وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
مركـــز البحوث النفسية

مجلـة
العلوم النفسية

مجلة علمية محكمـــة معتمـدة
تصدر عن مركز البحوث النفسية

حاصلـــــــة على الأعتماديـــــة
رقـم الإيـــداع 614 / 1994
الرمز الدولي 1790 – 1816

المجلد (35) – العدد (4)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
مركز البحوث النفسية

مجلة

العلوم النفسية

مجلة علمية محكمة معتمدة تصدر عن مركز البحوث النفسية

المجلد : 35 العدد : 4

ISSN : 1816 - 1790

رقم الايداع : 614 / 1994

الرمز الدولي : 1816–1790

كانون الاول / 2024

مجلة العلوم النفسية
مجلة علمية محكمة

رئيــس التحريــر/ أ.د. خليل ابراهيم رسول
مدير التحرير/ أ.م.د. عــلا حسيــن علــوان

أعضاء هيئة التحرير

الاسم	مكان العمل	البلد
- أ.د. كامل علوان الزبيدي	جامعة بغداد / كلية الآداب / أستاذ متمرس (متقاعد) / علم النفس – صحة نفسية	العراق
- أ.د. يوسف حمه صالح مصطفى	جامعة صلاح الدين / كلية الآداب – أربيل / علم النفس العام	العراق
- أ.د. صفاء طارق حبيب	جامعة بغداد / كلية التربية ابن رشد / قسم العلوم التربوية والنفسية / قياس وتقويم	العراق
- أ.د. اسامة حامد محمد	جامعة الموصل / كلية التربية للعلوم الانسانية / قسم العلوم التربوية والنفسية/ علم النفس التربوي / قياس وتقويم	العراق
- أ.د. مهند عبدالستار النعيمي	جامعة ديالى / كلية التربية الاساسية / قياس وتقويم	العراق
- أ.د. حيدر جليل عباس	الجامعة المستنصرية / التربية الاساسية العلوم التربوية والنفسية / قياس وتقويم	العراق
- أ.د. سيف محمد رديف	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية	العراق
- أ.د. بشرى عبد الحسين محميد	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية	العراق
- أ.د. دونلد أوين كامرون	رئيس الجمعية الأمريكية للطب النفسي - الشخصية والصحة النفسية / واشنطن	الولايات المتحدة
- أ.د. عصام توفيق قمر	كلية الدراسات العليا للتربية / المركز القومي لأصول التربية / التربية وعلم النفس	مصر
- أ.م.د. بيداء هاشم جميل	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية / علم النفس العام	العراق
- أ.م.د. براء محمد حسن	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي / مركز البحوث النفسية / الشخصية والصحة النفسية	العراق

الاسم	مكان العمل	البلد
- **أ.م.د. هناء مزعل حسين الذهبي**	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية	العراق
- **أ.م.د. ميس محمد كاظم**	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية	العراق
- **أ.م.د. صباح عايش بنت محمد**	جامعة الشلف / كلية العلوم الانسانية والاجتماعية / علم النفس العام	الجزائر
- **أ.م.د. مقبل بن عايد خليف العنزي**	جامعة القصيم / الحدود الشمالية / كلية التربية / قسم التربية والاحتياجات الخاصة	السعودية

مجلة العلوم النفسية

مجلة علمية محكمة معتمدة متخصصة تصدر عن

مركز البحوث النفسية

جمهورية العراق

قسيمة اشتراك

أرجو قبول اشتراكي في مجلة العلوم النفسية .

لمدة ( ) سنة ابتداءاً من .....

الأسم : .....

العنوان : .....

قيمة الاشتراك : .....

طريقة الدفع :- نقدا ( ) شيك ( ) حوالة بريدية ( )

رقم: تأريخ / /

التوقيع التأريخ

قيمة الأشتراك لعدد واحد	الأفراد :(125000) الف دينار عراقي داخل العراق (100) $ او ما يعادلها خارج العراق للمؤسسات أو المؤتمرات : (90.000) الف دينار عراقي داخل العراق (70) $ او ما يعادلها خارج العراق

شروط النشر في المجلة

أولا : تنشر المجلة الأبحاث والدراسات الأكاديمية القيمة والأصيلة باللغتين العربية والأنكليزية في حقل مجالات أهتمام المجلة نفسيا وتربويا ، والتي لم تقبل أو تنشر سابقا ,ويتحمل الباحث المسؤولية القانونية في كل القضايا المتعلقة بالأمانة العلمية أذا كان بحثه منشور أو قدم للنشر .

ثانيا: يخضع كل بحث مقدم للنشر في المجلة الى الأستلال الألكتروني على أن لاتزيد درجة الاستلال عن (20) .

ثالثا : يقدم الباحث المقبول بحثه للنشر في المجلة تعهد خطي بعدم نشر بحثه في مجلة آخرى أو حصوله على قبول نشر مسبقا .

رابعا: يقدم البحث مطبوعا على نظام (Word 2007) مصحوبا بالعنوان للبحث مع أسم الباحث الثلاثي واللقب العلمي والأختصاص وأسم الجامعة والكلية والقسم والبريد الألكتروني في بداية الصفحة الأولى للبحث باللغتين مع خلاصة للبحث باللغة العربية والأنكليزية مثبت فيها عنوان البحث واسم الباحث ومكان عمله على أن لاتزيد عن (250) كلمـــــــــة فقط .

خامسا: يجب أن لاتتجاوز عدد صفحات البحث المقدم للنشر في المجلة أكثر من (25) صفحة فقط بما فيها الجداول والأشكال والملاحق , وبخلافه يتحمل الباحث مبلغا أضافيا مقداره

(2) الفين دينار عن كل صفحة أضافية , ولايتجاوز البحث بعد الزيادة عن (35) صفحة بكل الأحوال .

سادسا: موافقة أثنين من المحكمين المختصين الذين يقومون البحث علميا قبل نشره , بالأضافة الى تقويم البحث من ناحية اللغة العربية والأنكليزية .

سابعا: يراعى في كتابة البحث الآتــي :

1- الأصول العلمية في كتابة البحث من حيث الدقة في التوثيق والأمانة العلمية في الـعرض.

2- يقدم البحث بنسختين مطبوعة على ورق أبيض (A4) مطبوعة على الحاسوب وعلى جهة واحدة من الورقة مــع قرص (CD), بالمواصفات الآتية :

- الحاشية العليـا 4.50 سـم .
- الحاشية السفلى 4.50 سم .
- الحاشيــة اليمنى 3.75 سم .
- الحاشية اليسرى 3.75 سم .
- يكون الخط المستخدم نوع (Meersoft Word), حجم الخط (14) بالنسبة للمتن و(12) بالنسبة للجداول .
- تحتوي كل صفحة على (22) سطر فقط وفقا لبرنامج التنضـيد .
- يكون التباعد بين الأسطر للصفحة الواحدة (1.15).

- تكون الأشكال والجداول واضحة , وتستخدم فيها الأرقام العربية والنظام العالمـــي للوحدات .
- يكون البحث خالي من الأخطاء اللغوية والنحوية ولاتتحمل المجلة مسؤولية ذلك .
- لا تستعمل الهوامش في أسفل الصفحات وأنما يشار رقميا الى المصادر حســـب موضوعها في نهاية البحث من خلال ذكر أسم الباحث والسنة وعنوان البحث من جهة النشر والطبعة وتكتب بأسلوب (APA)...مثال
- الهاشمي ,عدنان علي (2009). تحمل المسؤولية الأجتماعية وعلاقتها بأتخاذ القرار لدى التدريسيين في الجامعة ,رسالة دكتوراه غير منشورة, جامعة.....,كلية ..... , قسم ..... .
- يلتزم الباحث بدفع مبلغ قدره (125) الف دينار من داخل العراق ,و (100) دولار أمريكي من خارج العراق .
- يلتزم الباحث بالتعليمات المؤشرة من الخبراء ,ويعيد الباحث النسخة الأصلية للمجلة مع نسخة جديدة ورقية آخرى مصححة .
- لاتعاد البحوث الى أصحابها قبلت أم لم تقبل للنشر.
- لايزود الباحث بكتاب قبول النشر , الأبعد التزامه بالتعليمات أعلاه وتسليم النسخ الورقية كافة .
- المجلة غير مسؤولة عن نشر الأبحاث بعد مرور (90) يوم من دون مراجعة الباحث للمجلة والتزامه بالتعليمات كافة .

ثامنا : تحتفظ المجلة بحقها في أن تحذف أو تعيد صياغة بعض الكلمات أو الجمل بما يتلائم مع أسلوبها في النشر .

تاسعا: تنتقل حقوق نشر البحث الى المجلة حال أشعار الباحث بقبول بحثه للنشـر .

مجالات اهتمام المجلة

1. البحوث والدراسات في مجالات العلوم التربوية والنفسية بفروعها المختلفة والطب النفسي، و الباراسايكولوجي .
2. المؤتمرات والندوات العلمية الوطنية والعربية والعالمية التي تعقد حول التخصصات في الفقرة المذكورة اعلاه
3. نشاطات وفعاليات المركز والمؤسسات الاخرى التي تهتم بالمجالات – الواردة في الفقرة (1) .

((في هذا العدد))

ت	الموضوع	الباحث	الصفحة
1	التنافس المفرط وعلاقته بالتفاخر الذاتي لدى طلبة الدراسات العليا	أ.م. د افاق باسم علي	30-1
2	فخر الانجاز لدى عينة من طلبة الجامعة	أ.م.د بيداء هاشم جميل	54-31
3	تأثير التفكير الممتد في تكوين العلاقات الزوجية	أ.م.د جبار فريح شريدة	66-55
4	مهارات التأثير لدى أطفال الروضة	أ.م.د. منى محمد سلوم الدفاعي أ.م.د. سوزان عبد الله محمد	98-67
5	جودة الحياة المهنية وعلاقتها بسمات الشخصية الخمس الكبرى لدى تدريسيي الجامعة	أ.م.د ميسون كريم ضاري	132-99
6	التمثيل العاطفي والهناء الذاتي وعلاقتهما بالامتنان لدى طلبة الجامعة	م. د. إيلاف حميد موسى	162-133
7	الاطمئنان النفسي وعلاقته بالتعبير الفني لدى أطفال الروضة	م.د. حلا عبد الواحـــد نجم	190-163
8	الوعي الاخلاقي وعلاقته بالدعم الاجتماعي لدى طلبة جامعة بغداد	م.د. رجاء صدام جبر	214-191
9	الابتكارية الانفعالية وعلاقتها بالمرونة الاخلاقية لدى طلبة المرحلة الاعدادية	م.د سيف توفيق مظهر	246-215
10	البنى المعرفية اللاتكيفية وعلاقتها بجودة الحياة عند طلبة الاعدادية	م.د. عبير عبد المنعم الخفاجي	272-247
11	فاعلية تقنية التحفيز السمعي البصري في تحسين الانتباه المشترك لدى عينة من اطفال اضطراب طيف التوحد	د. حيدر كامل مهدي النصراوي	304-273
12	جودة الحياة الأسرية لدى طالبات الاقتصاد المنزلي	أ.م. رنا فاضل عباس الجنابي	322-305

ت	الموضوع	الباحث	الصفحة
13	الضيق النفسي وعلاقته بالرضا الأكاديمي لدى أساتذة الجامعة	م. م. احمد عباس حسن الذهبي	344-323
14	التفكير الاخلاقي وعلاقته بالضبط الذاتي لدى طلبة كلية التربية للعلوم الانسانية	م.م. دعاء صباح جاسم	374-345
15	الايحاء الاجتماعي لدى طلبة الجامعات	م.م. ليلى علاء الدين حمزة	394-375
16	القيادة الأخلاقية لدى الهيأة التربوية	م. م. رافع مؤيد عبد الله	418-395
17	السلام الشخصي وعلاقته بالصحة النفسية	م.م. رؤى عباس علي	452-419
18	المثابرة التحفيزية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة لدى طلبة الدراسات العليا	م.م. محمد خلف رشيد الشجيري	486-453
19	رأس المال البشري واستدامة الموارد في المؤسسة الأمنية دراسة ميدانية	اشواق جاسم لطيف أ.م.د.زينب محمد صالح	508-487
20	أنماط التفكير لدى ضباط الأجهزة الامنية في ضوء نظرية هاريسون وبرامسون	الباحث سامح عبد عباس أ.م.د. علي سعد كاظم	532-509

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
مركز البحوث النفسية

وحدة الاصدارات والمطبوعات

ملاحظـة...

الافكار الواردة في البحوث والدراسات المنشورة تُعبر عن اراء اصحابها وليس بالضرورة عن راي المجلة .

المراسلات
توجه جميع المراسلات الى رئيس التحرير على العنوان التالي:
مجلة العلوم النفسية – مركز البحوث النفسية
ص.ب. 47041 جادرية – بغداد – العراق
هـ 07729423220

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق
614 لعام 1994
بغداد ـ العراق

التمثيل العاطفي والهناء الذاتي وعلاقتهما بالامتنان لدى طلبة الجامعة

م. د. إيلاف حميد موسى
جامعة الانبار- كلية التربية للعلوم الانسانية.
البريد الالكتروني: ed.elaf.hamid@uoanbar.edu.iq
رقم الهاتف: 07814687266

مستخلص البحث
هدف البحث الحالي إلى التعرف على:
1- التمثيل العاطفي لدى طلبة الجامعة.
2- الهناء الذاتي لدى طلبة الجامعة.
3- الامتنان لدى طلبة الجامعة.
4- العلاقة الارتباطية بين التمثيل العاطفي والامتنان لدى طلبة الجامعة.
5- العلاقة الارتباطية بين الهناء الذاتي والامتنان لدى طلبة الجامعة.
6- مدى إسـهام كل من التمثيل العاطفي والهناء الذاتي في تفسـير التباين الحاصـل بدرجات الامتنان لدى طلبة الجامعة.
تكونت عينة البحث من (450) طالبًا وطالبة من طلاب الدراســات العليا بجامعة بغداد، باســتخدام الأدوات التالية:
مقياس التمثيل العاطفي: تبني مقياس (الصــرايرة، 2017)، ويتكون المقياس من (27) فقرة موزعة على أربعة أبعاد هي: (الخيال، الاهتمام العاطفي، الأخذ بالاعتبار وجهة نظر الطرف الآخر، الألم الشخصي)، ويجاب عليه في ضوء مقياس خماسي.
مقياس الهناء الذاتي: تبنى الباحث مقياس (أنهــار خليفة أحمد، 2017)، وتكون المقياس في صورته النهائية من (42) عبارة موزعة على ستة أبعاد هي: (التقبل الذاتي، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، الاسـتقلالية، السـيطرة على البيئة، الحياة الهادفة، النمو الشـخصـي)، ويجاب عليه في ضـوء مقياس خماسي.
مقياس الامتنان: تبنى مقياس "وتكنز وآخرون" (Watkins, el.al)، ويتكون من (36) فقرة مقسمة على ثلاثة مجالات وهي: (الشــعور بالامتنان 15 فقرة، تقدير المتع البســيطة 13 فقرة، وتقدير الآخرين 8 فقرات).
وقد تم التوصل إلى النتائج الآتية:
امتلاك عينة البحث مستوى جيدًا من التمثيل العاطفي والهناء الذاتي والامتنان.
توجد علاقة طردية دالة إحصائيًا بين التمثيل العاطفي والامتنان.
توجد علاقة طردية دالة إحصائيًا بين الهناء الذاتي والامتنان.
يوجد إسهام دال إحصائيًا لكل من التمثيل العاطفي والهناء الذاتي في الامتنان، وأن الهناء الذاتي يسهم بدرجة أكبر من التمثيل العاطفي في متغير الامتنان.
الكلمات المفتاحية:- التمثيل العاطفي، الهناء الذاتي، الامتنان ، طلبة الجامعة.

Translation: Emotional Representation, Subjective Well-Being, and Their Relationship with Gratitude Among University Students

Dr. Elaf Hamid Mousa
University of Anbar - College of Education for Humanities
Email: ed.elaf.hamid@uoanbar.edu.iq
Phone Number: 07814687266

Abstract:
The current study aimed to explore:

1. Emotional representation among university students.
2. Subjective well-being among university students.
3. Gratitude among university students.
4. The correlational relationship between emotional representation and gratitude among university students.
5. The correlational relationship between subjective well-being and gratitude among university students.
6. The extent to which emotional representation and subjective well-being contribute to explaining the variance in gratitude scores among university students.

The study sample consisted of (450) postgraduate students from the University of Baghdad. The following tools were used:

- **Emotional Representation Scale:** Adapted from Sarayrah (2017), consisting of 27 items distributed across four dimensions (imagination, emotional concern, considering others' perspectives, personal distress) measured on a five-point Likert scale.
- **Subjective Well-Being Scale:** Adapted from Anhar Khalifa Ahmed (2017), consisting of 42 items divided into six dimensions (self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, purposeful life, personal growth) measured on a five-point Likert scale.
- **Gratitude Scale:** Adapted from Watkins et al., consisting of 36 items across three domains (feeling grateful with 15 items,

appreciating simple pleasures with 13 items, appreciating others with 8 items).

Findings:

- The study sample exhibited good levels of emotional representation, subjective well-being, and gratitude.
- A statistically significant positive relationship was found between emotional representation and gratitude.
- A statistically significant positive relationship was found between subjective well-being and gratitude.
- Both emotional representation and subjective well-being significantly contributed to gratitude, with subjective well-being having a greater impact than emotional representation.

Keywords:
Emotional Representation, Subjective Well-Being, Gratitude, University Students.

أولًا: مشكلة البحث

نظرًا للحياة الجافة المليئة بالصراعات والمشاحنات والضغوط النفسية نتيجة اللهث وراء كسب المال، وذلك أيضًا لزيادة متطلبات الرفاهية في مجتمعنا وحاجة الكثيرين إلى الاستزادة منها، أدى هذا إلى وجود خلل سلوكي واجتماعي لدى الأفراد تمثل في هجرهم لكثير من المفاهيم الإيجابية مثل: الشعور بالامتنان السعادة، التسامح، وأدى هذا لتفكك المجتمع وتسارع خطواته لتباعد الجميع عن بعضه البعض راكضين وراء سراب التقدم والتكنولوجيا والإلكترونيات (محمد، 2013: 11). لذلك فإن دراسة المفهوم الإيجابي الامتنان الذي قد يؤثر على نظرتنا لأنفسنا وعلى علاقاتنا بمن حولنا وعلاقته بمدى شعورنا بالمتعة في حياتنا يساعدنا في التعرف على مدى تواجد هذه المفاهيم الإيجابية لدى فئات عمرية مختلفة في المجتمع.

يعد الامتنان من المتغيرات الإيجابية التي قد تسهم في تحقيق غاية الفرد وشعوره بالسعادة، حيث إنه قد يسهم في زيادة شعور الفرد بالرضا، وزيادة جودة العلاقات الاجتماعية بين الأفراد، والذي يؤدي بدوره إلى زيادة القدرة على مواجهة التغيرات، والتحديات والضغوط التي يتعرض لها الإنسان في حياته (محمد، 2014: 146).

وأشارت الفريح (2016: 16) في دراستها إلى أن الامتنان قد يرتبط ارتباطًا قويًا بمهارات حياتية مثل التعاون ووجود هدف في الحياة والإبداع والمثابرة، ومن ثم فإن الشعور بالامتنان يعد موردًا حيويًا يجب على الوالدين والمعلمين وغيرهم ممن يتعاملون مع الشباب مساعدتهم في تنميته وهم يكبرون. وقد يكون المزيد من الشعور بالامتنان هو ما يحتاج إليه مجتمعنا حتى ينشئ جيلًا لديه استعداد لإحداث فارق في المجتمع.

ولابد أن يكون الامتنان في جميع أحوال الفرد في السراء والضراء، عندما يكون في أحسن حال وعندما يشعر بأنه في حال سيء، فالنعم التي ينعم بها الفرد لا تعد ولا تحصى، فكما يقول أندرسون وجالاجار

(2018: 105) إنه يسهل التعبير عن الامتنان عندما تسير الأمور على نحو جيد في حياتنا، ولكن ما الذي يحدث عندما تخرج الأمور عن مسارها في حياتنا؟ بالنسبة للعديد من الناس، يتبدد لديهم الامتنان عندما تخرج الأمور عما كانت عليه، وبدلًا من الشعور بالامتنان يشعرون بخيبة الأمل، أو الخوف، أو الغضب، أو الكراهية، أو الصدمة، أو القلق أو اليأس.

ويعد الامتنان أساسًا للهناء والصحة النفسية، كما أنه يزيد من شعور الأفراد بالسعادة في مختلف مراحل العمر، وقد وثقت الدراسات والأدلة التراكمية فوائد واسعة ومتعددة للامتنان والتي تتعلق بالسعادة والهناء الذاتي والصحة البدنية والعقلية، وقد أثبتت الأبحاث والتجارب العلمية مساهمة الامتنان في زيادة الآثار الإيجابية المرغوب فيها والتقليل من الآثار السلبية (الفريح، 2016: 19).

كما يؤدي الجانب الاجتماعي في حياة الفرد دورًا، وفي جميع تفاعلاته وعلاقاته مع الآخرين، فالفرد الناجح والذي يمتلك المهارة الاجتماعية، والذي يعرف كيفية التحكم بمشاعره، والكفوء في قراءة مشاعر الآخرين، ويتعامل معها بصورة جيدة، فهو بذلك يكون لديه القدرة على التكيف مع مختلف مجالات الحياة، ومنها المجال العاطفي. ويرتبط التمثل العاطفي بإظهار السلوك المقبول اجتماعيًا لدى الطلبة، أي أن ارتفاع مستوى التمثل العاطفي لدى يساعده في تقليل وخفض انفعالاته السلبية نحو الآخرين لأسباب ذاتية للحد من الضيق الذي يشعر به، ولأسباب غيرية لخفض شعور الآخرين بالضيق، في حين أن من لديهم مستوى منخفض من التمثل العاطفي سيعانون من صعوبة في تقليل ما يشعرون به من ضيق، وتتولد لديهم رغبة للقيام بسلوكيات عدائية تجاه الآخرين، وهذا السلوك غير معالج بالخبرة في الشعور بالآخرين، سواء بفهم الحالة الانفعالية للطرف المقابل أو من خلال تجربة تلك الحالة؛ لذلك فهذا الطالب لا يفهم الألم أو يجربه أو يشعر بالضيق والمعاناة في الانفعالات الناتجة عن السلوك العدائي، حيث يفشل في عملية الربط بين ما يصدر عنه من سلوك عدائي وردود الفعل الانفعالية للآخرين (Joliffe.& Farrington, 2009).

ويعتبر مفهوم الهناء الذاتي من المفاهيم الحديثة نسبيًا والتي تتسق مع التحول الحديث نسبيًا إلى علم النفس الإيجابي، ويتضمن الهناء الذاتي الأحكام المعرفية للأفراد على حياتهم سواء على حياتهم ككل وهو ما يعرف بالرضا العام عن الحياة، أو على جوانب نوعية من حياتهم مثل الدراسة، أو العمل، أو الزواج... إلخ، وهو ما يعرف بالرضا عن المجال، ويتضمن تقييمات الفرد لحياته منذ الطفولة حتى الوقت الحالي، أو تقييماته لإطار زمني محدد من حياته مثل الأسبوع أو الشهر السابق (Diener, E., Lucas, R., & Oishi, S., 2002: 63).

ويهدف علم النفس الإيجابي إلى تحديد القوى النفسية الإيجابية (مثل الحب التفاؤل، العرفان، التسامح، الأمل ..... إلخ) التي ترتبط بالنواتج الإيجابية لدى طلاب الجامعة وتمكنهم من تحقيق الهناء الذاتي والامتنان (Hoy.B., Suldo, S., & Mendez, 2013, 1343)

أولًا: مشكلة البحث

سيعمل البحث الحالي على الكشف عن نوع وطبيعة العلاقة بينهما وكيفية حدوثها وطرق السيطرة عليها. ومن خلال ما تم ذكره من الافتراضات النظرية والدراسات السابقة، يمكن أن تُحدد مشكلة البحث الحالي بالسؤال الآتي:

ما مدى إســهام كل من التمثل العاطفي والهناء الذاتي في تفسـير التباين الحاصــل بدرجات الامتنان لدى طلبة الجامعة؟

ثانيًا: أهمية البحث

تكتســـب هذه الدراســـة أهميتها من أهمية الشـــريحة التي تتناولها، طلبة المرحلة الجامعية، فهي تُعد من المراحل الدراسية المهمة التي يُوجَّه فيها الطلبة بشكل سليم عن طريق حرص القائمين على إدارتها على وضـع منهج دراسـي متنوع وشـمولي يسـعى إلى خدمة الطلبة في شـتى مجالات الحياة. فهذه المرحلة تؤثر في مسار حياة الإنسان وسلوكه الاجتماعي والانفعالي والخلقي والنفسي.

إذ يُعد التمثل العاطفي الدخول إلى العالم الإدراكي للشـــخص الآخر، ورؤية العالم بالطريقة نفســـها التي يراها الشخص الآخر، وهو استجابة عاطفية ناتجة عن فهم واستيعاب الحالة الانفعالية للآخر أو الظروف المحيطة به. وهي مماثلة لما يشـــعر به الآخر أو لمشـــاعره وانفعالاته المتوقعة في الموقف المحيط، مع ضـــرورة إدراك الفرد المتمثل عاطفيًا بأن الانفعال الذي يختبره هو بمثابة انعكاس للحالة الانفعالية والنفسية والسيكولوجية والجسدية للآخر. وتشمل مجالات التمثل العاطفي الاستجابة العاطفية للطرف الآخر بحيث يتم مشـــاركة الآخر الحالة الانفعالية، والأخذ بالاعتبار وجهة نظر الطرف (عبد الهادي وأبو جدي، 2011).

كما أصـبح الهناء الذاتي من أبرز المواضـيع في علم النفس الإيجابي التي تلهم الباحثين لدراسـته وقياسـه، وكذلك التعرف على مدى وجوده ومصـادره المتنوعة. وهو مفهوم أن الإنسـان كائن متطور متجدد يتميز بالتطور المستمر نحو الأفضل والأكثر فاعلية، خاصة عندما تُتاح له المصادر الإيجابية المختلفة (الضيع، 20012: 137-176).

وقد أشـار دينير (2011) إلى أن مصـطلح الهناء الذاتي ذو إطار شـمولي يتضـمن الرضـا عن الحياة، والذي يشمل مجالات عديدة، منها الرضـا عن العمل، والرضـا الزواجي، والصـداقة... إلخ. كما يتضـمن أيضًا المشاعر السارة وتشمل الشعور بالمتعة، والاعتزاز بالنفس، والبهجة... إلخ، والمشاعر غير السارة وتشمل الشـعور بالخزي، والعار، والذنب... إلخ. وتوصـل أيضًا إلى أن السـمات الشـخصـية كالانبسـاطية ومستوى الطموح وتقدير الذات ارتبطت بقوة بالهناء الذاتي. وأورد دينير وشان (2011) أن الهناء الذاتي يشير إلى التقويمات المعرفية والوجدانية التي لدى الفرد في حياته.

وقد عرَّفه الطيب والبهاص (2009) باعتباره حالة شـعورية وانعكاسًـا للحالة الإيجابية المزاجية للفرد. كما عُرف بأنه حالة معرفية يعبر عنها الفرد بالتصـرف بإيجابية تجاه مواقف الحياة المختلفة، كأن يشـعر الفرد بالضبط الداخلي والقدرة على تحقيق الذات (الدمرداش، 2010).

كما أن الامتنان لا يأتي دائمًا في اللحظة نفسها التي يحدث فيها الموقف الذي يشعر الفرد بالامتنان تجاهه، فهناك بعض الأشـــياء التي تحتاج إلى الوقت لنعرف قيمة ما اكتســـبناه منها، وذلك عندما ننظر إليها ببصـــيرة. وفي كثير من الأحيان قد تؤدي قلة الشـــعور بالامتنان إلى التراجع عن أمور كثيرة في الحياة (هاي، 2008، 71). ومن ثم يبدو أن للامتنان أثرًا كبيرًا في سـعادة الفرد. ففي دراسـة قام بها "إيمونز" من جامعة كاليفورنيا و"مايكل" من جامعة ميامي حول الامتنان والسعادة، طلب فيها من جميع المشاركين كتابة بعض الجمل كل أســـبوع تركز على الأحداث والمواضـــيع التي نالت اهتمامهم. وكتبت مجموعة واحدة عن الأشـــياء التي كانوا ممتنين لها من الآخرين، وقامت المجموعة الثانية بكتابة الأحداث والمواضـــيع التي أزعجتهم، وكتبت المجموعة الثالثة عن الأحداث التي أثرت عليهم (مع عدم التركيز بوصـفها أحداثًا إيجابية أو سـلبية). وبعد 10 أسـابيع، ظهر أن الذين كتبوا عن الامتنان كانوا أكثر تفاؤلًا وقيموا حياتهم بوصـفها حياة طيبة وممتعة، في حين قيمت المجموعتان مشـاعر سـعادتهم بدرجة أقل من المجموعة الأولى.

وهذا ما أكدته دراســة "وود" (2008) المنشــورة في مجلة البحوث في الشــخصــية، حيث أظهرت أن الامتنان يحد من وتيرة ومدة نوبات الاكتئاب التي قد نشعر بها بسبب بعض الظروف المزعجة والبغيضة (العبودي، وآخرون، 2015، 130).

ثالثًا: أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على:

1- التمثيل العاطفي لدى طلبة الجامعة.
2- الهناء الذاتي لدى طلبة الجامعة.
3- الامتنان لدى طلبة الجامعة.
4- العلاقة الارتباطية بين التمثل العاطفي والامتنان لدى طلبة الجامعة.
5- العلاقة الارتباطية بين الهناء الذاتي والامتنان لدى طلبة الجامعة.
6- مدى إسـهام كل من التمثيل العاطفي والهناء الذاتي في تفسـير التباين الحاصـل بدرجات الامتنان لدى طلبة الجامعة.

رابعًا: حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة الأنبار الدراسة الصباحية للعام الدراسي (2024-2025).

خامسًا: تحديد المصطلحات

أولًا: التمثيل العاطفي

عرفه كل من:

(Decety, Lamm, 2006): قدرة الفرد على أن يضع نفسه في الحالة العقلية لشخص آخر بهدف فهم انفعالاته ومشاعره، واستجابة متمركزة حول صالح وحيز الشخص الآخر من منظوره الشخصي (Decety, Lamm, 2006:1).

سلامي (2016): القدرة على فهم اهتمامات الآخرين، والشعور بها، بحيث يصبح الفرد أكثر حساسية تجاه حاجات الآخرين ومشاعرهم، وبالتالي تقدير ظروفهم ومساعدتهم، وتفهم مشاعرهم الوجدانية المصاحبة للحظات الألم والفرح، حيث يسهم التمثل العاطفي في عدم معاملة الآخرين بقسوة، أو باللامبالاة وعدم التقدير لمشاعرهم (سلامي، 2016: 15).

- التعريف النظري: وقد اعتمد الباحث تعريف (Decety, Lamm, 2006) تعريفًا نظريًا للبحث الحالي الذي يعد مناسبًا لعينة البحث.
- إجرائيًا: الدرجة التي يحصل عليها طلبة جامعة الأنبار في الكليات الإنسانية والعلمية على مقياس التمثل العاطفي المستخدم في الدراسة.

ثانيًا: الهناء الذاتي

عرفه كل من:

(Ryff, 1989): هي العوامل الستة الرئيسية لريف للمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع رضا الفرد عن الحياة بشكل عام: (قبول الذات، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، الاستقلال، السيطرة على البيئة، الغرض من الحياة، النمو الشخصي) (Ryff, 1989: 1072).

- التعريف النظري: اعتمد الباحث تعريف (Ryff, 1989) في الهناء الذاتي، لأنه يتناسب مع متطلبات البحث الحالي، ولأن الباحث قد اعتمد على نظرية رايف في بناء مقياس الهناء الذاتي الذي سيتم تطبيقه على عينة البحث الحالي.

- إجرائيًا: الدرجة التي يحصل عليها الطالب أو الطالبة من خلال إجابته على فقرات مقياس الهناء الذاتي المحدد لأغراض البحث الحالي.

ثالثًا: الامتنان

عرفه كل من:

(Watkins, 2014): سمة تجعل الفرد على استعداد للاعتراف بحصوله على شيء جيد أو منفعة قدمت له من قبل فرد آخر أو مصدر خارجي (مصدر المنفعة غالبًا)، ويتجسد ذلك في حدوث شيء إيجابي له أو غياب أحداث سلبية متوقع حدوثها (Watkins, 2014:76).

- التعريف النظري: اعتمد الباحث تعريف (Watkins, 2014) لأنه يتناسب مع متطلبات البحث الحالي.

- إجرائيًا: الدرجة التي يحصل عليها الطالب أو الطالبة من خلال إجابته على فقرات مقياس الامتنان المحدد لأغراض البحث الحالي.

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولًا: التمثيل العاطفي

يتضمن الجانب الانفعالي الاجتماعي للتعلم أشكالًا، ومنها مهارة التمثل العاطفي، المهارة التي تُعتبر عنصرًا هامًا للنجاح في التفاعل الاجتماعي. وتصنف ضمن النمو الأخلاقي والإيثار والسلوكيات المقبولة اجتماعيًا. ويمنح المستوى المرتفع من التمثل العاطفي الفرد القدرة على إطلاق الأحكام ووقفها وتأجيلها، وأن يضع نفسه مكان الطرف الآخر وفهم عالمه، وأن يتحمله ويتسامح مع مشاعره الصعبة. ويعد التمثل العاطفي عنصرًا وظيفيًا للإيثار، وينظر إليه باعتباره مهارة تكيف، وعامل حماية من الإجهاد والضغط، وهو عنصر أساسي للذكاء الانفعالي (Creason & Cashwell, 2009).

أبعاد التمثل العاطفي

تطرقت شعبان (2020) إلى خمسة أبعاد فرعية للتمثل العاطفي، وهي:

تحديد الانفعالات: ويعبر عن مدى الإدراك والوعي بمشاعرنا وانفعالاتنا وبمشاعر الآخرين وانفعالاتهم، كما يتناول القدرة على معرفة وتحديد الانفعالات المعبرة عن مشاعر (الحزن، السعادة، الخجل، الغضب، الخوف).

الانفعالات المتعاكسة: وتعبر عن إدراك الفرد لانفعالات متعاكسة في موقف ما.

الإنصات الفعال: وتعبر عن مهارات الاستماع التي تتمثل بتوجيه النظر للطرف المتحدث، والتواصل البصري، وعدم المقاطعة، وإيماءات الرأس.

الاهتمام والإحاطة: ويقصد بها التعبير عن الاهتمام بالطرف الآخر.

قبول الاختلاف: وتعبر عن إدراك التنوع والاختلاف للأفراد وتقبله، بالرغم من وجود أشياء مشتركة بينهم (شعبان، 2020: 339-370).

وقام كل من ديستي ولاما (Decety& Lamm ,2006) بإيراد مجموعة أخرى من التعريفات للتمثل العاطفي وعلى النحو التالي:

1. قدرة الفرد على ان يضع نفسه في الحالة العقلية لشخص آخر بهدف فهم انفعالاته ومشاعره وهذا شكل من اشكال المحاكاة والتقليد

2. نموذج مركب من الاستدلال النفسي حيث الاتساق بين الملاحظة والذاكرة والمعرفة والاستدلال لإنتاج استبصارات لأفكار ومشاعر الآخر

3. استجابة عاطفية أكثر ملائمة لموقف الشخص الآخر من موقف الفرد نفسه
4. استجابة متمركزة حول الآخر تتناسب مع صالح وخير الشخص الآخر من منظوره الشخصي.
5 . استجابة عاطفية تنتج من فهم واستيعاب الحالة الانفعالية للآخر او ظرفه، وهي متشابهة لما شعر به الآخر أو متوقع ان يشعر به في المواقف المحددة. ويتضح أن التمثل العاطفي يشتمل على الجانب المعرفي والانفعالي والسلوكي فالجانب المعرفي هو العمليات المعرفية والافكار والمعتقدات التي تراقب وتنظم بما يتناسب مع وجهة نظر الطرف الآخر وافكاره ومعتقداته ، أما الجانب الانفعالي فيظهر في تنظيم الحالة الانفعالية الذاتية ومشاركة الحالة الانفعالية للطرف الآخر.(Berk,2002:33)

ثانياً: الهناء الذاتي :

إن الهناء الذاتي هي حجر الزاوية في علم النفس الإيجابي، والمفهوم الأساسي والمحوري فيه. وقد تم إسناد دور رئيسي له في قصة الحضارة الإنسانية. "لقد كانت الرفاهية هي الشغل الشاغل في الحياة لكل تقليد ثقافي، لأنها مرتبطة بالمزاج الإيجابي، والرضا عن الحياة، ونوعية الحياة، وتحقيق الذات والتفاؤل" (Larson,1978: 109)) هنا، يمثل علم النفس اهتمامه النهائي بتمكين الفرد من عيش "حياة جيدة" قد يشعر فيها بالسعادة. منذ عدة سنوات، تجاهل علماء النفس "المشاعر الإيجابية للشخصية" مع "المشاعر السلبية السائدة في القلق والاكتئاب وأمور الضغوط النفسية والتشاؤم" التي تتصدر مناقشاتهم وأبحاثهم ودراساتهم. (Phillips,2008:40).

جوانب الهناء الذاتي :

لقد كرس العديد من علماء النفس أبحاثهم لدراسة الرفاهة النفسية للأفراد والتعرف على سماتها وأعراضها وعملياتها وأسبابها المشتركة، وقد نظروا إليها من منظورين: منظور نفسي وعاطفي: ويشمل ذلك الشعور بالأمان والثقة الذي يحدث في المواقف السعيدة، بالإضافة إلى منظور عقلي وإدراكي: ويشمل ذلك إدراك الفرد للرضا وتصوره للنجاح والانسجام بأن الأمور تسير وفقًا لتوقعاته أو رغباته. والمنظوران متطابقان، لأن السلوك المعبر عنه عقلي، والسعادة المرتبطة به عقلية أيضًا. ولا يمكننا التفريق بين الجانبين العاطفي والعقلي للسعادة. والفرح الذي ندركه أو نلاحظه في سلوك الشخص السعيد يتكون من ثلاثة جوانب منفصلة ولكنها مترابطة لا يمكن فصلها، وهذه الجوانب هي:

الجانب المعرفي: يظهر في السعادة الناتجة عن الإنجاز والنجاح.

الجانب العاطفي: يظهر في السعادة والفرح الذي يشعر به الإنسان من خلال اللذة.

الجانب النفس الحركي: يظهر في الفرح أو الرضا أو النجاح الذي يعبر عنه الشخص سواء تم التحدث عنه بشكل مباشر أو من خلال الحركة والتعبير عن المشاعر في الوجه مثل السعادة أو الرضا.(مرسي، 2000: 40)

النظرية المفسرة للهناء الذاتي:

لم يترك علم النفس مفهوما نفسياً دون البحث والتقصي عن مفهومه وتفسير أسباب حدوثه بشكل مبسط من خلال تخطيط نظري منظم، وفيما يأتي عرض للنظريات التي تناولت الهناء الذاتي:

نظرية:Ryff Theory

الهناء الذاتي هو أول أشكال التصور الذاتي التي تمت دراستها بشكل مكثف. الهناء الذاتي هو جودة حياة الشخص فيما يتعلق بوجود أو غياب المشاعر الإيجابية أو السلبية، وكذلك درجة رضاه عن حياته.(Larson,1978:120).

في إطار نموذج الهناء الذاتي نلاحظ تناقضات لا تتعلق بمصادر الهناء. ونتيجة لهذا، يجمع مقياس الهناء الذاتي المستوى الإجمالي للسعادة أو الرضا الحالي، وهذا يشمل المكونات المتعية بالفلسفية للفرح الفردي، لكنه لا يفرق بينهما.(Emmons,1986:1059).

وقدمت رايف (Ryff,1989) بناء نظريات للهناء الذاتي والمتمثلة في الأبعاد الستة وهي :(التقبل الذاتي، العلاقات الايجابية مع الآخرين، الاستقلالية، السيطرة على البيئة، الحياة الهادفة، النمو الشخصي)، على أساس النظريات والآراء المختلفة في مجال الشخصية.(Ryff,1989:1070)

وباستخدام تعريف للهناء الذاتي، قدم كل من (Deci,Ryan,2001) دراسة تشير نتائجها إلى وجود شبكة كبيرة من العوامل المرتبطة التي تدعم جودة الحياة. وتشمل هذه العوامل الرضا عن الحياة، والسعادة بشكل عام، وتقدير الذات، ومركز التحكم الموجود داخل الدماغ، وطرق التأقلم، والضمير، والانفتاح (مقابل الانطواء)، والواقعية، وانخفاض العصبية. (يونس , 2012: 135).

ثانياً: الامتنان:

مفهوم الامتنان (The concept of Gratitude) تعود جذور مفهوم الامتنان إلى الفلاسفة اليونانيين ، حيث بين أرسطو Aristolle عام ٢٥٠ قبل الميلاد أن الامتنان هو شكل من أشكال السعادة البشرية human happiness أو ما يسمى بالـ eudaimonia وأعتقد أن السعادة هي أقصى ما يطمح إليه بني البشر عبر الثقافات واللغات وعبر العصور المختلفة (Ryan; 2001) (Emmons & Mc Cullough,2003)

النظرية المفسرة للامتنان:

نظرية التضخيم للامتنان لواتكنز Theory of Gratitude for Watkins (2003-2014).

Amplification أكدت النظرية على وظيفة الامتنان، إذ يؤكد واتكنز (Watkins :2001) إن الامتنان مشبع بالإدراك، وهذا يعني أن الفرد لديه نمط فعال من العزو وهذه النظرية تجعله يصبح لديه امتنان. وقد لخص واتكنز نتائجه حول الإدراك بكلمات "الامتنان"، وأشار إلى التجارب الأربع المعترف بها للامتنان والتي كان لها تأثير على تقدير الامتنان. وقد نظر في أربع "هويات" مختلفة تجعل الشخص يشعر بأنه مدين. وأكد على كلمة الاعتراف لأنها تمثل أعظم جودة للإدراك، وهذه الاعترافات هي أساس الامتنان. ويقر واتكنز أنه من أجل تفسير هذه الاعترافات، من الضروري أولاً تحديد ماهيتها.

أولاً: الاعتراف هو معرفي في المقام الأول، ومن خلال التركيز على الطرق الأربعة المختلفة للاعتراف بالامتنان، يتم إثبات قيمة الاعتراف في تجربة الامتنان

ثانياً: أحد التعريفات الحرفية للاعتراف هو التأكيد أو صحة التقدير، أو تحديد شخص أو شيء أو موقف ما بعدما تتم عملية الأدراك. وبهذه الطريقة فإن العمليات المعرفية الأساسية للامتنان تشبه إلى حد كبير الاعترافات، فهي تُحدد نمطاً مألوفاً من الأحداث، وهي تأكيدات وصحة التقدير لبعض الجوانب الهامة من الموقف.

ثالثاً: إن اعتراف المرء إجرائياً، هو ممارسة "إعادة إدراك". فعندما يقوم الفرد بتقييم الحدث الذي سيؤدي به إلى الامتنان، سيضيف شيئاً معيناً حول الحدث، ولكن يجب القول إن هناك أيضاً بعض أنواع إعادة الأدراك أو إعادة التفكير مع عدم أضافة شيء معين حول الحدث يقود الفرد للشعور بالامتنان أيضاً. وإذا كان الفرد لا يقوم بمعالجة استلام الفائدة بمثل هذه الطريقة (أي من دون تأكيد أو

اعتراف) سيتسبب له بتجاهل أو عدم ملاحظة الحدث، حتى لو أن الفائدة قد تثير الامتنان لديه، لكنه سوف لن يشعر بالامتنان

رابعاً: إن اعتبار العلوم المعرفية بأن الاعتراف نوع من مهام الذاكرة يزودنا بالمعلومات عن نوع من العمليات المعرفية التي تنطوي على الامتنان. ففي موضـــوعات اختبارات تعرف الذاكرة، تحفظ عدد من الكلمات ومن ثم يعرض على المشـــاركين مجموعة جديدة من الكلمات، بعضـــها كلمات دروسها سابقاً وبعضها لم يسبق لها مثيل من قبل. ومهمة المشاركين في هذه الاختبارات هي التعرف على الكلمات القديمة والجديدة. أن هذه المهمة للذاكرة كثيراً ما تتناقض مع الاســـتدعاء الحر، ففي الاستدعاء الحر يُطلب ببساطة من الأشخاص تذكر كل الكلمات التي درسوها فقط. لذلك الاعتراف هو أكثر دقة، وأكثر حســاسـية، وأقل جهداً ، وينطوي على المزيد من العمليات المعرفية التلقائية من الاستدعاء الحر. ومن ناحية أخرى، من المحتمل أن ينطوي الاستدعاء الحر على المزيد من العمليات الإدراكية المتعمدة والمسيطر عليها. وبهذه الطريقة، تميل اعترافات الامتنان إلى أن تكون سريعة إلى حد ما، وأقل تعمد وأقل جهد من العمليات المعرفية الأخرى. لذا أن الإدراكات التي تنتج انفعال الامتنان اعترافات حقيقية وســـريعة إلى حد ما، وبجهد أقل. وهذا لا يعني أن المعالجة المتعمدة أو المسيطر عليها لا تنطوي على نسبة امتنان، إلا أن الإدراكات التي تنتج الامتنان لا تميل إلى أن تتسم بالتفكير الدقيق والتفكير المتعمد والتفكير التحليلي. (حسن، ٢٠١٧، ٤٤ - ٤٧)

ولنا أن نســـوغ انطلاقا مما ذكر ســـابقا علة تبني الباحث لهذا النظرية " وتكنز وآخرين "، ومن ثم تبنيه للمقياس وهي:

1- وضوح النظرية التي فسرت الامتنان.
2- اعتماد عدد من الدراسات على هذه النظرية.
3- أجريت دراسات عدة تختبر هذه النظرية ودقة المقياس.

الدراسات السابقة :-

اولاً:- دراسة تناولت التمثيل العاطفي

- **دراسة (عبد الهادي والبسطامي :2017): هدفت إلى الكشف عن قدرة يقظة الذهن على التنبؤ بمهارة التمثل العاطفي لدى عينة من طلبة جامعة أبو ظبي بفرعيها: (أبو ظبي، والعين)،** واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وبلغت عينة الدراسة (400) طالب وطالبة، طبق عليهم مقياس يقظة الذهن والمكون من أربعة مجالات هي (الملاحظة، والوصـــف، والوعي بالفعل، والقبول دون إصـــدار حكم)، ومقياس التمثل العاطفي والمتضـــمن أربعة مجالات هي الخيال، والاهتمام العاطفي، والأخذ بالاعتبار وجهة نظر الطرف الآخر، والألم الشـــخصـــي)، وتوصـــلت الدراسة إلى وجود مستوى جيد من يقظة الذهن والتمثل العاطفي، وتبين أن زيادة يقظة الذهن تزيد من التمثل العاطفي. وتوصلت الدراسة أيضاً إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تعزى للجنس، ووجود فروق في التمثل العاطفي ولصـــالح الإناث، كما تبين وجود فروق في متغيري يقظة الذهن، والتَّمثل العاطفي تعزى للمستوى الدراسي، وذلك لصالح الطلبة من المستويات الدراســـية العليا وبشـــكل تتابعي مقارنة بالطلبة من المســـتويات الدراســـية الدنيا(عبد الهادي والبسطامي:2017)

ثانياً:- دراسة تناولت الهناء الذاتي :

- **دراسة (احمد و الحلو:2017): (تطـــور التسامـح لدى المراهقين وعلاقتـــه بالاتجاه الديني والهنـاء الذاتي) هدف البحث الحـالي إلى التعرف على العلاقـة الارتبـاطيـة التطوريـة بين التسامح وعلاقته بالاتجاه الديني والهناء الذاتي لدى المراهقين للأعمار (14,12, 16, 18) سنة في المدارس المتوسطة والثانوية والجامعة في محافظة ديالى**، تم اختيار عينة البحث وفق الطريقة الطبقية العشـوائية وبلغت عينة البحث (500) طالب وطالبة، وقامت الباحثة ببناء مقياس لكل متغير من متغيرات البحث بما يتناســب مع عينة البحث وأهدافه, وكان مقياس التســامح مكون من (34) فقرة , ومقياس الاتجاه الديني من (24) موقفاً لفظياً ,أما مقياس الهناء الذاتي فقد تكون من (42) فقرة، أما بدائل المقاييس فكانت ثلاثية ,وتم اسـتخراج الصـدق الظاهري للمقاييس الثلاثة من خلال عرضـها على مجموعة من المحكمين في مجال التربية وعلم النفس, وكذلك تم التحقق من مؤشـرات صـدق البناء , فيما يخص الثبات فقد تم الاعتماد على طريقتين هي (الفا كرونباخ ، إعادة الاختبار) وبلغ معامل الثبات وطريقة الفا كرونباخ (0,87 – 0,88 – 0,90) وطريقة اعادة الاختبار (0,85- 0,91 – 0,89)على التوالي. وبعد تطبيق أدوات البحث وتحليل البيانات توصـلت الباحثة إلى النتائج الآتية: تمتع عينة البحث بالتســامح واتجاه ديني وهناء ذاتي لدى الذكور والاناث ولكافة المراحل العمرية والاختصــاصــين العلمي والادبي، ووجود علاقة طردية بين التســامح والاتجاه الديني، والتســامح والهناء الذاتي، والاتجاه الديني والهناء الذاتي. لا يتأثر التســامح والاتجاه الديني والهناء الذاتي بالجنس والتخصــص العلاقة بين متغيرات البحث الحالي متفاعلة فيما بينها وتأثيرها متبادل ومتباين. (احمد و الحلو:2017)

ثالثاً:- دراسة تناولت الامتنان :

دراسة (المحمدي والعبيدي:2022): الامتنان لدى طلبة الجامعة

اســتهدف دراســة التعرف على الامتنان لدى طلبة جامعة الانبار ودلالة الفروق في الامتنان وفقاً لمتغيري: الجنس (ذكور، إناث). والتخصــص (علمي، إنســاني). ولكي يتمكن الباحثان من تحقيق اهداف البحث اعتمد على المنهج الوصــفي الارتباطي، حيث تكونت عينة البحث الحالي من (٤٢٠) طالبا وطالبة من كليات جامعة الانبار، وطبق عليهم مقياس الامتنان الذي أعده الباحثان، وتألف المقياس بصورته النهائية من (٤٣). وعند اجراء التحليل الاحصائي اظهرت النتائج ما يأتي: سجلت عينة البحث درجة عالية في الامتنان ولا توجد فروق في الامتنان بين الطلبة الذكور والاناث. والتخصص (علمي - انساني) وفي ضوء النتائج وضع الباحثان عددا من التوصيات والمقترحات.(المحمدي و العبيدي،2022: 36)

منهجية البحث واجراءاته

تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي وذلك لأنه أكثر ملاءمة لأهداف الدراسة الحالية ويوضح مدى ارتباط متغيرات الدراسة، وتشتمل متغيرات الدراسة على كل من: التمثل العاطفي، الهناء الذاتي، الامتنان.

مجتمع الدراسة:-

اشتمل المجتمع الأصلي لعينة الدراسة الحالية على عدد (20437) طالبا وطالبة من طلبة جامعة الانبار, موزعين وفقاً للتخصص اذ بلغ مجموع التخصص العلمي (13097) طالبا وطالبة وبلغت النسبة (64%) من حجم المجتمع, في حين بلغ عدد طلبة التخصصات الانسانية (7340) طالباً وطالبة

وبلغت النسبة (36%) من حجم المجتمع, أمَّا فيما يخص متغير النوع الاجتماعي, فقد بلغ عدد الطلاب الذكور (7618) بنسبة (37%), في حين بلغ عدد الطالبات الإناث (12819) بنسبة (%,63)

المشاركون في الدراسة:-

1. **عينة التحقق من الخصـــائص الســـيكومترية للأدوات:** تكونت عينة تحديد الخصـــائص الســيكومترية للأدوات المســتخدمة في الدراســة من عدد (300) طالب وطالبة، بواقع (111) طالبا، و (189) طالبة من طلاب الدراسات الاولية بجامعة الانبار.
2. **العينة الأســاســية**: تكونت عينة الدراســة الأســاســية من (400) طالب وطالبة من طلاب الدراسات الاولية بجامعة الانبار بواقع (148) طالبا، و (252) طالبة.

جدول (1) عينة البحث موزعة بحسب النوع الاجتماعي والتخصص

التخصص	النوع الاجتماعي		المجموع
	ذكـور	إنـاث	
العلمي	95	161	256
الانساني	53	91	144
	148	252	400

ادوات الدراسة: -

اولاً: مقياس التمثل العاطفي

في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة تم تبني مقياس التمثل العاطفي (الصرايرة، 2017) ويتكون المقياس من (27) فقرة موزعة على اربعة أبعاد هي:

- **الخيال**: تتضمن (6) فقرات ذات التسلسل (1، 2، 3، 4، 5، 6)
- **الاهتمام العاطفي**: تتضمن (7) فقرات ذات التسلسل (7، 8، 9، 10، 11، 12، 13).
- **الاخذ بالاعتبار وجهة نظر الطرف الاخر**: تتضـمن (7) فقرات ذات التسـلسـل (14، 15، 16، 17، 18، 19، 20).
- **الالم الشخصي**: تتضمن (7) فقرات ذات التسلسل (21، 22، 23، 24، 25، 26، 27)

ويجاب عليه في ضـــوء مقياس خماســـي دائماً (5 درجات)، غالباً (٤) درجات)، احياناً (٣) درجات، نادراً (درجتان)، نادراً جداً (درجة واحدة).

التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التمثل العاطفي

اولاً: صدق المقياس : تم حساب صدق المقياس بالطرق الاتية :-

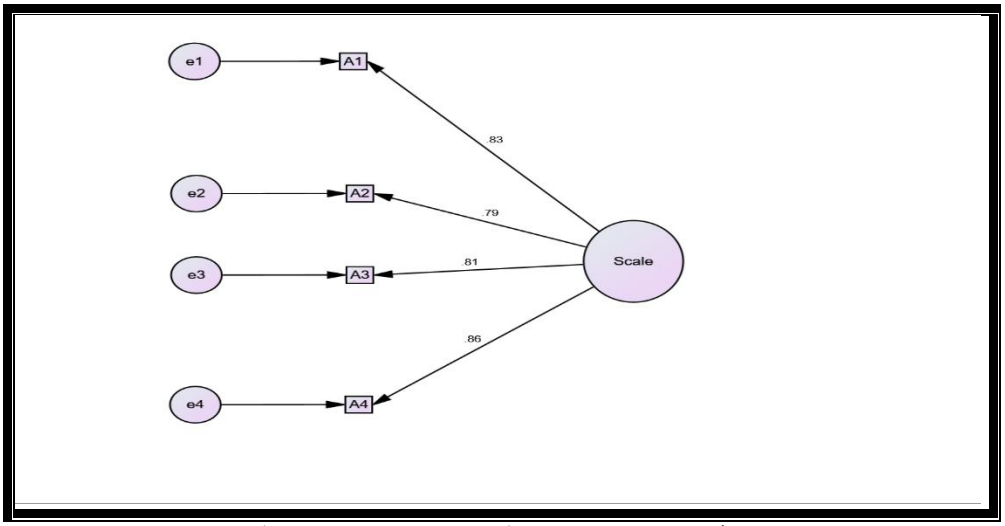
أ. **– صدق المحكمين:-** تم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من أساتذة علم النفس بلغ عددهم (14) محكماً لإبداء آرائهم في ابعاد المقياس ومدى قياسها للهدف من المقياس وكذلك عبارات المقياس ومدى ملاءمتها للهدف من المقياس وانتمائها للأبعاد وسلامة الصياغة وبعد الاخذ بملاحظات المحكمين تكون المقياس في صورته النهائية من (27) عبارة .

ب - صدق التكوين الفرضي : تم حساب معامل الارتباط (بيرسون) بين درجة العبارة والدرجة الكلية على المقياس بعد حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للمقياس ، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين (0,476) الى (0,589) وكانت جميعها دالة احصائيا عند مستوى (٠.٠١) .

- تم حساب معاملات الارتباط (بيرسون) بين درجة العبارة ودرجة البعد الذي تنتمي اليه بعد حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للبعد، وكانت القيم على النحو التالي: بعد الخيال تراوحت قيم المعاملات بين (0,534 – 0,708) وهي دالة احصائيا، بعد الاهتمام العاطفي تراوحت بين (0,452 – 0,670) وهي دالة إحصائيا، بعد الاخذ بالاعتبار وجهة نظر الطرف الاخر تراوحت بين (0,475 – 0,634) وهي دالة إحصائيا، بعد الالم الشخصي تراوحت قيم المعاملات بين (0,507 – 0,685) وهي دالة احصائيا. كما تم حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد الاربعة والدرجة الكلية على مقياس التمثل العاطفي حيث بلغت (0,576، 0,534، 0,689، 0,621)

ج. الصدق العاملي: بناء على الإطار النظري والدراسات السابقة تم افتراض أن هناك العامل العام التمثل العاطفي والعوامل الفرعية المكونة له وهي: الخيال، الاهتمام العاطفي، الاخذ بالاعتبار وجهة نظر الطرف الاخر، الالم الشخصي.

للتحقق من الصدق البنائي لمفهوم التمثل العاطفي من خلال إجراء التحليل العاملي التوكيدي وتم تصميم نموذج يتكون من اربعة متغيرات مستقلة (ابعاد المقياس)، مع متغير ضمني واحد (التمثل العاطفي). اذ اختبر النموذج بمتغير كامن واحد وبإخضاع النموذج للتحليل العاملي التوكيدي ببرنامج (Amos 24) لذلك قد تم بناء الانموذج كما موضح بالشكل (1)



شكل (1) نموذج التحليل العاملي الثماني بمتغير كامن (التمثل العاطفي)

وقد أسفر هذا الاجراء عن نموذج ذي مؤشرات مطابقة جيدة، والجدول (2) يوضح مؤشرات حُسن المطابقة كما يلي: -

جدول (2) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج العامل الكامن الواحد لمقياس التمثل العاطفي

المؤشر	الاختبار الاحصائي كا^2	نسبة كا^2 X^2\DF	مؤشر حسن المطابقة GFL	مؤشر حسن المطابقة المصحح AGFL	جذر متوسط خطأ الاقتراب RMSEA	مؤشر المطابقة المعياري NFI	مؤشر المطابقة المقارن CFI	مؤشر المطابقة النسبي RFI
قيمة المؤشر	1,619 درجة الحرية 2 الدلالة 0,44=2	0,809	0,997	0,987	0,00	0,998	1	0,993
المدى المثالي للمؤشر	ان تكون قيمة كا^2 غير دالة احصائياً	5 -0	1 - 0	1 - 0	0,1 – 0	1- 0	1 - 0	1- 0

ومن الجدول (2) يتبين أن نموذج التحليل العاملي الناتج يتمتع بمؤشـــر ملاءمة جيد، حيث أن قيمة (Ka2 = 1.619)لم تكن معنوية، وكانت قيم المؤشـرات الأخرى جميعها ضـمن النطاق المناسـب مما يدل على ملاءمة جيدة للبيانات، وكانت قيم التشـــبع بين (0.856 : 0.789) وكانت جميعها معنوية عند مستوى (0.01)، مما يؤكد توافق النموذج المقترح مع بيانات العينة، أي أن تصميم أبعاد المقياس الثمانية يهدف إلى قياس فكرة ضمنية واحدة.

ثانياً: ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ثبات الفا كرونباخ للمقياس ككل حيث بلغت قيمته (0,92) وبلغت قيمته للأبعاد الاربعة على التوالي: (0,89، 0,85، 0,87، 0,90). وكانت قيمة معاملات الفا للمقياس بعدد عبارات المقياس عقب حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للمقياس اقل من قيمة معامل الفا العام للمقياس تراوحت بين (0,92- 0,85) أي أن جميع المفردات ثابته حيث ان تدخل المفردة لا يؤدى الى خفض معامل الثبات الكلى للمقياس.

ثانياً: مقياس الهناء الذاتي

في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة تبنى الباحث مقياس الهناء الذاتي للباحثة (انهـــار خليفـــة احمـــد، 2017) وقد اجرى الباحث تعديلات بسيطة على المقياس بجعله خماسيا التدرج ليلائم عينة بحثه، وحددت مفهوم الهناء الذاتي في ضوء مفهوم رايف (Ryff،1989), حددتها رايف في

ستة عوامل رئيسة هي (التقبل الذاتي, العلاقات الايجابية مع الآخرين , الاستقلالية , السيطرة على البيئة , الحياة الهادفة , النمو الشخصي) (Ryff, 1989: 1072).

وصف المقياس: تكون المقياس في صورته النهائية من (42) عبارة موزعة على ستة ابعاد هي: (التقبل الذاتي، العلاقات الايجابية مع الآخرين، الاستقلالية، السيطرة على البيئة، الحياة الهادفة، النمو الشخصي) يتضمن كل بعد (7) عبارات.

ويجاب عليه في ضوء مقياس خماسي (تنطبق بصورة كبيرة جداً، تنطبق بدرجة كبيرة، تنطبق بدرجة متوسطة، تنطبق بدرجة ضعيفة، لا تنطبق ابداً) وتقدر الدرجات ب (5، 4، 3،2، 1) بدرجة كبيرة جداً (5 درجات)، بدرجة كبيرة (٤) درجات)، بدرجة متوسطة (٣) درجات، بدرجة قليلة (درجتان)، بدرجة قليلة جداً (درجة واحدة) للفقرات الايجابية والعكس للفقرات السلبية.

التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الهناء الذاتي

اولاً: صدق المقياس: تم حساب صدق المقياس بالطرق الاتية: -

أ. صدق المحكمين: - تم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من أساتذة علم النفس بلغ عددهم (14) محكماً لإبداء آرائهم في ابعاد المقياس ومدى قياسها للهدف من المقياس وكذلك عبارات المقياس ومدى ملاءمتها للهدف من المقياس وانتمائها للأبعاد وسلامة الصياغة وبعد الاخذ بملاحظات المحكمين تكون المقياس في صورته النهائية من (42) عبارة.

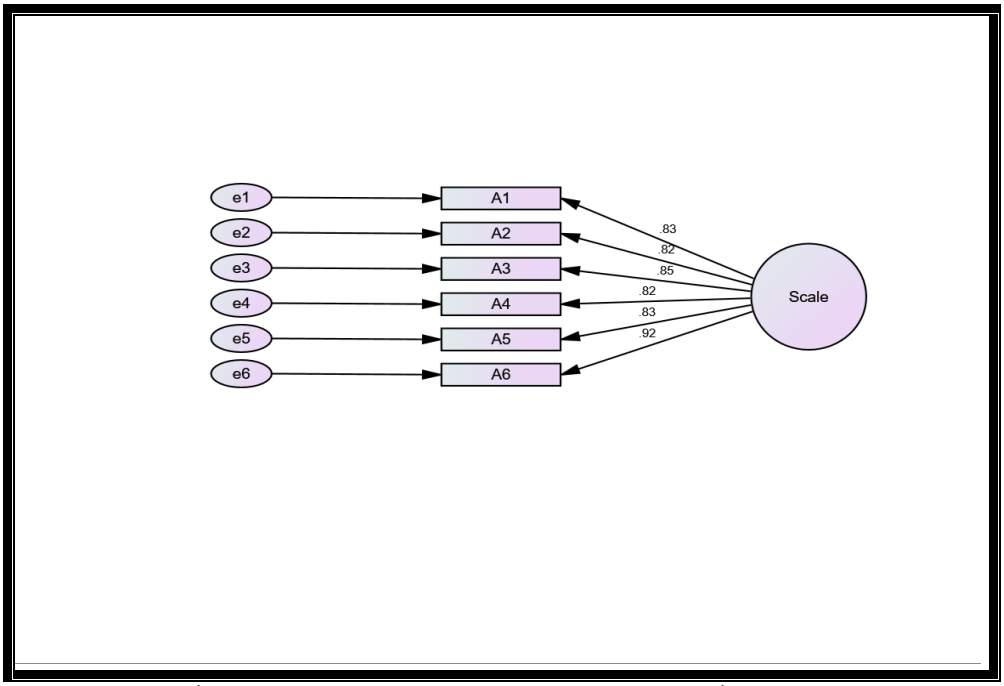
ب. صدق التكوين الفرضي: تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة العبارة والدرجة الكلية على المقياس بعد حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للمقياس، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين (0,398) الى (0,564) وكانت جميعها دالة احصائيا عند مستوى (٠.٠١).

- تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجة العبارة ودرجة البعد الذي تنتمي اليه بعد حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للبعد، وكانت القيم على النحو التالي:

بعد التقبل الذاتي تراوحت قيم المعاملات بين (0,438 – 0,673) وهي دالة احصائيا، بعد العلاقات الايجابية مع الآخرين تراوحت بين (0,485 – 0,621) وهي دالة إحصائيا، بعد الاستقلالية تراوحت بين (0,495 – 0,594) وهي دالة إحصائيا، بعد السيطرة على البيئة تراوحت قيم المعاملات بين (0,466 – 0,692) وهي دالة احصائيا، بعد الحياة الهادفة تراوحت بين (0,490 – 0,612) وهى دالة احصائيا، النمو الشخصي تراوحت ما بين (0,410 – 0,546) وهى دالة إحصائيا، كما تم حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد الستة والدرجة الكلية على مقياس الهناء الذاتي حيث بلغت (0,649، 0,677، 0,723، 0,598، 0,609، 0,712)

ج. الصدق العاملي: بناء على الإطار النظري والدراسات السابقة تم افتراض أن هناك العامل العام الهناء الذاتي والعوامل الفرعية المكونة له وهي: (التقبل الذاتي، العلاقات الايجابية مع الآخرين، الاستقلالية، السيطرة على البيئة، الحياة الهادفة، النمو الشخصي)

تم اختبار النموذج العاملي التوكيدي والذي يتكون من ستة متغيرات مستقلة (ابعاد المقياس) ، مع متغير ضمني واحد (الهناء الذاتي) . اذ اختبر النموذج السداسي بمتغير كامن واحد وبإخضاع النموذج للتحليل العاملي التوكيدي ببرنامج (Amos 24) لذلك قد تم بناء الانموذج كما موضح بالشكل (2)



شكل (2) نموذج التحليل العاملي السداسي بمتغير كامن (الهناء الذاتي)

وقد أسفر هذا الاجراء عن نموذج ذي مؤشرات مطابقة جيدة، والجدول (3) يوضح مؤشرات حُسن المطابقة كما يلي: -

جدول (3) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج العامل الكامن الواحد لمقياس الهناء الذاتي

المؤشر	الاختبار الاحصائي كا^2	نسبة كا^2 X^2\DF	مؤشر حسن المطابقة GFL	مؤشر حسن المطابقة المصحح AGFL	جذر متوسط خطأ الاقتراب RMSEA	مؤشر المطابقة المعياري NFI	مؤشر المطابقة المقارن CFI	مؤشر المطابقة النسبي RFI
قيمة المؤشر	12,062 درجة الحرية 9 الدلالة 0,35=2	1,340	0,896	0,756	0,020	0,923	0,928	0,871

المدى المثالي للمؤشر	ان تكون قيمة كا2 غير دالة احصائياً	5 -0	1 - 0	1 - 0	0,1 – 0	1- 0	1 - 0	1- 0

ومن الجدول (3) يتبين أن نموذج التحليل العاملي التأكيدي الناتج يتمتع بمؤشر ملاءمة جيد، حيث أن قيمة تحظى بمؤشرات حسن المطابقة (Chi2 = 12.062) غير دالة احصائياً، وكانت القيم الأخرى ضمن النطاق المثالي لكل مؤشر، مما يدل على الملاءمة الجيدة للبيانات، كما أن قيم التشبع للأبعاد الستة للعامل الكامن تتراوح بين (0.915: 0.820) وجميعها معنوية عند مستوى (0.01)، وهذا يؤكد توافق النموذج المقترح مع بيانات العينة، وهو ما يجعل إنشاء المقياس بستة أبعاد مفهوماً ضمنياً.

ثانياً: ثبات المقياس : تم التحقق من ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ثبات الفا كرونباخ للمقياس ككل حيث بلغت قيمته (0,92) وبلغت قيمته للأبعاد الستة على التوالي : (0,85، 0,89، 0,83، 0,80، 0,78، 0,86). وكانت قيمة معاملات الفا للمقياس بعدد عبارات المقياس عقب حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للمقياس اقل من قيمة معامل الفا العام للمقياس تراوحت بين (0,91- 0,87) أي أن جميع المفردات ثابته حيث ان تدخل المفردة لا يؤدى الى خفض معامل الثبات الكلى للمقياس.

ثالثاً: مقياس الامتنان

قام الباحث بمسح للدراسات والبحوث السابقة التي تناولت الامتنان والاطلاع على المقاييس المتضمنة في الدراسات السابقة، تبنى مقياس " وتكنز وآخرون " (Watkins , el.al)، ترجمة وتعريب الفريح (2016) بعد تبني الباحث للتعريف والنظرية ثم المقياس الذي جاءوا به ؛ ويتكون بصورته الأولية من (36) فقرة مقسمة على ثلاثة مجالات وهي (الشعور بالامتنان 15 فقرة ، وتقدير المتع البسيطة 13 فقرة ، وتقدير الاخرين 8 فقرات) ، صيغت قسم من فقراته بصورة ايجابية والقسم الآخر بصورة سلبية . اعتمادا على الأوزان الخماسية التي جاء بها " ليكرت " وهي (موافق جدا " 5 "، موافق " 4 "، موافق الى حد ما " 3 "، غير موافق " 2 "، غير موافق جدا " 1 ") ومنها:

التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الامتنان

اولاً: صدق المقياس: تم حساب صدق المقياس بالطرق الاتية: -

أ. صدق المحكمين: - تم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من أساتذة علم النفس بلغ عددهم (14) محكماً لإبداء آرائهم في ابعاد المقياس ومدى قياسها للهدف من المقياس وكذلك عبارات المقياس ومدى ملاءمتها للهدف من المقياس وانتمائها للأبعاد وسلامة الصياغة وبعد الاخذ بملاحظات المحكمين تكون المقياس في صورته النهائية من (36) عبارة.

ب. صدق التكوين الفرضي: تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة العبارة والدرجة الكلية على المقياس بعد حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للمقياس، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين (0,341) الى (0,604) وكانت جميعها دالة احصائيا عند مستوى (٠.٠١).

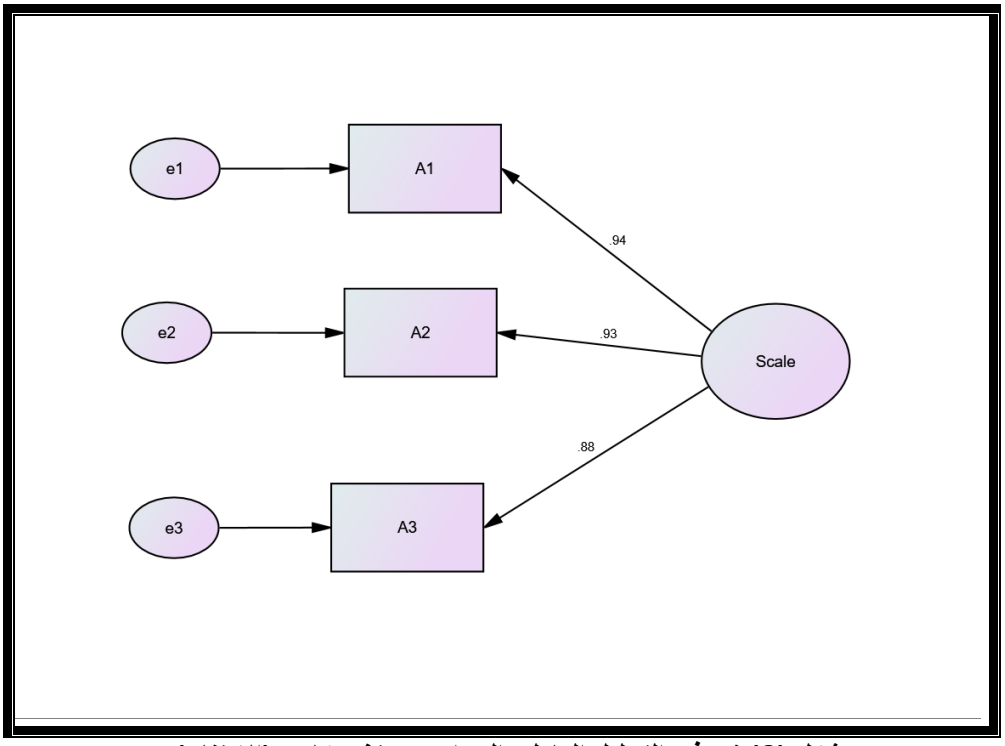
- تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجة العبارة ودرجة البعد الذي تنتمي اليه بعد حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للبعد، وكانت القيم على النحو التالي:

بعد الشعور بالامتنان تراوحت قيم المعاملات بين (0,408 – 0,552) وهي دالة احصائيا، بعد تقدير المتع البسيطة تراوحت بين (0,441 – 0,669) وهي دالة إحصائيا، بعد تقدير الاخرين

تراوحت بين (0,423 – 0,561) وهي دالة إحصائيا، كما تم حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد الثلاثة والدرجة الكلية على مقياس الامتنان حيث بلغت (0,569، 0,735، 0,674)

ج. الصدق العاملي: بناء على الإطار النظري والدراسات السابقة تم افتراض أن هناك العامل العام الامتنان والعوامل الفرعية المكونة له وهي: (الشعور بالامتنان، تقدير المتع البسيطة، تقدير الاخرين)

تم اختبار النموذج العاملي التوكيدي والذي يتكون من ثلاثة متغيرات مســـتقلة (ابعاد المقياس) ، مع متغير ضـمني واحد (الامتنان) . اذ اختبر النموذج الثلاثي بمتغير كامن واحد وبإخضـاع النموذج للتحليل العاملي التوكيدي ببرنامج (Amos 24) لذلك قد تم بناء الانموذج كما موضح بالشكل (2)



شكل (2) نموذج التحليل العاملي السداسي بمتغير كامن (الامتنان)

وقد أسفر هذا الاجراء عن نموذج ذي مؤشرات مطابقة جيدة، والجدول (4) يوضح مؤشرات حُسن المطابقة كما يلي: -

جدول (4) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج العامل الكامن الواحد لمقياس الامتنان

المؤشر	الاختبار الاحصائي كا^2	نسبة كا^2 \ DF X^2	مؤشر حسن المطابقة GFL	مؤشر حسن المطابقة المصحح AGFL	جذر متوسط خطأ الاقتراب RMSEA	مؤشر المطابقة المعياري NFI	مؤشر المطابقة المقارن CFI	مؤشر المطابقة النسبي RFI
قيمة المؤشر	2,903 درجة الحرية 4 الدلالة 0,498=	0,725	0,974	0,9253	0,037	0,946	0,982	0,912
المدى المثالي للمؤشر	ان تكون قيمة كا^2 غير دالة احصائياً	5 -0	1 - 0	1 - 0	0,1 – 0	1- 0	1 - 0	1- 0

ومن الجدول (4) يتضح ان نموذج التحليل العاملي التوكيدي الناتج يحظى بمؤشرات حُسن مطابقة، حيث كانت قيمة (كا^2 = 2,903) وهي قيمة غير دالة احصائياً، كما وقعت قيم بقية المؤشرات في المدى المثالي لكل مؤشر، مما يدل على مطابقة جيدة للبيانات موضع الاختبار، وان قيم التشبعات للابعاد الثلاثة بالعامل الكامن تتراوح ما بين (0,937: 0,878) وجميعها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.01). مما يؤكد مطابقة النموذج المقترح لبيانات العينة، أي ان تصميم المقياس بثلاثة ابعاد تقيس مفهوماً ضمنياً واحداً.

ثانياً: ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ثبات الفا كرونباخ للمقياس ككل حيث بلغت قيمته (0,94) وبلغت قيمته للأبعاد الثلاثة على التوالي: (0,88، 0,87، 0,90). وكانت قيمة معاملات الفا للمقياس بعدد عبارات المقياس عقب حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للمقياس اقل من قيمة معامل الفا العام للمقياس تراوحت بين (0,93- 0,87) أي أن جميع المفردات ثابته حيث ان تدخل المفردة لا يؤدى الى خفض معامل الثبات الكلى للمقياس.

خامساً: الوسائل الإحصائية Statistical Means:

1. الوسائل الإحصائية التي حسبت بواسطة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، هي:

- **مربع (كا^2) كاي (Chi- square):** لمعرفة دلالة الفروق في عدد الخبراء والمحكمين الذين وافقوا على مكونات وفقرات المقاييس والذين لم يوافقوا عليها.

- **الاختبار التائي t-test لعينة واحدة:** للتعرف على مستوى المتغيرات الثلاثة عند العينة.
- **معامل ارتباط بيرسون Person Correlation Coefficient:** لحساب الارتباطات بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقاييس البحث وأيضا حساب الارتباطات بين درجة الفقرة ودرجة المجال أو البعد الذي تنتمي اليه لمقاييس البحث، كذلك في حساب مصفوفة الارتباطات الداخلية لمقاييس البحث, كما استخدم للتعرف على العلاقة الارتباطية بين متغيرات البحث الثلاثة (التمثل العاطفي، والهناء الذاتي، والامتنان).
- **معادلة ألفا كرونباخ Cronbach Alpha للاتساق الداخلي:** استخدمت لاستخراج الثبات بطريقة الفا للاتساق الداخلي لمقاييس البحث.
- **تحليل الانحدار المتعدد:** استخدم لمعرفة مدى إسهام المتغيرات المستقلة (التمثل العاطفي، والهناء الذاتي) بالمتغير التابع (الامتنان) لدى طلبة الجامعة.

2. استخدم برنامج (Amos 24):- للتحقق من الصدق العاملي لمقاييس البحث الثلاثة باستخدام التحليل العاملي التوكيدي

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

يتناول هذا الفصل النتائج التي تم التوصل إليها بناءً على الأهداف المعلنة لتحقيقها، ويتم تفسير هذه النتائج ومناقشتها في سياق الإطار النظري والأدبيات ذات الصلة وخصائص مجتمع الدراسة قيد البحث. ويتبع ذلك سلسلة من التوصيات والاقتراحات، ويتم تلخيص النتائج على النحو التالي:

الهدف الاول: - التعرف على التمثل العاطفي لدى طلبة الجامعة.

ولتحقيق ذلك استخدم الباحث مقياس التمثيل العاطفي المكون من (27) فقرة لتقييم عينة البحث والتي تكونت من (400) طالب وطالبة وبعد تحليل البيانات كان متوسط درجات هذه العينة على المقياس (87,392) بانحراف معياري (12,393) نقطة ولمعرفة أهمية الفرق بين متوسط عدد النقاط في العينة ومتوسط عدد النقاط في المجتمع (81) تم استخدام اختبار (ت) المحسوبة وقد تبين أن الفرق كان معنويا عند مستوى (0.05) ويصب في صالح المتوسط حيث أن قيمة (ت) المحسوبة كانت أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي بلغت (1.96) وبدرجة حرة (399) مما يدل على أن طلبة الجامعة يتسمون بمستوى جيد من التمثل العاطفي والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5)

الاختبار التائي لعينة واحدة للفرق بين المتوسط الحسابي المتوسط الفرضي لمقياس التمثل العاطفي

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		الدلالة (0,05)
					المحسوبة	الجدولية	
التمثل العاطفي	400	87,392	12,393	81	10,309	1,96	دالة

ويمكن عزو السبب في أن مستوى التمثل العاطفي لدى عينة من الطلبة الجامعة جاء بمستوى جيد، نتيجة طبيعة البيئة الاجتماعية التي تحيط بالطالب، بالإضافة إلى نمط الثقافة السائد بحيث لا تتوفر للطالب الفرصة الكافية لتجربة مشاعر عدم الراحة والقلق الخاصة بالطرف الآخر الذي يشهد خبرة سلبية، علاوة عدم التركيز في توفير الفرص التدريبية لهذه الفئة من الطلبة على التمثل العاطفي، لكي يتعلم الطالب أن يضع نفسه مكان الطرف الآخر، ويشعر بأحاسيسه ومشاعره وانفعالاته. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة عبد الهادي والبسطامي : (Abdel Hadi: 2017) والتي توصلت إلى وجود مستوى جيد من التمثل العاطفي لدى الطلبة.

الهدف الثاني :- التعرف على الهناء الذاتي لدى طلبة الجامعة.

ولتحقيق هذا الهدف استخدم الباحث مقياس الهناء الذاتي والذي يتكون من (42) فقرة على عينة بيانات البحث من (400) طالب وطالبة من طلبة الكليات وبعد تحليل البيانات إحصائياً أظهرت النتائج أن متوسط درجات هذه العينة على المقياس كان (138,129) بانحراف معياري (23,212) درجة ولمعرفة دلالة الفرق بين متوسط الحسابي والمتوسط الافتراضي (126) درجة تم استخدام اختبار (ت) لعينة واحدة وقد تبين أن الفرق دال احصائياً عند مستوى (0.05) ويصب في صالح المتوسط حيث أن قيمة (ت) المحسوبة كانت أكبر من قيمة (ت) الجدولية (1.96) بدرجة حرية (399) مما يدل على أن طلبة الجامعة يتسمون بمستوى جيد من الهناء الذاتي والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6)

الاختبار التائي لعينة واحدة للفرق بين المتوسط الحسابي المتوسط الفرضي لمقياس الهناء الذاتي

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		الدلالة (0,05)
					المحسوبة	الجدولية	
الهناء الذاتي	400	138,129	23,212	126	10,456	1,96	دالة

يتضح من جدول اعلاه أن افراد عينة البحث يتمتعون بهناء ذاتي ، وقد وصفت (رايف،1989) خصائص الأفراد الذين يتمتعون بخصائص الهناء الذاتي بحيث يكون لديهم اتجاهات موجبة نحو الذات وتقبل الجوانب المتعددة للذات التي تشمله الصفات الايجابية والسلبية ، ويتمتعون بالرضا في علاقاتهم الشخصية مع الاخرين ولديهم القدرة على التفاهم والتعاطف معهم ، القدرة على اتخاذ القرارات الذاتية ومقاومة الضغوط الاجتماعية ، والتفكير والتفاعل بطرق محددة والضبط الداخلي للسلوك وتقييم الذات بمعايير شخصية , ولديهم إحساس بالسيطرة والكفاءة في ادارة البيئة والانشطة الخارجية ،فضلاً عن الاحساس بالتوجه والأهداف في الحياة والشعور بمعنى الحياة في الماضي الحاضر ،لديهم الانفتاح على الخبرات الجديدة والشعور بالتفاؤل والتحسن المستمر للذات والسلوكيات بمرور الوقت (Ryff,1989:1072).

الهدف الثالث: - التعرف على الامتنان لدى طلبة الجامعة.

لتحقيق هذا الهدف قام الباحث وباســـتخدام مقياس الامتنان المكون من (36) فقرة في عينة البحث المكونة من (400) طالب وطالبة، تمت معالجة البيانات إحصـــائياً وأظهرت النتائج أن متوســـط درجـات العينـة على المقيـاس كـان (116.329) وبـانحراف معيـاري قـدره (17.213) درجـة، ولمعرفة دلالة الفرق بين متوسـط الحسـابي(108) درجة والمتوسـط الافتراضـي (108) درجة، تم استخدام اختبار (ت) لعينة واحدة، ووُجد فرق معنوي عند مستوى الدلالة (0.05) ولصـالح متوسط الحســـابي (108) درجة، حيث كانت قيمة (ت) المحســـوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (1.96) بدرجة حرة (399)

مما يدل على أن طلبة الجامعة يتسمون بمستوى جيد من الامتنان والجدول (7) والشكل (2) يوضح ذلك.

جدول (7)

الاختبار التائي لعينة واحدة للفرق بين المتوسط الحسابي المتوسط الفرضي لمقياس الامتنان

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		الدلالة (0,05)
					المحسوبة	الجدولية	
الامتنان	400	116,328	17,213	108	9,683	1,96	دالة

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء التقاليد والمعتقدات الدينية السائدة بين طلبة جامعة الأنبار، والتي تشير إلى ممارسة الخير والشكر ورد الجميل. فالمشاعر الإيجابية التي يحملها الآخرون تجاه الفرد في المواقف والأحداث المختلفة، والتعبير عن الامتنان للآخرين الذين اســـتفادوا، تنقل موقف الفرد الإيجابي تجاه الآخرين، وهذا يعزز من ممارســـة الأعمال الصـــالحة باســـتمرار ويحفز الناس على تكرارها في مواقف مماثلة. ويرى الباحث أن تفسير النتيجة يشير إلى أن مستوى الامتنان كافٍ بين طلبة جامعة الأنبار، وهذا ينعكس في مشـــاعرهم الإيجابية، مما يشـــير إلى أن طلبة جامعة الأنبار يتلقون أعمالاً جيدة من الطلاب الآخرين. بالإضـــافة إلى ذلك، يشـــير إلى الالتزام بالبيئة الذي يهدف إلى تحسين ظروف الطلاب المعيشية، وهذا تتفق مع دراسة (العاني :2019)

الهدف الرابع : التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية ذات الدلالة الإحصـــائية بين التمثل العاطفي والامتنان لدى طلبة الجامعة.

للتحقق من هذا الهدف , قام الباحث بأخذ اجابات الطلبة على مقياس التمثل العاطفي ومقياس الامتنان , استعمل معامل ارتباط بيرسون فكانت النتائج كما مبينة في الجدول (8).

الجدول(8)

العلاقة بين التمثل العاطفي والامتنان

العدد	قيمة معامل الارتباط بين التمثل العاطفي والامتنان	القيمة التائية		مستوى الدلالة (0,05)
		المحسوبة	الجدولية	
400	0,486	12,15	1,96	دالة

يتبين من الجدول اعلاه الاتي:

إن قيمة معامل الارتباط بين التمثل العاطفي والامتنان قد بلغت (0,486)، ولمعرفة دلالة العلاقة استخدم الباحث الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (12,15)، وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (398)، وهذا يعني أن العلاقة هي علاقة طردية دالة احصائيا، أي أنه كلما تمتع طلبة الجامعة بدرجة جيدة من التمثل العاطفي ساعدهم ذاك على الامتنان بدرجة عالية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة ان طلبة الجامعة لديهم مهارة تكيف، وعامل حماية من الاجهاد والضغط، الذي يعتبر العنصر الأساسي للمثيل العاطفي ولديهم أفكار والاحساس بالطرف الاخر وأدراك حالته الانفعالية ومشاركتهم لتلك الحالة من حيث الجوانب المعرفية والانفعالية والسلوكية حيث ان طلبة الجامعة لديهم القدرة على تكوين العلاقات اجتماعية مع الاخرين والاستمرار فيها كما تعتبر العلاقات التفاعلية من أكثر الاشكال قيمة لأنها تنشأ مع الاسرة والأصدقاء والأشخاص الذين نحبهم، ويأتي الامتنان بمثابة الدافع المعنوي الذي يحفز الناس على التصرف اجتماعياً بعد أن استفادوا من السلوك الاجتماعي الايجابي للآخرين فهو يرى انه بمثابة تعزيز أخلاقي وتشجيع للسلوك الاجتماعي الايجابي من خلال تدعيم الناس للسلوك المقبول اجتماعيا

الهدف الخامس: التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية ذات الدلالة الإحصائية بين الهناء الذاتي والامتنان لدى طلبة الجامعة.

للتحقق من هذا الهدف، قام الباحث بأخذ اجابات الطلبة على مقياس الهناء الذاتي ومقياس الامتنان، استعمل معامل ارتباط بيرسون فكانت النتائج كما مبينة في الجدول (9).

الجدول (9)

العلاقة بين الهناء الذاتي والامتنان

العدد	قيمة معامل الارتباط بين الهناء الذاتي والامتنان	القيمة التائية		مستوى الدلالة (0,05)
		المحسوبة	الجدولية	
400	0,574	14,35	1,96	دالة

يتبين من الجدول اعلاه الاتي:

- إن قيمة معامل الارتباط بين الهناء الذاتي والامتنان قد بلغت (0,574), ولمعرفة دلالة العلاقة استخدم الباحث الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة

(14,35) , وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (398) , وهذا يعني أن العلاقة هي علاقة طردية دالة احصـائيا, أي أنه كلما تمتع طلبة الجامعة بدرجة جيدة من الهناء الذاتي ساعدهم ذاك على الامتنان بدرجة عالية.

ويمكن تفسير هذا النتيجة أن مع تقدم الطلاب في العمر تتطور أفكارهم نحو المستقبل، في حين يرى الأفراد الأصغر سناً المستقبل بعيدًا وغير محدد جيدًا بالنسبة لهم، وفي الوقت نفسه، يكون لدى طلاب الجامعة رؤية أكثر ترابطًا للمستقبل، مما يجعلهم يمارسون حياتهم بشكل إيجابي من خلال قبول الجوانب المتعددة لذواتهم، بما في ذلك الجوانب الإيجابية والسلبية لحياتهم الماضية، وكذلك حياتهم الحالية والماضـــية، مما يجعلهم يركزون على الجوانب الإيجابية في حياتهم، وقد يكون لهذا علاقة مباشرة بجانب الاعتزاز بالنعمة

الهدف السادس: مدى اسهام التمثل العاطفي والهناء الذاتي في التنبؤ بالامتنان لدى طلبة الجامعة.

للتحقق من هذا الهدف تمّ استعمال تحليل الانحدار المتعدد (Multiple Regression Analysis)، اذ اظهرت النتائج ان القيمة الفائية المحسوبة بلغت (112,50) وهي اعلى من القيمة الفائية الجدولية البالغة (3,00) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (2، 397) ، وبذلك يمكننا القول ان هناك علاقة تنبؤية للشغف الانسجامي والهناء الذاتي في تباين درجات الامتنان ، والجدول (10) يوضح ذلك

جدول (10)
نتائج تحليل التباين للانحدار

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	النسبة الفائية	الدلالة (0,05)
الانحدار	64229,493	2	32114,746	112,50	دالة
الباقي	113329,293	397	285,46		
الكلي	177558,786	399			

اما بالنسبة لمساهمة المتغيرات المستقلة (التمثل العاطفي والهناء الذاتي) في التنبؤ في المتغير التابع (الامتنان) فقد اظهرت النتائج ان التمثل العاطفي والهناء الذاتي يسـهمان مسـاهمة دالة احصـائياً في الامتنان ، اذ بلغت قيمة مربع معامل التحديد (0,357) والجدول (11) يوضح ذلك

معامل الارتباط المتعدد	مربع معامل الارتباط المتعدد	مربع معامل التحديد	الخطأ المعياري للتقدير
0,599	0,359	0,357	13,97

وهذا يعني ان العلاقة بين المتغيرات المســتقلة والمتغير التابع ثابتة في المجتمع الاصــلي الذي ســحبت منه عينة البحث الحالي ، وان (0,357) من التباين المفســر للامتنان يعود الى التمثل العاطفي والهناء الذاتي، اما عن دقة التنبؤ في وحدات حقيقية يعكســها الخطأ المعياري في معادلة الانحدار ، وعن الاسهام النسبي لكل متغير من المتغيرات المستقلة ، فتعكسه قيمة معاملات الانحدار في معادلة التنبؤ بصـيغة درجات خام (B) وما يقابلها من قيم معيارية تعكســه قيم بيتا (Beta) ، اذ

اختبرت المتغيرات بحسب دلالتها (اسهامها) لكل متغير على حدة ، ويتوقف الاختبار عندما لا تكون المساهمة ذات دلالة احصائية ، والجدول (11) يوضح ذلك

جدول (12) خلاصــة الانحدار المتعدد (إســهام المتغيرات المســتقلة في التباين الكلي للمتغير التابع)

جدول (12)

إسهام المتغيرات المستقلة في التباين الكلي للمتغير التابع لدى عينة البحث

المتغيرات	معاملات اللامعيارية		الاسهام النسبي المعياري Beta	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة (0,05)
	قيم (B) للاسهام النسبي	الخطأ المعياري للاسهام النسبي				
الحد الثابت	23,473	3,874	-	6,493	1,96	دالة
التمثل العاطفي	0,287	0,059	0,217	5,324		دالة
الهناء الذاتي	0,420	0,045	0,441	10,329		دالة

يتضح من الجدول أعلاه ما يأتي:

1. **إنّ (التمثل العاطفي)** له اسهام دال في تفسير التباين الحاصل في الامتنان بمعزل عن المتغيرات الأخرى يساوي (0,219) وهذا ما أظهره الاسهام النسبي المعياري (Beta) وهو دال إحصائياً عند مستوى (0,05) اذ كانت القيمة التائية المحسوبة (5,324) أكبر من القيمة التائية الجدولية (1,96) وبدرجة حرية (398).
2. **إنّ (الهناء الذاتي)** لها اسهام دال في تفسير التباين الحاصل في الامتنان بمعزل عن المتغيرات الأخرى يساوي (0,441) وهذا ما أظهره الاسهام النسبي المعياري (Beta) وهو دال إحصائياً عند مستوى (0,05) اذ كانت القيمة التائية المحسوبة (10,329) أكبر من القيمة التائية الجدولية (1,96) وبدرجة حرية (398). وهذه النتيجة تشير الى ان الهناء الذاتي يسهم بدرجة أكبر من التمثل العاطفي في متغير الامتنان.

ويمكن ان يفسر الباحث نتيجة اسهام الهناء الذاتي بالامتنان اكبر من التمثيل العاطفي حيث أن الهناء تعتبره ريف Ryff عبارة عن مجموعة من المؤشرات السلوكية لرضا الفرد عن حياته وبالتالي الرضا عن نوع التعليم والبيئة التعليمية ومن ثم ارتفاع الأداء الأكاديمي وهذا يجعل من الطلبة يمارسون الامتنان بدرجة عالية حيث الهناء الذاتي له تأثير كبير على الأداء الأكاديمي وعلى ممارسة الامتنان في الجامعة.

التوصيات: من خلال عرض النتائج يوصي الباحث بما يلي:

1. ضرورة قيام قسم العلوم التربوية والنفسية ورشات تدريبية لطلبة جامعة الانبار لتدريبيهم على كيفية التعامل مع التمثل العاطفي وضرورة تهيئتهم نفسيا في كيفية التعامل مع هذا المجال.
2. إجراء دراسات أخرى تستقصي العلاقة بين الهناء الذاتي والذكاء الوجداني لدى طلبة جامعة الانبار.
3. إجراء دراسات تقارن بين العلاقة بين الذكاء الأخلاقي والتمثل العاطفي لدى طلبة جامعة الانبار

4. إقامة ندوات وورش عمل في الصحة النفسية تشجع ممارسة الامتنان لما لها من فوائد في تحسين الصحة النفسية والعقلية للطلبة.

5. تدريب الطلبة على رد الجميل والتعبير عن قيمة عملهم في موضـــوع اللطف وفوائده، وأهمية الموقف الإيجابي المتفائل تجاه الحياة والأمل والإيمان بالنفس، يســـاعدهم على تحقيق كامل إمكاناتهم ويزيد من قيمة حياتهم..

المقترحات: في ضوء نتائج البحث يقترح الباحث الآتي:

1. إجراء دراسة للتعرف على التمثيل العاطفي وعلاقته بمتغيرات أخرى

2. إجراء دراســـة مقارنة في الهناء الذاتي بين الطلبة والطالبات تبعاً للمتغيرات الأخرى (المســـتوى الاجتماعي، المستوى الاقتصادي، المستوى التعليمي).

3. إجراء دراسة ترابط الامتنان بمتغيرات أخرى مثل التدين، ورضا الحياة، ومتغيرات ديموغرافية أخرى مثل مراحل الدراسية والعمر

4. إجراء دراسات مشابهة للدراسة الحالية على عينات من طلبة الثانوية من الذكور والاناث

المصادر:

- احمد. انهار خليفة، الحلو. علي حسين (2017): **تطـــور التسامـح لدى المراهقين وعلاقتـــه بالاتجاه الديني والهناء الذاتي**. رسالة ماجستير منشورة. جامعة بغداد. ابن رشد
- ارجايل، مايكل (1993): **ســيكولوجية الســعادة**، ترجمة فيصــل عبد القادر، ســلســلة عالم المعرفة، العدد 175, الكويت.
- اندرســون، ماك وجالاجار، بي جيه (2018). **تعلم الرقص في المطر- قوة الامتنان**. (ط1)، ترجمة: مكتبة جرير، المملكة العربية السعودية.
- الدمرداش، مروة (2010). مقياس الإحساس بالسعادة للمرأة المصرية. **مجلة الإرشاد النفسي**، جامعة عين شمس، 27: 416- 340
- ســـلامي. دلال :(2016) الذكاء العاطفي. مدخل النظرية. **مجلة الدراســـات والبحوث الاجتماعية**. جامعة الشهيد حمة لخضر- الوادي. 15 (164-179)
- السمور. صلاح سند(2022) القدرة التنبؤية للتمثل العاطفي والهناء الذاتي لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا من اللاجئين السوريين في مدارس مديرية التربية والتعليم بلواء الجيزة . **مجلة العلوم التربوية والنفسية. المجلد (6) العدد (8)**: 28 فبراير. ص: 112- 132
- شعبان، منال (2020) مستوى التمثل العاطفي لدى عينة من خريجي قسم التربية الخاصة تجاه ذوي الإعاقة **المجلة العربية لعلوم الإعاقة والموهبة،370 – 339 (: 12) 4**
- الضـــبع، فتحي(2012): الذكاء الروحي وعلاقته بالســعادة النفســية لدى عينة من المراهقين والراشدين. **دراسات عربية في التربية وعلم النفس**، 1،(29)، 137-176.
- العاني, ذر منير (٢٠١٩) الامتنان وعلاقته بالذكاء المتعدد لدى طلبة الجامعة **مجلة جامعة الانبار للعلوم الانسانية, العدد الخاص بالمؤتمر العلمي السابع**
- عبد الهادي . ســامر . وأبو جدي ، أمجد أحمد. (2011). **القدرة التنبؤية للتمثل العاطفي في سلوك حل النزاع لدى عينة من طلبة الصف العاشر الأساسي**. دراسات العلوم التربوية 38 (3)
- الفريح، أريج حمد. (٢٠١٦). الخصائص السيكومترية لمقياس الامتنان على عينة من معلمات التعليم العام بمكة المكرمة. **رســالة ماجســتير غير منشــورة**، جامعة أم القرى، مكة المكرمة المملكة العربية السعودية.
- محمد، رشـــا عصـــام الدين (2013) . نوعية الحياة وعلاقتها بكل من : الامتنان ، الســـعادة، التسامح – دراسة نمائية . **مجلة السلوك البيئي، 2 (1)** : 112- 11.
- محمد، هاني سـعيد حسـن . (2014) . الاسـهام النسـبي للتسـامح والامتنان في التنبؤ بالسـعادة لدى طلاب الجامعة دراسة في علم النفس الايجابي. **مجلة دراسات نفسية ، 24 (2)** : 143- 184.
- مرسـي ,كمال ابراهيم (2000): **السـعادة وتنمية الصـحة النفسـية** ,ط1,دار النشـر للجامعات ,القاهرة – مصر
- هاي ، لويز (2008). **الامتنان : اســلوب حياة** . ترجمة قســم الترجمة بدار الفاروق ، دار الفاروق . مصر .

- يونس, مرعي سلامة (2012): **علم النفس الايجابي للجميع**, دار لأنجلو المصرية, القاهرة.

- Christopher , J (1999): Situating Psychological Well –Being : Exploring The Cultural Roots of Its Theory And Research , **Journal of Counseling & Development** .
- Cooke ,R , Berwick, B , Bark ham ,M, Bradlet ,M &Audin ,K (2006): Measuring , Monitoring and Managing The psychological Well-Being of First Year University Students ,British, **Journal of Guidance & Counseling ,34 ,4 ,505 -517**
- Creason, P.& Cashwell, C. (2009). **Mindfullness and Counseling Self- Efficacy**: The Mediating Role of Attention and Empathy. Counselor Education and Supervision, 49 (1), 2-19.
- Decety, J. and Lamm, C. 2006. human Empathy Through the Lens of Social Neuroscience. The Scientific World Journal, 6 (1), 1146-1163)
- Diener, E., Lucas, R., & Oishi, S. (2002) **Happiness and life satisfaction. In C.R.Synder&S.J.Lopez(Eds.).** Handbook of positive psychology(pp.63-73), New York: Oxford University press.
- Emmons, R.& Stern, R. (2013). Gratitude as a Psychotherapeutic Intervention, Journal of Clinical Psychology, 69 (8), 846-855
- Emmons,R.A&Diner ,E (1986): Influence of impulsiving and sociability on subjective wellbeing . **Journal of Personality &Social Psychology ,Vol. 50,No.6,1211-1215**
- Gonzalez ,M,Casas ,F &Coneders ,G (2006): **A Complexity Approach To Psychological Well –Being In Adolescence :**

Major Strengths and Methodological Issues ,Social Indicators Research ,80 ,267-295 .

- Hassan, Saif Adnan (2017): Gratitude and its Relation to Psychological Resilience among the Displaced, (Unpublished Master Thesis), University of Baghdad, College of Arts, Iraq
- Hoy, B., Suldo, S., & Mendez, L. (2013).Links between parents and childrens Levels of gratitude, life satisfaction, and hope. **Journal Of Happiness, 14,**343-1361.
- Jolliffe, D.& Farrington, D. (2009). Examining the Relationship between Empathy and Self- Reported Offending. Legal and Criminological Psychology, 12 (1): 265-286
- Larson,R (1978): Thirty years of research on the subjective well-being of older A mericans . **Journal of Gerontology. 33.109-125.**
- Lin, C& Yeh, Y. (2014). how Gratitude Influences Well- Being: A Structural Equation Modeling Approach, Soc Indic Res, 118, 205– 217.
- Oxford English Dictionary. (2019)." art, n. 1." OED Online. Oxford University Press, December
- Phillips, D,Siu,O, Yeh, G& Cheng, K(2008): Informal Social Support and Older Persons, Psychological Well-Being in Hong Kong , **Journal Cross cull Gerontol**, 23,39-55
- Ryff , C & Singer , B (1989): Know Thyself and Become what you Are : A Eudemonic Approach To psychological Well – Being , **Journal of Happiness Studies , 9, 13-39 .**

- Ryff,C.D (1989): Psychological Well-Being: Meaning, measurement and Implications for psychotherapy Research, **psychothapy and psychosomatics**,65,14-23.
- Ryff,C.D& Singer,B (1996): Psychological Well-Being: Meaning, measurement and Implications for psychotherapy Research, **psychothapy and psychosomatics**,65,14-23.
- Siah, P.& Tan, S. (2015). Motivational Orientational, Perceived Stress and University Adjustment among First Year Undergraduates in Malaysia, Journal of Institutional research South East Asia, 13 (1), 19-29
- Watkins (2014).**Gratitude and the Good Life**: Toward a Psychology of Appreciation. New-York: Springer.