وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعـــــة بـابــل
كليـــة التربيـــة للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسات العليا / ماجستير

الامتنان المتبادل وعلاقته بالأمل المستعار لدى طلبة الجامعة

رسالة تقدمت بها
الى مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية في جامعة بابل وهي جزء من متطلبات نيل درجة ماجستير تربية في علم النفس التربوي

الطالبة
رنا خالد جواد كاظم المسافري

بإشراف
الاستاذ الدكتور
علي حسين مظلوم المعموري

١٤٤٤ هـ ٢٠٢٢م

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ اذْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ هَلْ مِنْ خَالِقٍ غَيْرُ اللَّهِ يَرْزُقُكُم مِّنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ فَأَنَّىٰ تُؤْفَكُونَ ﴾

صدق الله العظيم

سورة فاطر: الاية (١٨-١٩)

الاهداء

الى
سيد البشر وخاتم النبيين ... محمد (صل الله عليه واله وسلم) وال بيته الكرام سندي في الدنيا والاخرة

من اسعى دائما ليكونوا فخورين بي .. الى الشمعة التي تنير الطريق امامي (والدي)

من تقاسم معي فرحي، وحزني، والامي، ونجاحاتي، وطموحاتي، منذ ان التقينا.. (زوجي)

النعمة التي رزقني الله بها .....(اولادي)

من شجعوني وواصلوا العطاء لي من دون مقابل ..... (اخواتي واخواني)

الايادي التي ترفع بالدعاء لي حاضرة كنت ام غائبة.. كل من يتمنى لي الخير

الى جميع اساتذتي الكرام الذين امدوني بالعلم والمعرفة

اهدي جهدي المتواضع

الباحثة

شكر وامتنان

الحمد لله الذي بحمده يفتح كل كتاب، وبذكره يصدر كل خطاب، وبرحمته يتنعم اهل النعيم في دار الثواب، المطلع على خفيات السرائر، العالم بمكنونات الضمائر، والصلاة والسلام على اشرف الخلق سيدي محمد (صل الله عليه وعلى اله وصحبه الطيبين الطاهرين)

يطيب لي ان اتوج هذا الجهد بعظيم شكري وامتناني وفائق تقديري الى استاذي المشرف الدكتور (علي حسين مظلوم المعموري) لما بذله من جهد علمي واراء وتوجيهات سديدة وقيمة وتذليل العديد من الصعوبات التي واجهتني فجزاه الله عني خير الجزاء ووفقه لكل خير ، واقدم شكري وامتناني الى جميع اساتذتي في قسم العلوم التربوية والنفسية لمساعدتهم لي في اكمال البحث الحالي ، واقدم شكري وامتناني الى أعضاء لجنة السمنر (د.علي الجبوري ، د. صادق الشمري، د. حسين ربيع) لما قدموه لي من نصائح وتوجيهات فجزاهم الله خيرا، واقدم شكري للدكتور (اسير المعموري) لما ابداه لي من مساعدة طول مدة البحث ، واقدم شكري للاخ المدرس المساعد (فائق رياض محمد) لما بذله من جهد متواصل في مساعدتي فجزاه الله خيرا على ذلك ،واقدم شكري وامتناني الى المكتبة المركزية لما امدتني بالمصادر التي مكنتني من اكمال البحث الحالي ، واقدم خاص شكري وتقديري للاخ (خالد الزاملي) لمساعدته لي ووقوفه الى جانبي منذ بدء دراستي ،واتقدم بخالص شكري واعتزازي لكل زملائي وزميلاتي التي جمعتني بهم الذكريات الطيبة على مساعدتهم وفقهم الله لكل خير...

ويطيب لي ان اتقدم بخالص شكري وتقديري الى (والدتي) التي كان لها الدور الكبير في نجاحي طيلة مدة الدراسة ولقربها الى نفسي فكانت الشمعة التي تنير طريقي في ايام الظلام..

واقدم شكري وامتناني الى رفيق دربي وتوأم روحي (زوجي) لما بذله من اجلي ولمساعدته لي من اجل اكمال دراستي..

وفي الختام اتقدم بخالص واعتزازي لكل من وقف بجانبي مساهما بفكرة او مرشدا الي او داعيا لي في ظهر الغيب بالتوفيق اتقدم لهم بالشكر الجزيل وبالغ الامتنان

والله ولي التوفيق

الباحثة

قرار المشرف

أشهد أن إعداد هذه الرسالة الموسومة بـ(الامتنان المتبادل وعلاقته بالأمل المستعار لدى طلبة الجامعة) التي قدمتها طالبة الماجستير (رنا خالد جواد كاظم) قد جرى بإشرافي في قسم العلوم التربوية والنفسية بكلية التربية للعلوم الانسانية / جامعة بابل، وهي جزء من متطلبات نيل درجة ماجستير تربية في علم النفس التربوي.

المشرف

الاستاذ الدكتور

علي حسين المعموري

ا.م.د. مدين نوري الشمري

رئيس قسم العلوم التربوية والنفسية

كلية التربية / جامعة بابل

/ / ٢٠٢٢

قرار المقوم اللغوي

أشهد أني قد قرأت هذه الرسالة ألموسومة بـ(الامتنان المتبادل وعلاقته بالأمل المستعار لدى طلبة الجامعة) التي قدمتها طالبة الماجستير (رنا خالد جواد كاظم) الى كلية التربية للعلوم الانسانية / جامعة بابل وهي جزء من متطلبات نيل درجة ماجستير تربية في علم النفس التربوي، وقد وجدتها صالحة من الناحية اللغوية.

التوقيع:

الاسم: محمد عبد الحسن حسين

اللقب: أ.د

قرار المقوم العلمي

أشهد أني قد قرأت هذه الرسالة ألموسومة بـ(الامتنان المتبادل وعلاقته بالأمل المستعار لدى طلبة الجامعة) التي قدمتها طالبة الماجستير (رنا خالد جواد كاظم) الى كلية التربية للعلوم الانسانية / جامعة بابل وهي جزء من متطلبات نيل درجة ماجستير تربية في علم النفس التربوي، وقد وجدتها صالحة من الناحية العلمية.

التوقيع:

الاسم: حيدر حسن اليعقوبي

اللقب: أ .د

قرار المقوم العلمي الاخر

أشهد أني قد قرأت هذه الرسالة ألموسومة بـ(الامتنان المتبادل وعلاقته بالأمل المستعار لدى طلبة الجامعة) التي قدمتها طالبة الماجستير (رنا خالد جواد كاظم) الى كلية التربية للعلوم الانسانية / جامعة بابل وهي جزء من متطلبات نيل درجة ماجستير تربية في علم النفس التربوي، وقد وجدتها صالحة من الناحية العلمية.

التوقيع:

الاسم: علي عباس علي

اللقب: أ.م.د

قرار أعضاء لجنة المناقشة

نحن أعضاء لجنة المناقشة، الموقعون ادناه، نشهد اننا اطلعنا على رسالة الطالبة (رنا خالد جواد كاظم) الموسومة بـ(الامتنان المتبادل وعلاقته بالأمل المستعار لدى طلبة الجامعة) وناقشناها في محتوياتها، وفيما له علاقة بها، ونعتقد انها جديرة بالقبول لنيل درجة ماجستير تربية في علم النفس التربوي وبتقدير( ).

الامضاء :

اللقب العلمي:

الاسم:

الصفة:

التاريخ:

الامضاء :

اللقب العلمي:

الاسم:

الصفة:

التاريخ:

الامضاء :

اللقب العلمي:

الاسم:

الصفة:

التاريخ:

الامضاء :

اللقب العلمي:

الاسم:

الصفة:

التاريخ:

مصادقة مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية/ جامعة بابل على قرار لجنة المناقشة.

الامضاء :

اللقب العلمي: الاستاذ المساعد الدكتور

الاسم: رياض هاتف الخفاجي

عميد كلية التربية للعلوم الانسانية

جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة بابل – كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسات العليا/ الماجستير

الامتنان المتبادل وعلاقته بالأمل المستعار لدى طلبة الجامعة

ملخص رسالة تقدمت بها
الى مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية في جامعة بابل وهي جزء من متطلبات نيل درجة ماجستير تربية في علم النفس التربوي

الطالبة
رنا خالد جواد كاظم المسافري

إشراف
الاستاذ الدكتور
علي حسين مظلوم المعموري

١٤٤٤هـ ٢٠٢٢م

ملخص البحث

المفهومان الاساسيان في البحث الحالي هما الامتنان المتبادل Mutual gratitude والامل المستعار Borrowed hope ، فالامتنان المتبادل يساعد على رفع معنويات الافراد ويمكنهم من العثور على الصفات الايجابية في الحياة خلال الاوقات السيئة او الصعبة وان الافراد الذين لا يشعرون بالامتنان المتبادل سوف تذهب المنفعة التي حصلوا عليها دون ان يلاحظوها ولا يقودهم ذلك بالشعور بالنعم في حياتهم ويزيد من ذلك شعورهم بالحرمان. اما الامل المستعار فهو ذلك الامل الذي يتخذه الفرد عندما يقوم برسم هدف او التخطيط لشيء ما في المستقبل فيكتسب الامل من نماذج او اشخاص سبق لهم ان حققوا اهدافهم واحيانا يلجا الفرد الى رسم اهداف صعبة او مستحيلة قد يقودهم هذا الى الاحباط والفشل وفقدان الامل لذلك لابد للفرد من رسم اهداف تناسب مستواه وتلائم البيئة التي يعيش فيها .ولهذا هدف البحث الحالي التعرف على:

١- الامتنان المتبادل لدى طلبة الجامعة.

٢- الامل المستعار لدى طلبة الجامعة.

٣- العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار لدى طلبة الجامعة.

٤- الفروق في العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار لدى طلبة الجامعة بحسب الجنس.

٥- الفروق في العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار لدى طلبة الجامعة بحسب الجنس والتخصص.

٦- مدى اسهام الامتنان المتبادل في الامل المستعار.

ولتحقيق ذلك استعملت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، حيث بلغت عينة البحث الحالي (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة بابل وجميع الكليات والاختصاصات وقد اختيرت العينة بالطريقة العشوائية الطبقية. وعمدت الباحثة على بناء مقياس الامتنان المتبادل لعدم توفر مقياس يتلاءم مع عينة البحث الحالي بحدود علم الباحثة وايضا تم بناء مقياس بناء الامل المستعار للسبب ذاته ، وعرضت المقياسيين على مجموعة من المحكمين في العلوم التربوية والنفسية واستخرجت الخصائص السايكومترية للمقياس. وان الوسائل الاحصائية المستعملة لمعالجة البيانات التي جمعتها الباحثة لغرض تحقيق اهداف البحث الحالي حيث استعانت الباحثة بالحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وبرنامج الاكسل، وتوصلت الباحثة الى عدة نتائج منها

عينة البحث درجة جيدة في الامتنان المتبادل لدى عينة البحث امتنانا متبادلا، كما ان لديهم املا مستعار،وجود علاقة ارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار ، ليست هناك فروق في العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار على وفق متغير الجنس (ذكور_ اناث) والتخصص (علمي _ادبي) ،هناك نسبة اسهام جيدة للامتنان المتبادل في الامل المستعار.

وفسرت نتائج البحث وفق النظرية المتبناة والدراسات السابقة وخلص البحث الحالي الى عدة توصيات منها:

- تعزيز الامتنان المتبادل واثره في خلق علاقات اجتماعية متماسكة عند طلبة الجامعة.
- تبصير الطلبة بكيفية الاستفادة من الجوانب الايجابية للامتنان المتبادل في كيفية التعامل مع الاخرين
- اقامة برامج ارشادية لتعزيز الجوانب الايجابية في استعارة الامل من اجل الوصول الى الاهداف المرسومة من الطلبة بيسر وسهولة.

ثبت المحتويات

الموضوعات	الصفحة
العنوان.	ا
الآية القرآنية.	ب
الاهداء.	ت
الشكر والامتنان.	ث
اقرار المشرف.	ج
اقرار المقوم اللغوي.	ح
اقرار المقوم العلمي الأول	خ
اقرار المقوم العلمي الثاني	د
اقرار اعضاء لجنة المناقشة.	ذ
ملخص الرسالة باللغة العربية.	س
ثبت المحتويات.	ش
ثبت الجداول.	ط
ثبت الاشكال	ط
ثبت الملاحق.	ع
الفصل الاول: التعريف بالبحث	
مشكلة البحث.	٢
اهمية البحث.	٦
اهداف البحث.	١٢
حدود البحث.	١٢
تحديد المصطلحات.	١٢
الفصل الثاني: اطار نظري	
اطار نظري اولا: الامتنان المتبادل : نبذة تاريخية	١٦
مفهوم الامتنان المتبادل	١٧
خصائص الشخص المتبادل الامتنان	١٩
مستويات الامتنان المتبادل	٢٠
التعبير عن الامتنان المتبادل	٢١

النظريات المفسرة للامتنان المتبادل	٢١
نظرية سوليفان	٢١
نظرية العاطفة الاخلاقية للامتنان المتبادل	٢٢
نظرية التوسيع والبناء لفريدريكسون	٢٣
نظرية الانموذج المعرفي- الاجتماعي لوود واخرون	٢٤
نظرية وتكنز	٢٥
مناقشة النظريات التي تناولت الامتنان المتبادل	٢٦
اسباب تبني نظرية وتكنز	٢٧
ثانيا: اطار نظري للأمل المستعار	٢٨
مقدمة	٢٨
مفهوم الامل المستعار	٢٩
خصائص الافراد من ذوي الامل المستعار	٣٠
علاقة الامل المستعار ببعض المتغيرات	٣١
الاستراتيجيات والطرق لتنمية الامل المستعار	٣٢
النظريات المفسرة للامل المستعار	٣٤
نظرية لازاروس	٣٤
نظرية سنايدر	٣٦
نظرية سليجمان	٣٨
مناقشة النظريات التي تناولت الامل المستعار	٤٠
مبررات تبني النظرية	٤١
الفصل الثالث: منهجية البحث واجراءاته	
منهج البحث	٤٣
مجتمع البحث	٤٣
عينة البحث	٤٥
اداتا البحث	٤٧
اداة قياس الامتنان المتبادل	٤٨
تحديد المفهوم ومجالاته	٤٨
صياغة فقرات المقياس	٤٨
بدائل المقياس	٤٨
التحليل المنطقي للفقرات (صلاحية الفقرات)	٤٩
اعداد تعليمات المقياس	٥٠

تجربة الوضوح التعليمات والفقرات	٥٠
التحليل الاحصائي لفقرات المقياس	٥١
القوة التمييزية	٥١
الاتساق الداخلي	٥٦
التحليل العاملي التوكيدي	٥٩
الصدق	٦٥
الثبات	٦٦
المؤشرات الاحصائية الوصفية	٦٧
وصف المقياس بصيغته النهائية	٦٩
اداة قياس الامل المستعار	٦٩
تحديد المفهوم ومجالاته	٦٩
صياغة الفقرات وبدائلها	٧٠
التحليل المنطقي للفقرات	٧٠
اعداد تعليمات المقياس	٧١
تجربة وضوح فقرات المقياس	٧٢
التحليل الاحصائي للفقرات	٧٢
الاتساق الداخلي	٧٦
التحليل العاملي التوكيدي	٧٨
الصدق	٨٤
الثبات	٨٤
المؤشرات الاحصائية الوصفية للمقياس	٨٥
وصف المقياس بصيغته النهائية	٨٦
التطبيق النهائي	٨٦
الوسائل الاحصائية	٨٧

الفصل الرابع عرض النتائج وتفسيرها

نتائج الهدف الاول.	٨٩
نتائج الهدف الثاني.	٩٠
نتائج الهدف الثالث.	٩١
نتائج الهدف الرابع.	٩٢
نتائج الهدف الخامس.	٩٣
نتائج الهدف السادس	٩٤

الاستنتاجات.	٩٥
التوصيات.	٩٥
المقترحات.	٩٥
المصادر العربية.	٩٧
المصادر الاجنبية.	١٠٢
الملاحق.	١٠٧
Abstract	A –B- C-D

ثبت الجداول

الجدول	عنوانه	الصفحة
١	مجتمع البحث	٤٤
٢	عينة الكليات وفق الكلية والتخصص والجنس	٤٥
٣	عينة البحث موزعة وفق الجنس والتخصص والقسم العلمي	٤٦
٤	توزيع عينة البحث وفق الجنس والتخصص والقسم	٤٧
٥	نتائج اختبار مربع كاي لجودة المطابقة حول صلاحية فقرات مقياس الامتنان المتبادل بصيغته الأولية	٤٩
٦	توزيع عينة تجربة وضوح التعليمات والفقرات على وفق الجنس والتخصص واللكلية	٥١
٧	نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لحساب القوة التمييزية لفقرات مقياس الامتنان المتبادل بطريقة المجموعتين الطرفيتين	٥٢
٨	علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس ودرجة المجال لمقياس الامتنان المتبادل	٥٧
٩	قيم معاملات الارتباط بين درجة مجال من مجالات المقياس والدرجة الكلية	٥٩
١٠	مؤرات جدودة المطابقة للانموذج قبل التعديل وبعد التعديل للفقرات غير المشبعة	٦١
١١	تشبعات فقرات مقياس الامتنان المتبادل بالمجال الذي تنتمي اليه	٦١
١٢	توزيع عينة الاختبار- اعادة الاختبار	٦٧
١٣	المؤشرات الاحصائية الوصفية للمقياس	٦٨
١٤	نتائج اختبار مربع كاي لجودة المطابقة حول صلاحية فقرات مقياس الامل المستعار بصيغته الأولية	٧١
١٥	عينة تجربة وضوح التعليمات والفقرات	٧٢
١٦	نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لحساب القوة التمييزية لفقرات مقياس الامل المستعار بطريقة المجموعتين الطرفيتين	٧٣
١٧	معاملات الارتباط بين كل فقرة والمجال الذي تنتمي اليه وبالدرجة الكلية لمقياس	٧٦

	الامل المستعار	
١٨	علاقة المجال بالمجال وعلاقة المجال بالدرجة الكلية للمقياس	٧٨
١٩	مؤشرات المطابقة للانموذج قبل وبعد تعديل للفقرات غير المشبعة	٨٠
٢٠	تشبع فقرات الامل المستعار بالمجال الذي تنتمي اليه	٨٠
٢١	المؤشرات الاحصائية الوصفية للمقياس	٨٦
٢٢	نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لمقياس حساسية العدالة	٨٩
٢٣	نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة الفرق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لمقياس الانتباه الانتقائي	٩٠
٢٤	قيمة معامل الارتباط بيرسون الجدولية والمحسوبة بين المتغيرين	٩١
٢٥	الفروق بين معاملي الارتباط بين الامتنان المتبادل و الامل المستعار على وفق متغير الجنس (ذكور- اناث)	٩٢
٢٦	الفروق بين معاملي الارتباط بين الامتنان المتبادل و الامل المستعار على وفق متغير التخصص (علمي- انساني)	٩٤
٢٧	معامل الارتباط ومعامل التحديد ومربع معامل التحديد والخطأ المعياري للتقدير	٩٤
٢٨	تحليل الانحدار البسيط	٩٥

ثبت الاشكال

الشكل	عنوانه	الصفحة
١	البناء النظري للامتنان المتبادل قبل التعديل	٦٣
٢	البناء النظري للامتنان المتبادل قبل التعديل وبعد التعديل	٦٤
٣	شكل المؤشرات الاحصائية الوصفية لمقياس الامتنان المتبادل	٦٨
٤	البناء النظري للامل المستعار قبل التعديل	٨٢
٥	البناء النظري للامل المستعار قبل التعديل وبعدل التعديل	٨٣
٦	شكل المؤشرات الاحصائية الوصفية لمقياس الامل المستعار	٨٦

ثبت الملاحق

الملحق	عنوانه	الصفحة
1	كتاب تسهيل المهمة	١٠٧
2	مقياس الامتنان المتبادل بصيغته الأولية	١٠٨
	مقياس الامتنان المتبادل بصيغته النهائية	١١٠
3	اسماء المحكمين الذين عرضت عليهم اداتا القياس بصيغتها الاولية	١١٣
5	مقياس الامل المستعار بصيغته الأولية	١١٥
٦	مقياس الامل المستعار بصيغته النهائية	١١٨

Ministry of Higher Education & Scientific Research
Babylon University - College of Education For Human Sciences
Department Educational and psychological sciences

Mutual Gratitude and its relationship to Borrowed Hope among university students

A Thesis submitted to:
The Council of College of Education at the University of Babylon as a Partial Fulfillment of Master Degree Requirements in the Field of Educational Psychology

From
Rana Khaled Jawad

Supervised by
Prof. Dr. Ali Hussein Al-Mamory

1444 AH **2022 AD**

Abstract

The two main concepts in the current research are Mutual Gratitude and Hope Borrowed. Mutual gratitude helps lift people's spirits and enables them to find positive qualities in life during bad or difficult times. People who do not feel mutual gratitude will go unnoticed and unnoticed. This leads them to feel the blessings in their lives and increases their feelings of deprivation. As for the borrowed hope, it is the hope that the individual takes when he sets a goal or plans for something in the future. He gains hope from models or people who have previously achieved their goals. Sometimes the individual resorts to drawing difficult or impossible goals. This may lead them to frustration, failure and loss of hope. Therefore, the individual must He sets goals that fit his level and the environment in which he lives.

The current research seeks to identify:

1.Mutual gratitude among university students.

2.The borrowed hope of university students.

3.The correlation between mutual gratitude and borrowed hope among university students.

4.Differences in the correlation between mutual gratitude and borrowed hope among university students, according to gender.

5.The differences in the correlation between mutual gratitude and borrowed hope among university students, according to gender and specialization.

6.The extent to which mutual gratitude contributes to false hope.

Research Methodology: The researcher used the descriptive correlative method.

Research sample: The current research sample amounted to (400) male and female students from the University of Babylon and all faculties and specializations. The sample was chosen by the stratified random method.

Research tools: A measure of mutual gratitude was built for the lack of a scale that fits with the current research sample within the limits of the researcher's knowledge, and also a scale was built for building borrowed hope for the same reason, and the two scales were presented to a group of arbitrators in educational

and psychological sciences and extracted the psychometric properties of the scale

Statistical Means: To process the data collected for the purpose of achieving the objectives of the current research, the researcher used the Statistical Portfolio for Social Sciences (SPSS) and the Amos program, in addition to the Amos program and the Excel program.

research results:

•The research sample possesses a good score in mutual gratitude

•The research sample possesses a good degree of false hope

There is a correlation between mutual gratitude and borrowed hope

•There is no statistical significance in the correlation between mutual gratitude and borrowed hope according to the gender variable (male – female) and specialization (scientific – literary).

•There is a good contribution rate of mutual gratitude to False Hope.

The results of the research were interpreted according to the adopted theory and previous studies, and the current research concluded with several recommendations, including:

•Enhancing mutual gratitude and its role in creating cohesive social relationships among university students.

•Informing students of how to benefit from the positive aspects of mutual gratitude in how to deal with others

•Establishing guidance programs to enhance the positive aspects of borrowing hope in order to reach the goals set by the students easily and easily

مشكلة البحث : (The Research Problem)

يعاني الشباب في الوقت الحاضر من صراعات وتناقضات مختلفة وكذلك حالات الفشل لديهم كون الكثير منهم يضعون اهدافا وامالا وطموحات تفوق قدراتهم وامكانياتهم ولا تتناسب مع الواقع الحياتي الموجود في المجتمع لذلك فالطموحات والآمال يكون في اغلب الاحيان زائفه وغير واقعية وهذا يقودهم الى الاحباط المتكرر بشكل مستمر (معمرية ،2006 :2) وبسبب تعرضهم الى العديد من المشاكل الاجتماعية والاسرية والدراسية مما يسبب لهم الارهاق النفسي ويترك له اثارا جانبيه في حياتهم تدعو الى فقدان الامل مما يجعلهم يلجأون الى اساليب تكيفية قد تكون غير مناسبة للتغلب على هذه الازمات والاحباطات ويضعون لأنفسهم اهداف من خلال ملاحظة نماذج اخرين استطاعوا التغلب على الازمات نفسها او قريبة منها غير اخذين بالحسبان ما يتمتع به هؤلاء الافراد من امكانيات وقدرات (جاسم،2:2016). وقد يبالغ البعض ضنا من انهم يحصنون انفسهم من المخاطر على الرغم من وجود الخطر وانه لا يحصل لهم كما يحصل للاخرين هذه النوع من الحلول تعرضهم للعديد من المشاكل وتعرضهم الى احداث غير مرغوب فيها وكذلك تجعلهم يطورون سلوكيات خطره (Schweitzer, 2002 :228).

وفي هذا المجال يرى ماكينا (McKenna) ان الامل المستعار يحدث عندما يخفض الافراد تقديراتهم او توقعاتهم الشخصية لمواجهة الاحداث السيئة وايضا يبالغون بالأحداث الايجابية مما يؤدي بهم الى الشعور الزائف من الامل (الانصاري،23:1998).

كذلك اوضح باندورا (Bandura) ان استعارة الامل تشبه الى حد كبير عملية التخيل فالفرد يتخيل ويتامل عند مشاهدة شخصية سينمائية او شخصيه عامه لكن سرعان ما تحبط هذه الافكار وتخيب الامال اذ يتعارض الخيال مع الواقع ولا يستطيع الفرد تحقيقه (خيرة ،213:2019).

فالفرد يلجا الى استعارة الامل من اخرين لديهم نجاحات وامكانيات عالية بسبب انقطاع الامل لديه او كثرة خيبات الامل التي تعرض لها او بسبب المشاكل النفسية التي مر بها والتي كانت شديد الاثر عليه (الغانمي ،12:2020).

وهو بذلك يستعمل الامل المستعار كوسيله للعلاج النفسي كونه لا يرى وسيله او منفذا لتحقيق ما يصبوا اليه فهو لا يملك استراتيجية لتحقيق تلك الاهداف، ولذلك يعتقد (Cast 2003) ان الامل المستعار هو طريق سهل للعيش على اساس الامل لكنه يعرض حياة الفرد للخطر ويحط من حياته الفعلية بحيث يكون مشغولا دائما بأمله وينزلق بعيدا عن الحياة اليومية الواقعية (الغانمي ،2020: 22).

فهو ردة فعل للجانب المظلم للسلوك الانساني كالفشل والياس والمرض والعنف فهو تمثيل حقيقي للصراع بين القيود والمطالب المتصارعة للفطرة والثقافة وهكذا تسود السلبيات اكثر من الايجابيات في السلوك وتغلب الاحكام الجزافية (سيرفون،83:2006). مما يؤدي الى الطمس التلقائي للسلوكيات المقبولة لتي يتصف بها نشاط الفرد العقلاني واطلاق عملية النماء المعرفي السليم وايجاد الحلول السليمة للمشكلات (حجازي،20:2012) .

والامل المستعار هو سلوك زائف لدى الافراد لا يحقق لهم ما يريدونه عندما تكون توقعاتهم غير واقعيه ومبنيه على الاوهام وعندما تكون الاهداف التي يضعوها غير ملائمة او تكون الاستراتيجيات التي يستعملونها لتحقيق الاهداف غير فعاله (جودة،16:2015). وقد اشار لازروس (1991) (Lazarus) اننا بحاجة الى الامل المبني على خبراتنا وما نملك من طاقات فمن دون الامل سنكون محبطين ويصبح سلوكنا غير ذي معنى لكنه في بعض الاحيان يستعير الافراد امالهم بشكل غير صحيح مما يؤدي الى الاخفاق في تحقيق الاهداف ولم يعد مصدرا حيويا للتفوق والنجاح في الحياة (Lazarus, 1991: 3).

ان الاشخاص من ذوي الامل الزائف يفتقرون الى السبل اللازمة لبلوغ طموحاتهم واهدافهم ويشككون في امكانياتهم كما يضعون اهداف سهله جدا او في غاية الصعوبة ويرون ان امامهم فرصه ضعيفة في الوصول الى طموحاتهم واهدافهم وبالتالي يتعرضون الى الفشل في تحقيق اهدافهم ويعيشون انفعالات سلبية عندما يسعون الى غاياتهم (الصالحي،45:2005). وهكذا تترجم العديد من المشكلات الشخصية التي يعاني منها الافراد الى امل مستعار بعيدا عن واقع الفرد والعنف الذي يشاهده الاطفال منذ الطفولة يتخذونه مثالا في حياتهم فانهم يظهرون مستويات غير مقبولة من الامل المستعار مقارنة بالأطفال الذين لم يتعرضوا للعنف (Bullough, 2011 :17).

وقد توصلت دراسة (شاير Shier، كافر caver) (2000) ان الامل المستعار له اثارا سلبية على الصحة النفسية والجسمية للفرد فتوقع الفرد اهدافا اعلى من مستوى قدراته ولا يستطيع تحقيقها بذلك يصاب بخيبة امل واحباط(Shier & Caver, 2000 :8).

والامل الذي يستعيره الفرد هو امل غير واقعي يجعله يحتمل الجوانب الايجابية من الحياة فقط ويبتعد عن الاحداث السلبية والسيئة ولو مجرد التفكير فيها كما ان للأمل المستعار خاصيه مستقرة في الشخصية لها تاثيراتها السلبية على ثقة الافراد بانفسهم، فعندما يعتقد بقدرته بشكل كبير دون تاكيد ذلك من الناحية الواقعية دائما ويتوقع الايجابي من الحدث ويعطي للتفاؤل جانب كبير دون الاخذ بالحسبان الاخفاقات التي يمكن ان يتعرض لها، وان هذا التفاؤل والامل المتزايد يقود الافراد الى نتائج سلبية غير متوقعة قد لا تحمد عقباها وتجعلهم في حالة احباط ويكونون عرضة لجملة من المخاطر (الانصاري، 22:2001).

ويرى كارفر (Carver) (1985) ان الامل المستعار سمة من سمات الشخصية وتكون ثابتة نسبيا وان الفرد يكون متفائل ولدية ميل قوي نحو الامل اذا كان خاليا من الصراعات النفسية فاذا اخفق في تحقيق اهدافه او طموحاته او رغباته فقد تنشا لدية العقدة النفسية ويزول الامل والتفاؤل ويسيطر عليه التشاؤم والاحباط ويميل الى الاستسلام والانسحاب من مواجهة التحديات التي تواجهه في المستقبل (خيرة وغيلاني ,23:2019)

ان المبالغة في الركون الى الامل المستعار دون الاخذ بعين الاعتبار الاحداث السلبية او النماذج السلبية التي يقتدون قد يجعلهم غير قادرين على مواجهة مشكلات الحياة وتولد لديهم الصدمة وعدم القدرة على التوافق وعدم القدرة على الاتزان الانفعالي ، وتشير دراسة الانصاري ان ارتباط الفرد بالامل المستعار والتفاؤل من دون مسوغات منطقية او وقائع حقيقية تؤدي الى تعرض الفرد الى المخاطر الصحية بشكل كبير (الانصاري،1998 :23). وأشارت دراسة واينشتاين Weinstein (1980) ان الافراد مدفوعين دائما بامال غير واقعية في الحياة ولا يعيرون اهتمام للسيئ بقدر اهتمامهم بالجيد مما يدفعهم الى التهاون في ممارسة السلوكيات ذات العلاقة بالصحة الوقائية وتكون توجهاتهم مشوشة مما يعرضهم للاحداث السلبية بشكل اكبر ونتيجة للتشوه الحاصل على مستوى الادراك او التشبث بامل غير واقعي (مستعار) يعد مؤشر قويا لتبني مجموعة من السلوكيات المحفوفة بالمخاطر (سلوكيات الخطر) والتي قد تعود بنتائج

سلبية على الفرد وبالتالي يستعمل الادراك المشوه كحجه لتبرير المواصلة في تبني وممارسة السلوك غير الصحي وغير السوي. (Weinstein, 1980 :20-21).

وبسبب نظرة الفرد السلبية لذاته وكثرة الاحباطات يلجا الى استعارة الامل وهذه النظرة السلبية تعود الى مراحل الطفولة والتجارب المبكرة التي خلقت اثار سلبية عنده وهذا الاثار تحدث بصوره الية تتسم بالتكرار وليس من السهل السيطرة والتحكم فيها (أبو حلاوه ، 10:2020). فكثيرا ما يتعرض الفرد الى الملل والقلق ويتلاشى الامل لديه عند القيام بعمل او رسم هدف معين ويمكن استبداله بخيبة امل من خلال علاقته بالوالدين والاصدقاء والاعضاء الاخرين الذين يخذلوه ولا يقدموا على مساعدته لتحقيق اهدافه وطموحاته (الانصاري،20:2001).

كما ان الامل المستعار خبرة معاشه تعني بالضرورة ان الشخص الذي يتمتع بهذه الخبرة يتجه الى الامام وان جهده معبء بحوافز واسهام فعال في صنع المستقبل فاذا اخفق الفرد في اختيار الاستراتيجية التي تحقق له الاهداف المرسومة يصبح لديه الامل زائفا لا فائدة منه (سيد صبحي،72:2003) . وهذه الفئة تعد اكثر تضررا من التغيرات المتسارعة والصراعات المتعددة والضغوط النفسية المتزايدة التي يعاني منها المجتمع العراقي والتي تحمل بين طياتها الكثير من الالام والمتاعب لعدد كبير منهم (الغانمي،12:2020)

كما ان الافراد الذين لا يتصفون بالامتنان وليس لديهم مشاعر متبادلة في الاحساس والامتنان مع الاخرين سيذهب الخير والمنفعة من دون ان يلاحظوا ولا يقودهم بالشعور بالنعم في حياتهم. بل العكس من ذلك يزيد شعورهم بالحرمان في الحياة وسيشعرون ان الحياة لم تهبهم الفوائد التي يستحقونها فالامتنان يضخم الخير في حياة المرء (Watkins, 2014: 75). ومن ضروب الاستشعار بالامتنان المتبادل انه لا ياتي في اللحظة نفسها التي يحدث فيها الموقف الذي يشعر بالامتنان تجاهه فهناك بعض الاشياء تحتاج الى وقت لتعرف قيمة ما اكتسبناه منها وذلك عندما ننظر اليها ببصيرة واحيانا قد تؤدي الى قلة الشعور بالامتنان الى التراجع عن امور كثيرة في الحياة (حسن ، 12:2017) ومن الاستعراض السابق يمكننا تحديد مشكلة البحث الحالي بالإجابة على السؤال الاتي:

هل توجد علاقة ارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار لدى طلبة الجامعة؟

اهمية البحث : (The Importance of the Research)

ينطلق البحث الحالي من التوجه الايجابي لعلم النفس الذي يهتم بالخصائص التي تجعل حياة الافراد النفسية والاجتماعية اكثر سعادة وفاعلية ففيها تتضح الافكار وتنفتح افاقهم للمستقبل لذلك فان العناية فيها يعد من الضروريات المهمة (البيضاوي،41:1997). ويمثل طلبة الجامعة طاقة حيوية لبناء المجتمع وتحقيق تطلعاته لذا تسعى الابحاث النفسية الى الاهتمام بهذه الشريحة المهمة فهم الثروة الدائمة لكل المجتمعات التي لقيت هذه الشريحة اهتماما من قبل المربين والتربويين والمرشدين والمفكرين وغيرهم وان تمتع هذه الشريحة (طلبة الجامعة) بالخصائص الايجابية تجعلهم اكثر انفتاحا وتقبلا لمواجهة ضغوطات الحياة بمختلف اشكالها واكثر تأكيدا لطاقاتهم الخلاقة ، فالطالب اذا فهم قدراته استطاع السيطرة والتحكم بها .وان تحلي الطلبة بالامتنان المتبادل والتفاؤل والسعادة وغيرها من الخصائص الايجابية فانه ذلك بداية لتحقيق الاهداف والطموحات التي يسعون اليها (Petrocelli ,2009: 5).

فمفهوم الامتنان المتبادل غاية في الاهمية في تحديد مستوى حياة الفرد النفسية واتجاه ادائه العام، فضلا عن كونه قيمه اخلاقية اساسيه تسهم جذريا في جودة علاقة الفرد بالأخرين فهو طاقة هائلة بداخلنا تتوج الافراد للنعم فتزداد قدرته على العطاء فهو ترجمه لمشاعر الحب تجاه الله سبحانه وتعالى والاخرين (العبودي وصالح،18:2015) .

فالامتنان المتبادل وسيلة للأفراد ان يقدروا ما لديهم من امكانيات بدلا من البحث عن شيء جديد على امل ان يجعلهم اكثر سعادة او التفكير على انهم لا يشعرون بالارتياح الا اذا تم تلبية كل حاجاتهم المادية، اذ يساعد الامتنان المتبادل الافراد على اعادة التركيز على ما لديهم من امكانيات بدلا من التركيز على ما يفتقرون اليه من احتياجات (Emmons, 2007: 33).

وترى لايبومرسكي (Laybomrsky) (2010) على الرغم من ان الامتنان المتبادل بين الافراد يمكن التعبير عنه بمجموعة من السلوكيات كتقديم الهدايا والمال، الا ان الامتنان المعنوي مثل الشكر والمديح والتقبل افضل بكثير من تقديم الاشياء المادية لان تقييم مشاعر الاخرين له تأثير عميق في شخصيته ويحفز بدرجة كبيرة على الاستمرار في تقديم الخدمات (العبودي وصالح،130:2015).

كما ان الامتنان المتبادل يمكن ان يرفع من الروح المعنوية للافراد ويساعدهم في كشف الخصائص والصفات الايجابية في شخصياتهم وفي الاوقات الصعبة وتحسن رفاهيتهم الشخصية والعلائقية، فمن الممكن جدا ان يعطي الناس بشكل غير مباشر بعض الطاقة الانفعالية عندما يواجهون المحن اذ ان الامتنان المتبادل يزيد الرفاه الانفعالي والامتنان ويساعد الافراد ان يبقوا جنبا الى جنب ويكونوا افضل تعاملا مع بعضهم البعض وكذلك يكونوا اكثر مرونة في التعامل مع الصدمات فالأفراد الذين يعيشون خبرات الامتنان المتبادل يكونون اكثر توافقا من غيرهم (Jain & Jaiswal, 2016: 210).

ويعد الامتنان المتبادل عاطفه ايجابيه ضرورية للبناء والحفاظ على العلاقات الاجتماعية يشعر بها الانسان عندما يعطي لمن اعطى له لو قدم له مساعده فهو عاطفه معقده ترتبط بتقييم الفائدة والعطاء حيث ان سماع كلمات الشكر يعطي الانسان قناعه بانه قد نجح في تحقيق هدفه الخاص بمساعدة من ساعده وجعل حياته على نحو افضل، فهو يشير الى ايجابية التوجه نحو الحياة والحفاوة والاعتراف بالجميل ويعتبر هذا الشعور من اهم الدوافع النفسية لدى البشر التي تدفعهم للعمل، والتقدم، والنمو، والازدهار في الحياة (Bartlett & DE steno, 2012: 2).

فالامتنان المتبادل يمثل شعورا يحدث في العلاقات القائمة على اساس التبادل عندما يعترف شخص بتلقي هديه قيمه من شخص اخر وضرورة ارجاعها وبهذا المعنى يكون الامتنان المتبادل كباقي العواطف الاجتماعية وظيفة للمساعدة في تنظيم العلاقات وتعزيزها، كذلك هو استجابة عاطفيه تتضمن الشكر والتقدير والعرفان لمن اسدى لنا خدمة او فضلا ويتضمن امتنانا روحيا لله على نعمه وفضله، وكذلك امتنان شخصي الشكر الموجه لشخص نتيجة تقديمه لنا خدمه او مساعده (دسوقي،17:2020).

ومن نتائج دراسة (واتكنز) (2004) توصلت في بعض نتائجها الى اهمية الامتنان المتبادل بالنسبة للجانب الاجتماعي للافراد وارتباطه بالمتغيرات الاجتماعية مثل الرفاهية وبناء الدعم الاجتماعي وانه يقلل من دافع الانتقام كما يساعد على تقبل الحياة والرضا ويساعد الفرد على الشعور بالسعادة (Watkins, 2004: 27).

كذلك توصلت دراسة فتحي (2016) ان الامتنان المتبادل هو قوه ايجابيه تعتمد على التدخل الايجابي في خفض السلوكيات السلبية للفرد مثل التنمر الالكتروني كما انه عاطفه معززه

للعلاقات الاجتماعية من خلال الادراك المعرفي للاحداث اليومية التي يمر بها الفرد وتبادل هذه الاحداث مع الاخرين (فتحي،32:2016) .

فالامتنان المتبادل بين الافراد ليس فقط مجرد نظره ايجابيه للحياة وانه طريقه لوضع حياة المرء في المنظور الجيد بل انه يفيد لعلاج العديد من مصاعب الحياة ووسيلة لتحقيق راحة البال والسعادة وتحسين العلاقات الاجتماعية مع الاخرين ، فالشخص الممتن يتصرف على نحو فعال اجتماعيا كشكل من اشكال التعبير عن امتنانه لذا فان السلوكيات الامتنانية المتبادلة تعزز التفاعلات الاجتماعية للفرد الممتن (البيضاوي،4:2020).

وقد توصلت دراسة (McCullough) (2002) ان الامتنان المتبادل يولد السلوكيات الموالية للمجتمع ويجعل من الفرد ان يستجيب على نحو فعال تجاه من ساعده او قدم له خدمة (McCullough, 2002: 13). فالامتنان المتبادل يلهم الشخص على التصرف الايجابي مع الاخرين فهو معزز اخلاقي يمكن الفرد من التصرف بإيجابية مع الاخرين في المستقبل (McCullough, 2002: 113). فالامتنان المتبادل بين الافراد يعد من السلوكيات المهمة وانه ذا قيمة عالية وهذا ما توصلت اليه دراسة لمبرت (2011)(Lambert, 2011 :22).

وترى فريدريكسون (Frederickson, 1998) ان الامتنان المتبادل يساعد على بناء العلاقات الاجتماعية التي تكون اساسها المشاعر الايجابية المتبادلة وهذا يفسر لنا لماذا الافراد دائما يميلون الى التفاؤل والحيوية (Frederickson, 1998: 5).

ان الامتنان المتبادل مع الاخرين والاعتراف بحق الاخرين هو وسيلة للأفراد ليقدروا ما لديهم بدل من البحث عن علاقات جديدة يكونون على امل ان تجعلهم سعداء اذ يساعد الامتنان على التركيز على ما لديهم وتقديره بدلا من البحث عن اشياء جديدة (Jain&Jaiswal, 2016:21)

فالافراد المتبادلون الامتنان والمعترفون بافضال الاخرين ومساعداتهم يفكرون بطرائق مهمة لاثراء حياتهم من خلال اعمال الخير الصادرة من الاخرين اليهم ويشعرون بسعادة لارجاع هذه الاعمال الخيرة او المنافع، كما انهم يتصفون بمستوى عالي من الانفعال الايجابي ومستوى منخفض من الانفعال السلبي (Polak, 2006: 355). وقد اكد لمبرت (Lambert 2011) في التعبير عن الامتنان المتبادل في العلاقات الزوجية ان هذا الامتنان يؤدي الى صيانة هذه

العلاقة، اذ اقترح ان الاعراب عن الامتنان من شانه ان يزيد التصور الايجابي للشريك ومن ثم زيادة الراحة في التعبير عن مخاوف العلاقة وهو شكل من اشكال صيانة العلاقة الزوجية (Lambert, 2011:5).

اشارت دراسة انوكيوبزي وسنايدر (Onwuegbuzie&snyder,2000) التي اجريت على طلبة من مستويات واطئة من الامل يعيشون قلقا عاليا وخاصة في مواقف المنافسة والامتحانات لذلك فهم يستعيرون الامل من ذوي الامل العالي والمحققين اهدافهم للتغلب على هذه المنافسة والتفوق في الامتحانات (Furlong, 2009: 39).

فعندما يكون الفرد منخفض الامل يمنحه استعارة الامل من الاصدقاء والاهل والمجتمع الذي يعيش فيه ويمكن للأخرين من الافراد الذين يتمتعون بأمل عاليا ان يمنحوا هذا الامل للأفراد الذين يشعرون بالاكتئاب وخيبة الامل عند الاقدام على تحقيق اهدافهم (أبو حلاوة ،2020 :22)

يرى سنايدر (Snyder, 1991) ان قوة استعارة الامل من الحالة الدافعية الايجابية التي تعتمد على الاحساس التفاعلي المشتق من قوة النجاح (القوة الموجهة للهدف) والطرائق (التخطيط لتحقيق الهدف) وكذلك قوة الارادة التي تنصب على ادراك الفرد في بدء الحركة باتجاه تحقيق الهدف وتشمل القوة اعتقاد الفرد في انه من الممكن الوصول الى الهدف والحصول على الثقة في اتخاذ الخطوط السريعة تجاه تحقيق الهدف (Snyder, 1991: 281).

فوراء الاهداف التي يسعى اليها كل سلوك انساني دوافع واسباب فاذا عرفنا هذه الدوافع والاسباب التي تكمن وراء السلوك فأننا نكون قد تمكنا من تقديم ما نستطيع تقديمه لتغيير اسلوب التصرف عندما يتطلب ذلك وان استعارة الافراد للأمل يساعد في مواجهة مشكلات الضعف في السلوك وايجاد سبل لحلها (البيضاوي ،2020: 33).

ان لكل فرد مطامع وامال في حياته وقد تساعده الظروف فيحقق بعضا منها او قليلا منها او جميعها وكذلك قد يعيش بعض الافراد حياة قاسيه ويعيش اخرون حياة اقل قساوة لذلك يستعير الافراد الامل من اجل التغلب على الظروف القاسية وتحقيق الاهداف. (خيرة وغيلاني، 41:2019). وهكذا يمكن ان يتأقلم مع ظروفه الضاغطة اذ بين لازروس (Lazarus, 1991) ان الامل يزود الانسان بأرضية تمكنه من التواصل مع الحياة من خلال التغلب على الصعوبات

والمشاكل وان كل فرد بحاجة الى استعارة الامل لأنه بدونه يكون محبط وحزين كما انه يجب ان يتضمنه الكفاح والتصميم وبذلك يكون عاملا مساعدا لتوقع ظروف احسن وافضل ويصبح لديه استعداد لتحقيق الطموحات (Lazarus, 1991: 11).

اشار سنايدر الى اثر الامل في تكوين الافكار الايجابية ومكافحة الافكار السلبية لاسيما في حالات الضغوط والافكار السلبية المتداولة في اذهان الافراد وكذلك تنمية مهارات الفرد وقدرته على التحدث الايجابي مع نفسه وان طريقة تفكير الفرد في النجاح والفشل هي التي تحدد مستوى الامل الذي اكتسبه وتحدد دافعيته (Snyder, 2002: 4).

فالأمل المستعار هو تعبير عاطفي مستقر في المواقف التي يواجهها الفرد ويعتقد انه بإمكانه التواصل وتحقيق اهدافه المستقبلية (العبودي وصالح،62:2015).

ويرى مارتن سيلجمان (Marten Seligman)ان الامل المستعار من ضمن مجالات علم النفس الايجابي الذي يمنح الفرد فيه السمات الايجابية التي تجعله اكثر سعادة والتي يرصد فيها الفرد المؤشرات السلوكية التي تشير الى ارتفاع مستوى الرضا عن ذاته وحياته وعن الاهداف التي ينبغي الوصول اليها وتحقيقها. (سيلجمان،15:2004) .

ويؤكد شاير (Schier ,2000) في دراسته ان الامل المستعار الذي يتخذه الفرد له نتائج واثار ايجابية على صحته النفسية والسلوكية تجعل الفرد يؤمن بتوقع نتائج ايجابية تجعله يتكيف مع المواقف الصعبة التي يمكن ان تواجهه اثناء مسيرة تحقيق الاهداف ويمكن ان تزرع في نفسه الامل على تحقيق ما حققو وبذلك تكون لديه رؤية مشرقة بان كل شيء سيصبح جيدا وقد اكدت ذلك مقولة سنايدر " ان الامل المستعار هو اعتقاد بانك تمتلك الوسيلة والارادة لتحقيق اهدافك مهما كانت تلك الاهداف (Schier, 2000:106)

واوضح لينسن (Linsson,1995) ان الامل المستعار هو طريقة للخروج من المحنة او الصعوبة من اجل التغلب عليها وتغيير الوضع الحالي للفرد بوضع افضل اعتماد على رؤية اناس اخرين اتبعوا الطريقة نفسها(أبو حلاوة 2020: 23)

فالأمل المستعار هو توجهات الفرد كهدف اورغبة اذ يستطيع الفرد من خلاله ان يغير مصيره في اشباع حاجاته ليستطيع ان يحقق رغباته (Stotland, 1958: 55).

كما بين راند (Rand,2009) ان الامل المستعار هو قدرة يدركها الفرد تكون ممزوجة بدافعية قوية تمكنه من ايجاد الوسائل والطرائق التي يستطيع من خلالها ان يحقق ما يرغب به وما يطمح اليه (Rand, 2009: 300).

لذلك يهتم البحث الحالي بالامتنان المتبادل والامل المستعار بوصفهما متغيرات ذات اهمية كبيرة في عالم تعصف به المتغيرات السريعة من كل جانب وتترك بصماتها على الحياة الاجتماعية والنفسية فضلا عما ظهر في المجتمع من السلوكيات الاجتماعية السلبية مثل الانانية والاستغلال والياس وغيره وتتلخص اهمية البحث في:

الاهمية النظرية Theorrtical Importance

- يقدم البحث الحالي رؤيا نظرية اكثر وضوحا حول متغيري البحث المتمثلة بالامتنان المتبادل والامل المستعار لتوجيه انظار التربويين والاكاديميين الى اهمية هذه المتغيرات واثرها في العملية التربوية.

- موضوع البحث الحالي يشكل اضافة علمية جديدة لعلم النفس الايجابي وعلم النفس المعرفي والاجتماعي والتربوي في فهم وتكوين شخصية الافراد الذين يمرون بمواقف يشعرون فيها بالامتنان المتبادل .

- اهتم البحث الحالي بفئة المراهقين في المرحلة الجامعية لما لها من اثر في تحمل المسؤولية.

الاهمية التطبيقية: Practical Importance

- البحث الحالي يوفر اداة للكشف عن الامتنان المتبادل والامل المستعار لدى طلبة الجامعة.

- يمكن ان تخدم نتائج هذا البحث المختصين في ميادين التربية والتعليم والارشاد التربوي والنفسي والاجتماعي وطريقة القياس التي استعملت وما انتجه البحث من نتائج.

اهداف البحث: (Aims of the Research)

يسعى البحث الحالي التعرف على:

١. الامتنان المتبادل لدى طلبة الجامعة.

٢. الامل المستعار لدى طلبة الجامعة.

٣. العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار لدى طلبة الجامعة.

٤. الفروق في العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار لدى طلبة الجامعة بحسب الجنس.

٥. الفروق في العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار لدى طلبة الجامعة بحسب التخصص.

٦. مدى اسهام الامتنان المتبادل في الامل المستعار.

حدود البحث : (Limitation of the Research)

يتحدد البحث الحالي بدراسة (الامتنان المتبادل وعلاقته بالأمل المستعار) لدى طلبة جامعة بابل للدراسة الاولية الصباحية ولكلا الجنسين (ذكور _ اناث) ولكلا التخصصين (علمي _ انساني) للعام الدراسي (2021-2022)

تحديد المصطلحات: (Definition of the Research)

توضح الباحثة متغيرات بحثها الحالي توضيحا علميا وعلى النحو الاتي:

اولا: الامتنان المتبادل (Exchange gratitude)

فقد عرفة كل من:

١- سيلجمان (Seligman, 2004)

احساس معبر عن الشكر والفرد ردا على تلقي الهدية سواء كانت الهدية منفعة ملموسة من شخص اخر محدد ام لحظة التقييم السلمي التي حركها مجال الطبيعة (Seligman,2004:554).

٢- فريدريكسون (Fredrickson, 2004)

انفعال اجتماعي يوسع نطاق (الفكر- الفعل الاني) لدى الفرد لحظة حصوله على احسان ويحفزه على التفكير الابداعي وكيفية تسديد الاحسان بطريقة اجتماعية ايجابية مما ينتج عن عملية التفكير افكار جديده تصبح موارد شخصيه دائمة لدى الفرد (Fredrickson,2004:152).

٣- واتكنز (Watkins,2014)

هو استعداد لدى الفرد بان يؤكد ان شيئا جيدا حدث ويعترف ان شخصا اخر هو المسؤول عن هذه المنفعة وضرورة ارجاعها (Watkins 2014: 76).

التعريف النظري : تبنت الباحثة تعريف وتكنز كونه يمتاز بالوضوح والشمولية في تعريف المتغير.

التعريف الاجرائي: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من طريقة استجابته على فقرات المقياس المستعمل في البحث الحالي.

ثانيا: الامل المستعار (Borrowed hope)

عرفه كل من:

١- باندورا (Bandura,2002)

هو عملية التفكير في الاهداف الشخصية مع وجود الدافعية التي تدفع الشخص لتحقيق هذه الاهداف من خلال ملاحظة اطراف اخرى حققت الاهداف نفسها(Bandura,2002: 45).

٢- فأديمان (Fadiman,2009)

حالة دافعية ايجابية تستند الى شعور ذي منشأ في القوة للوصول الى الرغبة او الحاجة (الغانمي ، 2020: 18).

٣- **سنايدر(Snyder,2010)**

هو انبعاث روح الامل عندما يلاحظ الفرد تحقيق الطموح في شخص اخر مثل انبعاث روح الامل لشخص يرغب في الحصول على وظيفة عندما يجد شخص اخر قد حصل عليها غيره (العبودي، 67:2010).

التعريف النظري : تبنت الباحثة تعريف سنايدر كونه يمتاز بالوضوح والشمولية في تعريف المتغير.

التعريف الاجرائي: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من طريقة استجابته على فقرات المقياس المستعمل في البحث الحالي.

سنتناول في هذا الفصل الادبيات والنظريات التي تناولت مفهومي البحث الحالي والمتمثلة بالامتنان المتبادل والامل المستعار وكما يأتي:

اولا: الامتنان المتبادل (Mutual gratitude)

- **نبذة تاريخية:**

على مر التاريخ كان لمفهوم الامتنان مكانة مهمة عند علماء الدين والفلاسفة فهم يرون ان الافراد ملتزمون اخلاقيا بالتعبير عن تبادل الامتنان عند الحصول على منفعة من الاخرين ، وفي ثلاثينيات القرن الماضي تطرق علماء النفس الى الامتنان بشكل عام وبعد ذلك حددوا انواع واقسام للامتنان منها الامتنان المتبادل وعدوه نوعا من انواع الامتنان ، فقد عد (Berger) ان الامتنان المتبادل اساسي وحيوي للحفاظ على التزامات المعاملة بالمثل بين الافراد واعتبره اخرون انه سلوك تكيفي تطوري لأنه يجبر الافراد على الحفاظ على التماسك الاجتماعي بوصفه استجابة للسلوك الايثاري اما في الآونة الاخيرة فبدات البحوث النفسية تتطرق الى الامتنان المتبادل من منطلق انه فضيلة تسهم جنبا الى جنب مع غيرها من الظواهر المتعلقة بالحياة الجديدة وتحقق الرفاهية للمجتمع (Emmons& McCullough, 2004: 464).

فالامتنان المتبادل من وجهة نظر(Emmons) ينشا من التاكيد على الخبر او الاشياء الجيدة في حياة الفرد وان هذا التاكيد يكمن جزئيا على الاقل خارج نطاق الذات علاوة على ذلك فان هذه العملية المعرفية تثير عواقب سلوكية وتحديدا في تمرير الهبة بوصفها عملا ايجابيا وعلى هذا النحو يخدم الامتنان كحلقة رئيسة بين المتلقي والمعطي اذ انه ليس ردا على الشفقة الواردة فحسب لكنه ايضا حافز لاعمال الخير في المستقبل من جانب المتلقي. (العبودي،130:2015)

ولقد اهتم علم النفس الايجابي بالبحث عن المفاهيم الايجابية مثل الامتنان المتبادل من منطلق بث معايير جديده للصحة النفسية التي تشكل ادوات نافعه في تنمية الشخصية الانسانية فضغوط الحياة التي يعانيها الفرد في الوقت الحاضر تجعله يعيش حاله من القلق والتوتر فتبادل الامتنان يجعل الافراد اكثر تفاؤلا واكثر تمتعا بالحياة فهو يسهم في استمرار الحالة النفسية وتعزيز القوى والموارد الايجابية الاخرى وكذلك ويسهم في زيادة القدرة على مواجهة التغيرات والتحديات التي يتعرض لها الانسان في حياته (Emmons & McCullough, 2004 :5).

ان للامتنان اثر كبير في سعادة الفرد ففي دراسة قام بها ايمونز (Emmons 2004) من جامعة كاليفورنيا ومايكل من جامعة ميامي حول الامتنان وكيف يحقق السعادة طلب فيها من جميع المشاركين كتابة بعض الجمل كل اسبوع تركز على الاحداث التي اثرت عليهم (مع عدم التركيز بوصفها ايجابية او سلبيه) وبعد ١٠ اسابيع ظهر ان الافراد اللذين كتبوا عن الامتنان كانوا اكثر تفاؤلا وقيمو حياتهم بوصفها حياة طيبة وممتعه، بينما قيمت المجموعة الثانية مشاعر السعادة بدرجة اقل من المجموعة الاولى من ذلك تبين ان درجة الامتنان المتبادل ومدى الاستفادة منها ومبادلتها مع الاخرين يزيد من اواصر العلاقات الايجابية بينهم وتزداد الثقة في هذه العلاقات (العبودي وصالح،131:2015).

فالافراد الذين يركزون على الامور المادية (الناس اللذين يحصلون على الثروة والممتلكات المادية) ياخذون الاولوية للعلاقات المادية (ذات المغزى) والمشاركات المجتمعية ويكونوا تعساء على نحو عام فهم غير راضين عن حياتهم ويظهرون مستويات عالية من الانفعال السلبي ومستويات منخفضه من الانفعال الايجابي وهم في خطر التعرض لمجموعة متنوعة من الاضطرابات النفسية وبالتالي يكون تبادل الامتنان والعلاقات الاجتماعية لديهم منخفضه. (McCullough, 2006: 355)

واشار(ادم سميث) صاحب نظرية المشاعر الاخلاقية اذا كان احدنا ينتفع من العون الذي يقدمه شخص اخر فلا يمكننا ان نتعاطف بالكامل مع شعور المنتفع بالامتنان الا اذا كان من قدم العون قد انطلق فعله من دافع يتفق معه فلا يمكننا بان نعتقد فعل العون يستحق الثواب الا اذا كان منبثق من دافع ايجابي (باتر 68:2014).

وقد اقترح وينر(Weiner) في نظرية العزو ان الافراد يعزون كل النتائج الايجابية للاشخاص الاخرين بالتبعية ولا يعزوها الى مجهوداتهم الشخصية وبالتالي تثير لديهم مشاعر ارجاع تلك المنافع (فتحي ٢٠١٦ ص٣٣).

- **مفهوم الامتنان المتبادل**

ان للامتنان المتبادل معنيين الاول معنى اجتماعي والثاني معنى متسامي. فمن حيث كونه معنى اجتماعي فيشير الى الشعور الذي يحدث في التبادلات بين الاشخاص عندما يشعر شخص ما بالحصول على منفعة او فائدة مقدمه من شخص ما وضرورة ارجاع هذه المنفعة او

الفائدة، كما انه يكون مرتبط بالادراك بان الشخص مدرك لهذه المنفعة الشخصية وانه حصل عليها بسبب النية الحسنة لذلك الشخص وان المشاعر المتبادلة للامتنان تركز على نوعين من المعلومات الاساسية التي يعالجها الفرد اولها: هي التاكيد على الخير او الاشياء الجميلة في حياة الشخص. وثانيها: الاعتراف بهذه الاشياء وكيفية ارجاعها. اما المعنى الثاني للامتنان المتبادل فهي روحية متساميه اذ ينظر الفلاسفة القدماء الى ان الامتنان المتبادل هو علاقة الشخص بالشخص الاخر فالاشخاص يسعون دائما الى ايجاد طرائق عديدة للتعبير عن امتنانهم وشكرهم لمن احسن اليهم او عمل معهم عمل نافع او فائدة معينه (Emmons, 2004 :18).

فكلمة الامتنان تشير الى الاحسان والامتنان المتبادل هو تبادل الاحسان والجميل لمن احسن الينا وبين ماسلو انه يمكن التمييز بين نوعين من الامتنان المتبادل الامتنان الشخصي والامتنان عبر الشخصية. الامتنان الشخصي هو الشكر لشخص معين بسبب انه قدم لنا فائدة او منفعة. اما الامتنان عبر الشخصية فهو امتنانه بالشكر لله بما من علينا به من نعمه وعطاياه (Amin, 2018 :335).

ويشير (ادم سميث) ان الامتنان المقدم من شخص معين هو المحفز الاساسي الذي يدفعنا الى تقديم مكافاة لمن اسدى لنا الخدمة فهو علاقة تبادلية بين المتلقي والمعطي (حسن ،36:2017). فتبادل الامتنان والعلاقات الاجتماعية هي الاخذ والعطاء هي فضيلة يمكن ان تسهم في العيش بشكل جيد وقد حظي هذا الاسلوب بتقدير كبير عبر الثقافات المختلفة (الاعسر،593:2013)

اذ يرى الفلاسفة القدماء امثال (سينكا) و(شيشرون) ان الامتنان المتبادل في العلاقات الاجتماعية هو فضيلة ذات قيمه عليا في حياة الانسان بدلا من نكران الجميل والفضل الذي قدمه الاخرون لنا (Hume, 1988 :466). فالامتنان المتبادل يمكن الفرد من العثور على الصفات الايجابية في الاوقات العصيبة والسيئة التي تحدث للاشخاص كما انه يساعد على تحسين الرفاهية الشخصية ومن الممكن ان تقلل من الطاقة الانفعالية التي تحدث للاشخاص في اوقات المحن. (حسن، 555:2018). والعلاقات المتبادلة ورد المعروف والاعتراف بالجميل يساعد الناس على ان يبقوا جنبا الى جنب كما انهم يكونوا افضل تعامل مع الاخرين وكذلك تقلل حالات العدوانية عند الاشخاص مما يفسح المجال للقيام بمزيد من العلاقات (Jain&Jaiswal 2016: 209).

ان تبادل الامتنان مع الاخرين هو من اكثر نقاط القوة لدى الشخص وذات طابع اكثر ارتباطا بقوة الرضا عن الحياة وجميع الاشياء الجيدة التي تحدث في حياة الشخص كما انه يؤسس رابطه عاطفيه بين الناس (Peteson, 2013 :130).

ويرى سيلجمان ان الافراد يشعرون بتبادل الامتنان عندما يحسن الاخرون اليهم (مصادر شخصيه) من شخص معين لكن لا يمكن للانسان تبادل الامتنان لذاته كما وصف سيلجمان الامتنان المتبادل بانه القوة العاطفية التي تمتد خارج حدود الشخص وتصله بشي اكبر وانها حاله مستمرة (سيلجمان، 2002 :11).

والامتنان المتبادل له عدة اوجه فالوجه الاول (الكثافة) يعني ان الفرد شهد حدثا او خدمة من شخص اخر مما كثف الامتنان له ، والوجه الثاني سمي (التردد) ان الفرد يكرر الامتنان مع الشخص الذي قدم له خدمة لعدة اسباب ، والوجه الثالث (المدة) تشير الى الظروف التي شعر فيها الفرد بالامتنان لشخص اخر في وقت معين ، والوجه الاخير (القوة) يشير الى عدد الاشخاص المتبادلين للامتنان عندما يشعرون بمدى تحقق الاهداف الايجابية تجاههم . (Rodenberry, 1998 :63).

- **خصائص الشخص المتبادل للامتنان**

بحث علماء النفس العديد من الخصائص في الاشخاص المتبادلين للامتنان والشكر والعرفان ووجدوا ان من اهم هذه الصفات انهم قليلو الانانية وان لهم اهتمام بالاخرين ويميلون الى التعاطف مع الاخرين ويبذلون وقتا وجهدا من اجل ارجاع المساعدة ولديهم قيمه عليا للمساعدة المقدمة لهم وهذه الخصائص ما اكدته دراسة (Emmons, 2002) التي اجريت على مجموعه من الاشخاص اللذين يتمتعون بالمساعدة ويعترفون بقيمة المساعدة ولا يترددون في ارجاعها انهم اشخاص متميزون بالصدق ودائما يسعون الى شكر من قدم لهم المساعدة وانهم لايميلون الى نكران الجميل والمعروف (العبودي وصالح، 133:2015). ولهذا فالامتنان المتبادل يمثل طريقة قوية ومؤثره عندما يقدم لك شخص معروف مهما كان حجم المعروف فعندما تبادله بالشكر والامتنان فانه تشعر بقوة في داخلك للقيام بالمزيد من الاعمال لذلك يجب ان تزرع فضيلة الامتنان ورد الامتنان عند الانسان منذ الطفولة حتى يتعلم الانسان (الطفل)منذ الصغر ان ياخذوا ما يريدون بالمقابل شكر الاخرين على ما اخذو منهم (محمد، 13:2013).

ان الاشخاص الممتنين للاخرين يقدرون ما يقدم لهم ولا يشعرون بالحرمان والنقص في الحياة كما ان لديهم احساس بالوفرة ويقدرون اسهامات الاخرين ومساعدتهم التي تعزز رفاهيتهم ويتميزون بالرضا عن جميع ما يقومون به وهذا الرضا يساعدهم على التمتع بالحياة (Watkins 432:2014).

- **مستويات الامتنان المتبادل**

اوضح ايمونز (Emmons, 2000) ان الامتنان المتبادل يمكن التعامل معه على اساس انه انفعال او حس اخلاقي او استجابة توافق او استجابة انفعالية ما بين فرد واخر او فرد ومجموعة من الافراد المتفاعلين وتكون نتيجة قيام فرد ما بتقديم مساعدة او منفعة تتحتم على الفرد ان يشعر بالتقدير والثناء للشخص الممتن وينبثق شعور لدى الفرد بضرورة استرجاع هذه المساعدة او المنفعة وكذلك تتمثل ايضا باحسان الافراد لنا ومساعدتهم لنا اثناء المواقف الصعبة والمحن فيشعر الفرد حينها بالتقدير والثناء والاعتراف بالجميل لهؤلاء الافراد (Emmons, 31: 2000). واضاف (Emmons) ان تاثير الامتنان المتبادل لا يقتصر فقط على الفرد انما يتعدى لذلك على مستوى المجتمع ايضا حيث انه يوسع شبكة الخير والمنفعة عبر تبادل الخدمات ما بين الاطراف الاجتماعية كافه وكذلك يساعد على بناء دعم اجتماعي افضل يؤدي بالافراد على تحقيق الاهداف ومواجهة التحديات ويمكن الفرد من اكتساب مهارة التعامل مع المواقف الصعبة في الحياة وعلى هذا الاساس قسم (ايمونز) مستوى الامتنان المتبادل الى مستويين هما :

١_ **الامتنان المتبادل بين الافراد:** ان هذا النوع من الامتنان هو من اكثر الانواع الامتنان الذي يكون فيه تفاعل اجتماعي حيث يقتصر على الاب والام والاخ والاخت والزوجة والابناء والاخوة حيث تكون نتيجة تبادل الامتنان ورد المعروف الى زيادة كمية التفاعل الاجتماعي فيما بينهم وتازر وتكامل علاقاتهم الحميمه.

٢_ **الامتنان المتبادل بين الجماعات:** هذا النوع يكون من الامتنان يكون بين الجماعات والاصدقاء والاشخاص الاخرين الذين قدموا لنا معروف او مساعدة هذا النوع يساعد على اقامة علاقات اجتماعية متبادلة متفاعلة يسودها الحب والاحترام والتعاون وهذه العلاقات تدفع الفرد الى القيام بسلوكيات اجتماعية مرغوبة بشكل متكرر (الحشوش، 77:2011).

- **التعبير عن الامتنان المتبادل**

ان من اهم وسائل التعبير عن الامتنان المتبادل هي :

١. **وسيلة الامتنان اللفظي:** وتعتمد هذه الوسيلة على رد المعروف او الاحسان بالكلمات او العبارات اللفظية مثل كلمة (شكرا) للاشخاص الاخرين اللذين قدموا لنا المعروف او الاحسان وهذه الكلمات تزيد من كمية التفاعل الاجتماعي والامتنان المتبادل بين الافراد .

٢. **وسيلة الامتنان غير اللفظي:** الاتصال هو العملية التي يقوم بها الانسان من خلال نقل مشاعره وارائه للاخرين اللذين قدموا او اسدوا له المعروف ويكون ذلك عن طريق الكلمات المكتوبة او تعابير الوجه او الاحتضان تكريما واعتزازا لما قدموه لنا (ابو جادو، 80:2015).

- **النظريات المفسرة للامتنان المتبادل**

سيعرض في هذا المحور عدد من النظريات التي فسرت الامتنان المتبادل ومن هذه النظريات الاتي:

اولا: نظرية سوليفان (Sullivan, 1948)

تميزت نظرية سوليفان انها من النظريات التفاعلية وهو يتحدث عن كيفية نمو الشخصية وكيفية يكتسب الفرد التفاعل منذ الطفولة عن طريق العلاقات الاجتماعية مع الاخرين حيث وجد انه لا وجود للشخصية من دون التفاعلات الاجتماعية وانه تنظيم الشخصية يعتمد على العلاقات الاجتماعية مع الاخرين واننا بحاجة ماسة لتلك العلاقات الاجتماعية والتفاعلات مع الاخرين حتى نشبع حاجاتنا ونحقق اهدافنا (عبد الهادي ،155:2013).

وان الانسان تتكون لديه علاقات مع الاخرين من خلال اعترافه بافضال الاخرين عليه وامتنانهم له وكيفية تقدير هذا الامتنان لذلك من خلال هذا الاعتراف تنمو العلاقات الامتنانية المتبادلة بين الافراد كما انه هذه العلاقات تحول الكائن الحي من كائن عضوي الى كائن اجتماعي متفاعل، كما اكد سوليفان ان الام هي الاساس في تكوين وغرس هذه العلاقات الامتنانية عند الطفل منذ الطفولة (مهدي، 58:2018).

والفرد بحكم طبيعته يكون معرضا للعديد من الانفعالات السلبية مثل الخوف والوحدة والقلق والاحداث السيئة التي تحدث معه في حياته اليومية وان الفرد يتخلص من هذه الاحداث

بمساعدة الاخرين له ووجب على الفرد رد هذه المساعدة او المعونة وبالتالي سوف يؤدي به الى تكوين علاقات اجتماعية متبادلة مع الاخرين (عطية، 30:2001).

ثانيا: نظرية العاطفة الاخلاقية للامتنان المتبادل (Emmons&McCullough,2001)

تؤكد هذه النظرية على اهمية الامتنان المتبادل وترى ان للامتنان المتبادل ثلاث وظائف اخلاقية معينة وهي: وظيفة المقياس الاخلاقي، والدافع الاخلاقي، والمعزز الاخلاقي ويحدث ذلك عندما يعبرون الافراد عن امتنانهم لشخص قدم لهم منفعة من خلال الكلمات والتعبير عن الشكر (Froh, 2011 : 312).

فالوظيفة الاولى: تعني ان للامتنان المتبادل قراءات عاطفيه حساسة تشير الى نوع من التغيير (علاقة المرء الاجتماعية) وان رد المعروف او الجميل يكون بمثابة عمل اخلاقي في حياة الفرد يعزز من رفاهيته، ويرى ان الافراد الحاصلون على المنافع والمستفيدين من الاعمال المقدمة هم اكثر الناس شعورا بالامتنان واهميته وانهم دائما في حالة جهد مستمر من اجل ارجاع المنافع والحفاظ على العلاقات الاجتماعية (McCullough, 2001 :251).

اما الوظيفة الثانية: تعبر عن ان الامتنان المتبادل هو لا يعمل فقط على العاطفة التي يقوم بها الاشخاص المستفيدين عندما يشعرون ان شخصا معين تعمد في تقديم المنفعة لهم لكن يمكن ان تكون هذه العاطفة تحفيزيه تدفع الناس دائما الى رد الجميل والمعروف الى الاشخاص الذين سبقوا ان ساعدوهم او قدموا لهم معروف او معونة في اوقات معينه وبذلك فهم من اكثر الاشخاص الذين يمكنهم كبح الدوافع السيئة (Emmons &McCullough, 2004 :128).

والوظيفة الثالثة: فهي تعبر عن ان الامتنان معزز اخلاقي للسلوك لان التعبير على رد الاحسان او المعروف ينتج عنه جهودا كبيرة من جانب المستفيد فهذا المجهود يساعده على التصرف بشكل اخلاقي في المستقبل كما انه يجعل الفرد يشعر بتكيف عالي في التعبير عنه فعندما يقول الشخص المستفيد كلمة (شكرا لك) يعني الاعتراف بالجميل والمعروف لكل من قدم له معروف او خدمة بذلك يكون لديه سلوك اجتماعي ايجابي يزيد من التفاعلات المستقبلية له (حسن، 41:2017).

كما يرى ايمونز (Emmons) ان هناك علاقة بين تبادل الامتنان والسعادة وهذه العلاقة يراها تبدو سببيه اذ تظهر على الفرد المستفيد شعور بالسعادة والراحة لكل من قدم له او احسن

اليه، حيث اجرى استفتاء على (90 %) من الاشخاص البالغين والمراهقين في امريكا وقالو ان التعبير عن رد الامتنان يجعلهم يشعرون بالسعادة بشكل كبير (عبانيه، 6:2015).

وبين (Emmons, 2006) ان الامتنان المتبادل استجابة انفعالية ايجابية الى افعال الخير الصادرة من الاخرين وهو انفعال اخلاقي اساسي بالنسبة للعلاقات الانسانية وينبع الامتنان من الادراك بان المرء قد استفاد بسبب اعمال شخص اخر ويعترف انه تلقى هدية ويقدر قيمة تلك الهدية والاعتراف بانها ذات قيمة للمرء وانها غير مكتسبة وغير مستحقة من قبل المستفيد وانها كلفت ذلك الشخص المتبرع لصالح المستفيد (Emmons, 2006 :12).

ويرى (2004) Emmons الامتنان المتبادل من منظور تنموي اخلاقي تفاعلي للعاطفة الاخلاقية ويقترح ان العلاجات الكاملة للامتنان يجب ان تدرك طبيعتها المزدوجة لان الاثار المترتبة على القيام بذلك يتبع، ويحاول ربط كل شكل من اشكال الامتنان باصوله البيولوجية في الفضول والتعلق ويسلط الضوء على اهمية هذا التميز لفهم القضايا الاجتماعية المهمة مثل طبيعة البشر (Emmons & McCullough, 2004 :100)

ثالثا: نظرية التوسيع والبناء لفريد ريكسون (Frederickson, 2004)

اوضحت (فريدريكسون) الدور الذي يؤديه الامتنان المتبادل في عملية التوافق ذلك ان التغييرات التي تحدث قد تؤدي الى توسيع نطاق (الفكر _ الفعل الاني) ومدى تاثير نتائج هذه التغييرات على الافراد. وينشا الامتنان المتبادل عندما يدرك الفرد المستفيد ان الشخص الذي تبرع واسدى له خدمة او منفعة انه قصد هذا العمل بشكل عمدا لمساعدته او لزيادة رفاهيته هذا التصرف يدفع الفرد الى ارجاع المساعدة المقدمة اليه من المتبرع ويؤدي بذلك الى قيام علاقة اجتماعية طيبه بين المتبرع والمستفيد، وبحسب اتجاه (الفكر_ الفعل الاني) فان هذه العلاقة المتبادلة من الامتنان تؤدي الى التوسيع بدلا من التضيق لانه تؤدي الى سعي الفرد الى سداد المعروف والجميل والمساعدة للافراد المتبرعين ويتكون لدى الافراد مجموعة من الافعال الاجتماعية تجاه الاخرين، كما ترى النظرية ان تبادل الامتنان لمن احسن الينا او اسدى لنا خدمة فانه لايؤدي الى سلوكيات غير مرغوبه بل العكس من ذلك فانه يظهر الفرد (المستفيد) افعالا واعمالا عديده من اجل تسديد هذه الخدمة او ارجاع المنفعة المتلقية من الفرد(المتلقي) لذلك ترى ان تبادل المعروف والامتنان يوسع نطاق فكر الفرد ويجعله يفكر في اشياء وافعال كثيرة ايجابية

يعبر فيها عن امتنانه لمن امتن او احسن اليه، كذلك ان الافراد المتبادلين الامتنان او المنفعة فانهم يشعرون على الارجح بالحب والرعاية من الاخرين وانهم يقيمون علاقات وصداقات اجتماعية ويسعون الى توثيق الروابط الاجتماعية مع الاخرين وهذه الروابط تصبح فيما بعد ملحق للدعم الاجتماعي، وينتج ايضا عن تبادل الامتنان افكار جديدة غير رد المعروف او الجميل مثلا تكون استخدام كلمات تعبيرية او لمسات ورعاية خاصه للافراد الذين بداوا لنا بالامتنان وهذه اساليب جيدة ومفيدة لسداد الاحسان ويمكن ان تصبح مهارات دائمة في ذخيرة الشخص للتعبير عن الحب واللطف (Frederickson, 2004: 22-23).

رابعا: الانموذج المعرفي – الاجتماعي لوود واخرون (wood et al., 2008)

ان هذا النموذج في الاساس اجتماعي _ معرفي لانه يدمج العلاقات الاجتماعية والاليات المعرفية واكد على تقييمات الفوائد من خلال عملية الامتنان المتبادل بين الافراد وتؤدي هذه التعميمات دور حاسم في الامتنان وكذلك اكد النموذج على الفروق الفردية بين الافراد في صفة الامتنان وكيفية ارجاع الفوائد وان هذه الفوائد هي التي تحدد حالة الامتنان بين الافراد وعندما يتلقى شخصين اثنين من الناس مساعدة ما في موقف مماثل فمن البديهي ان الشخص الذي لديه سمة الامتنان عالية سيعود للشخص المعطي او الممتن بالفائدة او المساعدة. اما الشخص الذي يتمتع بسمة امتنان منخفضة فانه لا يبالي بهذا الرد او التبادل بالامتنان (wood, 2008: 282-288).

وقد حدد النموذج عدة افتراضات منها :

1. عندما يقدم الشخص المساعدة لشخص ما سيضيف للشخص صفات حول طبيعة المساعدة وبالتالي يشعر الفرد المتلقي بضرورة ارجاعها .
2. ان تقييم الفوائد هي الاساس في تجربة الامتنان المتبادل.
3. ان قيمة الفوائد التي يحصل عليها الافراد تزيد من مبادرة الفرد بتقديم المساعدة او الفائدة
4. ان تبادل الامتنان تزيد من كمية الاتصال بين الافراد واقامة العلاقات الاجتماعية وزيادة كمية هذه العلاقات .

اكد Wood(2008) ان الفائدة التي يقدمها الفرد يجب ان تكون بغرض المساعدة فقط وان لاتكون عبئ او تكلفة على المتلقي وان تتمتع بخلوها من الدوافع الخفية وان تكون خالصة بنية المساعدة فقط لا للاغراض اخرى. (Wood, 2008 :282)

خامسا: نظرية وتكنز (Watkins, 2014)

اقترح (وتكنز) ان الامتنان المتبادل بين الافراد ممكن ان يعزز الرفاهية لديهم لانه من الناحية النفسية يضخم الخير في حياة الافراد كمضخم الصوت في الميكرفون فانه يضخم المعلومات التي يتغذى عليها الفرد وهذا التضخيم يزيد من الشعور برد الامتنان لمن احسن او امتن الينا ،كما يرى وتكنز ان تبادل الامتنان يساعد الانسان على العيش بشكل جيد لانه يحدد بوضوح من هو الشخص المساعد ومن هو المستحق لرد جميله او احسانه وبذلك يزيد الفرد من علاقاته الاجتماعية ومن الافراد الخيرين والمحسنين اليه في حياته، كما ان تبادل الامتنان وتكوين العلاقات سوف يكون حافزا داخليا للافراد لكي يكونوا جديين في تعاملهم مع الاخرين ان هذه النظرية ترى ان الاشخاص المتبادلين للامتنان هم اشخاص اكثر حساسية لما في حياتهم من النعم والى مصادر هذه النعم وهذا يدفعهم لمعرفة ان الحياة مليئة بالاشخاص الخيرين والمقدمين للمعروف وبذلك تزيد لدى الفرد القدرة والقابلية بصورة اكبر على العطاء وعلى وفرة الخير وعدم نقض او نكران اي معروف ،ويعرض وتكنز الامتنان المتبادل داخل النظام للانسان لان الامتنان بين الناس وجد اساسا لتضخيم الجيد من الموقف بمعنى انه يقدم زيادة ادراك الخير لكل من الهدية من المعطي والذي يكون موقفه حقيقي غير مبالغ فيه، كما ان الامتنان لمن احسن اليه ورد الجميل يسهم في تكوين حياة طيبه عندما يكون الفرد على وعي تام للمواقف الجيدة التي حدثت في حياته ومن المسؤول عنه وبذلك سوف يكون على استعداد تام لرد هذا الامر الجيد وتقدير صاحبه وبالتالي يؤدي الى تعزيز رفاهيته، ويرى وتكنز انه تبادل المعروف والعلاقات الامتنانية مع الاخرين يستطيع الفرد فيها التخلص من الاحداث السيئة ويستطيع التعامل مع ضغوطات الحياة من خلال الدعم الاجتماعي والعلاقات الاجتماعية كذلك يمكن للفرد ان يكون ممتن للاحداث السيئة التي تحدث معه لانها تساعده على التغلب على الصعوبات وتعلمه كيفية التعامل مع المواقف الطارئة التي يمكن ان تسبب له السقوط والانهيار والهروب امام تلك المواقف(Watkins, 2014:50- 56).

وبين وتكنز ان النساء اكثر تبادلا وردا للامتنان والمعروف من الرجال ولكن ليس بفرق كبير. كما اكدت ذلك دراسة كل من فينتيهليا Ventimiglia وكذلك دراسة كل من باريت واخرون .Barrett et al النتيجه ذاتها في تفوق النساء على الرجال في رد المعروف ويفسر وتكنز نتائج هذه الدراسات التي تتعلق بالظروف في الامتنان المتبادل بين الجنسين بانه السبب

يرجع ان الرجال اثقل في تبادل الامتنان من النساء وانه عندما يتعرض الشخص الى موقف امتناني من شخص معين يعاملون المعطي او الممتن بالمثل مما يفقد الفرد(الرجل) تجربة الامتنان المتبادل لكنهم يكتسبون العديد من الخبرات بشكل اكبر من النساء (Watkins, 2014 : 71).

كما يرى وتكنز ان الامتنان المتبادل مشبع بالادراك وهذا يعني ان الفرد لديه نمطا فعالا الى العزو حول الحدث وهذا يؤدي به الى تبادل الامتنان وقد اكد وتكنز على عدة اعترافات اساسية في تجربة الامتنان المتبادل وهذه الاعترافات هي التي تجعل الفرد يشعر بتبادل الامتنان الى الاشخاص الذين اسدوا له خدمة او مساعدة ومن هذه الاعترافات:

_ ان الامتنان المتبادل هو معرفي في الاساس من خلال التركيز عليه فانه تبرز اهميته من خلال شعور الفرد به، فالامتنان المتبادل هو التاكيد او صحة التقدير او تحديد الشخص الذي قدم المساعدة او الخدمة،ان اعتراف الشخص بالامتنان يعني ممارسة (اعادة الادراك) فعندما يقوم الفرد برد المساعدة او رد الامتنان لشخص الاخر فانه سيضيف شيئا معينا الى الحدث واذا الفرد لم يستطيع رد الفائدة او المساعدة فانه يتسبب بتجاهل الحدث او عدم ملاحظته فبهذه الحالة لا يتكون لديه احساس او شعور الامتنان (Watkins, 2014 : 81).

يرى ونكنز (Watkins, 2014) ان الامتنان مع الاخرين هو نفسيا وينظم الادراك والموارد السلوكية وتحدد بوضوح الاشياء والاشخاص المهمة لرفاهيته فعندها سيكون المرء على بينة بان هذه العوامل هي مهمة في حياته سيكون لها واقعا لمتابعة هؤلاء الناس ومن ثم تعزز رفاهية المرء (Watkins, 2014: 8).

- **مناقشة النظريات التي تناولت الامتنان المتبادل**

من خلال اطلاع الباحثة على الافكار التي جاءت بها النظريات المعتمدة بالبحث الحالي فالانموذج المعرفي الاجتماعي لوود ومالتبي وستيوارت ولينلي وجوزيف يؤكدان على تقييمات الفوائد من خلال عملية الامتنان المتبادل بين الافراد وتؤدي هذه الاعمامات دورا حاسما في الامتنان وكذلك اكدوا على الفروق الفردية بين الافراد في صفة الامتنان المتبادل وكيفية ارجاع هذه الفوائد التي تحدد حالة الامتنان المتبادل بين الافراد. واوضح سوليفان في نظريته ان الفرد

تتكون لديه علاقات مع الاخرين من خلال اعترافه بافضال الاخرين عليه وامتنانهم له وكيفية تقدير هذا الامتنان لذلك من خلال هذا الاعتراف تنمو العلاقات الامتنانية المتبادلة بين الافراد كما ان هذه العلاقات تحول الفرد من كائن عضوي الى كائن اجتماعي متفاعل . بينما اوضح ايمونيز وماكلوف في نظريتهما على اهمية الامتنان المتبادل ويرون ان للامتنان المتبادل ثلاث وظائف اخلاقية معينه وهي (وظيفة المقياس الاخلاقي ، والدافع الاخلاقي ، والمعزز الاخلاقي) ويحث ذلك عندما يعبرون الافراد عن امتنانهم لشخص قدم لهم منفعة من خلال الكلمات والتعبير عن الشكر. واوضح فريدريكسون ان الامتنان المتبادل عندما يدرك الفرد المستفيد ان الشخص الذي تبرع واسدى له خدمة او منفعة انه قصد هذا العمل بشكل عامه لمساعدته او لزيادة رفاهيته فهذا التصرف يدفع الفرد الى ارجاع المساعدة المقدمة اليه من قبل المتبرع ويؤدي ذلك الى اقامت علاقات اجتماعية طيبة بين المتبرع والمستفيد. وبين (وتكنز) في نظريته ان الامتنان المتبادل يعزز الرفاهية لدى الافراد لانه من الناحية النفسية يضخم الخير في حياة الافراد وهذا التضخيم يزيد من الشعور برد الامتنان لمن احسن او امتن الينا.وقد تبنت الباحثة نظرية وتكنز (٢٠١٤) لعدة أسباب منها:

- انها نظرية شامله ومختصة في الامتنان المتبادل
- اعطت نظرية وتكنز اهمية خاصة للامتنان المتبادل ومهما
- تعد هذه النظرية اكثر قربا للواقع وسهولة تطبيقها
- تفسيراتها الايجابية لهذا النوع من الامتنان
- الاهتمامات البحثية لصاحب النظرية هي الامتنان المتبادل والرفاهية
- من النظريات الحديثة المفسرة للامتنان المتبادل
- من اوائل النظريات التي فرقت وميزت بين الامتنان والامتنان المتبادل
- اشارت النظرية الى كيفية يؤدي الامتنان المتبادل الى التغلب على الظروف الصعبة مما يخدم موضوع البحث
- فسرت هذه النظرية الامتنان المتبادل بشكل كاف وواف ودقيق.
- صاحب النظرية من منظري علم النفيس الايجابي.
- فسرت النظرية كيفية ان الامتنان المتبادل يؤدي الى زيادة رفاهية الفرد وهذه هي احدى اهداف علم النفس الايجابي .

ثانيا: الامل المستعار (Borrowed Hope)

- **مقدمة**

يمثل الامل المستعار افكارا او مشاعر داخلية تعكس ادراك الفرد بان شيئا جيدا سوف يحدث في حياته وقد اكد هذا الراي سنايدر وزملاءه بان الامل المستعار يمثل عملية تفكير موجه نحو هدف معين يركز الفرد انتباهه على تحقيقه وذلك من جانبين مترابطين هما (افكار الاتجاهات والمسالك) (افكار القوه) (الصالحي ،41:2005) فالافراد يلجؤون الى الامل المستعار معتقدين ان بامكانهم الوصول للنتائج الايجابية والمثابرة بتحقيق تلك الاهداف وهذا يرتبط ارتباطا وثيقا بالتوافق مع الموقف الذي يتم تقيمه ايجابيا (الاعسر واخرون، 129:2005)

واقرت (Collin, 2010) ان الامل المستعار هو نتيجة تخيل الفرد ان الاشياء والاحداث الجيدة احيانا تحدث بالفعل وربما تؤدي به الى الياس لان الفرد لا يمتلك الدافعية والثقة او القدرة على الاستجابة بفاعلية ، فالافراد اللذين يلجاون الى الامل المستعار يعتقدون ان بامكانهم الوصول الى الطرائق الموصلة للنتائج الايجابية وللاهداف التي يرسموها ويتبعون نفس الطرق للخطط المرسومة مسبقا (Collin, 2010: 19).

وقد اوضح ستوتلاند ان الامل يستند الى الاستنتاج الذي يقوم به الفرد حيال الحالة الظواهرية لفرد اخر في وضع ما او موقف ما عندما يستجيب لحدث سابق لنتاج سلوكي لاحق بذلك يكون الامل مرتفعا فيسمح له بتحقيق نتائج لاحقه وانه هذا يحدث في سياقات موقفيه معينة، وقد بين ستوتلاند ان الافراد يختلفون من الامل المستعار لكل فرد مستوى معين من الامل الذي يسمح له بتحقيق اهدافه وطموحاته (Snyder, 1994:53).

فالامل من الناحية النفسية ليست ظاهرة انفعال عاطفي فقط كما يراه الاخرين انما هو خبرة الفرد في استخدام الوسائل المناسبة لتحقيق الرغبة او الهدف المرجو الذي يريد الفرد تحقيقه عندما يكون عاجزا عن تحقيقه، وهذا يتفق مع ماطرقه فروم ان الامل المستعار يشكل دافعا قويا جدا في التعلم والانتاج وان نقص الامل لدى الفرد يدفعه الى الاخفاق في ذلك، فالفرد اذا كان لديه امل قوي يكون قادرا على تحقيق ما يرجو من الغايات والاهداف التي رسمها (عبد الصمد، 37:2005).

وقد ربط ستوتلاند بين متغير الجنس في الامل المستعار اذ يرى ان الاناث تمتلك مستوى اقل من الامل المستعار مقارنة بالذكور لكونهن لا يمتلكن القابلية والطاقة الكافية لتحقيق رغباتهن وطموحاتهن مقارنة بالذكور لان الاناث دائما تعاني من القلق والتوتر الذي يمنعها من مواصلة تحقيق النجاح، وقد اشار (James, 1990)ان الاناث لا تستطيع تحقيق ما ترسمه او تطمح له بسبب العادات والعقبات والعوائق التي تعترضها وكذلك البيئة التي تعيش فيها (James 1990 :100)

- **مفهوم الامل المستعار**

طرح مفهوم الامل المستعار في خمسنات القرن الماضي من قبل (Snyder) وكان ذلك عبر الدراسات النفسية والطبية التي اجراها والتي اكدت على اهمية دوره في تحقيق التكيف الانساني وفهم مستويات الامل الذي يتحدد بقدار تكيف الفرد مع البيئة من حوله (Snyder, 1991 :280).

وذكر بريس (Press, 1987) ان الامل المستعار هو خبرات الثقة الاولى اذ يتاثر الفرد بمعتقدات الاخرين وما يظهر من انشطة تعاونية (Press, 1987 :129)

واوضح سنايدر (Snyder) ان الامل المستعار يرجع الى خبرات الفرد الاولى الموجودة منذ الطفولة لكن لم يظهرها بمجرد مشاهدة النموذج او الشخص الذي يمتاز بالسلوك الجيد فبالمشاهدة يستعيرالفرد الامل الذي يمكنه من استعادة هذه الخبرة التي لم يظهرها من قبل. (Snyder, 1991 : 51)

ان الامل المستعار يرتبط بوجود نماذج تصوريه ايجابية عن الذات والاخرين والمستقبل وهذه النماذج قد تعود الى مراحل الطفولة الاولى (Bowlby, 1980 :299).

وفسر (Bowlby) مفهوم الامل المستعار تفسيرا معرفيا اذ اشار الى ان كل موقف نقابله او نتعرض له في حياتنا يفسر تحت ما يطلق عليه النماذج التصورية او المعرفية وهذه النماذج تشكل صيغة نستقبل بها المعلومات الواردة الينا من البيئة المحيطة عبر اعضاء الحس كما تحدد تصوراتنا عن انفسنا والاخرين والعالم ، وهذه النماذج هي تكوين منظم يتكون من خلال التفاعل مع الوالدين والاخرين وتعمل عملا تلقائيا لا شعوريا وتدمج كل خبرة جديدة فيها وتعمل هذه النماذج كقواعد للسلوك وتنظم الذات والعلاقات الاجتماعية والانفعالات كما انها تحدد

الاستراتيجيات المختلفة وتنظيمها لمواجهة الضغوط والمواقف المختلفة ، فاذا كانت النماذج المعرفية ايجابية فانها تجعل نظرة الفرد الى الاخرين والمستقبل ايجابية وبالتالي تخلق لديه الامل والتفاؤل اما اذا كانت سلبية فان تخلق لديه فقدان الامل والتشاؤم (ابو الديار، 38:2012).

واضاف (Bowlby) ان الامل المستعار يمثل حالة وجود عند الاخرين ونامل انها ستحقق لنا شيئا من التغير او اننا سنتغير على وفقها لذلك يستعمل هذا النوع من الامل نتيجة العوائق والضغوطات التي يتعرض لها الفرد والتي لا يمكنه من تحقيق اهدافه مسبقا فالافراد يصفون هذه الحالة او النوع من الامل على انها مجهده بالنسبة لهم ان هذا النوع من الامل ينشا لدى الفرد من خلال ادراك الفرد لنجاحه في سعيه لتحقيق الاهداف وتكون لديه انفعالات ايجابية حيال تحقيق اهدافه وهذه الانفعالات تكون بمثابة تغذية راجعة معززه له (ابو سريع ،180:2015). وان الافراد الذين يكون لديهم الامل عال وتفاؤل يكون لديهم حماس وثقة بالنفس وحالة داخلية ايجابية يمكنهم من ممارسة مختلف الانشطة للوصول الى تحقيق الاهداف (الاعسر واخرون ،167:2014).

وربط بروزنتز (Broznitz) الامل المستعار بالافكار المتدفقة والسريعة او هو وصف لحالة معرفية، وان هذا النوع من الامل له تاثير على الانسان فلا بد ان يكون الانسان على درجة من القوة والاصرار في مواصلته على تحقيق ما حققه الاخرون من قبله، وقد ميز بين الامل والامل المستعار فالاخير عملية يشارك بها الانسان بكامل امكانياته ليمر بخبرة الامل. اما الامل فهو خداع او سراب يكون لدى الفرد .وقد اكد بعض المنظرين على علاقة الامل بالتوقع فقد صور (Stotland) احيانا الفرد يتوقع من نفسه بلوغ اعلى الدرجات او الامكانيات في قدرته على تحقيق اهدافه. (الاعسر،180:2013).

- **خصائص الافراد من ذوي الامل المستعار**

يمتاز الافراد الذين يلجاون الى الامل المستعار بالتفاؤل ولا يكون في وقت واحد كما انه يظهر بشكل متفاوت وهذا التفاوت يتضمن ثلاثة محاور وهي: النظرة الى الذات، وكيفية تفسير النجاح والفشل، واسلوب مواجهة ضغوطات الحياة والمشكلات. وتكون لديهم ايضا ثقة عالية بالنفس ويكونون واسعي الحيلة بما يكفي لتحقيق اهدافهم، وكذلك يتصفون بالمرونة في كيفية وضع السبل للوصول الى اهدافهم او قدرتهم على تغيير الاهداف التي يستحيل تحقيقها، كما ان

لديهم القدرة على تجزئة الهدف الى اجزاء صغيرة يمكنهم من التعامل معه بصورة صحيحه وكذلك يتصفون بعدم الاستسلام للقلق او الانهزام في مواجهة التحديات والنكسات (Jolman, 2006 84).

- **علاقة الامل المستعار ببعض المتغيرات**

1.علاقة الامل المستعار بالتفاؤل

يرى شاير وكافر (1985) ان توقع النتائج للاهداف المرسومة هو اساس التطلع للمستقبل وبذلك يكون لديهم تفاؤل عال في تحقيق ما رسموه، كما اكد شاير وكافر ان التوقعات المتفائلة مثلا (اتوقع لنفسي الافضل) تزيد من امل الفرد في تحقيق ما يخطط لتحقيقه وكيفية مواجهة الصعوبات في مسيرة تحقيق الاهداف (نصر الله ،98:2008).

وربما هناك تشابه بين الامل والتفاؤل من حيث ان الاثنين يؤديان الى نظرة استبشار وتوقع نتائج ايجابية الا ان الامل فيه سعي ومجاهدة لتحقيق غاية او هدف من خلال المسارات التي يقوم برسمها فاذا اخفق الفرد في مسار معين تحول الى خطة اخرى او مسار اخر. اما التفاؤل هو نظرة ايجابية للاقبال على الحياة واعتقاد في امكانية تحقيق الرغبات وانه اعتقاد بحدوث جانب جيد من الاشياء من دون تحديد مسارات او بدائل لذلك فان التفاؤل استعداد يكمن داخل الفرد لتوقع الجيد من الاحداث المستقبلية لكنه مصدر مهم للامل في مجال تحقيق الاهداف واكد سنايدر الى وجود علاقة موجبة بين التفاؤل والامل المستعار وان نسبة اسهام التفاؤل في الامل هي (16%) كما ان الامل المستعار يتصف بالمرونة في حالة المرض والنكسات كذلك الامل يسحبنا للتقدم الى الامام. اما التفاؤل ضعيف بوجود النكسات والضغوطات (56:Snyder, 1994).

2. علاقة الامل المستعار بالقلق

اثبتت البحوث ان الامل المستعار بمثابة دافع يقلل من القلق الذي ينتاب الفرد عند رسم الخطة او الهدف في المستقبل وللتخلص من هذا القلق يقوم الفرد بالتفكير بالأحداث الايجابية والابتعاد عن الاحداث السلبية وقد استندت هذه الفرضية على دراسات امبريقيه مثل دراسة تايلور (1992) تالفت عينتها من (550) شخصا مصابا بفيروس السيدا(وايضا يعرف فيروس نقص

المناعة البشرية (HIV) الذي يصيب خلايا CD4 ويؤدي الى تدميرها وهي نوع من خلايا الدم البيضاء المسؤولة عن الجهاز المناعي ويتطور هذا الفيروس الى الايدز عندما يقل عدد خلايا CD4 في الدم عن 200 خلية) حيث اظهرت النتائج ان الافراد الاملين والذين لديهم حالة من الامل بالشفاء نتيجة مشاهدتهم لنماذج قد شفوا بالفعل فقد كانوا اقل تعرضا للإصابة بالفايروس من غيرهم فاقدي الامل (زعابطه ، 56:2011)

واوضح (Lopes, 2017) ان الافراد القلقين يستعيرون الامل حتى يتمكنوا من صنع الاهداف التي تخلصهم من قلقهم ويعيشون بصحه ورفاهيه فيظهرون معدلات عالية من الرضا ويكونوا اكثر املا، اما الاشخاص العصابيين فهم اقل املا وغير قادرين على وضع خطة لتحقيق اهدافهم ولا يعرفون السبل او الوسائل لاكتساب الامل، واضاف (Lopes) ان الافراد الاملين ليس بالضرورة ان يكونو مفرطي السرور او متفائلين لحد السذاجة فهم غالبا يكونون عاملين وذلك بقوله " ان لم تكن واقعيا في الماضي فان لديك اهدافا مدفونة متراكمة عبر الزمن ستنهكك وستصبح املا شيئا فشيئا (Lopes, 2017:18).

- **الاستراتيجيات والطرائق لتنمية الامل المستعار**

هناك بعض الطرائق والاستراتيجيات يتم بواسطتها تنمية الامل المستعار عند الافراد ومنها الاتي :

1.العلاج العقلاني الانفعالي:

يعد العلاج العقلاني الانفعالي من اكثر الاستراتيجيات المهمة في مواجهة المشكلات والظواهر النفسية وهو من اكثر المقومات الايجابية لدى الفرد الذي يركز على الانفعالات والمشاعر وتتضمن استراتيجية حل المشكلة وبذل الفرد المزيد من الجهد لحل المشكلة او لتحقيق هدفه او تغير الوضع او الموقف تغيرا كاملا، اذ ان اتخاذ الفرد لاستراتيجية حل المشكلة بشكل قد لا تكون مجدية ولكن تساعد على اعطاء معنى جديد ينظم المشاعر والانفعالات التي تثيرها المواقف الضاغطة (حنفي ،114:2007). وان هذا النوع من العلاج مرتبط بالبرت اليس حيث يرى ان الاهداف الموضوعة والتي يحاول الفرد تحقيقها تعتمد على تفسير الفرد لهذه الاهداف تفسيرا معرفيا بناء على ما يدور في العالم من تفسيرات ولا يتبناها على تفسيرات ومعتقدات غير واقعية، وقد وضع اليس (Ellis) هذا النوع من العلاج اذ اقترح فيه ان الافراد ينزعجون بشدة من

التفكير بشكل محبط للذات عندما يقومون برسم الاهداف والخطط وخاصة عن طريق تصعيد افضلياتهم الطبيعية ورغباتهم على افضليات ورغبات منطقية (ابو الديار ،70:2010).

2. العلاج السلوكي المعرفي للأمل المستعار

يستند العلاج السلوكي الى مجموعة من المبادئ الاجرائية التي تشترك في افتراض ان العمليات المعرفية تؤثر في السلوك وهذه العمليات تتغير من خلال الفنيات المعرفية السلوكية (محمد، 21:2000). وان العلاج السلوكي هو حزمة علاجية تعتمد على الفنيات المعرفية السلوكية وتهدف الى محاربة الافكار السلبية للعمل على تنمية افكار بديلة ايجابية اكثر دقه واكثر تكيف، كما انه يهدف الى تحقيق الصحة النفسية عن طريق التخلص من الضغوطات النفسية الناتجة عن الاحباط والياس والتركيز على الامل في التحسن والتقدم لان ذلك يزيد من الروح المعنوية ويؤثر على خطة الفرد في العلاج وفي كيفية التعامل مع الامل الذي اتخذه. (Palmar, 2005 :4).

كما ان للأمل المستعار اهمية في اختيار استراتيجيات علاجية للتخلص من الاضطرابات النفسية المرافقة للفرد في كيفية رسم المستقبل او رسم الخطط والاهداف الخاصة بمستقبله وخاصة حالات القلق والاكتئاب ومشابهاها المرافقات له لذلك يسهم الامل المستعار اسهاما واضحا في سرعة العلاج وتقدمه نحن دون الامل تصبح حياة الفرد غير ذي فائدة، كما ان استراتيجة العلاج السلوكي تتطلب من الفرد مراجعته للذكريات والخبرات السابقة التي مر بها حتى يستطيع مواجهة اي المشاكل التي تظهر لديه او تعترضه كذلك مشاهدة القصص الايجابية التي تدعو الى التفاؤل والامل (Park, 2007:4).

وبشكل عام يمكن للفرد التغلب على كل السلوكيات المحبطة والمؤدية الى فشل الامل من خلال اتباع بعض النشاطات منها: ملاحظة السلوك المطلوب وتسجيله ومعرفة الظروف التي تؤدي اليه والنتائج المترتبة عنه. عند القيام بالسلوك تجزئه او تقسمه الى خطوات حتى يتم تطبيقه بسهولة تغيير الظروف التي تؤدي الى حدوث السلوك السيئ حتى لا يصاب الفرد بخيبة امل عدم التناقض في السلوك او الهدف المرسوم (Park,2007 : 4).

3. العلاج الاسري في اكتساب الامل المستعار

في نهاية القرن العشرين ظهر تغير ملحوظ في مساعدة الفرد ومن ذلك اولى الباحثين اهمية لهذا النوع من العلاج والتأكيد على الاستراتيجيات الاسرية التي يمكن استعمالها لمساعدة

الفرد في تنمية الامل المستعار في رسم اهدافه وكيفية تحقيقها (Clark & Brown, 1989 :19).

فللأسرة اثر فعال في مساعدة وتقدم الافراد فاغلب الافراد هم في المنزل ودور الاسرة توفر برامج تربوية تساعدهم على كيفية رسم الاهداف واتخاذ الاستراتيجيات لتحقيقها لان الاسرة هي الاساس والمنشأ الاولي للفرد ومن خلالهم يتم غرس كل الافكار والمعتقدات في نفوس الابناء منذ الطفولة ومساعدتهم على كف السلوكيات غير المرغوبة وزرع السلوكيات المرغوبة والمحببة (Clark & Brown, 1989 : 19).

وقد اوضح العلماء امثال(Scholar & Mesibow, 1989) ان سبب الاضطرابات والاخفاقات التي يعاني منها الافراد عند التخطيط للمستقبل ونظرتهم التفاؤلية ولامالهم ترجع الى الاسرة وهناك بعض الاسر هي من تسبب الاحباط والياس للفرد وتعمل على قتل الامل في تحقيق ما رسمه او خطط له (عسلية ، 172:2006).

- **النظريات المفسرة للأمل المستعار**

ستعرض الباحثة عدد من النظريات التي قدمت تفسيرا للأمل المستعار ومن هذه النظريات هي :

اولا: نظرية لازروس (LAZARUS, 1999)

يعد لازروس احد المنظرين في علم النفس الايجابي والذي بحث في مفهوم الامل واعطاه المعنى النفسي، وتطرق الى نوع من انواع الامل وهو الامل المستعار وعده انه شيئا ايجابيا يتخذه الفرد في مواصلة تحقيق طموحاته وان الفرد يستطيع الوصول لما يطمح له في اصعب الظروف (Lazarus, 1999 :7). وقد اكد لازروس ما ناقشه (Stotland) اذ يرى ان الامل المرتفع يولد رغبة مرتفعة داخل الفرد لتحقيق هدف ما على عكس مالو كان لديه ادنى شك في اتخاذه لهذا الامل فانه سيفشل في رسم اي هدف او تحقيق ادنى طموح. واوضح لازروس ان الامل المستعار هو خبرة لدى الفرد يامل ان يحقق اهدافه وطموحاته ويصبوا الى مكانة اجتماعية مرموقة يتمناها لنفسه من خلال رؤية نماذج سبق وان سلكوا السلك او الطريق نفسه هذا ما جعل الامل عالي ومرتفع لديهم (عبد الحافظ ، 326:2015-327). وبين لازروس انه يجب ان يكون للفرد تنظيم ذاتي لاهدافه يرتب كل اولوياته وصولا لتحقيق تلك الاهداف لان مسالة تحقيقه اهداف الفرد تحتاج الى تحمل مالا يتوقع حدوثه لان في كل مرحلة او في كل خطوة توجد العديد

من العقبات التي تمنع حدوث ذلك النجاح فيجب ان يكون لدى الفرد قدرة على تحمل كل ما يحدث وكل مالا يتوقع (Poles,2007 : 103).

ونتيجة للعوائق والضغوطات التي يراها الفرد في حياته وخيبة الامل في نفسه وفي المجتمع المحيط به يلجا الى استعارة الامل من اناس استطاعوا برمجة اليات حياتهم من جديد وتمكنوا من صنع كل ما هو جديد في حياتهم فعلى هذا الاساس يتخذ الفرد عملية النمذجة في رسم اهدافه والوسيلة او الاستراتيجية الناجحة لتحقيق ذلك(Bollough, 2011 : 18).

ومن جانب اخر قدم لازروس سببين اساسيين للجوء الى الامل المستعار:

1. وجود رغبة قوية في ان يكون الفرد في مكانة عاليه ومختلفة مما هو عليه حاليا.

2. ان تكون لديه دافعية قويه داخليه او من خلال قوى خارجية تدفعه لذلك، وان اكثر الافراد الذين يستعملون هذا النوع من الامل هم المرضى النفسيين اللذين يحتاجون الانتقال من المشكلات والعيوب الى مواقف اكثر قوة تمكنهم من تخطي هذه المشكلات ،لذلك يرى لازروس ان قدرة الفرد على التفاعل مع المشكلات والمواقف الضاغطة يعتمد بشكل كبير على امتلاكه امل عالي والا فانه يقود نفسه الى المجهول (Lazarus, 1999 : 17).

لذا فالامل المستعار انه يعتمد على العمليات المعرفية اي قدرة الفرد على التفكير بالطرائق والوسائل والاستراتيجيات التي يكون محافظا فيها عليه في ظل كل الظروف التي تواجهه (Furlong, 2009 :36).

واعطى لازروس دور التقبل وبين ان المرء لا يمكن ان يقبل قدرا محتوما لذلك يتخذ الامل المستعار لمواجهة هذا القدر والتغلب عليه للوصول الى الاهداف الايجابية دون خسارة وان التقبل والامل المستعار الاثنان يتطلبان التاقلم وهما متداخلتان (Lazarus, 2002:5). واضاف لازروس في طروحاته عن الدافعية فعدها خاصية اساسية في الامل المستعار ويتطلب ان يكون لدى الفرد ثقة بامكانية التوصل الى اهدافه ورغباته وهذا يعطي للامل جانبا معرفيا يميزه عن الدافعية، وان الفرد قد يلجا الى الامل المستعار يعاني من حرمانااو تهديداو ضرر فياخذ بالبحث عن طرائق لتغيير ظروفه ويامل ان يكون هناك تغيير نحو الاحسن وهو باشد الحاجة الى لهذا التغيير حتى في اسوء الظروف فبهذه الحالة يصبح الامل مصدرا نفسيا مهما في حياته ، ان الامل المستعار عند لازروس ينبثق من الحالات او الظروف السلبية اما علماء الاجتماع فقد اكدوا ان الامل ينبثق من الضغوط التي يواجها الافراد في الحياة والتي تجعل الفرد غير قادر

على التكيف فيتخذ النماذج التي استطاعت ان تغير من وضعها الى وضع احسن فاستمد الامل المستعار من هذه النماذج (Lazarus, 2002 :23).

ثانيا: نظرية سنايدر (Snyder,2000):

نالت هذه النظرية اهتماما كبيرا من الباحثين فعلى الرغم من كونها نظرية معرفية لكنها لاقت الكثير من القبول في الاوساط النفسية لما لها من اثر في تحقيق الاهداف بحيث يرى سنايدرانه لابد من ان الاهداف التي يخطط لها الفرد تكون اهداف قابلة للتحقيق وان لا تكون اهداف مستحيلة كما يؤكد ان الفرد يجب ان يتجنب الاهداف المستحيلة خشية فشل الامل لديه وبذلك يكون الامل لديه امل زائف فيصيب الفرد شك بان امكانيته وقدراته غير قادرة على القيام باي شيء لذلك يجب ان نكون حذرين جدا في مسالة رسم الاهداف او تغير الظروف التي يرغب الفرد بتغييرها كما يتوجب على الفرد اختيار عدة وسائل وبدائل للهدف الواحد حتى يستطيع اختيار او انتقاء الافضل منها والمناسب للهدف المرسوم . ويعني الامل المستعار من وجهة نظر سنايدر هو تغيير الاحوال نحو الافضل عن طريق تدخل عوامل خارجية عن الشخص وانتظار الفرج في فعلها او الرجاء في التوفيق في المساعي الحياتية والتطلع المستقبلي لتحقيق الاهداف (Snyder, 2000 :135)

وقد اعتبر سنايدر ان الامل هو نتاجا للحالة الانفعالية (حالة الرجاء والتمني) وهو نتاج التفكير بامكانية صنع النجاح من خلال المثابرة في الوصول الى الهدف وبالتالي فالتفكير هو المولد لهذا الانفعال وان ادراك النجاح يتم عن طريق تحقيق الاهداف وعدم الاصطدام بالموانع والمعطلات مما يولد المشاعر الايجابية من (حماس، واثارة الدافعية) وبخلاف ذلك اذا تعرض الفرد لاي عائق في تحقيق اهدافه فانه تبرز لديه المشاعر السلبية من (ياس، واسى) وينتج لديه الفشل (Snyder, 2000: 135).

كما يسهم الامل المستعار دورا في التغيير اذ انه يكون المحفز الاساسي للتغيير ذلك لان الناس مدفوعون بتغيير الظروف بناء على اهداف يضعونها ويختارون وسائل للوصول لها تكون اكثر فاعلية في نجاحها وهو ما يرفع من مستوى توقع النجاح وبالتالي تحقيق امكانية التغيير. (Snyder, 2000: 136). وقد يتخذ الامل المستعار منحنى عاما يتمثل في سمة الامل اي يكون مقتصرا على قطاع معين من الاهداف اي يكون لدى الفرد هدف معين جزئي (امل نوعي)

وبهذا تتضح الفروق الفردية بين الافراد على صعيد الامل اذ يتفاوت الافراد في مساحة الامل المستعار (Snyder, 2000 :130).

واضاف سنايدر (Snyder) ان الامل المستعار شانه شان التفاؤل ينمو من خلال مناخات التنشئة الاسرية والمدرسية التي توفر الحب والرعاية والتواصل والثقة بالنفس والتقدير الذاتي واتاحة الفرصة للفرد للتجريب والتعلم وتشجيع ذوي الامكانات في تحقيق طموحاتهم وزرع الثقة فيهم ولا ينشا ذلك من العدم بل انه يقوم على اساس البيولوجيا العصبية للامل والتفاؤل. حيث اكتشف العلماء وجود نظامين عصبيين متضادين لحركات السلوك الموجه نحو الهدف الاول هو النظام المنشط للسلوك (Behavior Activating System) الذي يدفع بالفرد الى السير والتقدم والاقدام والتجريب والمحاولة وقد اطلق عليه ايضا تسمية اخرى هو النظام المسير للسلوك وهو يكتسب خاصية في الامل والتفاؤل.

اما الثاني فهو النظام الصاد للسوك (Behavior In habiting System) هذا النظام يتحرك لايقاف السلوك المتفتح متحولا الى الصد الدفاعي وهو يتحرك في حالات التهديد والخطر والعقاب والتوبيخ والوقوع في حالات التشاؤم والياس الملازم لوضعية القهر والهدر ويعطلان النظام العصبي المنشط للسلوك ويحركان النظام الصاد (Snyder, 2000 :137)

كما يتصل الامل المستعار بمنهجية حل المشكلات على صعيد توليد البدائل والموازنة بينها والتحول من بديل الى اخر تبعا لمتطلبات السعي نحو الهدف الا ان الامل المستعار يتضمن مكونا انفعاليا لا تهتم به منهجية حل المشكلات (Snyder, 2002 :17)

قسم سنايدر الامل المستعار الى ثلاث مكونات رئيسة :

1. الاهداف (Goals)

هو اي موضوع او اي خبرة نتخيلها في اذهاننا ونود الوصول اليها وتكون هذه الخبرة او الموضوع ينوي تغيير حالة او اشباع معنوي او نفسي مثل البحث عن مركز اجتماعي او البحث عن السعادة او تحقيق اهداف موجودة في ذهنه سابقا .

2. قوة الارادة (Willpower)

هي الدافع الذي يحرك الهدف او الغاية التي نحاول الوصول اليها وهي الطاقة الذهنية التي يمتلكها الفرد في بلوغ هدفه والاستعدادات التي تساعدنا على التحرك تجاه الهدف الذي نسعى لتحقيقه .

3. خلق المسارات (Way Power)

هي السعة الذهنية التي تمكننا من ايجاد اكثر من طريقة للوصول الى اهدافنا وكذلك تعني الخطة البديلة التي يتخذها الفرد لتحقيق الهدف (ديغم ،5:2005)

وقد وضع سنايدر ثلاثة مقومات اساسية تشكل النموذج الكامل للأمل المستعار منها :

ا. المقوم الاول: الاهداف (Goals)

انطلاقا من الافتراض القائل انه كل سلوك يقوم به الفرد هو نتاج هدف معين يسعى الفرد الى تحقيقه او انجازه وقد تكون هذه الاهداف قصيرة المدى او بعيدة المدى ويجب ان تكون هذه الاهداف قابلة للتحقيق والانجاز وليست اهداف مستحيلة تسبب حالة احباط وياس للفرد وبذلك يكون الامل مزيف بداخله، ويزدهر الامل عند الفرد ويصبح حقيقه متى ما كانت اهدافه حقيقيه وواقعية وكلما ارتفعت قيمة الهدف وامكانية تحقيقه كلما ارتفع مستوى الامل لدى الفرد. (حجازي ،133:2015)

ب. المقوم الثاني: التفكير الوسائلي (Pathway thinking)

يعني قدرة الفرد على تدبر او توليد وسائل اجرائية للوصول الى الهدف مثلا (سوف اجد السبيل لتحقيق رغباتي واهدافي) (سأحقق نجاحي واكون بأحسن حال) وبذلك يتوجب على الفرد توظيف اكثر من بديل لتحقيق ذلك الهدف خشية الوقوع في الفشل او الاستعانة بمجموعة من النماذج والعارفين والمقربين ممن لديهم التجربة نفسها او حققوا نفسها الاهداف (حجازي،134:2015).

3.المقوم الثالث: التفكير التدبيري (Agentic thinking)

يعني قدرة الفرد المدركة على تعبئة كل الامكانيات للسير على الوسيلة او السبل الانجح للوصول الى الاهداف المرسومة من بين البدائل التي وضعها، وبين سنايدر لابد من تفاعل هذه المقومات الثلاثة من اجل تحقيق الاهداف ولا يكون الامل الذي استعاره الفرد او تخيله فاشل وبذلك يصبح حالة واقعيه تقوم على الثقة بالنجاح وامكانية الوصول لتحقيق ما خطط له . (Snyder, 2002 : 14).

رابعا: نظرية سيلجمان (Seligman, 2004)

اوضح (Seligman) ان مجال دراسة علم النفس الايجابي هي دراسة السمات الايجابية التي تعطي لحياة الافراد المعنى وتجعلهم اكثر سعادة والتي من شانها تؤدي الى استعارة الامل

من اشخاص اخرين يمتلكون مميزات وصفات ايجابية تمنح الفرد الامل والتي من شانها تؤدي الى رصد المؤشرات السلوكية التي تدرك على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته وعن حياته بشكل عام وسعيه المتواصل لتحقيق اهداف شخصية مقدرة ذات قيمة ومعنى بالنسبة له (موسى،117:1988)

ان الامل المستعار من وجهة نظر (Seligman) انه يسكن عقول كثير من الافراد في مختلف الاعمار وجنسهم، وهو نقيض الياس ويفسر من خلال الاتي :

1. في حالة الامل: يكون الاعتقاد في اسباب شاملة للمواقف السعيدة مع اسباب محددة ومؤقته.
2. في حالة الياس: يكون الاعتقاد في اسباب دائمة وشاملة للمواقف السيئة.
3. يمكن للفرد ان يصف الاحداث السيئة ويتعامل معها اما بطريقة الياس او طريقة الامل. (Seligman, 2002 :92).

واوضح كل من سيلجمان وتايلور (Seligman & Yaylor,2002) ان فهم القوة الانسانية وقوة الشخصية والفضائل الاساسية والظروف تؤدي الى مستويات عالية من الامل حيث هناك ادلة على ان التفاؤل والشعور وقدرة الفرد على التحكم الشخصي في الاحداث هي عوامل تساعد الفرد على تخطي الصعاب والعوائق التي تعترضه في وضع خطة لأهدافه لذلك ان الفهم الشخصي وفهم الظروف هي الاساس في تقوية الفرد وتجنبه الوقوع في فشل الامل والاحباط . (Seligman, 2002: 102).

وحدد سيلجمان (Seligman 2004) تصنيف للشخصية التي يمكن ان يتصف بها الافراد ذات الامل القوي وهي الحكمة والمعرفة والشجاعة والحب وضبط النفس والسمو وان توظيف الفرد لهذه الفضائل تجعله يحقق السعادة الحقيقية والوصول الى تحقيق طموحاته ورغباته، بذلك يسعى سيلجمان الى توسيع دائرة اهتمام الباحثين النفسيين الى زيادة جوانب القوة في الشخصية الانسانية وتخلص الفرد من الفشل والاحباط والياس والذي يمكن ان يرافقهم في رسم مستقبلهم وفي اتخاذهم للأمل في تكوين مركز اجتماعي في المجتمع (Seligman, 2004 :123).

وقدم سيلجمان ثلاثة مجالات اساسية في علم النفس الايجابي تساعد الفرد على كيفية استعارة الامل:

1.**الخبرة الايجابية: (Positive experience)**

يقصد بها كل ما يجعل الفرد سعيدا ويركز في هذا المجال على ان يعرف الافراد كيف يمكن ان يعيشوا سعداء وكيف يتمتعون بالمتعة واللحظات الجميلة والسارة وكيف يستمتعون بمذاق المشاعر والانفعالات الايجابية (Seligman 2000 :5)

2.**الشخصية الايجابية (Positive person)**

اذ يركز سيلجمان Seligman على دراسة السمات الشخصية الايجابية للنموذج الذي يراه محققا لاهدافه وهذا بدوره يحقق مستوى عال من الامل لديه، ويجب على الفرد ان يبحث في المبادئ والقدرات والسمات والمهارات الايجابية للنموذج والتفتيش عن نقاط القوة والتمييز في شخصيته والتاكد عليها وهذا يكون بمثابة التحصين ضد ما قد يعترضه من تهديدات او مشكلات واحباطات في حياته اليومية (Seligman 2000 :5)

3. **السياق الاجتماعي: (Social context)**

يجب على الفرد الاهتمام بكل ما يحدث في المجتمع والعلاقات الاجتماعية الناجحة لما لها من اثر في تقوية الامل لديه، فتنمية مشاعر الامل والقناعة والتفاؤل يسهم في احساس الفرد بالقوة والسعادة وان المجتمع والافراد فيه لهم اثر كبير في مساعدة الفرد على تحقيق اهدافه وطموحاته بسبب الدعم المقدم اليه وكمية الامل التي يمنحوها اليه. (Seligman 2000 :4).

- **مناقشة النظريات التي تناولت الامل المستعار**

بعد اطلاع الباحثة على الافكار التي جاءت بها النظريات المعتمدة في البحث الحالي. فقد اكد لازروس على ان الامل المستعار انه شيئ ايجابي يتخذه الفرد في مواصلة تحقيق طموحاته وان الفرد يستطيع الوصول لما يطمح له في اصعب الظروف، بينما بين سنايدر ان الاهداف التي يسعى الفرد الى تحقيقها يجب ان تكون اهداف قابلة للتحقيق وان لاتكون اهدافا مستحيلة وان الفرد يجب عليه ان يتجنب الاهداف المستحيلة خشية فشل الامل لديه لانه ليصبح الامل المستعار امل زائف فيصيب الفرد شك في امكانياته وقدراته على القيام باي عمل اخر. بينما اكد باندورا ان الامل المستعار يتكون لدى الفرد من خلال ملاحظته الى ماحققه الاخرون فيصيب الفرد التفاؤل والطموح لتحقيق ماحققه الاخرون من قبله. واوضح سيلجمان ان الامل

المستعار يسكن عقول كثير من الافراد في مختلف الاعمار وجنسهم وهو نقيض الياس .وقد تبنت الباحثة نظرية سنايدر (٢٠٠٠) لعدة أسباب منها:

- قدمت هذه النظرية تفسيرا اكثر شمولا لهذا المفهوم.
- ميزت النظرية بين مفهوم الامل بشكل عام ومفهوم الامل المستعار بشكل خاص.
- صاحب النظرية من منظري علم النفس الايجابي .
- هذه النظرية قريبة من الواقع وسهولة تطبيقها .
- اضافت النظرية جانب ايجابي لمفهوم الامل المستعار.
- حددت النظرية مجالات خاصة بالأمل المستعار وهي (الاهداف ، قوة الارادة ، خلق المسارات).

يتضمن هذا الفصل عرضا للإجراءات التي اتبعتها الباحثة لتحقيق اهداف بحثها ابتداء من منهجية البحث ومجتمع البحث واختيار العينات ، والتحقق من صدق وثبات اداتي البحث وتحديد الوسائل الاحصائية التي استعملت في هذا البحث.

اولا : منهج البحث

يعد منهج البحث الحالي منهجا وصفيا ارتباطيا اذ يهدف الى تحديد ما اذا كان هناك ارتباط بين متغيري البحث. والغرض من البحوث الارتباطية هو تحديد وجود علاقة (او عدم وجود علاقة) بين المتغيرات موضوع الدراسة واستعمال العلاقات الارتباطية في عمل تنبؤات (ملحم،2000: 384) ويلجا اليه الباحثون في العلوم الانسانية والاجتماعية للتأكد من مدى الارتباط الموجود بين المتغيرات لدراسة العلاقات بينهما وذلك باستعمال الطرائق الارتباطية بين متغيرات الظاهرة (اسماعيل ،2002: 16) وكذلك يستعمل هذا النوع من الدراسات عندما يريد الباحث معرفة العلاقة بين متغيرين او اكثر بهدف وصف الظواهر وتحليلها واستقصاء العلاقات بعناصرها وان العلاقة بين المتغيرات اما ان تكون موجبة او ان تكون سالبة (الداهري والكبيسي ،1999 :37)

واما عن اجراءاته فهو يتضمن عرضا لإجراءات البحث ووصفا للمجتمع واختيار عينات ممثلة له، وخطوات اعداد اداتي البحث ، والتحقق من استيفائها للشروط والضوابط العلمية والموضوعية التي ينبغي اتباعها في المقاييس النفسية المتمثلة بتحليل الفقرات وايجاد صدقها وثباتها ومعالجتها احصائيا ثم تحديد اهم الاساليب الاحصائية الملائمة لتحليل البيانات.

ثانيا: مجتمع البحث

ويقصد به جميع الافراد او الاشخاص او الاشياء جميعها الذين يكونون موضوع البحث (عبيدات واخرون،99:2004) حيث يتألف مجتمع البحث الحالي من طلبة كليات جامعة بابل البالغ عددها(20) كلية في مختلف انواع الاختصاصات العلمية والانسانية، ولتحديد مجتمع البحث قامت الباحثة بالحصول على نسخة من الاحصاء الجامعي للعام الدراسي (2022/2021) تم تحديد مجتمع البحث والذي بلغ(26674) طالبا وطالبة جامعية والذين توزعوا على كليات جامعة بابل بواقع (5) كليات تمثل الاختصاصات الانسانية وبمجموع (10226) طالبا وطالبة جامعية ويمثلون ما نسبته (2،42%)،و(15) كلية تمثل الاختصاصات العلمية، وبمجموع (16408) طالبا وطالبة جامعية ويمثلون ما نسبته (8,58%) ، وتوزع الطلبة

على وفق متغير الجنس بواقع (11056) طالبا من الذكور ويمثلون ما نسبته (9,40%) من مجتمع البحث، و(15578) طالبة من الاناث ويمثلن (1,59%) ولاختيار عينة البحث وضمان تجانس العينة سيتم استبعاد طلبة المرحلة الخامسة والسادسة في كليات المجموعة الطبية (الطب، طب الاسنان، الصيدلة) والمرحلة الخامسة في كلية الهندسة/ قسم الهندسة المعمارية وكلية العلوم للبنات لعدم تجانس العينة، والجدول (1) يوضح تفاصيل مجتمع البحث.

جدول (1)

مجتمع البحث

ت	الكلية	التخصص	الجنس		المجموع
			ذكور	اناث	
١	الادارة والاقتصاد	علمي	1104	978	2082
٢	الرياضية	علمي	697	133	830
٣	للعلوم الصرفة	علمي	458	583	1041
٤	التمريض	علمي	93	370	463
٥	العلوم للبنات	علمي	0	1114	1114
٦	التربية الفنية	علمي	506	834	1340
٧	الهندسة	علمي	1525	1018	2543
٨	تكنولوجيا المعلومات	علمي	498	523	1021
٩	طب حمورابي	علمي	243	421	664
١٠	الطب	علمي	504	879	1383
١١	طب اسنان	علمي	297	579	876
١٢	العلوم	علمي	329	786	1115
١٣	هندسة المواد	علمي	203	297	500
١٤	الصيدلة	علمي	314	758	1072
١٥	هندسة مسيب	علمي	244	120	364
مجموع الكليات العلمية			7015	9393	16408
١٦	الاساسية	انساني	1898	2540	4438
١٧	التربية للعلوم الانسانية	انساني	720	1944	2664
١٨	القانون	انساني	739	599	1338
١٩	الاداب	انساني	440	622	1062
٢٠	الدراسات القرآنية	انساني	244	480	724
	مجموع الكليات الإنسانية		4041	6185	10226
	المجموع الكلي للكليات		11056	15578	26674

ثالثا: عينات البحث (Samples of the Research)

تعرف عينة البحث هي ذلك الجزء من المجتمع التي يكون اختيارها على وفق قواعد وطرائق علمية بحيث تكون ممثلة للمجتمع تمثيلا صحيحا (زيتون ، 145:2005) اذ قامت الباحثة باختيار العينة لتحقيق اهداف بحثها على وفق مرحلتين فكانت:

١- تحديد عينة الكليات (Sample of the colleges)

استخدمت الباحثة الاسلوب الطبقي العشوائي في اختيار عينة الكليات ، اذ كتب اسماء الكليات العلمية على حده والكليات الانسانية على حده في اوراق صغيرة ووضعت في الكيس وسحبت عشر كليات منها (6) علمية و(4) انسانية وهي تمثل (50%) من الكليات واختير قسم من كل كلية بالطريقة ذاتها ، وكما موضح في الجدول (2).

جدول (2)

عينة الكليات موزعة وفق الكلية والتخصص والجنس

ت	الكلية	التخصص	الجنس		المجموع
			ذكور	اناث	
١	للعلوم الصرفة	علمي	458	583	1041
٢	الهندسة	علمي	1525	1018	2543
٣	تكنولوجيا المعلومات	علمي	498	523	1021
٤	طب اسنان	علمي	297	579	876
٥	العلوم	علمي	329	786	1115
٦	الصيدلة	علمي	314	758	1072
مجموع الكليات العلمية			3421	4247	7668
٧	التربية للعلوم الإنسانية	انساني	720	1944	2664
٨	القانون	انساني	739	599	1338
٩	الاداب	انساني	440	622	1062
١٠	الدراسات القرآنية	انساني	244	480	724
مجموع الكليات الإنسانية			2143	3645	5788
المجموع الكلي للكليات			5564	7892	13456

٢-عينات الطلبة

- **العينة الاساسية**

قامت الباحثة باختيار عينة الطلبة بالأسلوب الطبقي العشوائي ذات التوزيع المتناسب مستعملة معادلة ستيف ثامبسون في اختيار عدد العينة ، لذا اعتمدت الباحثة عينة مؤلفة من (400) طالبا وطالبة من طلبة المرحلة الثالثة من الكليات العلمية والانسانية ،بواقع (167) طالبا و(233) طالبة ، وزعوا حسب الجنس والتخصص وقد بلغ مجموع طلبة التخصص الانساني (171) طالبا وطالبة بواقع (65) طالبا و(106) طالبة بينما كان مجموع طلبة التخصص العلمي (229) طالبا وطالبة بواقع (102) طالب و(127) طالبة والجدول (3) يوضح ذلك

جدول (3)

توزيع عينة البحث الاساسية وفق الجنس والتخصص والقسم العلمي

ت	الكلية	القسم العلمي	الذكور	الاناث	المجموع	النسبة المئوية
١	التربية للعلوم الصرفة	الفيزياء	14	18	32	8%
٢	الهندسة	الكهرباء	45	30	75	19%
٣	تكنولوجيا المعلومات	البرمجيات	15	16	31	8%
٤	طب اسنان	-	9	17	26	7%
٥	العلوم	الكيمياء	10	23	33	8%
٦	الصيدلة	-	9	23	32	8%
مجموع الكليات العلمية			102	127	229	57%
٧	التربية للعلوم الانسانية	علم النفس	21	58	79	20%
٨	القانون	-	22	18	40	10%
٩	الاداب	علم الاجتماع	13	15	28	7%
١٠	الدراسات القرآنية	الفقه	9	15	24	6%
مجموع الكليات الإنسانية			65	106	171	%43
المجموع الكلي للكليات			167	233	400	100%

- **عينة التحليل الاحصائي**

يقترح نانلي (Nunnally 1978) ان يكون حجم عينة تحليل الفقرات (5_10) افراد مقابل كل فقرة من فقرات المقياس (Nunnally 1978:262) لذا اعتمدت الباحثة عينة مؤلفة من (400) طالبا وطالبة من طلبة المرحلة الثالثة من الكليات العلمية والانسانية ، وقد اختيرت عينة التحليل الاحصائي بالطريقة نفسها التي اختيرت عينة البحث الاساسية فيها ،والجدول (4) يوضح ذلك

جدول (4)

توزيع عينة البحث وفق الجنس والتخصص والقسم العلمي

ت	الكلية	القسم العلمي	الذكور	الاناث	المجموع	النسبة المئوية
١	التربية للعلوم الصرفة	الرياضيات	14	18	32	8%
٢	الهندسة	المدني	45	30	75	19%
٣	تكنولوجيا المعلومات	امنية معلومات	15	16	31	8%
٤	طب اسنان	-	9	17	26	7%
٥	العلوم	الفيزياء	10	23	33	8%
٦	الصيدلة	-	9	23	32	8%
مجموع الكليات العلمية			102	127	229	57%
٧	التربية للعلوم الانسانية	الجغرافية	21	58	79	20%
٨	القانون	-	22	18	40	10%
٩	الاداب	الاثار	13	15	28	7%
١٠	الدراسات القرآنية	علوم اللغة	9	15	24	6%
مجموع الكليات الانسانية			65	106	171	%٤٣
المجموع الكلي للكليات			167	233	400	100%

رابعا: اداتا البحث:

اتساقا مع الاطار النظري الذي اعتمدته الباحثة في دراسة المتغيرات، ومن اجل تحقيق اهداف البحث الحالي لابد من وجود اداتين لقياس متغيري البحث، احداهما تقيس الامتنان

المتبادل والاخرى تقيس الامل المستعار، والغرض من استعمال هذين الاداتين التعرف على الامتنان المتبادل والامل المستعار لدى افراد عينة البحث الحالي، ولذلك قامت الباحثة بالخطوات الاتية:

اولا: اداة قياس الامتنان المتبادل

بما ان المتغير الاول في البحث الحالي هو الامتنان المتبادل، وبسبب عدم توفر اداة لقياس الامتنان المتبادل على حدود علم الباحثة فقد قامت الباحثة ببناء اداة لقياس الامتنان المتبادل اذ يشير الين و ين (Allen& Yen 2001) الى وجود مجموعة من الخطوات الاساسية التي يجب تتوفر في عملية بناء المقاييس التربوية والنفسية وتتمثل بالاتي :

- تحديد المفهوم ومجالاته وفق النظرية المتبناة .
- صياغة الفقرات لكل مجال من مجالات المقياس .
- عرض المقياس بصيغته الاولية على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص
- تطبيق المقياس على عينة البناء على ان تكون ممثلة لمجتمع البحث .
- اجراء التحليل الاحصائي للفقرات (Allen&Yen 2001 :182)

أ- تحديد مفهوم الامتنان المتبادل ومجالاته

بعد اطلاع الباحثة على الادبيات التي تناولت الامتنان المتبادل فقد تبنت الباحثة تعريف وتكنز(Watkins (2014 اذ عرفه **(هو استعداد لدى الفرد يؤكد ان شيئا جيدا حدث ويعترف ان شخصا اخر هو المسؤول عن هذه المنفعة وضرورة ارجاعها) (Watkins, 2014 : 76)** والذي حدد مجالين للامتنان المتبادل وهما (المجال النفسي _ المجال المعرفي)

ب- صياغة فقرات مقياس الامتنان المتبادل

بعد وضع التعريف النظري للامتنان المتبادل وتحديد المجالات التي يتكون منها المفهوم ، صاغت الباحثة فقرات المقياس على ضوء تعريف المفهوم والنظرية المتبناة وطبيعة المجتمع المستهدف للقياس ، صاغت الباحثة (53) فقرة موزعة على مجالين بصيغتها الاولية ويعزى اختلاف عدد الفقرات في كل مجال من المجالات الامتنان المتبادل نتيجة تركيز النظرية على اهمية مجال دون الاخر .

ت- بدائل الاجابة

وضعت خمس بدائل لتقدير الاستجابات على درجات فقرات المقياس وهي **(تنطبق علي تماما، تنطبق علي كثيرا ، تنطبق علي قليلا ، تنطبق علي نادرا ،لاتنطبق علي ابد ا)** وتاخذ

درجات التصحيح (5_4_3_2_1)على التوالي وان جميع الفقرات باتجاه المقياس ولا توجد فقرات عكس اتجاه المقياس وعليه فان ادنى درجة نظرية لمقياس الامتنان المتبادل واعلى درجة نظرية له تتراوح ما بين (265–53) للفقرة الواحدة بصيغته الاولية .

ث- صلاحية فقرات مقياس الامتنان المتبادل

للتحقق من صلاحية فقرات مقياس الامتنان المتبادل بصيغته الاولية والذي يتكون من (53) فقرة ملحق (٣) عرض على مجموعة من المحكمين المختصين في علم النفس التربوي والقياس النفسي والبالغ عددهم (30) محكما ملحق (4) لبيان مدى صلاحية الفقرات لقياس ما اعدت لقياسه وتعديل ما يرونه مناسبا ومدى مناسبة البدائل ، ولتحليل اراء المحكمين فقد أُعتمد مربع كاي لحسن المطابقة والنسبة المئوية وعدت كل فقرة صالحة عندما تكون قيمة مربع كاي المحسوبة دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.05) كما مبين في الجدول (5) :

جدول(5)

قيمة مربع كاي لمقياس الامتنان المتبادل

ت	المجال	الفقرات	الموافقون	نسبتهم	المعارضون	قيمة كاي		مستوى الدلالة
						المحسوبة	الجدولية	
١	النفسي	٥١،٤٢،٤١، ٩،٣،٢	٣٠	%١٠٠	٠	٣٠	٣,٨٤	دالة
	المعرفي	٤٨						
٢	النفسي	٥٠،٤٩،٤٠، ٣٧،٨،٤	٢٩	%٩٦	١	٢٦,١٣٣		دالة
	المعرفي	٤٦،٢٥،١٠						
٣	النفسي	٣١،٢٩،٧،٦ ،٥،١، ٥٣،٣٨،٣٢	٢٨	%٩٣	٢	٢٢,٥٣٣		دالة
	المعرفي	٣٤،٢٨،١٦، ٣٥،١٤،١٢ ،٥٢،٤٣،٣٦						
٤	النفسي	٣٩،٢٧،١١	٢٧	%٩٠	٣	١٩,٢٠٠		دالة
	المعرفي	٣٣،٢٦،٢٤، ٤٧،٤٤،١٧،١٦						
٥	النفسي	٣٠،٢٣،٢١، ١٨،١٥	٢٦	%٨٦	٤	١٦,١٣٣		دالة
	المعرفي	١٣،٤٥،٢٢						
٦	النفسي	٢٠	٢٠	%٦٦	١٠	٣,٣٣٣		غير دالة

وبذلك قُبلت الفقرات التي حصلت على قيم مربع كاي اكبر من (3,84) الجدولية ودرجة حرية (1) ، ورفض فقرة رقم(20) اذ كانت قيمة مربع كاي المحسوبة اقل من قيمة مربع كاي الجدولية ، كذلك اقترح بعض المحكمين اجراء بعض التعديلات اللغوية وبذلك اصبح المقياس مؤلفا من (52)

- **اعداد تعليمات المقياس**

بعد الانتهاء من اجراء التعديلات التي اقترحها المحكمون على فقرات الامتنان المتبادل وضعت الباحثة لأفراد العينة تعليمات الاستجابة على الفقرات وقد حَرصَت على ان تكون التعليمات واضحة ومناسبة، وتضمنت التعليمات هدف المقياس بصورة ضمنية لان المقاييس النفسية عادة اذا كان هدفها واضحا للمستجيب قد تؤدي الى تزييف الاجابة (فائق 1978: 518)

كذلك تضمنت التعليمات كيفية الاجابة عن الفقرات اذ وضعت لغرض الاستجابة خمسة بدائل وعلى المستجيب ان يختار احدى هذه البدائل.

وتضمنت التعليمات ايضا الطلب من افراد العينة عدم ترك اي فقرة من فقرات المقياس بدون اجابة، وعدم وضع اكثر من علامة ازاء الفقرة الواحدة. علما انه ليس هناك اجابة صحيحة او خاطئة وان الاجابة الصحيحة هي التي تعتقد انها تنطبق عليك اكثر من غيرها، وشملت التعليمات كذلك ملء البيانات الخاصة بالجنس والتخصص لأفراد العينة، فضلا على ذلك فقد اوضحت التعليمات ان الهدف هو لأغراض البحث العلمي فقط ولا داعي لذكر الاسم وذكر مثال للتوضيح.

ج- التطبيق الاستطلاعي

يستهدف هذا التطبيق تعّرف وضوح تعليمات المقياس بصورته الاولية ووضوح فقراته للكشف عن الفقرات الغامضة وغير الواضحة ومحاولة تعديلها والوقت المستغرق للإجابة عن الفقرات (الكبيسي،2010: 41). ولغرض التاكد من مدى وضوح الفقرات وتعليماتها لأفراد العينة وكذلك لأجل احتساب معدل الوقت المستغرق للإجابة طبقت الباحثة مقياس الامتنان المتبادل بصورته الاولية على عينة مكونه من (40) طالب وطالبة اختيروا عشوائيا من طلبة كليتين (كلية التربية للعلوم الانسانية ، كلية الهندسه) وطلبت الباحثة اليهم ان يطلعوا على تعليمات وفقرات المقياس وقراءتها بدقة والاستفسار عن اي غموض يواجههم، وقد تبين نتيجة لذلك ان تعليمات وفقرات المقياس كانت واضحة وذلك من خلال قلة استفسارات افراد العينة الاستطلاعية عن كيفية الاجابة او وضوح الفقرات وتراوح معدل زمن الاجابة بين (15_18)دقيقة .

جدول (6)

توزيع افراد العينة الاستطلاعية على وفق الكلية والتخصص والجنس

ت	الكلية	التخصص	الذكور	الاناث	المجموع
١	التربية للعلوم الانسانية	انساني	١٠	١٠	٢٠
٢	الهندسة	علمي	١٠	١٠	٢٠
المجموع			٢٠	٢٠	٤٠

ح _ التحليل الاحصائي لفقرات مقياس الامتنان المتبادل

يعد هذا الاجراء من المتطلبات الاساسية لبناء المقياس في العلوم النفسية ويهدف للكشف عن القوة التمييزية للفقرات ومعاملات صدقها ، لان التحليل المنطقي للفقرات قد لايكشف عن صدقها على نحو دقيق بينما التحليل الاحصائي للدرجات تجريبيا يكشف عن دقة الفقرات في قياس ما وضعت لقياسه (Ebel 1967 :450)

ان اجراء التحليل الاحصائي للفقرات يساعد على فحص قدرة كل فقرة في التمييز بين افراد العينة وفي اتخاذ قرار بشان تعديل او حذف الفقرات او الابقاء عليها ويعتمد ثبات درجات الاختبار وصدق تفسير النتائج على جودة فقرات الاختبار وبالتالي ستساعد في تحسين جودة المقياس المعد للاختبار (رينولدز 300:2013).

ويقصد بالقوة التمييزية للفقرات مدى قدرة الفقرة على التمييز بين ذوي المستويات العليا وذوي المستويات الدنيا من الافراد بالنسبة للمفهوم الذي تقيسه الفقرة .

من اجل اجراء التحليل الاحصائي لفقرات المقياس ، طبق المقياس على عينة مكونة من (400) طالبا وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية ذات التوزيع المتناسب لاجراء التحليل الاحصائي لفقرات المقياس وبطريقتين:

أ- **القوة التمييزية بطريقة المجموعتين الطرفيتين(Groups Contrasted)**

تُعد عملية التحليل الاحصائي لفقرات المقياس من الخطوات الاساسية، وان اعتماد الفقرات التي تتميز بخصائص سايكومترية جيدة يجعل المقياس اكثر صدقا وثباتا (الدوري،68:2004).وهو عملية فحص او اختبار استجابات الافراد عن كل فقرة من فقرات الاختبار، والكشف عن مستوى صعوبة الفقرة، وقوة تمييز الفقرة، وفعالية البدائل في الفقرات (الخطيب والخطيب، 2010 :49). ان الهدف الاساسي من حساب القوة التمييزية للفقرات هو

استبعاد الفقرات التي لا تميز بين المفحوصين في السمة المقاسة والابقاء على تلك التي تميز بينهم (Ebel & Frisbie, 2009 , 294)

وتشير نانلي Nunnally الى ان نسبة عدد افراد العينة الى عدد الفقرات يجب ان لا تقل عن نسبة (5_10) افراد لكل فقرة من فقرات الاختبار وذلك لتقليل فرصة المصادفة في عملية التحليل (Nunnally, 1978 :262). ويرى(Kelley 1957) ان نسبة (27%) افضل نسبة لتحديد عدد افراد المجموعتين العليا والدنيا في العينات الكبيرة ذات التوزيع الطبيعي .(انستازي ، يورين 344:2015). ولإجراء تحقيق ذلك قامت الباحثة بتطبيق الاختبار على عينة مكونة من(400) طالب وطالبة وبعد تطبيق المقياس على افراد العينة حُولت الاستجابات الى جداول لمعالجة البيانات وتحليلها على وفق الخطوات التالي:

١. تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة من استمارات مقياس الامتنان المتبادل التي طبقت على عينة التحليل الاحصائي.

٢. ترتيب الاستمارات من اعلى درجة الى اقل درجة (تنازليا) .

٣. اختيرت نسبة الـ (27 %) من الاستمارات الحاصلة على اعلى الدرجات بعّدها مجموعة عليا و نسبة الـ (27%) من الاستمارات الحاصلة على اقل الدرجات بعّدها مجموعة دنيا ، اذ بلغ عدد الاستمارات في كل مجموعة(108) استمارة ، اي ان عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل الاحصائي هي (216) استمارة. اذ بلغ متوسط المجموعة العليا (4,5) ، بينما بلغ متوسط المجموعة الدنيا(1,5) جدول (7) يوضح ذلك.

جدول (7)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لمقياس الامتنان المتبادل

ت	العليا والدنيا	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة-T- المحسوبة	الدلالة
ف١	عليا	4.06	٠.899	8.686	دالة
	دنيا	2.64	1.450		
ف٢	عليا	3.65	1.314	٠.309	غير دالة
	دنيا	3.95	1.326		
ف٣	عليا	4.20	1.012	10.180	دالة
	دنيا	2.55	1.356		

ف٤	عليا	3.95	1.233	8.532	دالة
	دنيا	2.37	1.483		
ف٥	عليا	3.94	.979	8.434	دالة
	دنيا	2.57	1.362		
ف٦	عليا	3.68	1.310	1.749	غير دالة
	دنيا	3.93	1.092		
ف٧	عليا	4.57	٠.834	12.101	دالة
	دنيا	2.61	1.465		
ف٨	عليا	4.06	٠.915	8.047	دالة
	دنيا	2.63	1.598		
ف٩	عليا	3.90	1.076	9.133	دالة
	دنيا	2.43	1.284		
ف١٠	عليا	4.79	٠.565	15.545	دالة
	دنيا	2.37	1.514		
ف١١	عليا	4.37	1.001	10.927	دالة
	دنيا	2.42	1.566		
ف١٢	عليا	4.24	٠.906	10.972	دالة
	دنيا	2.43	1.461		
ف١٣	عليا	3.17	1.322	1.695	غير دالة
	دنيا	2.87	1.246		
ف١٤	عليا	4.19	.908	11.559	دالة
	دنيا	2.21	1.523		
ف١٥	عليا	4.45	٠.836	11.820	دالة
	دنيا	2.48	1.519		
ف١٦	عليا	4.04	٠.985	7.872	دالة
	دنيا	2.68	1.503		
ف١٧	عليا	3.76	1.143	2.367	دالة
	دنيا	3.38	1.213		
ف١٨	عليا	4.20	1.030	9.108	دالة

	دنيا	2.59	1.523		
ف١٩	عليا	4.36	٠.803	9.454	دالة
	دنيا	2.96	1.311		
ف٢٠	عليا	4.19	٠.952	10.869	دالة
	دنيا	2.44	1.376		
ف٢١	عليا	3.69	٠.944	6.862	دالة
	دنيا	2.65	1.255		
ف٢٢	عليا	4.46	٠.825	12.765	دالة
	دنيا	2.49	1.377		
ف٢٣	عليا	4.09	٠.892	7.978	دالة
	دنيا	2.74	1.519		
ف٢٤	عليا	3.81	1.112	6.176	دالة
	دنيا	2.73	1.444		
ف٢٥	عليا	4.19	٠.848	9.294	دالة
	دنيا	2.86	1.226		
ف٢٦	عليا	4.05	٠.999	7.242	دالة
	دنيا	2.96	1.191		
ف٢٧	عليا	4.58	٠.566	11.598	دالة
	دنيا	2.69	1.604		
ف٢٨	عليا	4.41	٠.627	13.098	دالة
	دنيا	2.50	1.377		
ف٢٩	عليا	4.57	٠.686	12.246	دالة
	دنيا	2.73	1.405		
ف٣٠	عليا	4.52	٠.742	13.865	دالة
	دنيا	2.39	1.413		
ف٣١	عليا	4.33	٠.907	10.678	دالة
	دنيا	2.69	1.323		
ف٣٢	عليا	4.00	1.085	7.305	دالة
	دنيا	2.66	1.572		

ف٣٣	عليا	4.17	٠.743	8.884	دالة
	دنيا	2.77	1.457		
ف٣٤	عليا	4.37	٠.756	11.590	دالة
	دنيا	2.57	1.422		
ف٣٥	عليا	4.30	٠.714	9.883	دالة
	دنيا	2.73	1.483		
ف٣٦	عليا	3.46	1.218	.221	غير دالة
	دنيا	3.49	1.247		
ف٣٧	عليا	4.34	٠.898	6.843	دالة
	دنيا	3.32	1.259		
ف٣٨	عليا	4.24	٠.926	13.171	دالة
	دنيا	2.23	1.269		
ف٣٩	عليا	4.55	٠.813	12.136	دالة
	دنيا	2.53	1.480		
ف٤٠	عليا	4.54	٠.716	12.634	دالة
	دنيا	2.61	1.413		
ف٤١	عليا	4.37	٠.705	11.033	دالة
	دنيا	2.70	1.403		
ف٤٢	عليا	4.22	٠.879	10.624	دالة
	دنيا	2.50	1.437		
ف٤٣	عليا	3.97	1.036	9.331	دالة
	دنيا	2.42	1.388		
ف٤٤	عليا	4.27	.804	12.839	دالة
	دنيا	2.27	1.405		
ف٤٥	عليا	4.23	.903	8.973	دالة
	دنيا	2.93	1.213		
ف٤٦	عليا	4.23	1.010	8.184	دالة
	دنيا	2.69	1.684		
ف٤٧	عليا	4.48	1.000	11.878	دالة

	دنيا	2.42	1.505		
ف٤٨	عليا	4.52	٠.704	14.070	دالة
	دنيا	2.31	1.475		
ف٤٩	عليا	4.73	٠.605	13.463	دالة
	دنيا	2.56	1.567		
ف٥٠	عليا	4.45	٠.836	11.820	دالة
	دنيا	2.48	1.519		
ف٥١	عليا	4.55	٠.661	11.362	دالة
	دنيا	2.69	1.569		
ف٥٢	عليا	4.51	٠.690	12.271	دالة
	دنيا	2.57	1.486		

يظهر من الجدول (7) ان القيمة التائية المحسوبة لـ(4) فقرات من فقرات المقياس كانت اقل من القيمة التائية الجدولية البالغة(1,96) وهي غير دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (214) مما يعني ان هذه الفقرات (36,13,6.2) لم تكن مميزه في السمة المقاسة بين المفحوصين .

ب- اسلوب الاتساق الداخلي لمقياس الامتنان المتبادل

تكمن اهمية هذه الطريقة في ايجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمجالها والدرجة الكلية للمقياس وكذلك الدرجة الكلية للمجال بالدرجة الكلية للمقياس والذي يساعد في معرفة تجانس فقرات المقياس وبالتالي تحديد السمة المراد قياسها اذ ان اثبات هذه العلاقة الارتباطية يعد مؤشرا على ان هذا المقياس صادق فيما يقيسه (Anastasi & Urbina, 1997 :129) وتم التحقق من الاتساق الداخلي من خلال :

- **علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس الدرجة الكلية المجال الذي تنتمي اليه الفقرات**

استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس وعلاقة كل فقرة من فقرات المجال مع الدرجة الكلية للمجال وعلاقة درجة كل مجال مع الدرجة الكلية للمقياس ودرجة كل مجال مع المجالات الاخرى للمفهوم مقارنة بالقيمة الجدولية لمعاملات الارتباط .

جدول (8)

علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس ودرجة المجال لمقياس الامتنان المتبادل

المجال	الفقرة	علاقتها بالدرجة الكلية	علاقتها بالدرجة الكلية	الدلالة
النفسي	ف١	0.519**	0.431**	دالة
	ف٢	0.101	0.081	غير دالة
	ف٣	0.590**	0.322**	دالة
	ف٤	0.469**	0.416**	دالة
	ف٥	0.585**	526**	دالة
	ف٦	0.087	0.071	غير دالة
	ف٧	0.570**	0.373**	دالة
	ف٨	0.496**	0.468**	دالة
	ف٩	0.485**	0.393**	دالة
	ف١١	0.522**	0.452**	دالة
	ف١٥	0.633**	0.439**	دالة
	ف١٨	0.443**	0.379**	دالة
	ف٢٠	0.672**	0.442**	دالة
	ف٢٢	0.684**	0.358**	دالة
	ف٢٦	0.345**	0.319**	دالة
	ف٢٨	0.474**	0.324**	دالة
	ف٢٩	0.435**	0.389**	دالة
	ف٣٠	0.719**	0.476**	دالة
	ف٣١	0.401**	0.320**	دالة
	ف٣٦	0.053	0.047	غير دالة
	ف٣٧	0.407**	0.342**	دالة
	ف٣٨	0.650**	0.579**	دالة
	ف٣٩	0.617**	0.399**	دالة
	ف٤١	0.537**	0.505**	دالة
	ف٤٢	0.566**	0.522**	دالة
	ف٤٨	0.612**	0.497**	دالة
	ف٤٩	0.606**	0.507**	دالة
	ف٥٠	0.680**	0.359**	دالة
	ف٥٢	0.697**	0.438**	دالة
المعرفي	ف١٠	0.510**	0.410**	دالة
	ف١٢	0.702**	0.444**	دالة

ف١٣	0.063	0.042	غير دالة	
ف١٤	0.407**	0.396**	دالة	
ف١٦	0.492**	0.467**	دالة	
ف١٧	0.089	0.081	غير دالة	
ف١٩	0.593**	0.337**	دالة	
ف٢١	0.541**	0.449**	دالة	
ف٢٣	0.451**	0.296**	دالة	
ف٢٤	0.542**	0.419**	دالة	
ف٢٥	0.364**	0.315**	دالة	
ف٢٧	0.448**	0.420**	دالة	
ف٣٢	0.581**	0.311**	دالة	
ف٣٣	0.441**	0.386**	دالة	
ف٣٤	0.456**	0.347**	دالة	
ف٣٥	0.464**	0.357**	دالة	
ف٤٠	0.398**	0.296**	دالة	
ف٤٣	0.531**	0.419**	دالة	
ف٤٤	0.446**	0.421**	دالة	
ف٤٥	0.387**	0.359**	دالة	
ف٤٦	0.576**	0.438**	دالة	
ف٤٧	0.501**	0.410**	دالة	
ف٥١	0.301**	0.210**	دالة	

يتضح من الجدول أعلاه ان الفقرات (٢،٦،٣٦) من المجال النفسي و(١٣،١٧) من المجال المعرفي لم تكن داله لان القيمة المحسوبة اعلى من القيمة الجدولية البالغة(١,٩٦)

- **علاقة المجال بالمجال الاخر وعلاقة المجال بالدرجة الكلية لمقياس الامتنان المتبادل**

استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل مجال وعلاقته بالمجال الاخر وكذلك علاقة المجال بالدرجة الكلية ، جدول (9) يوضح ذلك:

جدول (9)

قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مجال من مجالات مقياس الامتنان المتبادل والدرجة الكلية

المجال	النفسي	المعرفي	الامتنان المتبادل
النفسي	1	0.515**	0.850**
المعرفي	0.515**	1	0.875**
الامتنان المتبادل	0.850**	0.875**	1

- **التحليل العاملي التوكيدي Factor Analysis Confirmatory**

تقوم فكرة التحليل العاملي التوكيدي على اختبار التطابق بين مصفوفة المتغيرات الداخلة في التحليل و المصفوفة المحللة فعلا من قبل الانموذج المفترض الذي يحدد العلاقات بين هذه المتغيرات ، و يُعد التحليل العاملي التوكيدي من افضل الطرائق المستعملة في استخراج صدق البناء (MacCallum & Austin , 2000 : 201) .

وفي ضوء التطابق بين مصفوفة المتغيرات الداخلة في التحليل و المصفوفة المفترضة من الانموذج تنتج العديد من المؤشرات التي تدل على جودة هذه المطابقة التي من خلالها يُقبل الانموذج المفترض للبيانات التي تم الاجابة او يتم رفضها في ضوء هذه مؤشرات جودة المطابقة و عندما يكون هناك قبول جيد لهذه المؤشرات فان المقياس يكون دقيقا جدا و عكس ذلك يكون ضعيفا و من الممكن ان يتم رفض هذا الانموذج (Byrne , 2001 : 65)

واوضح(٢٠١٢ تيغزه) ان للتحليل العاملي التوكيدي عدة انواع فربما يكون تحليل عاملي من الدرجة الاولى او تحليل عاملي من الدرجة الثانية او تحليل عاملي من النوع المتعدد (تيغزه ، ٢٠١٢ ، ١٧٠) ، و التحليل العاملي المستعمل في الامتنان المتبادل هو من الدرجة الثانية.

وتم التحقق من مؤشرات جودة المطابقة من خلال :

- **النسبة بين قيم (x^2) و (dr)**

ان الدلالة الاحصائية باستعمال مربع كاي في النمذجة بالمعادلات البنائية تدل على ان النموذج المفترض يتطابق مع البيانات النظرية ، و كلما ارتفعت قيمة مربع كاي كلما ازدادت مطابقة النموذج سوءا ، و كلما كانت القيمة اقل من (٥) كلما دلت على قبول النموذج (Schmitt , 2011 , 307).

- **الجذر التربيعي لمتوسط خطا الاقتراب (RMSEA)**

يعد من افضل المؤشرات الدالة على جودة النموذج ، و يقوم على افتراض ان النماذج لا تمثل الواقع تماما بل تقاربه و بالتالي فهي نماذج تقاربية و بالتالي فهو يقيس مستوى الافتقار للمطابقة ، اي يركز على مستوى التفاوت بين مصفوفة التباين و التغاير للانموذج المفترض و بين مصفوفة التباين و التغاير للمجتمع (Hu & Bentler , 1999 : 55)

- **مؤشر جودة المطابقة المقارن (CFI)**

يعد مؤشر جودة المطابقة المقارن من افضل المؤشرات القائمة على المقارنة و يقيم على اساس مقارنة مربع كاي لنموذج البحث او المفترض مع قيمة مربع كاي للنموذج المستقل٠.

- **مؤشر جودة المطابقة (GFI) :**

ويدل على نسبة التباين والتغاير التي يستطيع النموذج المفترض تفسيره اي الى اي حد يتمكن النموذج المفترض من تزويدنا بمعلومات عن وضع النموذج في المجتمع ، ويمكن القول احصائيا انه يرادف دور الارتباط المتعدد

- **مؤشر جودة المطابقة المصحح (AGFI) :**

ان مؤشر (AGFI) طور خصيصا لمعالجة التعقيد في مؤشر جودة المطابقة و يتجلى اثر التعقيد كلما ازدادت عدد البارامترات الحرة للتقدير في النموذج المفترض ازدادت نسبة لتباين المفسر و لذلك فان المؤشر ياخذ عدد البارامترات بعين الاعتبار مصححا نتيجة القيمة الدالة على المطابقة بتخفيضها (Brown, & Moore, 2012 : 367)

- **مؤشر تايكر لويس (TLI) :**

و يسمى احيانا بمؤشر المطابقة غير المعياري و ينطوي هذا المؤشر على مقارنة النموذج المستقل على دالة عقابية باضافة بارامترات حرة لتعويض اثر تعقيد النموذج المفترض ٠

- **مؤشر المطابقة المعياري (NFI) :**

وهي من مؤشرات المطابقة التزايدية ويسمى بنموذج المتغيرات المستقلة ، واذا كانت نسبة المؤشر تزيد عن (٠٠,٨٥) فان قيمة المؤشر تدل على نسبة التحسن في المطابقة للنموذج (تيغزه ، 2012: 237).

جدول (10)

مؤشرات جودة المطابقة للأنموذج قبل التعديل وبعد التعديل الفقرات غير المشبعة

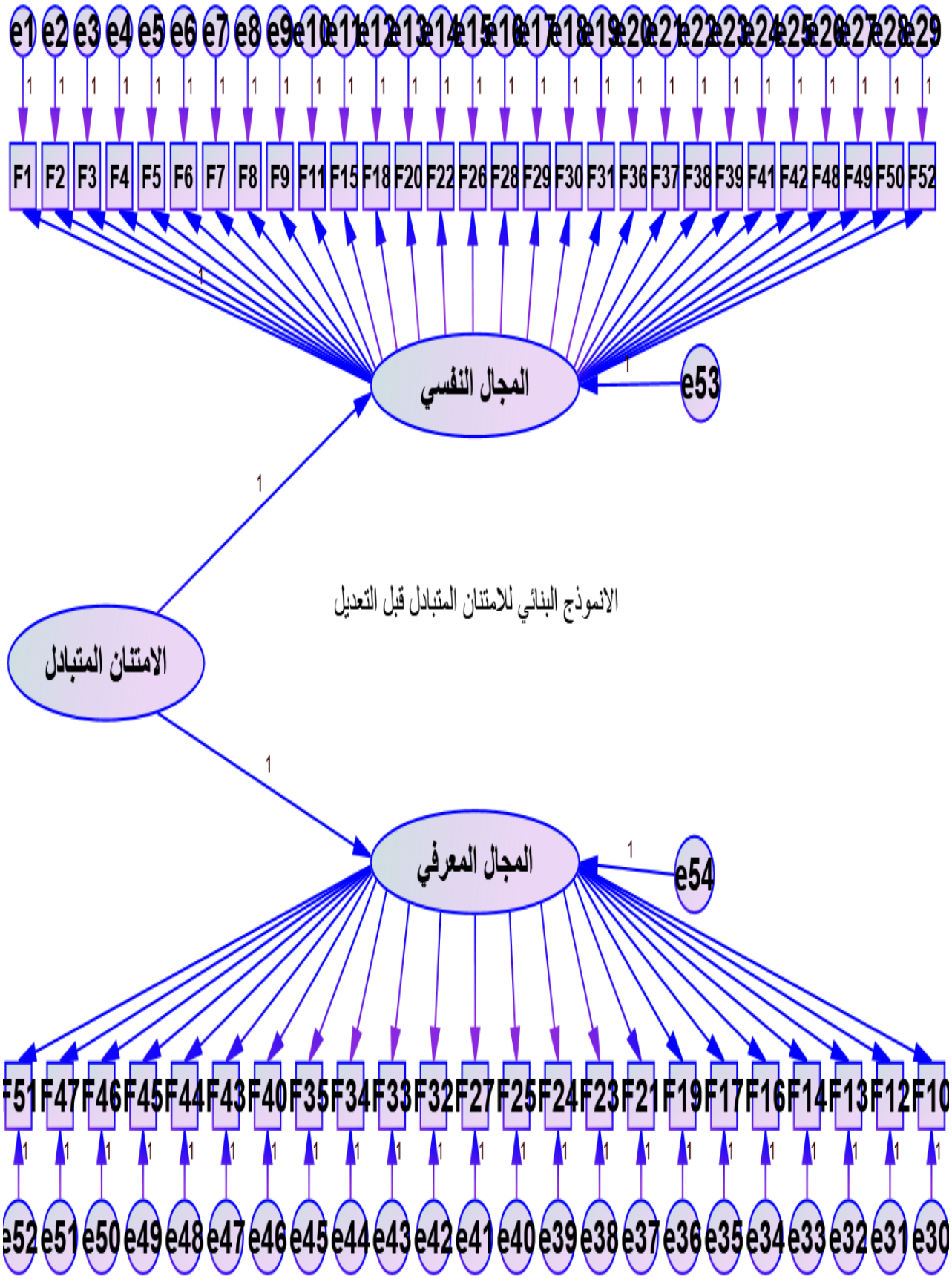
ت	اسم المؤشر	قيم المؤشر		درجة القطع
		قبل التعديل	بعد التعديل	
١	النسبة بين قيم (x^2) و (dr)	٣٠,٥٠	١٠,٦١	اقل من (٥)
٢	الجذر التربيعي لمتوسط خطا الاقتراب (RMSEA)	٠٠,٠٦	٠٠,٠٤	اقل من (٠٠,٠٨)
٣	مؤشر جودة المطابقة المقارن (CFI)	٠٠,٨١	٠٠,٨٦	(صفر – ١)
٤	مؤشر جودة المطابقة (GFI)	٠٠,٨٣	٠٠,٩١	(صفر – ١)
٥	مؤشر جودة المطابقة المصحح (AGFI)	٠٠,٨٠	٠٠,٨٧	(صفر – ١)
٦	مؤشر تايكر لويس (TLI)	٠٠,٧٧	٠٠,٨٥	(صفر – ١)
٧	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠٠,٨٢	٠٠,٩٠	(صفر – ١)

جدول (11)

تشبعات فقرات مقياس الامتنان المتبادل بالمجال الذي تنتمي اليه

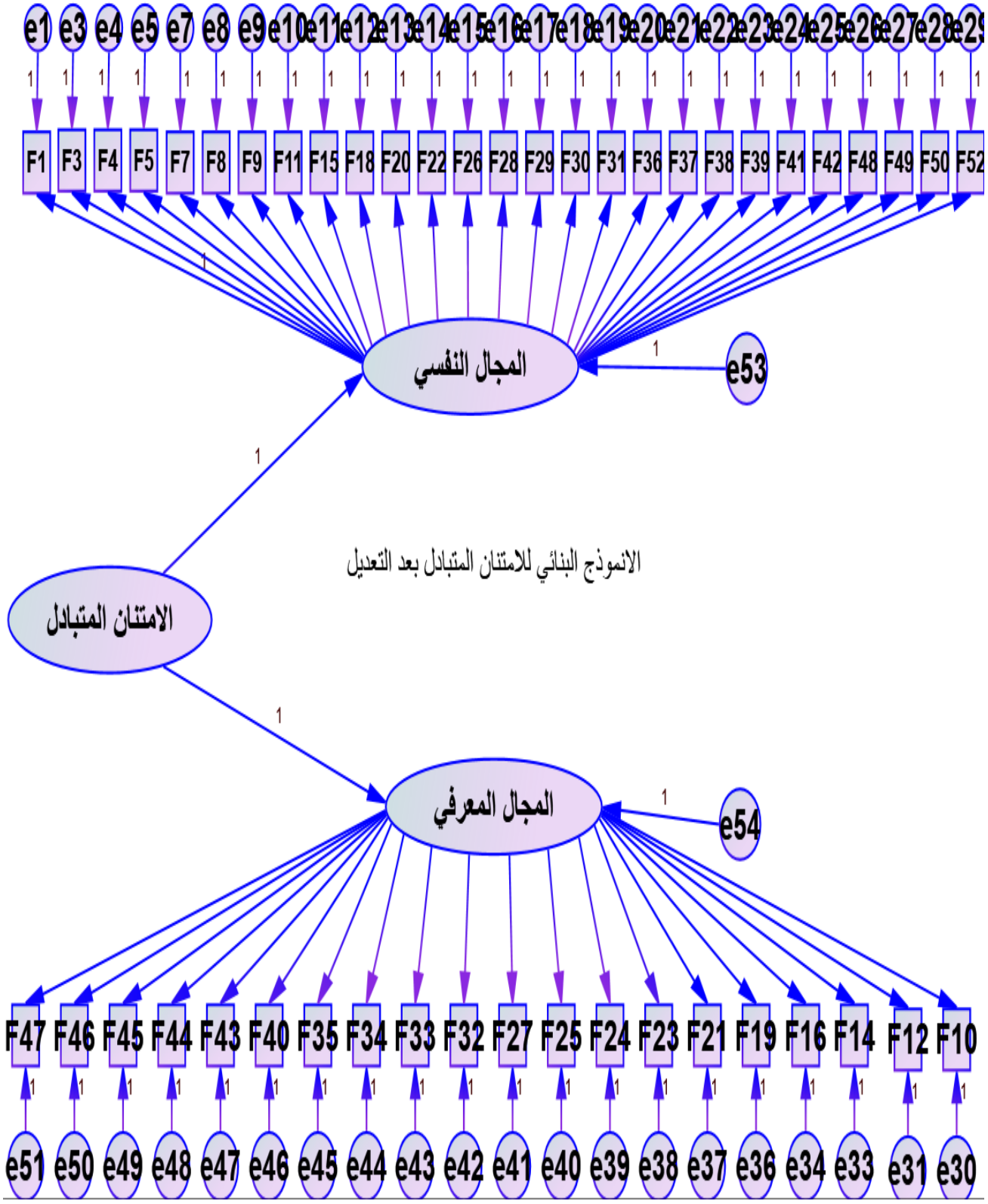
المجال	الفقرة	درجة التشبع	الدلالة
النفسي	ف١	00.521	دالة
	ف٢	00.255	غير دالة
	ف٣	٠0.535	دالة
	ف٤	٠0.349	دالة
	ف٥	٠0.463	دالة
	ف٦	00.169	غير دالة
	ف٧	00.627	دالة
	ف٨	00.551	دالة
	ف٩	00.871	دالة
	ف١١	00.764	دالة
	ف١٥	00.561	دالة
	ف١٨	00.718	دالة
	ف٢٠	00.417	دالة

	ف٢٢	00.757	دالة
	ف٢٦	00.728	دالة
	ف٢٨	00.685	دالة
	ف٢٩	00.641	دالة
	ف٣٠	00.677	دالة
	ف٣١	00.831	دالة
	ف٣٦	00.209	غير دالة
	ف٣٧	00.715	دالة
	ف٣٨	00.810	دالة
	ف٣٩	00.609	دالة
	ف٤١	00.741	دالة
	ف٤٢	٠0.448	دالة
	ف٤٨	٠0.554	دالة
	ف٤٩	00.679	دالة
	ف٥٠	00.783	دالة
	ف٥٢	00.795	دالة
المعرفي	ف١٠	00.546	دالة
	ف١٢	00.441	دالة
	ف١٣	00.171	غير دالة
	ف١٤	00.482	دالة
	ف١٦	00.614	دالة
	ف١٧	00.157	غير دالة
	ف١٩	00.522	دالة
	ف٢١	00.619	دالة
	ف٢٣	00.521	دالة
	ف٢٤	00.451	دالة
	ف٢٥	00.571	دالة
	ف٢٧	00.564	دالة
	ف٣٢	00.661	دالة
	ف٣٣	00.718	دالة
	ف٣٤	00.417	دالة
	ف٣٥	٠0.364	دالة
	ف٤٠	٠0.523	دالة



الانموذج البنائي للامتنان المتبادل قبل التعديل

شكل (1) البناء النظري للامتنان المتبادل قبل التعديل



الانموذج البنائي للامتنان المتبادل بعد التعديل

شكل (2) البناء النظري للامتنان المتبادل بعد التعديل

- **الخصائص السيكومترية للمقياس (Standard properties of the scale)**

يرى المختصون بالقياس النفسي ضرورة التحقق من بعض الخصائص القياسية في اعداد المقياس الذي يتم بناءه او تبنيه مهما كان الغرض من استعماله مثل الصدق والثبات، اذ توفر هذه الخصائص شروط الدقة والصلاحية لما يهتم المقياس بمعرفته وقياسه (عبد الرحمن،1983: 159)، علما ان خاصية الصدق تعد اهم من الثبات لان المقياس الصادق يكون بطبيعته ثابتا في حين ان المقياس الثابت قد لا يكون صادقا (فرج ،1980: 33)، فالمقياس الصادق هو المقياس الذي يقيس ما اعد لاجله، وان المقياس الثابت هو المقياس الذي يقيس بدرجة مقبولة من الدقة (عودة،2002: 335) وهي على النحو الاتي:

أ. **الصدق**

يشير اوبنهايم (Oppenheim,1982) ان الصدق يدل على قياس الفقرات لما يفترض ان تقيسه اي يتعلق بما يقيسه الاختبار ومدى جودته في قياس ما وضع لاجله (Oppenheim , 1989:33) ويقصد بالصدق قدرة ادوات القياس على قياس الخاصية التي وضعت من اجل قياسها لهذا يعد الصدق ضروريا في بدايات اعداد الفقرات لانه يعطي مؤشرا ظاهريا لمدى تمثيل الفقرة للسمة التي اعدت لقياسها (فرج،1980: 360) او هو تحليل درجات المقياس استنادا الى البناء النفسي للخاصية المراد قياسها، او في ضوء مفهوم نفسي معين (عيسوي،1985:37) وقد تم التحقق من الصدق من خلال المؤشرات الاتية:

١- **الصدق الظاهري**

الصدق الظاهري هو الاشارة الى ما يبدو ان الاختبار يقيسه اي ان الاختبار يتضمن فقرات يبدو انها على صلة بالمتغير الذي يقاس وان مضمون الاختبار متفق مع الغرض منه، وهو المظهر العام للاختبار من حيث نوع المفردات وكيفية صياغتها ومدى وضوحها وتعليمات الاختبار ودقتها ووضوحها وموضوعيتها (الامام واخرون، 1990)٠. وان افضل طريقة لحساب الصدق الظاهري هي عرض فقرات المقياس قبل تطبيقه على مجموعة من المحكمين المختصين في العلوم التربوية والنفسية للحكم على صلاحية فقرات الاختبار في قياس الخاصية المراد قياسها، بحيث تجعل الباحث مطمئنا الى ارائهم وياخذ بالاحكام التي يتفق عليها (الكبيسي،2010: 265) وقد تم التحقق من الصدق في المقياس الحالي عن طريق عرضه على المحكمين والمختصين الذين وافقوا على صلاحية فقرات المقياس وتعليماته، وبدائله، باستثناء الفقرة (20) من المجال النفسي.

٢- صدق البناء

يعني السمات النفسية التي تنعكس او تظهر في علامات اختبار ما او مقياس ما، وانه يمثل سمة سيكولوجية او صفة او خاصية لا يمكن ملاحظتها مباشرة وانما يستدل عليها عن طريق مجموعة من السلوكيات المرتبطة بها (ملحم،2005: 127)، ولهذا يعتمد هذا النوع من الصدق على وصف وتحليل تفصيلي للصفة او الخاصية المراد قياسها، ويتطلب معلومات كثيرة عن المظاهر السلوكية الدالة على هذه السمة او الخاصية موضوع القياس عن طريق الاطلاع على المصادر والدراسات المختلفة (Gregory,2015:211) وقد تحققت الباحثة من هذا النوع من الصدق عن طريق مؤشرين هما:

- حساب القوة التمييزية لمقياس الامتنان المتبادل باسلوب العينتين الطرفيتين
- الاتساق الداخلي تحققت الباحثة منه عن طريق حساب معامل ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس ودرجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي ينتمي اليه ودرجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس

أ- الثبات

يعد الثبات من الخصائص السايكومترية التي يجب التحقق منها لبيان صلاحية استعمال المقياس فضلا عن الصدق مما يجعله اكثر قوة ومتانة اذ تعتمد صحة القياس على مدى ثبات نتائجه ، فالمقياس الثابت يعطي النتائج نفسها تقريبا اذا قاس الخاصية نفسها المراد قياسها مراتٍ متتالية (Moss, 1994, 223).

وتوجد عدة طرائق لحساب الثبات ، وقد استعملت الباحثة طريقتان لاستخراج الثبات:

أ- طريقة اعادة الاختبار (Method Test _ Retest):

ان الاساس الذي تقوم عليه هذه الطريقة في ايجاد الثبات هو ايجاد العلاقة الارتباطية بين درجات المستجيبين التي تم الحصول عليها في التطبيق الاول للمقياس، ودرجاتهم عند اعادة تطبيقه عليهم في المرة الثانية، اذ ان معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة يسمى بمعامل الاستقرار عبر الزمن (Murphy, 1983:32)، وتتلخص هذه الطريقة في اختيار عينة من الافراد ثم اعادة اختبارهم مرة اخرى بالاختبار نفسه في ظروف مشابهة تماما للظروف التي سبق اختبارهم فيها ثم حساب معامل الارتباط المناسب بين ادائهم في المرتين، ويعبر معامل الارتباط الذي نحصل عليه عن ثبات الاختبار (فرج،1989:121)، ويفسر معامل الارتباط بين مرتي الاجراء بانه معامل استقرار، اي استقرار نتائج الاختبار اثناء المدة بين التطبيق الاول والثاني للاختبار

(ابو التمن،98:2007)، ولغرض حساب الثبات للمقياس بهذه الطريقة طبقت الباحثة المقياس على عينة عشوائية اختيرت من مجتمع البحث تالفت من (60) طالباً وطالبة، ثم اعادت الباحثة تطبيق المقياس على افراد العينة ذاتها بعد مرور مدة زمنية امدها (14) يوما عن التطبيق الاول ، ومن ثم قامت الباحثة بحساب قيمة معامل الارتباط بين مجموعتين، بعد تحويل الاستجابات الى جداول معالجة البيانات، واستعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون والذي بلغ (0،80) والذي يمثل قيمة معامل الثبات بطريقة اعادة الاختبار ويشير ايرون Irwin(2012) ان الحد الادنى لمعامل الثبات المقبول هو (0,70) بطريقة الاختبار– اعادة الاختبار (Irwin,2012:54).

جدول (١٢)

توزيع عينة الاختبار– اعادة الاختبار

ت	الكلية	التخصص	الذكور	الاناث	المجموع
١	التربية للعلوم الانسانية	انساني	١٠	٢٠	٣٠
٢	العلوم	علمي	١٠	٢٠	٣٠
	المجموع		٢٠	٤٠	٦٠

ب– معامل الفا كرونباخ (الاتساق الداخلي)

اشار كل من ثورندايك وهيجن Thorndike and Hegen (1977) الى ان استخراج الثبات على وفق هذه الطريقة يتوقف على الاتساق في استجابة الفرد على كل فقرة من فقرات المقياس، وهو يعتمد على الانحراف المعياري للمقياس كله والانحراف المعياري لكل فقرة من فقرات المقياس.(Thorndike&Hegen,1977:198)، ولحساب الثبات بهذه الطريقة، اعتمدت الباحثة على عينة التمييز والبالغة (400) طالبا وطالبة، وكانت قيمة معامل الفا (0.85) وهذا يعني ان مؤشر الثبات بطريقة الفا كرونباخ متسقا داخليا لان المعادلة تعكس مدى اتساق فقرات المقياس داخليا ويمكن الركون اليه وذلك بمقارنته بالمعيار المطلق وذلك بتربيع معامل الارتباط فاذا كان اعلى من(50%) يمكن اعتماده كونه معامل ثبات جيد

- **المؤشرات الاحصائية لمقياس الامتنان المتبادل**

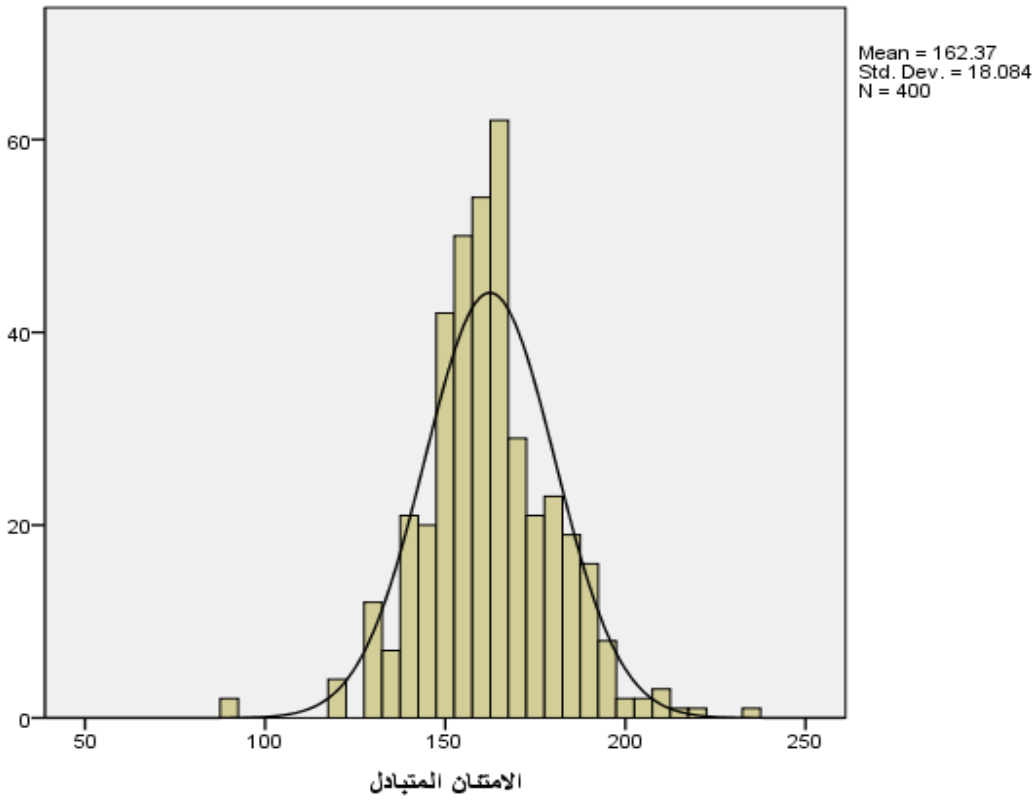
اوضحت الادبيات العلمية ان من المؤشرات الاحصائية التي ينبغي ان يتصف بها اي مقياس تتمثل في التعرف على طبيعة التوزيع الاعتدالي الذي يمكن التعرف عليه بواسطة بعض المؤشرات الاحصائية التي تبين لنا طبيعة المقياس وما نوع الاحصاء الذي يجب ان نستعمله في

استخراج النتائج وكانت المؤشرات تتبع التوزيع الطبيعي من خلال اقتراب المتوسط الحسابي والوسيط والمنوال من بعضها وبعض المؤشرات الاخرى من خلال النتائج الموضحة في الجدول (13)

جدول (١٣)

المؤشرات الاحصائية لمقياس الامتنان المتبادل

الوسط الحسابي	162.37
الخطا المعياري للمتوسط	0.904
الوسيط	162.00
المنوال	166
الانحراف المعياري	18.084
التباين	327.041
الالتواء	0.122
الخطا المعياري للالتواء	0.122
التفرطح	10.571
الخطأ المعياري للتفلطح	0.243
المدى	145
اقل درجة	90
اعلى درجة	235



شكل (٣) يوضح توزيع افراد عينة البحث على مقياس الامتنان المتبادل

- **وصف المقياس بصورته النهائية**

بعد التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الامتنان المتبادل اصبح بصيغته النهائية يتكون من (47) فقره بعد حذف (5) فقرات في التحليل الاحصائي وتوزعت الفقرات على مجالين يتكون المجال الاول المجال النفسي من (26) فقرة ، والمجال الثاني المجال المعرفي من (21) فقرة ، وقد وضع امام كل فقرة خمسة بدائل هي (**ينطبق علي تماما ،ينطبق علي كثيرا ، ينطبق علي قليلا ، ينطبق علي نادرا ، لا ينطبق علي ابدا**) يقابلها سلم درجات يتراوح من (٥ – ٤ – ٣ – ٢ – ١) على التوالي وجميع الفقرات باتجاه المقياس ولا توجد فقرات عكس اتجاه المقياس، بلغ المتوسط الفرضي (141) والملحق (4) يتضمن المقياس بصورته النهائيه.

ثانيا: اداة قياس الامل المستعار

بعد اطلاع الباحثة على الادبيات والدراسات السابقة بخصوص الامل المستعار لم تجد الباحثة اداة تناسب عينة البحث الحالي ، لذا كان لابد من بناء اداة لقياس الامل المستعار، وتم ذلك وفق خطوات علمية محددة لبناء المقاييس النفسية ، والتي تبدا بتحديد المنطلقات النظرية التي تستند اليها الباحثة في بناء المقياس ، اذ يشير" كرونباخ Cronbach " الى ضرورة بدء الباحث بتحديد المفاهيم البنائية التي يستند اليها او تنطلق منها اجراءات بناء المقاييس النفسية قبل البدء باجراءات البناء (الكبيسي ،2010: 263) ومن خلال ماعرض في الاطار النظري للبحث الحالي ، حددت المنطلقات النظرية التي اعتمدت عليها الباحثة في بناء المقياس ، لانها تعطي رؤية واضحة ينطلق منها الباحث للتحقق من اجراءات بناء المقياس ، وبذلك عمدت الباحثة الى بناء مقياس على وفق الخطوات العلمية المتبعة في بناء المقاييس، هي:

أ- تحديد مفهوم الامل المستعار ومجالاته

لكي يكون المقياس دقيقا في قياسه يجب ان تحدد المفهوم المراد قياسه بشكل واضح ودقيق ، تجنبا لاي تداخل قد يحدث بين سلوك واخر (Cronbach,1970:469) بعد ما اعدت الباحثة اطارا نظريا عن المفهوم موضوع البحث، وبناءٍ على المنطلقات النظرية لبناء المقياس عمدت الباحثة بالاستناد على نظرية وتعريف سنايدر (Snyder ,2010) لمفهوم الامل المستعار اذ عرفه (**هو انبعاث روح الامل في الفرد عندما يلاحظ تحقيق الطموح في فرد اخر مثل انبعاث روح الامل لشخص يرغب في الحصول على مركز مرموق عندما يجد شخصا اخر قد حصل عليه**) (Snyder, 2010: 67) وقد حدد ثلاثة مجالات للمقياس هي :

١. **الاهداف (Goals):** هي اي موضوع او اي خبرة نتخيلها في اذهاننا ونود الوصول اليها وتكون هذه الخبرة او الموضوع ينوي تغير حالة او اشباع معنوي او نفسي مثل البحث عن مركز اجتماعي او البحث عن السعادة او تحقيق اهداف موجودة في ذهنه سابقا.

٢. **قوة الارادة (Will power):** هي الدافع الذي يحرك الهدف او الغاية التي نحاول الوصول اليها وهي الطاقة الذهنية التي يمتلكها الفرد في بلوغ هدفه والاستعدادات التي تساعدنا على التحرك تجاه الهدف الذي نسعى لتحقيقه.

٣. **خلق المسارات (Way power):** هي السعة الذهنية التي تمكننا من ايجاد اكثر من طريقة للوصول الى اهدافنا وكذلك تعني الخطة البديلة التي يتخذها الفرد لتحقيق الهدف.

ب- صياغة الفقرات وبدائلها

في ضوء نظرية وتعريف سنايدر (2010) تم صياغة فقرات تغطي التعريف النظري للمفهوم موزعه على مجالاته مراعية بذلك وضوح الفقرات وان تكون قصيرة ، وتحمل فكرة واحدة ، وان تكون ممثلة للمواقف الحياتية المختلفة للطلبة وتجنب استخدام نفي – النفي في صياغة الفقرات ، واستطاعت الباحثة صياغة (47) فقرة تمثل مقياس الامل المستعار بصيغته الاولية ولغرض التعرف على الدرجة التي يحصل عليها المستجيب عند الاجابة على فقرات مقياس الامل المستعار ، وضعت الباحثة خمس بدائل للاجابة في ضوء معايير ليكرت Likert وهي : **(تنطبق علي تماما، تنطبق علي كثيرا، تنطبق علي قليلا، تنطبق علي نادرا، لا تنطبق علي ابدا)** وتاخذ الاوزان (5_4_3_2_1) ثم تجمع درجات الفقرات وتعطينا الدرجة الكلية للمقياس.

ج- التحليل المنطقي للفقرات (صلاحية الفقرات)

لغرض تقرير مدى صلاحية الفقرات في مقياس الامل المستعار عمدت الباحثة الى اتباع الاجراءات التالية:

١- عرض فقرات المقياس بصيغتها الاولية

لغرض التحقق من صلاحية فقرات المقياس بصورته الاولية (الملحق5) ،قامت الباحثة بعرض المقياس بصيغته الاولية على مجموعة من المحكمين (الملحق4) المتخصصين في العلوم التربوية والنفسية والقياس النفسي لغرض تقويم الفقرات والحكم عليها من حيث وضوحها وقدرتها على قياس ما اعدت لقياسه ومدى ملائمته لعينة البحث وفيما اذا كانت بدائل الفقرات الخماسي مناسبة، وبعد جمع اراء المحكمين وتحليلها توصل الباحثة الى الاتي:

- بقيت جميع الفقرات كون قيمة مربع كاي المحسوبة اعلى من قيمة مربع كاي الجدولية بالاستناد الى اجابات المحكمين والذين عرضت عليهم الصورة الاولية من مقياس الامل المستعار.
- وعلى ضوء ملاحظات المحكمين اللغوية عُدلت بعض الفقرات وبذلك يكون عدد فقرات المقياس المعد للتطبيق على عينة التحليل الاحصائي (47) فقرة

جدول (14)

قيمة مربع كاي^{2} والنسبة المئوية لاستخراج صدق فقرات مقياس الامل المستعار

	المجال	الفقرات	الموافقون	نسبتهم	المعارضون	قيمة كاي		مستوى الدلالة
						المحسوبة	الجدولية	
	الاهداف	٦،١٥،٢٠،٢٨، ٣١،٣٢،٣٩،٤٥	٢٨	%٩٣	٢	٢٢,٥٣	٣٠,٨٤	دالة
	قوة الارادة	٢،٨،١٨،٢٤،٢٥، ٢٦،٣٣،٣٤،٣٥						
	خلق المسارات	١،٩،١٦،١٧،١٩، ٢٢، ٢٣،٢٧،٢٩،٣٠، ٣٦،٣٧،٣٨،٤٢،٤٣،٤٧						
	الاهداف	١٧،١٠،٢١	٢٧	%٩٠	٣	١٩,٢٠٠		دالة
	قوة الارادة	١٢،٤٤،٤٦						
	خلق المسارات	٤،١٤						
	الاهداف	٥	٢٦	%٨٦	٤	١٦,١٣٣		دالة
	قوة الارادة	٣						
	خلق المسارات	١٣						

من خلال الجدول اعلاه نجد ان جميع قيم كاي هي دالة لان القيمة المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية والبالغة(3,84) ودرجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) لذلك تقبل جميع الفقرات ويصبح المقياس (47) فقرة ملحق(5) يمثل المقياس بصيغته الأولية

٢- اعداد تعليمات المقياس

بعد الانتهاء من اجراء التعديلات التي اقترحها المحكمون على فقرات المقياس بصورته الاولية، وضعت الباحثة لأفراد العينة تعليمات الاستجابة على المقياس، وهي نفس ما ورد في اعداد تعليمات مقياس الامتنان المتبادل، زيادة على ذلك اخفت الباحثة الهدف من المقياس كي لا

يتأثر المجيب به عند الاجابة، اذ يشير كرونباخ (Cronbach 1970) الى ان التسمية الصريحة لمقاييس الشخصية قد تجعل المجيب يزيف اجابته٠٠ (Cronbach,1970:211).

٣- تجربة وضوح التعليمات والفقرات

يهدف هذا الاجراء التعرف على مدى وضوح تعليمات المقياس، ووضوح فقراته من حيث الصياغة والمعنى، وحساب الوقت المستغرق في الاجابة عن المقياس، لذلك طبقت الباحثة مقياس الامل المستعار على عينة مكونة من (40) طالباً وطالبة من كليتين (كلية التربية للعلوم الانسانية ، كلية الهندسة) وكما مبين في الجدول ادناه اختيرت بالأسلوب الطبقي العشوائي ذات التوزيع المتساوي وطلبت منهم ان يطلعوا على تعليمات وفقرات المقياس وقراءتها بدقة والاستفسار عن اي غموض يوجههم، وقد تبين نتيجة لذلك انّ تعليمات وفقرات المقياس كانت واضحة وان الوقت المستغرق للاجابة قد تراوح ما بين (15_18) دقيقة.

جدول (15)

العينة الاستطلاعية على وفق الكليات

ت	الكلية	التخصص	الذكور	الاناث	المجموع
١	التربية للعلوم الإنسانية	انساني	١٠	١٠	٢٠
٢	الهندسة	علمي	١٠	١٠	٢٠
المجموع			٢٠	٢٠	٤٠

ح- الاجراءات الاحصائية لتحليل الفقرات

١- القوة التمييزية (المجموعتين الطرفيتين)

المجموعتان الطرفيتان : ان الهدف من تحليل الفقرات هو الحصول على بيانات يمكن عن طريقها حساب القوة التمييزية لفقرات المقياس، فضلا عن الاتساق الداخلي لفقراته (الدوري،2004: 133) لذلك قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة التحليل الاحصائي والتي اختيرت من غير عينة البحث وبالاسلوب ذاته المتبع في مقياس الامتنان المتبادل اي (400) طالب وطالبه ووفق الخطوات الاتية:

١.حُللت اجابات (400) طالب وطالبة وذلك بوضع درجة امام كل فقرة من فقرات المقياس وفقاً للبديل الذي اختير من كل طالب.

٢.رتبت الدرجات الكلية لافراد العينة ترتيباً تنازلياً من اعلى درجة الى ادنى درجة.

٣. اختير منها (27%) من الدرجات العليا و(27%) من الدرجات الدنيا، وبلغت نسبة (27%) في كل مجموعة (108) استجابة وبذلك بلغ عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل الاحصائي (216) استماره ، اذ بلغ متوسط المجموعة العليا(3,8) ، بينما بلغ متوسط المجموعة الدنيا(2,2)

٤. ولغرض حساب القوة التمييزية قامت الباحثة باستخراج قيم الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وذلك لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين الطرفيتين، وحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكلا المجموعتين العليا والدنيا، وكما موضح في الجدول (16).

جدول(16)

نتائج الاختبار التائي لحساب القوة التمييزية والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري لفقرات مقياس الامل المستعار

ت	العليا والدنيا	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة-T- المحسوبة	الدلالة
ف١	عليا	3.82	1.183	2.421	دالة
	دنيا	3.40	1.394		
ف٢	عليا	3.73	1.107	.962	غير دالة
	دنيا	3.75	1.291		
ف٣	عليا	3.77	1.099	2.912	دالة
	دنيا	3.31	1.234		
ف٤	عليا	3.67	1.207	3.417	دالة
	دنيا	3.12	1.142		
ف٥	عليا	3.99	1.081	3.933	دالة
	دنيا	3.39	1.167		
ف٦	عليا	3.81	1.172	4.277	دالة
	دنيا	3.10	1.245		
ف٧	عليا	4.03	1.123	4.946	دالة
	دنيا	3.24	1.214		
ف٨	عليا	3.69	1.300	2.845	دالة
	دنيا	3.21	1.184		
ف٩	عليا	4.35	.846	6.913	دالة
	دنيا	3.44	1.088		
ف١٠	عليا	3.88	1.091	4.286	دالة
	دنيا	3.21	1.192		
ف١١	عليا	3.87	1.060	5.900	دالة
	دنيا	2.95	1.218		
ف١٢	عليا	4.32	.994	7.163	دالة
	دنيا	3.23	1.235		

ف١٣	عليا	3.84	1.334	3.631	دالة
	دنيا	3.20	1.251		
ف١٤	عليا	3.92	1.103	5.881	دالة
	دنيا	2.98	1.230		
ف١٥	عليا	3.11	1.278	1.350	غير دالة
	دنيا	3.35	1.342		
ف١٦	عليا	4.01	1.028	5.487	دالة
	دنيا	3.15	1.266		
ف١٧	عليا	3.33	1.275	.475	غير دالة
	دنيا	3.52	1.305		
ف١٨	عليا	4.09	.962	6.446	دالة
	دنيا	3.10	1.275		
ف١٩	عليا	4.21	.774	7.537	دالة
	دنيا	3.19	1.172		
ف٢٠	عليا	4.01	1.037	7.597	دالة
	دنيا	2.79	1.312		
ف٢١	عليا	4.03	1.036	5.945	دالة
	دنيا	3.09	1.264		
ف٢٢	عليا	4.04	1.013	6.857	دالة
	دنيا	2.98	1.238		
ف٢٣	عليا	3.56	1.053	3.398	دالة
	دنيا	3.02	1.260		
ف٢٤	عليا	3.89	1.113	4.562	دالة
	دنيا	3.17	1.211		
ف٢٥	عليا	4.21	.977	7.332	دالة
	دنيا	3.13	1.185		
ف٢٦	عليا	3.96	.916	4.476	دالة
	دنيا	3.30	1.247		
ف٢٧	عليا	3.71	1.111	3.655	دالة
	دنيا	3.13	1.231		
ف٢٨	عليا	4.05	.970	6.171	دالة
	دنيا	3.12	1.221		
ف٢٩	عليا	3.97	.990	4.881	دالة
	دنيا	3.23	1.227		
ف٣٠	عليا	4.32	.841	7.954	دالة
	دنيا	3.17	1.257		
ف٣١	عليا	3.64	1.180	2.656	دالة
	دنيا	3.19	1.327		
ف٣٢	عليا	4.07	1.141	5.145	دالة
	دنيا	3.24	1.237		

ف٣٣	عليا	4.33	.843	8.836	دالة
	دنيا	3.06	1.244		
ف٣٤	عليا	4.12	.964	5.114	دالة
	دنيا	3.31	1.323		
ف٣٥	عليا	3.97	1.045	5.336	دالة
	دنيا	3.14	1.241		
ف٣٦	عليا	4.00	.976	5.138	دالة
	دنيا	3.20	1.281		
ف٣٧	عليا	4.05	1.008	5.116	دالة
	دنيا	3.24	1.289		
ف٣٨	عليا	3.96	1.067	5.370	دالة
	دنيا	3.08	1.326		
ف٣٩	عليا	3.17	1.176	1.838	غير دالة
	دنيا	3.42	1.193		
ف٤٠	عليا	4.23	.933	6.204	دالة
	دنيا	3.27	1.316		
ف٤١	عليا	4.02	.937	5.588	دالة
	دنيا	3.22	1.147		
ف٤٢	عليا	4.27	.953	5.912	دالة
	دنيا	3.32	1.359		
ف٤٣	عليا	4.21	.986	6.237	دالة
	دنيا	3.28	1.206		
ف٤٤	عليا	4.23	.816	7.274	دالة
	دنيا	3.23	1.173		
ف٤٥	عليا	3.83	1.156	4.871	دالة
	دنيا	3.06	1.191		
ف٤٦	عليا	3.86	1.036	6.907	دالة
	دنيا	2.81	1.185		
ف٤٧	عليا	3.93	1.108	4.212	دالة
	دنيا	3.25	1.246		

من ملاحظة الجدول اعلاه نجد ان جميع الفقرات قد بلغت قيمتها اكبر من القيمه التائية الجدولية والبالغة (1،96) عند مستوى دلاله (0،05) ودرجة حرية (214) وهذا يعني ان هذه الفقرات مميزة ماعدا الفقرات (2،15،17،39) فان قيمها اقل من القيمة التائية الجدولية بذلك تكون هذه الفقرات غير مميزة.

٢- الاتساق الداخلي

- **علاقة درجة الفقرة بالمجال التي تنتمي اليه وبالدرجة الكلية للمقياس**

ان الهدف الرئيس من هذا الاجراء هو معرفة فيما اذا كانت كل فقرة من فقرات المقياس تقيس البعد السلوكي نفسه الذي يقيسه المقياس ، فتعطي بذلك مؤشرا على ان كل فقرة من فقرات المقياس انما تسير في المسار نفسه الذي يسير فيه المقياس بجميع فقراته (Allen &Yen 1979:74).

لذلك استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس وعلاقة كل فقرة من فقرات المجال مع الدرجة الكلية للمجال وعلاقة درجة كل مجال مع الدرجة الكلية للمقياس ودرجة كل مجال مع المجالات الاخرى للمفهوم مقارنة بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) لمعامل ارتباط بيرسون والجدول(17) يوضح ذلك

جدول(17)

معاملات الارتباط بين كل فقرة والمجال الذي تنتمي اليه وبالدرجة الكلية لمقياس الامل المستعار

المجال	الفقرة	علاقتها بالمجال	علاقتها بالدرجة الكلية	الدلالة
قوة الارادة	ف2	0.079	0.076	غير دالة
	ف3	0.273**	0.118**	دالة
	ف8	0.653**	0.477**	دالة
	ف10	0.544**	0.406**	دالة
	ف12	0.587**	0.362**	دالة
	ف18	0.549**	0.528**	دالة
	ف24	0.610**	0.414**	دالة
	ف25	0.561**	0.370**	دالة
	ف26	0.703**	0.464**	دالة
	ف33	0.446**	0.320**	دالة
	ف34	0.473**	0.305**	دالة
	ف35	0.251**	0.204**	دالة
	ف41	0.503**	0.349**	دالة
	ف44	0.504**	0.297**	دالة
	ف46	0.653**	0.487**	دالة
	ف5	0.474**	0.379**	دالة
	ف6	0.531**	0.350**	دالة
	ف7	0.499**	0.383**	دالة

الاهداف	ف11	0.469**	0.328**	دالة
	ف15	0.061	0.050	غير دالة
	ف20	0.562**	0.325**	دالة
	ف21	0.573**	0.370**	دالة
	ف28	0.576**	0.372**	دالة
	ف31	0.219**	0.194**	دالة
	ف32	0.335**	0.314**	دالة
	ف39	0.081	0.034	غير دالة
	ف40	0.534**	0.307**	دالة
	ف45	0.501**	0.309**	دالة
خلق المسارات	ف1	0.270**	0.167**	دالة
	ف4	0.476**	0.290**	دالة
	ف9	0.471**	0.324**	دالة
	ف13	0.505**	0.279**	دالة
	ف14	0.485**	0.383**	دالة
	ف16	0.586**	0.374**	دالة
	ف17	0.080	0.054	غير دالة
	ف19	0.653**	0.392**	دالة
	ف22	0.553**	0.411**	دالة
	ف23	0.633**	0.440**	دالة
	ف27	0.625**	0.343**	دالة
	ف29	0.593**	0.359**	دالة
	ف30	0.485**	0.341**	دالة
	ف36	0.484**	0.319**	دالة
	ف37	0.508**	0.301**	دالة
	ف38	0.587**	0.357**	دالة
	ف42	0.536**	0.348**	دالة
	ف43	0.624**	0.469**	دالة
	ف47	0.600**	0.393**	دالة

يتبين من الجدول (١٧) ان الفقره (٢) من مجال قوة الإرادة وفقره(١٥،٣٩) من مجال الأهداف وفقره(١٧) من مجال خلق المسارات لم تكن داله.

- **علاقة المجال بالمجال وعلاقة المجال بالدرجة الكلية**

استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين المجال والمجال الاخر وكذلك علاقة المجال بالدرجة الكلية ، جدول (18) يوضح ذلك :

جدول (١٨)

علاقة المجال بالمجال وعلاقة المجال بالدرجة الكلية لمقياس الامل المستعار

المجال	قوة الإرادة	الاهداف	خلق المسارات	الامل المستعار
قوة الارادة	1	0.589**	0.599**	0.835**
الاهداف	0.589**	1	0.735**	0.923**
خلق المسارات	0.599**	0.735**	1	0.902**
الامل المستعار	0.865**	0.923**	0.902**	1

٣- التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory Factor Analysis

تقوم فكرة التحليل العاملي التوكيدي على اختبار التطابق بين مصفوفة المتغيرات الداخلة في التحليل و المصفوفة المحللة فعلا من قبل الانموذج المفترض الذي يحدد العلاقات بين هذه المتغيرات ، و يُعد التحليل العاملي التوكيدي من افضل الطرائق المستعملة في استخراج صدق البناء (MacCallum & Austin , 2000 : 201) .

وفي ضوء التطابق بين مصفوفة المتغيرات الداخلة في التحليل و المصفوفة المفترضة من الانموذج تنتج العديد من المؤشرات التي تدل على جودة هذه المطابقة التي من خلالها يُقبل الانموذج المفترض للبيانات التي تم الاجابة او يتم رفضها في ضوء هذه مؤشرات جودة المطابقة وعندما يكون هناك قبولا جيدا لهذه المؤشرات فان المقياس يكون دقيقا جدا وعكس ذلك يكون ضعيفا و من الممكن ان يتم رفض هذا الانموذج (Byrne , 2001 : 65)

واوضح (٢٠١٢ تيغزه) ان للتحليل العاملي التوكيدي عدة انواع فربما يكون تحليل عاملي من الدرجة الاولى او تحليل عاملي من الدرجة الثانية او تحليل عاملي من النوع المتعدد (تيغزه ، ٢٠١٢ : ١٧٠) ، و التحليل العاملي المستعمل في الامل المستعار هو من الدرجة الثانية

وتم التحقق من مؤشرات جودة المطابقة من خلال :

- **النسبة بين قيم (x^2) و (dr) :**

ان الدلالة الاحصائية باستعمال مربع كاي في النمذجة بالمعادلات البنائية تدل على ان النموذج المفترض يتطابق مع البيانات النظرية ، وكلما ارتفعت قيمة مربع كاي كلما ازدادت مطابقة النموذج سوءا ، وكلما كانت القيمة اقل من (٥) كلما دلت على قبول النموذج (Schmitt , 2011 : 307).

- **الجذر التربيعي لمتوسط خطا الاقتراب (RMSEA) :**

يعد من افضل المؤشرات الدالة على جودة النموذج ، ويقوم على افتراض ان النماذج لا تمثل الواقع تماما بل تقاربه و بالتالي فهي نماذج تقاربية و بالتالي فهو يقيس مستوى الافتقار للمطابقة ، اي يركز على مستوى التفاوت بين مصفوفة التباين و التغاير للانموذج المفترض وبين مصفوفة التباين والتغاير للمجتمع (Hu & Bentler , 1999 : 55).

- **مؤشر جودة المطابقة المقارن (CFI)**

يعد مؤشر جودة المطابقة المقارن من افضل المؤشرات القائمة على المقارنة و يقيم على اساس مقارنة مربع كاي لنموذج البحث او المفترض مع قيمة مربع كاي للنموذج المستقل.

- **مؤشر جودة المطابقة (GFI) :**

ويدل على نسبة التباين والتغاير التي يستطيع النموذج المفترض تفسيره اي الى اي حد يتمكن النموذج المفترض من تزويدنا بمعلومات عن وضع النموذج في المجتمع ، ويمكن القول احصائيا انه يرادف دور الارتباط المتعدد.

- **مؤشر جودة المطابقة المصحح (AGFI) :**

ان مؤشر **(AGFI)** طور خصيصا لمعالجة التعقيد في مؤشر جودة المطابقة و يتجلى اثر التعقيد كلما ازدادت عدد البارامترات الحرة للتقدير في النموذج المفترض ازدادت نسبة لتباين المفسر و لذلك فان المؤشر ياخذ عدد البارامترات بعين الاعتبار مصححا نتيجة القيمة الدالة على المطابقة بتخفيضها (Brown, & Moore, 2012 : 367).

- **مؤشر تايكر لويس (TLI) :**

ويسمى احيانا بمؤشر المطابقة غير المعياري وينطوي هذا المؤشر على مقارنة النموذج المستقل على دالة عقابية باضافة بارامترات حرة لتعويض اثر تعقيد النموذج المفترض.

- **مؤشر المطابقة المعياري (NFI) :**

وهي من مؤشرات المطابقة التزايدية و يسمى بنموذج المتغيرات المستقلة ، واذا كانت نسبة المؤشر تزيد عن (٠٠,٨٥) فان قيمة المؤشر تدل على نسبة التحسن في المطابقة للنموذج (تيغزه ، ٢٠١٢ : ٢٣٧).

جدول(١٩)

مؤشرات المطابقة للانموذج قبل التعديل وبعد التعديل للفقرات غير المشبعة

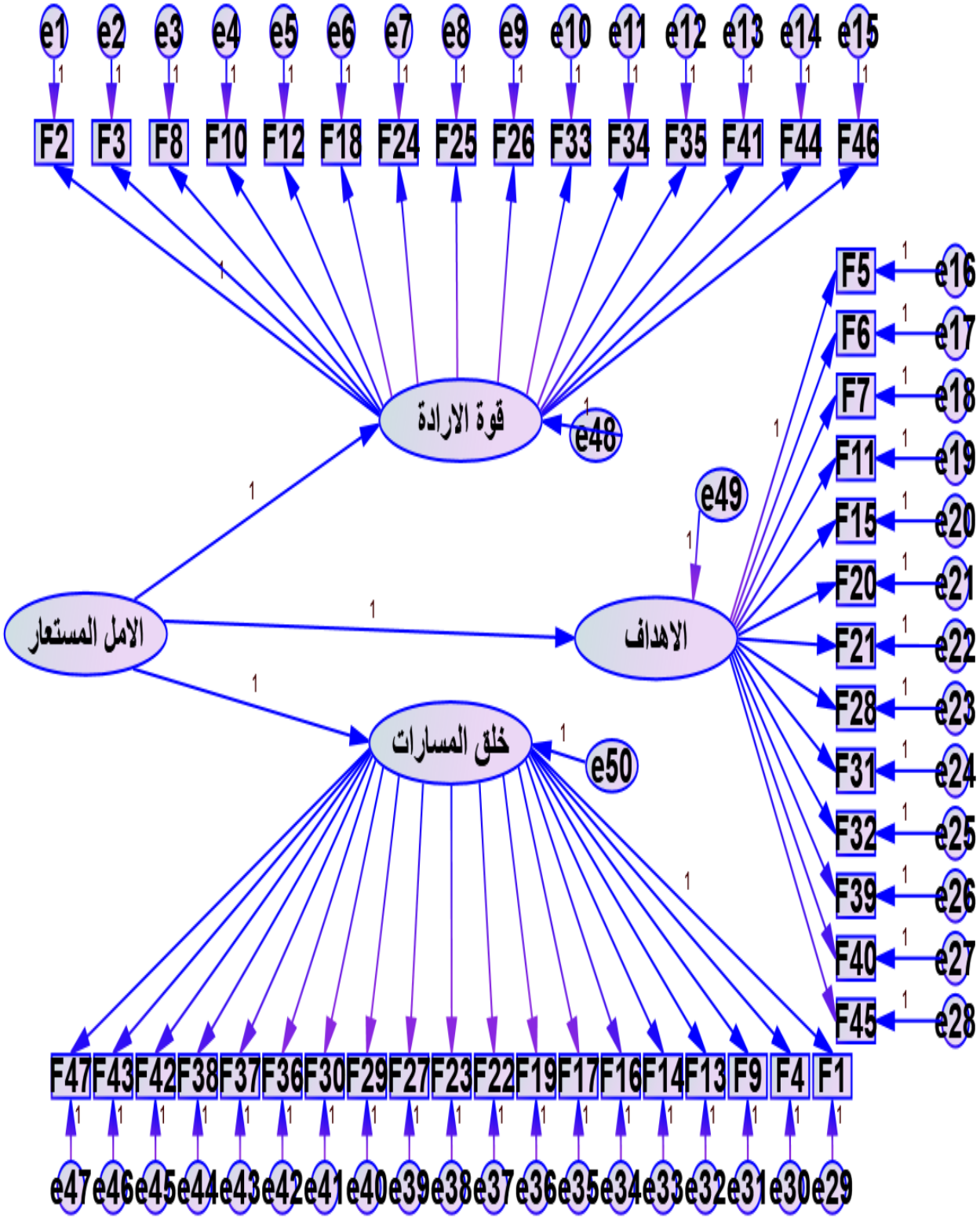
ت	اسم المؤشر	قيم المؤشر		درجة القطع
		قبل التعديل	بعد التعديل	
١	النسبة بين قيم (x^2) و (dr)	٣,٠٠	٢,٠١	اقل من (٥)
٢	الجذر التربيعي لمتوسط خطا الاقتراب (RMSEA)	٠,٠٧	٠,٠٣	اقل من (٠,٠٨)
٣	مؤشر جودة المطابقة المقارن (CFI)	٠,٨١	0.85	(صفر – ١)
٤	مؤشر جودة المطابقة (GFI)	٠,٧٩	٠,٨٨	(صفر – ١)
٥	مؤشر جودة المطابقة المصحح (AGFI)	٠,٧٨	٠,٨٧	(صفر – ١)
٦	مؤشر تايكر لويس (TLI)	٠,٧٩	٠,٨٩	(صفر – ١)
٧	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٨٠	٠,٩٠	(صفر – ١)

جدول(٢٠)

تشبع فقرات الامل المستعار بالمجال الذي تنتمي اليه

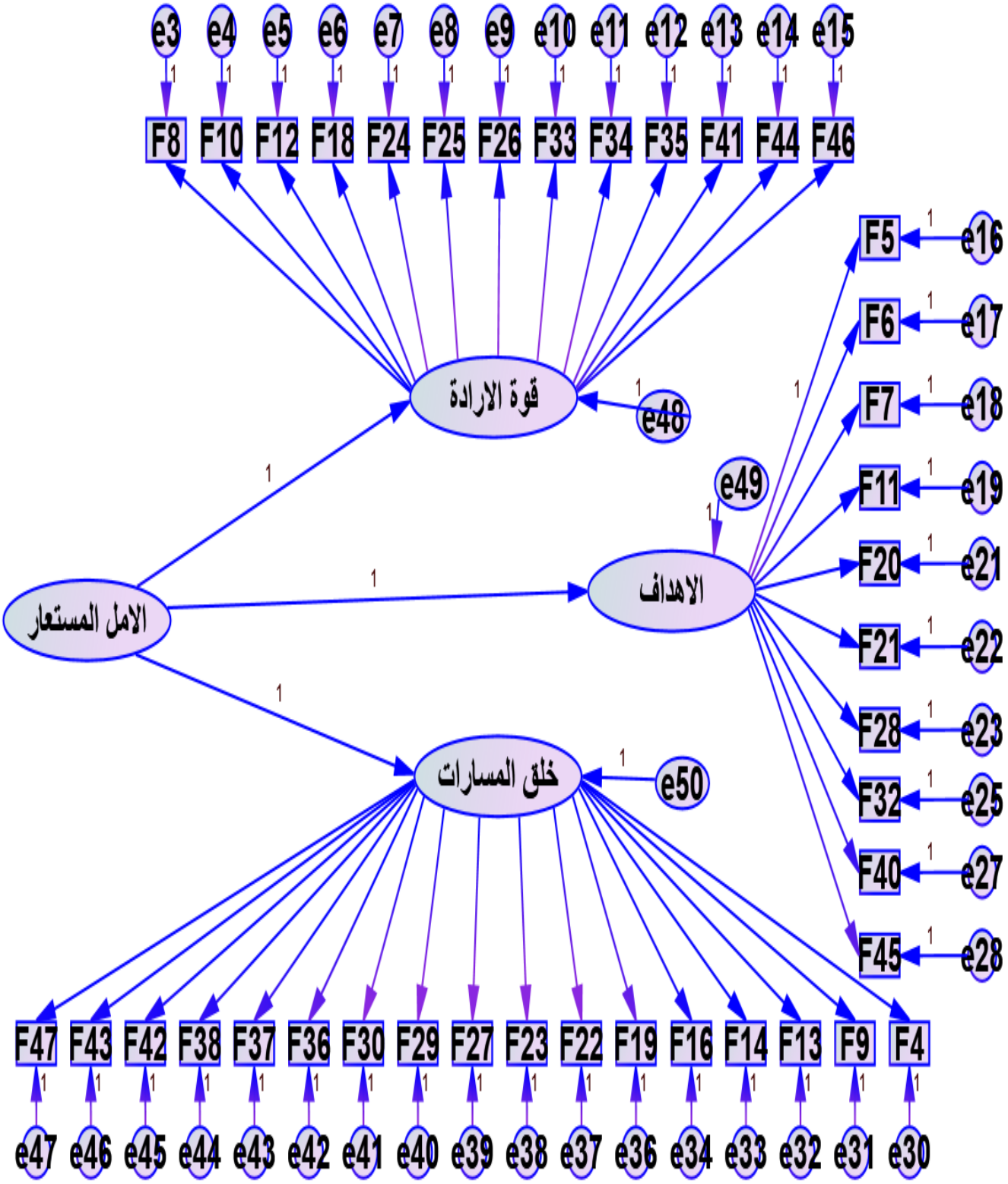
المجال	الفقرة	درجة التشبع	الدلالة
قوة الارادة	ف2	0.141	غير دالة
	ف3	0.225	غير دالة
	ف8	0.615	دالة
	ف10	0.557	دالة
	ف12	0.641	دالة
	ف18	0.769	دالة
	ف24	0.821	دالة
	ف25	0.751	دالة
	ف26	0.871	دالة
	ف33	0.764	دالة
	ف34	0.561	دالة
	ف35	0.718	دالة
	ف41	0.817	دالة
	ف44	0.757	دالة
	ف46	0.728	دالة
	ف5	0.685	دالة
	ف6	0.641	دالة

الاهداف	ف7	0.677	دالة
	ف11	0.831	دالة
	ف15	0.109	غير دالة
	ف 20	0.715	دالة
	ف21	0.810	دالة
	ف28	0.609	دالة
	ف31	0.141	غير دالة
	ف32	0.818	دالة
	ف39	0.238	غير دالة
	ف40	0.679	دالة
	ف45	0.783	دالة
خلق المسارات	ف1	0.195	غير دالة
	ف4	0.546	دالة
	ف9	0.661	دالة
	ف13	0.841	دالة
	ف14	0.755	دالة
	ف16	0.915	دالة
	ف17	0.257	غير دالة
	ف19	0.641	دالة
	ف22	0.769	دالة
	ف23	0.821	دالة
	ف27	0.751	دالة
	ف29	0.871	دالة
	ف30	0.764	دالة
	ف36	0.561	دالة
	ف37	0.718	دالة
	ف38	0.817	دالة
	ف42	0.757	دالة
	ف43	0.728	دالة
	ف47	0.685	دالة



الانموذج البنائي للامل المستعار قبل التعديل

شكل(٤) الانموذج البنائي للأمل المستعار قبل التعديل



الانموذج البنائي للامل المستعار بعد التعديل

شكل (5) الانموذج البنائي للأمل المستعار بعد التعديل

- **الخصائص القياسية لمقياس الامل المستعار(Standard properties of the scale)**

أ- الصدق

تحققت الباحثة من الصدق لمقياس الامل المستعار عن طريق :

١- الصدق الظاهري

ولقد تحقق ذلك عندما عرضت فقرات المقياس بصورته الاولية ، وتعليماته ، وبدائله على مجموعة من الحكام المختصين في العلوم التربوية والنفسية والقياس النفسي الذين وافقوا على صلاحية فقرات المقياس وتعليماته وبدائله.

٢- صدق البناء

وقد تحققت الباحثة من صدق البناء عن طريق مؤشرين هما :

- حساب القوة التمييزية للمقياس الذي يعد مؤشرا على صدق البناء.
- الاتساق الداخلي والذي تحققت الباحثه منه عن طريق حساب معامل ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس وعلاقة كل فقرة بالمجال وعلاقة المجال بالمجال الاخر.

ب- الثبات

اتبعت الباحثة طريقتين لايجاد معامل ثبات المقياس:

أ- طريقة اعادة الاختبار (Method Test _ Retest) :

تبين هذه الطريقة مدى استقرار النتائج عندما يطبق الاختبار على عينة من الافراد اكثر من مرة عبر مدة زمنية محددة ، طُبقت المقاييس و من ثم اعيد تطبيقها على نفس عينة الثبات في المقياس السابق وفي المدة الزمنية نفسها، واستخرج معامل الارتباط ، اذ بلغ معامل الثبات لعامل الامل المستعار (0,83) ويعد هذا الثبات مناسبا اذا ما قورن بالمعيار الذي حددته الادبيات الخاصة بالقياس النفسي.

ب- معامل ثبات الفا كرونباخ

استخرج معامل الاتساق الداخلي باستعمال معادلة الفا كرونباخ وتم الاختبار على جميع استمارات المفحوصين عينة التحليل الاحصائي والبالغ عددها (400) استمارة ثم استعملت معادلة الفا وقد بلغت قيمة الثبات (0,87).

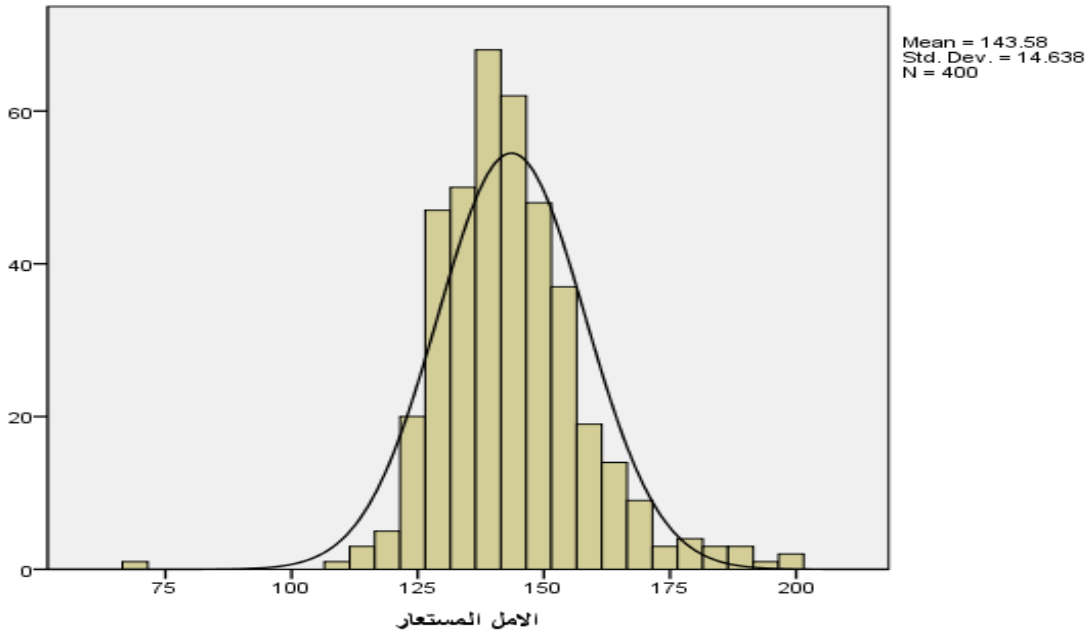
- **المؤشرات الاحصائية لمقياس الامل المستعار**

اوضحت الادبيات العلمية ان المؤشرات الاحصائية التي ينبغي ان يتصف بها اي مقياس تتمثل في التعرف على طبيعة التوزيع الاعتدالي الذي يمكن التعرف عليه بواسطة بعض المؤشرات الاحصائية التي تبين لنا طبيعة القياس وما نوع الاحصاء الذي يجب ان نستعمله في استخراج النتائج ، وكانت المؤشرات تتبع التوزيع الاحصائي من خلال اقتراب درجات المتوسط الحسابي والوسيط والمنوال من بعضها وبعض المؤشرات الاخرى من خلال النتائج الموضحة في الجدول (21) وشكل (6)

جدول (٢١)

المؤشرات الاحصائية لمقياس الامتنان المتبادل

الوسط الحسابي	143.58
الخطأ المعياري للمتوسط	0.732
الوسيط	142.00
المنوال	141
الانحراف المعياري	14.638
التباين	214.284
الالتواء	0.531
الخطا المعياري للالتواء	0.122
التفرطح	2.755
الخطا المعياري للتفلطح	0.243
المدى	131
اقل درجة	69
اعلى درجة	200



شكل (6) يوضح توزيع افراد عينة البحث على مقياس الامل المستعار

- **وصف المقياس بصيغته النهائية**

بعد التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الامل المستعار اصبح بصيغته النهائية يتكون من (40) فقرة بعد حذف (7) فقرات في التحليل الاحصائي وزعت الفقرات على ثلاثة مجالات (الاهداف ، قوة الارادة ، خلق المسارات) وامام كل فقرة خمسة بدائل متدرجة للاجابة وهي **(تنطبق على تماما، تنطبق كثيرا، تنطبق علي قليلا، تنطبق علي نادرا، لا تنطبق على ابدا)** تعطى لها عند التصحيح الدرجات (1,2,3,4,5) على التوالي وان الوسط الفرضي للمقياس (120) والملحق (6) يتضمن المقياس بصورته النهائية.

- **التطبيق النهائي:**

بعد اكمال اعداد اداتي البحث وبعد ان تحقق الصدق والثبات قامت الباحثة بتطبيق الاداتين على عينة البحث التطبيقية البالغ عددها (400) طالباً وطالبة من طلبة جامعة بابل للعام الدراسي (2021 – 2022) الدراسة الصباحية موزعين على وفق متغيرات (الجنس / ذكور– اناث) (والتخصص / علمي – انساني) واستمرت مدة التطبيق من (2022/1/5) الى (2022/1/31).٠

- **الوسائل الاحصائية :**

لمعالجة البيانات التي جُمعت لغرض تحقيق اهداف البحث الحالي استعانت الباحثة بالحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) و برنامج الاكسل و باستعمال الوسائل الاحصائية الاتية :-

١. **كاي سكوير (Chi-Square) :** للتحقق من الصدق الظاهري لمقاييس البحث الحالي.

٢. **الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (Independe Samples T Test):** لاستخراج القوة التمييزية لمقاييس البحث.

٣. **الاختبار التائي لعينة واحدة (One Sample T Test) :** لمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي و المتوسط الفرضي لدرجات افراد العينة على مقاييس البحث.

٤. **معامل ارتباط بيرسون(Pearson Correlation Coefficient):** لايجاد معاملات الارتباط بين درجة الفقرة و الدرجة الكلية ، و درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه ، ودرجة المجال بالمجال والمجال بالدرجة الكلية لمقاييس البحث ، وكذلك لايجاد الثبات بطريقة اعادة الاختبار.

٥. **الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط :** لاختبار الدلالة الاحصائية لقيم معاملات الارتباط.

٦. **التحليل العامي التوكيدي (Confirmatory factor Analysis) :** للتحقق من

٧. **معادلة الفاكرونباخ (Cronbach's alpha) :** لاستخراج الثبات.

٨. **الخطا المعياري (Standard Error) :** لاستخراج الدرجة الحقيقية في قيم معاملات الثبات بطريقة الفاكرونباخ.

٩. **اختبار سميرنوف (Smirnov Test) :** لمعرفة اعتدالية التوزيع الطبيعي

١٠. **اختبار ليفين (Levene's Test) :** لمعرفة مدى تجانس التباين

١١. **اختبار تحليل التباين الثلاثي (Analysis Of Variance) :** للتعرف على دلالة الفروق الاحصائية لمتغيرات البحث الثلاثة.

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

يتضمن هذا الفصل عرضا للنتائج التي توصلت اليها الباحثة وفقا لأهداف البحث وتفسيرها ومناقشتها في ضوء الاطار النظري المتبنى و الدراسات السابقة ، وتقديم عددا من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات .

الهدف الاول : التعرف على الامتنان المتبادل لدى طلبة الجامعة :

للتعرف على هذا الهدف طُبق مقياس الامتنان المتبادل على عينة البحث البالغة (400) طالب وطالبة ، وبعد تصحيح الاجابات تبين ان الوسط الحسابي للدرجات بلغ (162.37) درجة و بانحراف معياري مقداره (18.08) درجة ، في حين بلغ المتوسط الفرضي للمقياس (141) درجة . و من اجل التعرف على دلالة الفروق الاحصائية بينهما أُستعمل الاختبار التائي لعينة واحدة (One Sample T Test) و تبين وجود فرق دال احصائيا بينهما اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (23.63) و هي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (1،96) عند مستوى دلالة (0،05) و درجة حرية (399) مما يشير الى امتلاك عينة البحث درجة جيدة من الامتنان المتبادل. وجدول (22) يوضح ذلك .

جدول (22)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي وقيم (T) للامتنان المتبادل

العينة	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة (T)		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
400	399	162.37	18.08	141	23.63	١,٩٦	دال

اذ تبين من الجدول (22) ان شريحة طلبة الجامعة لديهم امتنان متبادل وهذا ما اكد عليه وتكنز ان الامتنان المتبادل ممكن ان يعزز الرفاهية بين الافراد لانه من الناحية النفسية يضخم الخير في حياة الافراد ويزيدهم من الشعور برد الامتنان لمن احسن الينا او امتن الينا (Watkins 2014:55). .ونتائج هذه البحث الحالي يتفق مع نتائج دراسة (Watkins 2004) التي اكدت على اهمية الامتنان المتبادل بالنسبة للجانب الاجتماعي وكذلك ارتباطه بالمتغيرات الاجتماعية ويساعد الامتنان المتبادل على تقبل الحياة والرضا ويساعد الفرد على الشعور

بالسعادة (Watkins 2004:27) . وتفسر الباحثة هذه النتيجة ان الامتنان المتبادل ينشا بين الافراد (طلبة الجامعة) نتيجة الخبرات التي اكتسبوها خلال مراحل حياتهم والبيئة الجامعية التي يتواجدون فيها وما توفره لهم من تعليم مميز تمدهم بالمعارف والعلوم التي تساعدهم على بناء شخصياتهم واعدادهم ليصبحوا مشروع قادة في المجتمع .

الهدف الثاني :التعرف على الامل المستعار لدى طلبة الجامعة.

للتعرف على هذا الهدف طُبق مقياس الامل المستعار على عينة البحث البالغة (400) طال وطالبة تبين ان الوسط الحسابي للدرجات بلغ (143.58) درجة و بانحراف معياري مقداره (14.63) درجة ، في حين بلغ المتوسط الفرضي للمقياس (120) درجة . ومن اجل التعرف على دلالة الفروق الاحصائية بينهما أُستعمل الاختبار التائي لعينة واحدة (One Sample T Test) و تبين وجود فرق دال احصائيا بينهما اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (21. 32) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (96، 1) عند مستوى دلالة (05 ،0) و درجة حرية (399) مما يشير الى امتلاك عينة البحث درجة جيدة من الامل المستعار وجدول (23) يوضح ذلك

جدول (23)

المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و الوسط الفرضي و قيم (T) الامل المستعار

العينة	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة (T)		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
400	399	143.58	14.63	120	32.21	1،96	دال

تبين من الجدول (23) ان طلبة الجامعة لديهم امل مستعار وهذا يتفق مع ما اشار اليه سنايدر ان الافراد يستعملون الامل المستعار من اجل تغيير احوالهم الى الافضل وذلك بالاستعانة بعوامل خارجية تساعدهم على تحقيق اهدافهم وتمكنهم من التوافق لذلك فان للامل المستعار أثر كبير في تغيير ظروف الافراد بناء على ما يضعونه من اهداف وما يملكونه من امكانيات وما يختارون من وسائل تساعدهم على مواصلة تحقيق الاهداف والوصول الى النجاح في امكانية تغيير الظروف (Snyder 2000:136). ونتيجة البحث الحالي تتفق مع

دراسة (Rand 2009) اذ اكدت نتائج الدراسة ان الامل المستعار هو قدره يمتلكها الفرد تكون ممزوجة بدافعية قوية تمكنه من ايجاد الوسائل والطرائق التي تستطيع من خلالها ان يحقق ما يرغب به وما يطمح اليه (Rand 2009:30). وتفسر الباحثة هذه النتيجة ان الامل الذي يستعيره الافراد (طلبة الجامعة) يمكنهم من الوصول الى اهداف سبق وان تمكن اخرون غيرهم من الحصول عليها وبذلك يرتقون الى مكانة اعلى وافضل في المجتمع ، فطبيعة المرحلة الدراسية لعينة البحث بما فيها من مناهج دراسية واساليب تعلم ومناخ جامعي متنوع وتخصصات مختلفة قد تجعل من الطالب الجامعي ان يخلق مقارنات ويضع طموحات ترتقي به الى حياة اجتماعية افضل

الهدف الثالث : التعرف على العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار لدى طلبة الجامعة.

لإيجاد العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار لدى عينة البحث استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون بين المتغيرين و بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (0.266) عند مستوى دلالة (05. 0) وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية(0.098) و تبين وجود علاقة ارتباطية بين المتغيرين.

جدول (24)

يوضح قيمة معامل ارتباط بيرسون المحسوبة والجدولية لعينة البحث بين المتغيرين

المتغيرات	العينة	قيمة معامل ارتباط بيرسون	القيمة الجدولية لدلالة معامل ارتباط بيرسون	درجة الحرية	مستوى الدلالة (05. 0)
الامتنان المتبادل الامل المستعار	400	0.266	0.098	398	داله

من ملاحظة الجدول (24) تبين ان العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار داله وهذا يبين ان الافراد الذين يتمتعون بامتنان متبادل يكون الامل المستعار لديهم ايجابي. وهذه تتفق مع دراسة (Schier 2000) اذ تؤكد ان الامل المستعار الذي يتخذه الفرد له

نتائج واثار ايجابية على صحته النفسية والسلوكية تجعل الفرد يؤمن بتوقع نتائج ايجابية تجعله يتكيف مع المواقف الصعبة التي يمكن ان تواجهه في اثناء مسيرة تحقيق الاهـــــــداف (Schier 2000:8). تفسر الباحثة هذه النتيجة ان الامتنان المتبادل والامل المستعار هذين المفهومين يساعدان الفرد على تكوين العلاقات الاجتماعية الناجحة مع افراد المجتمع ورسم اهداف وخطط ايجابية للمستقبل، فالنظرة الايجابية للأخرين وشكر معروفهم قد يخلق عند الفرد حالة تقبل السلوكيات للأخرين وبذلك يحاول اعادتها في حياته وجعلها جزء من سلوكه لتجتمع في الموقع نفسه الذي وصل اليه الافراد الناجحين.

الهدف الرابع : التعرف على الفروق في العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار تبعا لمتغير الجنس(ذكور – اناث)

للتعرف على الفروق في العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار وفقا للجنس (ذكور _ اناث) استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون ، اذ بلغت العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار عند الذكور (15 .0) وعند الاناث (0.11) ولاختبار معنوية هذه الفروق حولت هذه القيم الى قيم معيارية وبلغت القيمة المعيارية للعلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار عند الذكور (0.151) وعند الاناث (110 .0) ولمعرفة الفروق في هذه العلاقة أُستعمل الاختبار الزائي الخاص باختبار الفروق بين معامل ارتباط بيرسون وقد بلغت القيمة الزائية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار (0.39) وبعد مقارنة هذه القيمة بالقيمة الجدولية البالغة (1.96) تبين ان القيمة الزائية المحسوبة اقل من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يعني انها غير داله احصائيا والجدول (٢٥) يوضح ذلك .

جدول(25)

الفرق في العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار على وفق متغير الجنس (ذكور–اناث)

الجنس	عدد العينة	قيم معامل الارتباط	الدرجات المعيارية	القيم الزائية المحسوبة	القيمة الجدولية	دلالة الفرق
ذكور	168	0.15	0.151	0.39	1.96	غير دال
اناث	232	0.11	0.110			

من الجدول (25) يتبين لنا انه ليست هناك فروق دالة احصائيا في العلاقات الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار على وفق متغير الجنس (ذكور –اناث) وهذه النتيجة تخالف دراسة (وتكنز) اذ بين ان النساء اكثر تبادلا وردا للامتنان والمعروف من الرجال ولكن ليس بفرق كبير. اكدت ذلك دراسة كل من (فينتيهليا (Ventimiglia) وكذلك دراسة كل من (باريت)(Barrett) واخرون النتيجه ذاتها في تفوق النساء على الرجال في رد المعروف ،ويفسر وتكنز نتائج هذه الدراسات التي تتعلق بالظروف في الامتنان المتبادل بين الجنسين بانه السبب يرجع ان الرجال اثقل في تبادل الامتنان من النساء وانه عندما يتعرض الشخص الى موقف امتناني من شخص معين يعاملون المعطي او الممتن بالمثل مما يفقد الفرد(الرجل) تجربة الامتنان المتبادل لكنهم يكتسبون العديد من الخبرات بشكل اكبر من النساء (Watkins, 2014 : 71).

وتفسر الباحثة هذه النتيجة ان الاناث والذكور لايختلفون اختلافا كبيرا في هذا الجانب كون البيئة الجامعية تعطي الفرص دائما للذكور والاناث يتعلمون ويدرسون تحت الظروف نفسها ويخضعون للقوانين نفسها ويكلفون بالواجبات نفسها .

الهدف الخامس: التعرف على الفروق في العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار على وفق متغير التخصص (علمي – انساني)

للتعرف على الفروق في العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار وفقا للتخصص (علمي – انساني) استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون اذ بلغت العلاقة الارتباطية بين المتغيرين عند التخصص العلمي (0،12) وعند التخصص الانساني (0،14) ولاختبار معنوية هذه الفروق حولت قيم معامل الارتباط الى درجات معيارية وبلغت الدرجة المعيارية للعلاقة الارتباطية للامتنان المتبادل والامل المستعار عند التخصص الانساني (0.15) وعند التخصص العلمي (0.12)، ولمعرفة الفروق في هذه العلاقة أُستعمل الاختبار الزائي الخاص باختبار الفروق بين معامل ارتباط بيرسون وقد بلغت القيمة الزائية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار (0،19) وبعد مقارنة هذه القيمة بالقيمة الجدولية البالغة (1،96) ومستوى دلالة (0.05) تبين ان القيمة الزائية المحسوبة اقل من القيمة الجدولية وهذا يعني انها غير دالة احصائيا وجدول (26) يوضح ذلك.

جدول(26)

الفرق في العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار على وفق متغير التخصص (علمي – انساني)

التخصص	عدد العينة	قيمة معامل الارتباط	الدرجات المعيارية	القيم الزائية المحسوبة	القيمة الجدولية	دلالة الفرق
الانساني	152	0.14	0.15	0.19	1.96	غير داله
العلمي	248	0.12	0.12			

من الجدول (26) يتبين لنا لا توجد فروق دالة احصائيا في العلاقة الارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار بالنسبة لمتغير التخصص (علمي _ انساني) وهذه النتيجة تخالف دراسة كل من (سنايدر وانوكيوبزي) (Snyder & Onwuegbuzie, 2000) اذ يرى ان الطلبة في اثناء المنافسة والامتحانات يتعرضون الى القلق فهم يستعيرون الامل من ذوي الامل العالي للتغلب على هذه المنافسة والتفوق في الامتحانات (Furlong, 2009 :39) وتفسر الباحثة هذه النتيجة بان الامتنان المتبادل والامل المستعار قد يتشكلان بفعل التنشئة الاجتماعية ولا يؤثر عليهما التخصص الدراسي .

الهدف السادس : مدى اسهام الامتنان المتبادل في الامل المستعار

لمعرفة مدى اسهام الامتنان المتبادل في الامل المستعار قامت الباحثة بتطبيق تحليل الانحدار البسيط بين المتغيرين جدول (27) يوضح ذلك

جدول (27)

معامل الارتباط ومعامل التحديد ومعامل التحديد المصحح والخطأ المعياري

النموذج	معامل الارتباط	معامل التحديد	معامل التحديد المصحح	الخطأ المعياري
1	0 .266	0 .070	0 .068	14.268

تشير النتائج في الجدول اعلاه وجود علاقة ارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار اذ بلغت قيمة معامل الارتباط (266. 0)، وبلغت قيمة معامل التحديد (070. 0)

جدول (28)

تحليل الانحدار البسيط

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيم (F)		الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
الانحدار	4266.494	1	4266.494	20.904	٣,٨٦	دال
البواقي	81232.946	398	204.103			
المجموع	85499.440		399			

ويظهر من الجدول (28) اعلاه نسبة اسهام جيدة للمتغير المستقل على التابع حيث بلغت قيمـــة (F) المحسوبة (20.904) و هي اكبر من القيمة الجدولية و البالغة(3.86) عند مستوى (0.05) و درجتي حرية (1 ، 399) .

ثانيا: الاستنتاجات

- ان طلبة الجامعة لديهم امتنان متبادل اكتسبوها من خلال مراحل حياتهم والبيئة الجامعية.
- يمتلك طلبة الجامعة أملا مستعارا.
- توجد علاقة ارتباطية بين الامتنان المتبادل والامل المستعار لدى طلبة الجامعة.
- لا اثر للجنس والتخصص في العلاقة بين المفهومين عند طلبة الجامعة.

ثالثا: التوصيات

- تعزيز الامتنان المتبادل وأثره في خلق علاقات اجتماعية متماسكة عند طلبة الجامعة .
- تبصير الطلبة بكيفية الاستفادة من الجوانب الايجابية للامتنان المتبادل في كيفية التعامل مع الآخرين
- اقامة برامج ارشادية لتعزيز الجوانب الايجابية في استعارة الامل من اجل الوصول الى الاهداف المرسومة من الطلبة بيسر وسهولة.

رابعا: المقترحات

اجراء بحوث مشابهة للبحث الحالي على طلبة الدراسات العليا:

- عن الامتنان المتبادل وعلاقته بمتغيرات اخرى مثل المقارنة الاجتماعية، الدعم الاجتماعي، الاستياء النفسي، حسن الظن، التفكير النفعي.
- عن الامل المستعار وعلاقته بمتغيرات اخرى مثل فقدان الامل، التفاؤل غير النفعي.

المصادر والمراجع

- **المصادر العربية:**
- القران الكريم

١. ابو الديار ، مسعد (٢٠١٠) : **سيكولوجية الامل** ، الطبعة الاولى ، الكويت.

٢. ابو جادو ، صالح محمد علي (٢٠١٥) : **علم النفس التربوي** ، الطبعة السابعة ،،دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان _ الأردن.

٣. أبو حلاوه ، محمد السعيد (٢٠٢٠)**الامتنان والعرفان وعلاقته بالصحة النفسية** ، كلية التربية جامعة دمنهور.

٤. اسماعيل، سامي محمد:(2002): **مناهج البحث في التربية وعلم النفس**، ط2، دار الميسرة للنشر و التوزيع ،عمان.

٥. الاعسر ، صفاء (٢٠٠٥): **السعادة الحقيقية** ، دار العين للنشر ، الطبعة الاولى

٦. الاعسر ، صفاء (٢٠١٣): **القياس في علم النفس الايجابي** ،نماذج ومقاييس ، الطبعة الاولى ، المركز القومي للترجمة ، القاهرة.

٧. الامام، مصطفى محمود وعبد الرحمن، انور والعجيلي، صباح حسين (١٩٩٠): **التقويم والقياس**، دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد، العراق.

٨. انستازي ، انا يورين ، سوزان (٢٠١٥): **القياس النفسي** ، ترجمة صلاح الدين محمود علام ، دار الشروق للنشر والتوزيع عمان _ الاردن.

٩. الانصاري ، بدر محمد (١٩٩٣): **التفاؤل والتشاؤم _ المفهوم والقياس والمتعلقات** ، جامعة الكويت مجلس النشر العلمي ، لجنة التاليف والتعريب والنشر.

١٠. الانصاري ، بدر محمد (٢٠٠١) **التفاؤل الغير واقعي وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية (تفاؤل ،تشاؤم ،يأس)** رسالة ماجستير، جامعة الكويت

١١. ـــــــــــــــــ (١٩٩٨): التفاؤل والتشاؤم _ المفهوم والقياس والمتعلقات ، جامعة الكويت مجلس النشر العلمي ، لجنة التاليف والتعريب والنشر

١٢. باتر ،ايمون ، ادم سمث (٢٠١٤): **دراسات عربية في التربية وعلم النفس**، الطبعة الاولى ، القاهرة ، مؤسسة هنداوي للتعليم والثقافة

١٣. البيضاوي ،آلاء هادي (٢٠٢٠) **الامتنان وعلاقته بجودة الحياة لدى أعضاء الهيئات التدريسية في المدارس الثانوية**، رسالة ماجستير ، كلية الاداب _ جامعة القادسية.

١٤. تيغزة ، احمد نوريان (٢٠١٢) : **التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي مفاهيمهما ومنهاجيتهما** ، دار الميسرة ،عمان ،الاردن

١٥. جودة ، عسلية محمد(٢٠١٥) **علم النفس الايجابي** ، مكتبة الصيرفي ، غزه.

١٦. حجازي ، مصطفى (٢٠١٢): **اطلاق طاقات الحياة قراءات في علم النفس الايجابي** ، مطبعة التنوير ، لبنان.

١٧. حسن ، سيف عدنان (٢٠١٧): **الامتنان وعلاقته بالمرونة النفسية** ، رسالة ماجيستير،جامعة بغداد_ كلية الاداب .

١٨. حنفي ، علي (٢٠٠٧) : **الارشاد الاسري وتطبيقاته في مجال التربية الخاصة** ، القاهرة الانجلو المصرية للتوزيع والنشر.

١٩. الخطيب، محمد احمد، والخطيب، احمد حامد (٢٠١٠) : **الاختبارات والمقاييس النفسية**، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

٢٠. خيرة، خلف ،غيلاني ، هناء (٢٠١٩) **علاقة الصلابة النفسية والتفاؤل الغير واقعي لدى الطالب الجامعي** ، دراسة ماجستير كلية التربية ،علم النفس _ الكويت

٢١. الداهري، صالح حسن احمد والكبيسي، وهيب مجيد:(1999): **علم النفس العـام**، ط1، دار الكندي للنشر والتوزيع، اربد،الاردن.

٢٢. الدسوقي ، مجدي محمد (٢٠٢٠): **دراسة لابعاد الرضا عن الحياة وعلاقتها بعدد من المتغيرات النفسية لدى عينة من الراشدين** ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، المجلد الثامن ، العدد العشرين ، القاهرة ، مصر .

٢٣. الدوري، عدنان طلفاح محمد (٢٠٠٤): **التفكير الاستدلالي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية ،جامعة تكريت ، العراق .

٢٤. ديغم ، عبد المحسن ابراهيم (٢٠٠٨) : **الفعالية الذاتية واساليب مواجهة الضغوط كمتغيرات محكية للتميز بين الامل والتفاؤل** ، دراسات عربية في علم النفس ، المجلد السابع عشر ، العدد الاول ، القاهرة ، مصر.

٢٥. رينولدز، جيزل (٢٠١٣) اتقان القياس النفسي الحديث النظريات _ الطرق ، ترجمة صلاح الدين محمود علام ، دار الفكر ، عمان _ الأردن.

٢٦. زعابطه ، سيرين هاجر (٢٠١١) : **علاقة التفاؤل غير الواقعي بسلوك السياقه الصحي** ، رسالة ماجستير منشورة جامعة الحاج الخضر باتنه.

٢٧. زيتون ، كمال عبد الحميد (٢٠٠٥) **أساليب البحث في التربية وعلم النفس** ، الطبعة الثالثة ، عالم الكتب ، القاهرة _ مصر.

٢٨. سليجمان ، مارتن (١٩٩٨) : **تعلم التفاؤل** ، ترجمة مكتبة جرير ، الطبعه الاولى ، الرياض.

٢٩. سليجمان ، مارتن (٢٠٠٢): **السعادة الحقيقية** ، استخدام علم النفس الايجابي الحديث لتحقيق اقصى مايمكنك من الاشباع الدائم ، مكتبة جرير ، الرياض.

٣٠. سليجمان ، مارتن (٢٠٠٦): **السعادة الحقيقية**، استخدام علم النفس الايجابي الحديث لتحقيق اقصى مايمكن من الاشباع الدائم ، الطبعه الاولى ترجمة مكتبة جرير السعودية

٣١. سيرفون ، دانيال (٢٠٠٦) : **تصور الشخصية من منظور سيكولوجية القوى الانسانية : الشخصية بوصفها منظومة ذات قوة وتنظيم ذاتي** ، ترجمة صنعاء الاعشر ،لبزاج،النمسا.

٣٢. عبانة ، كوكب يوسف (٢٠١٥): **الامتنان والسعادة وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات** ، رسالة غير منشورة ، جامعة اليرموك ، عمان ، الاردن.

٣٣. عبد الرحمن ، سعد (١٩٨٣): **القياس النفسي** ، مكتبة الفلاح ، الكويت.

٣٤. عبد الصمد، فضل ابراهيم (٢٠٠٥): علم النفس الايجابي وتاثيره على على الممارسات والخدمات النفسية رؤية مستقبلية لدورة في التدخلات العلاجية ، بحث مقبول للنشر ، **مجلة البحث في التربية وعلم النفس** ، مصر.

٣٥. عبد الهادي ، نبيل (٢٠١٣): **تشكيل السلوك الاجتماعي** ، الطبعة الاولى ، دار اليازوني العلمية للنشر والتوزيع ، عمان _الاردن.

٣٦. العبودي ، طارق محمد ، صالح ، عبد الرحيم (٢٠١٥) **علم النفس الإيجابي رؤى معاصرة** ، الطبعة الأولى ، معالم الفكر ، لبنان _ بيروت.

٣٧. عبيدات، ذوقان، وعبد الحق، كايد، وعدس، عبد الرحمن (٢٠٠٤): **البحث العلمي مفهومه وادواته واساليبه** ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

٣٨. عطية ، سميحة محمد علي (٢٠٠١) : **الادراك لشبكة العلاقات الاجتماعية دراسة وصفية _ مقارنة** ، رسالة ماجستير غير منشوره جامعة عين شمس.

٣٩. عودة، احمد سليمان (٢٠٠٢) : **القياس والتقويم في العملية التدريسية** ، دار الامل ، اربد ، الاردن

٤٠. عيسوي ، عبد الرحمن محمد (١٩٨٥) : **القياس التجريبي في علم النفس والتربية** ، دار المعارف الجامعية ، القاهرة .

٤١. الغانمي، مسار عبد الواحد(٢٠٢٠) **الامل (المختار_ المستعار) وعلاقته بالاجهاد النفسي (المنخفض _ العالي)** لدى أمهات الإعاقة ، رسالة ماجستير جامعة كربلاء.

٤٢. فائق، أحمد (١٩٧٣) **مدخل الى علم النفس العام** ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة _ مصر.

٤٣. فرج، صفوت . (١٩٨٩): **القياس النفسي** ، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، مصر.

٤٤. فرج، صفوت (١٩٨٠): **القياس النفسي**، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

٤٥. قاسم ،عبد القادر (٢٠٠٠) :علم النفس التربوي وتطبيقاته ، الامارات ، مكتبة الفلاح .

٤٦. الكبيسي، وهيب مجيد (٢٠١٠): **القياس النفسي بين التنظير والتطبيق**، ط١، العالمية المتحدة، بيروت، لبنان.

٤٧. محمد ، رشا عصام مجيد (٢٠١٣) : **نوعية الحياة وعلاقتها بكل من الامتنان والسعادة والتسامح** ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة طنطا ، كلية الاداب _ مصر.

٤٨. معمرية ، بشير (٢٠٠٦): الشعور بالياس لدى الراشدين ، **مجلة شبكة العلوم النفسية والعربية** ، العدد التاسع ،الجزائر.

٤٩. ملحم، سامي محمد (٢٠٠٠) **القياس والتقويم في التربية وعلم النفس** ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان ،الاردن.

٥٠. موسى، عبد الحميد عبد المحسن (١٩٨٨): **المدخل الى علم النفس** ، الزقازيق، مصر.

٥١. نصر الله ،نوال خالد حسن (٢٠٠٨) **انماط التفكير السائدة وعلاقتها بسيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة المرحلة الثانوية العامة في محافظة جنين** ، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة النجاح الوطنية _ نابلس.

المصادر الاجنبية:

1. Allen, M.J. & Yen, W.M. (1979): Introduction to measurement theory, California, Books/Cole Publishing company.
2. Barrerett, L.F. Lan R.D. Schreest L. & Schwartz G.E (2000) Sex defferences in emotional awareness .personality and social psychology bulletin
3. Browen, T.A & M.T(2012) Confirmatory factory analysis . Handbook of structural equation modeling
4. Byren, B.M (2001`) Structural equation modeling with Amos EQS&and LISREL :Comparavite approaches to testing for the factorial validity of ameasuring instrument international journal of testing
5. Collins, A. (2010) Life experience& resilience in college student: A relationship influenced by hope & mindfulness Unpublished Ph. D Texas A. & M university United states
6. Cronbach, Lee (1970): Essentials of Psychological Testing, third Edition ,Harper Row Publishers .New York.
7. Ebel, R. L. & Frisbile David A(2009) 'Essential of Educational measurement" PH Learning private Limited New Delhi education
8. Emmons, R. & Crumpler C. (2000) Gratitude as ahuman strength:Appraising the evidence Journal of social and Clinical psycology
9. Emmons, R. A. & M. E. (Ede) (2004) the psychology of gratitude United states of America : oxford university press
10. Emmons, R. A. &McCullough M. E. (2007) The assessment of gratitude IN Lopes S. J. & Snyder C. R. (Eds) positive psychologicaln Assessment : A handbook of models and measures (pp327_ 341) US American psychological Association
11. Emmons, R. A. (2006) Dose gratitude motivate moral action IN notre dame symposium on personality and moral characters
12. Fredrickson, B. L (1998) What good are positive emotions ? Review of general psychology

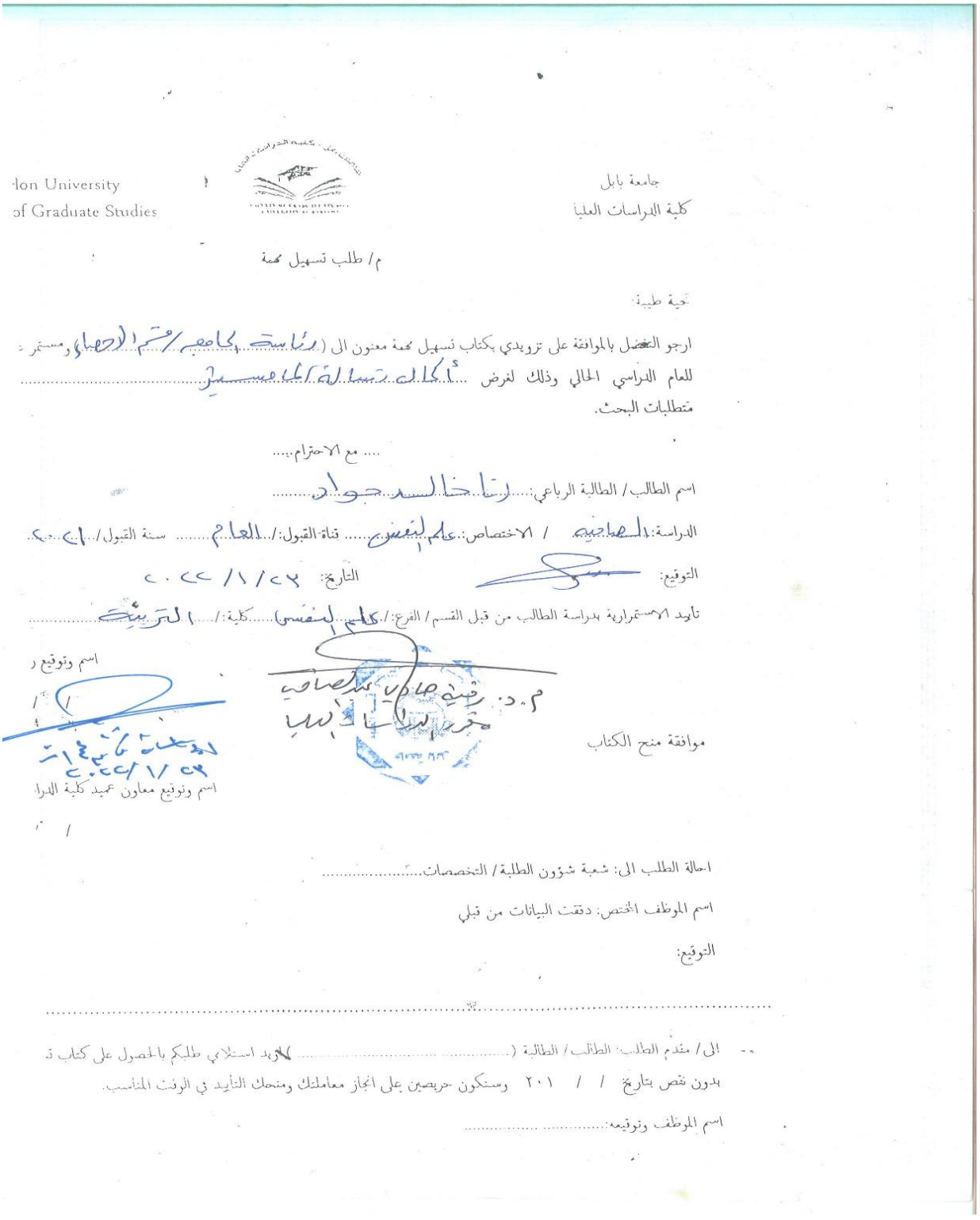
13. Fredrickson, B. L (2004) Gratitude like other positive emotion broadens and builds IN : Emmons R A &McMcllough M A (Ede)The psycology of gratitude oxford
14. Froh, J .J. Fan J Emmons R. A Bono G. Huebner E. S.& Watkins P.(2011) Measuring gratitude in youth : Assessing the psychometric properties of adult gratitude scales in children and adolescents psychological Assessment
15. Furlong, Michael Richgilman and E.scott huebner (2009) Hanadbook of positive psychology in school New Yourk London Graw hill
16. Gregory, R., (2015).Psychological Testing: History, Principles, and Application (7^{th} Ed).England: Person Education Limited.
17. Hopkins, K.D.(1998) Educational and psychological measurement and evalulion . Allyn & Bacon .A Viacom company 160 could street needham highghts.
18. Hu,L.T. & Benther , P.M.(1999) Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis : Conventional criteria versus new alternatives . Structural equation modeling amultidisciplinary journal.
19. Hum, D. (1988) Atreatise of human nature Oxford clarendon
20. Jain, M. & Jaiswal, S.(2016) Gratitude concept benefits and cultivation . International journal of engineering technology scienc
21. Lambert, N. M. Fincham, F .D .& Stillman, T. F. (2011) Gratitude and depressive symptoms : The role of positive reframing and positive emotion Cognaition & Emotion
22. Lazarus, R. (1999) Hope despair sadness grief emotion Academic search elite
23. McCullough, M. E. Emmons, R. A.& Tsang, J. (2002) The grateful disposition: A conceptual and empirical topography Journal of personality and social psychology.
24. Moss, P.A.(1994) Can there bevalidity without reliabitiy ? Educational researcher.
25. Murphy, R.K. (1983): Psychological testing Principles and application. New York, All international, Inc.
26. Nunnally, J. (1978): Psychometric Theory. New York. McGraw Hill Company.

27. Oppenheim, A.N (1982): Questionnaire Desing and Attitude measurement ,Heimann press .London , UK.
28. Peterson, S.J & Byron K(2013) Exploring the role of hope in jop performance : results from four studies .Journal of organizational behavior
29. Petrocelli , John V.&Cysel , Laura C.(2009) Counterfactual thinking and confidence in blackjack : A test of the counterfactual inflation hypothesis journal of Experimental social psychology .
30. Polak, E. L. & McCullough, M. E. (2006) IS gratitude an alternative to materialism? Journal of Happiness study
31. Rand, & cheavens, J. (2009) Hope theory in Snyder & lopes .Handbook of positive psycology and (Ed) oxford university press
32. Schier, M. & Carver, C.(2000) A dapting to cancer the importance of hope and purpose U.S.A.
33. Schitt ,T.A.(2011) Current methododological considerations in exploratory and confimatory factor analysis : journal of psychoeducational Assessment .
34. Schweitzer, M.B. (2002) Psychology ED LA sant lere edition. paris France.
35. Seligman, M .E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000) Postive psychology : An introduction American psychologist
36. Snyder &etal (2002) Hope cognitive psychology vol Issue Academic search priemer
37. Snyder, C .R. (1994) The psychology of hope :you can get there from here New york free press
38. Snyder, C. R. Harris, C .Anderson, J .R Holleran, S. A. Irving, L. M. & Sigmon, S. T. (1991) The will and the ways Development and validation of an in dividual differences measure of hope Journal of personality and social psychology
39. Snyder, C. R. Rand, K. L.& Sigmon, D. R. (2016) Hope theary Amember of the positive psychology family In Snyder CR & Lopes S J oxford
40. Snyder, S. & Lopes, J. (2000) Hand book of posstive psychology oxford university press

41. Thorndike, Robert L. and Hagen, Elizabeth (1977): Measurement of Evaluation Psychological Education, 4th ed. New York: American Council on Education.
42. Watkins, P. C. (2008) Gratitude the amplifier of blessing IN A przepiorka(Ed) closer toemotions II Lublin Poland publishing house of catholic university of Lublin
43. Watkins, P. C Grimm, P. L .& kolt, R. (2004) Counting your blessing : positive memories among grateful person current psychology
44. Watkins, P.C uhder & pichinevskiy(2014) Grateful vecounting enhances subjective well_being the importance of grateful processing the journal of positive psychology
45. Weinstein, N.D (1980) Unrealistic optimism about future life event.Journal of personality and social psychology
46. Wood, A. M. (2008) Indivdual Differences in gratitude and their Relationship with well_ being unpublished Doctor dissertation university of warwick

ملحق(1)

كتاب تسهيل المهمة



جامعة بابل
كلية الدراسات العليا

lon University
of Graduate Studies

م/ طلب تسهيل مهمة

تحية طيبة:

ارجو التفضل بالموافقة على ترويدي بكتاب تسهيل مهمة معنون الى (رئاسة جامعة القاسم الخضراء) ومستمر
للعام الدراسي الحالي وذلك لغرض اكمال رسالة الماجستير
متطلبات البحث.

.... مع الاحترام....

اسم الطالب/ الطالبة الرباعي: رنا خالد سعود

الدراسة: الماجستير / الاختصاص: علم النفس قناة القبول: / العام سنة القبول: ٢٠٢١

التوقيع: التاريخ: ٢٠٢٢/١/٢٠

تأييد الاستمرارية بدراسة الطالب من قبل القسم / الفرع: / علم النفس كلية: / التربية

اسم وتوقيع ر

/ /

م.د. رفيق صالح [illegible]

موافقة منح الكتاب

اسم وتوقيع معاون عميد كلية الدرا

/ /

احالة الطلب الى: شعبة شؤون الطلبة/ التخصصات.....

اسم الموظف المختص: دققت البيانات من قبلي

التوقيع:

.....

الى/ مقدم الطلب: الطالب/ الطالبة (.....) المحترم

يرجى استلام طلبكم بالحصول على كتاب تسهيل مهمة
بدون نقص بتاريخ / / ٢٠١ وسنكون حريصين على انجاز معاملتك ومنحك التأييد في الوقت المناسب.

اسم الموظف وتوقيعه:.....

ملحق (٢)
مقياس الامتنان المتبادل

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
كلية التربية للعلوم الانسانية/جامعة بابل
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسات العليا / ماجستير

م/استبانة اراء المحكمين والمختصين حول صلاحية فقرات مقياس الامتنان المتبادل

الاستاذ الفاضل الدكتور .....المحترم

تروم الباحثة اجراء بحثها الموسوم (الامتنان المتبادل وعلاقته بالامل المستعار لدى طلبة الجامعة) ولتحقيق اهداف البحث الحالي تطلب توفر اداة لقياس الامتنان المتبادل (Mutual gratitude) تمتاز بالصدق ،الثبات ، الموضوعية وبعد اطلاع الباحثة على الدراسات والادبيات السابقة ذات العلاقة بالموضوع لم تجد الباحثة مقياسا يتناسب مع عينة بحثها ولهذا لجات الى بناء اداة لقياس الامتنان المتبادل معتمدة على تعريف (وتكنز) (Watkins, 2014) حيث عرفه (هو استعداد لدى الفرد يؤكد ان شيئا جيدا حدث ويعترف ان شخصا اخر هو المسؤول عن هذه المنفعة وضرورة ارجاعها) (Watkin,2014:76)

وبوصفكم اصحاب خبره علمية في هذا المجال، تود الباحثة الاستنارة بارائكم وملاحظاتكم العلمية، لذا يرجو من سيادتكم التكرم بمراجعة الاستبانة ووضع ارائكم وتعديلاتكم حول النقاط الاتية:

- صلاحية الفقرة لقياس ما وضعت لقياسه
- اضافة او حذف ما ترونه مناسب من الفقرات

علما ان البدائل المعتمدة في المقياس (تنطبق على تماما، تنطبق علي كثيرا، تنطبق علي قليلا، تنطبق علي نادرا، لا تنطبق علي ابد)

مع جزيل الشكر والتقدير لتعاونكم معنا خدمة للبحث العلمي

المشرف	**الباحثة**
ا. د. علي حسين مظلوم المعموري	**رنا خالد جواد**

المجال المعرفي				
ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	الملاحظات
١	اقدم للاخرين المشورة والنصيحة كما فعلو معي			
٢	اقدم شكري للاخرين عندما يقومون بعمل لي			
٣	اشعر بالفرح لمخالطة الاخرين وتبادل الحديث معهم			
٤	اسارع لتقديم المساعدة للاخرين كما ساعدوني			
٥	اتبع عدة طرائق لمعالجة مشكلات من قدم لي العون			
٦	اقدم المساعدة للاخرين كما قدموها لي			
٧	اتعاطف مع اصدقائي في المواقف الصعبة كما تعاطفوا معي			
٨	ابادل افكار اسرتي بالاحترام			
٩	عندما انظر للعالم من حولي اجد اشياء كثيرة تشعرني بالامتنان لها			
١٠	اقدر الناس والاحداث والمواقف التي هي جزء مني			
١١	اقدر الاشخاص الذين لهم اثر كبير في حياتي			
١٢	اشارك الناس افراحهم واحزانهم كما شاركوني			
١٣	احترم تعاطف الاخرين وحبهم لي			
١٤	احترم واثق بمن وثق بي			
١٥	انا شاكر لاساتذتي على ما ابدو لي من نصائح وتوجيهات			
١٦	اقدر العون والتضحية التي قدمها الاخرون لي			
١٧	امتن لطموحي في مواصلة النجاح في حياتي			
١٨	اشكر زملائي في الجامعة على تعاونهم معي			
١٩	اخبر اصدقائي عن نجاحاتي في الحياة ومن ساعدني خلالها			
٢٠	اقدر الاشياء الجميلة في تعاملي مع الاخرين			
٢١	الاعتراف بفضل الاخرين من ثوابت حياتي			
٢٢	شعوري ببروالدي يزيد من معدل الرضا لي في الحياة			
٢٣	ارتباطي بالناس واعتزازي بهم يقلل من الشعور بالوحدة			

ملحق (3)

مقياس الامتنان المتبادل بصيغته النهائية

جامعة بابل

كلية التربية للعلوم الانسانية

ماجستير / علم النفس

عزيزي . عزيزتي

تحية طيبة:

تجد في هذه الاستمارة مجموعة من الفقرات تعبرعن حالة تعيشها يوميا وتشعر بها او تميل للقيام بها وامام كل فقرة خمس بدائل (تنطبق علي تماما، تنطبق علي كثيرا، تنطبق علي قليلا، تنطبق علي نادرا، لا تنطبق علي ابد) ضع علامة (/) تحت البديل الذي تعتقد انه ينطبق عليك لا تترك عبارة دون اجابة لطفا، علما انه لا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئة وتاكد ان اجابتك لن يطلع عليها احد سوى الباحثة وسوف لن تستعمل الا لغرض البحث العلمي ولا داعي لذكر الاسم، مع الرجاء ملئ المعلومات التالية قبل الاجابة على الفقرات

مع جزيل الشكر والتقدير

الجنس: ذكر **انثى**

العمر:

التخصص:

مثال على الاجابة:

الفقرة	تنطبق علي تماما	تنطبق علي كثيرا	تنطبق علي قليلا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابد
استفيد من تجارب الاخرين في التعامل مع المشكلات		/			

ت	الفقرات	تنطبق علي تماما	تنطبق علي كثيرا	تنطبق علي قليلا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابدا
١	امتن للاقدار التي جمعتني باصدقائي					
٢	انا ممتن لاصدقائي الذين وقفوا بجانبي					
٣	انا شاكر الرعاية الوالدية التي تلقيتها من والديه					
٤	اشكر الناس التي وقفت بجانبي للوصول الى ما انا عليه اليوم					
٥	اشكر ربي على ما اعطاني من أصدقاء					
٦	انا مدين لمن ساعدني وارشدني يوما ما					
٧	ابذل جهدا لرد الفضل لمن ساعدني وارشدني يوما					
٨	اقدم للاخرين المشورة والنصيحة كما فعلو معي					
٩	علاقاتي الاجتماعية قائمة على الاحترام المتبادل					
١٠	اقدم شكري للاخرين عندما يقومون بعمل لي					
١١	اسارع لتقديم المساعدة للاخرين كما ساعدوني					
١٢	ارغب بتشكيل علاقات جديدة مع الاخرين					
١٣	اتبع عدة طرائق لمعالجة مشكلات من قدم لي العون					
١٤	امتن للاخرين بمساعدتي					
١٥	اتعاطف مع اصدقائي في المواقف الصعبة كما تعاطفوا معي					
١٦	اشعر با لعرفان لاسرتي على مساعدتي					
١٧	ابادل افكار اسرتي بالاحترام					
١٨	لدي الكثير من النعم التي اكون شاكر لها					
١٩	عندما انظر للعالم حولي اجد اشياء كثيرة تشعرني بالامتنان لها					
٢٠	اقدر الناس والاحداث والمواقف التي هي جزء مني					
٢١	اقدر الاشخاص الذين لهم اثر كبير في حياتي					
٢٢	احترم راي زملائي واصدقائي كما يحترمون رايي					
٢٣	اشارك الناس افراحهم واحزانهم كما شاركوني					

٢٤	علاقتي بالاخرين يسودها الاحترام المتبادل					
٢٥	احب البقاء مع الاخرين واقامة علاقات اجتماعية معهم					
٢٦	ينتابني احساس بالجميل والعرفان لاصدقائي					
٢٧	انا ممتن للاشخاص الذين ساعدوني على تحقيق احلامي					
٢٨	احترم تعاطف الاخرين وحبهم لي					
٢٩	احترم واثق بمن وثق بي					
٣٠	انا شاكر لاساتذتي على ما ابدو لي من نصائح وتوجيهات					
٣١	اقدر العون والتضحية التي قدمها الاخرين لي					
٣٢	اشكر كل من قدم لي هدية او مكافاة					
٣٣	اشكر المقربين لي لوقوفهم معي اثناء المحن					
٣٤	امتن لمن احسن لي يوما					
٣٥	امتن لنفسي لوصولي لما انا عليه اليوم					
٣٦	اقدر الاشياء التي قام بها الاخرين من اجلي					
٣٧	امتن لطموحي في مواصلة النجاح في حياتي					
٣٨	اشكر زملائي في الجامعة على تعاونهم معي					
٣٩	اخبر اصدقائي عن نجاحاتي في الحياة ومن ساعدني خلالها					
٤٠	اقدر الاشياء الجميلة في تعاملي مع الاخرين					
٤١	الاعتراف بفضل الاخرين من ثوابت حياتي					
٤٢	شعوري ببر والدي يزيد من معدل الرضا لي في الحياة					
٤٣	شعوري با لعرفان تجاه الاخرين يقلل من مشاعر الخوف لدي					
٤٤	الاعتراف بافضال الاخرين يعزز العلاقات بينهم					
٤٥	قوة علاقتي بالاخرين تزيد نجاحاتي في الحياة					
٤٦	ارتباطي بالناس واعتزازي بهم يقلل من الشعور بالوحدة					
٤٧	الاحترام والتعاون المتبادل هو عنوان حياتنا داخل المنزل					

ملحق (4)

المحكمين الذين عرضت عليهم اداتا القياس بصيغته الاولية

ت	اللقب العلمي	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
١	ا.د	احمد عبد الحسين الازيرجاوي	شخصية وصحه نفسية	كلية التربية للعلوم الانسانية/جامعة كربلاء
٢	ا.د	حسين ربيع حمادي	علم النفس التربوي	كلية التربية كلية التربية للعلوم الانسانية / جامعة بابل
٣	ا.د	حيدر حسن اليعقوبي	علم النفس التربوي	كلية التربية للعلوم الانسانية/جامعة كربلاء
٤	ا.د	صادق الشمري	علم النفس التريوي	كلية التربية للعلوم الانسانية /جامعة بابل
٥	ا.د	كريم فخري هلال	ادارة تربوية	كلية التربية للعلوم الانسانية /جامعة بابل
٦	ا.د	عبد السلام جودت	علم النفس التربوي	كلية التربية الاساسية /جامعة بابل
٧	ا.د	عبد الله العتابي	قياس وتقويم	كلية التربية للعلوم الانسانية /جامعة واسط
٨	ا.د	عفراء إبراهيم العبيدي	علم النفس التربوي	كلية تربية بنات / جامعة بغداد
٩	ا.د	علي محمود الجبوري	علم النفس السريري	كلية التربية للعلوم الانسانية /جامعة بابل
١٠	ا.د	عماد حسين عبيد	علم النفس النمو	كلية التربية الاساسية /جامعة بابل
١١	ا.د	محمد انورالسامرائي	قياس وتقويم	كلية التربية للعلوم الانسانية /جامعة بغداد
١٢	ا.م.د	ازهار محمد مجيد	علم النفس المعرفي	كلية الاداب / جامعة بغداد
١٣	ا.م.د	ثريا علي حسين	علم النفس التربوي	كلية الاداب / جامعة بغداد
١٤	ا.م.د	زينه علي صالح	علم النفس التربوي	كلية الاداب / جامعة القادسية
١٥	ا.م.د	حيدر طارق	علم النفس التربوي	كلية التربية للعلوم الانسانية /جامعة بابل
١٦	ا.م.د	حوراء عباس كرماش	علم النفس التربوي	كلية التربية الاساسية /جامعة بابل
١٧	ا.م.د	سلام هاشم حافظ	علم النفس التربوي	كلية الاداب جامعة القادسية
١٨	ا.م.د	صالح صاحب كاظم	علم النفس التربوي	كلية التربية للعلوم الانسانية/ جامعة كربلاء
١٩	ا.م.د	عقيل خليل ناصر	علم النفس التربوي	كلية التربية الاساسية /جامعة بابل
٢٠	ا.م.د	علي تركي نافل	علم النفس التربوي	كلية الاداب /جامعة بغداد
٢١	ا.م.د	علي عناد زامل	علم النفس التربوي	كلية التربية للعلوم الصرفة / جامعة واسط
٢٢	ا.م.د	علي عوده محمد	علم النفس التربوي	مركز البحوث التربوية

				والنفسية
٢٣	ا.م.د	غادة عبد الهادي	علم نفس النمو	كلية التربية /جامعة بغداد
٢٤	ا.م.د	فاطمة ذياب مالود	علم النفس التربوي	كلية التربية للعلوم الانسانية / جامعة كربلاء
٢٥	ا.م.د	مثنى فلحي	علم النفس التربوي	كلية التربية / جامعة بغداد
٢٦	ا.م.د	مروج عادل خلف	علم النفس التربوي	التربية الاساسية / جامعة المستنصرية
٢٧	ا.م.د	مالك فضيل القريشي	علم النفس التربوي	كلية التربية / جامعة واسط
٢٨	ا.م.د	نيران يوسف جبر	علم النفس التربوي	كلية التربية / جامعة المستنصرية
٢٩	م.د	علياء نصير عبيس	علم النفس التربوي	كلية التربية للعلوم الانسانية / جامعة كربلاء
٣٠	م.د	نورس شاكر هادي	علم نفس الشخصية	التربية الاساسية /جامعة بابل

ملحق(5)

مقياس الامل المستعار بصيغته الأولية

جامعة بابل

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات العليا / ماجستير

م/استبانة اراء المحكمين والمختصين حول صلاحية فقرات مقياس الامل المستعار

الاستاذ الفاضل الدكتور ..... المحترم

تحية طيبة:

تروم الباحثة اجراء بحثها الموسوم (الامتنان المتبادل وعلاقته بالامل المستعار لدى طلبة الجامعة) ولتحقيق اهداف البحث الحالي تطلب توفر اداة لقياس الامل المستعار (Borrowed hope) تمتاز بالصدق ، الثبات ، الموضوعية وبعد اطلاع الباحثة على الدراسات والادبيات السابقة ذات العلاقة بالموضوع لم تجد الباحثة مقياسا يتناسب مع عينة بحثها ولهذا لجات الى بناء اداة لقياس الامل المستعار معتمدة على نظرية وتعريف سنايدر(Snyder 2010) حيث عرفه (هو انبعاث روح الامل في الفرد عندما يلاحظ تحقيق الطموح في فرد اخر مثل انبعاث روح الامل لشخص يرغب في الحصول على مركز مرموق عندما يجد شخصا اخر قد حصل عليها) (Snyder, 2010 :67)

وبوصفكم اصحاب خبره علمية في هذا المجال، تود الباحثة الاستنارة بارائكم وملاحظاتكم العلمية، لذا يرجو من سيادتكم التكرم بمراجعة الاستبانة ووضع ارائكم وتعديلاتكم حول النقاط الاتية:

- صلاحية الفقرة لقياس ما وضعت لقياسه
- اضافة او حذف ما ترونه مناسبا من الفقرات

علما ان البدائل المعتمدة في المقياس (تنطبق علي تماما ،تنطبق علي كثيرا ، تنطبق علي قليلا، تنطبق علي نادرا، لاتنطبق علي ابدا)

جزيل الشكر والتقدير لتعاونكم معنا خدمة للبحث العلمي

المشرف **الطالبة**

ا. د .علي حسين مظلوم المعموري **رنا خالد جواد**

اولا : الاهداف (Goals)

هي اي موضوع او اي خبرة نتخيلها في اذهاننا ونود الوصول اليها وتكون هذه الخبرة او الموضوع ينوي تغير حالة او اشباع معنوي او نفسي مثل البحث عن مركز اجتماعي او البحث عن السعادة او تحقيق اهداف موجودة في ذهنه سابقا(Snyder 2002:17).

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	الملاحظات
١	اسعى لمواكبة كل ما هو جديد وحضاري			
٢	اسعى بكل همة الى تحقيق ما حققه الاخرين			
٣	يدفعني التفاؤل الى بذل اقصى الجهود لتحقيق طموحاتي			
٤	اطمح ان اكون في مركز اجتماعي اتفوق بيه على الجميع			
٥	اقارن نفسي بالاخرين عند رسم اهدافي			
٦	اتطلع الى تعلم الاشياء من اجل التغلب على الاخرين			
٧	احاول دائما السعي لايجاد قواسم مشتركة مع الاخرين			
٨	اتطلع الى الامام لتحقيق اهدافي			
٩	المستقبل بالنسبة لي مليء بالتفاؤل			
١٠	اتفاءل عند تخطيطي للمستقبل			
١١	اتفاءل عندما يكون لي صديقا ناجحا			
١٢	انظر بتامل لتحقيق اهدافي قدر المستطاع			
١٣	لدي تفاؤل في داخلي بان اهدافي وطموحاتي تتحقق افضل من الاخرين			

ثانيا: خلق المسارات (Way power)

هي السعة الذهنية التي تمكننا من ايجاد اكثرمن طريقة للوصول الى اهدافنا وكذلك تعني الخطة البديلة التي يتخذها الفرد لتحقيق الهدف (Snyder 2002:17).

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	الملاحظات
١	استفيد من تجارب الاخرين في التعامل مع المشكلات			
٢	استفدت من تجارب الاخرين في رسم مستقبلي			
٣	احاول اقامة علاقات مع الاخرين حتى اتمكن من النجاح			
٤	تحقيق اهدافي في المستقبل مرتبط بما يحيط من الاخرين			
٥	استفد من تجارب الاخرين في تحسين قدراتي			
٦	اتنافس مع الاخرين لاواصل واحصل على اهدافي			
٧	احاول تشخيص نقاط الضعف عند الاخرين لاتجاوزها			

٨	اهتم دائما بالنماذج الناجحة من حولي			
٩	افضل التعامل مع الشخص الناجح			
١٠	افكر في طرق متعددة لحل المشاكل الصعبة كما يفعل الناجحون			
١١	اثبر بدراستي لانافس زملائي الناجحين			
١٢	اسعد في الاندماج مع الناجحين من زملائي			
١٣	ابحث عن الطرق التي تجعلني سعيدا مع الاخرين			
١٤	افكر كما يفكر الاشخاص الناجحين من حولي			
١٥	ارى ان مستقبلي بات يتحسن بفضل اصدقائي			
١٦	اشعر بالتفاؤل عندما اتحدث مع شخص متفوق			
١٧	ازداد ثقة بتحسن مستقبلي عند مشاهدة نماذج ناجحة			
١٨	استعين بنماذج ناجحة لاحقق النجاح في دراستي			
١٩	افتخر ان أصدقائي ناجحين في الحياة			

ثالثا : قوة الارادة (Willpower)

هي الدافع الذي يحرك الهدف او الغاية التي نحاول الوصول اليها وهي الطاقة الذهنية التي يمتلكها الفرد في بلوغ هدفه والاستعدادات التي تساعدنا على التحرك تجاه الذي نسعى لتحقيقه (Snyder 2002:17).

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	الملاحظات
١	اسعى بكل جدية لتحقيق ما وصل اليه الاخرين			
٢	يمكنني تجاوز احباط الاخرين لي			
٣	اشعر ان قدراتي تفوق قدرات الاخرين			
٤	لدي رغبة قوية في التغير نحو الافضل			
٥	ابحث عن الاشخاص الذين يساعدونني في تحقيق طموحاتي			
٦	اشعر ان لدي قدرات تفوق الاخرين			
٧	ابذل قصارى جهدي لاتفوق على زملائي			
٨	اخوض النقاشات مع الاشخاص المتفوقين			
٩	اسعد عندما اتفوق دراسيا			
١٠	اؤمن بالفكر الذي يجعل من التفاؤل دليلا عليه			
١١	هناك تفاؤل في داخلي يجعل الامور تتحسن في المستقبل			
١٢	اؤمن ان الدعاء والتضرع لله يبعثان التفاؤل التفاؤل في تحقيق اهدافي			
١٣	لدي احساس يريحني بمستقبل ناجح لي عندما ارى مستقبل الاخرين			
١٤	عندما ارى نجاحات الاخرين اسعى جاهدا لتحقيق نجاحاتي			
١٥	اسعى جاهدا لاكون متفوقا على الاخرين			

ملحق (6)

مقياس الامل المستعار بصيغته النهائية

جامعة بابل

كلية التربية للعلوم الانسانية

ماجستير / علم النفس

عزيزي .... عزيزتي

تحية طيبة:

تجد في هذه الاستمارة مجموعة من الفقرات تعبرعن حالة تعيشها يوميا وتشعر بها او تميل للقيام بها وامام كل فقرة خمس بدائل (تنطبق علي تماما، تنطبق علي كثيرا، تنطبق علي قليلا، تنطبق علي نادرا، لا تنطبق علي ابد) ضع علامة (//) تحت البديل الذي تعتقد انه ينطبق عليك لا تترك عبارة دون اجابة لطفا، علما انه لا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئة وتاكد ان اجابتك لن يطلع عليها احد سوى الباحثة وسوف لن تستعمل الا لغرض البحث العلمي ولا داعي لذكر الاسم، مع الرجاء ملئ المعلومات التالية قبل الاجابة على الفقرات

مع جزيل الشكر والتقدير

الجنس: ذكر انثى

العمر:

التخصص :

مثال على الاجابة

ت	الفقرات	تنطبق علي تماما	تنطبق علي كثيرا	تنطبق علي قليلا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابد
١	استفيد من تجارب الاخرين في التعامل مع المشكلات	/				

ت	الفقرات	تنطبق علي تماما	تنطبق علي كثير	تنطبق علي قليلا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابدا
١	استفدت من تجارب الاخرين في رسم مستقبلي					
٢	اسعى لمواكبة كل ما هو جديد وحضاري					
٣	اسعى بكل همه الى تحقيق ما حققه الاخرين					
٤	يدفعني التفاؤل الى بذل اقصى الجهود لتحقيق طموحاتي					
٥	اشعر ان قدراتي تفوق قدرات الاخرين					
٦	احاول اقامة علاقات مع الاخرين حتى اتمكن من النجاح					
٧	لدي رغبة قوية في التغير نحو الافضل					
٨	اطمح ان اكون في مركز اجتماعي اتفوق به على الجميع					
٩	اسعى جاهدا لاكون متفوقا على الاخرين					
١٠	تحقيق اهدافي في المستقبل مرتبط بما يحيط بالاخرين					
١١	استفد من تجارب الاخرين في تحسين قدراتي					
١٢	اتنافس مع الاخرين لاواصل واحصل على اهدافي					
١٣	ابحث عن الاشخاص الذين يساعدونني في تحقيق طموحاتي					
١٤	اهتم دائما بالنماذج الناجحة					
١٥	اتطلع الى تعلم الاشياء من اجل التغلب عل الاخرين					
١٦	احاول دائما السعي للايجاد قواسم مشتركه مع الاخرين					
١٧	افضل التعامل مع الشخص الناجح					
١٨	افكر في طريقه لحل المشاكل الصعبة كما يفعل الناجحون					
١٩	اشعر ان لدي قدرات تفوق الاخرين					
٢٠	ابذل قصارى جهدي في التفوق على زملائي					
٢١	اخوض النقاشات مع الاشخاص المتفوقين					
٢٢	لدي القدرة على المثابرة بدراستي كون اصدقائي ناجحين					
٢٣	اتطلع الى الامام لتحقيق اهدافي					
٢٤	اسعد في الاندماج مع الناجحين من					

	زملائي					
٢٥	افتخر ان اصدقائي ناجحين بالحياة					
٢٦	اتفاءل عند التخطيط للمستقبل					
٢٧	اسعد عندما اتفوق على الاخرين					
٢٨	اؤمن بالفكر الذي يجعل من التفاؤل دليلا عليه					
٢٩	هناك تفاؤل في داخلي يجعل الامور تتحسن لاحقا					
٣٠	ابحث عن الطرق التي تجعلني سعيدا مع الاخرين					
٣١	افكر كما يفكر الاشخاص الناجحين من حولي					
٣٢	ارى ان مستقبلي بات يتحسن بفضل أصدقائي					
٣٣	انظر بتامل لتحقيق اهدافي قدر المستطاع					
٣٤	اشعر ان الدعاء والتضرع لله يبعثان التفاؤل في تحقيق اهدافي					
٣٥	ازاد ثقة بتحسن مستقبلي عند مشاهدة نماذج ناجحة					
٣٦	اشعر بالتفاؤل عندما اتحدث مع شخص متفوق					
٣٧	لدي احساس يريحني بمستقبل ناجح لي عندما ارى مستقبل الاخرين					
٣٨	لدي تفاؤل في داخلي بان اهدافي وطموحاتي تتحقق افضل من الاخرين					
٣٩	عندما ارى نجاحات الاخرين اسعى جاهدا لتحقيق نجاحاتي					
٤٠	استعين بنماذج ناجحة للوصول الى فرص النجاح					