

جامعة عين شمس

كلية التربية

قسم الصحة النفسية

دراسة لبعض العوامل النفسية المرتبطة بالصحة النفسية السليمة
لدى طلاب الجامعة

بحث مقدم من

نبيه إبراهيم اسماعيل

للحصول على درجة دكتوراة الفلسفة في التربية

تخصص صحة نفسية

اشراف

و

دكتور ابراهيم فشقوش
استاذ الصحة النفسية المساعد
بجامعة عين شمس

الاستاذ الدكتور عبدالسلام عبدالغفار
عميد كلية التربية واستاذ الصحة النفسية
بجامعة عين شمس

١٩٨٠

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

”هِنَا لَا تَوَاخِذْنَا اِنْ نَسِينَا اَوْ اٰخَطَاْنَا“

صَدَقَ اللّٰهُ الْمَظْلُومِ

اهداء

الى ابني الحبيب عمرو . . . الذي طالما صممت اذنى
عن طرقك يد يد على باب مكتبي بأنامله الرقيقة
قائلا : " افتح بابا . . أنا عمرو " .

شكر وتقدير

أحمد الله سبحانه وتعالى على جزيل نعمائه التي منها ، انجاز هذا البحث واتمامه ، وأسأل الله أن يمن على كل من قدم يداً بيضاء ساهمت في اخراج هذا البحث بالصحة والمافية .

هذا ؛ ويقول الباحثون أن سعادتهم تكتمل بالانتها من اتمام بحوثهم ولكنى أرى سعادتي في تلك الصحة الصادقة الصادقة ، مع أستاذي الأستاذ الدكتور عبد السلام عبدالغفار ، والدكتور ابراهيم قشقوش ، أنا في الله عليهم النعمة والبركة .

ذلك أن البحث الملمس يحتاج ضمن ما يحتاج اليه ؛ مقومات انسانية يتصف بها كل من الأستاذ والطالب ، فإذا ما وجدت ، كانت ثمار الجهد الملمس قادرة على اشباع كليهما واستفادة الآخرين منحه .

أقول هذا لأنني حقيقة - يعلم الله صدقها - سعدت بسعادة لا مثيل لها بصحبة أستاذي الجليل الدكتور عبد السلام عبدالغفار ما يقرب من سبع سنوات أكسدت ما في نفسي من قيم أخلاقية ، ومبادئ انسانية ، ودعمت سلوكي الذي ارتضيته نفسي في الحياة ، رغم مخالفتي - الى حد ما - لسلوك أبناء هذا المصير

هذا فضلاً عما تعلمته من سيادته في مجال البحث الملمس ، ما يجعلني - والحمد لله - قادراً على أن أخط طريقى معتمداً على الله وعلى نفسي في على الملمس بما يحقق لوطننا الخير والسعادة .

والحديث يدلول عن صفاته التي يتميز بها كإنسان ، فمن يشرف بالعمل معه يستطيع أن يدرك صدق عائلته ، ونبل أخلاقه ، واخلاصه في عمله وتفانيه فيه ، وأبوة الحانية ، ومآثاته الكريمة ، وسماحة نفسه ، وكرم ضيافته ، جزاء الله عنى وعن زملائى كل خير ، ومنتصه الله بالصحة والمافية .

أما الدكتور ابراهيم قشقوش الذي ساعد في الاشراف على هذا البحث لا يقل فسي سانه العلمية والذلقية عن أستاذي ولا غشرو ؛ فهو ممن تعلموا على يديه . والأرواح جنود مجندة ما تآلف منها أختلف وما تنافر منها اختلف .

فقد أسهم سيادته بكل صدق وإخلاص في معاونته في الاشراف على هذا
البحث ، ولم يألو جهدا ، أو يدخر وقتا من أجل اتمامه بهذه المسيرة
المتكاملة . بارك الله في عمره ، وزاد من قدرته على مساعدة طلاب
العلم والمعرفة .

ولقسم الصحة النفسية الشكر والتقدير ، وفي مقدمتهم أستاذ الجيوسل
الأستاذ الدكتور عبد العزيز القوس ، والأستاذة الدكتورة هدى سراد ،
والدكتور طلعت منصور لاسهامهم في بلورة هذا البحث ، ولتشجيعهم ايسار
للسير في اتمام تلك الرسالة .

هذا ولا أنسى مساعدة الأخت الدكتورة رشدي أحمد طميمه والسيدة أخته
عفاف طميمه لمعاونتهما بإرسال ماتم من دراسات وأبحاث في مجال الصحة
النفسية في الولايات المتحدة الأمريكية متمنهم الله بصفة الصدق والعطاء ،
وزادهما الله من فضله .

ولأساتذة وطلاب كلية التربية بجامعة عين شمس والمنوفية جيزيل شكسرى ،
وعميقتقد يرى لمساعدتهم في اجراء البجز التجريبي من هذا البحث .

ولكل من ساهم ممن يعطون من موظفي مركز الحساب العلمي في جامعة
عين شمس الشكر والتقدير لما بذلوه من جهد في البجز الخاص بالمعالجة
الاحصائية .

.....

(1)

الفهرس
=====

الصفحة	الموضوع	الفصل الأول
		تمهيد
٢	أ - مقدمة	
٤	ب - هدف الدراسة	
٤	ج - أهمية الدراسة	
١٠	د - مصطلحات الدراسة	
١٢	هـ - فرض الدراسة	
١٣	و - حدود الدراسة	

الفصل الثاني

الاطار النظري

١٥	أولاً : مفهوم الصحة النفسية السليمة ومظاهرها	
	ثانياً : الدراسات والبحوث السابقة :	
٢٤	أ) العلاقة بين الصحة النفسية وكل من الذكاء وعوامل التفكير الابتكاري ..	
٤٦	ب) العلاقة بين الصحة النفسية وكل من حرية الإرادة والاستقلال الذاتي ، والانفتاح على الخبرة والاحساس بالمسؤولية ..	
٦٠	ج) العلاقة بين الصحة النفسية وكل من الأمانة الانفعالية ، والاحساس بالأمن الاقتصادي ، والاستقرار العائلي ، والكفاءة الاجتماعية ..	
٧٠	د) العلاقة بين الصحة النفسية وإرادة المطء	
٧٣	هـ) العلاقة بين الصحة النفسية والاستبصار بالذات	

(ب)

الصفحة	الموضوع
	الفصل الثالث
	الطريقة والاجراءات
٧٧	أ - مقدمة
٧٧	ب - عيننة البحث
٧٢	ج - الأدوات المستخدمة
١١٤	د - الاسلوب الاحصائى
١١٥	هـ - خطوات الدراسة

١١٧ الفصل الرابع

النتائج ومناقشتهم

الفصل الخامس

	خلاصة البحث، وتطبيقاته التربوية
١٤٣	أولا (خلاصة البحث
١٤٨	ثانيا (أ - توصيات تربوية
١٥١	ب - بحوث مقترحة

مراجع البحث

١٥٤	أولا (المراجع العربية
١٦٢	ثانيا (المراجع الأجنبية

الصفحة	الملاحيق =====	الموضوع
١٧٦	(١) مقياس الصحة النفسية السليمة
١٩٢	(٢) مقياس الاحساس بالحريية
١٩٩	(٣) مقياس الاحساس بالأمن
٢٠٧	(٤) مقياس ارادة المطاء
٢١٠	(٥) مقياس الاستهوار بالذات
٢١٦	(٦) استمارة دليل تقدير المستوى الاجتماعى الاقتصادى

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXX

XXXXXX

فهرست الجداول

=====

رقم الصفحة	بـيـان	رقم الجدول
٧٨	توزيع أفراد المينة على الأقسام العلمية بكليتى التربية بجامعتى عين شمس والمنوفية .	١
٨٢	نسب الاتفاق بين المحكمين الثلاثة على أبعاد مقياس الصحة النفسية السليمة .	٢
٨٤	معاملات ارتباط أبعاد مقياس الصحة النفسية السليمة بعضها ببعض ، وكل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية له .	٣
٨٦	تشبهات أبعاد مقياس الصحة النفسية السليمة بالعامل الأول والثانى قبل التدوير .	٤
٨٨	معاملات ثبات المقاييس الفرعية داخل مقياس الصحة النفسية السليمة .	٥
٨٩	نسب الاتفاق بين المحكمين الثلاثة على المقاييس الفرعية لمقياس الاحساس بالحرية .	٦
٩٠	معاملات ارتباط المقاييس الفرعية لمقياس الاحساس بالحرية ، ومعاملات الارتباط بين كل مقياس فرعى والدرجة الكلية للمقياس .	٧
٩١	معاملات ثبات المقاييس الفرعية لمقياس الاحساس بالحرية وكذلك المقياس ككل .	٨
٩٣	معاملات الارتباط بين مقياس سلو واختبار دينسوتا متمدن الأوجه .	٩

رقم الصفحة	بمــان	رقم الجدول
٩٤	معاملات ثبات مقيا سر الطمانينة الانفعالية لماسلو ٠٠٠٠	١١
٩٦	نسب الاتفاق بين المحكمين الثلاثة على المقياس الفرعية لمقيا سر الاحسا سرما لأمن	١٢
٩٧	معاملات ارتباط المقياس الفرعية لمقيا سر الاحسا سرما لأمن ، ومسا من الارتباط بين كل مقيا سر فرعى والدرجة الكلية للمقياس	١٣
٩٧	معاملات ارتباط مقيا سر الطمانينة الانفعالية وكل مسن المقياس الفرعية لمقيا سر الاحسا سرما لأمن	١٤
٩٨	معاملات ثبات المقياس الفرعية لمقيا سر الاحسا سرما بالأمن	١٥
٩٩	نسب الاتفاق بين المحكمين الثلاثة على مقياس ارادة المــان	١٦
١٠٠	معاملات ارتباط كل بنسب من بنود مقيا سر ارادة المــان بذلك درجة الكلية للمقياس	١٧
١٠٦	معاملات الارتباط بين كل من اختياري الاستعمالات والمترتبات والتحصيل المدرسي	١٨
١٠٦	معاملات ثبات اختياري الاستعمالات والمترتبات	١٩
١٠٩	معاملات الارتباط بين مقيا سر لاستهمار بالذات والمقياس الفرعية في اختياري التوافق	٢٠
١١٢	مفروسة معاملات الارتباط بين عوامل المستوى الاجتماعي الاقتصادي	٢١
١١٤	المستويات الاجتماعية الاقتصادية ، ومــان الدرجات الخاصة بكل منهما	٢٢

رقم الصفحة	بـيـان	ترتيب الجدول
١١٩	معاملات الارتباط بين العوامل النفسية موضع الاهتمام في الدراسة قبل عزل تأثير المستوى الاجتماعي - الاقتصادي .	٢٣
١٢٠	معاملات الارتباط بين العوامل النفسية موضع الاهتمام في الدراسة بعد عزل تأثير المستوى الاجتماعي - الاقتصادي .	٢٤
١٢٢	معاملات الارتباط بين الصحة النفسية السليمة وعوامل الحرية موضع الاهتمام في الدراسة .	٢٥
١٢٧	معاملات الارتباط بين الصحة النفسية السليمة وعوامل الحرية موضع الاهتمام في الدراسة .	٢٦
١٣٤	معاملات الارتباط بين الصحة النفسية السليمة وعوامل الأمن موضع الاهتمام في الدراسة .	٢٧

الفصل الأول

تمهيد

- أ - مقدماته
- ب - هدف الدراسة
- ج - أهمية الدراسة
- د - مجالات الدراسة
- هـ - فرض الدراسة
- و - حدود الدراسة

=====

١ - مقدمته :

يتفق الناس جميعاً على أن من حق الانسان أن يعيش حياته في راحة وهدوء نفسي
عبر مختلف مراحل العمر . ولهذا يهتم الناس جميعهم على اختلاف مستوياتهم
الثقافية والاجتماعية ، والاقتصادية بصحتهم النفسية ، انطلاقاً من مسلمة موهداها
أن الاهتمام بالصحة الجسمية وحدها لا يكفي لتحقيق حياة مشبعة ، بل لابد من أن
يصحبها مستوى مناسب من الصحة النفسية السليمة . ولعل هذا بعض ما دعا عبدالستار
عبدالغفار (١٩٧٦) الى القول : " بأن حياة يحياها الفرد وهو سقيم نفسياً لا تقل
ضيقاً عن حياة يحياها هذا الفرد وهو عليل الجسم ، بل أن صحة نفسية سليمة قد تساعد
أو تهبون من قسوة الموزن المعنوي " (س٤) . ولهذا يهتم الناس بتحديد ومعرفة ما هي
الوسائل التي تكفل للفرد امكانية الوصول الى مستوى مناسب من الصحة النفسية السليمة
بحيث يتمكن الفرد مع هذا المستوى ومن خلاله من ممارسة أدواره الحياتية المتعددة بصورة
طبيعية . وينجو الناس في سعيهم لتحقيق هذه الناية مناج عدة يتفق كل منها مع
ما يسود هذه الجماعة أو تلك من عادات وتقاليد . وقد أشار الى هذا عبدالسلام عبدالغفار
(١٩٧٦) مؤكداً مدى اهتمام الناس بالصحة النفسية عندما أوضح أن الناس يهتمون
" منذ القدم بشؤونهم الصحية ، الجسمية منها والنفسية ، وأن اتخذ الاهتمام بالصحة
النفسية أو الجوانب النفس صوراً مختلفة ، وما من شك في أن بعض الامادات القديمة كاستخدام
التعائم ، والتحاويز ، اقامة حلقات الزار ، والليجوه الى من يدعون السحر ، وكتابة الاحجية
كانت محاولات من امتكن مرضاً بغير سبب عضوي للتخلص مما يكو منه " (س٣)
ويتفق العلماء والباحثون الذين يعملون في هذا المجال على أهمية الناييسنة
بالصحة النفسية ، على أساس أن الصحة النفسية السليمة للفرد تجعله أكثر قدرة
على مزاولة أعماله بحيوية ونشاط . ومن بين هؤلاء جورج كروس George Kraus
(١٩٥٢) مستشار هيئة الصحة العالمية لشؤون الصحة النفسية الذي زار مصر ووضع تقريراً
عن الصحة النفسية لطلاب الجامعات ، أشار فيه الى ضرورة العناية بالصحة النفسية لطلاب
الطلاب ، بعد أن اكتشف أنهم يمانون من العديد من المشكلات التي يمكن أن تؤدي
الى اعتلال صحتهم النفسية ، ويترتب عليها ابتعادهم عن دائرة الصحة النفسية السليمة .
(س٤٥)

وبالتالى ، فليس من المستغرب أن يهتم كثير من السالمين فى مجالات الصحة النفسية بتأكيد أهمية الدور الذى تقوم به الصحة النفسية السليمة فى حياة الانسان (عبدالمسزيز القوصى ١٩٥٢ ، محمد كامل الشولى ١٩٦٤ ، وعبدالسلام عبدالقار ١٩٦٦ و ١٩٧٦ ، محمد عثمان بخاتى ١٩٦٦ ، ومصطفى فهس ١٩٦٧ ، ومحمد فاضل الجمالى ١٩٦٧ ، وكولمان Golman ١٩٧٢ ، وعبدالرحمن عيسوى ١٩٧٢ ، وسواثيل صفاريوس ١٩٧٤ ، وهذى براءه ١٩٧٤ ، وأحمد عبدالعزيز سلامة ١٩٧٤) وغيرهم كثير من يركزون بصور مختلفة على ضرورة العناية ببناء ويعتبرونها غاية الانسان فى حياته ، وسبيل المجتمع الى البنين المتناسك ، نرالى ايضا حينها أو يترتب عليها من مناخ نفسى يشفى الأمن والهدوء للانسان .

ومن هذا المنطلق اتجه علماء النفس والمهتمون بالصحة النفسية على المستوى الدولى منذ سنوات مضت الى تكوين المنظمات العالمية ، بهدف البحث على القيام بالدراسات والبحوث العلمية ، وتشجيعها حتى يمكن الكشف عن ماهية الاسباب التى تكمن وراء الامراض النفسية ، والتوصل الى سبل معاونة الانسان فى التخلص مما قد يصيبه من هذه الامراض بحيث يستطيع الانسان أن يعيش حياة فعالة ومثمرة .

وانا فانتم دولة كالولايات المتحدة الأمريكية تستأثر بعدد كبير من الهيئات والظمات التى تسعى لتحقيق مستوى أفضل من الصحة النفسية لشعبها ، فان دول العالم النامى تهذى فى حاجة ماسة الى مثل هذا النوع من الخدمات . ويشير كولمان (١٩٧٢) فى تقرير لمنظمة الصحة العالمية الى أن شعوب الدول النامية فى أمس الحاجة الى العناية بصحتهم النفسية (٧١) .

ومما يزيد من ضرورة الاهتمام بالصحة النفسية فى الدول النامية ، ومصر من بينها - هو معرفة مدى ادراك الدول المتقدمة لأهميتها فى بناء المجتمعات ونموها . حيث بلغ اهتمام النوع الأخرى من هذه الدول حدا أصبح معه تشارك على نفسها من أية اضطرابات تحدث فى الدول الأخرى ، فحسبة أن تنتقل اليها ، على أساس أن ما يحدث من مشاكل أو توترات أو اضطرابات دولية قد تنحدر على هذه الدول أو تلك بصورة أو بأخرى .

ولذلك ، فهم يدعون الى العناية بالصحة النفسية فى مختلف دول العالم ، بهدف حماية أنفسهم من خطر الأمراض النفسية ، كى يستطيعون العيش فى حياة هادئة

مطمئنة . وقد تردد هذا المعنى لدى "كولمان" (١٩٧٢) عندما أوضح أن الاهتمام بتحقيق الصحة النفسية في دولة ما بمعدل عن باقي دول العالم يبدو أمراً بالغ الصعوبة حيث يرى هذا الباحث أن الاضطرابات النفسية وما يحدث من توترات دولية أو تفرقة عنصرية ، وما يشيع من فقر ، وما ينتشر من مشاكل مرتبطة ببعضها في دول العالم ، يؤثر على بقية الدول الأخرى بطريقة مباشرة أو غير مباشرة ويؤكد هذا الباحث على أن ما يقدم أو يبذل من جهد لتقليل الصراع الدولي ، وتحسين أوضاع البشرية يمكن أن يساهم في برامج دولتهم الخاصة بالتقدم الاجتماعي والصحة النفسية وتحقيق علم أفضل للإنسان (ص ٧٢٠) .

وإذا كان من المسلم به في الدول المتقدمة أن الصحة النفسية ذات أهمية كبيرة بالنسبة للفرد والمجتمع على حد سواء ، وإذا كان هذا التسليم يستتبعه ضرورة توافر الجهود المادية والأكاديمية في هذه الدول وتضافرها ، فإن حاجة الدول النامية لمثل هذا الاهتمام تبدو أكبر وأشد ، حيث أنها في حاجة ماسة إلى استثمار جهود وامكانيات كل أبنائها ، وهي عملية تتوقف على قدرات تتيحه هذه الدول ، أو توفره لأبنائها من علاج نفسي يمكنهم من حسن استثمار كل ما لديهم من قدرات وامكانيات ، بما يؤدي إلى رفع مستوى نظامهم في العمل ، وزيادة الإنتاج على نحو يكفل لمجتمعات هذه الدول سرعة الانتقال من الواقع الذي تعيشه إلى المستقبل الذي تتطلع إليه .

ب - هدف الدراسة :
=====

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على بعض الموامل النفسية ذات العلاقة بالصحة النفسية السديمة لدى الطلاب الجامعة .

ج - أهمية الدراسة :
=====

تكمن أهمية هذه الدراسة في أهمية الجانب الذي تتصدى لدراسة ، حيث أنها

تسعى الى تحديد عدد من العوامل النفسية ذات العلاقة بالصحة النفسية السليمة لدى طلاب الجامعة • ولا شك في أن هذا الجانب يداوى على أهمية كبيرة سواء من الناحية الأكاديمية أو التطبيقية • فمن الناحية الأكاديمية يلاحظ من يراجع الدراسات التي أجريت في مجال الصحة النفسية أن معظم هذه الدراسات قد أغفلت أهمية البحث في الجانب الايجابى من الصحة النفسية • هذا فى الوقت الذى يمكن فيه القول ان حياة اليوم بما تتضمنه من أدواره وما تنطوى عليه من عازقات مختلفة، اختلافا كبيرا عما كانت عليه فى أى وقت من الأوقات، ان يتزايد احساس المرء يوما بعد يوم بتمدد أمور الحياة وشدتها، نتيجة للتطور فى مختلف أنماط الحياة وأساليبها • الأمر الذى يترتب عليه كثرة فى عدد المشكلات التى تجمل من الانسان فريسة لها، اذا لم يستلج أن يتكيف معها •

ومما يزيد من وطأة هذا الادراك، ذلك التطور السريع الذى يعيشه انسان هذا العصر فى مختلف مظاهر حياته الاقتصادية والاجتماعية والسياسية، والتي ما يكاد الفرد يحقق منها أملا، أنه يساعده على الاحساس بنوع من الرضا وتحقيق الذات، الا ويجد نفسه أمام كم هائل من وسائل الحياة الحديثة ومطالبها، مما يستتبعه شعوره بعدم الرضا عن حياته التى يحياها • ونتيجة لهذا التطور، يلحق المرء داخل أى مجتمع من مجتمعات اليوم صراخ مستمرا، بل تلاحقا دائما، يسمى الأفراد من خلاله الى تحقيق صورة أفضل من الحياة يرضون عنها داخل مجتمعاتهم الذى يعيشون فيه وينتمون اليه •

ويترتب على هذا الصراع والتنافس الدائب من أجل تحقيق حياة يرضى عنها الفرد، مع عدم وجود الامكانيات والظروف المناسبة لتحقيق ذلك كسبب من شعور الضيق والاضطراب الذى يقلل من كفاءة الأفراد فى مجال العمل والانتاج، بل ويزيد من حدة القلق النفسى الذى يعيشه أفراد هذا العصر •

ولهذا فقد جسد العلماء والمختصون في مجال الصحة النفسية في الكشف عن الحالات المرضية وعلاجها ، والاهتمام بالموائل التي قد تؤدي الى حدوث مثل هذه الاضطرابات النفسية ، ومحاولة التعرف على مختلف أنواع الأمراض النفسية ، وتركيز جهودهم امحالة السلوك اللاسوى . بيد ان حماية الانسان من ان يقع فريسة لأي من هذه الامراض .

وهكذا استمر العاملون في هذا المجال مدة طويلة يسمون الى الكشف عن نقائص الانسان ، وواجب تصفحه ، ولم يتعمقوا في فترة انشغالهم بهذا الجانب بتحديد سبب العوامل التي يمكن أن تنسب للانسان شعورا بالصحة النفسية السليمة . وينقل سيفرين Severin (١٩٧٨ ، ٤٧) عن ماسلوس (١٩٥٧) قوله الذي أشار الى هذا المعنى عند اوضح ان علم النفس استطاع الكشف عن كثير من نواحي الضعف والقصور في الانسان ، بينما لم يصل الى حقيقة امكانات الانسان وقد رتبته هذا الى جانب الاهتمام غير الكافي بالصحة النفسية السليمة . . . ويرى هذا الباحث ان الوصول الى معلومات كافية عن الصحة النفسية لا يمكن الحصول عليها عن طريق دراسة المؤثر النفسى بحسب .

كما أنه يمكن القول ان تعدد مواصفات الصحة النفسية السليمة عن طريق الكشف عن نواحي القصور والضعف في الانسان - طريق طويل وشاق ، وقد لا يأتي بالنفع الذي يهدف اليه أي باحث يسعى للتعرف على أسباب الصحة النفسية السليمة . ولهذا فقد تبعد كثير من علماء النفس الى تحديد الطريق التي البحث في الجانب الايجابي للصحة النفسية . وكان في مقدمتهم " ماسلوس " (١٩٥٧) الذي أشار الى أنه ينبغي دراسة الاصحاء من الناحية بدلا من الاكتفاء بمجرد وصف الاعراض المرضية . (سيفرين ١٩٧٨ ، ٤٧) .

وقد شارك كل من بروك شيشلوم Brock Chisholm وهنري ونثروب Henry Winthrop (١٩٧٨) ، ونوربرت ريجرو الكون ديفريز Norbert Rieger & Alcon Devries (١٩٧٤)

"ماسلو" الرأي حيث يرون أن من الضروري الاهتمام بدراسة الاحوال النفسية
للإنسان، والتصرف على الظروف والامتع التي يعيش فيها، حتى يمكن الكشف
عن الجوانب الايجابية التي يمكن أن تسهم في تحقيق مستوى مناسب من الصحة
النفسية السليمة للإنسان، بحيث يمكن استثمار كل ماله يسره من امكانيات وطاقات
على نحو يستطيع معه هذا الانسان أن يستمتع بحياة نفسية أفضل .

ومما يؤكد أهمية البحث في تحديد العوامل ذات العلاقة بالصحة النفسية
السليمة هو ما يذهب اليه أرنست هليجارد Ernest Halgard (١٩٥٧) من
أن الاهتمام بالجهود الحروف المعيشية التي تساعد على تنشئة أفراد المجتمع في مناسخ
يجعلهم يشعرون بالصحة النفسية السليمة، يمد أفضل من أن تتركس الجهود في البحث
عن الأمراض وكيفية القضاء عليها عندما قال: " انه من الخير أن نمتنى بتوفير أسباب
الصحة النفسية، بدلا من توجيه الجهد الى معالجة أمراض المصاب " (ص ٢١٢/٢٩٣)

ويتردد هذا المعنى لدى كل من جورن وفروف وفيلد Gurn & Veroff & Feld
(١٩٦٠) حيث يرون أن دراسة التقاريسر الخاصة بالصحة النفسية السليمة، والعوامل
التي تتصل بها، يعتبر أمرا ضروريا حتى يمكن اعداد المواقف الرئيسية التي يمكن أن تحقق
صحة نفسية سليمة للإنسان (ص ٦٣١) . ويتفق هارفي فربمان
Harvey Farberman (١٩٧٣) مع غيره من علماء النفس فيما يذهبون اليه
بخصوص " عدم اقتصار خدمات الصحة النفسية على العلاج النفسى ٠٠٠ بل أنه
يجب المعنى على نشر الوسائل التي تحقق الصحة النفسية السليمة (ص ٤٠٨)

وهكذا تتفق آراء كثير من علماء النفس والصحة النفسية على أن الاهتمام باشاعة
جو نفسى مناسب للأصحاء والمرضى، أفهسل بكثير من تركز الجهود للبحث
عن أسباب المرض وعلاجه . ذلك لأنه إذا اتيح للإنسان أن يعيش في مناخ نفسى
سلم، فإنه من المرجح أن يحيا هذا الانسان حياة يشمر فيها بالراحة والهدوء .

ولهذا دعا عدد من الرواد الباحثين في هذا المجال الى ضرورة إجراء
الدراسات والبحوث التي تهدف الى الكشف عن الجوانب الايجابية للصحة
النفسية، ومن بين هؤلاء والسمن Wallin (١٩٤٩) وماسلو (١٩٥٧)

وجودا Jahoda (١٩٥٨) ، وفرانكل (١٩٦٣) ، ومكشيه
وديلوك .. Mckeachie & Doylee (١٩٦٧) ، ومجنتسال
Bugental (١٩٦٧) ، وكولمان (١٩٧٢) ، وعبدالسلام
عبدالنفار (١٩٧٦) . حيث يرون أن تحقيق مستوى مناسب من الصحة
النفسية السليمة للانسان ، أمر ضروري لأنه الكائن الوحيد الذي يستطيع أن يحدث
التغيير ، ولهذا دعا " كولمان " (١٩٧٢) الى ضرورة الايمان بقيمة الانسان
وحياته ، والعمل على تهيئة جو نفسى مناسب يمكنه من أحداث التغيير . (س ٧٢٢)
وهذا لا يمكن الوصول اليه الا من طريق الكشف عن الجوانب الايجابية للصحية
النفسية .

وانا كانت الدول المتقدمة تعطي لهذا المجال مثل هذه العناية ، وتحاول جاهدة
الوصول بأفرادها الى مستوى أعلى من الصحة النفسية - وقد بلغت الى ما بلغت اليه
من دراسات وبحوث في هذا الميدان - فان هذا المجال ينبغي أن يحظى بأهمية
أكبر من جانب الدول النامية ، خاصة وأن هذه الدول في دور التخلف والبناء ،
وهي في حاجة الى أن تتعال عائد ما تصبوا اليه من نمو وثقافة .

وقد تردد هذا المعنى لدى صموئيل مفاريوس (١٩٧١) عندما أوضح " أن الاهتمام
بالصحة النفسية ومشكلاتها ينبغي أن يأتي في مقدمة اهتمامات المسؤولين عن التخطيط
في الدول النامية . . . وأولى بضرورة العمل على توفير مستويات عالية
من الخدمات العلاجية ، والارشادية ، والتأهيلية ، وهذا الى ضرورة اعداد خطة
للصحة النفسية في المجتمع ، بحيث تستهدف هذه الخطة تجنيد أفراد المجتمع
أسباب الانحراف ، والأمراض النفسية والعقلية " (س ١)

هكذا وقد نادى علماء النفس والتربية في العالم العربي ، وخاصة ممن
يعملون في مجال الصحة النفسية ، بأن الصحة النفسية تعد هدفا من أهداف
التربية ، ذلك لأن أي تعليم أو اكتساب لأي نوع من المهارات لا يمكن أن يأتي
بنتائج المرجوة الا عندما يشعر الفرد أنه يعيش في مناخ يتسم بالأمن
والاطمئنان ، وحينئذ يستطيع هذا الفرد أن يتعلم ما يراه له أن يتعلم
في سهولة ويسر .

وإذا كانت الدول النامية - ومنها مصر - في حاجة للعناية بالقوت اليومي لابنائهم ، فان حاجة هذه الدول للاهتمام بالصحة النفسية لهؤلاء الأبناء ، يمثل أمرا لا يقل أهمية عن الحاجة للغذاء أو الثقافة التي يمكن عن طريقها الوصول بهؤلاء الأبناء الى مستوى من الحياة أفضل من ذلك الذي يعيشون عليه .

وتد يستطيع البحث في الجانب الايجابي للصحة النفسية أن يكشف عن ماهيمنة السبل التي يمكن من خلالها تحقيق مستوى مناسب من الصحة النفسية ، بدلا من دراسة المرضى التي تتلعب جهدا لا يتساوى والمائد من جهد الدراسة .

وهذا ما أكده بعض علماء النفس في العالم العربي ، وفي مقدمتهم عبدالعزيز القوصي (١٩٥١) الذي رأى " أن السعي وراء الكشف عن الآراء المستقاه من دراسة الشوان ، واشاعتها بين الناس لم تؤد الى المساعدة المطلوبة ، بل خلقت جوا من التشكك والخوف " (ص ٥٤) . ومن ثم فقد دعا (١٩٦٩) الى دراسة العوامل المختلفة التي تؤثر عادة في سلوك الأفراد ، ومعرفة الطريق التي يعمل بها ، واستنباط أنجع الوسائل الممكنة لتبسيط هذه العوامل وتوجيهها له الحه وخيره " (ص ١٢)

وقد أدى ادراك الباحث لأهمية الجانب الايجابي من الصحلا النفسية في بناء ونمو الانسان نموا سليما ، حتى تتاح له فرصة تنمية مالد به من قدرات تمكنه من مواجهة مشكلات هذا العصر التي يفرضها تطوره السريع المتلاحق ، وادراكه لانتشار اهتمام العلماء والباحثين في مجال الصحة النفسية على الجانب السلبي منها ، حيث وجد أن معظم بحوثهم كانت مهتمه أمتاما بالغا بالاضطرابات العقلية والنفسية ، وقلما وجد من البحوث ما يتناول الجانب الايجابي من الصحة النفسية . جميع ذلك دفع الباحث الى محاولة الكشف عن بعض العوامل النفسية المرتبطة بالصحة النفسية السليمة ، والتي يمكن أن تجنب أفراد المجتمع الوقوع فريسة للاضطرابات النفسية التي تعوق أهم مصدر من مصادر الثروة والتقدم - في أي مجتمع - عن القيام بدوره في خلق حياة أفضل وأسعد وهو الانسان .

د - مصطلحات الدراسة؛
=====

١- الذكاء: هو القدرة على الحكم والاستنتاج خلال ثلاثة أنواع من المواقف: مواقف لفدائية • ومواقف عددية • ومواقف تتناول الأشكال المرسومة • ويقترب مفهوم الذكاء الذي يهدف بقياس الذكاء العالي لقياسه من مفهوم المعامل المسمى: (السيد محمد خيرى ب.ت)

عوامل التفكير الابتكارى وتتضمن:

٢- المرونة التلقائية: ويقصد بها القدرة على سرعة انتاج أكبر عدد ممكن من أنواع مختلفه من الأفكار التي ترتبط بموقف معين يحدده الاختبار المستخدم • (عبد السلام عبدالغفار ١٩٧٠)

٣- الطاقة الفكرية: ويقصد بها القدرة على سرعة انتاج أكبر عدد ممكن من الأفكار التي تنتمى الى نوع معين من الأفكار والتي تحدد لها بنود الاختبار المستخدم (عبد السلام عبدالغفار ١٩٧٠)

٤- الأصالة: ويقصد بها القدرة على سرعة انتاج أكبر عدد ممكن من الاستجابات ذات الارتباطات غير المباشرة بالمواقف المثيرة التي يتضمنها الاختبار المستخدم (عبد السلام عبدالغفار ١٩٧٠)

٥- حرية الإرادة: ويقصد بها قدرة الانسان على ممارسة ارادته بحرية • يصبر عنها بما يشعربه من قدرة على الاختبار الواعى المقصود بين ما يراه صوابا • وما يراه خطأ • وفيها يقوم به من اختيار بين البدائل المتاحة له فى المواقف المختلفة • ومن تظهر فى حرية تصرف الفرد • واستقلال تفكيره • أى أنها تكمن و • ما يفعله الانسان فى سعيه طالبا للأمن وتحقيق الذات - كما تقاسر بالاختبار المستخدم •

٦- الاستقلال الذاتى: يقصد به اعتماد الفرد على نفسه فى وقت مبكر نسبيا عن أقرانه • وحرصه على عدم طلب مساعدة الاخرين أو مساومتهم له فى تسيير أمور أو شئون حياته الخاصة • كما تقاسر بالاختبار المستخدم •

- ٧- الانفتاح على الخبرة : يقصد به قابلية الفرد وتلقائيته في استقبال مختلف المشورات المعرفية والثقافية على أن يتم ادراك الفرد لهذه المشورات بسهولة موضوعية ومدون أحكام أو آراء مسبقة - كما يقاس بالاختيار المستخدم .
- ٨- الاحساس بالمسئولية : يقصد به احساس الفرد بالالتزام نحو نفسه، ومن يسهل، ومن يدرفه ثم نحو بيئته ومجتمعه الذي ينتمى اليه، ويمارس دوره من خلاله - كما يقاس بالاختيار المستخدم .
- ٩- الطمأنينة الانفعالية : يقصد بها شعور الفرد بتقبل الآخرين له، وحبهم اياها، وأنهم يساندونه في وفاء وود وشعوره بالانتماء اليهم الجماعة، وأن له دورا فيها واحساسه بالسلمة وندرة شعوره بالخطر أو التهديد أو القلق - كما تقاس بالاختيار المستخدم .
- (أحمد د عبدالعزيز سنة ١٩٧٢)
- ١٠- الاحساس بالامتنان والاقتصاد : يقصد به احساس الفرد بأنه يعيش في مستوى يرتضيه لنفسه من الكفاية الاقتصادية - أي شعوره بمشاركة الامكانيات الاقتصادية التي تسد مطالب أسرته وحاجتها عن طريق دخل مستقر نسبيا، يتزايد تبعا لتزايد احتياجات مطالب الحياة - كما يقاس بالاختيار المستخدم .
- ١١- الاستقرار المائلي : يقصد به سيادة النفاق والوثام على علاقات أفراد الأسرة فيما بينهم، بحيث يماثل كل منهم الآخرين بحب ومودة، بعيدا عن أي تصدع أو شقاق عائلي - مع رضاهم جميعا عن انتمائهم لأسرتهم، واحساس كل منهم بالأمن والاشباع في هذا الانتماء - كما يقاس بالاختيار المستخدم .
- ١٢- الكفاية الاجتماعية : قدرة الفرد على انشاء علاقات اجتماعية سليمة تمكنه من القيام بدور فعال يقلل له قدرا مناسباً من الاشباع في مختلف أدواره تجاه غيره من الافراد في مجالات الأسرة والدراسة والصدقات والعمل . كما تقاس بالاختيار المستخدم .

١٣- ارادة المطلب : يقصد بها تنظيم دافع الانسان ويحركه تجاه حب الآخرين بصدق، والبذل في سبيل غيرهم بلا شروط أو تحفظات، بما يؤدي الى احساس الفرد بالاشباع، وتقبله لذاته، ورضاه عنها - كما تقاسر بالاختبار المستخدم *

١٤- الاستبصار بالذات : يقصد به مقدار الفرق أو درجة التباعد بين تقدير الفرد لذاته، ومتوسط تقدير الآخرين عنه في مجموعة من الصفات التي يتخونها اختبار الاستبصار بالذات *

(ابراهيم قشقوش ١٩٧٥)

١٥- الصحة النفسية السلبية : يقصد بها حالة تتأمل طاقات الفرد المختلفة، بما يؤدي الى حسن استثماره له، وما يؤدي الى تحقيق وجوده، أي تحقيق انسانيته - كما تقاسر بالاختبار المستخدم (محمد السلام عبدالقهار ١٩٧٦)

هـ- فرض الدراسة : يفترض الباحث للدراسة الفروض الآتية :-
=====

١- لا توجد علاقة بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة في كل من المقاييس التي تقيس الجوانب العقلية الآتية :- الذكاء ، المرونة الطقائمية، الطلاقة الفكرية ، الامتثال ، ودرجاتهم في مقياس الصحة النفسية السليمة

٢- ان هناك علاقة موجبة بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة في كل من المقاييس التي تقيس أبعاد الذرية الآتية :- حرية الارادة ، الاستقلال الذاتي ، الانفتاح على الخبرة ، الاحساس بالمسؤولية، ودرجاتهم في مقياس الصحة النفسية السليمة *

٣- ان هناك علاقة موجبة بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة في كل من المقاييس التي تقيس أبعاد الأمن الآتية :- الأمانينة الانفعالية ، الاحساس بالأمن الاقتصادي ، الاستقرار العائلي ، الكفاية الاجتماعية ، ودرجاتهم في مقياس الصحة النفسية السليمة *

٤- ان هناك علاقة موجبة بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة في مقياس ارادة المطلب ودرجاتهم في مقياس الصحة النفسية السليمة *

٥ - ان هناك علاقة موجبة بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة في مقياس الاستهزاء بالذات ، ودرجاتهم في مقياس الصحة النفسية السليمة .

و- حدود الدراسة :

تحدد الدراسة الحالية بالعينة المستخدمة فيها ، والتي تتكون من (٥٠٠) خمسمائة طالب من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية بجامعة عين شمس والمنوفية ، ممن ينتمون الى الاقسام العلمية ، وتتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (٢١) و (٢٦) سنة بمتوسط حسابي قدره (٢٣.٠١) وانحراف معياري قدره (٢.٢) ، كما تعدد هذه الدراسة بامتغيرات موضع الاهتمام فيها ، والتي تقاسر بالاختبارات المستخدمة فيها .

xxxxxxxxxxxxxx

الفصل الثاني

الاطار النظري

أولا : مفهوم الصحة النفسية السليمة ومظاهره

ثانيا : الدراسات والبحوث السابقة

أ - العلاقة بين الصحة النفسية وكل من الذكاء ، وعوامل التفكير
الابتكاري

ب - العلاقة بين الصحة النفسية وكل من حرية الارادة ، والاستقلال
الذاتي ، والانفتاح على الخبرة ، والاحساس بالمسئولية

ج - العلاقة بين الصحة النفسية وكل من الطمأنينة الانفعالية ،
والاحساس بالأمن الاقتصادي ، والاستقرار العائلي ، والنهاية
الاجتماعية

د - العلاقة بين الصحة النفسية و ارادة المطاء

هـ - العلاقة بين الصحة النفسية والاستبصار بالذات

=====

مقدمة :

يشتمل هذا الفصل على جزأين أساسيين ، يختص الجزء الاول منهما بالحديث عن مفهوم الصحة النفسية ، وثانيهما بالحديث عن بعض العوامل ذات العلاقة بالصحة النفسية السليمة . ويناقش الباحث في الجزء الاول مفهوم الصحة النفسية السليمة من وجهة نظر علماء النفس بصفة عامة ، ثم يناقش هذا المفهوم من وجهة نظر كل من مدرسة التحليل النفسي ، والمدرسة السلوكية ، والمذهب الانساني ، ويختم هذا الجزء بعرض ومناقشة أهم المظاهر المحددة للصحة النفسية السليمة .

ويختص الجزء الثاني من هذا الفصل بالحديث عن عدد من العوامل ذات العلاقة بالصحة النفسية السليمة . حيث يعرض الباحث آراء العلماء والباحثين في مجال علم النفس ، بخصوص العلاقة بين الصحة النفسية وكل من العوامل العقلية التي تتضمن كل من الذكاء وعوامل التفكير الابتكاري (المرونة التلقائية ، الطلاقة الفكرية ، الاصاله) ، وعوامل الحرية التي تتضمن حرية الارادة ، والاستقلال الذاتي ، والانفتاح على الخبرة ، والاحساس بالمسئولية ، وعوامل الامن التي تتضمن الطمأنينة الانفعالية ، والاحساس بالامن الاقتصادي ، والاستقرار العائلي ، والكفاءة الاجتماعية ، وكذلك وجهات نظر علماء النفس فيما يتعلق بحاملي ارادة المطء ، والاستبصار بالذات . ويسوق الباحث مناقشته لهذه العوامل أو المتغيرات في ضوء الدراسات التي تعرضت لهذه المتغيرات في علاقتها بالصحة النفسية .

مفهوم الصحة النفسية :

تتمدد المناهج المستخدمة لدى علماء النفس والمشتغلين في مجال الصحة النفسية بصفة عامة في سعيهم لوضع تحديد أو تعريف لما يدعى الصحة النفسية السليمة . وقد ترتب على ذلك تباين التعاريف التي قدمت في هذا الصدد .

فقد تحدث بعض علماء النفس عن الصحة النفسية السليمة على أساس الخلو أو البرء من الاعراض المرضية ، ومع التسليم بأهمية البرء أو الخلو من الاعراض المرضية اذا كان للفرد أن يتمتع بصحة نفسية سليمة ؛ فانه بلا شك أن معنى الصحة النفسية السليمة

يتسع لما هو أكثر من مجرد البرء أو الخلو من الاعراض المرضية وبالتالي فان قصر تعريف الصحة النفسية السليمة على هذا الجانب دون سواه ينطوي على نظرة ضيقة لهذنه الظاهرة النفسية الهامة .

وعلى هذا فقد رأى وليم وول William Woll (١٩٥٢) أن الصحة النفسية لا تتمثل فقط في " تحرر المرء من المخاوف وحالات القلق التي لا يبرر لهما ، بل تتضمن شعوره بالأمن الذي ينشأ عن معرفته لما ينبغي أن يفعله كي يدرأ عن نفسه خطراً حقيقياً " (ص ١٣) .

وتتفق منظمة الصحة العالمية World Health Organization مع تعريف " وليم وول " حيث ترى هذه المنظمة أن الصحة النفسية السليمة لا يمكن أن تحدد فقط على أساس انتفاء الاعراض المرضية ، أو عدم شعور الفرد بالعجز ، بل هي تحدد هذا المفهوم على أساس " مدى تكامل طاقات الجسم والعقل ، وشعور الفرد بالسعادة الاجتماعية ، وبالتسالي ، فهي لا تقتصر على مجرد غياب المرض أو العجز " (كولمان ١٩٧٢ ، ص ١٦) وفي هذا تقرير من منظمة الصحة العالمية بأن مفهوم الصحة النفسية لا بد أن يكون مركباً على أساس تكامل طاقات الجسم والعقل ، بما يحقق احساس الفرد بالسعادة مع أفراد المجتمع الذي ينتمي اليه .

ويتردد هذا المعنى بصورة أخرى لدى دانا فارنسورث Dana Farnsworth (١٩٥٢) حيث يؤكد على أن تحديد الصحة النفسية السليمة لا يمكن أن يعتمد على " مجرد الخلو من المرض ، بل هو يعتمد على مدى فطرة الفرد على القيام بالواجبات المنوطة به في المجتمع ، وقد رتبته على التكيف الذي يؤدي الى أقصى حد ممكن من السعادة للفرد والمجتمع على حد سواء " (ص ٢٩٣) .

ويشارك حامد زهران (١٩٧٤) غيره ممن يعطون في هذا المجال ، مؤكداً على أن خلو الفرد من أعراض المرض النفسي لا يعني مطلقاً الصحة النفسية السليمة ، بل لا بد من أن يصحب هذا الشرط ، تمتع الفرد بصحة العقل والجسم معاً ، حين يقال : ان الصحة النفسية السليمة هي " حالة ايجابية تتضمن تمتع بصحة العقل والجسم ، وليست في الخلو أو البرء من أعراض المرض النفسي " (ص ١١) .

وهيكلا يتضح من عرض هذه التعريفات أن الاعتماد على انتفاء أعراض المرض • لا يعنى تمتع الفرد بصحة نفسية سليمة • بل لابد من عدد من المظاهر الأخرى السبتي تضاف لهذا الشرط • كما يتضح أيضا أن المظاهر التي يحدد ها المصروف تختلف باختلاف رؤية صاحبه التعريف لفهوم الصحة النفسية السليمة • وأنه ليس هناك تحد يد واضح لمختلف أنواع النشاط التي يمكن أن تتمبر مؤشرا للصحة النفسية السليمة • ذلك لأن هناك أنواعا عديدة من النشاط الذي يقوم به الفرد • والذي تختلف المجتمعات في اعتباره محدد للصحة النفسية • تبعا لاختلاف خلفيتها الثقافية •

ولهذا • يذهب بعض المشتغلين في مجال الصحة النفسية في تحد يد هم لتعريف الصحة النفسية السليمة الى الاعتماد على عدد من المظاهر^١ يعتبرونها دليلا على الصحة النفسية السليمة • ومن بين هؤلاء جورج برستون .. George Preston (1943) الذي يحدد الصحة النفسية على أساس عدد من الصفات اذا ما توافقت لدى الفرد يعتبر سليما نفسيا • ومن بين هذه الصفات التي أشار اليها • تكيف الفرد النفس في حدود امكانيات الجسم • وتوافقه في المعاملة مع أفراد المجتمع • واحساسه الايجابى بالسعادة والنشاط •••• ويضع جودا Jahoda (1958) عددا من المظاهر التي يمكن أن تحدد معنى الصحة النفسية السليمة منها تقبل الذات • واحترام الذات • ومرونة الأنا • والقدرة على تحمل الاجاط • والاعتماد على النفس • والقدرة على تحمل القلق • والحساسية الاجتماعية ••• ويشير شوبن Shoben (1965) الى أن الشخص السليم نفسيا • هو من يستطيع أن يتكيف تكيفا متكاملا • ويحدد هذا الباحث التكيف المتكامل في ضوء عدد من الصفات منها • القدرة على ضبط النفس • والشعور بالمسئولية الشخصية • والشعور بالمسئولية الاجتماعية ••• ويرى " شوبن " أن هذه الصفات تشير الى احساس الفرد بالصحة النفسية السليمة • ويعتبر نورمان منسن Norman Munn (1966) أن الصحة النفسية السليمة تتحدد على أساس مدى قدرة الفرد على التنسيق بين مختلف أنواع النشاط التي يقوم بها • والأهداف السبتي يشترك فيها مع الجماعة •

* سيقوم الباحث بعرض هذه التعريفات بالتفصيل • ومناقشتها في الجزء الخاص بمظاهر الصحة النفسية السليمة •

ويحدد فريق معهد دراسة الشخصية وقياسها ببيير كلّي مفهوم الصحة النفسية على أساس عدد من المظاهر التي يرون أنها يمكن أن تحدد هذا المفهوم مثل الشجاعة والتلقائية والأمانة في التفكير وحسن معاملة الناس (بـ سـ اـ رـ و ن ١٩٦٨ ٣٨٥) .

كما يذكر ماسلو Maslow (١٩٧١) عدداً من المظاهر التي يمكن أن تحدد مفهوم الصحة النفسية السليمة منها التزام الشخص بالقيم ، وأن يكون أميناً مع نفسه ومع الآخرين ، وأن يكون جريئاً في التعبير عما يراه صواباً ، وأن يتفانى فيما يؤمن به من أعمال ، (ص ص ٥٥/٥١) بينما يؤكد أرنست هليجارد Ernest Hilgard (١٩٧٥) على عدد آخر من المظاهر يرى أنها تحدد هذا المفهوم ، ومن بين هذه المظاهر ادراك الفرد الكامل لحقيقة قدراته ، وقدرة الفرد على ضبط النفس ، والتحكم الإرادي في السلوك ، واحترام الفرد لذاته وتقبلها ، (جـ رـ ص ٤٥٤ ، ٤٥٥) .

وهكذا يتضح مما تقدم أن هذه المجموعة من علماء النفس قد اعتبرت أن الفرد يعد سليماً نفسياً ، إذا ما توافر لديه عدد من الصفات أو المظاهر ، يرون أنها تعبر عن احساس الفرد بالصحة النفسية السليمة . ومع ذلك يختلف الباحثون فيما بينهم بخصوص ماهية الصفات التي يمكن أن تحدد هذا المفهوم باختلاف وجهة نظرهم فيما ينهضون أن يوصف بأنه ذو صحة نفسية سليمة .

هذا وقد ساق عدد من يشغلون في هذا المجال المد يد من التعريفات في عبارات عامة لتعبر عن مفهوم الصحة النفسية ، ومن بين هذه المفاهيم ، مفاهيم اعترت تكيف الفرد وتوافقته مع البيئة التي تحيط به محكلاً أساسياً من المحكلات التي يمكن أن تشير إلى الصحة النفسية السليمة . ومن هؤلاء بوهيم Boehm (١٩٥٥) الذي يرى أن الصحة النفسية هي " حالة ومستوى فاعلية الفرد الاجتماعي ، وما تؤدي إليه من اشباع لحاجات الفرد " (ص ٥٢٧) وفي هذا إشارة بينة على اعتبار التكيف محكلاً أساسياً للصحة النفسية .

وتشاركه السراى رمزية الغريب (١٩٦٠) حيث اعترت أن من يتمتع بالصحة النفسية السليمة هو ذلك " الشخص الذي ينجح في أن يتكيف مع المجتمع الذي يعيش فيه

تكيفا لا يساعد على أن يعيش في أمن بينهم فقط ، إنما تكيفا يسمره بالسعادة فسي هذا الوسط " (ص ١٤) وهذا يعني أنه إذا كان الفرد قادرا على التكيف مع أفراد المجتمع ، والعيش معهم في حب متبادل ، فإنه يستطيع أن يستمتع بصحة نفسية سليمة .

ويؤكد أولمان وكراسنر . . Ullmann & Krasner (١٩٦٩) في تحديدهما لفهوم الصحة النفسية على أهمية تكيف الفرد مع المجتمع والتزامه في سلوكه بما يتوقعه منه المجتمع عند ما يريان " أن الصحة النفسية تتضمن الأساليب السلوكية التي يتوقعها المجتمع " وهذا يعني أن الفرد يعد إنسانا غير سوى عند ما يأتي سلوكه مخالفا لما تعارف عليه المجتمع .

ويرى الباحث الحالي أن الإنسان قد يأتي بسلوك يتفق والمجتمع ، ولكنه في الوقت نفسه منافيا تماما لوجهة نظره ، مما قد يحدث في نفسه نوعا من الصراع بين ما يريد ، المجتمع ، وما يقتنح به شخصيا ، الأمر الذي يسبب له القلق والاضطراب ، والشعور بعدم الأمن . وبالتالي ، فقد يخرج به عن دائرة الصحة النفسية السليمة .

ويعرف كل من ليلند وروبرت Leland & Robert (١٩٧٠) الصحة النفسية على أنها " التكيف الملائم الذي يتفق مع المجتمعات ، ومختلف مستويات التعامل التي ينشئها من خلالها الفرد العلاقات الانسانية ، التي تحقق الاحساس بالسعادة النفسية " (ص ٣٣٨) وهما يؤكدان في هذا التعريف على أن تكيف الفرد مع المجتمع ، وتكيفه مع مختلف مستويات تعامله الشخصي المتبادل أمر ضروري ، حتى يتحقق للفرد الاحساس بالسعادة النفسية .

ويرى صموئيل مخاريوس (١٩٧٤) أن الصحة النفسية مسألة نسبية يتمتع بها الفرد بدرجة من الدرجات حيث يعرفها على أنها " مدى أو درجة التوافق الداخلي بين دوافع الفرد ونوازه المختلفة ، وفي التوافق الخارجي في علاقته ببيئته المحيطة ، بما فيها ومن فيها من موضوعات وأشخاص " (ص ٧١) إلا أنه يرى أن الفرد يستطيع أن يحقق مستوى مناسب من الصحة النفسية ، إذا استطاع أن يحدث التوازن الداخلي بين نوازه ، وكذلك التوافق الخارجي سواء كان هذا التوافق مع الإنسان أو مع الأشياء المحيطة به .

وينادى "صموئيل مفاريوس" بجداً نسبة التمتع بالصحة النفسية لا عقاده بل أن مفهوم الصحة النفسية مفهوم ثقافى ، عند ما يشير الى أن الانسان لا يستطيع أن يصعد حكماً بالصحة النفسية السليمة للرجل الرفي أو المرأة الرفيعة باستخدام نفس المقاييس التى نطبقها على سكان الحضرة دون تحفظ ما .

ويرى عهد المزيق القوصى (١٩٧٠) أن الصحة النفسية هى "التكامل التام بين الوظائف المختلفة ، مع القدرة على مواجهة الأزمات النفسية المادية التى تطرأ على الانسان ، مع الاحساس الايجابى بالسعادة والكفاية " (ص ٧) ويتفق " القوصى " فى هذه الناحية مع من يرون أن الصحة النفسية للفرد لا تحقق الا اذا حدث تكامل نفسى الشخصية نتيجة لتكامل الوظائف النفسية المختلفة للفرد ، بما يودى الى قدرة الفرد على مواجهة ما يعترضه من أزمات فى حياته ، حتى يشعر بالسعادة التى تسهم فى تحقيق الكفاية .

بينما يرى عهد السلام عهد الفغار (١٩٧٦) أن الصحة النفسية السليمة هى " حالة تكامل طاقات الفرد المختلفة ، بما يودى الى حسن استثماره لها ، وما يودى الى تحقيق وجوده ، أى تحقيق انسانيته " (ص ٢١٣) وهو بهذا يؤكد على أن الفرد لا يستطيع أن يحقق الصحة النفسية السليمة ، الا اذا تكاملت طاقاته بشكل يودى الى حسن استثماره لها ، بحيث يستطيع الانسان أن يحقق ما يصبو اليه فى حياته ، وهو تحقيق وجوده ، أى انسانيته .

الى جانب ما تقدم ، يوجد عدة تعاريف للصحة النفسية السليمة يستند كل منها الى اطار نظرى معين يدين به أصحابه ومؤيدوه ، ويمتقدون فى صحة ما ينطوى عليه من مسلمات ، ويمرض الباحث فيما يلى لوجهة نظر كل من مدرسة التحليل النفسى ، والمدرسة السلوكية ، والمذهب الانسانى فى هذا الصدد .

حيث يرى أصحاب نظرية التحليل النفسى أن الصحة النفسية السليمة تتحدد على أساس مدى قدرة " الأنا " على احداث التوازن أو التوافق بين أجهزة الشخصية المختلفة ، والمطالب الاجتماعية لواقع الفرد ، أو على أساس مدى قدرة " الأنا " فى الوصول الى حل لما ينشأ من صراع بين أجهزة الشخصية والمطالب الاجتماعية ، حيث الاختلاف بين ما تطلبه هذه الأجهزة وبين الواقع الذى يعيشه الفرد .

ويرى أصحاب هذه النظرية أن الانسان لا يستطيع أن يصل الى مستوى مناسب من الصحة النفسية السليمة • ذلك لأن نظريتهم تشير الى أن الانسان يعيش في صراع دائم ومستمر • سواء كان هذا الصراع ناتج عما يحدث بين محتويات "الهمى" السنى تظل تلح لازالة التوتر الذى ينشأ عن رغبة الفرائز فى البحث عن اشباع • وخاصة الغريزة الجنسية من ناحية • ومطالب الواقع الاجتماعى بما يبره وقوانينه التى استقر عليها من ناحية أخرى • هذا فضلا عن وجود "الأنا الأعلى" • وعلى "الأنا" أن تقوم بالتوفيق بين ذلك كله حتى تستمتع الشخصية بقدر مناسب من الاتزان •

على حين يرى أصحاب المدرسة السلوكية أن الصحة النفسية السليمة تتمثل فى اكتساب الفرد لمادات مناسبة أو ملائمة • تساعد على مواجهة المواقف الصعبة • وحسم الصراع • واتخاذ القرار المناسب الذى يمكنه من حسن التعامل مع الآخرين • بما يحقق له حياة مطمئنة فى المجتمع الذى يعيش فيه وينتمى اليه • وهم ينظرون الى الانسان باعتباره تنظيم معين من المادات المكتسبة أو المتعلمة • ولهذا فهم يؤكدون على أهمية العوامل البيئية التى يتعرض لها الفرد خلال مراحل نموه • ويعتبرون هذه العوامل • عوامل أساسية فى عملية تشكيل سلوكه •

ويرى السلوكيون أن ما يصيب الانسان من اضطراب انفعالى أو توتر • وعدم قدره على اتخاذ القرار • أو حسم ما ينشأ فى حياته من صراع • إنما هو نتيجة لعدم قدرة الفرد على استيعاب المواقف الجديدة التى يواجهها • ويرجعون ذلك الى حدوث خطأ أو قصور فى عملية التعلم •

وقد ظهر المذهب الانسانى فيما بين عامى ١٩٥٠ • ١٩٦٠ عندما أدركت الطبقة الأمريكية الوسطى تزايد اتساع الهوة بين المستوى المادى المرتفع الذى وصل اليه الفرد الأمريكى من ناحية • والفراغ الروحى الذى يعيش فيه هذا الفرد بسبب استغراقه فى عالم المادة ••• والمادة فقط من ناحية أخرى • هذا • الى جانب قصور نظرة كل من مدرسة التحليل النفسى • والمدرسة السلوكية الى الانسان وطبيعته • حيث صورته نظرية التحليل النفسى جيدا للغريزة • بينما اعتبرته المدرسة السلوكية بمثابة آلة •• لا ارادة فيها أو لها • وهكذا • أخفق علماء النفس فى الحالتين -

التحليل النفسى والسلوكية - فى مصرفة حقيقة الانسان ، وادراك حقيقة ماله به مسن
قدرات وامكانيات ميژه بها الخالسق واختصه بها دون بقية المخلوقات .

ومن هنا ظهر المذهب الانسانى ، وهو ما يطلق عليه " القوة الثالثة " فى مجال
علم النفس ، ويرى انصار هذا المذهب أن الانسان ذو طبيعة خاصة أو مميزة ، ويمكن
فى هذه الخاصية جوهر طبيعته كإنسان ، فهو كائن خير ومحب ومتعاون ومعطاء ،
وهطاهه فعل ارادى واع لا يقف عند حد ، وقد يذهب فيه الى اعطاء حياته ذاتها نفسى
سبيل مهدا أو عتيدة .

وقد أسهم فى ظهور المذهب الانسانى فى علم النفس عدد من الكتاب والمشتغلين
فى هذا المجال ، وهم جميعا يؤمنون ايماننا مطلقا بقدرة الانسان ، ويمترفون بأن
لديه من الامكانيات ما تحقق للانسانية الخيسر .

وفى مقدمة من يمثلون هذا المذهب ابراهام ماسلو Abraham Maslow الذى
يعتبر الأب الروحى لمذهب علم النفس الانسانى ، وجوردن ألپورت Gordon Alport ..
..... ووليام جيمس .. William James .. ورولوماى Rollo May ،
وكارل روجرز .. Carl Rogers .. اريك فروم Erich Fromm ،
وهنرى موراي Henry Murray ، شارلوت بوهلر Charlotte Buhlor ..
التي أوضحت مدى أهمية أهداف المرء والشخصية ، وما يتعلق بالحياة الانسانية
سيكولوجييا .

ويؤكد أصحاب هذا المذهب على رفض وجهتى نظر كل من مدرسة التحليل النفسى ،
والمدرسة السلوكية ، فيما يتعلق بطبيعة الانسان ، وهم يرون أن ما تقدمه هاتان
النظريتان من أسس ومبادئ وتفسيرات لاتستطيع أن تفسر سلوك الانسان ، وما يصدر عنه
من نشاط بحيث يمكن الاسهام فى حل مشكلات الانسان والأخذ به الى عالم أفضل . ويسرون
أن مهمة علم النفس يجب ألا تقتصر على دراسة الانسان فقط ، بل ينهضى أن تمتد لتشمل
الالتزام بالمصير الانسانى .

ولهذا فقد دعا كثير من علماء النفس الى ضرورة تهلى وجهة نظر هذا المذهب
لأنها متفائلة ، وتسمى الى تحقيق الانسانية للانسان . وقد عبر عن هذا بـجنتال Bugental (١٩٦٧) بقوله : " ان المذهب الانساني وصل الى هدفه النهائي ،
لأنه يتضمن تفسيرات مناسبة لما نعنيه بمعنى الحياة بالنسبة للانسان " (ص ٧) .
ويؤيد عبد السلام عبد الخفار (١٩٧٦) وجهة نظر هذا المذهب حين يذهب الى ان هذا المذهب
الى حقيقة هامة . حيث يرى أنه " اذا كان علماء الطباعة أنفسهم به أو
ينظرون بكثير من الشك الى المسلمات التي نادوا بها في القرن التاسع عشر ، والحمية
الآلية من هذه المسلمات . فما نزال نقيم علومنا في مجال علم النفس على مسلمات
قبلت منذ قرن ورفضت بعد ذلك " (ص ٤٨ / ٤٩) . ويدعو الى ضرورة التفكير
فيما قبل من مسلمات مر عليها قرن من الزمان حيث يقول : " قد آن الأوان لتغيير
ما قبلنا من مسلمات في علم النفس " (ص ٤٩) .

وتتمثل أهم منطلقات المذهب الانساني في الاهتمام بالقيم ، وحرية الاختيار ،
والمسؤولية ، والعلاقات الاجتماعية ، وتحقيق الذات ، والحب ، والابتكار ،
والنضج الشخصي ، والاشباع النفسي ، وهي جميعا - مظاهر وابعاد يمكن من خلالها
تحقيق الوجود الانساني ، ودم بهذا يدعون الى احترام الانسان وتقديره ، واعطائه
مكانته وأهميته في الحياة ، واتاحة الفرصة أمامه حتى ينمو على نحو يضمن له الاسهام
في خدمة بني جنسه على أساس صحيح .

وينادون أيضا بدراسة حياة كل من يعيشون حياتهم ، كما يعيشها الانسان السدى
يضع لحياته هدفا ثم يسعى لتحقيقه ، فيسمر بعد تحقيقه بالصحة ، وينعم بالحياة .
كما يدعون أيضا الى ضرورة التوسع في عملية التعرف على المطالب اللازمة للنمو الشخصي
وتحقيق الذات . أى تحدي ما هي العوامل والحاجات التي يمكن أن تحقق للانسان
الصحة النفسية السليمة . وهكذا ، يمكن القول بأن أنصار المذهب الانساني يسرون
أن الصحة النفسية السليمة تتحدد في ضوء مدى قدرة الفرد أو نجاحه في تحقيق
انسانيته تحقيقا كاملا .

وفي ضوء كل ما تقدم ، يمكن القول بأن مفهوم الصحة النفسية يعد مفهوما ثقافيا
الى حد كبير ، حيث يختلف محتوى هذا المفهوم تبعا لاختلاف الاطار الثقافي لهذا

الباحث أو ذاك ، وما يشيع في المجتمع من قيم ومعايير ومعتقدات ، يتخذ منها أفراد ، ضوابط ومحددات للسلوك .

وتتهنى الدراسة الحالية وجهة نظر المذهب الانساني في الصحة النفسية ، ولذا يلتزم الباحث بالتمريف الذي قدمه عبد السلام عبد الغفار (١٩٢٦) في هذا الصدد حيث يرى أن الصحة النفسية هي " حالة تكامل طاقات الفرد المختلفة ، بما يؤدي الى حسن استشاره لها ، وما يؤدي الى تحقيق وجوده ، أي تحقيق انسانيته " لأنه يتفق ومفهوم أصحاب المذهب الانساني .

مظاهر الصحة النفسية السليمة :

تمددت آراء الباحثين في مجال علم النفس والصحة النفسية حول ماهية المظاهر الخاصة بالصحة النفسية السليمة ، أو ماهية الجوانب والابعاد التي يمكن الاعتماد عليها في هذه الناحية . فقد تحدث " جورج برستون " (١٩٤٣) عن مظاهر الصحة النفسية السليمة ، وذهب الى القول بأن تكيف الفرد النفسي في حدود امكانيات الجسم ، والتوافق في المعاملة مع أفراد المجتمع ، واحساس الفرد بالسعادة ، وقدرته على الانتاج ، ومزاواته لمختلف أنواع نشاطه بحيويته ، وعدم اعتماده كلياً على الآخرين تعتبر من أهم مظاهر الصحة النفسية السليمة . (ص ١٢) .

ويتفق " جسودا " (١٩٥٨) مع " برستون " فيما توصل اليه بخصوص مظاهر الصحة النفسية السليمة ، بيد أنه يضيف احترام الفرد لذاته ، والالتزان الماطفي ، والحساسية الاجتماعية ، كمظاهر وأبعاد تشير الى الصحة النفسية السليمة . (ص ٩١) .

هذا ويرى " شهن " (١٩٦٥) أن من محددات الصحة النفسية السليمة ، قدرة الفرد على ضبط النفس ، والشعور بالمسئولية الشخصية والاجتماعية ، والاهتمام بالقيم المختلفة وخاصة الديمقراطية والقدرة على أرجاء اشباع الحاجات والتحكم فيها ، وإدراك الفرد لدوافعه المختلفة ، التي تدفعه الى الانصياع الاجتماعي ، وتلك التي تدفعه للخروج عن الجماعة ، وقدرة الفرد على اختيار السلوك الذي يتفق ومعايير

وقيمة ، وإدراكه لحاجات الآخرين واحترامها • (ص ١٥) •

ومن الملاحظ أن المظاهر التي قدمها " شومن " للصحة النفسية السليمة ، تختلف عن تلك التي اعتبرها " برستون " من أهم المحددات لهذه الظاهرة ، إلا أن " شومن " يؤكد على ضرورة إدراك الفرد لماهية حاجات الآخرين ، وحرصه على احترامها كشرط يضمن إمكانية تمتع الفرد بصحة نفسية سليمة ، على أساس أن إنسانية الفرد مستمدة من الجماعة التي ينتمي إليها ويعيش فيها •

ويشارك " نورمان مئز " (١٩٦٦) " جودا " الرأي فيما يذهب إليه بخصوص مظاهر الصحة النفسية السليمة ، إلا أنه يضيف إلى هذه المظاهر قدرة الفرد على التنسيق بين ما يقوم به من أفعال ، ويعتبره واحداً من أهم مظاهر الصحة النفسية السليمة • (ص ٢٢٧)

ويرى " بارون " (١٩٦٨) أن الصفات التي تحدد حظ الإنسان من الصحة النفسية السليمة ، هي أن يكون الفرد ذا أخلاق طيبة ، وأن يكون لديه القدرة على التحمل ، وأن يتصف بالهدوء وحسن السلوك ، وأن يكون قادراً على الفهم الصحيح ، وأن يكون بسيطاً في تعامله • (ص ٣ / ٤) • وهو يؤكد على أن من يتضمون بالصحة النفسية السليمة هم أولئك الذين " يصلون ما يرونه صواباً ، والصواب في نظرهم ، هو الابتعاد عن كل من : الكذب ، والفسخ ، والاختياب ، والقتل - مصفة عامة - الصواب هو ألا يفعل الإنسان ما يهدد سير الحياة ونموها • (ص ١٤٥) •

ويمثل ما يقدمه " بارون " (١٩٦٨) إضافة جديدة للمظاهر التي تحدد الصحة النفسية السليمة ، حيث أنه يركز على الجوانب الخلقية ، وهي جوانب تتفق بصفة عامة مع ما نادى به عبد المسزيز القوصي (١٩٦٩) عند ما تحدث عن تكامل الشخصية ، واعتبر أن الإنسان لا يستطيع الوصول إلى هذا التكامل إلا عن طريق تبنى فلسفة بنية أو خلقية معينة ••• هذا ، ويتفق " القوصي " مع كل من " برستون " و " جودا " على اعتبار التكيف الشخصي والاجتماعي ، والاحساس بالسعادة والكفاية من مظاهر الصحة النفسية ، ولكنه يعتبر قدرة الفرد على حسم النزاع حال وقوعه من أهم مكونات الصحة النفسية السليمة • (ص ٧) •

ويشارك " ماسلو " (١٩٧١) " بارون " الرأى فى أن الصحة النفسية السليمة تتمثل فى أمانة الفرد مع نفسه ومع الآخرين ، وتفانيه فيما يقوم به من أعمال ، ويطرح عددا من الأسئلة تدور حول مدى معرفة الفرد لنفسه ؛ بما تتضمنه من إمكانات واستعدادات ، ومعرفة الفرد لماهية الأهداف التى يسعى لتحقيقها فى الحياة ، وما الأمور التى يحبها ، والتى لا يحبها ؟ ومعرفة الفرد لكيفية تحقيق الخير لنفسه وللآخرين من حوله . (ص ص ٥١/٤٥) .

ويؤى " ماسلو " (١٩٧١) ان حظ الفرد أو مستواه من الصحة النفسية السليمة يمكن أن يتحدد فى ضوء اجابته عن الاسئلة السابق الاشارة اليها - أى أن هذا المستوى يتحدد فى ضوء مدى معرفة الفرد لنفسه ، وأهدافه فى الحياة ، وما يحبه وما لا يحبه ، وما ينغمه وما لا ينغمه .

وتسوق جماعة " بيركلى " فى معهد الشخصية وقياسها عدة جوانب أو أبعاد تتخذ منها مؤشرات للصحة النفسية السليمة ، ومن هذه الجوانب الشجاعة ، والتلقائية ، والامانة فى التفكير ، وحسن معاملة الناس ، وارتباط الانسان القوى بماضيه ، وعدم الخوف من المستقبل ، ومنح الحب للآخرين ، واحترام الانسان لذاته . (بارون ١٩٦٨ ، ص ٣٨) وتركز جماعة " بيركلى " بهذه الجوانب على الجوانب الانسانية فى حياة الانسان ، وترى أن قدرة الفرد على أن يسلك وفق هذه الجوانب تعطيه فرصة القصور بالسعادة ، واحساسه بانسانيته وادراك حقيقة معنى وجوده .

ويتفق كل من دانا فارنسورث (١٩٥٢) ، ووالف مارتن بيير (١٩٦٨) وأحمد عزت راجح (١٩٦٨) ، وحامد زهران (١٩٧٤) ، وأرنست هليجارد (١٩٧٥) على أن التوافق الشخصى والاجتماعى ، واحساس الفرد بالرضا والسعادة ، وقدرته على الانتعاش ، واقباله على المساهمة فى الاعمال الخيرية ، وادراكه لحقيقة ذاته ، وقدرته على مواجهة مطالب الحياة ، وقدرته على انشاء العلاقات الاجتماعية ، وانتهاجه السبل التى تضمن له تحقيق الذات ، وقدرته على الاستقلال وتحمل المسئولية ، وتبنيه لآطار قيسى يتفق مع الواقع الذى يعيشه أو يسمو بهذا الواقع من أهم مظاهر الصحة النفسية السليمة للانسان وأن اختلفوا فيما بينهم من حيث الصياغة والتعبير عن كل من هذه المظاهر .

ويشارك كل من ليلند هنس وروبرت كاجل (١٩٧٠) غيرهما من علماء النفس فيما
أعتبروه مظاهر للصحة النفسية السليمة . إلا أنهما يضيفان مظاهر أخرى ذات أهمية
في هذه الناحية - كالمثابرة ، والتعاون ، والاحساس بالذم ، وقدرة الفرد على
انجاز الأعمال التي تسند اليه والاخلاص في أدائها . (ص ٢٣٨) .

هذا ؛ ويتفق صموئيل مفاريوس (١٩٧٤) مع غيره من علماء النفس بخصوص ما يرونه
من مظاهر الصحة النفسية السليمة ، ويضيف الى هذه المظاهر عدة مظاهر أخرى
مثل ثبات اتجاهات الفرد ومواقفه كما يراها الآخرون ، وقدرة الفرد على اشباع
حاجاته البيولوجية والنفسية اشباعا مناسباً ، وتحقيق التوازن والانسجام بين دوافعه
المختلفة ، ونجاح الفرد في عمله ورضاه عنه ، ووجود فاسفة رصينه متكاملة توجه تصرفات
الفرد وتحدد وجهة نظره في الحياة . (ص ص ٨٠ / ٨٣) .

ويضيف عبد السلام عبد الغفار (١٩٧٦) عدد آخر من المظاهر والابعاد التي يراها
ذات أهمية أو علاقة في تحديد حظ الفرد من الصحة النفسية السليمة . وتتضمن هذه
الابعاد الرضا عن النفس ، والسمو والالتزام ، والوسطية ، والمطام ، ومن خلال
عرضه لهذه المظاهر يبين كيفية التعرف عليها أو كيفية تحقيقها . وفيما يلي عرض لها
المظاهر :

الرضا عن النفس :

ويعنى به ادراك الفرد لما زود به من امكانات ، ونجاحه في تحقيق هذه الامكانات ،
وأن يرضى عن نجاحه الذي حققه ، وأن يدرك أيضا أن الناس يختلفون فيما بينهم من حيث
ما زودوا به من امكانات ، سواء كانت هذه الامكانات عقلية معرفية ، أو واقمية ، أو انفعالية ،
وأن هناك المد يد من العوامل التي أدت الى هذه الاختلافات . وأن مثل هذه الاختلافات
فيها خير الناس . . . ويرى أن يقوم هذا الرضا على أساس الادراك الواقمي للحياة
التي يعيشها ، لا على أساس الاستسلام أو الخضوع . . . ويعتبر أن مكاشفة الفرد لنفسه ،
أي ادراكه ومعرفة امكاناته العقلية والمعرفية ، ودوافع نشاطه وانفعالاته ، ورضاه
عنها من مظاهر الصحة النفسية السليمة .

السمو والالتزام :

ويعنى به أن كثيراً ما يمر الفرد فى مختلف مراحل عمره بمواقف صراعية ، وأن السدى يتخذ القرار فى مثل هذه المواقف ، قد يصل الى الانصياع التام لمطالب المجتمع أو الى رفض هذه المطالب . . . ويرى أن ذا الصحة النفسية السليمة لا يواجه هذه المواقف الصراعية بتلك الدرجة من الحدة كما يواجهها غيره من ذوى المستويات المنخفضة من حيث الصحة النفسية . ذلك لأن الأول قد نجح فى الوصول الى معنى يحدد له مساره فى الحياة ، وذلك يستطيع أن يخرج أهدافه ومطالبه من ذلك الحيز الضيق الذى يرتبط به بصورة مباشرة الى نطاق يشمل الانسانية ، وهو من تسلو أهدافه ومطالبه عن المستوى الذاتى . أى أن سمو الفرد والالتزام بقيم انسانية تساعد على مواجهة المواقف الصراعية . . . يمد مظهرها من مظاهر الصحة النفسية السليمة .

الوسطية :

ويعنى بالوسطية أن الانسان ينهض أن يكون وسطا فيما يقوم به من أفعال ، وأنه يجب ألا يفرط فيما يشبعه من حاجات ، وأن ينجح فى تحقيق أهدافه الخاصة دون الخروج عما التزم به من قيم انسانية أو دينية . . . وألا يسرف فى تحقيق صفه من تلك الصفات التى تحدد انسانية الفرد على حساب صفة أخرى . . . وألا تتعارض حاجات الانسان ورفاهته مع مطالب الانسانية ، وأن يكون معتدلا فى معدل نشاطه ، وفى معدل شدة ما يشبع من دوافعه .

ويرى أن الوسطية تمتد من النتائج التى تترتب على التكوين المقلد الذى زود به الانسان ، حيث يستطيع أن يدرك الفرد طبيعة الحياة التى يعيشها ، وما يؤثر فيها من مخيفات ، وما قد يترتب على الإفراط أو الجاهل أو التطرف فى نشاط ما من نتائج . هذا ويؤكد على أنه ليس هناك تناقضا بين سمو والالتزام وبين الوسطية . ذلك لأن الوسطية هى قدرة الفرد على الاشباع دون أن يخل الفرد بما التزم به من قيم ومثل . أى أنها هى الاعتدال فى اشباع الفرد لحاجاته البيولوجية ، والنفسية ، والاعتدال فى تحقيق قيمة ، وتحقيق الجانب الروحى من الانسان .

المطاء :

ويعنى بالمطاء ذلك الفعل الواعى الاختيارى الذى يقوم به الفرد تجاه الآخرين دون أن يكون وراءه رغبة سوى المطاء - أى ألا يكون المطاء رغبة فى السيطرة على من يمطيه • أو اشعار الآخرين بفضل عطاءه • ••• ويرى أن العطاء له مظاهر مختلفة تتراوح ما بين صدقه خفيه تحليها دون أن تمنى على من أعطيته • الى جهد عقلى يبذل له المالم ويمطيه لعلمه وطلابه دون انتظار لتقدير من الآخرين • الى جهد يقدمه عامل بأمانة • ويؤكد على أن عطاء الانسان هو ما أدى الى تكوين ثقافته واستمرارها وتطورها •••• ويعتبر أن كل ما يودى الى التطور والاستمرار هو الطبيعى وهو الصحى • ولهذا يعد المطاء دليلا من دلائل الصحة النفسية السليمة • (صص ٢١٦/٢٢٢) •

وينبه عبد السلام عبد الغفار (١٩٧٦) الى حقيقة هامة مؤداها اختلاف الناس أو الافراد فيما بينهم من حيث حظ كل منهم بالنسبة لكل من هذه المظاهر والابحاد • ومع التسليم بذكر مفهوم الرضا عن النفس عند كثير من علماء النفس • باعتباره مظهرا من مظاهر الصحة النفسية السليمة • فقد سار عبد السلام عبد الغفار • بهذا المفهوم الى مدى لم يسبقه اليه غيره حيث انه يربط بين الرضا عن النفس وبين مكافئة الانسان لنفسه • وادراكه لحقيقتها وتقبله لها حتى يمكن أن يسعد بما يحققه فى حياته من نجاح •

ولاشك أن الابحاد أو الجوانب الأربع التى يقدها " عبد السلام عبد الغفار " وينادى بها كموشرات للصحة النفسية السليمة تمثل اضافة جديدة فى هذا المجال • خاصة وأن كلا من السمو والالتزام والوسطية • والمطاء تعد مظاهر ثلاث منهمة من فكر جديد • نابع من ثقافة عربية أصيلة ذات أصول دينية •

ومما تقدم من عرض لمختلف المظاهر التى تناولها بالحد يث كل من المشتغلين بعلم النفس هامة والصحة النفسية خاصة • فانه يمكن القول بأن تعدد هذه المظاهر التى وردت فى هذه المناقشة • ناتج عن تعدد الآراء حول هذه الظاهرة وقد يرجع مثل هذا التعدد الى اختلاف فى الخلفية الثقافية • أو المنهج الثقافى الذى نهىل منه صاحب الرأى الذى تناول هذه الظاهرة • أو اختلافا فى الاطار النظرى الذى

ينطلق منه عند ما تحدث عن محددات الصحة النفسية السليمة ، أو باختلاف ما تعارف عليه الناس - من أفعال وأنشطة يصدرها الانسان - من أنها أفعال وأنشطة عادة صحيحة . حيث ان ما كان عاديا أو صحيحا من سلوك أو نشاط يصدره الانسان فسي وقت مضى ، قد لا تعتبر في الوقت الحاضر عاديا أو صحيحا . وبالتالي ؛ فان هذه الآراء جميعها تشير بصورة أو بأخرى الى التصور الكلى للمظاهر التي يمكن أن تحدد على أساسها الصحة النفسية السليمة .

xxx xxxxxxx

xxxxx

xxx

ثانها : الدراسات والبحوث السابقة .

- أ - العلاقة بين الصحة النفسية وكل من الذكاء ، وعوامل التفكير
الابتكاري .
- ب - العلاقة بين الصحة النفسية وكل من حرية الارادة ، والاستقلال
الذاتي ، والانفتاح على الخبرة ، والاحساس بالمسؤولية .
- ج - العلاقة بين الصحة النفسية وكل من الطمأنينة الانفعالية ، والاحساس
بالأمن الاقتصادي ، والاستقرار العائلي ، والكفاءة الاجتماعية .
- د - العلاقة بين الصحة النفسية و ارادة المطء .
- هـ - العلاقة بين الصحة النفسية والاستبصار بالذات .

xxxxxxxxxxxxxxxx

مقدمة :

يرى كثير من علماء النفس والباحثين في مجال الصحة النفسية أن هناك علاقة بين الصحة النفسية من ناحية ، وهدد من العوامل النفسية والاجتماعية من ناحية أخرى ، ومن ثم فقد أجرى العديد من الدراسات التي حاولت الكشف عن كنه هذه العلاقات من زوايا متعددة ، فحاول فريق من الباحثين دراسة العلاقة بين الصحة النفسية والجنس ، حيث قام انسج برفرمان Inge Broverman... (١٩٧٢) بدراسة أنماط الدور الجنسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة ، وأهتم بورتير جمب Porter Gump (١٩٧٢) بدراسة الاتجاهات نحو دور الجنس وعلاقتها بالصحة النفسية مستخدماً في ذلك مجموعة من الطالبات الجامعيات ، هذا وقد أجرى ألن نهرنج Elan Nuehring (١٩٧٤) دراسة عن الشذوذ الجنسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى الطلاب الجامعيين ، وقام جم ملهام وآخرون Jim Milham & Others... (١٩٧٦) بدراسة عاملية للاتجاهات نحو الجنسية المثلية (ذكور واث) وعلاقتها بالصحة النفسية ، كما درس هول هاريس واكسنر لوكاس Hall Harris & Exner Lucas (١٩٧٦) العلاقة بين الصحة النفسية والنمطية الجنسية .

وأهتم فريق ثان من الباحثين بدراسة العلاقة بين البيئة الأسرية والصحة النفسية ، فقام كل من استانسيل كاسل ولهملم Stanislav Kasl & Wilhelm (١٩٧٠) بدراسة العلاقة بين المستوى التعليمي للوالدين والصحة النفسية للأبناء ، واهتم انسج برفرمان Inge Broverman (١٩٧٢) بدراسة العلاقة بين مكونات الخلفية الأسرية والصحة النفسية للأبناء ، وتناول بشير حامد Bashir Hamed... بدراسة العلاقة بين العوامل المنزلية والصحة النفسية لدى مجموعة من طلاب جامعة الخرطوم ، وخصص كارو ياما موتو Kaoru Yamamoto... (١٩٧٠) دراسة للبحث عن ماهية العلاقة بين ظروف أو مكونات البيئة الجامعية والصحة النفسية السليمة .

وتمرض فريق ثالث من الباحثين للصحة النفسية من حيث علاقتها بعدد من الجوانب والابعاد النفسية ، فقام جورج هنتسر George Hunter... (١٩٦٩) بدراسة الكينيكية تناول فيها المشكلات الكامنة لدى مدني الخسر وعلاقتها بالصحة النفسية .

هذا وقام بول بنكوس وآخرون Paul Banikiotes & Others (١٩٧١)
بدراسة العلاقة بين كل من التكيف الانفعالي ، والاستحسان الاجتماعى والصحة النفسية .
على حين قام لوجان رايت .. Logan Wright (١٩٧١) بدراسة حاول فيها
أن يكشف عن مكونات الصحة النفسية الايجابية ، وكان من بين هذه المكونات دراسة نمالوج
من السلوك ، وتحقيق الذات ، وفاعلية الادراك الحسى . وقام دافيد وملتر .. David &
Melter (١٩٧١) بدراسة تناول فيها العلاقة بين الصحة النفسية وكل من الشمور
بالتفاهل ، والكفاءة فى العمل ، والقيم الشخصية . هذا وقد أجرى جلدن لورت
... Gldin Lorete (١٩٧٢) دراسة عن العلاقة بين الصحة النفسية
وكل من المواقف الاجتماعية ، والمشاكل العاطفية . وقام جيمس راندروس James
Andrews .. (١٩٧٦) بدراسة عن معدل ممارسة النشاط من حيث علاقته بالصحة
النفسية . كما درس روبرت وليامسون Robert Williamson (١٩٧٦) العلاقة
بين الطبقة الاجتماعية والصحة النفسية .

وعلى الرغم من تعدد وتنوع الدراسات التى تتناول العلاقة بين الصحة النفسية وغيرها
من الجوانب والتغيرات النفسية والاجتماعية ، فان الباحث لم يجد فى هذه الدراسات
ما يتشابه مع الدراسة الحالية من حيث التصور النظرى ، والتغيرات موضع الاهتمام فى
الدراسة ، بالإضافة الى اختلاف مفاهيم هذه الدراسة عن غيرها من مفاهيم الدراسات
السابقة ، ولهذا فان الباحث سيقوم بعرض بعض الدراسات التى تقترب من مجال الدراسة
الحالية ، وسيتناول بالمشاقفة بعض التغيرات التى قد تمتد بؤشرات للصحة
النفسية . هذا فضلا عن مناقشة آراء علماء النفس والباحثين فى مجال الصحة النفسية
فيما يتعلق بمحاور الاهتمام فى البحث الحالى وهى بعض العوامل العقلية وتتضمن
الذكاء ، عوامل التفكير الابتكارى (المرونة ، التلقائية ، الطلاقة الفكرية ، والاصالة) . وبعض
تغيرات الحرية التى تتضمن حرية الارادة ، والاستقلال الذاتى ، والانفتاح على الخبرة ،
والاحساس بالمسؤولية وعدد من متغيرات الامن التى تتضمن الطمأنينة الانفعالية ، والاحساس
بالامن الاقتصادي ، والاستقرار العائلى ، والكفاءة الاجتماعية ، وكل من علمسى ارادة
المطاء ، والاستبصار بالذات .

أ - العلاقة بين الصحة النفسية والذكاء :

كان من الصعب الوصول الى دراسات تهتم ببحث العلاقة بين الصحة النفسية - طبقاً للمفهوم الذى يستخدم فى الدراسة الحالية - وكل من الذكاء وعوامل التفكير الابتكاري، الا أنه يمكن تقديم عدد من الدراسات التى تناولت العلاقة بين الذكاء وعدد من المتغيرات التى يمكن ايجازها - الى حد ما - بمحاثة مؤشرات للصحة النفسية السليمة، وكذلك عرض عدد من الدراسات التى تناولت العلاقة بين عوامل التفكير الابتكاري وعض هذه المؤشرات.

ومن بين هذه الدراسات دراسة تيرمان Terman (١٩٢٥) التى استخدم فيها مجموعة من التلاميذ ذوى الذكاء المرتفع، وخلص منها الى رأى مؤداه أن الاطفال ذوى الذكاء المرتفع أكثر ثباتاً من الناحية الانفعالية، وأقل عرضة للاصابة بالاضطرابات الانفعالية، وأنهم أكثر قدرة على تحمل المسئولية، وأنهم يتميزون بحساسية اجتماعية، بالإضافة الى أنهم يتصفون بمستويات عالية من الثقة بالنفس، والشابرة، والتفاؤل، والشرح، وذلك بالمقارنة مع زملائهم من العاديين.

هذا ويشير تقرير تيرمان وأودن Terman & Oden (١٩٤٧ و ١٩٥٩) الى أن عدداً كبيراً من أفراد هذه العينة (٩١% من الذكور و ٨٣% من الاناث) يتمتعون بصحة نفسية يمكن أن توصف بأنها جيدة، حيث اتضح أنهم متزنون انفعالياً، ولا يعانون من مشكلات سوء التكيف، وأن لديهم القدرة على مواجهة مشكلات حياتهم - وصفت عامة - كان أفراد هذه العينة أكثر تكيفاً من الناحية الاجتماعية من العاديين.

وقد توصلت هرايجورت Hollingworth (١٩٢٩) الى نتائج مماثلة فى الدراسة التى أجرتها على (١٠٠) مائة طفل من تزيد معاملات ذكائهم عن (١٤٠). حيث أوضحت نتائجها أن الأذكاء - بصفة عامة - أكثر قدرة من العاديين على ضبط انفعالاتهم، وأفضل منهم تكيفاً من الناحية الاجتماعية، وهم أكثر منهم تكيفاً مع البيئة المحيطة بهم.

وقد تكررت نتائج تيرمان وهولنجورت "بصور مختلفة فى كثير من الدراسات التى أجريت فى هذا المجال، حيث أشارت دراسة لايفت فوت Lightfoot (١٩٥١) -

التي أجريت على مجموعة من الأذكيا تتراوح معاملات ذكائهم ما بين ١٢٠ الى ٢٠٠
بمتوسط قدره (١٤٧) ، ومجموعة من العاد بين تتراوح معاملات ذكائهم ما بين ٦٨ الى
١٠٤ بمتوسط قدره (٨٨) - الى أن التلاميذ الأذكيا يتميزون عن العاد بين بممارسة
الكثير من أوجه النشاط الاجتماعي ، والاعتماد على النفس ، والثقة بالنفس والثبات
الانفعالي .

كما أسفرت دراسة هيلدرث Hildreth... (١٩٥٤) - التي أجريت على مجموعتين
تضم الأولى مجموعة من التلاميذ ذوي ذكاء مرتفع ، وتضم الثانية مجموعة من التلاميذ ذوي
مستوى متوسط من الذكاء - عن نتائج موهبها أن التلاميذ ذوي المستوى المرتفع من حيث
الذكاء ، أكثر قدره على ضبط النفس ، وأنهم أكثر توافقا من الناحية الاجتماعية من
الطلاب متوسطي الذكاء .

وتتفق النتائج التي توصل اليها " جالجر وكروور " (١٩٥٧) " وجالجر " (١٩٥٨)
مع النتائج التي توصلت اليها الدراسات السابقة ، حيث أظهرت هذه
النتائج أن الأذكيا يتميزون بقدرة على التكيف الشخص والاجتماعي ، وأنهم يتسمون
بسمات يمكن أن تصفها بهم ذوو صحة نفسية سليمة .

ويذكر ورن وهست Warren & Heist (١٩٦٠) أن دراستهما قد
أسفرت عن نتائج موهبها أن الأذكيا من طلاب السنة الأولى بالجامعة يتميزون من
العاد بين بالقدرة على الاعتماد على النفس ، والمثابرة ، وقدرا أقل من الرغبة في
السيطرة ، والاكتفاء الذاتي ، والقدرة على ضبط النفس ، وتحمل المسئولية .

وقد أظهرت دراسة فرجيل ورد V. Ward... (١٩٦١) - عند ما قارن بين
مجموعتين من الأطفال تضم احدهما الأذكيا ، وتضم الأخرى أطفالا عاديين - أن
الأطفال الأذكيا أكثر ثقة بأنفسهم بالمقارنة مع غيرهم من العاديين - وأنهم
لا يستخدمون الفش حتى اذا سمحت لهم الظروف بذلك ، وأنهم أكثر استقرا
من الناحية العاطفية .

ويخلص تراب وهلمستون Trapp & Himelstein (١٩٦٢) الى رأي
موهبا أن الأذكيا أكثر استعدادا للتكيف ، وغالبا ما يكونوا موضع اختيار كساد .

ويتفق جالجر (١٩٦٣) مع كل من "تراب وهلمستون" على أن الأذكياء يتميزون بالاستقرار الانفعالي ، وهم أقل من غيرهم عصبية ، وأقدر منهم على تصريف الأمور ، وأن الذكي يقبل عليه المجتمع ، وهادة ما يكون موضع حب الجميع .

وكان من بين النتائج التي أسفرت عنها دراسة جتزلز وجاكسون Getzles & Jackson (١٩٦٣) أن الأذكياء من الطلاب يتميزون بالثبات الانفعالي ، والاحساس بالهبة ، حيث تبين أنهم يفضلون هذه السمات عندما يكونوا بصد وصف أنفسهم ، ويعتبرونها ذات أهمية بالنسبة لهم .

وأظهرت دراسة ولاش وكوجان Wallach & Kogan (١٩٦٥) التي كان من بين أهدافها دراسة علاقة الذكاء بالسمات الشخصية - أن الأفراد الأذكياء يتمتعون بالثقة بالنفس ، وشاكد الذات ، وأن زملاءهم يسمون لصد اقتهم ، وكان مستوى القلق منخفضا لديهم .

كما ذكر أديب الخالدي (١٩٧٢) أن دراسته أسفرت عن نتائج تشير إلى أن الأذكياء يشعرون بأنهم موضع حب وتقدير الآخرين ، وأن علامات الانطواء والانعزالية لا تظهر عليهم ، وأنهم موضع اختيار أصدقائهم ، كما أنهم يشعرون بالأمن الشخصي ، والتكيف الذاتي ، ويتصفون بالثبات الانفعالي ، والمثابرة ، ولد يهم قدرة على توجيه سلوكهم تجاه المواقف الجديدة ، واخضاع رغباتهم لحاجات الجماعة وتقبل أحكامها ، والمشاركة في نشاطها ، والوصول إلى مراكز القيادة الاجتماعية .

ويضيف ؛ أن دراسته قد أظهرت أن الأذكياء يتصفون بالمباقة في تعاملهم مع الناس ، وأنهم بعيدون عن الأنانية والحقد ، ويتميزون بالقدرة على انكار الذات ، والتضحية في سبيل الخير ، وأنهم يشعرون بالسعادة مع جيرانهم - وصفة عامة - أنهم متوافقون من الناحية الاجتماعية .

وتتفق دراسة بيرت Burt (١٩٧٥) مع غيرها من الدراسات السابقة حيث أسفرت عن نتائج يستفاد منها أن الأذكياء يتميزون عن غيرهم من العاديين ، بأنهم أقل عرضة للاضطرابات الانفعالية ، وأنهم يفوقون العاديين من حيث الثبات الانفعالي .

هذا وقد أوضحت دراسة عهد المجيد النشواتي (١٩٧٧) أن الازدكيا يتميزون عن الماديين بالنضج الانفعالي ، والهدوء والواقعية ، وسهولة التكيف مع الحقيقة والواقع ، والقدرة على ضبط النفس بالإضافة إلى أنهم يتصفون بالمشابرة ، والاكتفاء الذاتي ، والاعتماد على النفس في تكوين آرائهم وأفكارهم ، وأنهم أكثر قدرة على التغلب على المشورات المحيطة بهم ، وأقل قلقا وشعورا بالاحاطة ، كما أنه يصعب استشارتهم ، وأن لديهم القدرة على التخلص من مواقف الاحاطة التي تصادفهم .

كما كشفت دراسة عهد المميز الشخص (١٩٧٨) عن كثير من النتائج التي تتفق مع ما وصلت إليه نتائج عهد المجيد النشواتي " في هذا الصدد . حيث أظهرت هذه الدراسة أن الازدكيا أكثر نضجا انفعاليا ، وأكثر ثباتا واستقرارا ، ويتصفون بالهدوء والواقعية ، وسهولة التكيف مع أقرانهم ، وأنهم أقدر على ضبط انفعالاتهم ، والتوافق مع الظروف البيئية التي يصعب تغييرها . كما أنهم يتميزون بالمشابرة ، والثقة بالنفس ، والمرح والابتهاج ، والشمور بالأمن ، والاكتفاء الذاتي ، والسيطرة على النفس ، وعدم الشمور بالاحاطة ، وقلة الاستشارة ، والاعتماد على أنفسهم وذلك بالمقارنة مع الماديين .

وما تجدر ملاحظته أن الدراسات السابقة الاشارة اليها قد استخدمت عددا من السمات الشخصية ، وبعض جوانب التوافق الشخصي والاجتماعي باعتبارها مؤشرات للصحة النفسية السليمة ، وهي جوانب وأبعاد تختلف اختلافا كبيرا عن الجوانب والابعاد المتضمنة في مفهوم الصحة النفسية السليمة كما يستخدم في الدراسة الحالية . وقد خلصت هذه الدراسات إلى نتيجة مؤداها أن الازدكيا يتصفون بعدد من السمات ذات العلاقة بالصحة النفسية السليمة ، كالقدرة على ضبط النفس والاكتفاء الذاتي ، والمثابرة ، والثبات الانفعالي ، والتدرة على التخلص من الاحاطة الذي يصادفونه وقلة التعرض للاضطرابات النفسية والقلق ، والاعتماد على النفس . . . إلى غير ذلك من سمات يستفاد منها أن الازدكيا أكثر قدرة من غيرهم على التكيف ازاء مواقف الحياة الجديدة ، والتكيف مع البيئة التي يمشون فيها . بالإضافة إلى قدرتهم على ممارسة مختلف أنواع النشاط الاجتماعي والتعاون مع الآخرين . . . وغيرها من أشكال التكيف الشخصي والاجتماعي .

وهي تشير النتائج السابقة الى وجود علاقة موجبة بين الذكاء وعدد من سمات الشخصية وبعض مظاهر التكيف الشخصي والاجتماعي فان هناك بعض الدراسات التي تشير نتائجها الى وجود علاقة منجنية بين الذكاء وبين السمات الشخصية والتكيف الشخصي والاجتماعي ومن بين هذه الدراسات ما أشار اليه " تيرمان " (١٩٤٧ ، ١٩٥٦)
عند ما أوضح أنه وجد من بين أفراد العينة المستخدمة لديه أفراد يمانون من سوء التكيف أو من اضطرابات نفسية .

كما أشارت دراسة " هولنجورث " (١٩٤٢) الى أن الأطفال الأذكى ممن تجاوزت معاملات ذكائهم (١٨٠) درجة يمانون من سمات في التكيف مثل الشعور بالنقص ، وعدم الكفاءة ، وعدم القدرة على اتخاذ القرار ، وتكوين الصداقات أو الاحتفاظ بمن يصادقون . الأمر الذي يؤدي بهم الى العزلة والانطواء ، وهي مؤشرات يستدل منها على سوء التكيف الشخصي والاجتماعي .

ويتفق " ويستى " (١٩٤٨) مع ما توصلت اليه " هولنجورث " في هذا الصدد . حيث أوضح أن المراهقين الأذكى يشكون من الاحساس بالوحدة ، وافتقاد الاصدقاء ، وفقدان الثقة بأنفسهم ، وعدم القدرة على تكوين الاصدقاء أو الاحتفاظ بهم واتخاذ القرار .

هذا ويذكر بيرتشارد (١٩٥١) أن " تيرمان " قد توصل أيضا الى ما وصلت اليه " هولنجورث " عند ما قام بدراسة استخدم فيها مجموعة قوامها ٨١ طفلا من تهلينج معاملات ذكائهم ١٧٠ فأكثر باستخدام مقياس " بينيه " . حيث كان من نتائج هذه الدراسة أن هناك بعض حالات سوء التكيف الشخصي والاجتماعي .

وتشير بعض نتائج " هيلدرث " (١٩٥٤) أن المجموعة الثالثة من أفراد عينتها التي بلغ معامل ذكائها (١٧٥) . قد ظهرت عليهم بعض مظاهر سوء التكيف ، مثل القلق ، والاحساس بالغرور ، بالإضافة الى اهتمامهم للمشكلات التي يواجهونها ، وعدم مراعاتهم لقوانين وعرف الجماعة التي يعيشون بينها ، كما أنهم يتصفون بالأنانية . هذا وكان من بين نتائج دراسة " ولاشوكوجان " (١٩٦٥) أن الأذكى يظهر ميلًا الى العزلة ، وأنهم يتسمون بالتحفظ في السلوك الاجتماعي .

وقد فسرت نتائج هذه الدراسات على أساس أن ما يبدو من سوء التكيف لدى ذوي الذكاء المرتفع يمكن رده إلى معاملة الآخرين لهم ، وأن العلاقة بين كل من الذكاء وسمات الشخصية وجوانب التكيف الشخصي والاجتماعي علاقة منحنية وليست خطية .

أثر العلاقة بين الصحة النفسية وعوامل التفكير الابتكاري :

يلاحظ من يراجع البحوث والدراسات التي أجريت في مجال الصحة النفسية أن أي من هذه البحوث والدراسات لم يتناول ماهية العلاقة التي تحتمل وجودها بين عوامل التفكير الابتكاري من ناحية ، ومؤشرات الصحة النفسية السليمة ومكوناتها من ناحية أخرى . وقد تطرق عدد من الباحثين لدراسة هذه العلاقة بصورة غير مباشرة فسي سياق اهتمامهم بدراسة للعلاقة بين عوامل التفكير الابتكاري وسمات الشخصية .

فقد قام " بارون " (١٩٥٤) بدراسة العلاقة بين عوامل التفكير الابتكاري والصحة النفسية ، وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة عن أن ذوي القدرة العالية على التفكير الابتكاري يتميزون بتقبل الذات ، والاستقلال ، كما أوضحت النتائج أيضا عن عدم وجود علاقة بين عوامل التفكير الابتكاري والتوافق كمنط للسلوك ، وأن الشخص المتوافق عادة ما يكون أقل أصالة .

وقام كاتلود ريفدال " (١٩٥٥) بدراسة العلاقة بين القدرة على التفكير الابتكاري والسمات الشخصية . وقد أوضحت نتائج هذه الدراسة أن ذوي القدرة على التفكير الابتكاري يتميزون بقوة الأنا والتحرر ، والاكتفاء الذاتي ، وأنهم يميلون إلى الانطواء ، والرغبة في عدم مخالطة الناس ، وكتبوا ما يكونون في حالة اكتئاب . هذا وقد قام " والاش وكوجان " (١٩٦٥) بدراسة العلاقة بين القدرة على التفكير الابتكاري والتكيف الشخصي والاجتماعي ، والسلوك الاجتماعي في محيط الأسرة ، وأستخدم فيها مجموعة نوأمها (١٥١) طفلا من تلاميذ المدرسة الابتدائية ممن يعيشون في الريف ، وينتمون إلى مستويات اجتماعية اقتصادية متوسطة .

وتشير نتائج هذه الدراسة الى أن الاطفال ذوى القسـدرة على التفكير الابتكارى (الطلاقة الفكرية والاصالة) أقل من غيرهم قدرة على تأكيد الذات ، وأنهم لا يسمعون الى صحبة زملاء ، وأن قليلا من الزملاء لا يرفضون في صداقتهم ، وأنهم كثيرا ما يمدون الي الانسحاب فى مواجهة مواقف الفشل فى المدرسة ، كما تهدو عليهم الرغبة فى العزلة . وعند ما فيست أعراض القلق لهؤلاء الاطفال اتضح أن أعراض القلق لديهم منخفضة ، واستخدم الباحثان أسلوب الدراسة الكيفيكية بهدف التحقق من صحة النتائج التى تم التوصل اليها عن طريق التجريب . وأوضحت نتائج هذه الدراسة أن هؤلاء الأطفال يمشون فى صراع مستمر مع أنفسهم ، ومع محيطهم المدرسى ، وأن لديهم احساس بمدى القيمة ، وكثيرا ما يشعرون بعدم الكفاء الذاتى .

كما قام دريفدال Drevdahl..... (١٩٥٦) بدراسة العلاقة بين عوامل التفكير الابتكارى وسمات الشخصية ، استخدم فيها مجموعتين من الطلاب الجامعيين قوام كل منهما (٢٦) طالبا ، تضم أولاهما الطلاب ذوى المستوى المرتفع من حيث القدرة على التفكير الابتكارى ، وتضم الثانية الطلاب ذوى المستوى المنخفض فى هذه الناحية . وذلك حسب تقديرات الأساتذة للطلاب . وتشير النتائج التى توصل اليها هذا الباحث الى تميز أفراد المجموعة الأولى عن نظرائهم من أفراد المجموعة الثانية من حيث سمات التحسر ، والاكفاء الذاتى ، وخلص الباحث فى ضوء هذه النتائج الى القول بأن الطلاب ذوى المستويات المرتفعة من حيث القدرة على التفكير الابتكارى أكثر تحسرا من نظرائهم ذوى المستويات الابتكارية المنخفضة ، كما أنهم أكثر منهم احساسا بالاكفاء الذاتى والاتزان الانمالي .

وقام جيلفورد ومعاونوه Guilford & Others (١٩٥٢) بدراسة العلاقة بين القدرة على التفكير الابتكارى وسمات الشخصية ، استخدم فى ذلك ثلاث

مجموعات من طلبة الكلمات المسكربة بأمريكا - طلبة الأكاديمية الأمريكية لحرس السواحل ، وطلبة الملاحة الجوية ، وطلبة القوات الجوية ، وقد بلغ عدد أفراد كل مجموعة ٢١٢ ، ٢٢١ ، ٢٠٨ على الترتيب - وأجرى على أفراد هذه المجموعات الثلاث عدداً من المقاييس والاختبارات كان من بينها اختبارات القدرة على التفكير الابتكاري (المرونة ، والطلاقة ، والأصالة) .

وقد توصل " جيلفورد ومعاونوه " الى عدد من النتائج كان من بينها أن هناك علاقة ايجابية بين الطلاقة الفكرية وكل من الثقة بالنفس والمثابرة ، وأن هناك علاقة سالبة بين الطلاقة الفكرية واحتمال الاصابة بالاضطرابات النفسية ، وأن هناك علاقة ايجابية بين الاصلية وكل من الثقة بالنفس وتحمل الضغوط ، ولم تشر النتائج الى وجود علاقة دالة بين المرونة التلقائية وأي من سمات الشخصية ذات العلاقة بالصحة النفسية السليمة .

وفي ضوء هذه النتائج ، يمكن القول بوجود علاقة ايجابية بين الطلاقة الفكرية وكل من الثقة بالنفس ، والمثابرة ، وعلاقة سالبة بين هذا التغيير واحتمال الاصابة بالاضطرابات النفسية . وعلاقة ايجابية بين الاصلية وكل من الثقة بالنفس وتحمل الضغوط . وهذه جميعاً جوانب وأبعاد لا يمكن تجاهل دورها فيما يمكن أن يكون عليه الفرد من حيث الصحة النفسية السليمة .

وتوصل تورانس Torrance (١٩٦٢) في دراسته التي أجراها على مجموعتين من تلاميذ المرحلة الأولى ، تمثل الأولى المستوى المرتفع من حيث القدرة على التفكير الابتكاري ، وتمثل الثانية المستوى المنخفض من هذه الناحية - الى نتائج تشير الى تفوق التلاميذ ذوي المستويات المرتفعة من حيث القدرة على التفكير الابتكاري على نظرائهم ذوي المستويات المنخفضة في هذه الناحية من حيث كسب المثابرة ، ومساعدة الآخرين ، والقدرة على حل المشكلات ، والمرح والانطلاق في التفكير ، والملازمة مع الآخرين .

هذا وقام عهد السلام عهد الخفسار (١٩٦٣) بدراسة أجراها على (٢٠٠) مائتين تلميذ وتلميذة من تلاميذ الصف المباشر بأمريكا ، مستخدماً في ذلك اختبارات القدرة

على التفكير الابتكاري " لجيفورد " وقياس " كاتس " للشخصية للمرحلتين الاعداد يسة والثانوية - خلص منها الى وجود علاقة موجبة بين الطلاقة الفكرية والبرج ، وبين الاصلسة والاكتفاء الذاتى ، وبين المرونة التلقائية والسيكوثيميا .

هكذا ؛ بينما اوضحت نتائج هذه الدراسة ان التلميذات من ذوى المستوى المرتفع من حيث القدرة على التفكير الابتكاري من تلميذات المرحلة الثانوية يملن الى الانطواء الى حد كبير ، حيث كانت سمة الاكتفاء الذاتى واضحة فى شخصياتهم ، وأن لديهن القدرة على وزن الأمور بحرص ، وأنهن يعتمدن على أنفسهن ويملن الى ممارسة النشاط الفردى ، ويحجمن عن الاشتراك فى أعمال الجماعة .

ويتهى عبد السلام عبد الغفار (١٩٦٣) فى هذه الدراسة الى رأى مؤداه أن ذوا القدرة على التفكير الابتكاري سريع النكته ، ومرح ، وصرح وسهل المباشرة ، ويحترم المطالب الاجتماعية ، وأنه سعيد بنفسه وحياته . حيث أنه يعتمد على نفسه ، ومكتفى ذاتيا ، وله آراؤه الخاصة ، وأنه قوى الارادة ، قادر على التمهير عن نفسه .

ويفسر عبد السلام عبد الغفار (١٩٦٣) هذه النتائج بقوله ان المبتكر يجمع فى شخصيته عدة سمات متضادة ، وأنه لديه القدرة على ايجاد نوع من التوازن بين هذه المتناقضات وأنه يستمد سعادته من احساسه بالقدرة على ايجاد التوازن بين ما يظهر من متناقضات .

ويؤكد " بارون " (١٩٦٨) على ما وصل اليه عبد السلام عبد الغفار (١٩٦٣) عند ما نادى بأن ما يظهر من تضارب بين سمات الشخصية التى تميز المبتكرين لا يعمنى أنهم أقل صحة أو غير أسوياء ، وذلك لأن لديهم القدرة على مواجهة ما يعنى لهم من مشكلات ، واحداث التوازن بين هذه المتناقضات حين قال : " ان المبتكرين أكثر صحة ورضا من غيرهم ، وأن لديهم من الامكانيات النفسية ما يستطيعون عن طريقها مواجهة أى اضطرابات نفسية يتعرضون لها " (ص ٢٢٤) .

وقام موتلاج Motlagh... (١٩٦٨) بدراسة عن العلاقة بين القدرة على التفكير الابتكاري وعدد من الموامل كان من بينها عدد من سمات الشخصية ، مستخدما فى ذلك

مجموعة من الطلاب الذين يدرسون العلوم في جامعة تنيس الامريكىة قوامها (١٨٨) طالبها جرى تقسيمها الى مجموعتين ، بحيث تمثل الاولى ذوى المستوى المرتفع من حيث القدرة على التفكير الابتكارى ، وتمثل الثانية ذوى المستوى المنخفض من هذه الناحية - وتوصل الى نتائج مؤداها أن الطلاب الجامعيين ذوى المستوى المرتفع من حيث القدرة على التفكير الابتكارى أكثر انطوائية من غيرهم من ذوى المستوى المنخفض ، وأنهم لا يميلون الى ممارسة الهوايات الجماعية .

هذا وقد قام عبد الحليم محمود (١٩٧١) بدراسة العلاقة بين عوامل التفكير الابتكارى (المرونة التلقائية ، والطلاقة الفكرية ، والاصالة) ومخز السمات المزاجية للشخصية ، مستخدما فى ذلك مجموعة قوامها ٢١٦ طالبا من طلاب السنوات الثانية والثالثة والرابعة بكلية الآداب جامعة القاهرة ، وطبقت عليهم كل من اختبارات القدرة على التفكير الابتكارى ، وعدد من مقاييس الشخصية .

وقد كان من بين نتائج هذه الدراسة أنه ليس هناك علاقة بين كل من المرونة والطلاقة والاصالة وعدم تحمل الضغوط ، بينما ظهر أن هناك علاقة بين كل من الاصالة والطلاقة وقوة الأنا ، وأن هناك ارتباطا موجبا بين الاكتفاء الذاتى والاصالة ، وكان الارتباط موجبا بين القلب الوجدانى (مثلا فى المصاحبة) وكل من المرونة والاصالة .

كما أجرى روسمان Rossman (١٩٧٣) دراسة عن سمات الشخصية لىدى طلاب كليات الهندسة والفنون ذوى القدرة على التفكير الابتكارى . مستخدما فى ذلك مجموعة قوامها (١٨٨) طالبا يهذبين المجالين من طلاب السنوات النهائية .

وقد أظهرت نتائج هذه الدراسة أن الطلاب ذوى المستويات المرتفعة من حيث القدرة على التفكير الابتكارى يتميزون عن نظرائهم ذوى المستويات المنخفضة من هذه الناحية ، من حيث التصر ، والاستقلالية ، والحساسية ، وحس المخاطرة ، وكان مستوى القلق لدى أفراد المجموعة الاولى يفوق مثيله لدى أفراد المجموعة الثانية .

هذا وقد أجرت هالبن وآخرون Halpin & et. al (١٩٧٣) دراسة على التلاميذ والتلميذات ذوى القدرة على التفكير الابتكارى ، وأوضحت نتائجها أن التلاميذ والتلميذات ذوى القدرة على التفكير الابتكارى ، يتميزون عن غيرهم من الماديين

بالاستقلال الذاتى ، والتمسك الشديد بالمبادئ الأخلاقية ، بينما أوضحت هذه النتائج أن تلميذات نفس هذا المستوى يتميزن عن غيرهن من الماديات ، بأنهن أكثر شمبية بين زميلاتهن ، ويتمتعن بقدره عالية على التكيف الشخصى والاجتماعى .

كما درس عهد المجيد النهواتى (١٩٧٧) العلاقة بين عوامل التفكير الابتكارى (المرونة والطلاقة والاصالة) ومخزومات الشخصية . مستخدما فى ذلك مجموعتين من طلاب الصف الثانى الثانوى بمدينة دمشق ، وكان من بين ما استفسرت عنه هذه الدراسة من نتائج أن التلاميذ ذوى القدرة المالية على التفكير الابتكارى يتسمون بالصراحة ، والبهجة ، والصور بالسمادة فى حياتهم ، والحرية فى التعبير عن مشاعرهم . بالإضافة الى أنهم أكثر اهتماما بالناس ، وأكثر نضجا من الناحية الانفعالية ، وأكثر تحملا للمسئولية ، وأنهم من الذين يلتزمون بالقيم والأخلاق .

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع الدراسة التى أجراها عهد المزى الشخص (١٩٧٨) حيث أظهرت الدراسة الأخيرة أن التلاميذ ذوى المستويات المرتفعة من حيث المقدرة على التفكير الابتكارى يتميزون عن غيرهم من الماديين بالمرح والسمادة والصراحة ، والقدرة على التعبير عن النفس ، وتمثيل الجماعة ، والمثابرة ، وقوة المزمومة ، وتحمل المسئولية . وهم أكثر منهم ثباتا من الناحية الانفعالية وأنهم يهتمون بالناس ويلتزمون بالقيم والأخلاق فى التعامل معهم . بالإضافة الى أنهم يميلون الى تأكيد الذات ، والاستقلال فى التفكير ، والسيطرة ، وحب المنافسة .

وبناء على ما تقدم من عرض للدراسات التى تناولت العلاقة بين عوامل التفكير الابتكارى وسمات الشخصية ، فإنه يمكن القول بوجود علاقة بين كل من هذه السمات وسمات الشخصية التى قد يعتبرها بعض الباحثين بمثابة مؤشرات للصحة النفسية السليمة . وتمثل هذه المؤشرات جوانب وأبعاد تختلف عن مثيلاتها فى مفهوم الصحة النفسية السليمة الذى تتبناه الدراسة الحالية . وقد توصل فريق من الباحثين فى الدراسات السابق الإشارة إليها الى أن الافراد ذوى المستويات المرتفعة من حيث القدرة على التفكير الابتكارى يتسمون بسمات تعد فى نظرهم بمثابة مؤشرات للصحة النفسية السليمة .

هذا ؛ بينما توصل فريق آخر من هولاء الباحثين في هذا المجال الى نتائج تهدد ومناقضة فيما بينها . حيث اشارت نتائجهم الى أن الأفراد ذوي المستويات المرتفعة من حيث القدرة على التفكير الابتكاري يتسمون بالانقلاب الوجداني ، والشغور بالقلق ، والميل الى العزلة والانطواء ، وهي سمات أو خصائص اعتبروها تتعارض مع مقومات الصحة النفسية السليمة . ومع ذلك يذهب هولاء الباحثون في تفسيرهم لهذه النتائج الى القول بأن هذا التناقض لا يتمارسها بالضرورة مع مقومات الصحة النفسية السليمة أو متطلباتها ، حيث ان هولاء الأفراد لديهم من القدرات والامكانيات ما يمكنهم من احداث التوازن بين هذه السمات المتناقضة على نحو يجنبهم امكانية الوقوع فريسة للصراع .

xxxxxxxxxxxxxxxx

xxxxxx

ب - العلاقة بين الصحة النفسية وعوامل الحرية :

ب ١ - حرية الارادة :

يوهوكسند كثير من علماء النفس أن الانسان حر بطبيعته ، وأن ممارسة الانسان لحرية ارادته لا تقتصر على ما يدور في نفس الانسان من حوافز ورفقات يتمين عليه أن يختار بين بدائلها المتاحة ، بل يتعداها الى مواقف وأحداث العالم الخارجى ، حيث يستطيع الانسان عن طريقها أن يحقق لنفسه ولمجتمعه ما يموود عليهما بالخير والرفاهية ، ويحقق لهما الراحة والهدوء النفسى .

ويروى كل من رانك Rank (١٩٣٦) ، وسلى Smalley (١٩٦٧) أن حرية الارادة مفهوم ليس جديداً فى مجال علم النفس ، بل سبق استخدامه من قبل ، وذلك لأهميته فى بناء الشخصية ، ويربط هذان الباحثان بين قدرة الانسان على التصرف بحرية والصحة النفسية السليمة .

ويتفق هذا مع ماورد لدى وليم ماجدوجل . . William Mcdaugal (١٩٦١) عند ما أوضح أن التنازل عن الحرية ليس من طبيعة الانسان ، ويقصد بالحرية هنا تلك الحرية المسئولة التى تحكمها الضوابط الاخلاقية ويؤكد على أن حرية الارادة تعد أساسا لكثير من ضروب النشاط الانسانى . (ص ٢٠٠) والتالى ؛ يمكن القول بأن حرية الارادة شئ لا ينفصل عن طبيعة الانسان ، وطالما ظلت هذه الحرية ، حرية مسئولة فهى تستطيع أن تسهم فى تحقيق أنواع النشاط المختلفة التى يسعى الانسان الى ممارستها والتى بدونها قد يصبح الانسان عرضة للاضطراب النفسى .

ويتردد هذا المعنى لدى عبدالمزيب القوصى (١٩٧٠) حيث يؤكد أن حرية الارادة تعد صفة أساسية من طبيعة الانسان ، ويروى أن للانسان ارادة تختار بين الخير والشر ، فان سارت نحو الخير استحق صاحبها الثواب ، وان سارت نحو الشر استحق العقاب وعن طريقها تصل الشخصية الى أعلى درجات تكاملها . (ص ٢٩٤) ومن ثم ؛ يمكن القول أن ممارسة حرية الارادة فى ضروب الخير أو سبله يحقق للانسان اثامات يثمر معها بالسعادة ، كما أن ممارسة حرية الارادة على هذا النحو يسهم فى تكامل شخصية الانسان .

وهي ماسلو . . Maslow (١٩٧١) أن الانسان ولد مزودا بإرادة تمكنه من أن يسلك وفق إمكاناته ، بما يحقق له الاحساس بوجوده . مما يترتب عليه أن يسمى الانسان دائما للمحافظة على هذا الوجود ونموه . عندما قال : " نستطيع أن نقبول بدرجة كبيرة من الثقة أن الانسان ولد مزودا بإرادة فمالية ، تدفمه الى النموس السلم وتحقق إمكاناته الانسانية " (ص ٢٥) .

ويتفق كولمان Colman (١٩٧٢) مع " ماسلو " على " أن حرية الاختيار تمثل واحدا من العوامل الأساسية التي تساعد الانسان على تحقيق وجوده " (ص ٦٩) وإذا ما استطاع الانسان أن يحقق وجوده ، فان هذا يجعله قادرا على أن يحيا حياة مثمرة ، تتيح له فرصة التمتع بمقومات الصحة النفسية السليمة .

وهو كسد جيوارد سدن . . Jourard Sidney (١٩٦٣) على " أن ممارسة الفرد لحرية في تعلم مهارات جديدة تمكنه من أن يتغلب على المشاكل التي تواجهه ، وهذا النوع من الممارسة يعد توظيفا كاملا للوجود الانساني ، الذي بدوره يعد علامة من علامات الصحة النفسية السليمة " (ص ١٧) ويتفق معه في ذلك كل من " رونسد واجنر . . Raymand Waggoner (١٩٧٠) . وشيبرد Shepherd (١٩٧٠) اللذان يعتبران أن ممارسة الانسان لحرية معتبرا أمرا ضروريا حتى يتسنى له أن يعيش حياة نفسية سعيدة . وهذا ؛ وينادي سكينر . . Skinner (١٩٧١) بأنه ينهض الا تكون هذه الحرية ، حرية وهمية ، بل يجب أن تكون قابلة للممارسة والتحقيق . لأنها تمثل هدفا أساسيا في حياته ، حتى يستطيع أن يسيطر على سلوكه ويضبطه على نحو يضمن لهذا السلوك تعريزا بالمنشود . (كولمان ١٩٧٢ ، ٧٢١) .

ولعل هذا ما جعل هنري موراي Henry Murry (١٩٣٨) يذهب الى القول بأنه لا يكفي أن يعرف الانسان ما ينهض عليه أن يفعله ، بل ينهض أن يكون قادرا على أن يفعل ما ينهض عليه أن يفعله . (ص ٥/٣) ولهذا أشار " كولمان " (١٩٦٠) الى أن الانسان لديه قدرة على الاختيار بخلاف الكائنات الأخرى (الحيوانات) لأنها " مزودة في بنائها الداخلي بميكانيزمات توافقية ، ليس لدى الانسان سوى القليل منها . أما الانسان فانه يستخدم عقله في موازنة سلوكه مع مطالبه " (ص ٦) كما يرى أن حرية الارادة تميز الانسان عن غيره من الكائنات عندما ذكر أن رد الفمسل

الذى يهده الشخص أو يصدر عنه ، يختلف تماما عن رد الفعل بالنسبة لكسرات
الهلباردو " حيث إن لديه ما يعرف بالارادة ٠٠٠ .بالاضافة الى أنه يتخضع بإمكانية
هائلة من الحرية ٠٠٠ .هالتالى ؛ فليس من المعقول اهبأر الانسان كائنا ألبا
يتختم عليه أن يفكر ويسلك بطريقة معينة . (ص ٣٢ / ٣٥) .

هذكر عبد السلام عبد الفغار (١٩٧٣) " أن الانسان يعيش حياته بملء ارادته ،
لأنه يرغب فى أن يعيشها - وي طرح سوألا - ألا يستطيع أى انسان أن ينهى حياته
بجده ؟ وهذا يعنى أن لديه الحرية فى تقريره ما يفعله فى حياته وحياته ، ولا ينكر
حرية ارادة الانسان فى تقريره مصيره وتشكيل حياته سوى من ينادى بنظريات الحتمية ،
أو من يؤمن بهذاء تسلط الآخرين عليه ، وتحكمهم فى آرائه . أى أن من
يدرك أنه ليس له ارادة هو انسان مريض ، ومن هنا ترتبط حرية الارادة بالصحة
النفسية السليمة . حيث أن الانسان الذى يملك ارادته يستطيع أن يمارس حياته حسب
ما يريد ، فهو يملك حريته فى اتخاذ ما يراه من مواقف ، وقد تمثل هذه المواقف
محددات لحريته ٠٠٠٠ أى أن الانسان حر فى اتخاذ ما يراه من مواقف حيال
هذه المحددات ٠٠٠٠ بل ان ممارسة هذه الحرية تتعد الى اتخاذ موقف معين
تجاه شء ما ٠٠٠ يتجاوز العالم الخارجى ، انه يستطيع الانسان - ولد بيه
الارادة - أن يتخذ موقفا معينا حيال نفسه ، فقد يرفضها ٠٠٠٠ أو يقبلها
(ص ٤٧) .

هذا وقد أشار " ألن واتس Alan Watts الى أن كثيرا من المتخصصين
فى دراسة الشخصية السوية وغير السوية ، يؤكدون على وجود علاقة بين الحرية
والشخصية السوية " . (جيرارد سدننى ١٩٦٣ ، ١٩٧٨) . وقد أكد ههذا
ألهورت . . Allport (١٩٥٥) فى معرض حديثه عن حرية الارادة ، عند ما نادى
بضرورة ممارسة الانسان لحريته ، بشرط أن يصحها الضمير ، وبشرط أن يسلك
الفرد فى ممارسته لهذه الحرية وفق قيمه الخاصة . ويؤكد على أن حرمان الانسان
أو افتقاده لحرية الارادة يترتب عليه حرمان الانسان من متطلبات النمو النفسى
السليم . (ص ١٠٠) .

وينادي عبد العزيز القوصي (١٩٥٥) بنفس هذا الرأي ، حيث يرى أن حرية الارادة ينهض أن تحاط بالضغط ، لأنها بدون الضغط تحطم نفسها وعلى الانسان أن يتقبل هذا الضغط ، لأن الموقف الذي توجد فيه الحرية والضغط جنبها الى جنب ، هو الذي يتيح لنا مزيدا من الحرية ، وولوج درجات رفيعة من التقدم يتحقق معها شعور الانسان بالاحترام المتبادل بين الأفراد ، والفهم الذي يتجه به السوي الهدف الممام الذي يجعل المجتمع أقوى المجتمعات ، وأكبرها تماسكا وتكاسلا ، وأبعدها شأنًا في التقدم ، وأكبرها تنمعا بالصحة النفسية السليمة . (ص ١٢) .

هذا ويذكر فروم . . . Fromm (١٩٦٠) أن كثيرا من الناس الذين وقدسوا ضد الظلم والظغيبان ، وقد موا حياتهم من أجل الحفاظ على حريتهم قد تمكنوا من السيطرة على الطبيعة ، وكذلك القضاء على الدول المستبدة ومنذ أن حصلوا على المساواة والحرية استطاعوا أن يشمروا بالاطمئنان والسعادة . (ص ١٥) ويتفق فرانكل . . . Frankl (١٩٦٣) مع " فروم " في رأى مؤداه أن حصول الانسان على حريته تمكنه من أن يحيا حياة يشمر فيها بالسعادة عند ما يعرف معنى وجوده كإنسان . حين قال : " ان معنى وجود الانسان لم يختصر ، ولم يوجد بمحض الصدفة ، وانما اكشفه الانسان عند ما اكشف نفسه " (ص ١٥٧) ولا يستطيع الانسان أن يكشف نفسه ، الا اذا عرفها حق المعرفة ، ولا يمكن أن تتم هذه المعرفة - الا اذا مارس الانسان حرية ارادته ، وفي هذه الحال يشمر بوجوده وانسانيته ، مما يحقق له شمورا بالسعادة .

كما أشار بارون . . . Barron (١٩٦٣) الى " أن ممارسة الانسان لحيته تمكنه من الحصول على مزيد من الخبرة " (ص ٦) التي بدورها تجنب الانسان الوقوف في مواقف يمكن أن تسبب له الصراع ، بل تساعده على حل المواقف الصعبة ، فيشمر بمدى الراحة والهدوء ، ويتفق مع هذا الرأي " جيارد سدن " (١٩٦٣) حيث يرى " أن الانسان في حاجة الى ممارسة الحرية في حياته ، وذلك لأن الحرية تسعد ذات قيمة كبيرة ، حيث أنها تتيح للانسان فرصة اكتساب الخبرة ، والتمهيم بنفسه " (ص ٣٦) ويؤكد على أنها ضرورة يحتاج اليها الانسان الصحيح نفسيا كأساس للاحساس بالأمن حين قال : " ان الشخص الصحيح نفسيا ، يحتاج للحرية كمنهج للأمان ،

وذلك لأنه يسمى دائماً كي يعيش حراً ، ويمارس هذه الحرية ، لأن ممارسة الحرية تجعله شخصية تشعر بوجودها " (ص ٣٢) .

ويؤكد صموئيل منساريوس (١٩٧٤) على أن احساس الفرد بالأمن داخل المجتمع الذي ينتمى اليه ، لا يتم الا اذا توافر له قدر من الحرية ، يمارس عن طريقها أدواره في الحياة دون خوف أو تردد حين قال : " ان الأمن النفسى لأفراد المجتمع بوجه عام ، يتوقف على مدى الحرية والتسييرات التى تتاح لأفراد المجتمع فى التمييز عن أنفسهم وممارسة حقوقهم " (ص ٤١) ويشارك أرنست هيلجارد Ernest Hilgard (١٩٧٥) نفس هذا الرأى حيث ذكر " أن الانسان الذى يوصف بأنه سوى لا بد أن يكون قادراً على التفاعل مع المواقف الاجتماعية ، وفى نفس الوقت لا يشعر بأنه خاضع لآراء الآخرين " (ص ٤٥٥) وهو بهذا يؤكد على أن ممارسة الفرد لحرية ، يمكنه من التمييز عن رأيه دون خضوع لآراء غيره ، كما يجعله هذا الوضع قادراً على التفاعل مع المواقف الاجتماعية ، بما يحقق له الصحة النفسية السليمة ، ويتفق معهما كل من على أحمد على (١٩٧٦) ، وفاخر عاقل (١٩٧٦) حيث يعتبران أن احتلاك الفرد لحرية وممارسته لها يتيح له فرصة التمييز عن رأيه ، فيشعر بقيمته التى عندها يحقق وجوده وانسانيته .

ويتضح مما تقدم أن الصحة النفسية السليمة ترتبط بحرية الارادة ، وذلك استناداً الى مسلمة موداها أن الانسان قد ولد مزوداً بهذه الحرية ، فاذا ما أتيح له الفرصة ، وهي له المناخ لممارستها فانه يستطيع أن يزاول مختلف أنواع الأنشطة ، مستثمراً فى ذلك ماله من طاقات وامكانيات ، بما يجعله يشعر بوجوده داخل المجتمع الذى يعيش فيه وينتمى اليه ، وما يحقق الخير لنفسه ولمجتمعه . وفى هذه الحال يشعر بالاستقرار والاطمئنان ، وتحقق له السعادة التى تنمكس بشكل أو بآخر على المجتمع ، فيعيش متمتعا مع أفراد ، بملاقات تتسم بالمشورة والهدوء ، ومن هنا ، تمتد حرية الارادة فى نظر علماء النفس واحدة من المكونات الهامة للصحة النفسية السليمة .

.....

ب ٢ - الاستقلال الذاتى :

يتجه بمحض طمأنينة النفس الى القول بأن الاستقلال الذاتى يعتبر من الجوانب
النفسية الأساسية التى تتيح للانسان امكانية الاحساس بالثقة بالنفس ، وهو شعور
يتأتى نتيجة احساس الفرد بقدرته على تسيير أمور حياته ، دون طلب المون والمساعدة
من الآخرين . الأمر الذى يجعله دائما مستعدا للقيام بدوره فى الحياة ،
وتحمل مسؤولية هذا الدور ، والتغلب على الصعاب التى تواجهه ، بما يؤكد قدرته
على أن يحيا حياته واثقا من نفسه ، مطمئنا فيها .

ويشير بول لاندس وجوان هير . . . Paul Landis & Jonne Hear (١٩٥٤)
فى هذا الصدد الى أن الاستقلال الذاتى يسير جنبها الى جنب مع تحمل المسؤولية
فالطفل الذى يساعد ، من حوله على تحمل مسئوليات متدرجة فى الصعوبة ، سوف يكون
قادرا على أن يبت بنفسه فيما يعنى له من مسائل ، وأن يستقل بتفكيره . . . وينادى
هذان الباحثان بضرورة أن يمنح الطفل قدرا متزايدا من الاستقلال على نحو يتماشى
مع ما يبدىه من مقدرة على حسن الاستفادة مما لديه من قدرات وامكانيات ، ويعتقد
أن مثل هذا الاستقلال المتدرج يساعد على تنمية الانسان تنمية صحيحة ، ويجعل منه
انسانا قادرا على مواجهة مشكلات الحياة وحلها . (ص ٥٢) .

ويؤكد أنجل Angyal على أن الاستقلال الذاتى يمكن الانسان من
أن يعبر عن نفسه عن طريق عدد من المسارات النوعية ، مثل الرغبة فى التفوق ،
والاكتساب ، والانجاز (هول ولندرى ١٩٧٨ ، ٤١٧) وهذا يعنى أن الاستقلال
الذاتى يجعل من الانسان شخصية ذات خبرة واسعة ، تمكنه من الوصول
الى مستوى عال من الانجاز ، وتحقيق التفوق ، مما يترتب عليه أن يشعر الانسان
بقدرته على تلبية رغباته معتمدا فى ذلك على نفسه ، مما يحقق له احساس
بالراحة النفسية .

على حين يرى فروم . . . Fromm (١٩٥٥) أنه اذا أُتيح للانسان قدرا مناسباً
من الاعتماد على النفس والاستقلال الذاتى ، فإنه يستطيع أن يكشف حقيقة قدراته

وامكاناته بنفسه التي يحقق من خلالها احساسه بالرضا والسعادة . عند ما قبال :
" ان اكتشاف الفرد لذاته ، ومعرفة امكاناتها ، لا يمكن أن يتم الا اذا استطاع
المجتمع أن يمنح للانسان فرصة الاحماء على النفس . وليس عن طريق الخضوع
أو الامتثال لآراء الآخرين " (ص ٣٦٢) .

ولهذا يدعو كل من سبرجون أنجلش وستوارت فنش Spurgeon English & Stuart Finh (١٩٥٦) الى ضرورة التقليل من القيود المعنوية ،
وتشجيع الاستقلال عن الأسرة ، ويمتبران ذلك بمثابة مطلب أساسي للراشد . ويمتقدان
أن ذلك ينبغي أن يتم بهذه المراحل الاولى من نمو الشخصية بحيث ينال الفرد
نوعا من التشجيع على التصرف الاستقلالى ، وأن تقدر جهوده التي يبذلها فى الأعمال
الاستقلالية . (ص ٥٢ - ٥٤) حيث ان مثل هذا التقدير للأعمال ذات الصفة
الاستقلالية ، يساعد الانسان على أن ينمو ممتدا على نفسه ، مشكلا سلوكه بما يساعده
على التقدم ، وما يمكنه من ممارسة دوره فى الحياة دون خوف من الاخفاق .

وقد نادى موراي Murray (١٩٣٨) بأهمية الاستقلال الذاتى فى نمو
الانسان نموا سليما فأوضح أنه يمكن أن يتحقق اذا ما استطاع الفرد أن يتخلص من المعوقات
وأن ينطلق من الحصار ، وأن يقاوم التقييد ، وأن يتحاشى الأنشطة التي تفرضها
السلطات وأن يتخلى عنها . (هول ولندزى ١٩٧٨ ، ٢٣٣) .

كما يعتبر جودا Jahoda (١٩٥٨) الاستقلال الذاتى أحد الأسس التي تسهم
فى تحقيق الصحة النفسية السليمة . ويشاركه فى هذا الرأى كل من جيمارد سدننى (١٩٦٣)
و "أوتوررانك" حيث يجيمان على أن الاستقلال الذاتى يمثل صورة ايجابية من صور
الصحة النفسية ، وذلك لأن الفرد اذا استطاع أن يعتمد على نفسه ، وأن تكون
لديه القدرة على تدبير شئونه بطريقة استقلالية ، يكون أكبر صحته من
الناحية النفسية . (ص ٩ و ٢١) .

على حين يرى ألهورت (١٩٦٣) أن الاستقلال الذاتى يعد قوة أساسية
فى توكيده ذات الفرد حيث أنه يضى "صباح الفردية داخل نفسه" . (ص ٦٨)
وفى هذا اشارة الى أن الاستقلال الذاتى للفرد يساعد على تأكيد ذاته ، فهشمبر

معها بالوجود الذي يحقق الراحة النفسية .

ويؤكد عبد السلام عبد الغفار (١٩٧٦) * أن الفرد يستطيع أن يصل الى مستوى مناسب من الصحة النفسية السليمة ، أن هو ترك شأنه دون تدخل من الآخرين * (ص ١٨٤) . حيث يتاح للفرد فرصة الاعتماد على ماله من قسدرات في أحداث التوازن في شخصيته دون مساعدته من غيره ، فيحقق له الاحساس بالرضا والاطمئنان . بينما يرى ظلمت منصور (١٩٧٨) أن تزايد الاستقلال الذاتي ، يعمل على زيادة الاعتماد على النفس ، واحترار الذات ، مما يساعد الفرد على التحرر من العوائق الخارجية ، مما يزيد من قدرته على اتخاذ القرارات ، مما يسهم في النمو الشخصي السليم . (ص ٢٢٣) .

وتؤكد نتائج بعض الدراسات^١ ما توصل إليه كثير من الآراء النظرية السنتي ينادى بها علماء النفس فيما يتعلق باحترار الاستقلال الذاتي أحد العوامل النفسية التي تسهم في صحة الانسان . ومن هذه الدراسات ؛ دراسة بارون Barron.... (١٩٦٨) الذي يذكر أن دراسته عن عوامل الصحة النفسية السليمة ، قد أوضحت أن الاستقلال الذاتي يعد من بين العوامل التي تسهم في تحقيق الصحة النفسية السليمة . حيث تبين أن الاسرة التي تتمتع بالصحة النفسية السليمة ، كانت تهذب مجهودا كبيرا في تدريب أبنائها على الاستقلال الذاتي في الحياة ، والاعتماد على النفس ، وذلك اذراكا منها لأهمية الدور الذي يمكن أن يقوم به الاستقلال الذاتي في الصحة النفسية .

وتشير نتائج الدراسة التي قام بها لوجون رايت Logon Wright (١٩٧١) على مجموعة من الطلاب الجامعيين ، بهدف التعرف على العناصر الايجابية للصحة النفسية - الى أن الاستقلال الذاتي يعد من بين العوامل التي تسهم في تحقيق الصحة النفسية السليمة .

كما أظهرت دراسة ماسلو Maslow (١٩٧١) أن المحققين لذواتهم - وهم من الأصحاء نفسيا - يتسمون بالاستقلال الذاتي . وهكذا تشير هذه النتائج

التي أكدت وجهة نظري كثير من علماء النفس إلى أن هناك ارتباطا بين الصحة النفسية السليمة والاستقلال الذاتي .

وخلصنا ما تقدم ؛ أن الاستقلال الذاتي يعد من العوامل الأساسية التي يمكن أن تسهم في تحقيق الصحة النفسية السليمة ، لأن اعتماد الفرد على نفسه في وقت مبكر يتيح له فرصة اكتساب خبرات الحياة بطريقة مباشرة . مما يترتب عليه أن يصبح الفرد أكثر فاعلية في المواقف التي يعيشها ، وأكثر قدرة على حل ما يعترضه من صعوبات ومشكلات ، إلى جانب قدرته على كسر ما قد يحيط به من قيود وهمية .

ب ٣ - الانفتاح على الخبرة :

يتفق كثير من علماء النفس على رأي موداه أن انفتاح الانسان على الخبرة ، وقبوله لمختلف الصور والأشكال الثقافية ، يمكنه من ممارسة حياته بصورة سهلة ، ويساعده على تجنب كثير من المواقف التي قد تسبب له القلق والحيرة . ويستندون في ذلك إلى مسلمة موداه أن الجمود الثقافي يترتب عليه كثير من صنوف القلق النفسي ، وشمور الفرد بعدم الأمن عند ما يواجه أية ثقافات أخرى ، لأن جموده الثقافي ينمسه من أن يسلك وفق هذا الجذ يد من الثقافات معها بيورها ، وبالتالي يمرض نفسه للصراع نتيجة عدم قدرته على الاتيان بالسلوك الذي يتلائم وما تتطلبه هذه الثقافة .

ويتبردد هذا المعنى لدى أولمان وكراسنر Ullman & Krasner (١٩٦٩) عند ما يؤكده أن على أن " كثيرا من الفلاسفة القدامى - مثل أرسطو - قد أكدوا على أهمية الخبرة في تحديد السلوك " (ص ١٧٢) ويتفق معهم عبد السلام عبد الغفار (١٩٧٣) في ذلك ، ويرى أن الخبرة - قد تكون سببا في تحقيق الراحة والاستقرار ، والتصرف السليم إذا كانت سليمة ، وقد توقع الانسان في الاضطراب الانفعالي إذا كانت خاطئة حين اجبر الاضطراب الانفعالي نتيجة لاحكام خاطئة يقع فيها الفرد عند تكوينه لدركاته ، وتقويمه لجوانب الحياة المختلفة ، وهو نتيجة لاطاء حدثت من تعلمه " (ص ٢٠) .

وقد أوضحت مارجريت ميد Margaret Mead (١٩٣٩) أن لنسوع الثقافة تأثيراً كبيراً على ثقافة الأطفال ، وتكوين أنماط شخصياتهم ، وأن الاختلاف بين الافراد في سمات الشخصية يرجع الى عوامل الثقافة وظروفها . وهذا يعنى أن الانفتاح على الخبرة يساعد الفرد على النمو السوى ويضمن له امكانية الاطراء فيه .

كما يرى بيجنتال Bugental (١٩٦٣) أن الانفتاح على الخبرة الانسانية أصبح موضع الاهتمام فى مجال علم النفس ذلك لأنها ذات قيمة فى حياة الانسان . ولهذا دعا " جيوارد سدنى " (١٩٦٣) الى ضرورة الاهتمام بتثقيف الانسان لأن الصحة النفسية تعتمد ضمن ما تعتمد على انفتاح الفرد على مختلف أنواع الثقافات . (ص ١٩) .

ومن ثم ، فقد أثار ألهورت (١٩٦٣) الى أن ثقافة الانسان تشمل أحد الظروف التى يستمد منها أسلوب حياته وأن المدخل الثقافى يودى الى حقائق قيمية لا نستطيع أن ننكرها ، لأن الثقافة تمد أحد المحددات الهامة للنمو . (ص ١٣٧) وهو بهذا يؤكد على أن انفتاح الانسان على الثقافة ، أو الخبرة ، ضرورة هامة لأنها تحدد أسلوب تعامله فى الحياة ، بما يحقق له النمو السليم .

وقد أكد هذا جورج روسك Jurge Ruesck عند ما رأى أن هدم القدرة على استقبال مختلف أنواع الثقافة ، أو عدم القدرة على فهم المعانى الثقافية ، له تأثير كبير فى مختلف جوانب الشخصية . وقد أوضح هذا الكتاب أن التعرف على الأفكار والانفتاح على الخبرة ، والاتصال بالآخرين يمكن أن يحقق للانسان النمو السليم ، وهو أمر لا يتحقق عند ما يخاف الانسان من الانفتاح على خبرة الآخرين ، ويحجم عن التعرف عليها . (جيوارد سدنى ١٩٦٣ ، ١٧/١٦) .

ويؤكد عبد الميز القوصى (١٩٥١) على ما نادى به غيره من علماء النفس بضرورة تزويد الأفسراد بمختلف أنواع الثقافات الأخرى . عند ما نادى بضرورة تشجيع دراسة الثقافات الأخرى ، واقتباس ما بها فى هدى وضمن النمو المطرد العتزن ويرى أنه لابد من تنظيم التكوين الاجتماعى وتدعيمه بكل ما يبعث الشموور بالاطمئنان . (ص ١٤) .

ويعتقد بارون . Barron (١٩٦٨) أن الخبرة الفردية تساعد على تحقيق وجود الانسان . ويرى أن هذه الخبرة تكسب الفرد مزيداً من المعلومات التي تتيح له فرصة اكتشاف قدراته وإمكانياته . مما يساعده على تحقيق وجوده . ويكسبه تبعاً لذلك مقومات الصحة النفسية السليمة . (ص ٦٥) هذا ويعتبر لطفى بركات (١٩٧٢) أن الانفتاح على الخبرة يمد من الأمور التي تمكن الانسان من اكتساب أنواع جديدة من السلوك . وحسن التعامل والتفاهم مع الناس . (ص ٦٦) ولهذا فإن كولمان (١٩٧٢) يرى أن عدم إتاحة الفرصة أمام الانسان للانفتاح على الخبرة ، والحرم من الثقافي والاجتماعي يؤدي بالانسان الى الوقوع في الاضطرابات النفسية . وأن اشباع هذا الحرمان يؤدي الى نمو الانسان وتطوره . (ص ٧٠٧) .

هذا ويذكر ما سلو (١٩٧١) أن دراسته للمحققين لذواتهم - وهم ممن الأصحاء نفسياً - يتصفون بالانفتاح على الخبرة ، وتزايد رصيدهم منها . وكان لديهم - بهذه الخاصية - قدره على التغلب على ما يسبب لهم الاضطرابات النفسية . وقدرة على مواجهة أية خبرات غير سارة . وتخبط آثارها بحيث يعيشون حياة تتصف بالصحة . ويعتبر روجيرو (١٩٥٩) أن الانفتاح على الخبرة يعني اعتماد الفرد للاطلاع على مختلف أنواع المثيرات التي يواجهها . ويعترف عليها ويفهمها دون التمسك أو التمسك بالمفاهيم والمعتقدات القديمة . أو التمسك بها . بحيث يكون لديه القدرة على أن يدرك هذه المثيرات كما هي في واقعها . وهو يرى أن الانفتاح على الخبرة يتيح الفرصة للفرد أن يتعرف على المعلومات الصحيحة . بل ويصحح المعلومات المشوهة أو الخاطئة . وهي تساعد الفرد على حماية وتنظيم الذات . وتحمل الغموضان وجد . (ص ٧٥) .

ويشارك فاخر عاقل (١٩٧٦) الآخريين الرأي في أن انفتاح الانسان على مختلف أنواع الثقافات لاكتساب الخبرة . يساعده على إتباع المنطق السليم ، الموضوعية التامة . وينادي بضرورة " أن يسمى الانسان لمعرفة شيء عن كل شيء حتى يمكن أن يتحلى بالروح الملمية . وما يستتبع هذه الروح من منطق سليم . وموضوعية تامة " (ص ٢٧) ومن هنا يمد الانفتاح على الخبرة من الموائل التي يمكن أن تسهم في تكوين شخصية الفرد تكويناً سليماً . بما يتيح له الاستمتاع بحياة نفسية سليمة .

هذا ويرى هاريس .. Harris (١٩٧٣) أن انفتاح الفرد على الخبرة واكتسابه لها يسهم في تحقيق الصحة النفسية السليمة حين قال : " ان الخبرات تساعد الفرد على النمو السليم • وتمكنه من معرفة العلاقات بين الأشياء • وبين المواقف • فيستطيع أن يصل الى الحل السريع اذا ما واجه الصراع • مستفيدا في ذلك من الخبرات التي يعربها في حياته • وبالتالي • فهو يؤكّد على ضرورة تزويد الانسان بالمعرفة ••••• لأنها تحقق له مشاعر السرور والاشباع • (ص ٤٨) •

ويتفق ابراهيم قشقوش (١٩٧٨) مع غيره من يؤكّدون على اسهام الانفتاح على الخبرة في نمو الانسان نموا نفسيا سليما • حيث يوصى بضرورة أن يتاح للطفل مختلف سهل النشاط الحس • وعدم تمويقه أو تثبيطه في هذه الناحية • طالما أن هذه الأنشطة تمكنه من المرور في خبرات مأمونة المواقف • بحيث تكون هذه الخبرات متدرجة وفق تدرج نمو الطفل وقدراته • وذلك تلافيها لمواقف الاحساس بالفشل والاحباط • وهو يرى أن تدرج الخبرات وفق ما لدى الطفل من قدرات يكفل لهم انتقالا طبيعيا من مستوى نمائي الى آخر - مع الاستمتاع بكل مستوى يعيشونه أو يجتازونه • (ص ١٣) •

وهكذا يتضح ما تقدم أن الانفتاح على الخبرة يجعل الانسان أكثر قابلية لمعرفة مختلف أنواع ثقافات العالم الخارجي • بما تتضمنه هذه الثقافات من قيم ومبادئ وتقاليد وأساليب تفكير ينتهجها الناس في تنظيم أمور حياتهم • وحل ما يصادفهم من هذه الحياة من صراعات ومشكلات وتناقضات • وهذه الخاصية تساعد الانسان على النمو المطرد السليم • كما تمكنه هذه الخاصية من تحمل التناقضات التي تصادفه في الحيات • وتكسبه القدرة على أن يختار بين البدائل المتاحة دون أن يضطر الى الهروب أو الانسحاب • بحيث يجد الحلول المناسبة التي تخلصه من مواقف القلق أو الاضطراب النفسي المسبب • قد يمتريه على نحو يضمن تكيفه السليم حيال المواقف المختلفة التي يعربها • مما يتيح له فرصة استثمار ما لديه من طاقات وامكانيات تساعد على تحقيق وجوده وانسانيته •

ب٤ - الاحساس بالمسئولية :

يحتقد كثير من علماء النفس أن احساس الفرد بالمسئولية يسهم في اكسابه مقومات الصحة النفسية السليمة . اذ يزعمون أن الفرد عند ما يكون لديه احساس بالقدرة على تحمل المسئولية . فانه يحرص على اتقان ما يسند اليه من أعمال . بما يجعله يشعرك بالرضا عن نفسه . ويجلب له رضا الآخرين .

ويتردد هذا المعنى لدى كل من موراي . . Murray (١٩٣٨) . وألبورت (١٩٦٣) . وأحمد عزت راجع (١٩٦٨) . وكولمان (١٩٧٢) حيث يعتبرون أن احساس الفرد بالمسئولية يمكنه من تأجيل اشباع لذاته وحاجاته العاجلة . ويجعله أكثر قدرة على تحمل أعباء ما يسند اليه من أعمال . ويحرص على اتقان هذه الأعمال . مما يوصله الى ارتفاع مستوى تقديره لذاته . ويحقق له احترام الآخرين . ومن ثم ؛ يعتبر هذا الجانب أحد العوامل التي يمكن أن تسهم في تكامل شخصية الانسان .

ولهذا دعا ريموند واجنر * Raymond Waggonar (١٩٧٠) الى ضرورة تنمية احساس الأفراد بالمسئولية العامة . ضمانا لامكانية أن يعيش الفرد حياة نفسية مطمئنة . (كولمان ١٩٧٢ ، ٧١٥) . كما أشار فوسغر . . Foster (١٩٥٣) الى " أن الشخص السعيد المتكيف . هو من يحس بالمسئولية احساسا متزنا . سواء كان نحو نفسه - أو نحو الآخرين " (ص ١٤) ويتفق معه " عهد المزيه القرصي " في هذا الصدد . حيث يذكر في مقدمة كتاب " فوستر " أن من شأن التربية لتحمل المسئولية أن يشعر فيها الشخص بقيمته . واحترامه لنفسه . واستماته بالحياة . ولذلك يرى كلجر وآخرون Kaluger & et. al. (١٩٧٤) أن الطفل السدى يمارس عمله بجديّة . بل ويحاول اتقان عمله دون مساعدة من الآخرين . هو طفل متحمل للمسئولية . . . وأن مثل هذا الطفل لا يعاني من المشكلات النفسية أو الشـمـور بالقلق . (ص ١٦٠) .

* في خطابه أمام الرابطة الامريكية للطب النفسي
American Psychiatric Association

ويؤيد ك عبدالمزيب القوصي (١٩٥٥) على " أن الافراد الذين يتحملون المسؤولية يتميزون بالاستقلال والنضج ، وأنهم يستطيعون أن يبدلوا قناعاتهم في اسعاد غيرهم . حيث أن ضروب النشاط التي يقومون بها تساعد هم على كسب الثقة بأنفسهم ، وفهم طبائعهم على وجه يتصف بالواقعية ، وحسن التوافق ، وتحقيق الذات " (ص ٦/٥) .

هذا وقد أظهرت جماعة " بيركلسي " بمعهد دراسة الشخصية وقياسها ، أن الاحساس بالمسؤولية يعد من بين الصفات الأساسية التي يجب أن يتميز بها من يطلق عليه بأنه ذو صحة نفسية سليمة (بارون ١٩٦٨ ، ص ٣٨) ، ويتفق سيد هتان (١٩٧٣) مع هذا الرأي حيث يرى أن المسؤولية الاجتماعية تعد جانباً من جوانب الوجود الاجتماعي للانسان ، وأنها ذات علاقة بالصحة النفسية ، ودرجة التكامل عند الفرد . (ص ٦/٧) لأنها تشكل شخصية الانسان ، وتمكنه من ممارسة دوره بنجاح في مختلف نواحي الحياة ، بل وتمينه على استثمار ما لديه من قدرات ، التي عن طريقها يستطيع الانسان أن يحقق ذاته .

ويتفق كل من هنس وكاهيل ... Hinsie & Compbell (١٩٧٠) مع " بارون " (١٩٦٨) حيث يعتبران أن الفرد الصحيح نفسياً لابد أن يكون جدياً يتحمل المسؤولية " (ص ٣٣٨) ويشاركونهم الرأي صوانيل مفاروس (١٩٧٤) حيث يشير الى " أن قدرة الشخص على تحمل مسؤولية أفعاله ، وما يتخذه من قرارات ، هي احدى علامات التكامل الخلقى والصحة النفسية السليمة " (ص ٧٩) .

هذا ويرى عبد السلام عبد الغفار (١٩٧٣) أن قدرة الفرد على تحمل المسؤولية تجعله يدرك قيمة أن يكون حراً ، وقيمة اختيار ما يريد عندما أوضح " أن الانسان حر في اختياره ، لأنه مسئول عما يترتب على اختياره ، فيصير آثار " (ص ٤٣) وهذا يعني أن احساس الفرد بالمسؤولية يمكنه من حسن الاختيار والتصرف السليم الذي يجلب له الشعور بالراحة والاطمئنان .

وقد أشارت دراسة سوروكين Sorokin التي أجراها على كل من طلبة الجامعة ، وأطفال الحضارة ، بهدف التعرف على السمات التي يتسم بها السعداء - السسي أن الاحساس بالمسؤولية يعد من بين السمات التي يتصف بها الأفراد السعداء (فوسستر ١٩٥٣ ، ص ١٧) وتوصل " ماسلو " (١٩٧١) الى نتيجة مماثلة لما توصل اليه " سوروكين "

حيث أوضح أن القدرة على تحمل المسؤولية تمثل واحدة من الصفات التي يتمتع بها الأفراد المحققين لذواتهم وهم من الأفراد الأصحاء نفسياً .

وهكذا ؛ يمتهر الاحساس بالمسؤولية أحد متطلبات تنجح الفرد بالصحة النفسية السليمة ، لأنه يتيح للفرد فرصة التصرف على ما لديه من قدرات وامكانيات ، بحيث يستخدم هذه القدرات والامكانيات في حل ما قد يصادفه من مشكلات وصعاب ، مما يترتب عليه تقبل الفرد لذاته وتقديره لها ، وشموره بتقدير الآخرين ، وهي أمور تكسب الفرد مزيداً من الثقة بالنفس واحساساً بما يتكسب الذات .

ج - الملاقة بين الصحة النفسية وعوامل الأمان :

ج ١ - الاحساس بالطمأنينة الانفعالية :

يرى عدد من علماء النفس في معرض حديثهم عن الصحة النفسية السليمة والعوامل المرتبطة بها أن الاحساس بالأمن والطمأنينة النفسية من بين الجوانب الاحساسية التي تمكن الانسان من أن يعيش حياة نفسية سليمة . فقد أوضحت هيلين شاكستر Helen Shacter... (١٩٤٩) أن الاحساس بالأمن النفسى أو الطمأنينة ، يمكن الانسان من أن يحيا حياة طيبة . وهي ترى أن الانسان اذا أسهم في اشعار الآخرين بالطمأنينة ، فانه بلا شك سيشعر في الوقت نفسه بأنه سعيد معهم . حيث ان احساس الآخرين بالأمن أو الطمأنينة ينمكس عليه بما يحقق له نفس الشعور (ص ٢٣ / ٢٤) .

هذا ؛ بينما يعتقد هاينز ورونا Heinz & Rowene... (١٩٥٦) أن عدم الاحساس بالأمن النفسى يؤثر في شخصية الانسان ويذهبان الى القول " بأن احساس الفرد بعدم الأمان ، والشعور بالنقص يؤثر على شخصية الانسان ، وعلى ذاته المثالية " (ص ١١٤) ويؤكدان على ضرورة " أن يشمل المحتوى الداخلى للحياة على عوامل الطمأنينة ، بحيث يتحقق للفرد مستوى مناسب من احترام الذات " (ص ٢٧١) .

وترى أديت نيس Edith Neisse... (١٩٦٠) أن الشعور بالأمن النفسى والطمأنينة مطلب يحتاج اليه الانسان في مختلف مراحل العمر ، وتستند في ذلك الى

أن الانسان لا يستطيع أن يمارس حياته بصورة سليمة • الا اذا كان يشعر بالاطمئنان •
(ص ٥٢ / ٥٣) وتتفق هيلين جيلهام... ••• Helen Gillham (١٩٦٤)
مع " أديث نيس " فيما تذهب اليه بخصوص أن الاحساس بالأمن يعد من الحاجات الأساسية
لكل كائن بشري ••• لأن الانسان لا يستطيع أن يجتاز الفرص التي تتاح له بقدر مناسب
من النجاح • الا اذا كان يشعر بالأمن والطمأنينة • (ص ٤٠/٣٤) ولعل هذا
ما دعا علماء النفس الى ربط الأمن النفسى بالصحة النفسية السليمة •

ويشارك " ألهورث " (١٩٦٣) غيره من علماء النفس الرأى فى " أن الأمن النفسى
يحتشر شرطاً أساسياً لكى يخطو الانسان أية خطوات فى طريق النجاح • وبدون هذا الشرط
لا يستطيع الفرد أن ينمو نمواً سليماً • بل يصبح الفرد أقل قدرة على احتمال أية صعوبات
أو ممرقات تصادفه فى الحياة " • (ص ٤٣) • وقد تأكد هذا الرأى فى الدراسة
التي قام بها " سارون " (١٩٦٨) بهدف التعرف على عوامل الصحة النفسية السليمة •
حيث تبين أن الاستقرار الانفعالى صفة أساسية لدى الطلاب ذوى المستويات المرتفعة
من حيث الصحة النفسية السليمة •

ويؤكد عثمان فراج (١٩٧٠) على رأى مؤداه أن الأمن النفسى يمكن الانسان
من مواجهة مشكلات الحياة وصعوباتها • ويرى أن هذا الأمن يرتبط بالسلوك السوى
للانسان حيث أوضح " أنه من بين الصفات التي ترتبط بالسلوك السوى أو الصحة النفسية
السليمة • أن يشعر الفرد بدرجة مناسبة من الأمن النفسى • وأن الفرد الذى لا يستطيع
أن يشبع حاجاته للأمن • لا يستطيع أن يشعر بالاستقرار والطمأنينة • ولا يستطيع
أن يواجه الحياة بمشكلاتها وصعوباتها " • (ص ١١٥) ويتفق معه فى هذا الرأى
كل من آمان المسيرى (١٩٧٦) • وسلوى الملا (١٩٧٧) حيث تنادى بأن الطمأنينة
الانفعالية تمتد من الموامل التي تسهم فى الصحة النفسية السليمة للانسان •

وقد اظهر ماسلو (١٩٧١) أن الأمن من الحاجات الأساسية حيث وضعها فى مرتبة
تلى الحاجات الفسيولوجية فى تنظيمه الهرمى للحاجات • ويرى ضرورة اشباعها كشرط
لأن ينمو الفرد نمواً سليماً • بينما يتوهم على عدم توافر هذا الاحساس أو عدم اشباعه
وقوع الفرد ضحية لكثير من ضروب الاضطراب النفسى •

ويضع " جيوارد سدنى " (١٩٧٣) الأمن والطمأنينة فى العزبة الرابعة بالنسبة لهقيمة الحاجات ذات القيمة الاساسية للانسان . ويرى هذا الباحث أن الشخص الصحيح نفسها لابد أن يتوافر له قدر مناسب من الطمأنينة الانفعالية عن طريق تلظهم كل من الهيئة المادة والاجتماعية . (ص ٧١) .

ويعتقد صموئيل مغاريوس (١٩٧٤) أن الاحساس بالأمن داخل الأسرة يشمل أمرا هاما حتى لا يشعر أفرادها خلال مراحل نموهم بالتهديد . وما يترتب على هذا التهديد من شعور بعدم الاطمئنان فى حياتهم . وكذلك ينمو أفرادها نموا سليما . ولهذا فهو يتفق مع " جيوارد سدنى " على أنه لابد من تهيئة الظروف المحيطة بالفسرد على نحو يضمن للفرد احساسا بالأمن والطمأنينة .

وهكذا ؛ يتضح من هذه الآراء أن احساس الفرد بالطمأنينة الانفعالية يشمل أحد العوامل التى ترتبط بتحقيق الصحة النفسية السليمة . وأن تمتع الفرد بهذا الأمن وتلك الطمأنينة خلال مختلف مراحل عمره يتيح له امكانية الاقبال على ممارسة أدواره نفسى الحياة بفاعلية ونجاح .

ج ٢ - الاحساس بالأمن والاقتصادى :

يتفق علماء النفس على رأى مؤداه أن تمتع الفرد بقدر مناسب من الكفاية الاقتصادية ، وما يترتب على هذا القدر أو يصاحبه من احساس الفرد بالأمن والاقتصادى ، يجمعه يقبل على الحياة ويضطلع بأدواره فيها وهو مطمئن على حياته وحياة من يحول . ولهذا ؛ فقد دعت عصبة الأمم (١٩٣٨) الى ضرورة توافر الوسائل التى تساعد الوالد من مساعدة فعالة فى النواحي الاقتصادية والاجتماعية والطبية . لأن مثل هذه المساعدات تقى الفسرد والأسرة من الوقوع فى الصراع النفسى الذى يحرم الانسان من التمتع بالصحة النفسية السليمة .

الأمر الذى دعا علماء النفس الى بيان دور هذا العامل أو مدى اسهامه فى الصحة النفسية السليمة حيث ذكر كلاين Klein... (١٩٤٤) أن احساس الفرد بمسدم توافر ما يكفى حاجاته الاقتصادية يمد من العوامل التى تسبب المشاكل للناس ، وتعملهم يشعرون بعدم الاحساس بالأمن . (ص ٤) ويتفق معه عبدالمجيد عبدالرحيم (١٩٦٩)

في هذا الرأي • حيث يعتبر أن الأمن الاقتصادي من أهم العوامل التي تحقق للامان
الشمور بالاطمئنان النفس حين قال : " ان العامل الاقتصادي مهم في حياة الانسان
ويعد من الأسس التي تحقق للفرد الشمور بالصحة النفسية " • (ص ٢٠٦) ويشاركهما
نفس الرأي صموئيل مفاروس (١٩٧٤) إذ يرى " ان الأمن النفس لأفراد المجتمع
— يوجه عام — يتوقف على ما يهيئه المجتمع لأفراد ، من ضمانات اقتصاد هبة •••••
(ص ٤٣) •

ولهذا ينه بول لاند سوجوان هير Paul Landis & Joanne Hear...
(١٩٥٤) الى ضرورة توافر الحد الكافي من القوت حتى تشمر الأسرة بالاطمئنان •
وتجنب الوقوع في الصراع أو الاضطراب النفس حين قال : " ان من مستلزمات التكيف
الاجتماعي وجود مستوى من الدخل يكفي لمواجهة الحد الأدنى من متطلبات الأسرة
واحتياجاتها " (ص ٩١) ويرى جون بولبي " (١٩٥٩) أن توافر مثل هذا الحد
يعد أمراً ضرورياً — خاصة اذا ما أصيب طائل الأسرة بمعجز • ويدعو الى ضرورة
زيادة المعونة الاقتصادية للأسرة اذا ما أصيب المائل بمعجز ••••• وينادي بضرورة
أن تتاح الفرصة لأي أسرة أن تعيش حياة مرضية ••••• حتى تحيا حياة مستقرة •
(ص ٨٤ — ٩٩) لأن عدم توافر هذا الحد من الكفاية الاقتصادية • يترتب عليه تفكك
الأسرة وانحلالها وانخفاض حظ أفرادها من حيث مقومات الصحة النفسية السليمة •

هذا وترى رمزية الفريب (١٩٦٠) " ان عدم الشمور بالأمن الاقتصادي الذي
يوفر للأسرة ما يغطي أعباءها ينعكس على سلوك الأبناء مع أمهاتهم وأخواتهم • بل
والعالم الخارجي ••••• وترى أن مثل هذا الشمور يؤثر في صحتهم النفسية •
(ص ١٦) ولذلك تؤكد آمال المسيري (١٩٧٦) على أن التوافق بين أفراد الأسرة
يتوقف على درجة ارتباط أعضائها بمستوى معيشة معين • وفي حالة تدور الدخيل
أو انخفاضه بدرجة كبيرة • يترتب على ذلك سوء العلاقات بين أفرادها وتفككها •
(ص ٨٦) بما يؤثر على مستوى الصحة النفسية لأفرادها •

وتضيف " آمال المسيري " أن ما يترتب على البطالة من حيث انعقاد الأسرة القدر
المناسب من الاحساس بالأمن الاقتصادي ••••• يؤدي الى زيادة الصراخات بين
الزوجين • وتوتر الأعصاب • والانفعال الدائم حتى ازاء السلوك العادي • (ص ٨٦)

بهذا بيد والوضع عكس ذلك عند ما ينتظم طائل الأسرة في عمل دائم يد ر عليه ما يكفيه ويشمر تبعا لذلك بقدرته على سد حاجات الأسرة ومطالبها الحياتية .

ولعل ما يؤيد ذلك ما أسفرت عنه الدراسة التي قام بها جورن وفروف وفيلد
Gurn , Veroff & Feld (١٩٦٠) - بهدف التسرف على أهم المصادر التي تحقق السعادة للإنسان ، وتجنه الوقوع في المشكلات ، حيث أوضحت نتائج هذه الدراسة أن عامل الأمن الاقتصادي يعد من أهم العوامل التي تحقق للإنسان الشعور بالراحة النفسية والسعادة . وتوصل " بارون " (١٩٦٨) الى نتائج مماثلة في دراسته التي كانت تهدف الى الكشف عن عوامل الصحة النفسية السليمة . حيث تبين أن ارتفاع خط الفرد من حيث مكونات الصحة النفسية السليمة يصاحبه تنوع أسرته بقدر مناسب من الاستقرار الاقتصادي .

وفي ضوء ما تقدم ، يمكن القول أن مدى احساس الفرد بالأمن الاقتصادي قد يسهم في مدى ما يمكن أن يكون عليه هذا الفرد من حيث الصحة النفسية السليمة . وقد يكون شعور الفرد بوجود قدر مناسب وكاف من الموارد الاقتصادية ، يجنبه مشاعر العجز والموز والدونية ، مما يهيء له مناخا نفسيا سليما ، ويعيش فيه ويمارس أواره الحياتية من خلاله .

ج ٣ - الاستقرار العائلي :

يرى كثير من يشتغلون في مجال علم النفس أن الاستقرار العائلي يعد عاملا أساسيا من العوامل التي يمكن أن تسهم في الصحة النفسية السليمة للإنسان . فقد أوضحت كارن هورني Karen Horney (١٩٣٧) على سبيل المثال أن الصراعات التي يقع فيها الانسان ، يمكن حلها اذا كان الطفل قد تمت تربيته أو تنشئته في أسرة يتوافر فيها الأمن والثقة ، والحب والاحترام ، والتسامح والداف الماطفي " (ص ٢٩٠) فهذه جميعا خصائص تضمن امكانية تنشئة الطفل في مناخ أسرى صحي وسليم . ويتفق عبد المزيذ القوصي (١٩٥١) مع " كارن هورني " عند ما يذكر " أن الصحة النفسية تبدأ في المنزل " (ص ٥١) وهذا يعني حيوية وخطورة الدور الذي يستطيع المناخ الاسرى أو العائلي - بما يشتمل من استقرار عائلي - أن يقوم به

في تحد يسهل ما يمكن أن يكون عليه الفرد من حيث مقومات الصحة النفسية
السلبيّة .

ويته بول لاند سوجوان همير (١٩٥٤) الى أن البيت اذا أصابه التصدع
يسبب سوء العلاقات بين أفراد ه أو الطلاق أو الموت ٠٠٠ فان أفراد الأسرة وخاصة
الأطفال كثيرا ما يشمرون بالارتباك والحيرة والخوف ٠٠٠٠ ويؤكد ان على أن عسدم
الاستقرار العائلي ه يترتب عليه كثير من صور جنوح الأطفال وعيشتهم في صراع مستمر
(ص ٨٨ / ٩٠) وهذه اشارة الى أن تواجد الوالد بين مع الأبناء وشيوع مناخ من
الأنفة والدفء والمسودة بين جميع أفراد الأسرة يحقق لجميع أفراد ها والأطفال
من بينهم شحمورا بالاستقرار العائلي ه ورجنتهم ما قد يحدث في حياتهم من قلق
واضطراب .

ويتفق "جون هولبي" (١٩٥٩) مع "لاند سوهير" على أن اعتماد الوالد بين
عن الأبناء ه وانشغالهم عنهم ه وعدم قيام كل منهما بأداءه وظيفته الوالد يسبب
بكفاءة ٠٠٠٠ يؤدي الى تصدع الأسرة ه وانعدام الشمور بالاستقرار العائلي .
حيث الحرمان والتماسة وسوء الصحة النفسية . (ص ٨٥/٨٩) ومن ثم ه يرى "كليفورد
اندرسن" (١٩٦٥) " أن البيت السعيد هو ذلك البيت الذي لا خصام فيه ه ولا نزاع
وهو الذي لا يتردد فيه الكلام اللاذع القاسي ه والتقد المرير ه وهو البيت الذي يسأوى
اليه أفراد العائلة فيجدون فيه الراحة والهدوء والطمأنينة ٠٠٠ (ص ٢١/٢٢) حيث
الاستقرار الذي يسود بين أفراد الأسرة .

ويؤيد عبد السلام عبد الفغار وعثمان فراج (١٩٦٦) وجهة النظر السابقة ويذهبان
الى أن الاستقرار العائلي يعد من العوامل الايجابية التي تساعد على تهيئة جو نفسي
مرح يمش فيه أفراد الأسرة ه ويومان أن مثل هذا الجو النفسي لا يتحقق اذا وجدت
خلافات بين الوالد بين تسبب حالات الطلاق ه أو اضطراب أعصاب أفراد ها ه أو عدم
قدرتهم على تدبير شئون أنفسهم ه أو حدوث خلافات بين الوالد بين من جهة والأبناء
من جهة أخرى تسبب احساس أفراد الأسرة بعدم الاستقرار ه مما يبده طاقات أفراد ها
فيما لا يعمود عليهم بالنفع . (ص ٨٠/٨١) .

ويؤكد كل من رمزية الغريب (١٩٦٠) ، ومصطفى فهمي (١٩٦٧ ، ١٩٧٥) ،
وتمان فراج (١٩٧٠) نوربرت ريجر والكون ديفرز Norbert Rieger &
Alcon Devries (١٩٧٤) ، وآمال المسيري (١٩٧٦) ، وعلى أحمد
على (١٩٧٦) ، وسلوى الملا (١٩٧٧) على أن الاستقرار العائلي - الذي يتشمل
في حسن التعامل بين الوالدين ، وبين الوالدين من جهة والأبناء من جهة أخرى ،
وقيام كل فرد من أفراد الأسرة بدوره تجاه الآخر ، ومشاركته الفعلية في حل ما يصادف
الأسرة من مشكلات دون ضغط أو إجبار ، وشيوع التسامح والمحبة بين أفراد الأسرة ،
وعدم التمصب للأفكار - يعد شرطاً من الشروط التي يحددون بضرورة توافرها في جو
الأسرة حتى يتسنى لأفرادها إمكانية التمتع بالصحة النفسية السليمة .

وتشير الدراسة التي قام بها جورن وفروف وفيلد (١٩٦٠) بهدف الكشف عن
العوامل المحددة للسعادة إلى أن العلاقات الأسرية تمثل مصدراً للسعادة ، من وجهة
نظر الفرد الأمريكي . حيث أوضح هذا الفرد أنه يشعر بالسعادة من خلال
الزواج الناجح ، ومختلف أنواع العلاقات الأسرية . وفي هذا إشارة إلى حقيقة
مؤداها أن العلاقات الطيبة بين الزوجين ، وما بين الزوجين من ناحية والأبناء من ناحية
أخرى ، وما بين الأبناء بعضهم تمد أحد متطلبات الاستقرار العائلي ، وما يترتب
على هذا الاستقرار من عواقب وآثار موجبة .

ويتفق هذا المعنى مع ما أسفرت عنه الدراسة التي قام بها "سارون" (١٩٦٨) ،
بهدف الكشف عن عوامل الصحة النفسية السليمة . حيث أوضح الطلاب ذوي المستويات
المرتفعة من حيث الصحة النفسية السليمة ، أنهم قد نشأوا في أسر تتصف بالاستقرار
الاجتماعي والانفعالي ، يميز فيها الوالدان مع الأبناء في ظل علاقات تخلو من
الصراع أو النزاع ، وتتصف العلاقة التي بين الاخوة بالألفة والمودة .

وقد كشفت دراسة جامعة "هارفارد" التي أجريت بهدف تحديد المشكلات
السيكولوجية التي تواجه الطلاب الجامعيين الأمريكيين أن الصعوبات النفسية التي يعاني
منها الطلاب ، ترجع في نشأتها إلى طبيعة الجو الأسري الذي نشأ فيه الطلاب . حيث
كان هذا الجو يغلب عليه الصراع والتصددع . (محمد الرحمن عيسوي ١٩٧٣ ، ٨ - ٩)
وتشير هذه النتيجة إلى أن الاستقرار العائلي ينهض أن يسود بين أفراد الأسرة
إذا كان لأفرادها أن يتسموا بصحة نفسية سليمة .

هذا وقد أوضحت دراسة قام بها روبرت وليامسون .. Robert Williamson (١٩٧٤) بهدف تحديد ماهية العلاقة بين الطبقة الاجتماعية والصحة النفسية السليمة - أن الأفراد ذوي المستويات الاجتماعية الاقتصادية المنخفضة يشعرون بعدم الانسجام مع والديهم ، ويعانون فيهم مصدرًا للمقاب ، وأن هناك هوة واسعة بينهم وبين والديهم ، وتتصف علاقاتهم بهم بالتفكك بصفة عامة ، وهم يشعرون بعدم الرضا في علاقاتهم بأخوانهم . وقد كان هؤلاء الأفراد غير متوافقين مع المحيطين بهم ، ويميلون إلى العزلة ، ويفتقدون القدرة على التحكم الذاتي ، ويتصفون بالفصام .

وتمنى هذه النتيجة أن أبناء الطبقة الاجتماعية الاقتصادية المنخفضة يعانون من سوء الصحة النفسية تسبب سوء العلاقات بين أفرادها ، والظروف الأسرية والمنزلية السيئة نشأوا أو يعيشون فيها .

وهكذا يتضح في ضوء ما تقدم من دراسات نظرية وبحوث تجريبية أن الاستقرار العائلي يسهم في تحديد ما يمكن أن يكون عليه الفرد من حيث الصحة النفسية السليمة .

ج٤ - الكفاءة الاجتماعية :

يرى كثير من الباحثين في مجال علم الاجتماع وعلم النفس أن الإنسان ابن بيئته الاجتماعية ، وأن ما ينخرط فيه من علاقات اجتماعية يسهم في تكوين شخصيته على هذا النحو أو ذاك ، ويحدد مدى قدرته على التعامل مع الآخرين . وقد أوضح آدلر Adler (١٩٢٩) أن العلاقات الاجتماعية المتبادلة ، والتوحد مع الجماعة والتعاطف معها يمثلان أمراً ضرورياً في حياة الإنسان ، وهو يرى أن المعنى النهائي للكفاءة الاجتماعية يقوم على إسهام الفرد في حياة المجتمع ، وأن الكفاءة الاجتماعية تسهم في تمويض ما ينقص أو يحتاج كل إليه كل من الفرد والمجتمع . (ص ٣١) .

وترى " هيلين شاكتر " (١٩٤٩) " أن الشخص ذو التكيف السليم هو ذلك الشخص الذي يسعى إلى صحة الناس ويستمتع بعلاقاتهم معهم (ص ٩٣) ويتفق معهم فرورم Fromm (١٩٥٥) فهما تذهب إليه بخصوص أن الإنسان الذي لديه قدره على صحة الناس ، والعمل المشترك معهم - يستطيع أن ينشئ علاقات اجتماعية تحقق له الأشباع .

عند ما أوضح هذا الباحث أن الانسان يستطيع أن يربط نفسه بروح المحبة ، والممثل
المشترك ، وإيضا علاقاته الخاصة ، وأن أكثر هذه العلاقات تحقيقا للاشباع
هى تلك العلاقات التى تقوم على الحب والأخلاق . (ص ٢٣ / ٢٥) .

ويتردد هذا المعنى لدى " جيوارد سدننى " (١٩٦٣) حيث يرى " أن الفرد
الذى لديه رغبة فى المشاركة مع الآخرين فى الأنشطة المختلفة ، مع حرصه على
احترام الأفراد الذين يتعامل معهم يكون قادرا على المحافظة على صحته النفسية"
(ص ١٨) ويشاركه هارى سوليفان Harry Sullivan . نفس السراى
حيث ترى أن الفرد ذو الصحة النفسية السليمة تكون لديه القدرة على فهم وإدراك الآخرين
فهما دقيقا ، ويكون قادرا على حسن التعامل معهم ، بما يحقق له الشعور بالأمان "
(جيوارد سدننى ١٩٦٣ ، ١٠٥) وفى هذا إشارة واضحة الى أن إقامة العلاقات
الاجتماعية على أساس من الفهم الدقيق ، والمشاركة الفعلية تحقق للانسان امكانية
الاستمتاع بحياة نفسية أفضل .

وبينه " جون بولوى " (١٩٥٩) إلى ضرورة تهيئة الأبناء منذ صغرهم وتشجيعهم
على إقامة العلاقات الاجتماعية ، لأن هذه العلاقات تساعد الفرد أن يحيا حياة مشبعة
بروح المحبة والتعاون ، بما يمكنه على صحته النفسية حين أوضح " أن الطفل فى
حاجة إلى منظمة اجتماعية خاصة تهيئه على تنمية قدراته حتى يستطيع
أن يتعامل بكفاءة مع بيئته الاجتماعية المحيطة " (ص ٨٣) .

ويتردد هذا المعنى لدى كل من " هيلين جيلهام " (١٩٦٤) ، " سيد
خير الله " (١٩٦٦) حيث يدعوان إلى القول بضرورة تنشئة الأبناء على تفهم
أساليب الحياة فى الجماعة ، وذلك عن طريق اتساع المجال أمام الأبناء كي يتعلموا
مع قرنائهم ، ويمارسوا أساليب العلاقات والاتصالات الاجتماعية ، ومن ثم يحتب
لهم " أن افتقاد الفرد لمهارات الانخراط فى العلاقات الاجتماعية يترتب عليه
عدم امكانية احساس الفرد بالأمن والطمأنينة . (جين جرلميز ١٩٦٤ ، ٢٩)

هذا وتمتد " جين جرلميز " (١٩٦٤) أن قدرة الانسان على التفاعل
مع الآخرين ، وإقامة علاقات انسانية أكثر كفاية تساعد على إدراك كيفية التعامل
مع الأفراد فى الجماعات ، بما يجعله يشعر بالأمن والاطمئنان فى الحياة

التي يحاهاها بينهم . (ص ٢٠ / ٢٩) ويضيف محمد كامل الخولي (١٩٦٤)
أن الفرد الذي ينشئ كثيرا من العلاقات مع الناس ، ويتعامل معهم يكون أكثر ثقة
بنفسه . (ص ٧) بينما يعتبر صموئيل مفاريوس (١٩٧٤) " أن قدرة الفرد على
إنشاء علاقات اجتماعية ، والمحافظة على الصداقة بالروابط المتينة في المجموعات التي
يتعامل معها ٠٠٠٠ ، يعد مقوما أساسيا من مقومات الصحة النفسية " (ص ٧٤) .

ويرى أحد عزت راجح (١٩٦٨) أن قدرة الفرد على إقامة العلاقات الاجتماعية
السليمة مع الآخرين عامل أساسي من العوامل التي تسهم في تحقيق الصحة النفسية
السليمة للإنسان ، بشرط أن يرضى المجتمع عن هذه العلاقات (ص ٥٥٨) ويتبرر
هذا المعنى لدى كل من " طحلي الطنجي " (١٩٧٨) ، و " عبد الرحمن عيسى " (١٩٧٢) ، و " كولمان " (١٩٧٢) حيث يرون أن الإنسان الذي لديه القدرة على
مشاركة الآخرين والتأثير فيهم ، والمناخية بهم يبدو أكثر قدرة على التكيف الشخصي
والاجتماعي .

والاجتماعي (السوي) وكامل

ويؤكد كل من هنس وكاهل (١٩٧٠) ، وثمان فراج (١٩٧٠) ، ومصطفى
فهي (١٩٧٥) على أن انخراط الفرد في العلاقات الاجتماعية ، وقدرته على الاستماع
بملاقات اجتماعية سليمة مع الآخرين يعد من أحد دلائل الصحة النفسية السليمة .
ويشاركهم في الرأي " أرنست هلو جارد " (١٩٧٥) عند ما أوضح أن الفرد السوي
يكون لديه القدرة على إنشاء علاقات طبيعية مع الآخرين ، لأنه عادة ما يكون حساسا
لاحتياجاتهم ومشاعرهم ، وكثيرا ما يرجى ، اشباع حاجاته التي تتعارض معهم ويبدو
الأمر عكس ذلك بالنسبة للفرد المضطرب نفسيا ، حيث يهتم هذا الفرد بحماية نفسه من
مواجهة الآخرين ، ويهتم بمشاعره الخاصة فقط ، بل ويبحث عن المودة دون أن يكون
قادرا على تبادل المواقف والسود . (ص ٤٥٥) .

وقد أوضحت الدراسة التي قام بها " بيارون " (١٩٦٨) أن من الدلائل التي
تشير إلى السوية والاتزان ، درجة النضج التي تتضح من خلال علاقة الفرد بالآخرين .
ولهذا فقد دعا إلى ضرورة " تواجد الفرد في مجتمع يمكنه من أن ينشئ فيه علاقات
اجتماعية ، لها من دور في تحقيق الصحة النفسية السليمة " (ص ٥٧) كما أسفرت
دراسة " ماسلو " (١٩٧١) عن الأفراد المحققين لذواتهم - وهم من الأصحاء نفسيا -

أن هؤلاء الأفراد لديهم قدرة على تكوين علاقات ودودة مع فيهم .

وهكذا ؛ تتفق آراء عدد من علماء النفس والاجتماع على أن الكفاءة الاجتماعية ذات علاقة وثيقة بالصحة النفسية السليمة بحيث يترتب على انخراط الفرد في هذه العلاقات اكتساب الخبرات تسهم في بناء شخصيته ، ولمهارات تيسر عليه سبل الرفاهية بمطلبات مختلف أوجهه في الحياة .

العلاقة بين الصحة النفسية وإرادة المطباء

ويقصد بإرادة المطباء بأنها تنظيم واقعي يدفع الانسان ويحركه تجاه حسب الآخرين بصدق ، والمطباء في سبيل خيرهم بلا شروط أو تحفظات ، بما يؤدي إلى إحساس الفرد بالأشباع ، وتقبله لذاته ، ورضاه عنها . ويرى بعض علماء النفس أن إرادة المطباء ترتبط ارتباطاً وثيقاً بقدرة الانسان على الحب حيث يترتب على ارتفاع حظ الانسان من حيث هذه الإرادة ، أن يقبل على منح الآخرين ، وتقديم المساعدة لهم ، وهو يقدم في سبيل ذلك كل جهد مستطاع من أجل غيره من الناس ، كما تسهم هذه الإرادة في تحقيق وجود الانسان وإحساسه بإنسانيته ، مع ما يترتب على كل ذلك من إحساس الفرد بالرضا والصحة والسعادة .

ولهذا يعتقد " جون بولبي " (١٩٥٩) أن إمداد الطفل بالحب ٠٠٠ يساعده على الاحتفاظ بالعزاج الهادي ، وإحساسه بالأمن . (ص ١٠) ويعنى هذا السراى أن تزويد الطفل بالحب في مراحل نموه الأولى والحصول على حاجته في هذه الناحية ، يؤهله لأن يكون معطاءً لغيره من الناس في مراحل نموه التالية . ويتفق هذا الراى مع ما ذهب إليه صموئيل مفانوس (١٩٧٤) في هذا الصدد ، إذ يرى أن فقدان الطفل للحب داخل الأسرة يؤثر في شخصيته وصحة النفسية تأثيراً ضاراً وتصبح نظريته إلى الحياة هي السيطرة أو القوة والأخذ . (ص ٢٨ / ٣٠) وبالتالي ؛ فلابد من تنمية خاصية الإيثار وحب التصبر والرغبة في مساعدتهم لدى الطفل ، حتى يصبح قادراً على المطباء بالنسبة لغيره من الناس . وتؤكد اليانور روزفلت Eleunor Roosevelt (١٩٦٠) على " أن قدرة الفرد على الحب

تشكل أساسا هاما من الأساس التي تسهم في تحقيق سعادته مع الآخرين * (ص ٩٦)
وتستند " روزفلت " في هذا الرأي إلى مسلمة موهباها أن الانسان المحب يبذل
كل جهد ويعطى كل ما يملك من أجل من يحب في سبيل تحقيق السعادة له ، والتي
تنعكس عليه بشكل أو بآخر .

ويشارك مننجر . . Menniger (١٩٦٢) غيره من علماء النفس فيما يذهبون إليه
من حيث إن إرادة العطاء تدفع الإنسان إلى حب غيره من الناس على نحو يجعله أكثر
قدرة على أن يحيا حياة نفسية سليمة . عند ما أوضح " أن الحب الذي يتحدث عنه ينهني
أن يسير جنبها إلى جانب البهر الحقيقي والفهم والمطف . . . ويرى هذا الباحث أنه
كلما إزدادت قدرة الانسان على المنح والعطاء ، اقترب من إمكانية أن يحيا حياة أكثر
سعادة ، واستطاع أن يجعل الناس من حوله أسعد حالا . (ص ١٠٠) .

ويرى هذا الباحث أنه كلما كان الانسان أكثر نضجا إزداد مقدار ما يحصل عليه
من منحه للآخرين ، ^{وينتهي} إلى أن المنح في مرحلة النضج يعني أكثر من مجرد
منح الانسان لأشياء مادية ، حيث يتضمن المنح أيضا ، منح الحب . . . إلى جانب
المساعدة التي يحرص الفرد على تقديمها لأفراد أسرته وأصدقائه والآخرين ممن يعيشون
في بيئته . (ص ٦٩ / ٧٥) .

وفرد " جيرارد سدن " (١٩٦٣) فضلا كما تحدث فيه عن الحب باحتيماؤه
مرادفا " للمطاء " حيث يبين هذا الباحث في هذا الفصل أنه يعتقد أن الحب
والعطاء شيان متلازمان ، فالانسان يعطى عند ما يحب . كما أوضح أن المحب يستمتع
بالحب حين يشعر أنه يستطيع أن يجعل من يحب سنيدا ، وأن الدافع الأساسي للحب
هو الرغبة في العطاء ، وعمل كل ما يساعد على زيادة سعادة من نحب .

ويشير سدن في هذا الفصل أيضا إلى أن العطاء في جوهره أو حقيقته فمسل
إرادى تلقائى منزه عن أية دوافع أخرى سوى العطاء من أجل العطاء ذاته ، أو رغبة
في العطاء لمن نحب . والعطاء بهذا المعنى لا يمكن أن يتم أو يحدث عن طريق
الإجبار ، لأن المحب يقوم بدافع من نفسه بالواجب نحو من يحب ، ويشعر بالرضا عن كل
ما يقدمه ، ولا يمكن أن يتم هذا تحت تأثير أو تهديد . (ص ٣٦٨) ولهذا فهو

يمتبر أن الشخص الذي لديه القدرة على الحب - إرادة العطاء - هو شخص صحيح نفسياً . (ص ٣٧٧) .

وهي هبة المميز القوي (١٩٧٠) أن الإنسان عندما يقدم تضحية أو عطفاً للآخرين ، يحقق احساساً بالرضا عن نفسه لأنه أعطى لمن يحب أو ما يحب أن يعطيه ، حيث أوضح " أن بعض الناس يضحى بماله من آخره أو بأولاده إذا لزم الأمر ، أو بنفسه عن طيب خاطر ، وهو يفعل ذلك بدافع من عاطفة كالحب " . (ص ٢٧٢ / ٢٧٥)
ولهذا ينادى أصحاب المذهب الانساني برأى مؤداه أن الحب هو السمة التي تتميز الإنسان بشكل واضح ، وهي التي تمكنه من أن يشمر بالسعادة عندما يمنح الآخرين دون انتظار لرد أو مقابل لمعطائه . (هنري ونشروب Hanery Winthrop ١٩٦٨ ، ٢٩١) .

هذا ؛ بينما يرى عبد السلام عبد الغفار (١٩٧٣) أن إرادة العطاء تدفع الإنسان إلى حب الآخرين ، وأن هذا العطاء هو لمجرد العطاء الهادف إلى سيطرة من يعطى على من يعطى له (ص ٥٤) وأن مثل هذا العطاء يحقق للمعطي معنى حياته . وينادى " عبد السلام عبد الغفار " بأنه " إذا إزداد عطاء الإنسان في سبيل دينه وقيمه ، أضاف ذلك روعة على حياة الإنسان ، واشتدت واقعيته إلى مواصلة النضال واستمراره حفاظاً على دينه وقيمه . وهي تلك التي تشل معنى لحياته ، وهذا يعسد أسس أنواع العطاء " (ص ١٩) إذ يترتب عليه سعادة الإنسان وراحته .

ويذهب " جيرارد سدن " (١٩٦٣) إلى القول بوجود علاقة بين الشخصية وقد رتبها على العطاء . حيث يمتد أن الشخصية القادرة على الحب - أي القدرة على العطاء بمحض ارادتها ، فهي لا تطلب بالحب من المحب كواجب لها . . . بل هي قادرة على حب الناس . . كل الناس . ويخلص " سدن " في ذلك إلى رأى مؤداه أن الشخص غير السعيد هو ذلك الشخص الذي لا يستطيع أن يحب أو يعطى . (ص ٣٨١ / ٣٣٨) .

ويتفق " أريك فروم " (١٩٥٦) مع هذا الرأى عندما يشير إلى أن الرغبة في العطاء تمتد مؤشراً على قدرة الفرد على حب الآخرين ، وأن مثل هذا الحب يترتب عليه شعور الفرد بالرضا والاشباع والسعادة (ص ١١٩ و ١٤٠) ويتخذ عبد السلام

عهد الثغار (١٩٧٦) موقفاً أكثر وضوحاً وتحديدا في هذا الصدد . حيث يعتبر "المطاء" أحد محركات الصحة النفسية السليمة ، ويمتد أن الفرد يتخذ من المطاء سبيلاً لتحقيقين وجوده وإنسانيته . (ص ٢١) .

وهكذا ^{يبدو} يتضح مما تقدم أن إرادة المطاء ذات علاقة بالصحة النفسية السليمة . حيث تدفع هذه الإرادة صاحبها إلى حب الناس والهدول في سبيل ما يعود عليهم بالنفع والخير . مما يترتب على مثل هذا الأسلوب من إحساس بالرضا وشمور بالراحة والاشباع .

العلاقة بين الصحة النفسية والاستبصار بالذات :

يرى كثير من العاملين في مجالات علم النفس المختلفة أن الاستبصار بالذات - أي قدرة الفرد على تقييم ذاته تقييماً واقعياً ، والوقوف على حقيقة ما لديه من قدرات ومكانات والتعرف على نقاط ضعفه وقوته - يجنب الفرد كثيراً من مواقف الاجباط . ويمكنه من أن يعيش حياة متوافقة يشمر فيها بالنجاح في حدود ما لديه من قدرات ومكانات .

وقد أوضح بول لاندس وجوان هير . . Pual Landis & Joann Hear (١٩٥٤) أن الاستبصار بالذات يعد من بين القومات الأساسية التي تسهم في جعل الانسان يعيش حياة ناجحة حيث يذهبان إلى القول بأن من المتطلبات الأساسية لحسن التكيف والنجاح في الحياة أن يساعد الآباء أبناءهم على معرفة أنفسهم ، بما تتضمنه من أوجه قصور ، أو قدرات ومكانات ، ومماوتتهم على تقبل ذواتهم بما هي عليه وبينهم الباحثان إلى حقيقة هامة مؤداها أنه كلما تقبل الأطفال أنفسهم بما هي عليه في وقت مبكر تزايدت احتمالات نجاحهم في بناء حياتهم على أسس واقعية ثابتة (ص ٣٢ / ٣٣) .

ويتفق " جيرارد سدن " (١٩٦٣) مع " بول لاندس وجوان هير " فيما يذهبسان إليه بخصوص أهمية الاستبصار بالذات حيث يرى " أن إدراك الفرد لذاته ومعرفته بها أمر ذات أهمية في ضمان نموه وسعادته . ويضيف إلى ذلك " أن شمور الفرد بمسدم القدرة على معرفة ذاته أو ادراكها . . . لا يمكنه من تحديد احتياجاته من الآخرين كي يساعدونه على النمو أو يسهموا في تحقيق سعادته . (ص ٣٧٤) وفي هذا إشارة إلى أن استبصار الفرد بذاته ، يمكنه من اشباع ما قد يحتاج إليه من الآخرين .

بما يحقق له الاحساس بالرضا والسعادة • ويؤكد هذا ما ورد لدى " سدنن " من
أنه " إذا استطاع الشخص التنقيب عما بداخله •••• ومعرفة تكوينه الذاتي • لا استطاع
أن يستفيد من ذلك استفادة كاملة في تشكيل سلوكه " (ص ٣٧٩) •

وتدعو " هلمين جيلهام " (١٩٦٤) إلى ضرورة مساعدة الأطفال على فهم أنفسهم
من طريق إعطائهم فكرة واضحة عما لديهم من إمكانيات • ومساعدتهم على توضيح هذه
الفكرة • إلى جانب ترك الطفل يكتشف ذاته من خلال تعامله مع غيره • حيث نهبت إلى
أن الفكرة التي يأخذها الطفل من نفسه من خلال علاقاته وتفاعلاته مع غيره من الناس
تجمله أكثر ثقة بنفسه • (ص ٢١ و ٦٣) •

ويشارك عهد السلام عهد الففسار وعثمان فراج (١٩٦٦) فيهما من علماء النفس ممن
يوكدون على دور الاستبصار بالذات في تحقيق الصحة النفسية السليمة • حيث يرون
أن استبصار الفرد بذاته يساعده على تخفيف أثر ما يصادفه من توتر • إذا ما استطاع
أن يفهم نفسه ويدرك ذاته • وأنه يمكن الفرد من أن يعيد تنظيم ذاته • وتخفيف
نمط حياته بما يحقق له التمتع بالصحة النفسية السليمة • (ص ١٥٢) •

ويتفق كل من حلمي الطهجي (١٩٦٨) • وعهد الرحمن عيسوي (١٩٧٢) على ذلك
مؤكدين أن الشخص ذو القدرة المناسبة على الاستبصار بالذات - أي المعرفة الواقعية
بذاته - يستطيع أن يصدر أحكاما موضوعية على ذاته • وبالتالي • فهو يبدو
واقعيًا في سلوكه • وينادي عهد الغزي القرصي (١٩٧٠) بضرورة اتاحة الفرصة أمام
الطفل لممارسة النشاط واللعب • لأن ذلك يعطيه فكرة عن قدرته بالقياس إلى مقدرة
غيره •••• ويحتمل أن النشاط المتعدد النواحي وسيله طبيعي لفهم الأشخاص وفهم
الذات •••• ويرى أنه كلما اتسع نشاط الفرد وتمددت مجالات هذا النشاط • تزايدت
احتمالات وفرض فهم المرء لنفسه • (ص ٢٨٦) •

وقد توصل جوزيف رتشلاك Joseph Rychlak (١٩٧٦) في بحوثه
إلى نتيجة موهما أن الأسوياء من الناس لديهم القدرة على فهم الجوانب الإيجابية
والسلبية في أنفسهم • على خلاف غير الأسوياء • (ص ١٤١) وفي هذا إشارة واضحة
إلى ارتباط الاستبصار بالذات بالسوية • حيث يستفاد من النتائج التي توصل إليها

هذا الهاحت أن الانسان ذو القدرة على تمرف وتفهم ذاته ، بما تتضمنه هذه الـذات من جوانب ايجابية وسلبية يستطيع أن يستفيد استفادة كاملة مما قد يقدم له من تمزيق .

ولذلك يؤكد ابراهيم قشقوش (١٩٧٨) على أن الاستبصار بالذات من الموامل الايجابية التي يمكن أن تسهم في الصحة النفسية السليمة للانسان . ويوصى بضرورة الكشف المبكر عن قدرات الطفل واستعداداته ، وتزويده بسبل استنطارها ، والتمايش بها ومعها ، بدلا من محاولة تحميله ما لا يطيق ، أو بما لا يتناسب مع ماله من قدرات وامكانيات ويرى ضرورة تنمية الاستبصار بالذات لدى الطفل ، حتى يتمود على عملية تقييم ما لديه من أهداف ، بحيث تأتي أهدافه ذات إمكانية تحقيق عالية ، يتحقق معها الشمور بالاطفنان والسعادة . (ص ١٢/١٣) .

في ضوء ما تقدم ، يمكن القول بوجود علاقة بين الاستبصار بالذات والاهمية النفسية السليمة . حيث إن الاستبصار بالذات يمكن الإنسان من التعرف على ما لديه من قدرات وامكانيات ، والوقوف على جوانب القوة ونواحي الضعف في نفسه ، وبضمن للفرد أن يأخذ فكرة واضحة وحقيقية عن ذاته . مما يمكنه من أن يكون واقمها فيما يصدر عنه من أفعال وتصرفات ، وما يضعه لنفسه من مطامح وتطلعات ، بما يترتب عليه في النهاية أقبال الفرد على الحياة بحيوية ونشاط .

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX
XXXXXXXXXXXX
XXXXXXXXXX

الفصل الثالث الطريقة والاجراءات

- أ - مقدمة .
- ب - عينة البحث .
- ج - الادوات المستخدمة .
- د - الاسلوب الاحصائي .
- هـ - خطوات الدراسة .

أ - مقدمة:

يهدف البحث الحالي إلى دراسة العلاقة بين عدد من العوامل النفسية والصحة النفسية السليمة • ويتضمن هذا البحث عددا من العوامل العقلية وهي الذات ، والمرونة التلقائية ، والمطابقة الفكرية ، والأصالة وعدد من أبعاد الحرية وهي حرية الإرادة ، والاستقلال الذاتي ، والانفتاح على الخبرة والاحساس بالمسئولية ، ثم عددا آخر من أبعاد الأمن وهي الطمأنينة الانفعالية والاحساس بالأمن الاقتصادي ، والاستقرار المالي ، والكنانة الاجتماعية بالانتماء إلى عاقل إرادة الجماع والاستقرار بالذات •

وقد روعى عند تصميم البحث الحالي ضبط تأثير عدد من المتغيرات التي قد تؤثر عليه فتابع هذا البحث ، وهي الجنس ، والسنة ، والمستوى الاقتصادي الاجتماعي • وبالتالي فقد تكونت العينة من الة دون الطالبات ، وروى تقارب الأعمار الزمنية لأفراد العينة ، وتم عزل تأثير المستوى الاجتماعي الاقتصادي عن طريق استخدام معامل الارتباط الجزئي من المرتبة الأولى •

وقد استأجر هذا البحث تصميم عدد من المقاييس لقياس المتغيرات موضع الاهتمام في الدراسة إلى جانب استخدام عدد من المقاييس المحددة من قبل • هذا بالإضافة إلى استخدام الامتياز الاحصائية المناسبة للتحقق من صحة أو بطلان الفروض التي أترضها الباحث •

وسيتناول هذا الفصل تقديم العينة ، ووصف الأدوات المستخدمة في البحث ، وبيان الأسلوب الاحصائي الذي استخدم في معالجة النتائج ، ثم يلي ذلك ترميز خطوات الدراسة التي اتبعها الباحث •

ب - عينة البحث:

تتكون عينة البحث الحالي من (٥٠٠) خمسمائة طالب من طالب الفرقة الرابعة بكلية التربية بجامعة عين شمس والمنوية ، ممن ينتمون إلى الأقسام العلمية • وقد اختار الباحث أن يجري بحثه في هاتين الكليتين لسهولة إجراء أدوات البحث ، نظرا لكثرة عدد الاختبارات والمقاييس المستخدمة في البحث ، وطول الفترة الزمنية المطلوبة لأداء هذه

الادوات • وفيما يلي جدول يوضح المصادر التي استمد منها الباحث أفراد
الهيئة والعدد الذي استمده من كل مصدر •

جدول رقم (١)

يوضح توزيع أفراد الهيئة على الاقسام العلمية بكليتي التربية بجامعة عين شمس والنوفية

المجموع	التاريخ الالبيمن	الرياضيات	طبيعة وكيمياء	القسم الكليفة
٣٧٨	٦٤	١٦٥	١٤٩	تربية عين شمس
١٢٢	١٩	١٠٣	-	تربية شبين الكوم
٥٠٠	٨٣	٢٦٨	١٤٩	المجموع

وكانت الاعداد انزمنية لأفراد الهيئة تتراوح ما بين (٢١ سنة) و (٢٦ سنة) ومتوسط حسابي قدره (٢٣ سنة وشهرا واحدا) وانحراف معياري قدره (٢٢) •

وقد قام الباحث بمزج تأثير المستوى الاجتماعي الاقتصادي على أداء الطلاب في الاختبارات المستخدمة • ولهذا لجأ الى استخدام دليل تقدير المستوى الاجتماعي الاقتصادي السدي وضعه عبدالسلام عبدالغفار وابراهيم قشقوش (١٩٧٨) وذلك لتحديد المستوى الاجتماعي الاقتصادي للفرد •

هذا وقد قام الباحث بمزج تأثير هذا المتغير على أداء أفراد الهيئة عزلا احصائيا • وذلك عن طريق استخدام معامل الارتباط الجزئي من المرتبة الأولى •

جـ - الأدوات المستخدمة في الدراسة:

١- مقياس الصحة النفسية السليمة .

نتيجة لعدم وجود مقياس للصحة النفسية السليمة . لشيوخ الاهتمام بالجانب المرضى من الصحة النفسية ، وتركيز جميع المقاييس القائمة على المظاهر المرضية ، فقد قام الباحث باعداد هذا المقياس كي يستخدم في الدراسة الحالية . وقد استند الباحث في اعداد هذا المقياس على التعريف الذي قدمه عبد السلام عبدالمنار (١٩٧٦) لمفهوم الصحة النفسية السليمة ، ويرى فيه أن الصحة النفسية السليمة هي " حالة تكامل طاقات الفرد المختلفة ، بما يؤدي الى حسن استئثارها ، وما يؤدي الى تحقيق وجوده ، أي تحقيق إنسانيته " (ص ٢٢٢) .

وقد سارت عملية اعداد وتصميم هذا المقياس على النحو التالي :-

أ- تحديد مظاهر الصحة النفسية السليمة :

استطاع الباحث التوصل الى عدد (١٥) عظمة عشر بعدا للمقياس ، وقد تم تحديد هذه العظمة الابداع عن طريق بحث ماورد من مظاهر الصحة النفسية السليمة عند كل من جورج برستون George Breston (١٩٤٢) وليم وول William Wool (١٩٥٢) ، وانا فرنسـورث Dana Fransworth (١٩٥٢) ، وجـ Norman Munn (١٩٥٨) ، ونورمان منن Norman Munn (١٩٦٦) ، ومصطفى نهمس (١٩٦٧) ، أحمد عزت راجح (١٩٦٨) ، والفـمارتن بيرى (١٩٦٨) ، وبارون .. Baron (١٩٦٨) ، وجماعة محبـس بيركلى لدراسات الشخصية وقياسها (١٩٦٨) ، وعبدالمزيز التوصلـس (١٩٦٩ و ١٩٧٠) ، ليلند هـسـورث تاـمبل Elan Hinsie & Robert Campbell (١٩٧٠) ، وثمان لبيب فراج (١٩٧٠) ، ومـصـوائيل مخاريوس (١٩٧١ و ١٩٧٤) ، وماسلو .. Maslow (١٩٧٢) ، وطـمسـد زهران (١٩٧٤) ، وأرنست هـليـجارد Ernest Hilgard (١٩٧٥) وعبد السلام عبدالمنار (١٩٧٦) . وحيث تتميز هذه المظاهر عما يحمله

التعريف المتبنى من مناهج تكامل طاقات الفرد المختلفة ، وحسن استثماره لها ،
وتحقيق وجوده • وفيما يلي بيان بهذه الأبعاد :-

- ١- تقبل الفرد لمصله وتحمله وإخلاصه فيه •
- ٢- قدرة الفرد على الاستفادة مما لديه من قدرات وامكانيات استفادة كاملة •
على نحو يتفق مع مبادئ الجماعة وطوائفها وتقاليدها •
- ٣- احساس الفرد بالنجاح فيما يقوم به أو يسند اليه من أعمال •
- ٤- تبني الفرد لأمور مرجح ذاتي يتخذ منه موجهها لسلوكه ويحتكم اليه في هذا الصدد •
- ٥- تقبل الفرد لذاته ورضاؤه عنها ، بما تتضمنه هذه الذات من خصائص وقدرات وامكانيات •
- ٦- ثقة الفرد بنفسه ، وقدرته على الاستجابة بحسب للظروف المتغيرة •
- ٧- قدرة الفرد على مواجهة الفشل وتعمل الاجابات والاستفادة من نتائج ما يمر به أو يعيشه من غميرات •
- ٨- ضبط النفس تجاه مخبرات الحياة أو ملذاتها • والقدرة على التحكم فيها
ازاء المواقف المثيرة •
- ٩- قدرة الفرد على حب الآخرين والانخراط معهم في علاقات متهاد له
مشبهه •
- ١٠- قدرة الفرد على إقامة نوع من التوازن بين مجالات الحياة أو جوانبها
المختلفة •
- ١١- صدق الفرد مع نفسه ، وفي التعامل مع الآخرين •
- ١٢- قدرة الفرد على أن يضع لنفسه أهداف حيياته •
- ١٣- احساس الفرد بالتفاؤل وأقباله على الحياة بحيوية ونشاط •
- ١٤- مثابرة الفرد في سبيل تحقيق أهدافه ، وعدم الاستسلام لمسا
يحتار طريقه من عوائق وعقبات •
- ١٥- نجاح الفرد في ممارسة أدوار القيادة والتبعية •

بـ وضوح مجموعة من المباريات تعبر عن كل من هذه الابعاد الخمسة عشره
وقد استفاد الباحث في هذه القطعة ، مما ورد في الاختبارات والمقاييس
التي تقيس أبعاد الشخصية .

جـ صياغة المباريات الخاصة بكل بعد من هذه الابعاد في صورة ملائمة لمستوى طلاب
الجامعة ، مع مراعاة أن تكون بمعنى الاجابات (بنعم) ، وعضها ب (لا) ، وذلك
بهدف عدم تشكل المفحوس من معرفة الاتجاه المرغوب قياسه ، ولتلافى ميل
بعض الأفسراد الى الاجابة بنعم أو ب لا دون التنازل الى مضمون السؤال .
د ـ فحص المباريات فحصاً جيداً ، بهدف استبعاد المباريات المتكرره أو غير واضحة
المعنى . وقد بلغ عدد المباريات المتبقية بعد الحذف (٣٤٥) ثلاثمائة
وخمس وأربعون عبارة . ومن ثم فقد أصبح عدد عبارات الابعاد
الفرعية المتضمنه في المقياس يتراوح ما بين (٣٠) ثلاثين و (١٦) وستة
عشرة عبارة .

وكان يطلب من المفحوس أن يقرأ كل عبارة قراءة جيدة ، ثم يحدد موقفه منها
بحيث يضع علامة (x) في خانة (نعم) اذا كان يوافق عليها ، أو يضع
علامة (x) في خانة (لا) اذا كان لا يوافق عليها ، أو يضع
علامة (x) في خانة الاستفهام (؟) اذا لم يستطع أن يحدد موقفه منها .
هذا مع التنبيه على المفحوس بأن يضع علامة واحدة فقط أمام العبارة موضع السؤال .
والا اعتبرت الاجابة خاطئة .

وينال الفرد درجة واحدة عن كل اجابة صحيحة ، ويمثل حاصل جمع الدرجات
التي يحصل عليها المفحوس في بعد ما ، درجة المفحوس بالنسبة لهذا البعد ،
بينما يمثل حاصل مجموع الدرجات التي يحصل عليها المفحوس في جميع أبعاد
المقياس ، درجة هذا المفحوس في مقياس الصحة النفسية السليمة .

صدق المقياس:

اتخذ الباحث الخطوات الآتية للتحقق من صدق المقياس:

١- الصدق الظاهري:

وذلك بعرض مجموعة الأبعاد التي استقر عليها الباحث لقياس الدخلة النفسية السليمة على أساس التصريف الذي تبناه، وكذلك هذا التصريف والبنوه أو العبارات الخاصة بكل بعد من هذه الأبعاد على مجموعة تضم ثلاثة محكمين من أساتذة الدخلة النفسية ممن يعطون درجة دكتوراة الفلسفة - بهدف معرفة الاتفاق بينهم بخصوص التطابق بين مفهوم الدخلة النفسية والأبعاد المقترحة لقياسه، وكذلك صلاحية العبارات المقترحة لقياس كل من هذه الأبعاد، وفيما يلي جدول يوضح نسب اتفاق المحكمين الثلاثة على كل بعد من أبعاد المقياس:

جدول رقم (٢)

يوضح نسب الاتفاق بين المحكمين الثلاثة على أبعاد مقياس الدخلة النفسية السليمة

رقم البعد المحكمون	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢	١٣	١٤	١٥
الأول والثاني	٧٨	١٠٠	٩٦	١٠٠	٨٥	١٠٠	٨٨	٩٠	٨٤	٩٥	٩٦	١٤٠	١٠٠	٩٥	٩٤
الثاني والثالث	١٠٠	١٠٠	١٠٠	٩٧	٩٠	١٠٠	٨٨	٩٠	٨٤	١٠٠	١٠٠	١٠٠	١٠٠	٩٥	١٠٠
الثالث والأول	٩٠	١٠٠	٩٦	٩٧	١٠٠	١٠٠	٩٦	١٠٠	١٠٠	٩٠	١٠٠	١٠٠	١٠٠	٩٥	٩٤

وتشير هذه النسب إلى درجة مناسبة من الاتفاق، مما قد يمد مؤشرا لصدق المقياس.

* النسب المذكورة بالجدول السابق نسب مئوية.

ب- الصدق المطلق *

وذلك بحساب معاملات الارتباط البينية بالنسبة للإعداد الخمسة عشر
المتضمنة في القياس، وذلك عن طريق إجراء القياس على مجموعة (٣٠٠) ثلاثمائة
طالب عن طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية، وذلك للحصول على معاملات الارتباط
بين أبعاد القياس، وبين كل من أبعاد القياس، والدرجة الكلية له. وقد
استعان الباحث في هذه الخطوة بالحاسب المثلث التابع لجامعة عين شمس. وفيما
يلي جدول يوضح النتائج التي توصل إليها الباحث في هذا الصدد *

جدول رقم (٣)

يوضح معاملات ارتباط أبعاد القياس ببعضها البعض * وكل بعد من أبعاد القياس والدرجة الكلية له

١٦	١٥	١٤	١٣	١٢	١١	١٠	٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١
٠.٥٣	٠.٣٦	٠.٤٦	٠.٤٢	٠.٣٩	٠.٤٥	٠.٤٤	٠.٣٧	٠.٢٧	٠.٣٩	٠.٤٢	٠.٢٥	٠.٤٠	٠.٤١	٠.٥٩	٠.٥٩
٠.٦٠	٠.٣٣	٠.٤٧	٠.٥٠	٠.٤٦	٠.٤٣	٠.٤٨	٠.٢٧	٠.٢٩	٠.٤٣	٠.٣٩	٠.٢٥	٠.٤٠	٠.٤١	٠.٥٩	٠.٥٩
٠.٥٨	٠.٣٩	٠.٤٣	٠.٤٨	٠.٤٨	٠.٤٠	٠.٤٧	٠.٢٥	٠.٢٧	٠.٤٦	٠.٤٦	٠.٤٠	٠.٤١*	٠.٤١	٠.٥٩	٠.٥٩
٠.٥٥	٠.٣٥	٠.٣٢	٠.٤٥	٠.٤٢	٠.٤٥	٠.٤٠	٠.٢٥	٠.٢٨	٠.٤٠	٠.٣٠	٠.٣٠	٠.٣٠	٠.٣٠	٠.٥٩	٠.٥٩
٠.٢٩	٠.٢٤	٠.٢٦	٠.٣٥	٠.١٤	٠.٢٥	٠.٢٩	٠.٢٠	٠.١١*	٠.٢٢	٠.٢٠	٠.٢٠	٠.٢٠	٠.٢٠	٠.٥٩	٠.٥٩
٠.٤٦	٠.٣٨	٠.٣٨	٠.٤٢	٠.٤٠	٠.٤٠	٠.٤١	٠.٢١	٠.٣٦	٠.٤٨	٠.٤٨	٠.٤٨	٠.٤٨	٠.٤٨	٠.٥٩	٠.٥٩
٠.٤٦	٠.٤٧	٠.٤٢	٠.٥٠	٠.٤٨	٠.٤٤	٠.٥٠	٠.٣٤	٠.٣٤	٠.٤٨	٠.٤٨	٠.٤٨	٠.٤٨	٠.٤٨	٠.٥٩	٠.٥٩
٠.٣٥	٠.٢٨	٠.٣٣	٠.٢٥	٠.٢٠	٠.٢٧	٠.٣٥	٠.١٦	٠.١٦	٠.٣٥	٠.٣٥	٠.٣٥	٠.٣٥	٠.٣٥	٠.٥٩	٠.٥٩
٠.٤٩	٠.٣٦	٠.٤٦	٠.٤٧	٠.٣٩	٠.٤٥	٠.٤٥	٠.٤٥	٠.٤٥	٠.٤٥	٠.٤٥	٠.٤٥	٠.٤٥	٠.٤٥	٠.٥٩	٠.٥٩
٠.٦٤	٠.٤١	٠.٥٢	٠.٦١	٠.٦٠	٠.٤٢	٠.٤٢	٠.٤٢	٠.٤٢	٠.٤٢	٠.٤٢	٠.٤٢	٠.٤٢	٠.٤٢	٠.٥٩	٠.٥٩
٠.٦١	٠.٤٥	٠.٥٤	٠.٥٩	٠.٦٤	٠.٦٤	٠.٦٤	٠.٦٤	٠.٦٤	٠.٦٤	٠.٦٤	٠.٦٤	٠.٦٤	٠.٦٤	٠.٥٩	٠.٥٩
٠.٦٣	٠.٤٠	٠.٦٢	٠.٧٤	٠.٧٤	٠.٧٤	٠.٧٤	٠.٧٤	٠.٧٤	٠.٧٤	٠.٧٤	٠.٧٤	٠.٧٤	٠.٧٤	٠.٥٩	٠.٥٩
٠.٧١	٠.٥٢	٠.٦٦	٠.٦٦	٠.٦٦	٠.٦٦	٠.٦٦	٠.٦٦	٠.٦٦	٠.٦٦	٠.٦٦	٠.٦٦	٠.٦٦	٠.٦٦	٠.٥٩	٠.٥٩
٠.٦١	٠.٤٩	٠.٤٩	٠.٤٩	٠.٤٩	٠.٤٩	٠.٤٩	٠.٤٩	٠.٤٩	٠.٤٩	٠.٤٩	٠.٤٩	٠.٤٩	٠.٤٩	٠.٥٩	٠.٥٩
٠.٥٣	٠.٥٣	٠.٥٣	٠.٥٣	٠.٥٣	٠.٥٣	٠.٥٣	٠.٥٣	٠.٥٣	٠.٥٣	٠.٥٣	٠.٥٣	٠.٥٣	٠.٥٣	٠.٥٣	٠.٥٣

* هذه القيم دالة عند مستوى ٠.٠٥

أ. بقية القيم دالة عند مستوى ٠.٠١

يتضح من الجدول السابق أن المعاملات الخاصة بالتعاضد الداخلي للإبعاد المتضمنة في المقياس جميعها معاملات ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) عدا معامل ارتباط واحد فقط ذال عند مستوى (٠.٠٥) . كما يتضح من نفس الجدول أن العلاقة بين كل من المقياس الفرعية المتضمنة في هذا المقياس، والمقياس ككل علاقة موجبة، مما يشير إلى اتصاف هذا المقياس بدرجة مناسبة من اتعاضد الداخلي .

ومن ثم فقد استخدم الباحث أسلوب الصدق العاملي وذلك للتحقق من صدق هذا المقياس عامليا . استنادا إلى افتراض مؤداه أن المقياس الفرعية جميعها تتشبع بعامل مشترك ، ونفوما يمكن أن يطلق عليه عامل المحة النسبية السليمة .

ولهذا فقد تم اختيار مجموعة معاملات الارتباط السابق الإشارة إليها للتحليل العاملي وفق طريقة هارولد هوتلينج... Harold Hotelling في هذا الصدد . وقد استعان الباحث في هذه الخطوة بالحاسب العلي لتابع لجامعة عين شمس .

ولما كان الهدف من استخدام أسلوب التحليل العاملي هو التأكد من أن أبعاد المقياس تتترك جميعا في خاصية واحدة وهي المحة النسبية السليمة . فقد اعتمد الباحث على تشبعات أبعاد المقياس قبل العدويبر . وفيما يلي جدول يوضح تشبعات كل من العامل الأول والعامل الثاني بأبعاد مقياس المحة النسبية السليمة .

جدول رقم (٤)
يوضح تشيمات أبعاد القياسات بالمعامل الأول
والعامل الثاني قبل التدوير

التشيمات		رقم البعد
المعامل الثاني	المعامل الأول	
٠٢٤٦٩٩ ر	٠٦٧٧١٠ ر	البعد الأول
٠٢٧٣١٤ ر	٠٦٩٥٥٣ ر	البعد الثاني
٠٢٣١١٩ ر	٠٦٨٢٣١ ر	البعد الثالث
٠١٧٢٥٠ ر	٠٦٢٤٠٠ ر	البعد الرابع
٠٣٣٤٠٣ ر	٠٣٧٠٥٤ ر	البعد الخامس
٠٣٣٨٦٣ ر	٠٥٩٨٠٠ ر	البعد السادس
٠٩١٧٨٨ ر	٠٧٠١٦٠ ر	البعد السابع
٠٤٨٤٠٨ ر	٠٤٥٨٠٤ ر	البعد الثامن
٠٣٨٥٧٤ ر	٠٥٨٢٠١ ر	البعد التاسع
٠١٩٧٢٢ ر	٠٧٥٢٤٤ ر	البعد العاشر
٠٢٠٠٥٣ ر	٠٧٤١٨٨ ر	البعد الحادي عشر
٠٢٠١٤٤ ر	٠٧٧٧١٢ ر	البعد الثاني عشر
٠٢٣١٥٢ ر	٠٨٢٣٧١ ر	البعد الثالث عشر
٠٢٧٠٧٥ ر	٠٧٥١٣٥ ر	البعد الرابع عشر
٠٠٨٧١٩ ر	٠٦٤٢٣٠ ر	البعد الخامس عشر

يتضح من الجدول السابق أن الأبعاد المتضمنة في المقياس ذات تشبهات
بماملون ، وأن هذه الأبعاد جاءت ذات تشبهات مرتفعة بواحد من هذين
الماملون ، وهو العامل الأول ، حيث كانت تشبهات الأبعاد الخمسة عشر
بهذا العامل تتراوح ما بين (٠.٣٧٠٥٤) و (٠.٨٢٣٧١) .

ويمكن أن يدلل على هذا العامل ، عامل الصحة النفسية السليمة ، حيث إن هذه
الأبعاد تتناول قياس قدرة الفرد على الاستفادة مما لديه من قدرات استفادته تمكنه
من الشعور بالثقة والنجاح ، وضبط النفس تجاه مخربات الحياة ، والاقبال على العمل بجهد
وحماس ، ومواجهة مواقف الفشل وتحمل الأعباء ، مع تبني الفرد لاطمئنان
مرجعي يوجه سلوكه ، ويحتكم إليه في مجالات حياته المختلفة ، بالإضافة إلى قدرة
الفرد على وضع أهداف حياته ، والمثابرة من أجل تحقيقها ، وقدرته على حسب
الآخرين والصدق في التعامل معهم بما يحقق نوع من التوازن في حياته الأمر
الذي يمكن من احراز النجاح الذي يحقق له السعادة والرضا .

هذا ، بينما جاءت تشبهات أبعاد المقياس بالعامل الثاني تشبهات
ضعيفة في معناها ، ولهذا فانها لا تصلح للتفسير .

مناءً على ما تقدم ، من هون تشبهات العامل الأول بأبعاد المقياس
وأن هذه التشبهات عالية ، وأنها دالة عند مستوى (٠.٠١) ، وأنها موجبة ، مما
يشير بوضوح لصدق محتوى مقياسه الفرعية ، وصدق محتوى المقياس ككل . فانه يمكن القول
بأن هذا المقياس يقيس ما وضع لقياسه وهو الصحة النفسية السليمة .

ثبات المقياس .

استخدم الباحث طريقة إعادة الاجراء لحساب معامل ثبات المقياس
حيث أجرى المقياس مرتين على مجموعة قوامها (٨٠) ثمانون طالباً من طلاب الفرقة
الرابعة بكلية التربية جامعة المنوفية ، بفواصل زمنية قدره (١٥) خمسة عشر يوماً .
وفيما يلي جدول يوضح معاملات الارتباط بين درجات الطلاب على أبعاد المقياس
في الاجراء الأول ، ودرجاتهم في الاجراء الثاني .

جدول رقم (٥)

يوضح معاملات ثبات المقاييس الترمية داخل مقياس الصحة النفسية

رقم البعد	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢	١٣	١٤	١٥
معامل الثبات	٠.٧٢٣	٠.٨٨٨	٠.٩٢٢	٠.٧٩٩	٠.٦٢٧	٠.٧٠٠	٠.٨١٠	٠.٧٤٥	٠.٧٤٥	٠.٧٦٠	٠.٨٩٠	٠.٨٤٤	٠.٨١٠	٠.٩٠٠

ويستخرج من الجدول السابق أن معاملات الثبات بين درجات المقياس على أبعاد القياس في الأجزاء الأولى ودرجاتهم في الأجزاء الثانية تتراوح ما بين (٠.٦٧) و (٠.٩٦) ، كما بلغ معامل الثبات الخاص بالدرجة الكلية على هذا المقياس (٠.٩٦) ، وجميع هذه المعاملات والتعود مستون (٠.١) مما يشير إلى اعتماد المقياس بقدر مناسب من الثبات .

ب - مقياس الاحساس بربا الحريسية :

- قام الباحث باعداد مقياس الاحساس بربا الحريسية ، ويتكون هذا المقياس من أربعة أبعاد ، هي حرية الارادة والاستقلال الذاتي ، والانفتاح على التغيير ، والاحساس بالمسئولية . وقد مرت عملية اعداد هذا المقياس في الخطوات الآتية :-
- تحديد مفهوم كل بعد من الأبعاد الأربع المتضمنة في المقياس .
 - وضع مجموعة من البنود أو العبارات التي تميز عن كل بعد من هذه الأبعاد الأربع ، وقد استفاد الباحث في هذه الخطوة مما ورد في الاختبارات والمقاييس التي تقيس الشخصية .
 - ملاحظة العبارات المتضمنة بكل بعد من الأبعاد المقياس في صورة قائمة مستندية ، كالتالي الجامعة ، مع مراعاة أن تكون بعض العبارات (بنجم) ، وبعضها ب (لا) ، وذلك لعدم تكرر المفرد من معرفة الاتجاه المرغوب قياسه ، ولتلافى ميل بعض الأقسام إلى الاجابة بنعم أو بلا دون النظر إلى مضمون السؤال . وقد بلغ عدد العبارات (١٣٥) ما تقوم على تصنيفها في أربع مجموعات .
 - فحص العبارات فحوصا جيدا ، بهدف استبعاد العبارات المتكررة أو الغير واضحة المعنى . وقد بلغ عدد العبارات المتبقية بعد الهدف (٩٧) سبعا وتمعين عبارته .

وكان يطلب من المفحوص أن يقرأ كل عبارة قراءة جريئة ثم يحدد موقفه منها ، بحيث يوضع علامة (x) في خانة (نعم) أمام العبارة اذا كان يوافق عليها ، أو علامة (x) في خانة (لا) اذا كان لا يوافق عليها ، أو علامة (x) في خانة الاستفسار (؟) أمام العبارة اذا كان غير قادر على تحديد موقفه منها .

هذا ويحصل المفحوص على درجة واحدة عن كل عبارة صحيحة ، ويمثل حاصل جمع الدرجات لكل جانب ، درجة الطالب في الجانب موضع القياس .

صدق القياس

اتخذ الباحث الخطوات الآتية للتحقق من صدق القياس :

أ - عرض كل مفهوم من مفاهيم القياس ، وكذلك العبارات التي تعبّر عن كل مفهوم على مجموعة من ثلاثة محكمين من أساتذة الصحة النفسية ، ممن يحظون بدرجة دكتوراه في الفلسفة ، بهدف معرفة مدى صلاحية التعريف المقترح للمفهوم ، ومدى التطابق بين التعريف والعبارات الموضوعية التي توصل إليها الباحث في هذا الصدد لقياس المفهوم . وفيما يلي جدول يوضح نسب الاتفاق بين المحكمين الثلاثة على كل من المفهوم والعبارات التي تعبّر عنه .

جدول رقم (٦)

يوضح نسب الاتفاق بين المحكمين الثلاثة على المقاييس الفرعية لقياس الاحساس بالحرية

الجوانب المقاسة للمحكمون	حرية الارادة	الاستقلال الذاتي	الانفتاح للمسئولية	الاحساس بالمسئولية
الأول والثاني	%٨٠	%١٠٠	%٨٣	%٩٥
الثاني والثالث	%٨٧	%١٠٠	%٩٢	%٩٨
الثالث والأول	%٨٧	%١٠٠	%٩٢	%٩٨

وتشير هذه النسب الى درجة مناسبة من الاتفاق ، مما يمد مؤشر صدق القياس

وقد أجرى المقياس على مجموعة قوامها (١٠٠) مائة طالب من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية ، وذلك لحساب معاملات الارتباط بين درجات أفراد هذه المجموعة في المقياس الفرعية لهذا المقياسه وكذلك معامل الارتباط بين كل مقياس فرعي والدرجة الكلية للمقياس ، وفيما يلي جدول لتوضيح معاملات ارتباط المقياس الفرعية بعضها ببعض ، وكل مقياس فرعي بالدرجة الكلية للمقياس ككل .

جدول رقم (٧)

يوضح معاملات ارتباط المقياس الفرعية الأربعة بعضها ببعض ، ومعامل الارتباط بين كل مقياس فرعي والدرجة الكلية للمقياس

الجوانب المقاسة	حرية الاواده	الاستقلال الذاتي	الانفتاح على الخبرة	الاحساس بالمسئولية	المقياس ككل
حرية الارادة	—	٠٤٢	٠٣٨	٠٢٩	٠٦٢
الاستقلال الذاتي		—	٠٣٦	٠٣٣	٠٦٦
الانفتاح على الخبرة			—	٠٤٤	٠٧٤
الاحساس بالمسئولية				—	٠٧٩
المقياس ككل					—

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط بين جوانب المقياس بعضها ببعض ، وبين كل مقياس فرعي والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى (٠.٠١) .

ثبات المقياس:

استخدم الباحث طريقة إعادة الاجراء • لحساب معامل الثبات •
وبالتالي • فقد أجرى المقياس مرتين على مجموعة قوامها (١٠٠) مائة من طلاب الفرقة
الرابعة بكلية التربية • بفواصل زمنية قدره (١٥) خمسة عشر يوما • وفيما يلي
جدول يوضح معاملات الثبات بين درجات الطلاب على جوانب المقياس الأربعة في الاجراء
الأول • ودرجاتهم في الاجراء الثاني •

جدول رقم (٨)

يوضح معاملات ثبات المقاييس الفرعية لمقياس الاحساس بالحرية • وكذلك المقياس ككل

اسم الجانب	حرية الارادة	الاستقلال الذاتي	الانفتاح على الخبرة	الاحساس بالمسئولية الكلية	الدرجة الكلية
معامل الثبات	٠.٨٢	٠.٩٠	٠.٨٩	٠.٩٥	٠.٩٤

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الثبات بين درجات الطلاب على أبعاد
المقياس في الاجراء الأول • ودرجاتهم في الاجراء الثاني تتراوح ما بين (٠.٨٢) و (٠.٩٥)
كما يتضح أيضا أن معامل الثبات للناس بالدرجة الكلية على هذا المقياس قد بلغ
(٠.٩٤) • وجميع هذه المعاملات دالة عند مستوى (٠.٠١) مما يشير إلى اتساق المقياس
بقدر مناسب من الثبات •

مقياس الاحساس بالأمن :

ويقاس هذا المقياس بأربعة أبعاد وهي : الدائنية
الانفعالية • والاحساس بالأمن الاقتصادي • والاستقرار العائلي والكفاءة الاجتماعية •
وقد اعتمد الباحث في قياس الجانب الأول على مقياس الدائنية الانفعالية الذي وضعه
" ماسلو " وأعدده أحمد عبدالعزيز سلامة للاستخدام في البيئة المصرية •
ويذكر محمد هذا المقياس أن " ماسلو " قد قام بعدد من الدراسات والبحوث
الاكاديمية قبل وضع هذا المقياس • وقد توصل إلى ثلاثة أبعاد أساسية هي :

١- شعور الفسرد بأنه غير محبوب ، وأنه يعامل بدون مودة ، أو أنه مكروه محتقير، ويقابل هذا لمن تتفرس لديه مشاعر الأمنينة الانفعالية شعور الفرد بتقبل الآخرين له ، وحبهم إياه، وأنهم يعاملون في دفا وصيوبة .

٢- شعور الفرد بالمزلة والانفرد ، ويقابل هذا في الدارف الايطيبي الشمور بالانطواء واحساس الفرد بأنه له مكانة في الجماعة .
٣- الشعور الدائم لدى الفسرد بالخطر أو الشعور بالقلق ، ويقابل هذا الشعور بالسلام ، وبثورة الشمور بال طم والتهدية والقلق ، وانثيق من هذه الأبعاد الثلاثة أحد عشر بعدا ثانويا تعد كتنتاج مترتبة على الأبعاد والأولى في نشأة الفسرد وتطوره عبر الزمن .

ويتكون هذا المقياس في صورته النهائية من (٢٥) عمو وسميون بندا يعبر عن الأبعاد الأساسية والثانوية التي اجبرها "ماسلو" أساسا لهذا المقياس وقد توصل ماسلو الى هذه البنود من خلال دراسة عدد كبير من الأفراد الذين يتسمون بالطمانينة الانفعالية، وعدد آخر من الذين يفكرون الى الشعور بالأمن ، وتمت هذه الدراسة عن طريق المقابلات والملاحظة السلوكية ، ومقارنة الأفراد الذين يتصفون بالأمن النفسى ، بالذين لا يتصفون بذلك .

ويذكر معد المقياس أنه قد اتضح "لماسلو" أن الطلاب الذين يحصلون على درجات عالية على هذا المقياس كانوا يحسون بانعدام الشعور بالأمن ، بينما اتضح أن من يحصل منهم على درجات منخفضة هم الذين يشعرون بالأمن والطمانينة الانفعالية .

صدق المقياس:

قدم "ماسلو" معلومات كافية وقنمة على صدق هذا المقياس، حيث أنه تحقق من صدق الاسئلة الكليتيكيا ، كما درس العلاقة بين درجات تعدد من الطلاب على هذا المقياس من جهة ودرجاتهم على اختبار ثرستسون (السمائية)، وبيرونويتس (العيل للعصائية) والبيسورت (الخفي والسيطرة) من جهة أخرى . وكانت معاملات الارتباط (٠.٦٨) و (٠.٥٨) ، (٠.٢٠) على الترتيب .

جف Gough بدراسة العلاقة بين درجتا عدد من الدلالات على هذا القياس من جهة ودرجاتهم على اختبار مينسوتا متعدد الأوجه • وفيما يلي جدول يوضح معاملات الارتباط بين مقياس "ماسلو" واختبار مينسوتا متعدد الأوجه •

جدول رقم (٩)

يوضح معاملات الارتباط بين مقياس ماسلو واختبار مينسوتا متعدد الأوجه

معاملات الارتباط مع مقياس ماسلو			اختبار مينسوتا متعدد الأوجه
للمجموعة كلها	للذات فقط	للذكور فقط	
٠٤١٠ر	٠٤١٢ر	٠٤٠٢ر	مقياس التصحيح
٠١٨٦ر	٠٤١٢ر	٠٤٥٠ر	مقياس الكذب
٠٣٢٢ر	٠٣٧٩ر	٠٣٧٢ر	مقياس الخطأ
٠١٨٦ر	٠٣٠٦ر	٠٠٩٥ر	توشم المبرهن
٠٤٠٠ر	٠٣٧٣ر	٠٤٦٤ر	الاكتئاب
٠٢٢٤ر	٠٢١٠ر	٠٣٦٤ر	الهستيريا
٠٢٢٩ر	٠٢٥٤ر	٠٣٢٥ر	الانحراف السيكوباتي
-	٠١٦٠ر	٠٤٠٤ر	الذكورة والانوثة
٠٣٦٩ر	٠٣٥٥ر	٠٣٩٣ر	البارانويا
٠٣٦٢ر	٠٤١٧ر	٠٤٥٤ر	السيكاثينزيا
٠٣٥٢ر	٠٣٦٠ر	٠٤٠٣ر	الضيق
٠٠٥٦ر	٠١٥٠ر	٠٠٦٣ر	الهوس الخفيف

وتشير الدراسات التي قدمها "ماسلو" لهذا القياس على أنه على درجة مناسبة من المصداقية •

ثبات الاختبار .

استخدم " ماسلو " طريقة التجزئة النصفية لقياس ثبات الاختبار ، وكان معامل الارتباط (٠.٨٦) على عينة توأمتها (١٠٠) مائة فرد . ولما كان مقياس " ماسلو " يتكون من (٧٥) خمس وسبعين سؤالاً تمبر عن الأربعة عشر بعداً ، فإن " ماسلو " قسم هذا المقياس إلى ثلاثة أجزاء رئيسية ، بحيث يمثل كل جزء خمسة وعشرين سؤالاً . ويرى أنه يمكن تطبيق أحد الأجزاء دون الجزأين الآخرين من المقياس ، حيث أن كل جزء من هذه الأجزاء يحتوي على أسئلة تمبر عن الأربعة عشر بعداً ، وقد قام " ماسلو " بحساب معاملات الارتباط بين هذه الأجزاء بعضها ببعض فسي دراسة أخرى للثبات . وقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين (٠.٧٤) إلى (٠.٩٨) وهي معاملات عالية بالنسبة لمقياس قصير . وفيما يلي جدول يوضح معاملات الارتباط بين الأجزاء بعضها ببعض .

جدول رقم (١١)

يوضح معاملات ثبات عن طريق معاملات ارتباط الأجزاء الدقيقة بعضها ببعض

مسلسل	بيان ارتباط الأجزاء بعضها ببعض	الارتباط
١	بين الجزء الأول والثاني	٠.٧٤
٢	بين " الأول والثالث	٠.٧٨
٣	بين " الثاني والثالث	٠.٧٨
٤	بين " الأول والمقياس ككل	٠.٩٢
٥	بين " الثاني " "	٠.٩١
٦	بين " الثالث " "	٠.٩٢
٧	بين " الأول والثاني " "	٠.٩٨

ثم قام " ماسلو " بحساب معامل الثبات بين أجزاء المقياس عن طريق اعادة الاجراء بفواصل زمنية قدرة خمسة عشر يوما ، وقد بلغ معامل الثبات (٠.٨٤) .
بالاضافة الى أن فاروق عبدالسالم (١٩٧٣) قد قام بدراسة ثبات هذا المقياس وأشار الى أن ثباته عاليا ، ويمكن الاعتماد عليه ، حيث تراوحت معاملات الثبات التي حصل عليها ما بين (٠.٧٦٣) و (٠.٩٤٧) .

أما بالنسبة للامعاد الثلاثة الأخرى - الاحساس بالأمن الاقتصادي ، والاستقرار العائلي ، والكفاءة الاجتماعية - فقد قام الباحث باعداد هذه المقاييس الفرعية الثلاثة لتشكّل مع مقياس - الظمأنينة الانفعالية مقياس الاحساس بالأمن .
- ولهناك هذا المقياس ، قام الباحث بتحديد المفاهيم بصورة اجرائية ، لكل مقياس من هذه المقاييس الفرعية .

- ثم قام بوضع عدد من العبارات لتتميز عن كل بعد من أبعاد المقياس ، بحيث تكون الاجابة عن كل عبارة (بنعم) أو (لا) أو بعلامة الاستفهام (؟) - هكذا وقد تمت صياغة عبارات كل مقياس من هذه المقاييس بصورة ملائمة لمستوى طلاب الجامعة . كما روعي عند هذه الصياغة أن تكون بعض الاجابات (بنعم) والبعض الآخر (لا) وذلك بهدف عدم تمكين المتحوص من معرفة الاتجاه المرغوب قياسه ولتلافى ميل بعض الأفراد الى الاجابة بنعم أو ب لا دون النظر الى مضمون السؤال .

- وتم بعد ذلك فحص عبارات كل بعد من الأبعاد المقاييس فحسب جيدا الاستبعاد العبارات المتكررة أو غير واضحة المعنى ، وقد كان مجموع العبارات التي توسل اليها الباحث - في المقاييس الثلاثة الفرعية - قبل الحذف (١٢٣) مائة وثلاثا وعشرين عبارة . وقد بلغ عدد العبارات المتبقية بعد الحذف (٨٠) ثمانين عبارة .

- وكان يطلب من المتحوص قراءة العبارة قراءة جيدة ، ثم يحدد موقفه منها ، بأن يضع علامة (x) في خانة (نعم) اذا كان يوافق عليها ، أو علامة (x) في خانة (لا) اذا كان لا يوافق عليها ، أو علامة (x) في خانة علامة الاستفهام (؟) اذا كان غير قادر على تحديد موقفه منها .

هذا ويحصل المتحوص على درجة واحدة عن كل اجابة صحيحة ، ويمثل حاصل جمع الدرجات لكل جانب ، درجة الجانب ، في الجانب موضع المقياس .

صدق المقياس:

اتخذ الباحث الخطوات الآتية للتحقق من صدق المقياس:

أ- عرض كل مفهوم من مفاهيم المقياس، وكذلك العبارات التي تعبر عن كل مفهوم على مجموعة من ثلاثة محكمين من أساتذة الصحة النفسية، ممن يحملون درجة دكتوراه الفلسفة بهدف معرفة مدى صلاحية التعريف المقترح للمفهوم، ومدى التوافق بين التعريف والعبارات الموضوعية التي توصل إليها الباحث في هذا الصدق لقياس المفهوم، وفيما يلي جدول يوضح نسب الاتفاق بين المحكمين الثلاثة على كل من المفهوم والعبارات التي تمسب عنها.

جدول رقم (١٢)

يوضح نسب الاتفاق بين المحكمين الثلاثة على المقاييس الفرعية لقياس الاحساس بالأمس

للجانبي المقاس المحكمون	الاحساس بالأمس الاقتصادي	الاستقرار المائلي	الكفاءة الاجتماعية
الأول والثاني	%٨٩	%٩٤	%٨٦
الثاني والثالث	%٩٠	%١٠٠	%٩٢
الثالث والأول	%٨٩	%٩٤	%٨٩

وتشير هذه النسب إلى درجة مناسبة من الاتفاق، مما يعد مؤشراً لصدق المقياس. وقد أجرى المقياس على مجموعة قوامها (١٠٠) مائة طالب من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية، وذلك لحساب معاملات الارتباط بين درجات أفراد هذه المجموعة من المقياس الفرعية لهذا المقياس، وكذلك معامل الارتباط بين كل من مقياس فرعي والدرجة الكلية للمقياس. وفيما يلي جدول لتوضيح معاملات ارتباط المقياس الفرعية بعضها ببعض، وكن مقياس فرعي بالدرجة الكلية للمقياس ككل.

جدول رقم (١٣)

يوضح معاملات ارتباط المقاييس الفرعية بعضها ببعض ، ومعامل الارتباط بين كل مقياس فرعي والدرجة الكلية للمقياس

الجوانب المقاسة	الاحساس بالاقتصاد	الاستقرار العائلي	الكفاءة الاجتماعية	المقياس ككل
الاحساس بالأمن الاقتصادي	-	٥٢%	٠٣٠	٠٣٨
الاستقرار العائلي		-	٠٥٢	٠٦٤
الكفاءة الاجتماعية			-	٠٥٨
المقياس ككل				-

ويتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس بعضها ببعض ، وبين كل مقياس فرعي والدرجة الكلية دالة عند مستوى (٠.٠١)

كما أجرى مقياس الطمأنينة الانفعالية على مجموعة قوامها (١٠٠) مائة طالب من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية ، وتم إجراء المقاييس الفرعية الثلاثة لمقياس الاحساس بالأمن الاقتصادي ، والاحساس بالأمن الاقتصادي ، والاستقرار العائلي ، والكفاءة الاجتماعية - على المجموعة نفسها ، وذلك لحساب معاملات الارتباط بين مقياس الطمأنينة الانفعالية ، والمقاييس الفرعية السابقة الذكر .

وقد حصل الباحث على معاملات ارتباط تتراوح ما بين (٠.٣٣) و (٠.٣٦) وفيما يلي جدول يوضح معاملات الارتباط بين مقياس الطمأنينة الانفعالية ، وكل من المقاييس الفرعية لمقياس الاحساس بالأمن الاقتصادي .

جدول رقم (١٤)

يوضح معاملات ارتباط مقياس الطمأنينة الانفعالية وكل من المقاييس

الفرعية لمقياس الاحساس بالأمن الاقتصادي

اسم الجانب	الاحساس بالأمن الاقتصادي	الاستقرار العائلي	الكفاءة الاجتماعية
ر	- ٠٣٣	- ٠٣٦	- ٠٣٦

وهذا وقد بلغ معامل الارتباط بين مقياس الطمأنينة الانفعالية والدرجة الكلية للمقياس (٠.٣٢) وتظهر هذه المعاملات الى صدق هذا المقياس حيث أنها دالة عند مستوى (٠.٠١)

ثبات المقياس

استخدم الباحث طريقة إعادة الاختباره لحساب معامل ثبات المقياس، بحيث كانت مدة الفصل بين الاجراء الأول والاجراء الثاني (١٥) خمسة عشر يوماً. مستخدماً في ذلك مجموعة من الأقسراد قوامها (١٠٠) مائة طالب من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية. وفيما يلي جدول يوضح معاملات ثبات المقاييس الفرعية لمقياس الاحساس بالأسس.

جدول رقم (١٥)

يوضح معاملات ثبات المقاييس الفرعية لمقياس الاحساس بالأسس

اسم الجانب	الاحساس بالأسس الاقتصادي	الاستقرار العائلي	الكفاءة الاجتماعية
ر	٠٦٩	٠٩٥	٠٩٠

هذا وقد بلغ معامل الثبات بين درجات أفراد هذه المجموعة بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس بما فيها درجة مقياس اللطافة الانفعالية لما سئلوا في الاجراء الأول والثاني (٠٩٣)، وكلها معاملات دالة عند مستوى (٠٠١).

د - مقياس ارادة المصلح

قام الباحث بتحديد مفهوم ارادة المصلح بصورة اجرائية على أساس أنها تنظيم دافعي يدفع الانسان ويحركه تجاه حبه الآخرين بصدق، والهدل في سبيل خيرهم بالاشروط أو تحفظات، بما يؤدي الى احساس الفرد بالاشباع، وتقبله لذاته ورضاه عنها.

وفي ضوء هذا التعريف، وضع الباحث مجموعة من العبارات، تعبر كل واحدة منها عن رغبة الفرد في مساعدة الآخرين، أو فعل الخير من أجلهم.

صيفت هذه العبارات في صورة ملائمة لمستوى طلاب الجامعة ، ثم حذف منها
العبارات المتكررة وغير واضحة المعنى ، وقد بلغ ما تبقى من العبارات بعد الحذف
(٢٢) اثنتين وعشرين عبارة .

وكان يطلب من المفحوس أن يقرأ كل عبارة ، ثم يحدد موقفه منها بحيث يضع
(x) في الخانة (موافق) اذا كان موافقا عليها ، أو يضع علامة (x)
في الخانة (غير موافق) اذا كان لا يتفق معها ، أو يضع علامة (x) في
الخانة (غير متأكد) اذا لم يستطع تحديد موقفه منها . مع التنبيه على أن
المطلوب أن يضع علامة واحدة أمام كل عبارة من عبارات المقياس .
هذا ويحصل الفرد على درجة واحدة من كل اجابة صحيحة ، ويشمل
حاصل جميع الدرجات ، درجة الطالب في مقياس ارادة المطا .

صدق المقياس :

اتخذ الباحث الخطوات الآتية للتحقق من صدق المقياس .

أ- عزى كل من مفهوم ارادة المطا ، والعبارات التي تمير عن هذا المفهوم على مجموعة
من ثلاثة محكمين من أساتذة الصحة النفسية ، ممن يحلون درجة دكتوراه الفلسفة ،
بهدف معرفة مدى صلاحية التعريف المقترح للمفهوم ، ومدى التطابق بين التعريف
والعبارات الموضوعه التي توصل اليها الباحث في هذا الصدد لقياس المفهوم .
وفيما يلي جدول يوضح نسب الاتفاق بين المحكمين الثلاثة على كل من المفهوم
والعبارات التي تمير عنه .

جدول رقم (١٦)

يوضح نسب الاتفاق بين المحكمين الثلاثة على مقياس ارادة المطا .

المحكم	الاول	الثاني
الاول	-	
الثاني	%٩١	
الثالث	%١٠٠	%٩١

وتشير هذه النسب إلى درجة مناسبة من الاتفاق، مما يمد مؤشراً لصدق المقياس.

وقد أجرى المقياس على مجموعة قوامها (٣٠٠) ثلاثمائة طالب من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية وذلك لحساب معاملات ارتباط بين درجات كل بند من بنود المقياس والدرجة الكلية للمقياس. وقد استعان الباحث في هذا الخطـوة بالطـابـع العـلـمـي التـابـع لـجـامـعة عـين شـمس. وفيما يلي جدول يوضح معاملات ارتباط كل بند من بنود المقياس بالدرجة الكلية للمقياس.

جدول رقم (١٧)

يوضح معاملات ارتباط كل بند من بنود المقياس بالدرجة الكلية للمقياس

رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط
١	٠٢٦	١٢	٠٣٤
٢	٠٤٥	١٣	٠٢٠
٣	٠٣٠	١٤	٠٤١
٤	٠٣٨	١٥	٠٣٥
٥	٠٣٠	١٦	٠٢٨
٦	٠٣٦	١٧	٠٤٣
٧	٠٤٨	١٨	٠٣٣
٨	٠٤٨	١٩	٠٣٥
٩	٠٢٧	٢٠	٠٣٦
١٠	٠٤٠	٢١	٠٣٠
١١	٠٣٥	٢٢	٠٤٧

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط تتراوح ما بين (٠٢٠) و (٠٤٨) وبمعيها معاملات دالة عند مستوى (٠٠١) مما يشير إلى أن المقياس على درجة مناسبة من التماسك الداخلي.

قياسات المقياس:

استخدم الباحث لحساب معامل الثبات طريقة إعادة الاجراء ، بحيث كانت مدة الفصل بين الاجراءين (٣) ثلاثة شهور ، مستخدما في ذلك مجموعة قوامها (١٠) مائة طالب من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية . وقد بلغ معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة في الاجراء الأول ، ودرجاتهم في الاجراء الثاني (٠.٠٦) وهو معامل دال عند مستوى (٠.٠١)

اختبار الذكاء التالي :

يقاس الذكاء بين أفراد العينة المستخدمة في الدراسة الحالية ، استخدم اختبار الذكاء المال الذي وضعه " السيد محمد خيرى " ويقاس هذا الاختبار القدرة على الحكم والاستنتاج . خلال ثلاثة الفواع من المواقف : مواقف لدية ، ومواقف عنده ، ومواقف تتناول الأشكال المرسومة ، الذي سبق أن أطلق عليه سبيرمان " المال العام " .

ويذكر " السيد محمد خيرى " أن هذا الاختبار قد مر بمراحل تجريبية متعددة ، وقد عدل بعد كل محاولة تجريبية للوصول الى معامل مناسب من الصدق والثبات ، كما حسبست معاملات الصعوبة للوحدات في كل محاولة ، وأعيد ترتيب الوحدات في ضوء هذه النتائج .

ويضيف أن هذا الاختبار يصلح لقياس الذكاء حسب ما عرفت في المستويات التعليمية الثانوية وما يصاد لها والعليا والجامعة ، بما في ذلك الدرجات العلمية أو الأدبية . هذا ويستفسر اجراء هذا الاختبار ثلاثون دقيقة .

ويتكون هذا الاختبار من (٤٢) اثنين وأربعين سؤالا تتدرج في الصعوبة ، وتتضمن عينات مختلفة من المواقف الذهنية أهمها :

أ - القدرة على تركيز الانتباه الذي يتمثل في تنفيذ عدد من التعليمات دفعة واحدة .

- ب - القدرة على ادراك العلاقات بين الاشكال : ويمثل في العقارة بين عسدد
من الاشكال للكشف عن العلاقة بينها .
- ج - الاستدلال اللفظي : ويمثل في الاحكام المنطقية وال مترادفات اللفظية .
- د - الاستدلال المسددي : ويمثل في حل سلاسل الأهداد وأسئلة التفكير
الحسابي .
- هـ - الاستعداد اللفظي : ويمثل في التعامل بالألفاظ في أسئلة التعمير
والترادفات .

صدق الاختبار :

ويذكر " السيد محمد خيرى " أنه تمت دراسة صدق الاختبار بالأساليب
الآتية :

- أ - حسب معامل الارتباط بين نتائج الاختبار ، ونتائج تطبيق اختبار الذكاء الثانوى
لاسماعيل القباني ، وكان معامل الارتباط بين نتائج الاختبارين (٠.٦٩٤) .
- ب - أختبرت عنه عشوائية من (٤٠٠) ربحانة طالب من طلاب المدارس الثانوية
في مدارس مختلفة ، وطلب من ثلاثة أساتذة من الذين يدرسون لهم
اعطاء تقديرات لهؤلاء الطلبة ، فيما يتعلق بالذكاء ، وقصد
عرف لهم الذكاء على أنه " القدرة على الفهم والاستنتاج والابتكار
دون التقيد بالقدرة التحصيلية في المواد التي يدرسونها " وقد روعي
التنوع في المواد التي يقومون بتدريسها لهؤلاء الطلبة - وطلب منهم
وضع تقديرات على ثلاثة مستويات : أقل من المتوسط - متوسط
- فوق المتوسط .

وقد حسب متوسط التقديرات لكل طالب ، وذلك باعطاء " درجة - ١ التقدير
أقل من المتوسط " ، و " ٢ " و " ٣ " و " ٤ " و " ٥ " لتقدير
فوق المتوسط .

بهذا يمكن تحويل التقديرات الكهنسي التي تقديري كمي ، ثم حسب معامل
الارتباط بين متوسط التقديرات ودرجة الطالب في الاختبار الحالى ، فكان معامل
الصدق بهذه الصورة (٠.٥٢٢) وهو معامل كاف لمثل هذا النوع من معاملات
الصدق .

جـ - حسب معامل الارتباط بين درجات الاختبار ودرجات أفراد العينة الذين في السنة الاعدادية أو الأولى من المستوى المالي أو الجامعي في نهاية العام ، فكان (١٨ مره) وقد اكتفى بالهبة السنة الأولى أو الاعدادية لأن أفراد العينة بعد هذا المستوى تكون عينة منتقاه ، مما يجعل المعامل منخفضا بأبيته .

مبات الاختبار :

قام " السيد محمد خيري " بحساب الاختبار باستخدام صورتهين لهذا المعامل ، وهي اعادة تطبيق الاختبار ، ومعامل الثبات النصفي ، وحسب المعامل من تطبيق الاختبار مرتين على عينة عشوائية من العينة الكلية التي حجمها (٥٢٨) طالبا وطالبة ، وكانت المدة الفاصلة بين التطبيقين أسبوعين ، وقد بلغ معامل الثبات بهذه الصورة (٠.٨٤٥) . ثم حسب معامل الثبات النصفي (الفردى - الزوجي) على عينة عشوائية من العينة الكلية حجمها (٨٠٠) ثمانمائة طالب وطالبة ، وكان معامل الثبات بهذه الصورة (٠.٨٨١) وهو في الحالتين معامل مرتفع ذو دلالة احصائية كافية .

قدرات التفكير الابتكاري :

استخدم الباحث اختبارات القدرة على التفكير الابتكاري لقياس المرونة التلقائية والطلاقة الفكرية ، والأصالة والتي تقاس باختباري : الاستعدادات والمترقيات للذيق أعدهما عبدالسلام عبدالغفسار (١٩٦٦) للاستخدام في البيئة المصرية لقياس مجموعة من قدرات التفكير الابتكاري وتتضمن هذه القدرات : المرونة التلقائية والطلاقة الفكرية والأصالة ، حيث اشهرت الدراسات المختلفة التي أجريت في هذا المجال ارتباطهما بالقدرة على التفكير الابتكاري ارتباطا طاليا (عبدالسلام عبدالغفسار ، ١٩٧٠) وفيما يلي عرض لهذه الاختبارات .

أ - اختبار الاستمالات :

يقيس هذا الاختبار عامل المرونة التلقائية ، وهو القدرة على سرعة انتاج أكبر عدد ممكن من أنواع مختلفة من الأفكار التي ترتبط بموقف محدد ، الاختبار .

ويتكون هذا الاختبار من جزأين ، يحتوى على ثلاثة بنود ، وفى كل بند يطلب من المختبر أن يذكر أكبر عدد ممكن من الاستمالات المختلفة للشع الموضوع بالبند ، وهو اختبار من النوع المفتوح ، بمعنى أنه ليس هناك اجابات محددة ، وتستغرق الاجابة عن هذا الاختبار ثمانى دقائق ، بواقع أربع دقائق لكل جزء من الجزأين ويجب أن يلتزم المختبر بالزمن المحدد لكل جزء .

ويتم تقدير اجابات المختبر بأن تعطى درجة واحدة عن كل اجابة مقبولة ، وتجمع الدرجات التي حصل عليها فى درجة كلية لتشمل درجته فى عامل المرونة التلقائية .

وقد عرض محمد الاختبار عددا من القواعد التي ينبغي أن تراعى عند قبول الاجابة ، هذا بالإضافة الى ضرب أمثله لبعض الاجابات المقبولة . (عبد السلام عبد الغفار ١٩٧٠ ، ١٠٦ - ١٣)

ب - اختبار المتربات :

يقيس هذا الاختبار قدرة الفرد على سرعة انتاج أكبر عدد ممكن من الاستجابات ذات الارتباط غير المباشر بالموائق المشورة ، والقدرة على انتاج مثل هذه الاستجابات إحدى دلائل ثلاث للاستدلال على الأصالة .

ويتكون هذا الاختبار من عشرة موائق بالديفئة التالية :

" ماذا يحدث لو . . . " ويطلب من المختبر أن يذكر أكبر عدد من المستترباته
أي النتائج التي تحدث لو وجد هذا الموقف، وتشترك الاجابة عن هذا الاختبار
عشرين دقيقة بواقع دقيقتين لكل بند من البنود العشرة، وينبغي أن تراعى الدقة
في التوقيت، بحيث لا تستغرق الاجابة عن أى بند أكثر من دقيقتين .

ويتم تقديس اجابات المختبر بعد تقسيم الاجابات الى ثلاثة أنواع:

- ١- اجابة لاصلة لها بالمواقف، وهذه الاجابة غير مقبولة، ولا تعطى لها أى درجة.
- ٢- اجابة ذات علاقة مباشرة بالمواقف، وهى التى تصدر عن نتيجة مباشرة لو حدث الموقف
المحدد فى البنود، كوقف وظيفته " عليه معينه " واختفاء شئ معين يرتبط
بالمواقف ارتباطا مباشرا دون مراعاة ما يترتب عن اختفاء هذا الشئ من نتائج
اقتصادية أو اجتماعية أو ثقافية بصفة عامة، وتمثل عدد الدرجات التى يحصل
عليها المختبر عامل الطلاقة الفكرية.
- ٣- اجابة ذات علاقة غير مباشرة بالمواقف، وهى التى ترتبط بالموقف ارتباطا غير مباشر
ويتضح منها وهى المختبر بالنتائج بعيدة المدى التى تترتب على المواقف، ففى
مثل اختراع نظام جديد أو وسيلة جديدة للتكيف مع الموقف، أو تغيرات ثقافية
أو اجتماعية أو اقتصادية نتيجة للموقف، وتمثل عدد الدرجات التى يحصل
عليها المختبر عامل الأصالة.

هذا ويوصى معد الاختبار بضرورة التدقيق فى الحكم على الاجابات، حيث
ان الاجابة غير المباشرة قد تكون صلتها بالموقف بعيدة الى الدرجة التى قد يخطئ
المقدر ويعتقد أنها اجابة لاصلة لها بالموقف. وقد ضرب عددا من الامثلة
لبعض الاجابات المباشرة، والاجابات غير المباشرة المقبولة. (عبدالسلام عبدالغفار
١٩٧٠، ١٤٦ - ٢٦)

صدق الاختبار:

اعتمد عبدالسلام عبدالغفار (١٩٧٠) فى دراسته
لصدق الاختبار على طريقتين مختلفتين الأولى الصدق الضئلى، حيث قام بتحليل
المامل المناس، ثم تحليل محتويات الاختبار المعمم لقياسه، واستخدم فى الطريقة
الثانية ايجاد العلاقة بين هذه الاختبارات، والمستوى التحصيلى المدرسى مستخدم

في ذلك مجموعة قوامها (١٨٠) مائة وثمانون تلميذا من تلاميذ المرحلة الثانوية العامة بمدينة القاهرة • وفيما يلي جدول يوضح معاملات الارتباط التي توصل اليها في هذه الخطوة •

جدول رقم (١٨)

يوضح معاملات الارتباط بين التحصيل المدرسي والعوامل المقاسة

اسم الاختبار	معامل الارتباط الجزئي
الاستعمالات	٠٢٧
المترتبات	٠٥٨

ثبات الاختبار :

استخدم بهد السلام عبدالغفار (١٩٧٠) طريقة التجزئة النصفية للتحقق من ثبات هذه الاختبارات • مستخدما مجموعة قوامها (١٢٠) مائة وعشرون تلميذا من تلاميذ مدارس الثانوية العامة بمحافظة القاهرة • وفيما يلي جدول يوضح معاملات الثبات التي توصل اليها في هذه الخطوة •

جدول رقم (١٩)

يوضح معاملات ثبات اختباري الاستعمالات والمترتبات

اسم الاختبار	الطريقة	معامل الثبات
الاستعمالات	التجزئة النصفية	٠٦٩
المترتبات	التجزئة النصفية	٠٨٠

مقياس الاستبصار بالذات (ج.هـ):

قام باعداد هذا المقياس ابراهيم زكى قشقوش (١٩٧٥) وقد اعتمد على اسلوب التباعد فى تصميمه لهذا المقياس ، حيث تتحدد درجة الاستبصار بالذات فى هذا الاسلوب ، عن طريق مجموع الفروق المطلقة بين تقدير المفحوص لذاته ، ومتوسط تقدير يسهرات الآخريين عنه فى كل صفة من الصفات المستخدمة فى المقياس .

وتشير درجة التباعد المرتفعة على هذا المقياس الى انخفاض درجة الاستبصار بالذات . بينما تشير الدرجة المنخفضة عليه الى ارتفاع درجة الاستبصار بالذات حيث انه كلما قلت الفروق بين تقدير الفرد لذاته ، وتقدير الآخريين عنه ، دل ذلك على زيادة تفهم الفرد لذاته ، وادراكه لنواحي قوته ، ومواطن قصوره مما يشير الى أن مفهومه عن ذاته يتصف بالواقعية .

تصميم المقياس :

وقد أوضح مصمم المقياس الخطوات التى مر بها ، وفيما يلى عرض لهذه الخطوات :-

أ- اختيار مجموعة من الصفات (٢٤) أربع وعشرون صفة ، التى يمكن أن توجد بدرجات مختلفة لدى الانسان بصفة عامة ، وتنتج من العلاقات الشخصية المتبادلة وقد استقيت هذه الصفات من الاختبارات والمقاييس التى استخدمها كل من براونفسين (١٩٥٦) ، وعطيه هنيا وعماد الدين اسماعيل (١٩٥٨) وكاون وآخرون (١٩٦١) ، وفتحى عبدالرحيم (١٩٦٩) .

ب- وضع تعريفات مبدئية لكل صفة من هذه الصفات ، وقد صيغت هذه التعريفات على نحو يتناسب مع المستوى اللغوى للطلاب الجامعيين .
ج- عرض هذه التعريفات المبدئية المقترحة على مجموعة من خمسة محكمين من أساتذة علم النفس والصحة النفسية ، من الذين يحملون درجة دكتوراه الفلسفة أو الساتريرية وكانت مهنة المحكمين تتمثل فى ابداء الرأى من حيث دقة ووضوح التعريف الخاص بكل صفة

د - اختيار (١٨) ثمانى عشر صفة ، حصلت كل منها على اتفاق الحكيم ، فيما يتعلق بدقة ووضوح التعريف الخاص بها . وقد اعتمد ابراهيم قشقوش (١٩٧٥) على هذه الصفات فى قياس درجة الاستبصار بالذات .

هـ - اعداد صورتين من مقياس الاستبصار بالذات ، أحدهما (الصورة م) خاصة بالمفحوصين ، حيث يطلب من المفحوص قراءة تعريفات الصفات جيدا ، ثم ابداء الرأى فى مدى توافر كل منها لديه - وذلك على مقياس متدرج من نقاط .

أما الصورة الثانية (الصورة ب) فهي خاصة بالمحكومين ، حيث يطلب من مقدر خارجى تحديد مدى توافر الصفات المتضمنة فى المقياس لدى الطالب ، وذلك حسب النام المشار اليه فى الصورة أ . وقد استمان معد المقياس فى هذه الخطوة بثلاثة نقد يمرات وضمت بمعرفة ثلاثة مقدرين مختلفين بالنسبة للطالب الواحد . وقد أوضح معد المقياس أنه لجأ الى هذا حتى يتجنب ما أطلق عليه " سيند غنيم " (١٩٧٣) خطأ التفاعل بين المحكم والمقدر - وهو ما يعرّف فى علم النفس باسم خطأ الهاله أو انحر الهاله (٤٤) . وقد روعى فى اختيار للمحكومين توافر شرط المعرفة الجيدة بالطالب ، واجتهادهم بسبب لأكثر من عام دراسى .

صدق المقياس :

للتحقق من صدق المقياس قام معد المقياس بإجرائه على عينة قوامها (٨٧) سبع وثمانون طالبا من طلاب السنة النهائية بكلية التربية ، ثم أجرى على نفس المجموعة اختبار التوافق للطلبة الذى أعده نجاتي (١٩٦٠) عن اختبار " بيل " للتوافق . وفيما يلى جدول يوضح معاملات الانتبصار بالذات ودرجاتهم على المقياس الفرعية الأوسع المتضمنه فى اختبار التوافق .

جدول رقم (٢٠)
يوضح معاملات الارتباط بين مقياس الاستبداد بالذات والمقاييس الفرعية
الأربعة في اختبار التوافق

معامل الارتباط	اختبار التوافق
٠.٦٥٧	التوافق المنزلي
٠.٩٥٧	التوافق الاجتماعي
٠.٤٨٩	التوافق الديني
٠.٧٩٥	التوافق الانفعالي

وكلها معاملات داله عند مستوى (٠.٠١) مما يشير الى أن المقياس يعبر عن درجة مقبولة من الصدق.

ثبات المقياس:

استخدم معد المقياس طريقة اعادة الاجراء للتأكد من ثباته والتالى فقد طبق المقياس على مجموعة قوامها (٦٣) ثلاثة وستون طالباً من طلاب السنة النهائية بكلية التربية ، ثم اعيد الاجراء بعد (١٥) خمسة عشر يوماً . وقد بلغ معامل الارتباط بين درجات أفراد هذه المجموعة عند الاجراء الأول ، ودرجاتهم عند الاجراء الثانى (٠.٨٢١) وهو معامل دال عند مستوى (٠.٠١).

دليل تقدير المستوى الاجتماعي - الاقتصادي:

استخدم الباحث دليل تقدير المستوى الاجتماعي - الاقتصادي بهدف عزل التأثير المحتمل لهذا المتغير على أداء أفراد العينة على الاختبارات والمقاييس المشتملة فى البحث الحالى . وقد أعد هذا الدليل عبد السلام عبد المنعم وابراهيم قشقوش (١٩٧٨) ، بهدف الاستخدام فى

تحدد الوضع الاجتماعى - الاقتصادى للأسرة المقيمة فى الميدان المصرى •
وقد سارت عملية اعداد هذا الدليل فى الخطوات الآتية :-

أ- تضم استمارة جمع بيانات أوليه عن الحالة الاجتماعية الاقتصادية للأسرة •
تتضمن معلومات عن : رتبة الوالد ومستوى تعليمه ، ووظيفة الأم ومستوى تعليمها -
ان وجد - واجمال دخل الاسرة فى الشهر ، وعدد أفراد الاسرة •

ب- استيفاء بيانات هذه الاستمارة بالنسبة لخمسة آلاف أسرة من خلال ما توافر
من بيانات عن البنود التى تتضمنها الاستمارة بالنسبة لخمسة آلاف تلميذ من تلاميذ
المرحلة الاعدادية والثانوية بمدارس القاهرة • وقد روعى فى اختيار أفراد العينة
الالتزام بالشكل العام لتوزيع السكان على المناطق الجغرافية الست المكونة
لمدينة القاهرة •

ج- فحص الاستمارات التى أجرى تطبيقها ، ثم استبعدت الاستمارات غير المستوفاه
وبذلك أصبح عدد الاستمارات المستوفاه (٤٥٧٧) أربعة آلاف وخمسة مائة
وسبع وسبعين استمارة •

د- أخذ عينة عشوائية من هذه الاستمارة باستخدام الرقم (٧) ومضاعفاته لضمان تكافؤ
فرص تمثيل جميع أفراد العينة الكلية فى مجموع الاستمارات المنتقاه ، وقد بلغ
عدد هذه الاستمارات (٦٥٠) ست مائة وخمسين استمارة •

هـ- اتفق الباحثان على تقسيم التركيب الاجتماعى الى عدة مستويات أساسية : مستوى
منخفض ، ومتوسط ، ومرتفع ، ثم قسمت هذه المستويات الى شرائح سبع
هى منخفض جدا ، ومنخفض ، أقل من المتوسط ، ومتوسط ، وفوق المتوسط ،
ومرتفع ، ومرتفع جدا •
و- الاتفاق على أخذ عدد من الجوانب فى الاعتبار عند تقدير الوضع
الاجتماعى - الاقتصادى للأسرة ، وهذه الجوانب هى : عدد أفراد الاسرة ،
ومواردها الاقتصادية ، وأعمار الاسرة بالنسبة لموارد ها ، والمستوى المعيشى
لكن من الأب والأم ، ثم المستوى التعليمى •

ز - ثم قام الباحثان ومحكم خارجي - كل على أنفراد - بتصنيف بطاقات أسر المجموعة المشوائية في ضوء التقسيم الاجتماعي الاقتصادي السابق الإشارة إليه ، ثم تخصيص تقديرات من (٧-١) لكل مستوى من مستويات هذا التقسيم ، بحيث يمبر التقدير الرقص عن الوضع الاجتماعي للأسرة ، وقد تراوحت نسبة اتفاق المحكمين الثلاثة ما بين ٧١.٥% إلى ٨٥% ، وعلى هذا الأساس تم استكمال عملية تقدير الأوضاع الاجتماعية الاقتصادية لبقية أسر العينة .

ح - وقام الباحثان بمد ذلك بوضع مقياس متدرج لكل جانب من الجانبين التي اعتبرت بمثابة مؤشرات في تقدير الأوضاع الاجتماعية - الاقتصادية لأسر المجموعات المشوائية ، وهي المستوى المهني لكل من الأب والأم ، والمستوى التعليمي لكل منهما ، والدخول الشهري للفرد . وفيها يلي بيان لكل مقياس من هذه المقاييس الثلاثة المتدرجة .
أولاً : مقياس تقدير المستوى المهني .

قام الباحثان بحصر جميع الوظائف والمهن والاعمال التي وردت في استجابات جميع أفراد العينة المستخدمة . ثم قاما بتصنيف هذه الوظائف والمهن والاعمال الى مستويات تسع - أخذ يمين في الاعتبار المغزى الاجتماعي للوظيفة ، والمهام الملقاه على عاتق شاغليها والعائد الاقتصادي للجهد الذي يبذله المرء في وظيفته أو عمله .
ثانياً : مقياس المستوى التعليمي .

صنف المستوى التعليمي للأب والأم إلى سبعة مستويات وهي : أمي ، تقسراً وتكتب ، الشهادة الابتدائية ، الشهادة الإعدادية ، الشهادة الثانوية وما في مستواها ، المؤهل الجامعي الأول ، مؤهلات أعلى من المؤهل الجامعي الأول .

ثالثاً : مقياس مستوى الدخل الشهري للفرد :

ثم تصنيف مستوى الدخل الشهري للفرد إلى عشرة فئات ، تمثل الفقة الأولى الأسرة التي يقل دخل الفرد

ففيها عن خمسة جنبيها ٥ بينما تمثل الفئة المباشرة الأسرة التي يزيد دخلها الفرد فيها عن ٤٥ جنبيها ٥ ومن الفئة الأولى والعاشية ثمان فئات مدي كل منها خمسة جنبيها ٥

وعلى هذا النحو ٥ أمكن تحويل البيانات الخاصة بالمؤشرات المستخدمة في تقدير المستوى الاجتماعي للاقتصادى للأسرة الى تقديرات قيمة ٥

ثم لاما باتخاذ عدد من الخطوات لتحديد مدى الاسهام النسبي لكل مؤشر من هذه المؤشرات في المستوى الاجتماعي - الاقتصادى ٥ وكانت هذه الخطوات كما يلى :-

أ- استخراج معاملات الارتباط الضمنية بين كل مؤشر من المؤشرات المستخدمة والمحك ٥ وكذلك استخراج معاملات الارتباط للبينه لهذه المؤشرات ٥ وفيما يلى جدول يوضح هذه الخطوة ٥

جدول رقم (٦١)

يوضح مصفوفة معاملات الارتباط بين عوامل المستوى الاجتماعي للاقتصادى

٥	٤	٣	٢	١	
٠٨٢٨	٠٥٩	٠٥٧	٠٧١٢	-	١
٠٧٠٥	٠٦٤٣	٠٥٦	-		٢
٠٦٥٢	٠٥٣٢	-			٣
٠٧٨٢	-				٤
-					٥

حيث تشير الأرقام ٥٤٤٦٣٦٢٥١ الى مستوى وظيفية الوالد ٥ ومستوى تعليمه ٥ ومستوى تعليم الأم ٥ الدخل الشهري للفرد ٥ والمحك - على الترتيب ٥

ب - استخراج معامل الارتباط المتعدد بين المحك والمؤشرات الأربعة المتضمنة في الدليل وقد وصل هذا المعامل الى (٠.٩١٢) .

ج - استخراج معامل الارتباط المتعدد بين المحك ومؤشرات ثلاثة بعد استبعاد مستوى تعليم الأب وقد بلغ (٠.٩٠٩) .

د - استخراج وزن كل مؤشر * * * وقد حصلنا على الأوزان الآتية :-

وظيفة الأب ٠٠٠٠ (ص ١) ٠.٤٤

دخل الفرد الشهري ٠٠٠ (ص ٢) ٠.٤٥

مستوى تعليم الأم ٠٠٠٠ (ص ٣) ٠.١٥

هـ - استخراج قيمة المقدار الثابت () وقد بلغ (٠.١٦)

و - وهذه الطريقة توصل الباحثان الى محاولة تنبؤية مؤداها أن:

$$س = ٠.١٦ + ص١ (٠.٤٤) + ص٢ (٠.٤٥) + ص٣ (٠.١٥)$$

حيث يشير الرقم (س) الى الوضع الاجتماعى الاقتصادى المراد التنبؤ به فى ضوء المؤشرات الثلاثة المستخدمة . وتتراوح هذه التقديرات الرقمية نظرياً - مابين (٠.١٦) و (٠.٩١٢) وقد روى تسهيلاً لاستخدام هذه المعادله الاكتفاء برقم عشرى واحد ، ثم ضرب الناتج فى (١٠) - أى (س. ١٠x) للتخلص من الملامة العشرية . وهذا تتراوح القيم التى تعبّر عن المستوى الاجتماعى - الاقتصادى للفرد مابين (١٦) و (٩٢) . وقد قاما معددا الدليل بتطبيق المعادله السابقة على جميع أفراد العينة بنسب تحدد الوضع الاجتماعى - الاقتصادى لهم ، ونتج عن ذلك توزيع متصل الدرجات (١٢-٩٢) فى سبعة تجمعات يشتمل كل منها على مدى معين من الدرجات ، بحيث أعتبر كل تجميع من هذه التجمعات مرادفاً لمستوى أوضاع معين يمكن أن تشغله الاسرة فى التركيب الاجتماعى - الاقتصادى الخاص بكل منها . وفيها يلى جدول يوضح المستويات الاجتماعيه الاقتصاديه ومدى الدرجات الخاصه بكل منها .

جدول رقم (٢٢)

يوضح المستويات الاجتماعية - الاقتصادية و مدى الدرجات الخاصة بكل منها

النسبة المئوية من العينة الكلية	مدى الدرجات	المستوى
٩٠%	١٢ - ٢٠	منخفض جداً
١٥,٢%	٢١ - ٢٩	منخفض
٢٨,٣%	٣٠ - ٤٢	دون المتوسط
٣٣,٧%	٤٣ - ٦٠	متوسط
٨,٤%	٦١ - ٧١	فوق المتوسط
٣,٠%	٧٢ - ٨٤	مرتفع
٢,٤%	٨٥ - ٩٢	مرتفع جداً

د - الأسلوب الاحصائي :

تستمد الدراسة الحالية شأنها في ذلك شأن غيرها من الدراسات الارتباطية على استغلال معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة التي يحصلون عليها في كل من المتاييس والاختبارات التي تقيس المتغيرات موضع الاهتمام في الدراسة من ناحية والدرجة الكلية التي حصلوا عليها في مقياس الصحة النفسية من ناحية أخرى.

وتسد لبأ الباحث في معالجته لما لديه من بيانات ال الوسائل الاحصائية التي تتناسب مع ما يهدف اليه البحث . حيث تهتم الدراسة الحالية بالتعرف على العلاقة بين الصحة النفسية و عدد من المتغيرات التي يفترض الباحث أنها ذات علاقة بها . وبالتالي فقد اتبع الباحث الخطوات الآتية في التحليل الاحصائي للبيانات .

أ - استغلال معقوفة معاملات ارتباط (بيرسون) بين درجات أفراد العينة في كل مقياس من المتاييس المستخدمة في الدراسة الحالية و الدرجة الكلية التي حصلوا عليها في مقياس الصحة النفسية و في شكل معقوفة معاملات ارتباط

(١٦×١٦) .

- ب- استخلص معاملات ارتباط جزئية من المرتبة الأولى بين درجات أفراد
العينة في كل مقياس من المقاييس المستخدمة في الدراسة الحالية، والدرجة
الكلية التي حصلوا عليها في مقياس الصحة النفسية، في شكل مصفوفة معاملات
ارتباط (15x15) وذلك بعد عزل أثر المستوى الاجتماعي - الاقتصادي.
ج- التعرف على مدى الدلالة الاحصائية لمعاملات الارتباط الجزئية.
هـ- خطوات الدراسة:

- أ- قام الباحث بإجراء دليل تقديري المستوى الاجتماعي - الاقتصادي
المستخدمة في هذه الدراسة على مجموعة قوامها (600) ستائة طالب
من طلاب الأقسام العلمية، كما هو موضح بمينة الدراسة.
ب- ثم أجرى الباحث الاختبارات والمقاييس الخاصة بالمتغيرات موضع الاهتمام
في الدراسة وهي:
- اختبار الذكاء العالسي.
- اختبارات القدرة على التفكير الابتكاري.
- مقياس الاحساس بالحرية.
- مقياس الاحساس بالأمن.
- مقياس ارادة المطا.
- مقياس الاستبصار بالذات.
- مقياس الصحة النفسية السليمة.
ج- تصحيح هذه الاختبارات والمقاييس حسب التعليمات الخاصة بكل منهما.
د- ثم استبعد الباحث اجابات الطلاب الذين لم يستمروا في اجراء مختلف أنواع
الاختبارات والمقاييس موضع الاهتمام في الدراسة.
هـ- حصل الباحث على مجموعة قوامها (500) خمسمائة طالب من الطلاب الذين
استكملوا اجراء جميع الاختبارات والمقاييس موضع الاهتمام في الدراسة.
و- رصد درجات الاختبارات والمقاييس التي حصل عليها أفراد
هذه المجموعة، في كشوف خاصة، وفق نظام معين، وذلك
لسهولة تقييمها - حيث يتم التحليل الاحصائي عن طريق الحاسب
الالكتروني بمركز الحاسب العلمي بجامعة عين شمس.

- ز- حصل الباحث على مصفوفة معاملات ارتباط (بيرسون) بين درجات أفراد العينة في كل مقياس من المقاييس المستخدمة في الدراسة، والدرجة الكلية التي حصلوا عليها في مقياس الصحة النفسية، في شكل مصفوفة معاملات ارتباط (١٦×١٦).
- ح- قام الباحث بعزل أثر المستوى الاجتماعي - الاقتصادي عن المتغيرات - موضع الاهتمام في الدراسة ذلك باستخدام معامل الارتباط الجزئي من المرتبة الأولى، وحصل في النهاية على مصفوفة معاملات ارتباط (١٥×١٥).

xxxxxxxxxxxxxxxxxxxx

الفصل الرابع

النتائج ومناقشتها

نتائج الدراسة ومناقشتها

تعتمد الدراسة الحالية شأن غيرها من الدراسات الارتباطية على استخلاص معاملات الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة في الاختبارات والمقاييس المستخدمة فيها والتي تقيس الأبعاد موضع الاهتمام في البحث.

وقد أسفرت الدراسة عن نتائج تتفق مع ما أشار إليه الباحث في كسبر من أجزاء الإطار النظري الذي اعتمد عليه في هذه الدراسة. حيث رأى الباحث أن السحة النفسية السليمة - بالمفهوم الذي تبناه الدراسة الحالية - غير ذات علاقة بالعوامل العقلية التي تتضمن الذكاء وعوامل التفكير الابتكاري (المرونة التلقائية ، والطلاقة الفكرية ، والأمانة) . بينما رأى أن السحة النفسية السليمة بهذا المفهوم ترتبط بعوامل الحرية التي تتضمن حرية الإرادة ، والاستقلال الذاتي ، والانتاج على الخبرة ، والاحساس بالمسؤولية ، وترتبط كذلك بعوامل الأمن التي تتضمن الطمأنينة الانفعالية ، والاحساس بالأمن الاقتصادي ، والاستقرار العائلي ، والكفاءة الاجتماعية . كما رأى أن كلاً من عاملي ارادة المحطاء والاستبصار بالذات له علاقة بالسحة النفسية السليمة .

وفيما يلي عرض لجدول ولين يونجان مصفوفة معاملات الارتباط بين العوامل موضع الاهتمام في الدراسة قبل عزل تأثير المستوى الاجتماعي - الاقتصادي ومعد حيث يشير الجدول الأول رقم (٢٣) الى مصفوفة معاملات الارتباط بين هذه العوامل قبل عزل أثر المستوى الاجتماعي - الاقتصادي ، ويشير الجدول رقم (٢٤) الى مصفوفة معاملات الارتباط بين هذه العوامل بعد عزل تأثير هذا المتغير .

جدول رقم (٢٣)
 توضيح مصفوفة مساحات الارتباط بين المتغيرات موضع الاهتمام في الدراسة قبل عزز تأثير المستوى الاجتماعي - الاقتصادي

رقم المتغير	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢	١٣	١٤	١٥	١٦
الذكور	١٥٨	١٤٥	١٥٩	١٥٩	١٥٩	١٥٩	١٥٩	١٥٩	١٥٩	١٥٩	١٥٩	١٥٩	١٥٩	١٥٩	١٥٩	١٥٩
المؤنث	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥
الطلاق	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥
الاصالة	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥
حرية الارادة	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥
الاستقلال الذاتي	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥
الانفتاح على الخبرة	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥
احساس المساواة	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥
الطائفه الاجتماعي	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥
الامن الاقتصادي	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥
الاستقرار العائلي	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥
الكفاءة الاجتماعية	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥
ارادة الاعمال	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥
الاستثمار بالذات	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥
استغلال جملات اقتصاد	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥
الصحة النفسية الذاتية	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥	١٤٥

يتضح من الجدولين السابقين وجود عدد من معاملات الارتباط ذات الدلالة الاحصائية بين الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة في الاختبارات والقياس المستخدمة في الدراسة • حيث بلغ عدد هذه المعاملات الدالة (٥٧) معاملاً من بين (١٠٥) معامل ارتباط ضمتهم مصفوفة معاملات الارتباط وذلك بنسبة (٤٢٩ر٥%) من اجمالي عدد هذه المعاملات.

وتشير هذه النتائج الى صحة جميع الفروض الموضوعة للدراسة الحالية باستثناء العامل الأول من الفرض الثالث حيث لم تسفر النتائج عن وجود علاقة بين الصحة النفسية السليمة والطمأنينة الانفعالية • وفيما يلي عزز للنتائج التي توصل اليها الباحث ومناقشتها •

الفرض الأول :

افترض الباحث أنه لا توجد علاقة بين الدرجات التي يحصل عليها

أفراد العينة في كل من المقاييس التي تقيس كل من العوامل العقلية الآتية :-

الذكاء والمرونة التلقائية والطلاقة الفكرية والأصالة ودرجاتهم في مقياس الصحة

النفسية السليمة •

يتضح من نتائج الدراسة الحالية فيما يتعلق بهذا الفرض، أنه ليس هناك علاقة بين الذكاء والصحة النفسية السليمة • حيث توصل الباحث الى معامل ارتباط الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة في الاختبارات التي تقيس كل من هذين العاملين قدرة (٠١٣ر٠) وهو معامل ارتباط دون مستوى القيمة الحدية كي يصبح عند هذا المامل دال عند مستوى (٠٠٥ر٠) هذا كما يتضح من نفس النتائج أنه ليس هناك علاقة بين عوامل التفكير الابتكاري (المرونة التلقائية، والطلاقة الفكرية، والأصالة) والصحة النفسية السليمة • حيث توصل الباحث الى معاملات ارتباط قدرها (٠٠٥ر٠) و(٠١٠ر٠) و(٠٥٢ر٠) بين الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة في مقياس الصحة النفسية السليمة والاختبارات التي تقيس كل من المرونة التلقائية والطلاقة الفكرية والأصالة

على الترتيب • وهذه المعاملات الثلاث دون مستوى القيمة الحديسة المطلوبة
(٠.٠٨٨) كسى يصبح كل منها دالاً عند مستوى (٠.٠٥).

وتعنى هذه النتيجة أن الصحة النفسية السليمة لا ترتبط بالمواضع العقلية
موضع الاهتمام فى الدراسة • وفيما يلي جدول يوضح هذه النتائج •

جدول رقم (٢٥)

يوضح معاملات الارتباط بين الصحة النفسية السليمة والمواضع العقلية
موضع الاهتمام فى الدراسة

اسم العامل	معامل الارتباط	دلالة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الذكاء	٠.١٣	غير دال	—
المرونة	٠.٠٥	غير دال	—
التفكير	٠.١٠	غير دال	—
الابتكار	٠.٥٢	غير دال	—

وتختلف هذه النتيجة عن نتائج الدراسات التى تناولت العلاقة بين الذكاء
وعدد من سمات الشخصية التى اعتبرها بعض الباحثين مؤشراً للصحة النفسية
السليمة • ومنها دراسة تيرمان (١٩٦٥، ١٩٤٧، ١٩٥٩) • وهولنجورت (١٩٦٩)
ولايتفوت (١٩٥١) • وهيلدرت (١٩٥٤) • وجالجر وكرودر (١٩٥٧) • وجالجر
(١٩٥٨، ١٩٦٣) • و وارن وهست (١٩٦٠) • وفرجيل (١٩٦١) • و تراب
وهلمستون (١٩٦٢) • وولاش وكوجان (١٩٦٥) • واديب الخالدي (١٩٧٢) • ومرت
(١٩٧٥) • وعبد المجيد النشواتى (١٩٧٧) • وعبد الميزى الشخصى (١٩٧٨) •
حيث أوضحت نتائج هذه البحوث أن هناك علاقة موجبة بين الذكاء وعدد من سمات
الشخصية ذات العلاقة بالصحة النفسية السليمة • وأن هناك علاقة بين الذكاء
ومظاهر التكيف الشخصى والاجتماعى •

كما يتضح من الجدول أيضا أن النتائج تشير إلى عدم وجود علاقة بين الصحة النفسية السليمة وعوامل التفكير الابتكاري (المرونة التلقائية وطلاقة الفكرية والأصالة) حيث كانت معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة المستخدمة في الدراسة الحالية على مقياس الصحة النفسية السليمة ودرجاتهم في كل من الاختبارات التي تقيس عوامل التفكير الابتكاري (٠.٠٥) و (٠.١٠) و (٠.٥٢) على الترتيب. وهي معاملات لم تصل إلى أقل مستوى من الدلالة الاحصائية التي يمكن أن يقبلها الباحث وهو (٠.٠٥) .

وتختلف هذه النتيجة من نتائج الدراسات التي تناولت العلاقة بين عوامل التفكير الابتكاري موضع الاهتمام في الدراسة ، وسمات الشخصية التي اعتبرها بعض الباحثين ذات علاقة بالصحة النفسية السليمة . ومن هذه الدراسات دراسة دريفدال (١٩٥٦) وجيلفورد ومماونوه (١٩٥٧) وتورانس (١٩٦٢) وعبد السلام عبدالقهار (١٩٦٣) وهارون (١٩٦٨) وعبد الحليم محمود (١٩٧١) وروسمان (١٩٧٣) وهالبن وآخرون (١٩٧٣) وعبد المجيد النشواتي (١٩٧٧) وعبد الميز الشخصوي (١٩٧٨) . حيث يستفاد من نتائج هذه الدراسات أن هناك علاقة موجبة بين عوامل التفكير الابتكاري موضع الاهتمام في الدراسة وسمات الشخصية التي اعتبرت مؤشرات للصحة النفسية السليمة .

ويلاحظ أن هذه الدراسات كانت تتناول العلاقة بين هذبة العوامل العقلية وقدرة من سمات الشخصية وجوانب التوافق الشخصي والاجتماعي التي قد يمكن اعتبارها مؤشرات للصحة النفسية السليمة ، وقد يمكن التطلع عن أهمية هذه الأبعاد بالنسبة لتكيف الفرد وتوافقها ، إلا أن هذا المفهوم يختلف اختلافا كبيرا عن المفهوم الذي تبناه الدراسة الحالية بالنسبة للصحة النفسية السليمة ، والذي يقصد به " حالة تكامل طاقات الفرد المختلفة بما يؤدي إلى حسن استثماره لهـمـاهـمـا وما يؤدي إلى تحقيقه وجوده " أي إنسانيته " والذي على أساسه قام الباحث بتصميم المقياس الذي استخدمه في الدراسة الحالية لقياس الصحة النفسية السليمة .

وقد تضمن هذا المقياس أبعاداً تختلف اختلافاً كبيراً عما قد يعتبره الباحثون السابقون مؤشرات للمحة النفسية السليمة . حيث تؤكد هذه الأبعاد :-

- ١- تقبل الفرد لعمله وتعسفه له وإخلاقه فيه .
- ٢- قدرة الفرد على الاستفادة مما لديه من قدرات ومكانات لاستفادة كاملة ، على نحو يتفق مع مبادئ الجفاعة وعاداتها وتقاليدها .
- ٣- احساس الفرد بالنجاح فيما يقوم به أو يسند اليه من أعمال .
- ٤- تبنى الفرد لآطار مرجعي ذاتي يتخذ منه موجهاً لسلوكه ويحكم اليه في هذا الصدد .
- ٥- تقبل الفرد لذاته ورضاه عنها - بما تتضمنه هذه الذات من خصائص وقدرات ومكانات .
- ٦- ثقة الفرد بنفسه وقدرته على الاستجابة بحسم للظروف المتغيرة .
- ٧- قدرة الفرد على مواجهة الفشل وتحمل الاجابط والاستفادة من نتائج ما يسره أو يمشه من خسرات .
- ٨- ضبط النفس تجاه مغريات الحياة أو ملذاتها ، والقدرة على التحكم فيها أزاء المواقف المثيرة .
- ٩- قدرة الفرد على حب الآخرين والانخراط معهم في علاقات متبادلة مشبعة .
- ١٠- قدرة الفرد على اقامة نوع من التوازن بين مجالات الحياة أو جوانبها المختلفة .
- ١١- صدق الفرد مع نفسه ، وفي التعامل مع الآخرين .
- ١٢- قدرة الفرد على أن ينسج لنفسه أهداف حياتيه .
- ١٣- احساس الفرد بالتفاؤل واقباله على الحياة بحيوية ونشاط .
- ١٤- متابعة الفرد في سبيل تحقيق أهدافه وعدم الاستسلام لها يمتنض طريقة من عوائق وعقبات .
- ١٥- نجاح الفرد في ممارسة الموار القيادية والتهمية .

ونفساً على ما تقدم فإنه يمكن القول بأن ما أسفرت عنه الدراسة الحالية من حيث عدم وجود علاقة بين الصحة النفسية السليمة وكل من الذكاء وعوامل التفكير الابتكاري يبدو أصحراً متوقفاً . ذلك لأن الصحة النفسية السليمة تد بالمفهوم الذي نلناه إليها حيث أن هذا يتضمنه مقياس الصحة النفسية السليمة الذي استخدمه من أبعاد ترتبط ارتباطاً وثيقاً بمدى إدراك الفرد لما زود به من امكانات ومدى ادراكه بما حققه أو استثمره من هذه الامكانات ، ومدى شعوره بالرضا عما استثمره منها وهذا أمر لا يرتبط بمستوى هذه الامكانات ، والمسئلة الاساسية التي يقوم عليها مفهومنا عن الصحة النفسية السليمة . أن كل فرد يستطيع الاستفادة بما لديه من قدرات وامكانات وطاقات - أيا كان مستوى هذه القدرات والامكانات والطاقات - استفادة تمكنه من المشغور بالنجاح في الحياة ، والاقبال على عمله بجد وحماس ، والمثابرة في هذا العمل من أجل تحقيق الأهداف التي وضعها لنفسه ، ومواجهة مواقف النشل وتحمل الأخطار ، والقدرة على حب الآخرين والصدق في التعامل معهم ، مادام قد تبنى لنفسه اطاراً مرجعياً يوجه سلوكه ويحتكم اليه في مختلف مجالات الحياة بما يحقق له نوطاً من التوازن في الحياة ، ويشعر بما لذلك بالرضا والاشباع .

بينما قد يكون لدى الفرد مستوى عالٍ من هذه القدرات ولكنه لا يحسن استثماره لها ، بما يحقق له الاحساس بالرضا والاشباع وتحقيق الذات ولعل ما يؤكد هذا ما توصل اليه " أرنت هيسان " (١٩٧٢) حيث ذهب الى القول بأن حد الفرد من الصحة النفسية يتحدد من ضوء العوامل والشروط الاجتماعية التي يعيش فيها ، ويشارك دورها من خلالها حيث يفكر أنه " اذا لم يكن للأمراض النفسية سبب فيولوجي ، فان الاضطرابات النفسية يمكن ردها الى ما يسود المجتمع من ضوابط وقيود اجتماعية " (ص ١١) .

وقد أوضح هذا الشأن عبد الغفار (١٩٧٠) أن المرونة التلقائية والطلاقة الفكرية ، والأصالة تشمل جوانب عقلية ، تعبر مجتمعها عن قدرة الفرد على ممارسة نوع

نوع من التفكير الذى ينطلق عبر ما اصططلحت أو تعارفت عليه الجماعة التى يميز بينها الى مجالات وأفكار جديدة - بحيث يصل الفرد من خلاله الى إنتاج جديد بالنسبة اليه أو الى الجماعة أو اليهما معا . (٥) ولهذا يرى الباحث الحالى أن الصحة النفسية طبقا للمفهوم المستخدم فى الدراسة الحالية - لا ترتبط بهذه العوامل ، ذلك لأنه ليس من الضروري أن يكون الفرد قادرا على التفكير المنطوق الذى يختلف عما تعارفت أو اصططلحت عليه الجماعة كى يتكون هذا الفرد صحيحا نفسيا ، والا استطاع عامة الناس أن يتمتعوا بالصحة النفسية قبيل أن يتوافر لديهم مثل هذا النوع من التفكير ، وهذا أمر يتعذر توافره بالنسبة لكافة الناس .

الفرض الثاني :

أفتضى الباحث أن هناك علاقة موجبه بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة في كل من المقاييس التي تقيس كل من عوامل الحرية الاتيمية :-
حرية الارادة ، والاستقلال الذاتي ، والانفتاح على الخبرة ، والاحساس بالمسؤولية ، ودرجاتهم في مقياس الصحة النفسية السليمة .

ويتضح من نتائج الدراسة الحالية فيما يتعلق بهذا الفرضي أن هناك علاقة ايجابية بين درجات أفراد العينة في مقياس الصحة النفسية السليمة ودرجاتهم في الاختبارات والمقاييس التي تقيس كل من حرية الارادة ، والاستقلال الذاتي ، والانفتاح على الخبرة ، والاحساس بالمسؤولية . حيث بلغت قيم معاملات الارتباط (٠.٠٩٥) ، (٠.٣٥٩) ، (٠.٣٢٩) ، (٠.٣٢٩) ، (٠.٣٢٩) على الترتيب .
وفيما يلي جدول يوضح هذه النتائج .

جدول رقم (٢٦)

يوضح معاملات الارتباط بين الصحة النفسية السليمة وعوامل الحرية موضع الاهتمام في الدراسة

اسم العامل	معامل الارتباط	دلالة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
حرية الارادة	٠.٠٩٥	دال	٠.٥
الاستقلال الذاتي	٠.٣٥٩	دال	٠.١
الانفتاح على الخبرة	٠.٣٢٩	دال	٠.١
الاحساس بالمسؤولية	٠.٣٢٩	دال	٠.١

وقد وصل الباحث الى معامل ارتباط قدره (٠.٩٥) بين الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة في مقياس الصحة النفسية السليمة ودرجاتهم في مقياس حرية الارادة ، وهذا معامل دال عند مستوى (٠.٥) . ويقصد بحرية الارادة في هذه الدراسة : قدرة الانسان على ممارسة ارادية بحرية ، يعبر عنها بما يشعر به من قدرة على الاختيار الواعي القوي بين ما يراه صوابا ، وما يراه خطأ ، وفيما يقوم به من اختيار بين البدائل المتاحة له في المواقف المختلفة ، وهي تظهر في حرية تعريف الفرد ، واستقلال تفكيره ، أي أنها تكمن وراء ما يفعله الانسان ، وما لا يفعله في سعيه طلبا للأمن وتحقيق الذات .

وتعني هذه النتيجة أنه كلما كان الفرد أكثر احساسا بحرية ارادته كان أكثر تقبلا لمطه ، وتحسنا له ، وإخلاصا فيه ، وأكثر قدرة على الاستفادة مما لديه من قدرات وإمكانات استفادة كاملة ، وأكثر احساسا بالنجاح فيها يقوم به أو يسند اليه من أعماله وأكثر قدرة على تبني اطارا مرجعيا ذاتيا يتخذ منه موجهها لسلكه ويحتكم اليه في هذا الصدد ، وأكثر قدرة على الاستجابة بحسب الظروف المتغيرة ، وأكثر قدرة على مواجهة الفشل وتحمل الاحباطه ، وأكثر استفادة من نتائج ما يمر به من خبرات ، وأكثر قدرة على ضبط النفس تجاه مخبرات الحياة ولذاتها ، وأكثر قدرة على حب الآخرين والانخراط معهم في علاقات مشبعة ، وأكثر قدرة على إقامة نوع من التوازن بين مجالات الحياة وجوانبها المختلفة ، وأكثر صدقا مع نفسه ومع الآخرين ، وأكثر قدرة على وضع أهداف حياتيه ، وأكثر احساسا بالتفاؤل والاقبال على الحياة بحيوية ونشاطه ، وأكثر مثابرة في سبيل تحقيق أهدافه ، وأكثر نجاحا في ممارسته لأدوار القيادية والتبعية وبصفة عامة يكون الفرد أكثر تمتعا بمقومات الصحة النفسية السليمة ومكوناتها .

وتتفق هذه النتيجة مع ما أسار اليه كثير من الكتاب والباحثين في مجال الصحة

النفسية السليمة مثل رانك (١٩٣٦) ، وموراى (١٩٣٨) ، وألبورت (١٩٤٥) ، وعبدالمعز القوصى (١٩٥٥ - ١٩٧٠) ، وكولمان (١٩٦٥ - ١٩٧٢) ، وفروم (١٩٦٠) ، وماجد وجيبل (١٩٦١) ، وفرانكل (١٩٦٣) ، وهارون (١٩٦٣) ، وسدنى (١٩٦٣) ، وسلى (١٩٦٧) ، ورومنسدا واجنر (١٩٧٠) ، وشبرد (١٩٧١) ، وماسلو (١٩٧١) ، وعبدالسلام عبدالقفسار (١٩٧٣) ، وصموئيل مخاربوس (١٩٧٤) ،

وأرنبخت هليجارڊ (١٩٧٥) ، وعلى أحمد على (١٩٧٦) ، وفاخر عاقل (١٩٧٦) .
حيث أشاروا بصيغ وعبارات مختلفة الى أن حرية الارادة تمثل أمرا ضروريا لحياة
الانسان ، ولا بد أن تتوافر لديه ، وأن يمارسها اذا كان له أن يعيش حياة مشبعة
تفسي بمتطلبات ما لديه من حاجات ورغبات - مما يتيح له في النهاية
إمكانية التمتع بصحة نفسية سليمة .

ويسرى الباحث أن ما توصلت اليه الدراسة الحانية بخصوص العلاقة بين الصحة
النفسية السليمة وحرية الارادة يتفق وطبيعة هذه الحرية ، وما يمكن أن تسهم به في
تمتع الفرد بصحة نفسية سليمة . فمن المعروف أن الفرد الذي يمتلك قدرا مناسباً من حرية
الارادة ، عادة ما يكون قادراً على اتخاذ قراراته بنفسه بحيث تأتي هذه القرارات على
النحو وفي الوقت الذي يريد . ويصبح هذا الفرد بمقتضى هذه الحرية في وضع
يتيح له أن يضع أهدافه بمحض ارادته ودون تدخل من جانب الآخرين . وبالتالي ؛
فهو يحرص على السعي الحرفي سبيل تنفيذ ما يتخذه من قرارات ، وما يضعه لنفسه
من أهداف في الحياة ، ويترتب على تحقيقه لها احساسه بوجوده وتحقيقه لانسانيته .

ويستطيع الانسان من خلال ممارسة حرية الارادة أن يقوم بعملية موازنة بين
ما يتطلع اليه من حاجات ورغبات وبين ما يقوم به من أعمال من ناحية ، وما يسود مجتمعه
من قيم وعادات ومعايير من ناحية أخرى ، بحيث يأتي سلوكه على نحو يتفق مع ظروف
مجتمعه وما يتبناه هذا المجتمع لنفسه من محددات وشواهد للسلوك . وعلى هذا النحو
يقبل الفرد على أتيان المناشط أو الأعمال والمطلوبة التي يرغبها بما لا يتمازج مع قيم المجتمع
وعاداته وتقاليده ، ويترتب على نجاح الفرد في هذه الناحية أن تضعف احتمالات تعرضه
لكثير من صنوف العجز والقلق والتوتر ، وتزيد تبعاً لذلك احتمالات تمتعه بمقومات
الصحة النفسية السليمة .

— وقد أوضحت نتائج الدراسة الحالية أن هناك علاقة ايجابية بين الصحة النفسية
السليمة واحساس الفرد بالاستقلال الذاتي . حيث توصل الباحث الى معامل ارتباط

قدرة (٠٣٥٩) بين هذين المتغيرين وهو معامل دال عند مستوى (٠٠١) ويقصد بالاستقلال الذاتى فى هذه الدراسة : اعتماد الفرد على نفسه فى وقت مبكر نسبيا عن أقرانه وحرصه على عدم طلب مساعدة الآخرين أو معاونتهم له فى تسير أمور أو شئون حياته الخاصة .

وتعنى هذه النتيجة أن الصحة النفسية السليمة ترتبط ارتباطا تلازميا بالاستقلال الذاتى . أى أنه كلما تزايد احساس الفرد بقدرته على الاعتماد على نفسه كان هذا الفرد أكثر تمتعا بمقومات الصحة النفسية السليمة ومكوناتها .

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كل من موارى (١٩٣٨) ، وأنجل (١٩٤٦) ، وول لاندس وجون هير (١٩٥٤) ، وفروم (١٩٥٥) ، وانجلين وفنش (١٩٥٦) ، وجودا (١٩٥٨) ، وسدنسى (١٩٦٣) ، وألبورت (١٩٦٣) ، وعبد السلام عبد الغفار (١٩٧٦) ، وظلمت منصور (١٩٧٨) . وما توصل إليه كل من بارون (١٩٦٨) ، وما سلسو (١٩٧١) ، ولوجان رايت (١٩٧١) . حيث تبين أن الاستقلال الذاتى يعد من العوامل النفسية الهامة التى يمكن أن تسهم اسهاما فاعليا فى اكساب الفرد مقومات أو مكونات الصحة النفسية السليمة .

ربما تجدر ملاحظته أن الشخص صاحب الشعور القوى بالاستقلال الذاتى عادة ما يكون قادرا على الاعتماد على نفسه ، مما يترتب عليه انخراط مثل هذا الفرد فى مواقف وظروف تتيج له امكانية ادراك حقيقة ما لديه من قدرات وامكانيات ، وتزوده بخبرات نفسى مجالات مختلفة يستطيع من خلالها استثمار هذه القدرات وتلانا لامكانيات ، يتحقق معها احساسه بوجوده وشعوره بانسانيته . الأمر الذى يجمله يشمر بالرؤساء عن نفسه ، ويجمله أكثر قابلية للاختلاج الارادى بأدواره الحياتية المتعددة ، وتحصل تبعات ومتطلبات كل من هذه الأدوار ، مما يمكنه فى النهاية من اكتساب مقومات الصحة النفسية السليمة ومكوناتها والتمتع بالاحساس بها .

كما أوضحت النتائج أيضا أن هناك علاقة ايجابية بين الصحة النفسية السليمة والافتتاح على الخيرة حيث توصل الباحث الى معامل ارتباط قدره (٠٣٢٩) بين هذين

المتفسرين ، وهو معامل دال عند مستوى (٠.٠١) . ويقصد بالانفتاح على الخبرة في هذه الدراسة : قابلية الفرد وثلاثيته في استقبال مختلف المثيرات المعرفية والثقافية على أن يتم ادراك الفرد لهذه المثيرات بصورة موضوعية وبدون أحكام أو آراء مسبقة .

وتعنى هذه النتيجة أنه كلما كان الفرد أكثر قابلية لتقبل مختلف أنواع الممارف والثقافات الأخرى كان هذا الفرد أكثر احساسا بالصحة النفسية السليمة ومقوماتها .

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كل من مارجريت مييد (١٩٣٩) ، وعبد العزيز القوصي (١٩٥١) ، وروجرز (١٩٥٩) ، وسدني (١٩٦٣) ، وألبورت (١٩٦٣) ، وموجنتيال (١٩٦٣) ، وروسك (١٩٦٣) ، ومارون (١٩٦٨) ، وأولمان وكراسنز (١٩٦٩) ، ولطفي بركسات (١٩٧١) ، وكولمان (١٩٧٢) ، وهاريس (١٩٧٣) ، وفاخر عاقل (١٩٧٦) ، وأبراهيم قشقوش (١٩٧٨) ، ومع ما توصل اليه ماسلو (١٩٧١) في هذا الصدد . حيث أوضح هؤلاء الكتاب والباحثون أهمية انفتاح الفرد على الخبرة وثلاثيته في استقبال مثيراتها ، كمطلب هام لامتكانية تمتع الفرد بالصحة النفسية السليمة .

ويرى الباحث أن نتيجة الدراسة الحالية تتفق مع ما يمكن أن يسهم به الانفتاح على الخبرة في تحقيق الصحة النفسية السليمة . إذ يترتب على توافر هذا الانفتاح لدى فرد ما أن يتقبل هذا الفرد مختلف أنواع الممارف والثقافات ، ويصبح الفرد تبعا لذلك في وضع يتمكن معه مواجهة أية مواقف حياتية صعبة ، وحل ما قد يعترضه من مصاعب ومشكلات ، والتميز بين ما هو صواب ، وما هو خطأ ، وادراك حقائق الحياة التي يعيشها ، وما تداوى عليه هذه الحياة من تناقضات وألويات . مما يؤدي به في النهاية إلى التكيف الصحيح مع الذات ، ومع منسوبات ومكونات الوسط الذي يعيش فيه ويمارس دوره من خلاله ، مما يسهم في امتكانية نجاح الفرد فيما يقوم به من نشاط وأعمال يسعى من وراء القيام بها إلى تحقيق وجوده والاحساس بإنسانيته .

- هذا وقد أظهرت النتائج أيضا أن هناك علاقة ايجابية بين الصحة النفسية السليمة والاحساس بالمسئولية . حيث توصل الباحث الى معاملا ارتباط قدرة (٠٣٢٩) بين هذين المتغيرين ، وهو معامل دال عند مستوى (٠٠١) . ويقصد بالاحساس بالمسئولية في الدراسة الحالية: التزام الفرد نحو نفسه ، ومن يحول ، ومن يعرفه ، مثل من يحولته ومجتمعه الذي يفتنى اليه ، ويمارس دوره من خلاله .

وتعنى هذه النتيجة أنه يوجد ارتباط بين الصحة النفسية السليمة ، واحساس الفرد بالمسئولية . أى أنه كلما كان الفرد ملتزما نحو نفسه ، ومن يحول ، ومن يعرفه وكلما كان الفرد ملتزما نحو مجتمعه والوسط الذي يعيش فيه ، كان هذا الفرد أكثر احساسا بالصحة النفسية السليمة ومقوماتها .

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار اليه كل من موراى (١٩٣٨) ، وفوسستر (١٩٥٣) ، عبدالمجيد القوصى (١٩٥٣ ، ١٩٥٥) ، وسيوك (١٩٥٥) ، والهورت (١٩٦٣) ، وبارون (١٩٦٨) ، وجماعة بيركلى (١٩٦٨) ، وأحمد عزت راجح (١٩٦٨) ، ورموند واجنر (١٩٧٠) ، وهنسى وكابيل (١٩٧٠) ، وكولمان (١٩٧٢) ، وعبدالسالم عبدالنظار (١٩٧٣) ، وسيد عثمان (١٩٧٣) ، ومواويل مختار موسى (١٩٧٤) ، وكلجر وأخرون (١٩٧٤) ، كما يتفق هذه النتيجة مع ما توصل كل من سوروكن (١٩٥٣) ، وماسلو (١٩٧١) . حيث أوضح هؤلاء الكتاب والباحثون - بصيغ مختلفة - أن احساسا بالفرد بالمسئولية من شأنه أن يسهم اسهاما ايجابيا في اكتساب الفرد مقومات الصحة النفسية السليمة ومكوناتها .

ويسرى الباحث أنه يمكن تفسير العلاقة بين هذين المتغيرين في ضوء طبيعة الاحساس بالمسئولية وما يرتبط بهذا الاحساس أو يتخصص عنه من ممارسات سلوكيه تتضح آثارها في حيز الفرد لدى الاحساس بالقوى بالمسئولية على انجاز واتقان ما يسند اليه من أعمال تتصل بمختلف الأدوار التي يقوم

بها في الحياة، وحري هذا الفرد على تعري الصدق والأمانة في معاملات مع الآخرين - وهي أمور تجلب له ثقة الآخرين، وجبهم إياه واحترامهم له مما يحقق له شعورا بالرضا عن نفسه وتقبله لها واحترامها .

الفرض الثالث :

افترض الباحث أن هناك علاقة موجبة بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة في كل من المقاييس التي تقيس عوامل الأمن الأتية :- الدلانة الانفعالية ، الاحساس بالأمن الاقتصادي ، الاستقرار العائلي ، الكفاءة الاجتماعية ودرجاتهم في مقياس الصحة النفسية السليمة .

وقد اتضح من الدراسة الحالية فيما يتعلق بهذا المفهوم أنه ليس هناك علاقة بين الصحة النفسية السليمة والامانة الانفعالية . حيث لم تسفر عملية التحليل الاحصائي للنتائج عن أية أرقام يمكن أن تشير إلى وجود علاقة بين هذين المتغيرين .

هذا ، بينما أسفرت النتائج عن وجود علاقات ايجابية بين الصحة النفسية السليمة وكل من الاحساس بالأمن الاقتصادي ، والاستقرار العائلي ، والكفاءة الاجتماعية حيث كانت معاملات الارتباط بين الصحة النفسية السليمة وبين كل من هذه العوامل (٠٢٦٣) و (٠٣٨١) و (٠٢٦٦) على الترتيب . وهي معاملات أكبر من القيمة الحدية الصالحة التي يصبح كل من هذه المعاملات الا عند مستوى (٠٠١) . وفيما يلي جدول يوضح هذه النتائج .

جدول رقم (٢٧)

يوضح معاملات الارتباط بين الصحة النفسية السليمة وحواسل الأمن
في ضوء اهتمامهتعام في الدراسة

اسم المعامل	معامل الارتباط	دلالة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الطمأنينة الانفعالية	٠.٠٠٠	غير دال	—
الاحساس بالأمن الاقتصادي	٠.٢٦٣	دال	٠.٠١
الاستقرار العائلي	٠.٣٨١	دال	٠.٠١
الكفاءة الاجتماعية	٠.٢٦٢	دال	٠.٠١

تشير نتائج الدراسة فيما يتعلق بهذا الموضوع إلى عدم وجود علاقة بين الصحة النفسية السليمة والطمأنينة الانفعالية. حيث لم تظهر أية أرقام تشير إلى وجود علاقة بين هذين المتغيرين. ويعتمد بالطمأنينة الانفعالية في البحث الحالي : شعور الفرد بتقبل الآخرين له ، وحجم أياه ، وأنهم يحاطونه في دعة وموده ، وشعوره بالانتماء إلى الجماعة ، وأن له دورا فيها ، واحساسه بالسلمة وندرة شعوره بالخطر أو التهديد أو القلق . (أحمد عبدالعزيز سلمة ١٩٧٢)

وقد استخدم الباحث في قياس هذا المعامل مقياسا وضعه "أسلمو" وقسمه بتعريفه " أسلمد عبدالعزيز سلمة " بهدف استخدامه في البيئة المصرية . ويعتمد هذا المقياس على أسئلة يطالب من المفحوص الموافقة أو عدم الموافقة على كل منها . وأوضح مصمم المقياس أن موافقة المفحوص على العبارة تعكس احساسا منه بعدم الشعور بالطمأنينة ، بينما تشير عدم الموافقة عليها إلى شعوره بالطمأنينة . وبالتالي فإن الدرجة المرتفعة على هذا المقياس تعكس شعورا بان جانب الفرد من الطمأنينة ، على حين تعكس الدرجة المنخفضة شعورا من جانبه بالطمأنينة .

واستخدم الباحث في قياس الدرجة النفسية السليمة مقياساً وضع خصيصاً للاستخدام في الدراسة الحالية، واستند فيه إلى التعريف الذي قدمه عبدالسلام عبدالغفار (١٩٧٦) للصحة النفسية السليمة عندما أوضح أنها "حالة تكامل طاقات الفرد المختلفة بما يؤدي إلى حسن استثماره لها، وما يؤدي إلى تحقيق وجوده". أي تحقيق إنسانيته.

وقد صيغت عبارات هذا المقياس بحيث تكون موافقة المنحوس على أي منها دلالة على تمتعه بالصحة النفسية السليمة من حيث الجانب أو المظهر موضع الاهتمام فيها. وبالتالي؛ فإن الدرجة المرتفعة على هذا المقياس تشير إلى تمتع صاحبها بمستوى من الصحة النفسية أفضل من غيره صاحب الدرجة المنخفضة على هذا المقياس.

وتختلف هذه النتيجة عما أشار إليه كل من هلمين شاكتر (١٩٤٩)؛ وهلايتزورنا (١٩٥٦)؛ واديت نيس (١٩٦٠)؛ وألبورت (١٩٦٣)؛ وهلمين بوشنهام (١٩٦٤)؛ وعثمان فراج (١٩٧٠)؛ وماسلو (١٩٧١)؛ وسدني (١٩٧٣)؛ وصواتيل مزاربوس (١٩٧٤)؛ وسلوى المسلا (١٩٧٧)؛ ومع ما توصل إليه كل من بكارون (١٩٦٨)؛ وآمان المسيري (١٩٧٦). حيث أوتوا جميعاً أن الصحة النفسية السليمة ترتبط ببعض ما ترتبط به من عوامل، بما من الطمأنينة الانفعالية.

ويرى الباحث الحالي أن هذه النتيجة يصعب تفسيرها، وهي تحتاج إلى مزيد من البحث والدراسة بهدف استبانة حقيقتها، والتحقق من نوية العلاقة القائمة بين الصحة النفسية والطمأنينة الانفعالية. وقد تكون هناك صعوبة كما أنه في المقابلين التي استعملت في قياس كل من هذين المتغيرين.

وقد أوضحت نتائج الدراسة الحالية أن هناك علاقة ايجابية بين الصحة النفسية السليمة والاحساس بالأمن الاقتصادي. حيث توصل الباحث إلى معامل ارتباط قدره (٠.٦٣) بين هذين المتغيرين وهو معامل دال عند مستوى (٠.٠١). ويقصد بالاحساس بالأمن الاقتصادي في الدراسة الحالية: احساس الفرد بوجود مستوى يرتشيه لنفسه من الكفاية الاقتصادية. أي شعوره بامتلاك الامكانيات الاقتصادية التي تسد مطالب أسرته وحاجتها عن طريق دخل مستقر نسبياً أو يتزايد تبعاً لتزايد مطالب الحياة.

وتعنى هذه النتيجة أن هناك ارتباطا بين الصحة النفسية السليمة واحساس الفرد بالأمْن الاقتصادي. أى أنه كلما تزايد احساس الفرد بوجود قدر من الامكانات الاقتصادية يكفى لسد مطالبه واحتياجاته الحياتية المختلفة يتزايد تبعاً لذلك احساسه بالصحة النفسية السليمة ومقوماتها.

وتتفق هذه النتيجة مع ماورد فى تقرير عصبة الأمم (١٩٢٨) كما تتفق مع ما أشار اليه كل من كلاين (١٩٤٤) ولاندى وهابير (١٩٥٧) وجون بولبي (١٩٥٩) ورمزيه الشريب (١٩٦٠) وعبدالمجيد عبدالرحيم (١٩٦٩) ومواثيق مناريوس (١٩٧٤) وآمال المسيرى (١٩٧٦) ومع ما توصل اليه كل من جون وفروف وفيلد (١٩٦٠) ومارون (١٩٦٨) حيث تبين أن احساس الفرد بالأمْن الاقتصادي يسهم فى سلامة صحته النفسية.

ويرى الباحث أنه اذا شمس الفرد بوجود مورد اقتصادى يكفى لسد مطالبه واحتياجاته واحتياجات من يسول - يستطيع ان يعيش فى أمن وطمأنينه متحرراً من القلق، والاحساس بالعبس والخوف من عدم توافر الامكانات الضرورية للحياة. مما يسهم فى اشباع حاجة الفرد الى الأمن ويسهل له تبعاً لذلك وفقاً لما يشير اليه ما سلسو (١٩٧١) انتقاله الى اشباع الحاجة الى الانتماء والحب والتوجه الى تقدير الذات، ويؤدى به الى النهاية الى التفكير فى سبل تحقيق وجوده وانسانيته الكاملة. وبالتالي يصبح هذا الفرد أكثر رضا عن حياته، وأكثر اقبالاً عليها، وأكثر قدرة على مواجهة وتحمل ما قد يعاديه منها من مشاكل أو عقبات - وعلى أمور تمكن الفرد من احتمالات اكتسابه لصحة النفسية السليمة وتكوناتها.

كما أظهرت النتائج أيضاً أن هناك علاقة ايجابية بين الصحة النفسية السليمة والاستقرار العائلى. حيث توصل الباحث الى معاملى ارتباط قدره (٠.٣٨١) بين هذين المتغيرين، وهو معاملى دال عند مستوى (٠.٠١) ويقصد بالاستقرار العائلى فى هذه الدراسة: سيادة الوفاق والوئام على علاقات أفراد الاسرة فيما بينهم، بحيث يماثل كل منهم الآخر بحب ومودة، بعيداً عن أى تمدح أو شقاقى عائلى مع زملائهم جميعاً عن انتماؤهم لأسرهم، وانتمائهم بالأمْن والاشباع الى هذا الانتماء.

وتمنى هذه النتيجة أنه كلما تزايد احساس الفرد بالاستقرار العائلى -
أى أنه كلما تزايد احساسه بشيوع الوفاق والوثام على العلاقات بين أفراد الاسرة
وكلما تزايد احساسه بالحب لأفراد أسرته والانتماء اليها تزايد تبعا لذلك احساسه
بالصحة النفسية السليمة وقواتها •

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار اليه كل من كارن هورنى (١٩٣٧) • وعبدالمزىز
القوصى (١٩٥١) • وسوروكن (١٩٥٣) • وعبد السلام عبدالفقار وعثمان فـراج
(١٩٦٦) • ومصطفى فهمى (١٩٦٢ ، ١٩٧٥) • وعثمان فراج (١٩٧٠) • ورجـر
وديفرز (١٩٧٤) • وعلى أحمد على (١٩٧٦) • وسلوى الملا (١٩٧٧) • ومع
ما توصلت اليه دراسة جامعة هارفارد (١٩٧٣) • وريوت وليامسون (١٩٧٤) • وآمال
المسرى (١٩٧٦) • حيث يشيرون جميعا - بصيغ وعبارات مختلفة - الى وجود
علاقة قوية بين احساس الفرد بالاستقرار العائلى وخطوة من التمتع بالصحة النفسية
السليمة •

ويرى الباحث أن هذه النتيجة تتفق مع ما يمكن أن يسهم به الاحساس بالاستقرار
العائلى فى مدى تمتع الفرد بالصحة النفسية السليمة حيث انه اذا عاش الفرد
فى مناخ أسرى يشعر فيه بالتواد والحب وتسد به الثقة والانسجام بينه وبين
فـسـرته من أفراد أسرته فان مثل هذا المناخ يتيح له فرصة حسن استثمار ما لديه
من طاقات وقدرات وامكانيات • استثمارا يشعر من خلاله بتعظيم وجوده واحساسه بانسانيته •
مما يترتب عليه احساس الفرد بالاشباع والاقبال على الحياة • والاضطلاع بمتطلبات
دوره الأسرى أو العائلى • مع ما يستتبع ذلك من شعور بالكفاية والأهليه • وهـنـى
أمر ذات علاقة بالصحة النفسية السليمة •

هـنـذا • وقد أسفـرت نتائج الدراسة الحالية عن وجود علاقة ايجابية بين
الصحة النفسية السليمة والكفاءة الاجتماعية • حيث توصل الباحث الى معامـل
ارتباط قدرة (٦٢ آر) بين هذين المتغيرين • وهو معامل دال عند مستوى (٠.٠١)
ويقصد بالكفاءة الاجتماعية فى هذه الدراسة : قدرة الفرد على انشاء علاقات
اجتماعية • تمكنه من القيام بدور فعال يكفل له قدرا مناسبا من الاشباع فى مختلف أدواره
تجاه غيره من الأفراد فى مجالات الاسرة • والدراسة • والصدقة • والعمل •

وتعنى هذه النتيجة أنه كلما تزايدت قدرة الفرد على القيام بدور فعال ففى مجالات الاسرة والدراسة والصداقة والعمل ، تزايدت معها كذلك احساسه بالصحة النفسية السليمة وقوماً تهما .

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار اليه كل من بولكر (١٩٢٩) ، وويلين شاكر (١٩٤٩) وفروم (١٩٥٥) ، وجون بولبي (١٩٥٩) ، ودارى سوليفان (١٩٦٣) ، وسيدنى (١٩٦٣) ، ومحمد كامل الدغولى (١٩٦٤) ، وكيرت ليفين (١٩٧٤) ، وهلمسمن جيليهام (١٩٦٤) ، وجين جرامسز (١٩٦٤) ، وسيد غير الله (١٩٦٦) ، وأحمد عزت راجح (١٩٦٨) ، وحلمس المليجى (١٩٦٨) ، وعثمان فراج (١٩٧٠) ، وهنس وكامبل (١٩٧٠) ، وكولمان (١٩٧٢) ، وعبد الرحمن عيسوى (١٩٧٢) ، وصموئيل مغاريوس (١٩٧٤) ، وارنس هليجارد (١٩٧٥) ، ومصطفى فهمى (١٩٧٥) ، كما أنها تتفق مع ما توصل اليه كل من باورن (١٩٦٨) ، وماسلو (١٩٧١) . حيث أوضحوا جميعاً بصيغ وعبارات مختلفة أن الكفاءة الاجتماعية تعد من الموامل الأساسية التى تسهم فى التحقيق للصحة النفسية السليمة .

ويرى الباحث أن هذه النتيجة تتفق مع ما يمكن أن تسهم به الكفاءة الاجتماعية فى تحقيق الصحة النفسية السليمة — حيث انه عندما ينجح الفرد فى الانخراط فى علاقات اجتماعية متعددة ومتنوعة فى مجالات الاسرة ، والدراسة ، والصداقة ، والعمل ، فانه يصبح قادر على التكيف مع التغيرات على كثر من مصاعب الحياة ومتاعبها . واكتساب مهارات التعامل الاجتماعى . مما يترتب عليه احتكاك الفرد بخبره من الافراد ، وقد رته على التعامل معهم فى ضوء مفهوم واضح لما هو صواب ، وما هو خطأ ، بحيث يتسنى سلوكه مع ما يسود مجتمعه من توم وطادات وتقاليد ، وهى أمور ذات علاقة وثيقة باحساس الفرد بالانتماء ، وتسهيل امكانية تقبل الفرد لنفسه ، وتقبل الآخرين له ، وتتيح له فرصة حسن استثمار ماله من طلاقات ، وامكانيات ، بما يؤدى به الى احساسه بانسانيته وتحققه لوجودة .

الفرض الرابع :

افترض الباحث أن هناك علاقة موجبة بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد

العينة في مقياس ارادة العطاء ودرجاتهم في مقياس الصحة النفسية السليمة .

يتضح من نتائج الدراسة الحالية الخاصة بهذا الفرض أن هناك علاقة موجبة بين الصحة النفسية السليمة و ارادة العطاء . حيث بلغ معامل الارتباط بين هذين المتغيرين (٠,٣٥٧) وهو معامل أكبر بكثير من القيمة الحسبانية المألوفة حتى يصبح دالاً عند مستوى (٠,٠١) .

ويقصد بارادة العطاء أنها تقديم دافعي يدفع الفرد ويحركه تجاه حب الآخرين بصدق ، والبذل في سبيل خيرهم بلاشروط أو تحفظات ، بما يؤدي الى احساس الفرد بالاشباع وتقبله لذاته ، ورضاها عنها .

وتعني هذه النتيجة أنه كلما ارتفع مستوى دافعية الفرد تجاه حب الآخرين واستعدادها للعطاء في سبيلهم ، وكلما تزايد حرصه على أن يعطي غيره من وقته وجهده وماله من أجل خيرهم وسعادتهم ، تزايد تهما لذلك احساسه بالسحبه بالصحة النفسية السليمة ومكوناتها .

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار اليه كل من فروم (١٩٥٦) ، وجون بولسبي (١٩٥٩) ، وألبنور رزقت (١٩٦٠) ، ومنجر (١٩٦٢) ، وجيرارد ساندني (١٩٦٣) ، وعبدالمعز القوصي (١٩٧٠) ، وعبد السلام عبدالغفار (١٩٧٣) ، وموائليل مخارومس (١٩٧٤) . حيث أوضحوا جميعاً بسبب وجبات مختلفة أن هناك علاقة وثيقة بين الحب والعطاء ، وأنه كلما تان الفرد قادراً على البذل والعطاء استطاع أن يحيى حياة نفسية سليمة .

ويرى الباحث أن العلاقة بين قدرة الفرد على العطاء واستمتاعه بالصحة النفسية السليمة تبدو طبيعية ذلك لأنه عندما يمبر الفرد عن حبه لغيره من الناس من خلال ما يقدمه لهم أو في سبيلهم من وقت أو جهد أو مال ، بلا توقع لمائد أو انتظارات مقابل ، ودون ما هدغ أو قصد من وراء ما يقدم أو يعطي ويبذل في سبيل الآخرين .

سوى تحقيق السعادة لها ، فان مثل هذا السلوك يهين للفرد مناخا نفسيا يتسم بالتواد والتراحم والتكامل بين الفرد والجماعة التي ينتمى اليها . ويتيح له فرصة تحقيق وجوده والاحساس بانسانته .

ومما تجدر الاشارة اليه ان العطاء يرتبط لدى المصريين بالدين في كثير من أركانه وجوانبه ، فالفرد لا ينتأ جزاء ولا شكورا وفاء لما يقدم أو يخطى في سبيل الآخرين ، ولكنه يحتسب هذا المدااء عند الله سبحانه وتعالى ، ومن ثم ، يحقق له العطاء عندما يأتي على هذا النحو مزيدا من الاحساس بالربنا والاطمئنان لهذا من جانب ، ومن جانب آخر فان تأثير هذا العطاء يتضح في اقبال الآخرين على الفرد المخطى وجسمهم له ، وتقديرهم اياه - وفي أمور تسهم في تحقيق المحسنه النفسية السليمة لكل من الفرد والمجتمع على حد سواء .

الفرض الخامس :

افتراض الباحث أن هناك علاقة موجبة بين الدرجات التي يحصل عليها

أفراد العينة في مقياس الاستبصار بالذات ودرجاتهم في مقياس الصحة النفسية السليمة .

يتضح من نتائج الدراسة الحالية فيما يتعلق بهذا الفرض أن هناك علاقة ايجابية بين الاستبصار بالذات والصحة النفسية السليمة . حيث بلغ معامل الارتباط بين هذين المتغيرين (٠.١٦) وهو معامل أكبر من القيمة الحدية المألوفة لكسبي يصبح هذا المعامل ذا الأعد مستوى (٠.٠١) .

وتشير هذه النتيجة الى أن الاستبصار بالذات الذي يقصد به في الدراسة الحالية " مقدار التفرقة أو درجة التباعد بين تعدد تفسير الفرد لذاته الواقعية ومتوسط تعدد تفسير الآخرين عنه في مجموعة من المقالات يتضمنها مقياس الاستبصار بالذات " (ابراهيم قشوش ١٩٧٥) يرتبط ارتباطا ايجابيا بالصحة النفسية السليمة . أي أنه كلما كان الفرد أكثر قدرة على تقييم ذاته بصورة واقعية ، بما تتضمنه هذه الذات من قدرات ومكانات واستعدادات كان الفرد أكثر احسانا بالصحة النفسية السليمة ومقوماتها .

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كين من بول لاندس و جون هير (١٩٧٤) ،
وجيرارد سدن (١٩٦٣) ، وهلمن جيهلمام (١٩٦٤) ، وعبد السلام عبد الغفار وثمان
فراج (١٩٦٦) ، وعلمى الطيحي (١٩٦٨) ، وعبد العزيز القوصى (١٩٧٠) ، وجوزيف
رتشلاك (١٩٧٦) ، وابرايم تشقوش (١٩٧٨) .

حيث أوضحوا جميعاً أن تحقيق الصحة النفسية السليمة يتطلب ضمن ما يتطلب
قدراً مناسباً من الاستبصار بالذات .

ويسرى الباحث أن نتيجة الدراسة الحالية تتفق مع ما يمكن أن يسهم به الاستبصار
بالذات في تحقيق الصحة النفسية السليمة - حيث أنه من المعروف سيكولوجياً
أن الفرد الذي لديه قدرة على الاستبصار بالذات يستطيع أن يدرك ما لديه
من مواطن قوة • ومواطن ضعف • أى حقيقة ما تتضمنه ذاته من قدرات واستعدادات
وامكانيات • والتالى فهو يفسح لنفسه أهدافاً وتطلعات ذات امكانية تحقيق
عليه عن طريق حسن استثمار ما لديه من هذه الامكانيات ، والاقبال على الاعمال
التي تتناسب مع ما لديه من قدرة على انجاز وتحقيق هذه الاعمال ، ويكون الفرد فى
الذاتين أكثر قدرة على احراز النجاح ، مع ما يترتب على ذلك من رضا عن الذات
وتقبليها • الأمر الذى يتحقق معه احساس الفرد بوجوده وانسانيته • وبهذا
يسبح فى نفس الوقت أقسن من غيره عرسة لمواقف التشلل والاحباط • وعلى هذا النحو
تتزايد امكانية احساسه من هذا الفرد بمقومات الصحة النفسية السليمة ومكوناتها •

== =====

=====

===

الفصل الخامس

خلاصة البحث وتطبيقاته التربوية

أولا - خلاصة البحث .

ثانيا -

- (أ) توصيات تربوية
- (ب) بحوث مقترحة

xxxxxxxx

أولا : خلاصة البحث :

يهدف هذا البحث الى التعرف على بعض العوامل النفسية ذات العلاقة بالصحة النفسية السليمة لدى طلاب الجامعة . وقد وضع لهذا البحث خمسة فرضيات هي :

- (١) أنه لا توجد علاقة بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة في كل من المقاييس التي تقيس الجوانب العقلية وهي الذكاء والمرونة التلقائية والطلاقة الفكرية والأصالة • ودرجاتهم في مقياس الصحة النفسية السليمة •
- (٢) أن هناك علاقة موجبة بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة في كل من المقاييس التي تقيس أبعاد الحرية وهي حرية الإرادة والاستقلال الذاتي والانفتاح على الخبرة • والاحساس بالمسئولية • ودرجاتهم في مقياس الصحة النفسية السليمة •
- (٣) أن هناك علاقة موجبة بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة في كل من المقاييس التي تقيس أبعاد الأمن وهي الطمأنينة الانفعالية والاحساس بالأمن الاقتصادي • والاستقرار العائلي والكفاءة الاجتماعية • ودرجاتهم في مقياس الصحة النفسية السليمة •
- (٤) أن هناك علاقة موجبة بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة في مقياس إرادة الملاءمة • ودرجاتهم في مقياس الصحة النفسية السليمة •
- (٥) أن هناك علاقة موجبة بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة في مقياس الاستمرار بالذات • ودرجاتهم في مقياس الصحة النفسية السليمة •

أدوات البحث :

استخدم الباحث - في سميته للتحقق من صحة أو بطلان الفروض
الموضوعة للبحث عددا من الاختبارات والمقاييس النفسية هي :-

- (١) مقياس الصحة النفسية السليمة • اعداد الباحث
- (٢) مقياس الاحساس بحريّة الارادة • اعداد الباحث
- (٣) مقياس الاحساس بالأمن • اعداد الباحث
- (٤) مقياس ارادة المطالب • اعداد الباحث
- (٥) اختبار الذكاء المالسى • اعداد أ. د. السيد خيرى
- (٦) اختبار الاستمالات • اعداد أ. د. عبدالسلام عبدالغفار
- (٧) اختبار المترتبات • اعداد أ. د. عبدالسلام عبدالغفار
- (٨) مقياس الدلائلية الانفعالية • اعدده للاستخدام فى البيئة المصرية
أ. د. أحمد سلامة
- (٩) مقياس الاستبصار بالذات • اعداد د. ابراهيم قشقوش
- (١٠) دليل تقدير الوضع الاجتماعى الاقتصادى • اعداد أ. د. عبدالسلام
عبدالغفار ود. ابراهيم قشقوش •

المينة :

وكانت المينة المستخدمة فى البحث الحالى تتكون من (٥٠٠) خمسمائة
طالب من طلاب الأقسام العلمية بكليتى التربية بجامعة عين شمس
والنوفية • وقد رعى عزل تأثير المستوى الاجتماعى - الاقتصادى على
أداء الطلاب فى الاختبارات والمقاييس المستخدمة • ولذلك لجأ الباحث الى
عزل تأثير هذا المتغير احصائيا عن طريق استخدام معامل الارتباط
الجزئى من المرتبة الأولى •

الاسلوب الاحصائي :

تعتمد الدراسة الطولية شأنها في ذلك شأن غيرها من الدراسات الارتباطية على استخلاص معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة في المقاييس المستخدمة فيها . ولهذا فقد اتبع الباحث الخطوات الآتية :

أ - استخلاص معاملات الارتباط الصفرية - بيرسون - بين درجات أفراد العينة في كل اختبار أو مقياس من المقاييس موضع الاهتمام في الدراسة ، ودرجاتهم في مقياس الصحة النفسية السليمة .

ب - عزل تأثير المستوى الاجتماعي الاقتصادي احصائيا عن العلاقة بين درجات أفراد العينة في كل من الاختبارات والمقاييس المستخدمة في الدراسة ، ودرجاتهم في مقياس الصحة النفسية السليمة ، وذلك عن طريق استخدام معاملات الارتباط الجزئية .

ج - التعرف على الدلالة الاحصائية لهذه المعاملات .

نتائج الدراسة :

أكدت نتائج الدراسة الطولية صحة جميع الفروض التي وضعت لها باستثناء العامل الأول من الفروض الثالث . ويوضح الجدول الآتي ما أسفرت عنه الدراسة الطولية من نتائج .

جهود رسم (٤٤)

يوضح مصنوعة مطارات لرباط بين العوامل موضوع الدراسة بعد عزل تأثيرات الخماس-البريداري

رقم العامل	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢	١٣	١٤	١٥	
الذئب		١٥٧.٠٠	٣٤٤.٠٠	٧٠٧.٠٠	١٠٢.٠٠	٦٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	٨٧٢.٠٠	١٠٠.٠٠	٣٠٥.٠٠	٣٠٤.٠٠	٨١٧.٠٠	١١.٠٠	١٠٠.٠٠		
المرزقة			١٠٠.٠٠	٢٠٠.٠٠	٥٠٧.٠٠	٣٠٠.٠٠	٦٠٠.٠٠	٧٧٨.٠٠	١٠٠.٠٠	٣٠٥.٠٠	١٣٠.٠٠	٦٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠		
اللافة				١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠		
الأضالة					١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	
حرقة لا زارة						١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	
الاستفحال الذائق							١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	
الاستفحال الحارقة								١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	
الدهان بالبوليمر									١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	
الطائنين لانتقال										١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	
الزمن الاضطرابي											١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	
لاستفحال العائلي												١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	
الغادة الاجمالية													١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	
ارادة العطاء														١٠٠.٠٠	١٠٠.٠٠	
الاستفحال بالذات															١٠٠.٠٠	
الصفحة المتغيرة																١٠٠.٠٠

١٠٠.٠٠ دالم عند مستوى ٥.٠٠
 ١٠٠.٠٠ دالم عند مستوى ١.٠٠

يتضح من الجدول السابق عدم وجود علاقة بين أى من الجوانب
المقلية موضع الاهتمام فى الدراسة الحالية من ناحية ، والصحة النفسية
من ناحية أخرى . حيث كانت قيم معاملات الارتباط الجزئية بين درجات أفراد
العينة فى كل من مقياس الذكاء والعزلة التلقائية والطلاقة الفكرية والأصالة
وبين درجاتهم فى مقياس الصحة النفسية السليمة هى (٠.١٣) ، (٠.٠٥) ، (٠.١٠) .
، (٠.٥٢) على الترتيب . وهى جميعا معاملات لم تصل للقيمة الحديية
المطلوبة (٠.٨٨) كى تصبح هذه المعاملات دالة عند مستوى
٠ (٠.٠٥) .

هذا ؛ ويتضح من الجدول أن هناك علاقة ايجابية بين حرية
الارادة والصحة النفسية السليمة - حيث بلغ معامل الارتباط بين الدرجات التى
حصل عليها أفراد العينة فى مقياس حرية الارادة ودرجاتهم فى مقياس الصحة
النفسية السليمة (٠.٩٥) وهو معامل دال احصائيا عند مستوى (٠.٠٥) .
كما يتضح من نفس الجدول أن هناك علاقة ايجابية بين كل من الاستقلال
الذاتى والانفتاح على الخبرة والاحساس بالمسئولية من ناحية ، والصحة
النفسية السليمة من ناحية أخرى . حيث بلغت معاملات الارتباط بين كل من هذه
الجوانب الثلاثة والصحة النفسية السليمة (٠.٥٩) ، (٠.٢٩) ، (٠.٢٩)
على الترتيب . وهى جميعا معاملات ارتباط أكبر من القيمة الحديية
المطلوبة (٠.١٥) لتصبح هذه المعاملات دالة عند مستوى (٠.٠١) .

وقد أوضحت نتائج الدراسة الحالية فيما يتعلق بالفرض الثالث أنه ليس
هناك علاقة بين الصحة النفسية السليمة والابدائية الانفعالية . حيث لم يحصل
الباحث على أية أرقام تشير الى وجود علاقة بين هذين المتغيرين . بينما أوضحت
النتائج أن هناك علاقة بين الصحة النفسية السليمة وكل من الاحساس بالأمن
الاقتصادي والاستقرار العائلى والكفاءة الاجتماعية . حيث كانت معاملات
الارتباط بين الصحة النفسية السليمة وكل من هذه الجوانب (٠.٢٦٣) ، (٠.٣٨١)
، (٠.٢٦٢) على الترتيب . وهى جميعا معاملات دالة عند مستوى (٠.٠١) .

وهكذا ؛ يمكن القول بأن الدراسة الحالية قد تمخضت عن نتائج تؤيد صحة جميع الفروض الستى وضمت لها باستثناء المامل الأول من الفروض الثالث ، حيث لم يتوصل الباحث فى هذه الدراسة الى نتائج تشير الى وجود علاقة بين احساس الفرد بالطمانينة الانفعالية والصحة النفسية السليمة .

ثانيا : أ - التوصيات التربوية :

تعمد الصحة النفسية السليمة مطلبها هاما ينبغى توافره للفرد حتى يتسنى له أن يعيش حياة مشبعة يتوافق فيها مع ذاته ، ومع المحيطين به فى الوسط الذى يعيش فيه ، مما يترتب عليه حسن استثمار الفرد لما لديه من طاقات وقدرات وامكانيات على نحو يحقق به ذاته ويفيد منه مجتمعه . ومن هنا ؛ كان من الضرورى أن تتضافر جهود المربين والعاملين فى مجالات تشيئة النفس ، والتعاملين مع الشباب بفئاته وطوائفه المتعددة فى سبيل تهيئة المناخ اللازم لاكساب هؤلاء الشباب مقومات الصحة النفسية السليمة ومتطلباتها .

ولعل ما يؤيد ذلك ما ينادى به كثير من علماء النفس فيما يتعلق بضرورة العناية بصحة الفرد النفسية فى مجالاتها العلاجية والوقائية والانشائية ، وضرورة التخطيط للمستقبل فى كل من هذه المجالات - ضمانا لحسن استفادة المجتمع استفادة كاملة مما لدى أبنائه من الطاقات وامكانيات خالقة ، على نحو يسهم فى تطور المجتمع وتقدمه ، وامكانية انتقاله مما هو عليه الى الوضع الذى ينبغى أن يكون عليه فى وسط عالم اليوم الذى تشمل سرعة التغيير وتلاحقه ابرز سماته ومآله .

وانذا جاز للباحث أن يستند الى ما انتهت اليه الدراسة الحالية من نتائج بخصوص الماترقة بين الصحة النفسية السليمة وعدد من الجوانب العقلية

والنفسية والاجتماعية ، فانه يوصى بمدد من التطبيقات والتوصيات التربوية ، تهدو في نظره ذات أهمية كبيرة لامكانية تمتع الشباب بالصحة النفسية السليمة ومقوماتها .

أولا : أن يكون من بين أهداف رطاية طلاب الجامعات مساعدتهم على اكتساب مقومات الصحة النفسية السليمة . بحيث توضع البرامج ، وتنظم النشاطات الجامعية على نحو يمكن شباب الجامعات من الاستفادة مما لديه من قدرات استفادته تمكنه من تحقيق النجاح في حياته ، وضبط النفس تجاه مفربات الحياة ، والاقبال على العمل بجد وحماس ، ومواجهة مواقف الفشل وتحمل الاجساد ، مع تهنيئه لاطار مرجى يوجه سلوكه ، ويحتكم اليه في مجالات حياته المختلفة ، بالاضافة الى تعليمه على كيفية وضع وتحديد أهداف حياته ، والمشابرة من أجل تحقيقها ، وتمويده على حسب الآخريين والصدق في التامل منهم ، بما يحقق له نوع من التوازن في حياته . الأمر الذي يمكنه من احراز النجاح الذي يحقق له الاشباع والرضا .

ثانيا : أن تتاح للشباب الجامعي فرص متعددة ومتنوعة من النشاط ، بمساعدة تم على ممارسة الحرية ممارسة فعالة ، واكتساب مزيد من الخبرات ، يتحقق من خلالها رفع مستوى الكفاءة الاجتماعية والتفاعل السليم بينه وبين البيئة المحيطة به . حيث انه كلما اتسع مجال هذه الانشطة وتنوع ، أصبح الشباب أكثر قدرة على فهم نفسه ، وفهم الآخريين . مما يمكنه من تهيئة جو نفسي سليم يجعله أكثر قدرة على الاستفادة من طاقاته وامكانياته وقدراته استفادة تمود عليه وعلى الوطن بالخير .

ثالثا : بذل الجهود الكفيلة بتوفير فرص - متعددة ومتنوعة - أمام طلاب الجامعات على نحو يتناسب مع تنوع وتمدد ميول الطلاب في هذه المرحلة ، بحيث يتمكن الطلاب الجامعيين من ممارسة مختلف ضروب النشاط

والتفاعل مع الوسط المحيط بمختلف مكوناته وعناصره • وكلما اتسع هذا النشاط وازدادت مجالاته ساعد ذلك على فهم الطالب لنفسه ، وعلى فهم غيره كذلك - مما يؤدي الى تنمية درجة الاستبصار لديه • الأمر الذي يهدو آثاره فيها يمكن أن تكون عليه حالة الطالب النفسية ، وصحة النفسانية عموماً •

رابعاً : العمل على توفير الخدمات النفسية المتنوعة لطلاب الجامعات على أن تتضمن هذه الخدمات جميع أنواع الرعاية والخدمات العلاجية والوقائية والانشائية الموجهة لطلاب الجامعات بهدف مساعدتهم على اكتساب مقومات الصحة النفسية • ولعل من الأمور المفيدة في هذا الصدد ما يلي :

(١) أن ينشأ في كل جامعة عيادة نفسية متكاملة - مع ادخال نظام الفريق العلاجي في أسلوب عمل هذه العيادات والافادة قدر الامكان من مختلف الطرق والفنيات المستخدمة للعلاج النفسي •

(٢) أن ينشأ في كل كلية مكتب خدمة نفسية • يعمل به مرشدون نفسيون يجيدون فن المقابلة والتشخيص النفسي المبدئي • مع ما يتطلبه هذا التشخيص من اجراء الاختبارات النفسية - على أن توجد صيفه ما للتعاون والاتصال بين الميادة النفسية بالجامعة ومكتب الخدمة بالكلية •

(٣) ضرورة تعزيز مكاتب رعاية الشباب القائمة حالياً في الكليات على نحو ينمى فعالية أداء هذه المكاتب لدورها في التوجيه والارشاد النفسي • ويتصل بهذا المطلب توفير المدد الكافي من الاخصائيين النفسيين في كل مكتب • ومداومة عمل الدورات التدريبية بما يكفل تهيئة هؤلاء الاخصائيين للقيام بمهام التوجيه والارشاد النفسي • وتبصيرهم بأفضل الطرق وأبسطها في تناول ومعالجة المشكلات النفسية الشائعة بين طلاب الجامعات •

خامسا : ضرورة إعادة النظر في خطط وبرامج النشاط الحر لطلاب الجامعات على نحو يكفل جدية وفعالية هذا النشاط في النمو النفسي الاجتماعي لطلاب الجامعات ، وصحتهم النفسية بحيث يستطيع أن يسهم هذا النشاط في زيادة استثمار الطالب بحقيقته ما لديه من قدرات وامكانيات ، ويتيح له امكانية استثمارها عبر سهل ومسارات صحيحة ، فهذه هي دورنا خلال ذلك بوجوده وانسانيته . ولعل من الأمور المفيدة في هذا الصدد بحث نظام الأسر والريادة في الجامعات والاهتمام بجماعات النشاط ، ووصف الاعتمادات اللازمة والكفيلة بفاعلية أدائها دورها .

وفى ضوء كل ما تقدم ؛ نستطيع التريسة أن تسهم في اكساب الطلاب الجامعيين شخصيات أقرب الى التكامل والاتزان النفسى ، وأكثر شمورا بالسعادة ، وأقدر في الكفاية الذاتية والاجتماعية . مما يترتب عليه امكانية حسن استثمار ما لديهم من امكانيات وطاقات وقدرات .

ب - بحوث مقترحة :
=====

واستكمالا للجهد الذى بذأته الدراسة الحالية ، وفى ضوء ما أسفرت عنه هذه الدراسة من نتائج يرى الباحث امكانية القيام بدراسات أخرى في مجال الصحة النفسية السليمة على أن تتناول هذه الدراسات الموضوعات الآتية :-

- ١ - دراسة للصحة النفسية السليمة من حيث علاقتها بالتنشئة الاجتماعية .
- ٢ - دراسة للآسروف الأسرية ذات العلاقة بالصحة النفسية السليمة .
- ٣ - دراسة للعلاقة بين الصحة النفسية السليمة ونتاجية العاملين في قطاعات انتاجية متعددة .
- ٤ - دراسة للعلاقة بين الصحة النفسية السليمة والمناع الأسرى في تنشئة الأبناء .

- ٥ - دراسة العلاقة بين الأمنينة الانفعالية والصحة النفسية السليمة على أن يستخدم لهذه الدراسة مقياس للأمنينة الانفعالية ويجرى وضعه وتقنينه في البيئة المصرية .
- ٦ - دراسة العلاقة بين الصحة النفسية السليمة والاحساس بالاعترا ب لسدى قطاعات متنوعه من الطلاب الجامعيين .
- ٧ - دراسة العلاقة بين المستوى الاجتماعى الاقتصادى والصحة النفسية السليمة .
- ٨ - دراسة مقارنة بين أبناء الريف وأبناء الحضر من حيث مقومات الصحة النفسية السليمة أو مكوناتها ، والعوامل ذات العلاقة بها فى كل من الريف والحضر .

* * * * *

* * * *

* * *

* *

مراجع البحث

أولا : المراجع العربية

ثانيا : المراجع الأجنبية

أولا : المراجع المصرية :

- ١ - آمال المسيرى • المقومات والموامل المؤثرة فى العلاقات المتبادلة بين أفراد الأسرة • صحيفة التربية • العدد الثالث يونيو ١٩٧٦ •
- ٢ - إبراهيم زكى قشقوش • دراسة للتطلع بين الشباب الجامعى فى علاقته بمفهوم الذات • رسالة دكتوراه بكلية التربية • جامعة عين شمس • ١٩٧٥ •
- ٣ - " " " • دور الأم فى رعاية الصحة النفسية للأطفال • المركز الدولى للتعليم الوظيفى للكبار • سمس الليان - المنوفية • ١٩٧٨ •
- ٤ - أحمد زكى صالح • نظريات التعلم • القاهرة : النهضة المصرية • ١٩٧١ •
- ٥ - " " " • الأسس النفسية للتعليم الثانوى • القاهرة : النهضة المصرية • ١٩٧١ •
- ٦ - أحمد عبد المنيز سلامة • كراسة تعليمات استفتاء ماسلو • القاهرة : النهضة المصرية • ١٩٧٢ •
- ٧ - " " " • مشكلات الطلاب النفسية ودور المدرس والأسرة فى علاجها • حلقة الندوات الصحية والنفسية والاجتماعية للطلاب العرب • المنظمة المصرية للتربية والثقافة والعلوم • ١٩٧٤ •
- ٨ - أحمد عزت راجح • أصول علم النفس • القاهرة : دار الكتاب العربى ط • ١٩٦٨ • ٧ •
- ٩ - أديت نيسر • كيف تميز بين الأطفال • ترجمة سامى على البطل • مراجعة عبد المنيز القوصى • القاهرة : النهضة المصرية • ١٩٦٠ •
- ١٠ - أديب محمد على الخالدي • دراسة المسابقة بين التفوق العقلى ومضى جوانب التوافق الشخصى والاجتماعى • رسالة ماجستير بكلية التربية • جامعة عين شمس • ١٩٧٢ •

١٠ - ارنست هليجاره • مختارات من علم النفس • ترجمة عبد الرحمن هجياج • مراجعة
محمد خليفة بركات • القاهرة : مركز كتب الشرق الأوسط • سلسلة الألسف
كتاب (١٥٤) ١٩٥٢ •

١١ - السيد محمد خيرى • الاخصاء التربوى فى البحوث النفسية والتربوية
والاجتماعية • القاهرة : النهضة المصرية • ١٩٧٠ •

١٢ - " " " خيرى • اختبار الذكاء • المالى • كراسة تعليمات التاييسق
القاهرة : النهضة المصرية (بدون تاريخ) •

١٣ - أميل توفيق • الشخصية توجيهاتها وسابقتها فى نظرية ايرك فروم • القاهرة :
الأنجلو المصرية • ١٩٧٦ •

١٤ - بول لانديس وجون هاير • التكيف الاجتماعى للأطفال • ترجمة السيد محمد
عثمان • مراجعة عبد العزيز التومى • سلسلة دراسات
سيكولوجية " ١٧ " القاهرة : النهضة المصرية • ١٩٥٤ •

١٥ - جالجر ج • جيمس • اللافل الموهوب فى المدرسة الابتدائية • ترجمة سعاد
نصر • القاهرة : دار العلم • ١٩٦٣ •

١٦ - جون كونجر وآخرون • سيكولوجية الطفولة والشخصية • ترجمة أحمد
عبد العزيز سلامة وناير عبد الحميد جابر • القاهرة : النهضة
المصرية • ١٩٧٠ •

١٧ - جوردين البورت • نمو الشخصية • ترجمة باير عبد الحميد جابر ومحمد
مصطفى المشعبيعى • القاهرة : النهضة المصرية • ١٩٦٣ •

١٨ - جون بولبى • رعاية الطفل وتطور الحب • ترجمة السيد محمد خيرى وآخرون •
القاهرة : دار المعارف • ١٩٥٩ •

١٩ - جين براميز • تفهم العلاقات بين البعاطات • ترجمة عدلى سليمان • القاهرة :
دار القلم • ١٩٧٤ •

٢٠ - جيزارد سيدنى • الشخصية بين الصحة والمرض • (التكيف الشخصى) ترجمة
سيد خير الله وحسن النفس • القاهرة : الأنجلو المصرية •
١٩٧٣ •

٢١ - حامد زهران • الصحة النفسية والعلاج النفسى • القاهرة : عالم الكتب •
١٩٧٤ •

- ٢٢ - حلمى الطهيجى • سيكولوجية الابتكار • دار المعارف بالقاهرة : ط الأولسى
(١٨٦٨)
- ٢٣ - حدى حنلى • الصحة النفسية ومشاكل وحلول الأسرة المدرسية • بيروت :
المكتب التجارى للطباعة والنشر ، ١٩٦٩ •
- ٢٤ - دانا فرنسورث • الصحة النفسية فى الجامعة • ترجمة جيمسى بشاى • مجلة
التربية الحديثة الممدد الرابع • ابريل ١٩٥٦ •
- ٢٥ - رالف ماوتن • آفاق القيمة • ترجمة عاطف سالم • القاهرة : النهضة المصرية •
١٩٦٨ •
- ٢٦ - رمزه الشريب • حاجتنا الى تخطيط الصحة النفسية • صحيفة التربية الممدد
الثالث ، مارس ١٩٦٥ •
- ٢٧ - " " • التحلم : دراسة نفسية تفسيرية توجيهية • القاهرة : الأنجلو
المصرية ، ١٩٦٧ •
- ٢٨ - سبرجون أنجلسن وستوارت فنش • المشاكل الانفعالية للنمو • ترجمة السيد محمد
خيري • مراجعة عبد العزيز القوصى • القاهرة : النهضة المصرية
١٩٥٦ •
- ٢٩ - سلوى الملا • الصحة النفسية • القاهرة : دار المعارف ، ١٩٧٧ •
- ٣٠ - سيد خيرالله • نمو الذات جسميا ونفسيا • صحيفة التربية • العدد الثانى
يناير ، ١٩٦٦ •
- ٣١ - سيد عثمان • المسئولية الاجتماعية دراسة نفسية - اجتماعى ط • الأولسى •
القاهرة : الأنجلو المصرية ، ١٩٧٣ •
- ٣٢ - سيد محمد فنيح • سيكولوجية الشخصية : محدداتها قياسها ، نظريتها •
القاهرة : النهضة المصرية ، ١٩٧٣ •
- ٣٣ - سيجمند فرويد • محالم التحليل النفسانى • ترجمة محمد عثمان نجاشى •
القاهرة : النهضة المصرية ، ١٩٦٦ •

- ٣٤ - صحاؤكيب نقاريوس • الصحة النفسية والعمل المدرسي • ط • ٢ القاهرة :
النهضة المصرية • ١٩٧٤ •
- ٣٥ - " " • مشكلات الصحة النفسية في الدول النامية • القاهرة : النهضة
المصرية • ١٩٧١ •
- ٣٦ - طلعت منصور • التعلم الذاتي وارتقاء الشخصية • القاهرة : الأنجلو المصرية •
١٩٧٨ •
- ٣٧ - عبدالحليم محمود السيد • الابداع والشخصية • القاهرة : دار المعارف •
١٩٧١ •
- ٣٨ - عبد الرحمن محمد عيسوى • علم النفس ومشكلات الفرد • الاسكندرية : منشأة
المعارف • ١٩٧٢ •
- ٣٩ - " " • علم النفس في الحياة المحاصرة • القاهرة : دار
المعارف • ١٩٧٣ •
- ٤٠ - عبدالسلام عبدالشفار ويوسف الشيع • سيكولوجية الطفل غير المادى • القاهرة :
النهضة العربية • ١٩٦٦ •
- ٤١ - " " • وحشان لبيب فراج • الشخصية والصحة النفسية • بيروت : مكتبة
المعرفان • ١٩٦٦ •
- ٤٢ - " " • دليل اختبارات القدرة على التفكير الابتكارى • القاهرة :
النهضة العربية ط ٤ • ١٩٧٠ •
- ٤٣ - " " • فى طبيعة الانسان • القاهرة : النهضة العربية • ١٩٧٣ •
- ٤٤ - " " • مقدمه فى الصحة النفسية • القاهرة : النهضة العربية •
١٩٧٦ •
- ٤٥ - " " • وأحمد عبدالعزيز سالم • علم النفس الاجتماعى • القاهرة :
النهضة العربية • ١٩٧٦ •
- ٤٦ - " " • وابراهيم قشقوش • دليل تقدير الوضع الاجتماعى - الاقتصادى
للأسرة المصرية • مجلة كلية التربية جامعة عين شمس • العدد
الأول • سبتمبر • ١٩٧٨ •

- ٤٧ - عبد العزيز القوصى • أسس الصحة النفسية • القاهرة : النهضة المصرية •
١٩٦٩ •
- ٤٨ - " " • الصراع الثقافى وأثره فى الصحة النفسية • صحيفة
التربية • العدد الأول • نوفمبر ١٩٥١ •
- ٤٩ - " " • التخيرات الاجتماعية والثقافية فى مصر وعلاقتها
بالصحة النفسية • الكتاب السنوى لعلم النفس • القاهرة :
١٩٥٤ •
- ٥٠ - " " • الصحة النفسية وأثرنا فى التربية لعالم متخير • صحيفة
التربية • العدد الثانى • يناير ١٩٥٥ •
- ٥١ - " " • علم النفس أسسه وتاريخاته التربوية • القاهرة : النهضة
المصرية • ١٩٧٠ •
- ٥٢ - عبد العزيز الشخصى • دراسة لأنواع من التفوق العقلى من حيث علاقتها
ببعض سمات الشخصية • رسالة ماجستير بكلية التربية
جامعة عين شمس • ١٩٧٨ •
- ٥٣ - عبد المجيد عبد الرحيم • علم النفس الاجتماعى • القاهرة : النهضة
المصرية • ١٩٦٩ •
- ٥٤ - عبد المجيد النشواتى • العلاقة بين التفوق العقلى وبعض جوانب الدافعية
وسمات الشخصية عند الطلاب المرحلة الثانوية فى سورية •
رسالة دكتوراه بكلية التربية جامعة عين شمس • ١٩٧٧ •
- ٥٥ - عثمان لبيب فراج • أنواع على الشخصية والصحة العقلية • القاهرة :
النهضة المصرية • ط • الأولى • ١٩٧٠ •
- ٥٦ - على أحمد على • فى سبيل أسرة سعيدة • مجلة المرسى • العدد ٢٠٩
أبريل ١٩٧٦ •
- ٥٧ - عماد الدين محمد سلطان • التحليل العائلى • ط • الأولى • القاهرة :
دار المعارف • ١٩٦٧ •

- ٥٨ - عمانوئيل مونييه • نذره هي الشخصية • ترجمة تيسير شيخ الأوس • بيروت : دار بيروت للطباعة والنشر ، ١٩٥٦ •
- ٥٩ - فاخر عاقل • معنى الانسانية • مجلة السهبي • العدد ٢٠٦ يناير ١٩٧٦ •
- ٦٠ - فاروق عبدالسلام • دراسة لبعض متغيرات الشخصية المرتبطة بالتصليب الفكري • رسالة ماجستير بكلية التربية جامعة الأزهر ١٩٧٣ •
- ٦١ - فخرى الدباع • النظرة السلوكية في نورها الجديد • الفكر المعاصر - العدد ٢٨ • ١٩٦٧ •
- ٦٢ - فرانك سفيرين • علم النفس الانساني • ترجمة طلعت منصور وآخرون القاهرة : الأنجلو المصرية ، ١٩٧٨ •
- ٦٣ - فريدريك الكين وجيرالدا مانديل • الطفل والمجتمع وعلمية التنشئة الاجتماعية • ترجمة محمد سمير حسنين • ط ٠ الأولى • طنطا مؤسسة سميد ، ١٩٧٦ •
- ٦٤ - فؤاد البهي السيد • الجدول الاحصائية لعلم النفس والمعلوم الانسانية الأخرى • ط ٠ الأولى • القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٥٨ •
- ٦٥ - " " " • علم النفس الاحصائي وقياس العقل البشري • القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٧٩ •
- ٦٦ - فؤاد أبو حطب • السلوكية في علم النفس • عالم الفكر • المجلد الرابع - العدد الأول ، يونيو ١٩٧٣ •
- ٦٧ - كليفورد اندرش • طريقك الى الصحة والسعادة • ترجمة شاكرا خليل نصار • بيروت : دار الشرق الأوسط ، ١٩٦٥ •
- ٦٨ - كونستانس فستر • تربية الشعور بالمسؤولية عند الأطفال • ترجمة خليل كامل ابراهيم • مواجهة عبدالمنيز القوصي • القاهرة : النهضة المصرية ، ١٩٦٣ •

- ٦٩ - لطفى بركات أحمد • الثقافة العربية والتغيير الاجتماعي • صحيفة التربية • العدد الأول • نوفمبر ١٩٧١ •
- ٧٠ - محمد خليفه بركات وآخرون • الاستفتاء كأداة من أدوات البحث العلمى • القاهرة : وزارة التربية والتعليم • الادارة العامة للبحوث الفنية • ١٩٦١ •
- ٧١ - محمد عماد الدين اسماعيل • المذهب العلمى وتفسير السلوك • القاهرة : النهضة المصرية • ١٩٦٢ •
- ٧٢ - محمد قاضى الجمالى • تربية الانسان للجديد • تونس : الشركة التونسية للتوزيع • ١٩٦٧ •
- ٧٣ - محمد كامل الدخولى • الطبيب الممارس العام والصحة النفسية • مجلة الصحة النفسية • العدد الثانى • فبراير ١٩٧٤ •
- ٧٤ - محمد الزياى • أسرار علم النفس العام • ط • الأولى • القاهرة • مكتبة سعيد رافت • ١٩٧٢ •
- ٧٥ - مصطفى فهمى • الصحة النفسية • القاهرة : دار الثقافة • ١٩٦٣ •
- ٧٦ - " " • الصحة النفسية فى الأسرة والمدرسة والمجتمع • القاهرة : دار الثقافة • ١٩٦٧ •
- ٧٧ - " " • علم النفس أصوله وتطبيقاته التربوية • ط • القاهرة : مكتبة الجانجى • ١٩٧٥ •
- ٧٨ - هارلد لدرج • الممارس الاجتماعى فى التربية • صحيفة التربية • العدد الرابع • مايو ١٩٥٢ •
- ٧٩ - هدى عبد الحميد براده • المبادئ النفسية الطلابية • حلقة الخدمات الصحية والنفسية والاجتماعية • المنظمة العربية للتربيسة والثقافة والعلوم • ١٩٧٤ •
- ٨٠ - هلمن جيليسام • مساعدة الطفل على تقبل ذاته والآخرين • ترجمة محمد عبد السلام أحمد • القاهرة : وزارة التربية والتعليم • ١٩٦٤ •

- ٨١ - هلين شاكتر • كسب محبة الخير • ترجمة السيد محمد عثمان • سلسلة
دراسات سيكولوجية ١٨ * القاهرة : النهضة المصرية •
• ١٩٤٩
- ٨٢ - هول ك • ولندوى • نظريات الشخصية • ترجمة فرج أحمد فرج وآخرون •
مراجعة لويس كامل مليكة • القاهرة : الهيئة المصرية
المامة للتأليف والنشر • ١٩٧١ •
- ٨٣ - ولهم منجسر • النمو الوجداني والانفعالي • ترجمة سامى على الجمال •
مراجعة عبدالمعز القوصى • القاهرة : النهضة المصرية •
• ١٩٦٢
- ٨٤ - ولهم رول • التربية والصحة النفسية • ترجمة ابراهيم حافظ • سلسلة
الألف كتاب ٤٧٢ * القاهرة : دار الهلال • ١٩٥٢ •

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

- 85 - ABDEL - GAFFER, A. Relationship between selected creativity Factor and certain non-Intellectual Factors among high schools students. Ph.D. Disser university of Denver, 1963. Reprinted from Dessertation Abstract, 1964 Vol. xxv, No. 3 .
- 86 - Adler , A . Problems of neurosis . LONDON : Kegan Paul , 1929 .
- 87 - ALKER, H . A . The Incommensurability of Humanistic and Behavioristic . In Abraham Wandersma & al . (Ed.) Humanism and Behaviorism. N.Y. : Pergamon Press OXFORD . 1976 .
- 88 - ALLPORT, G. W . Becoming : Basic Considerations for a psychology of personality . New Haren : Yale University, Press, 1955 .
- 89 - Pattern and growth in personality. N. Y. : Holt, Rinehart and Winston, INC, . 1961 .
- 90 - ANDREWS, J . An Investigation into the personality characteristics of black activists and non - activists students. (ED 131910. 14 Jul. 1976) .

- 91 - Barron, F . Creativity and psychological Health
princeton, NEW YORK : Van Nostrand.
Company, INC, .1963 .
- 92 - Barron, F . Creativity and personal Freedom . NEW
JERSEY : Van Nostrand Company , INC,
1968 .
- 93 - BANIKIOTES, P. G. & al . Social Desirability, Adjust-
ment and effectiveness . Psychological
Reports. 1971, 29. 2. 581 - 582 .
- 94 - BARBER , T . Toward a theory of Hypnosis : Post
Hypnotic Behavior . Archives of
General Psychiatry, 1962,7,3382-3390.
- /95 - BARNH., W . The Role of Psychiatric Social Work
in Mental Health . In Rose (Ed.)
Mental Health and Mental Disorder.
NEW YOURK : Norton Co. 1955 .
- 96 - Broverman, I . K . & et.al. Sex-Role Stereotypes :
A Current Appraisal . Journal of
Social Issues . 1972,28.2.59-78 .
- /97 - Bugental , J . F . Humanistic Psychology : A New Brack-
through . Amer. Psychologist, 1963
19. 563-567 .

- / 98 - BUGENTAL , J . F . Challenges of Humanistic Psychology. N . Y . : MCGRA-HILL, 1946 .
- 99 - BURT, C . Logical Positivism and Concept of Consciousness. Brit. J. Statis, Psycholo ., 1960 . 13 . 55 - 77 .
- 100 - " " The Gifted Child . NEW YORK : Hodder and Stoughton LTD. 1975 .
- 101 - CATTELL , R. & DREVD AHL, J . A .Comparison of personality profile (I6 P.F.) of eminent vesarchers with that of eminent teachers and administrators , and of the general population. Brit. J . Psycholb. 1955.44. 248-261.
- / 102 - CARRALL, H . Mental Hyaienc . NEW JERSY ; Prentic-Hall INC ,. 1964 .
- / 103 - CHILD, I . L . Humainistic Psychology and the research tradition : their several virtues . NEW YORK : Wiley John Wiley & Sons; INC. 1973 .
- / 104 - COLEMAN , J . C . Personality Dynamics and effective behavior . Chicogo : Scott Foresman and Co.,1960 .

- I05 - COLEMAN , J . & Broen , W . Abnormal Psychology and
Modern Life Scott Foresman and Co. ,
1960 .
- / I06 - DAY , W . F . Behaviorism and Humanism . In Floyd
Matson . (Ed.) Without , Within .
Adivision of Wadsworth publishing
Company ; INC. , U . S . A. , 1973 .
- / I07 - " " " Humanistic Psychology and Contemporary
behaviorism. In Floyd Matson . (Ed.)
Without, Within . Adivision of
Wadsworth publishing Company , INC. U . S .
A . 1973 .
- / I08 - Dollard , J .and Miller, N. E . Personality and Psych-
othorapy : An Analysis in terms of
learning ; thinking and culturis . NEW
YORK : Mc Graw Hill, 1950 .
- I09 - Drevdahl, J . E . Factors of Importance for Creativity.
Journal of Clin . Psychol . 1956. 72 .
21 - 26 .
- I10 - Estes, R . Determinants of diffrential stress Levels
among university students . Journal of
the American College Health Association.
1973 . 21 . 5 . 470 - 476 .

- / III - FARBERMAN , H . A . The University and Community Mental Health : New Trend . Year Book of Psychiatry and applied Mental Health . Year " Book Medical Publishers INC. U .S . A. 1975 .
- / II2 - FRANKL , E . E . Man's search for meaning . NEW YORK : Washington. Squate Press , 1963 .
- / II3 - FREUD , S . An Outline of Psychoanalysis . NEW YORK: NORTON and Co. 1949 .
- / II4 - FROMM, E . • The Sane Sone Society . NEW YORK : Kinshavt, 1955 .
- / II5 - " " The Art of Loving . NEW YORK : Harper, 1956 .
- / II6 - " " The fear of Freedom . LONDON : Routledge & Kegan Paul LTD . 1960 .
- / II7 - " " Crisis of Psychoanalysis . BRITAIN : Pelican Book , 1973 .
- / II8 - GETZLBS , I . JACKSON, P. Creativity and intelligence: Explorations with gifted students . NEW York : John Wiley Sons INC. 1963 .

- 119 - GIULFORD, J . WILSON , C. & CHRISTENSEN, E.
The relations of creative thinking ap-
titude , to non- aptitudes personality
traits . Reports from the psycho. Lab.
LOS ANGELES univer., of southern calif.
No. 20 . 1957 .
- 120 - GUMP, J . P. Sex-ROLE Attitudes and psychological
well-Being . Journal of Social Issues .
1972, 28.2. 79-92 .
- 121 - HAMAD , B . Some Home Factors In Relation to Mental
Health In Khartoum university students.
Journal of the American College Assoc-
iation , 1974 . 23.2 . 127 - 133.
- 122 - Halpin , G. & et.al. Biographical correlation of the
creative personality gifted adolescents.
Exceptional Children, 1973 . 39.8 .
652 - 653 .
- 123 - HARDING , J . BEHAVIORISTIC AND Humanistic Approaches:
Compatible or incompatible . In A.
Wandersman (and others (ED.) Humanism
and Behaviorism . Morganman Press
Oxford 1967 .

- 124 - HARRIS, L. H. & LUCAS, M. E. sex-Role stereotyping.
social work. 1976. 21.5. 390 - 394.
- " " I'm O'K-You're O'K. NEW YORK:Harper &Row,1973.
- 125 - HEINZ, I. A. & ROWENA , R. A. the individual psyc -
hology of ALFRED ADLER. LONDON:
printeted in Greatbritain by Braford
and Dickens. 1956.
- 126 - HORNEY, KAREN. NEUROTIC personality of our times.
New York: Norron. 1937.
- 127 - HILD RETH, G Three gifted children: A Developmental,
study. Journal of Genetic psycholcPY.
1954. I xxx. 256-257.
- 128 - HINSIE, E. L. & Compleell, J.R. psychiatric ~~editio-~~
~~ary~~. 4th Edition New York: oxford.
University Press. INC. 1970.
- 129 - HILGAVD, E . R. & OTHER. Introduction to psychology.
New York: Harcourt Bruce Jovanovich
INC? 1975
- 130 - HOLLINGWORTH, L . Children a bove 180 . I . Q? New York:
world Book 1942.
- 131 - HOLLINGWORTH, L . Gifted children: Their mature and
nurture. New York: The Macmillan
company, 1929.

- 132 - HUNTER, G. T. Identifying the potential problem
Drinker in A college mental health
CLINIC. J. AMER. coll. Health ASSN.
1969. 19.5. 426-436.
- 133 - JACOBS, M. A. & OTHERS. PERCEPTIONS of faulty parent-
child relation-ships and illness Beha-
vior. Journal of consulting and
Clinical Psychology. 1972.39.1.49-55.
- 134 - JAHODA, M. CURRENT Concepts of positive Mental Health
New York: Basic Book INC 1958.
- 135 - JOURARD, M.S. Personal Adjustment, an approach
through the study of healthy personality
New York: The Mecmillan. co. 1963.
- 136 - KALUGER, G. & KALUGER, A.F. Human development the
span of lifl. U.S.A: The C.V.Mos By
company. 1974.
- 137 - KASL, S.V. & SCHL INGENSIEPEN, W. Effects of educational
Descrrepancy in parents on self-reported
Mental Health of Male college students.
J. CLIN. psychol. 1970.26.1.64.65.
- 138 - LIGHTFOOT, G. Personality characteristics of Bright and
dull children contribution to educa-
tion. No. 969. New York: teachers
coll, Columbia University press, 1951.
- 139 - LORETE, G. Mental health for University students.
Psychol. Abstract. 1974. VOL. 52.
N. 2. 3813.

- 140 - MARCEL, G. Mystery of being, Gateway Chicago: 1960
Vol. II P. 9.
- 141 - MASLOW, A. H. Motivation and personality. New York:
Harper & Row . 1970.
- 142 - MASLOW, A. H. Toward a humanistic biology. Amer.
Psychologist. 1969. 24. &. 734-735.
- 143 - MASLOW, A. H. Toward a psychology of being. New York :
Van Nostrand. 1962.
- 144 - Maslow, A. H. The Further reaches of Human Nature.
New York The VIKING PRESS, 1971.
- 145 - MASON, F. W. Without , within. A Division of Wadsworth
Publishing Company, INC. U.S.A. 1973
- 146 - MCKEACHIE, W.J. & DAYLE, L. Psychology. Second
printing. U.S.A. Addison-WESLEY publishing
Company INC. 1967.
- 147 - MCDAUGAL, W. An introduction to social psychology.
New York: Barnes & Noble 1961.
- 148 - MEAD, M . From the south seas. New York: Norton,
1939.
- 149 - MELTZER, H. & LUDWIG, D. Positive mental health of
workers as related to men by optimism,
work competency and erscribed values.
Psychological Abstract 1971 Vol. 46
N.3. 5265.

- 150 - MILHAM, J. & ATHERS. A Factor-Analytic conceptualization of Attitudes toward male and female Homosexuals. Journal of homosexuality 1976.2.1.3-10.
- 151 - MUNN, N.L. Psychology. The fundamentals of human adjustment. New York: Houghton Mifflin, Company. 1966.
- 152 - MURRAY, H.A. Explorations in personality, New York: Oxford. 1938.
- 153 - NUEHRING, E.M. & Others. The gay college student: Perspectives for mental health professionals. Counseling Psychologist. 1974.4.4.64-72.
- 154 - PRESTON, G. The substance of mental health. New York Rinehar & Co. 1943.
- 155 - PRITCHOVD, M.C. The contributions of Leta S. Hollingworth to the study of gifted children. In Witty (ED.) The gifted child. D. c. Heath and company. 1951.

- 156 - RIEGER, E.N. & DERRIES, G.A. Childmental Health specialist : New perfession. In Year Book of psychiatry and applied mental bealth. 1975. U.S.A.
- 157 - RIEGER, E.N. & DERRIES, Toward a theory of creativity In H. Amerson(ED.) Creativity and its cultivation. New York: Harper and Row, 1959.
- 158 - ROSSMAN, B. Congitive, motivational and temperamental indicants of creativity. D.A.I. 1973 Vol.31, 10-B. 63301? 1973.
- 159 - ROOSEVELT, E. You learn by living New York: Harper & Brothers pubilshers. 1960.
- 160 - RYCHLAK, F.J. Is a concept of " self " necessary in psychological theory, and if so why? A humanistic perspective. In A. wandersman and others humanism and behaviorism New York: pergamon Press, INC. 1976.
- 161 - SKINNER, B.F. Humanism and behaviorism. In P. Matson W. (ED.) without, within. A DIVISION. of wathswoth publishing company, INC. U.S.A. 1973

- 162 - SKINNER, B.F. & MATSON, W.F. Humanistic behaviorism.
An exchange. In F. Masten W. (ED.)
Without, within. U.S.A. Adivision of
Wathswoth pulishing company, INC.1973.
- SHAWEN, B. Toward a concept of the normal person-
ality . In Zax and Stricker (Eds.) The
Study of Abnormal Behavior . NEW York:
Macmillan Co., 1965 .
- 163 - TERMAN,L.& ODEN,M. The gifted child grows up. stanford
(col.) stanford university press,
2ed. 1948.
- 164 - TERMAN,L. etal. The gifted Grows Up. Twenty five years
follow up of a superior group, genetic
studies of genius. VOL. 11 stanford:
University press 1947.
- 165 - TRAPP, P. & HIMELSTEIN,P. Reading on the exceptional
child. London: Methuen & co LTD,
1962.
- 166 - TORRANCE, E.P. Guiding creative talent. Englewood
cliffs, New York: Prentice hall, 1963
- 167 - VILMANN, I, KRASNER, L Psychological approach to
abnormal behavior. Englewood cliffs,
New Youk: Preantice-Hall, 1969.
- 168 - WRIGHT, L. Components of Positive mental health.
Journal of Consulting and clinical
psychology. 1971.36. 2:27-30.

- 169 - WATSON, J.B. BEHAVIOUR: An introduction to comparative psychology, New York: Holt, Rinehart and Winston, 1914.
- 170 - WATSON, J.B. Psychology, From the standpoint of a behaviourist, Philadelphia and London: Lippincott company, 1919.
- 171 - WATSON, J.B. Behaviorism. University of Chicago: Chicago Press, 1930 .
- 172 - WALLACH, M. and KOGAN, N Modes of thinking in young children: A study of creativity-intelligence distinction. New York : Holt, Rinehart and Winston, INC. 1965.
- 173 - WARD, V. Education the gifted. Virginia: Charles, E. Merrill Books, INC. Columbus, Ohio, 1961.
- 174 - WILLIAMSON, R.C. socialization, mental health and social class. A Santiago sample. Psychological Abstracts. 1976 vol, 56.N3.4166.

- 175 - WINTHROP, H. Ahumanistic psychology is Born. in R: Guthrie. (ED.) Psychology in the world to day. London: Addison-wesley publishing INC. 1968.
- 176 - WITTY, P. Reading in modern Education, New York: Offices Boston GGYRIGHT, 1949.
- 177 - WITTY, P. Nature and extent of educational Provisions for the gifted . In P. Witty (ED.) The gifted child. New York : D.C. Health and company, 1951.
- 178 - YAMAMOTO, K. HEALTHY Students in the college environment. Personnel Guidance J. 1970.48.10.809-816.

-\$-
\$

الملاحق
=====

مقياس من . ن . س للراشدين
(دراسة الأشرطة)

اعداد

نبيه ابراهيم اسماعيل
مدرس مساعد بكلية التربية
جامعة المنوفية

اشراف

دكتور ابراهيم قشش
مدرس الصحة النفسية بكلية التربية
جامعة عين شمس

الأستاذ الدكتور عبدالسلام عبدالغفار
عميد كلية التربية وأستاذ الصحة النفسية
جامعة عين شمس

١٩٧٨

تعليمات :-

.....

يعرض عليك فيما يلي مجموعة من العبارات يعبر كل منها عن رأى يمكن أن نختلف

بشأنه فيما بيننا . المرجو أن تقرأ كل عبارة بعناية وتحدد رأيك وموقفك بشأنها بحيث :

(أ) تضع علامة (x) تحت الخانة (نعم) الموجودة أمام العبارة اذا كنت توافق عليها .

(ب) تضع علامة (x) تحت الخانة (لا) الموجودة أمام العبارة اذا كنت لاتوافق عليها .

أما اذا وجدت نفسك غير قادر على أن تحدد موقفك من عبارة ما فعليك أن تضع

علامة (x) تحت الخانة (؟) .

لاحظ أنه لا توجد اجابات صحيحة وأخرى خاطئة ، فهذه العبارات تمثل

آراء يمكن أن نختلف جميعا فيما بيننا بشأنها والاجابة تعتبر اجابة صحيحة طالما

أنها تعبر عن حقيقة رأيك .

وشكرا على تعاونك ،،،

البيان	مسل	الجان
لأحرص عادة على مواعيد العمل الرسمية •	١	ت
أحرص على مسايرة رأي الناس فيما يمكن أن أقوم به من أعمال •	٢	
أحرص على أداء ما يسند الى من أعمال حيثما أتفق •	٣	
لا أبالي بأية مشقة يمكن أن أتحمّلها كي أذهب الى عمل في الموعد المقرر •	٤	
يضيقني انصراف من حولي عن عملهم •	٥	
أعاون زملائي كي يحققوا مستوى أداء أفضل في عملهم •	٦	
أحرص على اتقان عملي بصرف النظر عما يدره من طائد مادي •	٧	
أقبل توجيهات غيري برضا وسرور طالما يترتب عليها مستوى أداء أفضل في مجال العمل •	٨	
لا أهتم بمقابلة كل جديد يظهر في مجال عملي •	٩	
أشعر بالرضا عن نفسي عندما أصل في عملي الى مستوى ممتاز •	١٠	
ألتزم باتمام أيقاع عمل تسند الى •	١١	
أشعر بالرضا عن نفسي عندما أنجز عملا يعتبره الآخرون عملا صعبا •	١٢	
أبذل كل جهدي كي أصل في عملي الى مستوى أفضل •	١٣	
أنصرف عن أداء الأعمال الصعبة •	١٤	
أنتحل الأعداء التي تسمح لي بالتنقيب عن العمل •	١٥	
يضيقني تنقيب عن عملي •	١٦	
أحرص على مقابلة كل جديد في مجال عملي •	١٧	
سرطن ما أشعر بالملل عندما أشرع في ممارسة عملي ما •	١٨	
أأخذ موقف المحايدة تجاه أية سلبيات يمكن أن تصوق تقدم العمل •	١٩	
أحرص على اتمام ما أقوم به من عمل مهما كلفني ذلك من جهد •	٢٠	
لا أتخيب عن عملي الا في الظروف الصعبة •	٢١	
يعجبني الروح الجماعية في العمل •	٢٢	
يضيقني أية سلبيات تصوق تقدم العمل •	٢٣	
أشجع الايجابيات التي تساعد على حسن تقدم العمل •	٢٤	
أحب أن أصل في عملي الى مستوى لم يسبقني اليه غيري •	٢٥	
أبذل كل جهدي في كل ما يسند الي من الأعمال •	٢٦	
أحرص على مسايرة المستويات الموضوعة للعمل دون محاولة تجاوزها أو	٢٧	

الجانب	مسلسل	المبارة
	٢٨	بضايقتنى سماح أئيسة انتقادات توجهه الى في العمل •
	٢٩	أحرص على اتقان ما أقوم به من عمل •
	٣٠	أقبل عن طيب خاطر أية انتقادات ببناءة توجهه اليّ في عملي •
ق.٥	١	نا درا ما أجد وقتا أمارس فيه هوايتي المحببة •
	٢	أمارس هوايتي بانتظام •
	٣	أرحب بالذهاب الى أي مكان يصلح لأن أمارس فيه هواياتي •
	٤	أبذل كل جهدي لاستثمار مaldi من قدرات •
	٥	أسعى باستثمار الى معرفة ما يساعدني على الاستفادة من قدراتي •
	٦	لا أبالي بمدى الجهد الذي أبذله في ممارسة هواياتي •
	٧	لا أقبل أيقا أعطال تتجاوز حدود ما لدي من قدرات •
	٨	لأهتم بالتفكير فيما تتطلبه الاعمال التي أقوم بها من قدرات ومكانات •
	٩	أبذل قدرا محدودا في استثمار مaldi من قدرات •
	١٠	يستهيوني استثمار مaldi من قدرات في مجالات متعددة •
	١١	لا يمنع عدي أن أدفع من نقودي في بعض الأحيان لأمر يمكن أن تنمى قدراتي •
	١٢	أقضى وقتا طويلا في تنمية ما لدي من قدرات •
	١٣	أنتظر انتهاء وقت العمل بفارغ الصبر حتى يمكن أن أنصرف عنه لأمر أخرى •
	١٤	أحرص على مراعاة تقاليد المجتمع أثناء ممارسة هواياتي •
	١٥	أحب أن أقضى في عملي أطول فترة ممكنة •
	١٦	أحرص على أن أبذل في عملي أقصى جهد ممكن •
	١٧	لأهتم بتخطيط أيقا أعمال تسند الي أو أقوم بها •
	١٨	أجتهد كي أصل في عملي الى مستوى يميزني عن الآخوين •
	١٩	أحب أن أخطط كل ما أقوم به من أعمال •
	٢٠	أشعر أنني أبذل جهدا لا يكاد يذكر في تنمية قدراتي •
	٢١	أحرص على استثمار مaldi من قدرات ومكانات •
	٢٢	أسعى باستمرار لتنمية قدراتي •
	٢٣	أحرص على الاستثمار في الصحة التي يمجز غيري عن أدائها •

الجانِب	سلسل	المسألة
	٢٤	أصحى لتوظيف قدراتي فيما يفيد الجماعة •
	٢٥	أنصرف عن أداء أي عمل يحجز غيري عن القيام بها •
	٢٦	لا أهتم بتوظيف ما لدي من قدرات ولمكانيات فيما يفيد الجماعة •
أ • ن	١	أواجه الفشل في كثير من الأهداف التي أضعتها لنفسى •
	٢	لا أضع لنفسى عادة مستويات أحرض على بلوغها فيما أقوم به من أعمال •
	٣	أشعر بالسعادة عندما أقوم بعملى حسب المستوى المطلوب •
	٤	لا أحظى بتقدير الجماعة على ما أقوم به من أعمال •
	٥	أبذل كل جهدى كي أصل فى عملى الى مستوى من النجاح سبق أن وضعتة لنفسى •
	٦	أشعر بالرضا عن نفسى عندما أتأدية أعمال تسند الى •
	٧	كثيرا ما يحدث أن أتوقف دون مواصلة العمل الذى بدأته •
	٨	ألزم نفسى بمستوى معين للنجاح فيما أقوم به من أعمال •
	٩	أحرص على تحقيق ما أضعه لنفسى من أهداف •
	١٠	أشعر بأننى ليس لى أهداف ذات قيمة أسمى لتحقيقها •
	١١	يستهوبنى ممارسة الأعمال التى تجلب لى تقديرا لآخرين •
	١٢	لا أهتم بالوصول الى مستوى معازيما أقوم به من عمل •
	١٣	أحرص على مسايرة المستويات الموضوععة للنجاح •
	١٤	أحرص على مواصلة أعمال مقبولة اجتماعيا أشهر من خلالها بالنجاح •
	١٥	لا أبخل ببذل أية مجهودات فى العمل •
	١٦	أبذل أقصى جهدى من أداء الأعمال التى تجلب لى السعادة •
	١٧	أشعر بالراحة عندما أنتهى من أداء العمل الذى أقوم به حسب المستوى المطلوب •
	١٨	أحرص على تجديد مستويات نجاحى باستمرار •
	١٩	سرتان ما أنسى الأعمال التى أجتزتها بنجاح •
	٢٠	لا أتوقف عندما مستوى معين فيما أقوم به من عمل •
	٢١	أحرص على تكرار الأعمال التى أشعر أنها موضع تقدير الآخرين •
	٢٢	أطرد الاشغراك فى الأعمال التى حققت فيها نجاحا من قبل •
	٢٣	أشعر بالدهشة عندما أهدى عملا ما بالمجاز •

الجانب	مسلسل	المبــــــــارة
	٢٤	أركز جهدي فيما أقوم به من عمل حتى أصل فيه الى نتيجة أرتضيها •
	٢٥	أحب ممارسة الأعمال التي تحظى برضا الآخرين أو استحسانهم •
	٢٦	إذا كان بذل الجهد هو شرط النجاح فأنني أفضل عد هذا الجهد •
	٢٧	أشعر بالنجاح عندما أنجز عملاً أخفق فيه الآخرون •
ط • م	١	ألتزم في تصرفاتي باحكام خاصة تحدد وجهة نظري في الحياة •
	٢	أحكم قيمي واتجاهاتي فيما يصدر عني من سلوك •
	٣	يأتي سلوكي في كثير من الأحيان متعارضاً مع المبادئ والتقاليد •
	٤	أحتكم الى قيمي الذاتية في أية مواقف يمكن أن أتخذها في الحياة •
	٥	ألتزم دائماً في سلوكي بقيم أتبنها لنفسي •
	٦	أحرص على أن يأتي سلوكي متفقاً مع قيم المجتمع وعاداته وتقاليده •
	٧	لا أتخلى عن قيمي الذاتية أمام أية هالجات شخصية •
	٨	أترجم مبادئ وقيمي في كل ما يصدر عني من سلوك •
	٩	أتخلى عن قيمي الخاصة أمام صمومة ظروف الحياة •
	١٠	أحرص على ثبات إطار القيمي في مواجهة مديات الحياة •
	١١	لا أهتم بموضوع القيم فيما يصدر عني من سلوك •
	١٢	يلتزم أصدقائي بقيم المجتمع وعاداته وتقاليده •
	١٣	أضحى بأي شيء عن طيب خاطر في سبيل مبدأ أعتقد بصحته •
	١٤	أشعر بعدم جدوى التمسك بقيم المجتمع أو عاداته وتقاليده •
	١٥	يرضيني أن يأتي سلوك الآخرين متفقاً مع قيم المجتمع الأصيلة •
	١٦	أرفض أي تناقض بين المبادئ أو القيم من ناحية والسلوك من ناحية أخرى •
	١٧	أتحين الفرص كي أغرس في الآخرين حب القيم والمبادئ •
	١٨	أشعر أن هناك تناقض بين قيمي وسلوكي •
	١٩	أبذل قصارى جهدي كي تتحول فلسفتي في الحياة الى سلوك •
	٢٠	أحرص على نشر ما أعتقد أنه صواب بين الآخرين •
	٢١	لا أهتم بتبرير فلسفتي في الحياة الى سلوكي •
	٢٢	أحرص على أن يأتي سلوكي متفقاً مع عرف المجتمع وتقاليده •
	٢٣	لا أهتم بمسايرة عرف المجتمع وتقاليده فيما يصدر عني من سلوك •
	٢٤	أكره خروج الآخرين عن قيم المجتمع وعاداته وتقاليده •

الجانب	مسلسل	العيسارة
	٢٦	أحرص على أن يكون لى عادات وتقاليد وألتزم بها فى سلوكى •
	٢٧	يحتل الجانب الأخلاقى أعمىة بالنفة فى حياتى •
	٢٨	أتمسك دائما بما لدى من قيم ومعتقدات مهمما كانت الظروف •
	٢٩	أسلك دائما وفق معتقداتى وقيوى الشخصية •
ترقى • ذ	١	كنت أتمنى أن أكون أفضل مما أنا عليه فى الجانب الجسى •
	٢	كثيرا لا أعتنى بتحقيق ما لدى من قدرات وامكانات •
	٣	أشعر بالرضا عما لدى من قدرات وامكانات •
	٤	أشعر بالسعادة عندما أصادف عملا يتفق مع امكاناتى •
	٥	أشعر بالرضا عما أنا عليه من صفات وخصائص جسمية •
	٦	أسلك دائما على النحو الذى يحقق ما لدى من قدرات وامكانات •
	٧	أشعر بحرج شديد عندما أضطر لحضور مناسبة اجتماعية تجممنى بالآخرين •
	٨	أشعر براحة عندما أحقق ما لدى من قدرات وامكانات •
	٩	أشعر بعدم الرضا عن المستقبل المهنى الذى اخترته لنفسى •
	١٠	أتخين الفرص كى أخلو بنفسى بممثل عن أفراد أسرتى •
	١١	أقع دائما بخطر الحياة ومرفها •
	١٢	أشعر بالراحة بين أفراد أسرتى •
	١٣	سرطان ما تهترثقتى بنفسى عندما أفضل فى عمل كنت أتصور قدرتى على انجازه •
	١٤	لا أبالى بالنقد الذى يمكن أن يوجه الى مظهرى الخارجى •
	١٥	فى كثير من الأحيان أشعر أن الأقدار لم تعطنى ما أستحقه من قدرات وامكانات •
	١٦	لا أتردد فى حضور الفعاليات الاجتماعية التى تجممنى بالآخرين •
	١٧	أشعر بكفايتى للعمل على قدم المساواة مع الآخرين •
	١٨	أشقى فى قدرتى على مواجهة الصعوبات التى تعترضنى فى الحياة •
	١٩	أشعر بالضيق عندما أجد زملائى يفضلوننى فى جانب أو أكثر من جوانب الخيساة •
	٢٩	أنا قادر لى الخيار ما طلبت قدرات وامكانات أكثر مما لدى •

المبــــارة	مسلسل	الجانب
• لأبالي بانتقاد الآخرين لما يصدر عني من تصرفات •	١	ث • ف
• أهتم عادة برأى الآخرين في مظهرى الشخصى •	٢	
• لأأهتم برأى الناس فيما أقدم عليه من أعمال •	٣	
• أتردد قبل الاقدام على عمل حذر الآخرون من الاقبال عليه •	٤	
• أوأصل اتمام العمل الذى بدأته مهما صادفنى فى ذلك من عقبات •	٥	
• أعتقد أن الانسان ينبغي أن يتقبل الأموالواقع على ما هو عليه •	٦	
• أحرص على استشارة الآخرين فى كل ما يصادفنى من مشكلات •	٧	
• يضايقنى تردد الآخرين فى مواجهة ما يصادفونه من مشاكل •	٨	
• أشعر بقدرتى على مواجهة مواقف الحياة المتغيرة •	٩	
• أرحب بالعدل الذى يسند الى ضد ما أشعر أن فيه شيئاً صعباً •	١٠	
• أشعر بعدم قدرتى الذاتية على مواجهة المشكلات التى تعترضنى •	١١	
• أستمر فى أداء ما أقوم به من عمل برغم اعتراضات الآخرين عليه •	١٢	
• أتأثر عادة بانتقادات الآخرين لما يصدر عني من تصرفات •	١٣	
• أحرص على تسيير أمورى بنفسى دون كثرة الرجوع الى الآخرين •	١٤	
• أحرص باستمرار على معرفة رأى الناس فيما أقوم به من أعمال •	١٥	
• لا أتردد فى القيام بما أعتقد أنه صواب بصرف النظر عن موقف الآخرين •	١٦	
• أحرص على سرعة الهت فيما يصادفنى أو يعترض طريقى من مشكلات •	١٧	
• أشق على قدرتى الذاتية على مواجهة مشكلات تعترضنى •	١٨	
• أتخذ باستمرار وقت الحق مهما ترتب على ذلك من غناء •	١٩	
• أشعر بالحيرة ازاء مواقف الحياة المتغيرة •	٢٠	
• أسلك دائماً وفق ما أعتقد أنه صواب •	٢١	
• أشعر بأن الانسان لديه قدرة لانتهائية على تخطى ما يعترضه من عواقب أو عقوبات •	٢٢	
• أستطيع أن أواجه ما يعترضنى من عقبات مواجهة مباشرة دون خوف •	٢٣	
• أوتردد •		
• أحرص على ارجاء حل ما يصادفنى من مشكلات أطول فترة ممكنة •	٢٤	

العبارة	مسلسل	الجانب
أشعر بأننى غير قادر على مواجهة مشكلات حياتى •	١	قد • ل
أتقبل الفشل الذى أصادفه على أنه أمر طبيعى •	٢	
أنسى بسرعة مواقف الفشل التى مرت بيها فى حياتى •	٣	
لا يعنى الفشل عندى استحالة تحقيق النجاح ولكنه عثرة فى الطريق •	٤	
أحرص على الاستفادة من مواقف الفشل التى تحدث فى حياتى •	٥	
عند ما أفضل فى عمل معين أطوّد تكرار القيام به مرة أخرى •	٦	
أقطع صلتى بمواقف الفشل بمجرد حدوثها فى حياتى •	٧	
أحرص على عدم معاودة القيام بعمل سبق أن فشلت فيه •	٨	
أحرص على سرعة نسيان مواقف الفشل التى أعيشها دون أن أعمل على الاستفادة منها •	٩	
ينبغى ألا يحاول الانسان القيام بأعمال سبق أن فشل فيها •	١٠	
كثيرا ما تخوننى أعصابى عند ما أصادف فشلا فى تحقيق هدف كنت أتمنى تحقيقه •	١١	
أواجه مواقف الفشل التى أصادفها بهدوء وأصحاب يحمدنى عليه الكيرون •	١٢	
أتذكر مواقف الفشل التى أعيشها على قدر استفادتى منها •	١٣	
لا أستطيع أن أتقبل الفشل الذى أصادفه على أنه أمر طبيعى •	١٤	
كثيرا ما أبالغ فى تضخيم عواقب ما يصادفنى من فشل •	١٥	
أقبل على ممارسة الأعمال الجديدة دون خوف مما قد يصيبنى فيها من فشل •	١٦	
أشعر أننى قادر على تجاوز آثار ما قد يصيبنى من فشل فى حياتى •	١٧	
لا أستعيب الفشل ولكنى أحرص على عدم تكراره •	١٨	
أعتقد أنه ليس هناك فشلا أبديا •	١٩	
أعتقد أن أطول الخبرات عمرا فى حياة الانسان ما كان منها مسبقا بفشل •	٢٠	
أحرص دائما على الاستفادة من أية مواقف أخفق فيها •	٢١	
أشعر بلذّة كبيرة عند ما أنجح فى بلوغ هدف صعب سبق أن فشلت فيه •	٢٢	
لا أتجاهل امكانية الوقوع فى الخطأ فيما أتخذه من قرارات •	٢٣	
كثيرا ما أتضايق عند ما أكتشف عدم ملائمة قرار سبق أن اتخذته •	٢٤	

المسألة	مستسلسل	الجانب
يضايقنى تكرار وقوعى فى نفس الخلل مرة أخرى •	٢٥	
أستطيع أن أقدم على مواجهة المشكلات التى يتهرب منها الآخرون •	٢٦	
أشعر أننى أفقد أعصابى لآثفه الأسباب •	١	ضبط
يشهد لى كليون بهدوء الأعصاب •	٢	
تستهيبنى باستمرار لذات الحياة •	٣	
أشعر بالضعف أزاء لذات الحياة •	٤	
أشعر بقدرتى على ارجاء حاجاتى الجنسية لحين وقتها المناسب •	٥	
أنسى واجباتى والتزاماتى فى حمة انشغالى بأنواع اللهو والموح •	٦	
أشعر بسهولة استشارتى جنسيا •	٧	
أحرص على الاعتدال فى الاستمتاع بلذات الحياة •	٨	
يضايقنى تهور البعض فى معالجة أمور الحياة •	٩	
أحرص على مواجهة المواقف المشيرة بأعصاب هادئة •	١٠	
أستطيع أنى أتحكم فى انفعالاتى مهما صادفت من مواقف مشيرة •	١١	
أحرص على الالتزام بقيم المجتمع فيما يتعلق بما لى من دوافع جنسية •	١٢	
أستطيع أن أجد سبيلا مناسبة لاشباع حاجاتى الجنسية •	١٣	
أحتفظ بهدوء أعصابى أزاء المواقف المشيرة فى الحياة •	١٤	
أتردد فى الاقبال على أخذ نصيبي من لذات الحياة •	١٥	
أشعر أننى غير قادر على ضبط مشاعرى تجاه مفريات الحياة •	١٦	
أفكر كثيرا قبل الانغماس فى لذات الحياة •	١٧	
تصعب استشارتى بسهولة أزاء مواقف عيلة المشيرة •	١٨	
لا أنقاد كثيرا وراء أقاربى اذا ما وقعوا فى مشكلة •	١٩	
يشيرتى ما يصدر عن البعض من تصرفات بسيلة (تافهم) •	٢٠	
أحرص على الأخذ من كل لذة بمقدار دون أن أتمادى أو أسرف فى أى منها •	٢١	
أتردد قبل الاسهام فى أية جهود مشتركة يترتب عليها خير الناس •	١	عش
أستطيع أن أعبء بسلوكى عن صداقتى للآخرين •	٢	
أحرص على معاملة الناس بالحسنى •	٣	
أقضى معظم وقتى فيما يعود بالنفع على الغير •	٤	

العنوان	مسلّم	الجانب
أسمى لتقديم مساعدتي لكل من أشعر انه في حاجة اليها •	٦	
لا أبخل بأي جهد يمكن أن يعود بالخير على الآخرين •	٧	
لا أهتم بمجادلة الآخرين محبتهم لسي •	٨	
أسعد عندما أشعر بصدق معاملته الآخرين معي •	٩	
أشعر بالاشباع عندما أقدم الحب للآخرين وأتقبله منهم •	١٠	
أحرص باستمرار على صالحة الآخرين محبتهم لي •	١١	
أرحب بالامهات في بذل جهود مشتركة يترتب عليها المنفعة للآخرين •	١٢	
لا أدري كيف أعبر بسلوكي عن صداقتي للآخرين ومودتي نحوهم •	١٣	
أضعف أمام مشاعر الحب التي يهد بها الآخرون نحوي •	١٤	
أرفض الترحيب باقتسام ما لدي من أشياء مع الغير مهما بلغت حاجتهم اليه •	١٥	
أتردد قبل الاقدام على الاشتراك في الأعمال الخيرية •	١٦	
أرحب باقتسام ما لدي من أشياء عن طيب خاطر مع الغير •	١٧	
لا أتردد في تقديم مساعدتي لمن يحتاج اليها •	١٨	
أتجنب الاشتراك في أية جهود خيرية •	١٩	
أحرص على الاستفادة الكاملة من كل ما لدي من أشياء •	١	زج
أشعر أنني غير قادر على اقامة نوع من التوازن بين مختلف جوانب حياتي •	٢	
ألتزم بالاعتدال عندما أكون بصدد اشباع حاجاتي •	٣	
نادرا ما أفكر في الغد أولن أعمل حسابا له •	٤	
أعمل على أن أكون معتدلا باستمرار فيما أبذله من جهد ونشاط •	٥	
أشعر بقدرتي على التوفيق بين دوافعي المتعارضة •	٦	
لا أتجاهل " الغد " في مساعي لمواجهة مطالب الحياة •	٧	
أحرص على تقسيم وقتي بين العمل ومجالات اللهو •	٨	
لا أهمل الترويح أو الترفية عن نفسي مهما بلغت كبر مشاغلي •	٩	
أكره (التطرف) أو (المبالاة) في أي جانب من جوانب الحياة •	١٠	

العبارة	مسلسل	الجاناب
أحرص با استمرار على اقامة التوازن بين جوانب حياتى المختلفة •	١٣	
أعمل با استمرار على أن أوزع د خلى بالعدل بين متطلبات حياتى •	١٤	
أحرص با استمرار على اعطاء كل ذى حق حقه •	١٥	
لا أسرف ن تناول طعام ما مهما بلغت درجة شوقى اليه •	١٦	
أشعر أننى أعيىر حياتى للمصل •• والمصل فقط •	١٧	
أحب الترفيه عن نفسى من وقت لآخر ومكان تادى •	١٨	
أنسى ن زحمة العمل التوفية عن نفسى •	١٩	
أنهضت العمل الى وقت متأخر من الليل •	٢٠	
لأهتم براحتى عندما أكون مشغولا فى عمل معين •	٢١	
		ص • ع
كثيرا لا أتحصن للدفاع عن ما أرى أنه صواب فى موقف الآخرين •	١	
أشعر أن لدى القدرة على قول الحق فى كل الظروف •	٢	
أثبنى رأيا ثابتا تجاه أمور الحياة يتفق مع فلسفتى فيها •	٣	
أشعر أننى غير قادر على قول الحق فى كل الأوقات •	٤	
أتمسك بما أعتقد أنه صواب بالنسبة لنفسى •	٥	
أحرص على تسيير مبادئى بما يتفق مع مصلحتى الشخصية •	٦	
أدافع عما أعتقد أنه صواب فى موقفا الآخرين •	٧	
أحرص على أن أغير آرائى تبعا لتغيير الظروف •	٨	
ألتزم بصدق القول مع أصداقائى حتى اذا أغضبهم ذلك •	٩	
أقبل على السلوا الذى ترتضيه نفسى أو أكون مقتنعا به •	١٠	
فى بعض المواقف تضطررى بمغزى المواقف الى الخروج عن مبادئى فى الحياة •	١١	
أمتنع عن ممارسة الأعمال التى تتعارض مع مالى من قيم •	١٢	
أحرص على الوفاء بما أعدت مهما كلفنى ذلك من جهد •	١٣	
أحب مصادقة من يلتزم فى مسلكه بصدق القول والمصل •	١٤	
أحرص على ألا يكون هناك تناقض بين أقوالى وأفعالى •	١٥	
أشعر بعدم قدرتى على تحقيق نوع من التوافق بين أعمالى وأقوالى •	١٦	
أحرص على أن أتسامل مع الناس بوضوح وبلا التواء •	١٧	
لا أتردد فى الاختلاف مع صد يقى المفضل عندما ألاحظ فى مسلكه	١٨	

المباراة	مسلسل	الجانب
لا أتردد في قول الحق حتى وإن كان على نفسي •	١٩	
أشعر بالراحة في الالتزام بالصراحة عند التعامل مع الآخرين •	٢٠	
أتردد في قول الحق حتى لا أغضب أحدا من المحيطين بي •	٢١	
أحرص على أن تكون أهدافي والحياة واضحة ومحددة •	٢٢	
أعلن رأيي صريحا حتى إذا ترتب على ذلك غضابة أحب الناس إلى نفسي •	٢٣	
أشعر أن الوفاء قد أصبح عمله غير موجودة في هذه الأيام •	٢٤	
أعتقد أن الصراحة تمتد وسيلة غير مجددة في أيامنا هذه •	٢٥	
لا أعرف كيف أحدد أهدافي والحياة •	١	قد • هـ
أحرص على أن تكون مطامحي في حدود قدرتي على تحقيقها •	٢	
أبتعد عن العمل في أي مجالات لا تتفق مع مبادئ من قدرات •	٣	
أحرص على أن أحدد أهدافي بدقة •	٤	
في بعض الأحيان أشعر بعدم قدرتي على تحقيق التوازن بين أهدافي ومطامحي •	٥	
لا أعرف كيف أختار مجالات العمل التي تتفق مع قدراتي •	٦	
يشهد لي أصدقائي بمدى الناصر •	٧	
لا أت المع لشغل مركز أو منصب أشعر أنني غير قادر على مطالباته •	٨	
أستلجح أن أضع خطاطي على نحو لا يتعارض مع أهدافي •	٩	
نادرا ما أهد إلى تخطيط ما أقوم به أو يسند إلى من أعمال •	١٠	
أحرص على تنظيم أمور حياتي الشخصية •	١١	
أسعى لاستخدام عبارات ذات معاني واضحة •	١٢	
أحرص على تخطيط ما أقوم به أو يسند إلى من أعمال •	١٣	
أجد نفسي في كثير من الأحيان عاجزا عن إدراك معنى حياتي أو الهدف منها •	١٤	
أحرص قبل اتخاذ أي قرار على أن أعرف كل ما يرتبط به من معلومات •	١٥	
لا ألتزم بتحقيق أي أهداف ينصها الآخرون لي •	١٦	
أتمسك بتحقيق أي خطط وضعتها لنفسي •	١٧	

المبــــــــــــــــارة	مسلسل	الجانب
أعرف جيدا ما أريد تحقيقه في حياتي من أهداف •	١٨	
أشعر بعدم قدرتي على تحقيق ما أضعه لنفسى من أهداف •	١٩	
أفكر جيدا فيما أضعه لنفسى من أهداف حتى تاون هذه الأهداف ذات قابلية عالية للتحقيق •	٢٠	
أظننى في حياتى الشخصية من سوء التنظيم •	٢١	
أفضل التخطيط لأهدافى قبل الشروع في تنفيذ أى منها •	٢٢	
أحرص على أن تكون أهدافى واضحة •	٢٣	
أقبل على الحياة في حيوية ونشاط •	١	حسن • ف
كثيرا ما أستسلم لما يعترضنى من مصاعب وعقبات •	٢	
أشعر أن الحياة رحلة جميلة تستحق الاقبال عليها •	٣	
أقبل بانسراج على ما يسند الى من أعمال جديدة •	٤	
أواصل مسيرتى في الحياة بثقة رغم ما يمكن أن يعترضنى فيها من مصاعف •	٥	
أشعر بعدم وجود مشكلة تستعصى على الحل •	٦	
لا أعتقد أن هناك فشلا أبديا •	٧	
أحرص على ممارسة هواياتى في مواعيدها •	٨	
لا أستسلم لأى فشل يصادفنى •	٩	
نادرا ما أشعر بالتعب خلال ممارسة عملى اليومى •	١٠	
كثيرا ما أشعر بالتشاؤم في كثير من الأحيان •	١١	
أشعر أننى أعيش حياة عميقة بلا هدف أو معنى •	١٢	
أشعر أن آمالى تتجدد كل يوم •	١٣	
نادرا ما أستسلم طويلا لأية آلام أو أحزان أصادفها •	١٤	
سرطان ما أشعر بالتعب بمجرد البدء في أداء عمل ما •	١٥	
ينتابنى في كثير من الأحيان شعور بالكآبة •	١٦	
لا أياس من امكانية حل المشكلة تمترض طريقى •	١٧	
أشعر أنه هناك مشكلات كثيرة تستعصى على الحل •	١٨	
كثيرا ما أشعر بالحزن بلا علة وأسباب معروفة •	١٩	
نادرا ما يعرف التشاؤم طريقه الى نفسى •	٢٠	

الجانب	مسلسل	المبــــــــــــــــارة
	٢٢	أتردد كثيرا قبل الاقدام على أى عمل جديد .
ص . ع	١	أشعر أننى غير قادر على أن أمضى قدما في تحقيق أهدافى .
	٢	أواصل جهدى باستمرار كي أصل الى الهدف الذى وضعتة لنفسى .
	٣	سرطان ما أشعر بالتعب عندما أبدأ فى إنجاز عمل معين .
	٤	لا أبالى بأية مصاعب ومشقات أصادفها فى سبيل تحقيق هدف أسعى اليه .
	٥	لا أستسلم لأية معوقات تعترض لريقى فى الحياة .
	٦	لا أبخل بأى جهد أو مال يكون على أن أبذله فى سبيل تحقيق أهدافى .
	٧	كثيرا ما أتوقف عن بذل الجهد فى هدف معين عندما أشعر أن احتمالات نجاحى فيه تبدو ضعيفة .
	٨	لا أشعر باليأس فى سببى لتذليل ما واجهت من صواب .
	٩	أعتقد أن كل ما يمكن أن يصل اليه الانسان مقدر ومكتوب .
	١٠	لن يستطيع الانسان مهما سعى أن يصل لما هو أشرف المقدر له .
	١١	لا أعتقد بصحة مبدأ المستحيل .
	١٢	ليس هنا كما يدعو الى مواصلة بذل الجهد . فكل شىء مقدر ومكتوب .
	١٣	أعتقد أن أى هدف يمكن تحقيقه بشىء من المعاناة والصبر .
	١٤	أعتقد بصحة مبدأ (المستحيل) حيث أن هناك حدودا معينة يتوقف عندها الفرد ولا يستطيع أن يتخطاها .
	١٥	أتجنب الأهداف التى تحتاج من الانسان الى بذل الجهد فى بلوغها .
	١٦	أتمسك بالهدف الذى فشلت فيه مرة وأثابر حتى أصل الى تحقيقه .
	١٧	ألتزم فى مسلكى بقول الشاعر: وما نيل الدالاب بالتفنى . . . ولكن توخذ الدنيا غلبا .
	١٨	سرطان ما أتخلى عن الهدف الذى فشلت فيه مرة .

الجانب	سلسل	البيــــــــارة
	١٩	أحشد كل مالى من امكانياتكى أنجح و تحقيق هدف أريد .
	٢٠	أشعر بقدرتى على تخطى الحواجز التى يمكن أن تحول دون تحقيق ما أريد .
	٢١	يستطيع الانسان بالجهد والمثابرة أن يحقق لنفسهكل ما يريد .
ق . ت	١	أشعر بعدم قدرتى على التوفيق بين الأذوار المتعددة التى أقوم بها فى الحياة .
	٢	أرحب بسماع أى نقد يوجه لى أقوم به من أعمال .
	٣	أحرص على تجنب المواقف التى تتطلب منى القيام بدورالمؤوس .
	٤	أحرص على اتباع القواعد الموضوعه للمصل الذى أقوم به .
	٥	يصعب على التراجع عن موقف اتخذته مهما ثبت خطأ من خلال المناقشة .
	٦	أحرص عند الاشتراك فى أى نشاط على الالتزام بالألار الذى اتفقت عليه مع الجماعة .
	٧	أحرص على عدم جرح مشاعر الآخرين عندما أقوم بتقديدهم .
	٨	أرحب بالقيام بأى عمل يسند لى فى أى نشاط جماعى طالما أن ذلك العمل يتفق معها لى من قدرات .
	٩	أحرص على أن أرى صدى لى أقوم به من أعمال فى نظروالآخرين .
	١٠	أشعر بالنسيق عندما أسمع أى نقد يوجه لى أقوم به من أعمال .
	١١	أقبل عن طيب خاطر مطالب رؤسائى فى المصل .
	١٢	لا يؤذنى سماع النقد الذى يوجه للأعمال التى أقوم بها .
	١٣	كثيرا ما أصر على رأى وأتمسكبه فى مواجهة أى رأى معارض .
	١٤	أجد صعوبة فى أن أقوم بدور (التابع) عقب قيامى بدورالقائد لفترة .
	١٥	ينتابنى ضيق شديد عندما أفشل فى شغل منصب قيادى كنت قد رشحت نفسى له .
	١٦	لا أوافق على التراجع عن أى رأى اتخذته مهما كانتالظروف .

مقياس مع ح لطلبة الجامعات
(كراسة الاسئلة)

أعداد

نبيهه ابراهيم اسماعيل
مدرس مساعد بكلية التربية جامعة المنوفية

أشرف

دكتور / ابراهيم قشقوش
مدرس الصحة النفسية بكلية التربية
جامعة عين شمس

أستاذ دكتور / عبد السلام عبد الشفار
استاذ الصحة النفسية وعميد كلية التربية
جامعة عين شمس

١٩٧٨

تعليمات:-

يمرر عليك فيما يلي مجموعة من العبارات يتصل كل منها بأمر أو موقف تختلف
وجهة نظر كل منا أزاءه ، الموجود منك ان تقرأ كل العبارات جيدا ثم تحدد موقفك
منها ، استمارة الاجابة المرفقه بحيث:-

(أ) تضع علامة (x) تحت الخانة (~~موافق~~) الموجوده امام رقم العبارة في استمارة
الاجابة اذا كنت توافق عليها أو
ص

(ب) تضع علامة (x) تحت خانة (~~غير موافق~~) الموجوده امام رقم العبارة في
استمارة الاجابة اذا كنت لاتوافق عليها أو
غ

(ج) تضع علامة (x) تحت خانة (~~غير متأكد~~) الموجوده امام رقم العبارة في
استمارة الاجابة اذا لم تستطع ان تحدد موقفك بشأنها
?

لاحظ انه لا توجد اجابات صحيحة وأخرى خاطئه ، فهذه امور تختلف فيما
بيننا بشأنها ، والاجابة تعبر صحيحة طالما انها تعبر حقيقة عن رأيك

وشكرا على تعاونك 66666

الجانب	مسلسل	المبارة
ح/ز/أ	١	هل تستطيع أن تفعل ما تريد دون خوف أو تردد ؟
	٢	هل تستطيع أن تتمسك بمرأىك في موضوع يختلف معك الآخرون فيه ؟
	٣	هل تضطر في بعض الأحيان إلى اتباع من فعل لم تكن تريد أن تفعله ؟
	٤	هل تنفذ ما يدور في ذهنك من أفكار خاصة قد تتعارض مع فكر الآخرين ؟
	٥	هل تتردد في الاتيان بعمل لم يتفق الناس على صحته ؟
	٦	هل تستطيع توجيه النقد لذوي السلطة دون تردد ؟
	٧	هل تستطيع أن تصبر عن أفكارك لم يخالفوك في الرأي ؟
	٨	هل تمارس ما تحب أن تفعله حسب ما تريد ؟
	٩	هل ترى أنه من الأفضل ألا تنطق برأى يرفضه الكثيرون ؟
	١٠	هل تختلف مع والدك في الآراء إذا موضوع ما ؟
	١١	هل يحدث في كثير من الأحيان أن تتقاد لأوامر من هو أكبر منك سناً ؟
	١٢	هل تحرص على أن تختار بنفسك الطريق الذي تعتقد أنه يحقق لك أهدافك ؟
	١٣	هل ترى أن تحقيق الأهداف يحتاج إلى ممارسة حريقالتنفيذ ؟
	١٤	هل لديك شجاعة التمسير عن آرائك إذا كانت تخالف آراء أشخاص تمتاز بهم ؟
	١٥	هل لديك القدرة على ابداء رأيك في موضوع ما دون التأثير بالآخرين ؟
أس/ذ	١	هل لديك القدرة على ابداء رأيك في موضوع ما دون التأثير بالآخرين ؟
	٢	هل تحب أن يقف بجانبك شخص معين بصفة مستمرة ليقدم لك نصيحاً أو رشاداً ؟
	٣	هل يصعب عليك أن تتخذ قراراً بنفسك في أمر يهمك ؟
	٤	هل تطلب المون دائماً من الآخرين لمساعدتك في حل مشكلات تواجهك ؟
	٥	هل تستطيع أن تجدي رأيك بصراحة في فكرة جديدة يتردد الآخرون في التحدث فيها ؟
	٦	هل تجد أنه من السهل عليك أن تطلب المون والمساعدة من الآخرين عندما تحتاج إلى ذلك ؟
	٧	هل تطلب دائماً من الآخرين عند تقدر

الجانب	مسلسل	المسألة
	٨	هل تشعر بالضيق عندما تجد أن الآخرين يحاولون اقتناعك بأفكار تشك في صحتها ؟
	٩	هل تجد نفسك في حاجة باستمرار إلى نصائح والدك ومساعدتهم لك في كل الأمور ؟
	١٠	إذا أخذ رأيك في موضوع ما + فهل تحتاج إلى معرفة رأي الآخرين في نفس الموضوع ؟
	١١	هل تستطيع أن تقدم نفسك لشخصية كبيرة دون وسيط أي أحد يقدمك إليها ؟
	١٢	هل تستطيع أن تضع تقريراً أميناً عن أعمالك بنفسك ؟
	١٣	هل تحتاج إلى مشورة الآخرين عندما تكون بصدد وضع خطة لمصك ؟
	١٤	هل لديك القدرة على مخالفة ما هو شائع بين الناس ؟
	١٥	هل تشعر بالارتباك عندما تدخل على مجموعة من الناس ؟
	١٦	هل تنتظر أو تتوقع مساعدة الغير في كل مشكلة تصادفها ؟
	١٧	هل ترفض على الدوام أن يمدنك الآخرون في مشاكلك ؟
	١٨	هل تحرص دائماً على أن تتخذ قراراتك بنفسك في كل أمر يهيك ؟
	١٩	هل تشعر أن لديك القدرة على أن تواجه مصاعب الحياة ومشاكلها بنفسك ؟
نفاخ	١	هل تقبل على قراءة الكتب والمجالات عديدة الصلة بمجال تخصصك الدقيق ؟
	٢	إذا كان لديك رغبة في التعرف على موضوع ما - فهل تفضل معرفته من كتاب على أن تسأل عنه ؟
	٣	هل تشعر برغبة من أن لا تخر للتعرف على الجدي من المعلومات ؟
	٤	هل تفضل قضاء ليلة تقرأ فيها بالمنزل على أن تقضي هذه الليلة في حضور حفلة مسلية ؟
	٥	هل تشعر بالرضا عندما تتاح لك فرصة لمزيد من التعلم والمعرفة ؟
	٦	هل تشعر برغبة في معرفة آراء كبار المفكرين في بعض القضايا الهامة ؟
	٧	هل تحرص على أن تقرأ كتب متنوعة دون التقيد بمجال تخصصك ؟
	٨	هل تسعى للتعرف على الأشياء التي تجهلها ؟

المبارة	معدل	الجانب
هل تشعر برغبة شديدة في زيارة بلاد مختلفين العالم %	٩	
هل تحب أن تنتقل بين أقطار متعددة ؟	١٠	
هل تحرص علي أن تتعرف على حقيقة الأشياء الجديدة التي تراها لأول مرة ؟	١١	
هل تشعر بالخجل عندما تكتشف كجهلك بمعلومة كان ينبغي أن تكون عارفا بها ؟	١٢	
هل تحرص باستمرار على متابعة أخبار العالم وأحداثه ؟	١٣	
هل تسمح لمعرفة كل جديد في مجال تخصصك	١٤	
هل يحدث أن يجذبك سماع موضوع محاضرة لا تعرف شيئا عن شخصية من يلقيها ؟	١٥	
هل يستهويك ارتياد الأماكن التي تجهلها ؟	١٦	
هل تشعر برغبة في التعرف على عادات وتقاليدها كثير من الشعوب ؟	١٧	
هل تشعر بقدر أكبر من الرضا كلما تزايد رصيدك المعرفي ؟	١٨	
هل تحرص علي أن تتجاوب باستمرار مع أي أفكار جديدة ؟	١٩	
هل تستطيع أن تميز بين مظاهر الحضارات الغربية العصرية ؟	٢٠	
هل تسمح للتنوع مجالات العمل التي تقوم بها ؟	٢١	
هل تحب أن تديش خيارات جديدة ؟	٢٢	
هل ترض أن يسند اليك عملا جديدا لم تقم به من قبل ؟	٢٣	
هل تميل الى ارتياد الأماكن التي لا يرغب في ارتيادها الكثيرون ؟	٢٤	
هل تحرص على معرفة كل جديد مهما كلفك ذلك من جهد وعناء ؟	٢٥	

الجانب	مسلسل	المباراة
ح . س	١	هل تحرص على عدم الاشتراك في تنظيم الرحلات التي تشترك فيها ؟
	٢	هل تحب أن تكون لديك مجموعة من الكتب ذات الموضوعات التي تهتم بها ؟
	٣	هل تحرص على تحد يد هدا فقبل أن تبدأ في عمل ؟
	٤	هل تحرص على أن تكون آرائك صائبة عند ما تشترك في مناقشة ما ؟
	٥	عند ما تتسهد بأداء عمل ما فهل تبذل كل جهدهك للجازة ؟
	٦	هل تشرف في تنفيذ الأعمال التي تسند اليك قبل التخطيط لها ؟
	٧	هل تحرص على عدم الانضمام لجماعة ما قبل أن تتأكد من سلامتها هدفها ؟
	٨	هل تتخذ قراراتك بسرعة في أي أعمال تسند اليك ؟
	٩	هل تفكر قبل أن تقبل أو ترفض ما يسند اليك من أعمال ؟
	١٠	هل تعتقد أنه ينبغي على الإنسان أن يحاسب نفسه على كل ما يهدر ؟
	١١	هل تحرص يا ستموار على العناية بصحتك ؟
	١٢	هل يحدث أن تقوم بعمل جيد قبل أن تنتهي من أداء عمل آخر سبق أن بدأت فيه ؟
	١٣	هل ترى أن من الضروري أن يتحمل الإنسان مسؤولية يتخذ من قرارات ؟
	١٤	هل تحوص يا ستموار على العناية بمظهرك الشخصي ؟
	١٥	هل يضا يقك أن تتنازل عن بعض حقوقك في سبيل سعادة آخرين يهملك موهم ؟
	١٦	هل تحوص يا ستموار على المشاركة في حل مشاكل أقاربك ؟
	١٧	هل تحوص على زيارة أقاربك سهما بلنت كثر عشا ظك ؟
	١٨	هل تهتم بمساعدة من يحتاج اليك من أقاربك ؟
	١٩	هل تحوص يا ستموار على أن تكون مصدر سعادة لأسرتك ؟
	٢٠	هل تتردد في معاونة قريب لك تشمر أنه في أزمة مالية ؟
	٢١	هل تشمر بالارتياح عندما تخفف عن جيرانك بعضا من همومهم ؟
	٢٢	هل تسمى للاشتراك في الأعمال التي تعود بالنفع على زملائك ؟
	٢٣	هل تسمى للاشتراك في حل المشكلات التي تعترض طريق من تعرفهم ؟
	٢٤	هل تشمر بالسعادة عندما تشترك مع زملائك فيما يعود عليهم بالنفع ؟
	٢٥	هل تشمر بالضيق اذا ما خلفت موعدا سبق أن اتفقت عليه مع واحد أو أكثر من زملائك ؟

الجانب	مسلسل	المبسرة
	٢٧	هل تشعر بتأنيب الضمير عندما تهمل في عملك؟
	٢٨	هل تهذل كل جهدك في العمل الذي تكلف به؟
	٢٩	هل ترى أن مسؤولية المحافظة على المرافق العامة تقع على عاتق الحكومة وحدها؟
	٣٠	هل تحرص على المشاركة في مشروعات الخدمة العامة؟
	٣١	هل تعتقد أن من يتباطأ في العمل يضر المجتمع الذي يعيش فيه؟
	٣٢	هل ترى أن مشكلة محو الأمية تعد من مسؤوليات دولة وحدها؟
	٣٣	هل تشعر بالسعادة عندما تناقش الموضوعات العامة مع ملائكتك؟
	٣٤	هل تعتقد أن كل فرد يستطيع أن يسهم في حل مشاكل مجتمعه؟
	٣٥	هل ترى أن من الواجب على كل فرد أن يقدم اقتراحاته لحل مشاكل المجتمع؟
	٣٦	هل تحرص على المحافظة على الأجهزة والأدوات التي في مكان عملك أو دراستك؟
	٣٧	هل تعتقد أنه من الواجب أن يعرف كل مواطن خطة التنمية في وطنه؟
	٣٨	هل تسعى للتعاون مع الجماعة لنجاح ما يقومون به من أعمال؟
	٣٩	هل تحرص على مسابرة أو تتبع الأحداث التي يعيشها مجتمعك؟
	٤٠	هل ترى أن قضية الانضباط إنما هي مسؤولية الحكومة وحدها؟

مقياس مع • ط • لطلاب الجامعات

(كراسة الأسئلة)

اعداد

نبية ابراهيم

اشرف

دكتور / ابراهيم قشوقش

مدرسة الصحة النفسية بكلية

التربية جامعة عين شمس

أستاذ دكتور / عبد السلام عبد الغفار

أستاذ الصحة النفسية وعميد كلية

التربية جامعة عين شمس

=====

تعليمات :

يعلن عليك فيما يلي مجموعة من العبارات يتصل كل منها بأمر أو موقف تختلف وجهة نظر كل منا ازاءه • المرجو منك أن تقرأ كل عبارة جيدا ثم تحدد موقفك منها في استمارة الاجابة المرفقة بحيث :-

(أ) تضع علامة (x) تحت خانة (نعم) الموجودة أمام رقم العبارة في استمارة الاجابة اذا كنت توافق عليهما •
أو:

(ب) تضع علامة (x) تحت خانة (لا) الموجودة أمام رقم العبارة في استمارة الاجابة اذا كنت لاتوافق عليهما •
أو:

(ج) تضع علامة (x) تحت خانة (?) الموجودة أمام رقم العبارة في استمارة الاجابة اذا لم تستطع أن تحدد موقفك بشأنها •

لاحظ أنه لا توجد اجابات صحيحة وأخرى خاطئة • فهذه أمور تختلف فيها بيننا بشأنها - والاجابة تعتبر صحيحة طالما أنها تعبر حقيقة عن رأيك ...

وشكرا على تعاونك

السؤال	الجانب	تسلسل
هل تفضل عادة أن تكون بين الناس على أن تكون بمفردك؟	ط م ن	١
هل تشعر بالارتياح في اتصالاتك الاجتماعية؟		٢
هل أنت تفتقر إلى الثقة بالنفس؟		٣
هل تشعر بأنك تتلقى قدرا ناقصا من المدح والثناء؟		٤
هل تشعر غالباً أنك مشتتاه من الدنيا؟		٥
هل ترى أن الناس يميلون اليك بالقدر الذي يميلون به إلى غيرك؟		٦
هل تتذكر لفترة طويلة من جراء مواقف أصابتك فيها الإهانة؟		٧
هل تجد الراحة إذا خلوت إلى نفسك؟		٨
هل أنت على وجه العموم شخص غير أناني؟		٩
هل تميل إلى تجنب المواقف غير السارة بالهرب منها؟		١٠
هل تحس بالوحدة غالباً حتى وأنت بين الناس؟		١١
هل تشعر أن حظك في الحياة حظ عادل؟		١٢
إذا وجه اليك أصدقاؤك النقد ، فهل تحسن تقبله منهم؟		١٣
هل تياس وتثبط همك بسهولة؟		١٤
هل تشعر عادة بالود نحو أغلب الناس؟		١٥
هل تشعر كثيراً بأن الحياة لا تستحق أن يحيها الانسان؟		١٦
هل أنت متفائل بصفة عامة؟		١٧
هل تستبر نفسك عصبى المزاج إلى حد ما؟		١٨
هل أنت شخص سعيد بصفة عامة؟		١٩
هل أنت في العادة واثق من نفسك بدرجة كافية؟		٢٠
هل تستشعر بالحنج والحساسية في كثير من الأحيان؟		٢١
هل تميل إلى الشعور بعدم الرضا عن نفسك؟		٢٢
هل تشعر بصفة متكررة بانهمباط في حالتك النفسية؟		٢٣
عندما تلتقي الناس لأول مرة هل تشعر أنهم لن يميلون إليك؟		٢٤
هل تؤمن بنفسك إلى درجة كافية؟		٢٥
هل تشعر أن معظم الناس يمكننا أن نشق بهم؟		٢٦

العنوان	الجانب	مسلّم
هل يمكنك عادة أن تحسن التعامل مع النائم؟		٢٨
هل تتفق وقتاً كثيراً في قلق علم المستقبل ؟		٢٩
هل تسهر عادة بالصحة والقوة ؟		٣٠
هل أنت متحدث جيد ؟		٣١
هل لديك شعور بأنك عبء على الآخرين؟		٣٢
هل تجد صعوبة في التعبير عن مشاعرك ؟		٣٣
هل تتهنئ عادة كثيراً بما يحصل عليه الآخرون من سعادة أو حظ حسن ؟		٣٤
هل تسهر كثيراً أنك قد أهملت ولم تدع إلى الأمور ؟		٣٥
هل تميل إلى أن تكون شخصياً كثير التشكك ؟		٣٦
هل تنظر إلى العالم - عادة - على أنه مكان لطيف للعبث فيه ؟		٣٧
هل يتكرر مزاجك بسهولة ؟		٣٨
هل تفكر في نفسك كثيراً ؟		٣٩
هل تسهر أنك تعيش كما تشتهر أنت ، لا كما يشتهر شخص آخر ؟		٤٠
حين تصوم الأمور - علم - تسهر بالأسف والاحباط على نفسك؟		٤١
هل تسهر بأنك مغمور ناجح في العمل أو الوظيفة؟		٤٢
هل تدع النائم عادة يروضك على حقيقتك؟		٤٣
هل تسهر بأنك غير متوافق للحياة بدرجة ترضى ؟		٤٤
هل أنت تسهر في حياتك وأنت تفترض أن الأمور ستنتهي على مايرام ؟		٤٥
هل تسهر أن الحياة عبء ثقيل ؟		٤٦
هل يضايقك الشعور بالنقص ؟		٤٧
هل تسهر طامعاً بأنك في حالة طسية ز ؟		٤٨
هل تحسن التعامل مع أفراد الجنس الآخر ؟		٤٩
هل تلح عليك أحياناً فكرة أن النائم يواظبك في الشارع؟		٥٠
هل تجرح مشاعرك بسهولة ؟		٥١
هل تسهر بأنك مستيقظ مطمئن في هذا العالم؟		٥٢

السؤال	الاجابة	مسلص
هل يشعر الناس وهم معك بالطمأنينة وانعدا التوتر ؟		٥٤
هل لديك خوف منهم من المستقبل ؟		٥٥
هل تتصرف تصرفات طبعية ؟		٥٦
هل تشعر عموما بأن حظك حسن ؟		٥٧
هل كانت صفولتك سعيدة ؟		٥٨
هل لك عدد كبير من الأصدقاء الحقيقيين ؟		٥٩
هل تشعر بقلّة الارتياح في أغلب الأوقات ؟		٦٠
هل يئلب عليك الخوف من المنافسة ؟		٦١
هل بيئتك المنزلية سعيدة ؟		٦٢
هل تقلق بدرجة زائدة بسبب مكروه يحتمل وقوعه ؟		٦٣
هل كثيرا ما تتأيق من النام بدرجة كبيرة ؟		٦٤
هل تشعر عادة بالرضا والقناعة ؟		٦٥
هل يتحول مزاجك من السادة الشديدة إلى الحزن الشديد كثيرا ؟		٦٦
هل تشعر بأنك محترم من الناس بمصفة عامة ؟		٦٧
هل تستطيع أن تحصل في انسجام مع الآخرين ؟		٦٨
هل تشعر أنك طاجز عن السيد طرة إلى مشاعرك ؟		٦٩
هل تشعر أحيانا أن الناس يسخرون منك ؟		٧٠
هل أنت شخص مستر بمصفة عامة ولصت مقوترا ؟		٧١
هل تعتقد بمصفة عامة أن الدنيا تساملك معاملة طيبة ؟		٧٢
هل ضابقت في وقت من الأوقات أن ما حولك أو يحدث لك ليس حقا يقيسا ؟		٧٣
هل تعرضت كثيرا للاحتساقار ؟		٧٤
هل تعتقد أنه كثيرا ما ينظر اليك على أنك مسان ؟		٧٥

السؤال	الجواب	سلسل
هل تعتقد أن المال يعد مطلباً ضرورياً في حد ذاته؟	حسن / مق	١
هل تشعر بالرضا عن أحوالك الاقتصادية بصفة عامة؟		٢
هل تتضايق إذا جمعتك الظروف بشخص معين في ظروف اقتصادية أفضل مما أنت عليه؟		٣
هل تتطلع في كثير من الأحيان إلى امتلاك ما لدى غيرك من أشياء ثمينة؟		٤
هل تنوي العمل على زيادة دخلك بشتى الطرق المشروعة وغير المشروعة؟		٥
هل تشعر بالقلق إزاء الاحتمالات عدم تزايد دخلك بما يتناسب مع تزايد متطلباتك؟		٦
هل تشعر بالرضا عن ظروف أسرتك المعيشية؟		٧
هل تشعر أن تزايد دخلك يشمس مع تزايد مطالب حياتك؟		٨
هل ترى أن مستوى مكونات مسكنك يفي بما يحقق لك الراحة؟		٩
هل تشعر بوجود ثقة متبادلة بينك وبين والدك؟	من ٠ ط	١
هل تتناوب في بعض الأحيان رغبة في موت أي من والدك؟		٢
هل تشعر أن هناك فجوة بينك وبين أي من والدك؟		٣
هل تحوّن على أن تقضى أطول وقت ممكن خارج منزلك؟		٤
هل تشعر بالسعادة أثناء وجودك مع أصدقائك أكثر مما تجد أثناء وجودك بين أفراد أسرتك؟		٥
هل تشعر بكرهية دنيئة تجاه أي من أخواتك؟		٦
هل تحوّن باستمرار على استشارة شقيقك / شقيقتك الكبرى فيما تتعرض له من مشكلات؟		٧
هل تقبل هفوات شقيقك / شقيقتك الصغرى بصدق ورحب؟		٨
هل تشعر براحة عند ما تقضى في المنزل أطول فترة ممكنة؟		٩
هل تستقبل أصحابك في المنزل في كثير من الأحيان؟		١٠
هل تحوّن عن طيب خاطر على تلبية كل ما يريه والدك منك؟		١١
هل تقوم بأي شيء تقدر عليه نيابة عن أي من والدك؟		١٢

سلسلة	الأسباب	المسئلة
١٤		هل تشعر باستمرار برغبة في الخروج من المنزل ؟
١٥		هل تشعر أن أفراد أسرتك يفتقدون الحب فيما بينهم ؟
١٦		هل تشعر بشوق شديد نحو أي من والديك إذا ذهبت فسي سفر طويل ؟
١٧		هل تعيش أسرتك في شجار أو شقاق في كثير من الأحيان ؟
١٨		هل تشعر أن أرمي والديك أو كلاهما متشدد في معاملته معك ؟
١٩		هل تشعر في بعض الأحيان بمشاعر غير مستقرة نحو أي من أفراد أسرتك ؟
٢٠		هل تشعر أن أسرتك تعد أفضل من غيرها في كثير من الأمور ؟
٢١		أثناء وجودك بالمنزل هل تشعر برغبة في اعتزال أفراد أسرتك (الاختلاء بنفسك) ؟
٢٢		هل تشعر أن والدك /والدتك غير قادرة على أن تفهمك ؟
٢٣		هل تشعر أن والدك / والدتك عصبي أكمل من اللازم ؟
٢٤		هل تتحمن الفرض أو تختلق الأسباب كي تخرج من المنزل ؟
٢٥		هل تعتقد أن أفراد أسرتك يتبادلون الحب فيما بينهم ؟
٢٦		هل تجد من يفهمك من أفراد أسرتك أفضل ممن تجده في أي مكان آخر ؟
٢٧		هل تشعر في كثير من الأحيان أنك في واد وأفراد أسرتك في واد آخر ؟
٢٨		هل تعتقد أن أهدائك أسرتك في الحياة غير واضحة ومحددة ؟
٢٩		هل تلقي من أسرتك معاملة مرضية ومستقرة ؟
٣٠		هل تعتقد أن أسرتك تتبنى لنفسها في كثير من الأحيان أهدافا متعارضة ؟
٣١		هل تشعر بالارتياح عندما يتخذ والدك في بعض الأحيان قارا في أمر يخصك ؟
٣٢		هل تعتقد أن أسرتك تتخذ قراراتها بطريقة ديموقراطية ؟
٣٣		هل تشعر أن والدك يحرص على أن تكون له الكلمة العليا والأخيرة في كل أمر يخصك ؟

مسئل	الجانب	البيـارة
٣٤		هل تشعر ان سبل الاتصال بين افراد اسرتك فعالة ومجدية؟
٣٥		هل تشعر في كثير من الاحيان ان اى فرد من افراد الاسرة لا يقوم بدوره كما يجب؟
١	عج	هل تشعر بتقبل الآخرين لك عندما تعمل معهم كمضو في جماعة؟
٢		هل تشعر بأن الآخرين يستريحون معك في العمل؟
٣		هل توافق على أن تتعامل مع جماعة من الأفراد لا تصرف عن أفرادها شيئاً؟
٤		هل تشعر بالضيق عند ما يحال بينك وبين إقامة علاقات اجتماعية جديدة؟
٥		هل تحرص على مشاركة أصدقائك لنا سياتهم الاجتماعية؟
٦		هل تجد صعوبة في مواصلة الحديث مع غيرها؟ تشترك معهم في رحلة؟
٧		هل تشعر بقدرتك على كسب صداقة لغيرها؟
٨		هل تقبل على ممارسة الأعمال التي تعطيك فرصة للاتصال بكثير من الناس؟
٩		هل تشعر أن لديك القدرة على فهم من تتعامل معهم؟
١٠		هل تشعر بالضيق اذا انقطع أصدقاؤك عن زيارتك لفترة طويلة؟
١١		هل تشعر بالضربة اذا جمعتك الظروف بموقف تديشه مع آخرين لا تعرفهم؟
١٢		هل تشعر أن أصدقاؤك يهتمون بالاتصاات الي حد يثقل؟
١٣		هل ترى أن أصدقاؤك يستمتعون بوجودك بينهم؟
١٤		هل ترى أن لديك القدرة على أن تكسب أصدقاء جدد؟
١٥		هل تشعر بالرغبة في مواصلة علاقاتك مع الآخرين؟
١٦		هل تشعر بالسرور عند ما تجد نفسك بين الناس؟
١٧		هل تحب مخالطة الناس والتعامل معهم؟
١٨		هل تجد أنه من الصعب أن تتكلم أمام جماعة من الناس؟
١٩		هل تكتسب أصدقاء جدد بسهولة؟
٢٠		هل كثيراً تكون مركز الاهتمام والتكريم في الحفلات؟
٢١		هل تميل الي البقاء في المؤخرقا و على الهامش في الحفلات الاجتماعية؟
٢٢		هل تحب أن تشترك في الأنشطة الجماعية؟
٢٣		هل تتردد في الدخول منفردا الي غرفة ما حينما تكون بها مجموعة من الأفراد يتحدثون؟
٢٤		هل تشعر بالارتباك عند ما تضطر الي مقابلة جامعة لأول مرة؟
٢٥		هل تشعر أن لديك القدرة على خلق جو من المرح بين أفراد الجماعة التي تنتمي اليها؟

المبارة	الجانب	مسلسل
هل تهتم بحضور الحفلات الاجتماعية التي تدعى اليها ؟		٢٦
هل تشعر بالخجل اذا دعيت للحدث في اجتماع عام ؟		٢٧
هل لديك القدرة على أن تدور حلقة نقاش بين الناس ؟		٢٨
اذا دعيت الى المشاركة في عمل مع الآخرين فهل تتردد في قبوله ؟		٢٩
هل تجد صعوبة في بدء الحديث مع شخص قد تعرفت به لأول مرة ؟		٣٠
هل لديك القدرة على تكوين علاقات صداقة مع الآخرين ؟		٣١
هل تشعر بالسرور عندما يتاح لك فرصة التعرف بمن لا تعرفهم ؟		٣٢
هل تسمى للاشتراك في جماعات النشاط ؟		٣٣
هل تشعر بمواطف متناقضة تجاه من تعرفهم من الناس ؟		٣٤
هل تجد أنه من السهل عليك أن تطلب مساعدة الآخرين ؟		٣٥
هل تحسد الآخرين أحيانا لما يتمتعون به من سمادة ؟		٣٦

مقياس ر. ط لطلبة الجامعات

اعداد

نبيه ابراهيم اسماعيل

اشرف

دكتور ابراهيم قشقوش
أستاذ الصحة النفسية المساعد
بجامعة
عين شمس

و

استاذ دكتور عبدالسلام عبدالغفار
عميد كلية التربية وأستاذ الصحة
النفسية
بجامعة عين شمس

بيانات أولية :

الاسم : _____ الكلية : _____ القسم : _____ الشمية : _____

تعليمات :

يمرر عليك فيما يلي مجموعة من العبارات يتصل كل منها بأمر أو موقف تختلف وجهة نظر كل منا إزاءه . المرجو منك أن تقرأ كل عبارة جيدا ثم تحدد موقفك منها بحيث:

(أ) تضع علامة (x) تحت خانة (موافق) الموجودة أمام العبارة اذا كنت توافق عليها .

أو :

(ب) تضع علامة (x) تحت خانة (غير موافق) الموجودة أمام العبارة اذا كنت لاتوافق عليها .

أو :

(ج) تضع علامة (x) تحت خانة (غير متأكد) أمام العبارة اذا لم تستطع أن تحدد موقفك بشأنها .

لاحظ أنه لا توجد اجابات صحيحة وأخرى خاطئة ، والاجابات تعتبر صحيحة طالما أنها تعبر عن حقيقة رأيك .

وشكرا على تعاونك . ☺

الرأى			العبرة	مسلسل
موافق	غير موافق	غير متأكد		
			هل تشعر بالرضا عندما تساعد الآخرين فى حل مشكلاتهم ؟	١
			هل تحرم فى معاملتك على أن تأخذ قبل أن تعطى ؟	٢
			هل تحسد الآخرين أحيانا عندما تشعر أنهم سعداء ؟	٣
			هل تتردد عادة فى معاونة من يحتاج الى مساعدتك ؟	٤
			هل تسمح لفعل الخير مهما كلفك ذلك من عماء ؟	٥
			هل تحرم فى معاملتك على أن تعطى قبل أن تأخذ ؟	٦
			هل تتردد فى منحك لمن تشعر أنهم فى حاجة للمساعدة ؟	٧
			هل تتردد فى المشاركة فى عمل تعود فائدته على غيرك ؟	٨
			هل تميل الى ممارسة الأعمال التى تستخدم أكبر عدد من الناس ؟	٩
			هل تحرم فى تعاملك مع الناس على أن تعطى أكثر مما تأخذ ؟	١٠
			هل تشعر بالرضا عن نفسك عندما تهذل من جهدك خدمة للآخرين ؟	١١
			هل تتردد فى تقديم ما لديك من علم لإنسان يطلب منك المعرفة ؟	١٢

الرأى			المسألة	مسلسل
موافق	غير موافق	غير متأكد		
			هل تشعر بالمتعة عندما تقدم النصيح والارشاد لكل من يحتاج اليه ؟	١٣
			هل تحرض فى تعاملك مع الآخرين على أن تأخذ أكثر مما تعطى ؟	١٤
			هل تشعر بالسعادة عندما يتحقق لفرد ما نجاحا ساهمت فيه ؟	١٥
			هل تشعر أنك ميال بطبعك الى حب الآخرين ؟	١٦
			هل تحكم المادة فى كل ما يعدر عنك من سلوك تجاه الآخرين ؟	١٧
			هل تشعر بالسعادة عندما تعطى من جهدك لمشروع عام ؟	١٨
			هل تشعر بالمتعة عندما تقوم بخدمة الخير ؟	١٩
			هل تستطيع أن تقدم معونة لشخص ما فى مأزق حتى اذا كان على حساب راحتك ؟	٢٠
			هل تتسامح بسهولة فى خطأ صدر نحوه من انسان سبق أن عاونته فى حل مشكلة ؟	٢١
			هل تحرض باستمرار على عدم التخلف عن أية جهود غيرية تدعى للمساهمة فيها ؟	٢٢

مقياس (ص. د) لطلبة الجامعات

١- استمارة التقدير بمعرفة المحضين

اعداد

دكتور ابراهيم قشقوش

كلية التربية - جامعة عين شمس

١٩٧٨

لطلبة الجامعات

مقياس م . ف . د

(الصورة أ)

بيانات أولية :-

الاسم : :
السنة الدراسية :
تاريخ الميلاد :
الكلمة :
القسم :
تاريخ إجراء القياس :

تعليمات :-

يعرض عليك في الصفحات التالية مجموعة من الصفات التي يختلف فيها الافراد فيما بينهم يوجد مع كل صفة التعريف الخاص بها .

المرجو أن تقرأ كل تعريف جيدا ، وأن تحدد - في ضوء ذلك التعريف - مدى توافر هذه الصفة لديك ، بحيث يتم ذلك على النحو التالي :-

(أ) اذا رأيت أن الصفة تتوافر لديك بدرجة طفيفة ضع علامة (x) تحت الرقم (١)

(ب) أقل من المتوسط ، ضع علامة (x) تحت

الرقم (٢)

(ج) اذا رأيت أن الصفة تتوافر لديك بدرجة متوسطة ، ضع علامة (x) تحت الرقم ٣

(د) أكبر من المتوسط ، ضع علامة (x) تحت

الرقم (٤)

(هـ) اذا رأيت أن الصفة تتوافر لديك بدرجة كبيرة ، ضع علامة (x) تحت الرقم ٥

لاحظ أنه لا توجد اجابات صحيحة واخرى خاطئه - فمدى صحة الاجابه يتوقف

على الدقة التي تراعيها في تقديرك لمدى توافر الصفة لديك .

ومفسر المقياس أيضا يمكن تحديد مدى حرصك على معاونة الباحث .

شكرا على تمسكك

السيد /

بسمك التحية . .

أقوم ببحث للحصول على درجة دكتوراه فلسفه في التربيه
(صحة نفسيه) وتتطلب طبيعه هذا البحث قيام عدد من المحكمين بتقييم افراد العينه
وهم من طلاب السنه الرابعه بالكليه - من حيث مجموعه من الصفات التي
وضع لكل منها تعريف محدد . .

رفق هذا بيان بهذه الصفات والتعريف الخاص لكل منها - بالاضافه الى
عدد استماره خاصه بمجموعه من طلاب

رجاء التكرم باستيفاء هذه الاستمارات بتقييم الطلاب المذكورين من حيث الصفات
المشار اليها . على أن تتم هذه الخطينه على النحو التالي :-

(أ) اذا رأيت - سيادتكم - ان الصفه تتوافر لدى الطالب بدرجة طفيفه ، وضع

علامه (x) تحت الرقم (١)

(ب) اذا رأيت أن الصفه تتوافر لدى الطالب بدرجة أقل من المتوسط ، ضع علامه

(x) تحت الرقم (٢)

(ج) اذا رأيت أن الصفه تتوافر لدى الطالب بدرجة متوسطه ، ضع علامه (x)

تحت الرقم ٣

(د) اذا رأيت أن الصفه تتوافر لدى الطالب بدرجة أكبر من المتوسط ، ضع علامه

(x) تحت الرقم ٤

(هـ) اذا رأيت أن الصفه تتوافر لدى الطالب بدرجة كبيره ، ضع علامه (x) تحت

الرقم (٥)

والباحث ان يشكر جهدكم ومماؤنتكم له . . يتعمش ان تتم هذه الخلوه بدقسه

وموضوعيه تكفلان استفادة الباحث مما يجعلون من بيانات . .

وتفضلوا سيادتكم بقبول فائق الاحترام

الباحث

نبيهه ابراهيم اسطاعيل
مدرب مساعد بقسم علم النفس
بكلية التربيه جامعه المنوفيه

٥	٤	٣	٢	١	الصفة	التصريف
					التركيز	استشراق الفرد في العمل والانهماك فيه مع عدم الانصراف عن مواصلة أدائه وحصر الانتباه والتركيز فيما يقوم به من عمل .
					المخاطرة	مواجهة الفرد للمواقف الجديدة (أوالصعبة) بجرأة وشجاعة ، وعدم التردد أو معارضة حساب النتائج المحتملة بالنسبة للمواقف التي يحجم عنها الآخرون .
					حب الاستطلاع	شفغ الفرد بالبحث والتقصي والاكتشاف كما يدو من خلال السعي الحثيث في سبيل المعرفة ، وكثرة التساؤلات التي يثيرها في أمور ومسائل مختلفة .
					الحماس	شغور الفرد بالحياة والنشاط واليقظة في ممارسة العمل ، والاستمتاع به ومواصلته في يقظة دائمة بلا ملل أو تعب ، أو قنوط ، أو ضيق .
					الثبات الانفعالي	تحكم الفرد في انفعالاته وضبطها (السيطرة عليها) كما يدو من خلال مواجهة مختلف الظروف والمواقف في هدوء وثبات .
					المنافسة	تنافس الفرد (تباريه) مع الزملاء فيما يقومون به من عمل ونشاط ، وحرصه على أن يكون في مقدمه أقرانه دائما وفي كل الظروف .
					السيطرة	سيطرة الفرد على من حوله ومحاولة فرض آرائه عليهم والتدخل في شؤونهم دون أن يطلبوا منه ذلك والانفراد باتخاذ قرارات في أمور تهتم الجماعة والتمسك بتلك القرارات ومحاولة املائها دون مناقشة
					الانجاز	نجاح الفرد في اتمام ما يقوم به وما يسند اليه من أعمال ، وحرصه على تحقيق تلك الأعمال حسب

٥	٤	٣	٢	١	الصفة	التعريف
					الاجتماع مع الآخرين	تواجد الفرد مع الجماعة وتفاعله معها ، وسعيه الى ذلك في كل الظروف مع اتساع دائرة صداقاته ومعاملاته مع الآخرين .
					الثابرة	مواصلة الفرد للعمل مع بدايته الى نهايته وتحطه لكل ما يمكن أن يصادفه فيه من عقبات والتغلب في سبيل تحقيق هدف أو مستون معين يسمى الى بلوغه .
					الاعتماد على الآخرين	احجام الفرد عن تحمل المسؤولية وتحميلها للآخرين والسعي المستمر من جانبه الى الاعتماد على الغير في سبيل الحصول على الحبل والمطف ، والاهتمام ، والتشجيع ، والمساعدة ، والاستحسان ، والرضا عما يقوم به من عمل .
					المهارة	مادرتا الفرد وتقدمه لآراء وأفكار جديدة مع عدم التقيد بتقليد الآخرين أو مسابرتهم فيما يدون من آراء وأفكار .
					القيادة	الشعبية العالية التي يتمتع بها الفرد بين أقرانه وقدرته على التعبير عما يجول في نفوسهم كلما جاءت فرصة الى ذلك وتسيير دفتاً مور الجماعة خاصة ضد ظهور مشكلة .
					الانعزال (الانطواء) عن الجماعة	انطواء الفرد (انعزاله) عن الجماعة كما يدون من خلال تفضيله للوحدة وتمضيته معظم الوقت منفرداً ، والاحجام عن الاندماج في الجماعة أو الاشتراك في نشاطها .
					الثقة بالنفس	مواجهة الفرد للمواقف المتغيرة بأعصاب هادئة مع عدم التأثر بالنقد وتقبله في موضوعية ورحابة صدر

(٣)

٥	٤	٣	٢	١	التعريف	الصفة
					سعى الفرد الى مساعدة الآخرين ولاشتراك معهم في النشاط والعمل مع تفضيله للعمل كعضو في فريق على العمل الفردي .	التعاون
					اعتماد الفرد على نفسه في اتخاذ القرارات المناسبة لمواجهة طاقه يحدث من مشاكل وأمر تتصل بمختلف نواحي حياته .	الاستقلال الذاتي
					تصرف الفرد بسرعة - ولا جمود في مختلف المواقف . وتوافق مع الظروف المتغيرة في يسر وسهولة .	المرونة