



الارشاد الذاتي الاخلاقي وعلاقته بالعافية النفسية لدى طلبة الاعدادية

م.م سجاد عبد المهدي جاسم اسماعيل الوائلي

وزارة التربية/ المديرية العامة لتربية محافظة واسط

sajaseem@uowasit.edu.iq

المستخلص:

يستهدف البحث التعرف على:

- ١- الارشاد الذاتي الاخلاقي لدى طلبة المرحلة الاعدادية تبعاً لمتغيري (ذكور - اناث) , والتخصص: (علمي - ادبي).
 - ٢- العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية تبعاً لمتغيري : الجنس (ذكور - اناث) , والتخصص: (علمي - ادبي).
 - ٣-الدلالة الاحصائية للعلاقة الارتباطية بين الارشاد الذاتي الاخلاقي و العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية تبعاً لمتغيري : الجنس (ذكور - اناث) , والتخصص: (علمي - ادبي).
 - ٤-دلالة الفروق في العلاقة الارتباطية بين الارشاد الذاتي الاخلاقي و العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية تبعاً لمتغيري : الجنس (ذكور - اناث) , والتخصص: (علمي - ادبي).
- ولتحقيق أهداف البحث اعتمد الباحث ما يأتي:-

قام الباحث ببناء مقياس الارشاد الذاتي الاخلاقي معتمد على الدراسات سابقة, ونظرية البناء الذاتي (Kelly) وتكون المقياس من (١٥) فقرة , كذلك تم تبني مقياس العافية النفسية من (Rkyff, 1989), والذي تكون من (١٦) فقرة موزعة على اربع مجالات وهي ((تقبل الذات، الاستقلال الذاتي، التقبل في التراث النفسي، النمو الشخصي)), إذ طُبّق الباحث المقاييس على عينة قوامها (٤٠٠) من طلبة الاعدادية للعام الدراسي ٢٠٢٤-٢٠٢٥ وكانت النتائج كما يأتي:

١-تمتتع طلبة الاعدادية الى بالارشاد الذاتي الاخلاقي.



- ٢- تتمتع طلبة المرحلة الاعدادية بالعافية النفسية
٣- يرتبط الارشاد الذاتي الاخلاقي بنسبة ضعيفة بالعافية النفسية بالنسبة للجنس والتخصص.
٤- يرتبط الارشاد الذاتي الاخلاقي بنسبة عالية بالعافية النفسية.
وختم البحث بمناقشة النتائج وتقديم بعض التوصيات والمقترحات .
الكلمات المفتاحية: الارشاد الذاتي الاخلاقي, العافية النفسية, طلبة المرحلة الاعدادية.

Moral self-guidance and Its Relationship to Psychological Well-Being Among middle School Students

Assistnt Professor:

Sajjad Abdul Mahdi Jassim Ismail Al-Waila

"Ministry of Education / General Directorate of Education of Wasit
Governorate"

Abstract:

The aim of the research was to identify:

- 1-Moral self-guidance among middle school students according to the variables (males – females),Specialization: (Scientific – Literary).
- 2-Psychological well-being among middle school students according to the variables: gender (males – females),Specialization: (Scientific – Literary).
- 3-The statistical significance of the correlation between moral self-guidance and psychological well-being among middle school students according to the variables: gender (males - females), and specialization (scientific – literary).
- 4-The significance of differences in the correlation between moral self-guidance and psychological well-being among middle school students according to the variables: gender (males - females) and specialization (scientific – literary).

To achieve the research objectives, the researcher relied on the following:

The researcher built a scale of moral self-guidance based on previous studies and the theory of self-construction (Kelly). The scale consisted of 15 items. The psychological well-being scale from (Rkyff) was also adopted. (1089)hich consisted of 16 paragraphs distributed over four areas, namely self-acceptance, autonomy, acceptance in psychological heritage, and personal growth. The researcher applied the scales to a sample of 400 middle school students for the academic year 2024-2025, and the results were as follows



- 1- Do middle school students enjoy moral self-guidance?
 - 2- Middle school students enjoy psychological well-being.
 - 3-Ethical self-guidance is weakly associated with psychological well-being in terms of gender and specialty.
 - 4-Ethical self-guidance is highly associated with psychological well-being.
- The research concluded with a discussion of the results and the presentation of some recommendations and suggestions.

Keywords: Moral Self-Guidance, psychological well-being, middle school students.

❖ الفصل الاول:

اولاً: مشكلة البحث:

يعد الاهتمام بالطالب المنتج القادر على حل ما يواجهه من مشكلات من الضرورات الحتمية في ظل عصر معقد ومتغير مثير للمشكلات الحياتية والأكاديمية في مختلف المجالات والفرد القادر على حل ما يقابله من مشكلات يعد كنزاً لمجتمعه وأحد عوامل رفعت ورقبه فالطالبة هم قادة المجتمع وحجر الزاوية في عملية التنمية ومن ثم فنحن بحاجة إلى فكر متفتح قادر على تقديم الحلول الجديدة والمبتكرة واستخدام الأساليب والإجراءات الفعالة النشطة وغير المألوفة.

إذ اشارت (Trivers,1991) إلى ظهور بعض المشكلات السلوكية والنفسية كالمفهوم السلبي عن الذات، والعدوان، والوحدة، والاكتئاب، وضعف العلاقات بين الطلبة، مما يؤثر على سلوكهم العام ويخلق لديهم مشكلات داخل المدرسة تعيق توافقه النفسي والاجتماعي وتقدمهم الأكاديمي وعدم فهم ذواتهم (Trivers,1991: 175).

وقد اتسع نطاق المناقشة العلمية حول تعزيز الذات ليشمل المجال الأخلاقي، مما يوفر تفسيراً بديلاً مقنعاً للانفصال الملحوظ بين المعايير الأخلاقية والسلوكيات الأخلاقية، وقد أظهرت الأبحاث نتائج قوية مفادها أن معظم الناس يرون أنفسهم فوق المتوسط في الالتزام بالمبادئ الأخلاقية (Alicke & Govorun, 2005: 54)، لكن الواقع هو أن الأشخاص الذين يؤيدون الأخلاق بقوة قد ينخرطون مع ذلك في سلوكيات تتعارض بوضوح مع رفاة الآخرين والمبادئ الأخلاقية العزيزة، إذ استعمل (Batson and Collins, 2011) مصطلح النفاق الأخلاقي لوصف "الدافع إلى الظهور بمظهر أخلاقي مع تجنب تكلفة أن تكون أخلاقياً إن أمكن، ويزعم البعض أن هناك أسباباً أخرى



وراء الفشل الأخلاقي، وليس فقط ضعف الدافع الأخلاقي، وإن هدف المنافق الأخلاقي هو السعي إلى تحقيق المصلحة الذاتية مع الحفاظ على مظهر الأخلاق (Batson Collins, 2011: 95) and, وهنا بالضبط يأتي دور الإرشاد الذاتي كوسيلة "يمكن من خلالها تعزيز المصلحة الذاتية مع خداع الآخرين بالالتزام المزعوم بالمعايير الأخلاقية الصارمة" (Alicke & Sedikides, 2011). (9: على سبيل المثال، لوحظ باستمرار أن المشاركين في سلسلة من دراسات النفاق الأخلاقي يتبنون المعيار الأخلاقي للفقير بينما يعينون أنفسهم بشكل أناني بمهام مرغوبة ويتركون المهام غير المرغوبة لمشارك آخر (خيالي في الواقع) (Batson & Thompson, 2001:88), ومن أجل تحقيق هدف البحث سيحاول البحث الحالي معرفته, من خلال الإجابة عن التساؤل الآتي؟
ما العلاقة بين الإرشاد الذاتي الاخلاقي و العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية؟

ثانياً: أهمية البحث:

• الأهمية النظرية:

تتضح أهمية البحث من الناحية النظرية فيما يمكن أن تقدم إطار نظري يفسر العلاقة بين الإرشاد الذاتي الاخلاقي والعافية النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية, فعلى الرغم من أن متغيرات البحث قد حظيت باهتمام كبير في السنوات الأخيرة على مستوى الدراسات الأجنبية، إلا أنه لم يلق نفس الاهتمام على مستوى الدراسات العربية، ومن هنا تأتي أهمية البحث بأبعاده المختلفة مما يعطي دوراً إيجابياً على الصحة النفسية للفرد بصفة عامة وعلى الطلبة بصفة خاصة.

• الأهمية التطبيقية:

تسهم الدراسة الحالية في توفير أداة سيكومترية مناسبة للبيئة العربية في قياس وتشخيص الإرشاد الذاتي الاخلاقي لدى طلبة المرحلة الاعدادية، كما تسهم الدراسة الحالية في توفير أداة سيكومترية مناسبة في قياس وتشخيص العافية النفسية, وكذلك يمكن أن تسهم الدراسة الحالية أيضاً في توجيه اهتمام الطلبة لحاجتهم الماسة إلى التحلي بالعافية النفسية، في مواقف الحياة الضاغطة التي يتعرضون لها لا سيما في ظل الظروف التي يمر بها المجتمع حالياً، مما ينعكس إيجابياً على الطلبة وهو ثمرة نتاجهم، وأخيراً يمكن أن تسهم نتائج الدراسة الحالية في الحد من سلوكيات التشاؤم ونقشي السلبية، وتوجيه مشاعرهم إلى الجوانب الإيجابية في الشخصية, ومن ثم يتحقق لديهم درجة من الصحة النفسية.

ثالثاً: اهداف البحث:



يستهدف البحث التعرف على:

١. الارشاد الذاتي الاخلاقي لدى طلبة الاعدادية تبعا لمتغيري : الجنس (ذكور - اناث),
والتخصص: (علمي - ادبي).
٢. العافية النفسية لدى طلبة الاعدادية تبعا لمتغيري : الجنس (ذكور - اناث),
والتخصص: (علمي - ادبي).
٣. الدلالة الاحصائية للعلاقة الارتباطية بين الارشاد الذاتي الاخلاقي والعافية النفسية لدى طلبة
الاعدادية تبعا لمتغيري : الجنس (ذكور - اناث),
والتخصص: (علمي - ادبي).
٤. دلالة الفروق في العلاقة الارتباطية بين الارشاد الذاتي الاخلاقي والعافية النفسية لدى طلبة
الاعدادية تبعا لمتغيري : الجنس (ذكور - اناث),
والتخصص: (علمي - ادبي).

رابعاً: حدود البحث:

الحدود المكانية: مدارس تربية واسط/ كوت.

الحدود الزمانية: العام الدراسي (٢٠٢٤/٢٠٢٥).

الحدود البشرية: طلبة المرحلة الاعدادية للتخصص (العلمي, والادبي).

خامساً: تعريف المصطلحات

يتحدد البحث الحالي بالمصطلحات الآتية:

اولاً: الارشاد الذاتي الاخلاقي وعرفه:

• عبد العظيم وآخرون (٢٠١٠):

هي سبل التعبير الذاتي التي من خلالها يستطيع الفرد إدراك المواقف وتنفيذ الأفعال، وهذه البناءات
ثنائية القطب Bi Polar (مثل: مسيطر مقابل خاضع) (عبد العظيم، وآخرون، ٢٠١٠: ٢٤٤).

• مصطفى (٢٠١٩):

بأنه أحد التوجهات الإرشادية التي يعتمد على تزويد الأفراد بإطار يساعدهم على إعادة صياغة
وتنظيم بنائهم الذاتي، وذلك من خلال منظومة للمعاني وإيجاد فلسفة للحياة ، والتأكيد على كل القوى
والطاقات والقدرات الإنسانية (مصطفى، ٢٠١٩: ١٦٥).

التعريف الاجرائي هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الارشاد الذاتي
الاخلاقي الذي قام الباحث ببنائه معتمد على النظرية (البناء الذاتي Kelly) وتعريف

مصطفى(٢٠١٩).



ثانياً: العافية النفسية وعرفه كل من:

• (Ryff, 2008).

بأنها عدد من الممارسات السلوكية التي تؤدي الى ارتفاع مستويات الرضا لدى الشخص عن حياته بشكل عام، إذ حددها بعدة عوامل هي: (تقبل الذات، الاستقلال الذاتي، التقبل في التراث النفسي، النمو الشخصي) (Ryff, 2008: 22).

• الجندي (٢٠٠٩):

بأنها حالة وجدانية إيجابية تعكس شعور الفرد بالسعادة نتيجة لما يتعرض له من مصادر السعادة الشخصية (الجندي، ٢٠٠٩، ٢٦).

التعريف الإجرائي: يشير الى مجموع الدرجات التي يحصل عليها المفحوص من الاستجابة عن المقياس الفرعي لكل مجال، وقد تبني الباحث تعريف (Rkyff, 1989)، للعافية النفسية لانه تبني مقياسه في البحث الحالي الشخصي، كذلك تبني نظرية (Costa & MaCrae, 1980).
❖ الفصل الثاني اطار نظري:

أولاً: مفهوم الارشاد الذاتي الاخلاقي:

ان ما يثير اهتمامنا في هذه الدراسة يتعلق بمشاعر مماثلة لتلك التي عبر عنها ألكسندر بوب في اقتباسه الشهير عن الطبيعة البشرية، ("إن أعظم عدسة مكبرة في العالم هي عينا الإنسان عندما ينظران إلى شخصه") وكما يتضح من وفرة الأدبيات، فقد وثقت الأبحاث في العديد من المجالات ظاهرة الارشاد الذاتي، وهو الدافع إلى تفسير الأحداث أو تذكرها بطريقة تضع صفات المرء في أفضل صورة ممكنة، وهو ما يجعله جديراً بالثقة أمام نفسه والآخرين (Alicke & Sedikides, 2009: 2).

كما اشارت دراسة (Arkin, 1981)، إن الإدراك المتضخم للذات يشمل على عدة أبعاد، من خلالها يمكن الحفاظ على الصورة الإيجابية للذات من خلال الارشاد إيجابية مفهوم الذات (التقدم الذاتي) أو تجنب سلبية مفهوم الذات (حماية الذات) (Arkin, 1981: 111)، إذ يحدث ارشاد الذات العلني عندما يكون الشخص مدفوعاً للحفاظ على صورته أو تحسينها أو تجنب إيذاءها في عيون الآخرين، في حين يستمر ارشاد الذات الخاص غير ملحوظ (Greenwald & Breckler, 1985: 90).



إن إرشاد الذات ليس مجرد عملية عشوائية، بل من المرجح أن يتم على أساس الصفات أو السمات الأكثر أهمية لإحساس الشخص بذاته، وعلاوة على ذلك، فإن الطريقة التي يضخم بها الناس صورهم الذاتية يمكن أن تكون "صريحة" أو "تكتيكية"، إذ يميل البعض إلى إرشاد الذات بشكل صريح على أساس الجوانب الإيجابية لمفهوم الذات، في حين قد يرفع آخرون الإيجابية بطريقة ضمنية (Sedikides & Strube, 1997: 70).

أشار Taylor and Brown (1988) في عملهما الذي استشهد به على نطاق واسع إلى إرشاد الذات بشكل عام باسم ثلاثية الأوهام الإيجابية، أي التأثير فوق المتوسط، وهم السيطرة، والتفاؤل غير الواقعي، إذ يشير وهم السيطرة إلى المبالغة في تقدير الناس للسيطرة التي لديهم على النتائج أو المستقبل في المواقف التي تحدث فيها الأشياء بشكل عشوائي، كذلك لا يزال معظم الناس مقتنعين بأن أفعالهم ستؤثر على النتائج، إذ يعتمد التفاؤل غير الواقعي على الأمل في أن يكون لدى المرء تجارب أكثر إيجابية وتجارب أقل سلبية من الآخرين (Taylor and Brown, 1988: 231)، يعتمد التفاؤل غير الواقعي، والذي يشار إليه أيضًا باسم تحيز التفاؤل، على الأمل في أن يكون لدى المرء تجارب أكثر إيجابية وتجارب أقل سلبية من الآخرين، كذلك يصف التأثير فوق المتوسط الميل إلى تقييم خصائص الفرد أو سلوكياته بشكل أكثر إيجابية من تلك الخاصة بأقرانه العاديين، وفي هذا الصدد يميل الناس إلى النظر إلى أنفسهم على أنهم أكثر سعادة ولديهم آفاق صحية أفضل ويختبرون احتمالات أعلى للأحداث الإيجابية مقارنة بالشخص العادي، هذا التأثير قوي لدرجة أنه حتى عندما يكون المعيار الذي يتم على أساسه الحكم على الذات والآخرين العاديين متطابقين، إذ لا يزال يُنظر إلى الذات بشكل أكثر إيجابية (Alicke & Govorun, 2005: 90).

● نظرية الإرشاد الذاتي:

ظهرت نظرية البناء الذاتي على يد العالم الأمريكي (Kelly)، والمعروفة أيضاً بعلم نفس البناء الذاتي (PCP)، وتشير هذه النظرية إلى أن كل شخص لديه إطاره العقلي الخاص الذي يرى من خلاله العالم، ويستخدم الأفراد هذه الأطر أو المخططات لتفسير المعلومات والخبرات، وتظهر الاختلافات بين الأفراد نتيجة الطرق المختلفة التي يعتمد عليها كل منهم في توقع وتفسير العالم من حوله، وقدمت هذه النظرية مفهوم البناءات الذاتية (ثنائية القطب) والتي تتكون من جانبين متعارضين، إذ تعد الأبنية الذاتية فريدة ومميزة لكل شخص، لأنها تتطور نتيجة استجابة الفرد للخبرات التي يمر بها، وبالتالي قد يتعامل الأفراد المختلفون مع نفس التجربة بطرق مختلفة، فقد



ينظر شخص ما إلى التجارب الجديدة على أنها فرص مثيرة للمغامرة، وقد ينظر شخص آخر إلى نفس التجربة على أنها احتمالية محفوفة بالمخاطر ومخيفة تزعج سلامه، في هذه الحالة فإن لدى الشخص الأول مفهوم للأمن مقابل المغامرة، إذ يرى الأمان مملا والمغامرة مرغوبة والثاني لديه بناء ذاتي للأمن مقابل المخاطر، حيث يرى أن الأمن مرغوب فيه وأمن، في حين أن المخاطر تمثل الخوف وانعدام الأمن، واقترح Kelly أن هذه البنيات يمكن أن تتغير، وأن البنية التي تعمل في مرحلة ما من حياة شخص ما قد تحتاج إلى التغيير إذا تغير الوضع (Cherry, 2023: 42).

ثانياً: العافية النفسية:

• العافية النفسية:

ظهر المفهوم في علم النفس يعزز التوجه إلى علم النفس الإيجابي، إذ بدأ العلماء والباحثين يبحثون في عدد من المفاهيم مثل: الأمل، التفاؤل، الطمأنينة، جودة الحياة، والعافية النفسية، كذلك كرس العلماء مساحة كبيرة لفحص الجوانب المختلفة مثل: الحزن والاكتئاب والقلق والتعاسة والخوف (عبد العال، ومظلوم، ٢٠١٣: ٣٤).

إذ أصبح مفهوم العافية النفسية، من المفاهيم التي يتم تناولها في الفترات الأخيرة، لما لها من دور مهم في تحقيق الصحة النفسية، والتوافق النفسي والعافية لدى الأشخاص، ويعد مفهوم (Ryff)، للعافية النفسية، من المفاهيم المهمة في علم النفس الإيجابي، لما اعطته مكانة مهمة في تاريخ الفكر الإنساني، إذ سعت المجتمعات إلى الوصول للسعادة بوصفها هدفاً أسمى للحياة، وما لها من أهمية لارتباطها بالحالة المزاجية الإيجابية وجودتها وتحقيق الذات والتفاؤل (أبو هاشم، ٢٠١٠: ١١)، وأن الشخص السعيد يتميز بقدرته على إدارة الازمات بمشاعر إيجابية، وقدرته على تحمل الصعاب، ومواجهه المواقف والضغوطات (أبو الحلاوة، ٢٠١٤: ٥٠)، إذ ترى أمسية (٢٠٠٩) أن مفهوم العافية النفسية قد يعد نموذجاً يمكن من خلاله الاستدلال على درجة سعادة الشخص، وقد سمي نموذج العوامل الستة للسعادة النفسية وهي: (تقبل الذات، الاستقلال الذاتي، والنمو الشخصي، أمسية، ٢٠٠٩: ٥٠).

❖ النظريات المفسرة للعافية النفسية:

• النظرية الشخصية:

اسس هذا النموذج كل من كوستا وماكراي (Costa, & McCrae, 1980)، إذ دعت إلى أن العافية النفسية ثابتة تعتمد أساساً على الشخصية، لذا يهتم هذا المنحى بمختلف سمات شخصية



الفرد، ولهذا تختلف درجة الشعور بالسعادة باختلاف الأفراد، وأن لدى كل فرد إمكانية نظرية خاصة للشعور بالسعادة (عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣: ٣٧٠).

• النظرية البيئية:

أكد بعض أنصار المنظور البيئي لتفسير العافية النفسية على الأحداث الحياتية Life Events ولهذا اشار عدد من العلماء على فحص الأحداث المهمة في حياة الفرد إيجابية والسلبية، ولتوضيح التغيرات الحادثة في الشعور بالعافية، كما لاحظ أصحاب هذا النموذج أن مستوى العافية لدى بعض الناس يمكن ان يتغير ويتذبذب بدرجة أكبر عبر فترات الزمن، ذلك لأن خبرة السعادة تتأثر بأحداث الحياة وتقلباتها سواء أكانت جيدة أم سيئة، وبخاصة تلك الأحداث الدرامية (Fung, 2011: 61).

❖ الفصل الثالث: منهج البحث واجراءاته

• منهج البحث واجراءاته:

• منهج الدراسة:

سوف يقوم الباحث باستعمال المنهج الوصفي الإرتباطي ، وذلك بهدف التعرف على العلاقة الإرتباطية بين الارشاد الذاتي الاخلاقي والعافية النفسية لدى طلبة الاعدادية.

• مجتمع الدراسة Research Population

شمل مجتمع البحث الحالي من طلبة الاعدادية في تربية واسط (الكوت) ولكلا الجنسين إذ بلغ مجموع طلبة المرحلة الاعدادية (٢,٥٦٥)، تتراوح اعمارهم بين (١٦-١٨) سنة، إذ بلغ عدد الذكور (١,٣١٩) والاناث (١,٢٤٦).

• عينة الدراسة Research Sample :

شملت عينة البحث الحالي من طلبة الاعدادية في المدارس التابعة لتربية واسط قضاء الكوت، إذ بلغت (٤٠٠)، طالب وطالبة، بلغ عدد الذكور (١٦٠)، وبلغ عدد الاناث (٢٤٠)، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية.

• أدوات البحث Research Instruments:

أولاً: مقياس الارشاد الذاتي الاخلاقي:

لعدم توفر مقياس يمثل متغير البحث ويتناسب مع عينته، واطلاع الباحث على عدد من الدراسات المتمثلة بمتغير البحث، ارتئى الباحث الى بناء مقياس الارشاد الذاتي الاخلاقي لدى طلبة المرحلة



الاعدادية, إذ تكون المقياس من (١٥) فقرة تمثل شعور الطالب حول ذاته, وفق تدرج خماسي, إذ تكونت بدائل المقياس من (دائماً, احياناً, غالباً, نادراً, ابدأ).

• التحليل المنطقي لل فقرات:

قام الباحث بعرض فقرات مقياس الارشاد الذاتي الاخلاقي على عدد من الخبراء في مجال علم النفس من جامعة واسط وبلغ عددهم (١٠), خبراء لبيان مدى صلاحية الفقرات وملائمته لعينة البحث الحالي, فتم الاتفاق بين المحكمين بنسبة (٨٠%), ولم يتم حذف أي فقرة فقط التعديل.

• التحليل الاحصائي لل فقرات:

• تمييز الفقرات

قام الباحث بترتيب درجات اجابات الطلبة على مقياس الارشاد الذاتي الاخلاقي بترتيب تصاعدي وبنسبة (٢٧%) للمجموعة العليا, وبنسبة (٢٧%) تسمى المجموعة الدنيا, إذ بلغ افراد العينة لكل مجموعة (١٠٨), إذ بلغ مجموع الكلي للاستمارات (٢١٦), وكانت القيمة الجدولية (١.٩٦) عند مستوى (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٢١٤) وجدول (١) يوضح ذلك.

جدول رقم (١) معامل القوة التمييزية لفقرات مقياس الارشاد الذاتي الاخلاقي

الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية	
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	المحسوبة	الجدولية
١	٤,٧٨	١,٥٤٣	٣,٦٧	١,٣٢١	٦,٧٩٦	دالة
٢	٤,٦٤	١,٩٨٧	٣,٨٥	١,١٢٣	٤,٩٧٧	دالة
٣	٤,١٠	١,٥٤٣	٢,٠٤	١,٢٣٤	٤,٥٤٨	دالة
٤	٢,٧٥	١,٦٥٤	٣,٩٤	١,٥٤٣	٥,٦٨٧	دالة
٥	٣,٥١	٩٥٢,	٢,٦٥	١,٤٣٢	٤,٣٦٦	دالة
٦	٣,١٢	١,٤٣٢	٢,٤١	١,٦٥٤	٥,٨٦٤	دالة
٧	٤,٦٣	١,٥٤٣	٣,٥٧	١,٣٤٥	٤,٢٣١	دالة
٨	٣,٤٨	١٩٨٧	٣,١٣	١,٥٤٣	٣,٩٦٩	دالة



دالة	٤,٨٠٦	١,٢٧٦	٢,٥٨	١,٤١٠	٣,٤٦	٩
دالة	٦,١٣٤	١,٢٢١	٢,٨٥	١,٢٦٣	٣,٨٩	١٠
دالة	٧,٣٩٩	١,٣٢٧	٢,٩٤	١,٢٠٨	٤,٢١	١١
دالة	٥,٧٦١	١,١٠٧	٢,٦٣	١,٣٦٠	٣,٦٠	١٢
دالة	٧,٥٣٦	١,٠٨٠	١,٠٨٠	١,١٤٠	٣,١٧	١٣
دالة	١٢,٩١٠	١,١٧٦	١,١٧٦	,٦٤٦	٤,٦٥	١٤
دالة	٧,٢٤٧	١,٤١٣	١,٣١٤	١,٢٥٨	٣,٣٨	١٥

• صدق الفقرة:

حساب ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

تم حساب دلالة صدق بناء المقياس من خلال حساب إرتباط الفقرة بالدرجة الكلية، لدى عينة البحث مكونة من (٤٠٠)، طالب وطالبة والجدول (٢) يبين قيمة معاملات الإرتباط.

جدول رقم (٢)

قيم معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الارشاد الذاتي الاخلاقي

معامل الارتباط	ارقام الفقرات	معامل الارتباط	ارقام الفقرات
,٥٧١	٩	,٦٠٥	١
,٥٢١	١٠	,٥٠٨	٢
,٧٩٣	١١	,٥٥٦	٣
,٥٥١	١٢	,٤٩٤	٤
,٦٨١	١٣	,٧٣٥	٥
,٣٨٧	١٤	,٤٩٩	٦



٠,٢٧٠	١٥	٠,٥٠٩	٧
		,٧٠٠	٨

• الصدق: Validity :

أولاً: الصدق الظاهري Face Valodity:

لتأكد على صدق المقياس ومدى ملائمة هذا المقياس لل فقرات التي صمم لقياسها أستخدم الباحث الطريقة الآتية: إذ قام بعرض المقياس علي (١٠), من محكمين، وقد طلب الباحث من المحكمين ابدأ الرأي المناسب في المقياس للبحث الحالي وتم الاتفاق بشأنها بنسبة ٨٠% ولم يتم حذف أي فقرة فقط التعديل.

• ثبات المقياس Scale Reliability:

تم إستخراج معاملات ثبات مقياس الارشاد الذاتي الاخلاقي بطريقتان هما :

أ - طريقة الثبات بإعادة الإختبار (Test-Retest) : طبق الباحث المقياس على عينة الدراسة المكونة من الطلاب والطالبات (٥٠) طالباً وطالبة من مجتمع الدراسة الأصلي، ومرة أخرى على العينة المذكورة أعلاه بعد فترة أسبوعين من التطبيق الأول، وتم حساب معامل الثبات الاختباري بين درجات المفحوصين في التطبيقين، وبلغت (٨٨%) مما يدل على ثبات المقياس وتعتبر هذه القيمة مقبولة لغرض الدراسة.

ب - الإتساق الداخلي (كرونباخ) ألفا : تم حساب اتساق مقياس الارشاد الذاتي الاخلاقي من خلال استخراج الاتساق الداخلي باستخدام مقياس كرونباخ ألفا، إذ بلغ معامل كرونباخ ألفا (٠.٩٠%) ، مما يجعل هذه الأداة البحثية صادقة ومستقرة وقابلة للتطبيق لغرض هذه الدراسة.

• المقياس بالصيغة النهائية: بعد تأكد الباحث من ثبات وصدق فقرات مقياس الارشاد الذاتي الاخلاقي، اصبح عدد فقرات المقياس مكون من (١٥) فقرة وتكونت بدائل المقياس من (دائماً، احياناً، غالباً، نادراً، ابدأ)..

ثانياً: مقياس العافية النفسية:

• وصف المقياس:



تم اعداد مقياس العافية النفسية بواسطة (Rkyff, 1989), الذي طبق على الافراد بشكل عام بعمر (١٢-٦٥) سنة, إذ تكون المقياس من (١٦) فقرة موزعة على اربع مجالات هي: (تقبل الذات, الاستقلال الذاتي, التقبل في التراث النفسي, النمو الشخصي), وطبق المقياس على طلبة في عدد من الدول العربية وكانت بدائل المقياس (دائماً, غالباً, احياناً, نادراً, ابداً).

• التحليل المنطقي لل فقرات:

تم عرضه فقرات المقياس في صورته الأولى على مجموعة من المختصين, وبلغ عددهم (١٠) محكمين, إذ تم الإتفاق على الفقرات بين المحكمين (٨٠%)، و تم إجراء التعديلات للوصول الى صورته النهائية لغايات البحث الحالية.

• التحليل الاحصائي لل فقرات:

تمييز الفقرات

تم ترتيب الدرجات فقرات مقياس العافية النفسية التي حصل عليها الباحث من اجابات افراد العينة, بترتيب تصاعدي وبنسبة (٢٧%) للمجموعة العليا, وبنسبة (٢٧%) تسمى المجموعة الدنيا, إذ بلغ افراد العينة (١٠٨), إذ بلغ مجموع الكلي للاستمارات (٢١٦), وكانت القيمة الجدولية (١.٩٦) عند مستوى (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٢١٤) وجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول رقم (٣)

معامل القوة التمييزية لفقرات مقياس العافية النفسية

الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية	
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة	الجدولية
١	٣,٦٣١	١,٣٧٦	٢,٦٦٦	٠,٩٥١	٤,٥٧٦	دالة
٢	٢,٩١٢	٠,٨٦٨	١,٩٢٩	٠,٧٧٥	٥,٩٧٦	دالة
٣	٣,٠٠٠	١,٤٩٥	٢,٠٨٧	١,٢٢٨	٣,٨٥٧	دالة
٤	٣,٦٦٦	٠,٨١٢	٢,٤٧٣	١,١١٩	٦,٢٣٤	دالة
٥	٣,٥٦١	٠,٥٦٣	٢,١٠٥	١,١٢٨	٧,٤٠٦	دالة
٦	٣,٧٠١	١,٢٩٥	٢,١٤٠	١,٢٨٧	٦,٤٥٤	دالة
٧	٣,٨٢٤	١,٠٨٧	٢,٥٠٨	١,٢٥٥	٥,٩٨١	دالة
٨	٣,٧٨٩	١,٢٢٠	٢,٠٨٧	١,١٢٢	٧,٧٤٧	دالة



دالة	١,٩٦	٥,٩٧٦	٠,٧٧٥	١,٩٢٩	٠,٩٦٨	٢,٩١٢	النمو	٩
دالة		٣,٨٥٧	١,٢٢٨	٢,٠٨٧	١,٢٩٥	٣,٠٠٠	الشخصي	١٠
دالة		٦,٢٣٤	١,١١٩	٢,٤٧٣	٠,٩١٢	٣,٦٦٦		١١
دالة		٥,٧٦٠	١,١٤٠	١,٩٤٧	١,١٣٥	٣,١٧٥		١٢
دالة		٥,٣٢٥	١,٢٩٥	٢,٤٣٨	١,٠٤٨	٣,٦١٤		١٣
دالة		٥,٤٩٧	١,١٠٣	٢,٥٠٨	١,٢٧٥	٣,٧٣٦	التقبل في	١٤
دالة		٥,٨٠٥	١,٠٧٦	٢,٠٥٢	١,٠٨٥	٣,٢٢٨	التراث	١٥
دالة		٨,٨٠٤	١,٠٩٩	٢,٠٧٠	١,١١٢	٣,٨٩٤	النفسي	١٦

• صدق الفقرة:

حساب ارتباط درجة فقرة المجال بالدرجة الكلية للمقياس:

تم حساب معامل الارتباط المصحح بين فقرات كل مجال والدرجة الكلية الذي تنتمي إليه، ويوضح الجدول (٤) التالي ملخص معاملات الارتباط

جدول رقم (٤)

قيم معامل ارتباط درجة المجال بالدرجة الكلية لمقياس العافية النفسية

معامل الارتباط	المجال	الفقرة	معامل الارتباط	المجال	الفقرة
٠,٦٨١	النمو الشخصي	٢٠	٠,٥١٣	تقبل الذات	١
٠,٦٤٣		٢١	٠,٥٠٢		٢
٠,٦١٢		٢٢	٠,٣٥٢		٣
٠,٧٢٥		٢٣	٠,٦٣٩		٤
٠,٦٤٧	التقبل في التراث النفسي	٢٤	٠,٥٩٢	الاستقلال الذاتي	٥
٠,٧٠٣		٢٥	٠,٦٧٠		٦
٠,٦٨١		٢٦	٠,٦٩٥		٧
٠,٥٥٢		٢٧	٠,٥٦٠		٨

• الصدق: Validity :

أولاً: الصدق الظاهري Face Valodity :

تم عرض فقرات المقياس على (١٠) محكماً، وكان الاتفاق على فقرات المقياس بنسبة (٨٠%) ولم يتم حذف أي فقرة فقط التعديل، إذ يعد المقياس على درجة جيدة من الصدق الظاهري.

• ثبات المقياس Scale Reliability:

تم استخراج معاملات ثبات مقياس العافية النفسية بطريقتان هما :

أ - طريقة الثبات بإعادة الإختبار (Test-Retest) "طبق مقياس العافية النفسية في صورته النهائية على عينة الدراسة المكونة من الطلاب والطالبات (٥٠)، من مجتمع الدراسة الأصلي، ومرة أخرى على العينة المذكورة أعلاه بعد فترة أسبوعين من التطبيق الأول، وتم حساب معامل الثبات في"

الاختبار بين درجات المفحوصين في التطبيقين، إذ بلغت معاملات الثبات: تقبل الذات (٠,٨٦)، الاستقلال الذاتي (٠,٩٢) النمو الشخصي (٠,٧٥)، التقبل في التراث النفسي (٠,٧٨) كذلك تم استخراج قيم معاملات ثبات ألفا كرونباخ والتي بلغت في بعد تقبل الذات (٠,٩٠) الاستقلال الذاتي (٠,٩١) كما كانت قيمته (٠,٨٧) في النمو الشخصي ، والتقبل في التراث النفسي بلغ (٠,٨٣) وجميعها تشير إلى معاملات ثبات جيدة لمكونات مقياس العافية النفسية.

• المقياس بالصيغة النهائية: بعد تأكد الباحث من ثبات وصدق فقرات مقياس العافية النفسية، إذ أصبح المقياس مكون من (١٦) فقرة موزعة على أربع مجالات تقيس العافية النفسية على وفق خمس بدائل وهي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً).

• الفصل الرابع: تفسير النتائج ومناقشتها:

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

الهدف الاول: التعرف على الارشاد الذاتي الاخلاقي لدى طلبة الاعدادية.

"ولتحقيق هذا الهدف استخدم الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة لتعرف دلالة الفروق الاحصائية بين الوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة وبين المتوسط الفرضي للمقياس ، فكانت النتائج كما موضحة في الجدول (٥)".

جدول (٥)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لتعرف مستوى الارشاد الذاتي الاخلاقي لدى طلبة الاعدادية



الدالة الاحصائية	مستوى الدالة	القيمة التائية		الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	المتغيرات	المقياس
		الجدولية	المحسوبة						
دالة	٠.٠٥	١,٩٦٠	٣٢,٤٧	٤٥	١٧,٧١٦	٨١,٦٣	١٦٠	الذكور	الارشاد الذاتي الاخلاقي
دالة	٠.٠٥	١,٩٦٠	٣٤,٧١٩		١٨,٩٤٠	٨١,٦٢	٢٤٠	الاناث	
دالة	٠.٠٥	١,٩٦٠	٣٤,٥٤٢	٤٥	١٨,٨٦٧	٨١,٦١	٢٤٠	ادبي	
دالة	٠.٠٥	١,٩٦٠	٣٣,٧٧٣		١٨,٤٢٥	٨١,٦٤	١٦٠	علمي	
دالة	٠.٠٥	١,٩٦٠	٣٤,٠٤٤	٤٥	١٨,٥٧٢	٨١,٦٣	٤٠٠	المقيا س كل	

ومن خلال نتائج الجدول اعلاه يتبين ان طلبة الاعدادية بشكل عام (وبحسب متغيري الجنس و التخصص) ان لديهم ارشاد ذاتي اخلاقي , وان القيم التائية المحسوبة كانت دالة احصائياً عند مقارنتها بالقيم التائية الجدولية.

ويعزى الباحث هذه النتيجة بأن الإرشاد الذاتي أحد الأساليب الإرشادية الحديثة التي ثبتت فعاليتها في التصدي للعديد من الاضطرابات النفسية، والشخصية، والاجتماعية نظراً لطبيعتها الدينامية والتموية للواقع والخبرات الإنسانية، فالبنائية هي المنظور النظري الذي يبني من خلاله الأفراد إدراكهم للواقع بفاعلية، ويفسرون الأشياء والأحداث المحيطة بهم في ضوء ما يعرفونه بالفعل، وبالتالي فإن الحالة الراهنة للمعرفة لديهم توجه عملية معالجتهم للمعلومات الجديدة التي يكتسبونها من أنشطة وفعاليات من شأنها مساعدة أفراد المجموعة على مراجعة أفكارهم وتوجهاتهم، والحديث لأنفسهم بإيجابية بشكل يساهم في إعادة بناء الوعي والانتباه لديهم، ويدعم تنمية الذات، ويساعدهم على إدراك معنى للحياة في سياق اجتماعي وثقافي جديد.

الهدف الثاني: التعرف على العافية النفسية لدى طلبة الاعدادية.



"ولتحقيق هذا الهدف أستخدم الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة لتعرف دلالة الفروق الاحصائية بين الوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة وبين المتوسط الفرضي للمقياس , فكانت النتائج كما موضحة في الجدول" (٦).

جدول (٦)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة للتعرف على العافية النفسية لدى طلبة الاعدادية

المقياس	المتغيرات	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
						المحسوبة	الجدولية		
العافية النفسية	الذكور	١٦٠	٥٣,٤٨ ٢	٨,٥٥٩	٤٨	٢,٣٤٦	١,٩٦	٠,٠٥	دالة
	الاناث	٢٤٠	٥٤,٦٧ ٥	٩,٢٦٢	٤٨	٣,٩١٧	١,٩٦	٠,٠٥	دالة
	علمي	١٦٠	٥٣,١٨ ٦	٩,٢٤٣	٤٨	٢,٣١١	١,٩٦	٠,٠٥	دالة
	ادبي	٢٤٠	٥٣,١٥ ٧	٩,٠١٣	٤٨	٢,٣٢٤	١,٩٦	٠,٠٥	دالة
	المقيا س ككل	٤٠٠	٥٥,١٦ ٩	٩,٠٩١	٤٨	٣,٢٦٠	١,٩٦	٠,٠٥	دالة

وفي ضوء نتائج الجدول اعلاه يتبين ان أفراد العينة بشكل عام (بحسب متغير الجنس و التخصص) يتمتعون بالعافية النفسية.

ويعزو الباحث, بأن الطلبة يستعملون المعنى الايجابي بالحدث الانفعالي الذي يتعرضون لها, عند مرورهم باستجابات ضاغطة, على اعتبار ان التفكير الايجابي له دوراً اساسياً في المجال الذي يختارها,



ويرى، الباحث أن ثقافة الطلبة والتنشئة الاجتماعية تؤثر في عافيته النفسية، إذ يتعرض الطلبة للعديد من المواقف والتغيرات الانفعالية، إذ يستعملون أساليب مختلفة للتعامل معها وتنظيمها من أجل النجاح وتحقيق طموحاتهم، وكما تشير دراسة (ابو حماد، ٢٠١٩: ١-٣٤).

الهدف الثالث : تعرف الدلالة الاحصائية للعلاقة الارتباطية بين الارشاد الذاتي الاخلاقي والعافية النفسية لدى طلبة الاعدادية تبعاً لمتغيري : الجنس والتخصص.
ولتحقيق هذا الهدف تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة الارتباطية بين كلا المتغيرين ، وللتعرف على الدلالة الاحصائية لقيم معاملات الارتباط المحسوبة تم استعمال الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط ، فكانت النتائج كما موضحة في الجدول (٧).

جدول (٧)

نتائج الاختبار التائي لتعرف الدلالة الاحصائية لقيم معاملات الارتباط المحسوبة بين الارشاد الذاتي

الاخلاقي والعافية النفسية لدى طلبة الاعدادية

الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة	القيمة التائية		معامل الارتباط	العدد	المتغيرات	المتغير
		الجدولية	المحسوبة				
غير دالة	٠,٠٥	٢,٠٠٠	١,٩٦١	٠,٢٥٣	١٦٠	ذكور	الجنس
دالة	٠,٠٥	١,٩٦٠	٢,٥٦٩	٠,٢٠٣	٢٤٠	اناث	
دالة	٠,٠٥	١,٩٨٠	٢,٠٠٠	٠,٢٠٦	١٦٠	علمي	التخصص
دالة	٠,٠٥	١,٩٨٠	٢,٤٨٣	٠,٢٢١	٢٤٠	ادبي	
دالة	٠,٠١	٢,٥٧٦	٣,٢٠٨	٠,٢١٥	٤٠٠		العينة ككل

وفي ضوء نتائج الجدول اعلاه يتبين الاتي :

- ١- ان متغير الارشاد الذاتي الاخلاقي لدى طلبة الاعدادية من الذكور يرتبط بعلاقة ارتباطية ضعيفة وغير دالة احصائياً مع العافية النفسية لديهم.

٢- ان الارشاد الذاتي الاخلاقي لدى طلبة الاعدادية (الاناث , التخصص) يرتبط بعلاقة ارتباطية قوية وموجبة مع متغير العافية النفسية حيث ان القيم التائية لدلالة معاملات الارتباط المحسوبة بين كلا المتغيرين كانت ذات دلالة احصائية عند مقارنتها بالقيم التائية الجدولية، وهذا يؤشر وجود علاقة ارتباطية قوية بين كلا المتغيرين بحسب هذه المتغيرات، وقد تعزى مثل هذه النتيجة باعتبار الارشاد الذاتي الاخلاقي له بُعداً أساسياً في العافية النفسية فانخفاض مستوى الارشاد الذاتي ينجم عن سوء الصحة النفسية بسبب عدم حل المشكلات التي يتعرض لها الطالب في المواقف الصعبة مما ينتج الى الضيق والقلق والتفكير السلبي، والإدراك الخاطئ للمواقف الحياتية، إذ إن الارشاد الذاتي الاخلاقي والعافية النفسية وجهاً لعملة واحدة، اما بالنسبة للعلاقة بين الاناث للعافية النفسية، تعزى إلى طبيعة التنشئة الاجتماعية السائدة في الثقافة العربية، والقائمة على سيادة النمطية الذكورية، فضلاً عن طبيعة سيطرة الجانب الانفعالي في سلوك الإناث، والمتمثل في تبعيتهم الزائدة للآخرين، واعتماديتهم الزائدة على الآخرين، ومستوى الحماية الزائدة لهن، إضافة إلى سيطرة خوفهم من الفشل، أكثر من دافعتهم للنجاح، تجنباً للسخرية من المحيطين بهم.

الهدف الرابع : التعرف على دلالة الفروق في العلاقة الارتباطية بين الارشاد الذاتي الاخلاقي والعافية النفسية لدى طلبة الاعدادية.

لغرض التعرف على العلاقة بين الارشاد الذاتي الاخلاقي والعافية النفسية تم حساب العلاقة الارتباطية وفقاً لمعامل بيرسون، إذ اظهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة هي (٩,١٨)، وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٩)، ومستوى دلالة (٠,٠٥)، مما تشير هذه النتيجة الى وجود علاقة طردية موجبة دالة احصائياً بين متغيري البحث والجدول رقم (٨) يوضح ذلك.

العلوم التربوية والنفسية وطرائق التدريس للعلوم الأساسية

جدول (٨)

يبين معامل الارتباط بين الارشاد الذاتي الاخلاقي والعافية النفسية لدى طلبة الاعدادية

الدلالة	درجة الحرية	القيمة التائية		معامل الارتباط	نوع العلاقة
		الجدولية	المحسوبة		
دالة	٣٩٨	١,٩٩	٩,١٨	٠,٦٤	الارشاد الذاتي الاخلاقي والعافية النفسية



ويمكن تفسير هذه النتيجة من ان الجو الذي يسود في داخل المدرسة يدفع الطلبة الى التوجه نحو الارشاد الذاتي الاخلاقي، وان طبيعة وشكل تعامل الأفراد مع البيئة ، وخصوصا في متغير العافية النفسية تتأثر " بالخبرات المحيطة بالفرد ونوع العلاقات الشخصية والانشطة المختلفة نوع التنشئة الاجتماعية وهذا مما ادى الى عدم ظهور فروق في الارشاد الذاتي الاخلاقي والعافية النفسية من ناحية الجنس والتخصص".

الاستنتاجات

- ١- يتمتع طلبة الاعدادية الى بالارشاد الذاتي الاخلاقي.
- ٢- يتمتع الطلبة الاعدادية بالعافية النفسية
- ٣- يرتبط الارشاد الذاتي الاخلاقي. بنسبة ضعيفة بالعافية النفسية بالنسبة للذكور اما بالنسبة للإناث والتخصص فتوجد علاقة قوية بين المتغيرين.
- ٤- ان العلاقة الارتباطية بين الارشاد الذاتي الاخلاقي والعافية النفسية لدى طلبة علاقة قوية موجبة.

التوصيات

- وصيت الدراسة الحالية في نتائجها بما يلي:
- ١- ضرورة الأخذ بعين الاعتبار الارشاد الذاتي الاخلاقي للطلاب والطالبات، وإجراء الاختبارات، ووضع برامج تدريبية لتوعية الطلبة.
 - ٢- الارشاد الذاتي الاخلاقي وعلاقته بالعافية النفسية تعتبر مجالات خصبة تحتاج إلى إجراء البحوث والدراسات للكشف عن قدرة الارشاد الذاتي الاخلاقي لدى الطلبة ومستوى العافية النفسيه لهم.

المقترحات

- يقترح البحث الحالية من خلال ما توصلت من نتائج ما يلي:
- ١- الارشاد الذاتي الاخلاقي لدى طلبة الجامعة دراسة عبر ثقافية.
 - ٢- العافية النفسية وأثرها على النجاح الأكاديمي لدى طلبة المراحل المختلفة.
 - ٣- الارشاد الذاتي المخادع وعلاقته وبالسلوك العدوانى لدى الطلبة.

المصادر

١. ابو الحلاوة، محمد (٢٠١٤): علم النفس الإيجابي ماهيته ومنطلقاته النظرية وآفاقه المستقبلية، إصدارات مؤسسة العلوم النفسية العربية، ١ (٣٤).



٢. ابو هاشم، السيد (٢٠١٠): النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمس الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ٢٠(٨١):.
٣. أمسية، السيد الجندي (2009): مصادر الشعور بالسعادة وعلاقتها بالذكاء الوجداني لطلاب كلية التربية - جامعة الإسكندرية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد (19)، العدد (62).
٤. الجندي، نبيل، وتلاحمه، جبارة (٢٠١٧): درجات الشعور بالعافية النفسية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية في محافظة الخليل، مجلة الدراسات التربوية والنفسية، جامعة السلطان قابوس، ١١(٢).
٥. عبد الخالق، أحمد محمدا والدم، محمد نسيم (٢٠١٢): المقياس العربي الشريف: إمداده وخصاله السيكمترية، إسكندرية: دار المعرفة الجامعي، المجلة الدولية للأبحاث التربوية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، ١(٣٠): ٢٢١.
٦. عبد العال، تحية، ومظلوم، مصطفى. (٢٠١٣): الاستمتاع بالحياة في علاقته ببعض متغيرات الشخصية الإيجابية، دراسة في علم النفس الإيجابي، مجلة كلية التربية جامعة بنها، ٩٤(٩٣):.
٧. عبد العظيم، محمد، فضل إبراهيم عبد الصمد، ومحمد عبد التواب معوض (٢٠١٠): فنيات العلاج النفسي وتطبيقاتها القاهرة: دار الفكر العربي.
٨. مصطفى، منى مرسى (٢٠١٩): فعالية الإرشاد النفسي البنائي في تخفيف أزمة الهوية لدى طالبات جامعة القصيم: دراسة وصفية شبه تجريبية مجلة كلية التربية جامعة الأزهر، ٣(١٢٨).

9. Alicke, M. D., & Govorun, O. (2005): The better-than-average effect. In M. D. Alicke, J. I. Krueger, & D. A. Dunning (Eds.). *The self in social judgment* Psychology Press.
10. Alicke, M. D., & Sedikides, C. (2011): Self-enhancement and self-protection: Historical
11. Arkin, R. M., (1981): Self-handicapping. In J. H. Harvey & G.
12. Available at <https://www.verywellmind.com/george-kellybiography>.
13. Batson, C. D., & Collins, E. C. (2011): Moral hypocrisy: A self-enhancement/selfprotection motive in the moral domain. In M. D. Alicke & C. Sedikides (Eds.), *Handbook of self-enhancement and self-protection* New York. Guilford Press.
14. Batson, C. D., & Thompson, E. R. (2001): Why don't moral people act morally? Motivational consideration. *Current Directions in Psychological Science*, 10(2),
15. Cherry, K. (2023): George Kelly and His Personal Construct Theory.
16. Fung, C. (2011): Exploring individual self-awareness as it relates to self-acceptance and the quality of interpersonal relationships. Unpublished Doctoral dissertation. Pepperdine University
17. Greenwald, A. G., & Breckler, S. J. (1985): To whom is the self presented? In B. R. Schlenker (Ed.), *The self and social life*. New York: McGraw-Hill. Guilford Press.
18. overview and conceptual framework. In M. D. Alicke & C. Sedikides (Eds.), *Handbook of self-enhancement and self-protection* New York:



19. Ryff, C. (1989): Happiness is ever thing or is it? Exploration on the meaning of Psychological well- being, *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (6).
20. Sedikides, C., & Strube, M. J. (1997): Self-evaluation: To thine own self be good, to thine own self be sure, to thine own self be true, and to thine own self be better. In M. P. Zanna (Ed.). *Advances in experimental social psychology* (Vol. 29, pp. New York: Academic Press.
21. Taylor, S. E., & Brown J. D. (1988): Illusions and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103,.
22. Trivers, R. L. (1991): Deceit and self-deception: The relationship between communication and consciousness. In: M. Robinson & L. Tiger (Eds.), *Man and beast revisited* Washington, DC: Smithsonian.
23. Weary (Eds.), *Attribution: Basic issues and applications* San Diego, CA: Academic Press.