قوة تحمل الشخصية لدى المشرفين التربويين

د. رشيد ناصر خليفة

كلية التربية /جامعة واسط

الفصل الأول

التعريف بالبحث

أولا: مشكلة البحث :

يعيش الإنسان في حياة مليئة بالضغوطات المهنية والاجتماعية والنفسية وما يترتب عليها العديد من الإمراض والاضطرابات النفسية والجسمية، حيث عاش الإنسان منذ بداية نشأة الكون عبر ملايين السنين باحثاً عن الاستقرار والأمان جارياً وراء الراحة التي تعطيه الاتزان ، فمنذ تلك الأزمان وهو ينشد الطمأنينة له ولأبنائه فهو يسعى لتخفيف عبأ الحياة عن كاهله. ولما ازدادت الحياة تعقيداً زادت الضغوط الواقعة عليه مما اضطره إلى مواكبة التسارع لتحقيق الرغبات والمطالب وهذا الإسراع زاده مرة أخرى من الضغط على النفس وتحميلها أكثر من طاقاتها بغية اللحاق بكل ما يحمله من قسوة ورخاء (الإمارة ٢٠٠١،ص٣). إحداث الحياة اليومية تحمل ضغوطاً يدركها الإنسان عندما يساير باستمرار المواقف المختلفة في العمل أو التعاملات مع الناس أو المشكلات التي لا يجد لها حلولاً مناسبة أو تسارع أحداث الحياة ومتطلباته وهي تحتاج إلى درجة عالية من المسايرة لغرض التوافق النفسي وربما يفشل في هذه الموازنة الصعبة فحتى اسعد البشر تواجههم الكثير من خيبة الأمل والصراعات والإحباط والأنواع المختلفة من الضغوط اليومية ولكن عدداً قليلاً منهم هم الذين يواجهون الظروف القاسية (دافيدوف،١٩٨٣،ص٦١٦).

نال موضوع الضغوط اهتماماً كبيراً من لدن الباحثين لما له من أثار سلبية على صحة الإنسان النفسية والبدنية و مهنة المشرف التربوي واحدة من المهن التي تعاني من الضغوط المهنية والاجتماعية والاقتصادية العديدة. ولم يشكل العمل إلى وقت قريب أي مشكلة إلى أن اتسع وترامى وأصبح التوتر والإجهاد مرادفا للعمل، وبسبب ضغوط العمل ظهرت أمراض سميت بالإمراض المهنية والضغوط الناتجة عن عدم قدرة التحمل لمتطلبات العمل والعبء الزائد على الفرد وتقديره كمياً، وان الضغوط و الإجهاد في العمل مرتفع وأثبتت الكثير من حوادث العمل كانت بسبب الأخطاء الناتجة عن عوامل منها التعب ،جو العمل ، كثافة العمل ، المشاكل العائلية (ستوار،١٩٩٧،ص٤١).

أن مشكلة البحث الحالي تأتي من العوامل المسببة للإمراض النفسية هي الضغوط والثقافة المنحرفة والشخص الذي يحقق توازناً نفسياً لقناعته التامة بان يتسلم (تثمينا) من الله تعالى يتضاءل أمامه تثمين البشرية جميعا، أذن من يتعامل مع الله تعالى يحيا متوازنا ولا يحس بالقلق والكآبة والخوف لأنه ينطلق من مقولة (ومن يتوكل على الله فهو حسبه) (البستاني ،٢٠٠٤،ص٤١) وتبرز مشكلة البحث الحالي من الدور القيادي الذي يلعبه المشرف التربوي والضغوط التي يواجهها في عملية التعلم والتعليم وتحقيق الأهداف

التربوية المرسومة التي تتطلب منه التعامل بأسلوب يكفل استمرار الحياة بنوع من الجلد والقوة والتوافق السليم مما يزيد انجازه.

ثانيا :- أهمية البحث والحاجة إليه :-

أن الإنسان هو أحسن وأرقى المخلوقات على وجه الأرض وقد ميزه الله تعالى بطاقات كثيرة وقدرات أكثر لو استطاع أن يستعملها لتمكن من تحقيق السعادة ،وان كثيراً مما يضعف الإنسان هو حجم الضغوط التي يواجهها في حياته فالحياة العصرية مليئة بالضغوط التي تثقل كاهل الإنسان وان كثرت سبل الراحة والترفيه (القحطاني ،٢٠٠٣،ص٢)

من النادر أن نجد أنسانا لايعاني من الضغوط النفسية وبخاصة تلك الناتجة من الأزمات والكوارث والحروب وانعدام الأمن النفسي والاقتصادي والحياتي والتي تؤدي إلى اختلال أجهزة المراقبة والمناعة. وأننا نعيش في عصر تتعرض فيه إنسانية الإنسان لأكبر محنة ، وهذا يستلزم تكريس كل جهد ممكن إن يجعل كل فرد يمارس الحياة في الوقت نفسه مستعداً لمخبآت المستقبل القريب والبعيد والإنسان هو المبدع في الحياة وهو الغاية المرتجاة، لذا لابد من تحقيق التكامل الكلي في شخصية الفرد من النواحي الجسمية والعقلية والانفعالية وإبراز أهمية ربط تربية الشخصية الفردية بالتكامل مع الأهداف الاجتماعية والدور الاجتماعي الذي يقوم به لمواجهة الضغوط (الجسماني ١٩٨٦،ص٩٧)

وان الضغوط بكل أنواعها هي نتاج التقدم الحضاري المتسارع الذي يؤدي إلى إفراز انحرافات تشكل عبئاً على قدرة ومقاومة الناس في التحمل فرياح الحضارة تحمل في طياتها أفات تستهدف النفس الإنسانية وزيادة التطور تحمل النفس أعباء فوق الطاقة وينتج عنها زيادة في الضغوط على أجسامنا وينعكس على الحالة الصحية والنفسية والعقلية ويؤدي إلى الانهيار والموت وقد ينجح الإنسان المعاصر في استيعاب النمو المتسارع لمتطلبات الحضارة ولكنه يخسر بالنتيجة قدرته الجسدية والنفسية ومقاومته في التحمل ، مما يؤدي إلى استنزاف الطاقة وتدميرها ويعني تدمير الذات. (الإمارة ،٢٠٠١،ص١٣)

وقوة تحمل الشخصية تظهر أن كل فرد يريد أن يشعر بالأمان من كل ما يهدد كيان ذاته وان يفسح له المجال بأن ينمو وان يتمكن من الاعتزاز بنفسه وان يقرر إلى حد بعيد ما يريد أن يقرر مع الاسترشاد بآراء الذين أكثر منه خبرة وتجربة .

تشكل الضغوط بأنواعها أجهاداً على المشرف التربوي في عمله والضغوط الناجمة عن العمل هي الإرهاق وساعات العمل الطويلة ونوعيته وأوقاته المختلفة وكذلك والضوضاء يدفع إلى الملل وعدم القدرة على التركيز وكذلك علاقات العمل وأجوره ووسائط النقل والظروف الفيزيقية (الحرارة التهوية الإضاءة) كل ذلك يؤدي إلى التوتر والإجهاد(جرجس،١٩٨٣،ص١٠٢)

والضغوط الاقتصادية لها الدور الأعظم في تثبيت جهد المشرف التربوي وضعف قدرته على التركيز وخاصة عندما تعصف به الأزمات المالية أو الخسارة أو فقدان العمل أو يكون الأجر الذي يتقاضاه

لايتناسب وحجم العمل التربوي الذي يقوم به وينجم عن ذلك عدم قدرته على مسايرة متطلبات الحياة (الالوسي،١٩٨٦،ص١٠٢)

وبينت بعض الدراسات أن الأفراد من ذوي قوة تحمل الشخصية العالي هم الأفراد المقاومون للأمراض نتيجة تقيمهم الايجابي للأحداث الضاغطة التي يتعرضون لها مقابل ذلك أن الأفراد من ذوي قوة تحمل الشخصية الواطئة فأنهم غالباً ما تبدو عليهم الاضطرابات النفسية كألكابة والأمراض الجسمية مثل ارتفاع وانخفاض ضغط الدم والقرحة وداء الربو وألام الظهر والمفاصل وأمراض القلب وغيرها من الأمراض (كوباسا،١٩٧٩،ص٣)

إذ يتعرض المشرف التربوي للضغوط المختلفة وباستمرار يستطيع أن يعيد توازنه بشكل سريع حال انتهاء الموقف الضاغط أو مدى قدرته على المواجهة والمطاولة في التحمل ،فالشخصية الإنسانية ذات خصائص تتميز بعضها عن البعض الأخر ،فبعض العوامل الضاغطة تشكل عبأ على أنماط معينة من الشخصيات في حين تستطيع أنماط أخرى تحملها ومن ثم تصريفها بشكل يترك أثرا لدى المشرف التربوي وأيضا تتدخل المكونات البيولوجية في قدرته على التحمل وقوة أجهزته البدنية (دافيدوف،١٩٨٣،ص٦١٦)

تتمثل قوة تحمل الشخصية لدى المشرف التربوي في استقراره انفعالياً واتساق سلوكه ونضجه الانفعالي وهدوئه وصبره وكيفية معالجة المشكلات التي تواجهه على أساس من التفكير العلمي وطموحه ودوافعه للانجاز وكفايته الفعلية .

وان من بين خصائص قوة تحمل الشخصية للمشرف التربوي هي الاتجاه الايجابي نحو الذات واحترامها والصورة الحسنة عنها والثقة فيها والاطمئنان إلى قدراتها والى القرارات التي تتخذها والإحساس بالاستقلالية والشعور بالمسؤولية والرغبة في العمل والتعاون والإسهام في بناء الحضارة الإنسانية ويكون متوافقاً مع الاتجاهات التي تبني المجتمع مثل احترام العمل وتقدير المسؤولية وأداء الواجب والولاء للقيم والأعراف والتقاليد وكذلك بالكيفية التي يستخدم بها الفرد وسائل المقاومة للضغوط للحفاظ على البقاء بصحة جيدة من خلال مواجهته للضغوط، ومن أساليب مقاومة الضغوط تتمثل بقدرة الإنسان على الحد من التأثيرات السلبية للضغوطات الحياتية وان التدريب الذهني من خلال جلسات الاسترخاء والتأمل تعطي للدماغ شيئا من الراحة وبالتالي يصبح قادرا على التفكير والشعور بالواقع من اجل تفهمه بهدوء والوصول إلى أفضل الحلول (فاتك ،٢٠٠٥،ص٥)

كما أن الأسس النفسية المتمثلة بمؤشرات الصحة النفسية تعد من أساليب مقاومة الضغوط ويشترط فيها أن يكون الفرد ذا خصائص ايجابية موضوعية وذاتية فالموضوعية ما تظهر للآخرين بصورة متفق عليها أما الذاتية فهي التي تنحصر في شعور الفرد نفسه وأحاسيسه الخاصة . ومن أساليب مقاومة الضغوط النفسية والمهنية والاجتماعية التي يتعرض لها الفرد الالتزام الديني فعندما يكون الإنسان قريباً من ربه بالطاعات وأداء ما له وما عليه من حقوق، تلك الأمور تجعل شخصية الإنسان مستقرة وطيبة مع الناس(البستاني ،٢٠٠٤،ص٤٣) ومما تقدم تبرز أهمية البحث الحالي التي تدور حول قوة تحمل الشخصية لدى المشرفين

التربويين في تربية محافظة واسط ودورهم في بناء الوطن وأعداد الأجيال إعدادا علمياً ونفسياً واجتماعياً والارتقاء بالعملية التربوية وتحقيق أهدافها المنشودة.

ثالثا:-أهداف البحث :

يرمي البحث الحالي التعرف على :

١- مستوى قوة تحمل الشخصية لدى المشرفين التربويين.

٢- الفروق الفردية في مستوى قوة تحمل الشخصية لدى المشرفين التربويين للعام الدراسي٢٠٠٨-٢٠٠٩ تبعاً لمتغير الجنس(ذكور- اناث)

رابعاً:حدود البحث:

يقتصر أجراء البحث الحالي على المشرفين التربويين في مديرية تربية محافظة واسط

خامسا:تحديد المصطلحات :-

أولا: قوة تحمل الشخصية: يعرفها كلا من :

عاقل: بأنها قدرة الفرد على الالتزام والسيطرة والتحدي ولديه أحساساً عالياً بهذه الحالات الثلاثة ليكون جريئاً و عزوماً في أداء عمله (هادي،١٩٨٩،ص١٨)

كوباسا : الفرد ذا الشخصية القوية للتحمل هو الذي يمتلك إحساسا من انه قادر على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة التي يتعرض لها وان باستطاعته التعامل معها بشكل يجنبه الإصابة بالاضطرابات النفسية والإمراض الجسمية (كوباسا،١٩٧٩،ص٦٢)

تعريف الباحث هو الفرد ذا الشخصية القوية للتحمل بأنه يمتلك إحساسا في مجالات الالتزام والتحدي والسيطرة والقدرة على مقاومة الضغوط النفسية والمهنية والاجتماعية التي يواجهها والسيطرة عليها.

ثانيا:-الأشراف التربوي:يعرفه كل من:

برجز :بأنه تنسيق وتوجيه نمو المعلمين مما يضمن توجيه كل طفل للمشاركة الفاعلة الذكية في المجتمع الذي يعيش فيه (وزارة التربية د.ت،ص١١٣)

الفونسو:بأنه عبارة عن سلوك مصمم يهدف إلى التأثير المباشر والفعال في سلوك المعلمين بأسلوب يسهل تحقيق تعلم أفضل للمعلمين وتحقيق أهداف المدرسة (المزبان،١٩٨٢،ص٢٥)

الباحث يعرف الإشراف التربوي: هو عملية تربوية متكاملة تعني بالأهداف والمناهج وأساليب التعليم والتوجيه والتقويم وتطابق جهود المعلمين وتتفق وإياهم لتطوير العملية التربوية ومتابعة تنفيذ ما يتعلق بها.

الفصل الثاني

الإطار النظري

أولا:قوة تحمل الشخصية

نظرية كوباسا

طرحت هذا المفهوم في الشخصية كوباسا في ١٩٧٩ويرى الباحثون أن المفهوم هو الأكثر علاقة بالضغوط وتأثيره على الفرد وانطلقت هذه النظرية أيضا من التأكيد الوجودي للفرد ككائن حي في العالم وترى أن الفرد نوع من البناء المستمر الديناميكي وان مهمة الفرد كوجود هي في مجابهة الضغط وعدم تجنبهه والانتفاع من التعامل الفعال مع الوجود بإعطاء شكل لهذه الحياة (الحلو ١٩٩٥،ص١٨) وطبقاً لنظرية كوباسا فان الفرد الذي يخبر درجة عالية من الضغط من دون أن يتعرض للمرض فانه يمتلك بناءاً للشخصية يختلف عن الفرد الذي يصاب بالأمراض عند تعرضه لنفس درجة من الضغط وقد أطلق على هذه الشخصية (قوة تحمل الشخصية) وتتكون كما ترى كوباسا من ثلاث افتراضات هي :

- **الافتراض الأول:**أن الفرد يتعرض للضغوط ويملك إحساسا كبيرا للسيطرة على أحداث حياته يظهر بصحة أفضل من أولئك الذين يشعرون بعدم امتلاكهم القوة والسيطرة على مثل الأحداث.
- الافتراض الثاني:عندما يتعرض الفرد الذي يشعر بالالتزام إلى الضغط في مجالات حياته المختلفة فانه يبدو سليماً من الإمراض أكثر من أولئك الذين يظهرون الاضطراب اعتقادا ًدائما ويدرك قيمة التهديد بدرجة اقل مما هو عليه في الواقع لدى تعرضه لأحداث الحياة الضاغطة ولذلك فان مواجهته للبيئة الضاغطة يخفف منها لذلك تهون عليه مواجهتها فضلاً من أن الشخص الملتزم دائماً انه يشارك الآخرين وهذا يشكل قوة أو مصدر مهما لمقاومة الضغط كما أن الشخص الملتزم يمتلك القدرة أو القابلية للعون من الآخرين لمساعدته في الوقت الذي يحتاج فيه أعادة تكيفه .
- الافتراض الثالث: أن الشخص الذي يواجه التغير كتحدي يكون عند تعرضه للضغط في منأى عن الإصابة بالمرض فالشعور الايجابي عن التغير الذي يحصل في بيئته يعد حافزا نحو إدراكه لقيمة الحياة وتعلقه بها فضلاً عن انه يجد في هذه الخبرات نوعاً من المتعة وتمكنه من البحث عن المصادر التي تساعده في تعامله مع الضغوط .

وقد اتجهت الكثير من البحوث لدراسة هذا المتغير وعلاقته بالإصابة بالأمراض والصحة النفسية والجسمية وعلاقتها بأساليب التعامل مع الضغوط (كوباسا،١٩٧٩،١٣)

نظرية سوليفان

تعد نظرية (هاري ستاك سوليفان) من النظريات التفاعلية فهو يتحدث عن كيفية نمو الشخصية منذ الطفولة وكيف يكتسب التوتر والقلق من خلال التفاعل مع الآخرين ومن أهم المفاهيم التي طرحها هي :

أ- الشخصية : هي العادة والموقف الشخصي المتبادل بين الأشخاص .

ب- الديناميكية : وهي أجزاء من الطاقة ثابتة إلى حد ما وتتضح الديناميكية خصوصاً في علاقة الشخص بالآخرين .

ج- الذات :وهي من أساليب سلوكية يكتسبها الفرد تجعله آمنا فوجود الذات الآمنة المتوافقة تعد بمثابة حماية الفرد من التعرض للتعب وما يصاحبها من قلق بينما وجود الذات غير المتوافقة الشريرة تعد مصدراً لاينضب للقلق والمعاناة .

د- التوتر والقلق:يرى سوليفان وجود توتر داخلي محكوم بحاجات الفرد وإشباع التوتر وهناك نوع من التوتر محكوم بالقلق نتيجة المخاوف أو أخطار واقعية أو خيالية مما ينعكس على علاقة الفرد بالآخرين (الداهري والعبيدي ،د.ت،ص٣٤)

نظرية فرويد:

وهي تتكون من تركيبات رئيسة في بنية الشخصية وهي:ألهو، الأنا ،الأنا العليا **فألهو:** النظام الأصلي للشخصية وهي المستودع لكل الغرائز وهي تحتوي الطاقة النفسية **(اللبيدو)** وهي الجسمية يحدث تركيب قوي الشخصية وهي تتصل بشكل مباشر ومهم بإرضاء الحاجات الجسمية،حيث يحدث التوتر أو الضغط عندما يكون الجسم في حالة الحاجة، عندها يعمل الكائن الحي على خفض التوتر عن طريق إشباع الحاجات وفق مبدأ اللذة وهي تكافح من اجل الإرضاء العاجل .

الأنا:تمتلك الأنا وعاء للواقع وهي قادرة على أدراك الفرد والتلاعب فيها بطريقة عملية وهي تعمل وفق ما يسميه فرويد مبدأ الواقع وهي السيد العاقل للشخصية وغرضها مساعدة ألهو في الحصول على الخفض الضروري للتوتر وهي تقرر الوقت والأسلوب للإشباع بشكل مناسب.

الأنا العليا:وهي مجموعة من القوة والأوامر أو المعتقدات الفعالة وتسمى بلغتنا (الضمير) وهي الجانب الخلقي من الشخصية وهي تبحث باستمرار عن الجمال الأخلاقي وهي تكبح طلبات ألهو وتكافح من اجل الكمال الأخلاقي وهي لأتقبل المساومة في مطالبها (شلتز،١٩٨٣،ص٣٥-٣٦)

نظرية ادلر:

الشيء المميز لنظرية ادلر هو فكرته عن ما يسمى بالذات الخلاقة وهي نظاماً شخصياً وذاتياً للغاية ويفسر الكائن العضوي ويعطيها معناها وهي تبحث عن الخبرات التي تساعد على تحقيق أسلوب الشخص الفريد المميز في الحياة وأيضا أكد على (تفرد الشخصية) أي نشوءها كوحدة فريدة ومميزة من الدوافع والسمات والاهتمامات والقيم كما دارت نظريته حول الشعور وهو يرى الإنسان كائناً شعورياً يعرف أسباب سلوكه كما انه يشعر بالأهداف التي يحاول بلوغها أي انه فرد بذاته ومن الإسهامات المهمة تشخيصه للشعور بالنقص وعنده تتضمن معنى القلق واعتبره دافعاً أساسياً للاضطرابات النفسية التي تصيب الشخصية (الهيتي،١٩٨٥،ص١٠٦)

ثانيا:الإشراف التربوي

المفهوم القديم للأشراف التربوي:

أن المتتبع لتاريخ الإشراف التربوي يجد انه ابتدأ أول الأمر على مستوى التفتيش الذي يعني تلك العملية التي يقوم بها شخص واحد هو المفتش بزيارة المعلمين للاطلاع على جوانب القصور ونقاط الضعف لديهم ومن ثم محاسبتهم على الأخطاء والنواقص والهفوات التي يجدها من خلال زيارته وتتحدد مهمته في الكشف عن نقاط الضعف لدى المعلمين وتصيد الأخطاء التي يقعون فيها من خلال زيارة خاطفة ثم يعد تقريره التقويمي عن المعلم ويعطيه تقريرا يعكس انطباعاته الشخصية دون الاعتماد على أسس موضوعية أذا

كان سلبياً تأثيره على المعلم من حيث استمراره بالعمل أو بقائه في مدرسته ذلك أن النقل إلى مدرسة بعيدة أو نائية من أكثر الإجراءات التي كان يستخدمها المفتشون إزاء المعلمين الذين لايرضون عنهم (البزاز ١٩٧٠،ص٥٤)

أن ما يقوم به المفتش غالباً هو نقل خبراته التعليمية عندما كان معلماً ويحاول فرضها على المعلمين دون الأخذ بنظر الاعتبار التطورات العديدة التي طرأت على ميدان التربية ولا المتغيرات المتنوعة في المواقف التعليمية ولا الفروق الفردية القائمة بين المعلمين والطلبة (المزبان،١٩٨٢،ص٧٨).

المفهوم الحديث للإشراف التربوي:

أن التطورات الكبيرة التي تحققت في مجال الفكر التربوي وما تضمنه من فلسفة وأهداف تربوية ومراحل النمو ومبادئه ونظريات التعلم المختلفة وديناميات الجماعة وأساليب الاتصال وما تحقق في مجال العلوم التربوية والنفسية والعلوم الاجتماعية والسلوكية وتطور النظرة الشاملة للعملية التعليمية فرض تطوراً جديداً لمفهوم الأشراف التربوي ومبادئ تحقيق الأهداف حيث أن هدف الأشراف التربوي تطوير عمليات التعليم والتعلم من اجل تحقيق أهدافها كل ذلك أدى إلى تغير جديد على مفهوم الأشراف التربوي وذلك من اهتمامه بالفرد وهو المعلم إلى اهتمامه بالموقف التعليمي (متولي ،١٩٨٣،ص٢٦٥)

حيث أصبح الأشراف التربوي يعني احد أساليب والوسائل الهامة المستخدمة لتحسين العملية التربوية وتطويرها فهو قيادة تربوية هدفها تهيئة الفرص المناسبة لنمو المعلمين وتطورهم مهنياً بغية الارتقاء بمستوى التعليم وذلك عن طريق استخدام الأساليب التربوية الملائمة والاستفادة من التطورات الحاصلة في هذا المجال .أن الأشراف التربوي يعني تنسيق وتوجيه نمو المعلمين بما يضمن توجيه كل طفل للمشاركة الفاعلة الذكية في المجتمع الذي يعيش فيه عن طريق توجيه وتشجيع النمو الذاتي للمعلمين من اجل تحقيق الأهداف التربوية (وزارة التربية د.ت،ص١٥٢)، أن الأشراف التربوي في المفهوم الحديث هو عبارة عن سلوك مصمم يهدف إلى التأثير المباشر والفعال في سلوك المعلمين بأسلوب يسهل تحقيق تعلم أفضل للمعلمين وتحقيق أهداف التربية والمدرسة وفي ضوء ذلك أصبح مهمة قيادية تفتح قنوات الاتصال بين جميع العناصر المؤثرة في العملية التربوية من أدارة ومناهج دراسية وطرائق تدريسية ونشاطات متنوعة لها علاقة بعملية التعلم.

الدراسات السابقة :

١)دراسة روز١٩٨٨ الموسومة (الأمراض وعلاقتها بقوة تحمل الشخصية لدى النساء)

في دراسة لتقييم تأثيرات مرض الكآبة والأمراض لدى النساء ذوات قوة تحمل الشخصية العالي والنساء ذوات قوة تحمل الشخصية الواطئ في الولايات المتحدة الأمريكية وتوضح أن هذا المتغير يعمل كحاجز لتغيرات أحداث الحياة الضاغطة وقد بين أن النساء من ذوات قوة تحمل الشخصية الواطئ تتعرض لأعلى تهديدا لأحداث الحياة الضاغطة من ذوات قوة تحمل الشخصية العالي وذلك باستخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية المناسبة (الحلو ،١٩٩٥،ص٢٣)

٢)دراسة كانلن ١٩٨٩ الموسومة (دراسة قوة تحمل الشخصية وعلاقتها بالإسناد الاجتماعي)

قام بالدراسة كمتغيرات وسيطة لتأثير ضغوط الحياة على العلاقات الاجتماعية والإسناد الاجتماعي في ولاية كاليفورنيا،حيث استخدم الباحث مجموعة من الوسائل الإحصائية وبينت النتائج أن مجال الالتزام في قوة تحمل الشخصية يرتبط ارتباطاً ذات دلالة مع الإسناد الاجتماعي بينما لايرتبط بمجال السيطرة وعندما يحدث تفاعل بين أحداث الحياة والإسناد الاجتماعي وقوة تحمل الشخصية وجد أن الاغتراب عن الذات يتوسط تأثيرات ضغوط الحياة (كانلن ،١٩٨٩،ص٢٩)

٣)دراسة بثينة منصور الحلو ١٩٩٥ (قوة تحمل الشخصية لدى طلبة الجامعة)

هدفت الدراسة إلى التعرف على أساليب تعامل الأفراد من ذوي قوة تحمل الشخصية العالي وذوي قوة تحمل الشخصية الواطئ في تعاملهم مع ضغوط الحياة وقد كانت عينة بحثها طلبة الجامعات لأنهم يمثلون المجتمع بكل طبقاته . وقد استلزم هدف البحث تصميمات تتطلب جمع بيانات واستخدمت في ذلك الاختبار التائي ومعامل الارتباط بيرسون ومعادلة سبيرمان وتحليل التباين ذي العاملين والتحليل العاملي وأظهرت النتائج من أن الأفراد من قوة تحمل الشخصية العالي يستخدمون الاستراتيجيات المركزة على المشكلة وهم الذين يختلفون عن ذوي قوة تحمل الشخصية الواطئ الذين يستخدمون استراتيجيات التركيز على العاطفة وقد يكون السبب في حمايتهم من الأمراض (الحلو ،١٩٩٥،ص١٥)

٤)دراسة فانك٢٠٠٥ الموسومة (قوة تحمل الشخصية وعلاقتها بالأمراض)

تهدف إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين قوة تحمل الشخصية والتعرض للأمراض المختلفة وأوضح فانك في دراسته أن قوة تحمل الشخصية ليس لها تأثير الحاجز الذي يمنع حدوث المرض ولكنها متغير بمتوسط عملية التعامل بحيث يحمي الفرد من الإصابة بالمرض كما أظهرت نتيجة الدراسة أن الأفراد كانت درجتهم واطئة على المقياس لقوة تحمل الشخصية اتصفوا بعدم التكيف والاستسلام للأمراض التي يعانون منها (فانك ،٢٠٠٥،ص٤٨)

الاستنتاج :

من خلال متابعة الدراسات السابقة يستنتج الباحث ماياتي :

١. أهملت البحوث متغير الجنس ولم توضح علاقة هذا المتغير بقوة تحمل الشخصية ولجأت إلى أن تحصل على درجة من العينة ككل .
٢. اتفقت الدراسات على أن متغير قوة تحمل الشخصية يجعل الفرد متكيفاً من خلال تقديم الاستجابة للضغوط .
٣. اتفقت اغلب الدراسات على أن قوة تحمل الشخصية هي ليست مجالاً واحداً وإنما ثلاث مجالات فسلجية معرفية سلوكية.
٤. عمدت الدراسات إلى استخدام التحليل العاملي لتحقيق صدق المفهوم كما عمدت الى استخدام أعادة الاختبار والاتساق الداخلي لتحقيق الثبات .

٥. استخدمت اغلب الدراسات مقياس هولمز لقياس ضغوط للحياة .
٦. كما اتفقت نتائج البحوث على أن متغير قوة تحمل الشخصية يرتبط ارتباطا بالأفراد ذوي التكيف السليم وان قوة تحمل الشخصية الواطئ تظهر عليهم الأمراض باستمرار سواء كانت نفسية أو جسمية.
٧. أجريت الدراسات التي جاءت بعد كوباسا أما لإعادة تحديد مجالات قوة تحمل الشخصية أو لدراسة علاقة هذا المتغير بالصحة النفسية والجسمية ولحداثة هذا المتغير لم تجر دراسات عليه في الحضارة العربية باستثناء دراسة بثينة منصور الحلو.

الفصل الثالث

إجراءات البحث

١)مجتمع البحث:-

يتكون مجتمع البحث الحالي من (٩٦) مشرفاً تربوياً يتوزعون على أقضية ونواحي محافظة واسط وللاختصاصات كافة للعام الدراسي ٢٠٠٨-٢٠٠٩م والجدول (١) يوضح ذلك جدول(١)

مجتمع البحث حسب الاختصاص والجنس

ت	الاختصاص	ذكور	إناث	المجموع
١	الإداري	٦	٦	١٢
٢	العام	١٢	٤	١٦
٣	الرياضيات	٨	٦	١٤
٤	الانكليزية	٦	٤	١٠
٥	العربية	٨	٦	١٤
٦	الإسلامية	٦	٤	١٠
٧	الفنية	٦	٢	٨
٨	الرياضة	٦	٢	٨
٩	الخاصة	٢	٢	٤
	المجموع	٦٠	٣٦	96

٢) عينة البحث :-

قام الباحث بسحب عينة عشوائية بلغت (٦٠) مشرفاً تربوياً يتوزعون على الاختصاصات التالية (الإداري ،العام ،الرياضيات ،الانكليزية ،العربية ،الإسلامية ،الفنية ،التربية الرياضية التربية الخاصة) والجدول(٢) يوضح ذلك

جدول (٢)

عينة البحث موزعة بحسب الاختصاص والجنس

ت	الاختصاص	ذكور	إناث	المجموع
١	الإداري	٣	٣	٦
٢	العام	٩	٣	١٢
٣	الرياضيات	٤	٤	٨
٤	الانكليزية	٣	٢	٥

٥	العربية	٤	٤	٨
٦	الإسلامية	٥	٢	٧
٧	الفنية	٣	٢	٥
٨	الرياضة	٣	٢	٥
٩	الخاصة	٢	٢	٤
	المجموع	٣٦	٢٤	٦٠

ثالثا: أدوات البحث:-

بما أن البحث الحالي يستهدف التعرف على مستوى قوة تحمل الشخصية لدى المشرفين التربويين لذلك تطلب توافر مقياس يتمتع بخصائص سيكومترية لتحقيق أهداف البحث .

وبعد اطلاع الباحث على الأدبيات والدراسات السابقة ذات الصلة تقرر أعداد أداة تلائم مشكلة البحث والعينة إذ انه لا توجد أداة لذلك وعلى هذا الأساس قام الباحث بتوزيع استبانه استطلاعية لعينة مكونة من (٢٠) مشرف ومشرفة اختيروا عشوائيا وطلب منهم ذكر ما يأتي:-

١-أهم المشاكل والضغوط التي تواجههم في حياتهم العامة وعملهم خاصة .

٢-أهم الأساليب التي يستخدمونها لمواجهة هذه المشاكل والتعامل معها والتكيف لها .

وبعد مراجعة الأدبيات والدراسات السابقة ذات الصلة تم الحصول على عدد من الفقرات وبذلك تكون المقياس بصورته الأولية من (٤٧) فقرة.

أعداد تعليمات المقياس:

أن تعليمات المقياس هي بمثابة الدليل في الإجابة على فقراته لذا روعي عند أعداد التعليمات أن تكون غير طويلة ولزيادة الوضوح وضع الباحث تعليمات توضح كيفية الإجابة على فقرات المقياس ملحق(٤) لحث المستجيب على أعطاء إجابات أكثر صراحة ودقة .

تصحيح المقياس :-

لحساب الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجابته على فقرات المقياس وضعت الدرجات المناسبة لكل الفقرات موزعة على بدائل المقياس الأربعة التي تم تحديدها والجدول (٣) يوضح ذلك .

جدول(٣)

وزن الفقرات وبدائل الإجابة عنها

بدائل الإجابة	أوافق تماما	أوفق أحيانا	أوفق قليلا	ارفض بشدة
وزن الفقرة	٤	٣	٢	١

الخصائص السيكومترية للمقياس :-

الصدق :-

يعد الصدق من الخصائص المهمة في الاختبارات فالاختبار الصادق هو ذلك الاختبار القادر على قياس السمة أو الظاهرة التي وضع من اجلها المقياس (الزوبعي وآخرون، ١٩٨١،ص٣٤).

الصدق الظاهري :-

بعد أن تمت صياغة فقرات المقياس وتعليماته وبدائل الإجابة بصيغتها الأولية تم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين في التربية وعلم النفس ملحق (١) وطلب منهم .

١-الحكم على مدى صلاحية الفقرات لقياس ما وضعت لأجله ومدى ملائمتها .

٢-الحكم على مدى ملائمة التعليمات وبدائل الإجابة .

٣-اجراء ما يرونه مناسبا من تعديلات أو أعادة صياغة أو دمج أو حذف أو أية إضافة على الفقرات.

وفي ضوء أراء الخبراء وملاحظاتهم تم اعتماد هذا المقياس وبدائله بعد حذف (٧) فقرات ليصبح عدد فقراته (٤٠) فقرة بصورته النهائية .

ثبات المقياس

يقصد بالثبات هو اتساق درجات الاختبار ودقة نتائجه وتحريرها من تاثيرات الصدفة عندما يطبق على مجموعة من الاشخاص في مناسبتين مختلفتين يفصل بينهما زمن معين ،اوعند اختبار الاشخاص انفسهم بمجوعتين مختلفتين من البنود المتكافئة.(عبد الخالق،٢٠٠٠،ص٤٥).

١-طريقة أعادة الاختبار

تم تطبيق المقياس على عينة مكونه من (٣٠)فرداً وبعد مرور اسبوعين تقريباً اعيد تطبيق المقياس على العينة نفسها ،وتم حساب معامل ارتباط (بيرسون) بين درجات التطبيق الاول ودرجات التطبيق الثاني فبلغ (٠،٧٥) وهذا يدل على استقرار استجابة العينة على فقرات المقياس.(الجلبي،٢٠٠٥،ص٧٢).

٢- طريقة التجزئة النصفية

تم سحب (٣٠) استمارة عشوائياً ومن ثم تقسيم فقرات المقياس الى نصفين متساويين فردية وزوجية ، وبعد ذلك تم حساب معامل ارتباط (بيرسون)بين نصفسين الذي بلغ (٠،٨٦) وبعد تصحيحه بمعادلة سيبرمان بروان بلغ معامل الثبات (٠،٩٦).

التطبيق النهائي :

وبعد أن تم أكمال إجراءات بناء المقياس تم تطبيقه بصفته النهائية على عينة البحث وكان عددها (٦٠) مشرفاً ومشرفة وقد تبين أن الفقرات والتعليمات مفهومة وواضحة وكان الاستفسار عنها قليل أما بالنسبة للوقت كان (١٨) دقيقة تقريباً حسبت عن طريق استخدام الوسط الحسابي للوقت .

الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحث مجموعة من الوسائل الإحصائية لمعالجة البيانات بغية التحقق من أهداف البحث وهي:

*** معامل ارتباط بيرسون**

*** الاختبار التائي لعينة واحدة**

*** الاختبار التائي لعينتين مستقلتين**

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها

عرض النتائج

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج وتفسيرها في ضوء أهداف البحث وكما يلي:

الهدف الأول:التعرف على مستوى قوة تحمل الشخصية لدى المشرفين التربويين لغرض تحديد مستوى قوة تحمل الشخصية لدى أفراد عينة البحث تم حساب المتوسط الحسابي للدرجات الكلية للمقياس ولجميع أفراد العينة البالغ عددهم (٦٠) مشرف ومشرفة وتبين أن المتوسط الحسابي لدرجاتهم (١٤٢,٥٢)وبأنحراف معياري (٢٢,٧٩) كما حسب المتوسط النظري للمقياس وكان مقداره (١٠٠) وقد تم قياس ذلك باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وأظهرت النتائج الإحصائية أن القيمة التائية المحسوبة (٢,٢٣) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٢) بدرجة حرية (٣٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)والجدول الأتي يوضح ذلك .

جدول(٤)

المتوسط الحسابي والنظري والقيمة التائية

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	القيمة التائية		مستوى الدلالة ٠,٠٥
				المحسوبة	الجدولية	
٦٠	١٤٢,٥٢	٢٢,٧٩	١٠٠	٢,٢٣	١,٩٢	دال

ويتضح من الجدول أعلاه أن عينة البحث بالنسبة للمشرفين التربويين الذكور والإناث يتمتعون بقوة تحمل الشخصية وتفسير هذه النتيجة بان المشرف التربوي كائن اجتماعي فعال يؤثر ويتأثر بالمعايير البيئية والحضارية السائدة في المجتمع فهو يعيش في بيئة متفاعلاً معها يأخذ منها ويعطيها.

كما أن ميل المشرف التربوي إلى التنويع والتجديد في عمله لأنه لديه ميل نحو التجديد والتنويع والذي يعد احد دوافع حب الاستطلاع والاستكشاف من اجل التخلص من الجمود والروتين وأظهرت قوة تحمل الشخصية في هذا المجال من إلمامه بكل القوانين والأنظمة التي من خلالها ينطلق في أداء عمله بنجاح .

الهدف الثاني: التعرف على الفروق الفردية في مستوى قوة تحمل الشخصية حسب متغير الجنس (ذكور – إناث).

جدول (٤)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين

الجنس	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	القيمة التائية المحسوبة	التائية اجدولية	مستوى الدلالة ٠,٠٥
ذكور	٤٠	١١٨	١٢,١٩	١٠٠	٢,٢٣	١,٧٦	دال
إناث	٢٠	٩٦	١١,١٨	١٠٠	١,٣٢	١,٧٦	دال

والجدول (٥) يوضح أن هناك فروقاً في قوة تحمل الشخصية بن الذكور والإناث حيث دلت النتائج على تمتع الذكور بقوة تحمل الشخصية بصورة أعلى من الإناث وان السبب في الاختلاف يمكن أن يعود

إلى التنشئة الاجتماعية التي تحدد الدور الذي يلعبه كلا من الذكر والأنثى في المجتمع فكما هو واضح أن يعتمد الذكر على نفسه وان يواجه الصعوبات وان يسيطر عليها وهذا ما يخلق سيطرة الذات لديه وحثه على مواجهة المشاكل بينما تكون تربية الأنثى في المسايرة وطلب الحماية من الآخرين وهذا ما يعزز لديها فكرة الضعف وأنها غير قادرة على مواجهة الحياة .

وفي ديننا تأكيد على ذلك من خلال الآيات القرآنية (وليس الذكر كالأنثى) (الرجال قوامون على النساء بما فضل الله بعضهم على بعض وبما أنفقوا من أموالهم) وهذا يدل على أن الرجل هو الذي يدخل معترك الحياة ويواجه كل ضغوطها ومشاكلها.

التوصيات

وفي ضوء نتائج البحث يمكن أن يوصي الباحث بما يلي :

١. ضرورة إزالة الروتين في عمل المشرف التربوي .
٢. ضرورة تمتع المشرف التربوي بالمرونة في عمله وفي إصداره الأحكام على بعض القضايا والمشكلات .
٣. ضرورة إزالة كل مسببات ومصادر الضغط النفسي والاجتماعي والمهني من أمام المشرفين التربويين لكي يؤدوا أعمالهم على أحسن ما يرام وبكل دقة وإخلاص.
٤. ضرورة وضع قيود وضوابط صارمة لمنع تجاوزات وإساءات الآخرين على المشرف التربوي .
٥. ضرورة تمتع المشرف التربوي بدرجة وظيفية لتزيد من قيمته وترفع من شانه أسوة برؤساء الأقسام في المديرية العامة للتربية .
٦. ضرورة صرف مخصصات نقل للمشرف التربوي بسبب تنقله المستمر بين المدارس المختلفة والمتباعدة داخل مركز المحافظة وزيادة مخصصات النقل التي تصرف له عن زياراته للمدارس الريفية وان تكون موازية لارتفاع أجور النقل والبنزين .
٧. ضرورة تزويده بمستلزمات القرطاسية التي يحتاج لها في عمله أسوة بإدارات المدارس .
٨. فتح قسم الإدارة والإشراف التربوي في الكليات .
٩. استحداث اختصاصات جديدة في قسم الأشراف التربوي كاختصاص القراءة الخلدونية والتوليفية للصف الأول الابتدائي واختصاص للاجتماعيات وأخر للعلوم والتربية الصحية الخ.

رابعا:المقترحات

استكمالا للدراسة الحالية يقترح الباحث اجراء الدراسات المستقبلية الآتية :

١. أجراء دراسة مقارنة بين قوة تحمل الشخصية لدى المشرف التربوي في تربية واسط بحسب متغير الجنس وسنوات الخدمة والتحصيل الدراسي .
٢. إجراء دراسة مقارنة بين قوة تحمل الشخصية لدى المشرف التربوي للمرحلة الابتدائية والمشرف الاختصاص للمرحلة الثانوية .
٣. إجراء دراسة عن استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى المشرفين التربويين .

٤. إجراء دراسة عن استراتيجيات تعزيز قوة التحمل لدى المشرف التربوي .
٥. إجراء دراسة عن اثر برنامج أرشادي لتعزيز قوة تحمل الشخصية والضبط لدى المشرف التربوي.

قائمة المصادر

القران الكريم

الالوسي ،جمال الدين :الأسس النفسية لمعاملة التلميذ وأثرها في ثقته بنفسه، وزارة التربية المديرية العامة للتخطيط التربوي ،مديرية التوثيق والدراسات ، ١٩٨٦.

الأمارة اسعد شريف الضغوط النفسية ،مجلة النبأ العدد ٥٤ ، ٢٠٠١ .

البزاز ،حكمت عبد الله ،تقييم التفتيش الابتدائي في العراق بغداد ،١٩٧٠.

جرجس ،ملاك: سيكولوجية الإدارة والإنتاج ،الدار العربية للكتاب ،تونس ،،١٩٨٣.

الجسماني،عبد علي: توجيه المناهج لتعزيز شخصية الطالب في مسألة الثقة بالنفس واتخاذ القرارات ،وزارة التربية ، مديرية التوثيق والدراسات ،١٩٨٦.

الحلو ،بثينة منصور:قوة تحمل الشخصية وأساليب التعامل مع ضغوط الحياة رسالة دكتوراه، كلية الآداب ،جامعة بغداد،١٩٩٥.

الحمداني ، موفق: توجيه المناهج وطرائق التدريس لتعزيز شخصية الطالب في مسألة اتخاذ القرار مديرية التوثيق والدراسات ، وزارة التربية ،١٩٦٨.

دافيدوف ،لندال ،مدخل علم النفس ،ترجمة سيد الطواب وآخرون مكتبة الثريرة ،١٩٨٣.

الداهري صالح ومحمد العبيدي: الشخصية والصحة النفسية،وزارة التعليم العالي بغداد،١٩٨٦

شلتز ،ادوان : نظريات الشخصية ،الجامعة الأمريكية واشنطن ترجمة د.الكروبلي وعبد الرحمن القيسي ١٩٨٨.

فانك ،ك.ل، قوة تحمل الشخصية وعلاقتها بالأمراض ،ملخص بحث منشور باللغة العربية ، ٢٠٠٥.

كانلن ، العلاقة بين قوة تحمل الشخصية والإسناد الاجتماعي ،ملخص بحث منشور باللغة العربية في الانترنيت ١٩٨٩.

متولي ، مصطفى : الإشراف الفني في التعليم ،دراسة مقارنة ،دار المطبوعات الجديدة،الإسكندرية، ١٩٨٣.

المزبان ،سليمان يوسف بعض الأبعاد المنهجية في مسالة زرع الثقة بالنفس وزارة التربية،المديرية العامة للتخطيط التربوي ،مديرية التوثيق والدراسات ،١٩٨٢.

موسى عبد الهادي علي :المدخل إلى علم النفس ،مكتبة الخانجي القاهرة ،١٩٧٦.

نايت ،ركسن مارجيت،المدخل إلى علم النفس ،بغداد ،١٩٨٥.

هادي حسن،علاقة الصحة بقوة تحمل الشخصية ،ملخص بحث منشور باللغة العربية في الانترنيت ١٩٨٩.

الهيتي ،مصطفى عبد السلام :عالم الشخصية ، مكتبة الشرق الجديد، بغداد ١٩٨٥.

وزارة التربية ،الإدارة والإشراف للصف الثاني معاهد أعداد المعلمين المرحلة الرابعة كلية التربية ،قسم العلوم التربوية والنفسية ،د.ت.

وزارة التربية ،دليل المشرف التربوي ،١٩٨٥.

ملحق (١)

السادة الخبراء الذين استعان بهم الباحث

ت	أسماء الخبراء	مكان العمل

١-	ا.د.جعفر عبد الكاظم المياحي	جامعة واسط /كلية التربية
٢-	ا.د. ناهده لفتة حمزة البدري	جامعة بغداد /كلية التربية (ابن الهيثم)
٣-	ا.د.مهدي صالح السامرائي	جامعة بغداد /كلية التربية (ابن الهيثم)
٤-	ا.د. إبراهيم عبد الخالق	الجامعة المستنصرية / كلية التربية
٥-	ا.م.د. عبود جواد راضي	جامعة واسط /كلية التربية
٦-	ا.م.د. عباس مرير وسيج	جامعة واسط /كلية التربية
٧-	ا.م.د. تحسين علي حسين	جامعة واسط /كلية التربية
٨-	م. د. صالح نهير راهي	جامعة واسط /كلية التربية
٩-	م.د. عبد الله مجيد العتابي	الكلية التربوية المفتوحة(واسط)
١٠-	م.د. محمد جاسم عبد الأمير	جامعة واسط /كلية التربية

ملحق (٢)

جامعة واسط

كلية التربية

قسم العلوم التربوية والنفسية

عزيزي المشرف .....عزيزتي المشرفة

نضع بين يديك مجموعة من الفقرات التي تمثل بعض الخصائص والصفات التي تنطبق عليك أو لاتنطبق وان الإجابة عليها لاتعني انك على صواب أو على خطا ، يرجى قراءتها بإمعان وتحديد رأيك وذلك بوضع علامة (√) تحت واحد من البدائل الموجودة أمام كل فقرة والذي ترى انه ينطبق عليك وأرجو أن لاتقضي وقتا طويلا في الإجابة ، بل اكتب الجواب الذي يخطر على بالك مباشرة .

مع الشكر والتقدير لحسن تعاونك .....

الجنس : ذكر .....أنثى .....

١

ت	الفقرات	أوافق تماما	أوافق أحيانا	أوافق قليلا	ارفض بشدة
١	غالبا ما انهض متلهفا لأبدا حياتي من حيث انتهيت في اليوم السابق				
٢	أحب التنويع الكثير في عملي				
٣	يساعد التخطيط المسبق في تجنب اغلب مشاكل الفرد المستقبلية				
٤	اشعر بأني قادر على التغير مع ما قد يحدث غدا من خلال ما أقوم به اليوم				
٥	أحب الجدل والمناقشة الجدية مع الآخرين				
٦	مهما حاولت أن ابذل من جهود فأنها ستذهب سدى				
٧	اغلب الأشخاص الذين يعملون لكسب العيش مستغلون من قبل رؤسائهم				
٨	لاتصل إلى أهدافك مهما بذلت من جهود				
٩	الشخص الذي نادرا ما يتغير تفكيره يكون معتمدا على أحكام ثابتة				
١٠	أجد سهولة التكيف حينما انتقل إلى مكان أخر				
١١	اعتقد أن اغلب الأشياء التي تحدث في الحياة مقدرا لها أن تحدث				
١٢	افرح عندما يستشيرني الآخرين				
١٣	عندما أضع الخطط أكون متأكدا أنني قادرا على تطبيقها علمياً				
١٤	اعترف بالخطأ وأحاول التعلم والاستفادة منها				
١٥	أتطلع بواقعية للتقدم في علمي				
١٦	أتحمل التجاوزات وإساءات الآخرين				

١٧	لا أتخوف من المشكلات التي تجابهني				
١٨	لا اشعر بالضيق عندما ابتعد من شيء ما كنت منشغلا فيه .				
١٩	عندما اعمل لانجاز مهمة صعبة اعرف متى اطلب المساعدة				
٢٠	انه من المثير والممتع لي أن أتعلم شيء ما عن نفسي				
٢١	اشعر أن لي قوة تحكم وضبط عالية لكافة انفعالاتي				
٢٢	استمتع بوجودي مع الأشخاص الواضحين في أفكارهم وأهدافهم				
٢٣	يزعجني مقاطعة عملي اليومي المعتاد بشيء غير متوقع الحدوث				
٢٤	أمارس عملي بجد ونشاط كوني أقدم خدمة للمجتمع				
٢٥	اشعر بالثقة بقدراتي على تنفيذ ما يطلب مني				
٢٦	لا اشعر بالحاجة إلى بذل الجهد في العمل طالما أن ذلك لا يغير شيئا				
٢٧	احترم النظم والقوانين لأنها توجهني				
٢٨	الأفراد الذين يعملون ما بوسعهم يجب أن ينالوا إسنادا (دعماً) مالياً من المجتمع				
٢٩	أعي المشكلة أو المسألة قبل أن اتخذ قراري				
٣٠	لا اعرف حقيقة تفكيري في كثير من الأحيان				
٣١	لا اعتمد النظريات التي لا ترتبط بالحقائق ارتباطاً وثيقاً				
٣٢	العمل الاعتيادي الرتيب ممل جدا ولا يستحق العناء				
٣٣	التغير في العمل اليومي غالباً ما يزعجني				
٣٤	أذا حاول احد أن يؤذيني اشعر باني عاجز عن إيقافه				
٣٥	اشعر في معظم الأوقات بان الحياة مثيرة جدا بالنسبة لي				
٣٦	يبدو من غير العدل عادة أن احصل على توبيخ (عقوبة) في عملي				
٣٧	أريد أن أتأكد أن شخصاً سيعتني بي عندما أتقدم بالعمر				
٣٨	أدير قدراتي وجهودي لإسعاد عائلتي ومن أحبهم				
٣٩	أقوم بإعمالي مهما كانت الضغوطات				
٤٠	أسعى لمرضاة الله في أداء أعمالي				