

التسامح وعلاقته بالهناء النفسي لدى معاوني أعضاء هيئة التدريس بجامعة أسيوط في

ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية

د/ هاجر جمال الدين أحمد يوسف أ.د/ طه أحمد حسنين المستكوي

مدرس علم النفس أستاذ علم النفس

كلية الآداب - جامعة أسيوط كلية الآداب - جامعة أسيوط

مستخلص البحث:

هدف هذا البحث إلى تعرف علاقة التسامح، بالهناء النفسي، وتعرف الفروق في كل من التسامح، والهناء النفسي لدى الهيئة المعاونة بالجامعة وفقاً لاختلاف متغيري النوع، ونوع الدراسة، والتفاعل بين المتغيرين، وذلك على عينة قوامها (٣١٠) من معاوني أعضاء هيئة التدريس بجامعة أسيوط، طبق عليهم مقياس هارتلاند للتسامح، ومقياس الهناء النفسي، وأظهرت نتائج البحث: ارتباط الدرجة الكلية للتسامح وأبعاده بالدرجة الكلية للهناء النفسي وأبعاده ارتباطاً موجباً ودالاً لدى الهيئة المعاونة بالجامعة، فيما عدا بعد التسامح مع الذات، فلم يرتبط ارتباطاً دالاً ببعده (الاستقلالية)، كما لم يرتبط بعد التسامح مع الآخر ارتباطاً دالاً بأبعاده (الاستقلالية، والعلاقات الإيجابية، وتقبل الذات) من الهناء النفسي، وأنه لا يختلف التسامح وأبعاده لدى الهيئة المعاونة بالجامعة باختلاف متغيري: النوع (ذكر / أنثى)، ونوع الدراسة (نظري / عملي)، ولا بالتفاعل بين المتغيرين، بينما تختلف الدرجة الكلية للهناء النفسي والأبعاد (الاستقلالية، والنمو الشخصي، والهدف في الحياة) لدى الهيئة المعاونة بالجامعة، باختلاف متغير نوع الدراسة (نظري / عملي)، ولم تختلف الدرجة الكلية للهناء النفسي وأبعاده باختلاف متغير النوع (ذكر/ أنثى)، أو في التفاعل بين متغيري: النوع، ونوع الدراسة.

الكلمات المفتاحية: التسامح - الهناء النفسي - معاوني أعضاء هيئة التدريس.

Forgiveness and Its Relationship to Psychological Well-being among Assiut University Teaching Assistants in Light of Some Demographic Variables

Abstract:

The aim of this research is to know the relationship between tolerance and psychological well-being, and to know the differences in both tolerance and psychological well-being of the university's assistant staff, according to the differences in gender, type of study, and the interaction between the two variables. Sample consisted of (310) Assiut university teaching assistants. The Tolerance Scale and the Psychological Well-being Scale were applied to them. The results showed that: The correlation of tolerance (total degree), and its dimensions with psychological well-being (total degree), and its dimensions were positively and significant, except for the dimension of tolerance with the self, it was not significantly related to the dimension (independence), and that tolerance (total degree) and its dimensions did not differ, according to variables: gender (male / female), and type of study (theoretical / practical), Nor by the interaction between the two variables, while psychological well-being (total degree), and dimensions (independence, personal growth, and life purpose), differed, according to the variable of the type of study (theoretical / practical), and the total degree of psychological well-being and its dimensions did not differ according to the gender variable (male/ female), or in the interaction between the two variables: gender, and type of study.

Keywords: Tolerance - Psychological Well-being - University Teaching Assistants.

مقدمة:

يمكن القول - بقدر كبير من الثقة - بأن اهتمام الباحثين بدراسة موضوع التسامح، قد زاد في الآونة الأخيرة زيادة ملحوظة، مع زيادة الأحداث والاضطرابات الدولية، كخطوة أولى لحل المشكلات المرتبطة به، ولدعم السلام بين الدول بعضها بعضاً، وبين الجماعات داخل الدولة الواحدة بعضها بعضاً، وأيضاً بين الأفراد بعضهم بعضاً داخل وخارج الجماعة التي ينتمون إليها. كما اهتم الباحثون بدراسة أهم مكونات التسامح، وهي: التسامح (مع الذات، ومع الآخر، ومع المواقف)، فالفرد المتسامح مع ذاته هو الذي يميل إلى الاعتراف بأخطائه، ويحاول جاهداً استبدال الأفعال والسلوكيات السلبية تجاه الذات بأخرى إيجابية، أما التسامح مع الآخرين، فيتمثل في ميل الفرد إلى التغاضي عن الإساءات الموجهة له من قبل الآخرين بغض النظر عن تصرفاتهم، بينما يتمثل التسامح مع المواقف في الميل إلى تقبل الظروف السيئة كالكوارث والأمراض المزمنة التي لا تحدث بسبب خطأ أو إساءة من أحد، وهذا بدوره يتيح للفرد الفرصة لترجمة سمات الشخصية والمبادئ الأخلاقية والدينية التي يعتنقها إلى أفعال وسلوكيات يمكن أن تعود بآثار إيجابية ملموسة على ذات الفرد، والآخرين، والمجتمع بأسره.

إضافة لما سبق، فإنه يمكن القول، بأن الفرد اليوم، يعيش في مجتمع يشتمل على عدد لا حصر له من الصراعات والاختلافات والانقسامات بين الأفراد؛ فكثير من العلاقات الاجتماعية قد انهارت وانتهت نتيجة لعدم قدرة أحد أفرادها (المساء إليه) على العفو عن (المسيء)، ومن هنا كانت هناك حاجة ملحة إلى أن يتسم الفرد بالقدرة على ما يُدعى "بالتسامح" وهو اللين والسهولة واليسر، وهو بمثابة الإطار الذي يتم فيه الميل إلى إدراك تصورات الآخرين المخالفة أو المعادية لوجهة نظر الفرد، على أنها تصرفات محايدة أو إيجابية مما يؤدي به نحو مزيد من الصحة النفسية (Thompson, Snyder, Hoffman, Michael, Rasmussen, & Billings, et al, 2005, 318). كما أن سمة التسامح من السمات التي تحبها النفوس، وتلين بها القلوب، وإذا ما تحققت كانت عوناً على كسب قلوب الآخرين والتأثير فيهم، وقد دعت جميع الأديان السماوية إلى التسامح، وحثت على قبول الآخر واللين له والعفو عنه، وإن كان مخالفاً، وهذا دليل على أهمية فتح نوافذ الحوار، حيث إن من أهم أسباب عدم التسامح خطأ احتكار الحقيقة، والتعصب لها، ورسم الصورة السلبية للآخر المخالف، بل الانتقام منه وإقصاءه إذا لزم الأمر.

وعلى الجانب الآخر، يعد مفهوم الهناء بصفة عامة، والهناء النفسي بصفة خاصة أحد المفاهيم الرئيسية في علم النفس الإيجابي التي تتدرج هي وغيرها من المفاهيم الإيجابية الأخرى تحت ما يسمى بطيب الوجود الذاتي أو الحياة الطيبة (كما يفضل تسميتها "أحمد عبد الخالق"، ٢٠٢٠)؛ فهي تحتل مكانة بارزة في تاريخ الصحة النفسية الإيجابية؛ حيث يسعى كل فرد إلى تحقيق الهناء بوصفه هدفاً أسمى للحياة، ولارتباطه بكافة جوانب الحياة. ويعود الفضل إلى "رايف" (Ryff, 1989)، في استخدام مفهوم الهناء النفسي Psychological well-being؛ حيث يركز هذا النوع من الهناء على التنمية البشرية، فينمي في الفرد الاستقلالية، والقدرة على التعامل مع المواقف البيئية المختلفة، وتطوير قدراته، بالإضافة إلى تكوين علاقات إيجابية مع الآخرين، وأن يشعر بأن هناك هدفاً ومعنى للحياة، بل يتقبل ذاته.

ولا شك أن الفرد اليوم بحاجة إلى أن يشعر بالهناء في جميع المراحل العمرية، ولاسيما مع بداية مرحلة رشده، وما تلاها من مراحل ارتقائه، حيث يبدأ في هذه المرحلة إدراك معنى الحياة، ويسعى الفرد جاهداً إلى تحقيق أهدافه، وتطوير ذاته، ذلك أن تحقيق الفرد مستوى عالٍ من الهناء - وإن كان صعب المنال - إلا أنه يعد هدفه العام في الحياة.

مشكلة البحث:

لا يوجد مجتمع - مهما كانت القيم التي يتمسك بها - يستطيع أن يدعي أنه يمتلك فضيلة التسامح بشكل قاطع، وكذلك لا يوجد مجتمع يمكن اتهامه بالتعصب الدائم، ويرى الباحثان، أن عالمنا اليوم في أشد الحاجة إلى التسامح والتعايش الإيجابي بين أفراد المجتمعات أكثر من أي وقت مضى، من أجل القدرة على بلوغ الغايات، وبالتالي تحقيق الهناء بمفهومه الشامل ولاسيما الهناء النفسي، كما يتفق مع "خليل الزركاني" (٢٠١١، ٩) في أن التقارب بين الثقافات والتفاعل بين الحضارات يزداد يوماً بعد يوم؛ نتيجة لثورة المعلومات والاتصالات ووسائل التواصل الاجتماعي التي غزت العالم، وأزلت الحواجز المكانية والزمانية بين الأمم والشعوب، وبات الجميع يعيشون في قرية كونية كبيرة. وقد بحثت دراسات كثيرة مفهوم التسامح، ومفهوم الهناء النفسي كلاً على حدة في ضوء الكثير من المتغيرات النفسية والديموجرافية على عينات مجتمعية مختلفة، كما توصلت عدة دراسات نفسية، إلى ارتباط التسامح ببعض متغيرات علم النفس الإيجابي، ومنها ارتباطه بالصحة النفسية، والهناء؛ فعلى سبيل المثال، كشف التسامح مع الذات عن علاقة قوية

بصحة الفرد النفسية، في حين كشف عدم التسامح مع الذات عن علاقة دالة بالقلق والاكنتاب، كما وُجد أن ارتفاع مستوى التسامح، يؤدي إلى خفض الاضطرابات الانفعالية، وارتفاع مستوى جودة الحياة (Romero, Kalidas, Elledge, Chang, Liscum, & Friedman, 2006). وهذا بدوره يتيح للفرد الفرصة في ترجمة المبادئ الأخلاقية والدينية التي يعتنقها إلى أفعال وسلوكيات، يمكن أن تعود بآثار إيجابية ملموسة على الفرد وعلى الآخرين. كما اتضح أن العلاجات النفسية التي تستخدم أساليب تعتمد على التدريب على التسامح، تؤدي إلى ارتفاع شعور الفرد بالهناء، وأن الميل للتسامح يسهم في تعديل السلوك العدائي بين الأفراد، وأن الأشخاص الأكثر تسامحاً مع ذواتهم، هم أكثر تقديراً لأنفسهم (McCullough, & Witvliet, 2001, 446; McCullough, 2000, 4).

كما أشارت نتائج بعض الدراسات، إلى أن الأشخاص الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من الهناء هم أكثر نجاحاً في مجالات الحياة المختلفة، حيث تكون لديهم القدرة على التفكير الإيجابي، والقدرات الإبداعية، وحل المشكلات والتعامل مع الضغوط الحياتية المختلفة، كما تكون لديهم قدرة على تكوين علاقات اجتماعية جيدة من خلال مساعدة الآخرين ومحبتهم، ويرون أن للحياة هدفاً ومعنى، وينظرون لذواتهم نظرة إيجابية من خلال تذكر الأحداث السعيدة (مايكل أرجايل، ١٩٨٦، ١٨٦). كما أن التسامح - ولاسيما التسامح مع الآخر - يعزز الهناء النفسي ويقويه (Krause, & Ellison, 2003)، وأكدت دراسة (Tse, Yip, 2009) أن هناك علاقة قوية بين التسامح والهناء النفسي، وتوصلت دراسة (سحر إبراهيم، ٢٠١٦) إلى أن التسامح مع الآخر يعد من المتغيرات المنبئة بالهناء النفسي وأبعاده الفرعية. وعلى الرغم من ارتباط التسامح بالهناء النفسي، فإن الاهتمام النظري والتجريبي مازال قليلاً حول دور التسامح في زيادة الهناء النفسي، مما دعا بعض الباحثين أمثال "بونو" (Bono, 2008)، إلى أن يدعو إلى أهمية إجراء دراسات مستقبلية، تستهدف الكشف عن العلاقة بين التسامح وأبعاده (مع الذات، ومع الآخر، ومع المواقف) والهناء النفسي وأبعاده (الإستقلالية، والسيطرة على البيئة، والنمو الشخصي، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والهدف في الحياة، وتقبل الذات)، كما لا توجد دراسة - في حدود علم الباحثين - تناولت التسامح أو الهناء النفسي من حيث العلاقة أو الفروق بينهما في ضوء متغيرات ديموجرافية لدى فئة الهيئة المعاونة بالجامعة مما دفع الباحثان لإجراء البحث الحالي.

ويمكن صياغة مشكلة البحث في التساؤلات التالية:

١. ما العلاقة الارتباطية بين التسامح وأبعاده والهناء النفسي وأبعاده لدى معاوني أعضاء هيئة التدريس بالجامعة؟.

٢. ما الفروق في التسامح وأبعاده لدى معاوني أعضاء هيئة التدريس بالجامعة، وفقاً لاختلاف متغيري: النوع (ذكر / أنثى)، ونوع الدراسة (عملي / نظري)، والتفاعل بين المتغيرين؟.

٣. ما الفروق في الهناء النفسي وأبعاده لدى معاوني أعضاء هيئة التدريس بالجامعة، وفقاً لاختلاف متغيري: النوع (ذكر / أنثى)، ونوع الدراسة (عملي / نظري)، والتفاعل بين المتغيرين؟.

هدف البحث:

هدف البحث الحالي إلى تعرّف علاقة التسامح بالهناء النفسي، بالإضافة إلى تعرّف الفروق في كل من التسامح، والهناء النفسي - كلاً على حدة - لدى معاوني أعضاء هيئة التدريس بالجامعة، وفقاً لاختلاف متغيري: النوع (ذكر / أنثى)، ونوع الدراسة (عملي / نظري)، والتفاعل بين المتغيرين.

الإطار النظري لمفاهيم البحث:

١- التسامح: Forgiveness

يذكر كل من (أشرف عبد الوهاب، ٢٠٠٥، ٧٠، ١٤٨؛ ميشيل ماكلو، وكينث بارجمنتن، وكارل ثورسين، ٢٠١٥، ٣٢-٤٠) أن مفهوم التسامح بدأ ذا طابع ديني، وسياسي من القرن السادس عشر وحتى القرن الثامن عشر، وتم تجاهل دراسته في الكثير من المجالات الأكاديمية وأهمها الدراسات الاجتماعية، ولعل هذا ما جعل من الصعب جمع بيانات عن التسامح في الفترات التاريخية الأولى، تتصف بالثبات القابل للملاحظة، كما اتصف القرن العشرين بأنه كان دموياً، وقد يكون من أكثر القرون اتساماً بعدم التسامح والانتقام في التاريخ الإنساني.. ونتيجة لذلك، لم يستحوذ مفهوم التسامح على اهتمام علماء النفس في الجذور التاريخية الأولى مقارنة باهتمامهم بموضوع التعصب الذي يمثل الطرف المقابل للتسامح.. ومع تطور المجتمعات وما طرأ عليها من عمليات تحديث، وما صاحبها من تغيرات على جميع المستويات، اتسع مجال التسامح ليشمل كافة أشكال الاختلافات الأخرى، واستثار العلماء نحو الدراسة العلمية المنظمة له في العصر الحالي، وظل كمبدأ

ملازمٍ لمفهوم المجتمع المدني الذي يصون حقوق أفرادهِ، ويؤمن بأن التقدم المجتمعي لا يكون إلا باختلاف أفرادهِ في أفكارهِ ومعتقداتهِ ومواهبهِ.

وقد عُرف مفهوم التسامح تعريفات مختلفة من كثير من الباحثين من تخصصات مختلفة فلسفية ودينية وسياسية وفكرية، وكل تعريف يتأثر بالتخصص الذي ينتمي إليه الباحث؛ فالتسامح يقصد به لغوياً كما ورد في "لسان العرب" أنه مشتق من (سمح). والسماح والمسامحة: هي الجود والعطاء عن كرم وسخاء، والمسامحة هي المساهلة، فالتسامح حق يتسع للمختلفين" (أبو الفضل ابن منظور، ١٩٧٩، ٢٠٨٨). أما التسامح من منظور نفسي فهناك من رأى أنه "اتجهاً ينطوي على مكون معرفي، ووجداني، وسلوكي نحو الذات، والآخر، والمواقف، متمثلاً في مجموعة من المعارف والمعتقدات والمبادئ والمشاعر والسلوكيات التي تجعل صاحبها متصالحاً مع ذاته، ومع الآخر، وتجعله متصفاً بالتسامح في مواقف الحياة المختلفة" (زينب شقير، ٢٠١٠، ٦)، وهناك من ذكر أنه "دافعاً لدى الفرد يتمثل في حدوث تغيرات اجتماعية إيجابية تجاه المسيء، وقد ينتج عن هذه التغيرات تغيرات معرفية وسلوكية كثيرة لكونها جزءاً من التسامح ذاته" (McCullough, 1997, 321, & Rachal, 1997), وعرفه البعض بأنه "قدرة مزاجية يراها الفرد في نفسه، تظهر ضمن السلوكيات الاجتماعية والإيجابية، بما يدفعه إليها من دوافع، وبترتب عليها من نتائج على ذاته، وعلاقاته بالآخرين، وفي المواقف التي تكون بالقرب منه في سياق التفاعل الاجتماعي" (شحاتة زيان، ٢٠٠٥، ٣٥). بينما رأى آخرون أن التسامح عملية معرفية تتمثل في الانصراف الذهني عن الأفكار والسلوكيات السلبية تجاه المسيء، بل حدوث تغيرات أكثر إيجابية تجاه من سبب الأذى (عبير أنور، ٢٠١٢، ٥-٦). أما التسامح بوصفه سمة شخصية فهو "فضيلة تتمثل في الميل إلى وضع حد للغضب من الأشخاص المخطئين الذين يستحقون اللوم، وذلك من خلال إدراكهم إدراكاً كريماً، ذلك الإدراك الذي تزودنا به المبررات المميزة للتسامح، فالشخص المتسامح هو الذي يميل إلى إدراك الظروف المؤدية للغضب، ولديه مهارات تحكم انفعالي تمكنه من تنظيم الغضب، ولديه اهتمام مستمر أن تكون علاقاته مع الآخرين علاقات كريمة ومتناغمة، وتحرير نفسه من خيرة كونه أسوأ إليه بها كخبرة شخصية، وهذا يجعل الميل للتسامح يرتبط بفضيلتي التواضع والامتثال" (Roberts, 1995, 290, 298-299). وكذلك يجعل من الممكن تصنيف الأفراد على متصل أحد طرفيه التسامح، والطرف الآخر اللاتسامح ومعظم الأفراد

وفقاً لهذا المعنى يقعون حول المتوسط، كما أن سمة التسامح ذاتها تتكون من أبعاد) (Mullet, Houdbine, Laumonier, & Girard, 1998, 289).

وبناء على ما سبق يمكن تعريف التسامح بأنه اتجاهاً، أو دافعاً، أو قدرة مزاجية أو معرفية، أو نزعة شخصية لدى الفرد ينطوي على الانصراف الذهني عن أذى المسيء، وحدث تغييرات ومشاعر إيجابية تجاهه بغض النظر عن إساءته أو سلوكه، كما يشتمل على مكونات، هي: تسامح الفرد مع ذاته، ومع الآخرين، ومع المواقف.

أبعاد التسامح: من خلال الاطلاع على التراث النظري السابق، اتفق عدد من الباحثين على أن مكونات (أبعاد) التسامح ثلاثة هي:

١- التسامح مع الذات: هو ميل الفرد إلى مسامحة ذاته على ما ارتكبه من أخطاء مع مرور الوقت، من خلال تجنب توجيه اللوم للذات أو الشعور بالذنب، واعترافه أمام ذاته بأنه قد ارتكب خطأً، وبالتالي يسهم ذلك في ارتفاع تقدير الفرد لذاته، ورضاه عن حياته، وشعوره بالهناء، بينما ارتبط اللاتسامح مع الذات بدرجات مرتفعة من العصابية، والاكتئاب، والقلق، والتقدير السلبي للذات (Ursúa & Echegoyen, 2015, 230- 231).

٢. التسامح مع الآخر: هو الميل إلى التغاضي الأخلاقي عن الإساءة الموجهة نحو الذات من قبل المسيء، مع استبدال مشاعر الغضب، والأفكار السلبية عنه بأخرى إيجابية على الرغم من وجود الخلاف بينهما، وقد أوضحت نتائج دراسات كثيرة، أهمها دراسة "لودين" ٢٠٠٨، و"بيري" ٢٠٠٥، أن أهم ما يسهم في عدم القدرة على التسامح مع الآخرين، أو مع الذات المستويات المتزايدة من التفكير الاجتراري، بينما تسهم سمة التعاطف في زيادة التسامح بوجه عام لدى الفرد (Onal & Yalcin, 2017, 98- 100).

٣- التسامح مع المواقف: هو الميل إلى التجاوز الشخصي عن الإساءة التي تحدث في المواقف الخارجة عن سيطرة أي شخص بمرور الوقت، مثل الحوادث، أو الكوارث الطبيعية كالزلازل والبراكين، أو الأمراض (Thompson, Snyder, Hoffman, Micheal,) (Rasmussen, Billings, & et al, 2005, 261)

أما عن أنواع التسامح، فتتسع دائرة تلك الأنواع لتشمل تصنيفات مختلفة له، إلى جانب التسامح النفسي المستخدم في البحث الحالي ومن أهم هذه التصنيفات ما يعرف **بالتسامح الفكري:** وهو أن يلتزم الجميع السماح لبعضهم البعض بممارسة التعبير عن أفكارهم لكونها حقاً خالصاً لهم، وليس تفضلاً عليهم من أحد، وأن يسود بينهم العدل

والاحترام والصدق والسلام والتعاون والأمانة (قديري حفني، ٢٠١٥، ٨). وأهم ما يميز التسامح الفكري الموضوعية في التفكير وهو ما يتصف به العلماء والباحثون والمفكرون، كما يعد التسامح الفكري أكثر أنواع التسامح التصاقاً بالعملية التعليمية؛ لذا يقع على عاتق كل معلم تربوي مسئولية تنمية قيم التسامح الفكري لدى طلابهم (رشدي طعيمة، ومحمد الشيخ، ٢٠٠٧، ٤٨). وهناك **التسامح السياسي**: الذي يقتضي ضمان الحريات السياسية فردية أو جماعية من نهج مبدأ المساواة والديمقراطية، في تقرير المصير، وطرح الأذى، وتكافؤ الفرص، وهو مقابل لمفهوم الاستبداد. وكذلك **التسامح الديني**: وهو الذي يقر بحرية التدين، وشرعيته للأخر من منهج ذاتي في الاعتقاد والتصور والممارسة وحرمة دين لا تقبل المس، وما اقتضاه الطبع الإنساني، وعمقته التنشئة الاجتماعية، وحتمته المنظومة الثقافية والقيمية من كون حرية المعتقد، أو الدين مكفولة للفرد ولغيره وفقاً لما فرضته الحكمة الإلهية بشكل موضوعي في قوله عز وجل (لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ ۗ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ ۗ فَمَنْ يَكْفُرْ بِالطَّاغُوتِ وَيُؤْمِن بِاللَّهِ فَقَدِ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَىٰ لَا انْفِصَامَ لَهَا ۗ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ) (القرآن الكريم: سورة البقرة، الآية ٢٥٦). أما **التسامح الأخلاقي**: هو قيمة إنسانية تحكم السلوك الأخلاقي للإنسان، وآلية لضبط هذا السلوك، ونهج لثبات التسامح وتمكنه في العقل والقلب والسلوك، وفقاً لمفاهيم العفو والرفق والألفة والمودة في مقابل تجنب مفاهيم الشدة والعنف والجدل والصراع (أصيل كامل، ٢٠١٠، ٢٤، ٢٦، ٩٦).

وهناك أيضاً ما يعرف **بالتسامح الاجتماعي**: وهو تحمل الفرد وتقبله لاختلاف قيمه وعاداته وثقافته عن الآخرين، من خلال الاعتراف بطبيعتهم الإنسانية، وبأن لهم كافة الحقوق الأساسية؛ من أجل الحفاظ على الجماعة أو الجماعات التي ينتمي إليها، أو لزيادة تماسكها وتجانس أفرادها، مع إدراك أن التسامح في هذه الحالة لا يعني الظلم الاجتماعي أو الاستسلام (أشرف عبد الوهاب، ٢٠٠٥، ٧٤-٧٥).

هذا بالإضافة إلى تصنيف التسامح إلى ١- **التسامح العقلي**: وهو عملية معرفية يتم بمقتضاها استبدال الأفكار السلبية تجاه المسيء بأخرى إيجابية. ٢- **التسامح الوجداني**: وهو انخفاض الانفعالات السلبية تجاه المسيء واستبدالها بأخرى إيجابية (ميشيل ماكلو، وكينث بارجمنتن، وكارل ثورسين، ٢٠١٥، ١٣).

ومن تصنيفات التسامح كذلك ما يعرف بـ ١- **التسامح الحقيقي**: وهو يتضمن المكون المعرفي والوجداني حيث يحدث تغيراً حقيقياً في أفكار الفرد ومشاعره تجاه المسيء له، ٢-

التسامح الزائف: وهو الذي يتم التعبير عنه سلوكياً فقط من قبل المُساء إليه كنوع من المجارة، دون أن يتضمن المكون المعرفي، والوجداني (Tenenboim, 2009, 5).

وهناك من صنفه أيضاً إلى ١- **التسامح الأحادي:** وهو أن يميل الفرد إلى تسامح من أساء إليه، بغض النظر إذا كان المسيء يشاركه هذه العملية أم لا. ٢- **التسامح المتبادل:** وهو مجموعة من السلوكيات الأخلاقية التي يقوم بها كل من المسيء، والمُساء إليه، وبذلك يتمكنان معاً من استعادة علاقتهما (Barbee, 2008, 3).

وهناك الكثير من النظريات والنماذج المفسرة للتسامح من وجهات نظر نفسية، ومعرفية، واجتماعية، وفسولوجية، وأخلاقية، وشخصية، ولعل من أبرزها: **النماذج النفسية لعملية التسامح لـ"ماكلو، و رثينجتون"** اللذان يريا أن النماذج النفسية للتسامح تقسمه إلى أربع خطوات هي: ١- إدراك الأذى الموجه نحو الذات من قبل المسيء، ٢- النشاط المعرفي والوجداني المعتمد على إدراك الأذى وربطه بالعالم الخارجي، ٣- التعهد بالتسامح من خلال إدراك عواقب الإساءة، ٤- الفعل السلوكي المعتمد على حدوث تغيرات إيجابية تجاه المسيء (McCullough & Worthington, 1994, 2-14).

كما قام "إينريت" (Enright, 1996, 108) بإجراء أول دراسة تجريبية له في ارتقاء **التسامح**؛ حيث استخدم إجراء مقتبساً من نظرية "كولبيرج" ١٩٧٦، التي ظهرت قبله في ارتقاء الاستدلال الأخلاقي، وقسم "إينريت" التسامح إلى أربع مراحل هي: ١- مرحلة الكشف التي يدرك فيها المساء إليه الأذى ويسعى لإيجاد مبررات ذلك، ٢- مرحلة القرار التي يقرر فيها المساء إليه التسامح ويقوم بتغيرات إيجابية تجاه المسيء، ٣- مرحلة العمل ويتم فيها قبول الألم وتحمله وإبداء التعاطف للمسيء، ٤- مرحلة النتيجة التي يدرك فيها المساء إليه أنه بحاجة إلى الاندماج مع الآخرين لأنه لا يستطيع العيش بمفرده، ويتم أيضاً التحرر الداخلي من خلال ارتفاع مشاعر الوجدان الموجب، وانخفاض مشاعر الوجدان السالب. كما أن الفرد يمكن أن يقابل هذه المراحل في كل مستوى عمري، ولذا يتسم التسامح بخاصية ارتقائية تزداد مع تقدم العمر، فالراشدون من المحتمل أن يتسامحوا أكثر من المراهقين، والمسنون يمكن أن يتسامحوا أكثر من الراشدين (إيتين جيرارد، ٢٠١٥، ٢٦٨).

ويعد نموذج "ورثينجتون" الهرمي للتسامح مع الآخر (REACH) أحد الطرق الفعالة للسير في عملية التسامح، ويطلق عليه النموذج الهرمي للوصول إلى التسامح ويتكون من خمس خطوات هي: ١- تذكر أو استدعاء الأذى من خلال اعتراف المساء إليه بالأذى

الموجه نحو ذاته، ٢- التعاطف مع المسيء، ٣- تقديم التسامح للمسيء كهدية من خلال إداك المساء إليه فوائد التسامح، ٤- الالتزام بالمسامحة أمام الآخرين بهدف استمرار تذكر المساء إليه هذه الخطوة لكونها عهدًا عليه، ٥- التمسك بالتسامح من خلال الالتزام بقرار التسامح مهما تذكر مشاعر الغضب وهذه الخطوة تمثل هرم عملية التسامح (Worthington, 1998, 113- 128).

وللنظام الفسيولوجي دور فعال في حدوث عملية التسامح، حيث يؤكد النموذج العصبي النفسي المتكامل للتسامح أن التسامح لا يحدث إلا إذا دخل الإيذاء الموجه نحو الذات إلى المخ عن طريق الأجهزة الحسية الحركية المختلفة، وعندما يدخل تتم مقارنته بالخبرات السابقة الخاصة بالذات وعلاقتها بالعالم الخارجي في قرن آمون، فإن كان هناك عدم انسجام بينهما، فإن الأذى الذي تعرضت له الذات يسهم في تنشيط الجهاز العصبي السمبثاوي، وهنا يشعر الفرد بمشاعر سلبية كالقلق وعدم الارتياح نتيجة لحدوث تغيرات فسيولوجية كارتفاع ضغط الدم وزيادة ضربات القلب، ولا سيما إذا تكرر هذا الأذى أكثر من مرة دون أن تتخلله فترات يحدث فيها انسجام، مما يسهم في حدوث آثار سلبية للجهاز العصبي والدوري والمناعي، وبالتالي لا يتسامح الفرد إلا من خلال التوصل لحل، وذلك من خلال المعالجة المعرفية والوجدانية للأذى، التي تتم داخل الفصوص الصدغية والجبهية والجدارية في القشرة المخية، مع حدوث نشاط متزامن في الشقين الأيمن والأيسر للمخ، وبالتالي تحدث تغيرات في النواحي العصبية تولد ذاتًا متصالحة في علاقتها بالعالم الخارجي، وهذا بدوره يؤدي إلى حدوث نشاط إضافي في الجهاز الطرفي يسهم في توجيه السلوكيات والمشاعر الإيجابية للمسيء، وهذه المشاعر تكون مفيدة للمساء إليه أيضًا، فتسهم في خفض نشاط الجهاز العصبي السمبثاوي، وبالتالي تخفيض التأثير السلبي للأذى (أندرو نيوبيرج، وأوجين داكولي، وستفين نيوبيرج، وفيرشكا دي مارسى، ٢٠١٥، ٢٠١-٢٢٠).

هذا بالإضافة إلى نماذج التنشئة الاجتماعية ودورها في غرس سمة التسامح في نفس الفرد، حيث يكاد يؤكد كافة علماء النفس أن العادات والتقاليد والقيم واتجاهات الرأي العام وما إلى ذلك، أقرب إلى أن تكون أمورًا يكتسبها المرء من بيئته الاجتماعية، بمعنى أن المجتمع يقوم بعملية تعليم أفرادها، فيعلمهم ما يود غرسه فيهم من عادات وتقاليد وقيم واتجاهات وما إلى ذلك" (قذري حفني، ٢٠٠٢، ٩٣).

تعقيب عام على التسامح:

يعالج الباحثان - في البحث الحالي - التسامح على أنه سمة من سمات الشخصية، ويأتي ذلك اتساقاً مع معالجة "تومبسون، وسنايدر" Thompson & Snyder, 2005 اللذان أعدا مقياساً لقياس التسامح كسمة من سمات الشخصية، وهو مقياس "هارتلاند" للتسامح، الذي قامت "هاجر يوسف" (٢٠٢٠)، بترجمته واستخدامه في البحث الحالي. والذي يتكون من ثلاثة مقاييس فرعية، هي: التسامح مع الذات، والتسامح مع الآخر، والتسامح مع المواقف، إضافة إلى الدرجة الكلية للتسامح من خلال جمع درجات المقاييس الفرعية الثلاثة. كما يتبنى الباحثان في البحث الحالي التعريف الإجرائي لمفهوم "التسامح"، على أساس أنه سمة شخصية؛ ويقصد به "أداء الفرد على فقرات مقياس هارتلاند للتسامح (إعداد "تومبسون، وسنايدر" Thompson & Snyder, 2005)، بأبعاد الثلاثة وهي: التسامح (مع الذات، ومع الآخر، ومع المواقف)، حيث تشير الدرجة المرتفعة على المقياس، إلى ارتفاع سمة التسامح لدى الفرد، بينما تشير الدرجة المنخفضة على المقياس، إلى انخفاض سمة التسامح لديه.

٢- الهناء النفسي: Psychological well-being

إن التوجه الجديد في علم النفس يؤكد دراسة علم النفس الإيجابي الذي يهتم بجوانب القوة في شخصية الفرد، كمواجهة الضغوط، ومهاراته الاجتماعية، وكذلك الاهتمام بدراسة متغيرات إيجابية كثيرة كالسعادة، والرضا، والهناء، والتسامح، والإيثار، والفضيلة، وغيرها من المتغيرات التي تؤثر في صحته النفسية، وذلك بدلاً من التوجه القديم الذي يركز على دراسة الأمراض والاضطرابات النفسية؛ مما جعل الدراسات النفسية في ذلك الحين تقتصر إلى دراسة السمات الإيجابية للإنسان التي تجعل الحياة تستحق العيش فيها... ويعد مفهوم الهناء بصفة عامة أحد المفاهيم الرئيسية في مجالات علم النفس الإيجابي، حيث يُصنف ضمن بحوثه التي تهتم بدراسة ما يعرف بالحياة السارة أو الطيبة، وتعطي أهمية لدراسة الخبرات الإيجابية والسلبية التي يمر بها الفرد، وقدراته، ومدى رضاه عن حياته، وكيفية تحقيق نموه، وتعامله مع الآخرين، للوصول به إلى أعلى درجات الهناء (شيماء باشا، ورشا عبد الستار، ٢٠١٥، ٢، ١٦).

وتشير كلمة الهناء Well-being إلى الخير، والسعادة، والرفاهية، والصحة، والرخاء، وكل ما هو متوافق مع ذات الشخص (رمزي البعلبكي، ٢٠٠٨، ١٣٤١)، ويفضل "أحمد

عبد الخالق" استخدام مفهوم الحياة الطيبة للإشارة إلى الكلمة الإنجليزية Well-being، ويذكر أن طيب الحياة، هي "الجانب الإيجابي للصحة النفسية Mental health، وتعني الشعور بأن كل شيء على ما يرام من النواحي النفسية والجسمية والاجتماعية وهي ليست نوعية الحياة "Quality of life" (أحمد عبد الخالق، ٢٠١٠، ٥٠٤ - ٥٠٥). ويعود الفضل إلى "رايف" (Ryff, 1989, 1071) في تحديد تعريف الهناء النفسي من خلال تحديد ستة أبعاد باعتبارها تمثل بنية الهناء النفسي وهي: الاستقلالية، والسيطرة على البيئة، والنمو الشخصي، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والهدف في الحياة، وتقبل الذات). ويعرف كل من "فازيكوس، وهيرفيس، وراهونا، وجوميز" (Vazquez, Hervas, Rahona, & Gomez., 2009, 18) الهناء النفسي بأنه "تحقيق نفسي متكامل، يطور الأفراد من خلاله إمكاناتهم الكاملة، ويركز على محتوى حياة الفرد والعمليات المتضمنة فيها". ويمكن تعريف الهناء النفسي من خلال معرفه العوامل التي تحدد ظهوره لدى الفرد، منها: تحقيق التوازن في الحالة الوجدانية العامة، والتقييمات المعرفية للحياة بشكل عام بمبتهجاتها ومنغصاتها، ونوعية الحياة التي يحياها الفرد، والعلاقات الاجتماعية، وسمات الشخصية (Mohammed, Unher, & Sugawara, 2010, 69). والهناء النفسي عبارة عن نموذج متعدد الأبعاد، تتشكل فيه الرفاهية النفسية من خلال دمج نظريات الشخصية المختلفة، ونظريات التنمية في علم النفس لتحقيق تنمية صحة الفرد النفسية، ويتكون هذا النموذج من: (١) الاستقلالية: وهي تقوية الموارد الداخلية واتخاذ القرارات وتشكيل الحياة وفقاً لمعايير الفرد، و(٢) السيطرة على البيئة: وتعني قدرة الفرد على إدارة البيئة، وتنظيمها، والتكيف معها، ومواجهة تحدياتها، و(٣) النمو الشخصي: وهو قدرة الفرد على رؤية قدراته الخاصة وتنمية مواهبه، و(٤) العلاقات الإيجابية مع الآخرين: وتتمثل في تطوير علاقات صادقة، والثقة بالآخرين، والمساهمة في مساعدة الناس، و(٥) الهدف في الحياة: وتمثل الحياة الهادفة فرض معنى للحياة، وخلق الأهداف، والمثابرة لتحقيقها، و(٦) تقبل الذات: حيث يعبر قبول الذات عن قبول المرء لنفسه بجوانبه الإيجابية والسلبية (Cansoy, Parlar, & Turkoglu, 2020, 43). وبناء على ما سبق يمكن تعريف الهناء النفسي بأنه "تحقيق نفسي متكامل بحيث يتضمن معظم مجالات الحياة التي تكفل للفرد الوصول إلى الهناء من خلال أبعاده الستة (الاستقلالية، والسيطرة على البيئة، والنمو الشخصي، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين،

والهدف في الحياة، وتقبل الذات)، كما يتطلب حدوث توازن بين قدرات الفرد والتحديات التي تواجهه باعتباره شرطاً أساسياً لصحة الفرد النفسية والعقلية والجسدية".

وقد تبنت الباحثة - في البحث الحالي - التعريف الإجرائي لمفهوم "الهناء النفسي" ويقصد به أداء الفرد على مقياس الهناء النفسي من إعداد رايف "Ryff, 1989، ترجمة وتقتين "هبة إسماعيل" ٢٠٢٠، إعداد الصورة المختصرة (هاجر يوسف، ٢٠٢٠)، والذي يتحدد من خلال الدرجة الكلية للفرد على المقياس، وكذلك درجته على كل بعد من أبعاد المقياس الستة، وهي: (الاستقلالية، والسيطرة على البيئة، والنمو الشخصي، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والهدف في الحياة، وتقبل الذات)، وتشير الدرجة المرتفعة على كل من الأبعاد والدرجة الكلية إلى ارتفاع شعور الفرد بالهناء النفسي، بينما تشير الدرجة المنخفضة على كل من الأبعاد والدرجة الكلية إلى انخفاض شعوره بالهناء النفسي. ومن خلال الاطلاع على التراث النظري للهناء اتضح أن هناك عدد من الاتجاهات المفسرة له وهي:

- ١- **الاتجاه المعرفي الوجداني (منظور المتعة Hedonic trend):** ويمثل هذا الاتجاه (الهناء الذاتي)، حيث يعد "داينر" ١٩٨٤، أول من استخدم مفهوم الهناء الشخصي (الذاتي)، وله ثلاثة مكونات هي: (الوجدان الموجب، والوجدان السالب، والرضا عن الحياة).
- ٢- **الاتجاه النفسي المتكامل (منظور السعادة Integrated trend):** ويمثل هذا الاتجاه (الهناء النفسي)، - موضع اهتمام البحث الحالي- حيث تعد "رايف" Ryff, 1989, (1071)، أول من استخدم مفهوم الهناء النفسي، وأشارت إلى أنه يتكون من ستة أبعاد، هي: (١) **الاستقلالية Autonomy:** وهي قدرة الفرد على اتخاذ قراراته بنفسه وفقاً لمعايير الشخصية، والتحرر من المخاوف الاجتماعية؛ حيث يشعر الفرد بالتفرد واستقلالية قراراته في القواعد التي تحكم الحياة اليومية. (٢) **السيطرة على البيئة (التمكن البيئي) Environmental mastery:** وهو قدرة الفرد على التحكم في مجموعة معقدة من المواقف البيئية، والأنشطة الخارجية، والاستغلال الأمثل للفرص، وأن يستطيع إيجاد بيئة مناسبة لاحتياجاته الشخصية، وهذا عنصر رئيس في الأداء النفسي الاجتماعي. (٣) **النمو الشخصي Personal growth:** وهو قدرة الفرد على الانفتاح على التجارب الجديدة، وتطوير قدراته لمواجهة تحديات الحياة المختلفة، واتسامه بالمرونة، وتنمية نقاط ضعفه. (٤) **العلاقات الإيجابية مع الآخرين Positive relations with others:** وهو أن يتصف

الفرد بالتعاطف، والثقة، والمودة، والاندماج مع الآخرين كمعيار لنضجه، وأن يستطيع تكوين صداقات حقيقية، بالإضافة إلى اتسامه بالمرونة في فهم العلاقات الإنسانية المتبادلة. (٥) **الهدف في الحياة Purpose in life**: وهو أن يدرك الفرد معنى حياته، ويسعى إلى تحقيق أهدافه وغاياته في الحياة؛ فيشعر بقيمة الماضي والحاضر ويخطط للمستقبل، وذلك يسهم في تنمية صحته النفسية. (٦) **تقبل الذات Self- acceptance**: وهو إدراك الفرد لسمات شخصيته، وتقبل جوانب القوة والضعف فيها، وأدائه الأمل لوظائفه التي تؤدي إلى تحقيق ذاته، وأن تكون اتجاهاته إيجابية تجاه ذاته ولاسيما في الماضي كشرط لصحته النفسية (هبة إسماعيل، ٢٠٢٠، ٨٨ - ٨٩).

٣- **الاتجاه الوجودي Ontological trend**: وهو يمثل ما يعرف بـ (الهناء الوجودي)، حيث أشار إليه "ساك" ٢٠٠٨، ويركز على المنظور الكلي للهناء من خلال تقييم الفرد لأنشطته الوجدانية والمعرفية تجاه خبرات الحياة وعبر الزمن (في الماضي، والحاضر، والمستقبل)، إلا أن هذا الاتجاه يعد أقرب إلى اتجاه المتعة الذي أصل له "داينر" في مفهومه للهناء الذاتي (النابعة محمد، ٢٠١٦، ١٨٤).

٤- **الاتجاه الاجتماعي Social trend**: وهو يمثل ما يعرف بـ (الهناء الاجتماعي)، حيث قام "كيس" ١٩٩٨، بمراجعة النظريات الكلاسيكية في مجال علم الاجتماع، وعلم النفس الاجتماعي، وتوصل إلى هذا المفهوم بحيث يتضمن خمسة أبعاد وهي: الاندماج، والقبول، والمشاركة، والتماسك، والتوكيد والإدراك الاجتماعي (فادية علوان، وفاطمة نوفل، وهدي عبد الفتاح، ومنى إبراهيم، ٢٠١٨، ٤٧٤ - ٤٧٥). ويشير "النابعة محمد" (٢٠٠٩، ١١) إلى أن الهناء الاجتماعي، يعكس النجاح في العلاقات الاجتماعية، وأن يكون الفرد لديه أساس قيمي في اختياراته واهتماماته، ولديه رغبة في التواصل مع الآخرين، والألفة بوجودهم، والتعامل بكفاءة مع التحديات الصعبة.

أما من حيث النظريات المفسرة للهناء، فأكد "داينر، ولوكس" ١٩٩٩ أهمية نماذج التنشئة الاجتماعية الوجدانية، ونماذج الهدف في تفسير الفروق الفردية بين الأفراد في الهناء (Diener, Oishi, & Lucas 2003, 409) وبناء على ذلك، يؤكد أتباع الاتجاه الإنساني في علم النفس خصوصية الإنسان بين الكائنات الحية ببعض الخصائص، مثل: الإرادة والحرية والمسؤولية والابتكار والقيم؛ فيرون أن التحدي الرئيس أمامه هو أن يحقق وجوده وذاته وسعادته كإنسان، وذلك من خلال السعي إلى تحقيق هدفه النهائي في الحياة، وهو

إيجاد معنى لوجوده "شعوره بالهناء" (علاء الدين كفاي، ١٩٩٠، ٣٥٠). كما أن أساليب التنشئة الاجتماعية السوية، والعلاقات الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين، والمهارات الاجتماعية المختلفة لدى الفرد، تسهم في ارتفاع مستوى هنائه، كما اتضح أن للظروف الاقتصادية تأثير ضئيلاً على الهناء، ويعود هذا التأثير نتيجة لعقد المقارنات مع الآخرين، أو مع ما كان عليه الفرد في الماضي (مايكل أرجايل، ١٩٨٦، ٢٧٧).

كما اقترح كل من "بريسمان، وكوهين" ٢٠٠٥، نموذج الجهاز العصبي اللاإرادي: **The**

autonomic nervous system model (ANS) الذي ينقسم إلى نموذجين فرعيين يمكن أن يكون لهما تأثير مباشر على النظام الفسيولوجي، وبالتالي على مستوى الهناء، والصحة النفسية هما: (١) التأثير المباشر للخبرات الإيجابية: حيث تعمل الممارسات الصحية الجيدة كالنوم والتمارين الرياضية، واتباع نظام غذائي، صحي على التأثير الإيجابي على الجهاز العصبي اللاإرادي؛ فنقل من معدل ضربات القلب وضغط الدم، كما تؤثر في افرازات الهرمونات المختلفة للغدد الكظرية والنخامية، والتقليل من الأمراض الالتهابية، وتعديل وظيفة المناعة، مما يسهم بدوره في القدرة على تكوين ترابط اجتماعي مع الآخرين فيؤدي ذلك إلى صحة نفسية أفضل؛ حيث إن المنبهات الممتعة مختلفة التأثيرات النفسية والبيولوجية تزيد من نشاط القشرة الأمامية اليسرى في المخ، التي لها القدرة على التمييز بين المنبهات العاطفية المختلفة، وهذا يؤدي بدوره إلى ارتفاع هرمون السيروتونين الذي يحسن المزاج، (٢) تأثير الضغط على النظام الفسيولوجي: وهنا تعمل الخبرات الإيجابية الماضية (كمخزن مؤقت) على الحد من آثار الإجهاد الناتجة عن التعرض لمستويات مختلفة من الضغوط النفسية؛ فالأفراد الذين لديهم خبرات إيجابية سابقة أكثر من الخبرات السلبية وليست لديهم صراعات اجتماعية، ويتسمون بالثبات الانفعالي، إذا ما تعرضوا للضغوط والإجهاد، سيكون تأثيرهم بها أقل؛ لأنهم يستخدمون إستراتيجيات أكثر فعالية للتكيف مع الموقف الضاغط، وهذا يجعل لديهم قدرة على التعامل مع المشكلات بشكل أفضل، كما أن استجاباتهم الفسيولوجية للضغط تعود إلى طبيعتها بشكل أسرع بعد حدث مرهق (Vazquez, Hervas, Rahona, & Gomez, 2009, 20- 21).

وأشار كل من "داينر، وأوشي، ولوكس" (Diener, Oishi, & Lucas 2003, 408) إلى أن مستوى هناء الأفراد يتم تحديده من خلال شخصيتهم، فمن المحتمل أن تواجه بعض الشخصيات أنواعاً معينة من الأحداث الإيجابية، فعلى سبيل المثال: الانبساطيون قد

يكونون أكثر عرضة من الانطوائيين للزواج، أو الحصول على وظيفة رفيعة المستوى، وبالتالي تؤثر هذه الأحداث على متوسط مستوى هناء الفرد، بحيث يمكن تحريك الفرد أعلى أو أسفل هذا المستوى الأساسي من الهناء، ولكن في النهاية سيعود إلى خط الأساس مع تطبيع الأحداث، أي أن الأفراد يميلون إلى العودة إلى خط الأساس للهناء حتى بعد أحداث الحياة الكبرى. وفي هذا البحث، يتبنى الباحثان، منظور "الاتجاه النفسي المتكامل"، كإطار مفسر للهناء النفسي.

دراسات سابقة:

عند البحث في الدراسات السابقة الخاصة بمفهومي (التسامح، والهناء النفسي) يمكن ملاحظة اهتمام الكثير من الباحثين بدراسة كل منها على حدة في ضوء العلاقة بمتغيرات نفسية، واجتماعية، وشخصية، وديموجرافية، ومعرفية كثيرة، لاسيما المتغيرات الخاصة بعلم النفس الإيجابي، وذلك على فئات متنوعة في المجتمع خاصة الدراسات التي بحثت عيناتها طلاب الجامعات، وطلاب الدراسات العليا، ممن يمثلون بداية مرحلة الرشد، وهو ما تم التركيز عليه في البحث الحالي. فمن الدراسات التي بحثت مفهوم التسامح دراسة كل من (بشرى أرنوط، وفينيك فؤاد، ٢٠١٢) التي هدفت إلى معرفة علاقة التسامح بالسعادة النفسية على عينة من طلاب الجامعة قوامها (٣٨٠) طالبًا من الجنسين، مع استخدام مقياس هارتلاند للتسامح، من إعداد "ثومبسون، وسنايدر"، ٢٠٠٥، وقائمة إكسفورد للسعادة، وأكدت نتائجها مدى ارتباط التسامح بالسعادة النفسية، بل وإمكانية التنبؤ بالسعادة من خلال الدرجة الكلية للتسامح والتسامح مع الذات، والتسامح مع الآخر.

ولنفس الهدف، على عينة من طلاب الجامعة قوامها (٢٦٩) طالبًا من الجنسين، مع استخدام مقياس التسامح إعداد "زينب شقير"، وقائمة إكسفورد للسعادة، أكدت نتائج دراسة (هاني محمد، ٢٠١٤) علاقة التسامح بالسعادة النفسية، والامتنان، وإمكانية التنبؤ بالسعادة من خلال التسامح أيضًا.

كما هدفت دراسة "مروز، وكاليتا" (Mroz, & Kaleta, 2017) إلى معرفة علاقة التوجه الإيجابي، والأمل بالتسامح على عينة من الموظفين وطلاب الجامعة قوامها (١٣٩) فردًا من الجنسين، مع استخدام مقياس هارتلاند للتسامح، ومقياس التسامح العرضي (TRIM)، وأكدت نتائجها مدى ارتباط التوجه الإيجابي، والأمل إيجابيًا بالتسامح.

كما ارتبط التسامح إيجابياً في دراسات أخرى بمتغيرات علم النفس الإيجابي، منها ارتباط التسامح بالتفاؤل، ونوعية الحياة في دراسة (عبير أنور، وفاتن عبد الصادق، ٢٠١٠)، وارتباطه بالأمن النفسي في دراسة (زينب شقير، ٢٠١٢)، وبالرضا عن الحياة، والتعاطف، وتقدير الذات، في دراسة (آمال دسوقي، ٢٠١٥)، وبمعامل الشخصية النفتح للخبرة، والإتقان، والقبول، والانبساط) في دراسة كل من (شحاتة زيان، ٢٠٠٥؛ ونورة البقمي، ٢٠١٧).

وأكدت دراسات أخرى في أهدافها ونتائجها أهمية التسامح وفوائده وكيفية تعزيزه لاسيما لدى طلاب الجامعة، ومنها الدراسات (يحيى النجار، وعطاف أبو غالي، ٢٠١٧؛ وطه الشمري، ٢٠١٨؛ وحلمي أبو الفتوح، ٢٠١٨).

أما من حيث الدراسات التي بحثت مفهوم الهناء النفسي، فقد أكدت نتائجها ارتباطه بالكثير من متغيرات علم النفس الإيجابي أيضاً، لاسيما المتغيرات المعرفية، والشخصية منها، حيث هدفت دراسة (النابعة محمد، ٢٠١٥) إلى بحث علاقة كل من أساليب الهوية ووظائفها بالهناء النفسي، وذلك على عينة من طلاب الجامعة قوامها (٥٨٠) طالباً من الجنسين، مع استخدام مقياس الهناء النفسي إعداد "رايف"، وأكدت نتائجها ارتباط الهناء النفسي بأساليب ووظائف الهوية.

كما هدفت دراسة (فتون خرنوب، ٢٠١٦) إلى معرفة علاقة الهناء النفسي بكل من الذكاء الانفعالي، والتفاؤل، وذلك على عينة من طلاب الجامعة قوامها (١٤٧) طالباً من الجنسين، مع استخدام مقياس الهناء النفسي إعداد "رايف" ١٩٨٩، وأكدت نتائجها مدى ارتباط الذكاء الانفعالي، والتفاؤل إيجابياً بالهناء النفسي، مع إمكانية التنبؤ بالهناء النفسي من خلالهما.

وهدف دراسة "سوانسون" (Swanson, 2017) إلى معرفة مدى تأثير كل من معنى الحياة، والروحانية، والارتباط بالطبيعة على الهناء النفسي، وذلك على عينة من عامة السكان المتعلمين الذين تزيد أعمارهم عن (١٨) سنة، وتم استخدام مقياس الهناء النفسي إعداد "رايف"، وأكدت نتائجها أن المعنى في الحياة أفضل مؤثر للهناء النفسي.

كما اهتمت دراسات أخرى بمعرفة الفروق الدالة بين الجنسين (ذكور/ إناث) في الهناء النفسي، مثل دراسة "محمد، وأنهر، وسجوارى" (Mohammed, Unher, & Sugewara, 2010؛ وفاطمة علي، ٢٠١٧)،

إلا أنه عند البحث عن الدراسات التي تناولت علاقة التسامح بالهناء النفسي، كانت هناك ندرة في بحث تلك العلاقة من قبل الباحثين مما دفع الباحثان لبحث تلك العلاقة في البحث الحالي، فبالإضافة إلى ما سبق ذكره من دراسات توضح هذه العلاقة في مشكلة البحث وهي دراسة (Tse, Yip, 2009) التي تؤكد علاقة التسامح بالهناء النفسي، ودراسة (سحر إبراهيم، ٢٠١٦) التي تشير نتائجها أن التسامح مع الآخر يعد من المتغيرات المنبئة بالهناء النفسي وأبعاده الفرعية، هدفت دراسة "سكيل" (Scull, 2009) إلى بحث علاقة التسامح، والاكنتاب، والرغبة في الانتقام، بالهناء النفسي، وذلك على عينة من الكويتيين المسلمين الناجين من الغزو العراقي بعض تعرضهم لانتهاك أثناء الحرب قوامها (٢٢٠) فرداً من الجنسين، بمتوسط عمري (٣٥) سنة، مع استخدام مقياس التسامح (EFI)، ومقياس الهناء النفسي (PSWB)، ومن نتائجها ارتباط التسامح إيجابياً بالهناء النفسي.

كما هدفت دراسة كل من "ويلاندر، وميغاواتي" (Wulandari, & Megawati, 2019) إلى معرفة كيفية تأثير التسامح على الصحة النفسية، والهناء النفسي للمراهقين، وذلك من خلال المراجعة الأدبية للمجلات البحثية المنشورة بين عامي ٢٠١٣ و ٢٠١٨ في مواقع الإنترنت المختلفة، ممن تراوحت أعمارهم ما بين (١٢ - ٢٢) سنة، كمعايير لهذه الدراسة، وأشارت النتائج إلى: أن التسامح يمكن أن يكون عاملاً من عوامل الهناء النفسي، كما يمكن أن يكون له بعض التأثير الإيجابي على السعادة والهناء الذاتي، والروحانية، بما في ذلك الشباب ضحايا التنمر، كما أن المراهقين والشباب لديهم درجة مرتفعة من التسامح قد تسهم في ارتفاع الازدهار النفسي لديهم.

فروض البحث:

الفرض الأول: توجد علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين التسامح والهناء النفسي لدى الهيئة المعاونة لأعضاء هيئة التدريس بالجامعة.

الفرض الثاني: يختلف التسامح اختلافاً دالاً إحصائياً لدى الهيئة المعاونة لأعضاء هيئة التدريس بالجامعة باختلاف متغيري: النوع (ذكر / أنثى)، ونوع الدراسة (عملي / نظري)، والتفاعل بين المتغيرين.

الفرض الثالث: يختلف الهناء النفسي لدى الهيئة المعاونة لأعضاء هيئة التدريس بالجامعة باختلاف متغيري: النوع (ذكر / أنثى)، ونوع الدراسة (عملي / نظري)، والتفاعل بين المتغيرين.

منهجية البحث:

١- منهج البحث:

استخدم في هذا البحث، المنهج الوصفي بالطريقتين (الارتباطية، والمقارنة)، بهدف بحث علاقة التسامح بالهناء النفسي، بالإضافة إلى تعرّف الفروق في كل من التسامح، والهناء النفسي - كلاً على حدة - لدى الهيئة المعاونة لأعضاء هيئة التدريس بالجامعة، وفقاً لاختلاف متغيري: النوع (ذكر / أنثى)، ونوع الدراسة (عملي / نظري)، والتفاعل بين المتغيرين.

٢- عينة البحث:

أ- عينة التحقق من الشروط السيكومترية لأدوات البحث:

اختيرت عينة التحقق من الشروط السيكومترية لأدوات البحث بالطريقة القصدية من الهيئة المعاونة لأعضاء هيئة التدريس بجامعة أسيوط، بنفس مواصفات العينة الأساسية، من المعيدين والمدرسين المساعدين، ومن ست كليات عملية ونظرية بجامعة أسيوط، وبلغ عدد العينة (١٠٠) من الهيئة المعاونة بالجامعة، من ست كليات، ومن النوعين (٤٨ ذكور / ٥٢ إناث)، وتراوح أعمارهم ما بين (٢٢ - ٤٠) سنة، بمتوسط قدره (٢٧,٨٢) سنة، وانحراف معياري قدره $(٣,٠٠ \pm)$ ، وتنقسم هذه العينة وفقاً لمتغير نوع الدراسة إلى (٥٠ من الكليات العملية، و ٥٠ من الكليات النظرية)، وتنقسم وفقاً لمتغير الدرجة العلمية إلى (٤٩ من المعيدين، و ٥١ من المدرسين المساعدين).

ب- العينة الأساسية:

تكونت العينة الكلية للدراسة من (٣١٠) من الهيئة المعاونة بالجامعة في ست كليات عملية ونظرية بجامعة أسيوط؛ بواقع (١٥٢) من ثلاث كليات عملية هي: (الطب البيطري، والطب البشري، والصيدلة)، و(١٥٨) من ثلاث كليات نظرية هي: (التجارة، والآداب، والحقوق). والجدول (١) يوضح مواصفات عينة البحث الكلية (ن = ٣١٠)، وفقاً لمتغيرات: النوع، واسم الكلية، ونوع الدراسة، والدرجة العلمية، كما يوضح الجدول (٢) مواصفات عينة البحث الكلية على متغير السن.

جدول (١) مواصفات عينة البحث وفقاً لمتغيرات: النوع، وإسم الكلية، ونوع الدراسة، والدرجة العلمية (ن = ٣١٠)

إجمالي		إناث		ذكور		المتغيرات	
%	عدد	%	عدد	%	عدد		
١٠٠	٣١	٥٤,٨	١٧	٤٥,٢	١٤	١. الطب البيطري	١. إسم الكلية
١٠٠	٦٣	٧٩,٤	٥٠	٢٠,٦	١٣	٢. الطب البشري	
١٠٠	٥٨	٦٢,١	٣٦	٣٧,٩	٢٢	٣. الصيدلة	
١٠٠	٥٨	٤٦,٦	٢٧	٥٣,٤	٣١	٤. التجارة	
١٠٠	٧٨	٧٣,١	٥٧	٢٦,٩	٢١	٥. الآداب	
١٠٠	٢٢	٥٩,١	١٣	٤٠,٩	٩	٦. الحقوق	
١٠٠	٣١٠	٦٤,٥	٢٠٠	٣٥,٥	١١٠	الإجمالي	
١٠٠	١٥٢	٦٧,٨	١٠٣	٣٢,٢	٤٩	١. كليات عملية	٢. نوع الدراسة
١٠٠	١٥٨	٦١,٤	٩٧	٣٨,٦	٦١	٢. كليات نظرية	
١٠٠	٣١٠	٦٤,٥	٢٠٠	٣٥,٥	١١٠	الإجمالي	
١٠٠	١٥٤	٦٤,٩	١٠٠	٣٥,١	٥٤	١. معيد	٣. الدرجة العلمية
١٠٠	١٥٦	٦٤,١	١٠٠	٣٥,٩	٥٦	٢. مدرس مساعد	
١٠٠	٣١٠	٦٤,٥	٢٠٠	٣٥,٥	١١٠	الإجمالي	

جدول (٢) مواصفات عينة البحث الكلية على متغير السن (ن = ٣١٠).

العدد	المدى	أقل قيمة	أكبر قيمة	متوسط	انحراف معياري	خطأ معياري للمتوسط
٣١٠	١٧	٢٣	٤٠	٢٨,٥٩	٣,٢٦٤	٠,١٨٥

بمراجعة الجدول (٢) يمكن ملاحظة أن عينة الدراسة الكلية (ن = ٣١٠) من الهيئة المعاونة بالجامعة، قد تراوحت أعمارهم ما بين (٢٣ - ٤٠) سنة، بمتوسط قدره (٢٨,٥٩) سنة، وانحراف معياري ($\pm 3,264$)، ويمكن ملاحظة أن أكبر قيمة على متغير السن بلغ (٤٠) سنة، نظراً لأن بعض أعضاء الهيئة المعاونة في كليتي الطب البشري، والتجارة، يستمرون في إعداد رسالة الدكتوراه لفترة طويلة.

٣- أدوات البحث:

تتمثل أدوات البحث الأساسية فيما يلي:

١- مقياس هارتلاند للتسامح (HFS) Forgiveness Scale Heartland إعداد
"ثومبسون، وسنايدر" (Thompson & Snyder, 2005)، ترجمة وتقنين "هاجر
يوسف" (٢٠٢٠، ١٤١).

٢- مقياس الهناء النفسي (Psychological Well-being Scale (PWB) إعداد
"رايف" (Ryff, 1989)، ترجمة وتقنين "هبة إسماعيل" (٢٠٢٠، ١٠١)، إعداد
الصورة المختصرة "هاجر يوسف" (٢٠٢٠، ١٥٨).

كما تم استخدام نوعين من المقاييس، باعتبارها محكات للتحقق من صدق مقاييس
البحث الرئيسية وهي:

١- مقياس السعادة الذاتية (المحك للهناء النفسي المختصر) Scale Subjective
Happiness إعداد "ليبوميرسكي، وليبير" Lyubomirsky &
(Lepper, 1999)، ترجمة "هاجر يوسف" (٢٠٢٠، ١٥٧).

٢- مقاييس التقدير الذاتي Self-Rating Scale:
حيث قامت "هاجر يوسف" (٢٠٢٠، ١٤٨، ١٧٠) بإعداد مقاييس تقدير ذاتي
مستقلة لتقدير كل من التسامح، والهناء النفسي، وتم استخدامها باعتبارها محكات صدق
لمقاييس البحث الأساسية.

وفيما يلي، عرض لكل مقياس على حدة، من حيث وصف المقياس، وأهم الخصائص
السيكومترية الخاصة به كما يلي:

١- مقياس هارتلاند للتسامح:

يهتم مقياس هارتلاند للتسامح بقياس ميل الفرد لأن يكون متسامحاً (الميل العام
للتسامح) سواء مع ذاته، أو مع الآخرين، أو مع المواقف التي تحدث دون تدخل من أحد
كالأمراض والكوارث الطبيعية، كما تمت ترجمته إلى لغات كثيرة مثل اليونانية، واليابانية،
والتركية. وتم تعريبه وتقنينه من قبل بعض الباحثين على المستوى العربي أمثال "بشرى
أرنوط" و"هبة علي"، وقد قامت الباحثة في هذه الدراسة بترجمته والتحقق من الشروط
السيكومترية له، ليناسب طبيعة عينة البحث الحالي.

أ - وصف المقياس:

يتكون مقياس هارتلاند للتسامح في صورته العربية من (١٨) عبارة، موزعة على ثلاثة أبعاد، بواقع (٦) عبارات لكل بعد، والأبعاد الثلاثة هي: (١) التسامح مع الذات: وعبارته أرقام (١-٦)، و (٢) التسامح مع الآخر: وعبارته أرقام (٧-١٢)، و (٣) التسامح مع المواقف: وعبارته أرقام (١٣-١٨). ويُجاب عن كل عبارة باختيار واحدة من إحدى البدائل السبعة الموجوده أمام كل منها، التي تبين مدى ميله لأن يكون متسامحًا مع ذاته أو مع الآخرين، أو مع المواقف، والبدائل هي: (خاطئة في جميع الأحوال = ١، خاطئة في معظم الأحوال = ٢، خاطئة في بعض الأحوال = ٣، غير متأكد = ٤، صحيحة في بعض الأحوال = ٥، صحيحة في معظم الأحوال = ٦، صحيحة في جميع الأحوال = ٧).

كما يحتوي المقياس على (٩) عبارات سلبية تصحح في الاتجاه العكسي، وهي أرقام العبارات (٢ - ٤ - ٦ - ٧ - ٩ - ١١ - ١٣ - ١٥ - ١٧)، فتأخذ بدائل هذه العبارات الدرجات (٧ - ٦ - ٥ - ٤ - ٣ - ٢ - ١) على التوالي. ويتم استخراج درجة لكل بعد من الأبعاد الثلاثة المكونة للمقياس، بالإضافة إلى درجة كلية للتسامح، حيث تتراوح الدرجة على البعد ما بين (٦ - ٤٢) درجة، بينما تتراوح الدرجة على المقياس ككل ما بين (١٨ - ١٢٦) درجة، وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى ارتفاع ميل الفرد للتسامح، بينما تشير الدرجة المنخفضة عليه إلى انخفاض ميل الفرد للتسامح.

ب - الكفاءة السيكومترية للمقياس:

يتسم مقياس هارتلاند للتسامح بكفاءة سيكومترية مقبولة وجيدة، وفيما يلي عرض لمؤشرات كل من ثبات المقياس، وصدقه لدى معد المقياس، وفي البحث الحالي:

(١) ثبات المقياس:

(أ) الثبات لدى معد المقياس:

قام كل من "تومبسون، وسنايدر" (Thompson & Snyder, 2005, 308) بحساب ثبات مقياس هارتلاند للتسامح من خلال طريقتين هما: ثبات ألفا كرونباخ، وذلك عن طريق تطبيق المقياس على عينة مكونة من (٦٠٥) طالبًا، وبلغ معامل ثبات ألفا للمقياس ككل (٠,٨٤)، بينما تراوحت معاملات ثبات ألفا للأبعاد الثلاثة ما بين (٠,٧١ - ٠,٨٣). كما قاما بحساب ثبات إعادة التطبيق، وذلك بفاصل زمني (٣) أسابيع بين التطبيقين على عينة

من الطلاب (ن = ١٩٣)، وبلغ معامل الارتباط بين التطبيقين (٠,٨٣)، مما يدل على أن المقياس يتسم بمعاملات ثبات مرتفعة.

كما قامت "هاجر يوسف" (٢٠٢٠، ١٤٢) بحساب ثبات مقياس هارتلاند للتسامح على عينة استطلاعية (ن = ٦٠) من الهيئة المعاونة بالجامعة بعدة طرق: ثبات ألفا كرونباخ، وثبات التجزئة النصفية، وثبات الاتساق الداخلي من خلال ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية، وارتباط الفقرة بالبعد، وارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس، وكذلك ثبات المقياس باستخدام التحليل العاملي من خلال استخدام قيم الاشتراكات Communalities في الدراسة العملية لوحدة مقياس هارتلاند للتسامح (وعددتها ١٨ وحدة) على عينة كلية (ن = ٣٦٠)، وأثبتت النتائج أن مقياس التسامح وأبعاده يتسم بمعاملات ثبات مرتفعة مما يطمئن لاستخدامه في البحث الحالي.

(ب) ثبات المقياس في البحث الحالي:

تم التحقق من ثبات المقياس في هذا البحث على عينة التحقق من كفاءة أدوات تابحث (ن = ١٠٠) بعدة طرق: هي: (١) معامل ألفا كرونباخ، و (٢) ثبات التجزئة النصفية، (٣) وثبات الاتساق الداخلي من خلال ارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس، والجدول (٣) يوضح نتائج كل طريقة من هذه الطرق الثلاث.

جدول (٣) معاملات ثبات مقياس هارتلاند للتسامح (وأبعاده الفرعية) باستخدام معامل ألفا كرونباخ، ومعامل ثبات التجزئة النصفية مع التصحيح باستخدام معادلة سبيرمان - براون، وباستخدام ثبات الاتساق الداخلي بين البعد مع الدرجة الكلية للمقياس (ن = ١٠٠)

ثالثاً: ثبات الاتساق الداخلي لمقياس التسامح (وأبعاده الفرعية الثلاثة)	ثانياً: ثبات التجزئة النصفية		أولاً: ألفا كرونباخ		مقياس التسامح (وأبعاده الفرعية)
	ارتباط البعد بالدرجة الكلية	سبيرمان - براون	ريبن النصفين	عدد الفقرات	
معامل الاتساق	٠,٦٧٧	٠,٨٠	٠,٦١٥	٠,٦٧٠	٦
					١ - التسامح

مع الذات					
٢- التسامح مع الآخر	٠,٧٩٧	٠,٨١	٠,٦٥٠	٠,٦٨٦	٦
٣- التسامح مع المواقف	٠,٨٤٦	٠,٧٥	٠,٥٦٠	٠,٧٣٠	٦
٤- الدرجة الكلية		٠,٨٥	٠,٧١٥	٠,٧٦٥	١٨

وتشير نتائج الجدول (٣) إلى أن مقياس هارتلاند للتسامح، يتسم بمعاملات ثبات جيدة، وفيما يلي توضيح ذلك:

١. أظهرت نتائج الثبات بمعامل ألفا كرونباخ، أن معاملات ألفا لكل بعد وللدرجة الكلية للمقياس كانت مقبولة؛ حيث بلغ أقل معامل لبعد التسامح مع الذات (٠,٦٧٠)، وأعلى معامل للدرجة الكلية للمقياس وبلغ (٠,٧٦٥).
٢. وأظهرت نتائج الثبات باستخدام ثبات التجزئة النصفية للمقياس، أن معاملات الثبات كانت مقبولة؛ حيث بلغ أقل معامل ثبات بعد تصحيح الطول باستخدام معادلة "سبيرمان - براون" لبعد التسامح مع المواقف بمعامل قدره (٠,٧٥)، وبلغ أعلى معامل ثبات بعد التصحيح بمعادلة "سبيرمان - براون" للدرجة الكلية للمقياس بمعامل قدره (٠,٨٥).
٣. أما نتائج الثبات بطريقة ثبات الاتساق الداخلي للمقياس، فكانت معاملات اتساق مقبولة؛ حيث بلغ أقل معامل اتساق داخلي بين البعد والدرجة الكلية للمقياس (٠,٦٧٧) لبعد التسامح مع الذات، و (٠,٧٩٧) لبعد التسامح مع الآخر، و (٠,٨٤٦) لبعد التسامح مع المواقف. وبناء على ذلك، تشير نتائج الجدول (٣) إلى أن مقياس التسامح وأبعاده يتسم بمعاملات ثبات مقبولة في هذا البحث.

(١) صدق المقياس:

(أ) الصدق لدى معد المقياس:

يذكر كل من "تومبسون، وسنايدر" (Thompson & Snyder, 2005, 308-309) أنه تم التحقق من صدق مقياس هارتلاند للتسامح في عدد من الدراسات، منها أربع دراسات على عينات من الطلاب، ودراستين على عينات غير طلابية تراوحت أعدادها ما بين (٤٨ - ٢٨١) فرداً، وأظهرت نتائج التحقق من صدق الارتباط بمحك عن وجود

معاملات ارتباط موجبة تراوحت ما بين (٠,٤٦ - ٠,٥٢)، ودالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥)، بين المقياس وبين ثلاثة مقاييس تهتم بقياس المجال الذي يقيسه مقياس (HFS) وهذه المقاييس الثلاثة هي: (١) مقياس المرونة المعرفية "Martin, & Rubin", 1995، و (٢) مقياس الثقة الثنائي "Larzelere & Hustun", 1950، و (٣) مقياس التشتت وهو أحد المقاييس الفرعية لاستبيان أسلوب الاستجابة "Nalen, et al.", 1991 وتشير هذه النتائج إلى أن المقياس يتسم بمعاملات صدق مرتفعة في عدد من الدراسات الأجنبية.

كما قامت "هاجر يوسف" (٢٠٢٠، ١٤٥) بحساب صدق مقياس هارتلاند للتسامح بطريقة: **الصدق العاملي** للمقياس، حيث أدخلت نتائج عينة الدراسة الكلية (ن = ٣٦٠) من الهيئة المعاونة بالجامعة، الخاصة بعبارات كل بعد على حدة، وعددها (٦) عبارات للبعد، وكذلك عبارات مقياس هارتلاند للتسامح ككل وعددها (١٨) عبارة، باستخدام طريقة المكونات الرئيسية لـ "هوتلينج"، ولم يتم تدوير العوامل تدويراً مائلاً أو متعامداً، ولكن اكتفي بالمصفوفة العملية قبل التدوير، حيث ينظر إلى العامل الأول قبل التدوير، على أنه يمثل العامل العام، فإذا تشبعت به جميع العبارات تشبعاً دالاً، كان هذا مؤشراً جيداً على الصدق العاملي للمقياس، واعتُبرت معادلة الخطأ المعياري لـ "بيرت"، و"بانكس" Burt – Banks، محكاً لدلالة التشبع والصدق العاملي للعبارة، حيث يعتبر التشبع دالاً إذا وصل إلى قيمة (٠,١٣٨) فأكثر وفقاً لـ "صفوت فرج" (١٩٨٠، ٤١٩)، مما يعني أن جميع عبارات المقياس تقيس التسامح الذي يقيسه العامل العام.

هذا بالإضافة إلى أنه تم التحقق من صدق المقياس بطريقة **الارتباط بمحك** (التقرير الذاتي للتسامح)، عن طريق وضع سؤال: ماهي درجة تسامحك بوجه عام؟ يلي هذا السؤال سلسلة من الأرقام من صفر إلى ١٠ بمسافات متساوية، ويطلب من المبحوث ما يلي:

١. أن يستجيب على السؤال اعتماداً على تقديره بشكل عام، وليس تبعاً لحالته الراهنة.
 ٢. أن يعرف أن الصفر هو أقل درجة، وأن العشرة هي أعلى درجة.
 ٣. أن يضع دائرة حول الرقم الذي يرى أنه يصف درجة تسامحه الفعلية بدرجة دقيقة.
- وتتراوح الدرجة على السؤال ما بين (صفر - ١٠)، وتشير الدرجة العليا إلى ارتفاع سمة التسامح، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض سمة التسامح لدى المبحوث، وقد استخدمت هذه الطريقة لقياس متغيرات نفسية أخرى كالتدين، والصحة الجسمية، والشعور

بالسعادة في بحوث مختلفة، واتسمت بمستوى مرتفع من ثبات إعادة التطبيق، والصدق المرتبط بمحك، كما أن الدرجة على هذا النوع من المقاييس تنتمي إلى السمة أكثر من الحالة (أحمد عبد الخالق، وغادة عيد، ٢٠٠٨، ٥٩١؛ أحمد عبد الخالق، وغادة عيد، ومايسة النبال، ٢٠١٠، ٥٩ - ٦٠؛ أحمد عبد الخالق، ٢٠١٠، ٥٠٨).

وبناء على ذلك، تم تطبيق مقياس هارتلاند للتسامح، وتطبيق مقياس التقدير الذاتي للتسامح (السؤال المحك) في نفس الوقت على عينة تاتحقق من الثبات والصدق ($n = 60$) من الهيئة المعاونة بالجامعة، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة على مقياس هاتلاند للتسامح بأبعاده، وبين درجة مقياس التسامح (السؤال المحك)، وبلغت معاملات الارتباط بين السؤال المحك وبعد التسامح مع الذات (٠,٤٤٣) وله دلالة عند مستوى (٠,٠٠١)، وبين السؤال المحك وبعد التسامح مع الآخر (٠,٤٢٣) وله دلالة عند مستوى (٠,٠١)، كما بلغ معامل الارتباط بين السؤال المحك وبعد التسامح مع المواقف (٠,٢٧٠)، وله دلالة عند مستوى (٠,٠٥)، كما بلغ معامل الارتباط بين السؤال المحك والدرجة الكلية لمقياس التسامح (٠,٤٩٣) وله دلالة عند مستوى (٠,٠٠١)، مما يدل على أن معاملات صدق مقياس هارتلاند للتسامح، مرتفعة ومقبولة (هاجر يوسف، ٢٠٢٠، ١٤٨).

(ب) صدق المقياس في البحث الحالي:

تم استخدام صدق الارتباط بمحك (التقرير الذاتي للتسامح) في البحث الحالي من خلال تطبيق مقياس هارتلاند للتسامح، وتطبيق مقياس التقدير الذاتي للتسامح (السؤال المحك) في نفس الوقت على عينة التحقق من ثبات وصدق أدوات البحث ($n = 100$) من الهيئة المعاونة بالجامعة، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين مقياس هاتلاند للتسامح بأبعاده، وبين درجة مقياس التسامح (السؤال المحك)، وبلغت معاملات الارتباط بين السؤال المحك وبعد التسامح مع الذات (٠,٤٤٥) وله دلالة عند مستوى (٠,٠٠١)، وبين السؤال المحك وبعد التسامح مع الآخر (٠,٤٢٦) وله دلالة عند مستوى (٠,٠١)، كما بلغ معامل الارتباط بين السؤال المحك وبعد التسامح مع المواقف (٠,٢٧٢)، وله دلالة عند مستوى (٠,٠٥)، كما بلغ معامل الارتباط بين السؤال المحك والدرجة الكلية لمقياس التسامح (٠,٤٩٥) وله دلالة عند مستوى (٠,٠٠١)، وأثبتت النتائج أن مقياس التسامح وأبعاده يتسم بمعاملات صدق مرتفعة مما يطمئن لاستخدامه في البحث الحالي.

٢- مقياس الهناء النفسي "الصورة المختصرة" (إعداد: هاجر يوسف):

أ. وصف المقياس:

يتكون مقياس الهناء النفسي في صورته الأصلية الأجنبية التي أعدتها "رايف" ١٩٨٩، والتي ترجمتها للغة العربية "هبة إسماعيل" ٢٠٢٠، من (٨٤) عبارة، موزعة على ٦ أبعاد، بواقع (١٤) عبارة لكل بعد من الأبعاد الستة التالية (الاستقلالية، والسيطرة على البيئة (التمكن البيئي)، والنمو الشخصي، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والهدف في الحياة، وتقبل الذات). ونظرًا لملاحظة وجود صعوبة لدى أفراد عينة حساب ثبات وصدق أدوات البحث، عند الإجابة على عبارات المقياس وعددها (٨٤) عبارة، حيث يتطلب الكثير من الجهد والوقت للإجابة عليه، ومن أجل تبسيط وتقليل وقت الإجابة على عبارات المقياس، قامت "هاجر يوسف" (٢٠٢٠، ١٥٨-١٧١) بأعداد صورة مختصرة للمقياس، لها خصائص سيكومترية جيدة، وهي ما تم الاستعانة بها في البحث الحالي، لتصبح عدد عباراته (٤٢) عبارة، موزعة على (٦) أبعاد، بمعدل (٧) عبارات لكل بعد، وللصورة المختصرة نفس طريقة التطبيق والتصحيح الخاصة بالمقياس في صورته الأصلية، حيث يُجاب عن كل عبارة باختيار واحدة من إحدى البدائل الستة الموجودة أمامها وفقًا لتدرج "ليكرت" السداسي والبدائل هي: (أرفض بشدة = ١، أرفض بدرجة متوسطة = ٢، أرفض بدرجة قليلة = ٣، أوافق بدرجة قليلة = ٤، أوافق بدرجة متوسطة = ٥، أوافق بشدة = ٦). وأصبح المقياس في صورته المختصرة، والتي استخدمت في البحث الحالي، كما يلي:

- (١) بعد الاستقلالية: ويتكون من سبع عبارات هي: (١ - ٢ - ٣ - ٤ - ٥ - ٦ - ٧).
- (٢) بعد السيطرة على البيئة (التمكن البيئي): ويتكون من سبع عبارات هي: (٨ - ٩ - ١٠ - ١١ - ١٢ - ١٣ - ١٤).
- (٣) بعد النمو الشخصي: ويتكون من سبع عبارات هي: (١٥ - ١٦ - ١٧ - ١٨ - ١٩ - ٢٠ - ٢١).
- (٤) بعد العلاقات الإيجابية مع الآخرين: ويتكون من سبع عبارات هي: (٢٢ - ٢٣ - ٢٤ - ٢٥ - ٢٦ - ٢٧ - ٢٨).
- (٥) بعد الهدف في الحياة: ويتكون من سبع عبارات هي: (٢٩ - ٣٠ - ٣١ - ٣٢ - ٣٣ - ٣٤ - ٣٥).

(٦) بعد تقبل الذات: ويتكون من سبع عبارات هي: (٣٦ - ٣٧ - ٣٨ - ٣٩ - ٤٠ - ٤١ - ٤٢).

كما تحتوي الصورة المختصرة للمقياس على (٢٠) عبارة صياغتها سلبية تصحح في الاتجاه العكسي، وهي أرقام العبارات (٢ - ٣ - ٥ - ٦ - ٨ - ٩ - ١٢ - ١٤ - ١٥ - ٢١ - ٢٢ - ٢٤ - ٢٥ - ٢٦ - ٢٩ - ٣١ - ٣٨ - ٤٠ - ٤١ - ٤٢)، فتأخذ بدائل هذه العبارات الدرجات (٦ - ٥ - ٤ - ٣ - ٢ - ١) على التوالي. ويتم استخراج درجة لكل بعد من الأبعاد الستة المكونة للمقياس، بالإضافة إلى درجة كلية للهناء النفسي، وتتراوح الدرجة على البعد ما بين (٧ - ٤٢) درجة، بينما تتراوح الدرجة على المقياس ككل ما بين (٤٢ - ٢٥٢) درجة، حيث تشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى ارتفاع الهناء النفسي للفرد، بينما تشير الدرجة المنخفضة عليه إلى انخفاض الهناء النفسي لديه.

ب- الكفاءة السيكومترية للمقياس:

يتسم مقياس الهناء النفسي بخصائص سيكومترية مرتفعة، وفيما يلي عرض لمؤشرات كل من ثبات المقياس، وصدقه لدى معد المقياس الأصلي في الصورة الأجنبية، ولدى معد المقياس في صورته العربية، وأيضًا التحقق من ثبات وصدق الصورة المختصرة في البحث الحالي.

(١) ثبات المقياس:

(أ) الثبات لدى معد ومترجم المقياس:

قامت "رايف" بحساب ثبات المقياس بطريقة ثبات إعادة التطبيق على عينة قوامها (٣٢١) من الجنسين، ممن تراوحت أعمارهم ما بين (١٩ - ٧٥) سنة، وتراوحت معاملات الارتباط للدرجة الكلية والأبعاد الفرعية للمقياس بين التطبيق الأول والثاني ما بين (٠,٨١ - ٠,٨٨)، كما قامت بحساب ثبات ألفا كرونباخ على نفس العينة وتراوحت معاملات الثبات لأبعاد المقياس ما بين (٠,٨٣ - ٠,٩١). كما قامت "هبة إسماعيل" (٢٠٢٠)، بترجمة المقياس (في صورته الأصلية التي تتكون من ٨٤ عبارة)، وحساب ثبات إعادة التطبيق على عينة من طلاب الثانوي قوامها (٤٠) طالبًا من الجنسين، ممن تراوحت أعمارهم ما بين (١٤ - ١٦) سنة، بفاصل زمني قدره أسبوعين، وبلغ معامل الارتباط للدرجة الكلية للمقياس بين التطبيق الأول والثاني (٠,٧٩)، كما قامت بحساب ثبات ألفا كرونباخ على

نفس العينة للدرجة الكلية للمقياس، وبلغ معامل الثبات (٠,٧٦)، مما يدل على أن المقياس يتسم بمعاملات ثبات مرتفعة.

كما قامت "هاجر يوسف" (٢٠٢٠، ١٦٢ - ١٦٥) بحساب ثبات مقياس الهناء النفسي (الصورة المختصرة التي تتكون من ٤٢ عبارة) على عينة استطلاعية (ن = ٦٠) من الهيئة المعاونة بالجامعة بعدة طرق: ثبات ألفا كرونباخ، وثبات التجزئة النصفية، وثبات الاتساق الداخلي من خلال ارتباط الفقرة بالبعد، وارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس، وكذلك ثبات المقياس باستخدام التحليل العاملي من خلال استخدام قيم الاشتراكات Communalities في الدراسة العاملية لوحدة مقياس الهناء النفسي (الصورة المختصرة - وعددها ٤٢ وحدة) على عينة كلية (ن = ٣٦٠)، وأثبتت النتائج أن مقياس الهناء النفسي المختصر وأبعاده يتسم بمعاملات ثبات مرتفعة مما يطمئن لاستخدامه في البحث الحالي.

(ب) ثبات المقياس في البحث الحالي:

تم التحقق من ثبات المقياس في هذا البحث على عينة استطلاعية (ن = ١٠٠) بعدة طرق: هي: (١) معامل ألفا كرونباخ، و(٢) ثبات التجزئة النصفية، (٣) وثبات الاتساق الداخلي من خلال ارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس، ويوضح كل من الجدولين (٤ و ٥) نتائج كل طريقة من هذه الطرق الثلاث.

جدول (٤) معاملات ثبات مقياس الهناء النفسي وأبعاده الفرعية (الصورة المختصرة)

باستخدام معامل ألفا كرونباخ، ومعامل ثبات التجزئة النصفية مع تصحيح الطول باستخدام معادلة "جتمان" للأبعاد ومعادلة "سبيرمان - براون" للدرجة الكلية (ن = ١٠٠)

ثانياً: ثبات التجزئة النصفية		أولاً: الثبات بمعامل ألفا كرونباخ		مقياس الهناء النفسي (الصورة المختصرة - ٤٢ فقرة)
تصحيح الأبعاد بـ "جتمان"	ربين النصفين	معامل ألفا	عدد الفقرات	
٠,٨٠١	٠,٦٦٩	٠,٦٦٣	٧	١. الاستقلالية
٠,٧٨٨	٠,٦٦٧	٠,٨٠١	٧	٢. السيطرة على البيئة
٠,٨٩٦	٠,٨٣٠	٠,٨٢٠	٧	٣. النمو الشخصي
٠,٧١٢	٠,٥٧٤	٠,٧٦٥	٧	٤. العلاقات الإيجابية مع الآخرين

٠,٧٨٨	٠,٦٥١	٠,٨٠٥	٧	٥. الهدف في الحياة
٠,٧٩٥	٠,٦٥٦	٠,٨٦٦	٧	٦. تقبل الذات
٠,٩٦١	ب "سبيرمان براون"	٠,٩٢٣	٤٢	الدرجة الكلية للهناء النفسي

وتشير نتائج الجدول (٤) إلى أن مقياس الهناء النفسي "المختصر" يتسم بمعاملات ثبات مرتفعة، سواء باستخدام معامل ألفا كرونباخ، والذي تراوح للأبعاد ما بين (٠,٦٦٣ - ٠,٨٦٦)، وللدرجة الكلية (٠,٩١٥)، أو باستخدام ثبات التجزئة النصفية للمقياس، حيث تراوحت معاملات الثبات بعد تصحيح معامل الارتباط للأبعاد باستخدام معادلة "جتمان" ما بين (٠,٧١٢ - ٠,٨٩٦)، وللدرجة الكلية بعد التصحيح بمعادلة "سبيرمان براون" (٠,٩٦١)، وتوضح هذه النتائج أن المقياس يتسم بمعاملات ثبات مرتفعة ومطمئنة لاستخدام مقياس الهناء النفسي المختصر في البحث الحالي.

جدول (٥) معاملات الاتساق الداخلي بين الدرجة على البعد والدرجة الكلية على مقياس الهناء النفسي في الصورة المختصرة (ن = ١٠٠)

٦-تقبل الذات	٥-الهدف في الحياة	٤-علاقات إيجابية مع الآخرين	٣-النمو الشخصي	٢-السيطرة على البيئة	١-الاستقلالية	مقياس الهناء النفسي
٠,٨٤٥	٠,٨١٥	٠,٦٠٧	٠,٧٤١	٠,٧٥٠	٠,٥٢٣	الدرجة الكلية للمقياس

وتشير نتائج الجدول (٥) إلى أن الأبعاد المكونة للمقياس جميعها ذات اتساق داخلي مرتفع، حيث تراوحت معاملات الاتساق الداخلي للأبعاد الستة بالدرجة الكلية للمقياس ما بين (٠,٥٢٣ - ٠,٨٤٥) وجميعها معاملات ثبات مرتفعة مما يعني أن الأبعاد المكونة لمقياس الهناء النفسي (الصورة المختصرة) تتصف بالثبات.

(٢) صدق المقياس:

(أ) الصدق لدى معد ومترجم المقياس:

قامت "رايف" بحساب صدق مقياس الهناء النفسي في صورته الأصلية (٨٤) فقرة، عن طريق حساب صدق الارتباط بمحك، من خلال حساب معامل الارتباط بين الأبعاد الستة المكونة للمقياس مع مجموعة من مقاييس علم النفس الإيجابي مثل مقاييس (الرضا عن الحياة، والاتزان، وتقدير الذات، والتحكم الذاتي والأخلاقي)، على عينة قوامها (٣٢١) من الجنسين، وتراوحت أعمارهم ما بين (١٩-٧٥) سنة، واتضح أن جميع الارتباطات موجبة ودالة إحصائياً، حيث تراوحت معاملات الارتباط بالمحك ما بين (٠,٣ - ٠,٧)، وبالمثل وعلى نفس العينة، قامت بحساب الارتباطات بين مقياس الهناء النفسي وبعض المقاييس ذات الجانب السلبي مثل مقاييس (الاكتئاب، والسيطرة) واتضح أن جميع الارتباطات سالبة، ودالة إحصائياً، حيث تراوحت ما بين (-٠,٣) و (-٠,٦)، مما يدل على صدق مرتفع في البيئة الأجنبية.

كما قامت "هبة إسماعيل" (٢٠٢٠)، بترجمة المقياس وحساب صدقه بطريقة صدق المحكمين من خلال عرض ترجمة المقياس على (٧) من المحكمين ذوي الاختصاص من أساتذة علم النفس بكليات الآداب والتربية بجامعة عين شمس، وإجراء التعديلات اللازمة له، حتى خرج بصورته النهائية والذي يتكون من (٨٤) فقرة، موزعة على الأبعاد الستة، كما قامت بحساب صدق الارتباط بمحك، مع مقياس الرفاهية النفسية من إعداد "مصطفى" ٢٠١٥، وبلغ معامل الارتباط بين المقياسين (٠,٨)، مما يشير إلى أن المقياس يتسم بمعاملات صدق مرتفعة في البيئة العربية.

كما قامت "هاجر يوسف" (٢٠٢٠، ١٦٦ - ١٧٠) بحساب صدق مقياس الهناء النفسي (الصورة المختصرة) بطريقة: الصدق العملي للمقياس، حيث أدخلت نتائج عينة الدراسة الكلية (ن = ٣٦٠) من الهيئة المعاونة بالجامعة، الخاصة بعبارات كل بعد على حدة، وعددها (٧) عبارات للبعد، وكذلك عبارات المقياس ككل وعددها (٤٢) عبارة، باستخدام طريقة المكونات الرئيسية لـ "هوتلينج"، ولم يتم تدوير العوامل تدويراً مائلاً أو متعامداً، ولكن اكتفي بالمصفوفة العاملية قبل التدوير، حيث ينظر إلى العامل الأول قبل التدوير، على أنه يمثل العامل العام، فإذا تشبعت به جميع العبارات تشبعت دالاً، كان هذا مؤشراً جيداً على الصدق العملي للمقياس، وتم استخدام القيمة (٠,٣) "جيلفورد" كمحك لدلالة التشبع على

العامل الأول قبل التدوير، وقد تراوحت هذه التشعبات ما بين (٠,٣٠٠ - ٠,٨١٢) للفقرتين (١٧ و ٧٨) على التوالي، مما يعد مؤشراً على الصدق العاملي لمقياس الهناء النفسي (الصورة المختصرة).

هذا بالإضافة إلى أنه تم استخدام طريقة صدق الارتباط بمحك، وتم استخدام نوعين من المحكات لهذا الغرض؛ الأولى من خلال حساب معامل الارتباط بين كل بعد من الأبعاد الستة للهناء النفسي، وبين مقياس الفقرة الواحدة (التقرير الذاتي للهناء)، والثانية من خلال حساب معامل الارتباط بين كل بعد من الأبعاد الستة للهناء النفسي، ومقياس السعادة الذاتية كما يلي:

١. مقياس الفقرة الواحدة (التقرير الذاتي للهناء): تم إعداد مقياس يتكون من فقرة واحدة تقيس التقرير الذاتي عن شعور الفرد بالهناء بشكل عام، والسؤال هو: "ما مدى شعورك بالهناء بوجه عام؟"، ويجاب عن هذا السؤال باختيار بديل واحد من (١١) بديلاً تتراوح ما بين (صفر إلى ١٠)، ويطلب من المبحوث مايلي:

١. أن يستجيب على السؤال اعتماداً على تقديره بشكل عام، وليس تبعاً لحالته الراهنة.
 ٢. أن يعرف أن الصفر هو أقل درجة، وأن العشرة هي أعلى درجة.
 ٣. أن يضع دائرة حول الرقم الذي يرى أنه يصف درجة تسامحه الفعلية بدرجة دقيقة.
- وتتراوح الدرجة على السؤال ما بين (صفر - ١٠)، وتشير الدرجة العليا إلى ارتفاع شعور الفرد بالهناء، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض شعوره بالهناء بوجه عام، وقد استخدمت هذه الطريقة لقياس متغيرات نفسية أخرى، كما سبق الإشارة إليه عند تناول مقياس هارتلاند للتسامح.

وبناء على ذلك، تم تطبيق مقياس الهناء النفسي المختصر، وتطبيق مقياس الهناء (السؤال المحك) في نفس الوقت على العينة الاستطلاعية (ن = ٦٠)، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد الهناء النفسي، مع درجة السؤال المحك، وبلغت معاملات الارتباط بين المقياس المحك، مع بعد الاستقلالية (٠,٥٦٤)، ومع بعد السيطرة على البيئة (٠,٦٣٢)، ومع بعد النمو الشخصي (٠,٤٩٥)، ومع بعد العلاقات الإيجابية (٠,٥٧٩)، ومع بعد الهدف في الحياة (٠,٦٥٣)، ومع بعد تقبل الذات (٠,٦٩٣)، ومع الدرجة الكلية لمقياس الهناء النفسي (٠,٦٤٧)، وجميع هذه المعاملات لها دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١)، مما يدل على معاملات صدق مرتفعة سواء لكل بعد من

أبعاد المقياس أو بالنسبة لمقياس الهناء النفسي ككل (هاجر يوسف، ٢٠٢٠، ١٧٠-١٧١).

٢. مقياس السعادة الذاتية:

هذا المقياس من إعداد "ليبوميرسكي، وليبير" (Lyubomirsky & Lepper, 1999, 142-144) ترجمة "هاجر موسى" ٢٠٢٠، ويتكون من أربع عبارات تقيس السعادة الذاتية بشكل عام، ويجاب عن كل عبارة باختيار إجابة واحدة من سبع اختيارات تمتد ما بين (غير سعيد مطلقاً = ١، إلى سعيد جداً = ٧)، وعلى ذلك تتراوح الدرجة الكلية على مقياس السعادة الذاتية ما بين (٤ - ٢٨)، وقد قام معدا المقياس بإجراء دراسة مرجعية، لجمع معلومات عن الخصائص السيكمترية للمقياس، وقاما بتجميع بيانات الثبات والصدق من (١٤) عينة، في أوقات مختلفة، ومن أماكن مختلفة أيضاً، وبلغ عددها الإجمالي (٢٧٣٢) فرداً؛ منهم (١٧٥٤) من الإناث، و(٩٦٢) من الذكور، و(١٦) غير محدد الجنس، والعينات من أمريكا فيما عدا عينتين من روسيا. وقد تراوحت معاملات ثبات ألفا كرونباخ ما بين (٠,٧٩-٠,٩٤) للعينات الأربع عشرة. كما بلغت قيم معاملات ثبات إعادة التطبيق على خمس عينات ما بين (٠,٥٥-٠,٩٠)، كما تم حساب الصدق التكويني حيث أدخلت البيانات في دراسة عاملية، ونتج عن ذلك وجود عاملاً واحداً في المصفوفة العاملية، تشعب عليه جميع فقرات المقياس وعددها أربع فقرات، وكلها تشعبت دالة، هذا إلى جانب أنه تم التحقق من صدق المقياس بطريقة صدق الارتباط بمحك؛ حيث أظهرت النتائج أن المقياس قد ارتبط ارتباطاً دالاً مع عدد من المقاييس التي تقيس السعادة، والهناء الذاتي، وكلها معاملات مرتفعة ودالة. كما استخدم هذا المقياس "أحمد عبد الخالق" (٢٠١٨، ٢٤) كمحك للمقياس العربي للسعادة، واتضح أن المقياس يتسم بثبات وصدق مرتفعين.

وبناء على ذلك، تم تطبيق مقياس الهناء النفسي المختصر، ومقياس السعادة الذاتية في نفس الوقت على العينة الاستطلاعية (ن = ٦٠)، ثم حساب معامل ارتباط بيرسون بين مقياس الهناء النفسي المختصر بأبعاده، وبين الدرجة الكلية لمقياس السعادة الذاتية (المحك)، وبلغت معاملات الارتباط بين المقياس المحك، مع بعد الاستقلالية (٠,٣٢٩)، ومع بعد السيطرة على البيئة (٠,٥٢٨)، ومع بعد النمو الشخصي (٠,٤٩٥)، ومع بعد العلاقات الإيجابية (٠,٤٠٠)، ومع بعد الهدف في الحياة (٠,٥١٦)، ومع بعد تقبل الذات (٠,٥٧٠)، كما بلغ معامل الارتباط بين المقياس المحك وبين الدرجة الكلية لمقياس الهناء

النفسي (٠,٥٨٨)، وجميع هذه المعاملات لها دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١)، فيما عدا بعدي الاستقلالية، والعلاقات الإيجابية فكانت لها دلالة عند مستوى (٠,٠١) لكل منها، مما يدل على صدق مرتفع لمقياس الهناء النفسي المختصر (هاجر يوسف، ٢٠٢٠، ١٧١-١٧٢).

(ب) صدق المقياس في البحث الحالي:

تم التحقق من صدق مقياس الهناء النفسي المختصر وأبعاده، بطريقة: صدق الارتباط بمحكين هما: ١- التقرير الذاتي للهناء، ٢- مقياس السعادة الذاتية على عينة التحقق من ثبات وصدق أدوات البحث الحالي (ن = ١٠٠)، فبالنسبة (للتقرير الذاتي للهناء) بلغت معاملات الارتباط بين المقياس المحك، مع بعد الاستقلالية (٠,٣٣٠)، ومع بعد السيطرة على البيئة (٠,٥٢٨)، ومع بعد النمو الشخصي (٠,٥٥٧)، ومع بعد العلاقات الإيجابية (٠,٤٠٠)، ومع بعد الهدف في الحياة (٠,٦٥٣)، ومع بعد تقبل الذات (٠,٦٦٨)، كما بلغ معامل الارتباط بين المقياس المحك وبين الدرجة الكلية لمقياس الهناء النفسي (٠,٦٤٧)، وجميع هذه المعاملات لها دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١)، فيما عدا بعدي الاستقلالية، والعلاقات الإيجابية فكانت لها دلالة عند مستوى (٠,٠١) لكل منها. أما بالنسبة (لمقياس السعادة الذاتية) فقد بلغت معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للمقياس المحك مع بعد الاستقلالية (٠,٣٢٩)، ومع بعد السيطرة على البيئة (٠,٥٣٠)، ومع بعد النمو الشخصي (٠,٤٦٢)، ومع بعد العلاقات الإيجابية (٠,٤٠٠)، ومع بعد الهدف في الحياة (٠,٥١٨)، ومع بعد تقبل الذات (٠,٥٧٢)، كما بلغ معامل الارتباط بين المقياس المحك وبين الدرجة الكلية لمقياس الهناء النفسي (٠,٥٩٠)، وجميع هذه المعاملات لها دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١)، فيما عدا بعدي الاستقلالية، والعلاقات الإيجابية فكانت لها دلالة عند مستوى (٠,٠١) لكل منها، مما يدل على صدق مرتفع لمقياس الهناء النفسي المختصر في البحث الحالي.

٤- الأساليب الإحصائية:

استُخدم في البحث الحالي الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة البيانات، والهدف من البحث، وهذه الأساليب هي:

أ- الإحصاء الوصفي كالتكرارات والنسب المئوية لوصف عينة الدراسة، وأيضاً استخدام الإحصاء الوصفي كالمدى، والمتوسطات والانحرافات المعيارية والخطأ

- المعياري للمتوسط، والتباين، والالتواء والتقلطح لأداء العينة على جميع أدوات البحث، للتحقق من اعتدالية التوزيع التكراري، وبالتالي استخدام الإحصاء البارامترية في حالة اعتدالية توزيع الدرجات على هذه المقاييس.
- ب- معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation Coefficient للتحقق من الكفاءة السيكمترية لأدوات القياس كالثبات والصدق، وكذلك للتحقق من صحة الفرض الأول للبحث.
- ج- تحليل التباين الثنائي Univariate Analysis of Variance للتحقق من صحة الفرض الثاني والفرض الثالث.
- د- الدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطات المجموعات غير المرتبطة، باستخدام قيمة "ت" t.test، للتحقق من صحة الفرض الثاني والفرض الثالث كاستكمال لنتائج تحليل التباين.

٥- خطوات تطبيق أدوات البحث:

- أ- تم تطبيق مقاييس البحث على الهيئة المعاونة لأعضاء هيئة التدريس بجامعة أسيوط من المعيدين والمدرسين المساعدين، بكليات عملية ونظرية مختلفة في مقر عملهم بكل كلية، في عدة جلسات معظمها فردي، وبعضها جمعي (من فردين إلى خمسة أفراد).
- ب- تم إلقاء التعليمات الأولية للمبحوثين التي توضح لهم كيفية الإجابة عن بنود كل مقياس، ثم التأكد من كتابة البيانات الديموجرافية الخاصة بكل مبحوث، ومن ثم البدء في الإجابة عن المقاييس.
- ج- بعد الانتهاء من تطبيق مقاييس البحث، تم تفرغ البيانات تبعاً لمتغيرات الدراسة باستخدام حزمة البرامج الإحصائية في العلوم الاجتماعية (SPSS 22)، واستخراج الدرجات الخام لكل مقياس بأبعاده الفرعية، ومن ثم إجراء الأساليب الإحصائية التي تتناسب مع فروض وإجراءات البحث.

نتائج البحث ومناقشتها:

فيما يلي عرض كل من النتائج الوصفية، ثم نتائج فروض البحث.
أولاً- النتائج الوصفية:

فيما يلي عرض الإحصاء الوصفي لدرجات عينة البحث الكلية (ن = ٣١٠) على كل أداة من أدوات البحث، والجدول (٦) يوضح هذه النتائج.

جدول (٦) الإحصاء الوصفي لدرجات عينة البحث الكلية (ن = ٣١٠) على مقاييس البحث: التسامح

وأبعاده، الهناء النفسي وأبعاده

التفط ح	الالتوا ع	التباير ن	الخطا المعياري للمتوس ط	الإنحراف المعياري	المتوس ط	أقل قيمة	أقل قيمة	المدى	المقاييس	
٠,٢٥٠	٠,١٧٨	١٨,١٤	٠,٢٤٢	٤,٢٥	٢٥,٢٨	٢٨	١٦	٢٢	١. التسامح مع الذات.	٢. التسامح ح
٠,٢٧٩	٠,٠٧٧	٢٥,٢٥	٠,٢٨٦	٥,٠٢	٢٥,٩٨	٤٢	٨	٢٤	٢. التسامح مع الآخر.	
٠,٤١٣	٠,٢٤٧	٢٩,٢١	٠,٢٠٧	٥,٤١	٢٧,٤٧	٤٢	١٤	٢٨	٣. التسامح مع المواقف.	
١,٠٦٥	٠,٢٢٧	١٢٠,٢٤	٠,٦٢٣	١٠,٩٦	٧٨,٦٧	١٠٨	٢٩	٧٩	٤. الدرجة الكلية للتسامح	
٠,٤١٨	٠,١٥٠	٢٢,٠٠	٠,٢٢١	٥,٦٥	٢٦,٢٩	٤٢	١٣	٢٩	١. الاستقلالية.	٤. الهناء النفسي
٠,٢١٤	٠,٠٠١	٢٤,٢٥	٠,٢٣٢	٥,٨٥	٢٧,١١	٤٢	١٢	٢٠	٢. السيطرة على البيئة.	
٠,٢٤٠	٠,٤٤٨	٢٥,٤٢	٠,٢٨٦	٥,٠٤	٣٣,٨٧	٤٢	١٩	٢٣	٣. النمو الشخصي.	
٠,٢٠٦	٠,٤٢٨	٤١,٨٢	٠,٢٦٧	٦,٤٦	٣١,٦٨	٤٢	١٠	٢٢	٤. العلاقات	

									الإيجابية.
٠,٣٦٦	٠,٥٠٤	٣١,٤٧	٠,٣١٩	٥,٦١	٣١,٤٧	٤٢	٨	٣٤	٥. الهدف في الحياة.
٠,٤٥٠	٠,٣٠٧	٤٨,٧٢	٠,٣٩٦	٦,٩٨	٢٩,٦	٤٢	١٠	٣٢	٦. تقبل الذات.
٠,٥٢٦	٠,٠٥٣	٦٩٠,٠	١,٤٩٢	٢٦,٢٧	١٨٠,١	٢٤٦	١١٥	١٣١	٧. الدرجة الكلية للهناء
		٩			٥				

وتشير نتائج الإحصاء الوصفي، بالجدول (٦) إلى ما يلي:

١- أن توزيع درجات عينة البحث الكلية على مقياس التسامح ككل، وعلى كل بعد من أبعاده الثلاثة (التسامح مع الذات، والتسامح مع الآخر، والتسامح مع المواقف)، تتوزع توزيعاً اعتدالياً، وقد ظهرت هذه النتيجة من خلال مراجعة قيم كل من الالتواء، والتقلطح، مما يمكن معه استخدام الإحصاء البارامترية للدرجات على مقياس التسامح وأبعاده في البحث الحالي.

٢- أن توزيع درجات عينة البحث الكلية على مقياس الهناء النفسي ككل، وعلى كل بعد من أبعاده الستة (الاستقلالية، والسيطرة على البيئة، والنمو الشخصي، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والهدف في الحياة، وتقبل الذات)، تتوزع توزيعاً اعتدالياً، وقد ظهرت هذه النتيجة من خلال مراجعة قيم كل من الالتواء، والتقلطح، مما يمكن معه استخدام الإحصاء البارامترية للدرجات على مقياس الهناء النفسي وأبعاده في البحث الحالي.

ثانياً - نتائج البحث ومناقشتها:

١- نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

ينص الفرض الأول على أنه: "يوجد ارتباط موجب ودال بين التسامح وأبعاده والهناء النفسي وأبعاده لدى الهيئة المعاونة بالجامعة". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لنتائج عينة البحث من الهيئة المعاونة بالجامعة (ن = ٣١٠)، والجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧) نتائج معامل ارتباط بيرسون لعلاقة التسامح وأبعاده بالهناء النفسي وأبعاده لدى الهيئة المعاونة بالجامعة (ن = ٣١٠)

الدرجة الكلية للتسامح	التسامح مع المواقف	التسامح مع الآخر	التسامح مع الذات	التسامح الهناء النفسي
٠,٣٠٤	٠,٣٥٢	٠,١١٦	٠,١٧٢	الاستقلالية
٠,٤٩٦	٠,٤٨٨	٠,٢٤٥	٠,٣٣٩	السيطرة على البيئة
٠,٣٧٣	٠,٣٥١	٠,١٥٥	٠,٢١٥	النمو الشخصي
٠,٢٦٠	٠,٢٨٨	٠,٠٨٩	٠,٢١٩	العلاقات الإيجابية مع الآخرين
٠,٣١٧	٠,٣٦٠	٠,١٢٤	٠,٢١٨	الهدف في الحياة
٠,٤٤٦	٠,٤٥٤	٠,٠٨٢	٠,٤٤١	تقبل الذات
٠,٤٩١	٠,٥٢١	٠,١٨٠	٠,٣٧١	الدرجة الكلية

وبمراجعة الجدول (٧) يتضح ارتباط التسامح وأبعاده بالهناء النفسي وأبعاده ارتباطاً موجباً ودالاً عند مستوى (٠,٠٠١) بالنسبة للدرجة الكلية لكل من التسامح والهناء النفسي وكذلك بالنسبة للأبعاد، فيما عدا الارتباط بين بعدي (التسامح مع الذات، والاستقلالية) فдал عند مستوى (٠,٠١)، وكذلك الارتباط بين بعدي (التسامح مع الآخر، والاستقلالية) فдал عند مستوى (٠,٠٥)، بينما لم يصل ارتباط بعد (التسامح مع الآخر) ببعدي (العلاقات الإيجابية مع الآخرين، وتقبل الذات) لمستوى الدلالة الإحصائية مما يدل على تحقق الفرض الأول جزئياً.

وعلى الرغم من ندرة الدراسات السابقة التي بحثت هذه العلاقة إلا أنه تم التأكيد في القليل منها على ارتباط التسامح إيجابياً بالهناء النفسي مثل دراسة كل من (Tse, Yip,) (2009; Scull, 2009؛ وسحر إبراهيم، ٢٠١٦).

٢- نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

ينص الفرض الثاني على أنه "يختلف التسامح وأبعاده لدى الهيئة المعاونة بالجامعة باختلاف متغيري: النوع (ذكر/أنثى)، ونوع الدراسة (عملي/ نظري)، والتفاعل بين المتغيرين".

وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم استخدام تحليل التباين الثنائي لنتائج عينة البحث من الهيئة المعاونة بالجامعة (ن = ٣١٠)، والجدول (٨) يظهر النتائج الوصفية للمجموعات ولعينة البحث الكلية، كما يوضح الجدول (٩) نتائج تحليل التباين الثنائي للتسامح وأبعاده. جدول (٨) المتوسط والانحراف المعياري لمجموعات البحث من الهيئة المعاونة بالجامعة على الدرجة الكلية لمقياس التسامح (ن = ٣١٠)

التسامح (درجة كلية)		عدد	المجموعة
متوسط	ع		
٧٩,٦٩	١٠,٢١	٤٩	١. ذكور كليات عملية
٧٨,٩٢	١٠,٤٤	٦١	٢. ذكور كليات نظرية
٧٩,٢٦	١٠,٢٩	١١٠	٣. ذكور ككل
٧٧,٥٩	١١,٤٩	١٠٣	٤. إناث كليات عملية
٧٩,١٥	١١,١٦	٩٧	٥. إناث كليات نظرية
٧٨,٣٥	١١,٣٣	٢٠٠	٦. إناث ككل
٧٨,٢٧	١١,١٠	١٥٢	٧. كليات عملية
٧٩,٠٦	١٠,٨٥	١٥٨	٨. كليات نظرية
٧٨,٦٧	١٠,٩٧	٣١٠	٩. العينة الكلية

جدول (٩) تحليل التباين الثنائي لدرجات الهيئة المعاونة بالجامعة (ن = ٣١٠) على كل بعد من أبعاد مقياس التسامح والدرجة الكلية، حسب متغيري: النوع (ذكر/ أنثى)، ونوع الدراسة (عملي - نظري)، والتفاعل بينها.

ف	متوسط المربعات	مجموع المربعات	د ح	مصدر التباين	
١,١٤	٢٠,٨١٨	٢٠,٨١٨	١	أ. النوع (ذكر/ أنثى)	١. تسامح مع الذات
٠,٧٣	١٣,٢٢٠٧	١٣,٢٢٠٧	١	ب. نوع الدراسة (عملي/ نظري)	
٠,٢٢٨	٥,٠٨٦	٥,٠٨٦	١	التفاعل (أ X ب)	
-	١٨,١٩٣	٥٥٦٧,١٥٦	٣٠٦	الخطأ	
-	-	٥٦٠٦,١٤٢	٣٠٩	المجموع	
٠,٠٠٩	٠,٢٢	٠,٢٢	١	أ. النوع (ذكر/ أنثى)	٢. تسامح مع الآخر
٠,٠١٩	٠,٤٨	٠,٤٨	١	ب. نوع الدراسة (عملي/ نظري)	
١,٦١٤	٤١,٠٩	٤١,٠٩	١	التفاعل (أ X ب)	
-	٢٥,٤٦	٧٧٩١,٥٨	٣٠٦	الخطأ	
-	-	٧٨٣٤,٨٤٢	٣٠٩	المجموع	
٠,٠٧	٢,٠٥٥	٢,٠٥٥	١	أ. النوع (ذكر/ أنثى)	٣. تسامح مع المواقف
٠,٠٤	١,٢٩٦	١,٢٩٦	١	ب. نوع الدراسة (عملي/ نظري)	
٣,٢٥	٩٥,١٢٢	٩٥,١٢٢	١	التفاعل (أ X ب)	
-	٢٩,٢٧٤	٨٩٥٧,٨٤٥	٣٠٦	الخطأ	
-	-	٩٠٥٧,٢٣٩	٣٠٩	المجموع	
٠,٥٠٧	٦١,٢٢	٦١,٢٢	١	أ. النوع (ذكر/ أنثى)	٤. الدرجة الكلية للتسامح
٠,٠٩٠	١٠,٨٩	١٠,٨٩	١	ب. نوع الدراسة (عملي/ نظري)	
٠,٧٩٧	٩٦,٢٢	٩٦,٢٢	١	التفاعل (أ X ب)	
-	١٢٠,٧٧٣	٣٦٩٥٦,٥٥	٣٠٦	الخطأ	
-	-	٣٧١٥٤,٠٩٤	٣٠٩	المجموع	

وبمراجعة نتائج الجدول (٩) اتضح أنه لا تختلف الدرجة الكلية للتسامح ولا أي بعد من أبعاده الثلاثة لدى الهيئة المعاونة لأعضاء هيئة التدريس بالجامعة، باختلاف متغيري: النوع (ذكر/ أنثى)، ونوع الدراسة (عملي/ نظري)، والتفاعل بين المتغيرين، حيث لم تصل قيمة "ف" لمستوى الدلالة الإحصائية، مما يدل على عدم تحقق صحة الفرض الثاني.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج بعض الدراسات التي بحثت الفروق في التسامح، وفقاً لمتغير النوع (ذكور/ إناث)، ونوع الدراسة (عملي- نظري)، بينما اختلفت مع البعض الآخر منها، فمن الدراسات التي اتفقت أنه لا توجد فروق بين النوعين (ذكور/ إناث) في الدرجة الكلية للتسامح أو أحد أبعاده، دراسة كل من (آمال دسوقي، ٢٠١٥) في التسامح مع الذات، ودراسة (هبة محمد، ٢٠١٥) في التسامح مع الذات، والتسامح مع الآخر، ودراسة (زينب شقير، ٢٠١٢؛ وبشرى أرنوط، وفينك فؤاد، ٢٠١٢؛ عادل المنشاوي، ٢٠١٥؛ وأحمد المحاسنة، ٢٠١٧؛ ويحيى النجار، وعطاف أبو غالي، ٢٠١٧) في الدرجة الكلية للتسامح.

أما بالنسبة للدراسات التي اختلفت نتائجها عن نتائج هذا الفرض، فيما يتعلق باختلاف التسامح وفقاً لمتغير النوع، فهناك دراسات توصلت لنتائجها إلى وجود فروق بين الجنسين (ذكور/ إناث) في التسامح ككل، أو في أحد أبعاده، منها دراسة كل من (شحاتة زيان، ٢٠٠٥؛ وهاني محمد، ٢٠١٤؛ ونورة البقمي، ٢٠١٧) في الدرجة الكلية للتسامح في اتجاه الإناث، ودراسة (هبة محمد، ٢٠١٥) في بعد التسامح مع المواقف في اتجاه الإناث أيضاً.

ومن حيث متغير نوع الدراسة (عملي/ نظري) اتضح في دراسة (أحمد المحاسنة، ٢٠١٧) أن طلاب الكليات النظرية أكثر تسامحاً من طلاب الكليات العملية، وطلاب الفرقتين الثالثة، والرابعة أكثر تسامحاً من طلاب الفرقتين الأولى، والثانية. ومن حيث التفاعل بين متغيري (النوع، ونوع الدراسة) وفقاً لمتغير التسامح فلم تبحث الدراسات السابقة هذا التفاعل في حدود اطلاع الباحثين.

ويفسر الباحثان عدم وجود فروق في التسامح لدى الهيئة المعاونة لأعضاء هيئة التدريس بالجامعة، ترجع لاختلاف متغيري النوع، ونوع الدراسة، بأن كلاهما سواء كان ذكراً أم أنثى، أو سواء يعملون في كليات عملية أو كليات نظرية، فإنهم جميعاً ينتمون إلى نفس بيئة العمل، ونفس المستوى الثقافي، وبالتالي قد يعانون من نفس المشكلات والضغوط الحياتية إلى حد ما، بل وقد يتعرضون إلى نفس المواقف والضغوط المهنية في مجال العمل، الأمر الذي قد يؤدي إلى قدرتهم أم عدم قدرتهم على تحقيق التسامح مع الذات أو الآخر أو المواقف، وقد يسهم أساليب التفكير، أو التدين في تحقيق هذا

التسامح من عدمه كما قد تسهم العمليات المعرفية لا سيما الإدراك في حدوث التسامح من عدمه وفقاً للنظريات المعرفية المفسرة للتسامح.

٣- نتائج الفرض الثالث ومناقشتها:

ينص الفرض الثالث على أنه "يختلف الهناء النفسي وأبعاده لدى الهيئة المعاونة بالجامعة باختلاف متغيري: النوع (ذكر/أنثى)، ونوع الدراسة (عملي/ نظري)، والتفاعل بين المتغيرين". وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم استخدام تحليل التباين الثنائي لنتائج عينة البحث من الهيئة المعاونة بالجامعة (ن = ٣١٠)، والجدول (١٠) يظهر النتائج الوصفية للمجموعات ولعينة البحث الكلية، كما يوضح الجدولان (١١ و ١٢) نتائج تحليل التباين الثنائي لمتغير الهناء النفسي وأبعاده.

جدول (١٠) المتوسط والانحراف المعياري لمجموعات البحث من الهيئة المعاونة بالجامعة على الدرجة الكلية لمقياس الهناء النفسي (ن = ٣١٠)

المجموعة	عدد	الهناء النفسي (درجة كلية)	
		متوسط	ع
١. ذكور كليات عملية	٤٩	١٧٨,٤٥	٢١,٨٦
٢. ذكور كليات نظرية	٦١	١٨٣,٦٧	٢٧,٧٥
٣. ذكور ككل	١١٠	١٨١,٣٥	٢٥,٣٢
٤. إناث كليات عملية	١٠٣	١٧٣,٠٦	٢٦,٨٨
٥. إناث كليات نظرية	٩٧	١٨٦,٣١	٢٥,١٣
٦. إناث ككل	٢٠٠	١٧٩,٤٩	٢٦,٨٢
٧. كليات عملية	١٥٢	١٧٤,٨٠	٢٥,٤٢
٨. كليات نظرية	١٥٨	١٨٥,٢٩	٢٦,١٢
٩. العينة الكلية	٣١٠	١٨٠,١٥	٢٦,٢٧

وبمراجعة الجدول (١١) اتضح أنه لا تختلف الدرجة الكلية للهناء النفسي، ولا أي بعد من أبعاده لدى الهيئة المعاونة بالجامعة، باختلاف متغير: النوع (ذكر/أنثى)، ولا في التفاعل بين متغيري الجنس ونوع الدراسة، حيث لم تصل قيمة "ف" لمستوى الدلالة الإحصائية، بينما يختلف الهناء النفسي باختلاف متغير نوع الدراسة (عملي/ نظري)، في

بعدي (الاستقلالية، والهدف في الحياة) حيث إن قيمة "ف" دالة عند مستوى (٠,٠٠١)،
ويعد (النمو الشخصي) دالة عند مستوى (٠,٠٥) و(الدرجة الكلية للهناء النفسي) دالة عند
مستوى (٠,٠١)، مما يدل على تحقق الفرض الثالث جزئياً.

ولاختبار مصدر واتجاه الفروق الدالة إحصائياً بناء على قيمة "ف" الدالة، أمكن حساب
الدلالة الإحصائية للفروق في الهناء النفسي لدى الهيئة المعاونة بالجامعة، وفقاً لمتغير نوع
الدراسة بالكليات (عملي - نظري)، وذلك باستخدام قيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطات
المجموعات غير المرتبطة والجدول (١٢) يوضح ذلك.

جدول (١١) تحليل التباين الثنائي لدرجات الهيئة المعاونة بالجامعة (ن = ٣١٠) على
مقياس الهناء النفسي وأبعاده، حسب متغيري: النوع (ذكر/ أنثى)، ونوع الدراسة (عملي -
نظري)، والتفاعل بينهما.

ف	متوسط مربعات	مجموع مربعات	د ح	مصدر التباين	
٠,٤٠٣	١٢,٠٤٢	١٢,٠٤٢	١	أ . النوع (ذكر/ أنثى)	١. إستقلالية
١٥,٠٢ ***	٤٤٩,٣٩٠	٤٤٩,٣٩٠	١	ب . نوع الدراسة (عملي/ نظري)	
٢,٨٩	٨٦,٥٣٥	٨٦,٥٣٥	١	التفاعل (أ X ب)	
-	٢٩,٩١٥	٩١٥٤,٠٨١	٣٠٦	الخطأ	
-	-	٩٨٨٩,٩٨٧	٣٠٩	المجموع	
٠,٠٥٩	٢,٠١٩	٢,٠١٩	١	أ . النوع (ذكر/ أنثى)	٢. السيطرة على البيئة
١,٨٤٠	٦,٦٨٧	٦,٦٨٧	١	ب . نوع الدراسة (عملي/ نظري)	
١,٤٤٩	٤٩,٣٤٩	٤٩,٣٤٩	١	التفاعل (أ X ب)	
-	٣٤,٠٦٣	١٠٤٢٣,٤١٣	٣٠٦	الخطأ	
-	-	١٠٥٨٣,٤٨٧	٣٠٩	المجموع	
٠,٠٥٩٣	١٤,٩٦٦	١٤,٩٦٦	١	أ . النوع (ذكر/ أنثى)	٣. النمو الشخصي
٤,٤٢٥ *	١١١,٧١٧	١١١,٧١٧	١	ب . نوع الدراسة (عملي/ نظري)	
٠,٠٠١	٠,٠٢٤	٠,٠٢٤	١	التفاعل (أ X ب)	

ف	متوسط مربعات	مجموع مربعات	د ح	مصدر التباين	
-	٢٥,٢٥٠	٧٧٢٦,٣٦٤	٣٠٦	الخطأ	
-	-	٧٨٥٧,٥٧٧	٣٠٩	المجموع	
٠,١٢٠	٥,٠٣٣	٥,٠٣٣	١	أ. النوع (ذكر/ أنثى)	٤. العلاقات الإيجابية
٠,٠٠٧	٠,٢٩٥	٠,٢٩٥	١	ب. نوع الدراسة (عملي/ نظري)	
١,٦٨٤	٧٠,٦٦٣	٧٠,٦٦٣	١	التفاعل (أ X ب)	
-	٤١,٩٥٨	١٢٨٣٩,٢١٤	٣٠٦	الخطأ	
-	-	١٢٩٢٣,٧٤٢	٣٠٩	المجموع	
٠,٨١٥	٢٤,٠٠١	٢٤,٠٠١	١	أ. النوع (ذكر/ أنثى)	
١٩,٩٢٩ ***	٥٨٧,٠٣٧	٥٨٧,٠٣٧	١	ب. نوع الدراسة (عملي/ نظري)	
٠,٠٧٥	٢,٢٠٠	٢,٢٠٠	١	التفاعل (أ X ب)	
-	٢٩,٤٥٦	٩٠١٣,٤٩٣	٣٠٦	الخطأ	
-	-	٩٧٢٥,٢٣٩	٣٠٩	المجموع	
٠,٨٠٨	٣٨,٧٩٣	٣٨,٧٩٣	١	أ. النوع (ذكر/ أنثى)	٦. تقبل الذات
٣,٥٤٤	١٧٠,١٥٠	١٧٠,١٥٠	١	ب. نوع الدراسة (عملي/ نظري)	
١,٢٠٩	٥٨,٠٣٥	٥٨,٠٣٥	١	التفاعل (أ X ب)	
-	٤٨,٠١٦	١٤٦٩٢,٩٣٧	٣٠٦	الخطأ	
-	-	١٥٠٥٤,٣٣٩	٣٠٩	المجموع	
٠,٢٠١	١٣٣,٤٤٣	١٣٣,٤٤٣	١	أ. النوع (ذكر/ أنثى)	
٩,٠٣٣ **	٦٠٠٦,٦٤٤	٦٠٠٦,٦٤٤	١	ب. نوع الدراسة (عملي/ نظري)	
١,٧٠٦	١١٣٤,٣٤	١١٣٤,٣٤	١	التفاعل (أ X ب)	
-	٦٦٤,٩٦٧	٢٠٣٤٧٩,٩٣٧	٣٠٦	الخطأ	
-	-	٢١٣٢٣٨,٤٦٨	٣٠٩	المجموع	

جدول (١٢) دلالة الفروق باستخدام قيمة "ت" بين متوسطات مجموعتي الكليات العملية والكليات النظرية في الدرجة الكلية للهناء النفسي، والأبعاد: الاستقلالية، والنمو الشخصي، والهدف في الحياة

البعد	مجموعة الكليات	عدد	المتوسط	انحراف معياري	قيمة ت	الدلالة	في اتجاه مجموعة
١- الإستقلالية	١- العملية	١٥٢	٢٤,٩٣	٥,٣٩	٤,٦٢	٠,٠٠١	النظرية
	٢- النظرية	١٥٨	٢٧,٨٠	٥,٥٧			
٢- النمو الشخصي	١- العملية	١٥٢	٣٣,٢٤	٥,٠٥	٢,١٥	٠,٠٥	النظرية
	٢- النظرية	١٥٨	٣٤,٤٧	٤,٩٨			
٣- الهدف في الحياة	١- العملية	١٥٢	٢٩,٩٥	٥,٢٩	٤,٨٤	٠,٠٠١	النظرية
	٢- النظرية	١٥٨	٣,٩٣	٥,٥٤			
٤- الهناء درجة كلية	١- العملية	١٥٢	١٧٤,٨٠	٢٥,٤٢	٣,٥٨	٠,٠٠١	النظرية
	٢- النظرية	١٥٨	١٨٥,٢٩	٢٦,١٢			

وبمراجعة الجدول (١٢) اتضح أن الهيئة المعاونة بالجامعة بالكليات النظرية، حصلت على متوسط أعلى وبشكل دال إحصائياً من متوسط درجات الهيئة المعاونة بالكليات العملية في الدرجة الكلية للهناء النفسي، وكل بعد من أبعاد (الاستقلالية، والنمو الشخصي، والهدف في الحياة)، حيث إن قيمة "ت" دالة عند مستوى (٠,٠٠١)، فيما عدا بعد (النمو الشخصي)، فقد اتضح أن قيمة "ت" دالة عند مستوى (٠,٠٥). وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج بعض الدراسات التي بحثت الفروق في الهناء النفسي وفقاً لمتغير النوع (ذكور/ إناث) ونوع الدراسة (عملي- نظري)، بينما اختلفت مع البعض الآخر منها، فمن الدراسات التي اتفقت أنه لا توجد فروق بين النوعين (ذكور/ إناث) في الهناء النفسي أو أحد أبعاده لدى طلاب الجامعة والدراسات العليا دراسة (النابعة محمد، ٢٠١٥)، بينما اختلفت نتائج دراسة (رنا رشاد، ٢٠١٧) عن ذلك حيث أثبتت نتائجها وجود فروق دالة بين الطلاب من النوعين في الهناء النفسي.

أما من حيث متغير نوع الدراسة (عملي- نظري) فقد اتفقت نتائج دراسة (فاطمة علي، ٢٠١٧) مع نتيجة هذا الفرض من حيث أنه توجد فروق دالة إحصائية في الهناء النفسي وفقاً لمتغير نوع الدراسة (عملي- نظري) لدى طلاب الجامعة. ومن حيث التفاعل بين متغيري (النوع، ونوع الدراسة) في الهناء النفسي وأبعاده فلم تبحث الدراسات السابقة هذا التفاعل في -حدود اطلاع الباحثين-.

ويفسر الباحثان الفروق في الهناء بشكل عام على أنه أمر طبيعي وفقاً لنظريات الشخصية التي ركزت على تفسير ذلك، حيث يشير كل من "داينر، وأوشي، ولوكس" (Diener, Oishi, & Lucas 2003, 408) إلى أن مستوى هناء الأفراد يتم تحديده من خلال شخصيتهم، كما جادل باحثون آخرون استناداً إلى نظرية "جراي" ١٩٧٠، بأن متوسط الفروق في الهناء أمر واجب، كنتيجة للفروق الفردية في التفاعل الوجداني.

ويؤكد "داينر، ولوكس" ١٩٩٩ أهمية نماذج التنشئة الاجتماعية الوجدانية، ونماذج الهدف في تفسير الفروق الفردية بين الأفراد في الهناء (Diener, Oishi, & Lucas 2003, 409) وبناء على ذلك، يؤكد أتباع الاتجاه الإنساني في علم النفس خصوصية الإنسان بين الكائنات الحية ببعض الخصائص، مثل: الإرادة والحرية والمسؤولية والابتكار والقيم؛ فيرون أن التحدي الرئيس أمامه هو أن يحقق وجوده وذاته وسعادته كإنسان، وذلك من خلال السعي إلى تحقيق هدفه النهائي في الحياة، وهو إيجاد معنى لوجوده "شعوره بالهناء" (علاء الدين كفاي، ١٩٩٠، ٣٥٠). كما أن أساليب التنشئة الاجتماعية السوية، والعلاقات الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين، والمهارات الاجتماعية المختلفة لدى الفرد، تسهم في ارتفاع مستوى هنائه، كما اتضح أن للظروف الاقتصادية تأثير ضئيلاً على الهناء، ويعود هذا التأثير نتيجة لعقد المقارنات مع الآخرين، أو مع ما كان عليه الفرد في الماضي (مايكل أرجايل، ١٩٨٦، ٢٧٧).

توصيات البحث:

بناء على نتائج البحث يوصي الباحثان بما يلي:

- ١- ضرورة عمل ندوات وبرامج إرشادية تسهم في تنمية سمة التسامح لدى الأفراد بصفة عامة ولدى القائمين على تنشئة الأجيال بصفة خاصة.

- ٢- أهمية معرفة الحاجات النفسية الأساسية، والمتطلبات المهنية لأي مجال عمل لاسيما المجال التعليمي مما يؤدي بدوره إلى التقليل من المشكلات النفسية، والضغوط المهنية، وتحقيق الهناء النفسي بمفهومه الشامل لدى الأفراد.
- ٣- ضرورة اللجوء إلى التدين والتمسك بتعاليم الدين مما يسهم في تنمية السمات الإيجابية في الشخصية وتحقيق التوازن النفسي.

بحوث مقترحة:

- بناء على نتائج البحث يقترح الباحثان إجراء مزيد من البحوث منها ما يلي:
- ١- دراسة إسهام التدين الجوهري في التنبؤ بالهناء النفسي والتسامح لدى الهيئة المعاونة لأعضاء هيئة التدريس بالجامعة.
 - ٢- دراسة أساليب التفكير كمتغير وسيط ومعدل في العلاقة بين بعض سمات الشخصية والهناء النفسي لدى طلاب الجامعة.
 - ٣- دراسة إسهام بعض المتغيرات الديموجرافية مثل: (السن، وعدد أفراد الأسرة، والمستوى الاقتصادي، ومحل الإقامة "ريف - حضر") في التنبؤ بالهناء النفسي لدى طلاب الجامعة.

المراجع:

- أبو الفضل ابن منظور (١٩٧٩). لسان العرب. القاهرة: دار المعارف للنشر.
- أحمد المحاسنة (٢٠١٧). مدى شيوع سمة التسامح لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بأنماط تعلقهم. مجلة الدراسات التربوية والنفسية بجامعة السلطان قابوس، ١١ (١)، ٣٦ - ٥٢.
- أحمد محمد عبد الخالق (٢٠١٠). التدين والحياة الطيبة والصحة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة الكويتيين. مجلة دراسات نفسية، ٢٠ (٣)، ٥٠٣ - ٥٢٠.
- أحمد محمد عبد الخالق (٢٠١٨). دليل تعليمات المقياس العربي للسعادة. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- أحمد محمد عبد الخالق (٢٠٢٠). دليل القائمة العربية للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- أحمد محمد عبد الخالق، وغادة عيد (٢٠٠٨). حب الحياة ومدى استقلاليتها أو ارتباطه بمتغيرات الهناء الشخصي أو الحياة الطيبة. مجلة دراسات نفسية، ١٨ (٤)، ٥٨٧ - ٦٠٠.
- أحمد محمد عبد الخالق، وغادة عيد، ومايسة النبال (٢٠١٠). حب الحياة لدى عينتين من طلاب الجامعة الكويتيين واللبنانيين: دراسة في علم النفس الإيجابي. حوليات الآداب والعلوم الاجتماعية، الحولية (٣١)، الرسالة (٣٢١) الكويت: مجلس النشر العلمي بجامعة الكويت.
- أشرف عبد الوهاب (٢٠٠٥). التراث والتغير الاجتماعي: التسامح الاجتماعي بين التراث والتغيير. القاهرة: مطبوعات مركز البحوث والدراسات الاجتماعية بكلية الآداب جامعة القاهرة.
- أصيل كامل (٢٠١٠). التسامح في الديانات السماوية. بغداد: بيت الحكمة للنشر.
- آمال دسوقي (٢٠١٥). نموذج بنائي للتسامح في ضوء علاقته ببعض المتغيرات النفسية. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية جامعة عين شمس.
- أندرو نيوبيرج، وأوجين داكولي، وستيفن نيوبيرج، وفيرشكا دي مارسى (٢٠١٥). الارتباطات النفسية العصبية للتسامح. في ميشيل ماكلو، وكينيث بارجمنت، وكارل ثورسين (محررين). التسامح: النظرية والبحث والممارسة. (ص ص ١٩٣ - ٢٢٧). (ترجمة عبير أنور). القاهرة: المركز القومي للترجمة والنشر. (الكتاب الأصلي منشور ٢٠٠١).
- بشرى أرنوط، وفينك فؤاد (٢٠١٢). التسامح والسعادة: دراسة عبر حضارية على طلبة الجامعة في كل من مصر والعراق. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٢٢ (٧٦)، ١٧٥ - ٢٢١.
- حلمي أبو الفتوح (٢٠١٨). تعزيز قيم التسامح واللاعنف لدى طلاب الجامعات. مجلة كلية التربية بسوهاج، (٥٣) ج٣، ٨١٢ - ٨٢٨.

- خليل الزركاني (٢٠١١). التسامح عند رسول الله الأعظم (صلى الله عليه وسلم) وأهل بيته (عليهم السلام). في أصيل علاء الدين (محرر). بغداد منارة التسامح والتعايش السلمي بين الديانات (ص ص ٥ - ٨). بغداد: بيت الحكمة للنشر والتوزيع.
- رشدي طعيمة، ومحمد الشيخ (٢٠٠٧). ثقافة التسامح في ضوء التربية والدين. القاهرة: دار الفكر العربي.
- رمزي البعلبكي (٢٠٠٨). قاموس المورد الحديث: إنجليزي - عربي. لبنان: دار العلم للملايين.
- رنا رشاد (٢٠١٧). الهناء الشخصي وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلاب الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب جامعة طنطا.
- زينب شقير (٢٠١٠). مقياس تشخيص التسامح "المراهقة- الرشد- وسط العمر". القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- زينب شقير (٢٠١٢). التسامح كمنبئ للأمن النفسي لدى المتزوجين وغير المتزوجين من طلاب الدراسات العليا. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، (٢٤) ج ٢، ٢٤٤ - ٣٦١.
- سحر إبراهيم (٢٠١٦). العوامل المنبئة بالهناء النفسي لدى السيدات المتزوجات. مجلة دراسات نفسية، ٢٦ (٢)، ١٨٣ - ٢٤٩.
- شحاته زيان (٢٠٠٥). التسامح وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية لدى عينة من طلبة المرحلتين الثانوية والجامعية. رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات والبحوث التربوية جامعة القاهرة.
- شيماء باشا، ورشا عبد الستار (٢٠١٥). علم النفس الإيجابي رؤية معاصرة. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- صفوت إرنست فرج (١٩٨٠). التحليل العملي في العلوم السلوكية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- طه الشمري (٢٠١٨). فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتنمية التسامح والحب والانتماء لدى طلاب الجامعة. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية البنات جامعة عين شمس.
- عادل المنشاوي (٢٠١٥). نموذج بنائي للعلاقات بين النزعة للتسامح واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى الطلاب المعلمين. مجلة كلية التربية بجامعة الإسكندرية، ٢٥ (٤)، ٥٥ - ١٤١.
- عبير أنور (٢٠١٢). استراتيجيات التسامح الوالدي المستخدمة مع الأبناء والبنات في ضوء تفهم الآباء والأمهات ومستوى تعليمهم وأعمارهم. حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية بكلية الآداب جامعة القاهرة، الحولية الثامنة، الرسالة الحادية عشرة.

- عبير أنور، وفاتن عبد الصادق (٢٠١٠). دور التسامح والتفؤل في التنبؤ بنوعية الحياة لدى الطلاب الجامعيين في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. مجلة دراسات عربية في علم النفس تصدر عن رابطة الأخصائيين النفسيين، ٩ (٣)، ٤٩١ - ٥٧١.
- علاء الدين كفاي (١٩٩٠). الصحة النفسية. القاهرة: مؤسسة هجر للنشر والتوزيع والإعلان.
- فادية علوان، وفاطمة نوفل، وهدى عبد الفتاح، ومنى إبراهيم (٢٠١٨). البنية العاملية لمفهوم الصحة النفسية الإيجابية من الوهن إلى الازدهار. مجلة دراسات نفسية، ٢٨ (٣)، ٤٦٥ - ٤٩٧.
- فاطمة علي (٢٠١٧). أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها بالهناء النفسي في نهاية المراهقة وبداية الرشد. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب جامعة حلوان.
- فتون خزنوب (٢٠١٦). الرفاهية النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي والتفؤل: دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة دمشق. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، ١٤ (١) ٢١٧ - ٢٤٢.
- قدري حفني (٢٠٠٢). الطفل العربي والانتماء القومي. القاهرة: جامعة الدول العربية، مجلس وزراء الشؤون الاجتماعية العرب، اللجنة الفنية الاستشارية للطفولة العربية.
- قدري حفني (٢٠١٥). ماذا نعني بالتسامح؟. مجلة علم النفس، (١٠٤ - ١٠٥)، ٧ - ٨.
- مايكل أرجايل (١٩٨٦). سيكولوجية السعادة. (ترجمة فيصل يونس). القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر.
- ميشيل ماكلو، وكينث بارجمنتن، وكارل ثورسين (٢٠١٥). التسامح: النظرية والبحث والممارسة. (ترجمة عبير أنور). القاهرة: المركز القومي للترجمة والنشر. (الكتاب الأصلي منشور ٢٠٠١).
- النايعة محمد فتحي (٢٠٠٩). القيم كمنبئات بالهناء الشخصي والاجتماعي لدى عينة من طلاب الجامعة. بحث مقدم إلى المؤتمر السنوي السادس لقسم علم النفس حول جودة الحياة وعلم النفس. جامعة طنطا: كلية الآداب، ٢٦ - ٢٨/٤.
- النايعة محمد فتحي (٢٠١٥). أساليب ووظائف الهوية كمنبئات بمكونات الهناء النفسي لدى طلاب الجامعة. بحث مقدم إلى المؤتمر السنوي: الهوية في عالم متغير. جامعة المنيا: كلية الآداب، ١٦ - ١٨/٣.
- النايعة محمد فتحي (٢٠١٦). من ضغوط الحياة اليومية إلى الهناء النفسي. القاهرة: دار غريب للنشر والتوزيع.
- نورة البقمي (٢٠١٧). التسامح والانتماء وعلاقتها بسمات الشخصية لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة دراسات في التربية وعلم النفس، ٢٥ (٣)، ١٩٠ - ٢٠٧.

هاجر جمال الدين يوسف (٢٠٢٠). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والتسامح كمنبئات بالهناء الذاتي والنفسي لدى الهيئة المعاونة بالجامعة. رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية الآداب جامعة أسيوط.

هاني محمد (٢٠١٤). الإسهام النسبي للتسامح والامتنان في التنبؤ بالسعادة لدى طلاب الجامعة (دراسة في علم النفس الإيجابي). مجلة دراسات نفسية، ٢٤ (٢)، ١٤٣ - ١٨٤.

هبة إسماعيل (٢٠٢٠). أبعاد الرفاهية النفسية وفق نظرية رايف محددات للصدود الأكاديمي لدى الطلاب الموهوبين. مجلة الخدمة النفسية الصادرة عن مركز الخدمة النفسية بكلية الآداب جامعة عين شمس، (١٣)، ٨١ - ١٢٠.

هبة محمد علي (٢٠١٥). التسامح كمتغير معدل للعلاقة بين التعبير عن الغضب والتفكير الانتحاري لدى طلاب الجامعة من الجنسين. حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية بكلية الآداب جامعة القاهرة، الحولية الحادية عشرة، الرسالة الخامسة.

يحيى النجار، وعطاف أبوغالي (٢٠١٧). دور التعليم العالي في تعزيز قيم التسامح من وجهة نظر الطلبة وأعضاء الهيئة التدريسية بجامعة الأقصى نموذجاً. مجلة جامعة الأقصى، ٢١ (١)، ٤٢٣-٤٤٣.

- Barbee, K. (2008). Agreeableness facets & forgiveness of others, *Unpublished doctoral dissertation*, faculty of the school of psychology & counseling, Regent University.
- Bono, G., McCullough, M. & Root, L. (2008). Forgiveness feeling connected to others, and well-being tow longitudinal studies. *Pers Soc. Psychol Bull*, 34 (2), 182-95.
- Cansoy, R., Parlar, H., & Turkoglu, M. (2020). A predictor of teachers' psychological well-being: Teacher self-efficacy. *International Online Journal of Educational Sciences*, 12 (4), 41-55.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. (2003). Personality, Culture, and Subjective Well-Being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54 (1), 403- 425.
- Enright, R. (1996). Counseling within the forgiveness triad: On forgiving receiving forgiveness & self forgiveness. *Counseling & Values*, 40 (2), 107- 126.
- Krause, N. & Ellison, C. (2003). Forgiveness by God, forgiveness of others, and psychological well-being in late life. *J Sci Study Relig*, 42 (1): 77- 94.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137- 155.
- McCullough, M. & Worthington, E. (1994). Models of interpersonal forgiveness & their application to counseling. *Review & critique Counseling & Values*, 39 (1), 2-14.

- McCullough, M. (2000). Forgiveness as human strength: Theory, Measurement, & links to well-being. *Journal of Social & Clinical Psychology*, 1 (1), 43-55.
- McCullough, M., & Witvliet, C. (2001) The psychology of forgiveness. In C.Snyder (Ed.). *Handbook of Positive Psychology* (pp.446-458). New York: Oxford University Press Editors.
- McCullough, M., Worthington, E., & Rachal, K. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality & Social Psychology*, 73, 321- 336.
- Mohammed, E., Unher, M., & Sugawara, M. (2010). Psychological well-being A comparative study between Japanese & Egyptian students. *Journal of Psychology*, 53, 68- 85.
- Mroz, J., & Kaleta, K. (2017). Cognitive & emotional predictors of episodic and dispositional forgiveness. *Polish Psychological Bulletin*, 48 (2), 143- 153.
- Mullet, E., Houdbine, A., Laumonier, S., & Girard, M., (1998). Forgiveness: Factorial structure in a sample of young, middle-aged, & elderly adults. *Journal of European Psychologist*, 3 (4) 289- 297.
- Onal, A., & Yalcin, I. (2017). Forgiveness of Others and Self-Forgiveness: The Predictive Role of Cognitive Distortions, Empathy, and Rumination. *Eurasian Journal of Educational Research*, 68, 97-120.
- Roberts, R. (1995). Forgiveness. *Journal of American Philosophical Quarterly*, 32, 289- 306.
- Romero, C., Kalidas, M., Elledge, R., Chang, J., Liscum, K., & Friedman, L. (2006). Self-forgiveness, spirituality and psychological adjustment in women with breast cancer. *Journal of Behavioral Medicine*, 29, 29-36.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Scull, N. (2009). Forgiveness in the Middle East: An examination of forgiveness, desire for revenge, Islam, and psychological well-being among Kuwaiti survivors of the 1990 Iraqi invasion. *Unpublished doctoral dissertation*, University of Wisconsin-Madison.
- Swanson, S. (2017). Meaning in life and psychological well-being: Exploring the important factor of psychological well-being. *Unpublished doctoral dissertation*, Faculty of the California School, Alliant International University.
- Tenenboim, T. (2009). Forgiveness in the Israeli- Palestinian conflict. *Unpublished doctoral dissertation*, Graduate School of Arts & Science.

- Thompson, L., Snyder, C., Hoffman, L., Micheal, S., Rasmussen, H., Billings, L., & Heinze, L., (2005). Dispositional Forgiveness of Self, Others, and Situations. *Journal of Personality*, 73(2), 59-313.
- Tse, W., Yip, T., (2009). Relationship among dispositional forgiveness of others, interpersonal adjustment and psychological well- being: Implication for interpersonal theory of depression. *Personality and Individual Differences*, 46 (3): 365-368.
- Ursúa, M., & Echegoyen, L. (2015). Self-forgiveness, self-acceptance or intrapersonal restoration? Open issues in the Psychology of Forgiveness. *Journal of Papeles del Psicologo*, 36 (3), 230-237.
- Vazquez, C., Hervas, G., Rahona, J. & Gomez, D.(2009). Psychological well-being and health: Contributions of positive Psychology. *Annuary of Clinical and Health Psychology*, 5, 15-27.
- Worthington, E. (1998). The pyramid model of forgiveness: Some interdisciplinary speculations about unforgiveness & the promotion of forgiveness. In E. Worthington (Ed.). *Dimensions of forgiveness: Psychological research & theological perspectives* (pp. 107- 137). Philadelphia: Templeton Foundation Press.
- Wulandari, I., & Megawati, F. (2019). The Role of Forgiveness on Psychological Well-Being in Adolescents: A Review. *Education and Humanities Research*, 395, 99-103.