No 4A العدد4A
2026 آب Aug 2026
مجلة ساوة للدراسات الانسانية
Sawah Journal of Humanities
E-ISSN 3106 - 8324 P-ISSN 3106 - 8316
مجلة محكمة تصدر عن
جامعة ساوة الاهلية

الذات العلائقية وعلاقتها بالامتنان الوجودي لدى المرشدين التربويين

م.د نور مكي حميد الحسناوي
جامعة كربلاء – كلية التربية للعلوم الانسانية – قسم العلوم التربوية والنفسية
noor.Makki@uokerbala.edu.iq

المستخلص

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الذات العلائقية والامتنان الوجودي لدى المرشدين التربويين، وتحديد مستوى كل من المتغيرين لدى عينة الدراسة. وتُعنى الذات العلائقية بذلك الجانب من هوية الفرد الذي يتشكل بدلالة علاقاته الوثيقة مع الآخرين المقربين، بحيث تصبح هذه العلاقات جزءًا بنيويًا من مفهومه عن نفسه لا مجرد إطار خارجي يحيط به. أما الامتنان الوجودي فيُعنى بقدرة الفرد على استحضار مشاعر الشكر والتقدير للحياة في خضم الظروف الصعبة والمعاناة تحديدًا، لا في غيابها، بوصفه موقفًا وجوديًا عميقًا يتمايز عن الامتنان العادي العابر.واعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) مرشد ومرشدة تربوية اختيروا بالطريقة العشوائية. ولتحقيق أهداف الدراسة، بنى الباحث مقياسًا للذات العلائقية استنادًا إلى نظرية التشكل الذاتي العلائقي لـ (Cross 2017)، تكوّن بصورته النهائية من (٢٠) فقرة، كما تبنّى مقياس الامتنان الوجودي المستند إلى نظرية (Wong 2019)، وتكوّن من (٩) فقرات، بعد التحقق من صدق وثبات الأداتين. وأظهرت النتائج أن أفراد العينة يتمتعون بمستوى مرتفع من الذات العلائقية، إذ بلغ الوسط الحسابي (٧٤.٠٧٠٠) بانحراف معياري (١٢.٠٩٣٢١)، وهو أعلى دلاليًا من الوسط الفرضي (٦٠). كما أظهرت النتائج ارتفاع مستوى الامتنان الوجودي لديهم، إذ بلغ الوسط الحسابي (٢٩.٨٩٢٥) بانحراف معياري (٥.٠٦٧٠٦)، وهو أعلى دلاليًا من الوسط الفرضي (٢٧). كما كشفت نتائج معامل ارتباط بيرسون عن علاقة موجبة ودالة إحصائيًا بين المتغيرين، بلغت (٠.٢٨٩) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، مما يشير إلى أن ارتفاع إحساس المرشد بذاته العلائقية يرتبط بارتفاع قدرته على الامتنان الوجودي وسط ضغوط مهنته.

الكلمات المفتاحية: الذات العلائقية، الامتنان الوجودي، المرشدون التربويون.

The Relational Self and Its Relationship to Existential Gratitude among Educational Counselors

L.D Noor Makki Hamid Al-Hassanawi

Abstract

The current study aimed to identify the correlational relationship between the relational self and existential gratitude among educational counselors, and to determine the level of each variable within the study sample. The relational self refers to that aspect of an individual's identity that is shaped by their close relationships with others, such that these relationships become a structural part of one's self-concept rather than merely an external framework surrounding it. Existential gratitude, on the other hand, refers to an individual's capacity to evoke feelings of thankfulness and appreciation for life specifically amid difficult circumstances and suffering, rather than in their absence, representing a profound existential attitude that is distinct from ordinary, transient gratitude.The study adopted the descriptive correlational method, and the sample consisted of (400) male and female educational counselors selected randomly. To achieve the study's objectives, the researcher constructed a Relational Self Scale based on Cross's (2017) Relational-Interdependent Self-Construal Theory, which in its final form

consisted of (20) items, and adopted the Existential Gratitude Scale based on Wong's (2019) theory, consisting of (9) items, after verifying the validity and reliability of both instruments.The results showed that the sample members exhibited a high level of relational self, with a mean score of (74.0700) and a standard deviation of (12.09321), which was statistically significantly higher than the hypothetical mean of (60). The results also showed a high level of existential gratitude, with a mean score of (29.8925) and a standard deviation of (5.06706), significantly higher than the hypothetical mean of (27). Pearson correlation results revealed a statistically significant positive relationship between the two variables ($r = 0.289$, $p < 0.05$), indicating that a counselor's stronger sense of relational self is associated with a greater capacity for existential gratitude amid professional pressures.The study recommended designing counseling programs to enhance both of these psychological resources among educational counselors
Keywords: Relational Self, Existential Gratitude, Educational Counselo

الفصل الاول: التعريف بالبحث

مشكلة البحث

يشغل المرشد التربوي موقعًا محوريًا وشديد الحساسية داخل المنظومة التعليمية، إذ يُطالَب يوميًا بحمل الأعباء الانفعالية لطلبته، والتوسط بين متطلبات الإدارة وحاجات الأسرة وضغوط المنهج، وهو ما يجعل مهنته من أكثر المهن "العلائقية" استنزافًا للطاقة النفسية. فبينما يتوجه معظم الأدب النفسي التقليدي إلى دراسة الذات بوصفها كيانًا مستقلًا ومنفصلًا (Individualized Self)، يشير التوجه العلائقي الحديث إلى أن هوية الفرد ولغته وطريقة فهمه للعالم إنما تتشكل أساسًا من خلال شبكة علاقاته المتبادلة مع الآخرين، لا من معزل عنها (Herring, 2019). وقد تعزز هذا الطرح بأدلة قياسية حديثة ميّزت الهوية العلائقية كبُعد مستقل قابل للقياس ضمن نماذج الهوية المتعددة الأبعاد، وهو ما يفتح الباب أمام دراسة الذات العلائقية لدى فئات مهنية شديدة الاحتكاك الإنساني كالمرشدين التربويين تحديدًا.وفي الجانب المقابل، برز في أدبيات علم النفس الإيجابي من الموجة الثانية (PP 2.0) مفهوم "الامتنان الوجودي" بوصفه بنية شعورية متمايزة عن الامتنان العام (Dispositional Gratitude)، حيث يُعنى الامتنان الوجودي تحديدًا بقدرة الفرد على استشعار الشكر والمعنى في خضم الظروف الصعبة والمعاناة لا في غيابها (Jans-Beken & Wong, 2019). وقد أثبتت الدراسة الأصلية أن هذا النوع من الامتنان يرتبط بالسلامة الروحية ارتباطًا لا يظهر بالقدر ذاته مع الامتنان العام، وهو ما يدعم فرضية تمايزه عنه بوصفه بنية مستقلة (Jans-Beken & Wong, 2019)، الأمر الذي رشّح المقياس لاحقًا للتكييف في ثقافات مغايرة كالثقافة التركية حيث أكدت نتائج التحليل العاملي التوكيدي بنيته أحادية البُعد على عينة غير غربية (Öztürk & Işık, 2022).

ورغم تنامي الاهتمام العالمي بدراسة الامتنان كمورد نفسي واقٍ من الاحتراق الوظيفي لدى العاملين في الحقل التربوي، وارتباطه سلبًا بالاحتراق النفسي وإسهامه في تعزيز الرفاه المهني (Zheng et al., 2024)، إلا أن أثره الخاص على رفاهية المربين ضمن سياق العمل التربوي ما زال مجالًا غير مكتمل الاستكشاف (Zheng et al., 2024). كما تؤكد دراسات حديثة أن المرشدين المدرسيين يواجهون مستويات مرتفعة من الاحتراق النفسي تستدعي البحث عن موارد شخصية وقائية تعزز فاعليتهم الذاتية المهنية (Niles et al., 2024).

وعلى الرغم من هذا الزخم البحثي المنفصل حول كل من الذات العلائقية من جهة، والامتنان الوجودي من جهة أخرى، يلحظ الباحث ندرة واضحة في الدراسات العربية عمومًا، والعراقية خصوصًا، التي تتناول

العلاقة التكاملية بين هذين المتغيرين لدى المرشدين التربويين تحديدًا، بوصفهم فئة تجمع بين الانخراط العلائقي المكثف والتعرض المستمر للضغوط الوجودية في بيئة العمل. ومن هنا تتبلور مشكلة الدراسة الحالية في التساؤل الرئيس الآتي:هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الذات العلائقية والامتنان الوجودي لدى المرشدين التربويين؟

ويتفرع عن هذا التساؤل الرئيس الأسئلة الفرعية الآتية:

ما مستوى الذات العلائقية لدى عينة المرشدين التربويين؟

ما مستوى الامتنان الوجودي لدى عينة المرشدين التربويين؟

اهمية البحث : تكتسب الدراسة الحالية أهميتها من محاولتها الجمع بين متغيرين لم يُعتادَا الظهور معًا في الأدب النفسي العربي: الذات العلائقية بوصفها بنية هوياتية تنبثق من شبكة العلاقات لا من استقلالية الفرد المنعزلة، والامتنان الوجودي بوصفه موردًا انفعاليًا يظهر أثره تحديدًا في لحظات الشدة لا في غيابها. وتتضح أهمية هذا الربط أكثر حين يُستحضر واقع المرشد التربوي بوصفه فاعلًا مهنيًا يعمل في قلب شبكة علائقية مركّبة (الطالب، الأسرة، الهيئة التدريسية، الإدارة)، وهو ما يجعل استكشاف كيفية تفاعل ذاته العلائقية مع قدرته على استخلاص المعنى والامتنان من ضغوط عمله اليومية مسألة ذات قيمة معرفية ومهنية في آنٍ واحد. وتنقسم أهمية الدراسة إلى شقين رئيسين: أهمية نظرية وأهمية تطبيقية.

أولًا: الأهمية النظرية : تسهم الدراسة في إثراء الأدب النفسي العربي بمتغيرين حديثين نسبيًا لم يحظيا بالقدر الكافي من الدراسة المحلية، إذ ما تزال أغلب الأدبيات المتعلقة بالذات تنطلق من النموذج الفردي المستقل للذات، في حين يقدّم النموذج العلائقي فهمًا بديلًا يرى أن الهوية والمعنى واللغة تتشكل أساسًا من خلال العلاقات المتبادلة بين الفرد والآخرين (Herring, 2019). وتتقاطع هذه الرؤية مع الأصول النظرية لنظرية العلاقة الثقافية في الإرشاد (Relational-Cultural Theory)، التي تفترض أن الإنسان ينمو عبر الاتصال لا عبر الانفصال، وأن العزلة النفسية والثقافية تُعد مصدرًا رئيسًا للمعاناة الإنسانية (Jordan, 2018).

تدعم الدراسة التمايز النظري بين الامتنان الوجودي والامتنان العام (Dispositional Gratitude)، فبينما يُعنى الامتنان العام بالاستجابة الشاكرة في الظروف الاعتيادية، يُعنى الامتنان الوجودي بالقدرة على استحضار الشكر والمعنى وسط الشدائد والمعاناة تحديدًا، وهي بنية أثبتت الدراسات ارتباطها المتمايز بالسلامة الروحية (Jans-Beken & Wong, 2019). وقد تعزز هذا التمايز بأدلة قياسية عبر ثقافية أكدت ثبات البنية العاملية للمقياس خارج سياقه الأصلي (Öztürk & Işık, 2022)، وهو ما يفتح المجال أمام اختبار هذا التمايز في بيئة ثقافية عربية لم تُختبر فيها هذه البنية من قبل.

تسد الدراسة فجوة معرفية أشارت إليها أدبيات حديثة مفادها أن الطرح العلمي حول الامتنان ما زال يركّز غالبًا على قياس فاعليته دون تأصيله ضمن نماذج نظرية إرشادية متكاملة، مما يُضعف تماسك توظيفه العملي داخل الأطر النظرية للإرشاد النفسي (Prabawa et al., 2025). وتحاول الدراسة الحالية معالجة هذه الفجوة من خلال ربط الامتنان الوجودي بإطار نظري علائقي واضح المعالم.

ثانيًا: الأهمية التطبيقية

توفر الدراسة أداة تشخيصية يمكن أن يستند إليها المشرفون التربويون والقائمون على برامج التأهيل المهني لتحديد مستوى الذات العلائقية والامتنان الوجودي لدى المرشدين التربويين، تمهيدًا لتصميم برامج تدريبية وإرشادية موجهة لتعزيز هذين البُعدين.

تسهم نتائج الدراسة في توجيه مصممي البرامج الوقائية نحو تضمين أنشطة قائمة على الامتنان (كالتدوين اليومي للامتنان أو جلسات "زيارة الامتنان") ضمن برامج الدعم النفسي للمرشدين، خصوصًا أن مراجعات تحليلية حديثة أثبتت فاعلية هذا النوع من التدخلات في خفض أعراض القلق والاكتئاب وتحسين الرفاه النفسي لدى فئات مهنية متعددة (Cregg & Cheavens, 2021). كما تدعم دراسات ميدانية حديثة توظيف الامتنان

بوصفه موردًا وقائيًا يرتبط سلبًا بالاحتراق النفسي وإيجابًا بالرفاه المهني لدى العاملين في الحقل التربوي (Zheng et al., 2024).

تفتح النتائج بابًا عمليًا أمام تدريب المرشدين التربويين على تبني منظور علائقي في فهم ذواتهم ومهنتهم، بما يعزز شعورهم بالاتصال المهني بدلًا من الاستنزاف الانفرادي، وهو ما ينسجم مع توصيات نظرية العلاقة الثقافية بضرورة تصميم بيئات عمل "معزِّزة للنمو" قائمة على الاتصال لا الانعزال (Jordan, 2018).

تمنح الدراسة صانعي القرار في وزارات التربية والمؤسسات الأكاديمية مؤشرات إحصائية ميدانية يمكن البناء عليها عند تصميم السياسات الخاصة بالدعم النفسي للمرشدين التربويين، ولا سيما أن دراسات ميدانية حديثة أكدت أن مستويات الاحتراق المرتفعة بين المرشدين المدرسيين تستدعي موارد شخصية وقائية تُبنى عليها برامج التدخل المهني (Niles et al., 2024).

اهداف البحث: يهدف البحث الحالي الى التعرف على:

١. الذات العلائقية لـــدى المرشدين التربويين.

٢. الامتنان الوجودي لـــدى المرشدين التربويين.

٣. العلاقة الارتباطية بين الذات العلائقية و الامتنان الوجودي لـــدى المرشدين التربويين.

حدود البحث: يقتصر البحث الحالي على المرشدين التربويين للعام الدراسي(٢٠٢٣/٢٠٢٤) المديرية العامة لتربية محافظة كربلاء المقدسة .

تحديد المصطلحات:

أولاً: الذات العلائقية

يُعرِّف (Cross,2017): بأنها الميل إلى التفكير في الذات بدلالة العلاقات الوثيقة مع الآخرين المقربين، بحيث تصبح هذه العلاقات جزءًا من بنية المفهوم الذاتي للفرد لا مجرد إطار خارجي يحيط به (كما ورد في Park et al., 2017).

التعريف الإجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المرشد التربوي على مقياس الذات العلائقية المُعَدّ لأغراض هذا البحث.

ثانياً: الامتنان الوجودي

يُعرِّف (Wong،٢٠١٩) : بأنه النزعة إلى الشكر في الأوقات العصيبة تحديدًا، بوصفه بنية شعورية مستقلة تمامًا عن الامتنان العام، وترتبط بالسلامة الروحية للفرد دون أن يرتبط بها الامتنان العام بالقدر ذاته (Jans-Beken & Wong, 2019)

التعريف الإجرائي:الدرجة الكلية التي يحصل عليها المرشد التربوي على مقياس الامتنان الوجودي المُعَدّ لأغراض هذا البحث.

الفصل الثاني: اطار نظري ودراسات سابقة

اولا : الذات العلائقية (Relational Self) : تمثل الذات العلائقية أحد أهم التحولات النظرية في فهم الهوية الإنسانية خلال العقود الأخيرة، إذ تنقل مركز الثقل من النظرة التقليدية التي تعتبر الذات كيانًا ثابتًا ومنعزلًا يُعرَّف بسماته الداخلية المستقرة، إلى نظرة دينامية ترى أن جزءًا جوهريًا من هوية الفرد يتشكل ويُعاد تشكيله باستمرار من خلال علاقاته الوثيقة مع الآخرين. ووفق هذا المنظور، فإن الفرد لا "يمتلك" علاقات فحسب، بل إن هذه العلاقات تصبح جزءًا بنيويًا من مفهومه عن نفسه، بحيث يستحضر صورًا وذكريات وأدوارًا مرتبطة بأشخاص محددين (كالوالد أو الصديق المقرب أو الزميل) حين يُسأل عن هويته (Park, Norasakkunkit, & Kashima, 2017).

وتتجلى أهمية هذا المفهوم بوضوح في المهن ذات الطابع الإنساني المكثف كالإرشاد النفسي والتربوي، إذ يعمل المرشد ضمن شبكة علائقية معقدة تشمل الطالب والأسرة والزملاء والإدارة، بحيث تصبح جودة هذه الروابط وطريقة إدراك الفرد لذاته داخلها عاملًا محوريًا في توازنه النفسي وفاعليته المهنية. كما تفترض الأدبيات المعاصرة أن الذات العلائقية ليست بُعدًا هامشيًا في الشخصية، بل بُعد جوهري يتفاعل مع مستويين

آخرين للذات هما الذات الفردية المستقلة والذات الجمعية، بحيث يختلف الأفراد فيما بينهم في درجة اعتماد كل منهم على هذا المستوى العلائقي في بناء صورته عن نفسه وتفسيره لسلوك الآخرين تجاهه (Park et al., 2017).

نظرية(Cross,2017) : تنطلق نظرية التشكل الذاتي العلائقي من فرضية جوهرية مفادها أن الإنسان لا يملك نمطًا واحدًا ثابتًا لفهم ذاته، بل يمتلك أنماطًا متعددة من "التشكل الذاتي" (Self-Construal) تتفاوت في درجة بروزها من فرد لآخر بحسب خبراته وثقافته. ووفق هذا الطرح، حين يُطلب من فرد يغلب عليه التشكل العلائقي أن يصف نفسه، فإنه لا يستدعي قائمة من الصفات الشخصية المجردة (كالذكاء أو الطموح)، بل يستدعي تلقائيًا صورًا مرتبطة بأشخاص بعينهم وبأدواره تجاههم، لأن نظام معالجته المعرفية للمعلومات المتعلقة بالذات مرتبط بنيويًا بشبكة علاقاته لا منفصلًا عنها (Park et al., 2017).

وتفترض النظرية أن هذا النمط من التشكل الذاتي لا يقتصر أثره على المستوى المعرفي فحسب، بل يمتد إلى المستوى الوجداني والسلوكي أيضًا؛ فالفرد ذو التشكل العلائقي المرتفع يميل إلى تقييم أحداث حياته وقراراته بناءً على أثرها على علاقاته المقربة أكثر من تقييمها بناءً على مصلحته الفردية المجردة، كما يميل إلى استمداد قدر أكبر من إحساسه بالقيمة الذاتية من جودة روابطه مع الآخرين. وقد ميّزت الأبحاث اللاحقة داخل هذا الإطار النظري بين شكلين متمايزين لهذا التشكل العلائقي: شكل "مرتكز على الذات" ينشغل فيه الفرد أساسًا بكيفية إدراك الآخرين له وتقييمهم إياه، وشكل "مرتكز على الآخر" ينشغل فيه الفرد بالتناغم الوجداني والتعاطف مع الطرف الآخر بصرف النظر عن الصورة التي يحملها هذا الطرف عنه؛ وقد تبين أن لهذين الشكلين أثرًا متباينًا تمامًا على الرفاه النفسي للفرد، إذ يرتبط الشكل الأول غالبًا بمستويات أدنى من تقدير الذات، بينما يرتبط الشكل الثاني بمستويات أعلى منه (Park et al., 2017).

كما تُميّز النظرية بدقة بين التشكل العلائقي والتشكل الجمعي (Collective Self-Construal)، وهو تمييز يُعد جوهريًا لفهم النظرية بشكل صحيح: فبينما يرتكز التشكل الجمعي على انتماء الفرد الرمزي إلى فئة أو جماعة واسعة (كالوطن أو المؤسسة) دون أن يستلزم ذلك علاقة انفعالية مباشرة مع كل أفرادها، يرتكز التشكل العلائقي على رابطة شخصية مباشرة وحميمة مع طرف بعينه يعرفه الفرد معرفة شخصية ويتفاعل معه فعليًا. وهذا التمييز يفسر سبب اختلاف نمط ارتباط كل من التشكلين بمتغيرات الرفاه النفسي والسلوك الاجتماعي، إذ لا يصح افتراض أن ما يصدق على أحدهما يصدق تلقائيًا على الآخر (Park et al., 2017).

وتخلص النظرية إلى أن الذات العلائقية ليست مجرد بُعد وصفي هامشي في الشخصية، بل نظام معرفي-وجداني فاعل يعيد تشكيل الطريقة التي يعالج بها الفرد المعلومات عن نفسه وعن علاقاته باستمرار، وهو ما يجعل قياسها ذا قيمة تنبؤية حقيقية بمستوى الرفاه النفسي والفاعلية المهنية لدى الفئات التي تتطلب طبيعة عملها تفاعلًا إنسانيًا مكثفًا، كالمرشدين التربويين.

ثانياً: الامتنان الوجودي (Existential Gratitude) : يمثل الامتنان الوجودي إعادة صياغة عميقة لمفهوم الامتنان التقليدي، إذ لا يُنظر إليه بوصفه استجابة انفعالية عابرة تجاه فعل جميل تلقاه الفرد من غيره، بل بوصفه موقفًا وجوديًا راسخًا يمكّن الفرد من استحضار الشكر والتقدير للحياة حتى في أحلك ظروفها. ويكتسب هذا المفهوم أهميته الخاصة من كونه لا يظهر في الظروف الميسّرة والمريحة بالقدر نفسه الذي يظهر فيه في الأزمات والفقد والمرض، إذ يفترض أن قدرة الفرد على الشكر وسط المعاناة تكشف عن عمق نفسي أكبر من مجرد الاستجابة اللطيفة للأحداث الإيجابية اليومية (Jans-Beken & Wong, 2019).

وتزداد أهمية هذا المتغير في السياقات المهنية شديدة الاستنزاف الانفعالي كالإرشاد التربوي، حيث يتعرض المرشد يوميًا لمواقف مرهقة وصعبة تتطلب منه قدرًا كبيرًا من التحمل النفسي؛ فقدرته على استحضار الامتنان الوجودي في خضم هذه الضغوط قد تمثل موردًا نفسيًا وقائيًا يحول دون انزلاقه نحو الاحتراق الوظيفي، ويحافظ في الوقت ذاته على إحساسه بمعنى عمله وقيمته رغم صعوباته.

نظرية (Wong,2019) : نشأت نظرية علم النفس الإيجابي من الموجة الثانية (PP 2.0) في الأصل بوصفها نقدًا بنّاءً لعلم النفس الإيجابي التقليدي الذي أرسى دعائمه Martin Seligman (الموجة الأولى)،

والذي ركّز بشكل شبه حصري على تعزيز الجوانب الإيجابية الخالصة من الخبرة الإنسانية كالسعادة والتفاؤل والفضائل الشخصية. ورأى Wong أن هذا التركيز الأحادي على الإيجابية يحمل في طياته إشكالية عميقة: فهو يفرض على الأفراد الذين يمرون بمعاناة حقيقية عبئًا ضمنيًا يتمثل في الشعور بالحاجة إلى أن يكونوا سعداء في وقتٍ لا يسمح لهم واقعهم بذلك، متجاهلًا بذلك حقيقة أن المعاناة والألم جزء لا يتجزأ من الوجود الإنساني ولا يمكن تجاوزهما بمجرد التركيز على الإيجابيات (Wong, 2019).

وبناءً على هذا النقد، صاغ Wong نظرية بديلة تقوم على ركيزتين متكاملتين: علم النفس الإيجابي الوجودي (Existential Positive Psychology) وعلم النفس الأصيل أو المحلي (Indigenous Psychology). وتفترض هذه النظرية افتراضًا جدليًا مركزيًا مفاده أن الرفاه النفسي المستدام لا يتحقق عبر تجنب المعاناة أو إنكارها أو محاولة تجاوزها بسرعة، بل عبر مواجهتها بشجاعة ودمجها ضمن سردية حياتية متكاملة ذات معنى؛ فالمعاناة، وفق هذا الطرح، ليست عائقًا يقف في طريق الازدهار النفسي، بل شرط جوهري من شروط تحققه. وتستعير النظرية استعارة لوحة مفاتيح البيانو للتعبير عن هذه الفكرة: فكما لا يمكن عزف موسيقى جميلة باستخدام المفاتيح البيضاء وحدها دون السوداء، لا يمكن للفرد أن يبلغ سعادة ناضجة ومستقرة دون أن يدمج تجاربه المؤلمة ضمن فهمه الكلي لحياته (Wong, 2019).

وتستمد النظرية جذورها الفلسفية من التيار الوجودي القائل بإمكانية استخلاص المعنى حتى من أقسى صور المعاناة الإنسانية، وهو ما يجعلها تتقاطع مع مبدأ "التفاؤل المأساوي" (Tragic Optimism)، أي القدرة على الحفاظ على موقف إيجابي تجاه الحياة رغم إدراك الفرد التام لواقع الألم والفقد والموت المحيط به. ومن هذا الإطار الفلسفي والنظري بالتحديد اشتُق مفهوم الامتنان الوجودي، بوصفه أحد أوضح التعبيرات الانفعالية عن قدرة الفرد على "الازدهار عبر المعاناة" لا رغمًا عنها؛ إذ تفترض النظرية أن الشكر الحقيقي لا يكشف عن عمقه الفعلي إلا حين يُمارَس وسط الألم لا في غيابه، ولذلك فإن هذا النوع من الامتنان يرتبط بالسلامة الروحية للفرد ارتباطًا واضحًا لا يظهر بالدرجة نفسها لدى الامتنان العام الذي ينشأ استجابة لأحداث الحياة الإيجابية الاعتيادية غير المرتبطة بمحنة أو صدمة (Jans-Beken & Wong, 2019).

وتخلص النظرية إلى أن تنمية القدرة على الامتنان الوجودي لدى الأفراد العاملين في المهن شديدة الضغط النفسي، كالمرشدين التربويين، لا تمثل مجرد أسلوب تكيّف إيجابي عابر، بل استثمارًا في بناء مرونة نفسية عميقة قائمة على قبول واقع الصعوبات المهنية ودمجها ضمن سردية مهنية ذات معنى، بدلًا من محاولة إنكارها أو الهروب منها.

الدراسات السابقة

١-الذات العلائقية

-دراسة (Park, Norasakkunkit, & Kashima, 2017) الذات العلائقية والرفاه النفسي لدى طلبة الجامعة في اليابان وكوريا الجنوبية : هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر الذات العلائقية بشقّيها (المرتكزة على الذات، والمرتكزة على الآخر) في الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعة، ومقارنة هذا الأثر بين الثقافة اليابانية والكورية. واعتمدت الدراسة المنهج الارتباطي المقارن، وتكونت عينة الدراسة من (٧٨) طالبًا وطالبة من جامعة كانساي اليابانية و(١٠٨) من طلبة الجامعات الكورية، وطُبقت الدراسة في اليابان وكوريا الجنوبية، واستُخدمت مجموعة من مقاييس التشكل الذاتي والرفاه النفسي وتقدير الذات. وتوصلت النتائج إلى أن الذات العلائقية المرتكزة على الآخر ارتبطت إيجابيًا بتقدير الذات والرفاه النفسي في كلتا الثقافتين، في حين ارتبطت الذات العلائقية المرتكزة على الذات سلبيًا بهما، كما ظهرت فروق دالة بين الثقافتين في درجة الذات العلائقية المرتكزة على الآخر لصالح العينة الكورية (Park, Norasakkunkit, & Kashima, 2017).

-دراسة (Cross, Gore, & Morris, 2003) التشكل الذاتي العلائقي وثبات مفهوم الذات والرفاه النفسي : هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التشكل الذاتي العلائقي وثبات مفهوم الذات عبر المواقف المختلفة، وأثر ذلك في الرفاه النفسي للفرد. واعتمدت الدراسة المنهج الارتباطي عبر ثلاث دراسات فرعية

متتابعة، وطُبقت على عينات من طلبة الجامعة في الولايات المتحدة الأمريكية، واستُخدم مقياس التشكل الذاتي-العلائقي الترابطي (RISC) إلى جانب مقاييس للثبات والأصالة والرفاه النفسي. وتوصلت النتائج إلى أن العلاقة بين ثبات مفهوم الذات والرفاه النفسي كانت أضعف لدى الأفراد ذوي التشكل العلائقي المرتفع مقارنة بذوي التشكل العلائقي المنخفض، مما يشير إلى أن معايير الاتساق الذاتي التقليدية أقل أهمية للرفاه النفسي لدى الأفراد ذوي الذات العلائقية المرتفعة (Cross, Gore, & Morris, 2003).

٢ـ تناولت الامتنان الوجودي

ـدراسة (Jans-Beken & Wong, 2019) بناء وتقنين مقياس الامتنان الوجودي (EGS) : هدفت الدراسة إلى بناء مقياس جديد للامتنان الوجودي والتحقق من خصائصه السيكومترية الأولية، بوصفه بنية متمايزة عن الامتنان العام. واعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي عبر دراستين متتاليتين (استطلاعية وتحققية)، وتكونت عينة الدراسة النهائية من (١٨٦) مشاركًا من مستخدمي منصة Amazon Mechanical Turk ومشاركين عاديين، وطُبقت الدراسة في الولايات المتحدة الأمريكية، واستُخدم مقياس الامتنان الوجودي المكوّن من (١٣) فقرة إلى جانب مقاييس الامتنان العام والسلامة الروحية وأعراض الصدمة. وتوصلت النتائج إلى صدق البنية العاملية للمقياس، وإلى ارتباط الامتنان الوجودي بالسلامة الروحية ارتباطًا لا يظهر بالقدر نفسه لدى الامتنان العام، وأن هذا الارتباط يتأثر بوجود أعراض اضطراب ما بعد الصدمة من عدمه (Jans-Beken & Wong, 2019).

ـدراسة (Öztürk & Işık, 2022) تكييف مقياس الامتنان الوجودي إلى البيئة التركية : هدفت الدراسة إلى تكييف مقياس الامتنان الوجودي إلى الثقافة التركية والتحقق من خصائصه السيكومترية ضمن هذه البيئة. واعتمدت الدراسة المنهج الوصفي التحققي، وتكونت عينة الدراسة من (٢٨٦) مشاركًا تراوحت أعمارهم بين (١٨-٥٣) سنة، منهم (٢١٢) إناثًا و(٧٤) ذكورًا، واختيرت العينة بالطريقة المتاحة، وطُبقت الدراسة في تركيا، واستُخدم مقياس الامتنان الوجودي إلى جانب مقياس الامتنان القصير (SGRAT) ومقياس الامتنان المتعالي. وتوصلت النتائج، عبر التحليل العاملي التوكيدي، إلى تأكيد البنية أحادية البُعد للمقياس الأصلي على العينة التركية بمؤشرات مطابقة جيدة، كما ظهرت ارتباطات إيجابية دالة بين الامتنان الوجودي ومقياسي الامتنان القصير والمتعالي (Öztürk & Işık, 2022).

الفصل الثالث: منهجية البحث واجراءاته

أولاً: منهجية البحث:اعتمد الباحثة في البحث الحالي على المنهج الوصفي الارتباطي، وإنَّ هذا المنهج ملائم لطبيعة البحث واهدافه، لأنه يساعد على تقديم صورة مستقبلية في ضوء المؤشرات الحالية.

ثانياً: مجتمع البحث: ويشتمل مجتمع البحث الحالي المرشدين التربويين في المديرية العامة لتربية محافظة كربلاء المقدسة ، وللعام الدراسي (٢٠٢٣_٢٠٢٤) البالغ عددهم (٦٩٤) بواقع (٣١٧) مرشد تربوي و (٣٧٧) مرشدة تربوية .

ثالثاً: عينة التطبيق الاساسية:تعرف العينة على إنها جزء من المجتمع تتم دراسة الظاهرة عليه عن طريق المعلومات عن هذه العينة لأجل تعميم النتائج على المجتمع (النجار، ٢٠١٠: ١٤٩).

تم اختيار عينة البحث من المجتمع المذكور بالطريقة الطبقية العشوائية ذات التوزيع المتناسب ، بنسبة (٥٧.٦%) من مجتمع البحث اذ بلغ عدد افراد عينة البحث (٤٠٠) مرشد ومرشدة فبلغ عدد الذكور (١٨٣) مرشد والاناث(٢١٧) مرشدة، (٤٠٠) عينة التطبيق النهائي وذلك بسبب صغر حجم المجتمع .

أدوات البحث

الاداة الاولى ـ مقياس الذات العلائقية : بعد اطلاع الباحثة على الدراسات والادبيات ذات الصلة، استوجب بناء مقياس مناسب وقد اتبعت الباحثة الإجراءات الاتية:

١/ تحديد المفهوم : أشتقت الباحثة مفهوم الذات العلائقية من نظرية (Cross,2017) المعتمد في البحث الحالي ويُعرِّف (Cross,2017): بأنها الميل إلى التفكير في الذات بدلالة العلاقات الوثيقة مع الآخرين

No 4A العدد4A
2026 آب Aug 2026
مجلة ساوة للدراسات الانسانية
Sawah Journal of Humanities
E-ISSN 3106 - 8324 P-ISSN 3106 - 8316
مجلة محكمة تصدر عن جامعة ساوة الاهلية

المقربين، بحيث تصبح هذه العلاقات جزءًا من بنية المفهوم الذاتي للفرد لا مجرد إطار خارجي يحيط به (كما ورد في Park et al., 2017).

٢/ لم تحدد نظرية(Cross,2017) مجالات للذات العلائقية وأنما حدد المنظر درجة كلية للمفهوم.

٣/ اعتمدت الباحثة في صياغة فقرات المقياس على التعريف النظري للذات العلائقية لـ (Cross,2017) وكذلك اعتماد نموذجه، مع مراعاة ملاءمة الفقرات لخصائص عينة الدراسة المتمثلة المرشدين التربويين، مع مراعاة المبادئ الآتية عند صياغة الفقرات:

١- ارتباط الفقرة المباشر بالسمة النفسية المستهدفة.
٢- وضوح الصياغة، وأن تتضمن فكرة واحدة فقط.
٣- صياغة الفقرات بشكل يثير انتباه المستجيب ويدفعه للإجابة بصدق.
٤- تجنّب الألفاظ المطلقة مثل "دائمًا" و"أبدًا".
٥- الاعتماد على الصياغة الإيجابية قدر الإمكان (مجيد، ٢٠١٠).

❖ **وصف المقياس** تكون مقياس الذات العلائقية بصيغته الاولية من (٢٣) فقرة بتدرج بدائل خماسية وتصحيح (**أوافق بشدة = ٥) ، (موافق = ٤) ، (محايد = ٣) ، (غير موافق = ٢) ، (غير موافق بشدة = ١)** مع الفقرات التي تكون باتجاه المفهوم وينعكس تدرج البدائل الخماسية اذا كانت الفقرات عكس المفهوم.

❖ **صلاحية فقرات مقياس الذات العلائقية** تُعد صلاحية الفقرات من الجوانب الأساسية في بناء الأدوات السيكومترية، وتشير إلى مدى ملاءمة الفقرات لقياس البعد الذي وضعت من أجله، ووفقًا لما أشار إليه (Ebel, 1972)، فإن من أكثر الأساليب الأولية مناسبة لتقدير صلاحية الفقرات هو عرضها على عدد من المحكمين المتخصصين، ليقوموا بتحكيمها من حيث مدى اتساقها مع المفهوم النظري المستهدف (Ebel, 1972). واعتمدت الباحثة مربع كاي للمقارنة بين استجابة الموافقين وغير الموافقين من المحكمين، وجدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1): اراء المحكمين في بيان مدى صلاحية فقرات مقياس الذات العلائقية

المقاس	تسلسل الفقرات	الموافقون	المعارضون	قيمة مربع كاي المحسوبة	قيمة مربع كاي الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	النتيجة
الذات العلائقية	١،٢،٣،٤،٥،٦،٧،١٠،١١،١٢،١٣،١٤،١٥،١٦	٢٥	٠	٢٥	٣.٨٤	١	٠.٠٥	دالة
	٨،٩،١٧،١٨،٢٢،٢٣	٢٣	٢	١٧.٦٤	٣.٨٤	١	٠.٠٥	دالة
	١٩،٢٠،٢١	٢١	٤	١١.٥٦	٣.٨٤	١	٠.٠٥	دالة

أشارت نتيجة الجدول اعلاه الى الموافقة على جميع فقرات مقياس الذات العلائقية وذلك لان قيمة مربع كاي المحسوبة اكبر من قيمة مربع كاي الجدولية البالغة (٣.٨٤) عند درجة حريه (١) ومستوى دلالة (٠.٠٥).

التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الذات العلائقية : تُعد عملية التحليل الإحصائي لفقرات المقياس خطو أساسية في التحقق من الخصائص السيكومترية للأداة، وتهدف إلى تحديد مدى ملاءمة الفقرات لقياس البنا المستهدف، وذلك من خلال الاحتفاظ بالفقرات التي تتسم بالكفاءة السيكومترية، واستبعاد تلك التي تُظهر ضعفا في التمييز أو عدم انسجام مع بقية الفقرات (Ghiselli et al, 1981) واعتمدت الباحثة في تحديد حجم العينة اللازمة لتحليل الفقرات على ما أشارت إليه (Anastasi& Urbina,1997)، اذ اوصت ان تكون عينة التحليل الاحصائي مكونة من (٤٠٠)

اتبعت الباحثة طريقتين لإجراء عملية التحليل، هما "أسلوب المقارنة الطرفية، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية".

مجلة محكمة تصدر عن جامعة ساوة الاهلية
مجلة ساوة للدراسات الانسانية
Sawah Journal of Humanities
E-ISSN 3106 - 8324 P-ISSN 3106 - 8316
العدد4A 4A No
Aug 2026 آب 2026

1-القوة التمييزية باسلوب (المجموعتين الطرفيتين) وقد اتّبعت الباحثة الخطوات الآتية لاستخراج القوة التمييزية لمقياس الذات العلائقية:

١- تطبيق المقياس على عينة التحليل الاحصائي المكونة من (٤٠٠) مرشد ومرشدة

٢- تصحيح الاستمارات واستخراج الدرجة الكلية لمقياس الذات العلائقية.

٣- ترتيب الاستمارات تصاعديًا وفقًا للدرجات الكلية، ثم تحديد نسبة (٢٧%) من أعلى وأدنى الدرجات، أي اختيار (١٠٨) استمارة تمثل المجموعة العليا و(١٠٨) أخرى تمثل المجموعة الدنيا، ليكون إجمالي عدد أفراد المجموعتين المتطرفتين (العليا والدنيا) (٢١٦).

٤- حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل من المجموعتين، ثم اختبار دلالة الفروق بين المتوسطين باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، بهدف تحديد ما إذا كانت الفقرة تميز بشكل دال إحصائيًا بين الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة والمنخفضة ، وتمثل القيمة التائية المحسوبة مؤشر القوة التمييزية للفقرة ، والجدول (2) يوضح القوة التمييزية لمقياس الذات العلائقية.

جدول (2): القوة التمييزية لمقياس الذات العلائقية

تسلسل الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	4.3519	1.05294	2.8426	1.37509	9.056	دالة
٢	3.9444	1.28858	2.3056	1.22633	9.575	دالة
٣	4.3611	1.00892	2.9167	1.29791	9.131	دالة
٤	4.7315	0.74390	3.2315	1.42479	9.699	دالة
٥	4.3148	1.11614	3.2870	1.44074	5.861	دالة
٦	4.6574	0.67203	3.4537	1.31408	8.475	دالة
٧	4.4074	1.00501	3.0926	1.36400	8.065	دالة
٨	4.1111	1.22538	2.9074	1.35713	6.841	دالة
٩	3.9630	1.33903	2.8519	1.50894	5.724	دالة
١٠	4.8056	0.66217	3.6389	1.43037	7.692	دالة
١١	4.6111	0.72128	2.8148	1.27630	12.734	دالة
١٢	4.2593	1.09690	2.4074	1.31161	11.256	دالة
١٣	4.4907	0.87001	2.9815	1.33942	9.820	دالة
١٤	4.4907	0.79125	2.5000	1.21132	14.299	دالة
١٥	4.5370	0.95140	2.8981	1.26742	10.747	دالة
١٦	4.6759	0.81835	3.0463	1.40350	10.424	دالة
١٧	4.2037	1.27345	2.5556	1.34882	9.234	دالة
١٨	4.8519	0.44961	3.6667	1.28979	9.017	دالة
١٩	4.5648	0.80039	3.3241	1.33135	8.300	دالة
٢٠	3.6204	1.55712	2.7870	1.31881	4.244	دالة
٢١	3.8519	1.35215	3.4352	1.40940	2.217	دالة
٢٢	3.9630	1.23747	2.6204	1.33057	7.679	دالة
23	4.6389	0.71641	2.8241	1.31012	12.631	دالة

القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) بمستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢١٤).واستناداً الى هذا الاجراء فأن

No 4A العدد4A
2026 آب Aug 2026
مجلة ساوة للدراسات الانسانية
Sawah Journal of Humanities
E-ISSN 3106 - 8324 P-ISSN 3106 - 8316
مجلة محكمة تصدر عن جامعة ساوة الاهلية

جميع فقرات مقياس الذات العلائقية مميزة ، وذلك لأن القيم التائية المحسوبة للفقرات أكبر من القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢١٤).

١- علاقة ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (التجانس الداخلي) يُعد هذا الإجراء مكملاً للقوة التمييزية، وذلك من خلال حساب العلاقة الارتباطية بين درجات الفقرات والدرجة الكلية للمقياس، فكلما كان الارتباط عالياً بين درجة الفقرة والدرجة الكلية كلما زاد من احتمال الحصول على فقرات أكثر تجانساً في قياس ما وضعت من أجل قياسه، أي ان كل فقرة تسير في المسار نفسه الذي يسير فيه المقياس كلياً (العيسوي، 1985).

ولتحقيق هذا النوع من الصدق، استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية له، استنادًا لعينّة التحليل الإحصائي البالغة (٤٠٠) مرشد ومرشدة. وكانت معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس تتراوح بين (0.581-0.٢٦٥)، وان قيم معامل الارتباط للفقرات اعلى من القيمة الجدولية الحرجة البالغة (0.098)، عند مستوى دلالة (0.05)، ودرجة حرية (٣٩٨)، وجدول (3) يوضح هذه العلاقة.

جدول (3): معاملات ارتباط فقرات مقياس الذات العلائقية بالدرجة الكلية للمقياس

ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
1	٠.432	13	٠.505
2	٠.479	14	٠.571
3	٠.412	15	٠.509
4	٠.505	16	٠.546
5	٠.٢٨٤	17	٠.459
6	٠.366	18	٠.540
7	٠.422	19	٠.466
8	٠.394	20	٠.361
9	٠.٢٦٥	21	0.302
10	٠.432	22	٠.393
11	٠.581	23	٠.544
12	٠.498		

❖ **الخصائص السيكومترية لمقياس الذات العلائقية :**يعد من الضروري التحقق من بعض الخصائص القياسية للمقياس (علام، ١٩٨٦)، ويعد الصدق والثبات من أهم الخصائص السيكومترية إذ تعتمد عليها دقة المعلومات التي توفرها المقاييس (عبد الرحمن،١٩٩٨) ، وبهذا تم التحقق من هذه الخصائص بإستخراج بعض من مؤشرات الصدق والثبات للمقياس.

اولاً: الصدق (Validity) :ويقصد بالصدق " قدرة اداة القياس (الاختبار أو المقياس) على قياس ما وضعت من أجله "(Kaplan & Saccuzzo, 2005)، إذ يعد الصدق من الخصائص المهمة في الاختبارات والمقاييس النفسية ومن أجل ان يوصف المقياس بأنه صادق لابد من توافر بعض المؤشرات التي تشير اليه وكلما زادت المؤشرات زادت الثقة به (Anastasi&Urbina,1997)، وسيتم التحقق من مؤشرات الصدق على النحو الآتي:

أ- **الصدق الظاهري (Face Validity) :**يمثل هذا النوع من الصدق الفحص الأولي لفقرات المقياس، إذ يعد إجراء مناسب للمقياس وعبره يتم التعرف على ان الفقرات مناسبة ما وضعت لإجله، أو ان الفقرات على صلة بالمتغير الذي يقاس وان المضمون منسجم مع الغرض الذي وضع من أجله (Freeman,1962). إذ يقوم مجموعة من المتخصصين من مدى وضوح الفقرات ومدى علاقتها بالسمة المقاسة، ومدى انسجامها مع

المجتمع الذي صمم من اجله المقياس (عبد الرحمن،١٩٩٨). وقد تم التحقق من هذا النوع من الصدق عند عرض مقياس الذات العلائقية على مجموعة من المحكمين كما في جدول (١).

ب - صدق البناء (Construct Validity): يعد صدق البناء مفهوماً جوهرياً صحيحاً إذ يمكن اللجوء اليه عندما نتعامل مع مفاهيم سيكولوجية مجردة ، فنحن لا نعلم ما يقيسه المقياس من خلال محك خارجي بل من خلال تعريف الافتراضات النظرية (Bechtoldt,1951)، إذ يهتم هذا النوع من الصدق عما إذا كان المقياس يقيس افترضات نظرية تشير إلى سمات وخصائص نفسية لا يمكن مشاهدتها وانما يمكن الاستدلال عليها، وقد تم التحقق من هذا النوع من الصدق من خلال المؤشرات الاتية:

- القوة التمييزية بأسلوب المجموعتين الطرفيتين، كما هو موضح في جدول رقم (٢)
- علاقة ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، كما هو موضح في جدول رقم (٣)

ثانياً: الثبات (Reliability): يُشير مفهوم الثبات في القياس النفسي إلى الاتساق الداخلي للأداة واستقرار نتائجها عبر الزمن (Kline, 1993)، ولأغراض التحقق من ثبات مقياس الذات العلائقية، وقد تم استخراج مؤشرات الثبات باستخدام طريقتين شائعتين في القياس السيكومتري:

أولًا: طريقة ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha): تعتمد هذه الطريقة على فحص الاتساق الداخلي بين فقرات المقياس، من خلال قياس مدى اتساق استجابات الأفراد على الفقرات المختلفة، ويُستند فيها إلى الانحراف المعياري العام للمقياس بالإضافة إلى الانحراف المعياري لكل فقرة، ما يسمح بتقدير معامل الثبات على أساس أن كل فقرة تمثل مقياسًا مستقلًا (Thorndike & Hagen, 1989; Brown, 1976)

وقد تم احتساب معاملات الثبات لمقياس الذات العلائقية باستخدام هذه الطريقة، والبالغ (0.807)، ويعد معيار الثبات اكبر من (٠.٧٠) مقبول (Gliem& Gliem, 2003).

❖ **الصيغة النهائية لمقياس الذات العلائقية :**بعد التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس بما في ذلك الصدق والثبات، أصبح مقياس الذات العلائقية بالصورة النهائية من (٢٠) فقرة، ويتم الاستجابة عليه من قبل المستجيبين وفق مدرج ليكرت الخماسي، وبذلك تكون أعلى درجة للمقياس (١٠٠) وأقل درجة (٢٠) .

الاداة الثانية مقياس الامتنان الوجودي: بعد اطلاع الباحثة على الكثير من المصادر، تبنت مقياس (Wong،٢٠١٩) الذي تم تعريبه من (عبد اللطيف ومحمود، ٢٠١٩) وللأسباب الآتية:

١- وضوح البناء المفاهيمي: تناولت النظرية مفهوم الامتنان الوجودي بوصفه تصوراً داخلياً للفرد عن نفسه كشخص أخلاقي

٢- ارتكازها على أسس نظرية قوية: مما يعزز تفسير كيفية تأثير الامتنان الوجودي على السلوك

٣- ثبات وصدق المقياس: أظهر المقياس مستويات مرتفعة من الثبات والصدق في دراسات متعددة، ما يجعله أداة مناسبة للبحث العلمي

❖ إمكانية التكييف الثقافي: تم استخدام المقياس في سياقات ثقافية متنوعة ، مما يدل على صلاحيته للاستخدام خارج البيئة الأصلية

❖ **وصف المقياس :** تكونت الصورة الاصلية للمقياس من (٩) فقرات، وتم أخذ رأي الخبراء ، تم تعديل سلم البدائل من تساعي إلى خماسي، لتسهيل عملية الإجابة على أفراد العينة، وتفادي التشويش الناتج عن كثرة الخيارات بما يضمن وضوح المعاني ودقة الاستجابة واعتماد تدرج البدائل الخماسية والتصحيح ذاتها (اكثر منه بكثير = ٥)، (اكثر منه = ٤)، (مثله بالضبط = ٣)، (اقل منه = ٢)، (اقل منه بكثير = ١).

❖ **صلاحية فقرات مقياس الامتنان الوجودي :**قامت الباحثة بعرض فقرات مقياس الامتنان الوجودي على مجموعة من المحكمين المتخصصين في علم النفس، واعتمدت الباحثة مربع كاي للمقارنة بين استجابة الموافقين وغير الموافقين من المحكمين، وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤): اراء المحكمين في بيان مدى صلاحية فقرات مقياس الامتنان الوجودي

المقياس	تسلسل الفقرات	الموافقون	المعارضون	قيمة مربع كاي المحسوبة	قيمة مربع كاي الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	النتيجة
الامتنان الوجودي	١،٢،٣،٤،٥،٨،٩	٢٥	٠	٢٥	٣.٨٤	١	٠.٠٥	دالة
	٦،٧	٢٤	١	٢١.١٦	٣.٨٤	١	٠.٠٥	دالة

أشارت نتيجة الجدول اعلاه الى الموافقة على جميع فقرات مقياس الامتنان الوجودي وذلك لان قيمة مربع كاي المحسوبة اكبر من قيمة مربع كاي الجدولية البالغة (٣.٨٤) عند درجة حريه (١) ومستوى دلالة (٠.٠٥).

التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الامتنان الوجودي : تم تحليل الفقرات أحصائيا بأستخدام طريقتين هما:

١ـ القوة التمييزية باسلوب (المجموعتين الطرفيتين)، وجدول (٥) يوضح ذلك:

جدول (٥): القوة التمييزية لمقياس الامتنان الوجودي

تسلسل الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	3.7222	0.91543	2.4722	0.74204	11.024	دالة
٢	4.1759	0.98426	2.7315	0.81581	11.742	دالة
٣	3.9444	0.92558	2.7037	0.83453	10.346	دالة
٤	4.0463	0.98003	2.7685	0.82718	10.354	دالة
٥	4.1852	0.93876	2.7407	0.80152	12.161	دالة
٦	3.8796	1.00203	2.3426	0.82215	12.324	دالة
٧	3.9815	0.90669	2.6667	0.74883	11.620	دالة
٨	4.3796	0.76997	3.0000	0.89651	12.132	دالة
٩	3.8241	1.11765	2.6296	0.89226	8.680	دالة

*القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) بمستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢١٤).

واستناداً الى هذا الاجراء فأن جميع فقرات مقياس الامتنان الوجودي مميزة، وذلك لأن القيم التائية المحسوبة للفقرات أكبر من القيم التائية الجدولية (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (٢١٤).

٢ـ علاقة ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وكما موضح في جدول(٦)

جدول (٦): معاملات ارتباط فقرات مقياس الامتنان الوجودي بالدرجة الكلية للمقياس

ت	معامل الارتباط
١	٠.526
٢	٠.556
٣	٠.579
٤	٠.509
٥	٠.603
٦	٠.576
٧	٠.593
٨	0٧.59
٩	٠.466

❖

❖ **الخصائص السيكومترية لمقياس الامتنان الوجودي**

أ - الصدق الظاهري: قد تم التحقق من هذا النوع من الصدق عند عرض المقاييس على مجموعة من المحكمين

ب - صدق البناء: قد تم التحقق من هذا النوع من الصدق من خلال المؤشرات الاتية:

- أسلوب المجموعتين الطرفيتين، كما هو موضح سابقا في جدول رقم (٥).
- علاقة ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، كما موضح في جدول (٦).

ثانياً : الثبات (Reliability)

أولًا : طريقة ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha)لقد تم احتساب معاملات الثبات لمقياس الامتنان الوجوديوقد بلغت قيمة معامل ثبات المقياس بطريقة تحليل التباين الفاكرونباخ (0.781)

ثانيًا : طريقة الاختبار- إعادة الاختبار (Test-Retest Method)تم حساب معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) بين درجات التطبيق الأول والثاني لتحديد مستوى الاستقرار الزمني للمقياس، وقد بلغت قيمة معامل ثبات المقياس بطريقة الاختبار – إعادة الاختبار (٠.٨٤٢).

❖ **الصيغة النهائية لمقياس الامتنان الوجودي** بعد التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس بما في ذلك الصدق والثبات، أصبح مقياس الامتنان الوجودي بالصورة النهائية من (٩) فقرات، ويتم الاستجابة عليه من قبل المستجيبين وفق مدرج ليكرت الخماسي، وبذلك تكون أعلى درجة للمقياس (٤٥) وأقل درجة (٩).

الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

الهدف الاول : التعرف على الذات العلائقية لدى المرشدين التربويين .ولتحقيق هذا الهدف تم ايجاد الوسط الحسابي، والانحراف المعياري للعينة البالغ عددها (٤٠٠) مرشد ومرشدة ، اذ بلغ الوسط الحسابي (74.0700) وانحراف معياري (12.09321) اما الوسط الفرضي فقد بلغ (٦٠)، ولحساب دلالة الفرق بين الوسطين تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة، وجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧): الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة الفرق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	الدلالة
٤٠٠	74.0700	12.09321	٦٠	23.269	دال

*القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) بمستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٩)

أظهرت نتائج الجدول (٧) أن الوسط الحسابي لدرجات عينة المرشدين والمرشدات على مقياس الذات العلائقية بلغ (٧٤.٠٧٠٠) بانحراف معياري (١٢.٠٩٣٢١)، وهو وسط أعلى من الوسط الفرضي البالغ (٦٠)، وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (٢٣.٢٦٩) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٩)، مما يدل على أن الفرق بين الوسطين دالٌّ إحصائيًا، وأن عينة الدراسة تتمتع بمستوى مرتفع من الذات العلائقية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء نظرية التشكل الذاتي العلائقي (Relational-Interdependent Self-Construal Theory) التي تفترض أن الأفراد يتفاوتون في درجة اعتمادهم على شبكة علاقاتهم الوثيقة في بناء صورتهم عن أنفسهم، وأن من يرتفع لديهم هذا النمط من التشكل الذاتي يستمدون جزءًا جوهريًا من إحساسهم بذواتهم من علاقاتهم المباشرة مع الآخرين المقربين، بحيث تصبح هذه العلاقات جزءًا بنيويًا من مفهومهم الذاتي لا مجرد إطار خارجي يحيط بهم (Cross، كما ورد في Park, Norasakkunkit, & Kashima, 2017). وتتسق النتيجة الحالية مع هذا الطرح النظري بشكل مباشر، إذ إن طبيعة عمل المرشد التربوي تفرض عليه انخراطًا علائقيًا مكثفًا ويوميًا مع الطلبة والأسر والزملاء، وهو ما يجعل من المتوقع

نظريًا أن يظهر أفراد هذه الفئة المهنية مستوى مرتفعًا من الذات العلائقية، بوصفها استجابة تكيفية طبيعية مع طبيعة أدوارهم القائمة أساسًا على بناء العلاقة والاتصال الإنساني المباشر.

كما تنسجم هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (Cross, Gore, & Morris, 2003) التي بيّنت أن الأفراد ذوي التشكل العلائقي المرتفع يميلون إلى معالجة المعلومات المتعلقة بذواتهم بطريقة مترابطة مع علاقاتهم القريبة، بحيث تكون معايير الاتساق الذاتي التقليدية أقل حسمًا في تحديد رفاههم النفسي مقارنة بجودة روابطهم العلائقية. كما تتوافق النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة (Park, Norasakkunkit, & Kashima, 2017) من أن الذات العلائقية، ولا سيما بُعدها "المرتكز على الآخر" القائم على التناغم الوجداني والتعاطف، ترتبط إيجابيًا بتقدير الذات والرفاه النفسي، وهو ما يعزز الافتراض بأن ارتفاع مستوى الذات العلائقية لدى عينة المرشدين قد يمثل موردًا نفسيًا إيجابيًا يدعم توازنهم الانفعالي في مواجهة أعباء مهنتهم، لا عبئًا إضافيًا عليهم.

وعليه، يمكن القول إن ارتفاع درجات أفراد العينة على مقياس الذات العلائقية يعكس، من منظور هذه النظرية، طبيعة الهوية المهنية للمرشد التربوي بوصفه فاعلًا يُدرك ذاته أساسًا من خلال شبكة علاقاته مع من يعمل معهم، لا بوصفه كيانًا منعزلًا يعمل بمعزل عن محيطه الإنساني.

الهدف الثاني : التعرف على الامتنان الوجودي لدى المرشدين التربويين.

لتحقيق هذا الهدف تم ايجاد الوسط الحسابي ، والانحراف المعياري للعينة البالغ عددها (٤٠٠) مرشد ومرشدة ، اذ بلغ الوسط الحسابي (29.8925) وانحراف معياري (5.06706) اما الوسط الفرضي فقد بلغ (٢٧)، ولحساب دلالة الفرق بين الوسطين استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة. وجدول (٨) يوضح ذللك.

جدول (٨): الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة الفرق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	الدلالة
٤٠٠	29.8925	5.06706	٢٧	11.417	دال

*القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) بمستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٩)

أظهرت نتائج الجدول (٨) أن الوسط الحسابي لدرجات عينة المرشدين التربويين على مقياس الامتنان الوجودي بلغ (٢٩.٨٩٢٥) بانحراف معياري (٥.٠٦٧٠٦)، وهو وسط أعلى من الوسط الفرضي البالغ (٢٧)، وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (١١.٤١٧) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٩)، مما يدل على أن الفرق بين الوسطين دالٌّ إحصائيًا لصالح الوسط الحسابي، وأن عينة الدراسة تتمتع بمستوى مرتفع من الامتنان الوجودي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء نظرية علم النفس الإيجابي من الموجة الثانية (PP 2.0) التي صاغها Paul T. P. Wong، والتي تفترض أن الرفاه النفسي المستدام لا يتحقق بتجنب المعاناة أو إنكارها، بل بمواجهتها بشجاعة ودمجها ضمن سردية حياتية متماسكة ذات معنى، وأن أعمق أشكال الامتنان لا تظهر استجابة لأحداث الحياة الميسّرة، بل تنشأ تحديدًا وسط الضغوط والمحن بوصفها تعبيرًا عن قدرة الفرد على "الازدهار عبر المعاناة" (Wong, 2019). وتتسق النتيجة الحالية مع هذا الطرح بشكل مباشر: فطبيعة عمل المرشد التربوي تعرّضه يوميًا لضغوط انفعالية متكررة (كحمل هموم الطلبة والتوسط بين أطراف متعددة)، ومع ذلك أظهرت النتائج أن أفراد العينة يحتفظون بمستوى مرتفع من الامتنان الوجودي رغم هذه الضغوط، وهو ما يعكس، وفق منظور Wong، قدرتهم على استخلاص المعنى والشكر من داخل تحديات مهنتهم لا بمعزل عنها.

كما تنسجم هذه النتيجة مع ما توصلت إليه الدراسة التي وضعت المفهوم ومقياسه الأصلي (Jans-Beken & Wong, 2019)، والتي أكدت أن الامتنان الوجودي بنية شعورية متمايزة عن الامتنان العام، ترتبط بالسلامة الروحية للفرد وتظهر بوضوح لدى من يواجهون ظروفًا صعبة، لا لدى من يعيشون في ظروف مريحة خالية

من الضغط. كما تتوافق النتيجة مع ما أظهرته دراسة (Öztürk & Işık, 2022) التي أكدت ثبات البنية العاملية لمقياس الامتنان الوجودي عبر بيئات ثقافية مختلفة، وارتباطه الإيجابي بمقاييس الامتنان القصير والمتعالي، وهو ما يدعم صدق ظهور هذا المستوى المرتفع لدى عينة المرشدين في البيئة العراقية أيضًا.

وعليه، يمكن القول إن ارتفاع درجات أفراد العينة على مقياس الامتنان الوجودي يعكس، من منظور نظرية PP 2.0، تمتّع المرشدين التربويين بموقف وجودي ناضج تجاه ضغوط مهنتهم، يمكّنهم من تحويل تجاربهم الصعبة إلى مصدر للمعنى والشكر بدلًا من أن تكون مصدرًا للاستنزاف النفسي الخالص.

الهدف الثالث : التعرف على العلاقة الارتباطية بين الذات العلائقية والامتنان الوجودي لدى المرشدين التربويين. لتحقيق هذا الهدف استعمل معامل ارتباط بيرسون للتعرف على العلاقة بين الذات العلائقية والامتنان الوجودي ومقارنة معامل الارتباط المستخرج بالقيمة الجدولية لمعامل ارتباط بيرسون، والجدول رقم (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩): العلاقة الارتباطية بين الذات العلائقية والامتنان الوجودي لدى المرشدين التربويين

المتغيرات		معامل الارتباط
الذات العلائقية	الامتنان الوجودي	٠.289

*القيمة الجدولية لمعامل ارتباط بيرسون (٠.٩٨) بمستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨)

أظهرت نتائج الجدول (٩) وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيًا بين الذات العلائقية والامتنان الوجودي لدى عينة المرشدين التربويين، إذ بلغ معامل ارتباط بيرسون بين المتغيرين (٠.٢٨٩)، وهي قيمة أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨)، مما يشير إلى أن ارتفاع مستوى الذات العلائقية لدى المرشد التربوي يرتبط بارتفاع مستوى امتنانه الوجودي، والعكس صحيح.

التفسير في ضوء نظرية التشكل الذاتي العلائقي (Cross، كما ورد في Park et al., 2017):

تفترض هذه النظرية أن الأفراد ذوي الذات العلائقية المرتفعة يستمدون جزءًا جوهريًا من إحساسهم بذواتهم من شبكة علاقاتهم الوثيقة مع الآخرين، بحيث تصبح هذه العلاقات جزءًا بنيويًا من مفهومهم الذاتي لا مجرد إطار خارجي يحيط بهم. ومن هذا المنطلق، يمكن تفسير الارتباط الموجب بين المتغيرين على أساس أن الفرد الذي يُدرك ذاته من خلال علاقاته يكون أكثر ميلًا إلى استحضار معاني الشكر والتقدير تجاه هذه العلاقات نفسها، إذ إن الامتنان في جوهره استجابة تتضمن الاعتراف بفضل الآخر أو بقيمة الرابطة معه؛ فكلما كانت هوية الفرد أكثر تشبعًا بالبعد العلائقي، ازداد استعداده الوجداني لتقدير هذه الروابط حتى في أوقات الشدة، وهو ما يفسر ارتباطها بالامتنان الوجودي تحديدًا لا بالامتنان العابر فحسب. وتتسق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (Park, Norasakkunkit, & Kashima, 2017) من أن الذات العلائقية "المرتكزة على الآخر" القائمة على التناغم الوجداني والتعاطف ترتبط إيجابيًا بمؤشرات الرفاه النفسي، ومع ما أظهرته دراسة (Cross, Gore, & Morris, 2003) من أن الأفراد ذوي التشكل العلائقي المرتفع يستمدون استقرارهم النفسي من جودة روابطهم لا من الاتساق الذاتي المنعزل، وهو استقرار قد يشكل أرضية داعمة لظهور امتنان أعمق حتى في الظروف الصعبة.

التفسير في ضوء نظرية علم النفس الإيجابي من الموجة الثانية (Wong, 2019):من جهة أخرى، تفترض نظرية Wong أن الامتنان الوجودي لا ينشأ بمعزل عن سياق الفرد الإنساني، بل يتشكل عبر قدرته على دمج تجاربه الصعبة ضمن سردية حياتية ذات معنى، وأن هذا الدمج غالبًا ما يتحقق عبر الاتصال بالآخرين لا بالانعزال عنهم؛ فمواجهة المعاناة والشدائد "بشجاعة"، كما تصفها النظرية، تصبح أكثر احتمالًا حين يشعر الفرد بأنه غير منعزل، بل مرتبط بشبكة من العلاقات الداعمة يستمد منها معنى ومسوغًا للاستمرار والامتنان. وبذلك فإن ارتفاع الذات العلائقية لدى المرشد التربوي يوفر له، وفق هذا الطرح، الأرضية العلائقية التي تُمكّنه من "الازدهار عبر المعاناة" اليومية لمهنته بدلًا من الانهزام أمامها، وهو ما

يفسر الارتباط الموجب بين المتغيرين. وتتفق هذه النتيجة مع ما بيّنته دراسة (Jans-Beken & Wong, 2019) من أن الامتنان الوجودي يرتبط بالسلامة الروحية للفرد، التي تُعد بدورها متأثرة بجودة العلاقات الإنسانية المحيطة به، كما تنسجم مع ما أشارت إليه دراسة (Zheng, Huang, & Yu, 2024) من أن الامتنان يرتبط إيجابيًا برفاهية المعلمين النفسية عبر جسر العلاقات الإيجابية مع من حولهم، وهو ما يعزز التفسير النظري لهذه العلاقة الارتباطية الموجبة بين الذات العلائقية والامتنان الوجودي لدى عينة الدراسة الحالية.

الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

الاستنتاجات

– يتمتع المرشدون التربويون بمستوى مرتفع من الذات العلائقية، مما يشير إلى أن هويتهم المهنية تتشكل إلى حد كبير من خلال شبكة علاقاتهم مع الطلبة والزملاء والأسر، لا من انعزالهم الذاتي عن محيطهم المهني.

– توجد علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيًا بين الذات العلائقية والامتنان الوجودي، مما يدل على أن تعزيز إحساس المرشد بذاته العلائقية قد يسهم في تنمية قدرته على استخلاص المعنى والشكر من ضغوط عمله اليومية.

التوصيات

– تصميم برامج إرشادية وتدريبية موجهة للمرشدين التربويين تركز على تعزيز الذات العلائقية والامتنان الوجودي بوصفهما موردين نفسيين وقائيين يحصّنانهم من الاحتراق الوظيفي.

– تضمين مؤشرات الذات العلائقية والامتنان الوجودي ضمن معايير التقييم النفسي الدوري للمرشدين التربويين في المؤسسات التعليمية، للكشف المبكر عن الفئات الأكثر عرضة للاستنزاف الانفعالي.

المقترحات

– إجراء دراسة مماثلة على عينات من فئات مهنية أخرى ذات طابع علائقي مكثف، كالمعلمين والأطباء النفسيين، للتحقق من مدى عمومية نتائج الدراسة الحالية.

– إجراء دراسة تتناول الذات العلائقية والامتنان الوجودي كمتغيرين وسيطين أو متنبئين في علاقتهما بمتغيرات أخرى كالاحتراق النفسي أو الرضا الوظيفي لدى المرشدين التربويين.

المصادر

- Anastasi, A., & Urbina, S. (1997). Psychological testing (7th ed.). Prentice-Hall.
- Brown, F. G. (1976). Principles of educational and psychological testing (2nd ed.). Holt,
Rinehart and Winston.
- Cregg, D. R., & Cheavens, J. S. (2021). Gratitude interventions: Effective self-help? A meta-analysis of the impact on symptoms of depression and anxiety. Journal of Happiness Studies, 22(1), 413–445. https://doi.org/10.1007/s10902-020-00236-6
- Cross, S. E., Gore, J. S., & Morris, M. L. (2003). The relation al-interdependent self-construal, self-concept consistency, and well-being. Journal of Personality and Social Psychology, 85(5), 933–944. https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.5.933
- Ebel, R. L. (1972). Essentials of educational measurement. Prentice-Hall.

- Ghiselli, E. E., Campbell, J. P., & Zedeck, S. (1981). Measurement theory for the behavioral sciences. W. H. Freeman.
- Gliem, J. A., & Gliem, R. R. (2003). Calculating, interpreting, and reporting Cronbach's alpha reliability coefficient for Likert-type scales. In Midwest Research to Practice Conference in Adult, Continuing, and Community Education (pp. 82–88).
- Herring, J. (2019). Law and the relational self. Cambridge University Press. https://doi.org/10.1017/9781108348171
- Jans-Beken, L., & Wong, P. T. P. (2019). Development and preliminary validation of the Existential Gratitude Scale (EGS). Counselling Psychology Quarterly, 34(1), 1–15. https://doi.org/10.1080/09515070.2019.1656054
- Jordan, J. V. (2018). Relational–cultural therapy (2nd ed.). American Psychological Association.
- Kaplan, R. M., & Saccuzzo, D. P. (2005). Psychological testing: Principles, applications, and issues (6th ed.). Thomson/Wadsworth.
- Kline, P. (1993). The handbook of psychological testing. Routledge.
- Niles, J. K., Dorais, S., Cashwell, C., Mullen, P. R., & Jensen, S. (2024). School counselors' burnout, hope, and self-efficacy: A sequential regression analysis. Journal of Counseling & Development, 102(4). https://doi.org/10.1002/jcad.12530
- Öztürk, F. Ö., & Işık, E. (2022). Adapting the Existential Gratitude Scale to Turkish: A measure of gratitude in painful times. Spiritual Psychology and Counseling, 7(1), 61–76. https://dergipark.org.tr/en/pub/spiritualpc/article/1086077
- Park, J., Norasakkunkit, V., & Kashima, Y. (2017). Cross-cultural comparison of self-construal and well-being between Japan and South Korea: The role of self-focused and other-focused relational selves. Frontiers in Psychology, 8, Article 1516. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01516
- Prabawa, A. F., et al. (2025). Exploring the role of gratitude in various psychological paradigms. Couns-Edu: The International Journal of Counseling and Education, 10(1). https://doi.org/10.23916/0020251054350
- Thorndike, R. L., & Hagen, E. P. (1989). Measurement and evaluation in psychology and education (5th ed.). Macmillan.
- Wong, P. T. P. (2019). Second wave positive psychology's (PP 2.0) contribution to counselling psychology. Counselling Psychology Quarterly, 32(3–4), 275–284. https://doi.org/10.1080/09515070.2019.1671320
- Zheng, X., Huang, H., & Yu, Q. (2024). The associations among gratitude, job crafting, teacher-student relationships, and teacher psychological well-being. Frontiers in Psychology, 15, Article 1329782. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1329782