

الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين

أ.د. هناء محمود حسن
م.م. صفاء حنظل هظيم
الجامعة المستنصرية - قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي - جمهورية العراق
Haasafaa52@gmail.com

المخلص

يستهدف البحث الحالي تعرف:

- 1- الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين.
- 2- دلالة الفروق في الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين على وفق متغير (الجنس، العمر، السكن).

ولغرض تحقيق أهداف البحث الحالي قام الباحث بما يأتي :

1 - بناء مقياس الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين وفقاً لنظرية "سليجمان"، الذي تألف بصيغته النهائية من (25) فقرة ، بعد استكمال شروط الصدق والثبات وتمييز الفقرات ، وبلغ معامل الثبات للمقياس بطريقة اعادة الاختبار (0.76) وبلغ معامل الثبات بطريقة الفا- لكر ونباخ (0.94) ويتحدد البحث بالمرشدين التربويين التابعين لوزارة التربية في المحافظات العراقية كافة عدا إقليم كردستان ، البالغ عددهم (6796) مرشد ومرشدة ، بواقع (3342) مرشد تربوي ، و (3454) مرشدة تربوية ، بحسب إحصائية وزارة التربية مديرية الإرشاد التربوي للعام الدراسي (2019/2018) واختيرت عينة البحث بالطريقة الطبقيّة العشوائية ، بلغت نسبتهم (6%) من مجتمع البحث من المجتمع الأصل فبلغ عدد افراد عينة البحث (183) مرشد تربوي و(217) مرشدة تربوية، موزعين على مديريات التربية في المحافظات الخمس (بغداد، ذي قار، القادسية ، ديالى، كركوك)، واعتمد البحث على المنهج الوصفي الارتباطي ، وتحقيقاً لأهداف البحث طبق الباحث مقياس البحث على العينة ، ثم حُللت البيانات باستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية في معالجة البيانات (SPSS) .

وأظهرت النتائج ما يأتي ان المرشدين التربويين:

- 1- إن المرشدين التربويين يتمتعون بالرضا عن الماضي.
 - 2- لا توجد فروق بين المرشدين التربويين حسب متغير الجنس في الرضا عن الماضي.
 - 3- لا توجد فروق بين المرشدين التربويين حسب متغير العمر في الرضا عن الماضي.
 - 4- توجد فروق بين المرشدين التربويين حسب متغير السكن (بغداد، ذي قار، القادسية، ديالى ، كركوك) في الرضا عن الماضي .
- وطبقاً للنتائج التي توصل إليها البحث قُدمت بعض التوصيات والمقترحات.

Satisfaction with The Past among Educational Counselors

ABSTRACT

The current search targets you know:

1. Satisfaction about the past of educational counselors.
2. Significance of differences in satisfaction about the past of educational counselors according to variable (sex, age, housing).
3. Self-Determination of educational counselors.
4. Significance of differences in Self-Determination of educational counselors according to variable (sex, age, housing).
5. Character Strengths of educational counselors.
6. Significance of differences in the Character Strengths of educational counselors according to variable (sex, age, housing).
7. The extent of the factors of self-determination and Character Strengths in the prediction of each factor of Satisfaction about the past of educational counselors.

In order to achieve the objectives of the current research, the researcher:

1. Building a measure of Satisfaction about the past of educational counselors according to the theory of "Seligman", which consisted of the final version of (25) paragraphs, after completing the conditions of honesty and consistency and distinguish paragraphs, and the coefficient of stability of the scale re-test method (0.76) and the coefficient of stability method Alpha For Cronbach (0.94). The research is determined by the educational counselors of the Ministry of Education in all the provinces of Iraq except the Kurdistan Region, which number (6796) counselor and counselor, by (3342) educational counselor, and (3454) educational counselor, according to the statistics of the Ministry of Education Directorate of Educational counselors for the academic year (2018 /) The research sample was chosen by stratified random method, they reached (6%) of the research community from the original community. The number of the research sample was (183) educational counselors and (217) educational counselors, distributed among the education directorates in the five governorates (Baghdad, Dhi Qar, Qadisiyah, Diyala, Kirkuk) The researcher applied the research criteria to the sample, then the data were analyzed using the statistical package of social sciences in data processing (SPSS).

The results showed the following:

1. Educational counselors are Satisfaction about the past.
2. There are no differences between educational counselors by sex variable in satisfaction with the past.
3. There are no differences between educational counselors by age variable in satisfaction with the past.
4. here are differences between the educational counselors according to the housing variable (Baghdad, Dhi Qar, Qadisiyah, Diyala, Kirkuk) in satisfaction with the past.

According to the findings of the research, some recommendations and suggestions were made.

المقدمة

يعد علم النفس الإيجابي تيار حديث في علم النفس يقدم منظورا جديدة في النظرة إلى قضايا الإنسان النفسية والوجودية. وقد تأسس علم النفس الإيجابي في عام 1998 كحركة جديدة في تيار علم النفس وإنه يركز على دراسة أوجه النماء والافتقار والفضائل التي تمكن الأفراد والجماعات أن تنطلق وتحقق إمكاناتها. وهو بذلك يشكل المنظور الموازن والموازي لعلم النفس العيادي الذي يركز على الأسباب المرضية ولقد طغى على علم النفس في القرن الأخير، إذ يدرس علم النفس العيادي أوجه الاضطرابات النفسية والسلوكية وكذلك المعوقات أوجه القصور وتم التركيز على علاجها في حالة من تجاهل أوجه القوى والعافية وطاقت النماء والانطلاق، وعدم العناية بتعزيزها، ويهدف علم النفس الإيجابي على العكس من ذلك إلى إطلاق الطاقات وتعزيز السعادة والرفاهية، من خلال الدراسة العلمية لأوجه القوى الشخصية والنظم الاجتماعية الإيجابية ودورها في إنماء الانفعالات الإيجابية (Carr، 2004:13).

الانفعالات الإيجابية هي قوة محركة للإنسان نحو حياة آمنة وممتعة، وقوة داعمة لتحقيق الأهداف والإنجازات، وقبل ظهور علم النفس الإيجابي كانت الكثير من الدراسات تهتم بالمشاعر السلبية ودراستها وبرامج إدارتها وعلاجها، وفي المقابل قليل من الاهتمام بدراسة الانفعالات الإيجابية، ويذكر سليجمان أن أمام كل 100 دراسة عن المشاعر السلبية مثل الحزن والاكتئاب هناك دراسة واحدة عن المشاعر الإيجابية كالسعادة.

يذكر سليجمان: "كان الناس سابقاً يهربون من علماء النفس لأنهم يبحثون في الماضي، والآن بدأوا يتقربون من علماء النفس لأنهم يبحثون الجوانب الإيجابية. فالناس يريدون حياة لها معنى دون أن تضيق حياتهم وهم يحاربون ضعفهم.

يرى الباحثان أن دراسة النواحي الإيجابية للطبيعة البشرية من حيث السلوك والمشاعر والانفعالات والقيم ، يؤدي الى فهم أفضل لكيفية جعل حياة الفرد أكثر انجازاً وأفضل ثماراً راضي عن الماضي ويشعر بالسعادة حول الحاضر ومتفائل حول المستقبل، وتتجه هذه الدراسة الى التعرف على الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين بمنهجية علمية.

الفصل الاول: التعريف بالبحث

مشكلة البحث Problem the research

لقد ازدادت الحاجة الى الارشاد النفسي والتوجيه التربوي نظراً لتعدد الحياة وتشعب مشكلاتها بسبب ما يشهده العالم اليوم من تغيرات سريعة في مختلف الجوانب الفكرية والاجتماعية والاقتصادية التي صاحبت التطور العلمي، وعدم القدرة على المشاركة الفعالة فيما بينهم ، فتوسعت المدارس وازداد عدد الطلبة وازدياد التنافس وكثرت مشاكلهم التربوية والنفسية والمهنية فهم بحاجة الى التحفيز على التطلع بمستقبلهم ، التي تؤثر سلبي في العملية التربوية وتعيقها من تحقيق اهدافها (Solberg,2009:1) لذلك اصبح وجود المرشد التربوي في المدارس ضرورياً لتحقيق الاهداف التربوية لأن المرشد التربوي هو المسؤول عن تذليل الصعوبات، ويساعد الطلبة لتجاوز المشكلات(جاسم،1990: 200).

اذ تعد الانفعالات الإيجابية قوة للإنسان نحو حياة آمنة وممتعة وقوة داعمة لتحقيق الاهداف والانجازات فقبل ظهور علم النفس الإيجابي كانت الكثير من الدراسات تهتم بالمشاعر السلبية ودراستها وبرامج ادارتها وعلاجها، وفي المقابل قليل من الاهتمام بدراسة المشاعر الإيجابية، اذ ان امام كل مئة دراسة عن المشاعر السبية كالحزن والاكتئاب هناك دراسة واحدة عن المشاعر الإيجابية كالسعادة والرضا (Seligman,2002)، ان الانفعالات الإيجابية ممكن ان تكون حول الماضي او الحاضر او المستقبل، ومن الامور الحاسمة والهامة ان نفهم كيف تختلف هذه المعاني او الانماط من المشاعر وتباين، وكيف انها ليست بالضرورة مرتبطة ببعضها ارتباطاً وثيقاً، وعلى الرغم من انه من المرغوب فيه ان يكون الانسان سعيداً في المنظورات الثلاث فان ذلك لا يحدث دائماً فقد يكون من المحتمل ان تكون فخوراً وراضياً عن الماضي مثلاً ولكنك تشعر بمرارة فيما يخص الحاضر وتشتائماً بالنسبة للمستقبل. بالمثل يمكن ان تكون متمتعاً بكثير من المناهج ومصادر السرور في الحاضر ولكنك تشعر بالمرارة عن الماضي ولديك شعور باليأس من المستقبل، وبالمزيد من المعلومات والفهم عن كل

منظور من هذا المنظورات الثلاث المختلفة للسعادة فانك تستطيع ان تحرك مشاعرك في الاتجاه الايجابي بتغيير احاسيسك وشعورك نحو ماضيك وتصورك لما سيكون عليه مستقبلك، وكيف يكون شعورك وخبرتك في الحاضر الذي تعيشه (Seligman,2002)

إن مفهوم الرضا عن الماضي مفهوم واسع ويشير إلى المدى العريض لكل ما يمر بالفرد وكيفية إدراكه لهذه الأحداث التي تتضمن الأحداث اليومية والضعفوات النفسية والصحية والاجتماعية السابقة وكيفية التغلب عليهما من خلال التجارب الحالية التي يعيشها الفرد (Holmes, 1989: 201)، إذ يختص الشعور بالرضا عن الماضي بالتجربة الذاتية التي يمر بها الأفراد في حياتهم ومن خلال العلاقة بين مجالات الحياة المختلفة التي تتضمن الحالة النفسية والمادية والقدرات والتفاعلات الاجتماعية (Hansted, 1992, 32).

يرى سليجمان (Seligman,2002) قدر ما يعتقد الافراد ان الماضي يتحكم في المستقبل فأنهم يميلوا الى ان يسمحوا لانفسهم بأن تكون اشبه بالسفينة التي لا تستطيع تغيير مسارها، ومثل هذه المعتقدات هي المسؤولة عن تزايد حجم القصور والنقص عند بعض الناس.

وبذلك فإن الفرد الذي تسيطر عليه مجموعة الاحباطات تجعله غير قادر على النمو فيكون متسماً بالتوجه السلبي نحو الحياة ، ويتوقع الفشل والنية السيئة في كل خطوة من خطوات حياته المستقبلية ، وأن هذا التوقع السلبي يعمل على إعاقة كل تطور وتقدم يمكن أن يصيبه في حياته ، وكذلك تُصبغ الشخصية بصبغة سوداء قاتمة ومتشائمة تنسم بالجمود (اسعد ، 1983 : 11).

فالأفراد ذوو التوجه السلبي نحو الحياة يكونون فاقدين للسعادة ، وقد يصابون بأعراض واضطرابات مرضية كثيرة منها الاكتئاب والعزلة الاجتماعية والوحدة ، ولذا فإن التوجه السلبي للأفراد قد يُقلل من شعورهم بالسعادة ويسبب مشكلات كثيرة لهم ويُضعف من اتصالهم بالخارج وبالمجتمع (دولفافي ، 2012 ، 121).

أذ المرشد النفسي في كل لحظة وفي كل وقت تدفعه عوامل شتى داخلية وخارجية ومن شأن هذه الدوافع بقوتها وانماطها ان تؤثر في ادراكه للعالم وفيما يفكر فيه وفيما ينغمس فيه من الافعال كما أن الأحداث والتغيرات التي تشمل المجتمع في جميع مجالاته لا بد ان تترك آثارها على شرائح المجتمع كافة ومنهم المرشدين التربويين وتلك الآثار التي قد تشغل كاهلهم او تكون عقبات وعراقيل امام تقدمهم على صعيد العمل الإرشادي ، مما يشكل تهديداً كبيراً للاحساس بالكفاءة والاستقلالية وحرية مشاركتهم في العمل بارادتهم الشخصية وخبرة لاستمتاع وبذل الجهد والكفاح لادائه بتفوق وابداع، أذ إن على مدار تأريخ الفكر الانساني عبر الثقافات والاديان الفلسفية، تعرف القوى المؤثرة على الحياة الانسانية من زاوية الاضداد، مثل الخير مقابل الشر. وقد بينت الانظمة الفلسفية المنظورات المتقابلة في حياة الكائنات البشرية الفردية بصفة عامة وفي الحياة الاجتماعية بصفة خاصة. فعلى سبيل المثال يذهب هوبز الى ان الناس مثل الذئاب في علاقاتهم بعضهم ببعض. اما روسو فيذهب الى ان الانسان خير بطبعه. ويرى ليبنز ان هذا العالم هو افضل مكان يمكن ان يعيش فيه الانسان. اما شوبنهاور فيعتقد ان الحقيقة الوحيدة الجديرة بالتصديق في هذا العالم هي المعاناة ومن هنا فانه طيلة التاريخ الانساني تصاغ صفات البشر وخصالهم وخبراتهم وطبيعة الحياة مفاهيماً من زاوية منظورات قطبية. اي من خلال القوى المتناقضة او المتعارضة، وفقاً لهذه القاعدة، فانه اذا كانت الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب والنوبات الانتحارية والحزن والتشاؤم وغيرها، تمثل جوانب الضعف والعجز في السلوك الانساني، فان نقائضها هي السعادة والتفاؤل والامل والتسامح والرضا وحب الحياة والثقة بالنفس والايمان وتقدير الذات والصلابة النفسية والتحمل والمثابرة والمهارات الاجتماعية والابداع والذكاء العاطفي والعدل والصدق والشجاعة حب الاستطلاع وغيرها من الخصائص الانسانية الايجابية التي تمثل القوى الشخصية لدى الافراد (معمرية، 2013: 21-20)

ونتيجة لما قام به الباحث من قراءات دراسات سابقة ، فقد لاحظ ان هذه المتغيرات تتوفر في شخصية المرشدين التربويين ، لذلك ارتأى التعرف على هذه المشكلة من خلال دراسة علمية يتصدى لها وبالاعتماد على ما سبق لذا فإن مشكلة البحث الحالي تتجلى في الاجابه على تساؤل رئيس : التعرف على الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين؟

اهمية البحث Importance of The Research

يشهد القرن الحادي والعشرين تحديات وتغيرات اجتماعية كبيرة مما يتطلب المزيد من الاهتمام بالخدمات الإرشادية، والتربوية المقدمة في المدارس، إذ سعت معظم دول العالم إلى ضرورة العمل على أحداث تطور

نوعي في الشخصية الإنسانية ، وتعليم المهارات الاجتماعية والذاتية والتي تساعد الفرد على التجاوب مع متطلبات هذا العصر عن طريق أعداد وتأهيل مرشدين تربويين متخصصين يمتلكون الكفاءات، والمهارات الأدائية اللازمة لتقديم المساعدة في جميع مجالات الإرشاد، ولا سيما الإرشاد التربوي (Backer,2000: 23). وبما ان الإرشاد النفسي نشأ نتيجةً للجهود الفكرية في مجال الصحة النفسية، والخدمات الاجتماعية، والعلاج النفسي والتوجيه المهني فهو يهدف في سعيه لمساعدة الطلبة في التغلب على الصعوبات المتعلقة بشخصيتهم ، وعلاقاتهم الاجتماعية ، ودراساتها ، وإيجاد المهن الملائمة لهم، لذا فإن ممارسة الإرشاد النفسي يعد فن ، وعلم ، وتربية ، وتعليم ، لهذا قد أصبح الإرشاد النفسي عملية عصرية وسمية من سمات النظم التربوية المعاصرة، والتي يراد بها ومن خلالها مساعدة الطلبة على الانسجام ، والتناغم السليم مع المحيط المدرسي، والبيئة الاجتماعية التي يعيشون فيها (ربيع،2008:13).

وينص التعريف الإجرائي الذي تبنته الجمعية الأمريكية للإرشاد إلى إنه " تخصص واسع يقوم به اختصاصيون في علم النفس الإرشادي يهتمون باستخدام المبادئ النفسية؛ لتنمية وتطوير النمو الإيجابي، والسعادة ، والصحة النفسية للأفراد، والعائلات ، والجماعات ، والمجتمع بشكل عام ، ويستخدم طرقاً ، وأساليب تعاونية ، وإنمائية، وصحية متعددة الثقافات في أبحاثهم ، وتطبيقاتهم ، وهم يعملون مع حالات عديدة كالأشخاص الذين يعانون من خبرات الضغط النفسي ، والمشكلات التي ترتبط بأحداث الحياة وتغييراتها، واتخاذ القرارات ، والعمل ، والتعليم ، والعلاقات الاجتماعية ، والأسرية " (Bedi,el at,2011: 128-138). ان الإرشاد حسب رأي آرثر (Arthar,1963)، هو عملية تعلم تنفذ ببساطة في جو اجتماعي يتصف بالمرونة (الدراسي،مرزوك،2012: 27) لذا للمرشد النفسي أهمية كبيرة ودور مميز في تقديم الخدمات الإرشادية والمساعدة الفنية، والمهنية المتخصصة، وتحقيق أهداف العملية الإرشادية وأهداف المسترشد، وبلورة طموحاته ، وآماله، ودراسة المسترشد عبر مراحل التعليم؛ وذلك من خلال ممارسة أدواره ومسؤولياته فيكون بلا شك أداة إصلاح وتعديل ، وأفضل أنموذج يحتذى به لغرس السلوك المرغوب فيه (السفاسفة،2003:20).

أن هذه المسؤولية و الدور الكبير والمهم للمرشد النفسي يتطلب منه معرفة متخصصة، وثقافة عامة، وكفاءات مهنية، وشخصية، وأدائية لتساعده في توظيف مهاراته، ومعرفته لممارسة مهامه بكفاءة، ومرونة، وبراعة في استعمال الأساليب الإرشادية، وبطريقة تتسم بفاعلية ضمن عمله في ظل ازدياد الحاجة لخدمات الإرشاد النفسي للطلبة ، والمجتمع ؛ نظراً لتعاظم المشكلات النفسية ، والاجتماعية في المجتمع (الاسدي، إبراهيم، 2003: 92).

وحول أهمية ، ودور المرشد النفسي ، وسعيه في تحقيق الحاجات المختلفة للمدرسة أجرى "كيومنكر" (Gummings,1997) دراسة هدفت إلى تأكيد دور المرشد النفسي من خلال إجراء مقارنات بين ما يقوم به مدير المدرسة، والمعلم، والمرشد النفسي، وأظهرت النتائج ان دور المرشد النفسي أصبح ضرورة في هذا العصر فهو يقوم بوظائف إنمائية ، وقائية، وعلاجية، وهو طرف أساسي في تلبية حاجات المدرسة ، وحماية الطلبة من الوقوع في المشكلات (Gummings,1997: 46).

بينما هدفت دراسة "روزنفيلد" و"نيلسون" (Nelson&Resenfiled,1996) إلى تقويم أهمية أداء المرشد النفسي، فأشارت نتائجها إلى أن هناك ثلاث أهداف أساسية، ومهمة يمكن أن تتحقق من خلال عملية تقويم أهمية أداء ودور المرشد النفسي تمثلت هذه الأهداف، في وضع خطط التدخل في الظروف المدرسية المختلفة ، واتخاذ القرارات المدرسية المناسبة، ثم قدرة المرشد على تقويم نتائج الأعمال التي يقوم بها في المدرسة، وأشارت الدراسة إلى إن المرشدين النفسيين يحققون هذه الأهداف بدرجة عالية من الفاعلية (Nelson& Resenfiled,1996: 30).

كما أجرى "وينتز" و"فارمان" (Wantz&Firmin,2011) دراسة هدفت إلى معرفة ادراكات الطلبة حول المرشد النفسي ، وأشارت نتائج الدراسة إلى إن نظرة الطلبة للمرشد النفسي كانت ايجابية على جميع أبعاد الدراسة من (خصائص شخصيته، وعلاقاته الاجتماعية ، والمعرفة العامة، والحديث الشفوي ، والاستقبال للمقابلة) (Wantz&Firmin,2011: 71-81).

من جانب آخر فإن المرشدين النفسيين كقادة ؛ يكون لهم تأثير مهم على النمو والتطور المهني للمعلمين العاملين معهم في المدارس عن طريق المساهمة في تنمية ثقافة حالة التعاون ، والتأكيد على الرؤية الصحيحة



المدرسة، والتنسيق داخل المدرسة، وتشجيع، ودعم التطور الشخصي، والمهني للجميع، وتعزيز القيم، والأخلاقيات المهنية، والتحرك لانجاز الأعمال، أن كل هذا يجعل من المرشدين النفسيين قياديين فعالين عبر ممارسة هذه السلوكيات، والإعمال التي تخلق بيئة التعلم في ظل جو نفسي، واجتماعي، وفعال، وصحي سليم (Dollarhide,2003: 304-309).

وهذا ما أكدته نتائج دراسة "ماسون" (Mason,2010) إن المرشدين النفسيين يمارسون السلوكيات والمهارات القيادية بدرجة مرتفعة، وأن هناك علاقة ايجابية بين الممارسات القيادية للمرشدين النفسيين وتطبيقهم للبرامج الشاملة في إرشادهم لطلبتهم في المدرسة (Mason,2010: 107) وعلى المرشد النفسي أن يلم بخصائص نمو المسترشدين في المراحل العمرية المختلفة، والعلاقة بين هذه المراحل ويلم بجميع نظريات الإرشاد، وأساليب العلاج، والمهارات الإرشادية (أبو عيطة،1997: 121) وقد أكدت الكثير من الدراسات على أهمية استخدام المرشد النفسي لمهارات العمل الإرشادي، وأهميتها في تحقيق أهداف العملية الإرشادية وهذا ما بينته دراسة "ستوفر" و"برسن" (Stauffer&Pehrsson,2012) عبر الثقافات التي هدفت للتعرف على أهم الكفاءات والمهارات الإرشادية الواجب توافرها لدى المرشدين النفسيين، وقد شارك في الدراسة (52) مرشداً تربوياً من كندا، وأمريكا، وألمانيا، وأستراليا، وبريطانيا، وقد أظهرت نتائج الدراسة أهمية استخدام المهارات الإرشادية من قبل المرشدين النفسيين، وأشارت النتائج إلى اتفاق المشاركين على أهمية (16) كفاية ومهارة إرشادية يجب توافرها لدى المرشدين النفسيين (Stauffer & Pehrsson,2012:227).

وبما أن العلاقات الإنسانية التي تسمى أحياناً العلاقات بين الأشخاص (Inter personal Relations) عبارة عن مجموعة التفاعلات الاجتماعية، والنفسية التي تنشأ من اتصال الفرد بالآخرين، إذن هي صورة تظهر لنا أنماط مختلفة من الشخصية، والأبعاد الاجتماعية بين الأفراد فطبيعة الحياة الاجتماعية تفرض على الفرد أن يدخل في علاقات مع الآخرين، ويتبادل معهم الآراء، والاتجاهات، والمشاعر، والأحاسيس، وتختلف درجات التقبل الاجتماعي باختلاف العلاقات بين الأشخاص، والمواقف الاجتماعية، ومكونات الشخصية (كفاية وآخرون، 2003: 125).

أذ يشير (Seligman) إلى أن قوى الشخصية هي التي تصدر عن الفرد وتصله بأشياء أكبر وأكثر دوماً وتصله بالآخرين والمستقبل وبالكون، ويتمثل بقوى وقيم شخصية مهمة عديدة منها: (التدين) كأن يكون للفرد فلسفة دينية وأخلاقية معينة في الحياة تحدد مكانه، ووجوده في هذا الكون، و(الحيوية) وهو شعور الفرد بطاقة وقوة داخلية وبيعث الحيوية في الآخرين، و(المرح) أي أن نرى الجانب المشرق من الحياة، وحب الابتسامة ونجعل من حولنا يبتسم، و(الصفح) ويحدث تغيرات إيجابية داخل الفرد الذي وقعت عليه الإساءة، فحين يصفح الإنسان تصيح بنيته ودوافعه نحو من أساء إليه أكثر إيجابية وأقل سلبية، و(الأمل) وهو جعل الحياة هدفاً ومعنى يتجه نحوه الفرد ومن خلاله نتوقع حدوث أشياء طيبة وجيدة، والتخطيط للمستقبل، والحفاظ على الروح المعنوية العالية،(الامتنان) فنحن نشعر الامتنان نحو الخالق والطبيعة والحياة ذاتها والأحداث الجميلة، والأشخاص المتميزين وكذلك عندما ينجح الآخرون من حولنا.. الخ من قوى الشخصية (سيلجمان،2005: 180-204). وتمثل هذه القيم فضائل إنسانية سامية مهمة، وتعد ذات معانٍ تصورية وشعورية وسلوكية، تبنى على قناعات عقلية معتمدة على الأدلة، والبراهين، وأنماط مختلفة من التفكير، تظهر في صورة محددات سلوكية يعتمدها الأفراد في اتخاذ القرارات، وتحديد الاختيارات القيمة التي يرغبون بها، أو لا يرغبون فيها، والفضيلة، والالتزام بها أمر صعب على الإنسان، ما لم تصل النفس إلى مرتبة عشق الفضيلة، والسمو بها (الجلاد،2013: 113-142).

أذ أشارت دراسة (chan.2009) إلى أنه توجد علاقة ايجابية بين قوى الشخصية والرفاه الذاتي لدى المدرسين الصينيين. وأظهرت نتائج دراسة (Ruch, et al 2012) إلى أنه توجد علاقة ايجابية بين قوى الشخصية والانفعالات الايجابية، وأوضحت دراسة (Steger,2010) إلى وجود علاقة ايجابية بين قوى الشخصية والرفاهية لدى الموظفين.

كما يرى (Peterson&Park.2009) إن قوى الشخصية هي أساس التطور والازدهار الامثل مدى الحياة. ومن خلال ما تقدم تبرز وتتأكد أهمية البحث الحالي من الناحيتين النظرية والتطبيقية على النحو التالي:
أ- الأهمية النظرية:

يكتسب البحث الحالي أهميته النظرية من القيمة الحقيقية للمرشدين النفسيين ودورهم في العملية التربوية بشكل عام ، والعملية الإرشادية بشكل خاص، وأهمية الموضوع الذي يتناوله البحث الحالي والذي يسعى في إثراء جانب مهم من مجالات الدراسات النفسية والاجتماعية ، وهو الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين وكما قد تكمن الأهمية النظرية للبحث الحالي في حداثة موضوعها، فهذه الدراسة قد تكون الأولى (على حد علم الباحث)، ومن المتوقع أن تسهم نتائج البحث الحالي في تقديم فهم الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين، وقد يضيف البحث الحالي إضافة جديدة للمكتبة العربية بشكل عام ، والمكتبة العراقية بشكل خاص ، مما قد يسهم في إثراء المعرفة عند الباحثين ، والقراء والمهتمين في مجالات الإرشاد التربوي ، وقد تلفت نظرهم إلى إجراء بحوث و دراسات حول متغير البحث الحالي وربطها بمتغيرات أخرى.

ب- الأهمية التطبيقية:

قد تضيف نتائج البحث الحالي في المجال التطبيقي دلالة وأهمية للدراسات العربية والأجنبية وأيضاً قد تضيف أهمية للبحوث التي ستجرى على نفس العينة المتمثلة بالمرشدين التربويين بحيث يتم تزويد المشرفين التربويين ، والمختصين في الجانب الإرشادي بالنتائج ، وتمثل بذلك أساساً علمياً لـ: عقد دورات تدريبية وندوات علمية للمرشدين التربويين لدعم القوى الشخصية لديهم وتعريفهم بالرضا عن الماضي من خلال إتاحة الحوار ودعم الثقة بتحديد الذات ، والاستفادة من نتائج البحث الحالي بإمداد المسؤولين عن الإرشاد التربوي بأهم التوصيات التي قد تساعد في تفعيل دور الإرشاد التربوي، كما يتوقع قد تفيد نتائج البحث الحالي واضعي البرامج الإرشادية، والتدريبية، والعلاجية، والوقائية، والإنمائية ، في الإرشاد النفسي ، وعلم النفس والصحة النفسية في إعداد برامجهم، وتظهر الأهمية التطبيقية في توفير وتطوير أداة لقياس الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين ، وفق أسس منهجية علمية ؛ مما قد يتيح الفرصة لاستخدامها من قبل باحثين آخرين على مجتمعات أخرى.

اهداف البحث Aims of The research

يستهدف البحث الحالي التعرف على:-

- 1- الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين.
- 2- دلالة الفروق في الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين وفقاً لمتغيرات (الجنس، العمر ، السكن).

حدود البحث Limits of The Research

يحدد البحث الحالي بدراسة الرضا عن الماضي وعلاقته بتحديد الذات وقوى الشخصية لدى المرشدين التربويين التابعين لوزارة التربية في المحافظات العراقية كافة عدا إقليم كردستان للعام الدراسي (2018-2019).

تحديد المصطلحات Limits of The Terms

الرضا عن الماضي Satisfaction about the past

سليجمان 2005 Seligman

المشاعر الايجابية حول الماضي والتي تتضمن الرضا Satisfaction، القناعة Contentment، والانجاز Fulfillment، الفخر Pride، والخلاص والصفاء Serenity

(سليجمان، 2005: 87)

واعتمد الباحث تعريف سليجمان (Seligman، 2005) تعريفاً نظرياً للرضا عن الماضي في البحث الحالي . ويعرف الباحث إجرائياً الرضا عن الماضي: بأنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من أفراد عينة البحث من خلال إجابته عن فقرات مقياس الرضا عن الماضي الذي اعد في البحث الحالي.

المرشد التربوي (Educational Counselor)

تعريف وزارة التربية العراقية (2008)

احد أعضاء الهيئة التدريسية المؤهل لدراسة مشكلات الطلبة التربوية، والصحية ، والاجتماعية والسلوكية ، من خلال جمع المعلومات التي تتصل بهذه المشكلات سواء كانت هذه المعلومات متصلة بالطالب أم بالبيئة المحيطة به لغرض تبصيره بمشكلاته ، ومساعدته على التفكير في الحلول المناسبة لهذه المشكلات التي يعاني منها لاختيار الحل المناسب الذي يرتضيه لنفسه(وزارة التربية العراقية، 2008: 8).

واعتمد الباحث تعريف وزارة التربية للمرشد التربوي وذلك كون المرشدين التربويين عينة البحث الحالي يعملون ضمن مواصفات تعريف وزارة التربية للمرشد التربوي.

الفصل الثاني: إطار النظري

يتضمن هذا الفصل عرضاً لمتغيرات هذه الدراسة هي الرضا عن الماضي ، تحديد الذات ، قوى الشخصية .

أولاً: الرضا عن الماضي Satisfaction about the past

يعد علم النفس الإيجابي تيار حديث في علم النفس يقدم منظورا جديدة في النظرة إلى قضايا الإنسان النفسية والوجودية. وقد تأسس علم النفس الإيجابي في عام 1998 كحركة جديدة في تيار علم النفس وإنه يركز على دراسة أوجه النماء والافتقار والفضائل التي تمكن الأفراد والجماعات أن تنطلق وتحقق إمكاناتها. وهو بذلك يشكل المنظور الموازن والموازي لعلم النفس العيادي الذي يركز على الأسباب المرضية ولقد طغى على علم النفس في القرن الأخير، إذ يدرس علم النفس العيادي أوجه الاضطرابات النفسية والسلوكية وكذلك المعوقات أوجه القصور وتم التركيز على علاجها في حالة من تجاهل أوجه القوى والعافية وطاقت النماء والانطلاق، وعدم العناية بتعزيزها، ويهدف علم النفس الإيجابي على العكس من ذلك إلى إطلاق الطاقات وتعزيز السعادة والرفاهية، من خلال الدراسة العلمية لأوجه القوى الشخصية والنظم الاجتماعية الإيجابية ودورها في إنماء الانفعالات الإيجابية (Carr، 2004:13).

وقد ذكر (سليجمان) أن الهدف الأساسي لعلم النفس الإيجابي هو محاولة تغيير التركيز الأحادي لعلم النفس المنصب على إصلاح الاختلال النفسي والتوجه إلى بناء خصائص إيجابية، كما يهدف علم النفس الإيجابي على المستوي الذاتي إلى تنمية الهناء والقناعة والرضا (بالماضي) والأمل والتفاؤل بالمستقبل والمرح والسعادة والهناء الذاتي (بالحاضر) ويهدف على المستوى الفردي إلى تنمية الحب والتسامح والروحانية، والحساسية والمهارة الشخصية، وعلى المستوى الجماعي يهدف إلى تنمية تحمل المسؤولية، والأخلاق، والاعتدال، والإيثار، والقدرة على الاحتمال (الحربي، 2014:2).

وقد ظهر العديد من البرامج البحثية التي تسعى إلى فهم الانفعالات الإيجابية وذلك من خلال منظور علمي، قد تطورت دراسة الانفعالات الإيجابية مثل الاهتمام، البهجة والامتنان بشكل ما خلال السنوات الخمسة عشر الأخيرة قبل هذا الاهتمام المتزايد بالانفعالات الإيجابية، كانت دراسة الانفعالات تركز على الانفعالات السلبية في المقام الأول، مثل الخوف، الغضب والحزن، وبشكل عام كان علم النفس ككل يتبنى نموذج مرضي، يهتم في الأساس بتحديد أسباب وتداويات وعلاجات المشكلات النفسية، وخاصة المرتبط بالاضطرابات الناتجة عن القلق والاكئاب (Seligman , Cskiszentmihalyi، 2000:13).

وقد وصف (seligman، 2011) الانفعالات الإيجابية على وفق أنموذج السعادة (PERMA) الذي قدمه على انها أكثر من مجرد الابتسام بل انها القدرة على ان يكون الفرد متفائلا ويعرض الماضي والحاضر والمستقبل من منظور إيجابي وهذه النظرة الإيجابية في الحياة تمكن الفرد من تكوين علاقات العمل، ومصدر الهام له ليكون أكثر ابداع (Seligman، 2011 :237).

أن الرضا عن الماضي يعبر عن التوجه إلى سجل الماضي و الإعتماد على الخبرات و المشاعر الإيجابية، وما يجب التوجه نحو هذا البعد الشعوري، هو من أجل تبرير الدور الذي تتضمنه معلومات هذا السجل في جانبها الإيجابي، و بالتالي تأثيره على المعنى والعودة لحالة من الرضا و الإنشراح أمام المواقف الحاضرة.

وقد اعتقد (seligman، 2002) ان الافراد يعتقدون أن الماضي يتحكم في المستقبل فإنك تميل إلى أن تسمح لنفسك بأن تكون أشبه بالسفينة التي لا تستطيع أن تغير مسارها، ومثل هذه المعتقدات هي المسؤولة عن تزايد حجم القصور والنقص عند بعض الناس. وربما كان من المفارقات الساخرة أن وراء هذه المعتقدات أيديولوجية وضع أسسها ثلاثة من العباقرة العظام ومن مفكرى وفلاسفة القرنين التاسع عشر والعشرون وهم دارون Darwin رماركس Marx وفرويد Freud. وقد كان اسهام دارون فلأنه ذهب إلى أننا (نحن البشر) حصيله منتجات سلسلة طويلة جدا من الانتصارات في الماضي، فأجدادنا قد أصبحوا أجدادنا لأهم كسبوا نوعين من المعارك ، معركة للبقاء Survival وأخرى للتراوج Mating. وهكذا أصبحنا تجمعاً من الخصائص التكيفية والتي هدفت في النهاية إلى أن نبقى أحياء، وأن نتوالد ونحقق نجاح وراء آخر، وهذا الشكل في النهاية ربما لا ينسب إلى داروين ولكن الكلمة السحرية أو كلمة السر في المعتقد أننا سوف يكون أدوانا في المستقبل يكون في نفس جوده ماضي الأسلاف. وربما كان دارون برئى ولم يشارك عن عمد في بناء وجهة النظر هذه التي من

شأنها أن تسجن الإنسان في ماضيه . ولكن ماركس وفرويد كانا محاربين واعيين في سبيل هذا التوجه الماضوي. فمصالح الطبقة عند ماركس أنتجت "الحمية التاريخية" (Historical inevitability) والتي تؤدي بشكل ما لتغيير الرأسمالية وإلى ظهور الشيوعية وسيادها. إن حتمية المستقبل تحددها قوى اقتصادية عظمى تمثل السدة واللحمة Varp and Woof التي تشكل نسيج الماضي ، وحتى الأفراد "العظماء" لا يستطيعون أن يفرضوا مسيرة هذه القوى بل إنهم ليسوا أكثر من انعكاس لهذه المسيرة. أما بالنسبة لفرويد وللحشد الكبير من أتباعه فإن كل حدث سيكولوجي في حياتنا حتى ما يبدو منها تافها مثل الكلمات أو الأحلام تتحدد بصرامة من جانب قوى تنتمي إلى الماضي. فالطفولة ليست مجرد عامل مشكل أو ملون لشخصية الراشد ولكنها محدد صارم لها. إننا "ننتب" (fixate) على مرحلة الطفولة والتي لا تحل فيها الصراعات ثم نقضي بقية حياتنا نحاول عبثا أن نحل هذه الصراعات ذات الطابع الجنسي وطابع العدوان. إن معظم وقت العلاج في غرف الإرشاد عند الأطباء النفسيين والمعالجين النفسيين قبل الثورة التي حدثت في مجال العقاقير وقبل ظهور العلاج السلوكي والعلاج المعرفي كان يهتم إلى آخر دقيقة بجمع البيانات والمعلومات عن طفولة المريض. وربما يكون قد بقي من ذلك أمر أساسي يتمثل في العلاج المعتمد على الكلام talk therapy إلى يومنا هذا. كما إن حركة مساعدة الذات self help التي انتشرت في التسعينات من القرن العشرين جاءت أيضا من هذه القضايا الحتمية. إن حركة "الطفل بداخلنا" (inner child) تقول لنا إن الصدمات في الطفولة - وليس قراراتنا الخاطئة - هي التي تسبب النقص الذي نعانية عندما نصل إلى سن الرشد وأن سليجمان يعتقد (2002، seligman) أن أحداث الطفولة بولغ في أهميتها. أن تقدير تاريخ الماضي أكثر مما يستحق ، وقد بدأ العديد من الباحثين منذ خمسين عاماً مضت في البحث عن فكرة ان للطفولة تأثير كبير في نمو الرشد وتطورة والبحث عن ادلة تؤكد هذه الفكرة. لقد توقعوا أن يجدوا دلائل قاطعة على تأثير أحداث الطفولة السيئة (مثل موت أحد الوالدين أو كليهما أو الطلاق بينهما أو المرض الجسمي أو العقاب البدني أو الإهمال أو الاغراءات الجنسية) على الشخصية في مرحلة الرشد بالنسبة لمن تعرض لمثل هذه الأحداث . وقد أجريت دراسات مسحية كبيرة تناولت الصحة النفسية للراشدين وعلاقتها بأحداث الطفولة كما وقد ظهرت بعض النتائج التي دعمت هذه العلاقة ولكنها ليست كثيرة . فمثلا إذا ماتت والدتك قبل أن تصل إلى سن الحادية عشر فإنك ستكون مكتنبا إلى حد ما في الرشد، ولكن ليس مكتنبا بدرجة كبيرة . وهذا يحدث في حالة الإناث أساسا ،كما أن ذلك قد ظهر في نصف البحوث فقط . وإذا كنت أنت الابن الأكبر أو الأول فإنك ستكون أذكى من بقية اخوتك ولكن بنقطة واحدة فقط. وإذا ما حدث طلاق بين الوالدين (مع استبعاد الدراسات التي لم تتخذ مجموعات مقارنة من الأسر التي لم يحدث فيها طلاق) فإن الطفل يعاني من بعض التأثيرات السلبية فيما بعد في طفولته المتأخرة ومراهقته. ولكن هذه التأثيرات السلبية سوف تتضاءل مع النمو حتى أنه يصعب بعد ذلك الشعور بها أو اكتشافها من قبل الآخرين. إن الصدمات الكبرى في الطفولة قد يكون لها بعض التأثير على شخصية الراشد ولكنها تأثيرات ليست كبيرة حتى أنها قد لا تلاحظ أو تكتشف . إن أحداث الطفولة السيئة - باختصار - ليست مسؤولة عن مثالب الرشد. فليس هناك تبرير مقنع - كما ظهر في هذه الدراسات - نحن نرجع ما قد يصادف الراشد من المعاناة من الاكتئاب أو من القلق أو من الزواج الفاشل أو تعاطي العقاقير أو المشكلات الجنسية أو البطالة أو العدوان نحو الأبناء أو الانغماس في الكحول أو نوبات الغضب الشديدة إلى ما حدث للفرد وهو بعده طفل ومعظم هذه الدراسات مع التقويم الدقيق قد تظهر بها عيوب منهجية بشكل أو باخر . ومع حماس الباحثين تأثير الطفولة فإنهم أهملوا ضبط عامل الجينات ، وربما قد خدعنا هذا التحيز وقد حرص الباحثون قبل عام ١٩٩٠ على أن يخضعوا آباء المجرمين لفحص الجينات التي تكشف الاستعداد للجريمة وبهين لها عند الأبناء وأن كلا من الآثام والجرائم التي يرتكبها الأبناء و المعاملة السيئة التي يعامل بها الآباء أبنائهم ترجعان إلى عوامل وراثية وطبيعية أكثر منها عوامل بيئية واجتماعية . وهناك الآن دراسات تعمل على ضبط الجينات ، يتناول بعضها الشخصية الراشدة للتوائم المتماثلة الذين ربوا منفصلين ، وبعضها تناول شخصيات راشدين لا قرابة بينهم ولكنهم تربوا معا، وقارنوا بين سلوكهم وسلوك آبائهم الطبيعيين أو البيولوجيين . وقد وجدت كل هذه الدراسات تأثيرات كبيرة للجينات على شخصية الراشد وتأثيرا طفيفا جدا لأحداث الطفولة بحيث يمكن تجاهله فالتوائم المتماثلة identical twins الذين ربوا منفصلين كانا متشابهين في سن الرشد أكثر من التوائم الأخوية fraternal twins الذين ربوا معا فيما يتعلق بسمات التسلسل atuthioritariatism، التدين eligiosity: الرضا عن العمل satisfaction حاجز المحافظة conservatism الغضب anger الاكتئاب depression الذكاء intelligence تعاطي الكحول alcoholism

وحسن الحال being-well والمرض النفسي neurtoticisيا ، وبالتوازي فقد كان الأطفال المتبنون أكثر شبها وتمائلا كراشدين مع آبائهم الطبيعيين أو البيولوجيين أكثر من درجة قريبهم من آبائهم المتبنين لهم، ولم يكن لاحداث الطفولة تأثيرا وإسهاما في شخصياتهم. وهذا يبين أن ما كتبه فرويد وأتباعه على أن أحداث الطفولة تحدد مسار حياة الراشدين كلام غير صحيح. وقد وصف فرويد وأتباعه مصطلح الديناميات النفسية (" psycho dynamics) وهو المصطلح الذي يستخدم لوصف نظريات فرويد و أتباعه ، إذ ينظر إلى الانفعالات على أنها قوى داخل نظام مغلق بغشاء لا يمكن اختراقه مثل البالونة . وإذا لم تسمح لنفسك بأن تعبر عن انفعالاتك فإنها ستجد طريقة لتعبير بها عن نفسها وعادة ما تكون على شكل أعراض غير مرغوبة. وفي حال الاكتئاب فإن قدرا كبيرا من التشكك في هذه النظرية يرجع إلى منهج ارون بيك Aorn Beck في العلاج المعرفي الآن وهو العلاج المعتمد على الكلام واسع الانتشار والفعال للاكتئاب ، وقد أظهر فاعليته في إزالته للأوهام حول قضية هيدروليكية الانفعالات ، لقد كنت حاضر مولد هذا الأسلوب من العلاج عند "بيك" من ١٩٧٠ إلى ١٩٧٢ . مارس سليجمان الطب النفسي مع " بيك " عندما كان يتلمس طريقة في بناء العلاج المعرفي. إن الخبرة الأساسية أو الحاسمة عند "بيك" كما حكى عنها هو بدأت في أواخر الخمسينات من القرن العشرين. لقد أكمل حينئذ تدريبه في التحليل النفسي على طريقة فرويد ، وكان عليه أن يتعامل مع العلاج الجماعي الإكتنابيين . وتذهب السيكديناميات في التحليل النفسي إلى أنك تستطيع أن تشفى المرضى من الاكتئاب بجعلهم يفتحون على ماضيهم ، وأن نفس المريض عن نفسه و يفرغ الشحنات الانفعالية المرتبطة بكل الجروح و الوان المفقودات والخسائر التي قد عانى منها في الماضي. وقد وجد "بيك" أنه ليست هناك مشكلة في أن يحاول المرضى بالاكتئاب اصلاح أخطائهم في الماضي وأن يعيشوا في هذه الأخطاء قدر ما يشاءون ، ولكن المشكلة التي أشار إليها "بيك" هي أمم لا يتخلصون من هذا الماضي وألم لا يجدون حياتهم وأن المعالج يجد صعوبة في مساعدتهم وإرجاعهم إلى الحاضر، وأحيانا ما تقودهم هذه الحال إلى محاولة الانتحار وإنهاء حياتهم وكثيرا ما تنجح هذه المحاولات. ويعتمد العلاج المعرفي على تنمية أساليب وفنيات من شأنها أن تحرر المرضى من ماضيهم التعيس وتجعلهم مهئين لتنفيذ تفكيرهم عن الحاضر وعن المستقبل، ويكون تأثير العلاج المعرفي إيجابيا و مماثلا للتأثير الذي تحدثه العقاقير المضادة للاكتئاب ، بل أنه يكون أفضل من العلاج العقاقيري في أنه يحول دون حدوث تكرارات للنوبات أو انتكاسات. يتحول الشخص إلى حالته الأساسية وإلى الخط القاعدي وحدود الاستعداد لديه. إن التعبير عن الانفعال والثبات على ذلك من شأنه أن يضعف هذا الانفعال وأن يسجنك في دائرة خبيثة لا فائدة منها مع أخطاء الماضي (سليجمان، 2005: 92-97).

خطوات تساعد على تحقيق الرضا عن الماضي

من الطرق التي تساعدك على نسيان الماضي النعس وتحقيق الرضا عن الماضي:-

1- اكتب خطاباً

هذه الطريقة مفيدة بشكل خاص إذا كانت مشاعر السلبية موجّهة صوب شخص ربما لا يزال له وجوده في حياتك، وعندما تتبع هذه الطريقة ستشعر بأنك أهدأ وأقدر على التركيز على الحاضر أثناء وجودك مع هذا الشخص؛ لأنك ستكون قد تعاملت مع الماضي . لنقل إن أحد والديك كانت مشاعره فاترة تجاهك باستمرار، أو تجاهل حاجة لك، أو جرحك أو أساء إليك أو قيدك بطريقة أو بأخرى. اكتب له خطايا مبينا . بوضوح و بالتفصيل بقدر ما تستطيع ما الذي ضايقتك بالضبط، ولا تتوقف، وكن صريحا في غضبك كما ترغب، ثم قم بتوقيع الخطاب وضعه في ظرف كأنك تنوي إرساله، ولكن لا ترسل الخطاب! فالخطوة التالية هي أن تلتفه، ويمكنك أن تمزقه إلى قطع صغيرة، أو تحرقه، أو تفعل به ما تريد، ولكن ما عليك إلا أن تتأكد من أنك قد أتلفته تماما. وتعد عملية إتلاف الخطاب في حد ذاتها نوعاً من تحرير نفسك ، كأنك تمزق سليبتك ، أو تحولها إلى قطع صغيرة ، أو تمحوها بشكل دائم. والقيام بهذا الأمر يعني أيضا أنه لن يبقى أي شيء ليجرح أحداً بدون قصد وعندما تكتب خطابا ، يمكنك أن تفرغ غضبك أو الك وتوضح السبب وراء حدوث ما يؤذيك ، ومع ذلك، فهذا لا يؤثر على علاقتك بالشخص المقصود بالفعل بطريقة قد تندم عليها؛ إذ إنك لم تجرح من جرحك في المقابل، كما أنه لا يشعر بالارتياح بمعرفته أنه قد جرحك إذا كان هذا هو ما اراده. و يمكنك أن تواصل رؤيته إن كان هذا الأمر لا يزال ضروريا، ولكن يمكنك أن تفعل هذا الآن بعدما أبعدت هذا الحمل عن راسك ؛ فقد قلت ما أردت أن تقوله.

2- قم بعملية إنقاذ

أنا على يقين من أنك سمعت بالفعل العبارات الخاصة بهذه الطريقة ومنها: القوة تأتي من الشدائد»، أو «الشيء الذي لا يقتلك يقويك»، أو «إن مع العسر يسرا».. وتساعدك هذه الطريقة على استخلاص ما يقيدك مما حدث في الماضي. وما عليك القيام به الآن هو أن تقلب الطريقة التي تنظر بها دائماً لتجربتك السابقة رأساً على عقب، وتفكر في الفائدة التي حصلت عليها من هذا الشخص. وأسمعك تقول: «الفائدة التي حصلت عليها منه! إنه لم يفعل أي شيء سوى أنه جرحني! كما أنه جعل حياتي باتسة!» ولكن تذكر أننا عندما تجرح، تبقى لدينا ندبة. وربما لا تبدو هذه الندبة جميلة، لكنها قوية. بل إنها في الحقيقة أقوى من الجلد المحيط بها، وهذا يعني أنك أصبحت بالفعل أقوى مما كنت عليه قبل أن يجرحك هذا الشخص، أو يجبرك على تحمل هذه المعاناة.

3- اللبنة أمام المرأة

انظر لنفسك في المرأة وقل أي شيء، مثل: «فلان أساء لي لأقصى درجة. وهذا لم يكن عدلاً على الإطلاق، ولم أكن أستحق ذلك. ولكنني اجتزت هذا الأمر. ونجوت من هذا الظلم، وهذه الإساءة التي لم أكن أستحقها، وهأنذا وأصبحت الآن أقوى من ذي قبل». ويمكنك أن تكتب خطاباً آخر بدلاً من اتباع هذه الطريقة إن كنت تفضل ذلك. واشكر كل من جرحوك على القوة التي منحوها لك، وعلى الدروس المستفادة التي تعلمتها منهم عن الطريقة التي لا ينبغي اتباعها في التعامل مع الآخرين. وتعهد بأن تصبح شخصاً أفضل مما كنت ستصبح عليه لو لم تكن قد تحملت هذا الظلم، وكما حدث من قبل، لا ترسل هذا الخطاب. وبدلاً من ذلك، اقرأ عدة مرات ثم أتلفه، فقد جنيت الفوائد تماماً عندما كتبت كيف فقت بتحويل تجربة سيئة لصالحك. اقرأ أيضاً أن لديك صحة طيبة، وخذ الوقت الكافي لتقرأ عن بعض الأشخاص الناجحين و محققي الإنجازات العظماء في أي مجال من المجالات التي تهتم بها؛ وستجد أن نسبة كبيرة منهم تحملوا بعض الخسائر الفادحة، أو إساءة المعاملة أو الألم في الماضي، وأنهم تعافوا من هذه التجارب وأصبح لديهم المزيد من الإصرار على تحقيق النجاح في حياتهم، ويمكنك أن تفعل مثلهم (blair,2008:89-91).

مفهوم الرضا عن الماضي (Seligman) Concept Satisfaction about the past

صنف (Seligman) الانفعالات الإيجابية يمكن أن تكون حول الماضي أو الحاضر أو المستقبل. إن الانفعالات الإيجابية حول المستقبل تتضمن التفاؤل Optimism والأمل Hope والإيمان Faith والثقة Trust، أما الانفعالات الإيجابية حول الحاضر فتتضمن البهجة والنشوة Ecstasy والسكينة Calin والحيوية Zest والحماس الزائد أو الفوران Ilence واللذة Pleasure والانفعال الأكثر أهمية وهو التدفق Flow، وهي الانفعالات التي يعينها معظم الناس عندما يتحدثون عادة عن السعادة وإن كانت السعادة في حقيقتها أوسع من ذلك. وأما الانفعالات الإيجابية حول الماضي فتشمل الرضا Satisfaction والقناعة Concertment والإنجاز Fulfillinerit والفخر Pride والصفاء Serenity. ومن الأمور الحاسمة والهامة أن نفهم كيف تختلف هذه المعان أو الأنماط من الانفعال وتتابين، وكيف أنها ليست بالضرورة مرتبطة ببعضها ارتباطاً وثيقاً. وعلى الرغم من أنه من المرغوب فيه أن يكون الإنسان سعيداً في المنظورات الثلاثة فإن ذلك لا يحدث دائماً. فقد يكون من المحتمل أن تكون فخوراً وراضياً عن الماضي مثلاً ولكنك تشعر بمرارة فيما يخص الحاضر ومتشائماً بالنسبة للمستقبل، وبالمثل فيمكن أن تكون متمتعاً بكثير من المناهج ومصادر السرور في الحاضر ولكنك تشعر بالمرارة نحو الماضي ولديك شعور باليأس من المستقبل. وبالمزيد من المعلومات والفهم عن كل منظور من هذه المنظورات الثلاث المختلفة فإنك تستطيع أن تحرك انفعالاتك في الاتجاه الإيجابي بتغيير أحاسيسك وشعورك نحو ماضيك، وتصورك لما سيكون عليه مستقبلك، وكيف يكون شعورك وخبراتك في الحاضر الذي تعيشه (سليجمان، 2005: 87-88).

اذ تتراوح الانفعالات حول الماضي من القناعة والصفاء والفخر والرضا إلى مشاعر المرارة والغضب الحاقد والذي لا يعبر عنها عادة. وهذه الانفعالات تتحدد بالكامل في ضوء أفكارك عن الماضي، إن عدم التقدير الكافي للأحداث الطيبة في ماضيك من ناحية وزيادة التأكيد على الأحداث السيئة من ناحية أخرى هما السبيلان الرئيسيان اللذين يعملان على إضعاف الصفاء والقناعة والرضا، وهناك طريقتان لجعل هذه المشاعر المرتبطة بالماضي تتحول إلى منطقة القناعة والرضا، فالامتنان يعلى من قيمة وأهمية الأحداث الطيبة التي حدثت، و يعمل على إعادة كتابة الماضي متسلحاً بدروس الصفا والتسامح عن القوى التي تقف وراء الأحداث السيئة التي تنغص عليك حياتك، بل ويمكنك من تحويل الذكريات السيئة إلى ذكريات طيبة بالفعل (63: seligman, 2002).



الرضا عن الماضي يمتلك الافراد في هذا البعد نظرة حنونه إلى الماضي ، ويعتمدون على الخبرات الشعورية الإيجابية الماضية عن التفاعل مع الحاضر ، وهم يحبون البقاء على اتصال وثيق جداً بعائلاتهم ويميلون نحو اقامة علاقات الصداقة والطيبة والتعاون مع الآخرين ، ويستعملون استراتيجيات إيجابية عن مواجهة المواقف الضاغطة حتى يبقوا افراداً متفانين ولديهم كفاية على حطها بصورة ايجابية (Hachatrova&Bolotova,2013:126)

لدي سليجمان مجموعة من التقنيات المقاومة او مكافحة الشعور بالحزن الذي ظهر نتيجة خبرات الماضي ، ويشير سليجمان الى المجتمع الأمريكي بوصفه مجتمع ينفس عن انفعالاته السلبية ، ويتعامل مع الضغوط بتوتر وعصبية ، على العكس من ذلك يثني سليجمان على المجتمع الشرقي الاسيوي لميله الى التعامل بشكل هادئ مع المواقف الصعبة ، ويستشهد سليجمان بمجموعة من الدراسات التي وجدت أن الأفراد الذين يحاولون عدم التعبير عن انفعالاتهم السلبية ويستعملون تبعاً لذلك استراتيجيات لمواجهة ضغوطات الحياة يميلون إلى أن يكونوا سعداء (seligman, 2002:69).

مع الصفح والنسيان كيف تنظر إلى الماضي؟ وما ذا تشعر نحوه؟ هل تشعر بالقتاعة أو الفخر مقابل المرارة أو الخجل، إن هذا يتوقف كلية على نوعية ذكرياتك ، وليس هناك مصدر آخر . ان الامتنان يعمل على زيادة الرضا عن الماضي و ذلك بتعظيم الذكريات الطيبة عن الماضي ويزيد من شدتها ومن معدل تكرارها، ومن العناوين الرئيسية التي تتخذها هذه الذكريات (سليجمان،2005:106).

لقد تطور المخ البشري على نحو يجعلنا ونحن نكافح نيران الانفعالات السلبية ننتبه ونعمل على توسيع و بناء الانفعالات الإيجابية والإبقاء عليها وإن حدث ذلك أحيانا بشكل هش. والطريقة الوحيدة لمواجهة هذا الدمار الانفعالي أو هذا التوحش الانفعالي هو أن تغير أفكارك بإعادة كتابة ماضيك بالصفح والنسيان أو قمع الذكريات السيئة . وليس هناك طرقاً معروفة لزيادة القدرة على النسيان وقمع الذكريات بشكل مباشر . وفي الحقيقة فإن المحاولات الصريحة لقمع الأفكار سوف ترتد وتزيد من احتمالية تصور الموضوعات المحرمة أو الممنوعة . أن الصفح يحول المرارة إلى حالة عادية أو طبيعية أو حتى إلى حالة من شأنها أن تولد ذكريات ذات صبغة إيجابية ، ومن ثم تسهم في تعزيز وتقوية الرضا عن الماضي . وعلى أي حال " فأنت لا تؤذ المخطئ بعدم صفحك عنه ولكنك بالصفح تستطيع أن تشعر بالراحة أو أن تحرر نفسك " . والصحة الجسمية، خاصة من ناحية القلب والدورة الدموية تكون أفضل من المعتاد عند من يصفحوا أكثر مما هي عند من لا يحبون الصفح، وعندما يتبع الصفح محاولة إعادة التوافق أو التصالح فإنه يمكن أن يتحول بسرعة إلى حال تتحسن فيها علاقاتك بالأشخاص الذين صفحت عنهم (seligman, 2002:65-66).

قيم حياتك شعورك نحو حياتك في أي لحظة يكون كالزئيق ، يصعب الإمساك به، وفي نفس الوقت فإن التقييم الدقيق لمسار حياتك أمر هام في اتخاذ القرارات في حياتك المستقبلية. أما المشاعر اللحظية بالحزن أو السعادة والتي قد لا تكون مرتبطة بحدث واضح معين فيمكن أن تشوش على حكمك على نوعية حياتك بأكملها. فقد تكون مشكلة حديثة في علاقة عاطفية من شأنها أن تعرف أمامها جبال الرضا ، في الوقت الذي يسبب ربح سريع حصلت عليه في إحداث تضخم زائف في حجم رضائك عن ماضيك، هناك طرق أخرى يمكن أن تشعر من خلالها بشكل دائم بالمزيد من السعادة نحو ماضيك. الطريق الأول: عقلي Intellectual وهو مرتبط بالأيديولوجية أو منظومة الأفكار التي تفسر من خلالها ماضيك وبالتالي تنظر إلى مستقبلك. إن الحتمية الصارمة hard determinism التي تفرز هذه الفكرة الجامدة أو الدوجما dogma ظهر بالدراسة الأمبيريقية أو التحليل الفلسفي أنها فكرة جذباء وقيمة ومن الصعب الاقتناع ذاتيا بها، كذلك فإن الطابع السلبي فيها يمثل سجنا للإنسان وقيدا عليه. أما الطريقتان أو العاملين الثاني والثالث فهما من طبيعة انفعالية emotional وكلاهما يتضمن التغيير الإرادي لذكرياتك . فزيادة جرعة الامتنان نحو الأشياء الطيبة في ماضيك من شأنه أن يعظم الذكريات الإيجابية ويقويها ويعلمك كيف تنسى أخطاء الماضي ، ويقال من المرارة التي كانت تحول دون شعورك بالرضا (سليجمان،2005:116-117)

الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته

يتضمن هذا الفصل منهجية البحث وإجراءاته من حيث تحديد مجتمع البحث واسلوب اختيار العينة واجراءات بناء مقياس الرضا عن الماضي ، واجراءات صدق الترجمة لمقياس تحديد الذات، والتحقق من دقة الخصائص السيكومترية لمقياس قوى الشخصية والرضا عن الماضي وتحديد الذات وتحديد الوسائل الاحصائية المستعملة في البحث الحالي.

أولاً: منهج البحث Research Methodology

أعتمد البحث الحالي المنهج الوصفي الارتباطي لانه أكثر ملائمة لتحقيق أهداف البحث، ويعد من أساليب البحث العلمي ويهتم بالكشف عن العلاقات بين متغيرين أو أكثر والتعبير عنها كمياً من خلال معاملات الارتباط بين المتغيرات، وهذا المنهج يحاول وصف الظاهرة ودراسة العلاقة بين متغيراتها، وهذه المنهجية ذات قيمة كبيرة لأنها تمثل الخطوات الأولى للتجريب (عبيدات وآخرون، 1990: 247).

ثانياً: مجتمع البحث Population of the Research

يتألف مجتمع البحث من المرشدين التربويين الموجودين في عموم القطر العراقي باستثناء إقليم كردستان، البالغ عددهم (6796) مرشد ومرشدة ، بواقع (3342) مرشد تربوي ، و (3454) مرشدة تربوية ، بحسب إحصائية وزارة التربية / مديرية الإرشاد التربوي للعام الدراسي (2018/ 2019) والجدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1)

مجتمع البحث المرشدين التربويين موزعاً بحسب المحافظة

ت	المحافظات	ذكور	إناث	المجموع
1	بغداد	66	128	194
2	ذي قار	28	14	42
3	كركوك	15	17	32
4	ديالى	38	32	70
5	القادسية	36	26	62
	المجموع	183	217	400

ثالثاً: عينة البحث الأساسية Basic of the Research Sample

اشتملت عينة البحث على (400) مرشد تربوي ومرشدة تربوية، بلغت نسبتهم (6%) من مجتمع البحث ، تم اختيارهن عشوائياً من المحافظات بالأسلوب الطبقي العشوائي من كل مديرية من المديريات (بغداد، ذي قار، كركوك، ديالى و القادسية) بما يتناسب مع عددهم في مجتمع البحث بواقع (183) مرشد تربوي و(217) مرشدة تربوية، موزعين على مديريات التربية في المحافظات الخمس والجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2)
عينة البحث موزعة بحسب المحافظة والجنس

ت	اسم المحافظة	عدد المدارس	عدد المرشدين التربويين	
			ذكور	إناث
1	بغداد	1785	644	1255
2	ذي قار	415	277	138
3	كركوك	318	146	172
4	بابل	619	342	297
5	نينوى	176	107	93
6	كربلاء المقدسة	359	214	145
7	البصرة	493	206	287
8	واسط	367	176	191
9	صلاح الدين	153	101	52
10	المتنى	132	75	57
11	ديالى	682	370	312
12	النجف الاشرف	254	154	100
13	ميسان	95	62	33
14	القادسية	603	351	252
15	الانبار	187	117	70
	المجموع الكلي	6638	3342	3454

رابعاً: أدوات البحث Scales of the Research
المقياس الاول: مقياس الرضا عن الماضي
المنطلقات النظرية:

من خلال ما تقدم من إطار نظري فيما يتعلق بالرضا عن الماضي حدد الباحث عدداً من المنطلقات النظرية في عملية بناء مقياس الرضا عن الماضي والمتمثلة في الاعتماد علي :

- 1- (في تحديد مفهوم الرضا عن الماضي ومجالاته. Seligman نظرية "سلجمان" (1-2- نظرية القياس التقليدية السيكمترية في بناء المقياس.
- 3- أسلوب العبارات التقريرية في صياغة فقرات المقياس.

تحديد مفهوم الرضا عن الماضي ومجالاته :

حدد مفهوم الرضا عن الماضي بناءً على رؤية Seligman بأنه (الانفعالات الايجابية حول الماضي والتي تتضمن الرضا Satisfaction، القناعة Contentment، والانجاز Fulfillment، الفخر Pride، والصفاء Serenity) (Seligman, 2002:87). إذ ضمّ (25) فقرة، وحدده بخمس مجالات وهم (الرضا، القناعة، الانجاز، الفخر، الصفاء). لكل مجال 5 فقرات

إعداد فقرات المقياس بصيغته الأولية :

بما أن الباحث اعتمد على مفاهيم نظرية "سلجمان" (Seligman) في تحديد مفهوم الرضا عن الماضي ومجالاته، فقد تم صياغة (25) فقرة لقياس مفهوم الرضا عن الماضي موزعة على خمسة مجالات بواقع (5) فقرة لكل مجال ، وقد تمت صياغة الفقرات بأسلوب العبارات التقريرية ، ولكل فقرة خمس بدائل متدرجة للإجابة هي (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي أحياناً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي) يعطى لها عند التصحيح (1 / 2 / 3 / 4 / 5)

على التوالي، علماً أن الفقرات جميعها مصاغة باتجاه ايجابي، واشتقت جميع الفقرات من مفاهيم، وتعريف نظرية "سليجمان" (Seligman)، وقد تم ترتيب فقرات المقياس للمجالات الخمس عشوائياً.
صلاحية فقرات المقياس :

يعني ان الأداة تتصف بالصدق إذا كان عنوانها أو ظاهرها يشير إلى المحتوى الذي وضعت من أجله أو أن الأداة تبدو في ظاهرها إنها تقيس المحتوى الذي وضعت لقياسه، (عبد الفتاح، 2013: 37).
وقد تحقق الباحث من صدق المحتوى لمقياس الرضا عن الماضي إذ عرض الباحث مقياس الرضا عن الماضي بصيغته الأولية باستبانة على (16) محكماً من المتخصصين في الإرشاد النفسي وعلم النفس والقياس النفسي لإبداء آرائهم في فقراته ومدى ملائمة كل فقرة للمجال الذي تنتمي إليه ، وبدائل الإجابة وأوزانها ، وما يروونه مناسباً من تعديل وبناءً على مقترحاتهم عدلت صياغة بعض الفقرات (انظر جدول: 4) يوضح الفقرات المعدلة، إذ اعتمد الباحث موافقة (12) محكم فأكثر معياراً لصلاحية الفقرة لان الفرق بين قيمتي (ك²) المحسوبة والجدولية يكون ذا دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بدرجة حرية (1) ، والجدول (3) يوضح ذلك.

الجدول (3)

عدد المحكمين الموافقين وغير الموافقين على مقياس الرضا عن الماضي وقيمة (ك²) لدلالة الفروق بينهما

مستوى الدلالة	قيمة (ك ²)		عدد المحكمين		تسلسل الفقرات في المجال	المجالات
	الجدولية	المحسوبة	غير الموافقين	الموافقين		
.05	3.84	16	0	16	1,2,4	الأول
		12.25	1	15	5,3	
		16	0	16	1,3,4,5	الثاني
		12.25	1	15	2	
		16	0	16	1, 3, 5	الثالث
		12.25	1	15	4,2	
		16	0	16	1,2,3,4,5	الرابع
		16	0	16	1,2,3,4,5	الخامس

جدول (4)

الفقرات المعدلة من قبل المحكمين لمقياس الرضا عن الماضي

المجال	رقم الفقر	الفقرات قبل التعديل	الفقرات بعد التعديل
الثاني	1	أشعر بالفناعة.	انا مقتنع بما وصلت اليه.
	2	أشعر بالفناعة أن ماضي كان ايجابياً.	مقتنع أن ماضي كان ايجابياً
	3	مقتنع تماماً أن جميع حاجاتي تم أشباعها.	مقتنع أن حاجاتي تم أشباعها.
الثالث	1	أشعر بأن شخصيتي منتجة	انا شخص منتج في المجتمع.
الرابع	5	أشعر بالفخر حينما أخبر الآخرين عن الاعمال التي قمت بها.	أفتخر عندما أخبر الآخرين عن الاعمال التي قمت بها.
الخامس	3	أشعر بالطمأنينة.	اشعر بالطمأنينة عندما اتذكر الماضي.

تصحيح مقياس الرضا عن الماضي:-

ويقصد به وضع درجة استجابة كل مستجيب من أفراد عينة البحث على كل فقرة من فقرات مقياس الرضا عن الماضي والبالغة (25) فقرة، موزعة على (5) عوامل كل عامل يحتوي على (5) فقرات إذ أعطيت أوزان تراوحت

بين (5, 4, 3, 2, 1) الفقرات تقابل بدائل الاستجابة (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي، تنطبق علي أحياناً، لا تنطبق علي ، لا تنطبق علي تماماً) .

التطبيق الاستطلاعي للمقياس :

أشار "فرج" (1980) إلى ضرورة التحقق من مدى فهم أفراد العينة لفقرات المقياس (فرج، 1980: 160) ، بعد إعداد تعليمات المقياس وفقراته ، ولغرض التحقق من مدى وضوح فقرات المقياس وتعليماته لعينة البحث ، طبق الباحث المقياس على عينة عشوائية بلغ عددها (20) مرشد ومرشدة بواقع (10) مرشدين تربويين و (10) مرشحات تربويات، وقد تبين أن فقرات المقياس وتعليماته واضحة ومفهومة من حيث المعنى والصياغة وان مدى الوقت المستغرق للإجابة عن فقرات المقياس هو (10-13) دقيقة.

التحليل الإحصائي لفقرات المقياس :

إن الهدف من إجراء تحليل الفقرات إحصائياً هو استخراج القوة التمييزية للفقرات والإبقاء على الفقرات المميزة الجيدة في المقياس وأن من الشروط المهمة لفقرات المقاييس النفسية هو أن تتصف هذه الفقرات بقوة تمييزية بين الأفراد من ذوي الدرجات العالية والأفراد من ذوي الدرجات الواطئة في الصفة أو السمة المراد قياسها (Ebel, 1972: 555). وفيما يأتي إجراءات التحقق من التحليل الإحصائي لفقرات المقياس:

القوة التمييزية للفقرات:

ولغرض حساب القوة التمييزية للفقرات بحيث تبقى الفقرات المميزة وتستبعد غير المميزة (Eble, 1972)، تم جمع الاستثمارات التي يتم بموجبها تحليل الفقرات لمعرفة قوتها التمييزية بهدف إعداد مقياس الرضا عن الماضي بشكله النهائي وبما يتلاءم مع خصائص المجتمع المدروس وهم المرشدين التربويين وأهداف البحث، واستعمل أسلوب المجموعتين المتطرفتين إذ طبق المقياس على عينة بلغت (400) مرشد ومرشدة وهي عينة البحث الرئيسة ذاتها، واختيرت نسبة (27%) من الاستثمارات الحاصلة على الدرجات العليا والتي سميت بالمجموعة العليا و نسبة (27%) من الاستثمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا التي سميت بالمجموعة الدنيا ، وبلغ عدد الاستثمارات (108) استمارة لكل مجموعة ويكون مجموع الاستثمارات التي خضعت للتحليل (216) استمارة، وتراوحت حدود الدرجات للمجموعة العليا (105-125)، وحدود الدرجات للمجموعة الدنيا (38-80) ثم استعمل الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار الفروق بين متوسطي المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس، وأظهرت النتائج إن جميع فقرات المقياس مميزة عند مستوى دلالة (0.001) ، لان القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية (3.291) بدرجة حرية (214) ، والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5)

القوة التمييزية لفقرات مقياس الرضا عن الماضي والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية للمجموعة العليا والدنيا

مستوى الدلالة	القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
.001	17.220	1.02799	3.0926	.34406	4.8889	1
.001	19.627	1.03967	2.1759	.67646	4.5185	2
.001	15.847	1.19314	2.6574	.62728	4.7130	3
.001	17.761	1.09765	2.3056	.67665	4.5093	4
.001	11.515	1.39077	2.5185	.91159	4.3611	5
.001	15.145	1.07071	3.2222	.36410	4.8704	6
.001	19.636	1.02728	2.1944	.67646	4.5185	7
.001	15.759	1.19314	2.6574	.63037	4.7037	8
.001	15.798	1.24009	2.5648	.61142	4.6667	9
.001	14.916	1.15470	2.4444	.81411	4.4722	10
.001	12.223	1.06435	3.2685	.52950	4.6667	11
.001	19.627	1.03967	2.1759	.67646	4.5185	12
.001	15.847	1.19314	2.6574	.62728	4.7130	13

.001	13.246	1.21075	2.4630	.77652	4.2963	14
.001	15.117	1.15470	2.4444	.81459	4.5000	15
.001	15.401	1.07071	3.2222	.34406	4.8889	16
.001	13.604	1.17814	2.2963	.78317	4.1481	17
.001	9.194	1.25176	2.6759	1.08048	4.1389	18
.001	15.878	1.19839	2.6111	.61142	4.6667	19
.001	16.001	1.05459	3.1667	.35435	4.8796	20
.001	16.263	1.05159	3.1574	.34406	4.8889	21
.001	19.708	1.03967	2.1759	.67614	4.5278	22
.001	10.803	1.27222	2.6296	.99022	4.3056	23
.001	13.301	1.21075	2.4630	.77891	4.3056	24
.001	11.323	1.35532	2.5648	.90855	4.3426	25

القيمة التائية الجدولية (3.291) عند مستوى دلالة (0.001) بدرجة حرية (214)

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (صدق الفقرات) :

يعد هذا الأسلوب من أكثر الأساليب الإحصائية استعمالاً في تحليل فقرات المقاييس ، لما يتصف به من تحديد لمدى الاتساق الداخلي لفقرات المقياس (Lindquist, 1951:286)، وقد استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون (بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمستجيب ، واتضح ان جميع الفقرات كانت ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.001) ، لان جميع قيم معاملات الارتباط المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البالغة (0.169) بدرجة حرية (398) أي إن جميع فقرات المقياس ترتبط معنوياً مع درجة المقياس الكلية والجدول (6) يوضح ذلك.

الجدول (6)

قيم معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية والدلالة المعنوية لمقياس الرضا عن الماضي

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	ت	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	ت	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	ت
.001	.694	19	.001	.653	10	.001	.689	1
.001	.673	20	.001	.532	11	.001	.720	2
.001	.672	21	.001	.723	12	.001	.677	3
.001	.722	22	.001	.674	13	.001	.713	4
.001	.530	23	.001	.618	14	.001	.544	5
.001	.619	24	.001	.657	15	.001	.656	6
.001	.536	25	.001	.660	16	.001	.720	7
			.001	.640	17	.001	.675	8
			.001	.524	18	.001	.702	9

القيمة الجدولية (3.291) عند مستوى دلالة (0.001) بدرجة حرية (398)

الخصائص السيكومترية للمقياس :

أكد المتخصصون في القياس النفسي ضرورة التحقق من صدق المقياس وثباته حتى يصبح بالإمكان استعمال نتائج المقياس للأغراض العلمية (Cronbach & Gleser, 1965: 291) ، وفيما يأتي إجراءات التحقق منها :-

صدق المقياس: Validity of The Scale

يتفق المتخصصون في القياس النفسي على أن الصدق من أهم الخصائص السيكومترية، التي ينبغي توافرها في المقاييس والاختبارات النفسية (Maloney & Ward, 1980:366) لأنه يمثل مقدرة المقياس على قياس السمة أو

الخاصية التي وضع من أجل قياسها (Martin & Bateson, 1986:88) وقد تحقق الباحث من صدق مقياس الرضا عن الماضي من خلال مؤشر الصدق الظاهري وصدق البناء وكالاتي :

1-الصدق الظاهري Face Validity

يقصد به أن المقياس يبدو أنه يقيس ما أعد لقياسه ظاهرياً (Ley, 1972: 128) ويعتمد على آراء مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال السمة أو القدرة التي يقيسها المقياس من خلال إعطاء انطباعاتهم عنه لاستعماله على عينة معينة (انستازي واوربينا، 2015: 154-155) .

وقد تحقق الباحث من الصدق الظاهري لمقياس الرضا عن الماضي من خلال عرضه بأستبانة (الملحق:3) على (16) محكم من المتخصصين في علم النفس والإرشاد النفسي والقياس النفسي (الملحق:2) طلب منهم فحص فقرات كل مجال من مجالات المقياس ، ومدى ملائمة كل فقرة للمجال الذي تنتمي إليه وبدائل الإجابة وأوزانها وإجراء التعديل الذي يرونه مناسباً وبناءً على آرائهم عدلت صياغة بعض الفقرات (أنظر جدول:4) ولم تستبعد أي فقرة من المقياس .

2- صدق البناء Construct Validity

يعتمد التحقق من صدق بناء المقياس على افتراضات نظرية يتم التحقق منها تجريبياً فإذا ما تطابقت نتائج التجريب مع الافتراضات يكون المقياس صادقاً في بنائه (Cronbach, 1970:105)، وقد أشار كرونلاند إلى الخطوات الآتية ، للكشف عن صدق بناء المقياس :

- 1- التعريف بالإطار النظري للسمة المرتبطة بنتائج المقياس .
 - 2- اشتقاق فرضيات حول نتائج المقياس .
 - 3- التحقق من صحة الفرضيات تجريبياً (Gronlund, 1976 : 49) .
- وقد اشتق الباحث من الإطار النظري للرضا عن الماضي بوصفه بناءً نفسياً يفترض وجوده الفرضيات الآتية :-
- وجود فروق دالة بين درجات المستجيبين على كل فقرة من فقرات المقياس .
 - وجود ارتباطات دالة بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس .
 - وجود خمسة عوامل للرضا عن الماضي .

وقد حاول الباحث التحقق من الفرضيات على النحو الآتي :-

- 1- تحقق الباحث من القوة التمييزية للفقرات من خلال أسلوب المجموعتين الطرفيتين باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (انستازي واوربينا ، 2015 : 168- 169) ، وظهر ان جميع الفقرات مميزة (أنظر جدول:4) مما يشير الى وجود فروق فردية بين أفراد العينة في الرضا عن الماضي.
- 2- تحقق الباحث من ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس باستعمال معامل ارتباط بيرسون (انستازي واوربينا ، 2015 : 169) ، وظهر إن جميع الفقرات كانت دالة إحصائياً (انظر جدول: 5) مما يشير الى الاتساق بين فقرات المقياس .

3- الصدق العاملي Factorial Validity:

يمثل الصدق العاملي أسلوب إحصائي دقيق لتحليل العلاقات التفاعلية الداخلية لفقرات المقياس، ولمعرفة مدى ملائمة التحليل العاملي الاستكشافي، فأن اختبار بارتلت Bartlett لوجود الارتباطات يجب ان يكون ذا دلالة إحصائية ، وان قياس مدى ملائمة المعاينة (KMO) يجب ان يكون اكثر من (0.5) ليكون مقبولاً (: Hair & et al , 1998) . (104)

وقد تم إجراء عملية التحليل العاملي لمقياس الحرمان العاطفي بطريقة المكونات الأساسية وتم تدوير المحاور بطريقة الفارماكس Kaisers Varimax Rotation واستعمال معيار كوتمان Guttman لتحديد عدد العوامل بحيث يعد العامل جوهرياً اذا كانت قيمة الجذر الكامن Eigen Value أكثر من واحد او يساويه ، والاعتماد على محك جلفورد (Guilford) لنسب كل فقرة (0.30) او اكبر (الانصاري، 2000: 61) .

وقد اجري التحليل العاملي على إجابات عينة التحليل الإحصائي البالغة (400) مرشد ومرشدة (انظر جدول :2) ، وظهر أن قيمة اختبار (KMO) هي (0.838) واختبار بارتليت (26713.167) وهو ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.001) بدرجة حرية (300) ، وان تدوير المحاور افرز أربعة عوامل فسرت (79.879 %) من التباين الكلي في أداء الطلبة على الحرمان العاطفي ، تزيد قيم جذورها الكامنة عن الواحد الصحيح ، (انظر جدول:7) البناء العاملي المستخلص من التحليل قبل التدوير وبعده .

الجدول (7)
الجذور الكامنة لمصفوفة الارتباطات والتباين الكلي المفسر قبل وبعد التدوير
لمقياس الرضا عن الماضي

تدوير مجموع مربعات التشبعات (بعد التدوير)			مجموع مربعات التشبعات الاصلية (قبل التدوير)			العامل
النسبة التراكمية	نسبة التباين	الجذر الكامن	النسبة التراكمية	نسبة التباين	الجذر الكامن	
20.797	20.797	5.199	42.756	42.756	10.689	الاول
40.110	19.313	4.828	56.373	13.617	3.404	الثاني
56.633	16.523	4.131	65.763	9.389	2.347	الثالث
68.989	12.357	3.089	74.321	8.559	2.140	الرابع
79.879	10.890	2.722	79.879	5.558	1.389	الخامس

وحسبت قيم تشبع كل فقرة من فقرات مقياس الرضا عن الماضي بكل عامل من العوامل الخمسة والجدول (8) يبين هذه القيم .

الجدول (8)
مصفوفة العوامل المدورة وتشبعات الفقرات بالعوامل لمقياس الرضا عن الماضي

ت	العامل الاول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس
6	.962				
16	.960				
20	.959				
21	.958				
1	.945				
11	.358				.304
2		.951			
22		.950			
12		.949			
7		.945			
17		.500	.369		
8			.944		
13			.943		
3			.940		
23			.427		
18			.412		
5				.888	
25				.887	
15	.350			.664	
10	.356			.660	
14	.839			.336	
24	.838			.337	
19	.499		.469		
9	.494		.467		

وتبين من الجدول (8) ان جميع الفقرات كانت مشبعة بأكثر من (0.30)، لذا وبعد تدوير العوامل تكون العوامل قد اتصفت بخاصية البنية البسيطة التي تجعلها قابلة للتأويل ، التي تتمثل في البحث عن تسمية للمعنى المشترك بين

الفقرات ذات التشعبات المقبولة على العوامل (تيعزة ، 2012 : 77) ، وقد توزعت فقرات مقياس الرضا عن الماضي كما في أدناه :

العامل الأول : الرضا (حالة عاطفية إيجابية أو سارة ناتجة عن تقييم جانب معين من الحياة والعمل والجوانب الكلية) ، وضم (6) فقرة هي (1.6.11.16.20.21) .

العامل الثاني : الفعانة (شعور الشخص بالفعانة وأشباع الرغبات والحاجات والامتنان لكل ما يملك) وضم (5) فقرات هي (22.17.12.7.2) .

العامل الثالث : الانجاز (شعور الشخص بالانتاجية و النجاح وتحقيق الاهداف والطموحات خلال الفترة الماضية) وضم (5) فقرات هي (23.18.13.8.3) .

العامل الرابع : الصفاء (شعور الشخص بالطمأنينة والسلام والمحبة والتسامح والراحة) وضم (4) فقرات هي (25.15.10.5) .

العامل الخامس : الفخر (شعور الشخص بالقوة والثقة بالنفس واحترام الذات ويكون فخوراً بالماضي) وضم (5) فقرات هي (24.19.14.9.4) .

لذا فإن نتيجة الافتراض الثالث هي وجود خمسة عوامل للرضا عن الماضي وفقاً لنظرية سليجمان، وبذلك تحقق صدق بناء مقياس الرضا عن الماضي .

ثبات المقياس Reliability of scale

يعد الثبات من الشروط الواجب توافرها في المقاييس والاختبارات النفسية ، والثبات هو اتساق القياس ، أي الاتساق في قياس الشيء الذي تقيسه أداة القياس وخلوه من الأخطاء غير المنتظمة التي تشوب القياس ، أو مدى قياس المقياس للمقدار الحقيقي للسمة التي يهدف إلى قياسها أي الاتساق والدقة في القياس (علام ، 2000 : 131) ، والمقياس الثابت هو المقياس الذي يمكن الاعتماد عليه (Kerlinger , 1973: 425) .

وقد تحقق الباحث من ثبات مقياس الرضا عن الماضي وعوامله بطريقة إعادة الاختبار وطريقة تحليل التباين باستعمال معادلة الفا كرونباخ ، من خلال إجابات عينة الثبات البالغة (50) مرشد ومرشدة، وفيما يأتي إجراءات التحقق من طريقتي حساب ثبات مقياس الرضا عن الماضي :-

طريقة إعادة الاختبار : Test- Retest Method

يسمى معامل الثبات المحسوب بهذه الطريقة بمعامل الاس-تقرار (Zeller & Carmines, 1980:52) ، الذي يتطلب إعادة تطبيق المقياس على عينة الثبات نفسها بعد مرور فترة زمنية ، وحساب معامل الارتباط بين درجات التطبيقين الأول والثاني (Murphy, 1988:65) ، لذا طبق الباحث مقياس الرضا عن الماضي المكون من (25) فقرة على عينة الثبات البالغة (50) مرشد ومرشدة وبعد مرور فترة (15) يوم أعاد الباحث تطبيق المقياس مرة ثانية على نفس المرشدين واستعمل معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيقين الأول والثاني فكان معامل الثبات (0.76) للمقياس وهو معامل ثبات يمكن الركون إليه (Anastasi, 1988:126) .

طريقة تحليل التباين باستعمال معادلة الفا كرونباخ Alpha Cronbach

تعتمد هذه الطريقة على حساب الارتباطات بين الفقرات الداخلة في المقياس وتقسيمه إلى عدد من الأجزاء يساوي عدد فقراته ، أي أن كل فقرة تشكّل مقياساً فرعياً (عودة ، 1998 : 354) ، وأن معامل الفا كرونباخ يزودنا بتقدير جيد للثبات ، إذ أنه يعد المعادلة الأساسية في حساب الثبات القائم على الاتساق الداخلي (Nunnally, 1970:126) ، وقد تحقق الباحث من ثبات مقياس الرضا عن الماضي باستعمال معادلة الفا كرونباخ ، بما ان فقرات مقياس البحث الحالي كانت جميعها ذات دلالة إحصائية فقد حسب الباحث ثبات المقياس للعينة ككل والبالغة (400) مرشد ومرشدة، وبلغ معامل الثبات بطريقة ألفا- لكرونباخ لمقياس الرضا عن الماضي (0.94) وهو معامل ثبات يمكن الركون إليه (Anastasi, 1988:126) .

وصف مقياس الرضا عن الماضي:

يتألف مقياس الرضا عن الماضي بصيغته النهائية من (25) فقرة بواقع (6) فقرة لعامل الرضا (6.1). 16.11. 20 . (21) ، و (5) فقرات لعامل القناعة (22.17.12.7.2)، و (5) فقرات لعامل الانجاز (23.18.13.8.3) و (4) فقرات لعامل الصفاء (25.15.10.5)،

و (5) فقرات لعامل الفخر (24.19. 14.9.4) مصاغة بأسلوب العبارات التقريرية وأمام كل فقرة (5) بدائل متدرجة للإجابة (تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ غالباً، تنطبق عليّ أحياناً ، نادر تنطبق عليّ نادراً ، لا تنطبق عليّ) (انظر ملحق:1) يعطى لها عند التصحيح الدرجات (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) على التوالي، وبلغ الوسط الفرضي (75) والدرجة العليا للمقياس (125) وبلغت الدرجة الدنيا للمقياس (25).

المؤشرات الإحصائية لمقياس الرضا عن الماضي :-

بعد التحقق من صلاحية مقياس الرضا عن الماضي يمكن وصف المقياس من حيث الوسط Mean، والوسيط Median ، والمنوال Mode، والانحراف المعياري Std.Deviation ، والتباين variance الالتواء Skewnes ، والتفرطح Kurtosis وتبين من المؤشرات الإحصائية أن الوسط والوسيط والمنوال درجاتهم متقاربة، وهذا يشير الى قرب توزيع العينة من التوزيع الاعتدالي وايضاً اقتراب الالتواء والتفرطح من الصفر وهذا نسبة ايضاً الى اقتراب بيانات العينة من التوزيع الاعتدالي ، (انظر جدول:9) يوضح المؤشرات الإحصائية للمقياس المستخدم في هذا البحث عن طريق استخدام الحقيبة الإحصائية (spss) .

الجدول (9)

المؤشرات الإحصائية لمقياس الرضا عن الماضي

المؤشرات الإحصائية	القيمة
الوسط الحسابي	91.6500
الوسيط	94.0000
المنوال	90.00
الانحراف المعياري	19.39634
التباين	376.218
الالتواء	-.452-
التفرطح	-.407-
أقل درجة	38.00
أعلى درجة	125.00

الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج وتفسيرها ، وفقاً لأهداف البحث، فضلاً عن عرض الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات وكما يأتي:

عرض النتائج وتفسيرها وفقاً لأهداف البحث:

نتيجة الهدف الأول :

خصص الهدف الاول التعرف على الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين و تحقيقاً لذلك استعمل الاختبار التائي t-test لعينة واحدة ، وأظهرت النتائج أن متوسط درجات الرضا عن الماضي لعينة البحث البالغة (400) مرشد ومرشدة تربوية يساوي (91.6500) وبانحراف معياري (19.39634) ، وللتعرف على دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري للمقياس البالغ (75) اتضح أن الفرق كان ذو دلالة إحصائية عند مستوى (0.001) إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (17.168) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (3.291) بدرجة حرية (399) ، والجدول (10) يبين ذلك .

الجدول (10)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لدرجات العينة على مقياس الرضا عن الماضي

مستوى الدلالة	القيمة التائية		درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط النظري	العينة
	الجدولية	المحسوبة					
.001	3.291	17.168	399	19.39634	91.6500	75	400

يتضح من جدول اعلاه ت القيمة التائية المحسوبة اكبر من القيمة التائية الجدولية عند مستوى (0.001). كما أن المتوسط الحسابي أكبر من المتوسط الفرضي وهذا يشير الى أن أفراد عينة البحث المرشدين النفسيين يتمتعون بالرضا عن الماضي ، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء نظرية (Seligman, 2002) بأنه يمتلك الأفراد في هذا البعد نظرة حنونه إلى الماضي ، ويعتمدون على الخبرات الشعورية الإيجابية الماضية عن التفاعل مع الحاضر ، وهم يحبون البقاء على اتصال وثيق جداً بعائلتهم ويميلون نحو إقامة علاقات الصداقة والطيبة والتعاون مع الآخرين ، ويستعملون استراتيجيات ايجابية عن مواجهة المواقف الضاغطة حتى يبقوا افراداً متفانلين ولديهم كفاية على حطها بصورة ايجابية (Hachatrova&Bolotova,2013:126)

ويرى الباحث ان التنشئة الاجتماعية التي نشأوا عليها (المرشدين) من خلال الخبرة الاجتماعية والمهنية التي مروا بها خلال مسيرتهم ، فضلاً عن تأثرهم بالإقران من المرشدين ذو الخبرة، وما للمستوى التعليمي من أثر في ارتفاع درجات الرضا عن الماضي، كذلك الظروف الاقتصادية التي يشهدها البلد جعل هذه الشريحة ان يكون لديها رضا عن الحياة ومن ثم جعلتهم يتمتعون بصحة نفسية عالية وتقبل الذات العالي مما انسحب على نمط تفكيرهم وهذا ما أظهرهم يتمتعون بدرجة مرتفعة من الرضا عن الماضي.

نتائج الهدف الثاني :

خصص الهدف الثاني لمعرفة دلالة الفروق في الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين على وفقاً لمتغيرات الجنس العمر السكن والتفاعلات بينها ، استعمل تحليل التباين الثلاثي Three Way ANOVA (2×3×5) مع التفاعل ، أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير السكن فقط إذ كانت النسبة الفائية المحسوبة أكبر من النسبة الفائية الجدولية، في حين لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية للمتغيرات الاساسية الاخرى (الجنس، العمر) فضلاً عن التفاعلات الثنائية (جنس × العمر) (جنس × السكن) (العمر × السكن) والتفاعل الثلاثي (جنس × العمر × السكن) لأن النسب الفائية المحسوبة أصغر من النسب الفائية الجدولية والجدول (11) يوضح ذلك.

الجدول (11)

نتائج تحليل التباين الثلاثي في درجات الرضا عن الماضي بين متغيرات البحث (الجنس والعمر والسكن) والتفاعلات بينها

مستوى الدلالة	النسبة الفائية F		متوسط المربعات M.S	درجة الحرية	مجموع المربعات S.S	مصدر التباين
	الجدولية	المحسوبة				
غير دالة	11.15	.140	43.364	1	43.364	الجنس
غير دالة	7.14	.027	8.347	2	16.694	العمر
دالة	4.81	14.651	4539.756	4	18159.023	السكن
غير دالة	7.14	.490	151.870	2	303.739	جنس × العمر
غير دالة	4.81	2.580	799.300	4	3197.200	جنس × السكن
غير دالة	3.43	.889	275.318	8	2202.548	العمر × السكن
غير دالة	3.43	.672	208.146	8	1665.168	جنس × العمر × السكن
			309.861	370	114648.731	الخطأ
				399	150111.000	الكلية

وتشير النتائج في الجدول (11) إلى ما يأتي:

أ- **الجنس:** لا توجد فروق في الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين على وفق متغير الجنس، إذ بلغت النسبة الفئوية المحسوبة (0.140) وهي أصغر من النسبة الفئوية الجدولية (11.15) بدرجة حرية (1، 370) عند مستوى دلالة (0.001). ويمكن تفسير هذه النتيجة على الرغم من أن العالم (Seligman) صاحب النظرية لم يشر إلى الفروق في متغير النوع (ذكور وإناث)، فإن الباحث يعزى ذلك إلى تعرض كل من الذكور والإناث إلى خبرات متشابهة.

ب- **العمر:** لا توجد فروق في الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين على وفق متغير العمر، إذ بلغت النسبة الفئوية المحسوبة (0.027) وهي أصغر من النسبة الفئوية الجدولية (7.14) بدرجة حرية (2، 370) عند مستوى دلالة (0.001). ويمكن تفسير هذه النتيجة على الرغم من أن العالم (Seligman) صاحب النظرية لم يشر إلى الفروق في متغير العمر.

ج- **السكن:** وجود فروق في الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين على وفق متغير السكن، إذ بلغت النسبة الفئوية المحسوبة (14.651) وهي أكبر من النسبة الفئوية الجدولية (4.81) بدرجة حرية (4، 370) عند مستوى دلالة (0.001). ويمكن تفسير هذه النتيجة على الرغم من أن العالم (Seligman) صاحب النظرية لم يشر إلى الفروق في متغير السكن فإن الباحث يعزى ذلك إلى انتماء المرشدين إلى بيئات ثقافية مختلفة. (أنظر جدول: 23) قيم شيفيه المحسوبة والدرجة للفرق بين كل متوسطين من متوسطات درجات عينة البحث على وفق السكن (بغداد، ذي قار، القادسية، ديالى، كركوك) لمقياس الرضا عن الماضي.

جدول (12)

قيم شيفيه المحسوبة والدرجة للفرق بين كل متوسطين من متوسطات درجات عينة البحث على وفق السكن، لمقياس الرضا عن الماضي

المقارنة	السكن	العينة	المتوسط الحسابي	قيمة شيفيه		الدلالة .05	إتجاه الفرق
				المحسوبة	الدرجة		
1	بغداد	194	87.139	0.37682	9.68	غير دالة	-
	ذي قار	42	88.978				
2	بغداد	194	87.139	15.82206	9.68	دالة	لصالح القادسية
	القادسية	62	97.354				
3	بغداد	194	87.139	59.53211	9.68	دالة	لصالح ديالى
	ديالى	70	106.076				
4	بغداد	194	87.139	0.385749	9.68	غير دالة	-
	كركوك	32	89.225				
5	ذي قار	42	88.978	5.66909	9.68	غير دالة	-
	القادسية	62	97.354				
6	ذي قار	42	88.978	24.76583	9.68	غير دالة	-
	ديالى	70	106.076				
7	ذي قار	42	88.978	0.00357	9.68	غير دالة	-
	كركوك	32	89.225				
8	القادسية	62	97.354	8.07199	9.68	غير دالة	-
	ديالى	70	106.076				

المقارنة	السكن	العيّة	المتوسط الحسابي	قيمة شيفيه		الدلالة .05	إتجاه الفرق
				المحسوبة	الدرجة		
9	القادسية	62	97.354	4.50112	9.68	غير دالة	-
	كركوك	32	89.225				
10	ديالى	70	106.076	20.12483	9.68	دالة	لصالح ديالى
	كركوك	32	89.225				

ويبدو من الجدول (12) أن مصدر الفروق على وفق متغير السكن لدى المرشدين التربويين في الرضا عن الماضي يعود إلى:

1- تفوق متوسط درجات محافظة القادسية على متوسط درجات محافظة بغداد، بدلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في الرضا عن الماضي.

2- تفوق متوسط درجات محافظة ديالى على متوسط درجات محافظة بغداد، بدلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في الرضا عن الماضي.

3- تفوق متوسط درجات محافظة ديالى على متوسط درجات محافظة كركوك، بدلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في الرضا عن الماضي.

4- لا توجد فروق في متوسطات درجات الرضا عن الماضي للمقارنات الأخرى المتبقية، عند مستوى دلالة (0.05) لأن قيم شيفيه المحسوبة أصغر من قيم شيفيه الدرجة.

د- **التفاعلات الثنائية** : أظهرت النتائج لا توجد فروق في التفاعل بين (الجنس × العمر) وذلك لان النسب الفائية المحسوبة (490). وهي أصغر من النسبة الفائية الجدولية (7.14) بدرجة حرية (2، 370) عند مستوى دلالة (0.001). كما لا توجد فروق في التفاعل الثنائي بين (الجنس × السكن) وذلك لان النسب الفائية المحسوبة (2580). وهي أصغر من النسبة الفائية الجدولية (4.81) بدرجة حرية (4، 370) عند مستوى دلالة (0.001) وايضاً لا توجد فروق بين التفاعل الثنائي بين (العمر × السكن) وذلك لان النسب الفائية المحسوبة (889). أصغر من النسب الفائية الجدولية (3.43) بدرجة حرية (4، 370) عند مستوى (0.001).

هـ- **التفاعل الثلاثي** : أظهرت النتائج لا توجد فروق في التفاعل الثلاثي بين (الجنس × العمر × السكن) لان النسب الفائية المحسوبة (672). أصغر من النسب الفائية الجدولية (3.43) بدرجة حرية (4، 370) عند مستوى (0.001).

الاستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث الحالي يمكن استنتاج ما يأتي :

- 5- إن المرشدين التربويين يتمتعون بالرضا عن الماضي.
- 6- لا توجد فروق بين المرشدين التربويين حسب متغير الجنس (ذكور ، أنثى) في الرضا عن الماضي.
- 7- لا توجد فروق بين المرشدين التربويين حسب متغير العمر في الرضا عن الماضي.
- 8- توجد فروق بين المرشدين التربويين حسب متغير السكن (بغداد، ذي قار، القادسية، ديالى ، كركوك) في الرضا عن الماضي .

التوصيات Recommendations

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث الحالي يوصي الباحث بما يأتي:

- 1- الاهتمام بالبحوث التي تجري على المرشدين التربويين وخاصة تلك التي تتناول الحالات - الصحية والنفسية والاجتماعية والمهنية . والأخذ باهتمام التوصيات التي تطرحها تلك البحوث لغرض تطوير شخصية المرشد التربوي باعتباره المسؤول عن تطوير وبناء الأجيال الذي يطمح إليها الشعب العراقي.
- 2- من الأفضل ان تقوم وزارة التربية بإقامة دورات تأهيلية وتطويرية وتوفير الحوافز المادية والمعنوية وربطها بالدورات، لتعزيز نتائج البحث الحالي من اجل تنمية وتطوير الرضا عن الماضي نظراً لأهمية لتقديم أفضل الخدمات الإرشادية للطلبة.

- 3- تطبيق مقياس البحث الحالي في تقويم ومتابعة المرشدين النفسيين في عملهم الإرشادي بغية تميزهم والكشف مدى رضاهم عن الماضي.
4- ضرورة تضمين المناهج النفسية والتربوية في أقسام الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي معلومات وافية عن أهمية تحديد الذات وقوى الشخصية لكونها من السمات التي يفضل توافرها في شخصيات المرشدين النفسيين وخاصة طلبة الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي.

المقترحات Suggestions

- 1- إجراء دراسة لمعرفة علاقة الرضا عن الماضي بمستوى الانجاز والحاجات النفسية والوجود العاطفي لدى المرشدين النفسيين، دراسة مقارنة حسب (مدة الخدمة- مقدار الراتب- الحالة الاجتماعية).
2- إجراء دراسات أخرى تهدف إلى إيجاد العلاقة بين مفهوم الرضا عن الماضي ومتغيرات أخرى (السعادة الحالية، التفؤل نحو المستقبل، الحياة الممتعة).

المصادر

أولاً: المصادر العربية

1. أبو عيطة، سهام درويش. (1997). مبادئ الإرشاد النفسي. عمان: دار الفكر.
2. أسعد، يوسف ميخائيل. (1983). الشخصية القوية. القاهرة: دار غريب للطباعة.
3. الأسدي، سعيد جاسم، إبراهيم، مروان عبد المجيد. (2003). الإرشاد التربوي مفهومه، خصائصه ماهيته. عمان: الدار العلمية الدولية ودار الثقافة.
4. أنستازي، آن، وإربينا، سوسانا. (2015). القياس النفسي. ترجمة صلاح الدين محمود علام. عمان: دار الفكر ناشرون وموزعون.
5. البهدل، خليل بن محمد. (2014). الفاعلية الذاتية وعلاقتها بعوامل الشخصية لدى المرشدين التربويين الملتحقين بدبلوم التوجيه والإرشاد ببعض الجامعات السعودية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 15، العدد 1.
6. جاسم، شاكر مبدر. (1990). نظم التوجيه المهني والإرشاد التربوي المقارن جامعة البصرة. كلية التربية.
7. جعدان، إيمان حسن. (2014). الإجهاد الفكري وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية عند المرشدين التربويين. مجلة البحوث لتربوية والنفسية. العدد 42.
8. الخطيب، صالح. (2003). الإرشاد النفسي في المدرسة (أسسه- نظرياته- تطبيقاته). الإمارات: دار الكتاب الجامعي.
9. الدراجي، حسن علي سيد، ومرزوك، صاحب عبد. (2012). الإرشاد النفسي والصحة النفسية، المبادئ الأساسية والتطبيقات. بغداد: مكتب نور الحسين.
10. دولفافي، انتونيلا. (2012). علم النفس الايجابي للجميع " مقدمة ومفاهيم وتطبيقات في العمر المدرسي "، ترجمة مرعي سلامة بونس، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
11. ربيع، هادي مشعان. (2008). الإرشاد التربوي والنفسى من المنظور الحديث. عمان: مكتبة المجتمع العربي.
12. السفاسفة، محمد. (2003). أساسيات في الإرشاد والتوجيه النفسي والتربوي. الكويت: مكتبة الفلاح.
13. سليجمان، مارتن. (2005). السعادة الحقيقية: استخدام الحديث في علم النفس الإيجابي لتبني ما لديك لحياة أكثر إنجازاً. ترجمة صفاء الأعر وأخرون. القاهرة: دار العين للنشر.
14. سليجمان، مارتن. (2003). علم النفس الاكينيكي الايجابي. ترجمة علاء الدين كفاي في: ليزاج. أسبينول، أوسولا م. ستودينجر (محرر) سيكولوجية لقوى الانسانية. ترجمة ومراجعة. صفاء يوسف الاعسر وأخرون. القاهرة: المجلس الاعلى للثقافة.
15. عبد الرحمن، سعد. (1998). القياس النفسي النظرية والتطبيق. القاهرة: دار الفكر العربي.
16. عبيدات، ذوقان وعدس، عبد الرحمن وعبد الحق، كايد. (1990). البحث لعلمي مفهومه أدواته، أساليبه، الرياض: دار أسامة للنشر والتوزيع.

17. علام، صلاح الدين محمود. (2000). القياس والتقويم التربوي والنفسي أساسياته وتوجيهاته المعاصرة . القاهرة : دار الفكر العربي .
18. عمر، محمود أحمد، فخرو، حصة عبد الرحمن، السبيعي، التركي، تركي، أمينة عبدالله: (2010)، القياس النفسي والتربوي. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة .
19. عوده ، احمد . (1998). القياس والتقويم في العملية التدريسية . القاهرة : دار المعارف .
20. فرج، صفوت. (1980). القياس النفسي. القاهرة: دار الفكر العربي.
21. كفاقي، علاء الدين، ماسية احمد ، سالم ، سهير احمد. (2010). نظريات الشخصية الارتقاء النمو التنوع . عمان: دار الفكر .
22. معمريّة، بشير. (2013). علم النفس الإيجابي: إتجاه جديد لدراسة القوى والفضائل الإنسانية، دراسات نفسية، العدد/2.
23. وزارة التربية العراقية . (2008). دليل المرشد التربوي. الشركة العامة لإنتاج المستلزمات التربوية ، مطبعه رقم 1.
24. يونس، إبراهيم. (2018). نمو ما بعد الصدمة. الجزيرة: مؤسسة يسطرون لطباعة وتوزيع الكتب.

ثانياً: المصادر الأجنبية

25. Anastasia. (1988). psychology testing 6th E.D. New yourk: Macmillan publishing.
26. Baker, S. B. : (2000). School counseling for the twenty-first century. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
27. Bedi, R.P., Haverkamp, B.E., Beatch, R., Cave, D.G., Domene, J.F., Harris, G. E. Mikhail, A. : (2011). Counseling psychology in a canadian context:
28. Blair, Linda. (2008). Straight Talking. London: Little, Brown Book Group Limited.
29. Cloninger et al : (1999) Personality Disorders of the DSM- IV. available on : <http://facultyfp.salisbury.edu/iewwhite/>
30. Cloninger, C.R, Svrakic & DM, Przybeck. (1993). A Psychobiological model of temperament and character. Archives of general psychiatry.
31. Cronbach, L. J. & Gleser, G. C. (1965). Psychological testing and Personnel Decisions, 2nd. Ed. Urbana University of Illinois press.
32. Carr, Aian. (2004) positive Psychology: The Science of happiness and Human strengths. New York: Brunner Rutledge.
33. Cronbach, L. J. & Gleser, G. C. (1970). Psychological testing and Personnel Decisions, 2nd. Ed. Urbana University of Illinois press.
34. Dollarhide, C. : (2003). School counselors as program leaders: Applying leadership contexts to school counseling. Professional School Counseling, 6, 304-309.
35. Ebel, Engelwood R.L. (1972). Essentials of educational measurement (2nd Ed) . Cliffs. NJ: Printice-Hall
36. Foster, L. & Young, J. : (2005). The Work Activities of Professional School Counselor. Are the National Standards Being Addressed. Professional School Counseling, 8 (4), 313-321.
37. Hair , J , Anderson , R , Tatham , R , & Black , W . (1998) . Multivariate Data Analysis upper saddle river . New Jersey Englewood Cliffs .

38. Hansted, C. A. (1992). Oral Optimism and Depressive Symptoms. *Journal of Psychology*, Vol.
39. Hoffman. A , Field, S.(1995). Promoting Self-Determination through Effective curriculum Development. *Inter-vention in school and clinic*. 30 (3). 134-141.
40. Hoffman. A , Field, S.(2006).Steps to self- Determination(2nd ed). Austin,TX: PRO-ED.
41. Holmes, CA. (1989). Healthare & quality of life. *Journal of Advanced Nursing*..
42. Lindquist , E . :(1951) . Educational measurement . Washington : Houghton Mifflin.
43. Mason, E.: (2010).Leadership Practices of School Counselors and Counseling Program Implementation. *NASSP Bulletin*, 94(4),
44. Murphy, R. K.(1988). *Psychology Testing prineiples*. New York : Hall International . Inc .
45. Nelson, D. and Rosenfield,S. :(1996). Educational Document. Office of Educational Research and Improvement (ED), Washington. DC .p :29-30.
46. Nunnally , J . C . (1970) . Introduction to Psychological Measurement . New York : McGram- Hill .
47. Park, N., Barton, M. & Pillay, J. (2017). Strengths of character and virtues: What we know and what we still want to learn. In M. Warren and D. Stewart (Eds.), *Scientific Advances in Positive Psychology* (pp. 73-101). Santa Barbara, CA: Praeger Publishers.
48. Solberg Scott.(2009). *The Promise of Educational and Career Guidance: The Center on Education and Work*, University of Wisconsin – Madison. Education Guidance Conference
49. Stauffer, Mark & Pehrsson, Dale-Eliz abeth. :(2012). Mindfulness Competencies for Counselors and Psycho therapists. *Journal of Mental Health Counseling*, 34 (3), 227-239.
50. Seligman,M.(2002).Positive Psychology,positive prevention and positive therapy.New York:Oxford University.
51. -----.(2011).Learned optimism.how to change your mind and your life,New York:Vintage Books.
52. Seligman,M.and Peterson.(2005).Positive Psychology Progress. Empirical Validation of Interventions.
53. Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (Eds.) (2000). Positive Psychology—An Introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
54. Seligman,M,E.P..park, nansook& Peterson, Christopher.(2006). Character strengths in fifty-four nations and the fifty US states. *The Journal of Positive Psychology*, July 2006; 1(3): 118–129.

ملحق (1)

مقياس الرضا عن الماضي "بصورته النهائية

الجامعة المستنصرية/كلية التربية
قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي
الدراسات العليا /الدكتوراه ارشاد نفسي

عزيزي المرشد التربوي ...
عزيزي المرشدة التربوية ...
تحية طيبة ..

يضع الباحث بين يديك مجموعة من الفقرات تعبر عن ردود فعلكم نحو الفقرات، الرجاء قراءة كل فقرة بدقة والإجابة عنها بوضع علامة (/) تحت احد البدائل الخمسة الموجودة أمام كل فقرة والذي ترى انه يتفق مع شعورك. ولا داعي لذكر الاسم وان هذه الدراسة لأغراض البحث العلمي ولن يطلع عليها احد سوى الباحث. مع خالص شكري وتقديري

ملاحظة: يرجى تدوين المعلومات الآتية:

الجنس: العمر: المحافظة:

مثال على طريقة الإجابة :

الفقرات	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي أحياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي
أشعر بالسعادة نتيجة المهام التي أنجزتها في الماضي.					

الباحث

ت	الفقرات	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي أحياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي
1	لو قدر لي أن أعيش من جديد لن أغير شيئاً من حياتي.					
2	انا مقتنع بما وصلت اليه.					
3	انا شخص منتج في المجتمع.					
4	أفتخر عندما أتذكر الماضي.					
5	كنت أنساناً محبوباً بين أفراد عائلتي.					
6	كنت أشعر بالسعادة عند ممارسة عملي.					
7	مقتنع أن ماضي كان ايجابي					
8	اشعر بأنني حققت طموحاتي.					
9	خبرتي في الحياة جعلتني شخصاً قوياً.					
10	أعيش بسلام مع الآخرين.					
11	اشعر بالسرور إلى ما وصلت إليه مسيرة حياتي.					
12	مقتنع أن حاجاتي تم أشباعها.					
13	كنت في مقدمة الاشخاص الناجحين في عملهم .					
14	كنت أشعر بالثقة بنفسني عند مواجهة					



					الصعوبات في الماضي.	
					أشعر بالطمأنينة.	15
					أشعر اني عملت في المكان المناسب.	16
					أشعر بالامتنان للناس والاحداث التي شكلت جزءاً من تاريخ حياتي.	17
					حققت الكثير من أهدافي.	18
					أكن لنفسي أحتراماً كبيراً.	19
					الظروف التي عشتها في الماضي تشعرني بالارتياح.	20
					بشكل عام ، أنا راض عن نفسي	21
					انا مقتنع بأنني أمتلك الكثير من الصفات الايجابية.	22
					أشعر بالسعادة نتيجة المهام التي أنجزتها في الماضي.	23
					أفتخر عندما أخبر الآخرين عن الاعمال التي قمت بها.	24
					تسامحت مع الاشخاص الذين سببوا لي الادي في الماضي.	25