التعاطف الذاتي وعلاقته بالكفاءة الاجتماعية 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:

هدف البحث الحالي الى قياس التعاطف الذاتي، والكفاءة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة وإيجاد العلاقة بينهما، واعتمد الباحثان على المنهج الوصفي الارتباطي، ولتحقق أهداف البحث قام الباحثان ببناء مقياسي التعاطف الذاتي والكفاءة الاجتماعية، وتم التحقق من خصائصهما السيكومترية من صدق وثبات، وتألفت عينة البحث من(٤٠٠) طالبٍ وطالبةٍ موزعين على ثمان كليات بالتساوي، واظهرت النتائج البحث تمتع طلبة الجامعة بالتعاطف الذاتي والكفاءة الاجتماعية وتوجد علاقة ارتباطية طردية بينهما .

الكلمات المفتاحية : التعاطف الذاتي ، الكفاءة الاجتماعية ، طلبة الجامعة .

Self-Compassion and its Relationship to Social Adequacy in 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 social adequacy in university students and finding the connection between them. The researchers relied on the descriptive correlative approach. To do that, they built two scales for Self-compassion and social adequacy and their psychometric properties were verified for trustiness and reliability. The research sample contained (400) students both male and female from 8 colleges evenly distributed. Results showed the students have self-compassion and social adequacy with a correlative relationship between them .

Keywords: Self- compassion, Social adequacy, University students.

مشكلة البحث:

يواجه طلبة الجامعة في هذه المرحلة العديد من المشكلات والمواقف الضاغطة التي تمر بها المجتمعات بصورة عامة والمجتمع العراقي بصورة خاصة، لذا يتطلب منهم التعامل مع ذواتهم بلطف وبكفاءة عالية للتخلص من هذه المواقف، الأمر الذي يدعو الطلبة إلى استخدام آليات جديدة من التعاطف الذاتي ومهارات في الكفاءة الاجتماعية داخل الجامعة التي تختلف عما كانت عليه قبل الدخول إليها، والتي لها الدور الحاسم في إعداد الأفراد الأكفاء للمساهمة في دعم التنمية البشرية والاجتماعية والاقتصادية، ودفع عجلة التقدم نحو الرقي والازدهار من جميع جوانب الحياة الاجتماعية، وفي دراسة قام بها باير(Baer, 2010) أُشير فيها إلى أن مبالغة الفرد في لوم ونقد ذاته وعدم التعاطف معها بسبب تعرضه لحالة فشل في حياته، قد يؤدي به إلى مشكلات نفسية معقدة وخطيرة، بما في ذلك الاكتئاب، وقد تتفاقم هذه المشكلات إلى نتيجة غير مُرضية، هو شعور الفرد بأنه لا يحق له العيش في الحياة وبالتالي قد ينتحر (Baer, 2010: P4)، ويُمكن ملاحظة تأثير الكفاءة الاجتماعية على مستوى التعاطف الذاتي لدى الفرد، على سبيل المثال إذا كان الفرد أقل كفاءة فإنه يكون ذا حصيلة متدنية من العلاقات والمهارات والخبرات مما ينعكس سلباً على ذاته، بحيث يمارس النقد السلبي تجاه ذاته وعدم التعاطف معها (Bloch,2018:p26)، واشارت دراسة(القمش،٢٠٠٦) إلى وجود نسبة من طلبة الجامعة يعانون من تدني الكفاءة الاجتماعية في المجالات التي تتطلب استخدام القدرة العامة، والمهارات الأكاديمية الخاصة، والسلوك والقبول الاجتماعي، ولديهم أداء أكاديمي ضعيف، بسبب عدم وجود مفاهيم سليمة حول ذاتهم (القمش ، ٢٠٠٦: ١٦)، ومن خلال ذلك نلاحظ ظهور سلوكيات غير اجتماعية لبعض الطلبة، التي تُعد مشكلة مزعجة للجامعة أو البيت أو المجتمع وتظهر تلك السلوكيات على عدة اشكال: العدوان، والعصيان ، والقسوة على زملائهم، والتصرفات الفوضوية، والكذب، والغش وما شابه من السلوكيات السلبية التي تُعد مظهراً من مظاهر ضعف الكفاءة الاجتماعية(Sarason ,et :PP 227-238 al,1985).

ومن هنا ظهر إحساس لدى الباحث من خلال عملهُ في مجال الإرشاد النفسي والتربوي وتماسه بصورة مباشرة مع المجتمع ووجوده داخل الجامعة، وخبرة الباحث كطالب سابق في الجامعة وتفاعله معهم ، فقد لاحظ الباحث أن بعض من طلبة الجامعة كثيراً ما يشكون من الدراسة والظروف التي يعيشون فيها، وعندما يتعرضون لمشكلة أو ضغوطات ولو بسيطة ينهارون ويشتكون منها، ومن خلال تحليل الأسباب عند الأكثر معاناة، وجد أنهم يوجهون النقد اللاذع لذواتهم ويشعرون بالنقص والتقصير والفشل، وعلى آثر ذلك بدأ لدى الباحث الرغبة في معرفة الطلبة، وماذا لديهم من تعاطف تجاه ذواتهم، وما يمتلكون من كفاءة اجتماعية في إدارة شؤونهم الخاصة والتعامل مع الآخرين، وبهذا الصدد تتحدد مشكلة البحث الحالي بالإجابة على التساؤل الآتي:

هل توجد علاقة بين التعاطف الذاتي والكفاءة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة ؟

أهمية البحث:

تعد المرحلة الجامعية من المراحل المهمة في حياة الطالب اذ إنها المرحلة التي يتم من خلالها تنقية شخصية الطالب وتشكيل مكونات شخصيته وصقلها ليكون إنساناً متوافقاً ومتعاطفاً مع ذاته ويتمتع بالقدرة والكفاءة لمواجهة مشكلات المرحلة التي يعيش فيها،، فالمجتمع اليوم في أمس الحاجة الى الطالب المتعاطف مع ذاته وذو الكفاءة الاجتماعية العالية بحيث يكون لطيفاً مع ذاته ومع الاخرين، ويؤدي عمله وواجباته بنظام ومهارة ويطلع على واجباته ويؤدي ما عليه من التزامات من غير الحاجة الى رقابة او توجه من شخص آخر، ويرى ليري (Leary,2007) أن التعاطف الذاتي يُعد عامل ذا أهمية كبيرة في تحقيق العلاج النفسي، وتعزيز الكفاءة الذاتية، والصحة النفسية، ومواجهة الضغوط المؤلمة لدى الأفراد، فالأشخاص المتعاطفين بذاتهم لديهم استجابات توافقية ومرونة فكرية لكل صعوبات الحياة المختلفة، أكثر من الأشخاص الذين يتمتعون بتعاطف ذاتي أقل(Leary,2007: p 887)، وهنالك علاقة مهمة ومترابطة بين الكفاءة الاجتماعية والتعاطف الذاتي أذا كان الفرد أكثر كفاءة في بدأ العلاقات وبنائها والحفاظ عليها واكتساب المهارات الاجتماعية فيمكن أن يكون هذا الفرد لديه حصيلة جيدة من الخبرات والمهارات الاجتماعية التي تزيد من وعي الفرد بالآخرين بحيث يكون متعاطفاً تجاه ذاته في المصاعب والمشكلات التي تواجههُ (Bloch,2018:p26)، وإن للكفاءة الاجتماعية أهمية في التعبير عن النضج الاجتماعي عند الفرد، وإذا كانت متاحة له فأنه يشعر بالاستقرار والانسجام النفسي والاجتماعي والسعادة في حياته، اذ يحتاج الفرد في تفاعلاته مع الآخرين إلى النمو الاجتماعي الصحيح الذي يؤهله للتفاعل مع الآخرين من حوله(الجبوري ، ٢٠٢٠ : ١٤٢)، وتؤكد دراسة (حبيب، ٢٠٠٣) أن الطلبة ذو الكفاءة الاجتماعية العالية هم أكثر قدرة على مواجهة المواقف الاجتماعية والمشاركة في الأنشطة الاجتماعية والانفتاح على الآخرين، عكس الأفراد ذو الكفاءة الاجتماعية المنخفضة (حبيب ،٢٠٠٣ : ١٢٠)، ويكتسب هذ البحث أهميته من خلال تناوله مفهومين سواء كانا من حيث حداثتهما أو جدة البحث فيهما أذ يُمثلان أهمية خاصة على المستويين النظري والتطبيقي، وكذلك لتناول شريحة مهمة في المجتمع.

أهداف البحث:

١- التعرف على التعاطف الذاتي لدى طلبة الجامعة.

٢- التعرف على الكفاءة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة.

٣- التعرف على العلاقة الارتباطية بين التعاطف الذاتي والكفاءة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة. **حدود البحث:** يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة البصرة في الدراسة الاولية الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢٠-٢٠٢١).

تحديد المصطلحات : اولاً: التعاطف الذاتي:

* **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 الباحثان 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 سيتم بناءه من قبل الباحث لهذا الغرض .

ثانياً: الكفاءة الاجتماعية:

* **عرفها فلنر (Fenler, 1990) :** بأنها قدرات الفرد ومهاراته الشخصية التي يتم تطويرها ضمن علاقة الفرد بالآخرين وما يمتلكه من استعدادات وإمكانيات ذاتية(Felner, et al, 1990: p151).

* **التعريف النظري:** تبنى الباحثان تعريف فلنر (Felner, 1990) ، تعريفاً نظرياً لمفهوم الكفاءة الاجتماعية لأنه قد تبنى نظريته منطلقاً نظرياً في البحث الحالي.

* **التعريف الإجرائي:** هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الكفاءة الاجتماعية الذي سيتم بناءه من قبل الباحث لهذا الغرض.

إطار نظري/ اولاً: 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 وإنكاره ، 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 يعيشه، 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 الباحثان 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).

ثانياً: النظريات التي فسرت الكفاءة الاجتماعية

١- **نظرية العناصر الاربعة Four Element Theory:** قدم روبرت فلنرRobert Felner هذه النظرية عام ١٩٩٠ والتي سعى من خلالها الى تحديد فئات الكفاءات الاجتماعية الفائقة او الاساسية في العناصر الاربعة، ويرى فلنر (Felner) ينبغي ان تتضمن الكفاءة الاجتماعية قدرة الافراد على التصرف بطريقة مناسبة للعمر والنضج والقدرة المعرفية ، مثل الوعي الذاتي والوعي الاجتماعي والإدارة الذاتية ومسؤولية اتخاذ القرار ومهارات الاتصال ، وتكون مهارات الاتصال اساسية في الكفاءة الاجتماعية ، لأن المكونات الاخرى يتم اكتسابها من خلال مهارات الاتصال ، وقد ينجح هؤلاء الأفراد المتمتعين بالكفاءة الاجتماعية في الاستجابة للمواقف الجديدة والصعبة(Felner,et al,1990: PP 1-10)، والكفاءة الاجتماعية تُعد مهارة ديناميكية ومنتظمة تَتحقق من خلال عملية الاتصال الشخصي والمقارنات الاجتماعية في هذه العملية، ويَعِد الأفراد سلوكياتهم وردود افعالهم وعلاقاتهم مع الاخرين من خلال استيعاب قدراتهم في مجموعة متجانسة(Felner, 2002:P 2-4)، وترى نظرية العناصر الأساسية التي قدمها فلنر(Felner, 1990) أن الكفاءة الاجتماعية تتكون من اربعة ابعاد تتمثل في قدرات الفرد ومهاراته الشخصية والتي يتم تطويرها ضمن علاقة الفرد بالآخرين وما يمتلكه من استعدادات وإمكانيات ذاتية مثل مستوى الذكاء والمزاح وغيرها وهذه العناصر هي: أ- المهارات والقدرات المعرفية ب - المهارات السلوكية جـــ - المهارات العاطفية د - التراكيب الدافعية والتوقعات للفرد (Felner, et al , 1990: P 151))، وقد تبنى الباحثان نظرية العناصر الاربعة لـــ فلنر(Felner)منطلقاً نظرياً في بحثه الحالي لاعتماده على الابعاد الرئيسية لتلك النظرية وتعريفاتها، والاستفادة منها في بناء مقياس الكفاءة الاجتماعية، وكذلك لتبنيه تعريفها للتعاطف الذاتي تعريفاً نظرياً لهذا المفهوم .

٢- نظرية التعلم الاجتماعيSocial learning Theory: أستمد من نظرية التعلم التي تُشير إلى أن القصور بالكفاءة الاجتماعية هو نتيجة لفقر عملية التعلم أو نتيجة التعلم الخاطئ نموذج التشريط، ويندرج في إطار هذا النموذج تصور باندورا(Bandura) التعلم الاجتماعي، وفيه يرى إن كلاً من البيئات الخارجية والداخلية للفرد تعمل في صورة مترابطة يعتمد بعضها على البعض الآخر، ويحدث التعلم كنتيجة للتفاعلات المتبادلة بين كل من البيئتين الداخلية والخارجية، وهذا ما أطلق عليه باندورا (Bandura) التحديد المتبادل، وهنا الأفراد لا يندفعون بفعل القوى الداخلية (الدوافع أو الحاجات) ولا بفعل البيئة (مثيرات البيئة) ، وانما يمكن تفسير الأداء النفسي في صورة تفاعل متبادل بين المحددات الشخصية والبيئة ، وهنا نجد عملية الترميز والاعتبار والتنظيم يكون لها دور كبير ، ولقد أفترض باندورا (Bandura) إن عمليات التعلم بالعبرة أو النمذجة هو اساس عملية الاكتساب(الشناوي ، ١٩٩٤: ٥٨).

دراسات سابقة

اولاً : الدراسات التي تناولت متغير التعاطف الذاتي:

١-دراسة العزاوي (٢٠١٤)هدفت الدراسة إلى التعرف على العطف على الذات لدى طلبة الجامعة والتعرف على القلق من المستقبل لدى طلبة الجامعة وطبيعة العلاقة الارتباطية بين العطف على الذات والقلق المستقبل لدى طلبة الجامعة تبعا للجنس (ذكور/اناث)والفروق ذات العلاقة الاحصائية في العلاقة الارتباطية بين العطف على الذات والقلق من المستقبل لدى طلبة الجامعة وتبعاً للجنس (ذكور/اناث)للمرحلة الرابعة، استعمال الباحث مقياس العطف على الذات، ومقياس القلق من المستقبل، تكونت عينة الدراسة من(٢٠٠) طالبٍ وطالبةٍ اختيروا بالأسلوب الطبقي العشوائي، وتوصلت نتائج الدراسة الى أن طلبة الجامعة لديهم عطف على ذواتهم، وان طلبة الجامعة لديهم قلق من المستقبل، ووجود علاقة موجبة طردية بين العطف على الذات والقلق من المستقبل، ولا توجد فروق دلالة احصائياً في العلاقة بين العطف على الذات والقلق من المستقبل تبعاً للجنس(ذكور/اناث) للمرحلة الرابعة (العزاوي،٢٠١٤).

٢-دراسة اسكندر (Iskender, 2009):هدف الدراسة إلى تحديد الفروق بين الجنسين في التعاطف الذاتي والكفاءة الذاتية والتحكم في الاعتقاد بالتعلم ، والتعرف على العلاقة الارتباطية بين التعاطف الذاتي والكفاءة الذاتية والتحكم في الاعتقاد بالتعلم لدى افراد العينة، وقام الباحث في استعمال مقياس التعاطف الذاتي ومقياس الكفاءة الذاتية ومقياس التحكم في الاعتقاد بالتعلم وتكونت عينة الدراسة من (٣٩٠) طالباً وطالبةً وبلغ الاناث(٢١٤) وبلغ الذكور(١٧٦) من كلية التربية بجامعة سكاريا التركية، وتوصلت الدراسة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين(ذكور/اناث) في التعاطف الذاتي ، والكفاءة الذاتية ، والتحكم في الاعتقاد بالتعلم ، وكذلك توجد علاقة ارتباطية بين التعاطف الذاتي والكفاءة الذاتية والتحكم في الاعتقاد بالتعلم .(Iskender, 2009: PP 711-720)

ثانياً : الدراسات التي تناولت متغير الكفاءة الاجتماعية

١- **دراسة حسين (٢٠٢٠):** هدفت الدراسة إلى التعرف على توسيع الذات ، والكفاءة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة ، والتعرف على العلاقة الارتباطية بين توسيع الذات والكفاءة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة ، والتعرف على الفرق في العلاقة الارتباطية بين توسيع الذات والكفاءة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة وبحسب متغيري الجنس (ذكور/اناث) والتخصص (علمي /إنساني) ، ومدى اسهام الكفاءة الاجتماعية في توسيع الذات لدى طلبة الجامعة وبحسب متغيري الجنس (ذكور/اناث) والتخصص (علمي /إنساني)، وقام الباحث في استعمال مقياس توسيع الذات ، ومقياس الكفاءة الاجتماعية، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالبٍ وطالبةٍ من جامعة ديالى، وتوصلت الدراسة إلى أن طلبة الجامعة لديهم توسيع للذات ولديهم الكفاءة الاجتماعية ، وتوجد علاقة ارتباطية بين توسيع الذات والكفاءة الاجتماعية، ولا توجد فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة الارتباطية بين توسيع الذات والكفاءة الاجتماعية حسب متغيري الجنس (ذكور/اناث) وتوجد فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة الارتباطية بين توسيع الذات والكفاءة الاجتماعية حسب متغيري التخصص (علمي/إنساني) لدى طلبة الجامعة ولصالح التخصص الإنساني،

ويسهم متغير الكفاءة الاجتماعية والتخصص بمتغير توسيع الذات (حسين ، ٢٠٢٠).

٢-**دراسة مقدم (Moghadam, 2016):** هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التفكير النقدي والكفاءة الاجتماعية، وأستعمل الباحث مقياس التفكير النقدي ، ومقياس الكفاءة الاجتماعية، وتكونت عينة الدراسة من (١٨١) طالباً وطالبةً (٩٠ أنثى و ٩١ ذكراً) من قسم علم النفس بجامعة آزاد الإسلامية في أيران، وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين التفكير النقدي والكفاءة الاجتماعية لدى عينة افراد البحث (Moghadam, 2016 : PP 2096-2103) .

منهج البحث وإجراءاته

منهج البحث: أعتمد الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي في البحث الحالي، كون المنهج ملائم لطبيعة أهداف البحث .

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 وطالبة ، بواقع (١٦٣١٤) طالباً و(٢٨٢١٧) طالبةً، وبواقع (١٤٦٤٢) طالباً وطالبةً من التخصص الإنساني، و(٢٩٨٨٩)طالباً وطالبةً من التخصص العلمي وموزعين على (٢١) كليةً، (٥) كليات ذات الاختصاص الإنساني ، و(١٦) كلية ذات الاختصاص العلمي .

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) طالبٍ وطالبةٍ 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، تم اختيار الطريقة الطبقية العشوائية ذات التوزيع المتساوي، والجدول رقم(١) يوضح ذلك.

الجدول رقم(١)

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						

أداتا البحث : لغرض تحقق أهداف البحث الحالي كان لا بد من توفر أداتين الاولى لقياس التعاطف الذاتي، والثانية لقياس الكفاءة الاجتماعية، وبعد الأخذ برأي الخبراء والمختصين في الإرشاد النفسي وعلم النفس أستقر الرأي على ضرورة بناء مقياسي (التعاطف الذاتي والكفاءة الاجتماعية) ولذلك لعدم توفر مقاييس محلية أو عربية أو اجنبية حديثة(على حد علم الباحث) يتناسب مع طبيعة العينة وأهداف البحث ، وكذلك لغرض الحصول على المقاييس الحديثة تتناسب مع الوضع الحالي ، ومن أجل بناء المقياسين أتبع الباحثان الخطوات الآتية :-

أ : مقياس التعاطف الذاتي Self-compassion :-

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 الباحثان 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.

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

٢ـــ تحديد مجالات: تم تحديد الابعاد الرئيسية لمقياس التعاطف الذاتي ، وذلك من خلال ابعاد نظرية نيف (Neff,2003) والتي تم فيه تحديد العناصر الرئيسية الثلاثة للتعاطف الذاتي متداخلة مع بعضها البعض كبناء متعدد الابعاد، وقد صاغ الباحث(٢٣) فقرةً موزعةً على ثلاثة مجالات هي : أ- اللطف بالذات مقابل الحكم على الذات. ب- الانسانية العامة مقابل العزلة. جـــ - اليقظة العقلية مقابل التوحد المفرط .

٣. صياغة الفقرات: بعد تحديد المجالات الثلاثة وتعريفاتها للمقياس ، وبعد أن استزاد الباحثان معرفةً باطلاعهما على الأدب البحثي المختص بمتغير التعاطف الذاتي وبعض الدراسات والمقاييس مثل(مقياس نيف Neff,2003) و(مقياس الضبع ٢٠١٣) و(مقياس العصافرة ٢٠١٨)، صاغ الباحث(٢٣) فقرة 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.

٤ـــ صلاحية فقرات المقياس: لغرض التعرف على مدى صلاحية فقرات مقياس التعاطف الذاتي وتعليماته وبدائله، عرض الباحث الاداة بصورتها الاولية والبالغ عدد فقراتها(٢٣) فقرةً الموزعةً 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 ، اذ أعتمد الباحث إيجاد قيمة (كاي^{2}) والنسبة المئوية (٨٠%) فأكثر لقبول الفقرة أو حذفها، اذ تم قبول (٢٠) فقرةً من خلال آراء المحكمين الموافقين واعتبارها فقرات صالحة، والأخذ بآراء المحكمين في حذف (٣) فقرات وهي(٤)،(١٧)،(٢٣) ، وتعديل بعضها .

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 ، حيث 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) ذكور، 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 المقياس عليهم 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) دقيقة ، بمتوسط قدره (١٢) دقيقةً .

٦ ـــ **التحليل الإحصائي للفقرات :** وأن 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 اختيارهم 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 ومن اجل الابقاء على الفقرات المميزة وبأسلوبين هم كالاتي:-

أ : **تمييز الفقرات بأسلوب المجموعتين المتطرفتين :-** قام الباحثان بتصحيح كل استمارة وإعطاء كل فقرة درجة وبحسب نوعها(ايجابي/سلبي)، وإيجاد 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، حيث 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) استمارة 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(٢) يوضح ذلك .

الجدول رقم(٢)

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

القيمة التائية الجدولية بدرجة حرية (٢١٤) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) تساوي (١,٩٦)

وبهذا اصبح عدد فقرات المقياس التعاطف الذاتي (١٩) فقرة بعد حذف الفقرة رقم (٧).

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 تجانس 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) استمارةٍ ، 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 (٣) يوضح ذلك.

الجدول (٣)

معاملات ارتباط فقرات مقياس التعاطف الذاتي بالدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة (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			

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

أـــــ **طريقة الاختبار وإعادة الاختبار:** طبق الباحث مقياس التعاطف الذاتي إلكتروني 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 : لإيجاد الثبات وفق هذه الطريقة تم اخضاع استمارات عينة التحليل الاحصائي البالغ عددها (٤٠٠) استمارةٍ من اجل معرفة الثبات باستعمال معادلة (الفا كرونباخ)، اذ 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) .

ب : مقياس الكفاءة الاجتماعية Social competence :-

استكمالاً لتحقق اهداف البحث الحالي ولغرض قياس الكفاءة الاجتماعية لدى طلبة جامعة البصرة ، تطلبت الحاجة الى بناء مقياس لذلك عمد الباحث الى الخطوات التالية :

١-تحديد مفهوم: تتطلب عملية بناء مقياس الكفاءة الاجتماعية 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 العناصر الاربعة لـــ فلنر(Felner,1990)، وتعريفهُ حول مفهوم الكفاءة الاجتماعية، الذي عرفها بأنها(قدرات الفرد ومهاراته الشخصية والتي يتم تطويرها ضمن علاقة الفرد بالآخرين وما يمتلكه من استعدادات وإمكانيات ذاتية)Felner , et al,1990 : p151))، وعدهُ منطلقاً نظرياً في بناء المقياس .

٢ـــ تحديد مجالات: تم تحديد الابعاد الرئيسية لمقياس التعاطف الذاتي، وذلك من خلال ابعاد نظرية العناصر الاربعة لـــ فلنر (Felner,1990)والتي تم فيه تحديد العناصر الرئيسية الاربعة للكفاءة الاجتماعية متداخلة مع بعضها البعض كبناء متعدد الابعاد ، وقد صاغ الباحث (٢٩) فقرةً موزعةً على أربعة مجالات للمقياس هي: أ- المهارات والقدرات المعرفية. ب - المهارات السلوكية جـــ - المهارات العاطفية. د- التراكيب الدافعية والتوقعات للفرد.

٣. صياغة الفقرات: بعد تحديد المجالات الاربعة وتعريفاتها للمقياس ، وبعد أن استزاد الباحث معرفةً باطلاعه على الأدب البحثي المختص بمتغير الكفاءة الاجتماعية وبعض الدراسات والمقاييس مثل (مقياس(Felner, 1990) و(مقياس كوسه٢٠١١) و(مقياس منشد٢٠١٧)، صاغ الباحث(٢٩) فقرة للمقياس بصورته الاولية مع الآخذ بنظر الاعتبار الأغراض التي يستعمل المقياس من أجلها وخصائص المجتمع الذي سوف يطبق عليه المقياس، موزعة على أربع مجالات للمجال الاول(٧) فقرات وللمجال الثاني (٧) فقرات وللمجال الثالث (٨) فقرات، وللمجال الرابع(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:** لغرض التعرف على مدى صلاحية فقرات مقياس الكفاءة الاجتماعية وتعليماته وبدائله ، عرض الباحث الاداة بصورتها الاولية والبالغ عدد فقراتها (٢٩) فقرةٍ الموزعة على اربعة 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 ، اذ أعتمد الباحث إيجاد قيمة (كاي^{2}) والنسبة المئوية (٨٠%) فأكثر لقبول الفقرة أو حذفها، حيث تم قبول (٢٥) فقرةً من خلال آراء المحكمين الموافقين واعتبارها فقرات صالحة ، والأخذ بآراء المحكمين في حذف (٤) فقرات وهي(٦)،(٨)،(١٧)،(٢٤)، وتعديل بعضها.

٥ـــ **التطبيق الاستطلاعي:**-لغرض التحقق من وضوح الفقرات وتعليمات مقياس الكفاءة الاجتماعية بصيغته الاولية وفهم المستجيبين لها ، والكشف عن الفقرات غير الواضحة ، 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 الباحثان المقياس على عينة عشوائية وبلغ عدد أفرادها (٥٠) طالباً وطالبةً من جامعة البصرة ومن كلا التخصصين الإنساني والعلمي(وهي نفس العينة التي طُبق عليها مقياس التعاطف الذاتي) ، وقد تبين للباحث أن فقرات المقياس وتعليماته وبدائله كانت واضحة ومفهومة لأفراد العينة ، أما الوقت المستغرق للإجابة على فقرات المقياس كانت ما بين (١٢-١٦) دقيقة بمتوسط قدره (١٤) دقيقةً .

٦ ـــ **التحليل الإحصائي للفقرات:** ، قام الباحثان 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) ، حيث 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 الباحثان على اجراء تحليل لفقرات المقياس الكفاءة الاجتماعية من اجل الابقاء على الفقرات المميزة وبأسلوبين هم كالاتي:-

أ : **تمييز الفقرات بأسلوب المجموعتين المتطرفتين** :- قام الباحثان 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) استمارة 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، حيث 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 (١٠) في مجال الثاني لم تكن مميزة ، والجدول رقم(٤) يوضح ذلك .

الجدول رقم(٤)

القوة التمييزية لفقرات مقياس الكفاءة الاجتماعية 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	٤,١٠١	١,٠٧٥	٣,٠٩٢	١,٢٣٤	٦,٤٠٥	دالة
٢	٤,٢٤٠	١,٠٣١	٣,٣٨٨	١,٣٠٣	٥,٣٢٨	دالة
٣	٤,٦٥٧	٠,٧٣٨	٣,٣٧٠	١,١٥٦	٩,٧٤٦	دالة
٤	٤,٤٨١	٠,٨٦٩	٣,١٣٨	١,٢٧١	٩,٠٥٨	دالة
٥	٤,٤٨١	٠,٧٠٣	٣,٢٨٧	١,١٠٢	٩,٤٩٠	دالة
٦	٤,٠٥٥	١,١٩٨	٢,٦٩٤	١,١٧٩	٨,٤١٢	دالة
٧	٤,٦٧٥	٠,٦٢٣	٣,٢٨٧	١,٠٥٠	١١,٨١٢	دالة
٨	٤,٧٥٠	٠,٥٨٢	٣,٤٥٣	١,٢٠٢	١٠,٠٨٣	دالة
٩	٤,٢٣١	١,٠٩٨	٢,٨٧٩	١,٢٠٥	٨,٦١٣	دالة
١٠	٣,٣١٤	١,٣٥٧	٣,٠٥٥	١,١٧٤	١,٥٠١	غير دالة
١١	٤,٥٩٢	٠,٨٢٠	٣,٤٩٠	١,١٢٣	٨,٢٣١	دالة
١٢	٤,١٥٧	١,١٠٣	٢,٩٧٢	١,١٦٣	٧,٦٨٠	دالة
١٣	٤,٩٩٠	٠,٠٩٦	٤,١٠١	٠,٨٤٢	١٠,٨٩٩	دالة
١٤	٤,٤٢٥	٠,٩٣٩	٣,٣٠٥	١,٣٠٧	٧,٢٣٢	دالة
١٥	٤,٩٠٧	٠,٣٤٩	٣,٧٥٠	٠,٩٨٧	١١,٤٨٧	دالة

١٦	٤,٩٣٥	٠,٢٨٢	٤,٢٠٣	٠,٨٠٦	٨,٩٠٠	دالة
١٧	٤,٨٤٢	٠,٤٣٥	٣,٨٤٢	٠,٩٦٨	٩,٧٨٧	دالة
١٨	٤,٣٣٣	٠,٩٢٧	٣,١٨٥	١,٠٥١	٨,٥١١	دالة
١٩	٤,٤٠٧	٠,٩٤٧	٣,٣٠٥	١,١٧٩	٧,٥٦٧	دالة
٢٠	٤,٦٠١	٠,٦٩٦	٣,٤٧٢	٠,٩٦١	٩,٨٨٩	دالة
٢١	٣,٥٣٧	١,٣٦٣	٢,٨٧٩	١,٤٤٥	٣,٤٣٩	دالة
٢٢	٤,٤٥٣	٠,٩٣١	٣,١٢٤	١,١١٦	٩,٥٣٠	دالة
٢٣	٤,٦٩٤	٠,٧٧٨	٣,٥٩٢	١,١٢٧	٨,٣٥٥	دالة
٢٤	٤,٤٢٥	٠,٩٧٨	٣,٢٧٧	١,٣٢٤	٧,٢٤٧	دالة
٢٥	٤,٩٤٤	٠,٢٣٠	٤,٤٢٥	١,٠٢٤	٥,١٣٠	دالة

القيمة التائية الجدولية بدرجة حرية (٢١٤) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) تساوي (١,٩٦)

ب – **أرتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:**– استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لاستخراج معامل الارتباط بين درجات كل فقرة من فقرات المقياس بالدرجة الكلية لـــ (٤٠٠) استمارةٍ ، 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(٥) يوضح ذلك.

الجدول رقم(٥)

معاملات ارتباط فقرات مقياس الكفاءة الاجتماعية بالدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة ٠,٠٥	رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة ٠,٠٥
١	٠,٣٨٣	دالة	١٣	٠,٤١١	دالة
٢	٠,٢٤٦	دالة	١٤	٠,٥٧٣	دالة
٣	٠,٤٧٦	دالة	١٥	٠,٤٨٨	دالة
٤	٠,٤٨٧	دالة	١٦	٠,٤٨٨	دالة
٥	٠,٤٩٧	دالة	١٧	٠,٤٦٧	دالة
٦	٠,٤٢٢	دالة	١٨	٠,٤٣٥	دالة
٧	٠,٥٦٠	دالة	١٩	٠,٥٠٢	دالة
٨	٠,٥٤٤	دالة	٢٠	٠,١٤٦	دالة

٩	٠,٣٤٥	دالة	٢١	٠,٤٢٨	دالة
١٠	٠,٤٩٨	دالة	٢٢	٠,٤٢٤	دالة
١١	٠,٤٠٢	دالة	٢٣	٠,٣١٠	دالة
١٢	٠,٥٠٢	دالة	٢٤	٠,٢٩١	دالة

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: لحساب الثبات بهذه الطريقة طبق الباحث مقياس الكفاءة الاجتماعية إلكتروني على عينة الثبات البالغة (٥٠) طالباً وطالبةً، وأُعيد تطبيقهُ مرة اخرى بعد مرور (١٥) يوماً على نفس العينة، ولحساب الثبات استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون بين درجات افراد العينة للتطبيقين الاول والثاني ، فقد بلغ معامل الثبات (الاستقرار الخارجي) بهذه الطريقة (٠,٩٤) ، وقد عُدت هذه القيمة مؤشراً جيداً على استقرار استجابات الافراد على مقياس الكفاءة الاجتماعية عبر الزمن وتعد هذه القيمة مقبولة ويمكن الركون اليها (السيد ، ١٩٧٩ : ٥١٩) .

ب ـــــ طريقة معادلة الفا كرونباخ: ولإيجاد الثبات وفق هذه الطريقة خضعت استمارات عينة التحليل الاحصائي البالغ عددها (٤٠٠) استمارةٍ من اجل معرفة الثبات باستعمال معادلة (الفا كرونباخ) ، اذ بلغ قيمة معامل الثبات لمقياس الكفاءة الاجتماعية (٠,٧٧) ، وهو يعد معامل ثبات جيد ويمكن الركون اليه وهذا مما يدل على اتساق الفقرات وتجانسها(Nunnally, 1978:p 214) .

عرض النتائج وتفسيرها

الهدف الاول: التعرف على 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) 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 فرقاً ذو دلالة معنوية هناك بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الفرضي للمقياس ولصالح المتوسط الحسابي للعينة، والجدول رقم(٥) يوضح.

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

الجدول رقم(٥)

الاختبار التائي لعينة واحدة لأختبار دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الفرضي

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة ٠,٠٥
				المحسوبة	الجدولية		
٤٠٠	٦٧,٣٧٧	٩,١٥٢	٥٧	٢٢,٧٥٦	١,٩٦	٣٩٩	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 (العزاوي،٢٠١٤) .

الهدف الثاني : التعرف على الكفاءة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة: لتحقق هذا الهدف طُبق مقياس الكفاءة الاجتماعية على عينة البحث الاساسية البالغ عددها(٤٠٠) طالبٍ وطالبةٍ، وبعد التحليل الاحصائي للبيانات بينت النتائج أن المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد العينة على مقياس الكفاءة الاجتماعية بلغ(٨٨,٧٥٢) وبانحراف معياري(١١,٧٠٧)، أما المتوسط الفرضي فقد بلغ(٧٢) ، ولاختبار معنوية الفرق بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الفرضي للمقياس، أستعمل الباحث الاختبار التائي (T.Test) لعينة واحدة، واظهرت نتائج الاختبار أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (٢٨,٦٣٥) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦)عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٩) ، أي أن فرقاً ذو دلالة معنوية هناك بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الفرضي للمقياس ولصالح المتوسط الحسابي للعينة ، والجدول رقم(٧) يوضح ذلك

الجدول رقم(٧)

الاختبار التائي لعينة واحدة لأختبار دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الفرضي

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة ٠,٠٥
				المحسوبة	الجدولية		
٤٠٠	٨٨,٧٥٢	١١,٧٠٧	٧٢	٢٨,٦٣٥	١,٩٦	٣٩٩	دالة

وتُشير هذه النتيجة الى أن طلبة الجامعة يتمتعون بالكفاءة الاجتماعية ، ويُمكن تفسير ذلك على وفق نظرية العناصر الاربعة لـــ فيلنر(Felner,1990) والتي تُشير الى أن الطلبة الذين لديهم كفاءة اجتماعية يتمتعون بمهارات عديدة منها (المهارات الشخصية، والمهارات الاجتماعية ، والمهارات الاتصال ، والمهارات الاستجابة التفاعلية ، والمهارات الاستقبال)، والتي هي بدورها ساهمت وساعدت في تكوين القدرة والمعرفة والتكيف لديهم في المواقف والظروف الاجتماعية، وعلى أثر ذلك امتازوا بتفاعل كبير مع الاخرين وتمتع بكفاءة عالية، حيث نجد هؤلاء لهم دور بارز وايجابي في أن يفكروا في كيفية حل مشكلاتهم ولديهم القدرة والمرونة في تعامل مع اقرانهم، بحيث يستطيعوا أن يوظفوا كل الامكانيات المتاحة امامهم وما لديهم في مساعدة ذواتهم والآخرين ومعايشة الظروف والمواقف الاكثر صعوبة (Felner ,et al ,1990:pp156-260)، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (حسين ،٢٠٢٠).

الهدف الثالث: التعرف على العلاقة الارتباطية بين التعاطف الذاتي والكفاءة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة.

لتحقق هذا الهدف استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون(Person Correlation) لإيجاد العلاقة بين متغيري البحث، أذ اشارت المعالجة الاحصائية الى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التعاطف الذاتي والكفاءة الاجتماعية، أذ بلغ معامل ارتباط بيرسون بين المتغيرين(٠,٥٣٠) ، ولاختبار معنوية هذا الارتباط أستعمل الباحث الاختبار التائي (T.Test)، أذ بينت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة البالغة(١٢,٤٦٠) اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة(١,٩٦) عند مستوى دلالة(٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٩) ، ما يُشير الى وجود علاقة ارتباطية دالة معنوياً بين التعاطف الذاتي والكفاءة الاجتماعية لدى أفراد عينة البحث ، والجدول رقم(٨) يوضح ذلك .

الجدول رقم(٨)

قيمة معامل الارتباط بين التعاطف الذاتي والكفاءة الاجتماعية

عدد افراد العينة	قيمة معامل الارتباط	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة ٠,٠٥
			المحسوبة	الجدولية	
٤٠٠	٠,٥٣٠	٣٩٩	١٢,٤٦٠	١,٩٦	دالة

ومن النتيجة اعلاه نلاحظ أن هنالك علاقة ارتباطية طردية بين التعاطف الذاتي والكفاءة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، ويمكن تفسير ذلك بأن طلبة الجامعة الذين يتمتعون بالتعاطف مع ذواتهم تكون لديهم الكفاءة الاجتماعية جيدة داخل المجتمع الذي يعيشون فيه، ولا سيما أن الطلبة الذين يتعاملون مع ذواتهم ومشاعرهم بطريقة إيجابية ويتعاطفون معها ومع الاخرين بلطف ويستطيعون إقامة علاقات ناجحة معهم ، يستمدون طاقتهم من الكفاءة الاجتماعية، وهؤلاء يكونوا اكثر قدرة على مواجهة المواقف الاجتماعية والمشاركة في الانشطة والفعاليات ويمتازوا أيضاً بمهارات عالية في مواجهة الضغوطات، عكس الافراد منخفضي التعاطف الذاتي والكفاءة الاجتماعية، وذلك من شأنه أن يساعدهم بشكل كبير في نمو التعاطف الذاتي لديهم والكفاءة الاجتماعية .

الاستنتاجات: من خلال عرض نتائج البحث الحالي وتفسيرها توصل الباحثان الى الاستنتاجات التالية: ١- أن طلبة الجامعة يتمتعون بمستوى جيد ومقبول من التعاطف الذاتي، وذلك لما يتمتعون به من رحمة ورأفة في معاملة ذواتهم عندما يمرون بضغوطات نفسية.٢- أن طلبة الجامعة يتميزون بمستوى جيد ومقبول من الكفاءة الاجتماعية، وهذا مؤشر جيد يدل على أن الطلبة لديهم وعي بالذات ومهارات في حل المشكلات ومواكبة التطور الحاصل في المجتمع.٣- يعد التعاطف الذاتي والكفاءة الاجتماعية مكونيين نفسيين يكمل احدهما الاخر في تكوين علاقة ايجابية جيدة للأفراد من اجل التعامل مع المواقف المختلفة. **التوصيات**: بناءً على نتائج البحث الحالي يوصي الباحثان بالآتي: على الجهات المسؤولة في وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ورئاسة الجامعة والمراكز الارشادية والمنظمات الإنسانية إقامة الدورات والندوات التثقيفية في الجامعة التي من شأنها أن تُشجع وتُعزز لدى الطلبة التعاطف الذاتي والكفاءة الاجتماعية.

المقترحات: استكمالاً للجوانب ذات العلاقة بهذا البحث فإن الباحث يتقدم بالمقترح الآتي: إجراء دراسة بعنوان التعاطف الذاتي وعلاقته بالكفاءة الاجتماعية على عينات مختلفة أخرى مثل (طلبة المدارس ، تدريسيي الجامعة ، مرشدين ، مدرسين ، معلمين ، مدراء المدارس) .

المصادر والمراجع:

- الأسدي ، سعيد جاسم وفارس ، سندس عزيز . (٢٠١٥) . **مناهج البحث العلمي في العلوم الاجتماعية والادارية والفنون الجميلة** . الطبعة الاولى . عمان/الاردن . دار الواضح للنشر .
- الجبوري ، نور محمد حسين . (٢٠٢٠) . الكفاءة الاجتماعية عند طلبة الجامعة . بحث مستل من اطروحة دكتوراه . ديالى/العراق .كلية التربية للعلوم الانسانية. جامعة ديالى. **مجلة ديالى** .العدد(٨٥).
- حبيب ، مجدي . (٢٠٠٣) . **أختبار الكفاءة الاجتماعية** . الطبعة الثانية . القاهرة/مصر . دار النهضة المصرية .
- حسين ، عمار محمد . (٢٠٢٠) . **توسيع الذات وعلاقته بالكفاءة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة** . رسالة ماجستير غير منشورة . ديالى/العراق . كلية التربية للعلوم الانسانية . جامعة ديالى .
- السيد ، فؤاد البهي . (١٩٧٩) . **علم النفس الاحصائي وقياس العقل البشري** . القاهرة/مصر . دار الفكر العربي .
- الشناوي ، محمد محروس . (١٩٩٤) . **نظريات الارشاد والعلاج النفسي** . الطبعة الاولى . القاهرة/مصر . دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
- العزاوي ، شمم عبدالرحمن . (٢٠١٤) . **العطف على الذات وعلاقته بالقلق من المستقبل لدى طلبة الجامعة** . رسالة ماجستير غير منشورة . بغداد/العراق . كلية التربية . الجامعة المستنصرية .

- القمش ، مصطفى نوري مصطفى . (٢٠٠٦) . الفروق في مركز التحكم وتقدير الذات بين صعوبات التعلم والعاديين من تلاميذ المرحلة الابتدائية . عمان/الاردن . **مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس** . المجلد (٤) . العدد (١) .
- 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.
- Baer, R. A. (2010). Self-compassion as a mechanism of change in mindfulness-and acceptance-based treatments. **Assessing mindfulness and acceptance processes in clients. Illuminating the theory and practice of change**. United States of America. New Harbinger Publications .
- Barnard, L. K., & Curry, J. F. (2011). Self-compassion. Conceptualizations, correlates, & interventions . North Carolina\USA. **Review of general psychology.** Vol(15). No(4).
- Bloch , J.(2018).**Self-compassion Social Connectedness and interpersonal competence**. Missoula\ MT. Thesis for the degree of Master of Arts in Clinical Psychology. University of Montana**.**
- Chiselli, E.E, (1981) **Theory of pychoiogical measurement**. New York\USA. MC Graw . Hill company.
- Felner, B. (2002). **Social Confidence in Interpersonal Situation** . New York\USA. McGraw. Hill press.
- Felner, R. D., Lease, A. M., & Phillips, R. S. C. (1990). Social competence and the language of adequacy as a subject matter for psychology. Aquadripartite tri-level framework. **The development of social competence in adolescenc 3**. California\ USA.
- Iskender, M. (2009). The relationship between self-compassion, self-efficacy, and control belief about learning in Turkish university students. Sakarya\Turkish Social Behavior and Personality. **an international journal.** Vol(37). No(5).
- Leary, M.R.(2007). Motivational and emotional aspects of the self. North Carolina / USA. **Annu. Rev. Psychology.** Vol (58) .
- Moghadam, H. E. (2016) . The relationship between Critical Thinking and social competence. Tehran\ Iran. **International Journal of Humanities and Cultural Studies (IJHCS) ISSN 2356-5926.** Vol(1).No(1).
- 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).

العدد ١ – المجلد ٤٧ – آذار لسنة ٢٠٢٢

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية

- 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).
- Nunnally , J .C. (1978) . **Psychometric theory** . New York\USA. Mc Graw Hill.
- Sarason, B. R., Sarason, I. G., Hacker, T. A., & Basham, R. B. (1985). Concomitants of social support. Social skills, physical attractiveness, and gender. Queensland\ Australia. **Journal of personality and social Psychology.**Vol (49). No(2).

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