

الصبر لدى المرشدين التربويين

أمل ماجد كريم القزويني
جامعة القادسية / كلية الآداب

أ.م. د أحمد عبد الكاظم جوني
جامعة القادسية / كلية الآداب

Patience among Educational Counselors

As.pr Dr. Ahmed Abdulkadhim Johnni
Karim Al-Qazwini
College of Arts - Al-Qadisiyah University
Qadisiyah University

Amal Majid

College of Arts - Al-

As.Pr.Dr.Ahmed Abdulkadhim Johnni , college Arts, university Al –Qadisiyah ,

Ahmed.johnni@qu.edu.iq

المستخلص

سعى الباحثان للتعرف الى الصبر لدى المرشدين التربويين بوضع مجموعة من الاهداف تمثلت بمعرفة :

١.الصبر لدى المرشدين التربويين.

٢. دلالة الفروق الإحصائية في الصبر لدى المرشدين التربويين على وفق متغيري الجنس (ذكور ، إناث) ، والمدرسة (ابتدائي ، ثانوي) .

من أجل تحقيق أهداف البحث قام الباحثان ببناء مقياس الصبر الذي تألف بصورته النهائية من (٢٩) فقرة ، وبعد التحقق من صدقه وثباته وتحليل فقراته إحصائياً على عينة البحث البالغة (٣٠٠) مرشد ومرشدة أختيرو بالطريقة الطبقية العشوائية وبالأسلوب المناسب ، وصل البحث الى النتائج الآتية :

١. أن المرشدين التربويين يتصفون بالصبر .

٢. عدم وجود فروق دالة إحصائية في الصبر على وفق متغيري الجنس (ذكور ، إناث) ، والمدرسة (ابتدائي ، ثانوي) .

Aostrat

Patience among Educational Counselors by establishing a number of goals ,which they did by:

1- Patience among educational counselors.

2- Significance of statistical differences in patient outcomes among educational counselors according to sex and school.

In order to achieve the objectives of the research, the researcher built the patience scale according to the model (2003) Dudley, as the scale consisted in its final form of (29) items . It was validated and statistically analyzed on a sample of (300) male and female mentors using the random stratified method. The research produced several results:

1. Educational counselors are patient.

2. There are no statistically significant differences in patience according to gender (male, female) and school (primary, secondary).

▪ مشكلة البحث :

إن نجاح العملية التربوية يكون على أكمل صورته مع وجود مرشد تربوي فعال لكونه يُعد طرفاً رئيسياً في المنظومة التربوية عن طريق ما يقوم به من أدوار مختلفة مع الطلبة وزملاء العمل والمدير ، وكل هذا يتطلب منه أن يتصف بخصائص وسمات شخصية فعالة.

غير أن الدراسات التي تناولت المرشدين التربويين ومنها دراسة (Annie,2003) أكدت أن فعالية المرشدين التربويين تختلف من مرشد تربوي لآخر لكونها تعتمد على ما يمتلكه المرشد التربوي من خصائص شخصية ومهارات إرشادية تؤدي إلى نجاحه أو إخفاقه في مهنته (Annie,2003:25)

هذا ما أكدته نتائج بعض الدراسات النفسية حين أشارت نتائجها إلى أن هناك ضعفاً في الأداء العلمي للمرشدين التربويين ، فبعضهم في الغالب غير قادرين على أداء مهامهم الإرشادية بكفاءة خاصة في مجال استخدام فنيات الإرشاد التربوي الجيد (عقل ، ٢٠٠٠ : ٢٠٣).

في الصدد نفسه يرى ليبيرمان وآخرون (٢٠٠٧) أن الكثير من مشكلات ضعف الأداء للأفراد يتعلق بنفاد الصبر الذي يعوق تطوير التفاعلات الإنسانية المختلفة ويقلل من نجاحها (ليبيرمان ، ٢٠٠٧ : ٣٥٣)، وهذا ما أكدته نتائج دراسة العكيدي (٢٠١٩) التي بينت أن نفاد الصبر يسبب حالة من القلق عند المرشدين التربويين مما يعيق قدرتهم على القيام بمهامهم من جانب ، ومن جانب آخر يؤثر في حياتهم وسلوكياتهم اليومية (العكيدي ، ٢٠١٩ : ٧).

وقد أشار ميشيل وآخرون (Mischel et al,1988) إلى أن الصبر يتأثر تأثيراً مباشراً بانخفاض مستوى إرادة الفرد (دافعية) ، وتظهر تأثيرات ضعف الإرادة هذه في قدرات الفرد على اتخاذ القرارات ، والنشاطات الاجتماعية والالتزام بالمعايير الأخلاقية والقدرة على ضبط النفس (Mischel et al,1988:667).

■ أهمية البحث :

للمرشد التربوي أهمية بصفته الفرد المؤهل للقيام بمهام الإرشاد والتوجيه للطلبة في المدرسة ، عليه يجب أن يكون المرشد ذا كفاءة ومهارة في عمله من حيث كيفية جمع المعلومات عن الطلبة التي تساعد للوصول إلى النتائج والحلول المناسبة لحل المشكلات التي يعاني منها الطلبة ، وهكذا تبدو مهنة المرشد التربوي مهنة أمانه وصبر على مواجهة وتجاوز الصعوبات ، ويتطلب إنصاف القائم بها بسمات شخصية وفضائل إنسانية تساعد على التحمل والتعامل معها بإيجابية ، ومن هذه السمات هي سمة الصبر . (حيدر وسعيد ، ٢٠٠٧ : ٧).

فالصبر من أهم سمات الشخصية التي ترتبط برفاهية الفرد ، والقدرة على التكيف وتحدي الصعوبات والميل لتأجيل وتحقيق الأهداف حتى إتاحة الفرصة المناسبة ويمكن عَد الصبر إحدى الاستراتيجيات الفعالة التي تساعد الفرد على التعامل بأيجابية مع ضغوط الحياة المختلفة. (Schnitker ,2010 : 6) .

وقد إهتمت العديد من دراسات علم النفس الإيجابي في القرن العشرين بدراسة الصبر لكونه من السمات الإيجابية لدى الأفراد ويظهر في ضوء إستجابة الفرد على تحمل ضغوط الحياة اليومية وتأجيل إشباع الحاجات الآنية ، من أجل الحصول على مكافآت مستقبلية ، ووجد الباحثون أن هذه السمة تظهر منذ السنوات الأولى من عمر الأفراد ، وتتطور بتأثير الظروف الأسرية والبيئية. (Funder &Block,1989:104)

إن الصبر إحدى الفضائل الضرورية للتوافق النفسي ومواجهة تحديات الحياة والتي تساعد على التكيف مع الصعوبات التي لا نستطيع حلها في الوقت الحاضر والنظر الى المُستقبل من أجل الحصول على الرضا عن الحياة والتقاؤل وبهذا يساهم الصبر في إتخاذ القرارات بشكل جيد ويزودنا بالصلابة النفسية والقوة وعدم الضعف أمام مغريات الحياة وعدم اتخاذ القرارات السريعة والقدرة على ضبط الذات والالتزام بالمعايير الاجتماعية حتى تحقيق الهدف.(Dudley,2003:5)

وهذا ما أكدته Ryan(2003) في دراستها أن سمة الصبر لها علاقة بكل من المتعة والهناء الذاتي للفرد وتشير الى تمتع الفرد بمعدل أعلى من السعادة، والسرور ومعدل اقل من المشاعر السلبية، كون الصبر يمنح الفرد القدرة على تحمل المعوقات والمصاعب التي تواجهه، مثل الفشل في العمل، او خيبة الامل، او الإصابة بإعاقة وذلك بالاستجابة لحالة من الرضا والتفاؤل (Ryan,2003:4)

من جانب آخر، يمثل الصبر قوة معرفية إنفعالية سلوكية، تتضمن قوة الإقدام مقابل الإحجام، ومن خلاله لايبالي الفرد لمواقف الحياة الإيجابية والسلبية التي تواجهه، فيظهر في كل من الحالتين ضبط النفس، وتحمل المشاق (حسين، ٢٠١٦: ٣٩٨).

إن الصبر بصورة عامة يعبر عن القدرة، على تحمل الظروف الصعبة والتعامل مع المشاكل بهدوء ومرونة و مواجهة المواقف الضاغطة دون الشعور بالتوتر والملل فإنه يدل على الإرادة القوية، والحياة المتوازنة، والمعرفة الذاتية العامة ومسار الحياة الايجابية، وهذا يتبين بإظهار المقاومة للمشاكل التي تسيطر على العمليات المعرفية، والرغبة في تحمل الصعوبات والعمل على مواجهتها. (Seyhan,2015:122)

ولما كان للصبر تأثير مهم على عملية التفكير، والعاطفة والسلوك البشري، في هذا السياق يعتقد أن تنوع الأبحاث حول مفهوم الصبر سيساهم في تقييم أكثر دقة لهذه العملية. (Dogan&Gulmez,2014:263)

وأظهرت الدراسات أن التدريب على الصبر له آثار إيجابية على جوانب أخرى من الحياة مثل التحكم او الاعتدال أو الحد من السلوك العنيف والتحكم في الإنفاق والمثابرة، ويعتقد أن أنقان ضبط النفس يحقق العديد من النتائج الإيجابية وقد يسمح لنا أيضاً بتجربة أشياء قد نعتقد أنها صعبة أو مستحيلة. (Baumesi tar&tierney,2011:85)

إن البحث الحالي يستهدف التعرف الى مفهوم الصبر لدى المرشدين التربويين فإن أهمية هذا البحث تظهر في الجوانب الآتية :

-هناك دراسات اجنبية كان لها اهتمام واضح بالبحث في مفهوم الصبر وارتباطه بمتغيرات أخرى، إلا أن هذا المفهوم لم ينل اهتمام الدراسات المحلية والعربية -على حد علم الباحثين - وبهذا قد يسهما بدراسته في تقديم إضافة جديدة للمجلتين المحلية والعربية .

-يعد مرجعاً للباحثين، بما يوفره من أدوات لقياس المتغير وبذلك يشكل خطوة تسهل إجراء بحوث لاحقة في المؤسسات التربوية والبحثية .

أهداف البحث :

يستهدف البحث الحالي التعرف إلى :

١. الصبر لدى المرشدين التربويين .
٢. دلالة الفروق الإحصائية في الصبر لدى المرشدين التربويين على وفق متغيري الجنس (الذكور، الاناث)، والمدرسة (ابتدائي، ثانوي)

حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بالمرشدين التربويين في المدارس الابتدائية والثانوية من محافظة بابل من الذكور والإناث للعام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢٣

تحديد المصطلحات :

عرفه كل من:

- (Mehrabian, 1999) ميل الفرد للتمهل والتأني، والصمود، وضبط النفس، والقدرة على تحمل الصعوبات من أجل تحقيق هدف يرغب في تحقيقه (Mehrabian, 1999: 223).

- (Dudley, 2003) إمكان الفرد تأجيل إشباع هدف ما، وقدرته على إدارة هذا التأجيل (من أجل تحقيق أفضل إنجاز أو تغيير الهدف) وتحمل مسؤولية تأجيله ومواجهة قلق نفاذ الوقت مع إدراك أهميته، والتحكم بانفعالاته والتروي بدلاً من التفكير بالعواقب السلبية لهذا التأجيل (Dudley, 2003: 2).

التعريف النظري :

تبنى الباحثان تعريف (Dudley, 2003) تعريفاً نظرياً، لبحثهما وذلك لاعتمادهما على النموذج النظري في بناء مقياس الصبر وتفسير النتائج .

التعريف الاجرائي :

الدرجة الكلية التي حصل عليها (المرشد) عند إجابته عن فقرات مقياس الصبر الذي تم بناؤه لأغراض البحث الحالي

المرشد التربوي: Educational Counselor

أحد أعضاء هيئة التدريس مؤهل لدراسة مشكلات الطلبة التربوية والصحية والاجتماعية والسلوكية، عن طريق جمع المعلومات التي تتصل بهذه المشكلات سواء أكانت هذه المعلومات متصلة بالطالب أو البيئة المحيطة به لغرض تبصيره بمشكلاته ومساعدته على أن يفكر في الحلول المناسبة لهذه المشكلة التي يعاني منها وإختيار الحل المناسب الذي يرضيه لنفسه " (وزارة التربية، ١٩٨٨: ١٠) .

■ الصبر Patience

■ المفهوم :

منذ عهد الفلاسفة كانت هناك دعوات لأهمية تنمية الصبر كصفة شخصية مرغوب فيها، إذ رأى أرسطو (٣٨٤-٣٢٢ ق.م) في الصبر فضيلة تعتمد في تطورها على الصفات الإيجابية الأخرى ليكمل بعضها بعضاً، على سبيل المثال عند التعامل مع الرغبات والعواطف يجب عدم تجاهل الصبر بل يجب أخذه بالحسبان في التوازن الصحيح، وفي عملية صنع القرار العقلاني، إذ يؤكد أرسطو أنه عندما تتفوق هذه السمات (الفضائل) تبنى الشخصية وفق منظومة أخلاقية وقيمية (٧٧) : Khormaei et al., 2015 حتى أخذ الفلاسفة فيما بعد يرون في الصبر قوة فاعلة ذات تأثيرات نفسية ومنطقية وإيجابية مختلفة، أن هذه السمة (الصبر) تجعل الاعراض النفسية السلبية منخفضة، وهذا ما أكدته (إيمانويل كانط ١٧٢٤-١٨٠٤م) عندما أشار إلى أن الصبر يرتبط بالتكيف الإيجابي والفضائل الإيجابية الأخرى ومنها الرفاهية والسعادة (جروسمان، ٢٠١٥: ١١٢) بل أخذ ينظر إلى الصبر كشكل من أشكال قوة الإرادة التي تعني القدرة على التصرف واستعمال العقل للتغلب على الرغبات والدوافع غير المرغوبة والقيود النفسية الداخلية والقيود الخارجية التي قد تمنع الفرد من تحقيق الاهداف التي يحددها لنفسه. (Wivestad, 2013: 55)

وفي مجال البحوث النفسية ركز الباحثون على تحديد الصفات المميزة للأفراد الذين يتسمون بالصبر، وفي هذا الصدد أشار فاندر وآخرون (Funder et.al, ١٩٨٩) إلى أن الذين يتسمون بالصبر تكون لديهم قدرة مرتفعة على ضبط الذات، ومرونة في استيعاب الضغوط ومشكلات الآخرين ومن ثم التوافق معها من خلال استعمال استراتيجيات ناجحة لحلها بصورة

نهائية مثل استعمال استراتيجية التركيز على المشكلة ، واستراتيجية توليد الحلول والبدائل الفاعلة في حل المشكلة ، واستراتيجية التعاون وتجنب الخلافات ، واستراتيجية تعديل المزاج (Funder, et al.,1989: ١١٩٩).

فيما أشار كل من فاو لير وكام (Fowler& Kam ٢٠٠٦) إلى أن الأفراد الصبورين يتسمون بمجموعة من الخصائص المميزة التي تمنحهم القوة والشجاعة في تحمل أعباء الحياة ، إذ أشارا فاو لير وكام إلى أن من أكثر الصفات المميزة للأفراد الصبورين ، هي: نفاذ البصيرة نحو رؤية المنافع والنتائج المستقبلية والحكمة والتفكير بنتائج الأحداث قبل الأقدام عليها ، والوعي الذاتي والتأمل والذكاء الإنفعالي والاجتماعي ومواجهة المواقف الضاغطة (Fowler& Kam,2006:113).

النموذج النظري المفسر لمفهوم الصبر : نموذج (Dudley 2003) أفترضت دودلي أن الصبر سمة شخصية تكون دالة للعمليات والنتائج المعرفية والإنفعالية والسلوكية الإيجابية ، وبالتالي تظهر كاستجابة لتأجيل الإشباع أو تحقيق الهدف ، كون الصبر يعتمد على الكيفية التي يُقيم بها الفرد رد الفعل عند التأجيل ، والذي يشمل القدرة على ضبط النفس، والمعايير الاجتماعية والقدرة على تغيير الاهتمامات ، كل ذلك من شأنه أن يدفع بالفرد إلى الصبر، وفي حالة غياب التحكم الذاتي والمعايير الاجتماعية ، والقدرة على تغيير الاهتمامات ، سوف ينقاد الفرد الى مظاهر نفاذ الصبر ؛ فالصبر لايشتمل على المسؤولية عن التأجيل والإستجابة لهذا التأجيل فقط ، بل يشتمل أيضاً على الاستجابات السلوكية والعاطفية ، ذلك أن الأفراد القادرين على التنظيم الذاتي تكون لديهم إستجاباتهم السلوكية والمعرفية من خلال التفكير في شيء آخر، أو إعادة النظر في الموقف الحالي بطريقة جديدة ، وكذلك تظهر الإستجابات العاطفية مع الحالات التي تظهر الصبر في استجابة الهدوء ، اما الحالات التي تظهر نفاذ الصبر على سبيل المثال ، ما يظهره غير الأسوياء من إستجابات عاطفية مثل النوم والغضب . (Azam,2015:170).

أكدت دودلي (٢٠٠٣) ، ان الصبر ليس مجرد القدرة على تأجيل الاشباع ، فالقدرة على التنازل عن مكافأة حالية لأجل مكافأة مستقبلية تبدو مرادفة للصبر للوهلة الأولى ومع ذلك فإن الصبر لا يماثل تأجيل الإشباع ، حيث ان التأجيل عادة ما ينطوي تأخير الإشباع على خيار واضح بين إختيار مكافأة صغيرة الآن مقابل مكافأة أكبر لاحقاً ، وعلى العكس من ذلك فإن الصبر لا ينطوي دائماً على ذلك التأخير . (Rozi,2020:348).

من جانب آخر وجدت دودلي (٢٠٠٣) ان هناك الصبر يختلف عن القدرة على ضبط الذات فالفرد قد لا يكون لديه سمة الصبر ، ولكن لديه قدرة على ضبط الذات ؛ فعلى الرغم من هذه السمات تبدو متشابهة جداً لكنها ليست كذلك ، فالفرد الصبور يمكن ان يتسامح مع الامور دون ان يغضب في حين أن الفرد الذي يتصف بالقدرة على ضبط الذات يستطيع السيطرة على إنفعالاته في المواقف التي تتطلب منه أن يكون منفعلاً ، لكونه يمتلك القدرة على ضبط نفسه ؛ ومع هذا يُعد ضبط الذات آلية اساسية للصبر ، حيث ان الكثير من الإستراتيجيات التي تستعمل لتعزيز ضبط ضبط الذات هي ذاتها الإستراتيجيات التي تستعمل في تنمية سمة الصبر (Fadilah & Abd Madjid,2020:101).

وقد توصلت دودلي (٢٠٠٣) الى تفصيلات دقيقة دعمتها الأبحاث والدراسات العلمية التي قامت بها ، ومن طريق تلك الدراسات المتتابة توصلت إلى أن سمة الصبر تتكون من ستة أبعاد ، هي:

- (البُعد الأول) التأجيل Postponement : استجابة الفرد لتأجيل إشباع هدف ما من أجل تحقيق إشباع الهدف بصورة افضل أو اشباع هدف أهم دون ملل أو ضيق.

- (البُعد الثاني) المزاج : Mood استجابة الفرد بهدوء ومرونة في مواجهة المواقف الضاغطة دون الشعور بالالتزام والتوتر تجاهها.

- (البُعد الثالث) رباطة الجأش : Composure إمكانية الفرد على التحكم بأنفعالاته (الغضب مثلاً .
- (البُعد الرابع) وفرة الوقت Time abundance :يُشير هذا البعد إلى اطمئنان الفرد بأنه يمتلك الوقت الكافي لأداء المهام والاعمال المطلوبة منه دون تسرع.
- (البُعد الخامس) التحمل : Tolerance إمكانية الفرد تحمل تأجيل الاشباع برغم توافر مسببات القلق.
- (البُعد السادس) (حدود الصبر : Limit of patience اعتقاد الفرد بضرورة التروي بدلاً من اعتقاد وجود عواقب سيئة وسلبية في التأجيل. (Dudley,2003:9)

■ إجراءات البحث:

مجتمع البحث : يتحدد مجتمع البحث الحالي بالمرشدين التربويين في المدارس الإبتدائية والثانوية في محافظة بابل للعام الدراسي(٢٠٢٢-٢٠٢٣) والبالغ عددهم (٥٨٢) مرشداً ومرشدة موزعين بواقع (٣١٦) من الذكور ، و(٢٦٦) من الإناث ، و بواقع (٢١٨) في المدارس الإبتدائية و(٣٦٤) في المدارس الثانوية ، وجدول (١) يوضح ذلك .

جدول (١)

مجتمع البحث موزع على وفق متغيري الجنس (الذكور، والإناث) والمدرسة (إبتدائية ، ثانوية)

المجموع	الجنس		المدرسة
	الإناث	الذكور	
218	92	126	الإبتدائية
364	174	190	الثانوية
582	266	316	المجموع

■ عينة البحث :

أُختيرت عينة بالطريقة الطبقيّة العشوائية ، إذ اختير بالأسلوب المتناسب (٣٠٠) مرشد ومرشدة ، وبنسبة (٥١.٥٤٦٪) من مجتمع البحث ، موزعين بواقع (١٦٣) من الذكور و(١٣٧) من الإناث ، وقد بلغت نسبة الذكور (٥٤.٣٣٣٪) ، فيما بلغت نسبة الإناث (٤٥.٦٦٦٪) من مجتمع البحث و بواقع (١١٢) في المدارس الإبتدائية و(١٨٨) في المدارس الثانوية ، وقد بلغت نسبة المرشدين في المدارس الإبتدائية (٣٧.٣٣٣٪) فيما بلغت نسبة المرشدين في المدارس الثانوية (٦٢.٦٦٦٪) من عينة البحث، وجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)

عينة البحث موزعة على وفق متغيري الجنس (ذكور، والإناث)

والمدرسة (إبتدائية ، ثانوية)

المجموع	الجنس	المدرسة
---------	-------	---------

	الذكور	الإناث	
الإبتدائية	٦٥	٤٧	١١٢
الثانوية	٩٨	٩٠	١٨٨
المجموع	١٦٣	١٣٧	٣٠٠

■ أداة البحث :

مقياس الصبر : Scale Patience

سعى الباحثان للحصول على مقياس مُعدّ مسبقاً لمقياس الصبر ، غير انه لم يتمكنان من الحصول على نسخة عربية أو محلية لمقياس هذا المفهوم ؛ في حين تمكنا من الحصول على نسخة لمقياس (Dudley (2003 للصبر في جامعة (Virginia) ملحق (٢) ؛ إلا أنهما بعد ترجمة المقياس وجد أن فقراته تختلف في الكثير من الجوانب الثقافية والعمرية ومجتمع البحث المستهدف.

عليه قام الباحثان ببناء مقياس لمقياس المتغير المذكور آنفاً عن طريق مجموعة من الخطوات المتتابعة تمثلت بما يأتي :

تحديد المفهوم نظرياً:

حدّد المفهوم نظرياً في ضوء تبني تعريف (Dudley (2003 الذي عرف الصبر على انه : " إمكانية الفرد تأجيل إشباع هدف ما ، وقدرته على إدارة هذا التأجيل (من أجل تحقيق أفضل إنجاز أو تغيير الهدف) ، وتحمل مسؤولية تأجيله ومواجهة قلق نفاذ الوقت مع إدراك أهميته ، والتحكم بإنفعالاته والتروي بدلاً من التفكير بالعواقب السلبية لهذا التأجيل "

جمع الفقرات:

بعد اطلاع الباحثة على النموذج النظري المُتبني في هذا البحث وبعض الدراسات السابقة التي تناولت هذا المفهوم وبما يتفق مع الإطار النظري إضافة إلى الأفكار التي طرحها الأستاذ المشرف تم صياغة (٣٠) فقرة بصورتها الأولية لمقياس الصبر لدى المرشدين التربويين موزعة على ستة مجالات هي : التأجيل ، Postponement المزاج ، Mood رباطة الجأش ، Composure وفرة الوقت ، Time abundance التحمل ، Tolerance حدود الصبر . Limit of patience

تصحيح المقياس :

استعملت طريقة ليكرت (Likert Method) في بناء مقياس الصبر بوضع بدائل الإجابة عن فقراته ، وذلك لأنها لا تحتاج إلى جهد كبير في حساب قيم الفقرات أو أوزانها ، فهي سهلة التصحيح وتوفر مقياساً أكثر تجانساً ، و أن الثبات فيها يكون جيداً ، فضلاً عن إنها تسمح بأكبر تباين بين الأفراد (عيسوي ، ١٩٨٥ : ١٦٩) ، بهذا وضعت الباحثة بدائل مناسبة أمام الفقرات ، وهي (دائماً ، غالباً ، أحياناً ، نادراً ، أبداً) .

عليه إذا كانت إجابة المرشد عن فقرات المقياس ذات الاتجاه الإيجابي ب (دائماً) تعطى له (خمس درجات) في حين إذا كانت إجابته عن فقرات المقياس ب(أبداً) تعطى له (درجة واحدة) أما إذا كانت الإجابة عن الفقرات ذات الاتجاه العكسي ب(دائماً) ستعطى له (درجة واحدة) وإذا كانت إجابته عن فقرات المقياس ب(أبداً) ستعطى له (خمس درجات) .

صلاحية فقرات المقياس وتعليماته:

يذكر ايبيل (Ebel, 1972) أن أفضل الوسائل المستعملة للتأكد من صلاحية الفقرات هي قيام عدد من المحكمين المختصين بتقدير صلاحيتها في قياس الصفة التي وضعت من اجلها (عباس وآخرون، ٢٠٠٩: ٢٦٤).

استناداً إلى ما ذكر آنفاً ، ومن أجل التعرف على مدى صلاحية المقياس وتعليماته وبدائله عُرض المقياس المكون من (٣٠) فقرة وبخمس بدائل تتمثل ب (دائماً ، غالباً ، أحياناً ، نادراً ، أبداً) ملحق () على (١٢) من المحكمين المختصين في

مجال علم النفس ملحق () لبيان آرائهم وملاحظاتهم في ما يتعلق بمدى صلاحية المقياس ، وملاءمته للهدف الذي وضع لأجله وبعد جمع آراء المحكمين وتحليلها وباعتماد نسبة اتفاق (٨٠٪) فأكثر بين تقديرات المحكمين (عودة وآخرون، ١٩٨٨: ١٥٧) تم الإبقاء على الفقرات جميعها ، باستثناء الفقرة (٥) في مجال التأجيل إذ حصلت على نسبة اقل من (٨٠٪)، وكذلك حصلت موافقتهم على تعليمات المقياس وبدائل الإجابة وبهذا يكون المقياس بعد عرضه على المحكمين مكون من (٢٩) فقرة معداً للتحليل الإحصائي .

٦. التحليل الإحصائي لفقرات المقياس : يعد أسلوبا (المجموعتان المتطرفتان ، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية) أسلوبين مناسبين في التحليل الإحصائي :

المجموعتان المتطرفتان (الإتساق الخارجي): يعد حساب القوة التمييزية للفقرات جانباً مهماً في التحليل الإحصائي وذلك للتأكد من قدرتها في توضيح الفروق الفردية بين الأفراد في السمة المراد قياسها (عبد الرحمن، ١٩٩٨: ٨٥).

ولتعرف القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات مقياس الصبر قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة البحث البالغة (٣٠٠) مرشد ومرشدة ، وبعد تصحيح استجابات المرشدين وحساب الدرجة الكلية لكل استمارة تم ترتيب درجات الاستثمارات ترتيباً تنازلياً ابتداءً من أعلى درجة وانتهاءً بأدنى درجة التي تراوحت درجاتها من (١٣٥-٨١) درجة ، ومن ثم اختبرت نسبة (٢٧٪) من الاستثمارات الحاصلة على أعلى الدرجات وسميت بالمجموعة العليا والبالغ عددها (٨١) استمارة وتراوحت درجاتها من (١٣٥-١١٥) درجة ، واختيار نسبة (٢٧٪) من الاستثمارات الحاصلة على أدنى الدرجات وسميت بالمجموعة الدنيا والبالغ عددها (٨١) استمارة أيضاً وتراوحت درجاتها من (١٠٤-٨١) درجة.

وهكذا فإن نسبة (٢٧٪) من الدرجات العليا والدنيا تمثل أفضل نسبة يمكن أخذها في تحليل الفقرات وذلك لأنها تقدم لنا مجموعتين بأقصى ما يمكن من حجم وتمايز حينما يكون توزيع الدرجات على المقياس على صورة منحني التوزيع الاعتدالي (الزوبعي وآخرون ، ١٩٨١: ٧٤).

وبعد استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات كلا المجموعتين العليا والدنيا على مقياس الصبر ، قامت الباحثة بتطبيق الاختبار التائي (t. test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين أوساط المجموعتين ، وعُدَّت القيمة التائية المحسوبة مؤشراً لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (١٦٠) وتبين أنَّ فقرات المقياس جميعها مميزة ماعدا الفقرة (١٥).

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

يُعد إيجاد علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس أسلوباً آخر لتحليل الفقرات ، وهو من أدق الوسائل المعتمدة في حساب الاتساق الداخلي لفقرات المقياس (عيسوي ، ١٩٨٥: ٩٥) وتؤكد (Anastasi, 1976) أن الدرجة الكلية للفرد المستجيب على مقياس ما هي أفضل محك داخلي يمكن الاعتماد عليها عندما يتعذر الحصول على محكٍ خارجي (Anastasi, 1976: 206).

وتفترض هذه الطريقة أنَّ الدرجة الكلية للفرد تعد معياراً لصدق المقياس، وعليه تحذف الفقرة عندما يكون معامل ارتباطها بالدرجة الكلية غير دال إحصائياً ، على اعتبار ان الفقرة لا تقيس الظاهرة التي يقيسها المقياس كلياً (الزوبعي وآخرون، ١٩٨١: ٤٣).

ولاستخراج علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الصبر طُبِّق معامل ارتباط بيرسون إذ كانت الاستثمارات الخاضعة للتحليل (٣٠٠) استمارة وقد بينت النتائج أن جميع معاملات الارتباط كانت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) باستثناء معامل ارتباط الفقرة (١٥) عند مقارنتها بالقيمة الحرجة لدلالة معامل الارتباط البالغة (٠.١٢٩).

جدول (٣) القوة التمييزية لفقرات مقياس الصبر بأسلوب المجموعتين الطرفيتين

الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة (0.05)
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	٤.٦٩١٤	٠.٥٨٣٩٩	٤.٠٤٩٤	٠.٨٦٤٦٠	٥.٥٣٨	دالة
2	٤.٧٧٧٨	٠.٥٠٠٠٠	٤.٢٠٩٩	٠.٧٥٣٥٩	٥.٦٥٢	دالة
3	٣.٦١٧٦	١.٢٣٤٢١	٢.٦٣٢٤	١.٢٩١٨٢	٣.٥٤٨	دالة
4	٤.٤٠٧٤	٠.٩١٨٩٤	٣.٨٥١٩	٠.٨٦٧٦٣	٣.٩٥٦	دالة
5	٣.٣٩٧١	١.٣٢٨٦٧	٢.٧٦٤٧	١.١٣٤٥٠	٢.٨٥٤	دالة
6	٤.٧٢٨٤	٠.٦٣٢٧٠	٣.٩١٣٦	٠.٩٥١٢٨	٦.٤١٩	دالة
7	٤.٨١٤٨	٠.٤٥٠٣١	٣.٧٩٠١	١.٠٠٨٩١	٨.٣٤٧	دالة
8	٣.٨٠٢٥	١.٠٧٧٢٦	٢.٤٦٩١	٠.٩٨٨٥١	٨.٢٠٨	دالة
9	٤.٤٤٤٤	١.٠٠٠٠٠	٣.٥٨٠٢	١.٠٤٧١٩	٥.٣٧٢	دالة
10	٤.٨٦٤٢	٠.٤١٠٨٩	٤.٢٧١٦	٠.٨٨٠٥٢	٥.٤٨٩	دالة
11	٣.٧١٦٠	١.٢٤٧٣٤	٢.٣٥٨٠	١.١٥٤٤٣	٧.١٩١	دالة
12	٤.٢٥٩٣	١.١٣٧٧٤	٣.٥٣٠٩	١.٠٣٧٨٦	٤.٢٥٧	دالة
13	٤.٥٠٦٢	٠.٧٩٢٥٢	٣.٣٩٥١	١.٠٥٦٨٧	٧.٥٧٠	دالة
14	٤.٨١٤٨	٠.٤٧٧٢٦	٣.٧٤٠٧	١.٠٣٤١٤	٨.٤٨٧	دالة
15	٢.٠٦١٧	١.١٤٣٩٦	٢.٢٠٩٩	١.٠٨٠٦٩	-٠.٨٤٧	غير دالة
16	٤.٧٤٠٧	٠.٦٢٨٠٥	٣.٩١٣٦	٠.٨٩٧١٨	٦.٧٩٨	دالة
17	٣.٢٣٤٦	١.١٩٦٥٧	٢.٣٤٥٧	١.١٦٣٦٢	٤.٧٩٣	دالة
18	٤.٦٧٩٠	٠.٧٠٤٠٤	٣.٧٩٠١	٠.٩٩٦٤٤	٦.٥٥٧	دالة
١٩	٤.٣٧٠٤	٠.٧٨١٧٤	٣.٦٠٤٩	٠.٨٦١٣٨	٥.٩٢٢	دالة
٢٠	٣.٨٢٧٢	١.١٩١٥٣	٣.٤١٩٨	٠.٩٤٦٨٩	٢.٤٠٩	دالة
٢١	٤.٥٩٢٦	٠.٨٣٣٣٣	٣.٨٠٢٥	١.١٠٠٢٢	٥.١٥٢	دالة
٢٢	٣.٤٣٢١	١.٥١٦٠٧	٢.٤٦٩١	١.١٧٣٥٢	٤.٥٢١	دالة
٢٣	٣.٩٢٦٥	١.١٧٥٨٣	٢.٦٠٢٩	١.١٦٠٨٠	٤.٨٤٦	دالة
٢٤	٤.٤٠٧٤	٠.٩٣٢٤٤	٣.٦١٧٣	١.١٠١٩١	٤.٩٢٦	دالة
٢٥	٤.٦١٧٣	٠.٦٩٩٤٣	٣.٦٩١٤	١.٠٦٨٢٠	٦.٥٢٧	دالة
٢٦	٤.٦٧٩٠	٠.٦٤٨٦٠	٣.٨٦٤٢	١.٠٥٧٧٥	٥.٩١٠	دالة
٢٧	٤.٩٢٥٩	٠.٢٦٣٥٢	٣.٩٧٥٣	١.٠٤٨٥١	٧.٩١٤	دالة
٢٨	٣.٧٠٣٧	١.٢٢٩٢٧	٢.٥٠٦٢	١.٠١٣٩٥	٦.٧٦٤	دالة
٢٩	٣.٦٠٢٩	١.١٢١٥٦	٢.٥٠٦٢	١.١٠٨١٩	٣.٤٨٥	دالة

عن طريق الاجرائين السابقين يصبح مقياس الصبر مكوناً من (٢٨) فقرة بعد حذف الفقرة (١٥) .
مؤشرات الصدق والثبات :

أ-الصدق Validity:

تم التحقق من صدق مقياس الصبر عن طريق المؤشرات الآتية :

-الصدق الظاهري Face Validity:

أفضل وسيلة لاستخراج الصدق الظاهري هي عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين والأخذ بأرائهم ،حول مدى تمثيل فقرات المقياس للصفة المراد قياسها .(الغريب ،١٩٨٥ : ٦٧٩)

-الصدق البناء Construct Validity:

ويتحقق هذا النوع من الصدق حينما يكون لدينا معيار نقرر على أساسه أن المقياس يقيس بناءً نظرياً محدداً (الإمام ، ١٩٩٠ : ١٣١)

ب-الثبات Reliability :

تم التحقق من ثبات مقياس الصبر عن طريق المؤشرات الآتية :

-الاختبار - إعادة الاختبار (الاتساق الخارجي)

وقد استعمل الباحثان طريقة إعادة الاختبار لاستخراج معامل الثبات باعتماد درجات عينة بلغت (٣٠) مرشداً ومرشدة أختيروا بطريقة عشوائية ، ومن ثم أعيد عليها تطبيق المقياس بعد مضي أسبوعين من بداية التطبيق الأول إذ تشير الأدبيات إلى أن المدة بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني تمتد بين أسبوع إلى أسبوعين وبحسب طبيعة الظاهرة (الزوبعي وآخرون، ١٩٨١ : ٣٤) وتم بعد هذا إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجات التطبيقين باستعمال معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) الذي بلغ (٠.٧٧) ، وتعد هذه القيمة مقبولة لأغراض البحث العلمي ويمكن الركون إليها إذ يُشير عدد من الباحثين إلى أن معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة يعد جيداً إن كان (٠.٧٠) فأكثر (عيسوي ، ١٩٨٥ : ٥٨) .

-معامل الفا -كرونباخ (الاتساق الداخلي):

ولحساب الثبات بهذه الطريقة ، اعتمد الباحثان درجات عينة البحث ، و بعد تطبيق معادلة ألفا كرونباخ (Alfa Cronbach Formula) للاتساق الداخلي ظهر معامل ثبات مقياس الصبر بهذه الطريقة (٠.٨١) ، وباستعمال المعيار المطلق لمعامل الارتباط عن طريق تربيعه فإذا كان أكثر من (٠.٥٠) فهو جيدو تم قبول معامل الثبات والركون اليه .

■ مقياس الصبر بصيغته النهائية :

أصبح مقياس الصبر بصيغته النهائية يتكون من (٢٨) فقرة ؛ لذا فإن أعلى درجة محتملة للمرشد التربوي هي (١٤٠) وأدنى درجة له هي (٢٨) ، والوسط الفرضي للمقياس (٨٤) درجة ، وعليه كلما كانت درجة المرشد التربوي أكبر من الوسط الفرضي كان ذلك مؤشراً على الصبر وكلما كانت درجته أقل من الوسط الفرضي كان مؤشراً على انخفاضه.

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها :

-تعرف الصبر لدى المرشدين التربويين : للتعرف إلى الصبر لدى المرشدين التربويين ،استعمل الباحثان معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة تبين أن القيمة التائية المحسوبة (43.910) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (٢٩٩) ، مما يُشير إلى أن المرشدين التربويين يتصفون بالصبر ، وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

دلالة الفروق بين الوسطين الحسابي والفرضي لدرجات المرشدين التربويين على مقياس الصبر

عدد أفراد	الوسط	الانحراف	الوسط	درجة	القيمة التائية	القيمة	مستوى
-----------	-------	----------	-------	------	----------------	--------	-------

العينة	الحسابي	المعياري	الفرضي	الحرية	المحسوبة	التائية الجدولية	الدلالة 0.05
٣٠٠	107.446	9.24873	٨٤	٢٩٩	43.910	١.٩٦	دالة

يرى الباحثان إمكان تفسير هذه النتيجة في ضوء النموذج النظري المُتبني ، ان المرشدين التربويين قد اكتسبوا خبرات إرشادية جعلتهم يجاوزون نفاذ الصبر الناجم عن قلة الإمكانيات المادية ذات الصلة بالعملية الإرشادية ، إضافة إلى ان الصبر سمة شخصية تظهر بقوة مع ما يمتلكه الفرد من سمات إيجابية أخرى كضبط الذات والمرونة في استيعاب و مواجهة ضغوط الحياة والعمل ، وهذه السمات جميعها تتوافق والمرحلة العمرية التي هم فيها .

. تعرف دلالة الفروق الإحصائية في الصبر لدى المرشدين التربويين على وفق متغيري الجنس (الذكور ، والإناث) ، المدرسة (ابتدائي ، ثانوي) :

لغرض تعرف دلالة الفروق بين الاوساط الحسابية لدرجات المرشدين التربويين على مقياس الصبر على وفق متغير الجنس (الذكور، والإناث) ، المدرسة (ابتدائي ، ثانوي) والتفاعل بينهما استعمل الباحثان تحليل التباين الثنائي (Tow way Anova عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ، والجدول (٥)

جدول (٥) دلالة الفروق في الصبر على وفق متغيري الجنس والمدرسة

مصدر التباين	مجموعة المربعات S-S	درجة الحرية D-F	متوسط المربعات M-S	القيمة الفائية F	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة S-g
الجنس	30.241	1	30.241	0.352	3.84	0.05
المدرسة	103.873	1	103.873	1.209		
تفاعل (الجنس x المدرسة)	0.487	1	0.487	0.006		
الخطأ	25440.453	296	85.947			
الكلية	3489012.000		300			

تبين النتائج في جدول (٥) ما يأتي:

أ. الفرق على وفق متغير الجنس (ذكور، إناث):

إن الفرق بين المرشدين الذكور والإناث على مقياس الصبر غير دال احصائياً عندما نقارن القيمة الفائية المحسوبة البالغة (0.352) بالقيمة الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) إذ بلغ الوسط الحسابي للذكور (107.1656) بانحراف معياري (9.25781) الذي لا يختلف كثيراً عن الوسط الحسابي للإناث البالغ (107.7810) بانحراف معياري (9.26070) ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن المرشدين التربويين من (الذكور، والإناث) هم في مرحلة عمرية ومهنية جعلتهم في مستوى واحد من الفهم والادراك لما يواجهون من مشكلات بطريقة تتصف بالمرونة والتأني هم مهنيون للتعامل مع تحقيق الأهداف بطريقة عقلانية والتركيز على إتخاذ قرارات صائبة غير متسعة .

ب. الفرق على وفق المدرسة (ابتدائي , ثانوي):

إن الفرق بين المرشدين في المدارس الابتدائية والثانوية على مقياس الصبر غير دال احصائياً عندما نقارن القيمة الفائية المحسوبة البالغة (1.209) بالقيمة الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) إذ بلغ الوسط الحسابي للمرشدين في المدارس الابتدائية (108.1964) بإنحراف معياري (9.43240) الذي لا يختلف كثيراً عن الوسط الحسابي للمرشدين في المدارس الثانوية (107.0000) بانحراف معياري (9.13359) ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن المرشد التربوي في كلا المرحلتين (الابتدائية، الثانوية) جاوزوا الى نفس مراحل الاعداد ومروا بنفس الخبرات التعليمية للمتطلبات التي تؤهلهم لممارسة مهنة الإرشاد التربوي .

ج. تفاعل الجنس و المدرسة :

إن الفروق بين المرشدين الذكور والإناث في المدارس الابتدائية والثانوية غير دالة إحصائياً عندما نقارن الفائية المحسوبة البالغة (0.006) بالقيمة الفائية الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ، وبذلك لم يظهر تفاعل الجنس والمدرسة في التأثير بالصبر لدى المرشدين التربويين .

بناءً على ما توصل إليه البحث من نتائج يوصي الباحثان بالآتي:

١. ضرورة وضع هيكلية متكاملة ووصف وظيفي لدور المرشد التربوي وعملية الارشاد التربوي المدرسي بشكل عام
 ٢. إعطاء موضوع الصبر قدراً مناسباً من الأهمية عند إعداد المرشد التربوي .
 ٣. الاهتمام بدوافع المرشدين بشكل عام ودافعية الاتقان بشكل خاص والعمل على تيسير هذه الدوافع بإقامة دورات تدريبية في المديرية العامة للتربية للمدرسين والمرشدين والمعلمين تقوم على استعمال استراتيجيات توظيف حالات الصبر في رفع دافعية الاتقان لديهم .
- المقترحات:

١- إجراء بحث يتناول علاقة التوجه التنافسي بالصبر .

٢- إجراء بحث مماثل للبحث الحالي تستهدف تعرف الصبر لدى (مديري المدارس ، أعضاء الهيئات التدريسية)

المصادر العربية :

- الإمام ، مصطفى محمود (١٩٩٠) : **التقويم والقياس** ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، بغداد، العراق.
- حسين ، رمضان عاشور (٢٠١٦) : **سمة الصبر لدى عينة من أمهات الأطفال العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة**، دراسة مقارنة، دراسات تربوية واجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان، ٢٢ (٤)، ٣٨٧، ٤٢٤.
- حيدر ، عماد ابراهيم ، سعيد صابر عبد الله (٢٠٠٧): **قياس سمة الصبر لدى طلبة كليات التربية وعلاقتها بالأسلوب المعرفي الاندفاعي - التألمي**، مجلة ابحاث كلية التربية الاساسية ، جامعة الموصل ، العراق .
- الزوبعي ، عبد الجليل و بكر ، محمد الياس و الكناني، أبراهيم (١٩٨١) : **الاختبارات والمقاييس النفسية** ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل - العراق.

عباس، محمد خليل و نوفل، محمد بكر و العبيسي، محمد مصطفى وأبو عواد، فريال محمد (٢٠٠٩) : **مدخل إلى مناهج**

البحث في التربية وعلم النفس، ط٢، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان ، الأردن

عبد الرحمن ، سعد (١٩٩٨) : **القياس النفسي النظرية والتطبيق** ، ط٣ ، دار الفكر العربي ، بيروت ، لبنان.

عقل ، محمود عطا حسين (٢٠٠٠): **الارشاد النفسي والتربوي** ، ط٢، الرياض ، دار الخريجي للنشر والتوزيع .

العكدي، عبد العزيز محمود يونس (٢٠١٩): إدارة الصراع النفسي وعلاقته بالتوجه التنافسي لدى لاعبي بعض الألعاب الفرقية لمنتخبات جامعات العراق ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الموصل ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. عودة ، احمد سليمان والخليلي ، خليل يوسف (١٩٨٨) : الإحصاء للباحث في التربية والعلوم الإنسانية، دار الفكر للتوزيع والنشر ، عمان،الأردن.

عيسوي ،عبد الرحمن (١٩٨٥) : القياس والتجريب في علم النفس والتربية ، ط١ ، دار المعرفة الجامعية ، بيروت ، لبنان. الغريب ، رمزية (١٩٨٥) : التقويم والقياس النفسي والتربوي ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ، مصر.

وزارة التربية العراقية (١٩٨٨): دليل المرشد التربوي ، مديرية التقويم والتوجيه التربوي ، بغداد ،العراق.

المصادر الأجنبية :

Anastasi , A.(1976): **Psychological Testing**, New York, Macmillan.

Annie,B.(2003) :Interviewer variation and the consnuction of speaking proficiency ,**Jornal language testing** vol.(20),no.(8),p.25.

Azam,F. &Farhad,Kh.(2015): **Patience and its components in predicting bullying among primary school students** , Payame Noor,Tehran,Iran .

Baumeister, R.F., & Tierney, J. (2011): **Willpower: Rediscovering the greatest human strength**. Penguin Pres.

Doğan, M., & Gülmez, Ç. (2014): Sabır ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. **Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**,, 42, 263-279.

Dudley KC.(2003): **Empirical development of a scale of patience**. Morgantown, WV: West Virginia University.

Fadilah, R., & Abd.Madjid, A. (2020): Patience Therapy to Reduce Adolescents' Anxiety Assessed from Personality and Parenting. **International Journal of Islamic Educational Psychology**, 1(1), 1-11. <https://doi.org/10.18196/ijiep.1101>

Fowler ,James H.& Cindy D. Kam.(2006): Patience as a Political Virtue: Delayed Gratification and Turnout , **PolitBehav**, (28),p.113–128

Funder, D. C., Block, J. C., & Block, J. (1989): Delay of gratification: Some longitudinal personality correlates. **Journal of Personality and Social Psychology**, 44(6), 1198–1213.

Grossman, P. (2015): **Mindfulness: Awareness informed by an embodied ethic**. Mindfulness, 6, 17–22.

Khormaei, F., Farmani, A., & Kalantari, S. (2015):[The compari son of patience components among patients with major de- pression, generalized anxiety disorder and normal individu- als (Persian)]. **Journal of Behavioral Sciences**, 9(1), 77-84.-

Liberman, N., Trope, Y., & Stephan, E. (2007): **Psychological distance**. In A. W.

-
- Mischel, W., Shoda, W., & Peake, P. (1988): The nature of adolescent competencies predicted by preschool delay of gratification. **Journal of Personality and Social Psychology**, 54, 667–698.
- Rozi F. (2021, May): **Understanding the Effect of Mental Health: The Mediation of Patience and Anxiety**. In 1st Annual International Conference on Natural and Social Science Education (ICNSSE 2020), 348-351, Atlantis Press.
- Ryan, M. J. (2003): **The Power of Patience: How to Slow the Rush and Enjoy More Happiness**, Success, and Peace of Mind Every Day. Broadway.
- Schnitker, S. A. (2010): **An examination of patience and well-being**. (Dissertation Doctor of Philosophy in Psychology). University of California: Davis.
- Seyhan, B. Y. (2015):Başa Çıkma Değeri Açısından sabır Üzerine Nitel Bir Çalışma. Akademik Bakış **Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi**, (49), 127-146.
- Wivestad, S. M. (2013): On becoming better human beings: Six stories to live by. **Studies in Philosophy and Education**, 32, 55–71.