

L'intelligence émotionnelle et la résilience psychologique dans l'éducation

Ghizlane Merzaq¹, Brahim Nehass², Abdelmounim Kiouach³, Farah⁴ El Houari, Wafae Gartani⁵, Abderrahim Bounaissat⁶, Benaissa Zarhbouch⁷

Résumé

Cette étude a examiné l'effet de l'intelligence émotionnelle sur la résilience psychologique dans le contexte éducatif marocain. Les participants sont 250 élèves du baccalauréat. Les outils de mesure sont l'inventaire du quotient émotionnel (EQ-i : S) et l'échelle de résilience (AAQ-II). Les résultats ont montré que les scores d'intelligence émotionnelle prédisaient positivement le niveau de résilience psychologique chez l'échantillon. Ils ont également nié la différence dans les scores d'intelligence émotionnelle et de résilience psychologique dues à la spécialisation académique et au niveau de classe scolaire. Ainsi, nous prévoyons que des programmes de développement d'intelligence émotionnelle peuvent être adoptés pour renforcer la résilience psychologique chez les adolescents scolarisés.

Mots clés : intelligence émotionnelle, résilience psychologique, éducation

Emotional intelligence and psychological resilience in education

¹ 1^{ère} auteur et correspondance : Ghizlane Merzaq, Faculté des Lettres et des Sciences Humaines Oujda, Université Mohammed Premier-Oujda, Maroc, Email : ghizlanemerzaq@gmail.com

² 2^e co-auteur : Brahim Nehass, Laboratoire de Sociologie et de Psychologie, Université Sidi Mohamed Ben Abdellah, Maroc, Email : brahim.nehass@usmba.ac.ma

³ 3^e co-auteur : Abdelmounim Kiouach, Laboratoire de Sociologie et de Psychologie, Université Sidi Mohamed Ben Abdellah, Maroc, Email : abdelmounim.kiouach@usmba.ac.ma

⁴ 4^e co-auteur : Farah El Houari : Faculté des Lettres et Sciences Humaines Université Moulay Ismail, Maroc. Email : farahelhaouri3@gmail.com

⁵ 5^e co-auteur : Wafae Gartani, Laboratoire de Sociologie et de Psychologie, Université Sidi Mohamed Ben Abdellah, Maroc, Email : Wafaegar@gmail.com

⁶ 6^e co-auteur : Abderrahim Bounaissat, Université Chouaib Doukali, Maroc, Email : abderrahim.bounaissat@usmba.ac.ma

⁷ 7^e co-auteur : Benaissa Zarhbouch : Laboratoire de Sociologie et de Psychologie, Université Sidi Mohamed Ben Abdellah, Maroc, Email : b.zarhbouch@usmba.ac.ma

Abstract

The present study examined the effect of emotional intelligence on psychological resilience in the Moroccan academic context. The research participants are 250 of baccalaureate students. The measurement scales are the Emotional Quotient Inventory (EQ-i:S), and the Resilience Scale (AAQ-II). The results showed that the emotional intelligence scores positively predicted the level of psychological resilience in the sample. The results also revealed the absence of differences in the scores of emotional intelligence and psychological resilience in the variables of academic specialization and school class level. Therefore, the emotional intelligence development programs can be adopted to build psychological resilience in school-going adolescents.

Keywords: emotional intelligence, psychological resilience, education

Introduction

De nombreux chercheurs (Peres et al., 2018) attribuent aux émotions un rôle central dans toute interaction humaine, étant donné qu'une fonction émotionnelle altérée peut causer de nombreuses difficultés notamment pendant l'adolescence qui est une période de grands changements physiologiques, susceptibles d'entraîner des difficultés émotionnelles. D'autant plus que ces adolescents ne sont pas uniquement confrontés à la pression de ces changements mais également à celle causée par les différents comportements manifestés par leurs pairs (Rajeswari & Jeryda Gnanajane Eljo, 2013), et aux multiples exigences académiques (Lal, 2014). Ainsi, se dévoile l'importance de s'inscrire dans le cadre de recherches s'intéressant au champ de l'intelligence émotionnelle et plus particulièrement à celles relatives au champ de l'éducation. À ce stade, il est à noter que la littérature scientifique regorge d'articles qui recensent les avantages de l'éducation basée sur l'intelligence émotionnelle, qui contribue à la réussite personnelle et académique (Radford et al., 2018).

Afin de cerner le concept de l'intelligence émotionnelle, on évoque la définition de Salovey et Mayer (1990) qui considèrent l'intelligence émotionnelle comme la capacité de surveiller ses propres émotions et sentiments ainsi que celles des autres, tout en distinguant et utilisant, par la suite, les informations qui en découlent pour diriger ses pensées et ses actions. Et selon le modèle de Bar-On (2006), l'intelligence émotionnelle-sociale est un ensemble de compétences, d'aptitudes et de facilitateurs émotionnels et sociaux interdépendants qui déterminent l'efficacité avec laquelle les individus parviennent à s'exprimer, comprendre et interagir avec les autres, et faire face aux exigences quotidiennes. À cet égard, il a été constaté que les personnes ayant une intelligence émotionnelle élevée ont une meilleure santé mentale, de meilleures performances au travail et des compétences de leadership (Sfetcu, 2020).

Étant une notion déterminante dans le succès académique, la résilience psychologique (Bouteyre, 2010) a été décrite comme un processus dynamique permettant à l'individu de s'adapter à des situations d'adversité (Luthar et al., 2000). En d'autres termes, ce processus permet de « rebondir » après une expérience difficile (Reinert, 2013). Ainsi, il a été démontré que la résilience psychologique est évoquée à travers un processus dynamique car elle conduit à une adaptation positive face au danger ou dans le contexte de l'adversité (Merzaq et al., 2023). De nombreux facteurs internes ou caractéristiques de la personnalité sont connus pour contribuer à cette résilience, cette force intérieure ou facteur de protection qui agit comme un tampon contre la négativité dans le contexte de circonstances défavorables. Étant donné que l'autorégulation, l'attachement sécurisé, l'estime de soi, l'auto-efficacité, les compétences en résolution de problèmes, les traits de caractère, l'engagement et la connexion avec les autres dans leur vie sont quelques-uns des facteurs internes qui soutiennent la résilience des adolescents (Annalakshmi, 2019).

Considérant l'importance des compétences en intelligence émotionnelle et en résilience psychologique dans le maintien de l'intégrité et de la santé mentale des individus, l'amélioration de leurs relations sociales et de leurs performances dans divers domaines, ces deux concepts ont retenu l'attention de chercheurs dans de nombreux domaines différents, dont le contexte éducatif.

Compte tenu des pressions et des défis auxquels les apprenants sont confrontés aux différentes étapes de leurs études, et des effets psychologiques négatifs que ces pressions peuvent avoir sur eux-mêmes, ce qui peut affecter leur performance académique. Par conséquent, l'importance de posséder des compétences de résilience psychologique est apparue, à travers ce qui a été confirmé par de nombreuses études (Abdelrahman & Alazab, 2021) qui ont révélé le rôle central que joue la résilience psychologique dans la vie des apprenants et son

effet sur leur parcours de vie par sa contribution à prévenir l'effet des résultats négatifs sur eux, à les aider à s'adapter à diverses situations stressantes et à les affronter positivement, et ils ont également contribué à élever le niveau de leur ambition et de leurs performances académiques. De même, van Wyk et al. (2022) ont indiqué des relations positives entre les composantes de l'effet positif de la résilience psychologique et du rendement scolaire, et ont confirmé que la résilience psychologique est un important déterminant non cognitif de la réussite des étudiants.

De surcroît, nous avons constaté également un rôle important pour l'intelligence émotionnelle et la résilience psychologique combinées dans le contexte éducatif ; par exemple, Sarrionandia et al. (2018), d'une part, ont révélé que les étudiants qui ont une intelligence émotionnelle et une résilience psychologique élevées expriment un stress perçu diminué. Et d'autre part, ils ont conclu que l'amélioration de l'intelligence émotionnelle et de la résilience psychologique contribue à protéger les étudiants du stress perçu dans le contexte éducatif. En particulier, ils ont été soulignés que les programmes d'intervention qui améliorent à la fois l'intelligence émotionnelle et la résilience psychologique ont signalé qu'une formation en l'intelligence émotionnelle et en la résilience psychologique atténuerait l'impact négatif du stress. Dans le même ordre d'idées, Kökçam et al. (2022) ont examiné les changements apportés par la pandémie de coronavirus/COVID-19 dans le mode de vie des étudiants. Ils ont révélé que les étudiants qui souffraient des niveaux de stress inférieurs à la moyenne avaient des niveaux plus élevés d'intelligence émotionnelle et de résilience psychologique que les autres, et vice versa.

D'ailleurs, Fiorilli et al. (2020) auprès d'élèves du secondaire ont révélé un fort effet de l'intelligence émotionnelle sur l'épuisement scolaire grâce à la résilience, où les apprenants ayant une intelligence émotionnelle élevée montraient un niveau élevé de la résilience, ce qui à son tour réduisait l'épuisement scolaire. Par suite, dans un autre contexte éducatif, Merzaq et al.

(2022) ont enregistré un effet direct significatif de chacune de l'intelligence émotionnelle et de la résilience psychologique sur la réussite scolaire des élèves du secondaire. D'une part, ils ont conclu que les compétences de la résilience psychologique assuraient la promotion de la santé mentale ; ils contribuaient à l'équilibre émotionnel et la stabilité psychologique requise dans les situations académiques. C'est ce dont a besoin l'apprenant qui rencontre des difficultés et des obstacles dans le contexte éducatif. D'autre part, également, ils ont conclu que le fait d'avoir des compétences en intelligence émotionnelle augmentait le niveau d'efficacité de l'interaction positive avec l'environnement et la jouissance d'une santé psychologique normale pour l'apprenant, ce qui se reflète dans sa confiance en soi, en raison de sa compréhension et de son contrôle de ses sentiments et de ses émotions, qui à leur tour se refléteront dans la qualité et la distinction de ses performances académiques... ainsi, ce qui indique la nécessité de travailler sur la dimension émotionnelle et habile de l'apprenant, pour l'aider à faire face à ses problèmes scolaires en général.

En lien avec ce qui précède, Maulding et al. (2012) ont confirmé par leur revue des littératures scientifiques que l'intelligence émotionnelle grandit avec l'âge, et qu'il est possible, en fait, d'en enseigner certains aspects d'intelligence émotionnelle. De même, le calme, l'affirmation et aller de l'avant peuvent être appris plus facilement avec une résilience accrue. Enfin, ils ont conclu qu'une étude plus approfondie devrait viser à identifier les mécanismes et les facteurs qui contribuent au développement de l'intelligence émotionnelle et de la résilience psychologique.

Par conséquent, dans ce contexte, l'étude de la relation entre l'intelligence émotionnelle et la résilience psychologique a abouti à une corrélation significative et positive entre les deux variables (Cuartero & Tur, 2021 ; Frajo-Apor et al., 2016 ; Grover & Furnham, 2020 ; Magnano et al., 2016 ; Ngui & Lay, 2020 ; Walter & Shaalan, 2021), d'autres recherches ont démontré la

capacité de l'intelligence émotionnelle à prédire positivement la résilience psychologique (Fiorilli et al., 2020 ; Sogolitappeh et al., 2018 ; Zheng et al., 2021). Aussi, Ramos-Diaz et al. (2018) ont conclu que les personnes ayant une meilleure intelligence émotionnelle perçue sont plus résilientes. Dans cette même perspective, Alvarado et al. (2017) ont suggéré que l'intelligence émotionnelle est liée à la résilience car elle facilite les réponses résilientes au stress, notamment l'évaluation des défis. En se basant sur ces résultats, Mestre et al. (2017) ont suggéré que la capacité à réguler les émotions est un indicateur important de la résilience des adolescents, puisque cette régulation peut prévenir leurs comportements irrationnels à risque.

En ce qui concerne l'environnement scolaire, Fathalla (2020) a souligné que la difficulté à réguler les émotions est directement liée à la résilience scolaire puisque à chaque fois que les apprenants rencontrent des difficultés à réguler leurs émotions, ils deviennent moins résilients et vice versa. D'autres études encore se sont déployées à examiner outre la relation entre la résilience psychologique et l'intelligence émotionnelle, celle entre la résilience psychologique et les trois composantes de l'intelligence émotionnelle, à savoir l'évaluation des émotions, la régulation émotionnelle et la production de bénéfice émotionnel. Les résultats de ces études ont abouti à un degré de résilience psychologique significativement et positivement lié à la mesure pondérée de l'intelligence émotionnelle et de ses trois composantes (Walter & Shaalan, 2021). De même, Román-Mata et al. (2020) ont trouvé une corrélation positive et directe entre la résilience et la compréhension émotionnelle, et la résilience et la régulation émotionnelle.

Si les résultats obtenus par ces précédentes études confirment à l'unanimité la présence d'une corrélation significative et positive entre l'intelligence émotionnelle et la résilience psychologique, il est à souligner que Shoeib (2020) a démontré que la réunion de ces deux processus contribue à prédire l'apprentissage émotionnel. En effet, il a été démontré que la réussite des apprenants dans les différentes étapes de l'apprentissage dépend de leurs

compétences émotionnelles ainsi que sociales. En partant de ces résultats, il nous semble intéressant d'examiner dans quelle mesure la résilience psychologique peut être prédite par l'intelligence émotionnelle dans le contexte académique marocain chez les élèves du baccalauréat. Pour ce faire, nous avons élaboré les hypothèses suivantes :

1. L'intelligence émotionnelle et ses dimensions seront corrélées positivement avec la résilience psychologique, et l'intelligence émotionnelle prédira positivement la résilience psychologique.

2. Absence de différences dans les niveaux d'intelligence émotionnelle et de la résilience psychologique dues à la spécialisation académique.

3. Absence de différences dans les niveaux d'intelligence émotionnelle et de la résilience psychologique dues au niveau de classe scolaire.

Méthode

Participants

Les participants étaient constitués de 250 élèves marocains, comprenaient (N = 125, 50%) femmes et (N = 125, 50%) hommes, âgés de 17 à 18 ans. Ils sont de l'enseignement secondaire qualifiant (1^{re} année (N = 119, 47,6 %) et la 2^e année (N = 131, 52,4 %) de baccalauréat) et appartiennent à deux spécialisations : sciences (N = 146, 58,4%) et lettres (N = 104, 41,6 %).

Mesures

L'inventaire du quotient émotionnel (EQ-i : S) : nous avons utilisé une version arabisée du test EQ-i : S de Bar-On (Parker et al., 2011), qui contient 35 items sous forme de courtes auto déclarations (16 positifs et 19 négatifs). Les réponses aux items étaient basées sur une échelle de Likert en 5 points (allant de 1 = très souvent s'applique à moi à 5 = très rarement s'applique à moi). Le score le plus élevé qu'un apprenant peut obtenir est de 175 et le plus bas est de 35. De plus, le test évalue quatre dimensions d'intelligence émotionnelle : intrapersonnelle (10 items), interpersonnelle (10 items), gestion du stress (8 items), et l'adaptabilité (7 items). L'analyse de l'indice de cohérence interne nous a permis d'obtenir une valeur d'alpha de Cronbach significative ($\alpha = 0.95$), prouvant que la fiabilité de la version arabisée de l'échelle est très élevée. Le temps de passation est d'environ 10 minutes.

Échelle de résilience psychologique Questionnaire d'acceptation et d'action (AAQ-II) : nous avons utilisé la version arabisée de l'échelle de résilience psychologique (AAQ-II) (Bond et al., 2011), consistant en un questionnaire d'auto-évaluation en 10 items, 3 positifs et 7 négatifs, basé sur une échelle de Likert en 7 points allant de 1 (ne s'applique jamais à moi) à 7 (s'applique toujours à moi). Le score le plus élevé qu'un apprenant peut obtenir est de 70 et le plus bas est de 10. Il s'agit d'une échelle unidimensionnelle pour évaluer la résilience. L'analyse de l'indice de cohérence interne nous a permis d'obtenir une valeur d'alpha de Cronbach significative ($\alpha = 0.95$), prouvant que la fiabilité de la version arabisée de l'échelle est très élevée. Le temps de passation est d'environ 5 minutes.

Procédure

D'une part, nous avons obtenu toutes les approbations nécessaires, et d'autre part, nous avons obtenu le consentement des élèves à participer à la recherche après avoir clarifié le sujet

et le but de la recherche, et nous être assurés que les résultats de la recherche seront utilisés à des fins de recherche scientifique uniquement, et toutes les données resteront confidentielles. D'autre part, les élèves ont été accueillis dans une salle désignée, et ils ont passé le test EQ-i : S et l'échelle AAQ-II (arabisés), prenant en moyenne 15 minutes pour les compléter.

Analyse des données

Les données recueillies ont été analysées avec le programme de JASP. Une analyse descriptive a été menée pour déterminer les caractéristiques des participants, moyenne, écart-type, une analyse de corrélations de Pearson bivariées entre les variables, test F, la régression linéaire, a été utilisée pour estimer la valeur prédictive de l'intelligence émotionnelle sur la résilience psychologique. Et le test t pour les échantillons indépendants a été utilisé pour établir la différence entre les groupes.

Résultats

Les tableaux 1 et 2 présentent les résultats de la validation de la 1^{re} hypothèse :

Tableau 1

Corrélations entre l'intelligence émotionnelle et ses dimensions et résilience psychologique

<u>Variables</u>	<u>Résilience psychologique</u>
Intelligence émotionnelle	0.81**
Dimension intrapersonnelle	0.81**
Dimension interpersonnelle	0.70**
Gestion du stress	0.78**
Adaptabilité	0.67**

Note. ** $p < 0.01$

Tableau 2*L'effet de l'intelligence émotionnelle sur la résilience psychologique*

Prédicteur	Variable dépendante : résilience psychologique				
	<i>R</i>	<i>R</i> ²	<i>F</i>	<i>t</i>	<i>β</i>
Intelligence émotionnelle	0.81**	0.66	470.91**	21.70**	1.47

Note. *R* : coefficient de corrélation ; *R*² : coefficient de détermination ; *β* : coefficient de régression ; *F* : test F ; *t* : test t ; ** *p*<0.01.

Comme le montre le tableau 1, les résultats de la corrélation de Pearson ont démontré une corrélation significativement positive entre le score total d'intelligence émotionnelle et le score total de résilience psychologique ($r = 0.81$, $p < 0.01$), et ainsi une corrélation significativement positive entre le score total de résilience psychologique et toutes les dimensions de l'intelligence émotionnelle (intrapersonnelle, interpersonnelle, gestion du stress et adaptabilité), qui sont toutes statistiquement positivement significatives ($p < 0.01$). Les résultats présentés dans le tableau 2 ont montré que l'intelligence émotionnelle est un prédicteur significatif de la résilience psychologique ($R^2 = 0.66$, $F = 470.91$, $p < 0.01$). L'intelligence émotionnelle explique 66 % de la variance de la résilience psychologique. Nous notons également que l'intelligence émotionnelle est un prédicteur positif de la résilience psychologique ($\beta = 1.47$, $t = 21.70$, $p < 0.01$). Ces résultats confirment la validité de la 1^{re} hypothèse : il existe une corrélation positivement significative entre l'intelligence émotionnelle et ses dimensions, et la résilience psychologique, et une prédiction positive de la résilience psychologique à travers les scores de l'intelligence émotionnelle.

Le tableau 3 présente les résultats de la validation de la 2^e hypothèse :

Tableau 3

Différences d'intelligence émotionnelle et de la résilience psychologique selon la spécialisation académique

Variables	Sciences (n = 146)	Letters (n = 104)	t(248)	p
	<i>M(ET)</i>	<i>M(ET)</i>		
Intelligence émotionnelle	2.93(0.96)	2.75(1.05)	1.45	0.149
Résilience psychologique	3.65(1.78)	3.47(1.86)	0.77	0.441

Note. *M* : moyenne ; *ET* : écart-type ; *t* : test t ; $p > 0.05$.

Comme le montrent les résultats du tableau 3, d'une part, l'absence de différences statistiquement significatives dans le niveau de l'intelligence émotionnelle en raison de la variable de spécialisation académique (Sciences/Lettres) ($t(248) = 1.45, p > 0.05$), et d'autre part, l'absence de différences statistiquement significatives dans le niveau de la résilience psychologique en raison de la variable de spécialisation académique (Sciences/Lettres) ($t(248) = 0.77, p > 0.05$). Ainsi, la validité de la 2^e hypothèse a été confirmée : l'absence de différences dans les niveaux d'intelligence émotionnelle et de la résilience psychologique dues à la spécialisation académique.

Le tableau 4 présente les résultats de la validation de la 3^e hypothèse :

Tableau 4

Différences d'intelligence émotionnelle et de la résilience psychologique selon la classe scolaire

Variables	1 ^{er} bac (n = 119)	2 ^e bac (n = 131)	t(248)	p
	<i>M(ET)</i>	<i>M(ET)</i>		
Intelligence émotionnelle	2.94 (0.94)	2.78 (1.05)	1.29	0.197
Résilience psychologique	3.57(1.79)	3.58(1.84)	-0.06	0.949

Note. *M* : moyenne ; *ET* : écart-type ; *t* : test t ; $p > 0.05$.

Les résultats (tableau 4) montrent, d'une part, l'absence de différences statistiquement significatives dans le niveau de l'intelligence émotionnelle selon le niveau de classe scolaire (1^{re} baccalauréat/2^e baccalauréat) ($t(248) = 1.29, p > 0.05$), et d'autre part, l'absence de différences statistiquement significatives dans le niveau de la résilience psychologique selon le niveau de classe scolaire (1^{re} baccalauréat/2^e baccalauréat) ($t(248) = -0.06, p > 0.05$). Ce qui confirme la validité de la 3^e hypothèse : l'absence de différences dans les niveaux d'intelligence émotionnelle et de la résilience psychologique dues au niveau de classe scolaire.

Discussion

Cette étude visait à examiner la relation entre l'intelligence émotionnelle et la résilience psychologique chez les adolescents scolarisés, certaines études ont confirmé la corrélation positive entre l'intelligence émotionnelle et la résilience psychologique dans le contexte éducatif (Cuartero & Tur, 2021 ; Estrada, 2020 ; Ngui & Lay, 2020 ; Sarrionandia et al., 2018), ainsi, Alyami et Al Qudah (2017) ont confirmé qu'il y avait un écart entre les capacités de chaque dimension de l'intelligence émotionnelle à prédire les facteurs de résilience ; les plus capables sont l'humeur générale, puis l'adaptation et enfin la compétence sociale. À cet égard, Armstrong et al. (2011) ont rapporté que face à de multiples événements de la vie, les avantages de l'intelligence émotionnelle intrapersonnelle l'emportent sur les avantages de l'intelligence émotionnelle interpersonnelle. À cet effet, des études ont confirmé la capacité de l'intelligence émotionnelle à prédire positivement la résilience psychologique dans le contexte académique (Abbas, 2021 ; Fiorilli et al., 2020 ; Sogolitappé et al., 2018 ; Trigueros, et al., 2020 ; Zheng et al., 2021). De plus, en lien avec cette corrélation, des études (Sheppard & Hicks, 2017) ont indiqué que les personnes très résilientes cultivent de manière proactive une émotivité positive en suscitant stratégiquement des émotions positives grâce à l'utilisation de l'humour. Ce qui s'expliquait (Akbari & Khormaiee, 2015) par le fait que les personnes ayant une intelligence

émotionnelle élevée ont une perspective optimiste et une vision claire des directions des événements futurs, et qu'elles évaluent les situations et circonstances menaçantes et stressantes avec une vision positive, et cela est l'essence de la résilience psychologique.

En ce qui concerne les différences dans les niveaux d'intelligence émotionnelle dues à la variable de spécialisation académique, on constate qu'elles varient entre des études qui les nient (Al-Hababah, 2013 ; Hamy & Khalo, 2021), et celles qui reconnaissent leur existence au profit des spécialisations scientifiques (Adlalaa & Sawalha, 2015 ; Alwan & El Nawajha, 2013). Quant aux différences dans les niveaux de résilience psychologique dues à la variable de spécialisation académique, Hesen (2021) a nié ces différences, tandis que des études (Abdelrahman & Alazab, 2021 ; Al-Bisharat & Magableh, 2020 ; Al-zoubi, 2016) ont confirmé son existence au profit des spécialisations littéraires.

Concernant les différences dans les niveaux d'intelligence émotionnelle dues à la variable du niveau de classe scolaire, on retrouve ceux qui les nient (Adlalaa & Sawalha, 2015 ; Hamy & Khalo, 2021), et ceux qui en confirment l'existence (Albaloshi & Aldhafri, 2019). D'autres études (Al-Bisharat & Magableh, 2020 ; Gaber & Ali, 2016) ont nié l'existence de différences dans le niveau de résilience psychologique en raison du niveau de classe scolaire, tandis que (Al Shammari, 2021) confirme son existence.

En lien avec nos résultats, l'absence de différence dans les niveaux d'intelligence émotionnelle et de résilience psychologique, en raison de la spécialisation académique ou du niveau de classe scolaire, pourrait s'expliquer par le fait que la possession des compétences d'intelligence émotionnelle ou de résilience psychologique n'est pas liée à ces deux variables en soi, mais l'absence de différence est liée aux traits de personnalité de l'individu lui-même, à son éducation et à son degré d'ouverture à l'acquisition des compétences d'intelligence émotionnelle.

Conclusion

Nos résultats nous ont amené à considérer l'importance d'avoir des compétences d'intelligence émotionnelle et de la résilience psychologique combinées pour contribuer à l'adaptation aux événements de la vie quotidienne en général, et dans le contexte scolaire, en particulier, chez les adolescents. Nous avons trouvé un effet positif entre l'intelligence émotionnelle et la résilience psychologique. Les résultats de cette étude nous amènent à recommander une formation basée sur les compétences en intelligence émotionnelle, afin de développer une résilience psychologique adéquate. En se concentrant sur le développement des aspects positifs de la personnalité qui contribuent au développement de l'intelligence émotionnelle et de la résilience psychologique chez les apprenants. En outre, construire et fournir divers programmes de formation et de conseil basés sur les compétences en intelligence émotionnelle pour développer et améliorer la résilience psychologique des apprenants à différents niveaux d'éducation, pour faire face aux diverses difficultés, pressions et défis auxquels ils sont confrontés dans leurs études et leur vie, et pour s'y adapter positivement. De surcroît, nous recommandons d'encourager davantage de recherches et d'études sur les facteurs qui contribuent à accroître l'intelligence émotionnelle et la résilience psychologique, et de confronter les facteurs qui entravent leur développement.

Références

- Abbas, A. A. (2021). Emotional Intelligence as a Predictor of Psychological Resilience in Kindergarten. *Journal of Educational Sciences-Qena Faculty of Education*, 46(46), 177-207. <https://doi.org/10.21608/MAEQ.2021.79971.1030> (in Arabic).
- Abdelrahman, R. M., & Alazab, A. M. (2021). Predicting psychological resilience of university students in light of some variables Study on a sample of Ajman University students - United Arab Emirates. *Journal of Education Sohag University*, 84, 257-300. <https://doi.org/10.21608/EDUSOHAG.2021.148040> (in Arabic).
- Adlala, A. M., & Sawalha, M. A. (2015). Emotional Intelligence and Its Relation to the Ambition of Students at Yarmouk University in light of Some Variables. *Journal of Al-Quds Open University for Educational & Psychological Research & Studies*, 3(12), 13-38 (in Arabic).
- Akbari, A., & Khormaiee, F. (2015). The Prediction of Mediating Role of Resilience between Psychological Well-Being and Emotional Intelligence in Students. *International Journal of School Health*, 2(3), 1-5. <https://doi.org/10.17795/intjsh-26238>
- Albaloshi, S. E., & Aldhafri, S. S. (2019). The Relationship between Mental and Emotional Intelligence and Academic and Emotional Problems among Middle and High School Students in the Sultanate of Oman. *University of Sharjah Journal for Humanities and Social Sciences*, 16(1), 116-143. <https://doi.org/10.36394/jhss/16/1A/5> (in Arabic).
- Al-Bisharat, D. A., & Magableh, N. Y. (2020). Psychological Resilience and its Relation to Academic Commitment among Yarmouk University Students. *Journal of Educational and Psychology Sciences*, 28(5), 764 – 783 (in Arabic).
- Al-Hababah, A. A. (2013). The relation of Emotional Intelligence with Cognitive Intelligence & Academic Achievement for Master students at Princess Alia University college – Al-Balqa' Applied University. *Research Journal specific Education*, 31, 938-963 (in Arabic).
- Al Shammari, M. A. (2021). Psychological flexibility and its relationship to social competence among high school students in Hail. *The Arab journal of Educational and Psychological Sciences*, 5(20), 31-54. <https://doi.org/10.21608/jasep.2021.162450> (in Arabic).
- Alvarado, A., Spataru, A., & Woodbury, C. (2017). Resilience & Emotional Intelligence between First Generation College Students and Non-First-Generation College Students. *Focus on Colleges, Universities, and Schools*, 11, 1-10.
- Alwan, N., & El Nawajha, Z. (2013). Emotional Intelligence and its Correlation with Positivity among Al-Aqsa University Students in Gaza Governorates. *Journal of Educational and Psychology Sciences*, 21(1), 1-51 (in Arabic).
- Alyami, R., & Al Qudah, M. (2017). The Predictive Ability of Emotional Intelligence in Ego Resiliency Factors of Female Adolescents in Riyadh. *Global Institute for Study & Research Journal (GISR-J)*, 3(11), 1-24 (in Arabic).

- Al-zoubi, A. M. (2016). Psychological resilience as a mediating factor between stressful and events and mental health among a sample of Damascus University students. *Damascus University Journal*, 32(2), 59-113 (in Arabic).
- Annalakshmi, N. (2019). Resilience and academic achievement among rural adolescents at-risk: Role of self-regulation and attachment style. *Indian Journal of Positive Psychology*, 10(04), 260-266.
- Armstrong, A. R., Galligan, R. F., & Critchley, C. R. (2011). Emotional intelligence and psychological resilience to negative life events. *Personality and Individual Differences*, 51(3), 331–336. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.03.025>
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13-25.
- Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., Waltz, T., & Zettle, R. D. (2011). Preliminary Psychometric Properties of the Acceptance and Action Questionnaire–II: A Revised Measure of Psychological Inflexibility and Experiential Avoidance. *Behavior Therapy*, 42(4), 676–688. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.03.007>
- Bouteyre, E. (2010). La résilience académique des étudiants d’université. *Enfances Majuscules*, 112, 16-20.
- Cuartero, N., & Tur, A. M. (2021). Emotional intelligence, resilience and personality traits neuroticism and extraversion: predictive capacity in perceived academic efficacy. *Nurse Education Today*, 102, 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2021.104933>
- Estrada, E. (2020). Inteligencia emocional y resiliencia en adolescentes de una institución educativa pública de Puerto Maldonado. *Ciencia y Desarrollo*, 23(3), 28-35. <http://dx.doi.org/10.21503/cyd.v23i3.2139>
- Fathalla, M. M. (2020). A proposed Model for the Mediating Role of Self-Compassion and Emotion Control difficulties in the Relation between Mindfulness Alert and Academic Resilience of Third-Year Intermediate School Students with Learning Difficulties. *Alustath journal for Human & Social Sciences*, 59(2), 21-50. <https://doi.org/10.36473/ujhss.v59i2.1072> (in Arabic).
- Fiorilli, C., Farina, E., Buonomo, I., Costa, S., Romano, L., Larcán, R., & Petrides, K. V. (2020). Trait Emotional Intelligence and School Burnout: The Mediating Role of Resilience and Academic Anxiety in High School. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9), 2-9. <https://doi.org/10.3390/ijerph17093058>
- Frajo-Apor, B., Pardeller, S., Kemmler, G., & Hofer, A. (2016). Emotional Intelligence and resilience in mental health professionals caring for patients with serious mental illness. *Psychology, Health & Medicine*, 21(6), 755–761. <https://doi.org/10.1080/13548506.2015.1120325>
- Gaber, S. A., & Ali, S. I. (2016). Positive resilience and its Relationship to Test Anxiety and Academic Achievement among a Sample of Students of the Department of Special Education at King Faisal University. *Journal of Arab Studies in Education and Psychology*, 69, 401-434 (in Arabic).

- Grover, S., & Furnham, A. (2020). Does emotional intelligence and resilience moderate the relationship between the Dark Triad and personal and work burnout? *Personality and Individual Differences* 169(3), 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.109979>
- Hamy, A. Q. M., & Khalo, K. H. (2021). A Comparative Study of Emotional Intelligence among Sport-Practicing and Non-Practicing Students. *Journal of Arts, Literature, Humanities, and Social Sciences*, 69, 267-282. <https://doi.org/10.33193/JALHSS.69.2021.535> (in Arabic).
- Hesen, A. (2021). Study the relation between the psychological resilience and psychological stress resulting from the new corona virus (COVID-19) upon Ain-Shams university students. *Faculty of Education Journal – Port Said University*, 35(35), 480-509. <https://doi.org/10.21608/jftp.2021.72196.1128> (in Arabic).
- Kökçam, B., Arslan, C., & Tras, Z. (2022). Do Psychological Resilience and Emotional Intelligence Vary Among Stress Profiles in University Students? A Latent Profile Analysis. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.788506>
- Lal, K. (2014). Academic Stress among Adolescent in Relation to Intelligence and Demographic Factors. *American International Journal of Research in Humanities, Arts and Social Sciences*, 5(1), 123-129.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, 71(3), 543–562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- Magnano, P., Craparo, G., & Paolillo, A. (2016). Resilience and Emotional Intelligence: which role in achievement motivation. *International Journal of Psychological Research*, 9(1), 9-20. <https://doi.org/10.21500/20112084.2096>
- Maulding, W. S., Peters, G. B., Roberts, J., Leonard, E., & Sparkman, L. (2012). Emotional intelligence and resilience as predictors of leadership in school administrators. *Journal of Leadership Studies*, 5, 20-29. <https://doi.org/10.1002/jls.20240>
- Merzaq, G., Zarhbouch, B., Hilali, A., & Mrizik, K. (2022, May 23-27). *Measuring and evaluating academic achievement between resilience and emotion* [Paper Presentation]. The 6th International Conference on Educational Studies & Psychology, Fez-Meknes, Morocco.
- Mestre, J. M., Núñez-Lozano, J. M., Gómez-Molinero, R., Zayas, A., & Guil, R. (2017). Emotion Regulation Ability and Resilience in a Sample of Adolescents from a Suburban Area. *Frontiers in Psychology*, 8, 1-13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01980>
- Ngui, G. K., & Lay, Y. F. (2020). The effect of emotional intelligence, self-efficacy, subjective well-being and resilience on student teachers' perceived practicum stress: A Malaysian case study. *European Journal of Educational Research*, 9(1), 277-291. <https://doi.org/10.12973/eu-jer.9.1.277>
- Parker, J. D. A., Keefer, K. V., & Wood, L. M. (2011). Toward a Brief Multidimensional Assessment of Emotional Intelligence: Psychometric Properties of the Emotional Quotient Inventory—Short Form. *Psychological Assessment*, 23(3), 762-777. <https://doi.org/10.1037/a0023289>

- Peres, V., Corcos, M., Robin, M., & Pham-Scottez, A. (2018). Emotional intelligence, empathy and alexithymia in anorexia nervosa during adolescence. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 25(1):1-8. <https://doi.org/10.1007/s40519-018-0482-5>
- Radford, L., Marin-Tamayo, J., & Simbagoye, A. (2018, Mars 1). Bien-être, résilience, intelligence émotionnelle. *ResearchGate*. https://www.researchgate.net/publication/328202813_Bien-etre_resilience_intelligence_emotionnelle
- Rajeswari S., & Jeryda Gnanajane Eljo, J. O. (2013). A Study on Emotional Adjustment of Adolescent School Students. *International Journal of Humanities and Social Sciences (IJHSS)*, 2(2), 49-56.
- Ramos-Díaz, E., Rodríguez-Fernández, A., Axpe, I., & Ferrara, M. (2018). Perceived Emotional Intelligence and Life Satisfaction among Adolescent Students: The Mediating Role of Resilience. *Journal of Happiness Studies*, 20, 2489-2506. <https://doi.org/10.1007/s10902-018-0058-0>
- Reinert, J. M. (2013, mars 26). *Les outils de la résilience, une force, un appui pour tous* [Présentation de papier]. Conférence-animation, Croix-Bleue romande, section vaudoise Chavannes-Renens, Suisse.
- Román-Mata, S. S., Puertas-Molero, P., Ubago-Jiménez, J. L., & González-Valero, G. (2020). Benefits of Physical Activity and Its Associations with Resilience, Emotional Intelligence, and Psychological Distress in University Students from Southern Spain. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(12), 1-12. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124474>
- Salovey P., & Mayer J. D. (1990) *Emotional Intelligence. Imagination Cognition, and Personality*, 9(3), 185–211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Sarrionandia, A., Ramos-Díaz, E., & Fernández-Lasarte, O. (2018). Resilience as a Mediator of Emotional Intelligence and Perceived Stress: A Cross-Country Study. *Frontiers in Psychology*, 9, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02653>
- Sheppard, L., & Hicks, R. E. (2017). Maladaptive perfectionism and psychological distress: The mediating role of resilience and trait emotional intelligence. *International Journal of Psychological Studies*, 9(4), 65-75. <https://doi.org/10.5539/ijps.v9n4p65>
- Shoeib, A. M. (2020). Mindfulness, psychological resilience and emotional intelligence as predictors of social emotional learning among a sample of student teachers. *International Journal of Research in Educational Sciences*, 3(2), 65-104. <https://dx.doi.org/10.29009/ijres.3.2.2> (in Arabic).
- Sogolitappéh, F. N., Hedayat, A., Arjmand, M. R., & Khaledian, M. (2018). Investigate the Relationship between Spiritual Intelligence and Emotional Intelligence with Resilience in Undergraduate (BA) Students. *International Letters of Social and Humanistic Sciences*, 82, 10-18. <https://doi.org/10.18052/www.scipress.com/ILSHS.82.10>
- Sfetcu, N. (2020, mars 4). Intelligence émotionnelle. *SetThings*. <https://www.telework.ro/fr/intelligence-emotionnelle/>

- Trigueros, R., Padilla, A. M., Aguilar-Parra, J. M., Rocamora, P., Morales-Gazquez, M. J., & Lopez-Liria, R. (2020). The Influence of Emotional Intelligence on Resilience, Test Anxiety, Academic Stress and the Mediterranean Diet. A study with University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6), 1-12. <https://doi.org/10.3390/ijerph17062071>
- van Wyk, M., Mason, H. D., van Wyk, B. J., Phillips, T. K., & van der Walt, P. E. (2022). The relationship between resilience and student success among a sample of South African engineering students. *Cogent Psychology*, 9(1), 1-18. <https://doi.org/10.1080/23311908.2022.2057660>
- Walter, O., & Shaalan, S. (2021). Personal Well-Being, Mental Resilience and Emotional Intelligence in First- and Second-Generation Druze in the Golan Heights. *Journal of Ethnic and Cultural Studies*, 8(3), 74-94. <https://doi.org/10.29333/ejecs/807>
- Zheng, Y., Cai, D., Zhao, J. L., Yang, C., Xia, T., & Xu, Z. (2021). Bidirectional Relationship between Emotional Intelligence and Perceptions of Resilience in Young Adolescents: A Twenty-Month Longitudinal Study. *Child & Youth Care Forum*, 50(2), 363-377. <https://doi.org/10.1007/s10566-020-09578-x>