قياس التعاطف الذاتي لدى طلبة الجامعة

الباحث: حسين ناصر محمد

أ.م.د. عبد الكريم غالي محسن

جامعة البصرة- كلية التربيَّة للعلوم الإنسانيَّة - قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

ملخص البحث:

يهدف البحث الحالي الى قياس التعاطف الذاتي، والفرق بين الجنس والتخصص في التعاطف الذاتي لدى طلبة الجامعة، واعتمد الباحثان على المنهج الوصفي الارتباطي وقام الباحثان ببناء مقياس على وفق نظرية نيف(Neff,2003)، وتكون المقياس من(٢٣)فقرةٍ موزعة على ثلاثة مجالات، وتم التحقق من صدق وثبات المقياس، وتألفت عينة البحث من(٤٠٠)طالبٍ وطالبةٍ موزعين على ثمان كليات بالتساوي، اذ اظهرت النتائج تمتع طلبة الجامعة بالتعاطف الذاتي، وعدم وجود فروق بينهما في الجنس والتخصص.

الكلمات المفتاحية : التعاطف الذاتي ، طلبة الجامعة .

Measuring Self-Compassion at University Students

Researcher: Hussain Nasir Mohammad
Asst. Prof. Dr. Abdul-karim Ghali Muhsin
Dept. of Psychological Counseling and Educational Guidance, College of Education for Human Sciences, University of Basrah

Abstract:

The current research aims to measure the self-compassion and the difference between gender and specialization in self-compassion in university students. The researcher relied on the descriptive correlative approach. To do that, he built a scale according to Neff theory 2003. This scale is from 23 paragraphs distributed on three fields with verification. The sample contained 400 students both male and female from 8 colleges evenly distributed. Results showed the students have self-compassion and zero difference between gender and Specialization.

Keywords: Self-compassion, University students.

مشكلة البحث:

فلا شك أن يختلف الطلبة في كيفية التعامل مع المشكلات والمواقف الضاغطة، وكذلك في كيفية التعامل مع ذواتهم عند فشلهم في حل المشكلات التي تواجههم، اذ نجد البعض منهم ليس لديهم القدرة على مسامحة ذواتهم لفشلهم وتوجيه النقد المؤلم لذواتهم، وكذلك التعامل مع التجارب المؤلمة بطريقة انفعالية ، وهم يفتقدون لأبسط القدرات والإمكانيات والمهارات اللازمة فهم يعيشون في عزلة عن الآخرين، وتجدر الإشارة إلى أن قلة وضعف التعاطف الذاتي لدى الفرد يؤدي إلى زيادة النقد الذاتي والمعاناة من أعراض الاكتئاب، لذلك عندما نريد التخفيف من تلك الأعراض الاكتئابية، فلا بد أن نسعى جاهدين لرفع مستويات التعاطف الذاتي لدى الفرد(كفا،٢٠١٨: ٥٧)، وتبرز مشكلة البحث الحالي في إن طلبة الجامعة يواجهون العديد من التحديات الأكاديمية والشخصية خلال سنوات حياتهم الجامعية وبالتالي فإن الوقوف على طبيعة هذه التحديات والاحتياجات يُعد من الأمور المُهمة التي تضمن وتكفل لهم النجاح والتفوق، كما أن كثير من طلبة الجامعة يبدؤون حياتهم الجامعية وهم مُحملين بالقلق والتوتر وغيرها من المشكلات والضغوط النفسية المُتعلقة بحياتهم الأكاديمية، مما يؤدي في النهاية إلى صعوبات ومشكلات تعوق توافقهم النفسي والاجتماعي والأكاديمي مع هذه الحياة الجامعية (Yoldascan, et al, 2009: pp1-8) ، وبهذا الصدد تتحدد مشكلة البحث الحالي بالإجابة على التساؤل الآتي:

هل يتمتع طلبة الجامعة بالتعاطف الذاتي ؟

أهمية البحث:

وأن من أهم المتغيرات النفسية التي تعامل معها علم النفس الإيجابي مؤخرًا هو متغير التعاطف الذاتي(Self-compassion)، وهو مفهوم حديث نِسْبِيًّا في علم النفس الإيجابي والصحة النفسية، اذ ظهر هذا المفهوم على يد العالمة الأمريكية كريستين نيف(Neff,2003)، اذ عدته بُعدًا مهماً من الأبعاد النفسية للفرد وسمة من سمات الشخصية الإيجابية، ودرعًا وِقَائِيًّا من أحداث الحياة والظروف الضاغطة التي يمر بها الفرد، وذلك عندما يعيش الفرد في حالة من الفشل وعدم الكفاءة الشخصية والاجتماعية في حل مشكلات حياتهِ(Neff, et al, 2007: pp139-140)، ويُعد التعاطف الذاتي عنصر مهم من عناصر الصحة النفسية للفرد والذي يتضمن اللطف أو الرحمة أو الرأفة بالذات وعدم إلقاء اللوم عليها أو انتقادها بشدة عندما يمر بتجارب غير سارة أو مواقف محبطة(Brach, 2003:p235)، وللتعاطف الذاتي اهمية كبيرة في زيادة الوعي وقبول التجارب العاطفية لدى الفرد، ويرتبط بشكل إيجابي بأهداف الإتقان والتي تشمل الرغبة في التعلم(Neff, et al, 2005:P265)، وأكدت دراسة أجراها هوبي واخرون (Hope, et al ,2014)على طلبة الجامعة أن التعاطف الذاتي أرتبط بشكل إيجابي بالمتغيرات الإيجابية في الرضا عن الحياة، وتطوير الهوية، وانخفاض الحساسية السلبية، وكان الطلبة الذين يتمتعون بدرجة عالية من التعاطف الذاتي أقل تأثراً بعواقب إحباط أو توقف عملية الهدف (Hope, et al ,2014 : pp 1-14) ، وقد أشارت نيف (Neff, 2003) إلى أن التعاطف الذاتي علامة إيجابية مهمة ومميزة للسعادة النفسية وقبول الذات والرضا عنها عند

الفرد عندما يتعرض لحالة من الفشل والإحباط، وأشارت نيف (Neff) أيضًا إلى أن التعاطف الذاتي هو أكثر من مجرد حب للذات، إنها معايشة تجربة ذاتية مؤلمة بيقظة ذهنية عالية ودون مبالغة عاطفية(Neff, 2003b:p723)، وعليه تنبع أهمية البحث الحالي من خلال تناولها شريحة مهمة من شرائح المجتمع تتمثل بطلبة الجامعة، والتي تُعد شريحة لها أهمية كبيرة في تطور المجتمع وتقدمه، وكما تأتي أهمية البحث الحالي من خلال بناء مقياس التعاطف الذاتي لدى طلبة الجامعة والذي يمثل اضافة علمية في مجال الارشاد النفسي وعلم النفس، وكما أنه يعد محاولة متواضعة للبحث في هذا المضمار .

أهداف البحث: هدف البحث الحالي للتعرف على:- ١- التعاطف الذاتي لدى طلبة الجامعة.٢-التعاطف الذاتي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس(ذكور-إناث)، والتخصص (إنساني-علمي).

حدود البحث: أن البحث الحالي يتحدد بطلبة جامعة البصرة ولكلا الجنسين (ذكور- إناث) والتخصص (إنساني- علمي) ، في الدراسة الاولية الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢٠-٢٠٢١).

تحديد المصطلحات :

* **عرفته نيف (Neff, 2003a):** بأنه اتجاه ايجابي نحو الذات في المواقف المؤلمة أو الخيبة والفشل ، وينطوي على اللطف بالذات ، وعلى عدم الانتقاد الشديد لها ، وفهم خبرتها كجزء من الخبرة التي يعانيها معظم الناس ، ومعالجة المشاعر المؤلمة في وعي الفرد بعقل منفتح (Neff, 2003a: P223) .

* **التعريف النظري:** تبنى الباحث تعريف نيف (Neff, 2003a) ، تعريفاً نظرياً لمفهوم التعاطف الذاتي لأنه قد تبنى نظريتها منطلقاً نظرياً في البحث الحالي .

* **التعريف الإجرائي :** هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس التعاطف الذاتي الذي تم بناءه من قبل الباحث لهذا الغرض .

النظريات التي فسرت التعاطف الذاتي

١-**نظرية نيفNeff Theory** :انطلقت نيف(Neff) في نظريتها وتفسيرها للتعاطف الذاتي متأثرة بالأفكار والتقاليد الشرقية المستمدة من الفلسفة البوذية، وتوظيفها في مجال علم النفس الغربي، وخاصة أن التعاطف في الفكر الشرقي يتضمن الرغبة في تحقيق معاناة كل من الآخر والذات، فالتعاطف الذاتي يُعد مهارة إنسانية في المهارات المتعلمة، وبالتالي فإن التعاطف الذاتي يؤدي إلى تحسين العلاقات الشخصية بين الناس من خلال الإحساس بالآخرين في مواقف التفاعل الاجتماعي، فالتعاطف الذاتي يُبنى على أساس الوعي الذاتي، فكلما كان الفرد أكثر وعياً بمشاعره وانفعالاته كان أكثر مهارة وقدرة على فهم مشاعر وإحساس الآخرين اذ يستلزم الأمر القدرة على فهم ذواتنا ومعرفة حاجاتنا قبل الإحساس بمشاعر الآخرين ومعرفة حاجاتهم(Barnard & Curry , 2011: PP 289-303)، وتنظر نيف (Neff)إلى التعاطف الذاتي كاستراتيجية للتنظيم الانفعالي تُتيح للفرد الوعي بالمشاعر المؤلمة بنوع من الرفق والفهم بدلاً من تجنبها وإنكارها، ورؤيتها على انها لدى جميع الناس، وكما تتم آليات التعامل مع الذات وفق مفهوم التعاطف الذاتي من خلال عملية التوازن بين المشاعر والآلام التي تعاني منها الذات دون المبالغة فيها، وفي الوقت نفسه

عندما يقوم الفرد بقمع تلك المشاعر او الخبرات التي يعيشها، فأن التعاطف الذاتي يفقد قيمته كعنصر من عناصر الصحة النفسية وتنحو بسرعة من التعاطف الذاتي إلى التعاطف على الذات(Neff, 2003b: PP 85-102)، وقد تبنى الباحث نظرية نيف(Neff)منطلقاً نظرياً في بحثه الحالي لاعتماده على الابعاد الرئيسية لتلك النظرية وتعريفاتها، والاستفادة منها في بناء مقياس التعاطف الذاتي، وكذلك لتبنيه تعريفها للتعاطف الذاتي تعريفاً نظرياً لهذا المفهوم .

٢-**نظريةWang:**-يرى ونج (Wang ,2005) أن التعاطف الذاتي يُشتق من منظور نمائي تطوري ،هدفهُ حفظ النوع لكل الكائنات الحية، فالجميع الصغار بحاجة كبيرة الى الرعاية والحماية في حياتهم المبكرة، والسبب في ذلك لعجزهم الشديد عن حماية ذواتهم، وهذا الامر فطري يتطلب نمو بعض الاجزاء الدماغية وافراز بعض الهرمونات التي تُيسر نمو روابط التعلق الصحي والتعاطف الذاتي(القرني ،٢٠١٨ : ٢٣)، وكما يرى ونج (Wang ,2005) أن جميع تلك الكائنات الحية تكون شديدة الترابط وتخضع جميعها الى عملية التنظيم المشتركة على مستويات متعددة، والتعاطف الذاتي عملية يُمكن أن يكون له خصائص التنظيم المتعدد المستويات، ويُمكن ايضاً اعتباره تعبيراً عن نظام تقديم الرعاية والحماية الممتدة، ويمتد الدافع للرعاية والحماية ليشمل سعادة جميع الكائنات الحية وتكوين علاقات تعاون مشتركة مع جميع الناس(Wang , 2005 , PP 87-132).

دراسات سابقة

١-**دراسة العصافرة (٢٠١٩) :**هدفت الدراسة التعرف على مستوى التعاطف الذاتي ، والاهتمام الاجتماعي لدى طلبة الجامعة الأردنية ، وكذلك التعرف إلى العلاقة الارتباطية بين التعاطف الذاتي والاهتمام الاجتماعي واستعمل الباحث مقياس التعاطف الذاتي ومقياس الاهتمام الاجتماعي، تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالبٍ وطالبةٍ من السنة الأولى الملتحقين بتخصص الإرشاد والصحة النفسية والتربية الخاصة في الجامعة الأردنية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى متوسط في الدرجة الكلية لمقياس التعاطف الذاتي ، وكما بينت النتائج إلى وجود مستوى متوسط في الدرجة الكلية لمقياس الاهتمام الاجتماعي ، اذ ظهرت النتائج أيضاً على وجود علاقة ارتباطيه إيجابية بين التعاطف الذاتي والاهتمام الاجتماعي لدى طلبة الجامعة الأردنية (العصافرة ، ٢٠١٩: ٨٣٧).

٢-**دراسة سينيوفا واخرون (Senyuva, et al, 2014):** هدفت الدراسة إلى معرفة التعاطف الذاتي، والذكاء العاطفي لدى عينة البحث، والتعرف على العلاقة بين التعاطف الذاتي والذكاء العاطفي لدى عينة البحث، وقام الباحث في استعمال مقياس التعاطف الذاتي، ومقياس تقييم الذكاء العاطفي، وتكونت عينة الدراسة من (٥٧١) طالباً وطالبةً من المرحلة الاولى، وتوصلت الدراسة إلى تمتع عينة البحث بالتعاطف الذاتي والذكاء العاطفي، ووجود علاقة ارتباطية بين التعاطف الذاتي والذكاء العاطفي (Senyuva, et al, 2014: PP 588 – 596) .

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ١ – المجلد ٤٧ – آذار لسنة ٢٠٢٢

منهج البحث وإجراءاته

منهج البحث: أعتمد الباحث المنهج الوصفي الارتباطي في البحث الحالي، كون المنهج ملائم لطبيعة أهداف البحث الحالي، وكونه يشخص ويصف الظواهر الموجودة ويصنفها ويكشف العلاقات بينها ويقوم بتفسيرها، مستعملاً الارقام والبيانات (الأسدي ، ٢٠٠٨: ٥١).

مجتمع البحث: يقصد بمجتمع البحث هو عبارة عن جميع الأفراد أو الاشخاص الذين يمثلون موضوع مشكلة البحث، أو هو عبارة عن جميع العناصر التي لها علاقة بمشكلة الدراسة التي يسعى لها الباحث من أجل أن يعمم نتائج الدراسة (الأسدي وفارس ، ٢٠١٥ : ١١٤)، ويتألف المجتمع الاصلي للبحث من جميع طلبة جامعة البصرة من الذكور والإناث للدراسة الصباحية الاولية فقط ومن التخصصات الإنسانية والعلمية للعام الدراسي(٢٠٢٠-٢٠٢١)، أذ بلغ المجتمع الاصلي(٤٤٥٣١) طالباً وطالبةً، بواقع (١٦٣١٤) طالباً و(٢٨٢١٧) طالبةً، موزعين على(٢١) كليةً، والجدول رقم (١) يوضح ذلك .

الجدول رقم(١)

أفراد مجتمع البحث الاصلي موزعين حسب الكليات والجنس*

ت	اسم الكلية	الجنس		المجموع
		ذكور	إناث	
١	الطب	٨١٥	١٤١٢	٢٢٢٧
٢	طب الزهراء	٣٥٨	٥٢٠	٨٧٨
٣	طب الأسنان	٣٨١	٧٦٦	١١٤٧
٤	الصيدلة	٣٩٢	٩٢٥	١٣١٧
٥	الهندسة	٢٠٠٤	٢٠٥٨	٤٠٦٢
٦	العلوم	١٣٣١	٣٢١٧	٤٥٤٨
٧	علوم الحاسوب وتكنولوجيا المعلومات	٣٩٦	٨٩٦	١٢٩٢
٨	القانون	٣١٩	٧٨٧	١١٠٦
٩	التمريض	٥٣	٣٤٤	٣٩٧
١٠	الطب البيطري	١٧٤	١٩٧	٣٧١
١١	الزراعة	٣٨٦	٦٦٢	١٠٤٨
١٢	الإدارة والاقتصاد	٣٣١٣	٣٤١٢	٦٧٢٥
١٣	التربية للعلوم الصرفة	١١٢٤	٢٠١٨	٣١٤٢

١٤	التربية للعلوم الإنسانية	٨٩٩	٣٠٤٥	٣٩٤٤
١٥	التربية / القرنة	٨٦٠	١٢٦٠	٢١٢٠
١٦	التربية للبنات	/	٢٠٠٥	٢٠٠٥
١٧	التربية البدنية وعلوم الرياضة	٧٣٤	٢٩٢	١٠٢٦
١٨	الآداب	١٩٨٥	٣٤٨٢	٥٤٦٧
١٩	الفنون الجميلة	٣٩٨	٥٧٧	٩٧٥
٢٠	علوم البحار	٢٦٦	٢٤١	٥٠٧
٢١	الإدارة والاقتصاد / القرنة	١٢٦	١٠١	٢٢٧
المجموع		١٦٣١٤	٢٨٢١٧	٤٤٥٣١

* تم الحصول على البيانات من قسم شؤون الطلبة/شعبة الاحصاء للعام الدراسي٢٠٢٠-٢٠٢١ بموجب كتاب تسهيل مهمة ذي العدد ٦٦٧/٢/٣ بتاريخ ٢٠٢١/٢/٩ .

عينة البحث: أختار الباحثان عينة التطبيق النهائي للبحث الحالي من مجتمع البحث والبالغ عددها (٤٠٠) طالبٍ وطالبةٍ، موزعين حسب الجنس بواقع (٢٠٠) طالبٍ و(٢٠٠) طالبةٍ، وبحسب التخصص بواقع (٢٠٠) طالبٍ وطالبةٍ للتخصص الإنساني و(٢٠٠) طالبٍ وطالبةٍ للتخصص العلمي، بالأسلوب الطبقي العشوائي موزعين على ثمان كليات من جامعة البصرة، أربع منها من الاختصاصات الإنسانية وأربع اخرى من التخصصات العلمية للسنة الدراسية (٢٠٢٠-٢٠٢١)، وكما تم اختيار الاقسام من بين تلك الكليات بالطريقة العشوائية، واصبح العدد الذي تم اختياره من كل كلية(٥٠) طالباً وطالبة مع الاحتفاظ بتساوي نسبة ما بين الذكور والاناث في اختيار العينة، وقد اُختيرت عينة البحث الحالي بهذا الاسلوب كون المجتمع الدراسي غير متجانس ويمكن تقسيمه الى طبقات منفصلة وفقاً لمتغيرات البحث وعد كل طبقة وحدة واحدة، ومن ثم اختيار أفراد عينة البحث عشوائياً من بين تلك الطبقات(ملحم ، ٢٠٠٠ :١٢٦)، وبما أن مجتمع البحث الحالي يمكن تقسيمه على اساس الاقسام والجنس والتخصص والمراحل، تم اختيار الطريقة الطبقية العشوائية ذات التوزيع المتساوي، والجدول رقم(٢) يوضح ذلك.

مجلة آداب البصرة للعلوم الإنسانية
العدد ١ – المجلد ٤٧ – آذار لسنة ٢٠٢٢

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ١ – المجلد ٤٧ – آذار لسنة ٢٠٢٢

الجدول(٢)

عينة البحث النهائية الموزعة حسب الكلية والاقسام والجنس والتخصص

	ت	الكلية	الاقسام	الجنس		المجموع الكلي	مجموع كل كلية
				ذكور	إناث		
الكليات الإنسانية	١	التربية للعلوم الإنسانية	الجغرافية	٨	٨	١٦	٥٠
			اللغة العربية	٨	٨	١٦	
			التاريخ	٩	٩	١٨	
	٢	التربية القرنة	اللغة العربية	١٣	١٢	٢٥	٥٠
			اللغة الانكليزية	١٢	١٣	٢٥	
	٣	الآداب	التاريخ	٨	٨	١٦	٥٠
			الفلسفة	٨	٨	١٦	
			اللغة الانكليزية	٩	٩	١٨	

	٤	القانون	عام	٢٥	٢٥	٥٠	٥٠
	مجموع الكلي للكليات الإنسانية ٢٠٠						
الكليات العلمية	٥	الهندسة	المواد	٨	٨	١٦	٥٠
			الكهرباء	٨	٨	١٦	
			الكيمياوي	٩	٩	١٨	
	٦	العلوم	البيئة	٨	٨	١٦	٥٠
			الكيمياء	٨	٨	١٦	
			الرياضيات	٩	٩	١٨	
	٧	الزراعة	علوم التربة	٨	٨	١٦	٥٠
			الانتاج الحيواني	٨	٨	١٦	
			البستنة	٩	٩	١٨	
	٨	التربية للعلوم الصرفة	الرياضيات	٨	٨	١٦	٥٠
			الحاسبات	٨	٨	١٦	
			الكيمياء	٩	٩	١٨	
	مجموع الكلي للكليات العلمية ٢٠٠						
مجموع الكلي للكليات الإنسانية والعلمية ٤٠٠							

اداة البحث: لغرض تحقق أهداف البحث الحالي كان لا بد من توفر أداة لقياس التعاطف الذاتي، وبعد الآخذ برأي الخبراء والمختصين في الإرشاد النفسي وعلم النفس أستقر الرأي على ضرورة بناء مقياس، ولذلك لعدم توفر مقاييس محلية أو عربية أو اجنبية حديثة(على حد علم الباحث) يتناسب مع طبيعة العينة واهداف البحث، وكذلك لغرض الحصول على المقاييس الحديثة تتناسب مع الوضع الحالي، ومن أجل بناء المقياس أتبع الباحث الخطوات الآتية :-

١ــ تحديد مفهوم: تتطلب عملية بناء مقياس التعاطف الذاتي الاستناد الى الأُطر النظرية ، وتعد عملية تكوين فكرة عن الاطار النظري للمفهوم عملية مهمة في بناء المقاييس، وبناءً على منطلقات النظرية لبناء المقياس، عَمدَ الباحث الى تبني نظرية نيف(Neff,2003)، وتعريفها حول مفهوم التعاطف الذاتي، الذي عرفته بأنه(

بأنه اتجاه ايجابي نحو الذات في المواقف المؤلمة أو المخيبة للآمال والفشل، وينطوي على مشاعر الاهتمام واللطف مع الذات، وعلى عدم الانتقاد الشديد لها وفهم التجربة الذاتية كجزء من الخبرة التي يعانيها معظم الناس ومعالجة المشاعر المؤلمة بوعي وتفهم وعقل منفتح) (Neff,2003a:p 223) ، وعده منطلقاً نظرياً في بناء المقياس.

٢ـــ تحديد مجالات: تم تحديد الابعاد الرئيسية لمقياس التعاطف الذاتي، وذلك من خلال ابعاد نظرية نيف (Neff,2003) والتي تم فيها تحديد العناصر الرئيسية الثلاثة للتعاطف الذاتي متداخلة مع بعضها البعض كبناء متعدد الابعاد، وقد صاغ الباحث(٢٣) فقرةً موزعةً على ثلاثة مجالات للمقياس هي :

أ- اللطف بالذات مقابل الحكم على الذات. ب- الإنسانية العامة مقابل العزلة. جـــ - اليقظة العقلية مقابل التوحد المفرط .

٣. صياغة الفقرات: بعد تحديد المجالات الثلاثة وتعريفاتها للمقياس، وبعد أن استزاد الباحث معرفةً باطلاعه على الأدب البحثي المختص بمتغير التعاطف الذاتي وبعض الدراسات والمقاييس مثل(مقياس نيف Neff,2003) و(مقياس الضبع ٢٠١٣) و(مقياس العزاوي ٢٠١٥)، صاغ الباحث(٢٣) فقرةً للمقياس بصورته الاولية مع الأخذ بنظر الاعتبار الأغراض التي يستعمل المقياس من أجلها وخصائص المجتمع الذي سوف يطبق عليه المقياس، موزعة على ثلاثة مجالات للمجال الاول(٨) فقرات وللمجال الثاني(٨) فقرات وللمجال الثالث(٧) فقرات، وكما تم تحديد خمسة بدائل وهي (تنطبق علي دائما، تنطبق علي غالبا، تنطبق علي احيانا، تنطبق علي نادرا، لا تنطبق علي ابدا) أمام كل فقرة من فقرات المقياس.

٤ـــ صلاحية فقرات المقياس: يرى أيبل(Ebel,1972)أن أفضل طريقة لتحقق من الصدق الظاهري تتمثل من خلال عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين من أجل الحكم على صلاحية الفقرات في قياس الخاصية المراد قياسها، بحيث تجعل مصمم المقياس مطمئناً الى آرائهم، ويأخذ بالأحكام التي يتفق عليها معظمهم بعد ما يقوم الباحث بتقديم لهم تعريفاً محدداً وشاملاً للظاهرة المقاسة (Ebel,1972 : p 55)، ولغرض التعرف على مدى صلاحية فقرات مقياس التعاطف الذاتي وتعليماته وبدائله، عرض الباحث الاداة بصورتها الاولية والبالغ عدد فقراتها (٢٣) فقرة الموزعة على ثلاثة مجالات، على مجموعة من السادة المحكمين المختصين في الارشاد النفسي والتوجيه التربوي وعلم النفس والصحة النفسية والبالغ عددهم(٢٠) مختصاً لأبداء ملاحظاتهم بخصوص الاداة ومدى صلاحية الفقرات لتحقق من هدف البحث وتعديل أو حذف أو أضافة أي فقرة يرونها مناسبة ومدى ملائمة البدائل والتعليمات، وبعد جمع آراء المحكمين المختصين حول صلاحية الفقرات، قام الباحث بتحليل هذه الملاحظات ، حيث أعتمد الباحث إيجاد قيمة(كاي^{2}) والنسبة المئوية(٨٠%) فأكثر لقبول الفقرة أو حذفها، حيث تم قبول (٢٠) فقرةً من خلال آراء المحكمين الموافقين واعتبارها فقرات صالحة، والأخذ بآراء المحكمين في حذف (٣) فقرات وهي(٤)، و(١٧)، و(٢٣) ، وتعديل بعضها .

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ١ - المجلد ٤٧ - آذار لسنة ٢٠٢٢

٥ـــ **التطبيق الاستطلاعي:** لغرض التحقق من وضوح الفقرات وتعليمات مقياس التعاطف الذاتي بصيغته الاولية وفهم المستجيبين لها ، والكشف عن الفقرات غير واضحة، وحساب الوقت المستغرق للإجابة والتعرف على الصعوبات التي تواجه العينة أثناء تطبيق المقياس، وملاحظة مدى وضوح الصياغة اللغوية لفقرات المقياس ومعرفة ما مطلوب منهم، اذ طبق الباحث المقياس على عينة عشوائية وبلغ عدد أفرادها(٥٠) طالباً وطالبةً من جامعة البصرة ومن كلا التخصصين الإنساني والعلمي، بواقع(٢٥) طالباً وطالبةً بمعدل(١٥) ذكوراً، و(١٠)أناثاً من كلية التربية للعلوم الإنسانية، وبواقع(٢٥) طالباً وطالبةً بمعدل(١٠) ذكور، و(١٥)أناثاً من كلية التربية للعلوم الصرفة، وعند توزيع عليهم المقياس تم توضيح لهم بأن إجاباتهم هي لأغراض البحث العلمي دون ذكر اسمائهم، وطلب الباحث منهم أن يكتبوا ملاحظاتهم على أي عبارة غير مفهومة، وقد تبين أن فقرات المقياس وتعليماته واضحة ومفهومة لأفراد العينة، وقد قام الباحث بتسجيل الوقت المستغرق للإجابة على فقرات المقياس، أذ كانت بين (١٠-١٤) دقيقةً ، بمتوسط قدره (١٢) دقيقةً .

٦ ـــ **التحليل الإحصائي للفقرات:** أن التحليل الإحصائي يكشف عن الخصائص السيكومترية لفقرات المقياس من خلال تثبيت صلاحية كل فقرة من فقرات المقياس وتحسين نوعيتها وأكتشاف الفقرات المميزة أو الفقرات غير المميزة واستبعاد غير الصالح منها (Chisell,1981:p428)، وترى ايضا انستازي (Anastasi,1976) أن الحجم المناسب لعينة التمييز يفضل أن لا تقل عن (٤٠٠) فردٍ، لأن هذا العدد يعطي أفضل تباين بين الافراد في الخاصية وبذلك يظهر لنا أفضل تمييز للفقرات(Anastasi,1976: p209)، وبهدف كشف العلاقة بين ما تقيسه الفقرة واستجابات الافراد عنها، قام الباحث بتطبيق أداة البحث على عينة التحليل الاحصائي والبالغة(٤٠٠) طالبٍ وطالبةٍ، اذ تم أختيارهم بالطريقة الطبقية العشوائية ذات التوزيع المتساوي موزعين على ثمان كليات من جامعة البصرة، أربع منها من الاختصاصات الإنسانية وأربع أخرى من الاختصاصات العلمية، لقسمين لكل كلية للسنة الدراسية (٢٠٢٠-٢٠٢١) ، اذ أصبح العدد الذي تم اختياره موزعين حسب الجنس بواقع (٢٠٠) طالبٍ و(٢٠٠) طالبةٍ ، وبحسب التخصص بواقع (٢٠٠) طالبٍ وطالبةٍ للتخصص الإنساني و(٢٠٠) طالبٍ وطالبةٍ للتخصص العلمي، لذلك عمل الباحث على اجراء تحليل لفقرات المقياس التعاطف الذاتي من اجل الابقاء على الفقرات المميزة وبأسلوبين هم كالاتي:-

أ : **تمييز الفقرات بأسلوب المجموعتين المتطرفتين :-** قام الباحث بتصحيح كل استمارة وإعطاء كل فقرة درجة وبحسب نوعها(ايجابي/سلبي)، وأيجاد الدرجة الكلية لكل استمارة وبحسب مجموع الدرجات الفقرات، وترتيب الدرجات الكلية التي استخرجت لجميع الاستمارات تنازلياً من أعلى درجة الى أوطأ درجة، وتحديد نسبة لـــ (٢٧%) من الاستمارات التي حصلت أعلى درجة ، ونسبة (٢٧%) من الاستمارات التي حصلت على أدنى درجة من فقرات المقياس، اذ أن نسبة الـــ(٢٧%) تمكننا من الحصول على مجموعتين بأكبر حجم واقصى تباين ممكن ويقترب توزيعها من التوزيع الطبيعي، وتم حساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل فقرة من فقرات المقياس للمجموعة العليا والمجموعة الدنيا، وبما أن مجموع عينة التحليل الاحصائي بلغت (٤٠٠) استمارةٍ فأن نسبة الـــ(٢٧%) تكون (١٠٨) استمارةٍ لكل مجموعة ، وعليه فأن عدد

الاستمارات التي خضعت الى التحليل تكون (٢١٦) استمارةً ، وقد تم تحليل فقرات المقياس باستخدام معادلة الاختبار التائي (T-Test) لعينتين مستقلتين بواسطة الحقيبة الاحصائية SPSS لاختبار الفروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس، اذ عدت القيمة التائية المستخرجة مؤشراً لتمييز الفقرة ، وعند موازنة القيمة التائية المحسوبة لكل فقرة بالقيمة التائية الجدولية (١,٩٦) تبين أن جميع فقرات المقياس كانت مميزة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢١٤) ، عدا الفقرة (٧) في مجال الاول لم تكن مميزة ، والجدول رقم(٣) يوضح ذلك .

الجدول رقم(٣)

القوة التمييزية لفقرات مقياس التعاطف الذاتي بأسلوب العينتين المتطرفتين

ت الفقرة	المجموعة العليا ن= ١٠٨		المجموعة الدنيا ن= ١٠٨		القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة ٠,٠٥
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	٤,٤٣٥	٠,٩١٩	٣,٠٠٩	١,٢١١	٩,٧٤٣	دالة
٢	٤,٤٢٥	٠,٧٨٧	٣,٣٧٠	١,٢١٩	٧,٥٥٥	دالة
٣	٤,٣٧٩	٠,٩٨٣	٢,٨١٤	١,٢٥٤	١٠,٢٠٥	دالة
٤	٤,٧٦٨	٠,٤٨٥	٣,٣٣٣	١,٢٨٢	١٠,٨٧٦	دالة
٥	٤,٧١٣	٠,٥٤٧	٣,٣٣٣	١,٣٩٤	٩,٥٧١	دالة
٦	٤,٢٣١	١,٠١٩	٢,٨٥١	١,٠٢٥	٨,٨٥٠	دالة
٧	٣,٤٢٥	١,٣٨٢	٣,٢٩٦	١,٢٦٢	٠,٧٢٠	غير دالة
٨	٤,٦٠١	٠,٧٥٣	٣,٠٤٦	١,٣٢١	١٠,٦٩١	دالة
٩	٤,١٦٦	١,١١٤	٣,٠٠٠	١,٢٦٠	٧,٢٠٥	دالة
١٠	٤,٨١٤	٠,٥٤٩	٣,٠١٨	١,٥٧٠	١١,٢١٩	دالة
١١	٤,٣٨٨	٠,٩٨٤	٢,٧٠٣	١,٣٤٨	١٠,٤٩١	دالة
١٢	٤,٦٣٨	٠,٨٤٧	٢,٧٩٦	١,٤٢٥	١١,٥٤٤	دالة
١٣	٤,٧٨٧	٠,٧١١	٣,١٨٥	١,٣٨١	١٠,٧١٢	دالة
١٤	٤,٧٧٧	٠,٥١٧	٣,٨٥١	١,٢٠٦	٧,٣٣٢	دالة
١٥	٤,٤٠٧	٠,٩١٧	٣,٤٥٣	١,٣٤٩	٦,٠٧٥	دالة
١٦	٤,٥٧٤	٠,٨٣٣	٣,٢٤٠	١,١٤٢	٩,٧٩٥	دالة
١٧	٤,٦٢٩	٠,٦٤٩	٣,٦٠١	١,١٦٧	٧,٩٩٣	دالة
١٨	٣,٦٠١	١,٣٧٣	٣,٠٩٢	١,٤٧٥	٢,٦٢٥	دالة

١٩	٤,٤٨١	٠,٨٤٨	٣,٢٨٧	١,٣٢٥	٧,٨٨٧	دالة
٢٠	٤,٦٤٨	٠,٧٧٧	٣,٢١٣	١,٣٦٠	٩,٥١٨	دالة

وبهذا اصبح عدد فقرات المقياس التعاطف الذاتي (١٩) فقرةً بعد حذف الفقرة رقم (٧) باعتبارها غير دالة إحصائياً .

ب – **أرتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:**– يعد هذا الاسلوب من أكثر الأساليب استعمالاً في تحليل فقرات الاختبارات والمقاييس النفسية ، وذلك لما يتصف فيه هذا الاسلوب من تحديد مدى التجانس فقرات المقياس في قياس الظاهرة السلوكية (Allen & Yen,1979:p 124)، وعليه فقد استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لاستخراج معامل الارتباط بين الدرجات كل فقرة من فقرات المقياس بالدرجة الكلية لـــ (٤٠٠) استمارة ، وهي الاستمارات نفسها التي خضعت للتحليل الاحصائي بواسطة الحقيبة الاحصائية SPSS ، وتبين أن جميع فقرات المقياس دالة إحصائيا لدى مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (٠,٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٨) ، والجدول رقم(٤) يوضح ذلك.

الجدول رقم(٤)

معاملات ارتباط فقرات مقياس التعاطف الذاتي بالدرجة الكلية للمقياس

القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨) تساوي (٠,٠٩٨)

ثانيا: الثبات Reliability :– تم حساب الثبات بطريقتين هما :–

أ**ـــــ طريقة الاختبار وإعادة الاختبار Test- Retest** : يعد هذا الأسلوب من اهم الأساليب الحساب ، ويتلخص هذا الأسلوب في اختيار عينة من الأفراد، ثم بعد ذلك إعادة الاختبار عليها مرة أخرى بنفس الاختبار الأول وبنفس الظروف، متشابهة تماماً للظرف السابق الذي تم اختبارهم فيه، ثم يتم حساب معامل

رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	الدلالة الاحصائية (٠,٠٥)	رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة ٠,٠٥
١	٠,٤٧٣	دالة	١١	٠,٥٥٠	دالة
٢	٠,٤٤٨	دالة	١٢	٠,٥٧٣	دالة
٣	٠,٤٥٨	دالة	١٣	٠,٤٠٤	دالة
٤	٠,٥٣٥	دالة	١٤	٠,٣٥٧	دالة
٥	٠,٥٣٤	دالة	١٥	٠,٤٦٥	دالة
٦	٠,٣٧٩	دالة	١٦	٠,٤٣٩	دالة
٧	٠,٥٠٤	دالة	١٧	٠,٠٩٨	دالة
٨	٠,٤٠١	دالة	١٨	٠,٣٧١	دالة
٩	٠,٥١٢	دالة	١٩	٠,٤٦٥	دالة
١٠	٠,٥٢٧	دالة			

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ١ – المجلد ٤٧ – آذار لسنة ٢٠٢٢

الارتباط بين أدائهم في المرتين اذ يعبر عن معامل الارتباط الذي حصلنا عليه بـــــ ثبات الاختبار(فرج ، ٢٠٠٧ : ٣١٠)، لذا طبق الباحث مقياس التعاطف الذاتي إلكترونياً على عينة الثبات البالغة (٥٠) طالباً وطالبةً، اختيروا بطريقة الطبقية العشوائية المتساوية من جامعة البصرة من التخصص الإنساني (كلية التربية للعلوم الإنسانية)، ومن التخصص العلمي (كلية الهندسة)، وأُعيد تطبيقهُ مرة أخرى بعد مرور(١٥) يوماً على نفس العينة، ولحساب الثبات استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة للتطبيقين الأول والثاني ، فقد بلغ معامل الثبات (الاستقرار الخارجي) بهذه الطريقة (٠,٨٦) ، وقد عُدت هذه القيمة مؤشراً جيداً على استقرار استجابات الافراد على مقياس التعاطف الذاتي عبر الزمن وتعد هذه القيمة مقبولة ويمكن الركون إليها وفقاً للمعيار المطلق (السيد ، ١٩٧٩ : ٥١٩).

ب ـــــ طريقة معادلة الفا كرونباخ Cranach Alpha: تعد هذه الطريقة من الطرق المفضلة لقياس ثبات المقياس، فهي تقيس الاتساق الداخلي والتجانس بين فقرات المقياس، أي أن الفقرات جميعها تقيس فعلاً الخاصية نفسها، وهذا يمكن أن يتحقق عندما تكون فقرات المقياس مترابطة بعضها مع بعض الآخر، وتقوم فكرة هذه الطريقة التي تمتاز أيضاً بتنسيقها المقياس إمكانية الوثوق بنتائجها على حساب الارتباطات بين درجات جميع فقرات المقياس، على اعتبار أن الفقرة عبارة عن قياس قائم بحد ذاته، ويؤشر معامل الثبات اتساق اداء الفرد أي تجانس بين فقرات المقياس (عودة ، ١٩٩٨ : ٣٥٤)، ولإيجاد الثبات وفق هذه الطريقة تم اخضاع استمارات عينة التحليل الاحصائي البالغ عددها(٤٠٠) استمارةٍ من اجل معرفة الثبات باستعمال معادلة (الفا كرونباخ)، حيث بلغ قيمة معامل الثبات لمقياس التعاطف الذاتي (٠,٧٥)، وهو معامل ثبات جيد، وعليه يعد المقياس متسقاً داخلياً، لأن هذه المعادلة تعكس مدى اتساق فقرات المقياس داخلياً (Nunnally, 1978:p 214) .

الوسائل الإحصائية المستعملة :استعمل الباحث في اجراءات البحث الحالي وسائل عدة واستخرج نتائجه بمساعدة برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الإجتماعية SPSS ، وفيما يلي الوسائل الاحصائية التي تم استعمالها: الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي ومربع كاي والاختبار التائي لعينتين مستقلتينT.Test والاختبار التائي لعينة واحدة T.Test ومعامل ارتباط بيرسون ومعادلة الفا كرونباخ .

عرض النتائج وتفسيرها

الهدف الاول : التعاطف الذاتي لدى طلبة الجامعة .

لتحقق هذا الهدف طُبق مقياس التعاطف الذاتي على عينة البحث الاساسية البالغ عددها(٤٠٠) طالبٍ وطالبةٍ، وبعد التحليل الاحصائي للبيانات بينت النتائج أن المتوسط الحسابي لاستجابات افراد العينة على مقياس التعاطف الذاتي بلغ (٦٧,٣٧٧) وبانحراف معياري (٩,١٥٢)، أما المتوسط الفرضي للمقياس فقد بلغ (٥٧)، ولاختبار معنوية الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي أستعمل الباحث الاختبار التائي (T.Test)

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ١ – المجلد ٤٧ – آذار لسنة ٢٠٢٢

لعينة واحدة، واظهرت نتائج الاختبار أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (٢٢,٧٥٦) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦)عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٩) ، أي أن هنالك فرقاً ذا دلالة معنوية بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الفرضي للمقياس ولصالح المتوسط الحسابي للعينة، والجدول رقم(٥) يوضح ذلك .

الجدول رقم(٥)

الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الفرضي للمقياس

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة	الحكم
				المحسوبة	الجدولية			
٤٠٠	٦٧,٣٧٧	٩,١٥٢	٥٧	٢٢,٧٥٦	١,٩٦	٣٩٩	٠,٠٥	دالة

وتُشير هذه النتيجة الى أن طلبة الجامعة يتمتعون بالتعاطف الذاتي، ويُمكن تفسير ذلك على وفق نظرية نيف (Neff,2003)، اذ اشارت أن طلبة الجامعة المتعاطفون مع ذواتهم يشعرون بالسعادة النفسية والتفاؤل وقبول الذات والرضا عنها ويتعاملون مع ذواتهم برحمة ولطف عندما يمرون بخبرات مؤلمة ومحبطة أو مشاعر سلبية، وأن هذه هي جزء من الخبرات والمشاعر التي يمر بها الاخرون ورؤيتها على أنها قاسم مشترك بين البشر، وعدم اقتصارها على فردٍ ما، وبالتالي يتم تحويل تلك الخبرات المؤلمة والمشاعر السلبية الى حالة إيجابية تُتيح لهم فرصة تغيير ذواتهم وبيئتهم بطرق أكثر فاعلية، وفي هذا السياق يتم النظر الى التعاطف الذاتي على أنه قدرة الفرد على قراءة مشاعره وانفعالاته الخاصة بمهارة تُتيح له امكانية توجيه تفكيره وسلوكه نحو الجوانب الايجابية (Neff,2003b:pp 88-102)، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة(العصافرة ،٢٠١٩)، ودراسة (Senyuva, et al, 2014) .

الهدف الثاني: التعاطف الذاتي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير أ:- الجنس(ذكور-إناث) .

لتحقق هذا الهدف طُبق المقياس على عينة البحث البالغة(٤٠٠) طالبٍ وطالبةٍ، وبعد التحليل الإحصائي للبيانات تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات عينة البحث، أذ بلغ المتوسط الحسابي لدرجات الذكور(٦٧,٤٩٥)، وبانحراف معياري(٩,٩٤٠)، وبلغ المتوسط الحسابي للإناث(٦٧,٢٦٠)، وبانحراف معياري(٨,٣١٣)، ولغرض التحقق قام الباحثان بأستعمال الاختبار التائي (T.Test) لعينتين مستقلتين ، أذ أظهرت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة بلغت(٠,٢٥٦) وعند مقارنتها مع القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) وعند مستوى الدلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٨) اذ تبين أن القيمة التائية المحسوبة اصغر من القيمة التائية الجدولية، وبذلك أظهرت النتيجة عن عدم وجود فروق دالة احصائياً في التعاطف الذاتي بين الذكور والاناث، والجدول رقم(٦) يوضح ذلك .

الجدول رقم(٦)

يوضح الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق بين الذكور والإناث في التعاطف الذاتي

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة ٠,٠٥
				المحسوبة	الجدولية	
الذكور	٢٠٠	٦٧,٤٩٥	٩,٩٤٠	٠,٢٥٦	١,٩٦	غير دالة
الإناث	٢٠٠	٦٧,٢٦٠	٨,٣١٣			

ويفسر الباحث هذه النتيجة الى أن طلبة الجامعة مهما كانوا ذكور أو إناث فهم يتشابهون في الظروف والمواقف الاجتماعية والخبرات التي يمرون بها سواء داخل الحرم الجامعي أو خارجه، وكذلك أن الطلبة الذكور والاناث ينحدرون من نفس البيئة الاجتماعية والثقافية التي هي بدورها تزودهم بنفس الخبرات تقريباً، وكل ابناء الشعب العراقي على حد سواء تعرض الى الظروف الصعبة والمعاناة، والطلبة هم جزء من هذا الشعب مما جعلهم متعاطفين بذواتهم، بحيث كانوا على وعي بأن كل فرد في المجتمع هو معرض للخبرات الصادمة والاخفاقات فلا يوجد فرد في هذا العالم بمنأى عن ذلك، وهذا مما جعلهم يعيشون مع اللحظة الحالية بشكل متوازن ومرن بدل من أنكارها أو كبتها أو القاء اللوم على ذواتهم.

ب – التخصص (إنساني–علمي).

لتحقق هذا الهدف طُبق المقياس على عينة البحث البالغة (٤٠٠) طالبٍ وطالبةٍ، وبعد التحليل الإحصائي للبيانات تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات عينة البحث، أذ بلغ المتوسط الحسابي لدرجات التخصص الإنساني(٦٧,٦٠٠)، وبانحراف معياري (٩,٣٥٨)، وبلغ المتوسط الحسابي لدرجات التخصص العلمي(٦٧,١٥٥)، وبانحراف معياري(٨,٩٥٨)، ولغرض التحقق قام الباحث بأستعمال الاختبار التائي(T.Test) لعينتين مستقلتين، أذ أظهرت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة بلغت(٠,٤٨٦) وعند مقارنتها مع القيمة التائية الجدولية البالغة(١,٩٦) وعند مستوى الدلالة(٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٨) اذ تبين أن القيمة التائية المحسوبة اصغر من القيمة التائية الجدولية، وبذلك أظهرت النتيجة عن عدم وجود فروق دالة احصائياً في التعاطف الذاتي بين التخصص الإنساني والعلمي ، الجدول رقم(٧) يوضح ذلك .

الجدول رقم(٧)

يوضح الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق بين التخصص الإنساني والعلمي في التعاطف الذاتي

التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة ٠,٠٥
				المحسوبة	الجدولية	
إنساني	٢٠٠	٦٧,٦٠٠	٩,٣٥٨	٠,٤٨٦	١,٩٦	غير دالة
علمي	٢٠٠	٦٧,١٥٥	٨,٩٥٨			

ويفسر الباحث هذه النتيجة الى أن طلبة الجامعة مهما كانوا من التخصصات الإنسانية أو التخصصات العلمية فهم يتمتعون بنفس التنشئة الاجتماعية والثقافية والنفسية والنظام التعليمي، وتتمسك الجامعة بمجموعة من الاهداف والقوانين التي هي مطبقة على الجميع على حد سواء، وهذا ألقى بدوره الإيجابي على الطلبة بصورة عامة على الرغم اختلاف المناهج العلمية والتي هي بدورها حصنت الطلبة وجعلتهم ينظرون الى ذواتهم نظرة اكثر موضوعية عندما يواجهون مواقف الفشل والاحباط، لأن طبيعتهم النفسية والاجتماعية واهدافهم وطموحاتهم هي على حد سواء من اجل النجاح، وهذا مما يتطلب منهم مواجهة ما قد يصادفهم من خبرات مؤلمة بانسجام ولطف مع ذواتهم وعدم الاستسلام لهذه الخبرات السيئة، والتفاعل معها بعقلية منفتحة وباستراتيجيات تجعلهم يتقبلون جوانب القصور في ذواتهم وتجاوزها وعمومية خبراتهم الذاتية كجزء من خبرات عامة الناس.

الاستنتاجات :

١- أن الأفراد المتعلمين من طلبة الجامعة يتمتعون بتعاطف ذاتي مرتفع.

٢- أن طلبة الجامعة مهما كانوا ذكوراً أو إناثاً فهم يتعاطفون مع ذواتهم على اذ تتشابه ظروفهم ومواقفهم الاجتماعية.

٣- أن طلبة الجامعة سواء كانوا من التخصصات الإنسانية أو العلمية يتمتعون بنفس المستوى من التعاطف الذاتي، لأنهم ينحدرون من نفس البيئة التعليمية والنظام التعليمي.

التوصيات :- بناءً على نتائج البحث الحالي يوصي الباحث بما يأتي :-

١- على الجهات المسؤولة في وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ورئاسة الجامعة والمراكز الارشادية والمنظمات الإنسانية، إقامة الدورات والندوات التثقيفية في الجامعة التي من شأنها تُشجع وتُعزز لدى الطلبة التعاطف الذاتي.

٢- اقامة برامج علاجية وإرشادية قائمة على العلاج والإرشاد بالتعاطف الذاتي على وفق نظرية(Neff).

المقترحات :- استكمالاً للجوانب ذات العلاقة بهذا البحث فإن الباحث يتقدم بالمقترحات الآتية:-

١- إجراء دراسة تتضمن لبحث العلاقة بين التعاطف الذاتي وبعض متغيرات أخرى (الانتحار، القلق، الاكتئاب ، الضغوط ، الوحدة النفسية ، صراع الأدوار) .

٢- إجراء دراسة حول التعاطف الذاتي مع متغيرات أخرى مثل (الإسناد الاجتماعي، الرفاهية الاجتماعية، الوعي الصحي، المناعة النفسية).

٣-إجراء دراسة مقارنة بين المدمنين وغير المدمنين في مستوى التعاطف الذاتي.

٤-إجراء دراسة تجريبية لبحث اثر برنامج سلوكي معرفي في تنمية التعاطف الذاتي لدى ضحايا الارهاب

المصادر والمراجع

- الأسدي ، سعيد جاسم . (٢٠٠٨) . **أخلاقيات البحث العلمي في العلوم الإنسانية والتربوية والاجتماعية** . الطبعة الثانية . البصرة/العراق . مؤسسة وارث الثقافية الناشر .
- الأسدي ، سعيد جاسم وفارس ، سندس عزيز . (٢٠١٥) . **مناهج البحث العلمي في العلوم الاجتماعية والادارية والفنون الجميلة** . الطبعة الاولى . عمان/الاردن . دار الواضح للنشر .
- السيد ، فؤاد البهي . (١٩٧٩) . **علم النفس الاحصائي وقياس العقل البشري** . القاهرة/مصر . دار الفكر العربي .
- العصافرة . إيهاب علي . (٢٠١٩) . التعاطف الذاتي وعلاقته بالاهتمام الاجتماعي لدى طلبة الجامعة الاردنية . عمان/الاردن . كلية العلوم التربوية . الجامعة الاردنية . **مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية** . المجلد (٢٧) . العدد (٦) .
- عودة ، أحمد سلمان . (١٩٩٨) . **القياس والتقويم في العملية التدريسية** . عمان/الاردن. دار الامل.
- فرج ، صفوت . (٢٠٠٧) . **القياس النفسي** . الطبعة السادسة . القاهرة/مصر. مكتبة الانجلو المصرية.
- كفا ، رزان . (٢٠١٨) . **التعاطف مع الذات وعلاقته بالشيخوخة الناجحة لدى المسنين** . اطروحة دكتوراه غير منشورة . دمشق/سوريا . كلية التربية . جامعة دمشق.
- ملحم ، سامي محمد . (٢٠٠٠) . **القياس والتقويم في التربية وعلم النفس** . الطبعة الاولى . عمان /الاردن . دار المسيرة للنشر والتوزيع.

- Allen ,M .J.& Yen ,W.M (1979). **Introduction to easurements Theory**. California\USA . Brooks . Cole .
- Anastasi, A. (1976) . **Psychological testing**. New York \USA. Macmillian publishing inc.
- Barnard, L. K., & Curry, J. F. (2011). Self-compassion. Conceptualizations, correlates, & interventions . North Carolina\USA. **Review of general psychology**. Vol(15). No(4).
- Brach, T.(2003). **Radical acceptance. embracing your life with the heart of a Buddha.** New York\Bantam.

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ١ - المجلد ٤٧ - آذار لسنة ٢٠٢٢

- Chiselli, E.E, (1981) **Theory of pychoiogical measurement**. New York\USA. MC Graw . Hill company.
- Ebel, R. L. (1972). **Essential of educational measurements**. New jersey\USA. prentice Hall.
- Hope, N., Koestner, R., & Milyavskaya, M. (2014). The role of self-compassion in goal pursuit and well-being among university freshmen. Mount Royal\ Canada. **Self and identity.** Vol(13). No(5).
- Neff, K. (2003b). Self-compassion. An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself . Texas\ USA. University of Texas at Austin, Austin. **Self and identity.**Vol (2).No(2).
- Neff, K. D. (2003a). The development and validation of a scale to measure self-compassion . Texas\ USA. University of Texas at Austin, Austin **. Self and identity.** Vol(2). No(3).
- Neff, K. D., Hsieh, Y. P., & Dejitterat, K. (2005). Self-compassion, achievement goals, and coping with academic failure. Texas\USA. **Self and identity.** Vol (4). No(3).
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L., & Rude, S. S. (2007). Self-compassion and adaptive psychological functioning. Texas\ USA. **Journal of research in personality.**Vol (41). No(1).
- Nunnally , J .C. (1978) . **Psychometric theory** . New York\USA. Mc Graw Hill.
- Şenyuva, E., Kaya, H., Işik, B., & Bodur, G. (2014). Relationship between self-compassion and emotional intelligence in nursing students. Stanbul\Turkey. **International journal of nursing practice.** Vol(20).No(6).
- Yoldascan, E., Ozenli, Y., Kutlu, O., Topal, K., & Bozkurt, A. I. (2009). Prevalence of obsessive-compulsive disorder in Turkish university students and assessment of associated factors. Adana/Turkey. **BMC Psychiatry**. Vol(9). No(1).