



الجامعة الإسلامية
ISLAMIC UNIVERSITY OF MADINAH

مجلة الجامعة الإسلامية

للعلوم التربوية والاجتماعية

مجلة علمية دورية محكمة

4

العدد

جمادى الأولى 1442هـ / ديسمبر 2020م

الجزء الأول

معلومات الإيداع في مكتبة الملك فهد الوطنية

النسخة الورقية

رقم الإيداع: 1441/7131 وتاريخ ١٤٤١/٠٦/١٨

رقم ردمد: 1658-8509

النسخة الإلكترونية

رقم الإيداع: 1441/7129 وتاريخ ١٤٤١/٠٦/١٨

رقم ردمد: 1658/8495

الموقع الإلكتروني للمجلة

<https://journals.iu.edu.sa/ESS>

ترسل البحوث باسم رئيس تحرير المجلة إلى البريد الإلكتروني

iujournal4@iu.edu.sa

البحوث المنشورة في المجلة تعبر عن آراء الباحثين

ولا تعبر بالضرورة عن رأي المجلة

جميع حقوق الطبع محفوظة للجامعة الإسلامية

الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة
ISLAMIC UNIVERSITY OF MADINAH



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

* قواعد وضوابط النشر في المجلة *

١. أن يتّسم بالأصالة والجِدَّة والابتكار والإضافة المعرفية في التخصص.
٢. لم يسبق للباحث نشر بحثه.
٣. أن لا يكون مستأً من بحوثٍ سبق نشرها للباحث.
٤. أن يلتزم الباحث بالأمانة العلمية.
٥. أن تراعى فيه منهجية البحث العلمي وقواعده.
٦. ألا يتجاوز مجموع كلمات البحث (١٢,٠٠٠) كلمة بما في ذلك الملخصين العربي والإنجليزي، وقائمة المراجع.
٧. في حال (نشر البحث ورقياً) يمنح الباحث نسخة مجانية واحدة من عدد المجلة الذي تم نشر بحثه فيه، و (١٠) مستلّات من بحثه.
٨. لا يحقّ للباحث إعادة نشر بحثه المقبول للنشر في المجلة إلاّ بعد إذن كتابي من رئيس هيئة تحرير المجلة.
٩. أسلوب التوثيق المعتمد في المجلة هو نظام جمعية علم النفس الأمريكية (APA) الإصدار السّادس، وفي الدراسات التاريخية نظام شيكاغو.
١٠. أن يشتمل البحث على: صفحة عنوان البحث، ومستخلص باللغتين العربيّة والإنجليزيّة، ومقدمة، وصلب البحث، وخاتمة تتضمّن النتائج والتّوصيات، وثبت المصادر والمراجع، والملاحق اللازمة (إن وجدت).
١١. يلتزم الباحث بترجمة المصادر العربية إلى اللغة الإنجليزيّة.
١٢. يرسل الباحث بحثه إلى المجلة إلكترونياً؛ بصيغة (WORD) وبصيغة (PDF)، ويرفق تعهّداً خطياً بأن البحث لم يسبق نشره، وأنه غير مقدم للنشر، ولن يقدم للنشر في جهة أخرى حتى تنتهي إجراءات تحكيمه في المجلة.

* يرجع في تفصيل هذه القواعد العامة إلى الموقع الإلكتروني للمجلة <https://journals.iu.edu.sa/ESS>.

الهيئة الاستشارية

معالي الأستاذ الدكتور/ محمد بن عبد الله آل ناجي

مدير جامعة حفر الباطن سابقاً

معالي الأستاذ الدكتور/ سعيد بن عمر آل عمر

مدير جامعة الحدود الشمالية

معالي الدكتور/ حسام بن عبد الوهاب زمان

رئيس هيئة تقويم التعليم والتدريب

الأستاذ الدكتور/ سليمان بن محمد البلوشي

عميد كلية التربية بجامعة السلطان قابوس

الأستاذ الدكتور/ خالد بن حامد الحازمي

أستاذ التربية الإسلامية بالجامعة الإسلامية سابقاً

الأستاذ الدكتور/ سعيد بن فالح المغامسي

أستاذ الإدارة التربوية بالجامعة الإسلامية

الأستاذ الدكتور/ عبد الله بن ناصر الوليعي

أستاذ الجغرافيا بجامعة الملك سعود

هيئة التحرير

أ.د. عبد الرحمن بن علي الجهني
أستاذ أصول التربية بالجامعة الإسلامية
(مدير التحرير)

أ.د. محمد بن يوسف عفيفي
أستاذ أصول التربية بالجامعة الإسلامية
(رئيس التحرير)

أ.د. إبراهيم عبد الرافع السمدوني
أستاذ أصول التربية بجامعة الأزهر

معالي الأستاذ الدكتور
راتب بن سلامة السعود
وزير التعليم العالي الأردني سابقاً
وأستاذ السياسات والقيادة التربوية بالجامعة الأردنية

أ.د. عبد الرحمن بن يوسف شاهين
أستاذ المناهج وطرق التدريس بالجامعة الإسلامية

أ.د. بندر بن عبد الله الشريف
أستاذ علم النفس بالجامعة الإسلامية

أ.د. عبد الله بن علي التمام
أستاذ الإدارة التربوية بالجامعة الإسلامية

أ.د. عبد العزيز بن سليمان السلومي
أستاذ التاريخ الإسلامي بالجامعة الإسلامية

د. رجاء بن عتيق المعيلي الحربي
أستاذ التاريخ الحديث والمعاصر المشارك
بالجامعة الإسلامية

أ.د. محمد بن إبراهيم الدغيري
أستاذ الجغرافيا الاقتصادية
بجامعة القصيم

أ. مجتبي الصادق المنا

سكرتير التحرير

فهرس المحتويات *

الصفحة	عنوان البحث	م
1	تصورات الخبراء نحو تضمين المجالات التاريخية في كتب التاريخ بمراحل التعليم العام في المملكة العربية السعودية (دراسة نوعية) د. سارة بنت ثنيان بن محمد آل سعود	1
61	نمذجة العلاقات السببية بين استراتيجيات الحديث الذاتي لتنظيم الدافعية والاندماج الطلابي والتحصيل الدراسي د. إبراهيم بن عبد الله الحسينان	2
127	تصور مقترح لمناهج الدراسات الاجتماعية بالمرحلة الثانوية في ضوء أبعاد الأمن الفكري والثقافي في المملكة العربية السعودية د. فايز بن علي آل صالح الاسمري	3
199	دور التدريب النقال في تنمية مهارات القرن الحادي والعشرين لدى معلمات المرحلة الثانوية بمحافظة رفحاء أمل حسن عبده عثمان	4
263	عوامل مرونة الأناكمنبات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية د. علي بن عبد الله بن امبارك السويهي	5
325	درجة وعي طلاب المنح بالجامعة الإسلامية لمفهوم المواطنة الرقمية د. حسن محمد الزهراني	6
389	مشكلات إدارة السنة التحضيرية في جامعة جدة د. عبد الله ضيف الله الحارثي	7
455	المشكلات التدريسية التي تواجه الطلبة السعوديين المبتعثين للدراسة بمعاهد اللغة الإنجليزية في بريطانيا من وجهة نظرهم د. سالم بن مزلوه بن مطر العنزي	8
521	دور المدرسة الابتدائية في مواجهة التنمر الإلكتروني لدى طلابها من وجهة نظر المرشدين الطلابيين في منطقة المدينة المنورة د. عادل بن عايض المغذوي	9
601	رسالة ابن حزم الأندلسي في الرد على ابن الغزيلة اليهودي (دراسة تحليلية-تاريخية) د. فوزي بن عناد العتيبي	10

عوامل مرونة الأنا كمنبئات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية

Resilience Factors as predictors of the Meaning of Life
among a sample of university of scholarship students at the
Islamic University

إعداد

د. علي بن عبد الله بن امبارك السويهي

أستاذ علم النفس المساعد بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

المستخلص

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين عوامل مرونة الأنا والشعور بمعنى الحياة لدى عينة من طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية، تكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالب متوسط أعمارهم ٢٢,٣ ± ٢,٠٤، تم اشتقاقهم من بين طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية.

حيث تم تطبيق مقياس عوامل مرونة الأنا (إعداد الباحث)، ومقياس الشعور بمعنى الحياة (إعداد الباحث) بعد التحقق من الصدق والثبات، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج كان من أهمها ما يلي:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائية بين عوامل مرونة الأنا والشعور بمعنى الحياة لدى عينة من طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور بمعنى الحياة لدى عينة من طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية باختلاف السنة الدراسية.

أشارت النتائج إلى إسهام عوامل مرونة الأنا في التنبؤ بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية: بنسبة ٢٧٪ من التباين في الشعور بمعنى الحياة يمكن إرجاعها إلى الاستبصار، ونسبة ٢٩٪ من التباين في الشعور بمعنى الحياة يمكن إرجاعها إلى الاستقلالية، ونسبة ٢٠٪ من التباين في الشعور بمعنى الحياة يمكن



عواملُ مُرونةِ الأناكمنبتاتِ بالشُّعُورِ بمعنىِ الحَيَاةِ لَدَى طُلَّابِ المَتَحِ الدِّرَاسِيَّةِ
بِالْجَامِعَةِ الإِسْلَامِيَّةِ
د . علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي

إرجاعها إلى الإبداع، ونسبة ٣٠٪ من التباين في الشعور بمعنى الحياة يمكن إرجاعها إلى روح الدعابة، ونسبة ٢٤٪ من التباين في الشعور بمعنى الحياة يمكن إرجاعها إلى المبادأة، ونسبة ٢٥٪ من التباين في الشعور بمعنى الحياة يمكن إرجاعها إلى العلاقات الاجتماعية، ونسبة ٢٤٪ من التباين في الشعور بمعنى الحياة يمكن إرجاعها إلى القيم الأخلاقية.



Abstract

The current study aimed to reveal the relationship between Resilience Factors and the meaning of life among a sample of scholarship students at the Islamic University, the study sample consisted of (300) scholarship students at the Islamic University with an average age of 22.3 ± 2.04 , Where the Resilience Factors Scale (researcher's preparation) and life's sense (researcher's preparation) scale were applied after confirming their validity psychometrically and the study revealed several results, the most important of which were the following:

There is a positive and statistically significant correlation between the factors of Resilience Factors and the meaning of life among a sample of scholarship students at the Islamic University.

There were no statistically significant differences in the level of feeling the meaning of life among a sample of scholarship students at the Islamic University, according to the school year.

The results indicated that the factors of Resilience Factors contribute to predicting life among scholarship students at the Islamic University, with 27% of the variation the meaning of life can be traced back to foresight, and 29% of the variance in the meaning of life can be traced back to independence, and the proportion 20% of the variance the meaning of life can be traced back to creativity. And 30% of the variation in sense of hummer life can be traced back to humor, 24% of the variance in the meaning of life can be traced back to initiation, 25% of the variation the meaning of life can be traced back to social relationships and 24% of the variance in meaning Life can be traced back to moral values.





عوامل مرونة الأنا كمنبئات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المسح الدرأسية
د . علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي
بالجامعة الإسلامية

مقدمة

حظيت مرونة الأنا باهتمام كبير من قبل الباحثين مثل (فحجان ، ٢٠١٠)، (أبو حلاوة ، ٢٠١٠)، (المالكي ٢٠١١)، (نجيب ، ٢٠١٤)، ويوسال واكين (Uysal, R, 2014) & Akin, A, 2014) جورجينسون (Jorgenson, s, 2015)، شيلز (Childs, E, 2015)، وذلك لما لها من تأثير مباشر وغير مباشر على نجاح الفرد، وتحقيق الصحة النفسية له، فضلاً عن الكشف عن الدور الذي يمكن أن تؤديه عوامل مرونة الأنا في إكساب الفرد مظاهر الصحة النفسية الجيدة، وقد لوحظ أن أصحاب الشخصية غير المرنة يرون الأزمات كما لو كانت مشكلات لا سبيل للتخلص منها، وعدم تقبل التغيير، ووضع أهداف غير قابلة للتحقق، وبالتالي الابتعاد عن التحرك نحو الأهداف، والالتصاق بالضغوط واجترار آلامها، ووضع الأمور والأشياء في غير سياقها، وفقدان الأمل والنظرة التشاؤمية، وتعكس مرونة الأنا بعض السمات الشخصية المتميزة مثل سمات الاستبصار، والاستقلالية، والإبداع، وروح الدعابة، والمبادأة، والعلاقات الاجتماعية الإيجابية، والقيم الأخلاقية، التي تشكل في مجملها الأبعاد المعرفية والاجتماعية والنفسية والانفعالية التي يمكن أن تعرقل مسيرة نمو الشخصية في الاتجاه السوي وخاصة إذا ما كان هذا الشخص غير قادر على التعامل مع ما يواجهه من أحداث صادمة مثل أحداث العنف والقهر والظلم التي تشكل خبرات مؤلمة في الذات تظهر نتائجها السلبية في حياته القادمة على المستوى النفسي والاجتماعي.

ولقد تزايد الاهتمام ببعض الخبرات الذاتية الإيجابية ضمن ما يعرف بعلم النفس الإيجابي الذي ظهر في أواخر التسعينات من القرن الماضي على يد (Seligman, M,) الذي اهتم بالجوانب الإيجابية في الشخصية (7,2006, Seligman, M.). وقد كشفت الدراسات النفسية أن الشعور بمعنى الحياة يعد عاملاً مهماً للتغلب على المشاعر السلبية؛ كما يعد عاملاً أساسياً في تحقيق الرضا عن الحياة، والسعادة، والتفاؤل، والثقة بالنفس والتوافق الشخصي والاجتماعي، وخفض الصراع، ونجاح التواصل مع الآخرين، بل ويرتبط إيجابياً بالصحة النفسية والجسمية.

(Younger, et, al, 2004), (Worthington, Witvliet & Miller, 200), (Ak1, M., & Mullet, E. 2 010), (Akin, A., & Akin, u, 2018).

ونظراً لما يعتري المجتمعات في هذه الأيام من صراعات ترجع في معظمها إلى عدم الشعور بمعنى الحياة وما تعانیه المجتمعات من مشكلات في المجالات السلوكية والاجتماعية المختلفة، فقد شعر الباحث بأهمية دراسة الشعور بمعنى الحياة والعوامل التي تؤثر فيه والمنبئة به.

مشكلة الدراسة

انبثقت مشكلة الدراسة من عدة روافد شخصية وبخية ميدانية، حيث اهتمام الباحث بقضايا التفكير الإيجابي وإدراكه لأهمية عوامل مرونة الأنا في علاقتها بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية؛ حيث تؤكد العديد من الدراسات التي أجريت على طلاب الجامعات أنهم يتعرضون للضغوط التي قد تدفعهم إلى الوقوع في العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية والأكاديمية، وهنا تبرز



عواملُ مُرونةِ الأناكُمَنبئاتِ بالشُّعُورِ بِمعنىِ الحَيَاةِ لِدى طُلابِ المَحِّ الدِّمَاسِيَّةِ
د. علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي
بِالجامِعةِ الإِسْلامِيَّةِ

المفاهيم الإيجابية التي يمكن إكسابها للطلاب حتى لا يقعوا تحت الغضب والأحقاد،
ومن هذه الدراسات ما يلي:

(Elif, C., Petrides, K.v.2014) ، (Lyubomirsky.s. & Layous, K.2013)
Furnham,A.Mavroveli,S., &, اللتان أكدتا على وجود علاقة بين العفو عن الآخرين
ومعنى الحياة والتدين، بمعنى أن الأشخاص الأكثر تديناً والتزاماً هم الأكثر عفوًا
وتسالمًا مع الآخرين وأكثر شعورًا بمعنى الحياة . كما أكدت دراسة
(Moorhead,H.J.,Gill,G.,Minton,A.B.,&Myers,J.E,2012)
(Goldman,D.B,&Wade,N.G.2013) فاعلية الشعور بمعنى الحياة في ضبط
الانفعالات والحد من الغضب لدى مجموعة من الطلاب الذين يعانون ADHD، أما
دراسة كل من (Green,M.,Decourville,N.,&sadava,S,2012)
(Erguner.Tekinalp,B.,&Terzi,S.2013) فقد كشفت عن أساليب مواجهة الضغوط
وعلاقتها بالشعور بمعنى الحياة واضطراب الضغوط ما بعد الصدمة بعدم الشعور بمعنى
الحياة ، وأكدت على أن الشعور بمعنى الحياة يحفز الإنسان على خوض المزيد من
التجارب والتعرض للأحداث من حوله بإيجابية، كما تشير دراسة كل من (أنور،
صلاح، ٢٠١١)، (صابر، ٢٠١٢)، (فتح الباب، ٢٠١٣)، (دليلي، ٢٠١٥) على
أن الذين خضعوا لبرامج نفسية لتنمية مفاهيم إيجابية كفاعلية الذات والثقة والسعادة
والأمل والشعور بمعنى الحياة والتسامح شهدوا تطورات في أوضاعهم النفسية
والاجتماعية والصحية بصفة عامة.

ويلاحظ في الدراسات السابقة تباين الشعور بمعنى الحياة تبعًا لاختلاف النوع؛ حيث أكدت بعضها تفوق الإناث نحو ممارسة العفو عن الآخرين، كدراسة (حسيب، شراب، ٢٠٠٨)،

(Gonzalez Martin, M. & Rodriguez Gonzalez, M., & Genova Fuster, G. 2011).

أما دراسة كل من:

(Knice, P.M. 2009), (Wade, N.G. & Wothington, E.L. JR 2013)

Eroglu, Y., Eldeleklioglu, J., & Mendi, E. (2016)

فقد أكدت على عدم وجود فروق بين الجنسين في الشعور بمعنى الحياة بشكل

عام، وتشير دراسة (Neto, F., Pinto, M.C., & Mullet, E., 2011)، (Hall, J.H., & Fincham, F.،

D, 2013)، إلى ارتفاع مستوى الشعور بمعنى الحياة لدى الذكور.

ويتضح من الدراسات السابقة أنه على الرغم من اهتمامها بالشعور بمعنى الحياة إلا أنه لا توجد دراسة واحدة في حدود علم الباحث اهتمت بالكشف عن العلاقة بين عوامل مرونة الأنا والشعور بمعنى الحياة لدى عينة من طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية ومدى إمكانية التنبؤ بالشعور بمعنى الحياة لدى العينة في ضوء هذه العوامل، مما جعل الباحث يسعى لدراسة هذا الموضوع.

وبناء على ما تقدم يمكن تحديد مشكلة الدراسة من خلال الأسئلة الآتية:



عوامل مرونة الأنا كمنبئات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية
د . علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي
بالجامعة الإسلامية

١. ما مستوي العلاقة الارتباطية بين عوامل مرونة الأنا والشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية؟
٢. هل توجد فروق دالة إحصائية في الشعور بمعنى الحياة بين طلاب المنح الدراسية باختلاف المستويات الدراسية والمستوى الاقتصادي الاجتماعي؟
٣. هل يمكن أن تسهم عوامل مرونة الأنا إسهاماً دالاً إحصائياً في التنبؤ بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية؟

أهداف الدراسة

- يمكن صياغة أهداف الدراسة إجرائياً على النحو الآتي:
- الكشف عن العلاقة بين عوامل مرونة الأنا والشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية.
 - الكشف عن اختلاف الشعور بمعنى الحياة بين طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية باختلاف المستويات الدراسية والمستوى الاقتصادي الاجتماعي.
 - التنبؤ بالشعور بمعنى الحياة من خلال عوامل مرونة الأنا لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية.

أهمية الدراسة ومبررات إجرائها

تتمثل أهمية هذه الدراسة في الآتي:

- أهمية طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة لأنهم يمثلون قطاعاً مهماً في القطاعات التعليمية بالمملكة العربية السعودية.
- تأتي هذه الدراسة في ضوء توصيات الدراسات السابقة مثل (Worthington, Witvliet & Miller, 2007)، (Ak1, M., & Mullet, E. 2010) و (Akin, A., & Akin, u, 2018). وما انتهت إليه من التأكيد على أهمية الجوانب الإيجابية في حياة الإنسان.
- يمكن الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في الإرشاد والعلاج النفسي لطلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية.
- توفر هذه الدراسة مقياساً جديداً لعوامل مرونة الأنا ومقياساً جديداً للشعور بمعنى الحياة مما يساعد في إثراء المكتبة السيكلوجية في المجال السيكو متري.

الإطار النظري والدراسات السابقة

- سيتم تناول الإطار النظري لمتغيرات الدراسة على النحو الآتي:
- أولاً: مرونة الأنا Ego-resilience وتعريفاتها النظرية والاجرائية:
- تعددت تعريفات مرونة الأنا نتيجة لتعدد وجهات نظر العلماء وتخصصاتهم بالإضافة لارتباط المفهوم بعوامل مختلفة.



عوامل مرونة الأنا كمنبئات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المسح الدرّاسية
د . علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي
بالجامعة الإسلامية

فتعرفها الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA,2002) بأنها: عملية التوافق الجيد
والمواجهة الإيجابية للشدائد.

ويعرف أوندر وجيلاني أو جيلمان (Onder .A.,&Gulay-Ogelman,H.,2011,pp5-21)
مرونة الأنا بأنها: القدرة على التكيف مع الأحداث الصادمة مثل العنف والقهر
والظلم التي تشكل خبرات مؤلمة للفرد.

وعرف كل من بلوك Block ,J,2002.P130، وتانجيني وبايمستر وبون
(Tangney,J.P.,Baumeister,R.F.,&Boon,A.L.2004)، مرونة الأنا كنتيجة للتحليل
الكيفي لمكونات الشخصية بأنها: السمات الشخصية المميزة للأشخاص ذوي المرونة
العالية، ومن هذه السمات الاستبصار، الاستقلالية، الإبداع، روح الدعابة، المبادرة،
تكوين العلاقات الاجتماعية، والقيم الموجهة (الأخلاق).

وهناك من يعرفها بأنها: القدرة على مواجهة ضغوط الحياة وتحدياتها الصحية،
وأن يحيا الإنسان حياة كريمة، كما أنها المقدرة على التفاعل اجتماعيًا مع الآخرين،
والصفح والأمل، وإضفاء معنى لحياه الإنسان (الخطيب، ٢٠٠٧، ١٠٥).

وترى كل من سيفليرا وأوليفيرا (Silveria,H,Oliveira,N,2013,PP61-68) أن مرونة
الأنا هي: المقدرة الشخصية على اختزال السلوك السلبي وغير المرغوب وانتهاج الطريق
الصحيح في الحياة.

ويعرف شيلز Childs.E,2015,P161 مرونة الأنا بأنها: الاستعداد والقدرة على إعادة بناء العلاقة مع الآخرين وما يتطلبه ذلك من إجراء تعديلات في الاستجابات السلوكية.

ويرى كل من كامبس وجون سالفس (Campos,L,&Goncalves,R,2018,PP871-876) أن مرونة الأنا تعني: القدرة على تخطي وتجاوز الأحداث الضاغطة بشكل إيجابي.

بتحليل التعريفات السابقة نجد أن معظمها متقاربة ويأتي بعضها مكماً للبعض الآخر حيث يوجد اتفاق بين كل من (الجمعية الأمريكية لعلم النفس ٢٠٠٢)، (الخطيب ٢٠٠٧)، أوندر وجيلاي وجلمان (Onder .A.,&Gulay-Ogelma, 2011)، كامبس وجون سالفس (Campos,L.,Goncalves,R. 2015)، في أن مرونة الأنا هي: القدرة على التكيف مع الأحداث الصادمة والشدائد وتجاوزها بشكل إيجابي.

ويوجد اتفاق بين كل من بلوك (Block ,J,2002.P130)، وتانجني وبايمستر وبون (Tangney,J.P.,Baumeister,R.F.,&Boon,A.L.2004)، في وجود سبعة عوامل أساسية لمرونة الأنا وهي: الاستبصار، الاستقلالية، الإبداع، روح الدعابة، المبادأة، تكوين العلاقات الاجتماعية، والقيم الموجهة (الأخلاق).

وانفردت دراسة كل من سيفليرا وأوليفيرا (Silveria,H,Oliveira, N,2013,PP61-68) في أن مرونة الأنا هي: القدرة على اختزال السلوك غير المرغوب (السلب).



عوامل مرونة الأنا كمنبئات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المسح الدرأسية
د. علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي
بالجامعة الإسلامية

كما انفردت دراسة شيلز (Childs, 2015) بأنها إعادة بناء العلاقة مع الآخرين وما يتطلبه ذلك من إجراء تعديلات في الاستجابات السلوكية.

وفي ضوء ما سبق يمكن صياغة تعريف مرونة الأنا إجرائيا بأنها: المقدرة الشخصية على تحطى وتجاوز الأحداث الضاغطة بشكل إيجابي وتجعل حياه الفرد ناجحة وتقوده إلى الإيجابية في الحياة.

وتحدد عوامل مرونة الأنا في هذه الدراسة في سبعة عوامل رئيسية، وهي:

• **الاستبصار (Insight):** يتفق كل من Carpenter, K. M., Stoner, S. A.,

(2012) ،Mundt, J. M., & Stoelb, B. (2012) ،Akin, A., & Akin, U.(2018) على أن

الاستبصار هو: قدرة الفرد على فهم ذاته والآخرين وقراءة وترجمة المواقف

والأشخاص وفهمه للعلاقات التي تربط العناصر المكونة لموضوع معين أو موقف

معين كما تشمل القدرة على التواصل البيئي - شخصي، وقدرته على تكيف

سلوكه ليكون متناسبًا مع المواقف المختلفة.

ويعرف Cohn, M. A. & Frerickson, B. L. (2010) الاستبصار بأنه: قدرة الفرد

على ترجمة الأشخاص والمواقف جيداً ووضع الأمور في حجمها الطبيعي.

وفي ضوء ما سبق يعرف الاستبصار إجرائيًا بأنه: إجادة الفرد قراءة أفكاره

ومشاعره والآخرين، ومواجهة المواقف المختلفة، والتعامل معها.

• **الاستقلالية (Autonomy):** يتفق كل من Cadi, M.,Milich,R.,Harris, M.,

(2007) ،& Kearns, E. (2010) ،Johnson, Q.S. (2010) على تعريف الاستقلالية بأنها عدم

اعتماد الفرد على الآخرين في القيام بسلوكه أو اختياراته أو تدبير معاشه أو اتخاذ قراراته كما يشمل كيفية تكيفه مع نفسه بحيث يعرف ما له وما عليه. ويعرف (Koydemir, S., Simsek, O., Schutz, A., & Tipandjan, A. 2012) الاستقلالية بأنها: قدرة الفرد على الاعتماد على النفس في اتخاذ القرارات أو الاختيارات أو وضع الخطط المستقبلية كما يشمل القدرة على تحمل المسؤولية. وفي ضوء ما سبق تعرف الاستقلالية إجرائيًا بأنها: عدم الاعتماد على الآخرين وتحمل المسؤولية في كافة الاختيارات والقرارات والمواقف.

• ((الإبداع Creativity)): يتفق كل من Onder, A., & Gualy - Ogelman , (2011) ، H. (2011) ، McCarron, M. C. E., & Stewart, D. . (2011) على أن الإبداع هو: العمل والإنتاج على غير مثال سابق أي التجديد والأصالة فيما يأتيه الفرد من أفكار أو ما ينتجه من أعمال كما يشمل إجراء خيارات وبدائل للتكيف مع تحديات الحياة والقدرة على تحدى المصاعب والمخاطر وتخيل تتابع الأحداث لديهم حيث يمكنهم صناعة اتخاذ القرار في مواجهتها.

ويعرف (Neff, K. D., & Germer, C.K. (2013) الإبداع بأنه: استخدام الأساليب والطرق المبتكرة والمختلفة التي تتميز بالطلاقة والمرونة والأصالة لمواجهة المشكلات المختلفة.

وبناء على ما سبق يعرف الإبداع إجرائيًا بأنه القدرة على التجديد والأصالة في كل ما ينتجه الفرد وإيجاد البدائل والأساليب المبتكرة في حل المشكلات التي تواجهه.



عواملُ مرونة الأناكمنبتات بالشعورِ بمعنى الحياة لدى طُلابِ المسحِ الدِّراسيةِ
د . علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي
بالجامعة الإسلامية

• روح الدعابة ((Sense of hummer)): يتفق كل من Smeets, E., Neff, K. D.,

Savi-Caker, F., Tagay, O., & Karatas, Z., (Alberts, H., & Peters, M. (2014)

(2018) على أن روح الدعابة هي: القدرة على إدخال السرور على النفس

والتمتع بروح المرح والفكاهة وتقبل الظروف الطارئة بهدوء وتروٍّ كما أنها القدرة على التأقلم مع الظروف القاسية والأكثر صعوبة.

ويعرف (Uysal, R., Satici, S.A., Satici, B., & Akin, A. 2014) روح الدعابة بأنها:

القدرة على التأقلم مع الظروف الضاغطة وتقبلها بروح المرح والرضى والفكاهة.

وبناء على ما سبق تعرف روح الدعابة إجرائيًا بأنها: قدرة الفرد على إدخال

السرور والمرح على النفس وعلى الآخرين وإيجاد فن التعامل مع الحياة لمواجهة مواقفها المختلفة.

• المبادأة ((Initiation)): يتفق كل من Koydemir, S., Simsek, O., Schutz, A.,

Uysal, R., Satici, S.A., Satici, B., & Akin, A. (2014), & Tipandjan, A. (2012).

على أن المبادأة هي: جرأة الفرد وإقدامه دون تردد في سلوكه أو تفكيره في تحدى

الأحداث ومواجهتها، وقدرته على الحدس، والتصرف الناجح الذي يتطلبه الموقف الذي يواجهه.

ويعرف Lee YC (2018) المبادأة بأنها: الاستعداد لاكتشاف مصادر التعلم

الجديدة.

وبناء عليه تعرف المبادرة (المبادرة) إجرائيًا بأنها: قدرة الفرد على تحسين مستقبل حياته ومواجهة أي عقبات وإنهاء أي علاقة لا تسعده.

• **العلاقات الاجتماعية ((Social Relations))**: يتفق كل من: (٢٠١٠)،

Neff, K. D., & Koydemir, S., Simsek, O., Schutz, A., & Tipandjan, A. (2012)
Savi-Caker, F., Tagay, O., & Karatas, Z. (2018) Germer, C.K. (2013) على أن

العلاقات الاجتماعية هي: قدرة الفرد على تكوين علاقات إيجابية مبنية على الود والحب والإيثار والتعاطف والتعاون، من خلال قدرته على التعامل النفسي والاجتماعي والعقلي البيني الشخصي مع من يحيطون به.

ويعرف Neff, K. D., & Germer, C.K., McCarron, M. C. E., & Stewart, D. (2011).

C.K. (2013) العلاقات الاجتماعية بأنها: السعي لبناء علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين قائمة على الاحترام والتقدير.

وبناء عليه تعرف العلاقات الاجتماعية إجرائيًا بأنها: قدرة الفرد على إقامة علاقات إيجابية ناجحة مع المحيطين به مهما اختلفت أفكارهم عنه، مبنية على أساس الحقوق والواجبات.

• **القيم الروحية الموجهة (الأخلاق)**: يتفق كل من Carpenter, K. M., Stoner,

Neff, K. D., & Germer, C.K. (2013) ، S. A., Mundt, J.M., & Stoelb, B. (2012)

Savi-Caker, F., Tagay, O., & Karatas, Z. (2018) على أن القيم الروحية الموجهة

هي: القدرة على تكوين مفاهيم روحية ومبادئ يعتنقها الفرد ويطبقها من خلال



عواملُ مُرونةِ الأنا كمنبئاتِ بالشُّعُورِ بِمعنىِ الحَيَاةِ لَدَى طُلَّابِ المَحِّ الدِّمَاسِيَّةِ د . علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي بِالْجَامِعَةِ الْإِسْلَامِيَّةِ

تفاعله مع الآخرين ويحكم في ضوئها سلوكه وسلوك الآخرين من حيث الخير أو الشر .

أما Worthington, E. L. Jr., & Lavelock, C. R., & Scherer, M. (2013), فيعرفها بأنها: احترام المبادئ الأخلاقية والقيم والعادات والتقاليد السائدة في المجتمع .
وعليه فإن القيم الروحية تعرف إجرائيًا بأنها: قدرة الفرد على اعتناق المبادئ والقيم الأخلاقية وتطبيقها في تفاعله مع الآخرين .

- ثانيًا: الشعور بمعنى الحياة وتعريفاته النظرية والإجرائية:

تعكس أدبيات الإرشاد النفسي مؤخرًا اهتمامًا متزايدًا بمعنى الحياة

، (Sandage,S,J and Worthington,E,L,2010,PP35-57) ، Kmice, P.M. (2009) ،
Wade, N. G., Hoyt, W. T., Kidwell, J. E. M., & Worthington, E. L., Jr. (2014)
ويعتبر الشعور بمعنى الحياة عملية نفسية لاقت اهتمامًا وحضورًا متزايدًا في مجال
علم النفس الإيجابي (Gustavson,N,2009,P153) ، (Davis, D. E., ... Hunter, J.L. (2010).
فهو يسير ويمهد لحدوث الانفعالات الإيجابية كالأمن، التفاؤل، الابتكار والحب، كما
يسهم بدرجة كبيرة في تحقيق التوافق النفسي وتكامل الذات والشعور الذاتي بالسعادة
والحب والإيثار .

كما يعرض نيت وبينتو ميلوت Neto,F.,Pinto,M,&mullet,E لمعنى الحياة على أنه:
إعادة توجيهه للدوافع السلبية وتنمية دوافع إيجابية تجاه الشخص
(Neto,F.,Pinto,M,&mullet,E,2011)

ويلاحظ أن الدراسات تباينت فيما يخص الشعور بمعنى الحياة تبعاً لاختلاف النوع حيث أكدت بتعقبها تفوق الأنتى في الميل نحو الشعور بمعنى الحياة كدراسة (Lawler,K&Piferi,L,2006)، وأن الذكور أقل شعوراً بمعنى الحياة مثل دراسة Brown,R,2004 أما دراسة (Wade, B&Worthington ,P,2014), (Kalbfleich,1997), (Suwartono.C,2007) فتؤكد عدم وجود فروق في الشعور بمعنى الحياة بين الجنسين.

وهناك مجموعة من المفاهيم التي ارتبطت بمعنى الحياة ارتباطاً وثيقاً ومنها: (نوعية الحياة - أسلوب الحياة - الهوية - الهدف من الحياة - التوجه نحو من الحياة - التحقق الوجودي - جودة الحياة). وفي ضوء تحليل تعريفات الباحثين يمكن صياغة التعريف الإجرائي للشعور بمعنى الحياة بأنه: "مجموعة المفاهيم والمدرجات الواعية التي من شأنها أن ترشد الإنسان إلى تحقيق أهدافه"، فهي تجعله يثرى حياته، ويخاطر فيها باجتهاداته وإنجازاته، ومن ثم يكون المعنى وتحقيق الهدف من الحياة، ويرى أن معنى الحياة تحدده مجموعة من القيم الإنسانية، تتبلور في درجة ابتكارية الفرد ودرجة واقعيته، ثم درجة رؤيته للمستقبل.

وتتعدد مصادر معنى الحياة من معتقدات دينية وبيئة خارجية كما يلي: (جمول،

(٢٠١٣)

- المعتقدات الدينية:

معنى الحياة له صلة وثيقة بقوة المعتقدات الدينية، وقيم التسامي بالذات، والإخلاص للقضايا، ووضوح الأهداف، والمسؤولية، والانتماء للجماعات، والارتباط



عوامل مرونة الأنا كمنبئات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المسح الدرّاسية
د . علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي
بالجامعة الإسلامية

بالآخرين، والاتجاهات الإيجابية نحو الحياة بشكل عام، ومن أهم العناصر المهمة في تكوين المعنى الشخصي للأفراد: الدين والممارسات الروحية والإحساس بالسلام الداخلي النابع من الدين، والمصادر الاجتماعية، وأحداث الحياة..

- البيئة الخارجية:

يكون الفرد معنى الحياة الفرد عبر مصادر مختلفة داخل حيز خبراته الشخصية التي يجربها في مواقف تفاعله مع ذاته والآخرين في ظل ثقافة المجتمع ومتغيراتها، والفرد يستطيع أن يكتشف المعاني من خلال الاشتراك في تعديل المجتمع وتغييره؛ ليعطي لنفسه فرصة ليخفف من اغترابه من خلال التطوع، كما وجد أن مشاركة الفرد مشاركة فعالة في تغيير سياق المشاكل داخل المجتمع وتنفيذ السياسات والبرامج التي تؤثر على جودة حياته قد حصل على إحساس عالي بالكفاءة الذاتية، وكذلك الكفاءة الجماعية المؤسسية، والإحساس بالقيمة الذاتية.

الدراسات السابقة

استنادا للتراث النظري حول عوامل مرونة الأنا كمنبئات للشعور بمعنى الحياة يعرض الباحث فيما يلي عددا من الدراسات العربية والأجنبية المرتبطة بموضوع الدراسة الحالية والتي هدفت إلى دراسة العلاقة بين عوامل مرونة الأنا والشعور بمعنى الحياة.

دراسة أجراها جرين وآخرون. (2012). Green, M., DeCourville, N., & Sadava, S. والتي هدفت إلى التعرف على المقارنة بين الوجدان الإيجابي والوجدان السلبي في وقت الشدة والضائقة ووسائل الدعم الاجتماعية الخاصة بمعنى الحياة على عينة مكونة (ن=٤٦٢) يتراوح العمر الزمن من ٢٢-٦٠ عامًا وتوصلت الدراسة إلى أن الوجدان الإيجابي حتى وقت الشدة والضائقة يؤثر إيجابيا في معنى الحياة ويدعمه.

كما أجريت دراسة مورهد وآخرون Moorhead, H. J., Gill, G., Minton, A. B., & Myers, J. E. (2012). للتعرف على العلاقة بين معنى الحياة والصحة النفسية للمرشدين تحت التدريب على عينة من (ن=١٠١) من المرشدين تحت التدريب وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين معنى الحياة والصحة النفسية.

كما أجريت دراسة ورثجتون وآخرون. Worthington, E. L. Jr., & Lavelock, C. R., & Scherer, M. (2013), بهدف التعرف على الشعور بمعنى الحياة على عينة مكونة من (١٠٩) تراوحت أعمارهم من ١٨-٣٥، وتوصلت الدراسة إلى ستة جوانب عملية لكي تكون شخصاً أكثر شعوراً بمعنى الحياة هي التعاطف -وجود الدفء - التدين -التحسن في العمليات العقلية -مدى إدراك الشخص لالتزامه -والجنس.

وفي هذا الصدد أجريت دراسة ايرجنير وتيريزا Erguner-Tekinalp, B., & Terzi, S. (2013). والتي هدفت إلى التعرف على دور معنى الحياة كأداة علاجية في عملية الإرشاد النفسي على عينة من المراهقين بلغت (ن=٢٤٦)، وتوصلت الدراسة إلى نجاح الشعور بمعنى الحياة في الإرشاد والعلاج النفسي لأفراد العينة.



عوامل مرونة الأنا كمنبئات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المسح الدرأسية
د . علي بن عبد الله
بن امبارك السوهري
بالجامعة الإسلامية

كما أجريت دراسة (Sandage, S.J., Worthington, E. L., Hight, T., Berry, J., W. (2014) والتي هدفت إلى التعرف على العوامل المنبئة بالشعور بمعنى الحياة لدى عينة مكونة من (ن = 232) تتراوح أعمارهم ما بين 18-55 عامًا، وكشفت النتائج على أثر كل من التعاطف والنجسية ومراقبة الذات في التنبؤ بمعنى الحياة، حين لم تكشف النتائج عن أثر المرونة النفسية والتدين في التنبؤ بمعنى الحياة .

كما أجريت دراسة (Wade, N. G., Hoyt, W. T., Kidwell, J. E. M., & Worthington, E. L., Jr. (2014). والتي هدفت إلى دراسة فعالية العلاج النفسي كمدخل لتعزيز الشعور بمعنى الحياة على عينة من المراهقين بلغت (ن=30)، وتوصلت الدراسة إلى فعالية العلاج النفسي في تعزيز الشعور بمعنى الحياة لدى أفراد العينة.

ودراسة (Eroglu, Y., Eldeleklioglu, J., & Mendi, E. (2016) بعنوان معنى الحياة والمرونة النفسية في سن المراهقة كعلاقة ارتباطية (ن=100) من الطلاب المراهقين معرفة العلاقة التبادلية بين الشعور بمعنى الحياة والمرونة النفسية، وجاءت النتائج مؤكدة وجود العلاقة الارتباطية، في حين لم تكشف النتائج أثر النوع الاجتماعي والسن في التنبؤ بالشعور بمعنى الحياة.

هدفت دراسة الطوبالبة (2018) للتعرف إلى طبيعة أنماط التنشئة الأسرية لدى الأمهات المرضيات وعلاقته بمعنى الحياة والمساندة الاجتماعية لديهن في محافظة الكرك، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق الدراسة على المرضيات في المستشفى

الحكومي والعسكري في محافظة الكرك، حيث بلغ عدد أفراد الدراسة (٧٩) ممرضة، توصلت نتائج الدراسة إلى أن استخدام الممرضات لأساليب التنشئة الأسرية جاء على التوالي: الديمقراطية، ثم الحماية الزائدة، ثم التجاهل، ثم القسوة، وأن مستوى معنى الحياة والمساندة الاجتماعية جاء متوسطاً، وأن هناك علاقة إيجابية بين الديمقراطية ومعنى الحياة والمساندة الاجتماعية.

هدفت دراسة قادر (٢٠١٨) إلى علاقة تحقيق الهوية بالمعنى الحياة لدى طلاب جامعة السليمانية في إقليم الكردستان، عينة من طلاب وطالبات بعض كليات الإنسانية والعلمية، للسنة الدراسية (٢٠١٧-٢٠١٨). واخترت عينة عشوائية طبقية من (٦) كليات في جامعة سليمان، وتم اختيار (٤٥٨) من مجتمع الدراسة. من أهم النتائج وجود علاقة ارتباطية بين تحقيق الهوية ومعنى الحياة عند الطلاب الجامعيين في إقليم الكردستان. وفي ضوء هذه النتائج والاستنتاجات التي توصل إليها البحث، قدم الباحث التوصيات والمقترحات التي تتفق مع طبيعة نتائج البحث.

هدفت دراسة العنزي (٢٠١٨) طبيعة فعالية برنامج إرشادي مستند إلى التفكير الإيجابي في تنمية الاتزان الانفعالي ومرونة الأنا لدى طالبات المرحلة المتوسطة في منطقة عرعر في المملكة العربية السعودية، على عينة من (٢٨) تلميذة تم اختيارهم بطريقة قصدية بحيث حققن الربيع الأدنى من التلميذات في الاتزان الانفعالي والمرونة النفسية من ثلاث مدارس تم توزيعهن على مجموعتين إحداهما تجريبية والبالغ عددها (١٤) تلميذة من مدرسة، والأخرى ضابطة بواقع (١٤) تلميذة من مدرستين. وقد توصلت



عوامل مرونة الأنا كمنبئات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المسح الدرأسية
د . علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي
بالجامعة الإسلامية

نتائج الدراسة إلى فعالية البرنامج الإرشادي التكاملية المستند إلى التفكير الإيجابي في تحسين الاتزان الانفعالي والمرونة النفسية لدى التلميذات في المجموعة التجريبية مقارنة مع المجموعة الضابطة.

هدفت دراسة اليامي (٢٠١٧) إلى الكشف عن الإسهام النسبي للذكاء العاطفي بالتنبؤ في عوامل مرونة الأنا لدى طالبات المرحلتين المتوسطة والثانوية بمدينة الرياض، وتكونت عينة الدراسة من (٥٠٥) طالبة، وبينت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيا بين الذكاء العاطفي وعوامل مرونة الأنا، وأيضاً فقد أظهرت نتائج تحليل الانحدار المتعدد أن كلا من (الدرجة الكلية لأبعاد الذكاء العاطفي وبعدي المزاج العام وإدارة الضغوط) قد ساهما بشكل دال إحصائيا في التنبؤ.

هدفت دراسة عرفشة (٢٠١٨) إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين التوجهات الدينية ومعنى الحياة من جانب؛ وبين التوجهات الدينية والتفكير اللاعقلاني من جانب آخر، وكذلك الكشف عن طبيعة العلاقة بين معنى الحياة والتفكير اللاعقلاني، وقد أتبع المنهج الوصفي الارتباطي وبلغت العينة الأساسية (٥٨٥) طالبا وطالبة، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة طردية بين معنى الحياة وبين كل من التدين المعرفي الفكري، والتدين العاطفي الحماسي، والتدين الأصيل؛ في حين وُجدت علاقة عكسية بين معنى الحياة والتدين الطقوسي والنفعي.

هدفت دراسة الصقر (٢٠١٧) معرفة العلاقة بين معنى الحياة وتقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية، ومعرفة الفروق بين الطلاب والطالبات في معنى الحياة

وتقدير، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب وطالبة من طلاب الثاني الثانوي، واستخدمت الباحثة من الأدوات مقياس معنى الحياة ومقياس تقدير الذات وكلاهما من أعداد الباحثة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة موجبة بين معنى الحياة وتقدير الذات، ووجود فروق بين الطلاب والطالبات في معنى الحياة لصالح الإناث، ووجود فروق بين الطلاب والطالبات في تقدير الذات لصالح الطلاب.

هدفت دراسة المناحي (٢٠١٧) إلى التعرف على العلاقة بين أبعاد معنى الحياة وكل من قلق المستقبل والتحصيل الدراسي لدى الطلاب المعاقين جسدياً (خارجياً/ داخلياً). وتكونت العينة من (٨٨) طالباً معاقاً من المرحلة الثانوية من بينهم (٤٤) إعاقة خارجية، و(٤٤) إعاقة داخلية، وكشفت الدراسة عن عدم وجود علاقة بين الدرجة الكلية لأبعاد معنى الحياة وكل من قلق المستقبل والتحصيل الدراسي لدى الطلاب المعاقين جسدياً داخلياً وخارجياً، ووجود فروق دالة إحصائية بين المعاقين جسدياً (داخلياً/ خارجياً) في مقياس أبعاد معنى الحياة والتحصيل الدراسي، وإمكانية التنبؤ بقلق المستقبل والتحصيل من خلال أبعاد معنى الحياة.

وقامت دراسة أوزبكي وايسيك (Isik & Uzbe 2015) في تركيا بتناول تأثير الانفعالات الإيجابية والسلبية والسمات الشخصية على المعنى في الحياة في مجتمع البالغين، وقد تكونت عينة الدراسة من ٣٣٥ فرد (١٥٠ من الإناث و ١٤٥ من الذكور)، في مدينة أنقرة من ثلاث فئات عمرية الشباب من عمر (١٨ إلى ٣٤ عام) ومنتصف العمر من (٣٥ إلى ٦٤ عام) وكبار السن من (٦٥ عام فأكثر) وأظهرت



عوامل مرونة الأنا كمنبئات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية
د . علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي
بالجامعة الإسلامية

النتائج أن البحث عن معنى الحياة عند الشباب بصورة أكبر من متوسطي العمر وكبار السن، ووجود ارتباط بين الانفعال الإيجابي والانبساط والانفتاح على الخبرة والانسجام والوعي يرتبط مع كل من وجود معنى الحياة والبحث عن معنى للحياة، كذلك أن وجود معنى في الحياة يرتبط سلبياً مع الانفعال السلبي والعصائية، وأن سمات الشخصية (الانفتاح على الخبرة، والعصائية) والانفعالات الإيجابية تنبأ بوجود المعنى في للحياة.

- التعليق على الدراسات السابقة:

تعكس مجموعة الدراسات السابقة الملاحظات الآتية:

- ندرة الدراسات العربية (في حدود علم الباحث) التي تناولت عوامل مرونة الأنا كمنبئات بمعنى الحياة لدى طلاب الجامعة الإسلامية، وبالتالي تشكل هذه الدراسة إثراء معرفي للدراسات النفسية العربية.
- بتحليل الدراسات السابقة نجد عدم اتفاقها على وجهة محددة للعلاقة بين عوامل مرونة الأنا والشعور بمعنى الحياة لدى طلاب الجامعة.

- فروض الدراسة:

في ضوء ما تقدم نصوغ فروض الدراسة على النحو التالي:

- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠١ بين عوامل مرونة الأنا والشعور بمعنى حياة لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠١ في الشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية باختلاف المستويات الدراسية والمستوى الاقتصادي الاجتماعي.
- يمكن التنبؤ بالشعور بمعنى الحياة من خلال عوامل مرونة الأنا لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية.

منهج الدراسة وإجراءاتها

- منهج الدراسة:

تعتمد هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي باعتباره أكثر المناهج ملاءمة لتحقيق أهداف الدراسة (عبد الحميد، كاظم، ١٩٧٨) والتحقق من صحة فروض الدراسة الثلاثة حيث إتيان العلاقة بين عوامل مرونة الأنا والشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية، والكشف عن إسهامات عوامل مرونة الأنا في التنبؤ بالشعور بمعنى الحياة، والكشف عن اختلاف الشعور بمعنى الحياة باختلاف المستويات الدراسية.

- عينة الدراسة (خصائصها ومنطق اختيارها):

تم اختيار عينة من طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة حيث تؤكد العديد من الدراسات المطبقة عليهم أنهم يتعرضون للضغوط التي قد تدفعهم إلى



عوامل مرونة الأنا كمنبئات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية
 د. علي بن عبد الله
 بن امبارك السويهي
 بالجامعة الإسلامية

الوقوع في العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية والأكاديمية وبالتالي تبرز أهمية المفاهيم الإيجابية لدى طلاب المنح الدراسية.

تحديد عينة الدراسة: تم اختيار عينة عشوائية من طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية بلغ حجمها (٣٠٠) طالب متوسط أعمارهم ٢٢,٣ ± ٢,٠٤، تم اشتقاقهم من بين طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية بالمستويات (الثاني - الثالث - الرابع).

- أدوات الدراسة:

تعتمد هذه الدراسة على الأدوات الآتية:

- مقياس عوامل مرونة الأنا: أعد الباحث مقياساً جديداً لعوامل مرونة الأنا وفق الخطوات التالية:

خطوات بناء المقياس:

الدراسة الاستطلاعية: تتضمن الدراسة الاستطلاعية جمع مصادر المعرفة المرتبطة بالمقياس، سواء كان ذلك من خلال تحليل النظريات، أو تنفيذ الدراسات والمقاييس، أو الوقوف على الملاحظات الميدانية من قبل الخبراء، ويمكن الكشف عن ذلك فيما يلي:

دراسة وتحليل النظريات والبحوث السابقة: من المسلم به أن القياس النفسي يعتمد على نظريات تفسره، وبحوث ميدانية تختبر صلاحيته وكفاءته، ومن ثم جاءت

ضرورة تحليل النظريات والبحوث المرتبطة بالشخصية والصحة النفسية وذلك بهدف معرفة وجهات النظر المختلفة في تفسير هذا المفهوم؛ مما يساعد على استخلاص مكونات المفهوم وتحديد التعريف الإجرائي، وبعد ذلك خطوه أساسيه لبناء المقياس وتحديد مكوناته.

الاطلاع على بعض المقاييس والاختبارات السابقة: تم الاطلاع على المقاييس السابقة التي فحصت مرونة الأنا بهدف الاستفادة منها في تحديد مكونات المقياس، والتعرف بصورة عملية على كيفية كتابة بنود المقياس ومواقفه، ومن أشهر هذه المقاييس التي استفاد الباحث منها في صياغة بعض العبارات والمواقف المتضمنة مقياس قوة الأنا (الكفوري، ٢٠٠٦)، ومقياس قوة الأنا (ماكستروم، ٢٠٠٠)، ومقياس الأنا الأعلى (شحاته، ٢٠٠٨)، مقياس أوندر وجيلاي أوجليمان (Onder,A-&Gulay, 2011)، ومقياس سيلفيرا وأوليفيرا (Silvera,H,&Oliveira,N,c2005,2013)، ومقياس مرونة الأنا (نحيب، ٢٠١٤، شيلدز (Childs,E,2015)).

الاستفادة من خبراء علم النفس: من خلال طرح استبانة مفتوحة تتضمن سؤالاً واحداً طبق على عينة من خبراء علم النفس (ن=١٠) وكان مضمون السؤال هو: برأيك ما المكونات الأساسية لمرونة الأنا لدى طلاب الجامعة؟

تكوين المفردات: تم تحديد المفهوم الإجرائي لعوامل مرونة الأنا بأنها: قدرة الطالب الجامعي على الاستبصار والاستقلالية والإبداع وأن يمتلك روح الدعابة والمبادأة وأن يكون قادر على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة وبناءة، وأن يتمتع



عوامل مرونة الأنا كمنبئات بالشعور بمعنى الحياة لدى طالب المسح الدرّاسية
د. علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي
بالجامعة الإسلامية

بالتقييم الروحية الموجهة (أخلاق) ويظهر في الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على
المقياس المعد لذلك.

صياغة عبارات المقياس: تم صياغة مفردات المقياس في صوره مواقف حياتيه في
ضوء مصادر المعرفة السابقة وبناء على التعريفات الخاصة بكل مكون، وقد بلغ
المقياس في صورته الأولية (١٠٣) موقف على سبعة مكونات هي: الاستبصار (١٩)
موقفًا، الاستقلالية (١٤) موقفًا، الإبداع (١٤) موقفًا، روح الدعابة (١٤) موقفًا،
المبادأة (١٤) موقفًا، العلاقات الاجتماعية (١٤) موقفًا، القيم الروحية الموجهة
(الأخلاق) (١٤) موقفًا. صيغت بلغة عربيه سهله وواضحة غير موحية أو مزدوجة في
المعنى.

الصورة النهائية للمقياس: في ضوء الدراسة الاستطلاعية تضمن المقياس في
صورته النهائية (٤٨) موقفًا تقيس سبعة مكونات أساسية لمرونة الأنا هي: الاستبصار
(٧) مواقف، والاستقلالية (٧) مواقف، والإبداع (٧) مواقف، وروح الدعابة (٧)
مواقف، والمبادأة (٧) مواقف، والعلاقات الاجتماعية (٧) مواقف والقيم الموجهة
(الأخلاق) (٦) مواقف. ويقوم المفحوص باختبار إجابة ما بين ثلاث إجابات لكل
موقف. وصمم الباحث المقياس لقياس مستوى متغيرات مرونة الأنا لدى طلاب المنح
الدراسية بالجامعة الإسلامية.

• حساب صدق مقياس عوامل مرونة الأنا:

تم حساب الصدق بثلاث طرق هي:

أ- صدق المحكمين:

تم عرض المقياس على (ن-١٠) من الخبراء في مجال علم النفس*، وقد أخذت آراءهم بعين الاعتبار فقد كان يتكون من (١٠٣) موقفاً وبعد العرض على المحكمين تم حذف بعض المواقف لأسباب مختلفة كالعُمومية أو تكرار المعنى، وفي ضوء ما أكدت عليه ملاحظات المحكمين وتعديل وصياغة بعض المواقف، أصبح عدد المواقف (٤٨) موقفاً بعد الحصول على نسبة اتفاق ٨٠٪ على المقياس.

ب- صدق البناء التكويني:

حيث إن مجالات المقياس ومفرداته اشتقت من الأطر النظرية (نظريات، مقاييس، دراسات سابقة، دراسة استطلاعية) مما يعكس أن بناء المقياس ومكوناته تتماثل مع الأبنية النظرية والميدانية، ومن ثم يكون صادقاً من حيث البناء والتكوين.

ج- صدق المحك الخارجي:

تم حساب صدق المحك لمقياس متغيرات مرونة الأنا باستخدام محك خارجي: حيث قام الباحث بالتحقق من صدق المحك الخارجي للمقياس، وذلك بحساب معامل الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها مجموعة مكونة من (٦٠) طالباً على مقياس متغيرات مرونة الأنا (إعداد الباحث) وبين درجاتهم على مقياس عوامل مرونة الأنا من إعداد (طاهر أمين، ٢٠١٤).



عوامل مرونة الأنا كمنبئات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية د. علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي بالجامعة الإسلامية

وتم التوصل إلى معامل ارتباط قدره (0.843) بالنسبة للذكور، و(0.876) بالنسبة للإناث، وكلا المعاملين دال إحصائياً عند مستوى (0.01) مما يشير إلى صدق محك خارجي مرتفع للمقياس.

• حساب ثبات مقياس عوامل مرونة الأنا:

تم حساب الكفاءة السيكومترية لمقياس عوامل مرونة الأنا على عينة تتضمن (ن-٤٣) من طلاب المنح الدراسية، وقد تبين ان المقياس يتمتع بمعدلات مرتفعة من الثبات كالآتي:

• طريقة الاختبار وإعادة الاختبار Test-retest:

عمد الباحث إلى تطبيق مقياس عوامل مرونة الأنا على عينة الثبات، ثم أعيد تطبيق المقياس مرة أخرى بعد مرور أسبوعين من التطبيق الأول، وبعد تحليل بيانات التطبيقين ومعالجتها إحصائياً باستخدام معامل ارتباط بيرسون كانت قيمة (R) للمقياس ومكوناته السبعة.

(٠,٩٩٤ - ٧١٥ - ٠,٨٥١ - ٠,٧٢٤ - ٠,٧٥٩ - ٠,٧٨٤ - ٠,٧٣٥) وقد استخدمت تلك المعاملات في حساب الفروق بين التباينات المترابطة فبلغت القيمة التائية المحسوبة (٠,٤٨٨ - ١,٦٠٢ - ٠,٨١٦ - ١,٥٧٥ - ٠,٢٣٩ - ٠,٧١٧ - ٠,٣٧٨). وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية عند درجة حرية (٤١) وبمستوى دلالة (٠,٠٥) لاختبار ذي نهاية واحدة والبالغة (١,٦٨٠) يتضح لنا أن جميع القيم التائية المحسوبة أقل من القيمة الجدولية، الأمر الذي يشير إلى عدم وجود فروق ذات

دلالة إحصائية بين التطبيقين. وهو ما يؤكد استقرار إجابات المفحوصين بالرغم من اختلاف فترات التطبيقين، وهذا دليل على ثبات المقياس.

ب. الثبات بمعادلة الفاكرونباخ:

تم حساب ثبات المقياس باستخدام معادلة الفاكرونباخ إذ بلغ معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة (0.879). بناءً على ما اتفق عليه المختصون في ميدان علم النفس، والتي تشير إلى تمتع مقياس متغيرات مرونة الأنا بمعامل ثبات عالٍ.

• حساب الاتساق الداخلي لمقياس لعوامل مرونة الأنا:

تم حساب الاتساق الداخلي لمقياس لعوامل مرونة الأنا من إجابات عينة بناء المقياس والبالغة (120) طالبًا باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين كل موقف من المقياس مع المجموع الكلي لمواقفه ما بين (0.79 - 0.9). وبمقارنة تلك القيم بالقيمة الجدولية عند درجة حريه (118) وبمستوى دلالة (0.05) والبالغة (0.181) لاختبار ذي نهاية واحدة، نلاحظ أن معظم تلك المعاملات كانت أكبر من القيمة الجدولية في حين تراوحت قيم معاملات ارتباط كل موقف مع المجموع الكلي للبعد الذي ينتمي إليه (0.69 - 0.08) وهي معاملات أكبر من القيمة الجدولية، الأمر الذي يشير إلى وجود ارتباطات موجبة ودالة إحصائيًا بين كل المواقف والأبعاد التي تنتمي إليها.



عواملُ مُرونةِ الأناكُمَنبئاتِ بالشُّعُورِ بِمعنىِ الحَيَاةِ لِدى طُلابِ المَحِّ الدِّمَاسِيَّةِ
 د. علي بن عبد الله
 بن امبارك السويهي
 بِالجامِعَةِ الإِسْلامِيَّةِ



• مقياس معنى الحياة:

أعد الباحث مقياسًا جديدًا للشعور بمعنى الحياة وفق الخطوات الآتية: خطوات
 بناء المقياس:

• الدراسة الاستطلاعية:

تتضمن الدراسة الاستطلاعية جمع مصادر المعرفة المرتبطة بالمقياس، سواء كان ذلك من خلال تحليل النظريات، أو تنفيذ الدراسات والمقاييس، أو الوقوف على الملاحظات الميدانية من قبل الخبراء، ويمكن الكشف عن ذلك فيما يلي:

أ-دراسة وتحليل النظريات والبحوث السابقة: من المسلم به أن القياس النفسي يعتمد على نظريات تفسره، وبحوث ميدانية تختبر صلاحيته وكفاءته، ومن ثم جاءت ضرورة تحليل النظريات والبحوث المرتبطة مثل النظريات النفسية، ووجهات النظر العضوية، والعوامل البيوكيميائية، ونظريات الشخصية ونظرية العلاقات الشخصية المتبادلة (سوليفان) ونظرية العلاج بالواقع (جلاس). وذلك بهدف معرفة وجهات النظر المختلفة في تفسير مفهوم الشعور بمعنى الحياة؛ مما يساعد على استخلاص مكونات المفهوم وتحديد التعريف الإجرائي، ويعد ذلك خطوه أساسيه لبناء المقياس وتحديد مكوناته.

ب- الاطلاع على بعض المقاييس والاختبارات السابقة: تم الاطلاع على المقاييس السابقة التي فحصت معنى الحياة بهدف الاستفادة منها في تحديد مكونات المقياس والتعرف بصورة عملية على كيفية كتابة بنود المقياس.

ج- الاستفادة من خبراء علم النفس: من خلال طرح استبانة مفتوحة تتضمن سؤالاً واحداً طبق على عينة من خبراء علم النفس (ن=١٠) وكان مضمون السؤال هو: برأيك ما المكونات الأساسية للشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية.

د- تكوين المفردات: تم تحديد المفهوم الإجرائي لمعنى الحياة هو: مدى شعور الفرد بالرضا عن حياته بشكل عام وقدرته على تحمل مسؤوليته فيها، وأن حياته ذات هدف ومعنى، ورضائه عن نوعية الحياة التي يعيشها من خلال إدراكه ورضائه عن نوعية ومقدار الخدمات المقدمة له في المجتمع. ويظهر في الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على المقياس المعد لذلك.

ه- صياغة عبارات المقياس: تم صياغة مفردات المقياس في صورة عبارات في ضوء مصادر المعرفة السابقة وبناء على التعريفات الخاصة بمفهوم معنى الحياة، وقد بلغ المقياس في صورته الأولية (٦٩) مفردة، صيغت بلغة عربيه سهله وواضحة غير موحية أو مزدوجة في المعنى.

و- الصورة النهائية للمقياس: في ضوء الدراسة الاستطلاعية تضمن المقياس في صورته النهائية (٥٩) مفردة ويقوم المفحوص باختيار إجابة ما بين خمس إجابات على الفقرة (تنطبق دائماً - تنطبق على غالباً - غير متأكد - لا تنطبق علي - لا أبداً).
وصمم الباحث المقياس لقياس مستوى معنى الحياة لدى طلاب لمنح الدراسية.



عواملُ مُرونةِ الأناكمنبتاتِ بالشُعورِ بمعنى الحياةِ لدى طُلابِ المسحِ الدِّراسِيَّةِ
د . علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي
بِالْجَامِعَةِ الْإِسْلَامِيَّةِ

• حساب صدق مقياس معنى الحياة:

تم حساب الصدق بثلاث طرق هي:

أ- صدق المحكمين:

تم عرض المقياس على (ن-١٠) من الخبراء في مجال علم النفس* وقد أخذت آراءهم بعين الاعتبار فقد كان يتكون من (٦٩) مفردة وبعد العرض على المحكمين تم حذف بعض المفردات وعددها (١٠) لأسباب مختلفة كالعومية أو تكرار المعنى، وفي ضوء ما أكدت عليه ملاحظات المحكمين وتعديل وصياغة بعض المواقف، أصبح عدد المفردات (٥٩) مفردة بعد الحصول على نسبة اتفاق ٨٠٪ على المقياس.

ب- صدق البناء التكويني:

حيث إن مكونات المقياس ومفرداته اشتقت من الأطر النظرية (نظريات، مقاييس، دراسات سابقة، دراسة استطلاعية) مما يعكس أن بناء المقياس ومكوناته تتماثل مع الأبنية النظرية والميدانية، ومن ثم يكون صادقاً من حيث البناء والتكوين.

المقياس بصورته النهائية وطريقة تصحيحه:

بعد سلسلة الإجراءات التي تبناها الباحث لإعداد مقياس معنى الحياة تكون المقياس من ٥٩ مفردة.

حساب ثبات مقياس معنى الحياة:

تم حساب الكفاءة السيكو مترية لمقياس على عينة تتضمن

(ن-١٢٠) من طلاب المنح الدراسية، وقد تبين أن المقياس يتمتع بمعدلات مرتفعة من الثبات كآلي:

طريقة الاختبار وإعادة الاختبار Test-retest: عمد الباحث إلى تطبيق مقياس معنى الحياة على عينة الثبات ثم أعيد تطبيق المقياس مرة أخرى بعد مرور ٢١ يومًا من التطبيق الأول وكان معامل الثبات 0.87 وهي قيمة دالة عند 0.01.

الثبات بمعادلة الفاكرونباخ: كما تم حساب الثبات عن طريق معادلة الفاكرونباخ، وأسفرت معاملات ثبات مقياس معنى الحياة باستخدام معادلة الفاكرونباخ عن أنها تتراوح ما بين (٠,٧٢-٠,٩١) وهي معاملات ثبات مرتفعة.

حساب الاتساق الداخلي لمقياس معنى الحياة:

تم حساب الاتساق الداخلي لمقياس معنى الحياة من إجابات عينة بناء المقياس والبالغة (120) طالبًا وطالبة وباستخدام معامل ارتباط بيرسون تراوحت قيم معاملات الارتباط بين كل فقرة من المقياس مع المجموع الكلي لفقراته ما بين (0.778 - 0.895) وبمقارنة تلك القيم بالقيمة الجدولية عند درجة حرية (118) وبمستوى دلالة (0.05) والبالغة (0.181) لاختبار ذي نهاية واحدة، نلاحظ أن معظم المعاملات أكبر من القيمة الجدولية في حين تراوحت قيم معاملات ارتباط كل بند مع المجموع الكلي للبعد الذى ينتمى إليه (0.834-0.906) وهى معاملات أكبر من القيمة الجدولية، الأمر الذى يشير إلى وجود ارتباطات موجبة ودالة إحصائيًا بين كل البنود والأبعاد التي



عوامل مرونة الأنا كمنبئات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية
د. علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي
بالجامعة الإسلامية

تنتمي إليها، وهي معاملات ارتباط مرتفعة تشير إلى مدى ما يتمتع به المقياس من قدر عالٍ ومرتفع من الاتساق.

د- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

في ضوء أهداف الدراسة وحجم العينة ونوعية الأدوات المستخدمة والفروض المطروحة؛ تم الاستعانة بالأساليب الإحصائية المناسبة، وذلك من خلال استخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) Statistical Package For Social Sciences، وللتحقق من صحة الفروض استخدم الباحث الطرق الإحصائية الآتية:

- المتوسطات الحسابية
- تحليل التباين الثنائي.
- والانحرافات المعيارية.
- معاملات ارتباط بيرسون.
- تحليل الانحدار البسيط.
- اختبارات.
- التحليل العاملي.
- نتائج الدراسة:

وتتضمن معالجة الفروض ومناقشة نتائجها في ضوء نتائج الدراسات السابقة وكذلك السياقات الاجتماعية والنفسية، ويتم عرض ذلك على النحو التالي:

• نتائج الفرض الأول:

ونصه: "توجد علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائيًا بين عوامل مرونة الأنا والشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية".

وللتحقق من ذلك عولجت استجابات (ن = ٣٠٠ ذكور) على مقاييس عوامل مرونة الأنا (الاستبصار، الاستقلالية، الإبداع، المبادأة، روح الدعابة، القيم الأخلاقية، العلاقات الاجتماعية) ومعنى الحياة (معنى الحب ومعنى الأمل ومعنى التضحية ومعنى الموت ومعنى المعاناة) تم إيجاد معامل ارتباط بيرسون بين استجابات عينة الدراسة على مقاييسها (عوامل مرونة الأنا ومعنى الحياة) والجدول (٩) يوضح ذلك:

جدول (٩) معاملات الارتباط بين عوامل مرونة الأنا ومعنى الحياة عينة الدراسة ن=٣٠٠

معنى الحياة					عوامل مرونة الأنا
معنى المعاناة	معنى الموت	معنى التضحية	معنى الأمل	معنى الحب	
-0.358	-0.462	0.493	-0.405	0.576	الاستبصار
-0.452	-0.691	0.523	-0.284	0.345	الاستقلالية
-0.368	-0.373	0.468	0.683	0.220	الإبداع
-0.610	-0.472	0.404	-0.487	0.501	روح الدعابة
-0.464	-0.352	0.371	0.425	0.311	المبادأة
-0.537	-0.375	0.409	-0.526	0.463	العلاقات الاجتماعية
-0.642	-0.461	0.603	-0.471	0.602	القيم الموجهة

دالة عند 0.01 عندما $r=0.148$

يتضح من الجدول (٩) تحقق صحة الفرض الأول جزئياً حيث توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01 بين متغيرات مرونة الأنا وهي (الاستبصار، الاستقلال الذاتي، الإبداع، روح الدعابة، المبادأة، العلاقات الاجتماعية، القيم الموجهة) ومعنى الحياة في كل من (معنى الموت ومعنى المعاناة). وإلى وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01



عوامل مرونة الأنا كمنبئات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية
د . علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي
بالجامعة الإسلامية

بين متغيرات مرونة الأنا، وهي (الاستبصار، الاستقلال الذاتي، الإبداع، روح الدعابة، المبادأة، العلاقات الاجتماعية، القيم الموجهة) ومعنى الحياة في كل من (معنى الموت ومعنى المعاناة).

ويشير ذلك إلى وجود ارتباط موجب ودال إحصائياً بين متغيرات مرونة الأنا ومعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية وبعبارة أخرى فإن ارتفاع قدرة الفرد على فهم ذاته والآخرين وترجمة المواقف والأشخاص وفهمه للعلاقات التي تربط العناصر المكونة لموضوع معين أو موقف معين وقدرته على التواصل البيئي شخصي وقدرته على تكييف سلوكه ليكون متناسباً مع المواقف المختلفة، وهو ما يسمى بالاستبصار، وعدم اعتماده على الآخرين في اختياراته اتخاذ قراراته، وهو ما يسمى بالاستقلالية، وقدرته على تحدى المصاعب والمخاطر وتحيل تتالى الأحداث مما يمكنه من صناعة واتخاذ القرارات المناسبة، وهو ما يسمى بالإبداع، وتميزه بروح الدعابة والمبادأة وتكوين العلاقات الإيجابية أو البناءة القوية وتحليه بالقيم الروحية الموجهة (الأخلاق)، كل هذا يصاحبه ارتفاع في مستوى الشعور بمعنى الحياة. وتبدو هذه النتيجة منطقية لأن الشخص الذي يعرف معنى الحياة ويقدر قيمتها يتمتع بالمرونة.

وتتفق هذا النتائج مع ما توصل إليه كل من: (دلى (٢٠١٥)، Akin, A., &

(Goldman, D.B., & Wade, N. G. (2013) ، Akin, U. (2018).

• نتائج الفرض الثاني:

ونصه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية باختلاف المستويات الدراسية والمستوى الاقتصادي الاجتماعي".
وللتحقق من صحة هذا الفرض عولجت استجابات (ن = ٣٠٠) على مقياس معنى الحياة (معنى الحب ومعنى الأمل ومعنى التضحية ومعنى الموت ومعنى المعاناة) باستخدام تحليل التباين الثنائي (TWO-WAY ANOVA) ويوضح الجدول التالي نتائج اختبار ANOVA للتفاعل بين متغير المستويات الدراسية (ثانية، ثالثة، رابعة) والمستوى الاقتصادي الاجتماعي على مقياس معنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية.

جدول (١٤) نتائج تحليل التباين الثنائي لكل من المستويات الدراسية ومعنى الحياة

لدى طلاب المنح الدراسية

مصدر التباين	مجموع التباين	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية المحسوبة	مستوى الدلالة
المستوى الاقتصادي الاجتماعي (أ)	535.009	1	535.009	1.298	لا توجد فروق عند مستوى 0.01
المستويات الدراسية (ب)	471.599	2	235.799	.572	
التفاعل بين أ × ب	1196.929	2	1196.929	2.904	
الخطأ داخل المجموعات	113327.449	275	412.100		
المجموع الكلي	5354735.000	280			

يتضح من جدول (١٤) القيم الفائية المحسوبة لمتغير والمستوى الاقتصادي الاجتماعي ومتغير المستويات الدراسية ولتفاعل المستوى الاقتصادي الاجتماعي مع المستويات الدراسية على التوالي (١,٢٩٨ - ٠,٥٧٢ - ٢,٩٠٤) وعند مقارنة تلك



عواملُ مُرونة الأناكمنبتات بالشعورِ بمعنى الحياة لدى طلابِ المنحِ الدِّراسيةِ
د . علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي
بالجامعة الإسلامية

القيم المحسوبة بالقيمة الجدولية عند درجات حرية (٢٧٥-١)، (٢٧٥-٢) وبمستوى دلالة (٠,٠١) وبالباغة على التوالي (٦,٧٣ - ٤,٦٨٥) يظهر أن القيمة المحسوبة أقل من القيمة الجدولية، الأمر الذي يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة الدراسة في مستوى الشعور بمعنى الحياة. وتعنى هذه النتيجة رفض الفرض الثاني للدراسة؛ حيث لا يوجد تفاعل بين متغير المستوى الاقتصادي الاجتماعي والمستويات الدراسية (الثانية - الثالثة - الرابعة) على مقياس الشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية، وتعنى هذه النتيجة أنه ليس هناك تأثير مشترك لكل من المستوى الاقتصادي الاجتماعي والمستويات الدراسية (ثانية، ثالثة، رابعة) في الشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية وبالتالي رفض الفرض الثاني للدراسة وهو أنه لا يوجد تفاعل بين متغير المستوى الاقتصادي الاجتماعي والمستويات الدراسية (ثانية، ثالثة، رابعة) على مقياس الشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية وتبدو هذه النتيجة منطقية ومتفقة مع واقع خصائص أفراد عينة الدراسة اللذين ينتمون جميعاً إلى نفس المستوى الاقتصادي كما أنهم ينتمون إلى نفس البيئة الاجتماعية الثقافية ويتأثرون بنفس العوامل المرتبطة بالشعور بمعنى الحياة وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة حسيب، عبد المنعم، شراب، نبيلة (٢٠٠٨)، أنور (٢٠١٠)، صابر (٢٠١٢)،

Akl, M., & Mullet, E. (2010). ,Erguner-Tekinalp, B., & Terzi, S. (2013) ، Goldman, D.B., & Wade, N. G. (2013) Wade, N. G., Hoyt, W. T., Kidwell, J. E. M., & Worthington, E. L., JR. (2014). (٢٠١٥) ، دल्ली ، Akin, A., & Akin, U.(2018). Eroglu , Y., Eldeleklioglu, J., & Mendi , E. (2016)

• نتائج الفرض الثالث:

ونصه: "يمكن التنبؤ بالشعور بمعنى الحياة من خلال عوامل مرونة الأنا لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية" وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار البسيط لمعنى الحياة باعتباره متغير تابع وعوامل مرونة الأنا متغير مستقل وذلك للعينه الكلية ويوضح الجدول (10) قيمة الانحدار ودلالته.

جدول (10) تحليل الانحدار البسيط (العينه الكلية) للشعور بمعنى الحياة وعوامل مرونة الأنا (الاستبصار، الاستقلال الذاتي، الإبداع، روح الدعابة، المبادأة، العلاقات الاجتماعية، القيم الموجهة)

الدلالة	ت	معنى الحياة					عوامل مرونة الأنا
		الخطأ المعياري	قيمة المعامل	ثابت الانحدار	مربع الارتباط	معامل الارتباط	
0.01	5.91	4.50	0.65	10.05	0.29	0.450	الاستبصار
0.01	7.70	3.24	0.64	10.80	0.28	0.464	الاستقلال الذاتي
0.01	5.39	3.52	0.49	24.78	0.23	0.446	الإبداع
0.01	8.35	3.08	0.67	19.12	0.32	0.453	روح الدعابة
0.01	7.59	3.33	0.56	10.38	0.22	0.405	المبادأة
0.01	8.54	3.02	0.54	20.12	0.26	0.447	العلاقات الاجتماعية
0.01	9.59	2.33	0.56	22.35	0.27	0.518	القيم الأخلاقية

بتحليل ما ورد في الجدول السابق نستخلص ما يلي:



عواملُ مُرونةِ الأناكُمبَنَاتِ بِالشُّعُورِ بِمَعْنَى الحَيَاةِ لَدَى طُلَّابِ المَحِّ الدِّمَاسِيَّةِ
 د. علي بن عبد الله
 بن امبارك السويهي
 بِالْجَامِعَةِ الْإِسْلَامِيَّةِ

١. وجود علاقة ارتباطية إيجابية وداله عند مستوى 0.01 بين الاستبصار والشعور بمعنى الحياة كما يتضح أن نسبة ٢٩٪ من التباين في الشعور بمعنى الحياة يمكن إرجاعها إلى الاستبصار. ويمكن صياغة معادلة الانحدار لتأثير عامل الاستبصار على الشعور بمعنى الحياة عن الآخرين كالتالي:

$$\text{الشعور بمعنى الحياة} = 10.05 + 0.65 \times \text{درجة الاستبصار.}$$

٢. وجود علاقة ارتباطية إيجابية ودالة عند مستوى 0.01 بين الاستقلال الذاتي والشعور بمعنى الحياة كما يتضح أن نسبة ٢٨٪ من التباين في الشعور بمعنى الحياة يمكن إرجاعها إلى الاستقلال الذاتي. ويمكن صياغة معادلة الانحدار لتأثير عامل الاستقلال الذاتي على الشعور بمعنى الحياة كالتالي: الشعور بمعنى الحياة = 10.80 + 0.64 × درجة الاستقلال الذاتي.

٣. وجود علاقة ارتباطية إيجابية ودالة عند مستوى 0.01 بين الإبداع والشعور بمعنى الحياة، كما يتضح أن نسبة ٢٣٪ من التباين في الشعور بمعنى الحياة يمكن إرجاعها إلى الإبداع. ويمكن صياغة معادلة الانحدار لتأثير عامل الإبداع على الشعور بمعنى الحياة كالتالي: الشعور بمعنى الحياة = 24.78 + 0.49 × درجة الإبداع.

٤. وجود علاقة ارتباطية إيجابية ودالة عند مستوى 0.01 بين روح الدعابة والشعور بمعنى الحياة، كما يتضح أن نسبة ٣٢٪ من التباين في الشعور بمعنى

الحياة يمكن إرجاعها إلى روح الدعاة. ويمكن صياغة معادلة الانحدار لتأثير عامل روح الدعاة على الشعور بمعنى الحياة كالتالي:

$$\text{الشعور بمعنى الحياة} = 19.12 + 0.67 \times \text{درجة روح الدعاة.}$$

٥. وجود علاقة ارتباطية إيجابية ودالة عند مستوى 0.01 بين المبادأة والشعور بمعنى الحياة كما يتضح أن نسبة 0.22% من التباين في الشعور بمعنى الحياة يمكن إرجاعها إلى المبادأة. ويمكن صياغة معادلة الانحدار لتأثير عامل المبادأة على الشعور بمعنى الحياة كالتالي:

$$\text{الشعور بمعنى الحياة} = 10.38 + 0.56 \times \text{درجة المبادأة.}$$

٦. وجود علاقة ارتباطية إيجابية ودالة عند مستوى 0.01 بين العلاقات الاجتماعية والشعور بمعنى الحياة، كما يتضح أن نسبة 0.26% من التباين في الشعور بمعنى الحياة يمكن إرجاعها إلى العلاقات الاجتماعية. ويمكن صياغة معادلة الانحدار لتأثير عامل العلاقات الاجتماعية على الشعور بمعنى الحياة كالتالي:

$$\text{الشعور بمعنى الحياة} = 20.12 + 0.54 \times \text{درجة العلاقات الاجتماعية.}$$

٧. وجود علاقة ارتباطية إيجابية ودالة عند مستوى 0.01 بين القيم الأخلاقية والشعور بمعنى الحياة، كما يتضح أن نسبة 0.27% من التباين في الشعور بمعنى



عوامل مرونة الأنا كمنبئات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية
د. علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي
بالجامعة الإسلامية

الحياة يمكن إرجاعها إلى القيم الأخلاقية. ويمكن صياغة معادلة الانحدار لتأثير
عامل القيم الأخلاقية على الشعور بمعنى الحياة كالتالي:

$$\text{الشعور بمعنى الحياة} = 22.35 + 0.56 \times \text{درجة القيم الأخلاقية.}$$

ويتضح من هذه المعادلات أن متغيرات مرونة الأنا تسهم في التنبؤ بالشعور
بمعنى الحياة لدى العينة الكلية، وبالتالي فالمستويات المرتفعة من متغيرات مرونة الأنا
تتنبأ بمستويات مرتفعة من الشعور بمعنى الحياة ويرى الباحث ان عوامل مرونة الانا
(الاستبصار، الاستقلال الذاتي، الإبداع، روح الدعاية، المبادأة، العلاقات الاجتماعية،
القيم الموجبة) التي تنبأت بالشعور بمعنى الحياة هي متغيرات أساسية ويجب الاهتمام
بتنميتها لدى طلاب المنح الدراسية حتى ينتشر مفهوم معنى الحياة وبالتالي تحقق
الفرض الثالث للدراسة وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة كل من دلي
(٢٠١٨) والدراسات التالية:

Cohn, M. A. & Frerickson, B. L. (2010); Carpenter, K. M., Stoner, S. A., Mun
dt, J. M., & Stoelb, B. (2012); Johnson, Q.S.(2010)؛ McCarron, M. C. E.,& Stewart,
D. . (2011). Wade, N. G., & Worthington, E. L., JR. (2013).Wade, N. G., Hoyt, W.
T., Kidwell, J. E. M., & Worthington, E. L., Jr. (2014). Akin, A., & Akin, U.(2015)

وتتبع منطقية هذه النتيجة من خلال النتيجة التي توصل إليها الباحث من
الفرض الأول من وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين كل من عوامل مرونة الأنا
والشعور بمعنى الحياة.

توصيات الدراسة

في ضوء نتائج الدراسة يمكن صياغة التوصيات الآتية:

١. تصميم وإعداد البرامج الإرشادية لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية لتوعيتهم بأهمية الشعور بمعنى الحياة ودوره في حياتهم.
٢. إعداد البرامج الإعلامية التي تنمى الشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية.
٣. إعداد برامج إرشادية لتنمية عوامل مرونة الأنا (الاستبصار، الاستقلالية، الإبداع، روح الدعابة، المبادأة، العلاقات الاجتماعية، القيم الموجبة) التي تنبأت بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية حتى يدعم لديهم الشعور بمعنى الحياة.
٤. اظهار القيم الإسلامية في مواد الثقافة الإسلامية في متطلبات الجامعة في كيفية التعامل مع الآخرين واحترام التنوع والتعدد في التفكير والرؤى وتوظيفها توظيفا إيجابيا وعمليا.
٥. الاهتمام بالجانب النفسي لطلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية من خلال تنظيم جلسات للتفريغ الانفعالي والتعبير عن المشاعر تقوم بها وحدة الإرشاد بالجامعة.



عوامل مرونة الأنا كمنبئات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية
د . علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي
بالجامعة الإسلامية

بحوث مقترحة

في ضوء نتائج هذه الدراسة فإنه يمكن اقتراح بعض البحوث المستقبلية على النحو الآتي:

١. تصميم برنامج تنمية عوامل مرونة الأنا لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية.
٢. تصميم برنامج لتنمية الشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية.
٣. تصميم برنامج لتنمية الشعور بمعنى الحياة وعلاقته بالأمن النفسي لدى المراهقين.
٤. دراسة الفروق بين مرتفعي ومنخفضي الشعور بمعنى الحياة في السمات والخصائص النفسية.
٥. دراسة فعالية برنامج ارشادي لتحسين وتعزيز المهارات الاجتماعية لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية.
٦. دراسة فعالية برامج ارشادي لخفض مشاعر القلق والغضب والشعور بالوحدة لدى طلاب المنح الدراسية بالجامعة الإسلامية.

المراجع

• أولاً - المراجع العربية:

- الأعرابي، إبراهيم. (٢٠٠٧). فقدان المعنى وعلاقته بالتوجه الديني ونمط الاستجابات المتطرفة لدى طلبة جامعة بغداد. رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية، ابن رشد. جامعة بغداد
- أبو حلاوة، محمد. (٢٠١٠). التفاؤل، الصلابة، والمرونة النفسية. إطار عام لبرامج الإرشاد النفسي للموهوبين. ورقة عمل مقدمة ضمن فعاليات المؤتمر العلمي الثامن "استثمار الموهبة ودور مؤسسات التعليم: الواقع والمأمول". المنعقد في الفترة من ١٢ - ٢٢ أبريل. جامعة الزقازيق: كلية التربية. ص ص ٤٤٤-٥٠٧.
- المالكي، رانيا. (٢٠١١). فاعليات الأنا وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من السعوديات في مدينة مكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والاجتماعية. رسالة ماجستير. السعودية: جامعة أم القرى.
- أنور، عبير. (٢٠١٠). القوى الإنسانية كيف نكتشفها لدى أبنائنا (التسامح). القاهرة: المجلس الأعلى للثقافة. المركز القومي لثقافة الطفل.
- أنور، عبير؛ صلاح، فاتن. (٢٠١١). دور التسامح والتفاؤل في التنبؤ بنوعية الحياة لدى عينة من الطلاب الجامعيين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. مجلة دراسات عربية في علم النفس، ٩(٣)، ٤٩١-٥٧١.
- جمول، سهى عدنان (٢٠١٣). فاعلية العلاج بالمعنى لتحسين جودة الحياة الأسرية وأثرها على مهارات التواصل لدى الأطفال ذوي الإعاقة السمعية البصرية بسوريا. رسالة دكتوراه. معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.



عوامل مرونة الأنا كمنبئات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المرح الدراسية
 د. علي بن عبد الله
 بن امبارك السويهي
 بالجامعة الإسلامية

- حسان، ولاء. (٢٠٠٨). فاعلية برنامج إرشادي مقترح لزيادة مرونة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة. رسالة ماجستير غير منشورة. غزة: الجامعة الإسلامية.
- حسيب، عبد المنعم؛ شراب، نبيلة. (٢٠٠٨). العفو وعلاقته بالضبط الانتباهي والذكاء الاجتماعي لطلاب الجامعة. المجلة المصرية للدراسات النفسية. ١٨(٥٩)، ١٣١-١٨١.
- الخطيب، محمد. (٢٠٠٧). الاحتراق النفسي وعلاقته بمرونة الأنا لدى المعلمين الفلسطينيين بمحافظة غزة. المؤتمر التربوي الثالث (الجودة في التعليم الفلسطيني مدخل للتميز) غزة في الفترة من ٣٠-٣١ أكتوبر: الجامعة الإسلامية.
- دلى، شيماء. (٢٠١٥). العفو كمدخل للتحكم بالغضب وهرمون الأدرينالين لدى طلبة الجامعة. رسالة دكتوراه، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية. القاهرة: جامعة عين شمس.
- صابر، هيام. (٢٠١٢). تنمية العفو وضبط الغضب لدى عينة من المراهقين بطيبي التعلم. دراسات نفسية، ٢٢(٢)، ٢٢٥-٢٦٨.
- الصقر، هاجر علي محمد. (٢٠١٧). معنى الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية. مجلة البحث العلمي في التربية (جامعة عين شمس - كلية البنات للآداب والعلوم والتربية)، ٤(١٨)، ص: ٦٥٣ - ٦٧٣.
- الطالبة، دبالا عبد الكريم. (٢٠١٨). أنماط التنشئة الأسرية لدى الأمهات الممرضات القانونيات وعلاقتها بمعنى الحياة والمساندة الاجتماعية في محافظة الكرك. مؤنة للبحوث والدراسات-سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية (جامعة مؤتة)، ٣٣(٥)، ص: ٥٧-٨٨.
- عرفشة، نوف غازي. (٢٠١٨). التوجه الديني وعلاقته بمعنى الحياة والتفكير اللاعقلاني لدى طلاب الجامعة بمدينة جدة. مجلة الدراسات التربوية والنفسية (جامعة السلطان قابوس)، ١٢(٣)، ص: ٦٠٥ - ٦٢٤.

- العنزي، حمدية بنت بطي. (٢٠١٨). فعالية برنامج إرشادي تكاملي قائم على مهارات التفكير الإيجابي لتنمية الاتزان الانفعالي مرونة الأنا لدى طالبات المرحلة المتوسطة في منطقة عرعر في المملكة العربية السعودية. مجلة البحث العلمي في التربية (جامعة عين شمس - كلية البنات للآداب والعلوم والتربية) ، ١٠(١٩)، ص: ١٠٥-١٢٥.
- فتح الباب، صفية. (٢٠١٣). العفو عن الآخرين وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة. دراسات عربية في علم النفس، ١٢(١)، ١٥-١.
- فحجان، سامي. (٢٠١٠). التوافق المهني والمسئولية الاجتماعية وعلاقتها بمرونة الأنا لدى معلمي التربية الخاصة. رسالة ماجستير. غزة: الجامعة الإسلامية.
- قادر، ريبوار محمد أمين. (٢٠١٨). تحقيق الهوية وعلاقته بمعنى الحياة لدى طلبة جامعة السليمانية. مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع (كلية الإمارات للعلوم التربوية)، ٢٢، ص: ٢٣٠ - ٢٤٩.
- المناحي، عبد الله بن عبد العزيز مناحي. (٢٠١٧). معنى الحياة وعلاقته بقلق المستقبل والتحصيل الدراسي لدى الطلاب المعاقين جسدياً في المرحلة الثانوية. مجلة كلية التربية (جامعة الخرطوم - كلية التربية) ، ٩(١٠)، ص: ٥٥-١١٢.
- نجيب، طاهر. (٢٠١٤). مرونة الأنا والتوافق المهني والمسئولية الاجتماعية لدى معلمي الفئات الخاصة (سمعي - بصري - عقلي). رسالة ماجستير. معهد البحوث والدراسات العربية. القاهرة: المنظمة العربية والثقافة والعلوم.
- اليامي، ربما حسين. (٢٠١٧). القدرة التنبؤية للذكاء العاطفي في عوامل مرونة الأنا لدى المراهقات في مدينة الرياض. مجلة المعهد الدولي للدراسة والبحث - جسر (المعهد الدولي للدراسة والبحث) ، ٣(١١)، ص: ١-٢٥.



د . علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي

عواملُ مرونة الأناكمنتبات بالشعور بمعنى الحياة لدى طلاب المسح الدرأسية
بالجامعة الإسلامية

• ثانياً - المراجع الأجنبية:

- Abu Halawa, Muhammad. (2010). Optimism, rigidity, and psychological resilience. A general framework for psychological counseling programs for the gifted. A working paper presented within the activities of the eighth scientific conference "Investing talent and the role of educational institutions: reality and aspiration". Held from April 12-22. Zagazig University: College of Education, 444-507
- Al Manahi, Abdullah bin Abdulaziz Manahi. (2017). The meaning of life and its relationship to future anxiety and academic achievement of physically handicapped students at the secondary level. Journal of the College of Education (University of Khartoum - College of Education), 9 (10), 55-121.
- Al-Anzi, Hamdia Bint Butti. (2018). The effectiveness of an integrated counseling program based on positive thinking skills for developing emotional equilibrium ego flexibility among middle school students in the Arar region in the Kingdom of Saudi Arabia. Journal of Scientific Research in Education (Ain Shams University Girls College of Arts, Science and Education), 10 (19), 105-125.
- Akin, A., & Akin, U. (2018). An investigation of the predictive role of self –compassion on subjective happiness in Turkish University student's. Educate on Sciences & Psychology, 32, 59-68.
- Akl, M., & Mullet, E. (2010). Forgivingness. Relationships with conceptualizations of divine

forgiveness and childhood memories. International Journal for the Psychology of Religion, 20(3), 187-200. <http://doi.10.1080/10508619.2010.481226>

- Anwar, Abeer. (2010). Human powers how we discover them among our children (tolerance). Cairo: The Supreme Council of Culture. The National Center for Child Culture.
- Anwar, Abeer; Salah, Faten. (2011). The role of tolerance and optimism in predicting the quality of life for a sample of university students in light of some demographic variables. Journal of Arab Studies in Psychology. 9 (3), 491-571.
- Arfasha, Nouf Ghazi. (2018). Religious orientation and its relationship to the meaning of life and irrational thinking for university students in Jeddah. Journal of Educational and Psychological Studies (Sultan Qaboos University), 12(3), 605-624.
- Brown, R. (2004). Vengeances mine: narcissism, vengeance, and the tendency to forgive. Journal of research in personality, 28(1), 576-584.
- Cadi, M., Milich, R., Harris, M., & Kearns, E. (2007). Self- esteem moderates the response to forgiveness instructions among women with a history of victimization. Journal of Research in Personality, 41,804-819.
- Campos, L, Goncalves, R, Pires O. (2015) Effects of Pilates on muscle strength, postural balance and quality of life of older adults: a randomized, Controlled, clinical trial. J Phys There Sci., 27:871-876.



- Carpenter, K. M., Stoner, S. A., Mundt, J. M., & Stoelb, B. (2012). An online self-help CBT intervention for chronic lower back pain. *Clinical Journal of Pain*, 28, 14-22. doi:10.1097/AJP.0b013e31822363d.
- Childs E, H. (2015) Regular exercise is associated with emotional resilience to acute stress in healthy adults. *Front Physiol*, 5:161.
- Cohn, M. A. & Frerickson, B. L. (2010). In search of durable positive Psychology interventions: Predictors. Predictors and consequences of long-term positive behavior change. *The Journal of positive Psychology*, 5(5), 355-366.
- Elif, C., Furnham, A., mavroveli, S., & Petrides, K. V. (2014). A cross-cultural investigation of trait emotional intelligent in Hong Kong and the UK. *Personality and Individual Differences*, 65, 30-35.
- Erguner-Tekinalp, B., & Terzi, S. (2013). Forgiveness as a therapeutic tool: Using forgiveness for healing in the counseling process. *Education and Science*, 37, 14-24.
- Eroglu, Y., Eldelekioglu, J., & Mendi, E. (2016). Forgiveness and Psychological resilience in adolescence. In K. Morten, I. Hristov, O. Strelava, & Z. Kostova (Eds.), *The science and education at the beginning of the 21 St. century in Turkey* (pp.317-325). Sofia, Turkey: St. Kliment Ohridski University Press.
- Fahjan, Sami. (2010). Professional compatibility and social responsibility and its relationship to Elana's flexibility among special education teachers. Master Thesis. Gaza: The Islamic University.



- Falcon, Hajar Ali Muhammad. (2017). The meaning of life and its relationship to self-esteem among high school students. Journal of Scientific Research in Education (Ain Shams University - Girls College of Arts, Science and Education), 4 (18), 653-73.
- Goldman, D.B., & Wade, N. G. (2013). Comparison of forgiveness and anger – reduction group treatments: A randomized controlled trial. Psychotherapy Research, 22(5), 604-620.
- Gonzalez Martin, M. D., Rodriguez Gonzalez, M., & Genova Fuster, G. (2011). Forgiveness in marriage: Healing or chronicity. A dialog between a philosophical and a psychotherapeutic understanding. Human Studies, 34, 431-449. <http://doi.org/d45hpm>
- Green, M., DeCourville, N., & Sadava, S. (2012). Positive affect, negative affect, stress. And social support mediators of the forgiveness – health relationship. Journal of Social Psychology, 152(3), 288-307.
- Guide, Shaima. (2015). Pardon as an introduction to controlling anger and adrenaline for university students. PhD thesis, Girls' College of Arts, Science and Education. Cairo: Ain Shams University.
- Gustavson, N. (2009). The relationships among anger treatment readiness and coping skills, forgiveness and Locus of control. Psy. D., Hofstra University.
- Hassan, loyalty. (2008). The effectiveness of a suggested counseling program to increase ego flexibility among students of the Islamic University of Gaza. Master thesis Azza: The Islamic University.





عواملُ مُرونةِ الأناكُمَنبئاتِ بالشُعُورِ بِمعنىِ الحَيَاةِ لِدى طُلَّابِ المَسحِ الدِّمَاسِيَّةِ
د . علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي
بِالجامِعةِ الإِسْلامِيَّةِ



- Haseeb, Abdel-Moneim; Sharab, Nabila. (2008). Pardon and its relationship precisely the attention and social intelligence of university students. Egyptian Journal of Psychological Studies. 18 (59), 131-181.
- Hall, J.H., & Fincham, F. D. (2013). Self – forgiveness: The stepchild of forgiveness research. Journal of Social and Clinical Psychology, 24(5), 621-637. <http://doi.10.1521/Jscp.2005.24.5.621>
- Işıka , Şerife & Üzbe, Nazife. (2015). Personality Traits and Positive/Negative Affects: An Analysis of Meaning in Life among Adults. Educational Sciences: Theory & Practice, 15(3), 587-595.
- Jeoung BJ. (2015) Correlation between physical fitness and fall efficacy in elderly Women in Koera. J Exerc Rehabil; 11:151-154.
- Johnson, Q.S. (2010). The relationship among self-esteem, locus of control, and predisposition, toward forgiveness in African American and Hispanic female college students. PhD, Dissertation, Faculty of the Graduate School of Texas University.
- Jorgenson, S., (2015). College satisfaction and academic success: comparison by sex and disability. Official international Research. Dawson college.
- Jumoul, Suha Adnan (2013). The effectiveness of meaningful therapy to improve the quality of family life and its impact on communication skills for children with hearing impairment in Syria. Ph.D. Institute of Educational Studies, Cairo University.
- Kalbfleisch ,PJ. (1997). Appeasing the mentor .Aggressive Behavior .23:389-403.



- Kiefer, P., Worthington, E. L. Jr Myers, B., Kliever, W. L., Berry, J W., Davis, D. E., ... Hunter, J.L. (2010). Training parents in forgiveness and reconciliation. American Journal of Family Therapy, 38, 32-49.
- Khatib, Muhammad. (2007). Psychological burnout and its relationship to ego flexibility among Palestinian teachers in Gaza Governorate. The Third Educational Conference (Quality in Palestinian Education, an Introduction to Excellence), Gaza, from October 30-31: The Islamic University.
- Kmice, P.M. (2009). An analysis sex differences in empathy and forgiveness .Master, Dissertation, the faculty of the department of psychology, East Carolina University.USA
- Koydemir, S., Simsek, O., Schutz, A., & Tipandjan, A. (2012). Differences in how trait emotional intelligence predicts life satisfaction: The role of affect versus social support in India and Germany . Journal of Happiness Studies. Advance online publication . <http://doi.10.1007/s10902-011-91315-1>.
- Lawler, K. & Piferi, L (2006). The forgiving personality: describing a life well lived. Journal of personality and individual differences, 41(2), 1009-1020.
- Lee YC. (2015). A study of the relationship between depression symptom and physical performance in elderly women. J Exerc Rehabil; 11:367-371.
- Lyubomirsky, S., & Layous, K. (2013). How do simple positive activities increase well-being? Current Directions in Psychological Science, 22, 57-62.



د . علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي

عواملُ مُرونةِ الأناكمنبئات بالشعورِ بمعنى الحياة لدى طلابِ المسحِ الدرّاسيةِ
بالجامعةِ الإسلاميةِ



- Maliki, Rania. (2011). Ego activities and their relationship to contentment with life in a sample of Saudi women in the holy city of Makkah in light of some demographic and social variables. Master Thesis. Saudi Arabia: Umm Al-Qura University.
- McCarron, M. C. E., & Stewart, D. . . (2011). A Canadian perspective on using vignettes to teach ethics in Psychology. Canadian Psychological Association, 52(3), 185-191. <http://doi.10.1037/a0024504>
- Moorhead, H. J., Gill, G., Minton, A. B., & Myers, J. E. (2012). Forgive and forget? Forgiveness, personality, and Wellness among counselors-in-training. Counseling and Values, 57, 81-95. <http://doi.10.1002/j.2161-007X.2012.00010.x>
- Naguib, Taher. (2014). Ego flexibility, professional compatibility, and social responsibility for teachers of special groups (auditory - visual - mental). Master Thesis. Arab Research and Studies Institute. Cairo: Arab Organization, Culture and Science.
- Neff, K. D., & Germer , C.K. (2013) . A pilot study and randomized controlled trial of the mindful self-compassion program. Journal of Clinical Psychology, 69, 28-44.<http://doi.org/m9v>
- Neto, F., Pinto, M. C., & Mullet, E. (2011). Forgiveness and reconciliation in an inter- group context: East Timor's perspectives. New York, Nova Science Publishers, Inc.
- Opening the door, Safiye. (2013). Pardoning others and its relationship to self-esteem among a sample of



university students. Arab studies in psychology, 12 (1), 1-15.

- Onder, A., & Gualy – Ogelman, H. (2011). The reliability –Validity study for the Ego Resiliency Scale (teacher-mother – Father Forms) for children aged between 5 and 6. Kodu:JEL , 2(0), 5-21.
- Qadir, Rebwar Muhammad Amin. (2018). Achieving identity and its relationship to the meaning of life for Sulaymaniyah University students. Journal of Arts, Literature, Humanities and Sociology (Emirates College for Educational Sciences), 22, 230-249.
- Saber, Hiam. (2012). Developing amnesty and controlling anger among a sample of slow-learning adolescents. Psychological Studies, 22 (2), 225-268.
- Sandage, S.J., Worthington, E. L., Hight, T., Berry, j., W. (2014) Seeking forgiveness: theoretical context and an initial empirical. Journal of psychology and theology, 28(1), 21-35.
- Savi-Caker, F., Tagay, O., & Karatas, Z. (2015). Adolescents 'life satisfaction: Risky behaviors and hopelessness. International Journal on New Trends in Education and Their Implications, 6, 55-62.
- Seligman, M.E. (2006). Learned optimism: How to change your mind and your life .New York: Vintage
- Silveria H, Oliveira N, (2013) . Physical exercise and clinically depressed patients: a systematic review and Meta – analysis. Neuropsychobiology; 67, 61-68.
- Smeets, E., Neff, K. D., Albert's, H., & Peters, M. (2014). Meeting suffering with Kindness: Effects of a brief self – Compassion intervention for female college students.



عواملُ مُرونةِ الأناكُمُنَبَّاتِ بالشُّعُورِ بِمَعْنَى الحَيَاةِ لِذِي طُلُوبِ المَسحِ الذَّمْرَاسِيَّةِ
د . علي بن عبد الله
بن امبارك السويهي

بِالْجَامِعَةِ الْإِسْلَامِيَّةِ

Journal of Clinical Psychology, 70, 794-807.<http://doi.org/35f>.

- Suwartono, c., Prawasti, c., & Mullet. (2007). Effect of culture on veness: Asouthern Asia-western Europe comparison . Journal of personality and individual, 42(2), 513-523.
- Tangney, J.P., Baumeister, R.F., & Boone, A.L. (2004). High self –control predicts good adjustment ,less pathology, better grades, and interpersonal success .Journal of personality, 72,271-322.
- Tawalbeh, Diala Abdel Karim. (2018). Patterns of family upbringing for legal nurse mothers and their relationship to the meaning of life and social support in Karak Governorate. Mutah Research and Studies - Humanities and Social Sciences Series (Mutah University), 33(5), 57-88.
- The Crag, Ibrahim. (2007). Loss of meaning, its relationship to religious orientation, and the pattern of extremist responses among Baghdad University students. PhD thesis, unpublished, College of Education, Ibn Rushd, University of Baghdad
- Uysal, R., Satici, S.A., Satici, B., & Akin, A. (2014). Subjective vitality as mediator and of the relationship between life satisfaction and happiness. Educational Sciences: Theory and Practice, 14, 489-497.<http://doi.org/35g>
- Wade, N. G., & Worthington, E. L., JR. (2013). Overcoming interpersonal offenses: Is forgiveness the only way to deal with forgiveness? Journal of Counseling and Development, 81, 343-353. <http://doi.org/fz36bp>



- Wade, N. G., Hoyt, W. T., Kidwell, J. E. M., & Worthington, E. L., Jr. (2014). Efficacy of psychotherapeutic interventions to promote forgiveness A Meta – analysis. Journal of consulting and Clinical Psychology, 82(1), 154-170.
- Worthington, E. L. Jr. & Lavelock, C. R., & Scherer, M. (2013), The path to forgiveness: Six practical section for becoming a more forgiving person. Richmond, VA: Virginia Commonwealth University.
- Worthington, E. L. Jr., & Witviliet, C. V., Pietrini, P. M. (2007). Forgiveness, health, and well-being: review of evidence for emotional versus decisional forgiveness , dispositional forgivingness, and reduced unforgiveness. Journal Behave med., 30, 291-302.
- Yami, Rima Hussein. (2017). The predictive ability of emotional intelligence in the factors of ego elasticity in adolescent girls in Riyadh. Journal of the International Institute for Study and Research - Jisr (International Institute for Study and Research), 3 (11), 1-25.
- Younger, J.W., Piferi, R.L., Jobe.R.L. & Lawler.K.L. (2004). Dimensions of forgiveness: The views of laypersons .Psychological Association: Oxford University Press.





الجامعة الإسلامية
ISLAMIC UNIVERSITY OF MADINAH

Journal of Educational and Social Sciences

Jumada al-Ula 1442 Hijri / December 2020

Issue



Vol.1