



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

الشخصية المتناغمة وعلاقتها بمهام الحياة لدى طلبة الجامعة

رسالة مقدمة

إلى مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة كربلاء وهي جزء من
متطلبات نيل شهادة الماجستير في علم النفس التربوي

من قِبَل الطالبة

هديل مهدي وهاب الياسري

إشراف

الأستاذ الدكتور

حيدر حسن عبد علي اليعقوبي

٢٠٢٤م

١٤٤٥هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

((وَلَا تَقُولَنَّ لِشَيْءٍ إِنِّي فَاعِلٌ ذَٰلِكَ غَدًا
إِلَّا أَنْ يَشَاءَ اللَّهُ ۗ وَادْكُرْ رَبَّكَ إِذَا نَسِيتَ
وَقُلْ عَسَىٰ أَنْ يَهْدِيَنِّي رَبِّي لِأَقْرَبَ مِنْ
هَٰذَا رَشْدًا))

صدق الله العلي العظيم

سورة الكهف آية ٢٣-٢٤

بسم الله الرحمن الرحيم

إقرار المشرف

أشيد أن إعداد هذه الرسالة الموسومة بـ (الشخصية المتناغمة وعلاقتها بمهمات الحياة لدى طلبة الجامعة) التي قدمتها الطالبة (هديل مهدي وهاب الياصري) جرى تحت إشرافي في جامعة كربلاء- كلية التربية للعلوم الإنسانية، وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في علم النفس التربوي.

التوقيع
المشرف: أ.د. حيدر حسن اليعقوبي
التاريخ:

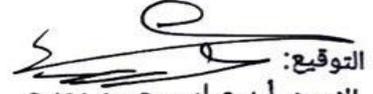
توصية السيد رئيس القسم
بناءً على التوصيات المتوافرة أرشح هذه الرسالة لل مناقشة.

التوقيع
الاسم: د. أحمد عبد الحسين الأزيرجاوي
رئيس قسم العلوم التربوية والنفسية
التاريخ:

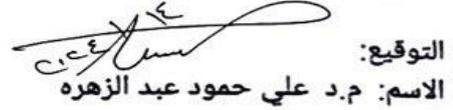
بسم الله الرحمن الرحيم
قرار لجنة المناقشة

نشهد نحن أعضاء لجنة المناقشة قد اطلعنا على الرسالة الموسومة بـ (الشخصية المتناغمة وعلاقتها بمهام الحياة لدى طلبة الجامعة) التي قدمتها الطالبة (هديل مهدي وهاب الياسري)، وقد ناقشناها في محتوياتها وفيما له علاقة بها، ونرى أنها جديرة بالقبول لنيل شهادة الماجستير في علم النفس التربوي وبتقدير () .

التوقيع: 
الاسم: أ.م.د مناف فتحي الجبوري
عضوا
التاريخ

التوقيع: 
الاسم: أ.د.عباس حسن رويح
رئيساً
التاريخ

التوقيع: 
الاسم: أ.د حيدر حسن الياسبوبي
عضوا ومشرفاً
التاريخ

التوقيع: 
الاسم: م.د علي حمود عبد الزهره
عضوا
التاريخ ١٤/١٢/٢٠٢٤

مصادقة عميد كلية التربية للعلوم الإنسانية - جامعة كربلاء على اقرار لجنة المناقشة

الاستاذ الدكتور
صباح واجد علي
التاريخ 2024/12/7 م

الإهداء

الى ..

من التجأ اليه واجده في كل شدة .. سيدي ومولاي أبي الفضل العباس
(عليه السلام)

الذي لم يكمل المشوار معي لكتني وصلت في دعائه لأنه أقرب الى الله ..
روح والدي السيد مهدي (رحمه الله تعالى)

من ساندتني في صلاتها ودعائها و من سهرت الليالي لتتير دروبي.. من
تشاركني أفراحي وأحزاني .. الى أجمل إبتسامه في حياتي بتعبك حققت
حلمي .. العلوية خادمة الحسين أمي الغالية حفظك الله

كل شيء بديل إلا أخوتي ... وميض وعلي وحسين ولهيب.. أنتم السند ..
إخوتي أحبكم

إبني قرة عيني الذي تحمل مصاعب دراستي وهو في المهدي (عباس) سلمك
الله تعالى

كل من كان سبباً لأكمل مشوار دراستي وساندني في مسيرتي العلمية
أهدي هذا الجهد العلمي المبذول

الباحثة

عرفان وإمتنان

الحمد لله رب العالمين حمداً كثيراً كما أمر، على ما أعانني بفضل منه، ووفقني لإنجاز هذا البحث.

أما بعد، يطيب لي أن أتقدم بخالص شكري وإمتناني إلى أستاذي الذي أشرف على الرسالة الأستاذ الدكتور حيدر حسن اليعقوبي لجهوده العلمية المتميزة الرائعة التي بذلها طيلة مدة كتابة البحث، وما أبداه من توجيهات علمية سديدة وملاحظات دقيقة كان لها الأثر المباشر في توجيه البحث الوجهة العلمية الصحيحة، وكان لي نعم الأب والسند والأستاذ الفاضل فجزاه الله عني خير الجزاء.

والشكر الجزيل للأساتذة الأفاضل رئيس لجنة المناقشة، وأعضائها لتفضلهم بمناقشة هذه الرسالة، ولما سيقدمونه من نصائح علمية تغني البحث، وتظهره بالمظهر العلمي القيم، كما أتقدم بالشكر والتقدير الى اساتذتي في قسم العلوم التربوية والنفسية عامة والى لجنة السمينار خاصة لتعاونهم وابداء الآراء القيمة. والشكر الجزيل للأساتذة الأفاضل رئيس لجنة المناقشة، وأعضائها لتفضلهم بمناقشة هذه الرسالة، ولما سيقدمونه من نصائح علمية تغني البحث، وتظهره بالمظهر العلمي القيم،

والشكر الى اختي ورفيقة دربي(لهيب) التي كانت سندا لي في بداية مشوار دراستي.

شكري واحترامي الى مديرة مدرسة النفحات الست (زهراء مهدي النعيمي) لوقوفها معي ومساندتي وتشجيعي على التحمل مصاعب الدراسة والعمل.

ومن الله التوفيق

مستخلص البحث :

يستهدف البحث الحالي التعرف الى : الشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة ، فضلاً عن مهمات الحياة لدى طلبة الجامعة ، والعلاقة بينهما . وأيضاً مدى إسهام مهمات الحياة في الشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة . حددت الباحثة التعريفات المتبناة ، والإطار النظري والدراسات السابقة ذات العلاقة.

وتحقيقاً لذلك قامت الباحثة ببناء مقياس الشخصية المتناغمة والتحقق من الخصائص القياسية المتمثلة بمؤشرات التحليل الاحصائي والصدق والثبات للمقياس على وفق نظرية (Motkov.O.I) في الشخصية المتناغمة ويكون المقياس بصيغته النهائية مكوناً من (٣٠) فقرة موزعة على نوعين هما: التناغم الإيجابي الداخلي عدد فقراته (١٥) فقرة. التناغم الإيجابي الخارجي وعدد فقراته (١٥) فقرة. وامام كل فقرة مدرج خماسي للأستجابة هو (تنطبق دائماً (٥) درجات، تنطبق غالباً (٤) درجات، تنطبق احياناً (٣) درجات، تنطبق نادراً(٢) درجات، لاتنطبق ابداً (١) درجة)، لذا فإن اعلى درجة يمكن ان يحصل عليها المستجيب عن اجابته على فقرات المقياس هي (١٥٠) درجة واطل درجة يمكن ان يحصل عليها هي (٣٠) . والمتوسط الفرضي مقداره (٩٠) درجة. ومن هنا فمن حصلوا على قيم أعلى من (٩٠) يتمتعون بشخصية متناغمة ،والذين يحصلون على قيم أقل من (٩٠) فليس لديهم شخصية متناغمة .

وتم بناء مقياس مهمات الحياة على وفق نظرية كانتور (Cantor.N) في مهمات الحياة وتكون المقياس من (٣٠) فقرة وامام كل فقرة مدرج خماسي للأستجابة هو (تنطبق دائماً (٥) درجات، تنطبق غالباً (٤) درجات، تنطبق احياناً (٣) درجات، تنطبق نادراً(٢) درجات ، لاتنطبق ابداً (١) درجة) موزعة على ثلاث مهمات هي :

- ١- مهمة التفكير لحل قيود اجتماعية وفقراته (١٠) . اعلى درجة يمكن ان يحصل عليها المستجيب عن اجابته على فقرات المقياس هي (٣٠) درجة واطل درجة يمكن ان يحصل عليها هي (١٠)، درجات المتوسط الفرضي للمقياس مقداره (٣٠) درجة .
 - ٢- مهمة مشاعر التناغم الدفاعي لحل المشكلات وفقراته (١٠) . اعلى درجة يمكن ان يحصل عليها المستجيب عن اجابته على فقرات المقياس هي (٣٠) درجة واطل درجة يمكن ان يحصل عليها هي (١٠)، درجة المتوسط الفرضي للمقياس مقداره (٣٠) درجة.
 - ٣- مهمة الجهد المبذول والمركزة على النتيجة وفقراته (١٠) . اعلى درجة يمكن ان يحصل عليها المستجيب عن اجابته على فقرات المقياس هي (٣٠) درجة واطل درجة يمكن ان يحصل عليها هي (١٠)، درجة المتوسط الفرضي للمقياس مقداره (٣٠) درجة.
- مقياس مهمات الحياة وفقراته (٣٠) اعلى درجة يمكن ان يحصل عليها المستجيب عن اجابته على فقرات المقياس هي (١٥٠) درجة واطل درجة يمكن ان يحصل عليها هي (٣٠) . والمتوسط الفرضي مقداره (٩٠) درجة.

وقامت الباحثة بنفسها بإجراء التطبيق عن طريق توزيع الاستبانات الورقية على جميع افراد العينة والتمثلة بطلبة جامعة كربلاء في موقعها وتم تحليل البيانات بإستعمال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وقد حصلت الباحثة على مجموعة من النتائج:

- ان طلبة الجامعة لديهم شخصية متناغمة.
- ان دلائل الفروق الإحصائية تدل على ان طلبة الجامعة يميلون الى التناغم الخارجي ، وان طالبات الجامعة هن أكثر تناغماً في شخصياتهن من الطلاب، وان طلبة الجامعة من التخصص الإنساني هم أكثر تناغماً في شخصياتهم من التخصص العلمي.

- ان طلبة الجامعة يمارسون مهمات للحياة.
- إن دلائل الفروق الإحصائية تدل على ان طلبة الجامعة يميلون الى مهمة التشاؤم الدفاعي في مواجهة يومياتهم، وان طلبة الجامعة هم اكثر تعاملًا في مهمات الحياة من الطالبات ، وان طلبة الجامعة من التخصص الإنساني هم اكثر في ممارسة المهمات من التخصص العلمي.
- هناك علاقة بين كل من الشخصية المتناغمة ومهمات الحياة .
- هناك نسبة اسهام في مهمة المشاعر اولاً ومهمة التفكير ثانياً في الشخصية المتناغمة.

ثبت المحتويات

الصفحة	الموضوعات	ت
ب	الآية القرآنية	١.
ت	إقرار المشرف	٢.
ث	إقرار الخبير اللغوي	٣.
ج	إقرار الخبير العلمي	٤.
ح	إقرار لجنة المناقشة	٥.
خ	الإهداء	٦.
د	العرفان والإمتنان	٧.
ذر	مستخلص البحث باللغة العربية	٨.
زش	ثبت المحتويات	٩.
ص	ثبت الجداول	١٠.
ض	ثبت الأشكال	١١.
ط	ثبت الملاحق	١٢.
١٠-١	الفصل الأول : التعريف بالبحث	
٢	أولاً: مشكلة البحث	١٣.
٤	ثانياً: أهمية البحث	١٤.
٨	ثالثاً: أهداف البحث	١٥.
٨	رابعاً: حدود البحث	١٦.
١٠-٩	خامساً : تحديد مصطلحات	١٧.
٤٤-١١	الفصل الثاني : إطار نظري ودراسات سابقة	
١٢	أصل مفهوم التناغم	١٨.
١٣	مبادئ الحياة المتناغمة	١٩.
١٥	نماذج فسرت سلوك المتناغم	٢٠.
١٥	نموذج كوتن كوك Cook-Cotton النموذج التمثيلي المتناغم للذات	٢١.
١٨	نظرية مونتوف Motkov (٢٠١٣-٢٠٢٢)	٢٢.
٢٣	ثانياً: مهمات الحياة	٢٣.
٢٨	النظريات التي فسرت مهمات الحياة	٢٤.
٢٨	أولاً: نظرية ادلر ١٩٢٩ Adler في مهمات الحياة	٢٥.
٣٠	ثانياً: أسلوب مهمات الحياة لكانتور ١٩٩٠ Cantor	٢٦.
٣٧	المرونة الشخصية وعلاقتها بمهمات الحياة	٢٧.
٣٩	تفسير النظريات	٢٨.

٤٠	دراسات سابقة	٢٩.
٤٠	دراسة الربيعي ٢٠٢٢	٣٠.
٤٠	دراسة الفتلاوي ٢٠٢٢	٣١.
٤١	مناقشة الدراسات السابقة للشخصية المتناغمة	٣٢.
٤١	دراسة المقني ٢٠١٥	٣٣.
٤٢	دراسة الكاسبي وموفيت (٢٠١٣ Caspi Moffit)	٣٤.
٤٣	دراسة لكانتور وزيركل ونوريم (٢٠١٣ Cantor & Zirkel & Norem)	٣٥.
٤٣	دراسة لزيركل وكانتور (١٩٩٠ zirkel & Cantor)	٣٦.
٤٣	مناقشة الدراسات السابقة لمهمات الحياة	٣٧.
٤٤	مدى الإفادة من الدراسات السابقة	٣٨.
٨٤-٤٥	الفصل الثالث : منهجية البحث واجراءاته	
٤٦	أولاً: منهجية البحث	٣٩.
٤٦	ثانياً: مجتمع البحث	٤٠.
٤٧	ثالثاً: عينات البحث	٤١.
٤٨	أولاً: العينة الاستطلاعية (عينة وضوح الفقرات والتعليمات)	٤٢.
٤٨	ثانياً: عينة التحليل الاحصائي	٤٣.
٥٠	ثالثاً: عينة البحث الاساسية (عينة التطبيق)	٤٤.
٥٢	رابعاً: اداتا البحث	٤٥.
٥٢	أولاً : مقياس الشخصية المتناغمة	٤٦.
٥٢	تحديد مفهوم الشخصية المتناغمة	٤٧.
٥٢	تحديد اتجاه التناغم وفقراته بصورتها الاولية	٤٨.
٥٣	الصدق الظاهري لمقياس الشخصية المتناغمة وصلاحيته	٤٩.
٥٥	اعداد تعليمات مقياس الشخصية المتناغمة	٥٠.
٥٥	تصحيح مقياس الشخصية المتناغمة	٥١.
٥٥	التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الشخصية المتناغمة	٥٢.
٥٨	صدق البناء لمقياس الشخصية المتناغمة	٥٣.
٥٨	علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس	٥٤.
٥٩	علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمكون (الداخلي ، الخارجي)	٥٥.
٦٠	مصفوفة الارتباطات الداخلية بين المكونين الفرعية والدرجة الكلية للمقياس	٥٦.
٦٠	الصدق العاملي (Factorial Validity)	٥٧.
٦٣	الخصائص السايكومترية لمقياس الشخصية المتناغمة	٥٨.

٥٩.	مؤشرات ثبات المقياس	٦٣
٦٠.	طريقة التجزئة النصفية	٦٤
٦١.	طريقة الفا كرونباخ	٦٤
٦٢.	المؤشرات الإحصائية لمقياس الشخصية المتناغمة	٦٤
٦٣.	وصف مقياس الشخصية المتناغمة النهائية	٦٧
٦٤.	ثانياً: مهمات الحياة Life tasks	٦٧
٦٥.	تحديد مفهوم مهمات الحياة	٦٧
٦٦.	تحديد مهمات الحياة المناسبة لطلبة الجامعة	٦٧
٦٧.	صياغة الفقرات لمقياس مهمات الحياة	٦٨
٦٨.	الصدق الظاهري لمقياس مهمات الحياة وصلاحيته	٦٨
٦٩.	إعداد تعليمات مهمات الحياة	٧٠
٧٠.	تصحيح مقياس مهمات الحياة	٧٠
٧١.	التحليل الإحصائي لفقرات مهمات الحياة	٧١
٧٢.	صدق البناء لمقياس مهمات الحياة	٧٢
٧٣.	علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس ككل	٧٢
٧٤.	علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمهمات التي تنتمي اليه	٧٤
٧٥.	مصفوفة الارتباطات الداخلية بين المكونات الفرعية والدرجة الكلية للمقياس	٧٥
٧٦.	الصدق العاملي (Factorial Validity)	٧٦
٧٧.	الخصائص السايكومترية لمقياس مهمات الحياة	٧٨
٧٨.	مؤشرات صدق المقياس (Validity Scale)	٧٨
٧٩.	مؤشرات ثبات المقياس (Reliability Scale)	٧٩
٨٠.	طريقة التجزئة النصفية Split-Half Method	٧٩
٨١.	طريقة الفا كرونباخ (Cronbach Alpha)	٧٩
٨٢.	المؤشرات الإحصائية لمقياس مهمات الحياة	٧٩
٨٣.	وصف مقياس مهمات الحياة بصيغته النهائية	٨٢
٨٤.	التطبيق النهائي للمقاييس	٨٣
٨٥.	الوسائل الإحصائية Statistical	٨٣
٨٤-١٠٠	الفصل الرابع : عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها	
٨٦.	عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها	٨٥
٨٧.	الاستنتاجات	١٠٠
٨٨.	التوصيات	١٠١
٨٩.	المقترحات	١٠١
١٠٢-١١٦	المصادر والمراجع	
٩٠.	المصادر العربية	١٠٣
٩١.	المصادر والمراجع الأجنبية	١٠٧

١١٨	الملاحق	٩٢.
١٣٣	مستخلص البحث باللغة الإنجليزية	٩٣.

ثبت الجداول

الصفحة	عنوانات الجداول	ت
٣٢	اساليب مهمات الحياة للتوافق مع الحياة مهنيًا واجتماعيًا	١
٤٧	مجتمع البحث موزعين حسب الكلية والجنس	٢
٤٩	العينة الاحصائية موزعة بحسب الكلية والجنس	٣
٥١	عينة البحث الاساسية موزعين بحسب الكلية والجنس	٤
٥٤	آراء المُحكِّمين والمختصين في صلاحية فقرات من حيث الوضوح لمقياس الشخصية المتناغمة وفقاً لمربع كأي والنسبة المئوية	٥
٥٤	آراء المُحكِّمين والمختصين في صلاحية فقرات من حيث الأهمية لمقياس الشخصية المتناغمة وفقاً لمربع كأي والنسبة المئوية	٦
٥٦	القوة التمييزية لفقرات مقياس الشخصية المتناغمة باستعمال أسلوب المجموعتين الطرفيتين	٧
٥٨	قيم معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس والقيمة التائية للارتباط بالدرجة الكلية لمقياس الشخصية المتناغمة	٨
٥٩	قيم معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمكونات المقياس	٩
٦٠	مصفوفة الارتباطات الداخلية بين المجالات الفرعية والدرجة الكلية للمقياس	١٠
٦١	نتائج التحليل العاملي لمقياس الشخصية المتناغمة وتشبعات فقراته بالاتجاهين الداخلي والخارجي	١١
٦٤	نتائج الثبات لمقياس الشخصية المتناغمة بطريقة الفا كرونباخ	١٢
٦٥	المؤشرات الإحصائية لمقياس الشخصية المتناغمة	١٣
٦٨	آراء المُحكِّمين والمختصين في صلاحية فقرات من حيث الوضوح لفقرات مقياس مهمات الحياة لدى طلبة الجامعة وفقاً لمربع كأي (Chi-square) والنسبة المئوية	١٤
٦٩	آراء المُحكِّمين والمختصين في صلاحية فقرات من حيث الأهمية لفقرات مقياس مهمات الحياة لدى طلبة الجامعة وفقاً لمربع كأي (Chi-square) والنسبة المئوية	١٥
٧٠	آراء المحكمين في صلاحية فقرات من حيث الأهمية لفقرات مقياس مهمات الحياة لدى طلبة الجامعة وفقاً لمربع كاي والنسبة المئوية	١٦
٧١	القوة التمييزية لفقرات مقياس مهمات الحياة باستعمال أسلوب المجموعتين الطرفيتين	١٧
٧٣	قيم معاملات الارتباط القيمة والتائية للارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس	١٨
٧٤	قيم معاملات الارتباط القيمة والتائية للارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمكون	١٩
٧٥	مصفوفة الارتباطات الداخلية بين المهمات الفرعية والدرجة الكلية للمقياس	٢٠
٧٦	نتائج التحليل العاملي لمقياس مهمات الحياة وتشبعات فقراته	٢١
٧٩	نتائج الثبات لمقياس مهمات الحياة وبطريقة الفا كرونباخ	٢٢
٨٠	المؤشرات الإحصائية المقياس مهمات الحياة	٢٣
٨٦	الاختبار التائي لعينة واحدة في الشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة	٢٤

٨٧	الفروق الإحصائية في الشخصية المتناغمة على وفق متغير الجنس والتخصص لدى طلبة الجامعة	٢٥
٨٩	نتائج تحليل التباين الثنائي للتفاعل two Way ANOVA في الشخصية المتناغمة	٢٦
٨٩	اختبار توكي Tukey Test للمقارنات البعدية على مقياس الشخصية المتناغمة	٢٧
٩٢	الاختبار التائي لعينة واحدة في مهمات الحياة	٢٨
٩٥	نتائج تحليل التباين الثنائي للتفاعل two Way ANOVA في مهمات الحياة	٢٩
٩٥	اختبار توكي Tukey Test للمقارنات البعدية على مقياس مهمات الحياة	٣٠
٩٨	مصفوفة الارتباطات الكلية والداخلية بين متغيري الشخصية المتناغمة ومهمات الحياة	٣١
١٠٠	معامل الاسهام النسبي مهام الحياة المرتبطة على وفق قيمة معامل بيتا المعياري والقيمة التائية	٣٢

ثبت الأشكال

الصفحة	عنوانات الأشكال	ت
١٥	النموذج التمثيلي المتناغم للذات Self (ARMS) for cook-cotton	١.
١٧	الذات التمثيلية المضطربة التي تفتقر للاتصال بالذات الداخلية	٢.
٢٩	ادلر Adler نماذج من الشخصية	٣.
٦٥	التوزيع الاعتدالي لدرجات افراد العينة على مقياس التناغم الإيجابي الداخلي	٤.
٦٦	التوزيع الاعتدالي لدرجات افراد العينة على مقياس التناغم الإيجابي الخارجي	٥.
٦٦	التوزيع الاعتدالي لدرجات أفراد العينة على مقياس الشخصية المتناغمة	٦.
٨٠	التوزيع الاعتدالي لمهمة القيود الاجتماعية	٧.
٨١	التوزيع الاعتدالي لمهمة التشاؤم الدفاعي	٨.
٨١	التوزيع الاعتدالي لمهمة التركيز على النتيجة	٩.
٨٢	الدرجة الكلية لمقياس مهمات الحياة	١٠.
٨٦	المقارنة بين الوسط الحسابي والفرضي للمقياس	١١.
٩٠	الفرق بين نوع التناغم على مقياس الشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة	١٢.
٩٠	الفرق بين الجنس على مقياس الشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة	١٣.
٩١	الفرق بين نوع الدراسة على مقياس الشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة	١٤.
٩٢	المقارنة بين الوسط الحسابي والفرضي على مقياس مهمات الحياة	١٥.
٩٦	الفرق بين مكونات مقياس مهمات الحياة لدى طلبة الجامعة	١٦.
٩٦	الفرق بين الجنس على مقياس مهمات الحياة لدى طلبة الجامعة	١٧.
٩٦	الفرق بين نوع الدراسة على مقياس مهمات الحياة لدى طلبة الجامعة	١٨.
١٠٠	الاسهام النسبي مهام الحياة المرتبطة على وفق قيمة معامل بيتا المعياري والقيمة التائية	١٩.

ثبت الملاحق

الصفحة	عنوانات الملاحق	ت
١١٩	كتاب تسهيل مهمة	١
١٢٠	أسماء السادة المُحكِّمين والمختصين الذين عرض عليهم مقياسي البحث	٢
١٢١	مقياس الشخصية المتناغمة بصيغته الأولية	٣
١٢٤	الفقرات المعدلة من قبل المحكمين لمقياس الشخصية المتناغمة	٤
١٢٥	مقياس الشخصية المتناغمة بصيغته النهائية	٥
١٢٧	مقياس مهمات الحياة بصيغته الأولية	٦
١٣٠	الفقرات المعدلة من قبل المحكمين لمقياس مهمات الحياة	٧
١٣١	مقياس مهمات الحياة بصيغته النهائية	٨

الفصل الأول

التعريف بالبحث

- أولاً : مشكلة البحث
- ثانياً: أهمية البحث
- ثالثاً: أهداف البحث
- رابعاً: حدود البحث
- خامساً: تحديد المصطلحات

أولاً: مشكلة البحث

يسعى كلُّ فردٍ إلى أن يحظى بحياة طيبة، إلا أنَّ البعض يجتهد في سعيه في سبيل تحقيق أفضل ما يستطيع بما يتناسب و قدراته، ويشعر بالفخر والرضا، أمَّا البعض الآخر يتجه إلى أهدافٍ غير واقعية لا تتناسب مع إمكانياته وقدراته، ولا يستطيع الوصول إليها، ويصاحبه في ذلك الشعور بالألم والضيق والتوتر وسوء التوافق وضعف التناغم و الانسجام؛ لأنَّه لم يوفِّق إلى إنجاز الأهداف التي هي خارج قدراته، وإنما فرضها على نفسه بقسوة، ودون تفكير ودراسة وفحص، الأمر الذي يعزز الفشل في ذاته، لشعوره بالذنب، فيذهب إلى لوم الذات وانتقادها، وشعوره بعدم والفاعلية (Hanchon, 2010: 105).

وأنَّ مشكلة ضعف التعامل بالقيم والأعراف الاجتماعية الأصيلة فاقم الوضع وزاده سوءاً؛ فالمجتمع به حاجة إلى إحياء تلك القيم الإنسانية، والمعاني النبيلة، التي تحيي فيه جذوره الإنسانية التي بها يصبح الإنسان موضوعاً. فمن المهم وقبل الدخول إلى الجامعة وتأثير العوامل البيئية الداخلية والخارجية، وأثرها في تكوين الشخصية؛ لمواءمة متبنيات الشخصية وواقعها، وان الشخصية غير المتناغمة – المتنافرة- تكون مدمرةً عندما تعيق تطور الطالب، ولا تسمح له بالوصول إلى مستوى جديد، لتوحيد معاني الحياة في مجال واحد متوازن من المعاني. ويمكن أن يتجلى هذا التدمير في حالة مستقرة، دون تغييرات؛ وفقاً للظروف المعيشية الخارجية والداخلية، وانتهاك للعلاقة بين العناصر المختلفة للمجال الدلالي للشخصية؛ على سبيل المثال، غلبة معنى مهنة الفرد أو عمله على الروحانية، أو إهمال صحة المرء، والمبالغة لتحقيق الذات في المجتمع يمكن أن يتسبب في صنع أجواء مدمرة للفرد تضعه في أزمة؛ مما قد تُسبب له بعض الاضطرابات والمشكلات والحالات النفسية وما إلى ذلك. ويكون التنافر في التنقل بين المكونات المعرفية (المعرفة) والعاطفية (الخبرة) والسلوكية (على سبيل المثال، يسعى الشخص إلى تحقيق التناغم والكمال والمهارة في حالة معينة؛ لأنه يفهم أنَّها ستحسن نوعية حياته، ولكنه لا يكون جاهزاً على المستوى العاطفي لاتخاذ القرار المسؤول، والخطوات الفعالة والمحددة للحصول على النتيجة المرجوة)، (Stepanova 2018: 19).

وأظهرت دراسات Motkov أنه في معظم الأحيان يشير الطموح العالي وعدم وجود احترام الذات الواقعي، إلى أنَّ الشخص يعتقد أنه يملك كلَّ شيء، ومن ثمَّ يبطن تطوره، لأنه يعتقد في نفسه درجة معتدَّة من الكمال، وذلك يوضِّح أنَّ أولئك الأفراد في حالة فشل كبير غير متوقَّع، فإنَّهم يواجهون خيبة أمل شديدة في الحياة وفي أنفسهم (Motkov 2020: 57). وفي بعض الأحيان يكون من الصعب عليهم التوصل إلى حالة طبيعية ولا سيَّما إلى الشخصية المتناغمة، وتوفير تكيف جيد، ومواصلة التنمية الشخصية طوال حياتهم اللاحقة، أولئك الأفراد يشير احترام الذات العالي للغاية لديهم إلى شخصية غير مستقرة، غير كافية، وبعبارة أخرى، شخصية غير متوازنة تشويها بعض الاخطاء وعدم الرضا والقيام بسلوكيات غير السوية (Motkov 2020: 60).

أن هذا القرن هو أكثر المراحل الزمنية التي شهدت تغيرات حادة في الحياة البشرية ، إذ أن العالم في السنوات القليلة الماضية قد تغير بخطى سريعة يصعب ملاحظتها ، وشهد عدداً من التغيرات جاءت نتيجة تغيير رئيس الا وهو التقدم العلمي الهائل فجاءت حياتنا وظروف معيشتنا تردد صوت الافكار العلمية والاختراعات المذهلة ، اضافة الى التغيرات السياسية والاقتصادية والثقافية والاعلام، ولكي نستطيع التكيف على كوكب الأرض في شكله الجديد علينا ان نواكب الروح العلمية في حياتنا وأفكارنا وطموحنا ، وأهم مظاهر تلك الروح واكثرها إفادة وعوناً لنا على النجاح هو التخطيط ، والتخطيط الادق لتفاصيل حياتنا ليس امراً غريباً أو حديثاً ، فقديمياً عرف القادة العظماء وكبار الاثرياء كيف يخططون لحياتهم لكي يحققوا أهدافهم الكبرى ، فالتخطيط ليس نمطاً علمياً في التفكير فحسب ولكنه نمط حياتي كذلك، ونحن في أمس الحاجة الى التخطيط لحياتنا في هذا العصر على نحو أكبر من ذي قبل ذلك لاننا نحيا في عصر تقوده الخطط ، فالواقع السياسي الراهن تتحكم فيه خطط الدول الكبرى بعيدة المدى والظروف الاقتصادية في الدول الفقيرة والدول الغنية تشكلها المؤسسات المالية الكبرى فحسب وحتى الحركة الثقافية تدور الآن في فلك خطط العولمة فإذا لم تكن للمرء خطته التي يسيّر بها حياته فإن حياته سوف تسير لأرادياً - على وفق خطط يعدها غيره بالشكل الذي يخدم مصالحهم هم لا مصلحة هو وعندما تحيا حياتك على نحو مخطط فأنت تعرف ان لديك رأياً بشأن الحال الذي سوف تصبح عليه وبناء على هذه المعرفة تتشكل تصرفاتك كما لو ان حياتك بأكملها تعتمد تلك المعرفة ، وان تلك المعرفة تقودك إلى الشعور بالرضا النابع من احساسك بأنك خبير بمسالك الحياة ، ومن هنا نجد اننا امام صعوبتين : الأولى هي الكم الهائل من الفرص التي تنهال علينا باستمرار من جهات عدة فضلا عن كم المعلومات التي تسبب حالة من التشوش يصعب معها ترشيح تلك المعلومات واستخلاص المفيد منها (الفاقي ٦: ٢٠١١)

والصعوبة الثانية : هي كوننا نحيا في عالم سريع التغير على نحو يخرج عن مجال الادراك أو السيطرة لذلك سوف نجد انفسنا في موقف ربما لا نرغب فيه، هذان التحديان يدفعان الى السؤال الاساسي وهو كيف يمكن لأحدنا ان يخطط لحياته في خضم الكثير من المتغيرات؟ (الفاقي ٦: ٢٠١١)

ويشير العلماء إلى أن فعالية مهماتنا الحياتية ونجاحها لا يحدث من فراغ وذلك لتأثير السياق البيئي والاجتماعي والثقافي في طبيعة هذه المهمات ، وعلى الأفراد أن يكونوا واعين لعمل حالة من الانسجام بين المهمات الخاصة بهم والوسائل المتبعة لتنفيذها بعضها مع لنا البعض الآخر لأن الوسائل غير المنسجمة يمكن أن تنتج تأثيرات سلبية وأمراض سايكوسوماتية (Emmons & king ١٩٨٨:٤١)
ويبرز هذا عندما يكف الأفراد عن بذل الجهود نحو تلك المهمات وأن التوظيف الناجح يمكن أن يتطلب خلق نوع من التوازن بين هذه المهمات ووسائل التعامل معها إذ أنها تمثل وحدة واحدة من حيث التأثير والتأثير (Cantor & Emmons ١٩٩٤ :٤١)

ويشعر الكثير من الأشخاص كما لو إنهم بلا هدف في العالم على الرغم من كونهم يعملون بجد ولكن لا يبدو إنهم يبذلون كل الجهود المطلوبة لما يسعون إليه والسبب في شعورهم بذلك هو لأنهم لم يقضوا وقتاً كافياً في التفكير حول ما يريدونه في الحياة أو إنهم لم يضعوا لأنفسهم أهدافاً ولاسيما وإنها المدخل إلى إنجاز المهمات الحياتية فيما بعد (Emmons ١٩٨٦: ٣)

ومن خلال ماتقدم يمكن للباحثة صياغة مشكلة البحث في الأسئلة الآتية:

هل إن طلبة الجامعة يتسمون بشخصية متناغمة في مجمل حياتهم الجامعية؟ وما مهمات الحياة التي يمارسونها في حل مشكلاتهم؟ وهل هنالك علاقة ارتباطية علمية واضحة بين الشخصية المتناغمة لهم وبين مهمات الحياة التي يمارسونها؟

ثانياً: أهمية البحث

وجد هذا المفهوم منذ القدم ومن الكلمة اليونانية هارمونيا Harmonia التي تدرج تحته مجموعة مفاهيم من قبيل التناسب الأجزاء والكلّ، والإتساق الداخلي والخارجي، والوحدة في التنوع، ووحدة الأضداد وغيرها من المفاهيم الفلسفية. وتحدّث الفيلسوف Leibniz عن الميل الكوني العام نحو الوئام والتناغم العالمي، وتنظيم الكون، والتناغم المسبق لمعارضة الفوضى، وتشكل قوانين الطبيعة العامة، وأنّ قانون السعي من أجلّ التناغم يتصرف مع قوانين التنوع والوحدة، ومع مبدأ الأشياء للطبيعة التي تخضع مظاهرها لهذه القوانين العالمية. يمكن أن يجد كلاً من التناغم والوئام، يقابله نوع معين من التناظر وعلى هذا تم دراسة سلوك التناغم، إذ يرجع إلى حقيقة أنّ فكرة التناغم ذاتها تلبّي الحاجة الأبدية للناس من أجلّ الإزدهار والتعايش، التي ترتبط بالتطور المتناغم للشخص وتعاطيه مع جوانب الحياة المتعددة، ويجمع على ذلك المفكرون والفلاسفة وعلماء الأخلاق، وعلماء النفس. (Motkov ٢٠١١: ٤١).

ففي فهم أرسطو Aristotle للتناغم على أنّه الإنسجام والتكامل في كلّ واحدٍ، ويسري هذا المفهوم على جميع المجالات الصالحة للإنسجام والتكامل، أمّا كرس هيجل Hegel يرى أن التناغم الإجتماعي له ارتباط بالإيجابية إذ عدّه الوحدة والنضال مع الإيجابية، ويشير التربوي بيستالوزي Pestalozzi أنّ للقدرات الإجتماعية والفردية معاً، أساس للتنشئة الشخصية وشرطاً للسعادة والحياة في تناغم. (Motkov ٢٠١١: ٤٥).

واعتنى علماء النفس بهذه الظاهرة وحققوا في كلّ من التناغم الشخصي وعلاقته بالسعادة والرفاهية الذاتية في التجربة العلمية التي أثبتتها الدراسات، ووصل الى أنّ التناغم له علاقة وإرتباط بإدراك معنى الحياة وكيفية التعاطي معها، وهو موضوع مهم في علم النفس الإيجابي، ويمكن إرجاع فكرة التناغم إلى الكونفوشيوسية التي تؤكد على فكرة التناغم وتحديد مفهومها قائمة على التعددية

والتنوع ، إذ إنها ضرورية لإستقرار الأسرة ورفاهية الإنسان في مجتمعات شرق آسيا تحت تأثير مذاهب الكونفوشيوسية لتنمية هذه القيمة الثقافية، والتناغم : هو أحد العناصر الإيجابية لبناء القوة، وفي السعي وراءه يتم تضمين التناغم الشامل والصحة والسعادة والعلاقات المتناغمة وصولاً إلى التوازن (Sylvia ٢٠١٥:٣٠).

وإرتبط مفهوم التناغم ارتباطاً وثيقاً بمفهوم الإنسانية، والمواءمة مع الإنسانية عبر العلاقات والأنشطة البشرية، ومواءمة علاقة الفرد مع الذات الداخلية الأصيلة؛ ووفقاً للباحثين توصلوا أن أهم المتطلبات الأساسية لإضفاء الطابع الإنساني على أي علاقات شخصية توفر تغييراً شخصياً بنّاءً، وتشكيل المعرفة الإنسانية الأساسية ومهارات الاتصال الحواري (Klimenko ٢٠١٥:٤٦)

وينتج عن التناغم ثلاثة مجالات رئيسية، مع الذات ومع الآخرين ومع الطبيعة (العالم الطبيعي)، مع الأخذ في الاعتبار التعقيد والتوازن بوصفها أساسية، مع مراعات الأبعاد الجغرافية والزمنية أيضاً (Di Fabio ٢٠١٨:٢١).

تذكر دي فابيو (Di Fabio ٢٠١٨) وجهات النظر الثمينة هذه لتقديم المبدأ التوجيهي للموازنة من أجل التناغم مع العالم وداخل العالم يأتي هذا البناء من حيث التناغم من الماضي إلى الحاضر ونحو المستقبل، ليس فقط فيما يتعلق بالأفراد ولكن أيضاً الاهتمام بالجماعات والمنظمات والمجتمع والعالم بأسره، بما في ذلك العلاقات مع العالم الطبيعي. الانطلاق من الماضي واستعادة الجذور العميقة يسمح برؤية جديدة للحاضر، وبناء وعي جديد لبناء مستقبل أكثر وضوحاً وازدهاراً باستعمال الاحترام والعلاقة والترابط من حيث التناغم مع الطبيعة، وإعداد مستقبل متوازن للآخرين من بعدنا. (Di Fabio ٢٠١٨: ٢١).

إن الشخصية المتناغمة، في الحقيقة لا يمكن وصفها إلا بالإيجابية فهي تعزّز من هيمنة التطلّعات الإيجابية وجوانب الشخصية يجب أن تكون أعلى بكثير من قوة الاتجاهات السلبية لتوفير الاستقرار الشخصي في الحفاظ على الصحة، ودعم عملية تحقيق الذات والتنمية الذاتية، والحفاظ على موقف إيجابي اتجاه الذات، واتجاه الناس والعالم المحيط ككل، ومن المهم أن يكون المستوى الأمثل للتعبير عن خصائص الشخصية المتناغمة عن طريق تحقيق التناغم الداخلي والخارجي (Motkov ٢٠٢٠:٥٥).

لذلك أظهرت نتائج الدراسات التي أجراها (Motkov ٢٠١٨)، أنه كلما ارتفعت أهمية تحقيق التناغم الداخلي والخارجي للأفراد، ارتفعت درجات تحقيق الشخصية المتناغمة عندهم، بينما ذهب عدد من الأبحاث والدراسات إلى أنّ هناك علاقة بين الشخصية المتناغمة وعلاقتها وارتباطها ببعض المتغيرات لتحقيق السعادة للأفراد والوصول إلى الرفاهية النفسية، وفي الأدبيات المرجعية من النادر للغاية العثور على مقالات منفصلة تكشف عن مفهوم الشخصية المتناغمة وفي المقالات التي تحدد مفهوم الشخصية بوصفها قاعدة عامه في هذه الصفة الانسجام وفي محاولات تطوير وتجسيد مفهوم

الشخصية المتناغمة على المستوى النظري والتجريبي كانت ولا تزال تبذل كل الجهود ولكننا في جوهره نتحدث عن الانسجام في الشخصية ووجوده في الشخص، من بين الاعمال الأكثر أهمية اعمال ممثلي علم النفس الإنساني ماسلو وروجرز يسمون مثل هذا الشخص بصحة جيدة اعده ماسلو ان السمة المركزية له هي حاجة الفرد إلى تحقيق الذات أي التطوير وتحقيق اقصى قدر ممكن من قدرات الفرد . وروجرز عرف الشخص السليم بأنه يعمل بكامل طاقاته ،أي قبل كل شيء، منفتح على التجربة ،يقبل نفسه ، يثق بنفسه،وجسده مبدع. (Motkov ٢٠١٨:٧٥).

وعلى هذا بينت دراسة (Lesosiberian ٢٠١٦) أنّ الشخصية المتناغمة هي سمة تنعكس على الحياة تتضمن ثقافة نفسية عامة يمكن تطويرها بنجاح في الدروس الجماعية من التدريب النفسي الثقافي (Stepanova ٢٠١٨:٢٥).

ودراسة يانغ أكدت أنّ العلاقة بين العلاقات المتناغمة وتعزيز الذات ومقارنة آثارها على الرفاهية، أظهرت أنّ العلاقات المتناغمة وتعزيز الذات ارتبطا إيجابياً، فضلاً عن ذلك كان تعزيز الذات مؤشراً قوياً على انخفاض الاكتئاب والرضا عن الحياة، تليه العلاقات المتناغمة (Yang ٢٠١٦: ٤٧). وعن طريق الدراسات التي استعرضتها الباحثة وغيرها تشير أن التناغم يتعلق بمهمات الحياة التي يعيشها الفرد. وهذا ما أشار إليه على نحو دقيق في علم النفس المعاصر (Yang Xue ٢٠١٦: ٣٤).

إذ إن علم النفس الإيجابي يركز اهتمامه على اكتشاف الإيجابيات وأوجه الاقتدار وتنمية الإمكانات لدى الفرد والجماعة والمجتمع، وإبراز أفضل ما لديهما والشغل على تعزيزه، وصولاً إلى تحقيق السعادة وحسن الحال. ويشكّل العمل على تنمية الازدهار الإنساني غايته الكبرى. ولقد نشأ بمثابة الردّ على الإفراط في التركيز على أوجه المرض والاضطراب والقصور لدى الفرد والجماعة محتجاً على طول هيمنة علم النفس المرضي وطروحاته على علم النفس العيادي والصحة النفسية، بحيث أصبح علم النفس في نظر العامة مرادفاً للمرضي والمُعَوَّق (حجازي ٢٠١٢: ٩).

وبهذا سعى علم النفس الإنساني الذي فهم ومنذ زمن طويل على أنه عنصر أساسي في عمل الإنسان وقد أكد العلماء على ان الحياة تصبح بلا معنى ومن دون أهداف وهذا ما يحاول أي شخص القيام به فالأهداف الشخصية هي إشارات توجه الشخص إلى الأشياء ذات القيمة وذات المغزى إلى ما هو هادف، ومع ذلك فإن هذا لا يعني بأن الأهداف تعطي معانٍ أو حتى تسهم الشعور بالمعاني لأن الكثير منها أهداف تافهة وليست جدية ومع ذلك فإن من الضروري ان تكون هناك قابلية للإسهام في الشعور بأن الحياة لها معنى (Cantor ١٩٩٤: ٤٠٠).

وقد أشار أيمونز (Emmons ٢٠٠٥) إلى أن هناك أنواعاً وتصنيفات للمهام في الحياة وهي الإنجاز والعمل والعلاقات والمودة والألفة والدين والروحانيات وإظهار الذات والإنتاجية وهم يمثلون أغلب المجالات التي يكافح الناس من أجلها من أجل الفهم والشعور بالمعنى، مثلاً ان يكون الشخص

ملتزماً في عمله ومعتقداً بأهميته وفي الوقت ذاته لديه رغبة في التحدي لمعوقاته هذا على سبيل الإنجاز، أما العلاقات الحميمة فتتضمن الارتباط الجيد بالآخرين والوثوق بهم وأن يكون الشخص محباً لغيره ومساعداً له ومتناغماً معه، أما الإنتاجية فتشمل بيان إظهار الذات واهتمامات الذات والاسهام في بناء المجتمع (Emmons ٢٠٠٥:٨٧)

كما وظفت كانتور (Cantor ١٩٨٦) ملامح مهمة لنظريتها في مهمات الحياة، جانب منها ذاتي، أي أن ينظر الشخص عن طريقها الى ذاته وما يطمح عن طريقها ان يكون، وان يخصص طاقاته وامكاناته ونشاطاته وفعالياته في سبيل تحقيقها ويعيها الفرد شعورياً وتكون لها قيمة استكشافية heuristic ومن هذه المهمات هي القيود الاجتماعية، والتشاؤم الدفاعي، والتركيز على النتيجة. (Cantor & Emmons ١٩٨٦:١١٧٩)

ويرتبط عمل كانتور (Cantor ١٩٩٤) بالمهمات التي يستعملها الأفراد في التقدم والتطور في مهامهم الحياتية وهذه هي الطرائق المميزة التي يستجيب بها الأشخاص إلى التحديات، وتكون عناصر عدة تشمل المشكلة المتوقعة الحدوث والنتائج المتوقعة ومراقبة السلوك وفهم كيفية حدوث المشكلة وسببها بعد التعرف عليها وتساعدنا في الاستمرار بمهامه الحياتية في وجه المخاطر وفيما لو إختلط عليه الأمر أو راوده الشك في أي هدف (Cantor ١٩٩٤: ٣٩٩).

وبعد هذا التفصيل في تناول متغيري البحث التي يمكن أن تكون مناسبة في عينة بحثية لم يكن دراستها بشكل واضح لطلبة الجامعة في ظل الظروف الحالية، وعن طريق ما تقدم يمكن توضيح الأهمية النظرية والتطبيقية للبحث الحالي على النحو الآتي:

أولاً: الأهمية النظرية:

- تبرز الأهمية النظرية للبحث الحالي في:
- ندرة البحوث والدراسات المحلية والعربية حسب علم الباحثة وإطلاعها - حول دراسات الشخصية المتناغمة لطلبة الجامعة في الوقت الحالي، إذ لم تعثر الباحثة على دراسات محلية أو عربية في هذا الخصوص.
- تستمد الدراسة أهميتها النظرية من طبيعة المساهمة في دراسة الشخصية المتناغمة ومهمات الحياة على طلبة الجامعة، الذين يعدون شريحة مهمة وواحدة، والحاجة الى تأسيس بعدٍ نظريٍّ وعلميٍّ عن النتائج التي ستتوصل اليها الباحثة.
- تكمن أهمية البحث من أهمية متغيراته الأساسية، فإنّ موضوع الشخصية المتناغمة وعلاقتها بعدد من مهمات الحياة لم يتم بيانه في الدراسات بشكل واضح، وعلى البحث الحالي أن يتوصل الى نتائج مهمة نظرياً، يمكن أن تستوضح العلاقة النظرية بينها.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

- يسهم البحث الحالي من الناحية التطبيقية الى الآتي:
- كونها ستقدم مقياسين على البيئة العراقية- والعربية في ظلّ الظروف التي يمرّ بها الطالب الجامعي، تتمتع بخصائص سيكومترية مناسبة للبيئة المحلية، في قياس وتشخيص مقياس منفصلة

- في كلٍّ من الشخصية المتناغمة ومهمات الحياة، والتي تفتقر لها مكتبة القياس العراقية والعربية على حدِّ علم الباحثة وإطلاعها.
- يمكن الاستفادة من نتائج البحث الحالي الى لفت إنتباه المسؤولين في المؤسسات الأكاديمية والتربوية والمؤسسات الإجتماعية، حول الإستفادة من نتائج هذه الدراسة.
 - يمكن أن تسهم نتائج البحث الحالي الى التوصل لحقائق تتعلق بالشخصية المتناغمة للطلاب في الجامعة.

ثالثاً: أهداف البحث

يهدف البحث الحالي التعرف الى:

١. الشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة
٢. الدلالة الاحصائية للفروق في الشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة على وفق متغير (الجنس، التخصص، إتجاه التناغم).
٣. مهمات الحياة لدى طلبة الجامعة .
٤. الدلالة الاحصائية للفروق في مهمات الحياة لدى طلبة جامعة كربلاء على وفق متغير (الجنس، التخصص، نوع المهام).
٥. إيجاد العلاقة الارتباطية بين كل من الشخصية المتناغمة ومهمات الحياة لدى طلبة الجامعة .
٦. إسهام مهمات الحياة في الشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة.

رابعاً: حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بالحدّ الآتية:

١. الحدّ الموضوعي: تشمل متغيرات البحث الحالي في إيجاد العلاقة بين الشخصية المتناغمة ومهمات الحياة
٢. الحدّ البشري: يقتصر البحث على طلبة الصباحي في الجامعة
٣. الحدّ المكاني: إقتصر البحث على الطلبة في جامعة كربلاء.
٤. الحدّ القياسي : سوف تستعمل الباحثة القياس الحضورى وتوزيع المقياسين على الطلبة بنفسها.
٥. الحدّ الزماني: للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢٣م) (١٤٤٤-١٤٤٥هـ).

خامساً: تحديد المصطلحات

التناغم:

هو أحد العناصر الإيجابية لبناء القوة في السعي لتحقيق الإنسجام الشامل ويتضمن الصحة والسعادة والعلاقات المتناغمة للوصول الى التوازن الأمثل (Sylvia X. C. ٢٠٠٩: ٤٦٧)

الشخصية المتناغمة: A Harmonious Personality عرفها كل من:

⊖ موتكوف (٢٠١٣: Motkov OI)، هي :

⊖ شخصية ذات هيكل ديناميكي داخلي متكامل على النحو الأمثل، مع التنسيق الأمثل مع العالم الخارجي، مع تدفق الحياة والتطور على النحو الأمثل (١٠٦: ٢٠١٣: Motkov OI).

⊖ موتكوف (٢٠١٨: Motkov Oleg Ivanovich)، بأنّها :

سمة الشخص الذي يتمتع بتنظيم أمثل لشخصيته، مع علاقات إيجابية في الغالب مع نفسه، ومع الآخرين مع الأداء والتطور الأمثل (٦: ٢٠١٨: Motkov)

⊖ كوك كوتن (٢٠١٩: Cook Cottone) هي :

الممارسات النشطة الفعالة للسلوكيات التي تسهل وتحافظ على التوازن والتناغم بين جوانب الذات الداخلية (المعرفية، والعاطفية، والفسولوجية) والجوانب الخارجية للذات (مثل الأسرة والمجتمع والثقافة) (٤٥: ٢٠١٩: Cook Cottone)

وعلى هذا الأساس حددت الباحثة التعريف النظري والإجرائي الآتيين:

- **التعريف النظري:** تبنت الباحثة تعريف (موتكوف ٢٠١٨) لكونه يتماشى مع الجوانب النظرية للبحث الحالي.

- **التعريف الإجرائي:** الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب (طلبة الجامعة) عند جوابه على فقرات مقياس الشخصية المتناغمة الذي ستقوم الباحثة ببنائه لأغراض البحث الحالي.

ثانياً : مهمات الحياة Life Tasks : عرفها كل من:

⊖ ميجان وجويدرز (٢٠٠٦: Meagan & Goedereise)، هي:

أهداف يضعها الأفراد لتوجيه حياتهم وحلّ مشكلاتهم لتوفر لهم معلومات تعريفية ودافعية حول ذواتهم (٣١٩: ٢٠٠٦: Meagan & Goedereise).

⊖ كانتور وهارلو (٢٠١٣: Cantor)، هي:

أهداف نوعية يهتم الفرد بتحقيقها في لحظة زمنية معينة، وهي مهمات مشحونة عاطفياً وإفعالياً
تعكس التاريخ الشخصي وأسلوب رؤية العالم (Cantor & Harlow ٢٠١٣: ٨٣)

o كانتور (٢٠١٣ Cantor) هي:

أفعال يقوم بها الأفراد تعمل على تنمية أنماط متماسكة وظيفياً للتفكير (قيود اجتماعية) والمشاعر
(تشاؤم دفاعي) والجهد (المركزة على النتيجة)، يعملون على تجديد سياقات متابعة المهمات في
(متى وكيف وأين) تتم هذه المهمة بنجاح؟ وتعطي هذه معنى لنشاطات الأفراد وتوجهاتهم وتنظيمها
مثل كيفية إقامة علاقات معينة أو التنبؤ بالأحداث السيئة وما يترتب من نتائج للأحداث (٨٠):
Cantor ٢٠١٣ .

وعلى هذا الأساس حددت الباحثة التعريف النظري والإجرائي الآتيين:

- **التعريف النظري:** تبنت الباحثة تعريف كانتور (Cantor ٢٠١٣) لكونه يتماشى مع الجوانب النظرية للبحث الحالي.
- **التعريف الإجرائي:** الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب (طلبة الجامعة) عند جوابه على فقرات مقياس مهمات الحياة الذي ستقوم الباحثة ببنائه لأغراض البحث الحالي.

الفصل الثاني

إطار نظري ودراسات سابقة

يتناول هذا الفصل إطار نظري للبحث ودراسات سابقة ذات العلاقة، وقد إشتمل الإطار النظري على جانبين رئيسيين هما: الأول تناول المفهومات: التناغم والشخصية المتناغمة، في حين درس الثاني كلّ التفاصيل عن مهمات الحياة وأساليبها، تبينها الباحثة على نحو عال من التفصيل، فيما يأتي:

أصل مفهوم التناغم

منذ العصور القديمة ، تم التعرض لمفهوم التناغم على نطاق موسع في كلّ من الفلسفة الشرقية والغربية، كما هو واضح في الأدب الفلسفي القديم. وعلى هذا من الممكن إرجاع أصل مفهوم التناغم بشكل أولي الى الفيلسوف فيثاغورس (٥٧٥ - ٤٩٠ قبل الميلاد) فهو يذهب إلى أنّ التعرف على الترتيب والتناغم والإنسجام الذي يتم عن طريق الأرقام، في وقت كان التناغم والتوازن أساساً للفن اليوناني الكلاسيكي، وكذلك النظرية الطبية، فالمرض والاستدامة من إختلال التوازن بين البيئة والجسد من جانب، وداخل الجسد من جانب آخر، وتكون رعاية المريض بالعمل على إستعادة التناغم وإعادة التوازن بين أطراف الجانبين، وبشكل عام، يُدمج التوازن والفكرة التوافقية والتناسق والتناسب بين الأجزاء المختلفة. (٢٠١٣:٤٤ motkov)

كما ويشير أفلاطون (٤٢٨ - ٣٤٧/٣٤٨ قبل الميلاد) إلى ترتيب الكون بناءً على أرقام تضمن التناغم. ويؤكد مفهوم التناغم على هذا التشابه أو التشابه بين الأفراد يجلب الوحدة في العالم بدءاً من فيثاغورس. وأيضاً يشير أفلاطون إلى ترتيب الكون بناءً على الأرقام التي تضمن التناغم علاوة على ذلك. وأشار الى ثلاث فضائل (الإعتدال والشجاعة والحكمة) وكلّ واحدة منها تتوافق مع فئة من الناس وعنصر الروح الخاص بها والفضائل الثلاث هي: الإعتدال: بوصفه إعتدالاً في الرغبات التي. إذا كانت مفرطة، تؤدي إلى التمرد، والشجاعة أو قوة العقل اللازمة لتنفيذ السلوكيات الفاضلة، والحكمة (بوصفها عنصراً يتحكم في العاطفة)، التي تشكل أساس كلّ الفضائل الأخرى (٢٠١٣:٤٤ motkov)

والتناغم بين هذه الطبقات والعناصر والفضائل النسبية يشير إلى فضيلة العدل. وهذه الفضيلة تحقق التوازن المتناغم والتوازن بين جميع الفضائل الأخرى الموجودة في الفرد الفاضل. (٢٠١٣:٤٠ motkov)

كما أكد توماسو داكويينو (Thomaso Dakino) (١٢٧٤-١٢٢٥) أن التناغم يشير إلى الأصوات في الموسيقى، ولكن يمكن أن يمتد أيضاً إلى كلّ الاجزاء، ولاسيما فيما يتعلق بتناغم العناصر في الجسد. تطور مفهوم التناغم في الفلسفة الغربية الحديثة مع التركيز على العقلانية، وارتبط بجهود إعادة بناء الوحدة في الإنسان وبين الإنسان والعالم (٢٠١٨: ٣٤ Tsuda& Di Fabio).

وبهذا وبالجملة تؤكد الفلسفة القديمة أنّ مفهوم التناغم يعني الإنسجام والتماسك والإتساق بين الأجزاء في كلّ واحد، يكمل بعضها بعضاً. وفي اليونان القديمة، إرتبط مفهوم التناغم بمفاهيم الموافقة،

التناغم، التعايش السلمي، تنظيم الكون، و يُقارن التناغم بالإكتفاء الذاتي للفرد، لأنَّ جميع مجالات الحياة، مثل الصحة والأسرة والوظيفة والعمل والنمو الشخصي والروحانية تنسجم وتتناغم تمامًا مع الإنسان (Pavlyk ٢٠١٧: ١٨).

مبادئ الحياة المتناغمة

حدد موتكوف أوليغ إيفانوفيتش (Motkov Oleg Ivanovich) قائمة الأحكام التي إختيرت بعناية وبشكل مدروس ، لعدد من مبادئ الحياة المتناغمة، التي يشعر الفرد بها باتفاق داخلي مع الآخرين، ثم يخطو نحو قبول بعضهم، وهناك حاجة إلى جهد صغير وبشكل يومي؛ لتحسين سير الحياة. وبعد مدة زمنية سوف يصبح الشعور بالحياة، وبتناغمها أكثر وضوحًا وإكتمالًا. فالتناغم الداخلي (الموقف الإيجابي تجاه الذات وتجربة الذات)، والتناغم الخارجي (الموقف الإيجابي تجاه الآخرين، وتجاه الطبيعة والعالم ككل)، سوف ينمو ويصبح أكثر مرونة، وسيساعد التوازن الجيد للشخصية على أداء العمل بشكل أفضل في هذه الفترة من الحياة، وهو الهدف الرئيس، ويمكن إجمال هذه المبادئ بحسب مايبينه Motkov Oleg Ivanovich (٣٨: ٢٠١٨ Motkov) بما يأتي:

١- جعل الحياة ممتعة على الرغم من المشكلات

هناك طريقة معقولة للخروج من أي موقف صعب، ولا تدخل في العواطف، تعد عملية الحياة أكثر أهمية من نتائجها؛ فالحياة عملية أبدية، لأنَّ بعض النتائج العالية تكون عابرة؛ فالحياة هي فرحة غير متوقعة؛ لذا يجب إيلاء المزيد من الإهتمام للتنظيم الأمثل لعملية الحياة.

٢- الأنشطة الإبداعية

يعيش العالم اللامتناهي على وفق قوانين الإبداع، وتوليد أشكال جديدة ومثيرة للإهتمام، لفهم هدف الحياة، وتنظيم العمل وفقًا له، وصناعة الحياة، والقانون الأخلاقي. لأنَّ الحياة تُمنح في المقام الأول ليس من أجلّ البقاء، ولكنّ لتوليد النشاط الإبداعي للذات والآخرين.

٣- العيش بتنوع

هناك مجموعة من أنواع الأنشطة الضرورية بشكل طبيعي التي من المُستحسن القيام بها، وهذه الأنشطة الذهنية والبدنية تتمثل بالتواصل مع الآخرين، والتفكير في العزلة؛ والأنشطة الإبداعية والأنشطة الروتينية ... إلخ

٤- التآني في تحقيق الغايات

هذه التطلعات تجعل الحياة أكثر من جانب، وغير مكتملة، فالسعي وراء الرتب والهيبة والسجلات والتفوق في شيء ما يؤدي إلى تعصب حياتنا، وغالبًا ما يؤدي إلى فقدان الصحة والأصدقاء والأطفال وما إلى ذلك، ومن الأفضل أنَّ تستهدف نتائج متوسطة إلى عالية، لكن ليست عالية جدًا.

٥-تنظيم الحياة بإيجابية

النسبة المثلى التقريبية للإيجابيات والسلبيات في التجارب، النسبة المثلى للنجاحات والفشل، يعد الفشل والسلوك غير المعقول أمرا طبيعيا وضروريا ببساطة لتحفيز التنمية وتكوين تقدير واقعي للذات.

٦- التلاطف مع الآخرين

معظم الأفراد هم موجودات ذات توجه إيجابي، ومع أفراسهم وأحزانهم، سيساعدهم موقفك المنفتح والترحيب على التصرف بشكل أفضل، وسيساعدهم على الثقة بالآخرين، والثقة بهم بشكل أكبر.

٧- الإحترام الشامل للعرق أو الجنسية أو الدين

الأفراد في جميع البلدان متحدون في جوهرهم، وبعضهم ليس أسوء أو أفضل من الآخرين، من السهل زرع الكراهية، ولكن من الصعب التلخص منه لاحقا، ومن الأفضل أن يكون أصدقاء ومعظم الناس من جنسيات أخرى وديانات أخرى ليسوا أفضل ولا أسوأ من أي شخص

٨-اللاغضب أثناء التواصل

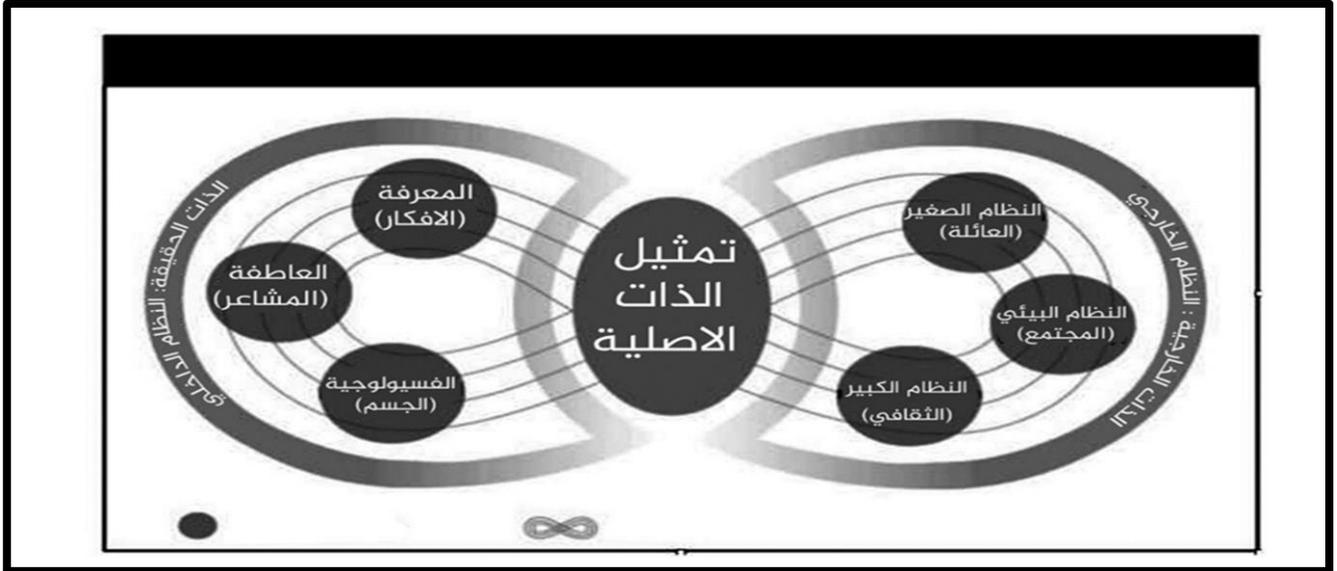
محاولة عدم الغضب ولا يجعل الإستياء والغضب مسيطرا ، فقد يستغرق الفهم وقتاً طويلاً حتى ينضج، ونادراً ما يتحقق في النزاع، ومحاولة أن يكون خفيفاً ومرناً في الإتصال، وإتخاذ خطوات خفيفة، والتنفس بسهولة وممارسة التمارين.

٩- التوازن الداخلي

يتطلب جهوداً يومية فهذه الحالة ديناميكية، وسلسة، فالرغبة في تحسين الذات وسلوك الفرد هي طريق التطور الذاتي الإبداعي للفرد، ومسار تنظيم الحياة يكون على وفق القوانين العامة للعالم، على وجه الخصوص، وعلى وفق قوانين التناغم العالمي والأنشطة الإبداعية. وهذه المبادئ لاتستبعد الرومانسية، وقوة الدوافع العاطفية والهوايات، والتعبئة الكاملة للقدرات النفسية، والمخاطر المحسوبة في فترات الحياة المنفصلة. يجب على الفرد التحكم في الحياة بشكل عام بوعي ومنطقية، و بشكل معقول. و مبادئ الحياة المتناغمة تعطي شيئا من الثقة – ليس شيئاً مطلقاً- ، وستساعدك هذه المبادئ على الإنتظام لأطول فترة في الحياة بشكل أكثر تناغماً، ومن ثم حياة مستقرة، مع عملية متواصلة لتنفيذ الأعمال الرئيسة للفرد، مع تطور الإحساس بالتناغم والتناغم في كل شيء (Motkov ٢٠١٨ ٤٢-٣٨).

نماذج نظرية فسرت سلوك التناغم نموذج كوتن كوك (Cotton-Cook) النموذج التمثيلي المتناغم للذات The Attuned Representational Model of Self (ARMS) for Cook-Cotton

يشكل هذا النموذج نظاما تفسيريا مهما، إذ يمكن عن طريق تفسير رعاية الذات اليقظة على أنها موقف تكاملي ومتطابق مع التجارب الداخلية والخارجية، على وفق هذا يمثل نموذج التناغم الذي يشكل رؤية تفاعلية لنظامين هما: (النظام الذاتي) و(النظام الثقافي)، فإن المكونات المتبادلة في النموذج تتطور بشكل مشترك من خلال تطور الفرد، وتمثل الذات بناء وتشكيل للإحتياجات والديناميكيات العلائقية للجوانب الداخلية والخارجية للحياة (Cook-Cotton et al ٢٠٠٦: ٢٣٠). الموضح في شكل (١)



شكل (١) النموذج التمثيلي المتناغم للذات يتم تمثيل الذات الأصلية التي تخلق التناغم داخل حياة الفرد
Self (ARMS) for Cook-Cotton (Cook-Cotton ٢٠١٥:٦)

تشمل الذات الداخلية (النظام الذاتي) المجالات الفسيولوجية (الجسم)، والعاطفية (الشعور)، والمعرفة (التفكير)، أما الجوانب الخارجية (النظام الثقافي)، تشمل النظام المصغر (العائلة والأصدقاء المقربين) والنظام البيئي (المجتمع) إذ يتعامل الناس مع أجسادهم (أنفسهم). تنطوي على تفاعل مستمر بين جوانب الذات الداخلية والخارجية، ويتم ربط الجوانب الداخلية والخارجية مع بعضها بعض عن طريق عملية تسمى التناغم (Cook-Cotton et al ٢٠٠٦: ٢٣٠).

ويتم توصيف التناغم على أنه عملية متبادلة للتأثير المتبادل والمنتظم، فيجب على الفرد الحفاظ على التناغم الإيجابي والتنظيم مع كل جانب من الخبرات الداخلية والمشاركة بفاعلية عبر كل مجال من المجالات الخارجية (على سبيل المثال يمكن للفرد رعاية الذات بطريقة واعية والحفاظ على إحتياجات الجانب الداخلي للذات أثناء الإنخراط في سياق الأسرة والمجتمع والثقافة : Cook-Cotton ٢٠١٥).

(١٠)

وبهذا أكد علماء النفس الإيجابي على إمكانية تحقيق الرفاه والإزدهار بطريقتين هما:

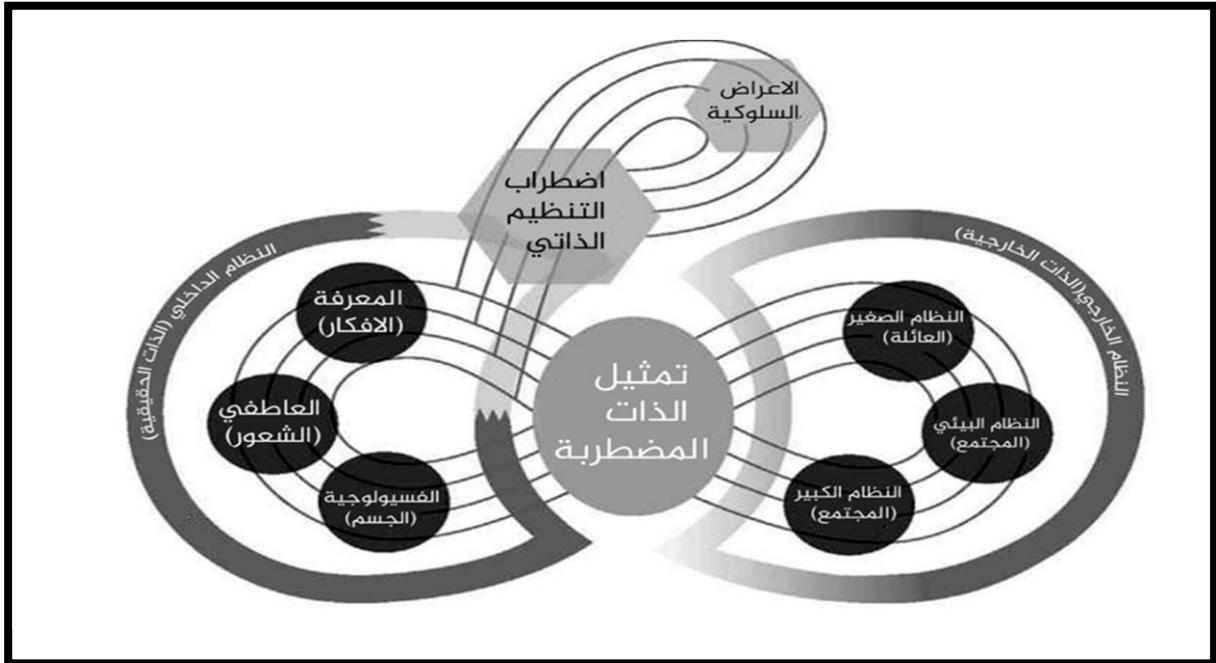
- أولاً: إكتساب وعي وجسدي بالجوانب الداخلية والخارجية للذات.
 - ثانياً : الإنخراط برعاية ذاتية يقظة عن طريق الوعي والممارسة النشطة.
- وتماشياً مع طريق الرفاهية والإزدهار يستعمل الأفراد أدوات رعاية ذاتية لحماية أنفسهم من الإجهاد والمعايير والمطالب الخارجية غير الصحية وتقويم وإختيار الظروف البيئية التي تعزز الرفاهية والمشاركة المتعمدة في السلوكيات المعززة للصحة (Tylka ٢٠١٢:٦٧٥).
- وعندما يشعر شخص في الثلاثينيات من عمره بوعي قوي بميله إلى الكمال والتجاهل للإحتياجات الخاصة ومراعاة إحتياجات الآخرين، فإنه يشعر بضغط حقيقي ليكون أكثر كمالاً ومثالية إذ يقوم الشخص بعزل نفسه عن المخاطر لمواجهة الضغوط الخارجية، ويقوم بتحديد أهداف رعاية ذاتية والحفاظ عليها عن قصد (Tylka ٢٠١١:١٨٧). ويتجلى إرتباط العقل مع الجسم في عملية من خطوتين:

- الخطوة الأولى : هي التسليم بالحاجة إلى الإنسجام والتناغم الداخلي والخارجي بين جوانب الذات، أيّ وعي الفرد وتوازنه الفعال في إدارة التجارب الفسيولوجية والمعرفية والعاطفية للذات عن طريق الدعم والتحديات التي تقدمها العائلة والمجتمع والأصدقاء.
 - الخطوة الثانية: تعمل على تنشيط ما هو ضروري لتحقيق التوازن والتناغم- بمعنى الممارسة النشطة أو تجسيد رعاية الذات اليقظة في إطار هذا الأنموذج، ينظر لرعاية الذات اليقظة بوصفها ممارسات نشطة لسلوكيات تحافظ على التناغم والتوازن بين الجوانب الداخلية للذات والجوانب الخارجية وتعمل رعاية الذات على تنمية نشطة للجسم والتفاعل معه (Tylka ٢٠١٢:٦٦٠)
- ويشير النموذج إلى أن هناك عوامل وراثية ونفسية تعرض الأفراد لظهور الذات المضطربة وهي على العكس تماماً عن الذات الأصلية فيؤدي إلى إنعدام التناغم ك (إنعدام المرونة الإدراكية، وضعف الوعي الداخلي)، على الرغم من الحاجة الملحة لفهم المسببات العديدة، إلا أننا نستطيع أن نقول بأنّ العوامل الخارجية مثل المشكلات العائلية (إتباع نظام عائلي خاص بالأسرة أو التحكم بأنماط الإتصال)، أو متغيرات إجتماعية من المثل العليا (ذات الصفات المرغوبة)، هنا يخلق خطراً ويعمل على زعزعة علاقة الشخص بنفسه وتوتر العلاقة وإنعدام التناغم. وفي هذه الحالة فإن التأثيرات الناجمة عن النظام

الداخلي (فسيولوجي، عاطفي، معرفي)، والنظام الخارجي (الأسرة، المجتمع، الثقافة)، بشكل فردي أو جماعي تسهم بشكل تراكمي في عدم التوافق (Cook-Cotton ٢٠٠٦:٢٢٦).

تمثل مركز الذات التمثيلية المضطربة التي تفتقر للإرتباط مع الذات الداخلية، ويعد اضطراب التنظيم الذاتي من أحد السمات التنظيمية للذات الداخلية. لترك الجوانب الداخلية للذات (أي الأفكار والمشاعر والإحتياجات الفسيولوجية)، بدون تمثيل. وتؤدي الأفكار والسلوكيات والدوافع المضطربة دوراً حاسماً في تنظيم وظائف الذات، لتصبح الجوانب الداخلية للذات متسقة مع تجربة الأعراض عندما يحدث اضطراب ذاتي ويصبح الشخص خاضعاً للتغير والسيطرة والتوافق مع المثل الثقافية وسيطرة السياق الخارجي البيئي (Cook-Cotton ٢٠٠٦:٤٣).

وتماشياً مع الضغوطات الخارجية يقوم الأشخاص المعرضين للخطر أن يجسدوا ويبطلوا إعتبار الجوانب الداخلية للذات الأصلية، عندما يحدث هذا الخطأ والتخلي وتجاهل الذات الأصلية أو الداخلية، وهنا يتم بناء الذات التمثيلية المضطربة من أجل إستعادة تناغم الإنسان مع ذاته. ويساعد النموذج في توضيح التوازن الذي يجب بناؤه من أجل تجسيد الذات السليمة مع الوعي والعمل، يمكن إتخاذ خطوات داخل الجوانب الداخلية والخارجية للذات لخلق التناغم والحفاظ عليه، يمكن وصف هذه الخطوات بمثابة رعاية ذاتية يقظة (Cook-Cotton ٢٠١٥:٣). الموضح في شكل (٢).



الشكل (٢) الذات التمثيلية المضطربة التي تفتقر للإتصال بالذات الداخلية (Cook-Cotton ٢٠١٥: ٣)

- قد تكون رعاية الذات اليقظة والصورة الإيجابية التي يرسمها الشخص لنفسه متبادلة مستدامة، أيّ عندما يهتم الأشخاص بأنفسهم فأنهم يزدون المشاعر الإيجابية تجاه أنفسهم، بمعنى كلما زادت المشاعر الإيجابية باتجاه ذاته، زادت من احتمالية مشاركته في رعاية ذاته (Tylka ٢٠١٢:٥٧)
- إن رعاية الذات اليقظة أمر بالغ الأهمية للمنهج الواعي إذ تمارس رعاية الذات بموقف من المحبة اللطيفة. ومن بين ممارسات رعاية الذات التي تستهدف الجوانب الداخلية للذات (الوعي اليقظ بالذات) والتعاطف مع الذات، وتهدئة الذات، والبدنية والروحانية، وتشمل أيضاً رعاية الذات اليقظة التأثيرات الخارجية إذ يتخذ الذين يزدهرون بعض الخيارات المناسبة بشأن بينتهم (Cook-Cotton ٢٠١٥:٤)
- ومن الفائدة من الممارسات التي تساعد على التناغم منها:
- أدوات رعاية الذات تعزز القوة الداخلية والمرونة (القدرة على التحمل)، وتتعارض هذه الممارسات مع الحكم على الناس لعدم ملائمتهم للمثل الاسرية والمجتمعية والثقافية، هذه الممارسات تُكرم الجسد وتشجعه للحفاظ على الصحة الجسدية والعقلية (الجنابي ٢٠٢١: ٩٨)
 - تتضمن هذه الممارسات وجود تصور واسع للجمال والتعاطف مع الذات والروحانية والحب والراحة التامة (Tylka ٢٠١٢:٦٦٠)
 - تشمل هذه الممارسات على التناغم بين جوانب الذات الداخلية (الفكر، المشاعر، الجسد) عن طريق وضع مخطط معرفي يقبل جميع الاحجام والاشكال والاجسام والصفات الفريدة فضلاً عن التكافؤ العاطفي للمحبة واللفظ تجاه الذات (Cook-Cotton ٢٠١٥:٦)

نظرية موتكوف (٢٠١٣-٢٠٢٠) Motkov

يطور المنظر أوليغ إيفانوفيتش موتكوف Oleg Ivanovich Motkov مناهج نظرية وبحثية جديدة لفهم ودراسة شخصية جديدة لعالمنا النفسي، هي الشخصية المتناغمة؛ وذلك عن طريق مجموعة من طرائق البحث والتشخيص لمستويات التناغم لمختلف جوانب الشخصية. وأحد المكونات المهمة لهذه النظرية يكمن في تطوير الأفكار حول التناغم النفسي، وحول البنية المتناغمة للشخصية وحياتنا، وفي علم النفس الروسي لم يتم إتقان أو دراسة هذا المفهوم بشكل كاف من الناحية النظرية والتجريبية للشخصية؛ لذا يقوم المنظر بإجراء دراسات منهجية لتناغم شخصية الطلبة في المدارس والمدرسين والمرشدين وعلى عينات أخرى من المجتمع. فالتناغم هو حالة يمكن تحقيقها بشكل واقعي في الحياة، فهذه تجربة ناجحة مبدئياً لنشاط الحياة الأمل التي يجب أن تتحول تدريجياً إلى نمط حياة طويل الأمد ومستدام (Motkov ٢٠١٣:٣٧).

يرى موتكوف أن الشخصية المتناغمة إختيار الفرد بأن يعيش لنفسه، محققاً السعادة والاستقرار النفسي، وعندما تنعكس هذه السعادة خارجياً يتحقق الاستقرار مع الآخرين، وعندما لا يتحقق الاستقرار

الخارجي، يسعى الشخص إلى التناغم الداخلي بعيداً عن القلق، ومهتماً بسعادته الشخصية، وسعادة من حوله إلى الحدِّ بعيداً عن المشكلات غير المهمة، كما ان التناغم الداخلي والخارجي يوفر أرضية صالحة وخصبة لتلقي الافكار حسب احتياجات الفرد، بشرط ان تتناسب تلك الأفكار مع قدرات الفرد وظروفه (Motkov ٢٠١٣ :١١)

والشخصية المتناغمة ذات أهمية عالية، وأن حياة الفرد ليست دائماً مطلقاً، بلَّ الكمال فيها نسبي، وإنَّ النسبة المثالية لهذا النوع من طموحاته والصفات المختلفة التي يسعى الفرد إليها لتحقيق الشخصية المتناغمة في الحياة الحالية مع وجود بعض الخصائص الداخلية والخارجية لحياته التي تعد ضرورية للفترة الحالية، وإنَّ التناغم خاصية ديناميكية للشخصية، وللإحتفاظ بهذه الشخصية يتطلَّب من الفرد أن يكون معتدلاً ومتوازناً في حياته اليومية. وأنَّ الوصول الى المثالية في الحياة المتناغمة تعني حياةً طويلة ومبدعة وصحيّة بشكل عام؛ جسدياً وعقلياً وروحياً واجتماعياً، مع مستوى مثالي من التناغم مع الذات ومع الآخرين والعالم المحيط، إذ يمكن وصفها بأنَّها حياة تتدفق على النحو الأمثل، وتكون متوازنة بشكل جيد هنا، والآن مع المتطلَّبات الداخلية والخارجية، وفي الوقت نفسه يجب أن تكون هناك عواطف وأفعال سلبية منفصلة، رشقات من العواطف القوية. لكن يمكن التحكم فيها بشكل عام ولا تضر الأفراد كثيراً (Motkov ٢٠١٦:٥٠).

وعلى هذا فإنَّ الشخصية المتناغمة ككلَّ شخصية متوازنة على النحو الأمثل، أهم خصائصها تحقيق السعادة، مثل هذا الشخص السعيد تهيمن عليه مشاعر التناسب، وإمتلاء الحياة، والهدوء، والشعور بالحياة المثيرة. يضع نفسه في مهام معقدة وصعبة في بعض الأحيان، ولكن ليست شديدة الصعوبة. والشخص المتناغم لا يضع لنفسه هدفاً للوصول إلى الحدِّ الأقصى في شيء ما. يركز أكثر على الحفاظ على العملية المثلى للحياة؛ أي يركز أكثر على معايير عملية الحياة، وليس على بعض النتائج الموضوعية المحددة. على الرغم من أنَّ الإنجازات مهمة للغاية بالنسبة له (لكنها ليست أهم شيء). إنَّه حكيم ويدرك أنَّه يجب أن يكون في عملية حياة إبداعية ومتنوعة خلال الفترة بأكملها أطول فترة ممكنة تسمح بها الطبيعة، أن يشعر بنفسه متكاملًا وصحيًا، وهو أكثر أهميّة من تحقيق بعض النجاحات المرموقة للغاية (Motkov ٢٠١٨:٦٧)

وأنَّ الشخصية المتطورة بشكل متناغم هي متغير من شخصية متطورة؛ إي شخص ذو نمو موحد من جميع الجوانب، ويعيش من دون صراعات داخلية، مع تناغم داخلي وخارجي. مثل هذا الشخص جيد ومتمتع بالحياة على الأرجح، تمامًا. ولكن إذا لم يكن الأمر كذلك، وشخص ما ليس لطيفًا معه، فهو لا يهتم حقًا، الشخص الذي وجد التوازن والتناغم يمكن أن يكون دائمًا شخصيّة متناغمة. هذا المفهوم له معناه الخاص في كلِّ قرن وثقافة، لذلك من الصعب تحديد ما هو بالضبط، بشكل عام، يعني هذا المفهوم

التطور الجمالي والفكري والجسدي والأخلاقي للإنسان. بالطبع، لا يمكن تطوير كل الأشخاص الذين وجدوا التناغم بالتساوي في كل المجالات (Motkov ٢٠١٩:٤٩).

وأن من شروط تكوين الشخصية المتناغمة الإرادة التي تسعى بالفرد إلى استثمار الإمكانيات. ومع ذلك من الصعب تحديد الشروط اللازمة لذلك بالضبط، لأنّ هناك الكثير منها يتم اختيارها بشكل فردي؛ لتصبح شخصية متطورة بشكل متناغم تحتاج إلى إثراء معرفتك ومشاعرك، وكذلك الانتباه إلى تكوين الإرادة؛ لهذا لا تحتاج إلى التركيز فقط على قدرة أي فرد، لأنّ هذا يجب أن يغطي العالم الداخلي للفرد بأكمله (Motkov ٢٠١٨:٣٨).

وبادئ ذي بدء، يجب أن يتحكم الفرد في نفسه، وإلا فلن يكون قادرًا على ربط رغباته واحتياجاته الشخصية بالمتطلبات الاجتماعية. ومن الممكن تطوير مثل هذه السمة في الشخص بفضل الجوائز والثناء من قبل المحيطين به والذين يهتمون به في حياته. (Motkov ٢٠١٨:٣٩)

إنّ التطور الشامل والمتناغم للشخصية أمر مستحيل دون القدرة على الإنصياع للمتطلبات الخارجية، وكذلك القدرة على التوقف في الوقت المحدد، وعدم الاستسلام لدوافع المرء الثانية. وهناك تقنية ممتازة تساعد على أن تصبح الشخصية متناغمة بشكل شامل، وهي تتألف من ثلاث ممارسات يحتاج كل فرد إلى تعلم الالتزام بها؛ وهي: ضبط النفس، والقدرة على التعامل مع المشاعر والتحكم فيها، القدرة على تحليل أفعالك واستخلاص النتائج، بفضل هذا، يمكنك فهم رغباتك، وإعطاء الإجراءات والوعي والمسؤولية، والقدرة على تحليل أفكارك طوال الحياة، تحتاج دائمًا إلى السعي لتحقيق المثالية، والشخصية المتطورة بشكل متناغم هي التي تسعى إلى الوصول إلى الكمال على أنه غاية الشخص الذي يقبل نفسه ويعيش في وئام وتناغم، ويستطيع التحكم في رغباته وتحقيق المزيد منها، يمكن أن يعد نفسه المثل الأعلى الذي اخترع في العصور القديمة، ثم انتقل من عصر إلى عصر، على أنه شخص متناغم ومثالي إلى حدّ ما (Motkov ٢٠١٨:٤٠).

والشخصية متناغمة وتطورها وقوتها وحريرتها الداخلية والرغبة في معرفة العالم من حولك والتعرف عليه هو ما تحتاجه حياة سعيدة ومليئة بالأحداث، تحتاج إلى السعي لتحقيق ذلك إذا كنت تريد أن تعيش حياة متناغمة وجيدة وسعيدة. وأنّ الشخصية المتناغمة هي سمة الشخص الذي يتمتع بتنظيم أمثل لشخصيته، مع علاقات إيجابية في الغالب مع الناس والطبيعة، مع الأداء والتطور الأمثل. لقد طور الفرد إحساسًا بالتناسب، والإثارة، وثراء الحياة، وقيم التناغم الداخلي والخارجي، والقيم الروحية وتنفيذها ولديه تقدير ذاتي مستقر و مناسب، ونمط حياة منظم على النحو الأمثل (Motkov ٢٠١٩:٥٠).

وإنّ من الضروري للإنسان أن يتطور بشكل شامل من أجل أن يكون مصداقًا صادقًا للشخصية المتطورة، فيكون مثاليًا يُحتذى به وليس فقط شخصًا عاديًا، ومن الطبيعي أن يسعى الإنسان إلى التناغم

الداخلي، الذي يؤدي إلى السعادة، وتعد الشخصية المتناغمة بأكثر الطرائق إيجابية. ويبدو اختيار التناغم الداخلي طبيعياً، لكن هذا الاختيار ليس الخيار الوحيد الممكن وغير القابل للجدل. إن مسار التطور ليس واحداً، فمسارات نمو الفرد وتطوره عديدة، واختيار التناغم الداخلي يحاذيه اختيار تناغم خارجي. هذا خيار مختلف تماماً، وصعب للغاية. هذا هو السؤال: "من أعيش؟ من هو محور حياتي؟ أو هل تركز على نفسك، على الشعور بالتناغم الداخلي - أو على المتطلبات الخارجية- تناغم خارجي؟ إذا كان الشخص يسعى لتحقيق التناغم الداخلي، فإنه يركز على نفسه، وإذا أصبح التناغم الداخلي هو القيمة الرئيسية والقيمة الجوهرية، فإنّ هو نفسه، وتناغمه، وإشباع احتياجاته في قلب حياة هذا الشخص. وهذا الشخص هو الذي يقوم بمهامه قبل أن يقوم بشيء أعلى بالنسبة (للأسرة، المجتمع). هنا الشخصية تأخذ وظيفة الأداة والوسيلة، وتُبنى الشخصية بشكل هرمي، لا تسترشد بإحساس التناغم الداخلي، بل كذلك بجودة خدمة الهدف الخارجي أيضاً. والشيء المهم هو أن مسار الخدمة قد لا يكون على الإطلاق الجلجلة، بل يمكن أن يكون طريقاً لشخص متناغم داخلياً تماماً، يمكن أيضاً أن يكون الشخص الموجه نحو الخدمة متناغماً، لكن التناغم بالنسبة له هو وسيلة وليس غاية. ويطور هذا الشخص ذو التوجه الخدمي نفسه حسب الضرورة للمهام التي تواجهه، لا يعيش فقط من أجل نفسه، وتناغمه الداخلي ليس أهم قيمة بالنسبة له. التناغم الداخلي قد يكون أو لا يوجد؛ في شكل الخدمة التي يقدمها، هذا ليس مهماً. فالشخصية المطورة هرمياً لا تبني نفسها وفقاً لملاءمتها، ولكن من أجل تحقيق هدف معين (Motkov ٢٠٢٠:٧٠).

والشخصية المتناغمة هي إختيار الشخص الذي يعيش لنفسه، فيعيش سعيداً مستقراً نفسياً، ومن ثم تنعكس السعادة خارجياً، ويتحقق الاستقرار مع الآخرين، ولكن إذا لم يتحقق الاستقرار الخارجي، فلا يدعو ذلك إلى القلق بالاستناد إلى التناغم الداخلي المتحقق أصلاً؛ لذا يسعى الشخص المتناغم داخلياً إلى سعادته الشخصية، ويهتم بسعادة من حوله إلى الحد الذي لا يواجه فيه مشاكل غير ضرورية معهم. ومع ذلك، إذا كان التناغم بين شخص أو شخص ما يرضيه، فسوف يعتني بالآخرين بسهولة ويسر، والإنسان المتناغم يسعى إلى السعادة، لأنه في الحالة السعيدة يسهل عليه العيش، ويسهل العيش معه، وهذا ما يعزز التناغم الخارجي بالنسبة إليه. ومن شروط تحقيق التناغم داخلياً توافر بيئة خارجية غنية بمتطلباته، ويجب أن يكون هناك تنوعاً في كل شيء، من هنا يشرع الشخص بالتفكير، ومن ثم الأنشطة السلوكية التي ينبغي أن تتمتع بنوع من الاستقلال؛ فالتطور الشخصي محكوم بعدة أشياء من أهمها مواجهة التحديات، والتغلب عليها على نحو فردي، الأمر الذي يعزز الثقة بالنفس، ويجعل من الشخص أكثر قوة من الجانب الروحي والنفسي، ومن ثم تكون مشاركته في التواصل مع الآخرين جزءاً من تحقيقه للتناغم الخارجي. (Motkov ٢٠٢٠:٦٠).

ويهيئ التناغم الداخلي والخارجي أرضية خصبة وصالحة لتلقي أفكار التطور، ويُحدّد اتجاه التطور على وفق احتياجات الفرد نفسه، على أن تكون تلك الاحتياجات متناسبة وقدرات الفرد وظروفه، فمن مخرجات التناغم تحقيق الإنجازات بما يتناسب وقدرات الفرد، ووسعه، فالاهتمام بكل الأشياء والسعي إلى تحقيقها تجعل الفرد ضعيفاً، فالنجاح مقرون بالتخصص، فليس معنى التطور أن يكون الإنسان فاهماً للأشياء كلها، بل من مصاديق التطور النجاح بالعمل الذي يزاوله، فمن سمات التناغم الشخصي داخلياً وخارجياً اتقان القليل من توجّهات الحياة، الأمر الذي يهبط بمستوى نقاط الضعف إلى أدنى مستوى ممكن، ويحقق أعلى الإنجازات في أي مجال يخوض غماره، فالتناغم يعني تحقيق إنجازات كافية حيثما كان ذلك مفيداً (Motkov ٢٠١٨: ٤٢-٤١).

والشخصية المتناغمة لا تحتاج إلى جهد أو وضع خارق، بل كل ما تحتاجه مزيج متناغم من كلّ شيء، مزيج من العمل العقلي والبدني، والإلمام بعدد من الفنون، ويتم تحديد مقدار التناغم بواسطتها، وليس عن طريق المعايير أو المتطلبات الخارجية صعبة التحقيق. إذا أصبحت مكتفياً ذاتياً، فمن أجل السعادة الشخصية، لم يعد التطور اللاحق مهماً على وجه الخصوص؛ لأنّ اختيار الشخصية المتطورة بشكل متناغم يكمن في الأصالة والولاء والإبداع أولاً وقبل كلّ شيء، يكفي أن تكون بصحة جيدة. (Motkov ٢٠١٦: ٢٨).

وأنّ الشخصيات المتناغمة في معظم الأحيان تتميز بموقف أخف وزناً اتجاه الحياة، إنّها نشطة، ومتفائلة، وأسهل في إدراك المواقف الصعبة. وهؤلاء الناس لديهم قيم روحية واضحة للغاية: الأخلاقية والجمالية والمعرفية والإبداعية. يشعرون بالجمال من حولهم، وهم يشعرون بالوحدة مع العالم بأسره، فهم يحبون التواصل مع الطبيعة. إنّ الناس المتناغمين يلتزمون بمبادئ أخلاقية واضحة، لا ينتهكون معايير السلوك المقبولة عموماً. يتميزون بالانفتاح والاهتمام في جوانب مختلفة من الحياة، إنّهم عموماً لديهم موقف إيجابي اتجاه الذات واتجاه الناس جميعاً، وإظهار دائرة أصدقائهم ومعارفهم، وإظهار الاستجابة للآخرين في الأعمال والعلاقات، وتفضل التعاون على التنافس. كما أن لديهم بعض التناقضات الداخلية والخارجية، ومع ذلك، فإنّ هذه التناقضات لا تمنعهم من بناء العلاقات المثلى وأسلوب الحياة الصحي والمتناغم. وتتيح لك هذه الصفات تجربة إجهاد أقل، وبناء علاقات إيجابية مع نفسك ومع أشخاص آخرين والعالم ككلّ، مصحوباً بتطور وأداء مثالي في الغالب (Motkov ٢٠١٨: ٤٥).

ثانيا : مهمات الحياة life Tasks

إنّ مهمات الحياة Life Tasks فهي بحسب تعريف كانتور (Cantor ١٩٩٨) أفعال يقوم بها الأفراد تؤكد ممارسات شخصية لأن لها علاقة بالاختلافات والفروق الحاصلة في شخصية الأفراد ويعتقد أن الشخصية تؤلف وتكون جزئياً المهمات الضرورية التي تنظم فعاليات الحياة اليومية وتبنيها (Cantor & Harlow ١٩٩٤: ٣٨٩).

ويختلف هذا المفهوم حول الشخصية عن المفاهيم القديمة عنها، ويذكر علماء النفس بان هذه الاتجاهات تعد الصفات التي يمتلكها الأشخاص، وان التأكيد على الاتجاهات هو تأكيد على ما تمتلكه الشخصية ومن وجهة نظر كانتور هناك ثلاث مشكلات معروفة لدى الراشدين وهي التحصيل الأكاديمي أو المهني والحياة الاجتماعية والعلاقات الأسرية، ويطور الأفراد عن طريقها أنواعاً عدة للشخصية منها بناء استقلالهم وهو الهدف العام وهو مهمة Task تحمل الاستقلال المادي وهو هدف عام كذلك لشخص آخر في الحماس والتمسك بنظام الدعم الانفعالي الخاص به أو بها وهو هدف عام لشخص ثالث تكون مهمته Task الحياتية الرئيسة في تحقيق الاستقلال الذي يتمثل بتوجيهه وبذل الجهود لتطوير الهوية الشخصية التي ينفصل بها عن توقعات والديه (Cantor ١٩٩٤: ٣٩٩).

وتشير كانتورو ماكنشن (Magnussion ١٩٧٧) (Cantor ١٩٨٥) إلى أن توصيف الناس يأتي عن طريق سياق حياتهم اليومية ومن المهمات الحياتية التي يحاول الناس إنجازها كما رأتها كانتور التي تركزت بعمامة على الفعل الشخصي وفي البيئة الاجتماعية المحيطة وقد بين ماكنشن (١٩٧٧) ان هناك معايير لمهمات الحياة يُبحر عن طريقها الأفراد فتعطي معنى شخصياً حول أهمية سلوكيات معينة لديهم منها: قوة الموقف وخصائص الأفراد. وأن التفاعل بين الشخص والموقف الذي يتعرض له يركز على: العمليات المعرفية التي بوساطتها يقوم الأفراد بتفسير المواقف المختلفة بدلالة المهمات الحياتية أو المشكلات المرتبطة بهذه المهمات الحياتية التي تثيرها تلك المهمات المعرفية الذاتية التي يستعملها الأفراد في تشكيل بناءاتهم المعرفية المستعملة لتناول المشكلات مثلما تم بناؤها. (Magnusson ١٩٧٧: ٣).

ان اعتماد المهمات الحياتية المتولدة ذاتياً وتحديد المشاركة للفعاليات والمواقع المتعلقة بالمهمة لا يعني أن الأشخاص جميعهم لديهم وعي جيد للمهام كلها التي يقومون بها (Cantor ١٩٨٧: ١١٨٠).

من وجهة نظر كانتور (Cantor ١٩٩٤) وإن تركيبة الأهداف قد أعطت شكلاً ومضموناً المفهوم معنى الحياة وبهذا سعى علم النفس الإنساني الذي فهم ومنذ زمن طويل على أنه عنصر أساسي في عمل الإنسان وقد أكد العلماء على أن الحياة تصبح بلا معنى ومن دون أهداف وهذا ما يحاول أي شخص القيام به فالأهداف الشخصية هي إشارات توجه الشخص إلى الأشياء ذات القيمة وذات المغزى إلى ما هو هادف وهذا لا يعني بأن الأهداف تعطي معانٍ أو حتى تسهم في الشعور بالمعاني لأن الكثير منها أهداف تافهة وليست جدية ومع ذلك فإن من الضروري أن تكون هناك قابلية للإسهام في الشعور بأن الحياة لها معنى (Cantor ١٩٩٤ :٣٠٠).

وذكرت كانتور ونوريم (Cantor & Norm ١٩٨٧) بأن التناقض والاختلاف بين أفكار الشخص الحقيقية والهدف الذاتي يمكن أن يرتبط إيجابياً بمشاعر الحزن والاكتئاب (Cantor & ١١٧٨) (Norem ١٩٨٧):

وفي دراسة أخرى لكانتور وآكر وفلانجان (Cantor & Acker ١٩٩٢) ذكرت فيها أن متابعة الأهداف الشخصية يترافق مع درجة من القلق والاهتمام والانشغال وأن الدرجة العالية من الصراع المتولد في متابعة أهداف الحياة يرتبط بالضغط المتزايد والأعراض النفسية السلبية وانخفاض الانفعالات الإيجابية والتركيز على الصعوبات وكذلك أظهرت النساء ذوات الصراع الأعلى اهتماماً أكبر بالأحداث الأكاديمية وتركيز أكثر على الجوانب الفردية المشتركة لمهمة العلاقات الاجتماعية (Cantor & Acker & Flannagan ١٩٩٢: ٥٦٠).

واتسقت هذه الدراسة مع نتائج دراسة كولنز وريبرز (Collins & Reads ١٩٩٠) في إن ذوي القلق العالي في العلاقات العاطفية قد يشعرون بسيطرة قليلة على نتائج مهماتهم الحياتية (Collins & Reads ١١٨١ : ١٩٩٠).

وقد ناقش سنايدر (Snyder ١٩٨١) أن الناس يميلون إلى انتقاء (اختيار) المواقف التي تتلاءم مع ميولهم الشخصية الخاصة بهم (Snyder ١٩٨١: ٢٢٥).

ودراسة جيلجان (Gilligan ١٩٨٢) التي افترضت أن النساء في مرحلة المراهقة المتأخرة يملن إلى متابعة مهماتهن الحياتية بشكل أكبر وأحياناً يحتجن الإحساس بالهوية الشخصية عن طريق الاعتماد المتبادل مع الآخرين وفيما يتعلق بذلك فإن الخبرات الإيجابية نسبياً للنساء ما هي إلا خبرات تزيد من ثقافتهم (Markus & Oyserman ١٩٨٩: ١١٨).

وهناك دراسة هريرو ومارتن (Herero & Martin ٢٠١٢) التي أشارت إلى أن المجال الوظيفي مثل التقاعد له تأثير في التكامل الاجتماعي للنساء ورضاهن بالدعم الاجتماعي فقد وجدت نتائج الدراسة أن ربات البيوت يعانين من معدلات متزايدة من أعراض مرضية حادة أو مزمنة ويعانون من حالة صحية سيئة بالمجمل موازنة بالنساء العاملات ونتجت الدراسة كذلك أن التطبيق والممارسة

الحصرية للعمل تؤدي إلى مشاكل خطيرة في المحيط العائلي والثقافي والاجتماعي ومجالات العمل الاقتصادية فضلا عن تأثيرها في ذواتهن واستقلالهن ووقت الفراغ لديهن فضلا عن شعورهن بخطر الكآبة ولم تلاحظ النتائج اختلافات في الرفاهية الشخصية لديهن موازنة بالنساء العاملات خارج البيت وأظهرت النتائج كذلك أن المتقاعدين بشكل طوعي هم أسعد من الأشخاص العاملين ويكونون بصحة جيدة ومحققين ومشاركين في فعاليات مختلفة (Herero & Martin ٢٠١٢:١٥٣).

وقد عرف شيلدون وريان وديسي (Sheldon & Ran & Deci ٢٠٠٤) الأهداف الداخلية بأنها ملاحظات (أي أحدهما دائماً تسبق الثانية) متطابقة بعامة مع الحاجات النفسية للانتماء والاستقلال الذاتي والكفاية على نحو موازن بينما الأهداف الخارجية تُعنى بمبدأي الحصول على مكافأة ما أو أطراء أو مديح اجتماعي أو شخصي لأنها عادة ما تكون وسيلة لغاية أخرى أو تعويض عن مشكلات في إشباع حاجات معينة (Sheldo & Ryan & Deci ٢٠٠٠:١٣٤) أما الاستقلال الذاتي (Self-Autonomy) فهو الدرجة التي يشعر بها الأشخاص بأنهم مخيرون في ملاحقة أهداف معينة (Mehrotra ٢٠١٠:١٣٣-١٤٥).

ولهذا فإن إدارة مهمات حياتنا سوف تمكننا من توقع ما تستحقه الذات (Self-Verification) وكذلك تنمي قدراتنا الاجتماعية في تقديم الدعم الاجتماعي الى الآخرين أوقات الاجهاد والضغط وتستطيع استثمار عالمنا الاجتماعي بطرائق مفيدة نتيجة مواجهتنا للأزمات والتحويلات الحياتية الصغيرة والكبيرة (Cantor & Norem ١٩٩٨:٢٧٦) ورأى المحللون النفسيون (الفرويديون الجدد) أمثال هورني (Horney ١٩٤٥) وأدلر (Adler ١٩٥٤) ويونغ (yung ١٩٥٣) إن للصراع تأثيراً مهماً في الشخصية بغض النظر عن كونه نتاجاً اجتماعياً يمكن ان يكون بين الأشخاص، وأن التوقعات النفسية للأفراد تؤدي إلى التطور أو المعاناة نتيجة الصراع في مستوى معين كما اقترح توريل (١٩٧٤) (Turiel) بان التطور الإنساني اعتمد الصراع الناشئ وصولاً الى التوازن في موازين القوى في الحياة (Horney ١٩٤٥ :١٦٢).

لقد وجد بنبيكرز (Pennebakers ١٩٨٥) كذلك إن الأفراد الذين ليس لديهم ثقة بالأحداث الحياتية الصعبة والصادمة وربما من المحتمل أن تتطور لديهم أمراض جسدية فيما بعد مثل نوبات الأنفلونزا (Flus) والقرحات (Ulcers) والإصابات النفسية (Respirabry) وعلى وفق بينيكرز يمثل كبح (Inhibit) الحالات العاطفية (الانفعالية) التي هي عملية فعالة ودفاعية تتخذ طول الوقت عملها في الجهاز العصبي الذاتي (Autonomies Nervous System) تحمل على تأثيرات سلبية كبيرة في الجسم الإنساني، وصراعاته الخاصة وهو متداخل ومرتبط بالرغبة في الإنجاز أو عدم الإنجاز، وان فالصراع بين أي من الهدفين يحدثان تناقضاً بأتجاههما ذلك لأن متطلبات الحياة كثيرة

والأهداف الحياتية تكون بعضها ذات جاذبية وبريق تستلزم الصراع من أجلها، (١٧٨:١٩٨٥ Pennebaker).

ولكي نفهم مهمات الحياة لابد من التفريق بينه، وبين بعض المصطلحات التي لها صلة بالحياة من مفاهيم نفسية يكثر تداولها في علم النفس وبيئتها الباحثة على هذا النحو

المفهوم المتداول	المعنى العلمي له
المهارات الحياتية Life Skills	المهارات الأساسية التي لاغنى للفرد عنها ليس فقط لإشباع حاجاته الأساسية وإنما من أجل مواصلة البقاء واستمرار التقدم وتطوير أساليب معيشة الحياة في المجتمع (عمران وآخرون ٢٠٠١ : ١٠). أو هي مجموعة من العمليات والإجراءات التي عن طريقها يستطيع الفرد حل مشكلة أو مواجهة تحدي أو إدخال تعديلات في مجالات حياته (Jones ١٩٩١: ١٣)
إدارة الحياة Life Management	إشتقت هذه الكلمة من الإغريقية والتي تعني البراعة، فهي تعبر عن خطة أو فعل يمثل مجموعة إجراءات متفق عليها إذ يكون الفرد واعياً لحل معضلة ما أو إنجاز هدف (ريبر وريبر ٢٠٠٨: ٦٤٣). وهي إفتراض مركزي يقصد به كيف يدير الأفراد حياتهم بنجاح عن طريق أربعة عمليات تطويرية منتظمة وهي الانتقائية، والانتقائية على أساس الخسارة والتعظيم والتعويض بحيث يمتلك الفرد القدرة على تفعيلها في حياته (Baltes & Freund ٢٠٠٢: ٦٤٢). أذ هي ذلك الإفتراض المركزي يقصد به كيف يدير الافراد حياتهم بنجاح عن طريق عمليات تطويرية منتظمة مثلا الانتقائية على أساس الخسارة والتعظيم والتعويض بحيث يمتلك الفرد القدرة على تفعيلها في حياته (نصيف، ٢٠١٢: ٢٠)
ضعفوت الحياة life Stress	الضغط هو التعرض للمشكلات او احداث تواجه الفرد وتحدث ارباكا في توازنه نتيجة تهديده او تحديه وتتطلب منه القيام بجهود إضافية للعودة الى توازنه والمحافظة عليه (الحلو ١٩٩٥: ١٦)
مهارات الحياة ١٩٩٥) (Barker)	هي المجاهدة والكفاح من اجل التغلب على المشكلة التي يواجهها الفرد في موقف ما من حياته والتكيف مع الظروف التي تطرأ عليها ومواجهتها وادراكها والقدرة على حلها (Barker ١٩٩٥: ٣٥)
الرضا عن الحياة Life) (Satisfaction	هو تقدير عام لنوعية حياة الشخص حسب المعايير التي انتقاها لنفسه (Shin & Jonson ١٩٧٨: ٤٧٥) قدرة الفرد على التكيف مع المشكلات التي تواجهه والتي تؤثر على سعادته. (بسيوني ٢٠١١: ٧٥)

<p>هي الطرائق والوسائل التي تعين المرء على الإفادة القصوى من وقته في تحقيق أهدافه وخلق التوازن في حياته ما بين الواجبات والرغبات والأهداف (Lerner & Locke ١٩٩٥:١٣٨)</p> <p>عن صياغة الهدف الشخصي الحكمة wisdom التي تأتي من عدد من الخبرات العملية والبحث هي السيكولوجي لمساعدتك في توجيه قراراتك الشعورية واللاشعورية نحو النجاح، دافعتك وبناء اللازمة لتحقيق أهدافك الشخصية والمهنية</p> <p>(Audia Locke &Smith ٢٠٠٠: ٨٧٣).</p>	<p>صياغة الهدف</p>
<p>فهي إستراتيجيات يعتمدها الفرد عند مواجهته حدثا يؤثر في توازنه وذلك عن طريق تقويم هذا الحدث معرفيا (الطو١٩٩٥:١٧)</p>	<p>التعامل التعامل مع الضغوط coping with stress</p>
<p>هو شعور الفرد بالرضا و السعادة والقدرة على اشباع حاجاته عن طريق ثراء البيئة ورفي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن ادارته للوقت والإفادة منه (بكر ٢٠١١: ١٤)</p>	<p>جودة الحياة Quality of life</p>
<p>هو حالة يسعى الانسان الى الوصول اليها لتضفي على حياته قيمة ومعنى يستحق العيش من اجلها ويحدث نتيجة اشباع دافعه الأساس المتمثل بإرادة المعنى(العامري ٢٠١١: ١٨)</p>	<p>معنى الحياة The Meaning of life</p>

نظريات التي فسرت مهمات الحياة أولاً: نظرية أدلر (Adler ١٩٢٩) في مهمات الحياة

وضع (أدلر Adler) ثلاث مهمات حياتية مركزية لفهم النمو الإنساني والذي عمل على وفق ثلاثية العقل والجسد والروح، وتكون كلا متفاعلاً متكاملًا في أسلوب الحياة ويقصد انتمائه الاجتماعي وقدرته على التحليل والإستيعاب. وإذا فهمنا السلوك المدفوع عن طريق الإختيار الذاتي يستطيع الأفراد أن يغيروا أهدافهم وتصرفاتهم (١٦: ١٩٥٤ Adler).

وتشكّل نظرية أدلر Adler النواة الأولى لعلم النفس الإيجابي والصحة النفسية فيما يتعلق بإسلوب الحياة والمهمات اللازمة لها. في وقت يرى العلماء أن الوراثة والبيئة تقدمان المادة الأساسية للفرد ليبنى عالمه إنطلاقاً من ذاته الإبتكارية Self-Innovative. إذ أن الفرد يبتكر عالمه ويضعه في حالة من الصيرورة التي تتخذ طابع مشروع للحياة. وهذا منظور إيجابي بنائي فاصل ومقرر على العكس من المنظور التحليلي النفسي لفرويد المنفعل والمتلقي (١٦: ١٩٥٤ Adler).

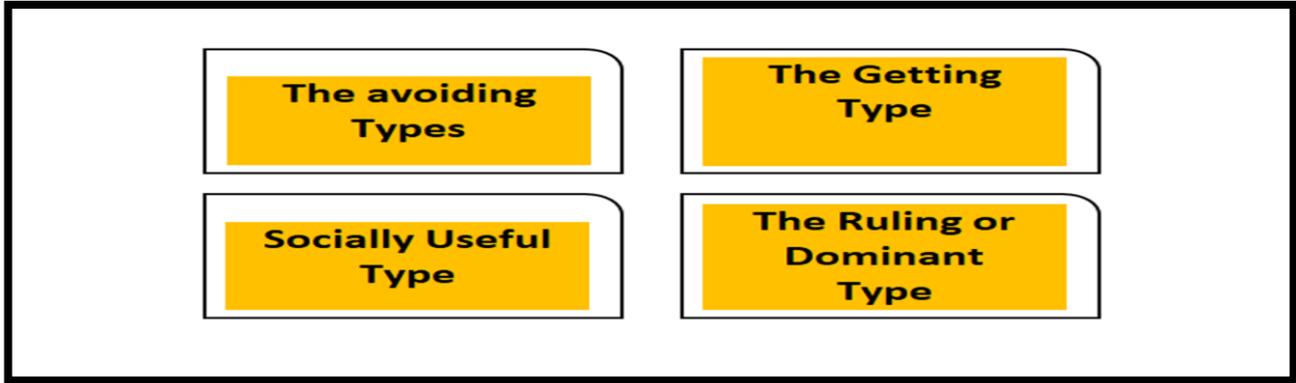
وقد وضع للإنسانية هدفاً نهائياً واحداً هو التفوق والكمال، وهناك تتضح أنواع كثيرة من السلوك يكافح بها الأفراد من أجل بلوغ الهدف، فكلّ فرد يعبر عن كفاحه من أجل التفوق بطريقة مختلفة، وكلّ شيء يقوم به ويسوغه ويحدده بأسلوب حياته اليومية، فهو يحدد أيّ جانب من البيئة في المواقف التي يمكن أن ينجح بها (نصيف ٢٠١٢: ٨٠).

وأهتم أدلر Adler بالتغلب على آلية التفوق والأناية، وكان أول المعالجين النفسيين في تقديم الصياغة التحليلية لصالح كفتين Chairs، ولم تكن طرقه محددة الى مابعد العلاج بلّ إمتدت الى مسألة الحدّ من المشاكل المستقبلية، التي شملت اسلوب منع تشجيع الإهتمام الاجتماعي والإنتماء والتحول الثقافي للعائلات والمجتمعات، ودعمها الذي يؤدي إلى إستئصال الدلال الزائد والإهمال المتفاقم إضافة للعقاب الجسدي. لقد كان أدلر Adler محافظاً على طريقته في هذا الأسلوب، وأطلق عليها إسم (مهمات الحياة life tasks)، والتي يرى أنّها وظيفة المجتمع في الصداقة والحب والجنس. ويعتمد نجاحها على التعاون Cooperation (١٧: ١٩٥٤ Adler).

وأعتقد أيضاً إن الإنسجام مع الآخرين هو أول مهمة يواجهها الفرد في الحياة وتكون الطريق في التعامل مع مشكلات الحياة اللاحقة، وأن حياة الأفراد لايمكن فهمها من دون الرجوع إلى علاقاته مع المجتمع وهذا الإعتراف يحتم عليه الإهتمام بالسياق الإجتماعي الذي يعيش فيه الفرد بوصفه ضرورة خاصة (صالح ١٩٨٨: ١٢٥). ومن هنا صوّر أدلر Adler نماذج من الشخصية تمثلت في:

- **الانموذج الحاصل The Getting Type** : يتمثل في الأشخاص الأنانيين الذين يأخذون ولايعطون ويكون هؤلاء الأشخاص غير إجتماعيين أو يمتلكون مستويات فعالية واطئة.

- **الأنموذج المتجنب The avoiding Types** : الأشخاص الذين يكرهون أن يكونوا منهزمين وربما كانوا ناجحين ولكن لا يصابون بخسائر أو تصيبهم مخاطر، ويكون لديهم تواصل إجتماعي واطى في حالة رفض الخوف أو الهزيمة بأية طريقة.
- **الانموذج الحاكم أو المسيطر The Ruling or Dominant Type** : هم من يناضلون من أجل السلطة ويرغبون بمعالجة المواقف أو التعامل مع الأشخاص أو إي شيء بهذه الطريقة (بالقوة والسلطة) ويكون لهذا النوع من الأشخاص سلوك غير إجتماعي.
- **الانموذج النافع اجتماعيا Socially Useful Type** : يكون فيه الأشخاص عاملين وفاعلين ولديهم إتصال إجتماعي كثير ويناضلون للقيام بتغيرات نحو الأحسن والأفضل، وأن هذه النماذج تتشكل في مرحلة الطفولة وتعد تغيرات في نمط الحياة (Adler ١٩٢٧:٩-١). الموضح في شكل (٣).



شكل (٣) أدلر Adler نماذج من الشخصية (٩ :١٩٢٧ Adler)

ثانياً: نظرية أسلوب مهمات الحياة لكانتور (Cantor ١٩٩٠) :

أسلوب الحياة على نحو عام وهو نمط مترابط من التقييم والتخطيط وإسترجاع الأحداث والجهد الذي يترجم أهداف الفرد ومعتقداته حول نفسه وتحويلها الى عمل فعال . وقد وضحت كانتور Cantor ثلاثة أساليب لإدارة مهمات الحياة، تتمثل في:

اولاً: القيود الاجتماعية Social Constraint

تعني التغلب على القلق الإجتماعي وأخذ توجيهات من الأشخاص والإعتماد عليهم عند إتخاذ قراراتهم المهمة في الحياة، وقد تشمل الابتعاد في أوقات معينة وجعلهم يتولون قيادة الأمور (Cantor ١٩٩٠: ٣٩٩). تشير كانتور وهيكلانسن (Cantor & Heckhausen ١٩٩٥) الى وجود ثلاثة انواع من القيود البنائية الإجتماعية وهي :

- القيود المرتبطة بفترة توقيت الحياة Life time-related.

القيود المرتبطة بفترة توقيت الحياة ترتبط بتوقيت الأهداف المستقبلية للفرد والتخطيط للحياة وأن يكون هناك توقيت نهائي للأشياء التي يحددها الفرد ثم يقوم بإنجازه في الحياة، وهذا ينعكس في الظواهر البنائية الإجتماعية والنفسية في مجال العلاقات الإجتماعية والظواهر الفيزيولوجية، اذ تشير الباحثة كرسنتينسين (Carstensen ١٩٩٥) في توجهاتها النظرية الانتقائية الإنفعالية الإجتماعية Socio Emotional Selectivity Theory التي إفترضت في أنّ الأفراد القريبين من الموت أو الذين يدركون نهاياتهم الأخيرة يقومون بالتركيز على العلاقات العاطفية الوثيقة التي تربطهم بالآخرين مع عائلته مع الأخذ بنظر الإهتمام واعطاء أهمية أكبر للعمل وعلاقات العمل (Heckhausen ٣٠) : ١٩٩٥ :

فاذا اخذنا بالحسبان المهنة كونها هدفاً تطورياً مستقبلياً للفرد في تخطيطه لحياته ضمناً فإنه سيتجه الى التفكير للضمان المادي ولتأمين مستقبله. وهذا ما يوفر الأمان النفسي والجسدي، ومما لاشك فيه إنه سيتجه الى وضع أهداف للمهنة ويجعلها من أهم تفضيلاته في الحياة التي يجب إنجازها على أساس فترة العمر وصولاً الى الشيخوخة. فالقيود المفروضة على الأفراد على وفق أعمارهم تكون في مدة معينة أكبر من مدة عمرية أخرى فمثلاً قيود العمل مرتبطة بالأفراد في أعمار الشباب ومنتصف العمر أكثر مما هي مرتبطة في عمر الشيخوخة. إذ يترتب عليها تباطؤ في تحقيق إنجازات مهنية للفرد ولعائلته. وقد إتفق العلماء على أن العلاقات ذات المضامين الإجتماعية تكون علاقات إيجابية مع الآخرين (Heckhausen ١٩٩٥: ٣١).

وأيدت دراسة لاكمان (Lackman ٢٠٠٤) هذا التوجه فقد تناولت تحديد المراحل العمرية التي تعرض الأفراد للتوترات والضغط وغياب الدعم والإسناد الاجتماعي وتولد لديهم الامراض النفسية والجسدية مع وجود الفروق بين الرجال والنساء في طبيعة التعاطي مع الظروف وشدة إصابتهم

بالمشاعر السلبية والأمراض (Lackman ٢٠٠٤ :٣٢٢). وفي وقت لاحق أثبتت الكثير من الدراسات والادبيات ومنها دراسة هيكهاوسن (Heckhausen ١٩٩٥) التي تحدثت عن المرحلة العمرية لتتمثل سنوات النضج النفسي والمعرفي والإنفعالي والاجتماعي وعلاقتها بمهمات الحياة. وأيضاً دراسة نيوكارتن (Neugarten ١٩٨٧) التي بينت وجود متغيرات شخصية وإجتماعية وتعد هذه المرحلة العمرية الذروة من الكفاية النفسية والاجتماعية (Heckhausen ١٩٩٣:٣٠).

- القيود على أساس العمر الزمني Chronological age – based

إن مراحل الحياة تتكون من المسؤوليات والواجبات التي تتكون من مراحل عمرية-stage age وطبقات عمرية (Riley ١٩٨٦: ١١٠) ويضم المجتمع معايير عمرية لأحداث الحياة التي لها أهمية إنتقالات للدور الإجتماعي وتوقعاته للأدوار التي سيقوم بها في الحياة (Hageste & Neugarten ١٩٨٥:)

فضلاً عن أن النمو البيولوجي للنضج يدفعان لوسيلتين في التأثير الإجتماعي، وهما المحافظة Maintain على الحياة والتحول Transform من مرحلة الى أخرى، وان مؤسسات الضبط الإجتماعي تفرض قوانين على الافراد لتحقيقها، فمثلاً تحقيق رفاهية الابناء والمراهقين وقوانين التقاعد كذلك النظام التعليمي وقوانين الخدمة المدنية والمهنية وتوقيت العمر. فهناك كذلك توقيتات سيئة أو جيدة للأهداف والانتقالات في الحياة مثلا العمر القانوني للدخول الى المدرسة او توقيت العمر القانوني للدخول في الخدمة العسكرية في المؤسسة العسكرية ، وان هناك اعماراً ملائمة لمهمات حياتية معينة موازنه بتلك غير الملائمة (Hagasted ١٩٨٥:٣٤)

- القيود المتسلسلة عمرياً Age-sequential

من منظور معياري فإنّ هذه القيود عندما تكون تمييزية وغير عادلة إجتماعياً فقد تفرق بالنوع Gender دون آخر أو متأثرة بالعرق والاثنية Race or Ethnicity. وتعد مبادئ الإنتقاء Selectivity والاختيار Choice والتركيز Focus مرتبطة بالقيود الاجتماعية في مسيرة الحياة. فالاختيار مرتبط بمجموعة من الاحداث الاجتماعية التي تعمل بوصفها آلية أو ميكانيزم يزودها المجتمع للفرد للتقليل من درجة التعقيد في الخيارات الشخصية الفردية في مراحل حياة الفرد، وبهذا فإن البناء الاجتماعي والتوقعات الاجتماعية قد تسهل على الافراد اتخاذ مسارات معينة محددة ومعروفة سلفاً بهدف الوصول الى الحدّ الاعلى من المكاسب والانجازات والمكافأة المتحققة وانه يحول دون الانجراف الى طرائق اخرى غير شائعة في المجتمع (Gealen ١٩٨١:٣).

ومن جانب آخر يجعل الافراد يتبعون مساراً معيناً وبمقدار أكبر من التوقعات ذات الطابع الايجابي والمكاسب والابتعاد عن المسارات غير المجدية أو قد تكون باهظة الخسارة او تكون ملائمة في توقعيات حدوثها ونتائجها (Gealen ١٩٨١:٣-٤).

ومن وجهة نظر كانتور وهارلو (Cantor & Harlow ٢٠١٣) عندما تكون لدى الأفراد القدرة في السيطرة على مهماته الحياتية فأن قلقه التوقعي Anticipatory anxiety يزول وبهذا سوف يخفف من تشاؤمه الدفاعي وتأهبه للأحداث ثم متابعة مهماته المهنية والأكاديمية بنجاح، وبالمثل فإن الناس الذين يستعملون أسلوب القيود الاجتماعية بإمكانهم أن يتوقفوا عن التفكير في اعتمادهم على الأفراد الآخرين ويتأملون في كيفية تغلبهم على أمور كثيرة لكي يشتركوا في الفعاليات الاجتماعية، وبهذا فأن صورة الذات الاجتماعية Social Image السلبية لديهم قد تصبح مع الوقت اقل تهديدا لهم وحتى الأساليب المحبطة للذات ظاهرياً إذا استعملت باعتدال وُعدت حلاً قصيرة الأمد فإنها يمكن ان تعمل بوصفها وظيفة فعالة تمكن الناس من ان يكونوا مشاركين فعالين في متابعة مهمات الحياة القيمة والمهمة وكذلك في نقل الخبرات التي قد تغير آراءهم وافكارهم واتجاهاتهم (Cantor ٢٠١٣:١٧٤). وجدول (١) يبين ذلك

جدول (١) أساليب مهمات الحياة للتوافق مع الحياة مهنيًا واجتماعيًا

ت	الخصائص	القيود الاجتماعية	التشاؤم الدفاعي	التركيز على النتيجة
١	المجال	اجتماعي	وظيفي واجتماعي	وظيفي اجتماعي
٢	العقبة او العائق	السلبية الذاتية	القلق	استجابة للنتائج السلبية
٣	العنصر الأساسي في الإسلوب	الاتجاه نحو الآخرين	عوامل معرفية التوقعية	السعي الى إعادة التوكيد في المواقف الاجتماعية
٤	الاثار الجانبية والتضحيات	المزيد من السلبية الاجتماعية	الجهد الانفعالي	خسارة الرضا الاجتماعي
٥	الطريق الى التغيير المفيد	التأمل في المشاركة الفعالة	المكاسب مقابل إيقاف الخسائر	ان يستجيب بشكل اقل للنتائج السلبية المهمة

ثانياً: أساليب التشاؤم الدفاعي Defensive pessimism

يشار إليها أنها إدارة القلق عن طريق توقع حدوث الاسوأ عند حصول أحداث مهمة مما يتوقعه الفرد ومحاولة تهيئة الذات لكي لايتفاجأ الشخص بحدوثها التي تسبب له خيبة الأمل والإحباط (Cantor ١٩٩٠:٤٠١).

لقد تم استخدام مصطلح التشاؤم الدفاعي في منتصف الثمانينات من قبل Nancy Cantor ليشير إلى نزعة الأفراد إلى التوقع السيئ للأحداث المستقبلية ، ما يهم ان الأفراد يعترفون بأن أداءهم كان جيداً

في مواقف مشابهة في الماضي، كما أن هؤلاء الأفراد يتخذون موقف الشخص المدافع عن التشاؤم دائماً في الفرد الذي يعتنق التشاؤم منهجاً في سلوكه، ولا يبدو أنهم يعانون من ضعف في قدراتهم أو في مستوى أدائهم نتيجة لاتجاههم السلبي (الأنصاري ١٩٩٨: ٦٧)، إذ يزيد من محاولات أداء الفرد للعمل ليؤدي بشكل جيد أي يتفادى الأحداث السيئة (Showers & Ruben ١٩٩٠).

ويختلف الباحثون حول كون التشاؤم الدفاعي يقدم وظائف إيجابية للناس الذين يستعملونه أم لا، وهذا الافتراض يناقض الأبحاث التي يرتبط فيها التشاؤم بنتائج سلبية، ويختلف التشاؤم الدفاعي من التفاؤل والتشاؤم على الرغم من أن التشاؤم الدفاعي يرتبط بسمة التفاؤل حتى أنه يقاس باختيار التوجه نحو الحياة، إلا أن هذه الارتباطات ليست عالية بما يكفي (الحربي ٢٠٠٠: ١٨).

في حين يشير (Cantor & Norem ١٩٨٩) إلى أن التشاؤم الدفاعي يخدم هدفين، الأول: حماية الذات التي أعدت نفسها لفشل متوقع، والآخر استثارة الدافعية لزيادة المجهود لتدعيم الأداء والتفكير الجيد، ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه (Sanna ١٩٩٦) بأن وجود توقعات منخفضة أو وضع معايير منخفضة للأداء تحقق أهداف المتشائم؛ لأنها تقلل من قلق الفشل المتوقع، لكن على الرغم من ذلك فإن المتشائم دفاعياً قد يركز أيضاً على الاحتمالات السالبة للحدث المستقبلي عن طريق توقعه المشهد السلبي بغض النظر عن توقعه للنتيجة، وهذا التركيز السلبي يدفع الفرد إلى زيادة مجهوده ليمنع حدوث هذا المشهد المتوقع فيما بعد، ومع ما أوضحه (Showers ١٩٩٢) بأن المتشائمين دفاعياً ربما يكونون قد خبروا نجاحاً في موقف ما في الماضي، لكنهم يدخلون الموقف مرة ثانية وهم يتوقعون الأسوأ. وتشير الكثير من الدراسات والتوجهات النظرية إلى أن التوجه المتفائل في الحياة يمكن أن يكون الأفضل في التعامل مع ضغوط الحياة موازنة بالتوجه المتشائم ولكن هناك أدلة تشير إلى أن أسلوب التشاؤم الدفاعي يمكن أن تكون فاعلة للتعامل الناجح مع القلق وتكون دافعه إلى الأداء. (Norem & illingworth ١٩٨٦).

وجدت كانتور ونوريم (Cantor & Norem ١٩٨٦) أن الأفراد الذين يستعملون أسلوب التشاؤم الدفاعي يمتلكون توقعات أقل في إنجازاتهم على الرغم من تجاربهم الحياتية السابقة المكلفة بالنجاح ويشعرون بقلق شديد ويكونون خارج السيطرة قبل ادائهم مهماتهم أو وظائفهم وتكون نظرتهم التفاؤلية ضعيفة، وتوقعاتهم قد تصبح تنبؤات تملأ الذات ويكونون في الوقت نفسه قادرين على مواجهة قلقهم عن طريق التركيز على توقعاتهم السلبية والتخطيط لمواجهةها، موازنةً بالمتفائلين الذين يسجلون توقعات عالية باعتماد تجاربهم الحياتية الناجحة سابقاً ويشعرون بإيجابية وهدوء وهم على مستوى السيطرة عندما يفكرون ويتصرفون بأداء عالٍ لمهماتهم ووظائفهم ويستمدون الدعم من تناولهم، ويعملون بجد عالٍ قد يصل في بعض الأحيان إلى الغرور بعد النجاح، ويدعون بالسيطرة على النجاح ويتجاهلون السيطرة على الفشل (Cantor & Norem ١٩٨٦: ٤٥).

أن الميزة الأساسية للتشاؤم الدفاعي هو أن التوقعات السلبية الموجودة في انجاز المهمات والاحداث تعمل بشكل ايجابي وبطريقة محفزة ودافعة، والافراد قادرون على السيطرة على ادائهم عن طريق القيام بالتخطيط لظروفهم ومواقفهم لكي يكون أدائهم على نحو مماثل لأداء المتفائلين، وان الافراد الذين يستعملون أسلوب التشاؤم الدفاعي في مراحل حياتهم سوف يقيمون إنجازاتهم لمهامهم الحياتية بدرجة أكثر سلبية من المتفائلين ولتوقعاتهم المستقبلية، وأن تفسيرات المتشائمين لذواتهم الحقيقية تعكس الفهم حول انجاز مهماتهم أكثر موازنة بالمتفائلين (Cantor & Norem & Brower ١٩٨٧:١٧٨١).

وإن استعمال التشاؤم الدفاعي ضمن مجال الانجاز يمكن أن يكون له (تأثيرات جانبية) لبناء النشاطات والفعاليات والتفاعل الاجتماعي والمزاج عامة ولهذا فإن فهم التكاليف والفوائد المحتملة للمواقف بوصفها دالة لأهداف الفرد الخاصة وللمواقف كذلك ، يجعل للأفراد قابلية على الاستجابة بمرونة في المواقف التي يمكن أن تكون مهمة لقدرتهم على التعامل الناجح مع مجموعة متنوعة من عوامل الضغط المحتمل مواجهتها ، وأن النظر الى التشاؤم والتفاؤل على انها مهمة يمكن أن يختارها الافراد بصورة محتملة في مواقف معينة يقود إلى التركيز على عملية التعامل الناجح في الحياة واحتمال التعديل أو التوافق Adjustment والتغيير (Cantor & Norem ١٩٨٩:٩٢-١١٢).

وقد ميزت كانتور وفليسون (Cantor & Fleeson ١٩٩٤) نوعين منها حول مهمات الحياة وهي التشاؤم الدفاعي Defensive pessimism والأخرى هي التفاؤل اللامع الوهمي illusory glow optimism وتشمل الأولى توقع حدوث مسألة سيئة مثل: انا سأفشل في هذا الامتحان والقلق للتحفيز الدراسي مثلا وديمومة استمرار المهمة. اما الثانية فتشمل تخيل حدوث مسألة جيدة أو أفضل مثلا سأفوق في هذا الامتحان إن هذا الحافز Incentive الايجابي سيحفز الدراسة، وأظهر باحثو مهمات الحياة بعض المضامين الخادعة Intriguing (Cantor & Fleeson ١٩٩٤: ١٢٥).

وأشارت كل من دراسات (هارموث ١٩٨٦ Haruth) ولتلت (Little ١٩٨٣) وهايجن (١٩٨٥ Higgins) الى أن التشاؤم الدفاعي يتم بنجاح في العمل الاكاديمي بحيث يستطيع المتشائمون الدفاعيون السيطرة على قلقهم في المواقف الاجتماعية بدلالات القدرة على تغيير انفعالاتهم في المواقف ضمن سقف زمني محدد وقد اظهرت الدراسة إن المتشائمين الدفاعيون يتعرضون للخسائر في علاقاتهم الاجتماعية في ضوء كونهم يمثلون عبئا على الآخرين في الوقت نفسه (Cantor & Fleeson ١٩٩٤: ١٢) (Cantor & Norem ١٩٨٦: ١٢). وفي دراسة طولية Longitudinal study حول التوافق مع الحياة مهنيًا واجتماعيًا إذ وجدت كانتور وهارلو (Cantor & Harlow ٢٠١٣) ان الاستعداد الناجم من التشاؤم الدفاعي ينتج عن انتهاك وتعريف انفعالي وتقليل في مواقع العمل المهني بعد سنوات عدة ، فالمتشائمون الدفاعيون في الميادين الاجتماعية يشعرون بالخذلان او خيبة الأمل الانفعالية من حيث العلاقات الاجتماعية وقد تتداخل النتائج المترتبة على أساليب مع

مهام الحياة الأخرى، مثلا في الدراسة نفسها وجدوا أن الأفراد المركزين على النتيجة في سعيهم عن طريق السلوك وراء إعادة التوكيد قد يحولون المواقف الاجتماعية الممتعة الى جلسات ارشاد وموعظة وهذا يرتبط بالشعور بعدم الرضا الاجتماعي Social dissatisfaction ،وهنا يمكن تقديم سؤال مهم وهو هل نستطيع ان نحدد الفرق او الحد الفاصل بين الأساليب المهمة والفعالة وان كانت تكلف الفرد الجهد وبين التي تحيط الذات أو الهزيمة للذات؟ Self-defeating قد لا تبدو الاجابة على هذا السؤال سهلة الا انه من المفيد توضيح التمييز بين الاساليب التي تستهل الأداء في المجال المطلوب والمقصود وبين الأساليب التي لا تنتج اداءً ناجحا في ذلك المجال وعلى الرغم من أن التشاؤم الدفاعي المهني الذي يرتبط بالإرهاك والتمزق الانفعالي وله اثره السلبي في الحياة الاجتماعية ، الا ان هذه الأساليب ترتبط بالنجاح المهني وعلى العكس فإن أسلوب القيود الاجتماعية ليست جيدة للحصول على الرضا الاجتماعي على الأمد الطويل على الرغم من انها تساعد الأفراد ذوي القلق الاجتماعي في التغلب على الركود الجمود Immobilization وتوفر لهم الاسناد الاجتماعي في حياتهم الاجتماعية والاشترك في الفعاليات الاجتماعية (Cantor &Harlow ٢٠١٣:١٧٢)

وفي دراسة لكانتور وهارلو (Cantor &Harlow ٢٠١٣) في متابعة المهمات شجعت مجموعة من المتشائمين الدفاعيين قبل أداء التحدي الخاص بمهمة معينة ومجموعة أخرى منعوا من التأمل في النتائج المحتملة للتحدي الخاص بالمهمة نفسها، وقد كان اداء المتشائمين الدفاعيين اضعف من أدائهم عندما يكونوا رقادرين على إعداد أنفسهم قبل المهمة عن طريق الاهتمام بأدائهم المعرفي التوقعي ولهذا فإنهم يواجهون قلقهم قبل التحديات العقلية التي يقومون بها، وفي الحقيقة هم يحولون قلقهم الى دافعية لكي يكونون قادرين على الأداء بطريقة جيدة تضاهي نظرائهم الذين تنطوي اساليبهم على الاهتمام بكفاءة الأداء، وان العمل المعرفي للمهمة في التشاؤم الدفاعي يحدث قبل الحدث، وهذا التنميط Patterning يكون مهما لنجاح الجهد المبذول، والجهود البعدية التي تبذل بعد المهمة كذلك، ويجب ان تكون هناك إساليب مهمة اذا اعتمدت العوائق التي يجب أن يجتازها الفرد في أثناء متابعته المهمة والمتشائم الدفاعي يقوم بالتأمل قبل الحدث الحقيقي ويخطط للفشل طوال الوقت. وهذا التخطيط يساعد الفرد في التغلب على القلق قبل اداء المهمة (Cantor &Harlow ٢٠١٣ :١٧٠) .

وتشير كانتور وهارلو (Cantor &Harlow ١٩٨٦) الى أن المتشائمين الدفاعيين على الرغم من توقع فشلهم المتكرر إلا إنهم لا يحصلون على نتائج أسوأ من ذلك موازنة بالآخرين (١٧١- Cantor & Harlow: ٢٠١٣١٦٩) .

كذلك من المسائل المهمة النظر في نتائج الأساليب المستعملة للتشاؤم الدفاعي، لأن لها تأثيرا في متابعة المهمات الأخرى التي يلتزم الشخص القيام بها فقد برهن كانتور ونورمي (١٩٨٦) انه على الرغم من إن التشاؤم الدفاعي يمكن أن ينتج نتائج ناجحة على المستويين

الأكاديمي والمهني فإن الفلق الذي تثيره هذه المهمة تكون له نتائج للمهمات الجانبية الأخرى (٤٢٢) (Cantor&Nomi ١٩٨٦)

ثالثاً التركيز على النتيجة Outcome Focused Strategy

هو أسلوب تحويل الظرف أو الحالة إلى مهمة ضرورية عن طريق اغتنام الفرصة والبحث عن أشخاص لديهم أهداف متشابهة والشعور بالاطمئنان في الحصول على النتائج (٤٠٠: ١٩٩٠ Cantor) هذا الأسلوب يحدد السياقات الضمنية لأداء المهمة وتكون على المستوى الشعوري وتشمل تحديد التحديات الموجودة في المهمة كما يراها الأفراد أنفسهم واين؟ ومع من؟ (Cantor ١٩٩١) فمثلاً مهمة إقامة صداقات هي من المهمات الأساسية في الحياة ربما يكون المسعى لها أكثر فاعلية وكفاءة في التجمعات الاجتماعية من متابعتها في سياق آخر. مثلاً عند انتقال شخص من منزل إلى منزل آخر وفرصة لقائه بأناس جدد غير متوافرة في المنطقة السكنية موازنة بعلاقة الصداقة في المكتب الذي يعمل فيه وليس في المنطقة السكنية التي انتقل إليها مؤخراً (Cantor & Malley ١٩٩١ : ٣٨٦).

وتعني أهداف الحياة تلك الأهداف التي يسعى الأفراد الى تحقيقها أو يرون أنفسهم مدفوعين الى تحقيقها في حياتهم اليومية ولذلك فهي تعطي معنى وتنظيماً لفعاليتهم الحياتية ، فإذا كان الفرد من الذين لديهم الأساليب المركزة على النتيجة مثلاً وإذا كان طالباً مثلاً فهدفه الحصول على درجة جيدة او اذا كانت أسلوب التركيز على النتيجة بوصفها محددات اجتماعية مثلاً تتضمن محاولة التكيف في علاقات اجتماعية جديدة ، ولهذا ومن اجل السيطرة على هذه المحددات وتكافؤ مهمات الحياة يطور الافراد بطريقة وظيفية انماطاً وطرائقاً مترابطة في التفكير والمشاعر والجهد والفعل (Cantor ٣٨٦-٣٩٧ Harlow ١٩٩٤) فأداء المهمات الاجتماعية على سبيل المثال في مكان العمل ربما قد يؤدي الى تعزيز سمعة الموظف او اتخاذ موقف او انطباع جيد من مشرفي العمل لكنه قد يؤدي الى تأثيرات جانبية ضارة على المدى البعيد في الاقل في ضوء اهداف ومحددات أخرى مثل التنازل عن المبادئ في سبيل ارضاء الآخرين (٤٤: ١٩٨٧ Strube).

واسفرت الدراسة التي اجراها ريان وكوستنر وديسي (Deci Ryan & koestner ١٩٩١) حول الأفراد المركزيين على نتائج ممكن اجمالها بالآتي :

- ١- تقييم الاداء غير الواضح او المضلل يمكن ان يدفع بالأفراد الى الاستمرار بالنشاط او العمل ولاسيما اذا كان الفرد حراً في اختياراته .
- ٢- اذا كان الاستمرار بالنشاط يحصل على تغذية راجعة فيمكن ان يضحى الفرد بمهمات أخرى لصالح الموضوع الأساس حتى لو كانت المهمات الجديدة تنتج متعة أكبر.
- ٣- ان الافراد الذين لديهم اهتمام كبير بنتائج المهمة فانهم يوظفون كل ما لديهم من طاقة لتحقيقها وباستعمال استراتيجيات معقدة للحصول على ضمان حول قدرتهم او شعور ايجابي بأن لديهم اتقان

للمهمة ، هذا فضلاً عن قيمة الدعم الاجتماعي في تزويد الفرد بضمانات لإعطاء معنى للأحداث
السيئة (Strube ١٩٨٧:١٠٢)

لهذا السبب عندما يهتم الأفراد كثيراً بنتائج المهمة فإنهم يحصلون على معلومات عن قدرتهم على إدارة
أو السيطرة على مهامهم على الرغم من ان المساعي الاجتماعية Social pursuit في المهمات التي
يديرها ذوو الأساليب المركزة على النتيجة تلائم اهتماماتهم وقضاياهم الوظيفية إلا إن الشعور بالرضا
عن الحياة الاجتماعية والرفاهية النفسية الاجتماعية سيكون بالضمانات أو الاسناد التي يحصل عليها
من الأصدقاء في العمل وهو الحصول على الرضا الاجتماعي Social life Satisfaction ربما ان
الاختيار الأقوى لهذه العلاقة هي في المحددات الوظيفية لذوي هذا النوع من الأساليب التي تقرر
صعوبة المهمة أو تتأثر بالمواقف الاجتماعية بحيث يصبح الرضا الاجتماعي متوافقاً مع النتائج في
الوظيفة ، ولقد كشفت الدراسات المرتبطة بتحليل التأثيرات والعلاقات المهمة المرتبطة بالمواقف
الاجتماعية بأن ذوي هذا النوع من المهمة كانوا قادرين على التمتع بالمواقف الاجتماعية والترفيهية
عندما يعملون على وفق مهمات اجتماعية فيها، اذ يعطون للرضا الاجتماعي مكانة اكبر وخسارته
تعني لهم هزم الذات Self-defeating ، وبهذا تشير دراسة كانتور و هارلو (١٩٩٤ Cantor &
Harlow) إلى أن بناء الشخصية وتغييرها هو ليس شيئاً طارئاً أو حدثاً يومياً فلا بد من وجود آليات
للتغيير ولا بد من تجنب الأساليب السلبية التي تؤدي الي هزيمة الذات، اذ وجدت ان الافراد المركزيين
على النتائج اذا ما صادفوا صعوبة في انجاز مهماتهم فإنهم يتعرضون لصدمة شديدة أو انتكاسات
اكاديمية أو تحصيلية أو وظيفية قد تنسحب على المهمات الحياتية الاخرى (Cantor &Harlow)
٤٦ : ١٩٩٤)

المرونة الشخصية وعلاقتها بمهمات الحياة

ان حلَّ المشكلات هي طرق مميزة للعمل على المهمات الحياتية وبما ينسجم مع نظريات حل
المشكلات البشرية، ان الناس عندما يحاولون حل مشكلة معينة تكون لديهم أساليب ضعيفة وقوية تحت
تصرفهم فأما الضعيفة فهي أساليب عامة مثل (انشاء، اختيار، محاولة وخطأ) وضعفها بني على كونها
لا تستعمل في اتخاذ القرارات المصيرية التي يمكن استعمالها بشكل واسع وتعتمد على الكفاءة الذاتية
(Aronson ١٩٩٢:٤٧)

أما القوية والناجحة تضم خطط سلوكية تتطور من التقييمات المعقدة والمواقف والدافعية والعاطفة
(الانفعال) الذي يرتبط بالمهمات، وان الادراك المعرفي والوجدان Effect يعملان معا للوصول الى
الأهداف المرغوب بها، وان اساليب الانجاز يمكن ان تتضمن اهدافاً أخرى فرعية متعلقة بتنظيم
الاستثارة Arousal

والقلق والانفعالات الايجابية عندما تقوم هذه العناصر بتأشير امكانيات اشباع هدف الفرد والتهديدات والتغذية الراجعة feed back ولو سألنا سؤالاً حول ماهية المهمات التي سوف تتابع ؟ وفي اي البيئات تنشط ؟ (Klinger ١٩٨٥ : ١٦٠) سوف تكون الاجابة في ان المهمات الحياتية ليست مجرد دوافع فردية وقدرات مدركة فحسب بل انها تبنى في ضوء البيئة والإيحاء الثقافي(١٤٧): ١٩٨٣ (Cantor & Veroff) وان الافراد قادرون على عرض مرونة كبيرة لمتابعة المهمة استجابة للتغيرات البيئية وقد أشارت دراسة براند ستادتر (Brandstadter ٢٠١٠) الى ان الافراد المنسجمين مع اهدافهم يكون تكيفهم بشكل مرن معها وبما ينسجم مع الظروف الموقفية بحيث يكونون قادرين على تجنب التكاليف المخبئة او المحتملة مثل اليأس أو الكآبة (Brandstadter ٢٠١٠: ٣٢) فقد يبذل الافراد تكاليف على المستوى الانفعالي عندما يكون هناك تناقض او تكون الاهداف غير واقعية ، ففي دراسة لايمونز (Emmons ٢٠١٣) لاحظ ان هناك نمطا من ردود الافعال الانتقائية بما ينسجم مع كفاحات الافراد وتوجه انجازاتهم إذ ترتبط الوجدانيات الإيجابية (Positive affect) مع أحداث الانجاز الناجح والوجدانيات السلبية (Negative affect) ترتبط بأحداث الانجازات غير الناجحة أو الفاشلة (Emmons, ٢٠١٣, ١٨٥) ان السلوك المرن المتكيف ناتج عن عمليات تفسيرية وسلوكية تتكيف مع متطلبات الموقف وهي التي اطلق عليها ميشيل (Mischel ١٩٧٤) اسم التسهيل التمييزي discriminative Facility الذي يشير الى قابلية الفرد ليصبح منسجما مع البيئة واستجابا responsive في الوقت ذاته للتغيرات ضمن البيئة وان شخصاً معيناً يفسر المواقف بصورة غير مرنة لا يستطيع ان يكون لديه تسهيل تمييزي لان استجابته السلوكية ستنمو من التغيرات ولذلك فان تفسيرات مشابهة سوف تنتج سلوكيات مشابهة وقد اتفق ميشيل (Meschel ١٩٧٤) مع روش (Rausch ١٩٥٩) كون السلوك الاجتماعي يصبح ايجابيا عندما تكون التأثيرات الموقفية تقوم على تطور الانا بشكل أكبر وإن التسهيل التمييزي هو القدرة على التنوع المنمط في تفسيرات الافراد للمواقف (Cantor & Kihlstrom ١٩٨٧: ٢١).

ان عدم الحساسية لهذه التغيرات البيئية والفرص ينظر اليها في السلوك اليومي للأفراد من النمط (Type A) ففي دراسة ناسبي وكلسروم (Nasby & kihlstrom ١٩٨٦) وهذه الدراسة الشخصية لنمطي (A, B) وعلاقتها بمهمات الحياة ، فالأفراد من نمط A يتميزون بالإنجاز التنافسي في كفاحهم الشخصي Competitive Striving Achievement والعدائية والاهتمام المفرط بالإنجاز وتكون أهدافهم مرتبطة بالإنجاز المفرط في البيئات غير الملائمة والتي يمكن أن تدمر الاهداف الاخرى ، وان تفسير الاهداف المثالية يمكن أن يكون مفيدا وان الشيء الذي يميز بين التفسير الناجح وغير الناجح هو في اداء المهمات إذ ان الاشخاص من (Type A) يظهرون حالة تحفيز urgency مستمر وبشكل مزمن لانهم يفسرون المتطلبات البيئية بصورة غير متميزة وهذا التفسير يقود الى ادراكات عدوانية

وتنافسية في المواقف ويمكن ان يضعف الاداء بصورة فعلية نتيجة الاستثارة المستمرة المرتبطة بأدراك البيئة ومطالبها (Nasby & kihlsrom ١٩٨٦:١٥٦)

تفسير النظريات

أوضح نموذج كوتن كوك عملية التناغم بين جوانب الفرد الداخلية والخارجية عن طريق نظامين هما: النظام الذاتي والنظام الثقافي والمجتمعي، وعدم التناغم بينهما يؤدي إلى ظهور الذات المضطربة التي تعد احد سمات الذات التنظيمية للذات الداخلية والتي يمكن أن تؤثر على جوانب الفرد .

كما عرضت الباحثة نظرية موتكوف للشخصية المتناغمة التي تعد الوحيدة على حد اطلاق الباحثة في تفسير التناغم ،وقسمها الى تناغم داخلي إيجابي مع الشخص نفسه وتناغم خارجي إيجابي أي مع البيئة التي يعيش فيها والتوازن والانسجام مع من حوله.

ومن هذا أشارت الباحثة الى ان هناك وجهة نظر تمثلت في اتجاه نانسي كانتور (١٩٨٧) عن مهمات الحياة إذ قدمت كانتور وجود ثلاث أساليب لمهمات الحياة تتجلى في دفع الفرد في سياقه الاجتماعي والتاريخي التي حولت التفكير فيه من الرؤى الثابتة الفردية الى التركيز مع التحولات والتفاعلات البيئية والانسانية ، فكل انسان (ذكي اومحدود الذكاء) (ناجح أو فاشل) يرجع الى تلك التحولات في سياقات حياته ، وقدمت الباحثة نظرية ادلر (١٩٩٢) ،وقد أشار ادلر الى وجود ثلاث مهمات حياتية مركزية لفهم النمو الانساني على وفق ثلاثية العقل والجسد والروح وقدم أربع صور مختلفة تمثل مخططات من انواع الشخصية عن مهمات الحياة .وتأسيسا على ذلك تبنت الباحثة نظرية موتكوف لفهم وتفسير مفهوم الشخصية المتناغمة ،كما تبنت نظرية كانتور لتفسير مفهوم مهمات الحياة وذلك للمبررات الآتية:

- كونهما نظريتين حديثتين ومعاصرتين يمكن الاستفادة منهما.
- فسرت النظريتين السمة المراد قياسها بشكل تفصيلي دقيق .
- تم تبني هاتين النظريتين وترجمتهما لحدثهما وحدائهما المفهوم في الجانب النفسي و كون المكتبات العربية تفتقر لدراسة هذا المفهوم على حد علم الباحثة التي لم تجد اي مصدر عربي يتناول هاتين النظريتين.

- أكدت نظرية موتكوف على كيفية تحقيق الاستقرار الخارجي والداخلي، وتوفير أرض خصبة لتلقي الافكار حسب احتياجات الفرد.وكما اكدت نظرية كانتور على الأساليب المستعملة في الحياة لحل الازمات والمواقف التي يمر بها الفرد.

- كون نظرية موتكوف هي النظرية الوحيدة التي فسرت الشخصية المتناغمة على حد علم الباحثة التي حاولت جاهدة ان توفر كل ما يخص هذا المفهوم.

- يعد العالم موتكوف هو العالم الاول الذي قام بدراسة هذا المفهوم دراسة نظرية وتجريبية. وكذلك كانت اول من طرحت مهمات الحياة بصورة مقسمة تفصيلية دقيقة إذ طرحت مفهوم التناغم الدفاعي واهميتها في مواجهة المواقف الحياتية .

دراسات سابقة

ستتناول الباحثة عدد من الدراسات ذات العلاقة بالشخصية المتناغمة ومهمات الحياة. علما ان الباحثة انتقت الدراسات الأحدث والتي مكنتها من الاستفادة في بحثها الحالي وهي على النحو الآتي:

أولاً: دراسات الشخصية المتناغمة دراسة الربيعي ٢٠٢٢ (دراسة عراقية)

الشخصية المتناغمة وعلاقتها بالتراحم الذاتي والفاعلية الإرشادية لدى المرشدين التربويين. قام الباحث ببناء مقياس الشخصية المتناغمة على وفق نظرية موتكوف (O.I. Motkov) في الشخصية المتناغمة وتكون المقياس من (٣٠) فقرة من مجالين هما التناغم الداخلي ويتكون من (١٥) فقرة، والتناغم الخارجي يتكون من (١٥) فقرة مصاغة بأسلوب العبارات التقريرية، وأمام كل فقرة خمسة بدائل متدرجة للإجابة هي (تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ غالباً، تنطبق عليّ أحياناً، تنطبق عليّ نادراً، لا تنطبق عليّ أبداً)، وتحقق الباحث من القوة التمييزية ل فقرات المقياس، بتطبيق المقياس على (٤٠٠) مرشداً تربوياً ومرشدة تربوية اختيروا بالأسلوب العشوائي من مديريات التربية التابعة لوزارة التربية والتعليم. واستخرج الباحث الخصائص السيكومترية، وتوصل للنتائج

إن المرشدين التربويين يتسمون بالشخصية المتناغمة، وأن المرشدين التربويين يتسمون بالتراحم الذاتي. وان المرشدين التربويين لديهم الفاعلية الإرشادية، وكذلك توجد علاقة ارتباطية بين الشخصية المتناغمة والتراحم الذاتي والفاعلية الإرشادية. (الربيعي ٢٠٢٢: ز)

دراسة الفتلاوي ٢٠٢٢ (دراسة عراقية)

التفاؤل الأكاديمي وعلاقته بالشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة

ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين التفاؤل "الأكاديمي" والشخصية المتناغمة" لدى طلبة كلية "التربية" ؟ وهل تختلف هذه العلاقة باختلاف الجنس الذكور - الاناث، والتخصص (العلمي - الانساني)؟

لذا يستهدف البحث الحالي التعرف إلى :

التفاؤل الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية والشخصية "المتناغمة" لدى طلبة كلية التربية. والعلاقة الارتباطية بين التفاؤل "الأكاديمي" والشخصية المتناغمة لدى طلبة كلية التربية. وكذلك الفرق في العلاقة الارتباطية بين التفاؤل الأكاديمي والشخصية المتناغمة لدى طلبة كلية "التربية" تبعاً للمتغير "الجنس" (الذكور الاناث) "والتخصص" (العلمي - الانساني)

ولغرض التحقق من ذلك تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، وتم استعمال مقياس التفاؤل الاكاديمي المعد من قبل هوي وآخرون (٢٠٠٤) والمبني على وفق نظرية التفاؤل الاكاديمي لـ (هوي وولفولك ٢٠٠٦) والذي يضم (٣٠) فقرة. وكذلك "مقياس" الشخصية" المتناغمة المعد من قبل الربيعي (٢٠٢٢) ، والمبني على وفق نظرية الشخصية المتناغمة لـ موتكوف (٢٠١٣ - ٢٠٢٠)، والذي يضم (٣٠) فقرة، وطبق المقياسان على عينة بلغت (٢٠٠) طالباً وطالبة اختيرت وفق الطريقة العشوائية العنقودية، وظهرت نتائج البحث :

إن طلبة كلية التربية لديهم مستوى من التفاؤل الاكاديمي وكذلك الحال بالنسبة للشخصية المتناغمة لديهم ايضاً مستوى من الدلالة الإيجابية. وأن العلاقة بين التفاؤل الأكاديمي والشخصية المتناغمة يتصف بالدلالة لدى طلبة كلية التربية. إن الفروق في العلاقة بين التفاؤل الأكاديمي والشخصية المتناغمة غير دالة على مستوى" الطلبة في كلية التربية بحسب الجنس (الذكور الإناث ، والتخصص (العلمي - الإنساني). (الفتلاوي ٢٠٢٢: مجلد ٢٥ العدد ٤)

مناقشة الدراسات السابقة للشخصية المتناغمة

مما تقدم تلاحظ الباحثة ان الدراسات السابقة لمتغير الشخصية التناغمة قد تباينت في أهدافها ونتائجها وتشابهت في العينات ونلاحظ ما يأتي:

الهدف\اختلفت الدراسات السابقة التي تم ذكرها في طبيعة الهدف الذي تروم لتحقيقه منها، ففي دراسة (الربيعي ٢٠٢٢) كانت تهدف لمعرفة العلاقة بين الشخصية المتناغمة والتراحم الذاتي والفعالية الارشادية لدى المرشدين التربويين. وهدفت دراسة (الفتلاوي ٢٠٢٢) الى علاقة التفاؤل الاكاديمي والشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة. أما هدف الدراسة الحالية التعرّف على الشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بمهام الحياة.

العينات\إذ تباينت في دراسة (الربيعي ٢٠٢٢) فقد درس في بحثه على المرشدين التربويين الذين بلغ عددهم (٤٠٠) مرشدٍ ومرشدةٍ، ودراسة الفتلاوي على طلبة الجامعة بلغ عددهم (٢٠٠) طالب وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية ، اما الدراسة الحالية فسيتم تناولها في الفصل الثالث.

النتائج\اختلفت الدراسات المذكورة كلا بحسب أهدافها، اسفرت نتائج دراسة الربيعي ان المرشدين التربويين يتسمون بالشخصية المتناغمة وهناك علاقة ارتباطية بين الشخصية المتناغمة والتراحم الذاتي والفعالية الارشادية . وأشارت نتائج الفتلاوي الى ان طلبة الجامعة لديهم مستوى من التفاؤل الاكاديمي وكذلك العلاقة بين التفاؤل الاكاديمي والشخصية المتناغمة تتصف بالدلالة لدى الطلبة. اما نتائج الدراسة الحالية سيتم تناولها في الفصل الرابع.

ثانياً: مهمات الحياة

دراسة المفتي ٢٠١٥ (دراسة عراقية)

علاقة مهمات الحياة بالكفاح الشخصي ومخططات الذات لدى الموظفين

قامت الباحثة بإعداد ثلاثة مقاييس وهي مقياس مهمات الحياة ويتكون من (٤٦) فقرة، مقياس الكفاح الشخصي ويتكون من (٥٨) فقرة، مقياس مخططات الذات ويتكون من (٣٦) فقرة وقامت الباحثة بصياغة فقرات المقياس لتلك المتغيرات وبعد إعداد تعليمات المقياس وبدائلها وطريقة تصحيحها ثم عرضها على مجموعة من المحكمين المختصين في علم النفس وبعدها قامت الباحثة بتطبيق تلك المقاييس على عينة بلغت (٤٠٠) موظف وموظفة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من (٨) وزارات، واستكمالاً لمتطلبات البحث ونتائجه، وبعد معالجة البيانات احصائياً باستعمال الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) قامت الباحثة بإجراء تحليل فقرات المقاييس وقد جرى التحقق من الشروط السايكومترية للمقاييس، إذ تم التحقق من صدق المقاييس عن طريق الصدق الظاهري وصدق البناء لمقياس مهمات الحياة بمؤشرين هما التحليل العاملي والاتساق الداخلي، وبعد استخراج الثبات بطريقتي إعادة الاختبار. توصلت الباحثة الى أن موظفي الدولة لديهم أساليب (القيود الاجتماعية، التشاؤم الدفاعي التركيز على النتيجة). كما أن العينة تتصف بالكفاح الشخصي، وأن لديهم مخططات ذات ايجابية عن ذاتهم. في وقت ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مهمات الحياة في القيود الاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس والعمر كما انه ليس هناك تفاعل بينهما دال. وايضا ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية في التشاؤم الدفاعي على وفق متغير الجنس. كما لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية حسب متغير الجنس في استراتيجية المركزة، وايضا ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الكفاح الشخصي تبعاً للجنس لدى موظفي الدولة، ولا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الكفاح الشخصي حسب العمر (٣٥-٥٥)، ولا يوجد تفاعل بين المتغيرين الجنس والعمر. وان هناك فروق في مخططات الذات تبعاً لمتغير العمر فقط ولصالح الفئة العمرية الأكبر، وهناك علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين مهمات الحياة القيود الاجتماعية والتشاؤم الدفاعي والمركزة على النتيجة (والكفاح الشخصي في مخططات الذات، وان هناك علاقة طردية موجبة بين كل من مهمات الحياة والكفاح الشخصي لدى موظفي الدولة. كما أظهرت النتائج وجود علاقة طردية موجبة بين التشاؤم الدفاعي ومخططات الذات وايضا وجود علاقة طردية موجبة بين الكفاح الشخصي ومخططات الذات لدى موظفي الدولة (المفتي ٢٠١٥: ز).

دراسة كاسبي وموفيت (٢٠١٣ Caspi Moffit) (دراسة أمريكية)

عن علاقة مهمات الحياة بهزيمة الذات Self-defeating

سعت الى الاجابة عن سؤال متى تكون الأساليب عازمة للذات وتولد ردود افعال اجتماعية عكسية للأفراد كالانحراف والإحساس بالخوف؟، قام الباحثان بتطبيق المقياسين على عينة بلغت (٢٦٦) طالب وطالبة في الجامعة تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وقد جرى التحقق من الشروط السايكومترية

للمقياسين، أنتج البحث عن تولد الأزمات الحياتية وحدث تحولات اجتماعية غير محسوبة وفجائية وغير مخطط لها والاجابة كانت: في أن التحولات الحياتية تظهر أو لا تظهر على الرغم من طبيعتها الضاغطة التي تتأثر بالوعي الذاتي وبدورها تؤثر في طبيعة تلك التحولات في الحياة لأنها جديدة على الفرد فحسب أو بسبب ما يكتنفها من غموض أو مفاجأة بل بسبب نظرة الفرد إلى حياته المقبلة التي سيقضيها كذلك، أو قد يسقط الأشخاص في أنماط سلوكية سيئة وطفولية لا تتمتع بخبرة عالية) (Caspi & Moffit ٢٠١٣: ١٣).

دراسة لكانتور وزيركل ونوريم (٢٠١٣ Cantor & Zirkel & Norem) (دراسة أمريكية)

حالات القلق عند العمال وعلاقتها بمهمات الحياة

أستعمل البحث عينة من العاملين البالغ عددهم (٥٨٩) عامل وعاملة للتحقق من كفاءتهم في مهام الحياة المهنية الجديدة على الرغم من الضغوط التي يتعرضون لها. اسفرت النتائج إلى أن تعرض الأفراد الى حالاتٍ من القلق عند العمل في مهمات جديدة عندما يتعامل معها الفرد وينجزها فأنها تصبح جزءاً من ذاكرته الخبرية ، كما تعد علامات مضمّنة يتعامل معها بفخر وفاعلية مقارنة بخوفه وذعره منها ، وأن جهود الأفراد الحثيثة في بناء حياة جديدة هادفة في مواجهة الظروف الضاغطة تجعلهم يناضلون على المستوى المعرفي بمهمات حياتية جديدة وبطريقة فاعلة لتفسير ما يفترض القيام به وإكمال ما يريدون القيام به (Cantor & Zirkel & Norem ٢٠١٣: ٢٧٣-٢٧٤).

دراسة زيركل وكانتور (١٩٩٠ zirkel & Cantor) (دراسة أمريكية)

العلاقة بين العمر ومهمات الحياة لدى طلبة الجامعة

اختارت الدراسة عينة من طلبة الجامعة البالغ عددهم (٧٦٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة كاليفورنيا. وبعد تطبيق المقياس مع مراعاة متغير العمر الذي صنف الى ثلاثة (طلبة الجامعة المتقدمين مبكراً)(طلبة الجامعة الذين مازالوا في الدراسة)(طلبة الجامعة المتأخرين في دراستهم). بينت اهم النتائج أن مهمة أكّون نفسي بعيدا عن عائلتي قد أظهرت ارتباطا مع القلق بشأن المهمة الجديدة وبين الانهماك فيها، وأثبتت الدراسات أن فكرة المهمة مرتبطة نموذجياً بالسر التي تتضمن فكرة أن الأفراد حينما ينتقلون إلى مرحلة جديدة من حياتهم فانهم سوف يشعرون بالقلق والصراع مع اعتناق مهمة جديدة مثل الاستقلال (Cantor & zirkel ١٩٩٠: ١١١)

مناقشة الدراسات السابقة لمهمات الحياة

مما تقدم تلاحظ الباحثة ان الدراسات السابقة التي تم ذكرها تباينت من حيث الأهداف والعينات والنتائج وتلاحظ ما يأتي :

الهدف| اختلفت الدراسات السابقة التي تم ذكرها في طبيعة الهدف الذي تروم لتحقيقه منها ففي دراسة المفتي (٢٠١٥) ،كان الهدف هو معرفة العلاقة بين مهمات الحياة والكفاح الشخصي ومخططات الذات لدى الموظفين،اما دراسة كاسبي وموفيت (٢٠١٣) فان الهدف هو علاقة مهمات الحياة بهزيمة الذات،اما دراسة كانتور وزيركل ونوريم (٢٠١٣) كان الهدف هو حالات القلق عند العمال وعلاقتها بمهمات الحياة.اما الدراسة الحالية فهي تهدف الى معرفة العلاقة بين الشخصية المتناغمة ومهمات الحياة وما مدى الاسهام بينهما.

العينات| اختلفت العينات في بعض الدراسات المذكورة إذ ان دراسة المفتي كانت على عدد من موظفي الدولة بلغ (٤٠٠) موظف وموظفة تم اختيارهم بطريقة عشوائية .اما دراسة كاسبي وموفيت كانت على عدد من الطلبة تبلغ (٢٦٦) من طالب وطالبة كذلك تم اختيار العينة بطريقة عشوائية . اما دراسة كانتور وزيركل ونوريم كانت على عدد من العمال بلغ (٥٨٩) عامل وعاملة . اما دراسة زيركل وكانتور كانت على عدد من الطلاب بلغ (٦٧٠) طالب وطالبة، واما الدراسة الحالية سيتم التحدث عنها في الفصل الثالث.

النتائج| توصلت دراسة المفتي الى ان هناك علاقة ارتباطية بين مهمات الحياة والكفاح الشخصي ومخططات الذات لدى موظفي الدولة .اما دراسة كاسبي وموفيت توصلت الى أن التحولات الحياتية تظهر أو لا تظهر على الرغم من طبيعتها الضاغطة التي تتأثر بالوعي الذاتي، اما دراسة كانتور وزيركل ونوريم اسفرت نتائج البحث إلى أن تعرض الأفراد للحالات من القلق عند العمل في مهمات جديدة عندما يتعامل معها الفرد وينجزها فأنها تصبح جزءاً من ذاكرته الخيرية،اما دراسة زيركل وكانتور ظهرت النتائج الى أن مهمة أكون نفسي بعيدا عن عائلتي قد أظهرت ارتباطا مع القلق بشأن المهمة الجديدة وبين الانهماك فيها، أما نتائج البحث الحالي سيتم ذكرها في الفصل الرابع.

مدى الإفادة من الدراسات السابقة

- بلور البحث الحالي الدراسات السابقة ،وما تميزت به وتمثل بالنقاط الآتية:
- أفادت الباحثة في تعميق رؤيتها النظرية والتطبيقية بصياغة مشكلة البحث، ومنهجية البحث التي اعتمدها، وفي البيانات التي توفرها عن طريق أدوات البحث التي قامت الباحثة في بنائها في البحث الحالي .
 - استفادت الباحثة من الادوات المستعملة وطبيعة المتغيرات على العينات المتباينة.
 - أفادت الدراسات السابقة في تدعيم حجة الباحثة في تناولها لموضوع البحث .
 - تميز البحث الحالي بأنه يمثل مساهمة وإثراء في حقل المعرفة فإنه مادة مهمة في مجال التربية والتعليم.

الفصل الثالث

إجراءات البحث

تستعرض الباحثة في هذا الفصل منهج البحث من حيث إجراءاته: مجتمع البحث وعينته، وبناء مقياس متغيرات البحث المتمثلة في: الشخصية المتناغمة ومهام الحياة الخاص بطلبة الجامعة. من حيث البناء والتحقق من الخصائص السايكومترية للقياس بتفصيلاتها الدقيقة فضلا عن المؤشرات الإحصائية والوسائل التي أستخدمت في البحث. وتبينها الباحثة في الآتي:

أولاً: منهجية البحث:

يستند البحث على المنهج الوصفي من النوع الارتباطي منهجاً له، لإيجاد العلاقة بين متغيرين الذي يعني وصف لما هو كائن ويتضمن وصفاً دقيقاً للظاهرة الراهنة وتركيبها وعملياتها والظروف السائدة ويشمل المنهج الوصفي جمع المعلومات والبيانات من ثم تبويبها، وتحليلها، وقياسها، وتفسيرها. وهذا النوع من المناهج هو أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كمياً عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها، ومن ثم أخضاعها للدراسة الدقيقة (ملحم ٢٠١٠: ٣٧٠). وذلك بقصد تشخيصها وكشف جوانبها، وتحديد العلاقات بينها وبين الظواهر الأخرى، فضلاً عن أن الأبحاث الوصفية لا تقتصر على التنبؤ بالمستقبل؛ بل إنها تنفذ من الحاضر إلى الماضي لكي تزداد تبصراً بالحاضر (العزاوي ٢٠٠٨: ٩٨).

ثانياً: مجتمع البحث

يُعرف مجتمع البحث بأنه: المجموعة الكلية ذات العناصر التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة (عوده وملكاوي ١٩٩٢: ١٥٩). والقصد من مجتمع البحث هم جميع الأفراد الذين يقوم الباحث بدراسة الظاهرة أو الحدث لديهم (ملحم ٢٠٠٠: ٢١٩)، والذين لهم خصائص واحدة يمكن ملاحظتها. والمجتمع هو الهدف الأساسي من الدراسة حيث إن الباحث يعمم في النهاية النتائج عليه (ابوعلام ٢٠١١: ١٦٣). ويتكون مجتمع البحث من طلبة الجامعة للدراسة الصباحية في جامعة كربلاء والبالغ عددهم الإجمالي (١٩٠١٤) للعام الدراسي (٢٠٢٢_٢٠٢٣) وكما في جدول (٢)

جدول (٢) مجتمع البحث موزع حسب الكلية والجنس

ت	الكلية	طلاب	طالبات	المجموع	النسبة
١.	إدارة واقتصاد	٢٠٨٠	١٦٦٨	٣٧٤٨	٢٠%
٢.	التربية البدنية وعلوم الرياضة	٤٦١	١٨٦	٦٤٧	٣%
٣.	التمريض	٥٦	٢٥٥	٣١١	٢%
٤.	الزراعة	١٤٨	٢١٢	٣٦٠	٢%
٥.	الصرفة	٧٤٤	١٠٤٧	١٧٩١	٩%
٦.	الصيدلة	٢٨٣	٦٧٦	٩٥٩	٥%
٧.	الطب	٤٢٩	٩٥٢	١٣٨١	٧%
٨.	الطب البيطري	١٥٤	٢٢٢	٣٧٦	٢%
٩.	طب الاسنان	٢٠١	٤٩٠	٦٩١	٤%
١٠.	العلوم	٢٥٠	٧١١	٩٦١	٥%
١١.	العلوم الطبية التطبيقية	١١٩	٢٤٧	٣٦٦	٢%
١٢.	الهندسة	١٠٠١	٦٤٢	١٦٤٣	٩%
١٣.	علوم الحاسوب وتكنولوجيا	٢٧٠	٢٢٦	٤٩٦	٣%
١٤.	السياحة	١٦٤	١٥٤	٣١٨	٢%
١٥.	العلوم الاسلامية	٢٥٦	٧٦٥	١٠٢١	٥%
١٦.	القانون	٤٨٣	٣٦٨	٨٥١	٤%
١٧.	التربية للعلوم الانسانية	٨٣٠	٢٢٦٤	٣٠٩٤	١٦%
	المجموع	٧٩٢٩	١١٠٨٥	١٩٠١٤	١٠٠%

ثالثاً: عينات البحث

يعد اختيار الباحث للعينة من الخطوات المهمة للبحث، ولاشك في أن الباحث يفكر في عينة البحث منذ أن يبدأ في تحديد مشكلة البحث وأهدافه، ألا أن طبيعة البحث وفروضه وخطته تتحكم في خطوات تنفيذه واختيار أدواته مثل العينة، والاستبانات، والإختبارات اللازمة (عبيدات وآخرون ٢٠٠٥: ٩٩). ويعنى بالعينة (Sample) وحدات من المجتمع الكلي، يتم إختيارها على وفق قواعد محددة لغرض تمثيل المجتمع تمثيلاً صحيحاً؛ وذلك لصعوبة دراسة أفراد مجتمع البحث جميعهم في بعض الدراسات، لذا يكون من الملائم في اختيار أفراد العينة على أن تكون ممثلة للمجتمع الأصلي (ملحم ٢٠٠٠: ٢٥١). وأشتملت عينات البحث على ما يأتي:

أولاً: العينة الاستطلاعية (عينة وضوح الفقرات والتعليمات)

إن الغرض من العينة الاستطلاعية التحقق من مدى فهم أفراد العينة لفقرات المقياس وتعليماته لديهم (فرج ١٩٩٧: ١٠٠)، وحساب الزمن المُستغرق في الإجابة عنه، والتعرف على الصعوبات التي تواجه المُستجيب (خطاب ٢٠٠٩: ٤٣). إذ اتسم حجم العينة الاستطلاعية (٤٠)، موزعة بالطريقة العشوائية من طلبة جامعة كربلاء، وان المدى المستغرق في الإجابة هو (١٣ دقيقة) .

ثانياً: عينة التحليل الإحصائي

تذهب معظم أدبيات القياس النفسي إلى ضرورة إجراء التحليل الإحصائي لفقرات المقياس النفسية على عينات كبيرة تكون ممثلة للمجتمع الذي تنتسب إليه. ويرى Henryson أن حجم العينة المناسبة لعملية التحليل الإحصائي للفقرات، لا يقل عن (٤٠٠) وألا يزيد على (٥٠٠) فرداً على أن يتم اختيارهم بدقة من المجتمع الأصلي (Henryson ١٩٦٣: ١٣٢). والغرض منها الحصول على بيانات لإجراء عملية التحليل الإحصائي لفقرات المقياس والتي تعد من الخطوات الأساسية لبنائه (Anastasia : ١٩٢ : ١٩٨٨). إذ تم إختيار عينة التحليل الإحصائي للفقرات بالطريقة الطبقيّة العشوائية ذات التوزيع المتناسب وللحصول على عينة أكثر تمثيلاً. غير أن (Anastasia ١٩٨٩) تشير أن أفضل حجم لعينة تحليل الفقرات هو أن يكون في كل مجموعة من المجموعتين الطرفيتين في الدرجة الكلية (١٠٠) فرداً إذ اعتمدت نسبة (٢٧%) من حجم العينة في كل مجموعة في الدرجة الكلية، بحيث يكون عدد أفراد عينة تحليل الفقرات (٣٧٠) فرداً (Anastasia ١٩٨٩ : ٢٧).

ولما كان حجم مجتمع هذا البحث من العينات الصغيرة البالغ (١٩٠١٤) للعام الدراسي ٢٠٢١ - ٢٠٢٢ أُتخذت الباحثة حجم العينة بما يناسب (٤٠٠) منها التي استعملت في استخراج القوة التمييزية للفقرات باستعمالها لاستخراج الفروقات بين المجموعتين الطرفيتين، على أساس أن عملية التحليل الإحصائي لفقرات المقياس من الخطوات الأساسية، وأن اعتماد الفقرات التي تتميز بخصائص سيكومترية جيدة لكي يصبح المقياس أكثر صدقا وثباتا كما أن عملية الفحص أو اختبار استجابات الأفراد على كل فقرة من فقرات الاختبار (الخطيب والخطيب ٢٠١٠: ٤٩)، كما في جدول (٣).

جدول رقم (٣) العينة الإحصائية موزعة حسب الجنس والكلية

ت	الكلية	طالب	نسبة مئوية	طالبة	نسبة مئوية
١	إدارة واقتصاد	٤٤	٢٧%	٣٥	١٥%
٢	التربية البدنية وعلوم الرياضة	١٠	٦%	٤	٢%
٣	التمريض	١	١%	٥	٢%
٤	الزراعة	٣	٢%	٤	٢%
٥	الصرفة	١٦	١٠%	٢٢	٩%
٦	الصيدلة	٦	٣%	١٤	٦%
٧	الطب	٩	٥%	٢٠	٩%
٨	الطب البيطري	٣	٢%	٥	٢%
٩	طب الاسنان	٤	٢%	١١	٥%
١٠	العلوم	٥	٣%	١٥	٦%
١١	العلوم الطبية التطبيقية	٣	٢%	٥	٢%
١٢	الهندسة	٢١	١٣%	١٤	٦%
١٣	علوم الحاسوب وتكنولوجيا	٦	٣%	٥	٢%
١٤	السياحة	٣	٢%	٣	١%
١٥	العلوم الاسلامية	٥	٣%	١٦	٧%
١٦	القانون	١٠	٦%	٨	٣%
١٧	التربية للعلوم الانسانية	١٧	١٠%	٤٨	٢١%
	المجموع	١٦٦	١٠٠%	٢٣٤	١٠٠%

ثالثاً: عينة البحث الأساسية (عينة التطبيق)

تعرف العينة المجموعة الجزئية من المجتمع الأصلي والذي يجري اختيارها على وفق قواعد خاصة حتى تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً (الناصر ومرزوك ١٩٨٩: ١٠)، والعينة هي أي مجموعة جزئية من المجتمع ونلاحظ أن مصطلح عينة لا يضع اية قيود على طريقة الحصول على العينة، فالعينة ببساطة هي مجموعة جزئية من مجتمع له خصائص مشتركة (أبوعلام ٢٠١١: ١٦٢)، ويعد اختيار عينة البحث ذات أهمية كبيرة؛ لأنها تساعد الباحث على جمع البيانات حيث يتعذر جمعها في اغلب الأحوال من مجتمع البحث بصورة كاملة (داود وعبد الرحمن ١٩٩٠: ٦٧).؛ لأنها مجموعة جزئية من المجتمع الكلي تحتوي بعض العناصر يتم اختيارها منه (النجار وآخرون ٢٠١٠: ١٠٤).

ويشير (خطاب ٢٠٠٧) إلى ان إذا كانت مفردات المجتمع الأصل متجانسة فإن عينة صغيرة تكون كافية، أما إذا كانت مفردات المجتمع الأصلي غير متجانسة لزم الحصول على عينة أكبر كثيراً (خطاب ٢٠٠٧: ٤١). إذ يتعلق ذلك بدرجة الدقة المطلوبة، إذ كلما زاد حجم العينة، كلما قل الخطأ المعياري للمتوسط الحسابي، أو الخطأ المعياري للفرق بين المتوسطات وكلما قلَّ الخطأ المعياري، كلما زادت درجة الدقة في نتائج الدراسة (خطاب ٢٠٠٧: ٤٣). وقد يشير (جاي ١٩٩٢) أن الحد الأدنى المقبول لحجم العينة لدراسة ما يتوقف على نوع هذه الدراسة، فالحد الأدنى المقبول لحجم العينة في الدراسة الوصفية (٥%) من مجتمع الأصل، الذي تمثله هذه العينة (الخطاب ٢٠٠٩: ٤٤). وقد أقتراح (Greswell ٢٠٠٥) إعداد العينات في مناهج الدراسة المختلفة. وأكد أن حوالي (٣٥٠) من أفراد العينة مناسبة للدراسات الوصفية (أبو علام ٢٠١٣: ١٥٤). غير أن الباحثة اختارت عينة البحث الأساسية بنسبة (٣%) من المجتمع الأصل فبلغت العينة (٥٧٠)، وتم إختيار العينة بالطريقة العشوائية Random Sample ذات التوزيع المتناسب. الموضح في جدول (٤)

جدول (٤) عينة البحث الأساسية موزعه حسب الكلية والجنس

نسبة مئوية	طالبة	نسبة مئوية	طالب	الكلية	ت
١٥%	٥٠	٢٦%	٦٢	إدارة واقتصاد	١
٢%	٦	٦%	١٤	التربية البدنية وعلوم الرياضة	٢
٢%	٨	١%	٢	التمريض	٣
٢%	٦	٢%	٤	الزراعة	٤
٩%	٣١	٩%	٢٢	الصرفة	٥
٦%	٢٠	٣%	٨	الصيدلة	٦
٩%	٢٩	٥%	١٣	الطب	٧
٢%	٧	٢%	٥	الطب البيطري	٨
٥%	١٥	٣%	٦	طب الاسنان	٩
٦%	٢١	٣%	٧	العلوم	١٠
٢%	٧	٢%	٤	العلوم الطبية التطبيقية	١١
٦%	١٩	١٣%	٣٠	الهندسة	١٢
٢%	٧	٣%	٨	علوم الحاسوب وتكنولوجيا	١٣
٢%	٥	٢%	٥	السياحة	١٤
٧%	٢٣	٣%	٨	العلوم الاسلامية	١٥
٣%	١١	٦%	١٤	القانون	١٦
٢٠%	٦٨	١١%	٢٥	التربية للعلوم الانسانية	١٧
١٠٠%	٣٣٣	١٠٠%	٢٣٧	المجموع	

رابعاً: أدوات البحث:

لغرض تحقيق أهداف البحث قامت الباحثة ببناء مقاييس متغيري البحث كل من (الشخصية المتناغمة) و(مهمات الحياة)، كل على إنفراد توضيحاً للدقة والحذر، وفيما يأتي إستعراض للإجراءات التي قامت بها الباحثة:

أولاً: مقياس: الشخصية المتناغمة *Harmonious personality*

ولاستكمال بناء المقياس قامت الباحثة بالإجراءات وبحسب تسلسلها على التتابع:

أولاً: تحديد مفهوم الشخصية المتناغمة

لم تجد الباحثة مقياس يتناسب مع عينة وأهداف البحث . لكون المتغير يعد من المتغيرات المعاصرة التي لم يتطرق إليها كثيراً عربياً ومحلياً -على حد علم الباحثة واطلاعها-. وعلى هذا الأساس تبنت الباحثة تعريف الشخصية المتناغمة للعالم موتكوف (Motkov Oleg Ivanovich: ٢٠١٨) بأنها سمة الشخص الذي يتمتع بتنظيم لشخصيته، مكون منها علاقات إيجابية في الغالب مع نفسه، ومع الآخرين متمثل في الأداء والتطور الأمثل (٦: ٢٠١٨ Motkov).

ثانياً: تحديد اتجاه التناغم وفقراته بصورتها الأولية:

أعدت الباحثة إستبانة منفصلة للتقصي عن أي شكل من الشخصية المتناغمة أكثر تمثيلاً للعينة الحالية لمقياس تناغم الشخصية ، والتي حددتها الباحثة على وفق التعريف في :

– التناغم القائم على الإيجابية الداخلي *Harmony based on Internal Positivity*

– التناغم القائم على الإيجابية الخارجي *Harmony based on External Positivity*

بعد أن تم تحديد التعريف الخاص للشخصية المتناغمة. وبيان طبيعة التعريف الإجرائي، تم اعتمادها في جمع وإعداد فقرات كل نوع منها بحيث تكون منسجمة مع التعريف الخاص به، والأخذ بنظر الاعتبار طبيعة وخصائص العينة التي سيطبق عليها المقياس والذين هم طلبة جامعة كربلاء، وبعد مراجعة الأدبيات ذات العلاقة، قامت الباحثة بصياغة عدد من الفقرات (اللفظية التقريرية) مع مراعاة شروط صياغة الفقرات وكانت النتيجة صياغة (٤٠) فقرة تحسباً لتعرض الفقرات للحذف أثناء القياس (الخصائص السايكومترية للفقرات) توزعت على المكونين:

– فقرات التناغم الداخلي من (١- ٢٠) فقرة

– فقرات التناغم الخارجي من (٢١- ٤٠) فقرة

ثالثاً: الصدق الظاهري لفقرات مقياس الشخصية المتناغمة وصلاحيتها :

تشير هذه العملية الى التحليل المنطقي لمحتوى المقياس أو التثبت من تمثيله للمحتوى المراد قياسه (67: 1979: Alen & Yen)، إذ يفحص المقياس للكشف عن مدى تمثيل فقراته جوانب السمة التي يفترض أن يقيسها (عبد الرحمن 1998: 185). ومن أجل التعرف على صلاحية الفقرات (الصدق الظاهري من حيث الأهمية والوضوح لمقياس الشخصية المتناغمة، عرضت الباحثة مقياس الشخصية المتناغمة بفقراته لـ (40) على مجموعة من المحكمين والمختصين في ميدان علم النفس والقياس والتقويم (العراقيين والعرب) الموضح في ملحق (2)، والاستبانة المعدّة لذلك ملحق (3)، وإعتمدت الباحثة النسبة المئوية وهو الحصول على نسبة (80%) فأكثر من آراء المحكمين، وأستبعاد الفقرة التي حصلت على نسبة أقل من ذلك. ومربع كأي للحكم على صلاحية الفقرة وقبولها احصائياً، للحصول على درجة أعلى من قيمة مربع كأي الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية واحد، وبناءً على ذلك حُذفت (8) فقرة، وبهذا الاجراء إستبقت (32) فقرة، وكما يأتي:

من حيث الوضوح:

في فقرات التناغم الداخلي هي الفقرات (1-2-3-4-5-6-8-9-12-13-14-15-16) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (30) وبنسبة (100%). والفقرات (17-18-20) لحصولها على قيمة كأي البالغة (19.2) وبنسبة (90%). فأما الفقرات غير الدالة هي (7-10-11-19) لحصولها على قيمة كأي البالغة (3.33) وبنسبة (33%). وفي فقرات التناغم الخارجي الفقرات هي (21-22-24-25-27-28-29-30-31-33-34) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (30) وبنسبة (100%). والفقرات (35-36-38-39-40) لحصولها على قيمة كأي البالغة (10.8) وبنسبة (80%). وأما الفقرات غير الدالة هي (23-26-32-37) لحصولها على قيمة كأي البالغة (2.13) وبنسبة (36.66%). وجدول (5) يوضح ذلك

من حيث الأهمية:

في فقرات التناغم الداخلي هي الفقرات (1-2-3-4-5-6-8-9-12-13-14-15-16) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (30) وبنسبة (100%). والفقرات (17-18-20) لحصولها على قيمة كأي البالغة (16.1) وبنسبة (87%). فأما الفقرات غير الدالة هي (7-10-11-19) لحصولها على قيمة كأي البالغة (3.33) وبنسبة (33%). وفي فقرات التناغم الخارجي الفقرات هي (21-22-24-25-27-28-29-30-31-33-34) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (26.1) وبنسبة (97%). والفقرات (35-36-38-39-40) لحصولها على قيمة كأي البالغة (22.54) وبنسبة (93.33%). وأما الفقرات غير الدالة هي (23-26-32-37) لحصولها على قيمة كأي البالغة (1.2) وبنسبة (60%). وقد عدلت الباحثة عدد من الفقرات بحسب آراء المحكمين ملحق (2) وجدول (6) يوضح ذلك

جدول (٥) آراء المُحكِّمين والمختصين في صلاحية فقرات من حيث الوضوح لمقياس الشخصية المتناغمة وفقاً لمربع كأي (Chi-square) والنسبة المئوية

مستوى دلالة عند ٠.٠٥	القيمة المحسوبة	غير موافقين		موافقون		ارقام الفقرات	المكونان
		النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار		
دالة	٣٠	-	-	١٠٠%	٣٠	-١٢-٩-٨-٦-٥-٤-٣-٢-١ ١٦-١٥-١٤-١٣	التناغم القائم على الإيجابية الداخلي
دالة	١٩.٢	١٠%	٣	٩٠%	٢٧	٢٠-١٨-١٧	
غير دالة	٣.٣٣	٦٧%	٢٠	٣٣%	١٠	١٩-١١-١٠-٧	
دالة	٣٠	-	-	١٠٠%	٣٠	-٢٨-٢٧-٢٥-٢٤-٢٢-٢١ ٣٤-٣٣-٣١-٣٠-٢٩	التناغم القائم على الإيجابية الخارجي
دالة	١٠.٨	٢٠%	٦	٨٠%	٢٤	٤٠-٣٩-٣٨-٣٦-٣٥	
غير دالة	٢.١٣	٦٣%	١٩	٣٦.٦٦%	١١	٣٧-٣٢-٢٦-٢٣	

جدول (٦) آراء المُحكِّمين والمختصين في صلاحية فقرات من حيث الأهمية لمقياس الشخصية المتناغمة على وفق مربع كأي (Chi-square) والنسبة المئوية

مستوى دلالة عند ٠.٠٥	القيمة المحسوبة	غير موافقين		موافقون		ارقام الفقرات	المكونان
		النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار		
دالة	٣٠	-	-	١٠٠%	٣٠	-١٢-٩-٨-٦-٥-٤-٣-٢-١ ١٦-١٥-١٤-١٣	التناغم القائم على الإيجابية الداخلي
دالة	١٦.١	١٣%	٤	٨٧%	٢٦	٢٠-١٨-١٧	
غير دالة	٢.١٣	٣٦.٦٦%	١١	٦٣%	١٩	١٩-١١-١٠-٧	
دالة	٢٦.١	٣%	١	٩٧%	٢٩	-٢٨-٢٧-٢٥-٢٤-٢٢-٢١ ٣٤-٣٣-٣١-٣٠-٢٩	التناغم القائم على الإيجابية الخارجي
دالة	٢٢.٥٤	٦.٦٧%	٢	٩٣.٣٣%	٢٨	٤٠-٣٩-٣٨-٣٦-٣٥	
غير دالة	١.٢	٤٠%	١٢	٦٠%	١٨	٣٧-٣٢-٢٦-٢٣	

رابعاً: إعداد تعليمات مقياس الشخصية المتناغمة

تعد تعليمات المقياس بمثابة الدليل الذي يسترشد به المُستجيب، ولأن الفقرات المعدة من قبل الباحثة بالصيغة اللفظية التقريرية؛ لذا سعت إلى أن تكون تعليمات المقياس واضحة ودقيقة للطالب الجامعي بحسب الجنس الاجتماعي، والتخصص، والتأشير يكون بعلامة (√) تحت البديل الذي ينطبق على المُستجيب من بين البدائل الخمس (تنطبق دائماً، تنطبق غالباً، تنطبق أحياناً، تنطبق نادراً، لا تنطبق أبداً) إذ طلبت من المُستجيبين الإجابة عنه، بكلّ صراحة وصدق لغرض البحث العلمي، ولا توجد هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة بقدر ما تعبر عن رأيهم، وإنّ الإجابة لا يطلع عليها أحد سوى الباحثة، ولا داعي لذكر الاسم لكي يطمئن المُستجيب على سرّية استجاباته (النبهان ٢٠١٣: ٨٥).

خامساً: تصحيح مقياس الشخصية المتناغمة :

بعد إعداد فقرات المقياس تم اعتماد أسلوب (Likert) في صياغة بدائل الاستجابة لكونه:

o يتيح للمستجيب أن يؤشر درجة شدة مشاعره.

o يسمح بأكبر تباين بين الافراد.

o يوفر مقياساً أكثر تجانساً.

o يجمع عدداً كبيراً من الفقرات ذات الصلة بالظاهرة السلوكية المراد قياسها.

o مرن وسهل البناء والتصحيح.

o يميل الثبات فيه لأن يكون جيداً، ويعود ذلك إلى المدى الكبير من الاستجابات المسموح بها للمستجيبين (٢٨٨: ١٩٧٢ Stanley & Hopkin).

قامت الباحثة بوضع درجة استجابة المفحوص عن كل فقرة من فقرات المقياس، ومن ثم جمعها لإيجاد الدرجة الكلية للمقياس، ولكلّ بعد من أبعاده، وذلك بوضع مدرج خماسي أمام كل فقرة، ووضع الدرجة المناسبة لكلّ فقرة بموجب إجابة المستجيب، حيث وزعت الأوزان على بدائل الإجابات الخمس كالآتي: (تنطبق دائماً (٥) درجات، تنطبق غالباً (٤) درجات، تنطبق أحياناً (٣) درجات، تنطبق نادراً (٢) درجتين، لا تنطبق أبداً (١) درجة).

سادساً: التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الشخصية المتناغمة :

تعدّ عملية التحليل الإحصائي لفقرات المقياس أيّ كان نوعه من العمليات الأساسية في بناء المقاييس (Anastasia ١٩٨٨: ١٩٢) إذ تستهدف الكشف عن الخصائص السايكومترية التي تعتمد بدرجة كبيرة على خصائص فقراته فضلاً عن ذلك فإنّ هذا الإجراء ضروري للتمييز بين الأفراد في السمة المقاسة (الإمام ١٩٩٠: ١١٤). وفيما يأتي إجراءات التحقق من الخصائص السايكومترية:

أولاً: القوة التمييزية للفقرات Discriminating Power of Items

إنّ الهدف من تحليل الفقرات هو الإبقاء على الفقرات الجيدة، وذلك بعد التأكد من قوتها في تحقيق التمييز بين الأفراد الخاضعين للقياس؛ لأنّ من الشروط المهمة لفقرات المقاييس النفسية هو أن تتصف هذه الفقرات بقوة تمييزية بين الأفراد من ذوي الدرجات العالية، والأفراد من ذوي الدرجات المنخفضة في الصفة أو السمة المراد قياسها (Groniund ١٩٨١:٢٥٣) إذ يشير جيزل وآخرون (Ghisell ١٩٨١ etal) الى ضرورة إختيار الفقرات ذات القوة التمييزية العالية وتضمينها في الصورة النهائية للمقياس، وإستبعاد الفقرات غير المميزة، لأنّ هناك علاقة قوية بين دقة المقياس والقوة التمييزية لفقراته (Nunnally ١٩٧٦:٢٦٢). وقد تمّ تحقق الباحث من القوة التمييزية للفقرات بإستعمال أسلوب المجموعتين الطرفيتين Contrasted Groups بتطبيق فقرات المقياس على عينة التحليل الإحصائي، البالغة (٤٠٠) منهم، ومن ثمّ تحديد الدرجة الكلية لكلّ إستمارة من إستمارات المستجيبين، ثمّ ترتيب الاستمارات تنازلياً حسب الدرجة الكلية، من أعلى درجة الى أقل درجة، ثمّ تعيين (٢٧%) من الإستمارات الحاصلة على الدرجات العليا، و (٢٧%) من الإستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا. وبلغ عدد أفراد كلّ من المجموعتين الطرفيتين العليا والدنيا (١٠٨) طالب، وبعد تطبيق الإختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين، لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لدرجات كل فقرة من فقرات المقياس، كانت جميع فقرات المقياس عن طريق مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) مميزة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٢١٤)، وبذلك تبين أن الفقرات كلّها دالة بدالاتها إحصائياً، بإستثناء فقرتي من (٣-٢٥) غير داليتين، وبهذا صار عدد الفقرات إلى هذا الإجراء (٣٠) فقرة موزعة على مكونين، وجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧) القوة التمييزية لفقرات (مقياس الشخصية المتناغمة) بأسلوب المجموعتين الطرفيتين

الدالة عند ٠,٠٥	القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا ١٠٨		المجموعة العليا ١٠٨		رقم الفقرة	تسلسل الفقرة	مكونا مقياس الشخصية المتناغمة
		الانحراف	الوسط	الانحراف	الوسط			
دالة	٤.٠٤	١.٣٦٢	٣.٥١	٠.٨٣٣	٤.١٣	١	١	التناغم القائم على الإيجابية الداخلي
دالة	٩.٧٥	١.١٦٥	٣.٢٣	٠.٧٣	٤.٥٢	٢	٢	
غير دالة	٠.٤٧	١.٢٥٦	٣.٧٨	١.٢١٩	٣.١٤	٣	٣	
دالة	٦.٩٣	١.٢٢٩	٣.٣٢	٠.٩٠٩	٤.٣٤	٤	٤	
دالة	٩.٨٨	١.١٨٥	٣.١٩	٠.٨٠٢	٤.٥٥	٥	٥	
دالة	٣.٩٦	١.٢١٤	٢.٧٦	١.١٢٣	٣.٣٦	٦	٦	

دالة	٧.٧٤	١.٢٢٢	٣.٠٤	١.٠٢٩	٤.٢٣	٨	٧
دالة	٨.٨٩	١.٣١٥	٢.٨٦	٠.٨٥١	٤.٢٠	٩	٨
دالة	١٣.١٤	١.٣٦٣	٢.٨٦	٠.٦١٣	٤.٧٥	١٢	٩
دالة	١٣.١٤	١.٣٠٥	٢.٧٩	٠.٦٦٢	٤.٦٤	١٣	١٠
دالة	٧.٨٣	١.٣٧٧	٣.٠٥	٠.٩٩٥	٤.٣٣	١٤	١١
دالة	١١.٨٤	١.٢٧٣	٣.٠٧	٠.٦٣٣	٤.٦٩	١٥	١٢
دالة	١٥.١١	١.٢٨٩	٢.٦٠	٠.٦٨١	٤.٧٢	١٦	١٣
دالة	٩.٢٢	١.٣٤٣	٣.١٧	٠.٧١٧	٤.٥٢	١٧	١٤
دالة	٨.١٩	١.٢٥٧	٣.٠٩	٠.٧٩	٤.٢٦	١٨	١٥
دالة	١١.٢٦	١.١٣٤	٣.١٥	٠.٧١	٤.٦٠	٢٠	١٦
دالة	٩.٥٣	١.٢٢٧	٣.٠١	٠.٨٥١	٤.٣٨	٢١	١٧
دالة	١٠.٨٤	١.٣٩٣	٣.٢٠	٠.٥٤٥	٤.٧٦	٢٢	١٨
دالة	٧.٧٢	١.٣٥٠	٣.١٤	٠.٩١	٤.٣٥	٢٤	١٩
غير دالة	٠.٧٢	١.٢٩٨	٣.٨٧	٠.٩٤٣	٣.٣٧	٢٥	٢٠
دالة	٩.٦٢	١.٢١٥	٣.٠٠	٠.٨٢٦	٤.٣٦	٢٧	٢١
دالة	١١.٦٧	١.٢٨٢	٣.٠٢	٠.٦٩٩	٤.٦٦	٢٨	٢٢
دالة	١١.٢٤	١.٣٤٢	٣.٠٥	٠.٦٤٤	٤.٦٦	٢٩	٢٣
دالة	٧.٥٨	١.٣٧٣	٣.٠٤	١.٠٠٣	٤.٢٨	٣٠	٢٤
دالة	٧.٠٨	١.٣٤٢	٢.٨٩	١.٠٧	٤.٠٦	٣١	٢٥
دالة	٧.٨٢	١.٢٣٨	٢.٩٠	١.٠٢٦	٤.١١	٣٣	٢٦
دالة	٩.٧٤	١.١٨٣	٣.٢٨	٠.٧٢٥	٤.٥٨	٣٤	٢٧
دالة	١٢.١٠	١.١٥٨	٣.١٢	٠.٦٥٦	٤.٦٧	٣٥	٢٨
دالة	١٢.٤٢	١.١٦٨	٢.٩٨	٠.٧٢	٤.٦٢	٣٦	٢٩
دالة	١٢.٢٠	١.١٨٣	٣.٠٤	٠.٦٧٦	٤.٦٤	٣٨	٣٠
دالة	٩.١٠	١.٢٤٨	٢.٧٤	١.١٥٧	٤.٢٣	٣٩	٣١
دالة	٦.٢٠	١.٢٠٤	٢.٧٣	١.٢٣٧	٣.٧٦	٤٠	٣٢

التناغم القائم على الإيجابية الخارجي

صدق البناء لمقياس الشخصية المتناغمة :

وتتمثل في الإجراءات الآتية:

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

ويقصد به حساب ارتباط درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس الذي ترتبط به، لكل أفراد العينة، والهدف من هذا الإجراء معرفة ما إذا كانت الإجابات بالنسبة لل فقرات بعينها متسقة بطريقة معقولة مع اتجاهات السلوك أو الشخصية التي تفترضها الدرجات؛ وبذلك تستعمل الدرجة الكلية للفرد على المقياس بوصفها محكاً داخلياً في هذا التحليل (Ghiselli etal ١٩٨١:٤٣٦).

وتشير في ذلك إنستازي (Anastasi ١٩٧٦) الى أنه عندما لا يتاح المحك الخارجي فإن أفضل محك داخلي هو الدرجة الكلية للمقياس (Anastasi ١٩٧٦:٢٠٦). إضافة الى ذلك فإنه يعتمد هذا الأسلوب لمعرفة فيما إذا كانت كل فقرة من فقرات المقياس تسير في المسار نفسه الذي يسير فيه المقياس كله أم لا فهي تمتاز بأنها تقدم لنا مقياساً متجانساً (عبد الرحمن ١٩٩٨: ٢٠٧). لذا قامت الباحثة بهذا الإجراء لإستخراج مقدار العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس بواسطة معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation Coefficient، وباستعمال عينة التحليل ذاتها المشار إليها في الفقرة السابقة عينة التحليل الإحصائي، والبالغة (٤٠٠). بعد استعمال الاختبار التائي لدلالة الارتباط ومقارنتها بالقيمة التائية الجدولية والبالغة (٢.٥٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ودرجة حرية (٣٩٨)، وقد عدّ المقياس صادقاً بنائياً على وفق هذا المؤشر؛ فأتضح أن جميع الفقرات حققت ارتباطاً ذا دلالة إحصائية تراوحت بين مستوى (٠.٠٥) الموضح في جدول (٨).

جدول (٨) قيم معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس والقيمة التائية للارتباط بالدرجة الكلية لمقياس الشخصية المتناغمة

القيمة التائية لمعامل الارتباط	قيمة العلاقة الارتباطية	فقرات التناغم الخارجي	تسلسل فقرات التناغم الخارجي	القيمة التائية لمعامل الارتباط	قيمة العلاقة الارتباطية	فقرات التناغم الداخلي	تسلسل فقرات التناغم الداخلي
١٢.٦٧	٠.٥٣٦	٢١	١٦	٧.٠٠	٠.٣٣١	١	١
١٣.٤٥	٠.٥٥٩	٢٢	١٧	١٠.٩٧	٠.٤٨٢	٢	٢
١١.٦٧	٠.٥٠٥	٢٤	١٨	١٠.٠٠	٠.٤٤٨	٤	٣
١١.٠٦	٠.٤٨٥	٢٧	١٩	١٥.٦٨	٠.٦١٨	٥	٤
١٣.٢١	٠.٥٥٢	٢٨	٢٠	٧.٢١	٠.٣٤	٦	٥
١٦.٧١	٠.٦٤٢	٢٩	٢١	٩.٦١	٠.٤٣٤	٨	٦
١٤.٨٥	٠.٥٩٧	٣٠	٢٢	١٢.٨٣	٠.٥٤١	٩	٧
٩.٢٣	٠.٤٢٦	٣١	٢٣	١٦.٣٦	٠.٦٣٤	١٢	٨
٩.٣١	٠.٤٢٣	٣٣	٢٤	١٥.٢٨	٠.٦٠٨	١٣	٩
١٠.٨٠	٠.٤٧٦	٣٤	٢٥	٩.٥٦	٠.٤٣٢	١٤	١٠
١٢.٢٧	٠.٥٢٤	٣٥	٢٦	١٢.١٨	٠.٥٢١	١٥	١١
١٤.٦٢	٠.٥٩١	٣٦	٢٧	١٦.٩٣	٠.٦٤٧	١٦	١٢
١٤.٥٨	٠.٥٩٠	٣٨	٢٨	١٠.٣١	٠.٤٥٩	١٧	١٣
١٤.٥٠	٠.٥٨٨	٣٩	٢٩	١٠.٠٠	٠.٤٤٨	١٨	١٤
١٢.٩٧	٠.٥٤٥	٤٠	٣٠	١١.٨٠	٠.٥٠٩	٢٠	١٥

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمكون (الداخلي ، الخارجي):

استخرجت الباحثة مصفوفة الارتباطات الداخلية بين مكوني مقياس الشخصية المتناغمة بوساطة معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation Coefficient وقد استخرجت الباحثة القيمة الثانية لمعامل الارتباط، وتبين أن جميع الارتباطات سواء بين المكونان أو ارتباط المكونان بالدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً بعد استعمال الإختبار التائي لدلالة الارتباط ومقارنتها بالقيمة التائية جدولية البالغة (٢,٥٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨)، وهذا يشير إلى أن المكونان تُقيس المفهوم العام للشخصية المتناغمة، وعليه تطابق الإفتراض النظري مع التحليل التجريبي، وهذا يعد مؤشراً من مؤشرات صدق البناء (فرج ١٩٨٠: ٣١٥)، وجدول (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩) قيم معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمكوني المقياس والقيمة الثانية للارتباط بالدرجة الكلية لمقياس الشخصية المتناغمة

القيمة التائية لمعامل الارتباط	قيمة العلاقة الارتباطية	فقرات التناغم الخارجي	تسلسل فقرات التناغم الخارجي	القيمة التائية لمعامل الارتباط	قيمة العلاقة الارتباطية	فقرات التناغم الداخلي	تسلسل فقرات التناغم الداخلي
١١.٢٤	٠.٤٩١	٢١	١٦	٤.٦٥	٠.٢٢٧	١	١
١٢.٩٣	٠.٥٤٤	٢٢	١٧	٩.٩١	٠.٤٤٥	٢	٢
١٠.٠٠	٠.٤٤٨	٢٤	١٨	٧.٨٠	٠.٣٦٤	٤	٣
١٠.٢٨	٠.٤٥٨	٢٧	١٩	١١.٧٧	٠.٥٠٨	٥	٤
١١.٧٧	٠.٥٠٨	٢٨	٢٠	٤.٣٧	٠.٢١٤	٦	٥
١٤.٤٣	٠.٥٨٦	٢٩	٢١	٧.٩٢	٠.٣٦٩	٨	٦
١١.٨٦	٠.٥١١	٣٠	٢٢	٩.٨٦	٠.٤٤٣	٩	٧
٧.٤٨	٠.٣٥١	٣١	٢٣	١٥.٢٤	٠.٦٠٧	١٢	٨
٨.٠٠	٠.٣٧٢	٣٣	٢٤	١٣.٨٨	٠.٥٧١	١٣	٩
٩.٩٤	٠.٤٤٦	٣٤	٢٥	٨.٧٨	٠.٤٠٣	١٤	١٠
١٠.٨٩	٠.٤٧٩	٣٥	٢٦	١٢.٣٤	٠.٥٢٦	١٥	١١
١٢.٩٠	٠.٥٤٣	٣٦	٢٧	١٥.٤٤	٠.٦١٢	١٦	١٢
١٣.٦٣	٠.٥٦٤	٣٨	٢٨	١٠.٠٠	٠.٤٤٨	١٧	١٣
١٤.٠٩	٠.٥٧٧	٣٩	٢٩	٨.٩٩	٠.٤١١	١٨	١٤
١١.٩٢	٠.٥١٣	٤٠	٣٠	١١.٥٨	٠.٥٠٢	٢٠	١٥

مصفوفة الارتباطات الداخلية بين المكونين الفرعية والدرجة الكلية للمقياس

استخرجت الباحثة مصفوفة الارتباطات الداخلية بين اتجاهي التناغم الداخلي والخارجي باستعمال معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation coefficient)، وتبين أن جميع الارتباطات سواء بين المكونين أو ارتباط مكون التناغم بالدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً بعد استعمال الإختبار التائي لدلالة الارتباط ومقارنتها بالقيمة التائية جدولية البالغة (٢,٥٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨)، وهذا يشير إلى أن مكوني التناغم يُقسَم المفهوم العام للشخصية المتناغمة، وعليه تطابق الافتراض النظري مع التحليل التجريبي، وهذا يعد مؤشراً من مؤشرات صدق البناء (فرج ١٩٨٠: ٣١٥)، وجدول (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠) مصفوفة الارتباطات الداخلية بين المكونين الفرعية والدرجة الكلية للمقياس

الدرجة الكلية الشخصية المتناغمة		التناغم الإيجابي الخارجي		التناغم الإيجابي الداخلي		المكونان
القيمة التائية	قيمة العلاقة	القيمة التائية	قيمة العلاقة	القيمة التائية	قيمة العلاقة	
٤٠.٠٣	٠.٨٩٥	١٦.٨٨	٠.٦٤٦	٠.٠٠	١	التناغم الإيجابي الداخلي
٤٦.٥٠	٠.٩١٩	٠.٠٠	١	١٦.٨٨	٠.٦٤٦	التناغم الإيجابي الخارجي
٠.٠٠	١	٤٦.٥٠	٠.٩١٩	٤٠.٠٣	٠.٨٩٥	الدرجة الكلية الشخصية المتناغمة

الصدق العاملي (Factorial Validity)

تشير أدبيات التقويم والقياس النفسي إلى أن التحليل العاملي يُعد أفضل وسيلة للتحقق من الصدق؛ لأنّ هذا النوع من التحليل يقوم على معرفة المكونات الأساسية للظواهر التي تخضع للقياس، ويصلح لدراسة الظواهر المعقدة التي تتأثر بعدد كبير من المؤثرات والعوامل المختلفة (السيد ٢٠٠٦: ٤٩٧-٤٩٨). وتشير فيركسون (١٩٩١) إلى أنّ التحليل العاملي طريقة إحصائية وظيفتها تبسيط أو التقليل الموضوعي لمجموعات كبيرة من المتغيرات تصف مواقف معقدة إلى مجموعة صغيرة تمتلك صفات تفسيرية تسمى عوامل (Factors) تكتسب معناها بسبب الصفات التكوينية الهيكلية التي قد توجد ضمن مجموعة العلاقات (فيركسون ١٩٩١: ٥٨٧-٥٨٩).

ويُعد الصدق العاملي أحد المؤشرات المهمة في تحديد صدق البناء Construct Validity (أبو حطب ٢٠٠٨: ١٩١). كما يلجأ الباحث إلى التحليل العاملي الاستكشافي في حالة التعامل مع متغيرات تم تبلور بنيتها العملية مسبقاً الذي يتم في التحليل هواسنكشاف هذه البنية. وأوضحت دراسات عديدة أن هذا النوع من التحليل يمكن أن يحدد عدد عوامله مسبقاً أي هو يسعى إلى استكشاف المتغيرات المكونة لكل عامل، وفي ضوء هذه المتغيرات يتم تسمية عامل، بمعنى أوضح هو تحليل استكشافي أستطلاعي وصفي لتحديد العدد الأمثل من العوامل الكامنة ولاكتشاف المتغيرات المتشعبة على كل عامل منها (غانم ٢٠١٣: ٢٣).

ويعد التحليل العاملي الاستكشافي أسلوباً إحصائياً يهدف إلى إختزال عدد من المتغيرات المكونة للمتغير الرئيس لموضوع البحث أو الإهتمام، إلى عدد أقل يسمى عوامل (تبيغزة ٢٠١٢: ٢٨١). وأكثر طرائق التحليل العاملي دقة وشيوعاً مقارنة بالطرائق الأخرى، هي طريقة المكونات الأساسية Principal Components والتي وضعها (Hotteling) لعام (١٩٣٣)، التي تقوم على تحليل التباين الكلي للمتغيرات دونما افتراض تباين مشترك أو انفرادي فضلاً عن أن هذه الطريقة تؤدي إلى تشعبات دقيقة (إثناسيوس والبياتي ١٩٧٧: ٢٩٩).

لذلك قامت الباحثة بحساب الصدق العاملي للمقياس عن طريق إجراء التحليل العاملي الاستكشافي للمقياس الكلي للتناغم (٣٠ فقرة) الناتج من اجتماع فقرات مقاسي الفرعية (نوعي المقياس)، وتم على وفق طريقة المكونات الرئيسية Principal Components مع التدوير المائل Oblige Rotation بطريقة الأوبلمن Obilmin، بعد تطبيقه على عينة التحليل الإحصائي المؤلفة من (٤٠٠) (الموضحة في التحليل الإحصائي) ويعد التدوير المائل ملائماً للحياة العملية، وذلك بسبب تداخل وإرتباط المتغيرات في الموضوع الواحد، وعدم إمكانية تفسيره بعوامل مستقلة عن بعضها إستقلالاً تاماً (جودة ٢٠٠٨: ١٦١).

ويفضل التدوير المائل؛ لأنه أكثر واقعية في تمثيل العلاقات الارتباطية البيئية للعوامل، ويزودنا بصورة دقيقة عن قوة هذه الارتباطات (تبيغزة ٢٠١٢: ٧٢)، وتتم طريقة (الأوبلمن) بإيجاد تدوير للعوامل الأصلية المستخلصة، والتي تقلل حواصل ضرب تشعبات العوامل، وهذا يولد حلاً ذا بنية بسيطة وأكثر ميلاً، أي إرتباط أقوى بين العوامل المستخلصة (غانم ٢٠١٣: ٧٤). وكانت نتيجة التحليل العاملي الاستكشافي لمكوني المقياس هي أن كفاءة النموذج المستعمل بقياس (KMO) بلغت (٠.٨٤٦) وبالذلة الإحصائية، فقد أشار تبيغزة (٢٠١٢) إلى إن إختبار (KMO) لكافة المصفوفة يتطلب أن يكون أعلى من (٠.٥) وفقاً لمحك كايزر (Kaiser)، وأضاف إلى أن القيم التي تتراوح من (٠.٨ - ٠.٩) جيدة، ومعنى ذلك بأن حجم العينة كافية لإجراء التحليل العاملي الاستكشافي، ومن ثم زيادة الأعتمادية للعوامل التي سيتم الحصول عليها من التحليل العاملي (تبيغزة ٢٠١٢: ٨٩)، وإن إختبار بارتليت Bartlett (١١٧٤.١٢٠) وهو ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٠٠) يدل ذلك على إمكانية إجراء التحليل العاملي، وقد إعتمدت الباحثة على تشعب (٠.٣٠)، فما فوق لكل فقرة من الفقرات وفقاً لمحك Guliford (١٩٥٤:٥٠٠)، وفي حالة تشعب الفقرة على أكثر من عامل في وقت واحد، يؤخذ التشعب الأعلى بوصفه دالاً إحصائياً غير أن جميع تشعبات فقرات المقياس كانت أعلى من (٠.٥)، وأفرزت نتائج التحليل العامل (٢) عامل يزيد قيمة الجذر الكامن Eigen Value لكل منها عن (١)، وفسرت التباين الكلي للمصفوفة العملية، لتعد العوامل المستخلصة ذات دلالة إحصائية طالما أن الجذور الكامنة لها ذات قيمة أكبر من (١) (اثناسيوس والبياتي ١٩٧٧: ٢٧٦). وجدول (١١) وشكل (٤) يوضحان ذلك.

جدول (١١) نتائج التحليل العاملي لمقياس الشخصية المتناغمة وتشعبات فقراته بالاتجاهين الداخلي والخارجي

بعد التدوير			قبل التدوير			رقم الفقرة	ت
Inner positive harmony component	External positive harmony component	saturation values	Inner positive harmony component	External positive harmony component	saturation values		
قيم الشبوع	التناغم الإيجابي الخارجي	التناغم الإيجابي الداخلي	قيم الشبوع	التناغم الإيجابي الخارجي	التناغم الإيجابي الداخلي	١	١
٠.٢١٩		٠.٧٠٦	٠.٠٩٦		٠.٥٩٤	١	١
٠.٤٥٧		٠.٧١١	٠.٣٣٤		٠.٥٩٩	٢	٢
٠.٣٤٩		٠.٥٣٩	٠.٢٢٦		٠.٤٢٧	٤	٣
٠.٤٤٦		٠.٦٦٩	٠.٣٢٣		٠.٥٥٧	٥	٤
٠.١٨٨		٠.٥٣١	٠.٠٦٥		٠.٤١٩	٦	٥
٠.٣٧١		٠.٤٩٥	٠.٢٤٨		٠.٣٨٣	٨	٦

٠.٤٠٣		٠.٦٤٧	٠.٢٨٠		٠.٥٣٥	٩	٧
٠.٦٠١		٠.٦٠٧	٠.٤٧٨		٠.٤٩٥	١٢	٨
٠.٥٦٢		٠.٦٠٨	٠.٤٣٩		٠.٤٩٦	١٣	٩
٠.٤٣٥		٠.٧٩٧	٠.٣٠٧		٠.٦٨٥	١٤	١٠
٠.٥٦١		٠.٦٤٣	٠.٤٣٨		٠.٥٣١	١٥	١١
٠.٥٩٨		٠.٦٧٠	٠.٤٧٥		٠.٥٥٨	١٦	١٢
٠.٤٨٣		٠.٦٨٥	٠.٣٦٠		٠.٥٧٣	١٧	١٣
٠.٤٢٩		٠.٦٤٨	٠.٣٠٦		٠.٥٣٦	١٨	١٤
٠.٥٣١		٠.٦١٨	٠.٤٠٨		٠.٥٠٦	٢٠	١٥
٠.٤٦٧	٠.٦٣٦		٠.٣٤٤	٠.٥٢٤			١٦
٠.٥٤٢	٠.٦٣٢		٠.٤١٩	٠.٥٢١			١٧
٠.٤١٩	٠.٦٠٦		٠.٢٩٦	٠.٤٩٤			١٨
٠.٤٦٢	٠.٤٠٦		٠.٣٣٩	٠.٢٩٤			١٩
٠.٤٨١	٠.٦٢٠		٠.٣٥٨	٠.٥٠٨			٢٠
٠.٥٣	٠.٦١٢		٠.٤٠٧	٠.٥٠٠			٢١
٠.٤٣٧	٠.٦٩٢		٠.٣١٤	٠.٥٨٠			٢٢
٠.٣٢٨	٠.٧٠٧		٠.٢٠٥	٠.٥٩٥			٢٣
٠.٣٦٥	٠.٧٢٩		٠.٢٤٢	٠.٦١٧			٢٤
٠.٤٤٨	٠.٦٨٠		٠.٣٢٥	٠.٥٦٨			٢٥
٠.٤٥٨	٠.٧٠٨		٠.٣٣٥	٠.٥٩٦			٢٦
٠.٥٠٦	٠.٦٨٢		٠.٣٨٣	٠.٥٧٠			٢٧
٠.٥٤٧	٠.٥٩١		٠.٤٢٤	٠.٤٧٩			٢٨
٠.٥٧٤	٠.٥٨٠		٠.٤٥١	٠.٤٦٨			٢٩
٠.٤٩٨	٠.٦٤٤		٠.٣٧٥	٠.٥٣٢			٣٠
٢.١٠٥	٢.٠٠٩	الجذر الكامن					
٢.٦٧٣	٢.٢٢٠	التباين المفسر					

ويتضح من جدول (١١) عدم إمكانية الحصول على عامل واحد للتناغم من بين نوعي من التناغم إذ جاءت فقراته المشبعة موزعة على عاملين فرعيين، وتبين العامل الأول (التناغم الإيجابي الداخلي) بجذر كامن قدره (٢.٠٠٩) ويفسر بقيمة (٢.٢٢٠) من التباين. وتآلف من خمسة عشرة فقرة بحسب رقم الفقرة هي: (١-٢-٤-٥-٦-٨-٩-١٢-١٣-١٤-١٥-١٦-١٧-١٨-٢٠) تراوحت قيم تشبعاتها بين (١٨٨، ٠، ٦٠١) وجميعها دالة إحصائياً وكان الجذر الكامن للعامل الثاني (التناغم الإيجابي الخارجي) بقيمة (٢.١٠٥) ويفسر بقيمة (٢.٦٧٣) من التباين وتآلف من خمس عشرة فقرة بحسب رقم الفقرة هي:

(٢١-٢٢-٢٤-٢٧-٢٨-٢٩-٣٠-٣١-٣٣-٣٤-٣٥-٣٦-٣٨-٣٩-٤٠) تراوحت قيم تشبعاتها بين (٥٣,٠ -٥٧٤,٠) وجميعها دالة إحصائياً.

سابعاً: الخصائص السايكومترية لمقياس الشخصية المتناغمة:

تشير الخصائص السايكومترية (القياسية) للمقياس بصورة كلية إلى قدرته على قياس ما أعد لقياسه، وأنه يقيس الخاصية بدقة مقبولة وبأقل خطأ ممكن (عودة ١٩٩٨: ٣٣٥)، ولكي تكون أداة القياس النفسي أو التربوي فاعلة في قياس الظاهرة النفسية أو التربوية وتعطينا وصفاً كمياً لتلك الظاهرة، ينبغي أن تتميز ببعض الخصائص القياسية من أهمها الصدق والثبات (الإمام وآخرون ١٩٩٠: ٢٤١)، وقد تم التحقق من هاتين الخاصيتين لمقياس الشخصية المتناغمة وكما يأتي:

١- مؤشرات صدق المقياس (Validity Scale):

يعد الصدق من أهم الخصائص السايكومترية التي ينبغي توافرها في القياس النفسي، إذ إنه يؤشر قدرة المقياس على قياس ما يجب قياسه فعلاً (Harrison ١٩٨٣: ١١)، لذا تم التأكد من صدق المقياس الحالي عن طريق أنواع الصدق الآتية:

الصدق الظاهري (Face Validity):

يُعد هذا المؤشر من الصدق بأنه المظهر العام للمقياس أو الصورة الخارجية له من حيث نوع الفقرات وكيفية صياغتها ومدى وضوح هذه الفقرات (الجلبي ٢٠٠٥: ٩٣)، وقد تحققت الباحثة من ذلك عن طريق الإجراءات المشار إليها في الفقرة الخاصة بالتحقيق من صلاحية فقرات المقياس ومجالاته وبدائله.

صدق البناء (Construct validity):

ويعني تحليل درجات المقياس استناداً إلى البناء النفسي للخاصية المراد قياسها، أي أنه يبين مدى ما تضمنه المقياس من بناء نظري محدد أو سمة معينة (Stanley & Hopkin ١٩٧٢: ١١١). أو أنه المدى الذي يمكن أن نقرر بموجبه أن المقياس يقيس بناءً نظرياً محدداً أو خاصية محددة (Anastasi ١٩٨٨: ١٥١). وهو يعني قدرة المقياس على التحقق من صحة فرضية ما مستمدة من الإطار النظري للمقياس والدراسات السابقة (أبو حطب ٢٠٠٨: ١٩٦). وأن صدق البناء يبحث في العوامل، أو المكونات التي تكوّن الظاهرة، وقد نجد له تسميات عدّة مثل، صدق البناء أو صدق المفهوم أو صدق التكوين الفرضي (Anastasi & Urbina ١٩٩٧: ١٢٦ - ١٢٩). وقد تم التحقق من صدق البناء للمقياس الحالي عن طريق المؤشرات الآتية التي مر ذكرها سابقاً في التحليل الإحصائي لفقرات المقياس وهي كالآتي:

- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس: تم استخراج قيم معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الشخصية المتناغمة، وتبين أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ومستوى دلالة (٠.٠١)، كما ورد في جدول (٨)، وهذا مؤشر على صدق البناء.
- علاقة درجة لنوع التناغم بالدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه: تم استخراج قيم معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمكون الذي تنتمي إليه، وقد تبين أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ومستوى دلالة (٠.٠١) وكما ورد في جدول (٩).
- الصدق العملي لتشبعات الفقرات على مقياس الشخصية المتناغمة، وتبين أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ومستوى دلالة (٠.٠١)، كما ورد في جدول (١٠)، وهذا مؤشر على صدق البناء.

مؤشرات ثبات المقياس (Reliability Scale)

تشير أدبيات التقويم والقياس إلى أن الثبات يُعد من الشروط التي ينبغي توافرها في المقاييس والاختبارات النفسية والتربوية إذ ينبغي أن تتسم هذه المقاييس بالاتساق والثبات فيما تقيسه. ويؤكد الكن

(Alken ١٩٨٨) على أن ثبات المقياس يشير إلى تحرره من الخطأ غير المنتظم (Alken ١٩٨٨:٥٨). ويمكن التحقق من ثبات المقاييس والإختبارات النفسية بطرائق عدة، منها:

طريقة التجزئة النصفية Split-Half Method :

يُسمى معامل الثبات المحسوب بهذه الطريقة باسم معامل الإتساق الداخلي، وهو الذي يستهدف بيان مقدار الاتساق بين جزئي الفقرات في قياس السمة أو الخاصية ويستعمل هذا الأسلوب غالباً في الأختبارات والمقاييس التي تكون فقراتها متجانسة أي التي تقيس جميعها خاصية نفسية لاسيما تلك التي يكون عدد فقراتها زوجية (اليقوبي ٢٠١٣: ٢٥٦). ومنها تحققت الباحثة من قيمة معامل الثبات لمكونا المقياس والكلي للمقياس بهذه الطريقة وكانت التناغم الإيجابي الداخلي بتقدير (٠.٦٨٣)، والتناغم الإيجابي الخارجي بتقدير (٠.٧٢٢)، والمقياس ككل بتقدير (٠.٧٧٧). وصحح معامل الثبات الكلي للمقياس بمعادلة (سبيرمان براون) فكانت بقيمة (٠.٨٤). وهو معامل ثبات جيد.

طريقة الفا كرونباخ (Cronbach Alpha):

تقيس معادلة (الفا كرونباخ) اتساق أداء الفرد من فقرة إلى أخرى، ويشير إلى الدرجة التي تشترك بها جميع فقرات المقياس في قياس خاصية معينة عند الفرد (ثورندايك وهيجن ١٩٨٠: ٧٩)، وتؤدي هذه الطريقة إلى إتساق داخلي لبنية المقياس، ويسمى أيضاً معامل التجانس (علام ٢٠٠٠: ١٦٥). لاستخراج الثبات بهذه الطريقة للمكونات وللمقياس بصورة كلية استعملت الباحثة معادلة إلفا كرونباخ Alpha Cronbach Formula، إذ بلغ معامل ثبات المقياس ككل (٠.٨٧٨)، في حين ان التناغم الداخلي بتقدير (٠.٧٨٤) والتناغم الخارجي بتقدير (٠.٨٢٣). وهي مؤشرات جيدة على ثبات المقياس إذ أكد كرونباخ أن المقياس الذي معامل ثباته عالٍ هو مقياس دقيق (Cronbach ١٩٦٤: ٦٣٩). والمبين تفصيلاته في جدول (١٢).

جدول (١٢) نتائج الثبات لمقياس الشخصية المتناغمة بطريقة الفا كرونباخ

قيمة الثبات		عدد الفقرات	مكونا مقياس الشخصية المتناغمة
Cronbach's Alpha	Split-Half Method		
٠.٧٨٤	٠.٦٨٣	١٥	التناغم الإيجابي الداخلي
٠.٨٢٣	٠.٧٢٢	١٥	التناغم الإيجابي الخارجي
٠.٨٧٨	٠.٧٧٧	٣٠	الشخصية المتناغمة

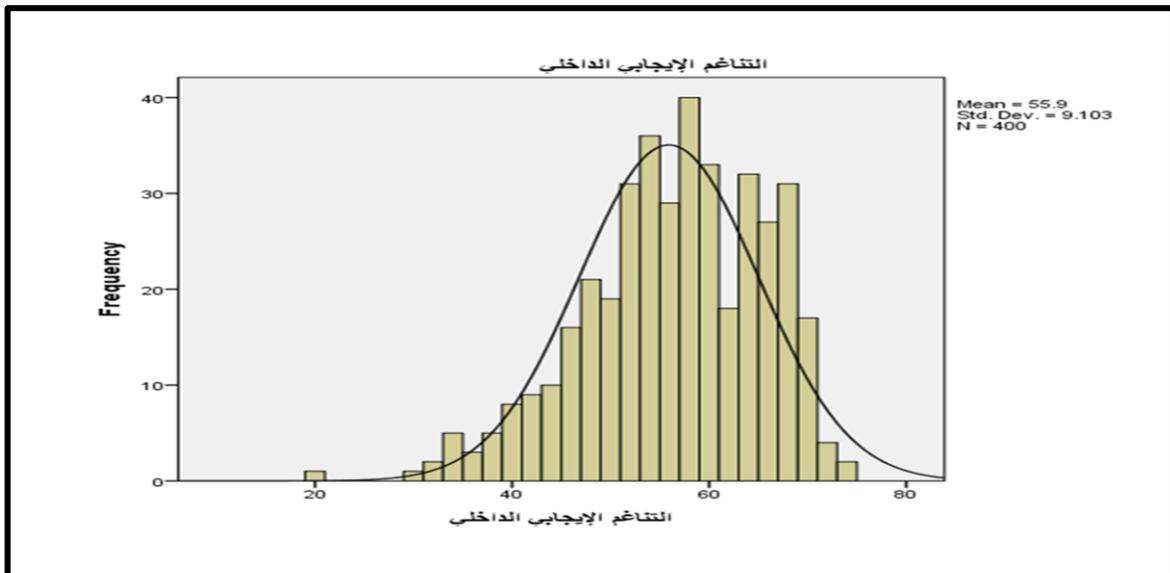
ثامناً: المؤشرات الإحصائية لمقياس الشخصية المتناغمة:

إنّ الظواهر النفسية تتوزع بين أفراد المجتمع توزيعاً إعتدالياً، وعليه فعنّ استخراج المؤشرات الإحصائية تعمل على إيضاح مدى قرب توزيع درجات افراد العينة من التوزيع الطبيعي، الذي يعد معياراً للحكم على تمثيل العينة للمجتمع المدروس، مما يسمح بتعميم النتائج (منسي والشريف ٢٠١٤: ١٨٢)، وبعد استخراج المؤشرات الإحصائية لدرجات إستجابات عينة البحث، لكل من شكل (٥) التناغم الداخلي وشكل (٦) التناغم الخارجي لمقياس الشخصية المتناغمة في شكل (٧) تبين إن توزيع

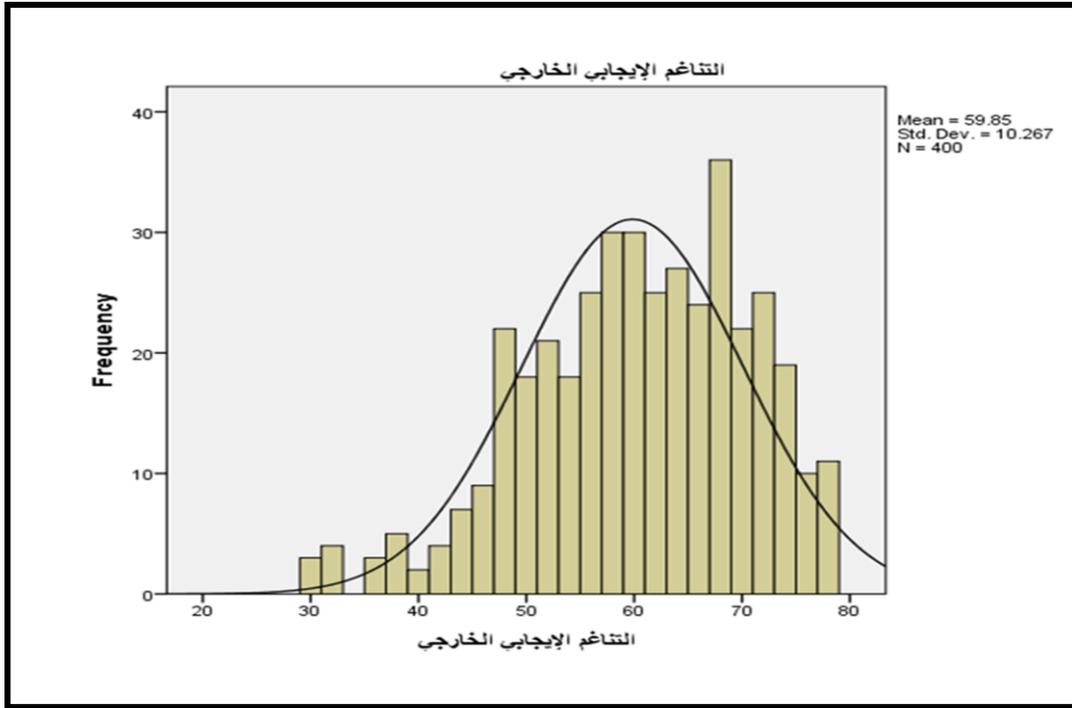
درجات عينة التحليل الإحصائي على مقياس الشخصية المتناغمة، كان أقرب إلى التوزيع الاعتيادي Normal Distribution. الجدول (١٣) يوضح ذلك.

جدول (١٣) يوضح المؤشرات الإحصائية لمقياس الشخصية المتناغمة

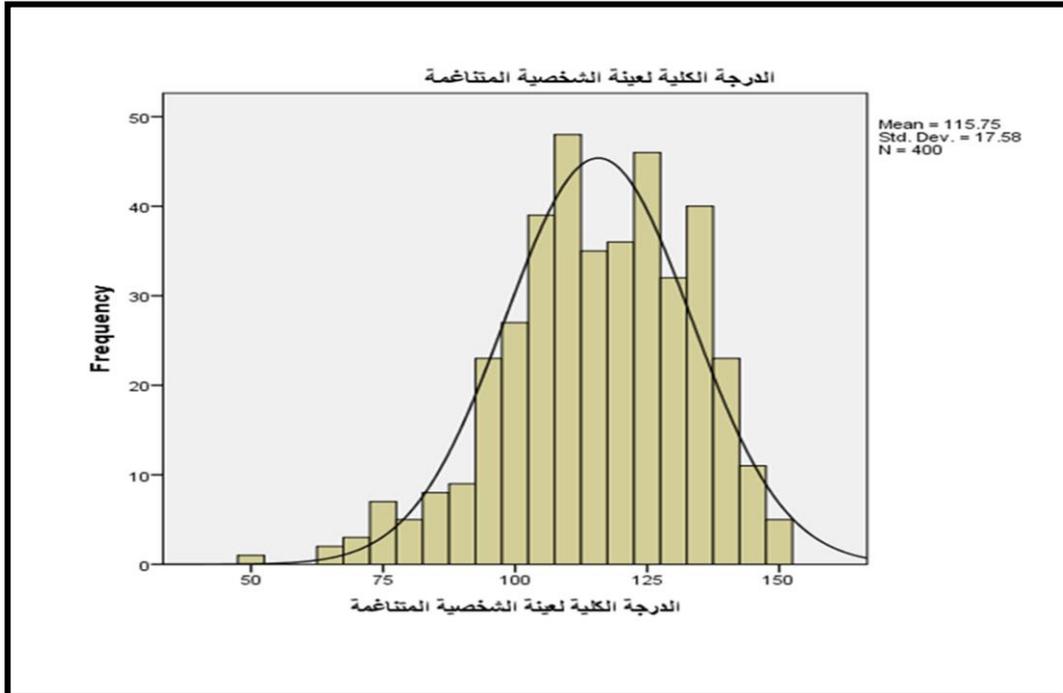
Statistics		التناغم الإيجابي الداخلي	التناغم الإيجابي الخارجي	الدرجة الكلية لمقياس الشخصية المتناغمة	الإحصاءات
N	Valid	٤٠٠	٤٠٠	٤٠٠	الاستبيانات المستعملة
	Missing	٠	٠	٠	الاستبيانات المهملة
Mean		٥٥.٩١	٥٩.٨٥	١١٥.٧٥	الوسط الحسابي
Std. Error of Mean		.٤٥٥	.٥١٣	.٨٧٩	انحراف خطأ الوسط
Median		٥٧.٠٠	٦٠.٠٠	١١٧.٠٠	الوسيط
Mode		٥٩	٦٨	١٠٥a	المنوال
Std. Deviation		٩.١٠٣	١٠.٢٦٧	١٧.٥٨٠	الانحراف المعياري
Variance		٨٢.٨٦٨	١٠٥.٤١٣	٣٠٩.٠٥٩	التباين
Skewness		-.٥٥٦-	-.٤٩٦-	-.٤٨١-	الالتواء
Std. Error of Skewness		.١٢٢	.١٢٢	.١٢٢	الخطأ المعياري للالتواء
Kurtosis		.١٥٤	-.١٤٠-	.٠٨٥	التقرطح
Std. Error of Kurtosis		.٢٤٣	.٢٤٣	.٢٤٣	الخطأ المعياري للتقرطح
Minimum		١٥	١٥	٣٠	أقل قيمة
Maximum		٧٥	٧٥	١٥٠	أعلى قيمة
Sum		٢٢٣٦٢	٢٣٩٣٩	٤٦٣٠١	مجموع الدرجات



شكل (٥) التوزيع الاعتمالي لدرجات أفراد العينة على مقياس التناغم الإيجابي الداخلي



شكل (٦) التوزيع الاعتمالي لدرجات أفراد العينة على مقياس التناغم الإيجابي الخارجي



شكل (٧) التوزيع الاعتمالي لدرجات أفراد العينة على مقياس الشخصية المتناغمة

تاسعاً: وصف مقياس الشخصية المتناغمة: بصيغته النهائية:

بعد التحقق من الخصائص القياسية المتمثلة بمؤشرات التحليل الاحصائي والصدق والثبات للمقياس أصبح مقياس الشخصية المتناغمة بصيغته النهائية مكوناً من (٣٠) فقرة موزعة على نوعين هما: التناغم الإيجابي الداخلي عدد فقراته (١٥) فقرة. التناغم الإيجابي الخارجي وعدد فقراته (١٥) فقرة، وأمام كل فقرة مدرج خماسي للاستجابة هو: (تنطبق دائماً (٥) درجات، تنطبق غالباً (٤) درجات، تنطبق أحياناً (٣) درجات، تنطبق نادراً (٢) درجتين، لا تنطبق ابداً (١) درجة). لذا فإن أعلى درجة يمكن ان يحصل عليها المستجيب عن إجابته على فقرات المقياس هي (١٥٠) درجة وأقل درجة يمكن ان يحصل عليها هي (٣٠) درجة، والمتوسط الفرضي للمقياس مقداره (٩٠) درجة. ومن هنا فالذين يحصلون على قيم أعلى من (٩٠) يتمتعون بشخصية متناغمة، والذين يحصلون على قيم أقل من (٩٠) فهم ليس لديهم شخصية متناغمة وبذلك أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق على عينة البحث الأساسية.

ثانياً: مهمات الحياة Life Tasks

ولإستكمال بناء المقياس قامت الباحثة بالإجراءات وبحسب تسلسلها كما يأتي:

أولاً: تحديد مفهوم مهمات الحياة :

أطلعت الباحثة على الأدبيات، والدراسات السابقة المتعلقة بمفهوم مهمات الحياة كونها أساليب يتعامل بها الشخص، واستناداً إلى الإطار النظري المعتمد لمفهوم مهمات الحياة، إعتمدت الباحثة على تعريف كانتور (Cantor ٢٠١٣) أفعال يقوم بها الأفراد تعمل على تنمية أنماط متماسكة وظيفياً للتفكير (قيود اجتماعية) والمشاعر (تشاؤم دفاعي) والجهد (المركزة على النتيجة)، يعملون على تجديد سياقات متابعة المهمات في متى وكيف وأين تتم هذه المهمة بنجاح؟ وتعطي هذه معنى لنشاطات الأفراد وتوجهاتهم وتنظيمها مثل كيفية اقامة علاقات معينة أو التنبؤ بالأحداث السيئة وما يترتب من نتائج للأحداث (٨٠): (Cantor ٢٠١٣). وعلى ذلك عن طريق التعريف المتبناة حددت الباحثة المهمات الثلاث التالي:

(١) مهمة التفكير لحلّ قيود اجتماعية

(٢) مهمة المشاعر مشاعر التشاؤم دفاعي لحلّ المشكلات.

(٣) مهمة الجهد المبذول والمركزة على النتيجة

ثانياً: تحديد مهمات الحياة المناسبة لطلبة الجامعة :

ولتحديد تلك المهمات المناسبة لطلبة جامعة كربلاء عمدت الباحثة الى التحقق منه باستعمال صلاحية المهمات (الصدق الظاهري)، لذا عرضت الباحثة المهمات الثلاثة لكانتور (Cantor ٢٠١٣) لطلبة الجامعة، على مجموعة من المحكمين والمختصين في ميدان علم النفس والقياس والتقويم الموضح في (ملحق ٢)، والاستبانة المعدّة لذلك (ملحق ٦)، واعتمدت الباحثة النسبة المئوية وهو الحصول على

نسبة (٨٠%) فأكثر من آراء المحكمين، ومربع كأي للحكم على صلاحية مهمات الحياة وقبولها احصائياً، وذلك للحصول على درجة أعلى من قيمة مربع كأي الجدولية البالغة (٣.٨٤) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية واحد. وقد تبين موافقتهم على هذه المهمات المبين في جدول (١٤).

جدول (١٤) آراء المحكمين والمختصين في صلاحية مهمات الحياة بحسب (Cantor ٢٠١٣) وفقاً لمربع كأي (Chi-square) والنسبة المئوية

مستوى دلالة عند ٠.٠٥	القيمة الجدولية	غير موافقين		موافقون		مهمات الحياة على وفق Cantor ٢٠١٣
		النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	
دالة	٣٠	-	-	%١٠٠	٣٠	مهمة التفكير لحل قيود اجتماعية
دالة	١٩.٢	%١٠	٣	%٩٠	٢٧	مهمة المشاعر مشاعر التشاؤم دفاعي لحل المشكلات
دالة	١٦.١	%١٣	٤	%٨٧	٢٦	مهمة الجهد المبذول والمركزة على النتيجة

ثالثاً: صياغة الفقرات لمقياس مهمات الحياة:

بعد أن تم تعريف مهمات الحياة تعريفاً نظرياً، وتحديد المهمات المناسبة لطلبة الجامعة التي تتألف منها، تم اعتمادها في جمع وإعداد فقرات كل مهمة، بحيث تكون منسجمة مع التعريف للمهمة، والأخذ بنظر الاعتبار طبيعة، وخصائص العينة التي سيطبق عليها المقياس والذين هم طلبة الجامعة في جامعة كربلاء، وبعد مراجعة الأدبيات والدراسات السابقة ذات العلاقة، قامت الباحثة بصياغة عدد من الفقرات (تقريرية لفظية) مع مراعاة شروط صياغة الفقرات التي بينتها الباحثة أيضاً، وكانت النتيجة صياغة (٣٦) فقرة توزعت على (٣) مهمات، من فقرات المواقف اللفظية، بصورتها الأولية، وذلك تحسباً لتعرض الفقرات للحذف أثناء القياس (الخصائص السايكومترية للفقرات). والمبينة في الآتي:

١. مهمة التفكير لحل قيود اجتماعية. وعدد فقراته (١٢) فقرة. تسلسلها (١٢-١)
٢. مهمة المشاعر مشاعر التشاؤم دفاعي لحل المشكلات. وعدد فقراته (١٢) فقرة. تسلسلها (١٣-٢٤)
٣. مهمة الجهد المبذول والمركزة على النتيجة. وعدد فقراته (١٢) فقرة. تسلسلها (٢٥-٣٦)

رابعاً: الصدق الظاهري لفقرات مقياس مهمات الحياة وصلاحيتها:

تبعاً للأدبيات العلمية في صفحة (٧٢)، عرضت الباحثة مقياس مهمات الحياة بفقراته ل(٣٦) على مجموعة من المحكمين والمختصين من حيث الأهمية، والوضوح في ميدان علم النفس والقياس والتقويم الموضح في (ملحق ٢)، والاستبانة المعدّة لذلك (ملحق ٦)، واعتمدت الباحثة النسبة المئوية، وهو الحصول على نسبة (٨٠%) فأكثر من آراء المحكمين، وعدلت الفقرات التي حصلت على نسبة أقل من ذلك. ومربع كأي للحكم على صلاحية الفقرة وقبولها احصائياً، وذلك للحصول على درجة أعلى من قيمة مربع كأي الجدولية البالغة (٣.٨٤) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية واحد. وبذلك تثبت أن عدد الفقرات غير الدالة هي (٧-١٦-٣٠). وبهذا أصبح عدد الفقرات لغاية هذا الإجراء (٣٣) فقرة. وتفصلها الباحثة على الآتي:

من حيث الوضوح :

تبين أن الفقرات الدالة على النحو الآتي:

- فقرات مهمة التفكير لحلّ قيود اجتماعية الدالة (١-٢-٣-٤-٥-٦) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (٢٢.٥) وبنسبة (٩٣%). وفقرات (٨-٩-١٠-١١-١٢) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (١٦.١) وبنسبة (٨٧%). في حين الفقرة غير الدالة (٧) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (٠.٥٣) وبنسبة (٥٧%).
- فقرات مهمة مشاعر التشاؤم دفاعي لحلّ المشكلات الدالة (١٣-١٤-١٥-١٧-١٨-١٩-٢٠) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (٢٦.١) وبنسبة (٩٧%). وفقرات (٢١-٢٢-٢٣-٢٤) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (١٠.٨) وبنسبة (٨٠%). في حين الفقرة غير الدالة (١٦) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (٢.١٣) وبنسبة (٦٣%).
- فقرات مهمة الجهد المبذول والمركزة على النتيجة الدالة (٢٥-٢٦-٢٧-٢٨-٢٩-٣١-٣٢-٣٣-٣٤) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (٣٠) وبنسبة (١٠٠%). والفقرتين (٣٥-٣٦) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (٢٢.٥) وبنسبة (٩٣%). في حين الفقرة غير الدالة (٣٠) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (٠.١٣) وبنسبة (٥٣%). الموضح في جدول (١٥)

من حيث الأهمية:

تبين أن الفقرات الدالة على النحو الآتي:

- فقرات مهمة التفكير لحلّ قيود اجتماعية الدالة (١-٢-٣-٤-٥-٦) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (٣٠) وبنسبة (١٠٠%). وفقرات (٨-٩-١٠-١١-١٢) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (١٠.٨) وبنسبة (٨٠%). في حين الفقرة غير الدالة (٧) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (٢.١٣) وبنسبة (٦٣%).
- فقرات مهمة مشاعر التشاؤم دفاعي لحلّ المشكلات الدالة (١٣-١٤-١٥-١٧-١٨-١٩-٢٠) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (٢٢.٥) وبنسبة (٩٣%). وفقرات (٢١-٢٢-٢٣-٢٤) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (١٦.١) وبنسبة (٨٧%). في حين الفقرة غير الدالة (١٦) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (٠.١٣) وبنسبة (٥٣%).
- فقرات مهمة الجهد المبذول والمركزة على النتيجة الدالة (٢٥-٢٦-٢٧-٢٨-٢٩-٣١-٣٢-٣٣-٣٤) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (٢٦.١) وبنسبة (٩٧%). والفقرتين (٣٥-٣٦) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (٢٢.٥) وبنسبة (٩٣%). في حين الفقرة غير الدالة (٣٠) لحصولها على قيمة مربع كأي البالغة (٠.٥٣) وبنسبة (٥٧%). الموضح في جدول (١٦)

جدول (١٥) آراء المحكمين والمختصين في صلاحية فقرات من حيث الوضوح

لفقرات مقياس مهمات الحياة لدى طلبة الجامعة على وفق مربع كأي (Chi-square) والنسبة المئوية

مستوى دلالة عند ٠.٠٥	القيمة المحسوبة	غير الموافقين		موافقون		أرقام الفقرات	مهمات الحياة على وفق Cantor ٢٠١٣
		النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار		
دالة	٢٢.٥	٧%	٢	٩٣%	٢٨	١-٢-٣-٤-٥-٦	مهمة التفكير لحلّ قيود اجتماعية
دالة	١٦.١	١٣%	٤	٨٧%	٢٦	٨-٩-١٠-١١-١٢	
غير دالة	٠.٥٣	٤٣%	١٣	٥٧%	١٧	٧	
دالة	٢٦.١	٣%	١	٩٧%	٢٩	١٣-١٤-١٥-١٨-١٩-٢٠	مهمة مشاعر التشاؤم دفاعي لحلّ المشكلات
دالة	١٠.٨	٢٠%	٦	٨٠%	٢٤	٢١-٢٢-٢٣-٢٤	

غير دالة	٢.١٣	%٣٧	١١	%٦٣	١٩	١٦	
دالة	٣٠	-	-	%١٠٠	٣٠	٢٥-٢٦-٢٧-٢٨-٢٩-٣١- ٣٢-٣٣-٣٤	مهمة الجهد المبذول والمركزة على النتيجة
دالة	٢٢.٥	%٧	٢	%٩٣	٢٨	٣٥-٣٦	
غير دالة	٠.١٣	%٤٧	١٤	%٥٣	١٦	٣٠	

جدول (١٦) آراء المحكمين والمختصين في صلاحية فقرات من حيث الأهمية لفقرات مقياس مهمات الحياة لدى طلبة الجامعة على وفق مربع كأي (Chi-square) والنسبة المئوية

مستوى دلالة عند ٠.٠٥	القيمة المحسوبة	غير الموافقين		موافقون		أرقام الفقرات	مهمات الحياة على وفق Cantor ٢٠١٣
		النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار		
دالة	٣٠	-	-	%١٠٠	٣٠	١-٢-٣-٤-٥-٦	مهمة التفكير لحلّ قيود اجتماعية
دالة	١٠.٨	%٢٠	٦	%٨٠	٢٤	٨-٩-١٠-١١-١٢	
غير دالة	٢.١٣	%٣٧	١١	%٦٣	١٩	٧	مهمة المشاعر مشاعر التشاؤم دفاعي لحلّ المشكلات
دالة	٢٢.٥	%٧	٢	%٩٣	٢٨	١٣-١٤-١٥-١٨-١٩-٢٠	
دالة	١٦.١	%١٣	٤	%٨٧	٢٦	٢١-٢٢-٢٣-٢٤	مهمة الجهد المبذول والمركزة على النتيجة
غير دالة	٠.١٣	%٤٧	١٤	%٥٣	١٦	١٦	
دالة	٢٦.١	%٣	١	%٩٧	٢٩	٢٥-٢٦-٢٧-٢٨-٢٩-٣١- ٣٢-٣٣-٣٤	
دالة	٢٢.٥	%٧	٢	%٩٣	٢٨	٣٥-٣٦	
غير دالة	٠.٥٣	%٤٣	١٣	%٥٧	١٧	٣٠	

خامساً: إعداد تعليمات مقياس مهمات الحياة :

تعد تعليمات المقياس بمثابة الدليل الذي يسترشد به المستجيب، وبما أن الفقرات المعدة من قبل الباحثة بالصيغة مواقف لفظية التي تقيس مهمات الحياة لدى طلبة جامعة كربلاء للدراسة الصباحية، لذا سعت إلى أن تكون تعليمات المقياس واضحة في قياس مهمات الحياة ودقيقة في التشخيص، والتأشير يكون بعلامة (✓) تحت البديل الذي ينطبق على المُستجيب من بين البدائل الخمسة (تنطبق دائماً (٥) درجات، تنطبق غالباً (٤) درجات، تنطبق أحياناً (٣) درجات، تنطبق نادراً (٢) درجتين، لا تنطبق ابداً (١) درجة)، إذ طلب من المُستجيبين الإجابة عنه، بكل صراحة وصدق لغرض البحث العلمي، ولا توجد هناك إجابة صحيحة، وأخرى خاطئة بقدر ما تعبر عن رأيهم، وإن الإجابة لا يطلع عليها أحد سوى الباحثة، ولا داعي لذكر الاسم لكي يطمئن المُستجيب على سرية استجاباته (النبهان ٢٠١٣: ٨٥).

سادساً: تصحيح مقياس مهمات الحياة :

بعد إعداد فقرات المقياس تم اعتماد أسلوب (Likert) في صياغة بدائل الاستجابة لكونه:
*ينتيح للمستجيب أن يؤشر درجة شدة مشاعره.

*يسمح بأكبر تباين بين الافراد.

*يوفر مقياساً أكثر تجانساً.

*يجمع عدداً كبيراً من الفقرات ذات الصلة بالظاهرة السلوكية المراد قياسها.

*مرن وسهل البناء والتصحيح.

*يميل الثبات فيه، لأن يكون جيداً، ويعود ذلك إلى المدى الكبير من الإستجابات المسموح بها للمستجيبين

(Stanley & Hopkin 1972: 288).

إذ قامت الباحثة بوضع درجة استجابة المفحوص عن كل فقرة من فقرات المقياس، ومن ثم جمعها

لإيجاد الدرجة الكلية للمقياس، ولكل بعد من أبعاده، وذلك بوضع مدرج خماسي أمام كل فقرة، ووضع

الدرجة المناسبة لكل فقرة بموجب إجابة المستجيب، إذ وزعت الأوزان على بدائل الإجابة الخمسة

كالآتي: (تنطبق دائماً (٥) درجات، تنطبق غالباً (٤) درجات، تنطبق أحياناً (٣) درجات، تنطبق نادراً

(٢) درجتين، لا تنطبق أبداً (١) درجة).

سابعاً: التحليل الإحصائي لفقرات مقياس مهمات الحياة:

تعدّ عملية التحليل الإحصائي لفقرات المقياس من العمليات الأساسية في بناء المقاييس

(Anastasi 1988: 192). إذ تستهدف الكشف عن الخصائص السايكومترية التي تعتمد بدرجة كبيرة

على خصائص فقراته، فضلاً عن ذلك فإن هذا الإجراء ضروري للتمييز بين الأفراد في السمة المقاسة

(الإمام 1990: 114). وفيما يأتي إجراءات التحقق من الخصائص السايكومترية:

أولاً: القوة التمييزية للفقرات: Discriminating Power of Items

تحققت الباحثة من القوة التمييزية للفقرات بـ استعمال أسلوب المجموعتين الطرفيتين Contrasted

Groups، بتطبيق فقرات المقياس على عينة التحليل الإحصائي البالغة (٤٠٠)، ومن ثم تحديد الدرجة

الكلية لكل استمارة من استمارات المستجيبين، ثم ترتيب الاستمارات تنازلياً حسب الدرجة الكلية، من

أعلى درجة إلى أقل درجة، ثم تعيين (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا، و(٢٧%)

من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا. وبلغ عدد أفراد كلٍّ من المجموعتين الطرفيتين العليا

والدنيا (١٠٨) طالب وطالبة، وبعد تطبيق الإختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة

الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لدرجات كل فقرة من فقرات المقياس، كانت جميع فقرات المقياس

عن طريق مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) مميزة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة

حرية (٢١٤). وبذلك تبين أن جميع الفقرات أحتفظت بدلالاتها إحصائياً، باستثناء الفقرتين (٣-٢٥) وبهذا

إستبقى عدد الفقرات إلى هذا الأجراء (٣٢) فقرة موزعة على المهمات الثلاث، جدول (١٧).

جدول (١٧) القوة التمييزية لفقرات (مقياس مهمات الحياة) بأسلوب المجموعتين الطرفيتين

الدلالة عند ٠,٠٥	القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا ١٠٨		المجموعة العليا ١٠٨		رقم الفقرة	تسلسل الفقرة	مكونات مقياس مهمات الحياة
		الانحراف	الوسط	الانحراف	الوسط			
دالة	٢.٧٣	١.٣٢٧	٣.٣٥٢	١.١٣١	٣.٨١	١	١	مهمة التفكير لحل قيود اجتماعية
دالة	٥.٧٢	١.٢٣٢	٢.٨٤	١.٠٤٧	٣.٧٣	٢	٢	
غير دالة	٠.٣٨	١.٣٣٦	٤.٠٩	٠.٩٣٩	٣.٢٥	٣	٣	
دالة	٨.٢٩	١.٢٣١	٣.٠٨	٠.٨٨٧	٤.٢٩	٤	٤	
دالة	٧.٣٩	١.٣١٨	٢.٦٧	١.١١٩	٣.٩٠	٥	٥	
دالة	٥.٨١	١.٢٨٤	٢.٦٦	١.٢٤٧	٣.٦٦	٦	٦	

دالة	٥.٧٤	١.٣٠١	٢.٥١	١.٢٨٦	٣.٥٢	٨	٧
دالة	٤.٦٤	١.٤٥٣	٣.١٠	١.١٩٨	٣.٩٤	٩	٨
دالة	٤.٤٨	١.٣٨٢	٢.٦٦	١.٢٤١	٣.٤٦	١٠	٩
دالة	٥.١٤	١.٤٣٣	٣.١٨	١.١٢٤	٤.٠٨	١١	١٠
دالة	٧.٩٢	١.٤٢	٣.١٠	٠.٩٤٧	٤.٤٠	١٢	١١
دالة	٧.٨٥	١.٢٩٨	٣.١٩	٠.٨٩٤	٤.٣٨	١٣	١٢
دالة	٦.٢٠	١.٣٠١	٣.٠١	١.١٣٥	٤.٠٤	١٤	١٣
دالة	٧.٢٩	١.٣٦٤	٣.٢٧	٠.٨٣	٤.٣٩	١٥	١٤
دالة	٦.٣٢	١.٢٦٤	٣.١٠	١.٠٠٦	٤.٠٨	١٧	١٥
دالة	٤.١٩	١.٣٨٧	٣.٠٢	١.٠٨٢	٣.٧٣	١٨	١٦
دالة	٤.٩٦	١.٣١٤	٢.٣٥	١.٣٨٣	٣.٢٦	١٩	١٧
دالة	٣.٦٦	١.٣٦٦	٢.٨٠	١.٢٨٦	٣.٤٦	٢٠	١٨
دالة	٦.٠٦	١.٣٤	٢.٧٩	١.١٥١	٣.٨٢	٢١	١٩
دالة	٥.٨٩	١.٣٣٢	٣.٠٤	١.١٠٢	٤.٠٢	٢٢	٢٠
دالة	٦.٠١	١.٣٥٤	٢.٧١	١.٢٣٥	٣.٧٧	٢٣	٢١
دالة	٧.٢٨	١.٣٥١	٣.٢٧	٠.٩٠٧	٤.٤١	٢٤	٢٢
غير دالة	٠.٦٦	١.٤٥٩	٣.٦٠	١.٤٥١	٢.٧٣	٢٥	٢٣
دالة	٦.٥٦	١.٣٣٦	٣.٤٦	٠.٧٨٩	٤.٤٤	٢٦	٢٤
دالة	٧.٤٠	١.٢٣٩	٣.٥٨	٠.٧٤٧	٤.٦١	٢٧	٢٥
دالة	٧.٦٦	١.٣٥٨	٣.١٢	٠.٨٢١	٤.٢٩	٢٨	٢٦
دالة	٥.٦٣	١.٣٣٦	٢.٩٩	١.١٣٨	٣.٩٤	٢٩	٢٧
دالة	٥.٧٧	١.٢٥٢	٣.٣٢	٠.٩٧٤	٤.٢٠	٣١	٢٨
دالة	٥.٦٩	١.٢٥٢	٣.٨٥	٠.٧١٦	٤.٦٤	٣٢	٢٩
دالة	٥.٦٣	١.٢٥٥	٣.٧٠	٠.٨٨٥	٤.٥٣	٣٣	٣٠
دالة	٦.٨٩	١.٢٩٣	٣.٤٥	٠.٧٧٨	٤.٤٥	٣٤	٣١
دالة	٧.٤١	١.٢١٦	٣.٣٥	٠.٨٦٥	٤.٤١	٣٥	٣٢
دالة	٦.٠٩	١.٢٨٥	٣.٢٢	١.٠٤٥	٤.١٩	٣٦	٣٣

مهمة المشاعر مشاعر
التشاور دفاعي لحل المشكلات

مهمة الجهد المنبؤل
والمركزة على النتيجة

ثانياً- صدق البناء لمقياس مهمات الحياة: وتمثل في الاجراءات الآتية:

١- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس ككل:

وفقا للادبيات السابقة الذكر قامت الباحثة بهذا الإجراء لإستخراج مقدار العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس بواسطة معامل إرتباط بيرسون Pearson Correlation Coefficient، وباستعمال عينة التحليل ذاتها المشار إليها في الفقرة السابقة عينة التحليل الإحصائي،

وبالباغة (٤٠٠). بعد استعمال الاختبار التائي لدلالة الارتباط ومقارنتها بالقيمة التائية الجدولية وبالباغة (٢.٥٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، وقد عدّ المقياس صادقاً بنائياً وفق هذا المؤشر فاتضح أن جميع الفقرات حققت ارتباطاً ذا دلالة إحصائية تراوحت بين مستوى (٠.٠٥) التي تمثلت في كل من الفقرات (١-٢-٤-٥-٦-٨-١٠-١١-١٢-١٣-١٤-١٥-١٧-١٨-١٩-٢٠-٢١-٢٣-٢٤-٢٦-٢٧-٢٨-٢٩-٣١-٣٢-٣٣-٣٤-٣٥-٣٦). بإستثناء فقرة (٢٢ ، ١٤) كانتا ضعيفة، لذا استبعدت. وبذلك صار عدد الفقرات لحد هذا الإجراء (٣٠) فقرة. الموضح في جدول (١٨) .

جدول (١٨) قيم معاملات الارتباط القيمة والتائية للارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس

مهمة الجهد المبذول والمركزة على النتيجة			مهمة المشاعر مشاعر التشاؤم دفاعي لحلّ المشكلات			مهمة التفكير لحلّ قيود اجتماعية		
قيمة العلاقة الارتباطية والقيمة التائية	الفقرات	تسلسل	قيمة العلاقة الارتباطية والقيمة التائية	الفقرات	تسلسل	قيمة العلاقة الارتباطية والقيمة التائية	الفقرات	تسلسل
٠.٠٦٤ ٠.٢٨	٢٦	٢٢	٠.٣٦٩ ٧.٩٢	١٣	١١	٠.٣٩٩ ٨.٦٨	١	١
٠.٤٧٩ ١٠.٨٩	٢٧	٢٣	٠.٣٤٠ ٧.٢١	١٤	١٢	٠.٤٨٦ ١١.٠٩	٢	٢
٠.٥٦٣ ١٣.٥٩	٢٨	٢٤	٠.٣٢٧ ٦.٩٠	١٥	١٣	٠.٤٥١ ١٠.٠٨	٤	٣
٠.٥١٥ ١١.٩٩	٢٩	٢٥	٠.٠٣٧ ٠.٧٤	١٧	١٤	٠.٥٢٩ ١٢.٤٤	٥	٤
٠.٥٢٧ ١٢.٣٧	٣١	٢٦	٠.٤٦٢ ١٠.٣٩	١٨	١٥	٠.٥٥٧ ١٣.٣٨	٦	٥
٠.٣٦٥ ٧.٨٢	٣٢	٢٧	٠.٥٠٩ ١١.٨٠	١٩	١٦	٠.٤٩٦ ١١.٤٠	٨	٦
٠.٤٨٤ ١٠.٩٢	٣٣	٢٨	٠.٥٢٣ ١٢.٢٤	٢٠	١٧	٠.٥٢٤ ١٢.٢٧	٩	٧
٠.٥٤٣ ١٢.٩٠	٣٤	٢٩	٠.٥١٩ ١٢.١١	٢١	١٨	٠.٣٦٩ ٧.٩٢	١٠	٨
٠.٥٤٥ ١٢.٩٧	٣٥	٣٠	٠.٥٤٧ ١٣.٠٤	٢٢	١٩	٠.٤٠٦ ٨.٨٦	١١	٩
٠.٥٣٥ ١٣.٩١	٣٦	٣١	٠.٤٣٣ ٩.٥٨	٢٣	٢٠	٠.٣٦٤ ٧.٨٠	١٢	١٠
			٠.٥٣١ ٨.٠٩		٢٤	٢١		

٢- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمهمات الذي تنتمي إليه:

قامت الباحثة باستخراج مقدار العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمهمة الذي تنتمي إليه البالغ عددها (٣١) فقرة، بوساطة معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation coefficient، وقد تبين أن جميع معاملات ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمهمة، دال إحصائياً بعد استعمال الاختبار التائي لدلالة الارتباط ومقارنتها بالقيمة التائية الجدولية والبالغة (٢.٥٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)؛ ويؤكد ضعف فقرة (١٤٢٢،) لذا بقيت (٣٠ فقرة) وبهذا يُعد المقياس صادقاً بنائياً. وجدول (١٩) يوضح ذلك.

جدول (١٩) قيم معاملات الارتباط القيمة والتائية للارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمكون

مهمة التفكير لحل قيود اجتماعية			مهمة المشاعر مشاعر التشاؤم دفاعي لحل المشكلات			مهمة الجهد المبذول والمركزة على النتيجة		
تسلسل	الفقرات	قيمة العلاقة الارتباطية والقيمة التائية	تسلسل	الفقرات	قيمة العلاقة الارتباطية والقيمة التائية	تسلسل	الفقرات	قيمة العلاقة الارتباطية والقيمة التائية
١	١	٠.١٧٣ ٣.٥٠	١١	١٣	٠.٣٣٦ ٧.١٢	٢٢	٢٦	٠.٠٦٦ ١.٣٢
٢	٢	٠.٣١٧ ٦.٦٧	١٢	١٤	٠.٣٥٠ ٧.٤٥	٢٣	٢٧	٠.٣٠٩ ٦.٤٨
٣	٤	٠.٣٤٣ ٧.٢٨	١٣	١٥	٠.٣٣١ ٧.٠٠	٢٤	٢٨	٠.٣٨٨ ٨.٤٠
٤	٥	٠.٣٦٢ ٧.٧٥	١٤	١٧	٠.٠٣٧ ٠.٧٤	٢٥	٢٩	٠.٣٨١ ٨.٢٢
٥	٦	٠.٣٧١ ٧.٩٧	١٥	١٨	٠.٢٩٧ ٦.٢١	٢٦	٣١	٠.٣٤٧ ٧.٣٨
٦	٨	٠.٣٣٢ ٧.٠٢	١٦	١٩	٠.٢١٢ ٤.٣٣	٢٧	٣٢	٠.٣٤٠ ٧.٢١
٧	٩	٠.٢٩١ ٦.٠٧	١٧	٢٠	٠.٢٧٩ ٥.٨٠	٢٨	٣٣	٠.٣٣٤ ٧.٠٧
٨	١٠	٠.٢٧٠ ٥.٥٩	١٨	٢١	٠.٣١٩ ٦.٧١	٢٩	٣٤	٠.٣٣٢ ٦.٤٦
٩	١١	٠.٢٨٨ ٦.٠٠	١٩	٢٢	٠.٣٣٢ ٧.٠٢	٣٠	٣٥	٠.٣٠٨ ٧.٢٦
١٠	١٢	٠.٢٨٣ ٥.٨٩	٢٠	٢٣	٠.٣٦٥ ٥.٠٧	٣١	٣٦	٠.٣٤٢ ٧.٩٥
			٢١	٢٤	٠.٨٣٤ ٧.٩٥			

مصفوفة الارتباطات الداخلية بين المكونات الفرعية والدرجة الكلية للمقياس

استخرجت الباحثة مصفوفة الارتباطات الداخلية بين مجالات مقياس مهمات الحياة باستعمال معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation coefficient، وتبين أن جميع الارتباطات سواء بين المهمات أم ارتباط المهمات بالدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً بعد استعمال الاختبار التائي لدلالة الارتباط ومقارنتها بالقيمة التائية جدولية البالغة (٢.٥٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨)، وهذا يشير إلى أن المجالات يُقسّم المفهوم العام لمهمات الحياة، وعليه تطابق الافتراض النظري مع التحليل التجريبي، وهذا يعد مؤشراً من مؤشرات صدق البناء (فرج ١٩٨٠: ٣١٥)، و جدول (٢٠) يوضح ذلك

جدول (٢٠) مصفوفة الارتباطات الداخلية بين المهمات الفرعية والدرجة الكلية للمقياس

الدرجة الكلية	مهمة الجهد المبذول والمركزة على النتيجة		مهمة المشاعر مشاعر التشاؤم دفاعي لحلّ المشكلات		مهمة التفكير لحلّ قيود اجتماعية		المكونات
	العلاقة الارتباطية	القيمة التائية	العلاقة الارتباطية	القيمة التائية	العلاقة الارتباطية	القيمة التائية	
١٩.٥٠	٠.٦٩٩	٣.٤٦	٠.١٧١	٣.٤٠	٠.١٦٨	٠.٠٠	مهمة التفكير لحلّ قيود اجتماعية
١٨.٧١	٠.٦٨٤	٦.٤١	٠.٣٠٦	٠.٠٠	١	٣.٤٠	مهمة مشاعر التشاؤم دفاعي لحلّ المشكلات
١٨.٧١	٠.٦٨٤	٠.٠٠	١	٦.٤١	٠.٣٠٦	٣.٤٦	مهمة الجهد المبذول والمركزة على النتيجة
٠.٠٠	١	١٨.٧١	٠.٦٨٤	١٨.٧١	٠.٦٨٤	١٩.٥٠	الدرجة الكلية

الصدق العاملي (Factorial Validity):

تبعاً للأدبيات السابقة قامت الباحثة بحساب الصدق العاملي للمقياس عن طريق إجراء التحليل العاملي الاستكشافي للمقياس الكلي لمهام الحياة المتكون من (٣٠ فقرة)، الناتج من اجتماع فقرات مقياسه الفرعية الثلاث (المهام الثلاث)، وتم على وفق طريقة المكونات الرئيسية Principal Components مع التدوير المائل Oblige Rotation بطريقة الأوبلمن (Obilmin)، بعد تطبيقه على عينة التحليل الإحصائي المؤلفة من (٤٠٠) طالب، (الموضحة في التحليل الإحصائي) وبعد التدوير المائل ملائماً للحياة العملية، وذلك بسبب تداخل وارتباط المتغيرات في الموضوع الواحد وعدم إمكانية تفسيره بعوامل مستقلة عن بعضها استقلالاً تماماً (جودة ٢٠٠٨: ١٦١) وجدت أن جميع الفقرات متشعبة والمهام التي تنتمي إليها، كما موضح في جدول (٢١) وشكل (٨)

جدول (٢١) نتائج التحليل العاملي لمقياس مهام الحياة وتشعبات فقراته

ت	رقم الفقرة	قبل التدوير			بعد التدوير		
		مهمة التفكير لحلّ قيود اجتماعية	مهمة التشاؤم دفاعي لحلّ المشكلات	مهمة الجدد المبذول	قيم الشبوع	مهمة التفكير لحلّ قيود اجتماعية	مهمة التشاؤم دفاعي لحلّ المشكلات
١	١	٠.٤٧٦			٠.٤٦٣		٠.٧٢١
٢	٢	٠.٤٦٢			٠.٤٢٧		٠.٥٣٨
٣	٤	٠.٣٨٨			٠.٣٥٠		٠.٥٣٣
٤	٥	٠.٣١١			٠.٥٣٧		٠.٨٠٤
٥	٦	٠.٣٠٠			٠.٤٦٦		٠.٥٤٥
٦	٨	٠.٣٩٢			٠.٤٧٦		٠.٥٨٨
٧	٩	٠.٢٨٨			٠.٤٦٨		٠.٩٣٤
٨	١٠	٠.٣٢٧			٠.٤٠٠		٠.٦٦٧
٩	١١	٠.٣٤٤			٠.٣٦٣		٠.٦٢٠
١٠	١٢	٠.٣٩٢			٠.٤٠٩		٠.٧٤٤
١١	١٣		٠.٤٤١		٠.٣٥١		٠.٦٩٢
١٢	١٤		٠.٣٤١		٠.٤٩٦		٠.٦١١
١٣	١٥		٠.٥٠٩		٠.٣٤١		٠.٥٤٢
١٤	١٧		٠.٣٦٩		٠.٤٥٢		٠.٨٤١

٠.٥٤٣		٠.٥٢٧		٠.٤٤٩		٠.٤٠٠		١٨	١٥	
٠.٥٩٠		٠.٥٩٩		٠.٤٦٦		٠.٣٤٠		١٩	١٦	
٠.٦٠١		٠.٤٣٦		٠.٤٠٢		٠.٣١١		٢٠	١٧	
٠.٦٤٤		٠.٦٣٠		٠.٤٣٣		٠.٣٧٠		٢١	١٨	
٠.٦٩٣		٠.٦٧٣		٠.٤٧٨		٠.٤٥٣		٢٢	١٩	
٠.٧٣٣		٠.٧٩٠		٠.٣٨٣		٠.٤٠٥		٢٣	٢٠	
٠.٤٧٦	٠.٤٤٣			٠.٤٠٤	٠.٣٢٢			٢٤	٢١	
٠.٦٨٨	٠.٤٣٦			٠.٤٤٤	٠.٤٥٦			٢٧	٢٢	
٠.٥٠٩	٠.٦٩٩			٠.٤٢٩	٠.٤٠٣			٢٨	٢٣	
٠.٤٣٥	٠.٥٣٤			٠.٣٧٧	٠.٣١١			٢٩	٢٤	
٠.٥٤٤	٠.٤٠٤			٠.٣٢٨	٠.٤٥٣			٣١	٢٥	
٠.٥٧٢	٠.٥٤٨			٠.٤١٩	٠.٤٣٠			٣٢	٢٦	
٠.٦٩٠	٠.٥٨٨			٠.٣١٦	٠.٣٠٧			٣٣	٢٧	
٠.٦٤٤	٠.٤٢٨			٠.٤٦٦	٠.٥٢٩			٣٤	٢٨	
٠.٦٢٧	٠.٦٧٤			٠.٤٧٨	٠.٥٠٢			٣٥	٢٩	
٠.٧٦٢	٠.٦٨٣			٠.٤٧٧	٠.٥٤٨			٣٦	٣٠	
٤.٠٩٦	٥.٩٩١	٤.٨٤٥	الجذر الكامن							
٢.٤٥٢	٢.٧٧٥	٣.٠٣٤	التباين المفسر							

ويتضح من جدول (٢١) عدم إمكانية الحصول على عامل واحد للتناغم من بين مكونات من مهمات الحياة إذ جاءت فقراته المشبعة موزعة على ثلاثة عوامل فرعية، وتبين العامل الأول (مهمة التفكير لحلّ قيود اجتماعية) بجذر كامن قدره (٤.٨٤٥) ويفسر بقيمة (٣.٠٣٤) من التباين. وتآلف من عشرة فقرات بحسب رقم الفقرة هي: (١-٢-٤-٥-٦-٨-٩-١٠-١١-١٢) تراوحت قيم تشبعاتها بين (٠,٥٤٥ - ٠,٩٣٤) وجميعها دالة إحصائياً وكان الجذر الكامن للعامل الثاني (مهمة مشاعر التشاؤم دفاعي لحلّ المشكلات) بقيمة (٥.٩٩١) ويفسر بقيمة (٢.٧٧٥) من التباين وتآلف من عشرة فقرات بحسب رقم الفقرة هي: (١٣-١٤-١٥-١٧-١٨-١٩-٢٠-٢١-٢٣-٢٤) تراوحت قيم تشبعاتها بين (٠,٤٧٦ - ٠,٧٣٣) وجميعها دالة إحصائياً. وكان الجذر الكامن للعامل الثالث (مهمة الجهد المبذول والمركزة على النتيجة) بقيمة (٤.٠٩٦) ويفسر بقيمة (٢.٤٥٢) من التباين وتآلف من عشرة فقرات بحسب رقم الفقرة هي: (٢٦-٢٧-٢٨-٢٩-٣١-٣٢-٣٣-٣٤-٣٥-٣٦) تراوحت قيم تشبعاتها بين (٠,٤٣٥ - ٠,٧٦٢) وجميعها دالة إحصائياً.

ثامناً: الخصائص السايكومترية لمقياس مهمات الحياة :

تشير الخصائص السايكومترية (القياسية) للمقياس بصورة كلية الى قدرته على قياس ما أعدّ لقياسه، وإنه يقيس الخاصية بدقة مقبولة وبأقل خطأ ممكن (عودة ١٩٩٨: ٣٣٥)، ولكي تكون أداة القياس النفسي أو التربوي فاعلة في قياس الظاهرة النفسية أو التربوية وتعطينا وصفاً كمياً لتلك الظاهرة، ينبغي أن تتميز ببعض الخصائص القياسية من أهمها الصدق والثبات (الإمام وآخرون ١٩٩٠: ٢٤١)، وقد تم التحقق من هاتين الخاصيتين لمقياس مهمات الحياة وكما يأتي:

١- مؤشرات صدق المقياس (Validity Scale):

يعد الصدق من أهم الخصائص السايكومترية التي ينبغي توافرها في القياس النفسي، إذ إنه يؤشر قدرة المقياس على قياس ما يجب قياسه فعلاً (١١: ١٩٨٣ Harrison)، لذا تم التأكد من صدق المقياس الحالي عن طريق ثلاثة أنواع للصدق هي :

أ- الصدق الظاهري (Face Validity):

يُعد هذا المؤشر من الصدق بأنه المظهر العام للمقياس أو الصورة الخارجية له من حيث نوع الفقرات، وكيفية صياغتها، ومدى وضوح هذه الفقرات (الجلبي ٢٠٠٥: ٩٢)، وقد تحققت الباحثة من ذلك عن طريق الإجراءات المشار إليها في الفقرة الخاصة بالتحقيق من صلاحية فقرات المقياس والمهمات وبدائله.

ب- صدق البناء (Construct validity):

يعني تحليل درجات المقياس استناداً إلى البناء النفسي للخاصية المراد قياسها، أي أنه يبين مدى ما تضمنه المقياس من بناء نظري محدد أو سمة معينة (١١١: ١٩٧٢ Stanley & Hopkin)، أو أنه المدى الذي يمكن أن نقرر بموجبه أن المقياس يقيس بناءً نظرياً محدداً أو خاصية محددة (١٥١: ١٩٨٨ Anastasi)، وهو يعني قدرة المقياس على التحقق من صحة فرضية ما، مستمدة من الإطار النظري للمقياس والدراسات السابقة (أبو حطب ٢٠٠٨م: ١٩٦). وأن صدق البناء يبحث في العوامل أو المكونات التي تكوّن الظاهرة، وقد نجد له تسميات عدّة مثل، صدق البناء، أو صدق المفهوم، أو صدق التكوين الفرضي. وقد تم التحقق من صدق البناء للمقياس الحالي عن طريق المؤشرات الآتية التي مر ذكرها سابقاً في التحليل الإحصائي لفقرات المقياس وهي كالاتي:

- ١- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس بصورة كلية: تم استخراج قيم معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس مهمات الحياة ، وتبين أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، كما ورد في جدول (١٨)، وهذا مؤشر على صدق البناء.
- ٢- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمهمة التي تنتمي إليها: تم استخراج قيم معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمهمة التي تنتمي إليها، وقد تبين أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وكما ورد في جدول (١٩).
- ٣- علاقة درجة المهمة بالدرجة الكلية للمقياس تم استخراج قيم معاملات ارتباط درجة المكون بالدرجة الكلية للمقياس، وقد تبين أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وكما ورد في جدول (٢٠).

٤- الصدق العاملي لتشبعات الفقرات على مقياس مهمات الحياة ، وتبين أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، كما ورد في جدول (٢١)، وهذا مؤشر على صدق البناء.

مؤشرات ثبات المقياس (Reliability Scale)

تشير أدبيات التقويم والقياس إلى أن الثبات يُعدُّ من الشروط التي ينبغي توافرها في المقاييس والاختبارات النفسية والتربوية إذ ينبغي أن تتسم هذه المقاييس بالاتساق والثبات فيما تقيسه. ويؤكد الكن (Alken, ١٩٨٨) على أن ثبات المقياس يشير إلى تحرره من الخطأ غير المنتظم (Alken ١٩٨٨:٥٨). ويمكن التحقق من ثبات المقاييس والاختبارات النفسية بطرائق عدة، منها:

طريقة التجزئة النصفية Split-Half Method

يُسمى معامل الثبات المحسوب بهذه الطريقة باسم معامل الاتساق الداخلي، وهو الذي يستهدف بيان مقدار الاتساق بين جزئي الفقرات في قياس السمة أو الخاصية ويستعمل هذا الأسلوب غالباً في الاختبارات والمقاييس التي تكون فقراتها متجانسة أي التي تقيس جميعها خاصية نفسية ولاسيما تلك التي يكون عدد فقراتها زوجية (اليقوبي ٢٠١٣م: ٢٥٦). ومنها تحققت الباحثة من قيمة معامل الثبات بهذه الطريقة وكانت بتقدير (٠.٧٠٣). وصححت بمعادلة سبيرمان براون فكانت بقيمة (٠.٨٣). وهو معامل ثبات جيد.

طريقة ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha):

تقيس معادلة (الفا كرونباخ) اتساق أداء الفرد من فقرة إلى أخرى، ويشير إلى الدرجة التي تشترك بها جميع فقرات المقياس في قياس خاصية معينة عند الفرد (ثورندايك وهيجن ١٩٨٠: ٧٩)، وتؤدي هذه الطريقة إلى اتساق داخلي لبنية المقياس، ويسمى أيضاً معامل التجانس (علام ٢٠٠٠: ١٦٥). لاستخراج الثبات بهذه الطريقة للمهمات وللمقياس ككل استعملت الباحثة معادلة ألفا كرونباخ Alpha Cronbach Formula، إذ بلغ معامل ثبات المقياس بصورة كلية (٠.٨٢) وهي مؤشرات جيدة على ثبات المقياس، إذ أكد كرونباخ أن المقياس الذي معامل ثباته عالٍ هو مقياس دقيقاً (Cronbach ١٩٦٤:٦٣٩) الموضح في جدول (٢٢)

جدول (٢٢) نتائج الثبات لمقياس مهمات الحياة التجزئة النصفية وبطريقة ألفا كرونباخ

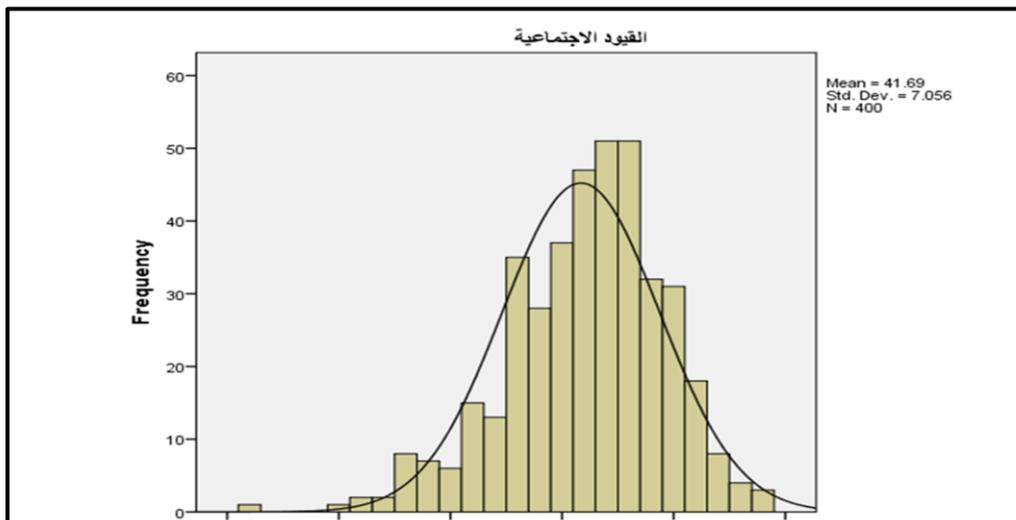
قيمة الثبات		عدد الفقرات	مكونات مقياس مهمات الحياة
Cronbach's Alpha	Split-Half Method		
٠.٧٩٣	٠.٦٧٢	١٠	مهمة التفكير لحلّ قيود اجتماعية
٠.٨٤٤	٠.٧٣٣	١٠	مهمة مشاعر التشاؤم دفاعي لحلّ المشكلات
٠.٨٣٤	٠.٧١١	١٠	مهمة الجهد المبذول والمركزة على النتيجة
٠.٨٢٠	٠.٧٠٣	٣٠	مهمات الحياة ككل

تاسعاً: المؤشرات الإحصائية لمقياس مهمات الحياة:

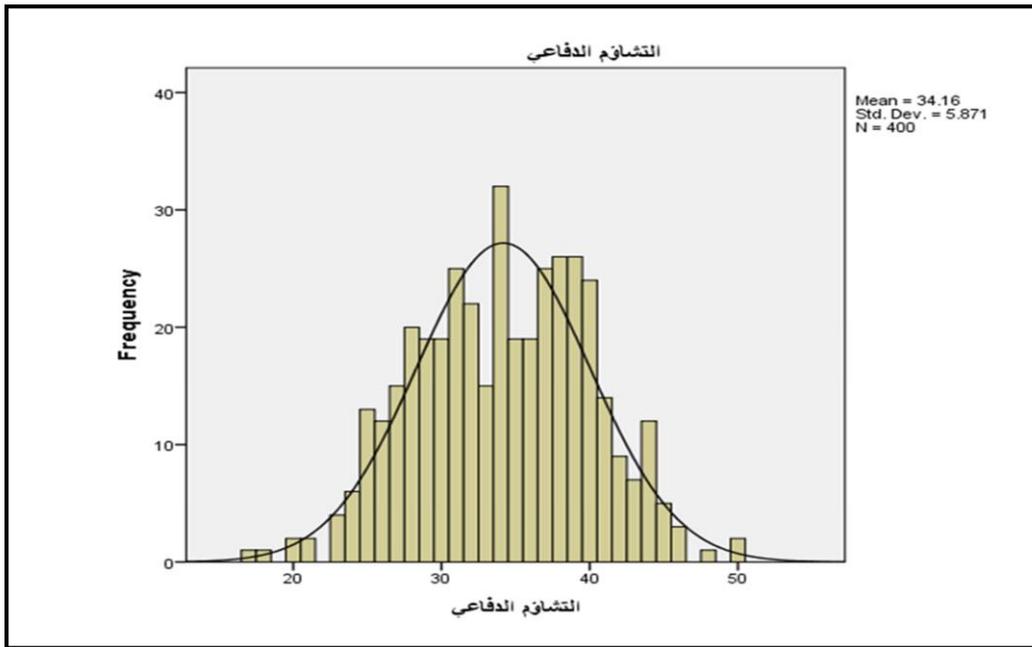
إنّ الظواهر النفسية تتوزع بين أفراد المجتمع توزيعاً إعتدالياً، وعليه فإنّ استخراج المؤشرات الإحصائية تعمل على إيضاح مدى قرب توزيع درجات افراد العينة من التوزيع الطبيعي، الذي يعد معياراً للحكم على تمثيل العينة للمجتمع المدروس، مما يسمح بتعميم النتائج (منسي والشريف ٢٠١٤: ١٨٢)، وبعد استخراج المؤشرات الإحصائية لدرجات استجابات عينة البحث، لكل من شكل (٩) مهمة التفكير لحلّ قيود اجتماعية وشكل (١٠) مهمة مشاعر التشاؤم دفاعي لحل المشكلات وشكل (١١) مهمة الجهد المبذول والمركزة على النتيجة. و شكل(١٢) تبين إن توزيع درجات عينة التحليل الإحصائي على مقياس مهمات الحياة ، كان أقرب إلى التوزيع الاعتدالي Normal Distribution. الجدول (٢٣) يوضح ذلك

جدول (٢٣) يوضح المؤشرات الإحصائية لمقياس مهمات الحياة

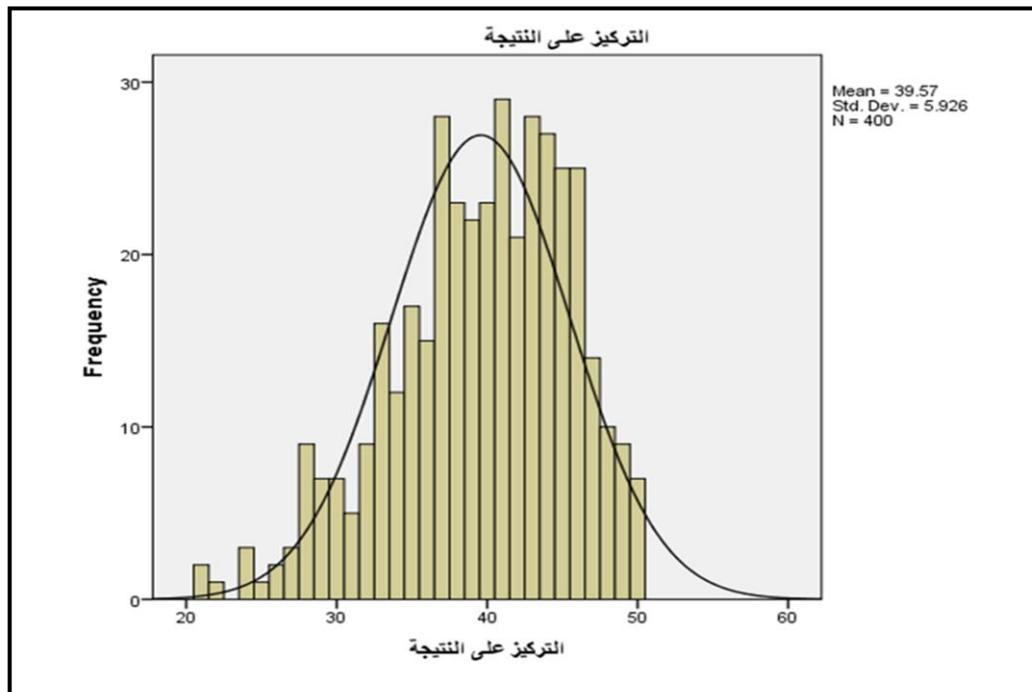
Statistics		مهمة التفكير	مهمة مشاعر	مهمة الجهد	الدرجة الكلية لمقياس مهمات الحياة	الإحصاءات
N	Valid	٤٠٠	٤٠٠	٤٠٠	٤٠٠	الاستبيانات المستعملة
	Missing	٠	٠	٠	٠	الاستبيانات المهملة
Mean		٤١.٦٩	٣٤.١٧	٣٩.٥٧	١١٥.٤٣	الوسط الحسابي
Std. Error of Mean		.٣٥٣	.٢٩٤	.٢٩٦	.٦٤٦	انحراف خطأ الوسط
Median		٤٢.٠٠	٣٤.٠٠	٤٠.٠٠	١١٦.٠٠	الوسيط
Mode		١٥.٩٣	١٦.٣٤	١٧.٦٥	١٤٧.٩٠	النموال
Std. Deviation		٢.٦٥	٢.٤٢	٢.٤٣	٣.٥٩	الانحراف المعياري
Variance		٧.٠٥٦	٥.٨٧١	٥.٩٢٦	١٢.٩٢٦	التباين
Skewness		٤٩.٧٩٢	٣٤.٤٧٤	٣٥.١١٨	١٦٧.٠٨٢	الالتواء
Std. Error of Skewness		-.٥٩٧-	-.٠٧٩-	-.٥٦٦-	-.٣٢٣-	الخطأ المعياري للالتواء
Kurtosis		.١٢٢	.١٢٢	.١٢٢	.١٢٢	التفرطح
Std. Error of Kurtosis		.٦٢٢	-.٤١٨-	-.٠٥١-	.١٨١	الخطأ المعياري للتفرطح
Minimum		١٠	١٠	١٠	٣٠	اقل قيمة
Maximum		٣٠	٣٠	٣٠	٩٠	اعلى قيمة
Sum		٥٠	٥٠	٥٠	١٥٠	مجموع الدرجات



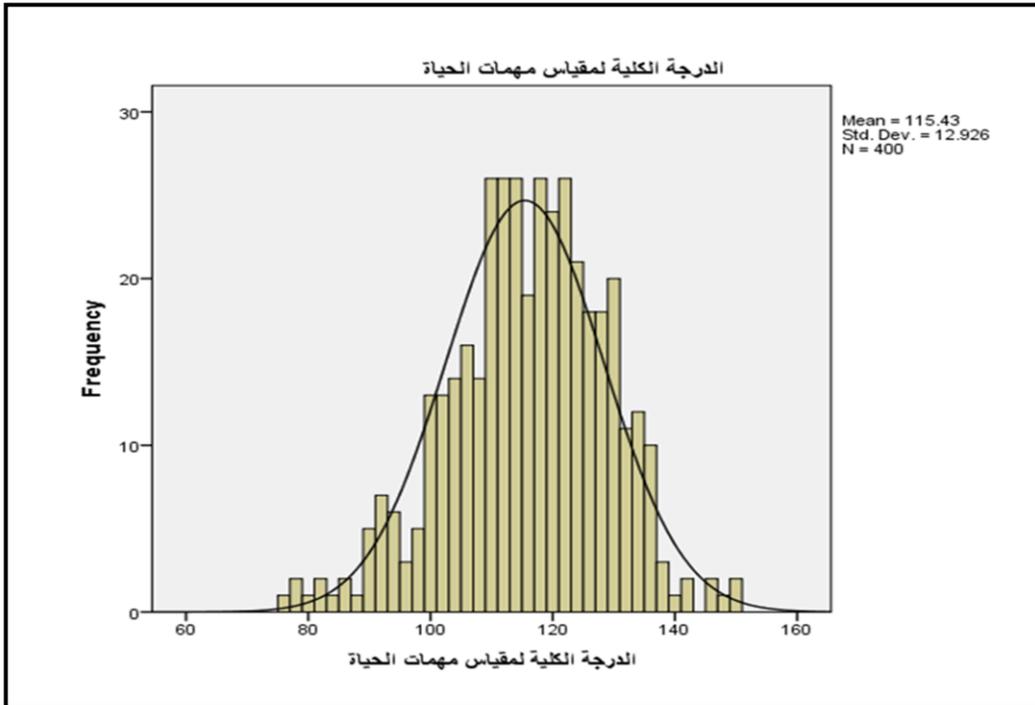
شكل (٩) مهمات الحياة من نوع القيود الاجتماعية



شكل (١٠) مهمات الحياة من نوع التشاؤم الدفاعي



شكل (١١) مهمات الحياة من نوع التركيز على النتيجة



شكل (١٢) مهمات الحياة بصورتها الكلية

عاشراً: وصف مقياس مهمات الحياة بصيغته النهائية:

بعد التحقق من الخصائص القياسية المتمثلة بمؤشرات التحليل الإحصائي والصدق والثبات للمقياس أصبح مقياس مهمات الحياة بصيغته النهائية مكوناً من (٣٠) فقرة، وأمام كل فقرة مدرج خماسي للاستجابة هو: (تنطبق دائماً (٥) درجة، تنطبق غالباً (٤) درجة، تنطبق أحياناً (٣) درجة، تنطبق نادراً (٢) درجة، لا تنطبق أبداً (١) درجة). موزعة على ثلاث مهمات هي:

١- مهمة التفكير لحل قيود اجتماعية وفقراته (١٠)، أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب عن إجابته على فقرات المقياس هي (٣٠) درجة وأقل درجة يمكن أن يحصل عليها هي (١٠)، درجة والمتوسط الفرضي للمقياس مقداره (٣٠) درجة.

- ٢- مهمة مشاعر التشاؤم دفاعي لحلّ المشكلات وفقراته (١٠)، أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب عن إجابته على فقرات المقياس هي (٣٠) درجة وأقل درجة يمكن أن يحصل عليها هي (١٠)، درجة والمتوسط الفرضي للمقياس مقداره (٣٠) درجة.
- ٣- مهمة الجهد المبذول والمركزة على النتيجة وفقراته (١٠)، أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب عن إجابته على فقرات المقياس هي (٣٠) درجة وأقل درجة يمكن أن يحصل عليها هي (١٠)، درجة والمتوسط الفرضي للمقياس مقداره (٣٠) درجة.
- ٤- مقياس مهمات الحياة وفقراته (٣٠)، أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب عن إجابته على فقرات المقياس هي (١٥٠) درجة وأقل درجة يمكن أن يحصل عليها هي (٣٠)، درجة والمتوسط الفرضي للمقياس مقداره (٩٠) درجة.

التطبيق النهائي للمقياس:

تحقيقاً لأهداف البحث تم تطبيق الصورة النهائية لكلّ من أداتي البحث التي سبق ذكرها (الشخصية المتناغمة، مهمات الحياة)، في أن واحد معاً خلال مدة شهرين (نيسان، أيار)، بتفصيلاتها من تاريخ (٣/نيسان/٢٠٢٣ إلى ٢٥/أيار/٢٠٢٣ الخميس)، وقامت الباحثة بنفسها بأجراء التطبيق بتوزيع الاستبانات الورقية على جميع أفراد العينة والمتمثلة بطلبة جامعة كربلاء وقد حصلت الباحثة على مجموعة من النتائج .

الوسائل الإحصائية Statistical:

- تم استعمال الوسائل الإحصائية بواسطة الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) الإصدار (V.٢٥) حسب ترتيب استعمالها في البحث ، وهي كما يأتي:
- اختبار مربع كاي لعينة واحدة (Chi-Squara Test) (فرج ١٩٩٧ :٣٣٥).
 - الاختبار التائي لعينة واحدة (t-test for One sampie): (عبد الرحمن وسعد ٢٠٠٨:١٣٦)
 - الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (T-Test for TWO Independent Samples) : (Edward ١٩٥٧:١٥٢-١٥٤).
 - معامل الارتباط بيرسون (Person Correlation Coefficient) (Goodwin ١٩٩٥:٤٠٧)
 - معادلة الفا كرونباخ للاتساق الداخلي (Alpha Cronbach Formula): (ثورندايك وهيجن ١٩٨٠:٧٩).
 - الوسط الحسابي (Mean)، والوسيط (Median)، والمنوال (Mode)، والانحراف المعياري (Standarad Deviation)، والتباين (Variance)، والالتواء (Skewness)، والتفرطح (Kurtosis)، والمدى (Range) (اليقوبي ٢٠١٣: ٥٩)

الفصل الرابع

نتائج البحث ومناقشتها

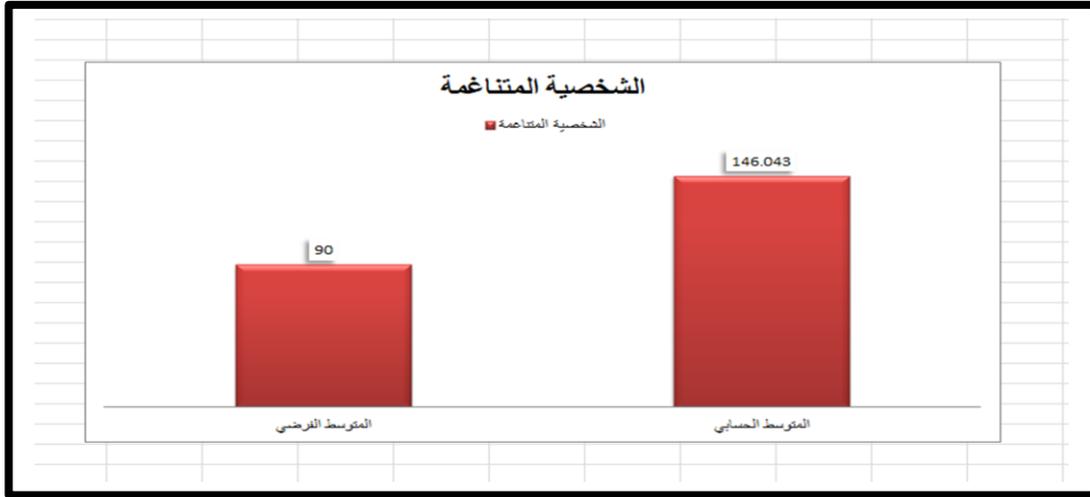
يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل إليها على وفق أهداف البحث وتفسير هذه النتائج ومناقشتها بحسب الإطار النظري والدراسات السابقة، التي تم تبينها من قبل الباحثة ومن ثم الخروج بعدد من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات في ضوء تلك النتائج، وفيما يأتي عرض لذلك.

الهدف الأول: الشخصية المتناغمة لدى طلبة جامعة كربلاء.

أظهرت نتائج البحث أن متوسط درجات الشخصية المتناغمة لعينة البحث البالغة عددهم (٥٧٠) طالباً وطالبة، قد بلغ (١٤٦.٠٤٣) درجة، وبانحراف معياري مقداره (٢١.٨٨٤) درجة، أما المتوسط الفرضي فبلغ (٩٠)، ومن أجل معرفة دلالة الفرق بينهما فقد أستعمل الاختبار التائي لعينة واحدة (t-test)، إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (٣١.٧٢٠) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦)، عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٥٦٩)، وهذه النتيجة تشير إلى أن طلبة الجامعة (العينة كلها) لديهم شخصية متناغمة، وهذا يشير إلى أن أفراد مجتمع البحث طلبة الجامعة يتسمون بالشخصية المتناغمة، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء نظرية (O. I. Motkov) بان الطلبة يحاولون الوصول إلى المثالية في الحياة المتناغمة وهي حياة طويلة ومبدعة وصحية بشكل عام، جسدياً وعقلياً وروحياً واجتماعياً، مع مستوى راقى من التناغم مع الذات ومع الآخرين والعالم المحيط، هذه الحياة تتدفق على النحو الأمثل وتكون متوازنة بشكل جيد هنا والآن مع المتطلبات الداخلية والخارجية. والشخصية المتناغمة هي خاصة ديناميكية للشخصية والتناغم، و للاحتفاظ بهذه الشخصية يتطلب من الفرد ان يكون معتدلاً ومتوازناً خلال جهود حياته اليومية (Motkov, ٢٠١٦). وهذا ما أكد عليه (Motkov) في نظريته، وهناك تقنية ممتازة تساعد على أن تصبح شخصية الفرد شخصية متناغمة بشكل شامل، وهي تتألف من ثلاث ممارسات يحتاج كل فرد إلى تعلم الالتزام بها وهي: ضبط النفس والقدرة على التعامل مع المشاعر والقدرة على التحكم فيها، القدرة على تحليل أفعالك واستخلاص النتائج، بفضل هذا، يمكنك فهم رغباتك، وإعطاء الإجراءات والوعي والمسؤولية، القدرة على تحليل أفكارك طوال الحياة، تحتاج دائماً إلى السعي لتحقيق المثالية. والشخصية المتطورة بشكل متناغم هي التي تسعى للإيصال إلى الكمال على أنه غاية. الشخص الذي يقبل نفسه ويعيش في ونام وتناغم، يستطيع التحكم في رغباته وتحقيق المزيد منها، يمكن أن يعد نفسه المثل الأعلى الذي اخترع في العصور القديمة، ثم انتقل من عصر إلى عصر، على أنه شخص متناغم ومثالي إلى حد ما (Motkov, ٢٠١٨:٩٠). واتفقت نتائج البحث الحالي مع دراسات (٢٠١٩، ٢٠١٨، Motkov) وبحسب البيانات المتوفرة في جدول (٢٤) وشكل (١٣) يوضحان ذلك.

جدول (٢٤) الاختبار التائي لعينة واحدة في الشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة

مستوى الدلالة	القيمة التائية		درجة الحرية	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	المتغير
	الجدولية	المحسوبة						
٠.٠٥ دالة	١.٩٦	٣١.٧٢٠	٥٦٩	٩٠	٢١.٨٨٤	١٢٠.٠٤٣	٥٧٠	الشخصية المتناغمة



شكل (١٣) المقارنة بين الوسط الحسابي والفرضي للقياس لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس الشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة

الهدف الثاني: الدلالة الاحصائية للفروق في الشخصية المتناغمة لدى طلبة جامعة كربلاء على وفق متغير (الجنس الاجتماعي، التخصص، إتجاه التناغم).

لإستخراج الفروقات في المتغيرات الفرعية للشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة على وفق متغير (الجنس الاجتماعي، التخصص، إتجاه التناغم). عمدت الباحثة إلى:

اولاً: التحقق من نتائج اختبار م بوكس (M.BOX) لفحص قوة التجانس

لتحقيق هذا الهدف تحققت الباحثة من قيمة التجانس بين أفراد عينة البحث لتتميز قوة تجانسها وتمثيل العينة لمجتمع البحث، إذ استعملت اختبار م بوكس (M.BOX) وقيمة (F) على عينة بلغت (٥٧٠) طالباً وطالبة في جامعة كربلاء. إذ بلغت قيمة الاختبار (٧.٠٠٤) وقيمة (F) بلغت (١٢.٨٣٩) بمستوى دلالة أعلى من (٠.٠٥) بالمقارنة مع الدرجات الجدولية يظهر بأن تجانس أفراد عينة البحث تتميز بقوة تجانسها وتمثيل العينة لمجتمع البحث المبينة في جدول (٢٥).

جدول (٢٥) الفروق الإحصائية في الشخصية المتناغمة على وفق متغيري الجنس (طلاب، طالبات)، التخصص (علمي، إنساني) لدى طلبة الجامعة

ت	المعايير	القيم
١	قيمة اختبار (M.BOX)	٧.٠٠٤
٢	قيمة (ف)	١٢.٨٣٩
٣	درجة الحرية ١	٣
٤	درجة الحرية ٢	٥٦٩
٥	مستوى الدلالة	٠.٠٥

وعلى هذا أجزى للباحثة إيجاد الفروق بينهم وعلى النحو الآتي:

ثانياً: تحليل التباين الثنائي بالتفاعل (two Way ANOVA):

إستعمال تحليل التباين الثنائي بالتفاعل (two Way ANOVA)، للكشف عن نتائج فروق ذات دلالة إحصائية للمتغيرات (الشخصية المتناغمة (تأكيد الفرق)، الجنس، التخصص الدراسي)، وللتفاعل بينهما (الجنس* التخصص الدراسي) وقد تبين الآتي:

أولاً: القيم الدالة عن الشخصية المتناغمة:

فيما يتعلق بما أنتجه تحليل التباين الثنائي بالتفاعل (two Way ANOVA) وجدت الباحثة ان القيم الدالة تمثلت في تأكيد وجود فروق في الشخصية المتناغمة إذ كانت القيم الفائية المحسوبة البالغ (٣٦.٧٤٦) أكبر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣.٨٤١) عند مستوى دلالة (٠.٠٥). وهذا يدل على أن طلبة الجامعة لديهم فروقات في الشخصية المتناغمة. وجاءت هذه النتيجة تأكيداً لوجود الظاهرة، كما بينتها النتائج السالفة. إذ تبين أن التناغم القائم على الايجابية الخارجية بمتوسط الحسابي البالغ (٦٦.٩٥٦) وبانحراف معياري (١.٧٧٥)، كان أكبر من المتوسط الحسابي للتناغم القائم على الإيجابية الداخلية البالغ (٤١.٠٣٤) وبانحراف معياري (٠.٩٣٤). وهذا يعني أن طلبة الجامعة يميلون الى التناغم القائم على الايجابية الخارجية أكثر وهذا يتفق مع دراسة (Di Fabio ٢٠١٨) إذ يمكن تحقيق التناغم الخارجي بين الأشخاص على مختلف المستويات: الأسرة، والمجتمع، والأمة، والعالم. على هذا المستوى، يمكن تحقيق التناغم داخل المجتمع وكذلك مع المجتمعات الأخرى، داخل مجتمع مختلف المجموعات العرقية (أو الأحزاب السياسية)، ضمن نفس المجموعة الأخلاقية مع مختلف الأقارب، وبين نفس القرابة. يشير إلى علاقة خاصة بما في ذلك التناغم بين المجتمعات البشرية والعالم الطبيعي مع الهدف النهائي للوصول إلى العلاقة مع أجزاء الذات والآخرين من جهة الشخص أو المجموعة أو المجتمع ومع السياقات العلائقية، لا تأخذ في

الاعتبار السياقات العلائقية الخارجية فحسب، بل أيضاً العلاقات الداخلية، السياقات؛ مع الطبيعة (العالم) (Di Fabio ٢٠١٨:٩٩) إذ أن الحدّ الأعلى Upper Bound للتناغم الخارجي كان (٦٩.٠٤٥)، والحدّ الأدنى Lower Bound (٦١.٩٩٣). في حين كان الحدّ الأعلى Upper Bound للتناغم الداخلي (٤٤.٠٠١). والحدّ الأدنى Lower Bound (٣٩.٠٤٥) الموضح في جدول (٢٦) وشكل (١٤).

ثانياً: القيم الدالة في الفروق لمتغيرات الشخصية المتناغمة:

النتائج التي بينها قيم تحليل التباين الثنائي بالتفاعل (two Way ANOVA) وجدت الباحثة أن القيم كانت دالة في الفروق في كلّ من (الشخصية المتناغمة بحسب مكوناتها)، (الجنس)، و(التخصص الدراسي). تبينها الباحثة على نحو من التفصيل:

الفروق الدالة إحصائياً في متغير الجنس

إذ كانت القيم الفائية المحسوبة البالغ (٦.٢٣٦) كانت أكبر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣.٨٤١) عند مستوى دلالة (٠.٠٥). وهذا يدل على أن هنالك فروقاً في نوع الجنس في الشخصية المتناغمة لطلبة الجامعة (بين الطلاب والطالبات). ولتحقق من أيّ من نوع الجنس الذي يتمتع فيه من الشخصية المتناغمة بين الطلاب والطالبات. عمدت الباحثة لاستعمال اختبار توكي Tukey Test للمقارنات البعدية التي عادة ما تستعمل بعد إيجاد الفروق في تحليلات التباين. إذ تبين للباحثة إن المتوسط الحسابي للطالبات البالغ (١١٢.٦٣٧) وبانحراف معياري (١.٩٩٨)، كان أكبر من المتوسط الحسابي للطلاب البالغ (٩٨.٩٩٠) وبانحراف معياري (١.٥٦٢). وهذا يعني أن طالبات الجامعة هنّ أكثر من تناغماً في شخصياتهنّ من الطلاب. إذ أن الحدّ الأعلى Upper Bound للطالبات كان (١١٦.٠٤٥)، والحدّ الأدنى Lower Bound لهنّ (١٠٩.٠٣٦). في حين كان الحدّ الأعلى Upper Bound للطلاب (١٠٢.٣٣٣). والحدّ الأدنى Lower Bound (٩٦.٤٢٨) الموضح في جدول (٢٧) وشكل (١٥). إذ يبدو ان الطالبات على الاغلب يتمتعن بشخصية متوازنة ومتوافقة متناغمة تسعى الى تحقيق السعادة ويعشن حياة إبداعية متنوعة يسعين الى تحقيق بعض النجاحات المرموقة للوصول الى حياة متوازنة منسجمة مع الاخرين .

الفروق الدالة إحصائياً في متغير التخصص الدراسي:

إذ كانت القيم الفائية المحسوبة والبالغة (٤.١٥٥) كانت أكبر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣.٨٤١) عند مستوى دلالة (٠.٠٥). وهذا يدل على أن هنالك فروقاً في التخصص الدراسي في الشخصية المتناغمة لطلبة الجامعة (كلي بحسب التخصص). ولتحقق من انواع التخصص الذي يتمتع فيه من الشخصية المتناغمة بين طلبة الجامعة. عمدت الباحثة لإستعمال اختبار توكي Tukey Test للمقارنات البعدية التي عادة ما تستعمل بعد إيجاد

الفروق في تحليلات التباين. حيث تبين للباحثة: إن المتوسط الحسابي للتخصص الإنساني البالغ (١٣٤.٩٣١) وبإنحراف معياري (١.٨٧٦) كان أكبر من المتوسط الحسابي للتخصص العلمي البالغ (١١١.٩٤٥)

وبانحراف معياري (١.٤٨٤) وهذا يعني ان طلبة الجامعة ذات التخصص الإنساني هم اكثر تناغما في شخصياتهم من التخصص العلمي. اذ ان الحد الأعلى Upper Bound للتخصص الإنساني كان (١٣٨.٤١٩) ، والحد الأدنى Lower Bound (١٣٠.٧٤٨) في حين كان الحد الأعلى Upper Bound للتخصص العلمي (١١٥.٤٥٢) ، والحد الأدنى Lower Bound (٩٨.٩٤٥) الموضح في جدول (٢٨) وشكل (١٦). لان الاختصاصات الإنسانية تكون قريبة للواقع الذي يعيش فيه الطالب لاجل وصوله الى توازن وتناغم مع الاخرين وتفاعله في البيئة المحيطة للوصول الى الصورة المتوافقة من دون صراعات داخلية وخارجية ، وأن الشخصية المتناغمة هي سمة الشخص الذي يتمتع بتنظيم أمثل لشخصيته، مع علاقات إيجابية في الغالب مع الناس والطبيعة، مع الأداء والتطور الأمثل. لقد طور الفرد إحساساً بالتناسب، والإثارة، وبراء الحياة، وقيم التناغم الداخلي والخارجي، والقيم الروحية وتنفيذها ولديه تقدير ذاتي مستقر و مناسب.

جدول (٢٦) نتائج تحليل التباين الثنائي للتفاعل two Way ANOVA عن دلالة الفروق في الشخصية المتناغمة لدى طلبة الكلية على وفق المتغيرات (الشخصية المتناغمة، الجنس، التخصص الدراسي)

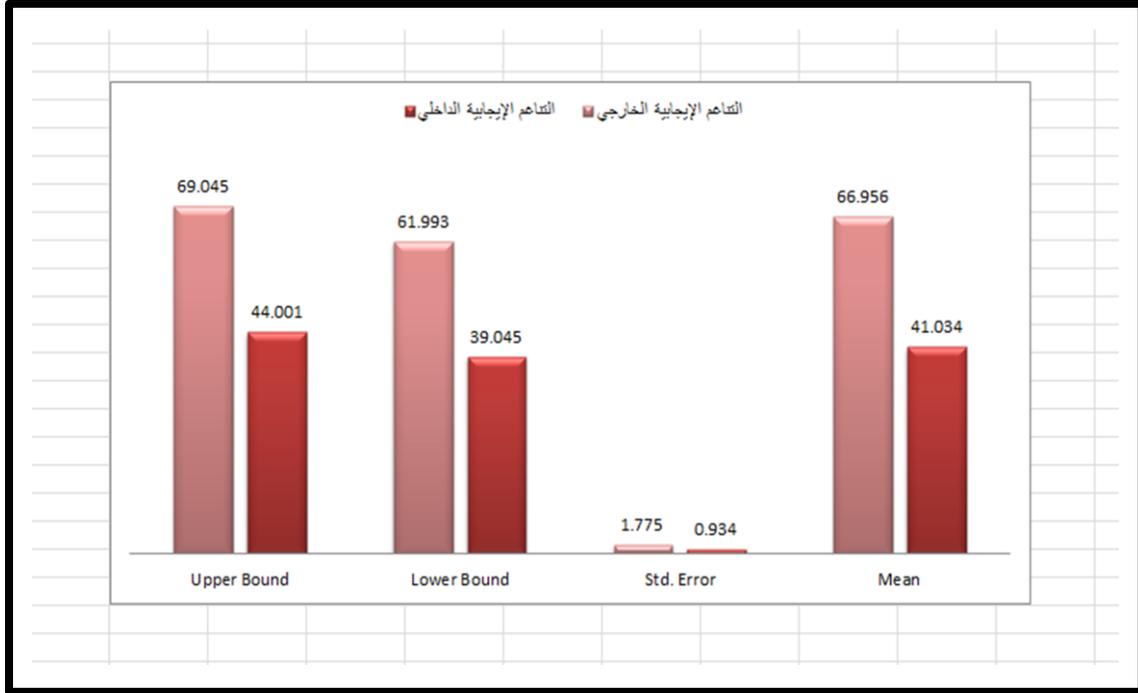
الدلالة ٠.٠٥D	F الفائنية المحسوبة	متوسط المربعات	درجة الحرية DF	مجموع المربعات	مصادر التباين
دال	٣٦.٧٤٦	٧٧٠.٢٠٥٦١	١	٧٧٠.٢٠٥٦١	الشخصية المتناغمة
دال	٤.١٥٥	٨٧٠.٩٦٧	١	٨٧٠.٩٦٧	التخصص الدراسي
دال	٦.٢٣٦	١٣٠٧.١٨٤	١	١٣٠٧.١٨٤	الجنس
غير دال	.١٦١	٣٣.٧٠٤	١	٣٣.٧٠٤	الجنس* التخصص الدراسي
		٢٠٩.٦١٧	٥٦٦	١١٨٦٤٣.٠٦٩	الخطأ
			٥٧٠	١٢٨٥٥٧.٥	الكلية

القيمة الفائنية الجدولية تساوي (٣.٨٤١) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

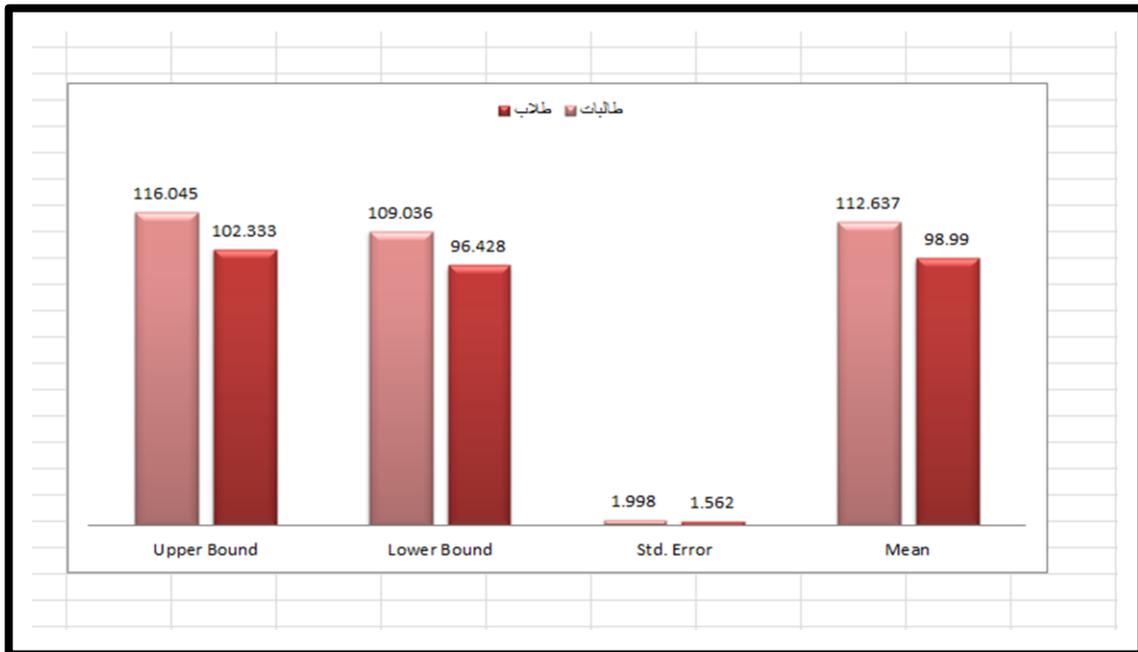
جدول (٢٧) إختبار توكي Tukey Test للمقارنات البعدية في المتغيرات الدالة على مقياس الشخصية المتناغمة

الحد الاعلى Upper Bound	الحد الادنى Lower Bound	الخطأ المعياري Std. Error	الوسط الحسابي Mean	المقارنات الفرعية subcomponent's	المقارنات Comparisons	المتغير variable
٤٤.٠٠١	٣٩.٠٤٥	٠.٩٣٤	٤١.٠٣٤	التناغم الإيجابية الداخلي	المكونان	الشخصية المتناغمة
٦٩.٠٤٥	٦١.٩٩٣	١.٧٧٥	٦٦.٩٥٦	التناغم الإيجابية الخارجي		
١٠٢.٣٣٣	٩٦.٤٢٨	١.٥٦٢	٩٨.٩٩٠	طلاب	الجنس	
١١٦.٠٤٥	١٠٩.٠٣٦	١.٩٩٨	١١٢.٦٣٧	طالبات		

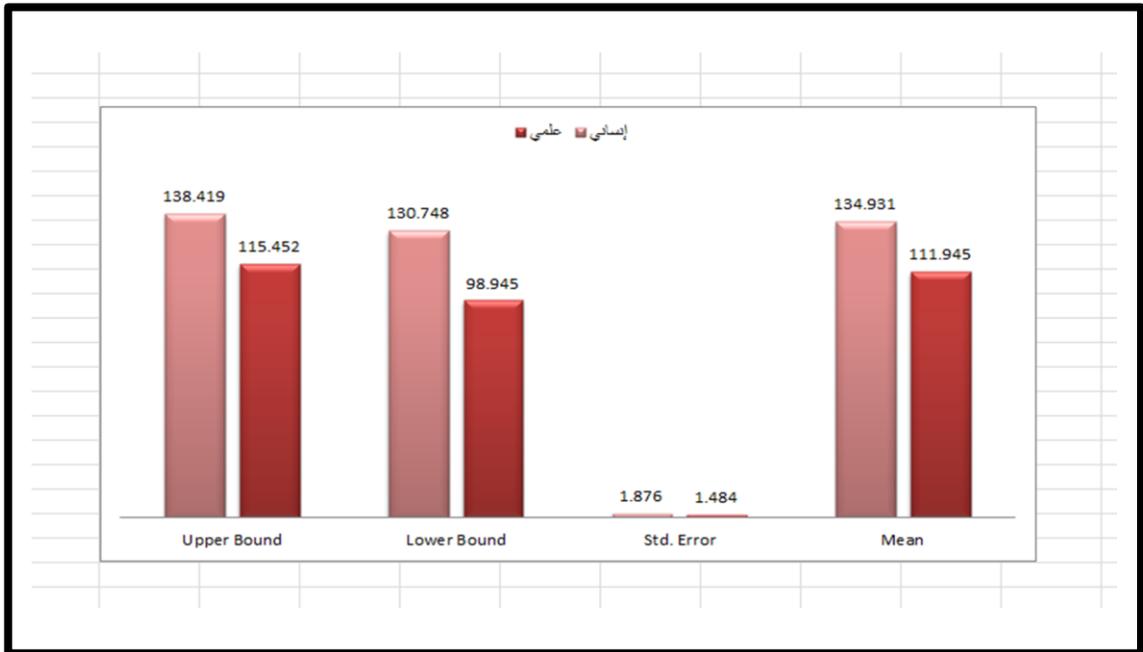
١١٥.٤٥٢	٩٨.٩٤٥	١.٤٨٤	١١١.٩٤٥	علمي	التخصص الدراسي	
١٣٨.٤١٩	١٣٠.٧٤٨	١.٨٧٦	١٣٤.٩٣١	إنساني		



شكل (١٤) الفرق بين نوع التناغم (الداخلي- الخارجي) على مقياس الشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة



شكل (١٥) الفرق بين الجنس على مقياس الشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة



شكل (١٦) الفرق بين نوع الدراسة على مقياس الشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة

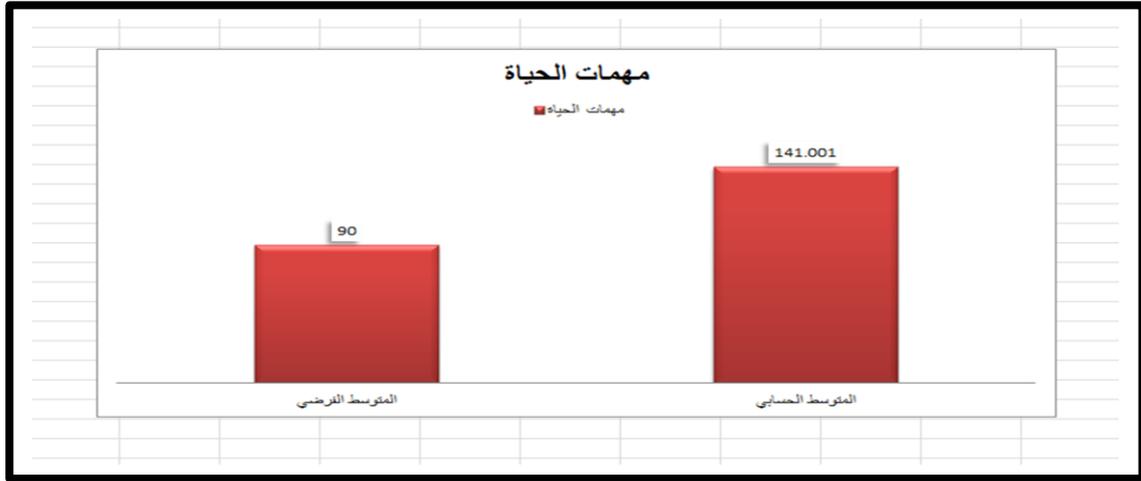
الهدف الثالث: مهمات الحياة لدى طلبة جامعة كربلاء.

أظهرت نتائج البحث أنّ متوسط درجات مهمات الحياة لعينة البحث البالغة عددهم (٥٧٠) طالباً وطالبة، قد بلغ (١٤١.٠٠١) درجة، وبانحراف معياري مقداره (٢٧.٢٠٥) درجة، أمّا المتوسط الفرضي فيبلغ (٩٠)، ومن أجل معرفة دلالة الفرق بينهما فقد استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة (t-test)، إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (٢٢.٨٩٣) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦)، عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٥٦٩)، وهذه النتيجة تشير إلى أنّ طلبة الجامعة (العينة كلها) يمارسون مهمات للحياة، وهذا يتفق مع وجهة نظر كانتور ان هناك ثلاث مشكلات معروفة لدى الراشدين هي: التحصيل الأكاديمي أو المهني والحياة الاجتماعية والعلاقات الاسرية، ويطور الأفراد عن طريقها أنواعاً عدة للشخصية منها: بناء استقلالهم وهو الهدف العام وهو مهمة Task تحمل الاستقلال المادي وهو هدف عام كذلك لشخص آخر في الحماس والتمسك بنظام الدعم الانفعالي الخاص به أو بها وهو هدف عام لشخص ثالث تكون مهمته Task الحياتية الرئيسة في

تحقيق الاستقلال الذي يتمثل بتوجيهه وبذل الجهود لتطوير الهوية الشخصية التي ينفصل بها عن توقعات والديه ، (Cantor, ١٩٩٤,P.٣٩٩). بحسب البيانات المتوفرة في جدول (٢٨) وشكل (١٧) يوضح ذلك.

جدول (٢٨) الاختبار التائي لعينة واحدة في مهمات الحياة لدى طلبة الجامعة

مستوى الدلالة	القيمة التائية		درجة الحرية	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	المتغير
	الجدولية	المحسوبة						
٠.٠٥ دالة	١.٩٦	٢٢.٨٩٣	٥٦٩	٩٠	٢٧.٢٠٥	١١٩.٠٠١	٥٧٠	مهمات الحياة



شكل (١٧) المقارنة بين الوسط الحسابي والفرضي للقياس لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس مهمات الحياة لدى طلبة الجامعة

الهدف الرابع: الدلالة الاحصائية للفروق في مهمات الحياة لدى طلبة جامعة كربلاء على وفق متغير (الجنس، التخصص، نوع المهام).
للتحقق من وجود الفرق عمدت الباحثة الى

ثانياً: تحليل التباين الثنائي بالتفاعل (two Way ANOVA):

إستعمال تحليل التباين الثنائي بالتفاعل (two Way ANOVA)، للكشف عن نتائج فروق ذات دلالة إحصائية للمتغيرات (مهمات الحياة (تأكيد الفرق)، الجنس، التخصص الدراسي)، وللتفاعل بينهما (الجنس* التخصص الدراسي) والموضح في جدول (٢٩) وقد تبين الاتي:

اولاً: القيم الدالة عن مهمات الحياة:

فيما يتعلق بما أنتجه تحليل التباين الثنائي بالتفاعل (two Way ANOVA) وجدت الباحثة ان القيم الدالة تمثلت في تأكيد وجود فروق في مهمات الحياة إذ كانت القيم الفائية المحسوبة البالغ (٤٦.٤٩٩) أكبر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣.٨٤١) عند مستوى دلالة (٠.٠٥). وهذا يدل على أن طلبة الجامعة لديهم فروقات في مهمات الحياة. وجاءت هذه النتيجة تأكيداً لوجود الظاهرة، كما بينتها النتائج السالفة. إذ تبين أن مهمة مشاعر التشاؤم بمتوسط حسابي البالغ (٢٣.٨٨٣) وبإنحراف معياري (٠.٥٥٣)، كان أكبر من المتوسط الحسابي مهمة (التفكير) القيود البالغ (١٨.٠٥٤) وبإنحراف معياري (٠.٨٤٥). وهو أكبر من مهمة (المشاعر) التشاؤم بمتوسط الحسابي البالغ (٢٣.٨٨٣) وبإنحراف معياري (٠.٥٥٣)، كان أكبر من المتوسط الحسابي مهمة الجهد (المبذول) المركز البالغ (١٥.١١٢) وبإنحراف معياري (٠.٩٤٥). وهذا يعني أن طلبة الجامعة يميلون الى مهمة مشاعر التشاؤم في حل مشكلاتهم. إذ أن الحد الأعلى Upper sg لمهمة مشاعر التشاؤم كان (٢٦.٩٤٣)، والحد الأدنى Lower Bound (٢٠.٧٤٥). في حين كان الحد الأعلى Upper Bound لمهمة التفكير (١٩.٩٩٥) والحد الأدنى Lower Bound (١٦.٩٨٠). وكان الحد الأعلى Upper Bound لمهمة الجهد المبذول (١٧.٨٤٥) والحد الأدنى Lower Bound (١٢.٠٦٧) وهذا يتفق مع دراسة (كانتور ونوريم وباور) ان الميزة الأساسية لاسلوب التشاؤم الدفاعي هو أن التوقعات السلبية الموجودة في انجاز المهمات والاحداث تعمل بشكل ايجابي وبطريقة محفزة ودافعة ، والافراد قادرون على السيطرة على ادائهم عن طريق القيام بالتخطيط لظروفهم ومواقفهم لكي يكون أداؤهم على نحو مماثل لأداء المتفائلين، وان الافراد الذين يستعملون أساليب التشاؤم الدفاعي في مراحل حياتهم سوف يقيمون انجازاتهم لمهامهم الحياتية بدرجة أكثر سلبية من المتفائلين وتوقعاتهم المستقبلية ، وأن تفسيرات المتشائمين لذواتهم الحقيقية تعكس الفهم حول انجاز مهماتهم أكثر موازنة بالمتفائلين وكما ذكر سابقا (Cantor & Norem & Brower ١٩٨٧:٣٤٥) الموضح في جدول (٣٠) وشكل (١٨).

ثانياً: القيم الدالة في الفروق لمتغيرات مهمات الحياة:

النتائج التي بينتها قيم تحليل التباين الثنائي بالتفاعل (two Way ANOVA) وجدت الباحثة أن القيم كانت دالة في الفروق في كل من (مهمات الحياة بحسب مكوناتها)، (الجنس)، و(التخصص الدراسي). تبينها الباحثة على نحو من التفصيل:

الفروق الدالة إحصائياً في متغير الجنس

إذ كانت القيم الفائية المحسوبة البالغ (٥.٢٨٤) أكبر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣.٨٤١) عند مستوى دلالة (٠.٠٥). وهذا يدل على أن هنالك فروقاً في نوع الجنس في مهمات الحياة لطلبة الجامعة (بين الطلاب والطالبات). ولتحقق من انواع الجنس الذي يتمتع فيه من مهمات الحياة بين الطلاب

والطالبات. عمدت الباحثة لاستعمال إختبار توكي Tukey Test للمقارنات البعدية التي عادة ما تستعمل بعد إيجاد الفروق في التحليلات التباين. إذ تبين للباحثة:

إن المتوسط الحسابي للطلاب البالغ (١٤٣.٧٦٧) وبإنحراف معياري (١.٨٤٥)، كان أكبر من المتوسط الحسابي للطالبات البالغ (١٠١.٩٤٤) وبإنحراف معياري (١.٩٣٣). وهذا يعني أن طلبة الجامعة هم أكثر تعاملًا في مهمات الحياة من الطالبات. إذ أن الحدّ الاعلى Upper Bound للطلاب كان (١٥٦.٣٣٢)، والحدّ الادنى Lower Bound لهم (١٤٠.٧٣١). في حين كان الحدّ الاعلى Upper Bound للطالبات (١٠٩.٦٧٥) والحدّ الادنى Lower Bound (٩٩.٠٥٦)

وهذا يوضح ان الطلاب قد يكون لديهم خطط لمصاعب الحياة يحاولون الوصول الى نتيجة عن طريق استعمال هذه الأساليب في الحياة المهنية والاجتماعية والدراسية لاجل تحقيق أهدافهم من خلال مشاركة الاخرين مصاعبهم وكذلك المشاعر والجهد المبذول في الحصول على حل هذه المشكلة الموضح في جدول (٣٠) شكل (١٩).

إذ كانت القيم الفائية المحسوبة البالغ (٧.١٤٣) أكبر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣.٨٤١) عند مستوى دلالة (٠.٠٥). وهذا يدل على أن هنالك فروقا في التخصص الدراسي في مهمات الحياة لطلبة الجامعة (كلي بحسب التخصص).

ولتحقق من انواع التخصص الذي يتمتع فيه من مهمات الحياة بين طلبة الجامعة. عمدت الباحثة لإستعمال إختبار توكي Tukey Test للمقارنات البعدية التي عادة ما تستعمل بعد إيجاد الفروق في التحليلات التباين. إذ تبين للباحثة: إن المتوسط الحسابي التخصص الإنساني البالغ (١٣٥.٩٨٨) وبإنحراف معياري (١.٦٥٦)، كان أكبر من المتوسط الحسابي التخصص العلمي البالغ (١٢٢.٠٣٠) وبإنحراف معياري (١.٨٣٥). وهذا يعني أن طلبة الجامعة من التخصص الإنساني هم أكثر لمهمات الحياة من التخصص العلمي. وهذا يدل على ان الطلبة يستعملون هذه المهمات من اجل التحفيز على الدراسة والوصل الى غاية تحقيق أهدافهم والسيطرة على مهماتهم الحياتية عن طريق تشاؤمهم الدفاعي وتركيزهم على المهمات وكذلك استعمال أساليب القيود الاجتماعية مع الافراد الاخرين من حولهم ويتأملون كيفية تغلبهم عليها.

إذ أن الحدّ الاعلى Upper Bound للتخصص الانساني كان (١٣٨.٧٧٤)، والحدّ الادنى Lower Bound لهم (١٣١.٨٤٥). في حين كان الحدّ الاعلى Upper Bound للتخصص العلمي (١٢٨.٦٦٧) والحدّ الادنى Lower Bound (١١٩.٥٣٦) الموضح في جدول (٣٠) وشكل (٢٠).

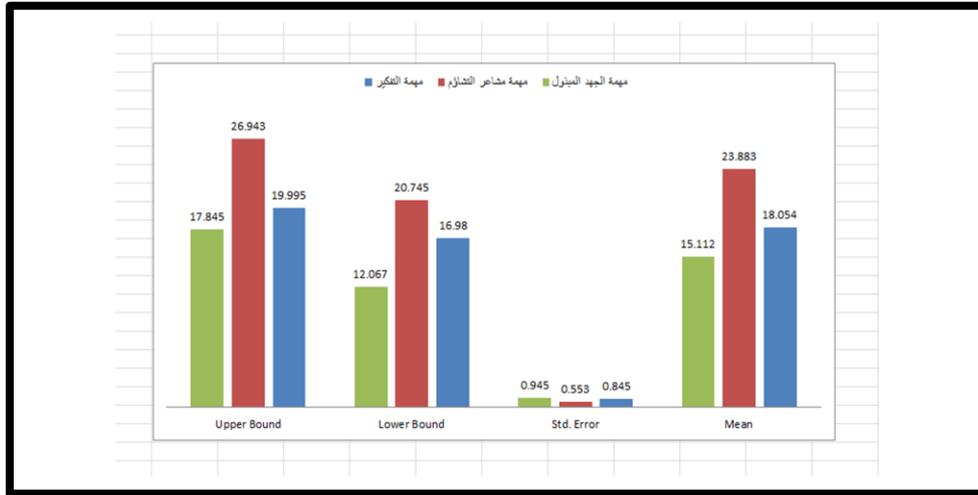
جدول (٢٩) نتائج تحليل التباين الثنائي للتفاعل two Way ANOVA عن دلالة الفروق في مهمات الحياة لدى طلبة الكلية على وفق المتغيرات (مهمة الحياة، الجنس، التخصص الدراسي)

الدلالة ٠.٠٥٥	F الفائية المحسوبة	متوسط المربعات	درجة الحرية DF	مجموع المربعات	مصادر التباين
دال	٤٦.٤٩٩	٩٠٠٢.٧٠٨	١	٩٠٠٢.٧٠٨	مهمة الحياة
دال	٧.١٤٣	١٣٨٢.٩٦٣	١	١٣٨٢.٩٦٣	التخصص الدراسي
دال	٥.٢٨٤	١٠٢٣.٠٤	١	١٠٢٣.٠٤	الجنس
غير دال	.٥١	٩٩.٧٢٠	١	٩٩.٧٢٠	الجنس * التخصص الدراسي
		١٩٣.٦١١	٥٦٦	١٠٩٥٨٣.٩١٦	الخطأ
			٥٧٠	١٢١٠٩٢.٣	الكلية

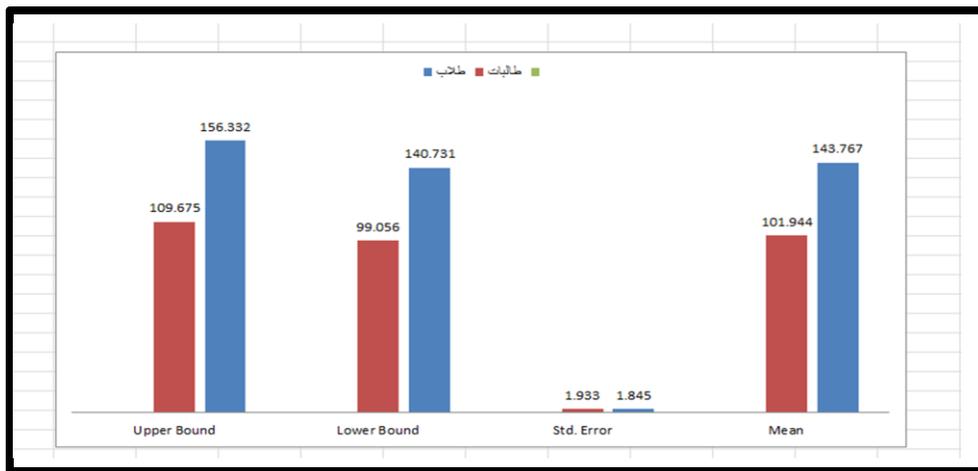
القيمة الفائية الجدولية تساوي (٣.٨٤١) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

جدول (٣٠) إختبار توكي Tukey Test للمقارنات البعدية في المتغيرات الدالة على مقياس مهمات الحياة

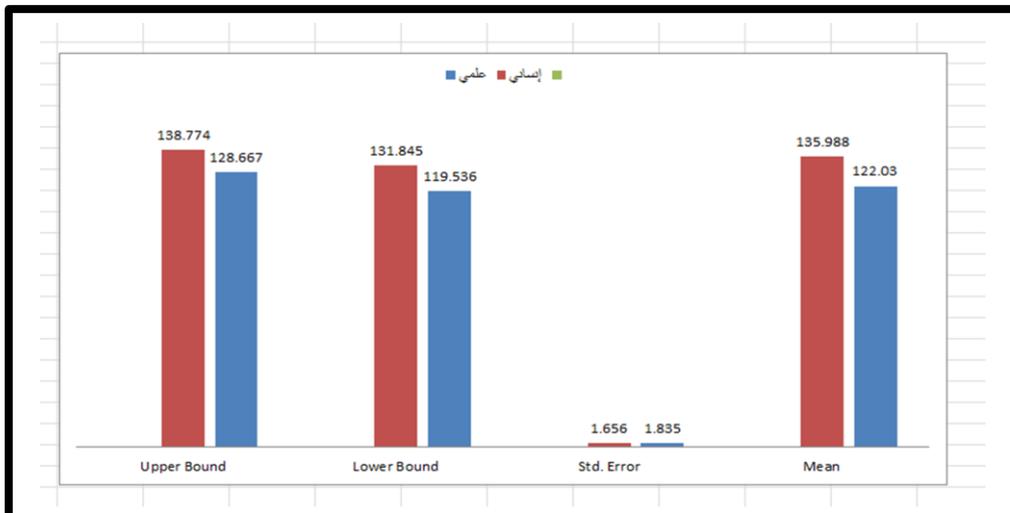
الحد الأعلى Upper Bound	الحد الأدنى Lower Bound	الخطأ المعياري Std. Error	الوسط الحسابي Mean	المقارنات الفرعية subcomponent's	المقارنات Comparisons	المتغير variable
١٩.٩٩٥	١٦.٩٨٠	٠.٨٤٥	١٨.٠٥٤	مهمة التفكير	المكونات	مهمات الحياة
٢٦.٩٤٣	٢٠.٧٤٥	٠.٥٥٣	٢٣.٨٨٣	مهمة مشاعر التشاؤم		
١٧.٨٤٥	١٢.٠٦٧	٠.٩٤٥	١٥.١١٢	مهمة الجهد المبذول		
١٥٦.٣٣٢	١٤٠.٧٣١	١.٨٤٥	١٤٣.٧٦٧	طلاب	الجنس	
١٠٩.٦٧٥	٩٩.٠٥٦	١.٩٣٣	١٠١.٩٤٤	طالبات		
١٢٨.٦٦٧	١١٩.٥٣٦	١.٨٣٥	١٢٢.٠٣٠	علمي	التخصص الدراسي	
١٣٨.٧٧٤	١٣١.٨٤٥	١.٦٥٦	١٣٥.٩٨٨	إنساني		
			٨٠.١١	مجموع المتوسطات		



شكل (١٨) الفرق بين مكونات مقياس مهمات الحياة لدى طلبة الجامعة



شكل (١٩) الفرق بين الجنس على مقياس مهمات الحياة لدى طلبة الجامعة



شكل (٢٠) الفرق بين نوع الدراسة على مقياس مهمات الحياة لدى طلبة الجامعة

الهدف الخامس : التعرف على العلاقة الارتباطية بين كل من الشخصية المتناغمة ومهمات الحياة لدى طلبة الجامعة.

لإيجاد العلاقة بين متغيرات البحث لدى الطلبة البالغ عددهم (٥٧٠) طالبا وطالبة. عمدت الباحثة الى احتساب مصفوفة الارتباطات باستعمال معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation Coefficient . ومن ثم القيمة التائية لمعامل الارتباط. وقد تبين الآتي:

من حيث الإرتباطات الكلية :

١. الإرتباط الأقوى كان بين الشخصية المتناغمة ومهمة الحياة من نوع مشاعر التشاؤم بقيمة (٠.٦٨٠)، والقيمة التائية البالغة (٢.٣٢٥) عند مستوى (٠.٠١ D). وقد اتفقت مع دراسة كانتور وهارلو (٢٠١٣ Cantor & Harlow) في أن متابعة المهمات عن طريق الاهتمام بالأداء المعرفي التوقعي فهم قبل التحديات يحولون قلقهم إلى دافعية لكي يكونون قادرين على الأداء بطريقة جيدة تضاهي نظرائهم.
٢. إرتباطها بالجهد المبذول بقيمة (٠.٥١٠)، والقيمة التائية البالغة (٢.٨٢٢) عند مستوى (٠.٠١ D). ويمكن تفسير النتيجة بأن طلبة الجامعة لديهم اهتمام كبير بنتائج مهماتهم الحياتية ويؤوضون طاقتهم لتحقيقها وذلك للحصول على الشعور الإيجابي للذات ويعملون على وفق توقعات الآخرين للحصول على الدعم الوظيفي والاجتماعي وكذلك لتزويد ذاتهم بقدرتهم على الإدارة والسيطرة على الرغم من بعض النتائج السلبية التي يواجهونها في علاقاتهم في الدراسة مع الآخرين ، فضلا عن أن استغراق طلبة الجامعة في نتائج مهامهم يؤطرهم بأطار مهم ليفهموا ضمنه سلوكهم وعواطفهم الاعتماد في التقييمات يفتح الباب لخبرات محتملة الايجابية مثل ادراك الاسناد.

من حيث الإرتباطات الداخلية :

٣. إتضح للباحثة إن الإرتباط الأقوى كان بين الشخصية المتناغمة من نوع (التناغم الايجابي الخارجي) ومهمة الحياة من نوع مشاعر التشاؤم بقيمة (٠.٨٩٠)، والقيمة التائية البالغة (٦.٧٨٤) عند مستوى (٠ D) (٠.٠١).

٤. وبين الشخصية المتناغمة من نوع (التناغم الايجابي الداخلي) ومهمة الحياة من نوع مهمة التفكير بقيمة (٠.٦٧٤)، والقيمة التائية البالغة (٢.٧٤٤) عند مستوى (٠.٠٥ D). وهذه النتائج تدل ان هناك علاقة ارتباطية قوية بين المتغيرات وهي الشخصية المتناغمة ومهمات الحياة ، اذ ان تمتع طلبة الجامعة بالشخصية المتناغمة من خلال بعض المتطلبات الداخلية والخارجية عاد بالنفع على امتلاكهم سمات وخصائص ايجابية تمكنهم من جعلهم افراداً متناغمين في الحياة ودائما ما يتعاملون بطريقة صحية

ومبدعه دون الضرورة الى انهماكهم الشاق لتحقيق اعلى الانجازات، لذا فهم دوما ما يسعون لتحقيق الانجازات الممكنة دون الحاجة للدخول في صراعات تعود بالسلب في طريقة تعاملهم في الحياة. لذا فالشخصية المتناغمة هي شخصية متوازنة على النحو الامثل وان من اهم خصائصها ان هذا الشخص المتناغم و السعيد تهيمن عليه مشاعر التناسب، وامتلاء الحياه والهدوء، لذا فهو بعيد على ان يضع نفسه في مهام معقدة، فهو حكيم يدرك انه ليكون في عملية حياة ابداعية ومنتوعة خلال اطول فترة تسمح بها الطبيعة. وهذا ما اكد عليه (Motkov) في نظريته وهو ان يشعر الفرد انه متكاملٌ وصحّي هو اكثر اهمية من تحقيق بعض النجاحات المرموقة للغاية (Motkov, ٢٠١٨). اذ يقودنا هذا الافتراض إلى ان الشخصية المتناغمة هي سمة وآلية يمكن من خلالها تحقيق مهام الحياة التي يمارسونها بها طلبة الجامعة

الموضح في جدول (٣١)

جدول (٣١) مصفوفة الإرتباطات الكلية والداخلية بين متغيري الشخصية المتناغمة ومهام الحياة

المتغيرات	المتغيرات الفرعية	المعاملات	الشخصية المتناغمة		مهام الحياة			الشمولي الشخصية المتناغمة
			التناغم الإيجابية الداخلي	التناغم الإيجابية الخارجي	مهمة التفكير	مهمة مشاعر التشاوم	مهمة الجهد المبذول	
الشخصية المتناغمة	التناغم الإيجابية الداخلي	r	١	٠.٣٣٩	٠.٦٧٤	٠.١٩٠	٠.٢١٥	
	التناغم الإيجابية الخارجي	t	٠.٠٠٠	٠.٨٦٧	٢.٧٤٤	٠.٧٣٩	١.٦٧٣	D ٠.٠٥
مهام الحياة	مهمة التفكير	r	٠.٣٣٩	١	٠.٢٢٠	٠.٨٩٠	٠.٤٥٠	
	مهمة مشاعر التشاوم	t	٠.٨٦٧	٠.٠٠٠	٠.٣٤٨	٦.٧٨٤	١.٩٧٤	D ٠.٠٥
الشمولي الشخصية المتناغمة	مهمة الجهد المبذول	r	٠.٦٧٤	٠.٢٢٠	١	٠.٣٢٢	٠.٥٧٠	
	الشمولي الشخصية المتناغمة	t	٢.٧٤٤	٠.٣٤٨	٠.٠٠٠	٠.١٦٨	١.٥٦١	D ٠.٠٥
		r	٠.١٩٠	٠.٨٩٠	٠.٣٢٢	١	٠.٧٨٣	
		t	٠.٧٣٩	٦.٧٨٤	٠.١٦٨	٠.٠٠٠	٣.٩٩٤	D ٠.٠٥
		r	٠.٢١٥	٠.٤٥٠	٠.٥٧٠	٠.٧٨٣	١	
		t	١.٦٧٣	١.٩٧٤	١.٥٦١	٣.٩٩٤	٢.٨٢٢	D ٠.٠٥
		r			٠.٤٤٦	٠.٦٨٠	٠.٥١٠	
		t			١.٦٢٦	٢.٣٢٥	٢.٨٢٢	D ٠.٠٥

القيمة الجدولية لمعامل الارتباط تساوي (٠.٩٦٠) عند مستوى دلالة (D ٠.٠٥) وبدرجة حرية (٥٦٩).
القيمة التائية الجدولية تساوي (٢.٥٧٦) عند مستوى دلالة (D ٠.٠١) وبدرجة حرية (٥٦٩).

الهدف السادس: إسهام مهمات الحياة في الشخصية المتناغمة لدى طلبة جامعة كربلاء.

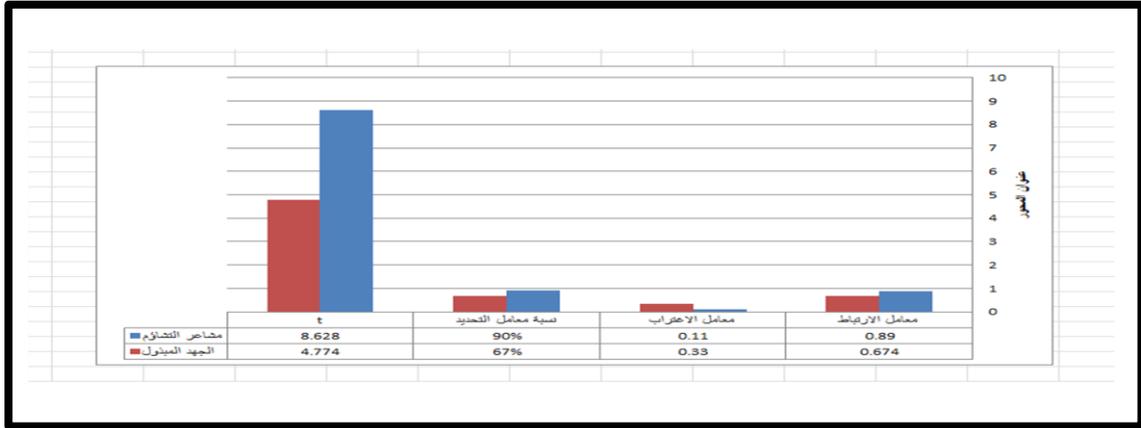
من أجل التحقق من مدى إسهام كل من مهمات الحياة بـ الشخصية المتناغمة لدى طلبة الجامعة. عمدت الباحثة لاستخراج معامل الاغتراب لمعامل الارتباط المستخرج انفاً، والنسبة المئوية لها. وايضا معامل التحديد والقيمة التائية للمعامل (Beta). وبعد التحقق من تحليل الانحدار الخطي لمعرفة مدى نسبة اسهام مهمات الحياة في الشخصية المتناغمة تبين الآتي:

← إن نسبة إسهام مهمة مشاعر التشاؤم في الشخصية المتناغمة كان بقيمة معامل إغتراب (0.11) وان نسبة الاسهام لمعامل التحديد بما قيمته (90 %) من الشخصية المتناغمة. وهذا ما يؤكد انّ القيمة التائية لمعامل بيتا بقيمة (8.628) . وتفسر النتيجة كذلك بأن أساليب التشاؤم الدفاعي يمكن أن تكون فاعلة مع التعامل الناجح وتكون دافعة الى الأداء وهي محاولة لتهيئة الذات للكوارث والمفاجآت التي تصادف الطالب في أثناء قيامه بأداء المهمات وتسبب له الإحباط وخيبة الأمل وبسبب الظروف الحاصلة في المجتمع العراقي التي تقود إلى توقعات سلبية يمكن استعمال اسلوب التشاؤم الدفاعي ضمن مجال الإنجاز بحيث تكون له تأثيرات على الدراسة والفعاليات والتفاعل الاجتماعي، ويُمكن للطلاب القيام أو تقديم استجابة مرنة من خلال شخصياتهم المتناغمة في المواقف التي تكون من جانب مهم لقدرتهم على التعامل الناجح وتقود كذلك إلى احتمال التعديل والتوافق والتغيير وهو هدف يسعى إليه الجميع.

← إن نسبة إسهام مهمة التفكير في الشخصية المتناغمة كان بقيمة معامل إغتراب (0.33) وانّ نسبة الاسهام لمعامل التحديد بما قيمته (67 %) من الشخصية المتناغمة. وهذا ما يؤكد انّ القيمة التائية لمعامل بيتا بقيمة (4.774). اتفقت هذه النتيجة مع دراسة كانتور (Cantor, 2013) وتفسر النتيجة ان كلا من الطالب والطالبة عليهم القيود الاجتماعية نفسها وعليهم السعي في إدارتها وانها معوقة لمسيرتهم العلمية ولأنهم في بداية حياتهم فأنهم يعانون من الضغوط الاجتماعية ذاتها وما يتحملونه من وراء هذه الواجبات والالتزامات هو من أجل الحصول على القبول والرضا الاجتماعي، وان كلا من الطالب والطالبة يقبلون بالخسائر والمكاسب التي تترتب على هذه القيود ، وبما يعود عليهم من ضغط في الدراسة والأداء والالتزامات كما هو موضح في جدول (32) وشكل (21) .

جدول (٣٢) معامل الاسهام النسبي مهام الحياة المرتبطة على وفق قيمة معامل بيتا المعياري والقيمة التائية

المتغيرات	معامل الارتباط	معامل الاعترا ب	معامل التحديد	نسبة معامل التحديد	قيم بيتا للاسهام النسبي	الخطأ المعياري	معامل المعياري Beta	t	الدالة
مشاعر التشاؤم	٠.٨٩٠	٠.١١	٠.٧٩	% ٩٠	.٤٤٢	.٠١٥	.٣٥٦	٨.٦٢٨	دالة
مهمة التفكير	٠.٦٧٤	٠.٣٣	٠.٤٥	% ٦٧	.٢٤٤	.٠١٥	٠.٣٢٢	٤.٧٧٤	دالة



شكل (٢١) الاسهام النسبي مهام الحياة المرتبطة على وفق قيمة معامل بيتا المعياري والقيمة التائية

الاستنتاجات

من خلال نتائج البحث الحالي، تم التوصل الى الاستنتاجات الآتية :

- ١- إن طلبة الجامعة لديهم شخصية متناغمة.
- ٢- إن دلائل الفروق الإحصائية تدل على ان طلبة الجامعة يميلون إلى التناغم الخارجي ، وأن طالبات الجامعة هن أكثر تناغماً في شخصياتهن من الطلاب، وأن طلبة الجامعة من التخصص الإنساني هم أكثر تناغماً في شخصياتهم من التخصص العلمي.
- ٣- إن طلبة الجامعة يمارسون مهمات للحياة.
- ٤- إن دلائل الفروق الإحصائية تدل على ان طلبة الجامعة يميلون الى مهمة التشاؤم الدفاعي في مواجهة يومياتهم، وأن طلبة الجامعة هم أكثر تعاملًا في مهمات الحياة من الطالبات ، وأن طلبة الجامعة من التخصص الإنساني هم أكثر من العلمي في ممارسة المهمات.
- ٥- هناك علاقة بين كل من الشخصية المتناغمة ومهمات الحياة .
- ٦- تبين للباحثة اسهام مهمة مشاعر التشاؤم أولاً ومهمة التفكير ثانياً في الشخصية المتناغمة.

التوصيات

- بناءً على النتائج التي توصل اليها البحث الحالي توصي الباحثة بما يأتي:
- ١- ضرورة معرفة الطالب بأهمية الانسجام والتواصل والتوازن مع البيئة عن طريق القنوات والتفاهم في الحياة للتوصل الى التناغم في الشخصية
 - ٢- الاهتمام بطلبة الأقسام العلمية للتناغم الداخلي والخارجي.
 - ٣- تنمية الطلبة لإستعمال التناغم الداخلي ليساعدهم على التفاعل مع المواقف المختلفة.
 - ٤- تطوير الطالبات على التناغم الداخلي والخارجي معا على الرغم من ظهور إيجابية التناغم الخارجي لهن.
 - ٥- دراسة الأسباب التي دفعت الطلبة لممارسة مهمة التشاؤم الدفاعي بدلا من مهمة (القيود الاجتماعية والجهد المبذول)
 - ٦- ضرورة تفهم الأقسام عن أهمية دراسة علم النفس للتوصل الى فهم وطبيعة التكوينات النفسية والتعامل مع الآخرين.

المقترحات

- ١- اجراء دراسات أخرى تهدف الى إيجاد العلاقة بين الشخصية المتناغمة ومتغيرات أخرى مثل (الذكاء الوجداني ، ضبط الذات ،السعادة)
- ٢- اجراء دراسات تتناول مفهوم مهمات الحياة ومتغيرات أخرى (التهديد الاجتماعي ،الابداع، القلق المنتج)
- ٣- اجراء دراسة عن متغيرات البحث الحالي لعينات أخرى مثل(المعلمين، اساتذة الجامعة،الموظفات)
- ٤- اجراء برامج ارشادية لتنمية المهام المناسبة للطلبة.

مصادر البحث العربية والأجنبية

القران الكريم

- أدلر ،الفريد ادلر (٢٠٠٥) :**معنى الحياة** ،ترجمة عادل نجيب ،ط١ ،حقوق الترجمة والنشر بالعربية محفوظة للمجلس الأعلى للثقافة.
- أبو حطب، فؤاد وعثمان ،سيد احمد وصادق ، آمال(٢٠٠٨): **التقويم النفسي**، ط٢، مكتبة الأنجلو المصرية.
- أبو علام، رجاء محمود (٢٠١٣): **مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية**، مطبعة دار النشر للجامعات، القاهرة
- أبوعلام ، رجاء محمود (٢٠١١): **مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية**، ط٦ - دار النشر للجامعات- القاهرة
- الإمام، مصطفى محمود (١٩٩٠): **القياس والتقويم**، جامعة بغداد - العراق.
- الفقي،إبراهيم (٢٠١١) :**كيف تخطط لحياتك** "ثمرات للنشر والتوزيع" الطبعة الاولى
- بدر محمد الانصاري (٢٠٠١): **اعداد مقياس التفاؤل الغير الواقعي لدى عينة من الطلبة والطالبات في جامعة الكويت** .مجلة دراسات نفسية
- بسيوني، سوزان صدقة عبد العزيز (٢٠١١): **التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالإنجاز الاكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات الجامعيات بمكة المكرمة**، كلية الآداب، جامعة ام القرى، السعودية.
- بكر جوان اسماعيل (٢٠١١): **جودة الحياة وعلاقته بالانتماء والقبول الاجتماعيين لدى طلبة جامعة صلاح الدين "**، كلية الآداب، جامعة صلاح الدين اربيل، اطروحة دكتوراه غير منشورة
- تيغزة، محمد بو زيان (٢٠١٢): **التحليل العاملي التوكيدي والتوكيدي مفاهيمياً ومنهجياً بتوظيف حزمة spss ليزرل**، ط٤، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.
- ثورندايك، روبرت وهيجن، اليزابيث (١٩٨٠): **القياس والتقويم في علم النفس التربوي**، (ترجمة عبد الله الكيلاني وعبد الرحمن عدس)، مركز الكتاب الاردني
- الجلبى، سوسن شاكرا(٢٠٠٥): **أساسيات بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية**، ط١، دمشق - سوريا

- الجنابي، زينه نزار (٢٠٢١): نموذج العلاقة السببية بين إجهاد القرار والتفكير التأملية والتحكم المعرفي والرعاية الذاتية اليقظة لدى رؤساء الأقسام في الجامعات العراقية، أطروحة دكتوراه غير منشورة
- جودة، محفوظ (٢٠٠٨): التحليل الاحصائي المتقدم باستخدام spss، ط١، مطبعة دار وائل للنشر والتوزيع، عمان - الاردن.
- حجازي، مصطفى (٢٠١٢): اطلاق طاقات الحياة قراءات في علم النفس الإيجابي، التنوير للطباعة والنشر
- الحربي، عبد الله بن محمد هادي (٢٠٠٠): أساليب التنشئة الأسرية وعلاقتها بكل من التفاؤل والتشاؤم لدى عينة من تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية بمنطقة جازان . رسالة ماجستير . كلية التربية - جامعة أم القرى
- الحلو، بثينة منصور (١٩٩٥): قوة تحمل الشخصية وأساليب التعامل مع ضغوط الحياة، كلية الآداب جامعة بغداد اطروحة دكتوراه غير منشورة .
- الخطاب، علي ماهر (٢٠٠٧): الاحصاء الاستدلالي في العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية، مطبعة دار الانجلو المصرية، القاهرة- مصر.
- الخطيب، محمد أحمد والخطيب، أحمد حامد (٢٠١٠): الإختبارات والمقاييس النفسية، عمان - الأردن دار ومكتبة الحامد للنشر.
- داوود وعبد الرحمن، عزيز حنا وأنور حسين (١٩٩٠): مناهج البحث التربوي ، ط١ ، دار الحكمة بغداد العراق
- ريبر ، آرثر وريبر ، أيميلي (٢٠٠٨): المعجم النفسي الطبي، ترجمة عبد علي الجسماني وعمار الجسماني ، بيروت : الدار العربية للعلوم ناشرون مكنتات تهامة
- الربيعي، حسام صالح عبد الحسين (٢٠٢٢) : الشخصية المتناغمة والتراحم الذاتي وعلاقتها بالفاعلية الارشادية ، أطروحة غير منشورة ،كلية التربية ، جامعة المستنصرية .
- السيّد، فؤاد البهي (٢٠٠٦): علم النفس الاحصائي وقياس العقل البشري، مطبعة دار الفكر العربي القاهرة - مصر
- صالح. قاسم حسين (١٩٨٨): الشخصية بين التنظير والقياس. جامعة بغداد ،مطبعة التعليم العالي

- العامري، نزار علي خضير (٢٠١١): المعنى في الحياة وعلاقته بالصحة النفسية لدى الطلبة فاقدى الاب في المرحلة المتوسطة، كلية التربية ، الاصمعي جامعة ديالى رسالة ماجستير غير منشورة
- عبد الرحمن، سعد (١٩٩٨): القياس النفسي النظرية والتطبيق ، مطبعة دار الفكر العربي، القاهرة
- عبيدات (٢٠٠٥): البحث العلمي مفهومه وادواته واساليبه، ط ٩، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان - الاردن.
- علام، صلاح الدين محمود (١٩٨٦) : تطورات معاصرة في القياس النفسي والتربوي ، جامعة الكويت.
- علام، صلاح الدين محمود (٢٠٠٠) : القياس والتقويم التربوي والنفسي : اساسياته وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر.
- العبيدي، نورية حنيفش محمد (٢٠٠٨): تأثير برنامج نفسي في تطوير مهاراتي ادارة الوقت وصياغة اهداف الحياة"، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة بغداد
- العزاوي، رحيم يونس كرو (٢٠٠٨): مقدمة في مناهج البحث العلمي، ط١، دار دجلة، عمان
- عمران، تغريد (٢٠٠١) :المهارات الحياتية، القاهرة، مكتبة زهراء الشرق.
- عبد الجبار توفيق البياتي، زكريا زكي اثناسيوس (١٩٧٧) : الجامعة المستنصرية ، العراق،
- عودة، احمد سلمان وملكاوي، فتحي حسن (١٩٩٨): اساليب البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية، ط٢، مطبعة دار الكناني، أربد - الاردن.
- غانم، حجاج(٢٠١٣): التحليل العاملي نظريا وعمليا في العلوم الانسانية والتربوية، ط١، مطبعة عالم الكتب، القاهرة، ودار علم النفس، لبنان
- فارس، باسم فارس جاسم (١٩٩٦) : قلق المستقبل ومركز السيطرة والرضا عن اهداف الحياة (دراسة ارتباطية) ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية الاداب ، جامعة بغداد.
- فرج، صفوت(١٩٩٧) : القياس النفسي، مطبعة دار الفكر العربي، القاهرة .
- فايز جمعة النجار (٢٠١٠): أساليب البحث العلمي منظوري وتطبيقي، دار الفكر ، عمان و ط٢

- فيركسون، جورج اي (١٩٩١): التحليل الاحصائي في التربية وعلم النفس، ترجمة هناء العكلي، مطبعة دار الحكمة للطباعة والنشر، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، الجامعة المستنصرية،
- الفتلاوي، حيدر قيصر (٢٠٢٢): التفاؤل الاكاديمي وعلاقته بالشخصية المتناغمة لدى طلبة كلية التربية، مجلة القادسية للعلوم الإنسانية، المجلد ٢٥، العدد ٤
- ملحم، سامي محمد (٢٠١٠): القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط ٣، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان
- ملحم، سامي (٢٠٠٠): مناهج البحث في التربية وعلم النفس، عمان، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة
- منسي والشريف، محمود عبد الحليم وخالد حسن (٢٠١٤): التحليل الاحصائي للبيانات باستخدام **spss**، ج ١، مطبعة دار الجامعة الجديدة، الاسكندرية - مصر
- المفتي، ديارعوني فاضل المفتي (٢٠١٥): مهمات الحياة وعلاقتها بالكفاح الشخصي ومخططات الذات، أطروحة غير منشورة، كلية الاداب جامعة بغداد.
- الناصر ومرزوك، عبد المجيد حمزة و عصرية ردام (١٩٨٩) كتاب العينات، ط ١، مطبعة التعليم العالي في الموصل، ودار النشر بغداد، الجامعة المستنصرية، بغداد - العراق.
- النبهان، موسى (٢٠١٣) أساسيات القياس في العلوم السلوكية، مطبعة دار الشروق للطباعة والنشر، عمان - الاردن.
- نصيف، رقية واقد شاکر (٢٠١٢): الانتاجية في منتصف العمر وعلاقتها باستراتيجيات إدارة الحياة"، كلية الآداب، جامعة بغداد رسالة ماجستير غير منشورة
- اليعقوبي، حيدر حسن (٢٠١٣): التقويم والقياس في العلوم التربوية والنفسية . العراق : دار الكفيل للطباعة والنشر

- Adler.A. (1927): **Individual Psychology**. The Journal of Abnormal and Social Psychology, 22, 116-122. <https://doi.org/10.1037/h007219>.
- _____.A.(1904): **Understanding human nature**. New york, Fawcett
- _____.A. (1906): **Influence on depth Psychology**. The Canadian Journal of Adlerian Psychology (Adlerian Psychology) Associated of United Kingdom.
- Alken .L.R.(1988): **Physiological Testing and assesse**. Boston, Allyn & Bascom.
- Allen .M.J. & yen W. M.(1979): **Introduction to Measurement Theory**. Brook Cole, Publishing Company.
- Anastasi, Ann (1976) Psychology Testing mc Millan, New york.
- _____. A. (1988): **Psychology testing** (7th ed). New York.
- _____& Urbana. S (1997): **Psychological Testing** (7th ed). NJ: Prentice Hall.
- Aronson. E & Wilson, D. (1997): **Social Cognition: How We Think about the social world**, University of Virginia. Third Edition.
- _____. E. (1992): **The Return of the Repressed**, Dissonance.Theory makes a comeback, psychological Inquiry, Vol.3, No.4
- Audia. P. Locke.E.& Smith. K. (2000): **The paradox of success: An archival and a laboratory study of strategic persistence following radical environmental change**. a Academy of Management Journal.
- Barker.L. (1990): **The Social Work Dictionary**, DC: NASWCarver, C. & Scheier, M. (1981): **Attention and Self-regulation: A control theory approach to human behavior**. New York: Springer-Verilog
- Bozhovich: L.I. (1997):**Problems of personality formation**. Selected works on psychology Editing by D.I. Feldstein. - Moscow; Voronezh: Scientific Production Association
- Bruner, J. S. (1980): **Vygotsky: A Historical and Conceptual Perspective**. In J. Wertsh (Ed.), Culture, Communication, and Cognition: Vygotskian Perspectives. Cambridge: Cambridge University Press.
- Brandtstadter . J & Renner . G. (1990): **Tenacious Goal pursuit And flexible goal adjustment** : Explication and Age – related Analysis of assimilative and accommodative Strategies of Coping psychology and aging , Vol.0

- Brandstater, H. (2010). **Personality Adjective Scales (PASK^o). Five factors model. [Personality Adjective Scales(PASK^o). Five Factor Model.] In A. Glöckner-Rist (Ed.), compilation of social science items and scales.ZIS 13.00. Bonn, Germany: GESIS. <http://www.gesis.org/unser-angebote/daten-erhaben-zis-ehes/Brandstätter>**
- Cantor & Veroff, R. & (1983): **Motives in American women And men across the life span** *Developmental psychology*, vol. (20).
- _____(1980): **Personality as social intelligence**. Handbook Of intelligence. Cambridge University press.
- _____& Markus, H. & Wiesenhal. p.& Nurius. p.(1986): **On Motivation and the self- concept** in E.T. Higgins (EDS). Handbook of motivation & cognition: Foundations of social Behavior. New York: Guilford
- _____& Normi. J.K. (1986): **Defensive Pessimism. Harnessing" anxiety as motivation**. Journal of personality And Social psychology Vol.(01). No. (6)
- _____, N. & Emmons, R. (1986): **methodological Dimensions in The investigation of personal goals**, Washington, DC. American Psychological Association.
- _____& Kihlstrom J.F. (1987): **personality and Social Intelligence**, Englewood Cliffs: prentice-Hall. & Langston, C.A. (1989): Ups and Downs of life Tasks in a life transition. In L.A. Pervin (Ed). Goal concepts in Personality and social psychology. Hillsdale, NJ: Erlbaum
- _____& Norem.j.k & Brower, A.m (1987): **Life tasks self- Concept ideals and cognitive strategies in a life transition** *Journal of personality and social psychology*. Vol. (03), no.(6).
- _____, N & Norem, J. (1989): **Defensive pessimism and stress and coping. Social Cognition**
- _____& Harlow, R.E. (1990): **Overcoming a lack of self- Assurance in an achievement domain: Creating agency in Daily life. Efficacy, agency, and self- Esteem**, New York Plenum.
- _____(1990) :**personality, strategic behavior and Daily-life problem solving, current directions in Psychological science**, Vol.(3) No. (6),

- _____N. & Zirkel , S. (1990) (1992): **Personal Construal of life Tasks** : Those who struggle for Independence, Journal of Personality and social Psychology , University of Michigan, Vol.(58), No. (1),
- _____N. & Acker. M. & Flanagan , C. (1992) : **Conflict and preoccupation in the intimacy life task**. Journal of personality And social psychology Vol.(63), No. (2)
- _____& Heckhausenj (1993):**Social construction In Old. Age:** Normative conceptions and interpersonal Processes, Applied social psychology, London, Sage, p.(37).
- _____& Harlow, B.E.(1993): **Social pursuit of Academics:** Side effects and spillover of strategic Reassurance seeking Journal of personality and social Psychology, vol. (66), No. (2)
- _____N. (1994) :**personality, strategic behavior and Daily-life**
- _____N. (1994): **Life task problem solving** : Situational Affordances and personal needs. By the society For personality And social psychology Bulletin , INC, Downloaded frompsp.sagapub.com by guest on April Vol. 20) no.(3) .
- _____,N.& Fleeson, W. (1994): **Social intelligence and intelligent goal pursuit: A cognitive slice of motivation. In W. D. Spaulding** (Ed.), Integrative views of motivation, cognition, and emotion (pp. 120–129). University of Nebraska Press
- _____&Harlow. R. (1994): **Social intelligence And Personality flexible life. task pursuit**, Cambridge University press
- _____& Fleeson W (1994): **Social intelligence And Intelligent goal pursuit: A Cognitive slice of Motivation.** In W. Spaulding (Ed). Nebraska symposium On motivation Vol. (21). Lincoln: University of Nebraska Press.
- _____(1994): **Life task problem solving Situational Affordances and personal needs.** By the society For personality And social psychology Bulletin INC, Downloaded from psp.sagapub.com by guest on April 24, 2013, PSPB, Vol. (20) no. (3)
- _____N & Scheier. M. F. & Carver. C. S. & Bridges. M. W. (1994): **Life Orientation Test Revised (Lot- R)**, Journal of Personality And social psychology. Vol. (67

- _____ (1994): **personality, strategic behavior and Daily- life problem solving**, current directions in Psychological science .Vol.(3) No. (6).
- _____. N. & Nurmi, J. E. & Salma Aro, K. & Heaviest, T. (1990): **The strategy and attribution questionnaire Psychometric properties, European**. Journal of psychological Assessment, Helsinki. Finland. Vol. (11). Issue. (2).
- _____ & Heckhausen (1990): **From thought to behavior: Having and " Doing" in the study of personality and cognition, American**).Psychologist. Vole (40),
- _____. N. & Harlow . R.E. (1996) : **still participating After all These years** : A study of life task participation in Later life, Journal of personality and social psychology Association, INC.Vol.(71), No.(6),
- _____.N.(2003): **Constructive cognition**, personal Goals and Social Embedding of personality IN.: A Psychology of Human Strengths Washington D.C. APA
- _____ & Harlow R.E. (2010): **Social Intelligence and Personality flexible life task pursuit**, Personality and H 2 73 Intelligence book.
- _____ & Harlow. B.E et al (2013): **A Functionalist Agenda For Trait psychology**, psychological inquiry vol. 9, No, (2),
- _____ & Zirkel. S. & Norem. J.K (2013): **Human personality** : A social and reflexive. Psychological Inquiry Vol. 4. No. 4.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1981). Attention and Self-Regulation: A Control Theory Approach to Human Behavior. New York: Springer.
<http://dx.doi.org/10.1007/978-1-4939-0887-2>
- Carver. C. & Scheier. M. (1981): **Attention and-7 Self regulation**:A control theory approach to human behavior.New York: Springer-Verilog
- Caspi . A & Moffit.T.E. (2013): **When do individual Differences Matter ? A paradoxical Theory of personality Coherence**. Psychological Inquiry, Vol. (4).
- Collins .N.L. & Read. S.J (1990): **Adult attachment**, Working Models and relationship quality in dating Couples, Journal of Personality and social psychology, Vol. (68).
- Cook Cottone. C. (2006): **The attuned representation model for the primary prevention of eating disorders**: An overview

for school Psychology in the Schools, 43, 22323.
doi:10.1002/(ISSN) 102-6807

- _____, C. (2010): **Cook Cottoned CP**. Incorporating positive body image into the treatment of eating disorders: A model for attunement and
- _____, C. P. (2019). Validation of the Mindful Self Care Scale (MSCS) and development of the MSCS among hospice and healthcare professionals: a confirmatory Brief factor analysis approach to validation – Article in Palliative and Supportive Care – June. 2019.
- Costa. P. T. & McCrae. R. R. (2008): **The revised neo personality inventory** (neo-pi-r). The SAGE handbook of personality theory and assessment. 2(2).
- Cronbach. L. J. (1964): **Essential of Psychology testing**. New York: Harper & Brothers
- Deci, E. L., Koestner, R., & Ryan, R. M. (1999): **The undermining effect is a reality after all—Extrinsic rewards, task interest, and self-determination**: Reply to Eisenberger, Pierce, and Cameron (1999) and Lepper, Henderlong, and Gingras (1999). Psychological Bulletin, 125(6), 692–700.
- Di Fabio. A. & Tsuda. A. (2018): **The Psychology of Harmony and Harmonization**: Advancing the Perspectives for the Psychology of Sustainability and Sustainable, Development. Sustainability
- Dodonov. B. I. (1978): **Emotion as a Value Moscow**: Politizdat Retrieved
- Dweck . C.S. & Leggett, E. (1988): **A social- Cognitive approach To motivation and personality**, Psychological review, Vol. (90).
- Dweck . C.S. & Molden. D.C. (2000) : **Self- theories Their impact On competence motivation and acquisition**. In A.J. Elliot & C.S.Dweck (EDS) , Hand book of Competence and motivation, New
- Emmons . R. A & King. Loura. A. (1988): **Conflict Aamong personal striving** : Immediate and long- term Implications for psychological and physical well- being, Journal of personality And social psychology, Michigan , Vol. (64), No.(6
- _____, R. A & Mc Adams. D.P (1991) : **personal Strivings And motive dispositions** : Exploring the links, Personality and social psychology Bulletin. Vol. (17),), USA.

- _____ . R. A.(1991) **personal striving ,daily life events, and Psychological and physical well-being** , journal of personality,Vol(09),
- _____ . R. A (1996): **Striving and feeling and Feeling** :Personal goals and subjective wellbeing, the Psychology of Action: linking motivation and cognition to Behavior, Newyork: Guilford
- _____ . R. A (2013) : **A Twenty – one – day program For Creating emotional prosperity**, San Francisco.
- Epstein. S (1982) : **The Unconscious the Preconscious, And the self-concept**, psychological Perspectives on the self,Hills dale, NJ. Erlbaum, Vol. (2).
- Epstein. S.(1982) : **Conflict and stress**. INL Goldberger & S.Breznitz (Eds). Handbook of stress, New York , Free press.
- Erikson. E.H. (1950): **Childhood and society**. New York, Norton.
- Freund, M. & Baltes, p. (2003): **Human strengths as the Orchestration of wisdom and selective optimization with Compensation in**: Psychology of human strengths Washington. C. (APA).
- _____ .A.M & Riediger, M. (2004): **Interference and Facilitation among personal goals**: Differential associations With subjective well-being and persistent goal pursuit, Personality and social psychology Bulletin, Vol. (30)
- _____ .A.M & Riediger, M. (2006): **Goals as Building Blocks Of personality and development in a adulthood, Berlin**: MaxPlank institute for human development, Vol.(00),
- _____ , Alexandre & Henneck, M. Riediger, M. (2010): **Age – Related differences in outcome and process goal focus MaxPlanck intitute for human development**, European Journal of Developmental psychology.
- Frankl, V. E. (1950): **The doctor and the soul**. An introduction to logotherapy. A. A. Knopf.
- Gealen. D. (1981): **Conceptualizing developmental Models in Socialization theory**, Frankfurt am main, campus, Vol.(20).
- Ghisell. E.E. et al. (1981): **Measurement Theory for the Behavioral Sciences**. San Francisco, Freeman & Company.
- Gronlund.N.E.(1981):**Measurement and Evaluation in Teaching**

- Guilford, J. P.(1904):**General psychology** (0th). New York:D Van No strand Company.
- Harrison.A. (1983): **Language testing**.London: Macmillan Press Helsinki University, Helsinki, Finland Turku University. Turku, Finland
- Hanchon,T.A. (2010). **The Relations between Perfectionism and Achievement Goals. Personality and Individual Differences**, 49, 880–890. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2010.07.023>
- Heckhausen,J&Flipp.S.H.(1981):**KritischeLebensereignisse**(Critical life events). Munich.
- _____J& Schulz, R. (1993): **Optimization by Selected And compensation**: Balancing primary and Secondary control In life-span development, International journal of behavioral Development, vol. (16),
- _____, J & Cantor. N. (1990): **Social construction In Old Age**: Normative conceptions and interpersonal Processes, Applied social psychology, London, Saga,
- _____, J & Hundertmark. J. (1990): **Action-Related Beliefs In adulthood**: measurement of perceived Agency, Means-ends Relations, and personal control in three Adult life Domains. Unpublished manuscript, Max Planck Institute for Human Development, Berlin.
- _____J (1999):**Developmental regulation in Adulthood: Age-normative and sociostuctural constraints as Adaptive Challenges**, New York, Cambridge university press.
- _____, J (2012): **Carer – related goal pursuit Among Post-high school youth**, relations between personal Control Beliefs and control striving, motivation and emotion.
- Herero, Vaness & Martin, M. A, (2012) :**personality, Activities And well-being: a study based on women in late Adulthood**, Journal of women ; aging, university of Malaga, Spain, Vol. (24),
- Horney. Karen, M. D. (1940): **The neurotic personality of Our Time, Norton & Company**, Inc. New York Implications of optimism and defensive pessimism, Journal Of personality and social psychology, Vol. (60).
- Jones.R.(1991) :**Life Skills** , London, Cassel educational Limited

- Klymenko. V.V. (2010): **Psychophysiological laws of an individual's occupational self-perception: a study on red. cocoon.**
- Kohli. M. & Meyer. J. W. (1986): **Social structure and Social Construction of life stages.** human development, vol. (29)
- Kostakova I.V. (2018): **PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF HARMONIOUS PERSONALITY OF THE UNIVERSITY STUDENTS,** Preschool Pedagogy and Applied Psychology Togliatti State University, Togliatti (Russia).
- Krapp. A. (2000): **Basic needs and the development of Interest And intrinsic motivational orientations,** learning and Instruction, Vol. (10).
- Lack. E. A. & Latham. G. P. (2002): **Building a practically Useful Theory of goal setting and task motivation: A 30 years Adyssey,** American, Psychologist, Vol. (07).
- Lackman, M. E. (2004): **Development in midlife,** Annual Review Psychology, No. (00)
- Maslow, A. H. (1968) : **Toward a psychology of being.** New York: Van Nostrand.
- Marcus, Oesserman. (1989) **Gender and Thought: The Role of Self-Concept,** Hatcher Graduate School, University of Michigan.
- Meagan & Oyserman, D., Bybee, D., & Terry, K. (2006): **Possible selves and academic outcomes: How and when possible selves impel action.** Journal of personality and social psychology, 91(1), 188.
- Mehrotra, S. & Rao, D. (2010): **Personal goal survey Development and preliminary trial in the Indian community,** Journal of the Indian Academy of Applied psychology, Vol. (36), No. (1),
- Miller. I. W. (1990): **Family Functioning and major Depression An overview, American,** Journal of psychiatry, Vol. (147).
- Mischel. J. (1974): **Social cognitive development: Frontiers And Bossible future,** social psychology, Cambridge University press, Amazon. Com.
- Motkov. O.I (2011) : **The methodology of studying the external and internal values of the individual.** Journal of Psychol. society to them. L.S. Vygotsky, No. 1. S. On sites.
- _____. O.I (2013): **Methodology Cultural trends.** M., 1998-2013; see online: [http : // psychology . rush . com / motarticle](http://psychology.rush.com/motarticle)

- _____. O.I (2016): **The study of the harmony of lifestyle and its development/Education and development:** modern. Theory and application. Material XVI int. Readings in memory L Vygotsky. Moscow.
- _____. O.I (2018): **Osnovnye ponyatiya teorii prirodnoi i garmonichnoi** [The main concepts of the theory of natural and harmonious personality].
- _____. O.I (2019): **Human harmony in the ancient teachings of the East.**M.
- _____. O.I (2020): **Study Harmonies Personalities.** Moscow Rescans,. - 168 p. ISBN 978-0
- Nasby. W. & Kihlstrom, J. F. (1986): **Cognitive Assessment Of Personality and psychopathology.** In R. E. Ingram (Ed.), Information processing approaches to Psychopathology and Clinical psychology, New York, Academic press,
- Nunnally, J.C. (1978) : **Psychometric theory.** 2nd Edition, McGraw-Hill, New York.
- Neugartn.B.(1987): **The changing meanings of age,** Psychology Today.
- Norem, J & Illingworth, K. (1993): **Strategy-dependent effects of reflecting on self and tasks:** some implications of optimism and defensive pessimism Journal of personality and social psychology
- _____, J. K & illingworth, K.S. (1986): **Strategy- Dependent Effect of reflecting on self and tasks :** some Implications of
- _____J. K & Illingworth, K. S. (1986-1993): Strategy-Dependent effects of reflecting on self and tasks: Some
- _____J. K & illingworth, K.S. (1986): **Strategy- Dependent Effect of reflecting on self and tasks :** some Implications of Optimism and defensive pessimism, Journal of personality and Social psychology, Vol. (60).
- Oli Gu (2006): **Harmony in Diversity** International Journal of Anthropology and Intologia.Optimism and defensive pessimism, Journal of personality and Social psychology, Vol. (60).
- Pavlyk.N. V.(2017): **Research of the concept of "harmony" in the aspect of life meanings of the individual.** PSYCHOLOGICAL JOURNAL, 4 (6), 67-81.
- Pavlyk: N. V.(2017): **Research of the concept of "harmony" in the aspect of life meanings of the individual.** PSYCHOLOGICAL JOURNAL, 4 (6)

- Pennebaker, J. W. (1980, 1989): **Confession inhibition and Disease**, Advances in experimental social psychology, New York, Academic press, problem solving, current directions in Psychological science, Vol.(3) No. (6), New York.
- Reker, G. T., & Wong, P. T. P. (1988). **Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. In J. E. Birren & V. L. Bengtson (Eds.), Emergent theories of aging**. Springer Publishing Company.
- Ryan, R. M., Deci, E. L., Vansteenkiste, M., Soenens, B. (1991) Building a science of motivated persons: Self-determination theory's empirical approach to human experience and the regulation of behavior. *Motivation Science*, 7(2), 97-110.
- Riley, M. W. (1986): **Overview and highlights of a Sociological Perspective, Human development and the life Course: Multidisciplinary perspectives**, Hill sdale,
- Sheldon, K. M., & Ryan, R. M. & Deci (2000): **Positive psychology and self-determination theory: A natural interface. In V. I. Chirkov, R. M. Ryan, & K. M. Sheldon (Eds.), Human autonomy in cross-cultural context: Perspectives on the psychology of agency, freedom, and well-being** (pp. 33–44). Springer Science + Business Media.
- Showers, C., & Ruben, C. (1990): **Distinguishing defensive pessimism from depression: Negative expectations and positive coping mechanisms. Cognitive Therapy and Research**, 14(4), 380–399. <https://doi.org/10.1007/BF01172934>
- Sansone, C. & Thoman, D. B. (2000): **Interest as the Missing Motivator in self – regulation**, *European Psychologist*, Vol.(10).
- Shin, D.C & Sonson, D.M (1978): **Avowed Happiness as An overall Assesment of the Quality of Life, Social Indicator, Research**, 0.
- Snyder, M. (1981): **Seek, and ya shall find: Testing Hypotheses About other people, social cognition: the Ontario Symposiu: On personality and social psychology**, Vol. (1)
- Sobchik, L. N. (1998) :**Introduction to the psychology of individuality** (Moscow) Institute of Applied Psychology
- Stanly, G. & Hopkins. (1972): **Educational and Psychological measurement and evaluation**, prentice-Hill, New Jersey
- Staub, E. (1978): **Predicting Prosocial behavior**, INE. Staub

- Strube. M. J. (1987): **A self-appraisal model of the type Behavior pattern In R. Hogan (Ed) perspective in Personality, Greenwich: JAI press, Vol. (2)**
- Stepanova,G.T. (2018). RESEARCH OF THE CONCEPT OF "HARMONY" IN THE ASPECT OF LIFE SENSES OF PERSONALITY. PSYCHOLOGICAL JOURNAL, № 6 (16).
- Sylvia X. &Hua Chen(2010): **Hong Kong Polytechnic University, 206649929/https://www.researchgate.net/publication**
- Sylvia.X. C. (2009): **Connecting and separating mindsets: Culture as situated cognition.** Journal of Personality and Social Psychology, Sundararajan, L. (2013). The Chinese notions of harmony, with special focus on implications for cross-cultural and global psychology. The Humanistic Psychologist, 41(1)
- Thomae. H. (1976): **Patterns of aging: Finding from the Bonn Longitudinal study of aging Basel, Karger.**
- Tuckman.J. & Large, I. (1993): **The best years of life,** Journal Of Psychology, Vol. (34).
- Tylka. T. L.. & Augustus Horvath, C. L. (2011): **Fighting Self objectification in prevention and intervention contexts.** In R.
- Varij, M. J. (2007) .**General Psychology.** Center for Educational Literature", Wellsprings of A positive life, New York, pp. (100-128).York, Guilford Press,
- Xue Yang (2016): **Self Compassion.....,**Jornal of Personality and individual differences, No (1)
- Zimmerman .B.J & Kitsantas ,A .(1999): **Acquiring Writing Revision skill** : shifting from process to outcome self-Regulatory Goals , Journals of educational psychology ,Vol. (91) .

ملاحق البحث

ملحق رقم (١)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة كربلاء
كلية التربية للعلوم الانسانية
الشؤون العلمية
الدراسات العليا

Ministry of Higher Education
And Scientific Research
College of Education for
The Humanities
Postgraduate Studies

العدد: 3034/1616

التاريخ: 2022/12/15

الس/ رئاسة جامعة كربلاء / قسم الاحصاء

م/ تسهيل مهمة

تحية طيبة ...

يرجى تفضلكم بتسهيل مهمة الطالب/ة (هديل مهدي وهاب الريمي) في كليتنا / قسم العلوم التربوية والنفسية / ماجستير ، لغرض المراجعة والحصول على البيانات المطلوبة لإكمال متطلبات بحثه / (الشخصية المتناغمة وعلاقتها بمهمات الحياة لدة طلبة الجامعة) ... مع التقدير .
علماً ،
بملاحظات المطلوبة اعدادها الخاصة من العاصمته والدراسة الاولى

١٢ / ١٥

مؤيد عمران جواد
معاون العميد للشؤون العلمية والدراسات العليا
2022/12/15

نسخة منه الى
الدراسات العليا
الاصغر

السجل
اللائم اصولياً لطفاً

جامعة كربلاء
قسم شؤون الطلبة والدراسات العليا
16-01-2023

عراق - كربلاء - الخليلية - جامعة كربلاء - كلية التربية للعلوم الانسانية - المدينة الجامعية (الفرقة)
info@uokerbala.edu.iq

قسم الدراسات والبحوث
ص.ب. العائدية

ملحق رقم (٢)
أسماء السادة المحكمين الذين عُرض عليهم مقاييس البحث العلمي

ت	اسم المحكم	الاختصاص	الجامعة - الكلية	البلد
١	أ.د علي محمود الجبوري	علم النفس التربوي	جامعة بابل-كلية التربية للعلوم الإنسانية	العراق
٢	أ.د علي حسين المعموري	علم النفس التربوي	جامعة بابل-كلية التربية للعلوم الإنسانية	العراق
٣	أ.د صادق كاظم الشمري	علم النفس التربوي	جامعة بابل-كلية التربية للعلوم الإنسانية	العراق
٤	أ.د مدين نوري الشمري	علم النفس التربوي	جامعة بابل-كلية التربية للعلوم الإنسانية	العراق
٥	أ.د احمد عبد الحسين الازيرجاوي	علم النفس التربوي	جامعة كربلاء-كلية التربية للعلوم الإنسانية	العراق
٦	أ.د علي صكر جابر	فلسفة تربوية	جامعة القادسية-كلية التربية	العراق
٧	أ.د محمد عبد الكريم طاهر	قياس وتقويم	جامعة المستنصرية كلية تربية الاساسية	العراق
٨	أ.د عبد المحسن عبد الحسين خضير	الارشاد النفسي والتوجيه التربوي	جامعة البصرة-كلية التربية للعلوم الإنسانية	العراق
٩	أ.د ابتسام سعدون النوري	علم النفس التربوي	جامعة المستنصرية كلية التربية	العراق
١٠	أ.د حامد قاسم ريشان	الارشاد النفسي والتوجيه التربوي	جامعة البصرة-كلية التربية	العراق
١١	أ.د بتول بناي زبيري	ارشاد نفسي	البصرة-كلية التربية للعلوم الإنسانية	العراق
١٢	أ.د جميلة رحيم عبد الوائلي	علم النفس التربوي	جامعة بغداد-كلية التربية للبنات	العراق
١٣	أ.م.د علاء الدين علي العنزي	علم النفس التربوي	الموصل-كلية التربية للعلوم الإنسانية	العراق
١٤	أ.م.د سوسن عبد علي السلطاني	علم نفس الاجتماع	جامعة بغداد- كلية الآداب	العراق
١٥	أ.م.د ثائر فاضل الدباغ	علم النفس التربوي	جامعة الكوفة - كلية التربية الأساسية	العراق
١٦	أ.م.د مناف فتحي الجبوري	علم نفس النمو	جامعة كربلاء-كلية التربية للعلوم الإنسانية	العراق
١٧	أ.م.د كاظم محسن كويطع	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية-كلية التربية	العراق
١٨	أ.م.د عبد العباس غضيب شاطي	صحة نفسية	جامعة ذي قار- كلية التربية للعلوم الإنسانية	العراق
١٩	م.د علياء نصير الكعبي	علم النفس التربوي	جامعة كربلاء-كلية التربية للعلوم الإنسانية	العراق
٢٠	أ.م.د ازهار هادي العتابي	علم النفس التربوي	جامعة بغداد-كلية التربية للبنات	العراق
٢١	أ.م.د حسين موسى الجبوري	علم النفس التربوي	جامعة كربلاء-كلية التربية للعلوم الصرفة	العراق
٢٢	أ.م.د مظهر العبيدي	علم النفس التربوي	جامعة ديالى-كلية التربية للعلوم الإنسانية	العراق
٢٣	أ.م.د سهام عبد الهادي	علم النفس التربوي	جامعة بغداد-كلية التربية للبنات	العراق
٢٤	أ.م.د عبد الله مجيد حميد	علم النفس التربوي	جامعة واسط-كلية التربية للعلوم الإنسانية	العراق
٢٥	أ.م.د وليام عباس	القياس والتقويم	جامعة دمشق	سوريا
٢٦	أ.د يحيى وهبة	علم النفس	جامعة المنوفية-كلية الآداب	مصر
٢٧	أ.د خالد عبد الرزاق النجار	علم النفس	جامعة القاهرة	مصر
٢٨	أ.د شحاتة سليمان محمد	علم النفس	جامعة القاهرة	مصر
٢٩	أ.د نزهة خلو	علم النفس	جامعة محمد لمين سطيف	الجزائر
٣٠	أ.د عبد الحافظ الخامري	علم النفس التربوي	جامعة صنعاء	اليمن

ملحق رقم (٣)
مقياس الشخصية المتناغمة بصيغته الاولية

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



استبانة آراء المحكمين والمختصين لصلاحية فقرات
مقياس الشخصية المتناغمة (Harmonious Personality)

الأستاذ الفاضل الدكتور..... المحترم تحية طيبة.

تروم الباحثة إجراء البحث الموسوم بـ (الشخصية المتناغمة وعلاقتها بمهام الحياة لدى طلبة الجامعة)، ولقياس متغير الشخصية المتناغمة (Harmonious Personality)، وبعد الإطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة المتعلقة بالموضوع، لم تجد الباحثة مقياساً يتناسب مع العينة (طلبة الجامعة) ومع أهداف البحث الحالي. لذا قامت ببناء المقياس بالإعتماد على نظرية موتكوف (O. I Motkov) الذي عرفها على انها " سمة الشخص الذي يتمتع بتنظيم أمثل لشخصيته، مع علاقات إيجابية في الغالب مع نفسه، ومع الآخرين بتطوير الأداء الأمثل". (Motkov, ٢٠١٨). وعلى هذا الأساس قسم الشخصية المتناغمة الى مكونين رئيسيين هما: المكون الأول: التناغم الإيجابي الداخلي (تناغم الذات الشخصية الايجابية) المكون الثاني: التناغم الإيجابي الخارجي (التناغم مع الآخرين الايجابي). ولأنكم من ذوي الخبرة والتخصص في هذا المجال، توّد الباحثة الإستشارة بآرائكم السديدة، لذا يرجى من شخصكم الكريم بيان رأيكم عن طريق تحقيق الآتي:-

- ١- أهمية الفقرة بالنسبة لتعلقها بالمكون وبدائله.
 - ٢- وضوح الفقرة لقياس ما وضعت لقياسه وتمثيل بدائله.
 - ٣- ملائمة الفقرة لطبيعة المكون المنضوية تحته.
 - ٤- إضافة أو حذف ما ترونه مناسباً من الفقرات
- علماً أن بدائل الاجابة المعتمدة في المقياس هي من نوع خماسي تمثل طبيعة الشخصية المتناغمة والتي هي: (تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ غالباً، تنطبق عليّ أحياناً، تنطبق عليّ نادراً، لا تنطبق عليّ ابداً)، وحدد الاوزان الآتية على التتابع (٥،٤،٣،٢،١).

ولكم جزيل الشكر والامتنان لتعاونكم لخدمة للبحث العلمي

الباحثة
هديل مهدي وهاب الياسري

المشرف
أ.د حيدر حسن اليعقوبي

اولا . التناغم الإيجابي الداخلي (تناغم الذات الشخصية الايجابية) هو القيمة الجوهرية والرئيسية في مسار تطور نمو الفرد في طريقة لتحقيق التناغم الشامل بصورة منطقية وواقعية، حيث يسعى الفرد دائماً لتحقيق اهدافه واشباع رغباته فهو يركز على تحقيق أفضل الإنجازات وليس على كثرتها مما يؤدي الى شعوره بالسعادة والنظر لذاته نظرة إيجابية للعيش في حياة صحية ومتنوعة (Motkov, ٢٠١٨, ٣١٦)

التعديل المقترح	الانتماء للمكون		درجة الوضوح		درجة الاهمية		الفقرات	ت
	غير منتبهاة	منتبهاة	غير واضحة	واضحة	غير مهمة	مهمة		
	<input type="checkbox"/>	١. اتخذ قراراتي بطريقة منطقية						
	<input type="checkbox"/>	٢. اتقبل نفسي في كل الظروف التي امر بها						
	<input type="checkbox"/>	٣. عندما اتعرض لضغوطات استطيع ان اتحكم بأنفعالاتي						

٤.	لدي توقعات عالية لتحقيق انجازات ونجاحات عظيمه	<input type="checkbox"/>					
٥.	أكون متفائلا في حياتي	<input type="checkbox"/>					
٦.	قمت بتنفيذ كافة الخطط التي وضعتها لهذا العام	<input type="checkbox"/>					
٧.	يكون لدي إحساس ممتع عندما اشاهد لوحة فنية	<input type="checkbox"/>					
٨.	أتمتع بحياة لطيفة وصحية	<input type="checkbox"/>					
٩.	أنا سعيد بنجاحي	<input type="checkbox"/>					
١٠.	لدي اراده عالية لتنفيذ خطط حياتي واهدافي	<input type="checkbox"/>					
١١.	افكاري وخططي من حياتي الواقعيه	<input type="checkbox"/>					
١٢.	اعتقد انني متصلح مع نفسي ولا الومها كثيرا	<input type="checkbox"/>					
١٣.	امارس انشطتي بشكل مستمر	<input type="checkbox"/>					
١٤.	أقبل ذاتي من دون تذمر	<input type="checkbox"/>					
١٥.	اعتقد انني صبور	<input type="checkbox"/>					
١٦.	اسعى الى ان اتعلم من اخطائي الماضية	<input type="checkbox"/>					
١٧.	اشعر بالرضا عن كل ما امر به	<input type="checkbox"/>					
١٨.	اسعى لجعل حياتي مشوقة	<input type="checkbox"/>					
١٩.	اشعر بالطمأنينة لان الأمور تسير بصالحي	<input type="checkbox"/>					
٢٠.	أقبل كافة الانتقادات على شكلي	<input type="checkbox"/>					

ثانيا: التناغم الخارجي (التناغم مع الاخرين الايجابي) هو المسار الثاني لنمو وتطور الفرد للوصول الى التناغم الشامل من خلال ارتباطه بالمتطلبات الخارجية للفرد (الاسرة، المجتمع، الطبيعة) فالفرد هنا يسعى لمساعدة الناس وكسب رضاهم واحترامهم فهو دائما ما يأخذ بزمام الأمور بالعمل ويطرح الأفكار الجديدة للتطوير للوصول الى الأداء الأمثل (Motkov, ٢٠١٨:٣١٧)

ت	الفقرات	درجة الاهمية		درجة الوضوح		الانتماء للمكون		التعديل المقترح
		مهمة	غير مهمة	واضحة	غير واضحة	منتمية	غير منتمية	
٢١.	أتمتع بعلاقات اجتماعية متوافقة	<input type="checkbox"/>						
٢٢.	اشعر بالرضا والسعادة مع عائلتي	<input type="checkbox"/>						
٢٣.	أحب رؤية المناظر الطبيعية	<input type="checkbox"/>						
٢٤.	أعتقد اني محبوب من الاخرين	<input type="checkbox"/>						
٢٥.	أحب الانضمام الى الجمعيات الخيرية	<input type="checkbox"/>						
٢٦.	أنا قلق بشأن الكوارث التي تتعرض لها البيئة	<input type="checkbox"/>						
٢٧.	أتمتع بروح المساعدة	<input type="checkbox"/>						
٢٨.	علاقاتي محترمة مع الذين اتعامل معهم	<input type="checkbox"/>						
٢٩.	أعتقد ان الاستماع الى الموسيقى شيء صحي	<input type="checkbox"/>						
٣٠.	اشعر اني قريب من زملائي	<input type="checkbox"/>						
٣١.	أقوم بطرح افكار جديدة اثناء عملي	<input type="checkbox"/>						
٣٢.	أنا مقتنع مع علاقاتي بأصدقائي	<input type="checkbox"/>						
٣٣.	أنال الاحترام والتقدير الاخرين في علاقاتي	<input type="checkbox"/>						

							الاجتماعية	
	<input type="checkbox"/>	اسعى ان اكون شخص مفيد في المجتمع	٣٤.					
	<input type="checkbox"/>	احب مساعدة الأصدقاء	٣٥.					
	<input type="checkbox"/>	احب مشاركة الاخرين يومياتهم	٣٦.					
	<input type="checkbox"/>	احترم المواعيد مهما كانت أهميتها	٣٧.					
	<input type="checkbox"/>	اشعر بالرضا عن ممتلكاتي	٣٨.					
	<input type="checkbox"/>	دراستي تحقق هدفي	٣٩.					
	<input type="checkbox"/>	لا اتأثر بتصرفات الأشخاص المزعجين	٤٠.					

ملحق رقم (٤)
الفقرات المعدلة من قبل المحكمين لمقياس الشخصية المتناغمة

ت	الفقرات قبل التعديل	الفقرات بعد التعديل
١٧	اشعر بالرضا عن كل ما امر به	انا راضي عن حياتي
١٨	اسعى لجعل حياتي مشوقة ومبهجة	اسعى لجعل حياتي مشوقة
٢٠	اتقبل كافة الانتقادات على شكلي	اتقبل نفسي حتى لو تعرضت لانتقادات على شكلي
٣٥	احب مساعدة الأصدقاء	اشعر ان تعاوني مع أصدقائي له قيمة كبيرة
٣٦	احب مشاركة الاخرين يومياتهم	أشارك الاخرين افراحهم واحزانهم
٣٨	اشعر بالرضا عن ممتلكاتي	راضٍ عما لدي من أشياء وممتلكات
٣٩	دراسني تحقق هدفي	اشعر ان دراسني تحقق طموحي
٤٠	لا اتأثر بتصرفات الأشخاص المزعجين	ليس من عادتي ان اغضب حتى وان أراد احد اثارتي

ملحق رقم (٥)
مقياس الشخصية المتناغمة بصيغته النهائية

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



عزيزي الطالب عزيزتي الطالبة
تحية طيبة

أضع بين يديك مجموعة من الفقرات التي تمثل بعض السلوكيات والمشاعر التي تنطبق عليك أو لا تنطبق، يرجى قراءتها بامعان وتحديد رأيك بكل فقرة، وذلك بوضع علامة (√) تحت واحدة من البدائل الموجودة أمام كل منها، والتي ترى إنها تنطبق عليك، وان الإجابة الصحيحة هي الإجابة التي تعبر عن رأيك بدقة. حاول عزيزي الطالب/ة أن لا تترك أي فقرة من الفقرات دون إجابة، علماً إن إجابتك لا يطلع عليها غير الباحثة وتستعمل لإغراض البحث العلمي، ولذا فلا داعي لكتابة الاسم، وفيما يلي مثال يوضح كيفية الإجابة.

المثال

ت	الفقرات	تنطبق دائماً	تنطبق غالباً	تنطبق أحياناً	تنطبق نادراً	لا تنطبق أبداً
١	اتخذ قراراتي بطريقة منطقية			√		

فإذا كانت الفقرة تنطبق عليك غالباً، ضع علامة (√) تحت البديل غالباً.

الرجاء تدوين المعلومات

• الجنس طالب طالبة
• التخصص: علمي إنساني

مع الشكر والتقدير لحسن تعاونكم

الباحثة
هديل مهدي وهاب الياسري

المشرف
أ.د. حيدر حسن اليعقوبي

ت	الفقرات	تتطبق دائماً	تتطبق غالباً	تتطبق احياناً	تتطبق نادراً	لا تتطبق ابداً
١	اتخذ قراراتي بطريقة منطقية					
٢	اتقبل نفسي في كل الظروف التي امر بها					
٣	استطيع ان اتحكم بإنفعالاتي عندما اتعرض لضغوطات					
٤	لدي توقعات عالية لتحقيق انجازات ونجاحات عظيمة					
٥	اكون متفائلاً في حياتي					
٦	قمت بتنفيذ كافة الخطط التي وضعتها لهذا العام					
٧	اتمعت بحياة مريحة وصحية					
٨	انا سعيد بنجاحي					
٩	اتقبل ذاتي من دون تدمير					
١٠	اعتقد انني صبور					
١١	اسعى الى ان اتعلم من اخطائي الماضية					
١٢	انا راضي عن حياتي					
١٣	اسعى لجعل حياتي مشوقة					
١٤	اشعر بالطمأنينة لان الأمور تسير بصالحي					
١٥	اتقبل نفسي حتى لو تعرضت لانتقاد على شكلي					
١٦	اتمعت بعلاقات اجتماعية متوافقة					
١٧	اشعر بالرضا والسعادة مع عائلتي					
١٨	اعتقد اني محبوب من الآخرين					
١٩	احب الانضمام الى الجمعيات الخيرية					
٢٠	اشعر اني قريب من زملائي					
٢١	اتمعت بروح المساعدة					
٢٢	علاقاتي محترمة مع الذين اتعامل معهم					
٢٣	اعتقد ان الاستماع الى الموسيقى الهادئة شيء صحي					
٢٤	اقوم بطرح افكار جديدة اثناء عملي					
٢٥	انال الاحترام والتقدير الآخرين في علاقاتي الاجتماعية					
٢٦	اسعى ان اكون شخص مفيد في المجتمع					
٢٧	اشترك الآخرين افراحهم واحزانهم					
٢٨	راضٍ عما لدي من اشياء وممتلكات					
٢٩	اشعر بأن دراستي تحقق طموحي					
٣٠	ليس من عادتي ان اغضب حتى وان اراد احد اثارني					

ملحق رقم (٦)
مقياس مهمات الحياة بصيغته الاولية

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



استبانة آراء المحكمين والمختصين لصلاحية فقرات
مقياس مهمات الحياة (life Tasks)

الأستاذ الفاضل الدكتور..... المحترم تحية طيبة.
تروم الباحثة إجراء البحث الموسوم بـ (الشخصية المتناغمة وعلاقتها بمهمات الحياة لدى طلبة الجامعة)، ولقياس متغير مهمات الحياة (life Tasks)، وبعد الإطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة المتعلقة بالموضوع، لم تجد الباحثة مقياساً يتناسب مع العينة (طلبة الجامعة) ومع أهداف البحث الحالي. لذا قامت ببناء المقياس بالإعتماد على نظرية (Cantor, 2013) وتعرف مهمات الحياة: هي اساليب يقوم بها الافراد للتعامل على تنمية انماط متماسكة وظيفيا للتفكير والمشاعر والجهد ويعملون على تجديد سياقات متابعة المهمات في متى وكيف وابن تتم اية مهمة بنجاح؟ وتعطي هذه الاستراتيجيات معنى لنشاطات الافراد وتوجهاتهم وتنظيمها مثل كيفية اقامة علاقات معينة او التنبؤ بالاحداث السيئة وما يترتب من نتائج للاحداث (Cantor, 2013, p.80) ولقد أظهرت نانسي كانتور (1995 Nancy Cantor) كيف إن الإدارة الناجحة لمهمات الحياة تتطلب ذكاء اجتماعيا من خلال هذه الاساليب هي

- ١_ الدعم الاجتماعي Social support
 - ٢_ التشاؤم الدفاعي Defensive pessimism
 - ٣_ التركيز على النتيجة Focus on the result
- ولأنكم من ذوي الخبرة والتخصص في هذا المجال، توّد الباحثة الإستشارة بآرائكم السديدة، لذا يرجى من شخصكم الكريم بيان رأيكم عن طريق تحقيق الاتي:-
- ١- أهمية الفقرة بالنسبة لتعلقها بالمكون وبدائله.
 - ٢- وضوح الفقرة لقياس ما وضعت لقياسه وتمثيل بدائله.
 - ٣- ملائمة الفقرة لطبيعة المكون المنصوية تحته.
 - ٤- إضافة أو حذف ما ترونه مناسباً من الفقرات
- علماً أن بدائل الاجابة المعتمدة في المقياس مهمات الحياة لدى طلبة الجامعة هي من نوع خماسي هي: (تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ غالباً، تنطبق عليّ أحياناً، تنطبق عليّ نادراً، لا تنطبق عليّ ابداً)، وحدد الاوزان الآتية على التتابع (١,٢,٣,٤,٥) ولكم جزيل الشكر والامتنان لتعاونكم خدمة للبحث العلمي.

المشرف: أ.د حيدر حسن اليعقوبي
الباحثة: هديل مهدي وهاب الياسري

فقرات المقياس
اولا : **القيود الاجتماعية Social support**: هي أسلوب الحصول على الدعم والإسناد للتغلب على القلق واخذ التوجيهات والاستشارة من أشخاص آخرين والنظر اليهم عند اتخاذ قرارات مهمة والبقاء بعيدا وترك الآخرين في حالة تسببهم بمشكلات (Cantor, 1999, p399)

ت	الفقرات	درجة الأهمية		درجة الوضوح		الانتماء للمكون		التعديل المقترح
		مهمة	غير مهمة	واضحة	غير واضحة	منتمية	غير منتمية	
١.	اتجنب اتخاذ القرار دون مراجعة الآخرين	<input type="checkbox"/>						

٢.	استشير زملائي في حل المشاكل التي تواجهني	<input type="checkbox"/>					
٣.	اشعر بوجود دعم لي في حال مواجهتي للخطر	<input type="checkbox"/>					
٤.	احب ان ابقى على تواصل مع الاخرين	<input type="checkbox"/>					
٥.	اتغلب على حالات القلق التي تنتابني بمساعدة أصدقائي	<input type="checkbox"/>					
٦.	استمع لنقد زملائي حتى اطور نفسي	<input type="checkbox"/>					
٧.	عندما اتخذ قراراتي استفيد من توجيهات الاخرين	<input type="checkbox"/>					
٨.	لا احب المشاكل مع الأصدقاء	<input type="checkbox"/>					
٩.	الأمر التي تزعجني أتحدث عنها للاخرين	<input type="checkbox"/>					
١٠.	اتأثر بأقوال الاخرين	<input type="checkbox"/>					
١١.	ما خاب من استشار	<input type="checkbox"/>					
١٢.	احب مشاركة الدراسة مع أصدقائي	<input type="checkbox"/>					

ثانياً : التشاؤم الدفاعي **Defensive pessimism** هو أسلوب توقع حدوث الاسوء وإدارة القلق في أوقات الشدة والتهيؤ للحدوث والمشكلات لمنع المفاجئة والابتعاد عن خيبة الامل. (Cantor, 1990, p400)

ت	الفقرات	درجة الأهمية		درجة الوضوح		الانتماء للمكون		التعديل المقترح
		مهمة	غير مهمة	واضحة	غير واضحة	منتمية	غير منتمية	
١٣.	عندما اتعرض لموقف صعب في مكان ما فأني ابتعد عنه	<input type="checkbox"/>						
١٤.	مستعداً لإصلاح الأخطاء التي فعلتها	<input type="checkbox"/>						
١٥.	أشعر بالاستعداد في حالة دفاع لمواجهة الأمور الطارئة	<input type="checkbox"/>						
١٦.	أتوقع انا وعائلتي سوف نمر بخلافات مستقبلاً	<input type="checkbox"/>						
١٧.	اتعرض لانتقادات من زملائي لانني متشائم	<input type="checkbox"/>						
١٨.	اشعر اني سوف افشل في الامتحان	<input type="checkbox"/>						
١٩.	اضع في توقعاتي صعب ان تجري اموري بصورة طبيعية	<input type="checkbox"/>						
٢٠.	أفكر بأن هناك أمور سيئة ستحدث لعائلتي	<input type="checkbox"/>						
٢١.	اقلق من الأمور التي يصعب تنفيذها	<input type="checkbox"/>						
٢٢.	أخاف عبور الطريق من الحوادث	<input type="checkbox"/>						
٢٣.	اعتقد اني عندما اكبر في السن سوف اقاطع الاخرين	<input type="checkbox"/>						
٢٤.	اتعرض لضغوطات دراسية	<input type="checkbox"/>						

ثالثاً : التركيز على النتيجة **Focus on the result** هي اساليب لإدارة الفشل في متابعة نتائج مهمة معينة والسعي الى متابعتها خارج السياقات الاعتيادية (أي سياقات ليست ملائمة للمهمة) من أجل انجاز نتائج جيدة وتجنب النتائج السيئة. (Cantor, 1990, p401)

ت	الفقرات	درجة الأهمية		درجة الوضوح		الانتماء للمكون		التعديل المقترح
		مهمة	غير مهمة	واضحة	غير واضحة	منتمية	غير منتمية	
٢٥.	احب ان اسمع تجارب الاخرين السابقة لكي اتعلم منها	<input type="checkbox"/>						
٢٦.	يعتقد الاخرون اني اتمتع بذكاء في معاملتي معهم	<input type="checkbox"/>						
٢٧.	اعرف اني سوف اتوصل لحل هذه المهمة مهما كانت الظروف	<input type="checkbox"/>						

	<input type="checkbox"/>	الخبرة السابقة تلعب دور في نجاح الأهداف	٢٨					
	<input type="checkbox"/>	اواجه المشاكل الصعبة بكل عزيمة وإصرار	٢٩					
	<input type="checkbox"/>	اخذ اجازته بعد كل مهمة أقوم بها لكي ارتاح	٣٠					
	<input type="checkbox"/>	اشعر بعدم الراحة عندما اخطط لمهمة ولا تكتمل	٣١					
	<input type="checkbox"/>	المواقف والصعبة تثبت لنا طبيعة الأشخاص الذين من حولنا	٣٢					
	<input type="checkbox"/>	أخذ مبدأ الغاية تبرر الوسيلة	٣٣					
	<input type="checkbox"/>	انا مستعد لكافة الظروف ولازمات	٣٤					
	<input type="checkbox"/>	اشعر اني اتوافق مع أفكار الآخرين الذين لديهم نفس الميول	٣٥					
	<input type="checkbox"/>	ابتعد عن كل شيء حل مسألة دراسية	٣٦					

ملحق رقم (٧)
تعديل الفقرات لمقياس مهمات الحياة من قبل المحكمين

ت	الفقرات قبل التعديل	الفقرات بعد التعديل
٨	لا احب المشاكل مع الأصدقاء	ابتعد عن المشاكل التي تحدث بين الأصدقاء
٩	الأمر التي تزعجني أتحدث عنها للآخرين	اشارك اموري التي تزعجني مع الآخرين
١٠	اتأثر بأقوال الآخرين	اتأثر بأراء الآخرين بشكل كبير
١١	ما خاب من استئثار	انا اتفق مع عبارة (ما خاب من استئثار)
١٢	احب مشاركة الدراسة مع أصدقائي	اشعر بالمتعة بمشاركة الأنشطة الدراسية مع أصدقائي
٢١	أقلق من الأمور التي يصعب تنفيذها	اشعر بالقلق على الأمور التي يصعب تنفيذها
٢٢	أخاف عبور الطريق من الحوادث	عندما اعبر الطريق أفكر في ان حادثا سوف يحصل لي
٢٣	اعتقد اني عندما اكبر في السن سوف اقاطع الآخرين	اعتقد اني سوف اقاطع الآخرين خوفا من المشاكل
٢٤	اتعرض لضغوطات دراسية	اتعرض لضغوطات شديدة في دراستي
٣٥	اشعر اني اتوافق مع أفكار الآخرين الذين لديهم نفس الميول	احب الحديث مع الأشخاص الذين تتوافق افكاري معهم
٣٦	ابتعد عن كل شيء في حل مسألة دراسية	ابتعد عن مشتتات الانتباه في حل مسألة دراسية

ملحق رقم (٨)
مقياس مهمات الحياة بصيغته النهائية

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



عزيزي الطالب عزيزتي الطالبة
تحية طيبة

أضع بين يديك مجموعة من الفقرات التي تمثل بعض السلوكيات والمشاعر التي تنطبق عليك أو لا تنطبق، يرجى قراءتها بامعان وتحديد رأيك بكل فقرة، وذلك بوضع علامة (√) تحت واحدة من البدائل الموجودة أمام كل منها، والتي ترى إنها تنطبق عليك، وان الإجابة الصحيحة هي الإجابة التي تعبر عن رأيك بدقة. حاول عزيزي الطالب/ة أن لا تترك أي فقرة من الفقرات دون إجابة، علماً إن إجابتك لا يطلع عليها غير الباحثة وتستعمل لإغراض البحث العلمي، ولذا فلا داعي لكتابة الاسم، وفيما يلي مثال يوضح كيفية الإجابة.

المثال

ت	الفقرات	تتطبق دائماً	تتطبق غالباً	تتطبق أحياناً	تتطبق نادراً	لا تتطبق أبداً
١	اتخذ قراراتي بطريقة منطقية			√		

فإذا كانت الفقرة تنطبق عليك غالباً، ضع علامة (√) تحت البديل غالباً.
الرجاء تدوين المعلومات

• الجنس طالب
• التخصص: علمي

طالبة
إنساني

مع الشكر والتقدير لحسن تعاونكم

المشرفة
هديل مهدي وهاب الياسري

المشرف
أ.د حيدر حسن اليعقوبي

ت	الفقرات	تنطبق دائما	تنطبق غالبا	تنطبق احيانا	تنطبق نادرا	لا تنطبق ابدا
١	اتجنب اتخاذ القرار دون مراجعة الاخرين					
٢	استشير زملائي في حل المشاكل التي تواجهني					
٣	احب ان ابقى على تواصل مع الاخرين					
٤	اتغلب على حالات القلق التي تتناوبني بمساعدة أصدقائي					
٥	استمع لنقد زملائي حتى اطور نفسي					
٦	أشارك اموري التي تزعجني مع الاخرين					
٧	ابتعد عن المشاكل التي تحدث بين الأصدقاء					
٨	اتأثر بأراء الاخرين بشكل كبير					
٩	انا اتفق مع عبارة (ماخاب من استشار)					
١٠	اشعر بالمتعة بمشاركة الأنشطة الدراسية مع أصدقائي					
١١	عندما اتعرض لموقف صعب في مكان ما فاني ابتعد عنه					
١٢	مستعدا لأصلاح الأخطاء التي فعلتها					
١٣	اشعر بالاستعداد في حالة دفاع لمواجهة الأمور الطارئة					
١٤	أتوقع انا وعائلتي سوف نمر بخلافات مستقبلا					
١٥	اضع في توقعاتي ان اموري لا تجري بصورة صحيحة					
١٦	اتعرض لانتقادات من زملائي لأنني متشائم					
١٧	اشعر اني سوف افشل في الامتحان					
١٨	أفكر بأن هناك أمور سيئة ستحدث لعائلتي					
١٩	اشعر بالقلق على الأمور التي صعب تنفيذها					
٢٠	عندما اعبر الطريق أفكر في ان حادثا سوف يحصل لي					
٢١	يعتقد الاخرون اني اتمتع بذكاء في معاملتي معهم					
٢٢	اعرف اني سوف اتوصل لحل هذه المهمة مهما كانت الظروف					
٢٣	الخبرة السابقة تلعب دور في نجاح الأهداف					
٢٤	اشعر بعدم الراحة عندما اخطط لمهمة ولا تكتمل					
٢٥	المواقف الصعبة تثبت لنا طبيعة الأشخاص الذين من حولنا					
٢٦	اتخذ مبدأ الغاية تبرر الوسيلة					
٢٧	انا مستعد لكافة الظروف والأزمات					
٢٨	احب الحديث مع الأشخاص الذين تتوافق افكاري معهم					
٣٩	الكرم ومساعدة الاخرين يشعرنني بالراحة					
٣٠	ابتعد عن مشتتات الانتباه في حل مسألة دراسية					

Abstract:

The current study tries to identify the harmonious personality to university students, as well Life's Task to University Students and the relation between them; besides, knowing the extent of tasks' participation in the harmonious personality to university students. The researcher limited the adopted definitions, the theoretical framework, and the previous studies engaged.

To achieve this aim, the researcher built the harmonious personality measurement to check the standard aspects represented by the statistical analysis indicators and truth of stability of the standard in accord with Motkove O.I. theory concerning the harmonious character.

The final form of the standard consists of 10 items and the external positive harmony which is about 10 items. In front of each item, there is fivefold scaled to answer, these are: always applicable (5 marks), often applicable (4 marks), sometimes applicable (3 marks), rarely applicable (2 marks), never applicable (1 mark). Thus, the highest degree that the respondent can get, based on the measurement items is 100 marks, while the lowest degree one can get is 20 marks and the hypothetical medium of measurement is 60 marks. Hence, those who get degrees higher than 60 have a harmonious personality and those who get lower degrees do not have a harmonious personality.

Then, measurement of life's task was designed in accord with theory of Cantor N. in the life's task. The measurement consists of 30 items; In front of each item, there is fivefold scaled to answer, these are: always applicable (5 marks), often applicable (4 marks), sometimes applicable (3 marks), rarely applicable (2 marks), never applicable (1 mark). They are distributed into 3 tasks as the following:

1. Thinking task to decompose social obstacles have 10 items: the highest degree that a respondent can get after answering the measurement items is 50 and the lowest degree that one can get is 20, while the hypothetical medium of measurement is 30 marks.

2. The pessimism feeling task to solve problems having 10 items: the highest degree that a respondent can get after answering the measurement items is 50 and the

lowest degree that one can get is 10, while the hypothetical medium of measurement is 30 marks.

٢. The designed schedule, which focused on the result with 10 marks: the highest degree that a respondent can get after answering the measurement items is 30 and the lowest degree that one can get is 10, while the hypothetical medium of measurement is 30 marks.

٤. Measurement of life's tasks includes 30 items: the highest degree that a respondent can get after answering the measurement items is 100 and the lowest degree that one can get is 30, while the hypothetical medium of measurement is 60 marks.

Herself conducted the application and distributed the paper questionnaire form to all the individuals of the sample represented by Kerbala university students in Fraiha and Al Muwedfean Quarter campuses where the data were analyzed by statistical package for the social sciences (spss), and the following results were drawn:

- The university students have a harmonious personality.
- The individuals' statistical differences refer that the university male students tend to the external harmony whereas university female students have more harmony than the males and the male students of the human specialization are more harmonious in their characters than the scientific specialization.
- University students practice life tasks.
treatment than the females and the male students of the human specialization are more harmonious in their personalities than the scientific specialization in practicing life tasks.
- There is a relation between the harmonious personality and life tasks.
- There is a contribution in both the harmonious personality and life tasks.
- There is a percentage of contribution to the feelings task first and the thinking task second to the harmonious personality

Ministry of Higher Education and Scientific Research
Kerbala University
College of Education for Human Sciences
Department of Educational and Psychological Sciences
Postgraduate/Master's studies



The harmonious personality and its Relation with Life's Task to University Students

By:
Hadeel Mahdi Wahhab Al Yasiri

A Thesis Submitted to the Council of College of Education for
Human Sciences / Kerbala University as a Partial Fulfillment for
the Requirements of Master Degree in Educational Psychology

The supervisor:
Prof. Dr. Haider Hassan Abd Ali Al Yaqubi

(A.D. – ٢٠٢٤)

(A.H. – ١٤٤٥)