتى بقاؤها مرتبطاً بالتعلم، ولا يوجد في المجتمع اليوم مجال واسع لغير الماهرين الذين لا يجيدون استخدام مصادر المعرفة وتحديد المشكلات وحلها وتعلم التكنولوجيا الحديثة ولا شك أن الحاسوب قد ساعد في حل كثير من المشاكل التي تواجه المجتمعات البشرية وانجاز العديد من المهام التي لم تكن لتتنجز لولا وجوده واستخدامه، وبذلك أصبحت الحواسيب تمثل جزء من ثقافة المجتمع، وأخذت تغزو النظام التعليمي، حتى أصبحت الآن جزءاً أساسياً من منظومة العملية التعليمية. (١١): (١٠٧ - ١٠٨)

وبهذا يكون الباحث قد أجاب على التساؤل الثاني والذي ينص على "ما المهارات الحياتية التي

تتوفر لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت؟"

مجلة علوم الرياضة وتطبيقات التربية البدنية — ١٨٨ - — المؤتمر الدولي الثاني — مارس ٢٠١٨ م  
التساؤل الثالث: هل توجد علاقة بين الذكاء الوجداني والمهارات الحياتية لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت؟

### جدول (٧)

#### معامل الارتباط بين الذكاء الوجداني

والمهارات الحياتية لدى معلم التربية البدنية بدولة الكويت (ن = ٢٤٠)

م	المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر المحسوبة
١	الذكاء الوجداني لدى معلم التربية البدنية بدولة الكويت.	١٣١.٦٣	٣٠.٥٥	٠.٩٧
٢	المهارات الحياتية لدى معلم التربية البدنية بدولة الكويت.	٢٧٧.٠٦	٥١.١٧	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.١٩٥

يتضح من الجدول السابق (٧) أن هناك علاقة دالة إحصائياً بين الذكاء الوجداني والمهارات الحياتية لدى معلم التربية البدنية بدولة الكويت حيث بلغت قيمة ر المحسوبة (٠.٩٧) وهي أعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى ٠.٠٥.

ويرى الباحث أن هذه النتيجة منطقية حيث أن الأشخاص الذين يتمتعون بدرجة عالية من الذكاء الوجداني يتمتعون أيضاً بمهارات حياتية جيدة.

فالأفراد الأكثر ذكاءً يكونوا عادة أكثر قدرة على التكيف مع المواقف المختلفة وأكثر قدرة على فهم وتفسير سلوك الآخرين كما يكونوا أكثر قدرة على حل ما يواجههم من مشكلات، وقد وجدوا أن من عوامل إنحراف الأحداث انخفاض نسبة الذكاء.

ويتفق ذلك مع ما ذكرته بشرى أحمد جاسم العكايشي (٢٠٠٣م) في أن الأفراد الذين يتمتعون بصحة نفسية جيدة يجدون في أنفسهم القدرة على السيطرة على أنفعالتهم وقيّمون أحداث الحياة الضاغطة أو المهددة بصورة إيجابية وينظرون لها كعوامل نمو وتحدي أكثر منها عوامل أحباط وقلق، فالصحة النفسية تساعد الفرد على انسياب حياته النفسية وجعلها خالية من التوترات والصراعات المستمرة وتجعله أكثر حيوية ومثابرة وإقبالاً على الحياة وتساعده على الاختيار وإتخاذ القرار، وتجعله بعيداً عن التناقض في سلوكه وفي تعامله مع الغير وتساعده على فهم نفسه والآخرين. (٤: ٣٣)

وبهذا يكون الباحث قد أجاب على التساؤل الثالث والذي ينص على "هل توجد علاقة بين الذكاء الوجداني والمهارات الحياتية لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت؟"

#### الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث وتساؤلاته وفي حدود العينة والمنهج المستخدم والمعالجات الإحصائية والنتائج التي توصل إليها الباحث أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

١- الذكاء الوجداني لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت بلغ ٦٩.٢٨% وفقاً لاستجابات عينة البحث.

٢- المهارات الإجتماعية حصلت على الترتيب الأول في استجابات العينة تليها المهارات العلمية والتكنولوجية تليها مهارات الإتصال ثم مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات.

٣- مهارات التخطيط وإدارة الوقت حصلت على الترتيب الأخير في استجابات عينة البحث في المهارات الحياتية.

٤- وجود علاقة دالة إحصائياً بين متوسطات استجابات معلمي التربية البدنية بدولة الكويت في كلاً من الذكاء الوجداني والمهارات الحياتية.

#### التوصيات:

في ضوء ما أظهرته نتائج هذه الدراسة يوصي الباحث بالتوصيات التالية:

- ١- ضرورة الاهتمام بالذكاء الوجداني للمعلمين لما له من تأثير على حياته ومهاراته.
- ٢- إعداد المعلمين نفسياً واجتماعياً للتفاعل مع البيئة الاجتماعية وجعل أمر تكيفه مع هذه البيئة أكثر تقبلاً.
- ٣- وضع برامج لتنمية الذكاء الوجداني لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت.
- ٤- ضرورة الإهتمام بتنمية المهارات الحياتية للمعلمين والمعلمات.

#### المراجع:

##### المراجع العربية:

- ١- أحمد حسين عبدالمعطي، دعاء محمد المصطفى: المهارات الحياتية، دار السحاب للنشر والتوزيع، القاهرة، ٢٠٠٨ م.
- ٢- أمال مصطفى إبراهيم هيبه: الذكاء الوجداني وعلاقته بمهارات الاتصال لدى معلمي التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، ٢٠١٤ م.
- ٣- إياد كمال نمر عيسى: العلاقة بين الروح الرياضية والذكاء الانفعالي لدى لاعبي فرق الألعاب الجماعية للمستويات الرياضية العليا في الضفة الغربية- فلسطين، رسالة ماجستير، جامعة النجاح، نابلس، فلسطين، ٢٠١٣ م.
- ٤- بشرى جاسم العكايشي: التوافق في البيئة الجامعية وعلاقتها بقلق المستقبل، أطروحة دكتوراه، الجامعة المستنصرية، كلية التربية، ٢٠٠٣ م.
- ٥- بيومي محمد ضحاوي، سلامة عبد العظيم: التنمية المهنية للمعلمين: مدخل جديد نحو إصلاح التعليم، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، القاهرة، ٢٠٠٩ م.
- ٦- جمال مشري ووياسين القروي: مهارات الإتصال لدى معلم التربية البدنية والرياضية، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، الجزائر، ٢٠١٢ م.

- مجلة علوم الرياضة وتطبيقات التربية البدنية — - ١٩٠ - — المؤتمر الدولي الثاني — مارس ٢٠١٨ م
- ٧- حسن سعيد السوطري وآخرون: مدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج السنة التحضيرية في جامعة الملك سعود، المؤتمر العلمي الرياضي السادس "الرياضة والتنمية"، نظرة استشرافية نحو الألفية الثالثة، المجلد الأول، الجامعة الأردنية، الأردن، ٢٠٠٩ م.
- ٨- حسن سعيد السوطري: أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية القائمة على الاقتصاد المعرفي، أطروحة دكتوراه، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن، ٢٠٠٧ م.
- ٩- حسين أبو رياش، وسليم شريف، عبدالحكيم الصافي، أميمة عمور: الدافعية والذكاء العاطفي، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، ٢٠٠٦ م.
- ١٠- حمزة مزياتي: الذكاء الوجداني وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية عند الأحداث الجانحين من نزلاء مؤسسة إعادة التربية، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية، جامعة الجزائر، ٢٠١٢ م.
- ١١- حياة التواتي: دور التكوين في علم النفس في تنمية المهارات الحياتية عند الطالب الجامعي، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الإجتماعية، جامعة أويكر بلقايد، الجزائر، ٢٠١٤ م.
- ١٢- خالد عبدالقادر: فاعلية برنامج مقترح لتنمية الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة سوهاج، ٢٠٠٧ م.
- ١٣- خيري المغازي بدير عجاج: الذكاء الوجداني، الأسس النظرية والتطبيقات، مكتبة الزهراء الشرق، القاهرة، ٢٠٠٢ م.
- ١٤- رشاد على عبدالعزيز موسى: الذكاء الوجداني وتنميته في مرحلتي الطفولة والمراهقة، عالم الكتب، القاهرة، مصر، ٢٠١٢ م.
- ١٥- رندا سهيل رزق الله: فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارات الذكاء الوجداني، دراسة تجريبية في مدارس مدينة دمشق على عينة من تلاميذ الصف السادس من التعليم الاساسي، رسالة دكتوراه، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة دمشق، سوريا، ٢٠٠٦ م.
- ١٦- سالي على حسن: الذكاء الوجداني لمعلمات رياض الأطفال، دار المعرفة الجامعية، السويس، مصر، ٢٠٠٧ م.
- ١٧- سلامة عبدالعظيم حسين، طه عبدالعظيم حسين: الذكاء الوجداني للقيادة التربوية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الاسكندرية، ٢٠٠٦ م.
- ١٨- صادق الحايك وآخرون: الأهمية النسبية للمهارات الحياتية الواجب توافرها في مناهج كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية من وجهة نظر الطلبة، المؤتمر العلمي الدولي الرياضي الأول "تحو مجتمع نشط لتطوير الصحة والأداء"، الجزء الأول، الجامعة الهاشمية، الأردن، ٢٠٠٨ م.

- مجلة علوم الرياضة وتطبيقات التربية البدنية — ١٩١ - — المؤتمر الدولي الثاني — مارس ٢٠١٨ م
- ١٩- صادق الحايك، نزار الويسي: تأثير استخدام الألعاب الحركية والتربوية في تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا في الأردن، مجلة جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضية، الأردن، ٢٠١٠م.
- ٢٠- طارق نورالدين محمد: الذكاء الوجداني وعلاقته بالكفاءة في التعليم والتفكير الابتكاري لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة سوهاج، ٢٠٠٧م.
- ٢١- عبد الرازق محمود: أهمية المهارات الحياتية لطفل الروضة، منتدى المهارات الحياتية والتدريس، ٢٠٠٦م. [www.form.moe.gov.om](http://www.form.moe.gov.om)
- ٢٢- عمر عبدالله مغربي: الذكاء الوجداني وعلاقته بالكفاءة المهنية لدى عينة من معلمي المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى، ٢٠٠٧م.
- ٢٣- عمر عمور: إسهامات بعض أساليب التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضية على تنمية بعض المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الجامعية، رسالة دكتوراه، جامعة بن يوسف بن خدة، الجزائر، ٢٠٠٩م.
- ٢٤- فيليب اسكاوس وآخرون: تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب التعليم الثانوي في إطار مناهج المستقبل، المركز القومي للبحوث التربوية والتنمية، القاهرة، ٢٠٠٥م
- ٢٥- كمال عبد الحميد زيتون: التدريس - نماذجه ومهاراته، عالم الكتب، القاهرة، ٢٠٠٣م.
- ٢٦- ماجد بن سالم الغامدي: فاعلية الأنشطة التعليمية في تنمية المهارات الحياتية في مقرر الحديث لطلاب الصف الثالث المتوسط، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض، ٢٠١١م.
- ٢٧- ماجدة حبشي سليمان: الكفاءات التدريسية والاتجاه نحو مهنة التدريس لدى معلمي العلوم بالمرحلة الإعدادية المؤهلين وغير المؤهلين تربوياً، دراسة تقييمية الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، المؤتمر العلمي الثاني إعداد المعلم، التراكمات والتحديات الإسكندرية، يونيو ١٩٩٠م.
- ٢٨- محسن محمد حمص: المرشد في تدريس التربية الرياضية، مكتبة منشأ المعارف، الإسكندرية، ١٩٩٧م.
- ٢٩- محمد أحمد إبراهيم، هويدا محمد أنور: الذكاء الوجداني والسلوك الأخلاقي (دراسة عملية)، العدد ٨٩، الجزء الثاني، مجلة كلية التربية ببها، ٢٠١٢م.
- ٣٠- محمد أنور فرج: الذكاء الوجداني وعلاقته بمشاعر الغضب والعدوان لدى الطلاب الجامعة، المجلد الرابع، العدد الأول، مجلة دراسات عربية في علم النفس، ٢٠٠٥م.
- ٣١- محمد سعد زغلول، مصطفى السايح محمد: تكنولوجيا إعداد وتأهيل معلم التربية الرياضية، دار الوفاء لنديا الطباعة، الإسكندرية، ٢٠٠٤م.
- ٣٢- محمد عبدالهادي حسين: تربيوات المخ البشري، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، ٢٠٠٣م.

- مجلة علوم الرياضة وتطبيقات التربية البدنية — ١٩٢ - — المؤتمر الدولي الثاني — مارس ٢٠١٨ م
- ٣٣- محمود عبدالحليم عبدالكريم: منظومة الرياضة المدرسية (البنية والسياسات- المناهج والبرامج الدراسية- التقويم)، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠١٥م.
- ٣٤- محمود عبدالحليم منسي: المدخل إلى علم النفس التعليمي، مركز إسكندرية للكتاب، الإسكندرية، ٢٠٠٢م.
- ٣٥- مصطفى عبدالرحمن مصطفى مخلوف: تأثير برنامج تعليمي بتوظيف أساليب تدريسية رياضية حديثة على تعلم مهارات حياتية منتقاة ومهارات منهجية في كرة السلة لتلاميذ الصف السابع الأساسي، رسالة دكتوراه، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، ٢٠١١م.
- ٣٦- منال موفق البيات: أثر المنحى التكاملي في حصص التربية الرياضية المبنية على المهارات الحياتية في إكساب طلبة الصفوف الثلاثة الأولى المعارف والمهارات والقيم الخاصة بمبحث العلوم، أطروحة دكتوراه، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن ٢٠٠٩م.
- ٣٧- نزار محمد الويسي: تأثير برنامج تعليمي مقترح في تنمية المهارات الحياتية والحركية الأساسية لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا، أطروحة دكتوراه، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن، ٢٠٠٨م.
- ٣٨- وزارة التربية والتعليم: دليل التعلم المبني على المهارات الحياتية للمعلمين، بالتعاون مع منظمة اليونيسف، عمان، الأردن، ٢٠٠٨م.
- ٣٩- وزارة التربية والتعليم: دليل تدريب مديري المدارس على المهارات الحياتية، بالتعاون مع منظمة اليونيسف، عمان، الأردن ٢٠٠٧م.
- المراجع الأجنبية:

- 40-Cormier, S. & Nurius, P.s.: **Interviewing and change strategies for helpers, Fundamental skills and cognitive behavioral interventions** (5<sup>th</sup> ed.) pacific Grove, CA, Brooks/colethomson learning.
- 41-Goleman, Danial: **About Emotional intelligence, Scholastic Early Childhood Today** .New York, Vol.13, ISS.4, 1999.
- 42-Goudas, M, Dermitzaki, I, Leondari, A, and Danish, S.: **The Effectiveness of Teaching a Life Skills Program in a Physical Education Context**, European Journal of Physical of Education, Vol.XXI.4.429-438, 2006.
- 43-Gould. D, Collins. K, Lauer, L, and Chung: **Coaching Life Skills through Football; a Study of Award Winning High School Coaches**, Journal of Sport Psychology, 19; 1, 16-37, 2007
- 44-Maslach, D. and, C. and Jackson, S.E.: **The measurement of experiences burnout**, Journal of Occupational Behavior, Vol.2, 1981.

- 45-Papacharisis, V. Goudas, M, Danish, S. and Theodorakis, Y.: **The Effectiveness of Teaching a Life Skills Program in a Sport Context.** Journal of Applied Sport Psychology, 17; 3, 247-254, 2005.
- 46-Pfeiffer, Steven I.: **Emotional intelligence: popular but elusive contrast.** Roeper Review, Vol.23, ISSUE 3, 2001.
- 47-Reuven Bar-ON and James D.A. Parker: **The hand book of emotional intelligence: the theory and practice of development, evaluation, education, and application at home, school, and in the work place.** Publisher (s).Jossey-Bass.2010.
- 48-Singh, R.: **Job Stress Satisfaction and Adjustment among Physical Education Teachers of Haryana Schools.** Doctor of philosophy in physical education. Punjabi university. 2006.
- 49-Weiss, M., Bolter, N., Bhalla, J. and Price, M.: **Positive youth development through sport: comparison of participants in the first tee life skills programs,** Journal of sport & Exercise Psychology, Vol. 29, pS212-S212, 2/3p, 2007

مراجع شبكة المعلومات الدولية:

50-<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16201208>

51-[http://www.unicef.org/arabic/lifeskills/lifeskills\\_25521.html](http://www.unicef.org/arabic/lifeskills/lifeskills_25521.html)