

## الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين

**م.م. صفاء حنظل هظيم**

جامعة المستنصرية - قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي - جمهورية العراق

Haasafaa52@gmail.com

### الملخص

يسهدف 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- لكرورنباخ(0.94) ويتحدد البحث بالمرشدين التربويين التابعين لوزارة التربية في المحافظات العراق كافة عدا أقليم 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) واختيرت عينة البحث بالطريقة الطبقية 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، الفادسية، ديالى، كركوك)، واعتمد البحث على المنهج الوصفي الارتباطي ، وتحقيقاً لأهداف البحث طبق الباحث مقاييس البحث على العينة ، ثم حللت البيانات باستخدام الحقيرة 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، الفادسية، ديالى ، كركوك) في الرضا عن الماضي .
- وطبقاً للنتائج التي توصل إليها البحث قدمت بعض التوصيات والمقررات.

# 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. There 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 منظوراً 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 والاقتدار والفضائل التي تمكن الأفراد والجماعات أن تتطرق 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 أووجه القصور وتم التركيز على علاجها في حالة من تجاهل أووجه القوى والعافية وطاقات النماء والانطلاق، وعدم العناية بتعزيزها، وبهدف 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، ويدرك سليمان أن أمام كل 100 دراسة عن المشاعر السلبية مثل الحزن والاكتئاب هناك دراسة واحدة عن المشاعر الإيجابية كالسعادة.

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

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

## الفصل الأول: التعريف بالبحث

### مشكلة البحث Problem the research

لقد ازدادت الحاجة إلى الارشاد النفسي والتوجيه التربوي نظراً لتعقد 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 وكثُرت مشاكلهم التربوية والنفسية والمهنية فهم بحاجة إلى التحفيز على التطلع بمستقبلهم ، التي تؤثر سلباً في العملية التربوية وتعيقها من تحقيق أهدافها (Solberg, 2009: 1)، لذلك أصبح وجود المرشد التربوي في المدارس ضروريًا لتحقيق الهدف التربوي لأن المرشد التربوي هو المسؤول عن تذليل الصعوبات، ويساعد الطلبة لتجاوز المشكلات (جاسم، 1990: 200).

إذ تعد الانفعالات الإيجابية قوة للإنسان نحو حياة آمنة وممتعة وقوة داعمة لتحقيق الأهداف والإنجازات فقبل ظهور علم النفس الإيجابي كانت الكثير من الدراسات تهتم بالمشاعر السلبية ودراستها وبرامج إدارتها وعلاجها، وفي المقابل قليل من الاهتمام بدراسة المشاعر الإيجابية، إذ ان امام كل مئة دراسة عن المشاعر السلبية 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 وتتبادر، 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 وتشائمها بالنسبة للمستقبل. بالمثل يمكن ان تكون ممتناً بكثير من المناهج ومصادر السرور في الحاضر ولكنك تشعر بالمرارة عن الماضي ولديك شعور باليأس من المستقبل، وبالطبع من المعلومات والفهم عن كل

منظور من هذا المنظور ات الثالث المختلفة للسعادة فانك تستطيع ان تحرك مشاعرك في الاتجاه الايجابي بتغيير احساسك 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 والضغوطات النفسية والصحية والاجتماعية السابقة وكيفية التغلب عليها 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).

برى سليجمان (Seligman, 2002) قدر ما يعتقد الأفراد ان الماضي يتحكم في المستقبل فأنهم يميلوا الى ان يسمحوا لأنفسهم بأن تكون أشبه 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 متسمًا 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 يصيّبه في حياته ، وكذلك تُصبغ الشخصية بصبغة سوداء قائمة ومتشائمة تتسم بالجمود (اسعد ، 1983 : 11).

فالأفراد ذوو التوجه السلبي يرون فاقدين للسعادة ، وقد يصابون بأعراض واضطرابات مرضية كثيرة منها الاكتئاب والعزلة الاجتماعية والوحدة ، ولذا فإن التوجه السلبي للأفراد قد يُقال من شعورهم بالسعادة ويسبب مشكلات كثيرة لهم ويُضعف من اتصالهم بالخارج والمجتمع (دولافي، 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 الاعداث والتغيرات التي تشمل المجتمع في جميع مجالاته لابد ان تترك آثارها على شرائح المجتمع كافة ومنهم المرشدين التربويين وتلك الآثار التي قد تشغلهما او تكون عقبات وعرائق امام تقدمهم على صعيد العمل الارشادي ، مما يشكل تهديداً كبيراً للاحسان بالكلفاء والاستقلالية وحرية مشاركتهم في العمل بارادتهم الشخصية وخبرة الاستماع وبذل الجهد والكافح لادائه بتفوق وابداع، أذ إن على مدار تاريخ الفكر الانساني عبر الثقافات والاديان الفلسفية، تعرف القوى المؤثرة على الحياة الإنسانية من زاوية الاصدقاء، مثل الخير مقابل الشر. وقد بيّنت الانظمة الفلسفية المنظورة المقابلة في حياة الكائنات البشرية الفردية بصفة عامة وفي الحياة الاجتماعية بصفة خاصة. فعلى سبيل المثال يذهب هوبرز الى ان الناس مثل الذائب في علاقتهم بعضهم ببعض. أما روسو فيذهب الى ان الانسان خير بطبيعة. ويرى ليبنر ان هذا العالم هو افضل مكان يمكن ان يعيش فيه الانسان. أما شوبنهاور فيعتقد ان الحقيقة الوحيدة الجديرة بالصدق في هذا العالم هي المعاناة ومن هنا فانه طيلة التاريخ الانساني تصاغ صفات البشر وخصالهم وخبراتهم وطبيعة الحياة مفاهيمًا من زاوية منظورات قطبية. اي من خلال القرى المتناقضه او المتعارضة،وفقاً لهذه القاعدة، فإنه اذا كانت الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب والتوبات الانتحارية والحزن والتشاؤم وغيرها، تمثل جوانب الضعف والعجز في السلوك الانساني، فان نفاذها هي السعادة والتفاؤل والامل والتسامح والرضا وحب الحياة والثقة بالنفس والآلام 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 سابقة ، فقد لاحظ ان هذه المتغيرات تتتوفر في شخصية المرشدين التربويين ، لذلك ارتأى التعرف على هذه المشكلة من خلال دراسة علمية يتصدى لها وبالاعتماد على ما سبق لهذا فإن مشكلة البحث الحالي تتجلّى في الإجابة على تساؤل رئيس : التعرف على الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين؟

#### أهمية البحث Importance of The Research

يشهد القرن الحادي والعشرين تحديات وتغيرات اجتماعية كبيرة مما يتطلب المزيد من الاهتمام بالخدمات الإرشادية، والتربية 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 التحاور مع متطلبات هذا العصر عن طريق أعداد وتأهيل مرشدین تربويین متخصصین يمتلكون الكفاءات، والمهارات الأدائية اللازمة لتقديم المساعدة في جميع مجالات الإرشاد، ولasisma الإرشاد التربوي (23: Backer, 2000).

و بما ان الإرشاد النفسي نشأ نتيجة للجهود الفكرية في مجال الصحة النفسية، والخدمات الاجتماعية، والعلاج النفسي والتوجيه المهني فهو يهدف في سعيه لمساعدة الطلبة في التغلب على الصعوبات المتعلقة بشخصيتهم ، و علاقاتهم الاجتماعية ، و دراستها ، وإيجاد المهن الملائمة لهم، لذا فإن ممارسة الإرشاد النفسي بعد فن ، وعلم ، و التربية ، و التعليم لهذا قد أصبح الإرشاد النفسي عملية عصرية وسمة من سمات النظم التربوية المعاصرة، والتي يراد بها ومن خلالها مساعدة الطلبة على الانسجام ، والتلاحم السليم مع المحيط المدرسي، و البيئة الاجتماعية التي يعيشون فيها (ربيع، 2008: 13).

وينص التعريف الإجرائي الذي تبنّته 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 وتغيراتها، واتخاذ القرارات ، والعمل ، والتعليم ، وال العلاقات الاجتماعية ، والأسرية " (Bedi, el at, 2011: 128-138). (20)

ان الإرشاد حسب رأي آرثر(Arthur, 1963: 27) هو عملية تعلم تنفذ ببساطة في جو اجتماعي يتصرف بالمرونة (الدراجي، 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 ، وأماله، ودراسة المسترشد عبر مراحله التعليمية ؛ وذلك من خلال ممارسة أدواره ومسؤولياته فيكون بلا شك أداة إصلاح وتعديل ، وأفضل أنموذج يحتذى به لغرس السلوك المرغوب فيه (السفاسفة، 2003: 92).

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).

و حول أهمية ، ودور المرشد النفسي ، وسعيه في تحقيق الحاجات المختلفة للمدرسة أجري "كيونكز"(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 الواقع في المشكلات (Gummings, 1997: 46).

بينما هدفت دراسة "روزنفيلد" و"نيلسون" (Nelson&Resenfeld, 1996) إلى تقويم أهمية أداء المرشد النفسي، فأشارت نتائجها إلى أن هناك ثلاثة 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 الإعمال التي يقوم بها في المدرسة، وأشارت الدراسة إلى إن المرشدین النفسيین يحققون هذه الأهداف بدرجة عالية من الفاعلية (Nelson& Resenfeld, 1996).

كما أجرى "وبنتز" 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 لل مقابلة) (Wantz&Firmin, 2011: 71-81).

من جانب آخر فان المرشدین النفسيین كقادة ؛ يكون لهم تأثير مهم على النمو والتطور المهني للمعلمین العاملین معهم في المدارس عن طريق المساهمة في تتمیة ثقافة حالة التعاون ، والتأکید على الرؤیة الصیحة

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

وهذا ما أكدته نتائج دراسة "ماسون"(Mason,2010) إن المرشدين النفسيين يمارسون السلوكيات والمهارات القيادية بدرجة مرتفعة ، وإن هناك علاقة ايجابية بين الممارسات القيادية للمرشدين النفسيين وتطبيقهم للبرامج الشاملة في إرشادهم لطلبهم في المدرسة (Mason,2010: 107) وعلى المرشد النفسي أن يلم بخصائص نمو المسترشدين في المراحل العمرية المختلفة ، والعلاقة بين هذه المراحل ويلم جميع 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) مرشدًا تربويًا 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 توفرها لدى المرشدين النفسيين ( Stauffer & Pehrsson,2012:227).

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

أذ يشير (Seligman) الى ان قوى الشخصية هي التي تصدر عن الفرد وتصله بأشياء اكبر وأكثر دوماً وتصله بالآخرين وبالمستقبل وبالكون، ويتمثل بقوى وقيم شخصية مهمة عديدة منها: (الدين) 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) اي أن نرى الجانب المشرق من الحياة ، وحب الابتسامة ونجعل من حولنا يتسم، و (الصفح) ويحدث تغيرات إيجابية داخل الفرد الذي وقعت عليه الإساءة، فحين يصفح الإنسان تصبح بنيته ودوافعه نحو من أساء إليه أكثر ايجابية وأقل سلبية، و(الأمل) وهو جعل الحياة هدفاً ومعنى يتجه نحوه الفرد ومن خلاله تتوقع 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 خلالنا.. الخ من قوى الشخصية (Seligman, 2005: 180- 204). وتمثل هذه القيم فضائل إنسانية سامية مهمة، وتعد ذات معان تصورية وشعورية وسلوكية،تبني على قناعات عقلية معتمدة على الأدلة ، والبراهين ، وأنماط مختلفة من التفكير، تظهر في صورة محددات سلوكية يعتمدها الإفراد 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: 142-113).

أذ اشارت دراسة (chan.2009) الى انه توجد علاقة ايجابية بين قوى الشخصية والرفاه الذاتي لدى المدرسین الصينیین. واظهرت نتائج دراسة (Ruch, et al 2012) الى انه توجد علاقة ايجابية بين قوى الشخصية والانفعالات الايجابية ، واوضحت دراسة (Steger,2010) الى 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 الحقيقة 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 تقييم 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 تفت نظرهم إلى إجراء بحوث و دراسات حول متغير البحث الحالي وربطها بمتغيرات أخرى.

#### بـ. الأهمية التطبيقية:

قد تضيف نتائج البحث الحالي في المجال التطبيقي دلالة وأهمية للدراسات العربية والأجنبية وأيضاً قد تصيف أهمية للبحوث التي ستجري على نفس العينة المتمثلة بالمرشدين التربويين بحيث يتم تزويده المشرفين التربويين ، والمحترفين 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 تساعده في تفعيل دور الإرشاد التربوي، كما يتوقع قد تقييد نتائج البحث الحالي واضعي البرامج الإرشادية، والتدربيّة، والعلاجية، والوقائية، والإنسانية ، 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

يتحدد البحث الحالي بدراسة الرضا عن الماضي وعلاقته بتحديد الذات وقوى الشخصية لدى المرشدين التربويين التابعين لوزارة التربية في المحافظات العراق كافة عدا أقليم كردستان لعام الدراسي (2018-2019).

#### تحديد المصطلحات Limits of The Terms

#### الرضا عن الماضي Satisfaction about the past

سليجمان 2005 Seligman 2005

المشاكل الإيجابية 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 أعد في البحث الحالي.

#### المرشد التربوي ( Educational Counselor )

تعريف وزارة التربية العراقية ( 2008 )

أحد 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 يرضيه 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 منظوراً 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 والاقتدار والفضائل التي تمكن الأفراد والجماعات أن تتطلق وتحقق إمكاناتها. وهو بذلك يشكل المنظور المعازن 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 أووجه القصور وتم التركيز على علاجها في حالة من تجاهل أوجه القوى والعافية وطاقات 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 المستوى 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 ترتكز على الانفعالات السلبية في المقام الأول، مثل الخوف، الغضب والحزن، وبشكل عام كان علم النفس ككل يتبنى نموذج مرضي، يهتم في الأساس بتحديد أسباب وتداعيات وعلاجات المشكلات النفسية، وخاصة المرتبط بالاضطرابات الناتجة عن الفلق والاكتئاب (Seligman, Cskiszentmihalyi, 2000:13).

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

أن الرضا عن الماضي يعبر عن التوجه إلى سجل الماضي والإعتماد على الخبرات والمشاعر الإيجابية، وما يجب التوجه نحو هذا البعض الشعورتي، هو من أجل تبرير الدور الذي تتضمنه معلومات هذا السجل في جانبيها الإيجابي، وبالتالي تأثيره على المعنى والعودة لحالة من الرضا والإشراح أمام الموقف الحاضرة.

وقد اعتقد (seligman, 2002) أن الأفراد يعتقدون أن الماضي يتتحكم في المستقبل فإنه تميل إلى أن تسمح لنفسك بأن تكون أشبه بالسفينة التي لا تستطيع أن تغير مسارها، ومثل هذه المعتقدات هي المسئولة عن تزايد حجم القصور والتقص عن بعض الناس. وربما كان من المفارقات الساخرة أن وراء هذه المعتقدات أيديولوجية وضع أساسها ثلاثة من العباءقة العظام ومن مفكري وفلسفه القرنين التاسع عشر والعشرين وهم دارون رماركس Marx وفرويد Freud. وقد كان اسهام دارون فلأنه ذهب إلى أنا (نحن البشر) حصيلة منتجات سلسلة طويلة جداً من الانتصارات في الماضي، فأجادانا قد أصبحوا أجادانا لأهم كسبوا نوعين من المعارك ، معركة للبقاء Survival وأخرى للتزاوج Mating. وهذا أصبحنا تجتمع من الخصائص التكيفية والتي هدفت في النهاية إلى أن نبقى أحياء، وأن نتوالد و نحقق نجاح وراء آخر، وهذا الشكل في النهاية ربما لا ينبع إلى داروين ولكن الكلمة السحرية أو كلمة السر في المعتقد أنا سوف يكون أداؤنا في المستقبل يكون في نفس جوده ماضي الأسلاف. وربما كان دارون يرى ولم يشارك عن عدم في بناء وجهة النظر هذه التي من

شأنها أن تسجن الإنسان في ماضيه . ولكن ماركس وفرويد كانا محاربين واعيين في سبيل هذا التوجه الماضوى. فمصالح الطبقة عند ماركس أنتجت "الحتمية التاريخية" (Historical inevitability) والتي تؤدي بشكل ما لتغير الرأسمالية وإلى ظهور الشيوعية وسيادتها. إن حتمية المستقبل تحدها 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 وللحد الكبیر من أتباعه فإن كل حدث سيكولوجي في حياتنا حتى ما يبدو منها تافها مثل الكلمات أو الأحلام تتحدد بصرامة من جانب قوى تنتهي إلى الماضي. فالطفلة ليست مجرد عامل مشكل أو ملون لشخصية الراشد ولكنها محمد صارم لها. إننا "ننتبه" (fixate) على مرحلة الطفولة والتي لا تحل فيها الصراعات ثم نقضي بقية حياتنا نحاول عبثاً أن نحل هذه الصراعات ذات الطابع الجنسي وطابع العداون. 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 دقة بجمع البيانات والمعلومات عن طفولة المريض. وربما يكون قد بقي من ذلك أمر أساسى يتمثل في العلاج المعتمد على الكلام talk therapy إلى يومنا هذا. كما إن حركة معايدة الذات self help التي انتشرت في التسعينيات من القرن العشرين جاءت أيضاً من هذه القضايا الحتمية. إن حركة "الطفل بداخلينا" (inner child) تقول لنا إن الصدمات في الطفولة - وليس قرارتنا الخاطئة - هي التي تسبب النقص الذي نعانيه عندما نصل إلى سن الرشد وأن سليمان يعتقد (seligman 2002) 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 وتطوره والبحث عن أدلة تؤكد هذه الفكرة. لقد توقعوا أن يجدوا دلائل قاطعة على تأثير أحداث الطفولة السلبية ( مثل موت أحد الوالدين أو كليهما أو الطلاق بينهما أو المرض الجسمى أو العقاب البدنى أو الإهمال أو الإغراءات 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 . فمثلاً إذا ماتت والدتك قبل أن تصل إلى سن الحادية عشر فإنك ستكون مكتئباً إلى حد ما في الرشد، ولكن ليس مكتئباً بدرجة كبيرة . وهذا يحدث في حالة الإناث أساساً، كما أن ذلك قد ظهر في نصف البحوث فقط . وإذا كنت أنت الابن الأكبر أو الأول فإنك ستكون أذكى من بقية أخوتك 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 ومرافقته . 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 السلبية - باختصار - ليست مسؤولة عن مثالب الرشد. فليس هناك تبرير مقنع - كما ظهر في هذه الدراسات - نحن نرجع ما قد يصادف الراشد من المعاناة من الكتاب أو من الفلق أو من الزواج الفاشل أو تعاطي العقاقير أو المشكلات الجنسية أو البطالة أو العداون نحو الأبناء أو الانغماس في الكحول أو نوبات الغضب الشديدة إلى ما حدث للفرد وهو بعده طفل ومعظم هذه الدراسات مع التقويم الدقيق قد تنظر بها عيوب منهجة بشكل أو باخر . ومع حماس الباحثين تأثير الطفولة فإنهم أهملوا ضبط عامل الجينات ، وربما قد خدعاً هذا التحيز وقد حرص الباحثون قبل عام ١٩٩٠ على أن يخضعوا آباء المجرمين لفحص الجينات التي تكشف الاستعداد للجريمة وبهيئة لها عند الأبناء وأن كلًا من الآباء والجرائم التي يرتكبها الأبناء والمعاملة السيئة التي يعامل بها الآباء أبنائهم ترجعان إلى عوامل وراثية وطبعية أكثر منها عوامل بيئية واجتماعية . وهناك الآن دراسات تعمل على ضبط الجينات ، يتناول بعضها الشخصية الراسدة للتواتم المتماثلة الذين رروا منفصلين ، وبعضها تناول شخصيات راشدين لا قرابة بينهم ولكنهم تربوا معاً، وقارناوا بين سلوكهم وسلوك آبائهم الطبيعيين أو البيولوجيين . وقد وجدت كل هذه الدراسات تأثيرات كبيرة للجينات على شخصية الراشد وتأثيراً طفيفاً جداً لأحداث الطفولة بحيث يمكن تجاهله فالتوائم المتماثلة identical twins الذين رروا منفصلين كانوا متشابهين في سن الرشد أكثر من التوائم الأخوية fraternal twins الذين رروا معاً فيما يتعلق بسمات التسلط atuithoritariatsrn، الدين eligosity: الرضا عن العمل satisfaction حاجز المحافظة conservatism alcoholism الغضب intelligence depression anger conservatism الاكتئاب depression



وحسن الحال well-being والمرض النفسي neutroticis ، وبالتواري فقد كان الأطفال المتبين أكثر شبهًا وتماثلاً كراشدين مع أبيهم الطبيعيين أو البيولوجيين أكثر من درجة قربهم من أبيهم المتبين لهم، ولم يكن لاحادث الطفولة تأثيراً وإسهاماً في شخصياتهم. وهذا يبين أن ما كتبه فرويد وأتباعه على أن أحداث الطفولة تحدد مسار حياة الراشدين كلام غير صحيح. وقد وصف فرويد واتباعه مصطلح الديناميات النفسية "psycho dynamics" وهو المصطلح الذي يستخدم لوصف نظريات فرويد وأتباعه ، إذ ينظر إلى الانفعالات على أنها قوى داخل نظام مغلق بغضّه لا يمكن اختراقه مثل البالونة . وإذا لم تسْمَع لنفسك بأن تعبّر عن انفعالاتك فإنها ستتجه طريقة لتعبير بها عن نفسها وعادة ما تكون على شكل أعراض غير مرغوبة . وفي حال الاكتئاب فإن قدرًا كبيراً من التشكك في هذه النظرية يرجع إلى منهج أرون بيك Aorn Beck في العلاج المعرفي الآن وهو العلاج المعتمد على الكلام واسع الانتشار والفعال للاكتئاب ، وقد أظهر فاعليته في إزالة للأوهام حول قضية هيدروليكية الانفعالات ، لقد كنت حاضر مولد هذا الأسلوب من العلاج عند "بك" من ١٩٧٠ إلى ١٩٧٢ . مارس سليمان 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 الخمسينيات من القرن العشرين. لقد أكمل حينئذ تدريبيه في التحليل النفسي على طريقة فرويد ، وكان عليه أن يتعامل مع العلاج الجماعي الإكتئابيين . وتدرب السيكودينامييات في التحليل النفسي إلى أنك تستطيع أن تشفي المرضى من الاكتئاب بجعلهم ينفتحون على ماضيهم ، وأن نفس المريض عن نفسه ويفرغ الشحنات الانفعالية المرتبطة بكل الجروح و الوان المفقودات والخسائر التي قد عانى منها في الماضي. وقد وجّد "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، وأحياناً ما تقودهم هذه الحال إلى محاولة الانتحار وإنهاء حياتهم وكثيراً ما تتوجه هذه المحاولات . ويعتمد العلاج المعرفي على تنمية أساليب وفنين من شأنها أن تحرر المرضى من ماضيهم التعيس و يجعلهم مهينين لتنفيذ تفكيرهم عن الحاضر وعن المستقبل ، ويكون تأثير العلاج المعرفي إيجابياً و مماثلاً للتأثير الذي تحدثه العاقير المضادة للاكتئاب ، بل أنه يكون أفضل من العلاج العقاقيري في أنه يحول دون حدوث تكرارات للنوبات أو انتكاسات. يتحول الشخص إلى حاليه الأساسية وإلى الخط القاعدي وحدود الاستعداد لديه. إن التعبير عن الانفعال والثبات على ذلك من شأنه أن يضاعف هذا الانفعال وأن يسجّل في دائرة خبيثة لا فائدة منها مع أخطاء الماضي (سليمان، 2005: 92-97).

**خطوات تساعد على تحقيق الرضا عن الماضي**  
**من الطرق التي تساعدك على نسيان الماضي التعب وتحقيق الرضا عن الماضي:-**

### 1- اكتب خطاباً

هذه الطريقة مفيدة بشكل خاص إذا كانت مشاعر السلبية موجهة صوب شخص ربما لا يزال له وجوده في حياته، وبعدها تتبع هذه الطريقة ستشعر بأنك أهداً وأقدر على التركيز على الحاضر أثناء وجودك مع هذا الشخص؛ لأنك ستكون قد تعاملت مع الماضي. لنقل إن أحد والديك كانت مشاعره فاتحة تجاهك باستمرار، أو تجاهل حاجة لك، أو جرحك أو أساء إليك أو قيدك بطريقة أو بأخرى. اكتب له خطايا مبيناً . بوضوح وبالتفصيل بقدر ما تستطيع ما الذي ضايقك بالضبط، ولا تتوقف، ولكن صريحاً في غضبك كما ترغب، ثم قم بتقديع الخطاب وضعه في ظرف كأنك تتوبي إرساله، ولكن لا ترسل الخطاب! فالخطوة التالية هي أن تتلفه، ويمكنك أن تمزقه إلى قطع صغيرة، أو تحرقه، أو تفعل به ما تريده، ولكن ما عليك إلا أن تتأكد من أنك قد أتلفته تماماً. وتعد عملية إتلاف الخطاب في حد ذاتها نوعاً من تحرير نفسك ، كأنك تمزق سليبيتك ، أو تحولها إلى قطع صغيرة ، أو تمحوها بشكل دائم. والقيام بهذا الأمر يعني أيضاً أنه لن يبقى أي شيء ليجرح أحداً بدون قصد وعندما تكتب خطاباً ، يمكنك أن تقرع غضبك أو اللعنة 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 أراده. و يمكنك أن تواصل رؤيته إن كان هذا الأمر لا يزال ضروري، ولكن يمكنك أن تفعل هذا الأن بعدما أبعدت هذا الحمل عن رأسك ؛ فقد قلت ما أردت أن تقوله.

### 2- قم بعملية إنقاد

أنا على يقين من أنك سمعت بالفعل العبارات الخاصة بهذه الطريقة ومنها: القوة تأتي من الشدائد»، أو «شيء 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 تتظر بها دائمًا 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 جرحي! كما أنه جعل حياتي بائسة!» 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- اللعبه أمام المرأة

انظر لنفسك في المرأة وقل أي شيء، مثل: «فلان أساء لي لأقصى درجة. وهذا لم يكن عدلاً على الإطلاق، ولم يكن أستحق ذلك. ولكنني اجتزت هذا الأمر. ونجوت من هذا الظلم ، وهذه الإساءة التي لم أكن أستحقها، وهأنذا واصبحت الآن أقوى من ذي قبل». ويمكنك أن تكتب خطاباً آخر بدلاً من اتباع هذه الطريقة إن كنت تقضي ذلك . واشكر كل من جرحوك على القوة التي منحوكا لك ، وعلى الدروس المستفادة التي تعلمتها منهم عن الطريقة التي لا ينبغي اتباعها في التعامل مع الآخرين. وتعهد بأن تصبح شخصاً أفضل مما كنت ستتصفح عليه لو لم تكن قد تحملت هذا الظلم، وكما حدث من قبل ، لا ترسل هذا الخطاب. وبدلاً من ذلك، اقرأ عدة مرات ثم أنتبه، فقد جنحت الفوائد تماماً عندما كتبت كيف قدمت بتحويل تجربة سيئة لصالحك. أقرأ أيضاً أن لديك صحبة طيبة ، وخذ الوقت الكافي لتقرأ عن بعض الأشخاص الناجحين ومحققي الإنجازات العظيماء 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 والسعادة Zest والحيوية Calm ، والحماس الزائد أو الفوران Illence واللذة Pleasure والانفعال الأكثر أهمية وهو التدفق Flow ، وهي الانفعالات التي يعنيها معظم الناس عندما يتحدون عادة عن السعادة وإن كانت السعادة في حقيقتها أوسع من ذلك. وأما الانفعالات الإيجابية حول الماضي فتشمل الرضا Satisfaction والقناعة Concertment والإنجاز Fulfillment والفخر Pride والصفاء Serenity. ومن الأمور الحاسمة والهامة أن نفهم كيف تختلف هذه المعان أو الأنماط من الانفعال وتتبادر، 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 ومتشارماً بالنسبة للمستقبل، وبالمثل فيمكن أن تكون متمنعاً 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 فإليك تستطيع أن تحرك انفعالاتك في الاتجاه الإيجابي بتغيير أحاسيسك وشعورك نحو ماضيك، وتصورك لما سيكون عليه مستقبلك، وكيف يكون شعورك وخبراتك في الحاضر الذي تعيشنه(سليجمان، 2005: 87-88).

إذ تتراوح الانفعالات حول الماضي من القناعة والصفاء والفخر والرضا إلى مشاعر المرارة والغضب الحاد والذى 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 السبلان الرئيسيان اللذين يعملان على إضعاف الصفاء والقناعة والرضا ، وهناك طريقتان لجعل هذه المشاعر المرتبطة بالماضي تتحول إلى منطقة القناعة والرضا ، فالأولى تتعلق بـ«التجاهل»، فالامتنان يعطي من قيمة وأهمية الأحداث الطيبة التي حدثت ، ويعمل على إعادة كتابة الماضي متسلحاً بدوروس الصفح والتسامح عن القوى التي تقف وراء الأحداث السيئة التي تتغصن عليك حياتك، بل ويمكنك من تحويل الذكريات السيئة إلى ذكريات طيبة بالفعل (seligman: 63)، (2002).

الرضا عن الماضي يمتلك الأفراد في هذا البعد نظرة حنونه إلى الماضي ، ويعتمدون على الخبرات الشعورية الإيجابية الماضية عن التفاعل مع الحاضر ، وهم يجرون البقاء على اتصال وثيق جداً بعائلتهم ويفسرون نحو إقامة علاقات الصدقة والطيبة والتعاون مع الآخرين ، ويستعملون استراتيجيات إيجابية عن مواجهة المواقف الضاغطة حتى يبقوا أفراداً متقدلين ولديهم كفاية على حطها بصورة إيجابية (Hachatova&Bolotova,2013:126)

لدي سيلجمان مجموعة من التقنيات المقاومة أو مكافحة الشعور بالحزن الذي ظهر نتيجة خبرات الماضي ، ويشير سيلجمان إلى المجتمع الأمريكي بوصفه مجتمع ينبع عن انفعالاته السلبية ، ويتعامل مع الضغوط بتوتر وعصبية ، على العكس من ذلك يثنى سيلجمان على المجتمع الشرقي الآسيوي لميله إلى التعامل بشكل هادئ مع المواقف الصعبة ، ويستشهد سيلجمان 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 الصحف والنسوان كيف تنظر إلى الماضي؟ وماذا تشعر نحوه؟ هل تشعر بالقناعة أو الفخر مقابل المرارة أو الخجل، إن هذا يتوقف كلية على نوعية ذكرياتك ، وليس هناك مصدر آخر . إن الامتنان يعمل على زيادة الرضا عن الماضي و ذلك بتعظيم الذكريات الطيبة عن الماضي ويزيد من شدتها ومن معدل تكرارها، ومن العناوين الرئيسية التي تتذمّر هذه الذكريات (سلجمان، 2005: 106).

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

قيم حياتك شعورك نحو حياتك في أي لحظة يكون كالرثيق ، 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 رضائرك عن ماضيك، هناك طرق أخرى يمكن أن تشعر من خلالها بشكل دائم بالمرizid من السعادة نحو ماضيك. الطريق الأول: على Intellectual وهو مرتبط بالأيديولوجية أو منظومة الأفكار التي تفسر من خلالها ماضيك وبالتالي تنظر إلى مستقبلك. إن الحتمية الصارمة hard determinism التي تقرز هذه الفكرة الجامدة أو الدوجما dogma ظهر بالدراسة الأمبيريقية أو التحليل الفلسفى أنها فكرة جدياء وعقيمة ومن الصعب الاقتناع ذاتياً بها، كذلك فإن الطابع السلبي فيها يمثل سجننا للإنسان وقيداً عليه. أما الطريقان أو العاملان الثاني والثالث فهما من طبيعة انفعالية emotional وكلاهما يتضمن التغيير الإرادى لذكرياتك . فزيادة جرعة الامتنان نحو الأشياء الطيبة في ماضيك من شأنه أن يعظم الذكريات الإيجابية ويفويها ويعملك كيف تنسى أخطاء الماضي ، ويقلل من المرارة التي كانت تحول دون شعورك بالرضا (سلجمان، 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.

#### اولاً: منهج البحث Research Methodology

أعتمد البحث الحالي المنهج الوصفي الارتباطي لانه أكثر ملائمة لتحقيق أهداف البحث، وبعد 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 للتجربة (عبدات وآخرون، 1990: 247).

#### ثانياً: مجتمع البحث Population of the Research

يتتألف مجتمع البحث من المرشدين التربويين الموجودين في عموم القطر العراقي باستثناء أقليم 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 (١)**  
**مجتمع البحث المرشدين التربويين موزعاً بحسب المحافظة**

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

#### ثالثاً: عينة البحث الاساسية Basic of the Research Sample

اشتملت عينة البحث على (400) مرشد تربوي ومرشدة تربوية، بلغت نسبتهم (٦%) من مجتمع البحث ، تم اختيارهن عشوائياً من المحافظات بالأسلوب الظيفي العشوائي من كل مديرية من المديريات (بغداد، ذي قار، كركوك، ديالى و القادسية) بما يتتناسب 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 (٢)**  
**عينة البحث موزعة بحسب المحافظة والجنس**

ن	اسم المحافظة	عدد المدارس	عدد المرشدين التربويين	
			ذكور	إناث
المجموع				
1899	بغداد	1785	644	1255
415	ذي قار	415	277	138
318	كركوك	318	146	172
639	بابل	619	342	297
200	نينوى	176	107	93
359	كربلاء المقدسة	359	214	145
493	البصرة	493	206	287
367	واسط	367	176	191
153	صلاح الدين	153	101	52
132	المثنى	132	75	57
682	ديالى	682	370	312
254	النجف الاشرف	254	154	100
95	ميسان	95	62	33
603	القادسية	603	351	252
187	الانبار	187	117	70
6796	المجموع الكلي	6638	3342	3454

**رابعاً: أدوات البحث :Scales of the Research**  
**المقياس الأول: 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 على :

- (1) في تحديد مفهوم الرضا عن الماضي ومجالاته Seligman نظرية "سلجمان"
- 2- نظرية القياس التقليدية السيكومترية 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، الانجاز Fulfillment، الفخر Pride، والصفاء Serenity ) . إذ ضم (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 ، ولكن فقرة خمس بسائل متدرجة للإجابة هي(تنطبق علي دائماً، تتطبق علي غالباً، تتطبق علي أحياناً، تتطبق علي نادراً، لا تتطبق علي) يعطى لها عند التصحيح (1 / 2 / 3 / 4 / 5)

على التوالي، علمًاً ان 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 وضع من أجله أو أن الأداة تبدو في ظاهرها إنها تقيس المحتوى الذي وضع لها (عبد الفتاح، ٢٠١٣: ٣٧).

وقد تحقق الباحث من صدق المحتوى لمقياس الرضا عن الماضي إذ عرض الباحث مقياس الرضا عن الماضي بصيغته الأولية باستثناء على (١٦) مكملاً من المتخصصين في الإرشاد النفسي وعلم النفس والقياس النفسي لإبداء آرائهم في فقراته ومدى ملائمة كل فقرة للمجال الذي تتنمي إليه ، وبديل الإجابة وأوزانها ، وما يرون أنه مناسباً من تعديل وبناءً على مقتراحتهم عدلت صياغة بعض الفقرات (انظر جدول: ٤) يوضح الفقرات المعدلة، إذ اعتمد الباحث موافقة (١٢) محكم فأكثر معياراً لصلاحية الفقرة لأن الفرق بين قيمتي ( $\text{Ka}^2$ ) المحسوبة والجدولية يكون ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بدرجة حرية (١) ، والجدول (٣) يوضح ذلك.

**الجدول (٣)**

عدد المحكمين الموافقين وغير الموافقين على مقياس الرضا عن الماضي وقيمة ( $\text{Ka}^2$ ) لدلاله الفروق بينهما

مستوى الدلالة	قيمة( $\text{Ka}^2$ )	عدد المحكمين				تسلاسل 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 (٤)**

الفقرات المعدلة من قبل المحكمين لمقياس الرضا عن الماضي

المجال	رقم الفقر	الفقرات قبل التعديل	الفقرات بعد التعديل
الثاني	1	أشعر بالقناعة.	أشعر بما وصلت إليه.
	2	أشعر بالقناعة أن ماضيي كان أيجابي.	مفتتن أن ماضيي كان أيجابي.
الثالث	3	مفتتن تماماً أن جميع حاجاتي تم أشباعها.	مفتتن أن حاجاتي تم أشباعها.
	1	أشعر بآشخاص منتج في المجتمع.	أشعر بآشخاص منتج من تجربة.
الرابع	5	أشعر بالفخر حينما أخبر الآخرين عن الاعمال التي قمت بها.	أشعر بالفخر حينما أخبر الآخرين عن الاعمال التي قمت بها.
	3	أشعر بالطمأنينة.	أشعر بالطمأنينة عندما اذكر 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 (٢٥) فقرة، موزعة على (٥) عوامل كل عامل يحتوي على (٥) فقرات إذ أعطيت أوزان تراوحت

بين (5, 1, 2, 3, 4) للفرات تقابل بسائل الاستجابة (تطبق على دائمًا، تطبق على أحياناً، لا تطبق على ، لا تطبق على تماماً).

#### التطبيق الاستطلاعي للمقياس :

أشار "فرج" (1980) إلى ضرورة التحقق من مدى فهم أفراد العينة لفقات المقياس (فرج، 1980: 160)، بعد إعداد تعليمات المقياس وفراطاته ، ولغرض التتحقق من مدى وضوح فقرات المقياس وتعليماته لعينة البحث ، طبق الباحث المقياس على عينه عشوائية بلغ عددها(20) مرشد ومرشدة بواقع (10) مرشدات تربويين و(10) مرشدات 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 لفقرات وإبقاء على الفقرات المميزة الجيدة في المقياس وأن من الشروط المهمة لفقرات المقياس النفسية هو أن تتصرف هذه الفقرات بقوة تمييزية بين الأفراد من ذوي الدرجات العالية والإفراد من ذوي الدرجات الواطنة في الصفة أو السمة المراد قياسها (Ebel, 1972: 555). فيما يأتي إجراءات التتحقق من التحليل الإحصائي لفقرات المقياس:

#### القوة التمييزية لفقرات:

ولغرض حساب القوة التمييزية لفقرات بحيث تبقى الفقرات المميزة وتستبعد غير المميزة (Eble, 1972)، تم جمع الاستثمارات التي يتم بموجتها 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 الرئيسية ذاتها، واحتارت نسبة (%) 27 من الاستثمارات الحاصلة على الدرجات العليا والتي سميت بالمجموعة العليا ونسبة (%) 72 من الاستثمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا التي سميت بالمجموعة الدنيا ، وبلغ عدد الاستثمارات (108) استثماراً لكل مجموعة ويكون مجموع الاستثمارات التي خضعت للتحليل (216) استثماراً، وترأحت حدود الدرجات للمجموعة العليا(125-105)، وحدود الدرجات للمجموعة الدنيا(80-38) ثم استعمل الاختبار الثاني 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) ، لأن القيمة الثانية المحسوبة أكبر من القيمة الثانية الجدولية (3.291).

بدرجة حرية (214) ، والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5)

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

مستوى الدلالة	القيمة الثانية 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 الثانية 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 يتضمن به من تحديد لمدى الاتساق الداخلي لفقرات المقاييس (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) ، لأن جميع قيم معاملات الارتباط المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البالغة (0.169) بدرجة حرية (398) أي إن جميع فقرات المقياس ترتبط معنويًا مع درجة المقياس الكلية والجدول (6) يوضح ذلك .

**الجدول (٦)**  
قيم معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية والدلالة المعنوية لمقاييس 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 :

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

#### صدق المقياس : Validity of The Scale

يتوقف 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 (انستاري واوربينا، 2015: 154-155).

وقد تحقق الباحث من الصدق الظاهري لمقياس الرضا عن الماضي من خلال عرضه بأسنانة (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 تنتهي إليه وبديل الإجابة وأوزانها وإجراء التعديل الذي يرونها مناسباً وبناءً على آرائهم عدلت صياغة بعض الفقرات (أنظر جدول:4) ولم تستبعد أي فقرة من المقياس .

#### 2- صدق البناء Construct Validity

يعتمد التتحقق من صدق بناء المقياس على افتراضات نظرية يتم التتحقق منها تجريبياً فإذا ما تطابقت نتائج التجربة 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- التتحقق من صحة الفرضيات تجريبياً (Gronlund, 1976 : 49) .
- وقد اشتق الباحث من الإطار النظري للرضا عن الماضي بوصفه بناءً نفسياً يفترض وجود 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 التتحقق من الفرضيات على النحو الآتي :-

1- تتحقق الباحث من القوة التمييزية للفقرات من خلال أسلوب المجموعتين الطرفيتين باستعمال الاختبار الثنائي لعينتين مستقلتين (انستاري واوربينا ، 2015 : 169-168) ، وظهر ان جميع الفقرات مميزة (أنظر جدول:4) مما يشير الى وجود فروق فردية بين أفراد العينة في الرضا عن الماضي.

2- تتحقق الباحث من ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس باستعمال معامل ارتباط بيرسون (انستاري واوربينا ، 2015 : 169) ، وظهر ان جميع الفقرات كانت دالة إحصائياً (أنظر جدول:5) مما يشير الى الاتساق بين فقرات المقياس .

#### 3- الصدق العاملی Factorial Validity

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

وقد تم إجراء عملية التحليل العاملی لمقياس الحرمان العاطفي بطريقة المكونات الأساسية وتم تدوير المحاور بطريقة الفاريماكس Kaisers Varimax Rotation واستعمال معيار كوتمان Guttman لتحديد عدد العوامل بحيث يعد العامل جوهرياً اذا كانت قيمة الجذر الكامن Eigen Value اکثر من واحد او يساويه ، والاعتماد على محاك جل福德 (Guilford) لتشريع كل فقرة (0.30) او اکبر (الانصاری, 2000: 61) .

وقد اجري التحليل العاملی 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 العاملی المستخلص من التحليل قبل التدوير وبعدة .

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

تدوير مجموع مربعات التشتبعات (بعد التدوير)			مجموع مربعات التشتبعات الأصلية (قبل التدوير)			العامل
النسبة التراتيحية	نسبة التباين	الجذر الكامن	النسبة التراتيحية	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

وحيث أن قيم تشبّع كل فقرة من فقرات مقياس الرضا عن الماضي بكل عامل من العوامل الخمسة والجدول ( 8 ) يبيّن هذه القيم .

**الجدول ( 8 )**  
**مصفوفة العوامل المدورة وتشبّعات الفقرات بالعوامل لقياس الرضا عن الماضي**

العامل الخامس	العامل الرابع	العامل الثالث	العامل الثاني	العامل الاول	T
				.962	6
				.960	16
				.959	20
				.958	21
				.945	1
.304				.358	11
			.951		2
			.950		22
			.949		12
			.945		7
		.369	.500		17
		.944			8
		.943			13
		.940			3
		.427			23
		.412			18
	.888				5
	.887				25
.350	.664				15
.356	.660				10
.839	.336				14
.838	.337				24
.499		.469	.431		19
.494		.467	.446		9

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

الفقرات ذات التшибعات المقبولة على العوامل (تبيعة ، 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 (1.6.11.20.21).

**العامل الثاني :** القناعة (شعور الشخص بالقناعة وأشباع الرغبات وال حاجات 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 و السلام والمحبة و التسامح و الراحة) . وضم (4) فقرات هي (25.15.10.5).

**العامل الخامس :** الفخر (شعور الشخص بالقوة والثقة بالنفس وأحترام 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 سليمان، وبذلك تتحقق صدق بناء مقياس الرضا عن الماضي .

### ثبات المقياس Reliability of scale

يعد الثبات من الشروط الواجب توافرها في المقياسات والاختبارات النفسية ، والثبات هو اتساق القياس ، أي الاتساق في قياس الشيء الذي تقيسه أداة القياس وخلوه من الأخطاء غير المنتظمة التي تشوب القياس ، او 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 طريقي حساب ثبات مقياس الرضا عن الماضي :-

### طريقة إعادة الاختبار : Test-Retest Method

يسـمى مـعـامـلـ الثـبـاتـ المـحسـوبـ بـهـذـهـ الطـرـيقـةـ بـمـعـامـلـ الاسـتـقرارـ (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 بـاستـعمـالـ معـادـلةـ الفـاـ كـرونـباـخـ Alpha Cronbach

تعتمد هذه الطريقة على حساب الارتباطات بين الفقرات الدالة في المقياس وتقسيمه إلى عدد من الأجزاء يساوي عدد فقراته ، أي أن كل فقرة تشتهر بـكلـ مـقـيـاسـ فـرعـيـ (عودـةـ ، 1998: 354) ، وأن معامل الفا كرونباخ يزودنا بتقدير جيد للثبات ، إذ أنه يعد المعادلة الأساسية في حساب الثباتات الـفـاـ كـرونـباـخـ (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 وباللغة (400) مرشد ومرشدة، وبلغ معامل الثبات بطريقة الفا- كرونباخ لمقياس الرضا عن الماضي (0.94) وهو معامل ثبات يمكن الركون إليه(Anastasi,1988:126).

وصف مقياس الراض عن الماضي:

يتألف مقياس الرضا عن الماضي بصيغته النهائية من ( 25 ) فقرة بواقع ( 6 ) فقرة لعامل الرضا ( 6.1 . 16.11 ) . ( 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 ( تتطبق على دائمًا ، تتطبق على غالباً ، تتطبق على أحياناً ، نادر تتطبق على نادراً ، لا تتطبق على ) ( انظر ملحق: 1 ) يعطى لها عند التصحيح الدرجات ( 5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1 ) على التوالي ، ويبلغ 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 والوسط Median ، والمنوال Mode ، والانحراف المعياري Std.Deviation ، والتباين variance ، التفريط Kurtosis وتبين من المؤشرات الإحصائية أن الوسط والوسط والمنوال درجاتهم متقاربة، وهذا يشير إلى قرب توزيع العينة من التوزيع الاعتدالي وأيضاً اقتراب الالتواء والتفرط من الصفر وهذا نسبة ايضاً إلى اقتراب بيانات العينة من التوزيع الاعتدالي ، ( انظر جدول: 9 ) يوضح المؤشرات الإحصائية للمقياس المستخدم في هذا البحث عن طريق استخدام الحقيقة الإحصائية spss .

#### الجدول (9)

#### المؤشرات الإحصائية لمقياس الرضا عن الماضي

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

#### الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج وتفسيرها ، وفقاً لأهداف البحث، فضلاً عن عرض الاستنتاجات والتوصيات والمقررات 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 ) يبيّن ذلك .

**الجدول (10)**  
**نتائج الاختبار الثاني لعينة واحدة لدرجات العينة على مقياس الرضا عن الماضي**

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

يتضح من جدول اعلاه ت القيمة الثانية المحسوبة اكبر من القيمة الثانية الجدولية عند مستوى (.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 بعد نظرة حنونه إلى الماضي ، ويعتمدون على الخبرات الشعورية الإيجابية الماضية عن التفاعل مع الحاضر ، وهم يحبون البقاء على اتصال وثيق جداً بعائلتهم ويميلون نحو اقامة علاقات الصداقة والطيبة والتعاون مع الآخرين ، ويستعملون استراتيجيات ايجابية عن مواجهة المواقف الضاغطة حتى يبقوا افراداً متفائلين ولديهم كفاية على خطها بصورة ايجابية ( Hachatrova&Bolotova,2013:126 )

ويرى الباحث ان التنشئة الاجتماعية التي نشأوا عليها ( المرشدين ) من خلال الخبرة الاجتماعية والمهنية التي مرروا بها خلال مسيرتهم ، فضلاً عن تأثيرهم بالإقرار 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 (  $3 \times 5 \times 2$  ) 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 الأساسية الأخرى (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 وال عمر والسكن) والتفاعلات بينها

مستوى الدلالة	النسبة الفائية		متوسط المربعات M.S	درجة الحرية	مجموع المربعات S.S	مصدر التباين
	F	المحسوبة الجدولية				
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	الكتلي

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 الفائية المحسوبة (0.140). وهي أصغر من النسبة الفائية 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 خيارات متشابهة.

**ب- العمر:** لا توجد فروق في الرضا عن الماضي لدى المرشدين التربويين على وفق متغير العمر، إذ بلغت النسبة الفائية المحسوبة (0.027). وهي أصغر من النسبة الفائية 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 الفائية المحسوبة (14.651) وهي أكبر من النسبة الفائية 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 انتقاء المرشدين إلى بيئات ثقافية مختلفة. (أنظر جدول: 23) قيم شيفيه المحسوبة والحرجة للفرق بين كل متقطعين من متواسطات درجات عينة البحث على وفق السكن (بغداد، ذي قار، القادسية، ديالى، كركوك) لمقياس الرضا عن الماضي.

جدول (12)

قيم شيفيه المحسوبة والحرجة لفرق بين كل متقطعين من متواسطات درجات عينة البحث على وفق السكن، لمقياس الرضا عن الماضي

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

اتجاه الفرق	الدالة .05	قيمة شيفيه		المتوسط الحسابي	العينة	السكن	المقارنة
		الحرجة	المحسوبة				
-	غير دالة	9.68	4.50112	97.354	62	القادسية	9
				89.225	32	كركوك	
لصالح دبالي	دالة	9.68	20.12483	106.076	70	دبالي	10
				89.225	32	كركوك	

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

- 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 دبالي على متوسط درجات محافظة بغداد، بدلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05). في الرضا عن الماضي.
- 3 تفوق متوسط درجات محافظة دبالي 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 قيمة شيفيه المحسوبة أصغر من قيمة شيفيه الحرجة.

**دـ التفاعلات الثانية :** اظهرت النتائج لا توجد فروق في التفاعل بين (الجنس × العمر) وذلك لأن 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 لأن النسب الفائية المحسوبة(2.580) وهي أصغر من النسبة الفائية الجدولية (4.81) بدرجة حرية (4، 370) عند مستوى دلالة (0.001). وأيضاً لا توجد فروق بين التفاعل الثنائي بين (العمر×السكن) وذلك لأن النسب الفائية المحسوبة(889). أصغر من النسب الفائية الجدولية(3.43) بدرجتي حرية (4، 370) عند مستوى (0.001).

**هـ التفاعل الثلاثي :** اظهرت النتائج لا توجد فروق في التفاعل الثلاثي بين (جنس × العمر × السكن ) لأن النسب الفائية المحسوبة(672). أصغر من النسب الفائية الجدولية(3.43) بدرجتي حرية (4، 370) عند مستوى (0.001).

#### الاستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث الحالي يمكن استنتاج ما يأتي :

- إن المرشدين التربويين يتمتعون بالرضا عن الماضي.
- لا توجد فروق بين المرشدين التربويين حسب متغير الجنس (ذكور ، أناث) في الرضا عن الماضي.
- 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، دبالي ، 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 الحواجز المادية والمعنوية وربطها بالدورات، لتعزيز نتائج البحث الحالي من أجل تنمية وتطوير الرضا عن الماضي نظراً لأهمية تقديم أفضل الخدمات الإرشادية للطلبة.

3- تطبيق مقاييس البحث الحالي في تقويم ومتابعة المرشدين النفسيين في عملهم الإرشادي بغية تمييزهم 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 وال حاجات 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 ، التفاؤل 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. الأسدی، سعید جاسم ، ابراهیم، مروان عبد المجد. (2003) الإرشاد التربوي مفهومه، خصائصه ماهيته. عمان: الدار العلمية الدولية ودار الثقافة.
4. أنسنتاري، 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 ببلوم التوجيه والإرشاد ببعض الجامعات السعودية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 15، العدد 1.
6. جاسم، شاكر مدر. (1990). نظم التوجيه المهني والارشاد التربوي المقارن جامعة البصرة. كلية التربية.
7. جعدان، إيمان حسن. (2014). الإجهاد النفسي وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية عند المرشدين التربويين. مجلة البحوث ل التربية والنفسية. العدد 42.
8. الخطيب، صالح. (2003). الإرشاد النفسي في المدرسة (أسسه- نظرياته- تطبيقه). الإمارات: دار الكتاب الجامعي.
9. الدراجي، حسن علي سيد، ومرزوق، صاحب عبد. (2012) الإرشاد النفسي والصحة النفسية، المبادئ الأساسية والتطبيقات . بغداد: مكتب نور الحسين.
10. دولافي ، انتونيلا . (2012 ) . علم النفس الايجابي للجميع " مقدمة ومفاهيم وتطبيقات في العمر المدرسي " ، ترجمة مرعي سلامة يونس ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
11. ربيع ، هادي مشعان. (2008). الإرشاد التربوي والنفسي من المنظور الحديث. عمان: مكتبة المجتمع العربي.
12. السفاسفة، محمد. (2003). أساسيات في الإرشاد والتوجيه النفسي والتربوي. الكويت: مكتبة الفلاح.
13. سليمان، مارتن. (2005). السعادة الحقيقية: استخدام الحديث في علم النفس الإيجابي لتتبين ما لديك لحياة أكثر إنجازاً. ترجمة صفاء الأعرس وأخرون . القاهرة: دار العين للنشر.
14. سليمان، مارتن. (2003). علم النفس الاكلينيكي الايجابي. ترجمة علاء الدين كفافي في: ليزاج. أسيبنول، أورسولا م. ستودينجر(محرر) سيكولوجية لقوى الانسانية. ترجمة ومراجعة. صفاء يوسف الاعسر وأخرون (2006). القاهرة: المجلس الاعلى للثقافة.
15. عبد الرحمن ، سعد. (1998) . القياس النفسي النظرية والتطبيق . القاهرة : دار الفكر العربي
16. عبيادات، 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 النفسي أساسياته وتجيئاته المعاصرة . القاهرة : دار الفكر العربي .
18. عمر،محمود أحمد،فخرو، حصة عبد الرحمن،السباعي، 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، صفت.(1980). القياس النفسي. القاهرة: دار الفكر العربي.
21. كفافي، علاء الدين، ماسية احمد ، سالم ، سهير احمد.(2010). نظريات الشخصية الارتقاء النمو التنوع . عمان: دار الفكر.
22. معمرية، بشير.(2013). علم النفس الإيجابي: إتجاه جديد لدراسة القوى والفضائل الإنسانية، دراسات نفسية، العدد 2/2.
23. وزارة التربية العراقية. (2008). دليل المرشد التربوي. الشركة العامة لإنتاج المستلزمات التربوية ، مطبعه رقم 1.
24. يونس، إبراهيم.(2018). نمو ما بعد الصدمة. الجيزة: مؤسسة يسطرون لطباعة وتوزيع الكتب.

#### ثانياً: المصادر الأجنبية

25. Anastasia.(1988).psychology testing 6the 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/iewhite/>
30. Cloninger,C.R, Svarkic& 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. Urbona 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. Urbona University of Illinois press.
34. Dollarhide, C. :(2003). School counselors as program leaders: Applying leadership contexts to schoolcounseling. Professional SchoolCounseling, 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 (١)**  
**مقياس الرضا عن الماضي "بصورته النهائية"**

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

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

يضع الباحث بين يديك مجموعة من الفقرات تعبر عن ردود فعلكم نحو الفقرات، الرجاء قراءة كل فقرة بدقة وإجابة عنها بوضع علامة (✓) تحت أحد البذائل 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 وتقديرى

ملاحظة: يرجى تدوين المعلومات الآتية:

الجنس :  المحافظة:  العمر :

مثال على طريقة الإجابة :

الفقرات					
لا تتطابق على	تنطبق على نادراً	تنطبق على أحياناً	تنطبق على غالباً	تنطبق على دائمًا	
					أشعر بالسعادة نتيجة المهام التي أجزتها في الماضي.

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

					الصعوبات في الماضي.
					أشعر بالطمأنينة.
					أشعر اني عملت في المكان المناسب.
					أشعر بالامتنان للناس والاحاديث التي شكلت جزءاً من تاريخ حياتي.
					حققت الكثير من أهدافي.
					أكن لنفسي أحتراماً كبيراً.
					الظروف التي عشتها في الماضي تشعرني بالارتياب.
					بشكل عام ، أنا راض عن نفسي
					انا مقتنع بأنني أمتلك الكثير من الصفات الايجابية.
					أشعر بالسعادة نتيجة المهام التي أجزتها في الماضي.
					أفتخر عندما أخبر الاخرين عن الاعمال التي قمت بها.
					تسامحت مع الاشخاص الذين سببوا لي الاذى في الماضي.