الخصائص السيكومترية لمقياس الحنو بالذات لدي التلاميذ المكفوفين

بحث مقدم ضمن متطلبات الحصول على درجة
الماجستير فى التربية
(تخصص التربية الخاصة)

إعداد

ندى أحمد محمد أحمد،
باحثة ماجيستير تربية خاصة – قسم التربية الخاصة،
كلية التربية، جامعة السويس

أ.د / آمـــال إبراهيـــم الـفـقـي
أستاذ الصحة النفسية والتربية الخاصة، كلية التربية – جامعة بنها

أ.د/ أحمـــد سعـــيد زيـــدان
أستاذ ورئيس قسم التربية الخاصة كلية تربية – جامعة السويس

د/ رباب محمد كمال الدين مصطفى
مدرس بقسم التربية الخاصة – كلية تربية، جامعة السويس

المستخلص:

هدف البحث التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الحنو بالذات لدي التلاميذ المكفوفين بالمرحلة الابتدائية بمدرسة النور الابتدائية بمحافظة السويس. وتكونت العينة من (٣٤) تلميذ كفيف ممن امتدت أعمارهم من (٦ – ٩) سنوات، بمتوسط عمر زمني (٧،٥٢٩) عامًا، وبانحراف معياري (١،١٠٧)، وكانت أبعاد مقياس الحنو بالذات هي اللطف بالذات واليقظة العقلية والإنسانية المشتركة. وقد تمت التحليلات الإحصائية التالية، أولا الاتساق الداخلي والذي تم حسابه من خلال معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الحنو بالذات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة. وكذلك بين كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس ودرجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس.. ثانيا الثبات، وقد تم حسابه من خلال طريقة ألفا كرونباخ وطريقة إعادة التطبيق والتجزئة النصفية. ثالثا صدق المقياس، وقد تم حسابه من خلال صدق المحكمين والصدق الظاهري وصدق المفردات وصدق المحك وكشفت نتائج البحث عن تمتع مقياس الحنو بالذات بمعاملات الاتساق والثبات و صدق مرتفعة مما يؤكد على كفاءته في قياس الحنو بالذات لدى المكفوفين والثقة في النتائج المترتبة على استخدامه.

الكلمات المفتاحية: الخصائص السيكومترية، الحنو بالذات، الكفيف.

Abstract:

The aim of the research is to verify the psychometric properties of the Compassionate Scale in particular among blind students in the primary stage at Al Nour Primary School in Suez Governorate.. The sample consisted of (34) blind students whose ages ranged from (6 - 9) years, with an average chronological age of (7,529) years, and a standard deviation of (1,107). The dimensions of the compassion scale in particular were kindness to oneself, mental alertness, and shared humanity. The following statistical analyzes were carried out, firstly the internal consistency, which was calculated through the correlation coefficients between the score of each item on the compassion scale and the total score of the dimension to which the item belongs. And also between each item, the total score of the scale, the scores of each dimension, and the total score of the scale... Secondly, reliability, which was calculated through the Cronbach alpha method, the reapplication method, and the split-half method. Third, the validity of the scale was calculated through the validity of the judges, the face validity, the validity of the vocabulary, and the validity of the test. The results of the research revealed that the self-affection scale has high consistency, stability, and validity coefficients, which confirms its efficiency in measuring self-affection among blind people and confidence in the results resulting from its use.

Keywords: psychometric characteristics, self-affection, blind student

× يستخدم الباحثون مصطلحات الحنو بالذات، الشفقة بالذات، اللطف بالذات على نحو مترادف ولسوف تتبنى الباحثين مصطلح الحنو بالذات كترجمة لمصطلح Self-compassion وسوف تلتزم به طوال البحث عند حديثها عن المتغير والمكافئ لمصطلح الشفقة بالذات او اللطف بالذات.

أولاً: المقدمة

تزايد الاهتمام في الفترة الأخيرة بدراسة الحنو بالذات كأحد المتغيرات الإيجابية المهمة في شخصية الفرد التي تقاوم الاثار السلبية الضاغطة التي يمر بها الكفيف وذلك عندما يعيش حالة من حالات الفشل أو عدم الكفاية الشخصية في حل مشكلاته الحياتية.

إن الحنو (تجاه الذات-أو الاخرين) مفهوم يتضمن الوعي بالمعاناة والضغوط والرغبة من التخفيف من حدتها ، كما يتضمن وجود استعداد صريحا لمواجهة تلك المعاناة بدلا من انكارها أو الهروب منها مع الاعتراف بأن الفشل والمحن هي تجارب إنسانية عالمية (Baer,Lykinsb,&Petersa,2012:203).

وفي غياب حاسة الإبصار كأحد أهم الركائز التي يهبها الله سبحانه وتعالى والتي تعتبر نافذته للعالم المحيط به، وبغياب هذه الحاسة المهمة يصبح منظور الإنسان قاصراً وإدراكه لنفسه ولكل ما يحيط به يشوبه نوع من الضبابية فغياب هذه الهبة تعرض التلميذ الكفيف إلى الكثير من التحديات والاضطرابات النفسية والتي قد تؤدي به إلى الانسحاب والتوحد السلبي نحو ذاته وعدم الرغبة في اكتشاف طاقاته الكامنة والتي لا يشعر بوجودها.

ومن ثم ظهر مفهوم الحنو بالذات كأحد أهم الدفاعات الداخلية للتلميذ الكفيف لمواجهة كل ما يحيط به من أزمات ومواقف صعبة والتغلب عليها وتقبل نقاط ضعفه في كافة الأحيان، فتظهر أهمية الحنو بالذات المرتفع باعتبارها دعامة وحصن للتلميذ الكفيف ضد الصدمات والاحباطات المتكررة ، فهي خط الدفاع الأول والاقوى لمواجهة الازمات والتغلب عليها كما ان التعاطف المشترك والشعور بمن حوله تعطي له جانب من الإنسانية وجو من الالفة والمحبة في امس الحاجة له مجتمعنا.

فالحنو بالذات تعهد الفرد ذاته بالرعاية والصبر والرفق، خال الاوقات العصيبة، مع تعزيز القدرات الشخصية لزيادة الشعور بالسعادة والرضا عن الحياة، والتفاؤل، والمبادرة، وتنمية مشاعر الترابط الاجتماعي وخفض الشعور بالقلق والاكتئاب. ويمكن تعريف الحنو بالذات على أنها اتجاهاً إيجابياً نحو الذات يؤثر في البناء النفسي للفرد ويتضمن الرفق بالذات والآخرين في لحظات الفشل والمعاناة من

خلال استبصار الفرد ووعيه بانفعالاته السلبية دون التهرب منه ودون اصدار احكام تلقائية، مع رؤية خبراته في إطار من الانسانية المشتركة وهو ما يخفف من وطأة المشاعر السلبية التي يعانيها الفرد. (Moreira, Gouveia, 2019:p2234) Carona, Silva, & Canavarro،

فالكفيف قد لا يستطيع ملاحظة ذاته بموضوعية وليست لديه القدرة على تكوين رؤية أو تصور صحيحا وواضحا لنفسه وهو ما ينعكس سلبا على طموحاته وتقديره لإمكانياته وتعامله مع مواقف الحياة (مصطفى عبد الرازق،٢٠١٩،ص ٢٧٠).

أن المكفوفين في ظل الاثار السلبية للإعاقة تتملكهم العديد من الأفكار والمشاعر السلبية ويعيشون الكثير من المعاناة نتيجة ما يوجهونه من صراعات نفسية وانفعالية واجتماعية وحتى الأكاديمية منها ،إلا أنهم قد يختلفون فيما بينهم في كيفية التعامل مع أنفسهم وقت هذه المعاناة، فنجد منهم من يقسو على نفسه وينعزل بعيدا عن الاخرين مستغرقا في التفكير في معاناته ومشاعره السلبية بل ومتوحدا معها (منخفضي الحنو بالذات) ومن هنا يأتي اتفاق نتائج الدراسات التي تناولت الحنو بالذات لدى المكفوفين والتي أكدت تدني الحنو بالذات لدى المكفوفين وانخفاضها وهذا ما أكدته كلا من دراسات (Erismanet.al,2005;Mike,2007;Marques-Brocksop,2011;Salim i,mohammadi&sa- deghi ,2016;Mantelou2016) (محمد البحيري، زهوه حجاج،٢٠١٦: ٤٢٤).

فالحنو هي قدرة الكفيف على إظهار التعاطف empathy الحب love والاهتمام concern بالآخرين الذين يمرون بظروف صعبة، وبنفس المنطق فإن الحنو بالذات والرفق بها self-compassion بعبارة أخرى الحنو بالذات هو قدرة الشخص على تحويل ذلك التعاطف والحب والاهتمام إلى الذات خاصة عند مواجهة الشخص إخفاقات أو عثرات ومصاعب أو شدائد. الحنو بالذات – وفي حدود علم الباحثون ـــ لا يوجد مقياس مقنن لقياس الحنو بالذات لدى التلميذ الكفيف على الرغم من أن هذه الفئة العمرية هي الاحق والاجدر للدراسة والقياس نظرا لما تمثله تلك الفئة العمرية من حجر زاويه أساسي وراسخ في تكوين شخصية الكفيف المستقبليه .

ومن ثم ظهرت الحاجة لدى الباحثين لإعداد مقياس الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين ليتناسب مع خبرات الأطفال المكفوفين، ويتناسب مع طبيعة عينة البحث نظراً لأن غالبية المقاييس التي تناولت الحنو بالذات تناولت (Self Compassion) فئات عمرية أكبر سناً متجاهلةً مما كان ذلك دافعاً للباحثة لإعداد مقياس للحنو بالذات لدى المكفوفين للدراسة الحالية.

ومن ثم ظهرت مبررات إعداد مقياس للحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين في النقاط التالية:

١- لا توجد - في حدود علم الباحثون – أداه مقننة لقياس الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين

٢- يتناول البحث الحالي مرحلة عمرية من اهم واخطر مراحل النمو الإنساني وهي مرحلة الطفوله المبكرة ، وقد أوصت العديد من الدراسات بضرورة التدخل المبكر في مرحلة الطفولة المبكرة مما يقلل من حجم المشكلة وتأثيرها لدى التلاميذ المكفوفين .

ثانيا: مشكلة البحث

تنبثق مشكلة البحث الحالي من خلال الخبرة الشخصية للباحثة أثناء معايشتها لدى التلاميذ المكفوفين حيث لاحظت بعض المشكلات الانفعالية الدالة على سوء التوافق الانفعالي المتمثلة ، القلق ،تدني الشعور بالذات والحنو عليها ، الشعور بالعجز والدونية والإحباط وهذا كان مدعاه للسعي نحو دراسة الحنو بالذات لديهم حيث أن الكفيف لا يمكن أن يؤدي وظائفه ودوره إلا في إطار من تنمية الحنو بالذات لديه . كما لاحظ الباحثون عدم وجود أداة عربية مقننة أو مقاييس أجنبية مستخدمة على عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية من المكفوفين والتي تناسب أهداف البحث. ونتيجة لهذا القصور في مقاييس الحنو بالذات للفئة محل البحث ، كان لزاما على الباحثين اعداد مقياس للحنو بالذات ويمكن

صياغة مشكلة البحث الحالية في السؤال الرئيسي التالي :

ما الخصائص السيكومترية لمقياس الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين؟

ويتفرع من هذا السؤال الرئيسي مجموعة من الأسئلة فرعية هي:

١) ما مؤشرات الاتساق الداخلي لمقياس الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين ؟

٢) ما مؤشرات الثبات لمقياس الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين ؟
٣) ما مؤشرات الصدق لمقياس الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين ؟

ثالثا أهداف البحث:

يحاول البحث تحقيق عدد من الأهداف على النحو التالي:

١) التحقق من مؤشرات الاتساق الداخلي لمقياس الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين.
٢) التحقق من مؤشرات الثبات لمقياس الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين.
٣) التحقق من مؤشرات الصدق لمقياس الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين.

رابعا :**أهمية البحث**:

أ) **الأهمية النظرية**:

١) اثراء المكتبة العربية بالدراسات الحديثة التي تتناول الحنو بالذات لدى المكفوفين.
٢) تستمد أهمية هذا البحث من مسايرته للاتجاهات المعاصرة في الاهتمام بكل من جوانب الذكاء الانفعالي والحنو بالذات والبرامج الانتقائية.
٣) قلة وجود مقاييس تقيس الحنوبالذات لدى التلاميذ المكفوفين في المرحلة الابتدائية.
٤) توعية وتعميق أهمية مفهوم الحنو بالذات لدى المكفوفين.
٥) أهمية الفئة المعنية بالبحث وهم من المكفوفين ومعرفة ما يمكن أن يقدم لهم لتنمية الحنو بالذات.

ب) **الأهمية التطبيقية**:

١) يوفر البحث قاعدة معرفية لإعداد البرامج التي تساهم في تنمية الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين .
٢) يعتبر البحث بمثابة نموذج ارشادي للعاملين في مجال التربية الخاصة، وخاصة ممن يتعاملون مع من المكفوفين.
٣) إعداد مقاييس للحنو بالذات لدى المكفوفين والتي قد تفيد الباحثين والعاملين في ميدان التربية الخاصة وخاصة من المكفوفين.

خامسا :المفاهيم الإجرائية للبحث:

١) التلميذ الكفيف Blind Pupil:

يعرف إجرائياً في هذا البرنامج على أنه التلميذ المولود بكف بصر ويتراوح عمره من (٦-٩) عام ويعاني من كف بصر وليدي وتقل حدة إبصاره بأقوى العينين بعد التصحيح عن ٢٠/ ٢٠٠ قدماً أو ما يعادل ٣/ ٦٠ متراً في العين الأقوى بعد العلاج، ويقل مجاله البصري عن ٢٠ درجة، والذي تنطبق عليه شروط القبول في المرحلة الابتدائية بمدارس النور التابعة لوزارة التربية والتعليم والتي تقبل حالات الفقد التام وليست لديهم إعاقات أخرى عقلية أو بدنية.

٢) الحنو بالذات Self-compassion:

عرفه الباحثون الحنو بالذات على أنه مجموعة من الدفاعات الداخلية الإيجابية والقوى الكامنة والتي تجعل الكفيف في حالة من القدرة على مواجهة مواقف الفشل والحكم الذاتي والإحباط والعزلة والتوحد كذلك معرفة مواطن قوته وضعفه وتقبلها ،واستنباط مشاعر من حوله والتعاطف معها ومشاركتهم تلك المشاعر دون افراط ". وذلك من خلال الابعاد الإيجابية (اللطف بالذات -Self Kindness، والإنسانية المشتركة Common Humanity ، واليقظة الذهنية (Mindfulness، وإجرائياً على أنه الدرجة التي يحصل عليها الكفيف على مقياس الحنو بالذات والدرجة الكلية.

٣) الخصائص السيكومترية Psychometric Properties:

أ- الاتساق الداخلي: "وهو ارتباط كل بند من بنود المقياس مع المقياس ككل، وهو مدى ارتباط الوحدات أو البنود مع بعضها البعض داخل المقياس" (سعد عبد الرحمن، ٢٠٠٨،ص ١٨٤).

ب- صدق المقياس: "أن يقيس الاختبار ما وضع لقياسه أو يقصد به صلاحية الاختبار في قياس ما وضع لقياسه، وهو يعد أهم الخصائص السيكومترية للاختبار" (علي ماهر، ٢٠٠١،ص ٢٩).

ج- ثبات المقياس: "وهو الدرجة الحقيقة التي تعبر عن أداء الفرد على اختبار ما" (صفوت فرج، ٢٠٠٧، ص٢٩٥).

والمقياس الثابت هو الذي يعطي نفس النتائج إذا تكرر تطبيقه علي نفس الأفراد أكثر من مرة .

سادسا الإطار النظري والدراسات السابقة:

١) مفهوم الحنو بالذات :

أ) التعريف اللغوي

تعرف الحنو من المصدر (ش ف ق) بمعنى الحنو والعطف أي ان الفرد يمتلك بداخله القدرة على الحنو والعطف (المعجم الجامع)، كما تعرف الذات في اللغة بأنه نفس الشيء وعينه والذاتي لكل شيء هو : ما يخصه ويميزه عن جميع ما عداه وذات البين في قولهم أصلحوا ذات بينكم :أي حالكم التي تجتمعون عليها أي أن الحنو بالذات هو العطف والرحمة التي يمارسها الفرد تجاه نفسه أو ذاته . (عبد الغني أبو العزم ،٢٠١٤).

ب) تعريف الجمعية الامريكية لعلم النفس (APA)

وتعرف الجمعية الامريكية لعلم النفس (APA,2015) الحنو بالذات بأنه شعور قوي بالتعاطف مع مشاعر الأشخاص الاخرين من حزن أو ضيق ، وعادة ما تكون هناك رغبة في مساعدة الشخص إحساسه بالراحة ، ومنه تم تعريف الحنو بالذات على انه مشتق من الفكر البوذي والذي يتطلب التعاطف والتراحم على الذات تجاه خبرات عدم الكفاءة والفشل ، وإذا كانت ذاتية الانتقاد يمكن أن يؤدي إلى مشاعر سلبية تؤثر على الفرد ، والعطف على الذات قد يعزز الرفاهية النفسية وذلك بحمايتها من المشاعر السلبية الناتجة من المواقف الانفعالية أثناء اختبار الفرد لخبرات الفشل الخاصة به (سعاد سيد،٢٠٢٢: ٦٢).

ج) تعريف معجم علم النفس والطب النفسي :

عرف معجم علم النفس والطب النفسي الحنو بأنه مفهوم يشير الى مشاعر قوية تتجاوب مع مشاعر شخص آخر وجدانياً، أو مع الإنسانية كلها، ومما تتعرض له من الفرح والأسى، ومن الملهاة والمأساة. وهذا الحنو يتضمن ويستلزم فهم الفرد لمشاعره وتقبلها إلى درجة أنه يستطيع أن يعول على خبرته الانفعالية؛ لكي يستوعب معنى مشاعر الآخر سواء أكانت فرحاً أو أسى، كما عرف معجم علم النفس والطب النفسي الذات بأنها مفهوم يعني في التحليل النفسي المفهوم الكلى للفرد الذي يشتمل على الخصائص المميزة شعورية ولا شعورية، جسمية وعقلية. كما يرى يونج أن الذات تنمو تدريجياً عن طريق عملية التفرد، والتي لا تتم حتى

تصل عملية النضج إلى نهايتها ومن ثم فإن مفهوم الحنو بالذات يعبرعن اتجاه انفعالي ايجابي نحو الذات من شأنه حماية الذات من العواقب السلبية الناتجة عن كل من الحكم الذاتي، والعزلة والتوحد مع الذات، ومواجهة النزعة نحو الانانية والتمركز حول الذات والمقارنات الاجتماعية السلبية (جابر وكفافى،١٩٨٩،ص ٦٧) .

د) تعريفات أخرى ذات ارتباط

كما عرفت كريستين نيف الحنو بالذات بأنها قدرة الفرد على تحمل مشاعر المعاناة بدفء وحب واهتمام، وهو اتجاه إيجابي نحو الذات في المواقف المؤلمة أو في مواقف الفشل ينطوي على اللطف بالذات وعلى عدم الانتقاد الشديد لها وفهم خبراته كجزء من الخبرة التي يعانيها أغلب الناس، ومعالجة المشاعر المؤلمة بوعي وعقل منفتح. (Neff k, 2003,p 58).

- كما أكدت على أن الحنو بالذات هي قدرة الفرد علي تحمل المشاعر والمعاناة في الموافق والمشكلات، وخاصة عندما يعانى من بعض الاضطرابات كالقلق والاكتئاب ويتفق المتخصصين على أن الحنو بالذات تتضمن مزيجا من المكونات المعرفية والوجدانية، والدافعية، وتعكس تصور الفرد لذاته، وما يتمتع به من تميز وتفرد عن (Neff, et al., 2007a; Stark, 2014)
- شعور داخلي بالألم الانفعالي، والشعور الإيجابي تجاه هذا الألم.كما تعرف أيضا بأنها "تلك العمليات التي يقوم بها الفرد ليقدم الدعم المعنوي لذاته في لحظات المعاناة (Bayir A,2016,p 23)"
- مفهوم يشير إلى تعاطف الفرد مع ذاته عندما تسوء الأمور وعدم نقد الذات او لومها في حالات الفشل. وأشار، إلى أن الشخص ذو الحنو بذاته هو شخص يغفر لنفسه دائماً.. هو متسامح دائماً.. لأنه غالباً ما يلقي باللوم على الآخرين، أو أن الحياة هي التي تجبره على ارتكاب الاخطاء (ندى الرشود،٢٠٢١ ،ص٣٠٧)
- بذل الجهد لمساعدة الذات والآخرين على تخطي الخبرات غير السارة من خال اللطف تجاه الذات والآخرين، وتقبل المعاناة كجزء من الذات البشرية، والاستبصار الكامل بالانفعالات السلبية بشكل متوازن، والاهتمام بمعاناة الآخرين (رياض طه،٢٠٢١ ، ص٢٤٩).
- الحنو بالذات بناء متعدد الأبعاد يؤدي بالفرد إلى أن يتبنى اتجاهاً ايجابياً نحو ذاته في مواقف الفشل والضغوط التي يتعرض لها وعدم

توجيه النقد واللوم الشديد لها، وفهم خبرات الذات كجزء من الخبرات (محمد البحيري وزهوة حجاج،٢٠٢١،ص ٤٢٨).

- استراتيجية ايجابية تهدف لتنظيم الموقف الانفعالي، حيث يظهر الفرد تعاطفا مع ذاته دون التهرب من آلامه أو احساسه بالفشل، بل أنه يشعر بالتسامح والانفتاح، وينظر لتجربته الشخصية كجزء من التجربة الانسانية عامة، وهو ما يخفف من معاناته، ويصبح قادرا على التخفيف من المشاعر السلبية التي يعاني منها الآخرين(Luo, Meng, Li, Liu, Cao, & Ge,2019,p2).

وتتفق معه (امال الفقي،٢٠١٨،ص ٥٩٩)حيث أشارت إلى أن الحنو بالذات تعني معايشة الفرد للخبرة الذاتية السارة أو الاليمة بوعي، وموضوعية، وانفتاح على الخبرات الخارجية، وذلك من خال الحس الانساني المشترك مع العالم المحيط به وصولا للرفق الموضوعي بالذات، وعدم لومها عند التقصير.

كما يرى يونج أن الذات تنمو تدريجياً عن طريق عملية التفرد، والتي لا تتم حتى تصل عملية النضج إلى نهايتها ومن ثم فإن مفهوم الحنو بالذات يعبر عن اتجاه انفعالي ايجابي نحو الذات من شأنه حماية الذات من العواقب السلبية الناتجة عن كل من الحكم الذاتي، والعزلة والتوحد مع الذات، ومواجهة النزعة نحو الانانية والتمركز حول الذات والمقارنات الاجتماعية السلبية. (سعاد سيد،٢٠٢٢،ص ٦٢).

٥) **التعريف الاجرائي للحنو بالذات** :

مما سبق تعرف الباحثون الحنو بالذات **Self-compassion** على انه مجموعة من الدفاعات الداخلية الإيجابية والقوى الكامنة والتي تجعل التلميذ الكفيف في حالة من القدرة على مواجهة مواقف الفشل والحكم الذاتي والإحباط والعزلة والتوحد مع مشاعره السلبية كذلك معرفة مواطن قوته وضعفه وتقبلها ، واستنباط مشاعر من حوله والتعاطف معها ومشاركتهم تلك المشاعر دون افراط". وذلك من خلال الابعاد الإيجابية التالية:

١- البعد الأول اليقظة العقلية Mindfulness.
٢- البعد الثاني الإنسانية المشتركة Common Humanity.
٣- البعد الثالث اللطف Self – Kindness.

واجرائيا على انه الدرجة التي يحصل عليها الطفل الكفيف على مقياس الحنو بالذات الأبعاد (اللطف بالذات Self-Kindness، والإنسانية المشتركة Common Humanity، واليقظة الذهنية Mindfulness) والدرجة الكلية.

و) مفاهيم متداخلة مع مفهوم الحنو بالذات

هناك مفاهيم متداخلة مع الحنو بالذات والتي تجعل بعض الدارسين لذلك المفهوم قد يصيبهم الحيرة والارتباك وقد يختلط عليهم الامر في تعريفات أخرى ومن ثم يوضح جدول رقم (١) المفاهيم المتداخلة مع مفهوم الحنو بالذات self compassion

جدول (١)

المفاهيم المتداخلة مع مفهوم الحنو بالذات self compassion

م	المفهوم	أوجه الاختلاف بينه وبين مفهوم الحنو بالذات self compassion
	الشفقة على الذات Self - pity	عندما يشعر الفرد بالحنو بالذات يصبح منغمسا في مشاكله الخاصة متناسيا ان الاخرين لديهم مشكلات مماثلة متجاهلا ارتباطه بالآخرين لديه شعور انه الوحيد في العالم الذى يعانى تلك المشكلة و هو ما يزيد من معاناته الشخصية
	تقدير الذات Self - esteem	مفهوم يتضمن تقييم الاداء الشخصي (كيف اكون جيدا؟) بالمقارنة مع المعايير الموضوعة (ما يعد جيدا بما فيه الكفاية؟) في المجالات ذات الاهمية المدركة (من المهم ان تكون جيدا في هذا) كما ينطوي تقدير الذات على النظر الى تقييم الاخرين للذات (ما مدى تقبل الاخرين لي؟) ف تقدير الذات يشير الى الدرجة التي تقيم بها انفسنا بشكل إيجابي و غالبا ما تستند الى مقارنات مع الاخرين
	التسامح مع الذات Self - forgiveness	يحدث التسامح مع الذات فى مواجهه خطأ مدرك معترف به فى حين الحنو بالذات تظهر فى سياق اى معاناه بغض النظر عن السبب كذلك تظهر الحنو بالذات كاستجابة للاحداث الراهنه اما التسامح مع الذات فهى عملية لا تحدث بشكل فورى حتى تكون حقيقية بل تتطلب العمل و الجهد لتطويرها
	التساهل مع الذات Self - indulgence	مفهوم يتضمن حصول الفرد على السعادة المؤقته فى اللحظة الراهنة كمحاولة للتخفيف من المعاناة و الالم او الهروب من الفشل فى حين يتضمن مفهوم الحنو بالذات حصول الفرد على السعادة و الصحة الجيدة على المدى البعيد و ليس فى اللحظة الراهنة فقط
	التمركز حول الذات Self - centeredness	مفهوم يشير الى نظر الفرد لذاته على انها افضل من غيرها فهو يركز على مشاعر الحب و الاعجاب و الافتنان بذاته فقط بينما في الحنو بالذات لا يحتاج الفرد الى مقارنة ذاته بالآخرين

(احمد عبد الملك،٢٠١٩،ص ٢١؛ إيناس جوهر،٢٠٢١،ص ٤٦٢)

٢) أبعاد الحنو بالذات:

تعددت النظريات والدراسات والرؤى التي تناولت ابعد الحنو بالذات فنجد على سبيل المثال مفهوم كريستين نايف يتضمن ثلاث ابعاد رئيسية للحنو بالذات تتفاعل وتتداخل فيما بينها لتنشئ إطارا من الحنو الذاتية للعقل وهي: اللطف بالذات Self-kindness مقابل الحكم الذاتي Self-judgment ، والإنسانية المشتركة Humanity Common مقابل العزلة Isolation ، واليقظة العقلية Mindfulness مقابل الافراط في التوحد Over-Identification، (عادل المنشاوي،٢٠١٦،ص١٦٧) .

وهناك من قدم نموذجا للحنو بالذات أشار فيه إلى أن الحنو بناء مركب متعدد الأبعاد يتألف من أربع مكونات مفتاحية:

١- مكون معرفي Cognitive: ويتضمن الوعي بالآلام، وإدراك الفرد للموقف أو الخبرة المؤلمة التي يمر بها، مع التخلي عن أي أفكار لا عقلانية irrational قد تؤثر سلباً على تفاعله مع تلك الخبرات والمواقف.

٢- مكون انفعالي أو وجداني Emotional : يتضمن تعاطف الفرد الانفعالي مع ذاته أو مع الآخرين أثناء لحظات المعاناة.

٣- مكون مقصود أو انتباهي : Attentional يتضمن الرغبة في تخفيف المعاناة، والضغوط التي يتعرض لها الفرد عند مروره بخبرات غير سارة.

٤- مكون تحفيزي أو دافعي : Motivational يتضمن الاستجابة أو الاستعداد لتخفيف المعاناة والمشكلات بصورة ايجابية.

Jazaieri, McGonigal Jinpa, Doty, Gross & Golden, 2014,p23؛Halifax J, 2012,p233

ولقد أشارت بعد الدراسات إلى أن (Neff et al,2020) قد قدموا نموذجا للحنو بالذات يعتمد على الأبعاد الثلاثة الفرعية الإيجابية لنموذج (Neff,2003) مع تعديل البعد الأول من اللطف بالذات Self-kindness إلى اللطف kindness واعتبار هذا اللطف موجها نحو الذات والآخرين، مع إضافة بعد رابع هو اللامبالاة Indifference وهو البعد الذي يجمع الجوانب السلبية لنموذج (Neff,2003) ويمكن توضيح تلك الأبعاد من خلال النقاط التالية:

١- اللطف ويشير إلى ميل الفرد لإظهار اللطف تجاه ذاته والآخرين أثناء المواقف العصيبة، مع الشعور بالحزن تجاه الاشخاص غير السعداء ومواساتهم والتخفيف عنهم.

٢- اليقظة العقلية وتشير الى الوعي المتوازن للفرد الذي يجعله لا يتجنب وفي نفس الوقت لا يستغرق في آلام الآخرين، مع الاستعداد للاستماع للآخرين وقت المعاناة، ومحاولة تبني وجهة نظر متزنة تجاه مشكلاتهم.

٣- الانسانية المشتركة وتشير الى إدراك الفرد بأن جميع الخبرات الانفعالية السعيدة أو المؤلمة هي خبرات انفعالية يعيشها كل البشر، وأن الجميع لديهم نقاط ضعف، كما أن المعاناة هي جزء من الخبرات الانسانية المشتركة.

٤- اللامبالاة وتشير الى عدم اهتمام الفرد بمشكلات الآخرين، وتجنب من يعانون الآلام، وفقدان الرغبة في التواصل مع الآخرين وقت معاناتهم. (رياض طه،٢٠٢١،ص ص ٢٥١-٢٥٢).

واتفق الباحثون من وجهة نظرهم وعلى ما تقدم على أن يتكون الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين من ثلاثة أبعاد إيجابية أساسية هي:

١ـ البعد الأول: اليقظة العقلية Mindfulness:

هو قدرة الكفيف على الوعي والتأمل والانتباه لمشاعره ونقاط قوته، وتقبل نقاط ضعفه وعدم إصدار أحكام سلبيه عليها.

٢ـ البعد الثاني: الإنسانية المشتركة Common Humanity:

هو قدرة الكفيف على تقبل انه جزء من العالم المحيط به وان المواقف والخبرات الصعبة او السيئة لا تمر به فقط بل هي جزء من متطلبات الحياة، وكذلك قدرته على الشعور بإخفاقات الاخرين واستنباط مشاعرهم والتعاطف معها ومشاركتهم تلك المشاعر دون افراط.

٣ـ البعد الثالث: اللطف بالذات Self-Kindness:

هو قدرة الكفيف على تقبل اخطاءه وتصحيحها دون افراط في تأنيب الذات وجلدها وتقبل انسانيته في الخطأ وتشجيع النفس للتصويب وما يشمله ذلك من إقامة علاقات إيجابية مع النفس.

٣) بعض النظريات المفسرة للحنو بالذات:

أ) النظرية العقلية الاجتماعية Social mentality theory:

تشير النظرية العقلية الاجتماعية – والتي ترتكز على المفاهيم البيولوجية التطورية لعلم الأعصاب ونظرية التعلق – إلى أن أنظمة المعالجة الاجتماعية يمكن أن تنتج استجابات داخلية تسمح بالتهدئة الذاتية، وتفترض هذه النظرية أن الحنو بالذات متغير يمكنه تعطيل نظام التهديد وتنشط نظام التهدئة الذاتية. ويرتبط نظام التهديد الذاتي بمشاعر عدم الأمان والدفاع عن الذات، بينما يرتبط نظام التهدئة الذاتية بمشاعر الارتباط الآمن والاحساس بالأمان ومساعدة الأفراد على الشعور بالهدوء الانفعال، وتفترض هذه النظرية أن الحنو بالذات ترتبط بالرفاهية النفسية، لأنها تولد لدى الفرد مشاعر الأمن والأمان. كما أن تنشيط الحنو بالذات لنظام التهدئة الذاتية يساعد الفرد على التأقلم الناجح في بيئته. وترتبط الحنو بالذات سلبًا بالكمالية العصبية، كما أنها تقلل من التأثيرات السلبية لصورة الجسم؛ وذلك لأن الأفراد الذين يتمتعون بدرجة عالية من الحنو بالذات قليا ما يقارنون أنفسهم بالآخرين، ووفقًا للنظرية العقلية الاجتماعية، يرتبط نظام التهديد بالنقد الذاتي، ويرتبط نظام التهدئة بالقبول الذاتي، وترتبط جوانب النقد الذاتي للكمالية العصابية مع عدم القدرة على التكيف ارتباطًا وثيقًا بنظام التهديد، بينما ترتبط جوانب القبول الذاتي واللطف بالذات – كأحد مظاهر الحنو بالذات – بنظام التهدئة الذاتية (Barnett,&Sharp,2016,p 226).

ب) النظرية الإنسانية Humanist theory:

تشير هذه النظرية إلى أهمية مساعدة الآخرين وتقبلهم بل ومشاركتهم آلامهم ومعاناتهم، وقد شجع ماسلو(Maslow) على مساعدة الآخرين والحنو بهم في حالات الفشل والمعاناة؛ أي الوقوف بجانبهم مع فهم الذات والتسامح معها ومع الآخرين، كما اهتم روجرز (Rogers) بمفهوم الحنو بالذات كأحد أهداف العلاج المتمركز حول العميل، وهو ما يسمح للفرد بأن يكون أكثر وعياً وتقبلاً لذاته، وأكثر انفتاحاً للتغيير والنمو والتطور، مع قدرته على التعبير عن نفسه وحاجاته بوضوح وصراحة وهو ما يعرف بالتقبل الذاتي غير المشروط، أي أن المرء يصدر قرارات أو تقييمات إيجابية دون شروط أو قيود ذاتية (غادة بني فواز ،٢٠٢٢ص ٨).

ج) **نظرية التحليل النفسي Psychological Analysis Theory:**

تُعد مدرسة التحليل النفسي الحنو بالذات حالة من حالات التمركز حول الذات (Egocentrism) يستغرق الشخص فيها بشكل مفرط في عالمه الداخلي، ويعد نفسه وآراءه أو شؤونه الهدف الأكثر من بين الأهداف الأخرى جميعها، ولذلك فإن المعلومات المرتبطة بالذات ينظر إليها الشخص على أنها الأكثر أهمية في تشكيل أحكامه مقارنة بالأفكار التي يطرحها الأخرون عنه أو المعلومات المرتبطة بالأخرين. لذلك تعد الحنو بالذات التي يستخدمها الشخص في منظور التحليل النفسي حالة من حالات مؤازرة الذات في بعض الظروف لتجنب وقوع الذات صريعة الاكتئاب، فضلا عن أنها استراتيجية تعامل مع الضغوط عن طريق توجيه انتباه الشخص إلى ذاته إن كان سلبياً (Wind Chill, et al., 2008 ,p253).

د) **تفسيرات أخرى ذات صلة:**

ويتفق المتخصصين على أن الحنو بالذات تتضمن مزيجا من المكونات المعرفية والوجدانية ، والدافعية، وتعكس تصور الفرد لذاته، وما يتمتع به من تميز وتفرد عن الاخرين (Neff, et al., 2007a; Stark, 2014) .

ولقد ميز كلا من (Wenzel, M., 2005 (Tangney, Boone & Dearing, 2005)) (Woodyatt, L. & Hedrick, K. 2012). بين نوعين من الحنو بالذات، هما:

- الحنو بالذات كموقف شخصي حقيقي وأصيل: وتحدث عندما يتعامل الفرد مع ذاته بلطف؛ فيتقبلها معترفا بالمسئولية والتقصير، متعهدا بتطويرها في المستقبل، وتصويب الأخطاء التي وقع فيها. الحنو بالذات كموقف شخصي مزيف: وتحدث عندما يقوم الفرد بإزاحة مسئوليته عن الأخطاء بتوجيه اللوم للآخرين، أو إلقائها على الظروف والأحداث الخارجية، وعلى الرغم من أن هذا الميل قد يحقق لهم راحة وقتية، فانه يصرفهم عن تحسين ذاتهم في المستقبل، لكونه حيلة تستهدف تجنب لوم الذات في إطار علاقته بمفهوم العفو عن الذات وتقدير الذات.

مما سبق يتضح تعدد المدارس النفسية والنظريات التي تناولت تفسير مفهوم الحنو بالذات وكذلك المرتبطة بكينونة هذا المفهوم الذي يحمل في طياته الكثير من الاتجاهات الإيجابية للفرد نحو ذاته ومن ثم ترى الباحثين ان الحنو بالذات حالة شعورية من الاستغراق المنظم للذات والتمركز حولها تجعل الفرد

قادراً على مواجهة المواقف الضاغطة ومواقف الفشل، وتذليلها والتعايش معها. فهي تلك الطاقات الكامنة التي تجعل الطفل الكفيف قادرا أولا على التعاطف مع نفسه ومع بيئته والمحيطين به من جهة أخرى. فهي تلك الهالة الداخلية والتي تحيط بالطفل الكفيف ضد الاحباطات الخارجية المتكررة وتجارب الفشل وتحوله الى طاقة نور وقوة لتقبلها وتحويلها الى نجاحات فالحنو بالذات يبدأ من الداخل أولا حيث توجهات الطفل الكفيف نحو ذاته ومن ثم نحو ما يحيط به.

سابعا الإجراءات المنهجية للبحث:

١ـ **منهج البحث** : يعتمد البحث على المنهج الوصفي ، ولأنه انسب المناهج لهذا البحث،لأن الهدف الرئيس هو التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين .

٢ـ **مجتمع البحث**: يتألف مجتمع البحث من بعض التلاميذ المكفوفين المقيدين بمدرسة النور بمنطقة الأمل بمحافظة السويس.

٣ـ **عينة البحث**: وتكونت عينة البحث من (٣٤) تلميذ كفيف ممن تراوحت أعمارهم من (٦ – ٩) سنوات، بمتوسط عُمري (٧،٥٢٩) عامًا، وبانحراف معياري (١،١٠٧)،

٤ـ **أداة البحث** :

مقياس الحنو بالذات لدى المكفوفين (إعداد الباحثين).

- **هدف المقياس**:

قياس الحنو بالذات لدى المكفوفين بالمرحلة الابتدائية.

- **مبررات إعداد المقياس**:

لقد ظهرت الحاجة لدى الباحثون لإعداد مقياس الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين ليتناسب مع خبرات الأطفال المكفوفين، ويتناسب مع طبيعة عينة البحث نظراً لأن غالبية المقاييس التي تناولت الحنو بالذات (Self Compassion) تناولت فئات عمرية أكبر سناً متجاهلةً أن الطفولة تعتبر نوافذ ومداخل لكل من أبعاد الحنو بالذات الثلاث وهي اليقظة العقلية (Mindfulness)والإنسانية المشتركة (Common Humanity) واللطف بالذات (Self-Kindness). كما وجد الباحثون أن الكثير من الدراسات والمقاييس التي تقيس الحنو بالذات مع فئات

أخرى من غير المكفوفين بالمرحلة الابتدائية مما كان ذلك دافعاً للباحثين لإعداد وبناء مقياس الحنو بالذات لدى المكفوفين.

١- لا توجد - في حدود علم الباحثون – أداه مقننة لقياس الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين

٢- يتناول البحث الحالي مرحلة عمرية من اهم واخطر مراحل النمو الإنساني وهي مرحلة الطفوله المبكرة ، وقد أوصت العديد من الدراسات بضرورة التدخل المبكر في مرحلة الطفولة المبكرة مما يقلل من حجم المشكلة وتأثيرها لدى التلاميذ المكفوفين

٣- تتميز فترة الطفولة بانها متعددة النوافذ والمداخل لكل من أبعاد الحنو بالذات للثلاث وهي اليقظة العقلية (Mindfulness)والإنسانية المشتركة (Com-mon Humanity) واللطف بالذات (Self Kindness) وكذلك ثبات ما يتم اكتسابه بل ورسوخه في فترات النمو المختلفة.

- **خطوات بناء المقياس**:

قام الباحثون بإعداد هذا المقياس وفقا للخطوات التالية:

١) الاطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة الخاصة بالحنو بالذات والمكفوفين"كما ورد في كل من الفصلين الثاني والثالث من البحث".

٢) الاطلاع على ما توفر لدى الباحثين من مقاييس خاصة بالحنو بالذات بأبعاده المختلفة، فنجد مفهوم كريستين نايف يتضمن ثلاث ابعاد رئيسية للحنو بالذات تتفاعل وتتداخل فيما بينها لتنشئ إطارا من الحنو الذاتية للعقل وهي: اللطف بالذات Self-kindness مقابل الحكم الذاتي Self-judgment ، والإنسانية المشتركة Common Humanity مقابل العزلة Isolation ، واليقظة العقلية Mindfulness مقابل الافراط في التوحد Over-Identification، (عادل المنشاوي، ٢٠١٦،ص ١٦٧.)

وهناك من قدم نموذجا للحنو بالذات أشار فيه إلى أن الحنو بناء مركب متعدد الأبعاد يتألف من أربع مكونات مفتاحية: مكون معرفيCognitive، مكون انفعالي أو وجدانيEmotional ، مكون مقصود أو انتباهي Attentional ، مكون تحفيزي أو دافعي Motivational (Jazaieri, McGonigal Jinpa, Doty, Gross & Golden, 2014,p23;Halifax J, 2012,p233)

ودراسة (Neff et al,2020) الذين قدموا نموذجا للحنو بالذات يعتمد على الأبعاد الثلاثة الفرعية الإيجابية لنموذج (Neff,2003) مع تعديل البعد الأول من اللطف بالذات Self-kindness إلى اللطف kindness واعتبار هذا اللطف موجها نحو الذات والآخرين، مع إضافة بعد رابع هو اللامبالاة Indifference وهو البعد الذي يجمع الجوانب السلبية لنموذج (Neff,2003) ويمكن توضيح تلك الأبعاد من خلال .

ولقد قام الباحثون بعمل مسح للمقاييس الأجنبية والعربية التي تناولت أبعاد الحنو بالذات لدى عينات وفئات مختلفة وتم تلخيص ما درسوه بالجدول رقم (٢).

جدول (٢)

أبعاد المقاييس التي اطلع عليها الباحثون

م	إعداد	السنة	الأبعاد
١	Neff, 2003	٢٠٠٣	تكون من ثلاث أبعاد رئيسية للحنو على الذات وهي اللطف بالذات في مقابل الحكم على الذات. وبعد الإنسانية المشتركة في مقابل العزلة وبعد اليقظة العقلية في مقابل التوحد مكونة لستة وعشرون عبارة.
٢	محمد عبد الرحمن و فتحي الضبع	٢٠١٤	مستخدما نفس ابعاد كريستين نايف في مقياسها للحنو على الذات مع ترجمة العبارات وتصيرها مكونة أيضا من ٢٦ عبارة.
٣	Raes, Pommier, Neff & Gucht	٢٠١١	وتتكون هذه البحث الحنو بالذات من بعدين رئيسيين هما الدفء الذاتي Self-Warmth وهو البعد الأول ويشمل الأبعاد الفرعية الإيجابية للحنو بالذات ،والبعد الثاني هو البرود الذاتي Self-Coldness.
٤	Neff & Dahm	٢٠١٥	وتتكون من ثلاث أبعاد حيث يمتد كل بعد منها على متصل يشمل القطبين أو الطرفين السالب والموجب والذي يتوزع الأفراد بينهم بناء على مستو الحنو بالذات لديهم.
٥	Janjani, Haghnazari, Keshavarzi & Rai	٢٠١٦	وتتكون من أربعة أبعاد البعد المعرفي وهو إدراك المعاناة. والبعد الثاني هو البعد الوجداني وهو التعاطف مع المعاناة . البعد الثالث الانتباه وهو الرغبة في التحرر من المعاناة .والبعد الأخير هو الدافعية وهو الاستعداد للتحرر من المعاناة.
٦	محمود سعيد عطية	٢٠١٨	تكون من ثلاث ابعاد رئيسية للحنو على الذات فقد استخدم فقط الأقطاب الإيجابية للحنو على الذات متمثلة في بعد اللطف بالذات. بعد الحس الإنساني المشترك. وبعد اليقظة العقلية مكونة لتسعة عشر عبارة.

م	إعداد	السنة	الأبعاد
٧	Seph Fontane Pennock Hugo ٢ Alberts, (YIN (YANG	٢٠١٩	يتكون من ستة ابعاد إيجابية مستخدمه هي الراحة والمهدئ و التحقق والحماية والتوفير والتحفيز.
٨	احمد احمد عبد الملك	٢٠١٩	يتكون من ستة ابعاد رئيسية وهي اللطف بالذات الحكم الذاتي الإنسانية المشتركة العزلة اليقظة العقلية الافراط في التودد مع الذات بواقع ٦ مفردات لكل بعد واجمالي ٣٦ مفردة.
٩	حسام الدين محمود عزب وآخرون	٢٠٢٠	تكون من اربعة أبعاد رئيسية وهي بعد اللطف بالذات مقابل الحكم على الذات. وبعد الإنسانية المشتركة في مقابل العزلة وبعد اليقظة العقلية مقابل التوحد وبعد الحكمة مكونة لسبعة وثلاثون عبارة .
١٠	Neff et al	٢٠٢٠	قدموا نموذجا للشفقة بالذات يعتمد على الأبعاد الثلاثة الفرعية الإيجابية لنموذج ٢٠٠٣Neffمع تعديل البعد الأول من اللطف بالذات Self-kindness إلى اللطف kindness واعتبار هذا اللطف موجها نحو الذات والآخرين. مع إضافة بعد رابع هو اللامبالاة Indifference وهو البعد الذي يجمع الجوانب السلبية لنموذج.
١١	محمد حميد سرحان	٢٠٢١	تتكون من ستة ابعاد هي بعد الرفق بالذات وبعد محاكمة الذات وبعد المشاركة الإنسانية وبعد العزلة وبعد التعقل وبعد التقمص المفرط موزعه على ٢٦ عبارة.

قامت الباحثون باجراء وقامت بإعداد استمارة استطلاعية تم توزيعها بصورة عشوائية على بعض التلاميذ المكفوفين بحيث يكون وعاء البنود مستمداً من السؤال مفتوح النهاية، وقد تضمن الاستمارة الاستطلاعية السؤال الآتي:

- **ماذا تفعل عندما تتعرض لإخفاقٍ ما؟**

وقامت الباحثون بعمل حصر للإجابات التي ذكرها التلاميذ بناء على نتيجة البحث الاستطلاعية وفي ضوء نتائج الاستمارة الاستطلاعية انتهت الباحثون إلى تحديد وصياغة الصورة المبدئية لأبعاد ومفردات مقياس الحنو بالذات .

٣) بناء الصورة الأولية للمقياس حيث ارتأت الباحثون أن تعتمد على عبارات دقيقة تعبر عن أبعاد الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين وقد بلغ عدد مفردات المقياس في صورته الأولية ٣٥ مفردة .

٤) عرض المقياس في صورته الأولى على المحكمين –وعددهم ٢٥ محكم– من أساتذة الصحة نفسية والتربية خاصة في مختلف جامعات جمهورية مصر العربية.
٥) الحصول على الموافقات الرسمية من الجامعة و الجهاز المركزي للتعبئة والإحصاء وذلك لتطبيق المقياس وحساب الخصائص السيكومترية.

- **وصف المقياس**:

١) تكون المقياس في صورته الأولية من(٣٥) مفردة.
٢) تكون المقياس في صورته النهائية من (٣٤) مفردة مقسمة على ثلاثة أبعاد رئيسية وهي اليقظة العقلية Mindfulness ومكونة من (١٠) مفردات ، واللطف بالذات Self-Kindness ومكونة من (١٢) مفردة والإنسانية المشتركة Common Humanity ومكونة من (١٢) مفردة فعند حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الحنو بالذات، والدرجة الكلية للمقياس (بعد الحذف) كانت هناك مفردة واحدة غير دالة؛ هي المفردة رقم (١٦)؛ ولذا قام الباحثون بحذفها من المقياس.

وتتم الإجابة عن كل مفردة من مفرداته من خلال ثلاث بدائل هي (دائماً، أحياناً، أبداً)، وتعطي درجات ٣-٢-١ علي الترتيب ،. وعلى هذا تكون الدرجة العظمى (١٠٢) وتكون الدرجة الصغرى (٣٤).

وتدل الدرجة العظمى على ارتفاع مستوى الحنو بالذات لدى المكفوفين، وتدل الدرجة الصغرى على انخفاض مستوى الحنو بالذات لدى المكفوفين وتكون الحدود الفاصلة للمقياس هي (٣٤: ٥٧) منخفض، و(٥٨: ٨٠) متوسط)، و(٨١: ١٠٢) مرتفع

- **حساب الخصائص السيكو مترية**:

وقد تم حساب الخصائص السيكومترية للمقياس وذلك بالإجابة على تساؤلات البحث السابق ذكرها.

اولا الاتساق الداخلي لمقياس الحنو بالذات لدى المكفوفين: للإجابة على التساؤل الاول " ما مؤشرات الاتساق الداخلي لمقياس الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين ؟ قام الباحثون بعمل الأساليب الإحصائية التالية:

- **الاتساق الداخلي للمفردات**: وتَمَّ ذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، والجدولان الآتيان يوضحان معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الحنو بالذات، والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة:

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الحنو بالذات والدرجة الكلية للمقياس

رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
١	**٠,٦١٩	١٣	**٠,٧٥٠	٢٦	*٠,٤٠٠
٢	**٠,٤٤٠	١٤	**٠,٦٥٧	٢٧	*٠,٣٧٠
٣	**٠,٥١٣	١٥	**٠,٧٠٢	٢٨	**٠,٥٢٢
٤	**٠,٦٦٧	١٧	**٠,٦٨٣	٢٩	**٠,٦٨٨
٥	**٠,٥٠٩	١٨	**٠,٦٩٦	٣٠	**٠,٦٦٥
٦	**٠,٦٦٥	١٩	**٠,٦٤٠	٣١	**٠,٧٦٤
٧	**٠,٥٤٩	٢٠	**٠,٤٦١	٣٢	**٠,٧٥٠
٨	**٠,٧١٨	٢١	**٠,٧٧١	٣٣	**٠,٨٨٠
٩	**٠,٦٠٣	٢٢	**٠,٥٦١	٣٤	**٠,٧٥٤
١٠	**٠,٧٠٣	٢٣	**٠,٤٩٣	٣٥	**٠,٧٤٩
١١	**٠,٧٤٩	٢٤	**٠,٤٦٤		
١٢	**٠,٧٩٢	٢٥	**٠,٤٤٩		

** دالة عند مستوى (٠،٠١).

* دالة عند مستوى (٠،٠٥).

يتضح من جدول (٦) أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الحنو بالذات، والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى (٠،٠١)، عدا مفردتين دالتين عند مستوى (٠،٠٥)؛ ومما سبق يتضح أن مفردات مقياس الحنو بالذات على درجة عالية من الاتساق الداخليّ.

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الحنو بالذات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة:

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الحنو بالذات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة

اليقظة العقلية		الإنسانية المشتركة		اللطف بالذات	
رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
١	٠,٥٩٢**	٢	٠,٤٠٢*	٣	٠,٥٦٤**
٤	٠,٦١٧**	٥	٠,٤٥٤**	٦	٠,٦٧٢**
٧	٠,٦٥٤**	٨	٠,٦٩٩**	٩	٠,٦٩٩**
١٠	٠,٧٢٣**	١١	٠,٧٣٧**	١٢	٠,٧٣٤**
١٣	٠,٦٨٩**	١٤	٠,٧١٠**	١٥	٠,٦٩٤**
١٩	٠,٧٥٤**	١٧	٠,٧١٦**	١٨	٠,٦٩٣**
٢٢	٠,٦٧٠**	٢٠	٠,٥٣٣**	٢١	٠,٨٠٤**
٢٥	٠,٥٢١**	٢٣	٠,٥٧٥**	٢٤	٠,٤٤٦**
٢٨	٠,٤٢٤*	٢٦	٠,٤٥٧**	٢٧	٠,٤٨٨**
٣١	٠,٦٩٢**	٢٩	٠,٦٧٧**	٣٠	٠,٦٩٩**
		٣٢	٠,٧٣٢**	٣٣	٠,٨٦١**
		٣٤	٠,٧٤٢**	٣٥	٠,٨٠٤**

** دالة عند مستوى (٠،٠١).

* دالة عند مستوى (٠،٠٥).

يتضح من جدول (٧) أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الحنو بالذات، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة دالة عند مستوى (٠،٠١)، عدا مفردتين دالتين عند مستوى (٠،٠٥)، ومما سبق يتضح أن مفردات المقياس على درجة عالية من الاتساق الداخليٍ.

- **الاتساق الداخلي للأبعاد**: وذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، ويوضح الجدول الآتي معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس الحنو بالذات والدرجة الكلية للمقياس:

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس الحنو بالذات، والدرجة الكلية للمقياس

البعد	معامل الارتباط
اليقظة العقلية	**٠,٩٧٠
الإدراك الإنسانية المشتركة	**٠,٩٧٩
اللطف بالذات	**٠,٩٦٧

** معاملات ارتباط دالة عند مستوى (٠،٠١).

يتضح من جدول (٨) أن معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس، والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى ٠،٠١ مما يدل على وجود اتساق داخلي مرتفع لأبعاد المقياس.

ثانيا الثبات لمقياس الحنو بالذات لدى المكفوفين:

للإجابة على التساؤل الثاني " ما مؤشرات الثبات لمقياس الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين ؟

قام الباحثون بحساب معامل الثبات على عينة الكفاءة السيكومترية، والتي بلغ عددُها (٣٤) تلميذًا من المكفوفين، حيث رصدت نتائجهم في الإجابة عن المقياس، وقد استخدمت الباحثون طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية لكل من سبيرمانSpearman ، وجتمان Guttman، وطريقة إعادة التطبيق، باستخدام برنامج (SPSS 18) على النحو الآتي:

- **طريقة ألفا كرونباخ:**

تم حساب معامل الثبات للمقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach›s Alpha)، باستخدام برنامج التحليل الإحصائي للبيانات .18) SPSS)، حيث تم حساب قيمة معامل ألفا للمقياس من خلال حساب قيمة ألفا لكل بعد من أبعاد المقياس، وكذلك للمقياس ككل، كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول (٦)

معاملات ألفا كرونباخ لمقياس الحنو بالذات (ن = ٣٤)

البعد	عدد المفردات	معامل ألفا كرونباخ
اليقظة العقلية	١٠	٠,٨٣٥
الإنسانية المشتركة	١٢	٠,٨٥٩
اللطف بالذات	١٢	٠,٨٩٧
الدرجة الكلية	٣٤	٠,٩٥٤

يتضح من جدول (٦) أن جميع قيم معاملات ألفا للأبعاد والدرجة الكلية قيم مرتفعة، وبناءً عليه يمكن الوثوق والاطمئنان إلى نتائج المقياس في البحث الحالية.

- **طريقة التجزئة النصفية**:

تعمل تلك الطريقة على حساب معامل الارتباط بين درجات نصفى مقياس الحنو بالذات، حيث تَمَّ تجزئة المقياس إلى نصفين متكافئين، يتضمن القسم الأول درجات في الأسئلة الفردية، ويتضمن القسم الثاني درجات في الأسئلة الزوجية، ثُمَّ حساب معامل الارتباط بينهما، **ويوضح الجدول التالي الثبات بطريقة التجزئة النصفية**:

جدول (٧)

الثبات بطريقة التجزئة النصفية للمقياس

المفردات	العدد	معامل ألفا لكرونباخ	معامل الارتباط	معامل الثبات لسبيرمان براون	معامل الثبات لجتمان
الجزء الأول	١٧	٠,٨٩٥	٠,٩٦٢	٠,٩٨١	٠,٩٧٧
الجزء الثاني	١٧	٠,٩٢١			

يتضح من جدول (٧) أن معامل ثبات مقياس الحنو بالذات يساوى (٠،٩٨١)، وهو معامل ثبات يشير إلى أن المقياس على درجة عالية من الثبات، وهو يعطى درجة من الثقة عند استخدام مقياس الحنو بالذات كأداة للقياس في البحث الحالية، وهذا يعد مؤشرًا على أن مقياس الحنو بالذات يمكن أن يعطى النتائج نفسها إذا ما أعيد تطبيقه على العينة وفى ظروف التطبيق نفسها.

- **طريقة إعادة التطبيق**:

وتقوم هذه الطريقة على أساس تطبيق المقياس على عينة الكفاءة السيكومترية مرتين متتاليتين، يكون الفاصل بينهما فترة كافية لا تساعد الفرد على تذكر مفردات المقياس، ويدل الارتباط بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني على معامل استقرار (ثبات) الاختبار، وعليه قامت الباحثون بتطبيق مقياس الحنو بالذات على عينة الكفاءة السيكومترية البالغ عددها (٣٤) تلميذًا من المكفوفين، وبعد مضي أسبوعين تم إعادة تطبيقه مرة أخرى على نفس العينة، ثم قامت الباحثون بتفريغ الدرجات، وباستخدام معامل الارتباط (بيرسون) بين نتائج التطبيقين ظهرت قيمة معامل الثبات، ويتضح ذلك من خلال الجدول الآتي:

جدول(٨)

معاملات الثبات بطريقة إعادة تطبيق الاختبار لمقياس الحنو بالذات (ن =٣٤)

البعد	اليقظة العقلية	الإنسانية المشتركة	اللطف بالذات	الدرجة الكلية
معامل الارتباط	**٠,٩٠٦	**٠,٨٤٦	**٠,٩١٤	**٠,٩٧١

** قيمة معامل الارتباط دالة عند مستوي ٠,٠١

يتضح من الجدول (٨) أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في كل بعد من أبعاد المقياس، وكذلك في المقياس ككل جميعها مرتفعة ودالة عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وهذا يؤكد أن المقياس على درجة عالية من الثبات، وبناء عليه يمكن الوثوق والاطمئنان إلى نتائج المقياس في البحث الحالية.

ثالثا صدق المقياس :

فللإجابة عن التساؤل الثالث والذي ينص على " ما مؤشرات الصدق لمقياس الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين ؟"

قام الباحثون بإجراء العمليات الإحصائية التالية وتم التحقق من صدق مقياس الحنو بالذات باستخدام الطرق التالية: استخدام صدق المحكمين، والصدق الظاهري، وصدق المفردات، وصدق المحك، وفيما يلي توضيح ذلك:

- **صدق المحكمين**:

تم عرض المقياس في صورته الأولية على خمسة وعشرين محكمًا من أساتذة الصحة النفسية والتربية الخاصة وعلم النفس؛ للحكم على المقياس، وعلى مدى مناسبته لعينة البحث، ومدى صلاحية مفردات المقياس للتطبيق، والحكم على دقة الصياغة، واقتراح التعديلات اللازمة، **ويلخص الجدول الآتي النسب المئوية لاتفاق السادة المحكمين**:

جدول (٩)

نسب اتفاق السادة المُحكِّمين على عبارات مقياس الحنو بالذات لدى المكفوفين

البعد الأول: اليقظة العقلية		البعد الثاني: الإنسانية المشتركة		البعد الثالث: اللطف بالذات	
رقم العبارة	نسبة الاتفاق	رقم العبارة	نسبة الاتفاق	رقم العبارة	نسبة الاتفاق
١	٩٢,٥٩٪	١	١٠٠٪	١	١٠٠٪
٢	١٠٠٪	٢	٩٦,٣٠٪	٢	١٠٠٪
٣	١٠٠٪	٣	١٠٠٪	٣	٩٦,٣٠٪
٤	٩٦,٣٠٪	٤	١٠٠٪	٤	٩٦,٣٠٪
٥	٨٨,٨٩٪	٥	٩٢,٥٩٪	٥	١٠٠٪
٦	١٠٠٪	٦	١٠٠٪	٦	١٠٠٪
٧	٩٦,٣٠٪	٧	٩٢,٥٩٪	٧	٩٢,٥٩٪
٨	١٠٠٪	٨	٨٨,٨٩٪	٨	١٠٠٪
٩	٨٥,١٩٪	٩	١٠٠٪	٩	٩٦,٣٠٪
١٠	١٠٠٪	١٠	٨٨,٨٩٪	١٠	٩٦,٣٠٪
١١	٩٢,٥٩٪	١١	٩٦,٣٠٪	١١	١٠٠٪
		١٢	١٠٠٪	١٢	٨٨,٨٩٪

يتضح من جدول (٩) أن النسب المئوية لاتفاق السادة المحكمين على عبارات مقياس الحنو بالذات لدى المكفوفين؛ وصلت جميعها إلى نسبة عالية، لا تقل عن (٨٥،١٩٪) في جميع العبارات، وبالتالي أبقت الباحثين على جميع العبارات كماهي دون حذف، ليصبح عدد عبارات المقياس (٣٥) عبارة كما هو.

- **الصدق الظاهري**:

قام الباحثون بتطبيق مقياس الحنو بالذات على عينة الكفاءة السيكومترية، والتي بلغ قوامُها (٣٤) تلميذًا من المكفوفين، تتراوح أعمارهم من (٦ – ٩) سنوات، بمتوسط عُمري (٧،٥٢٩) عامًا، وبانحراف معياري (١،١٠٧)، واتضح للباحثة أن التعليمات الخاصة بالمقياس

واضحة ومحددة، وأن العبارات تتصف أيضًا بالوضوح التام وسهولة الفهم؛ مما يؤكد أن مقياس الحنو بالذات يتمتع بالصدق الظاهريّ.

- **صدق المفردات**:

وتمَّ ذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للمقياس، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، والجدولان الآتيان يوضحان ذلك معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الحنو بالذات، والدرجة الكلية للمقياس (بعد الحذف)، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة (بعد الحذف):

جدول(١٠)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الحنو بالذات والدرجة الكلية للمقياس (محذوفاً منها درجة المفردة)

رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
١	**٠,٦٠٢	١٣	**٠,٧٥٣	٢٥	**٠,٤٥٢
٢	*٠,٤٢٨	١٤	**٠,٦٦٠	٢٦	*٠,٤٠٤
٣	**٠,٥٠٩	١٥	**٠,٧٠٤	٢٧	*٠,٣٦٧
٤	**٠,٦٦٢	١٦	٠,٢٥٦	٢٨	**٠,٥١٧
٥	**٠,٥٠١	١٧	**٠,٦٧٦	٢٩	**٠,٦٨٨
٦	**٠,٦٥٦	١٨	**٠,٦٩١	٣٠	**٠,٦٦٥
٧	**٠,٥٥٢	١٩	**٠,٦٤٣	٣١	**٠,٧٦٣
٨	**٠,٧١٥	٢٠	**٠,٤٦٢	٣٢	**٠,٧٤٩
٩	**٠,٦٠١	٢١	**٠,٧٧٣	٣٣	**٠,٨٨٣
١٠	**٠,٧٠٢	٢٢	**٠,٥٦٤	٣٤	**٠,٧٥٨
١١	**٠,٧٥٢	٢٣	**٠,٤٩٦	٣٥	**٠,٧٥٢
١٢	**٠,٧٩٦	٢٤	**٠,٤٦٨		

** دالة عند مستوى (٠،٠١).

* دالة عند مستوى (٠،٠٥).

يتضح من جدول (١٠) أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الحنو بالذات، والدرجة الكلية للمقياس (بعد الحذف) دالة عند مستوى (٠،٠١)، عدا ثلاث مفردات دالة عند مستوى (٠،٠٥)، وكانت هناك مفردة واحدة غير دالة؛ هي المفردة رقم (١٦)؛ ولذا قامت الباحثين بحذفها من المقياس؛ ومما سبق يتضح أن مفردات مقياس الحنو بالذات على درجة عالية من الصدق.

جدول (١١)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الحنو بالذات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة (محذوفاً منها درجة المفردة)

اليقظة العقلية		الإنسانية المشتركة		اللطف بالذات	
رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
١	**٠,٥٣١	٢	*٠,٣٣٩	٣	*٠,٤١١
٤	**٠,٥٩٧	٥	*٠,٣٨٩	٦	**٠,٥٦٢
٧	**٠,٦٦٩	٨	**٠,٦٣٣	٩	**٠,٥٣٤
١٠	**٠,٧١٨	١١	**٠,٧٠٩	١٢	**٠,٨٠٧
١٣	**٠,٦٩٣	١٤	**٠,٥٩١	١٥	**٠,٦٦٧
١٩	**٠,٧٦٨	١٧	**٠,٦٣٨	١٨	**٠,٦٣٣
٢٢	**٠,٦٨٦	٢٠	**٠,٥٧٠	٢١	**٠,٧٣٦
٢٥	**٠,٥٣٤	٢٣	**٠,٦٠١	٢٤	**٠,٤٨٥
٢٨	*٠,٤٠٢	٢٦	**٠,٤٧٩	٢٧	*٠,٣٤١
٣١	**٠,٦٨٤	٢٩	**٠,٥٦١	٣٠	**٠,٥٥٢
		٣٢	**٠,٦٦٧	٣٣	**٠,٨٤٧
		٣٤	**٠,٧٥٩	٣٥	**٠,٦٧٩

** دالة عند مستوى (٠،٠١).

* دالة عند مستوى (٠،٠٥).

يتضح من جدول (١١) أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الحنو بالذات، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة (بعد الحذف) دالة عند مستوى (٠،٠١)، عدا خمس مفردات دالة عند مستوى (٠،٠٥)، ومما سبق يتضح أن مفردات المقياس على درجة عالية من الصدق.

- **صدق الارتباط بالمحك**:

قامت الباحثين بحساب الصدق بطريقة الارتباط بالمحك، وذلك بتطبيق مقياس الحنو بالذات (إعداد أحمد عبدالملك، ٢٠١٩)[١]، ومقياس الحنو بالذات لدى المكفوفين (إعداد الباحثين) على عينة الكفاءة السيكومترية، في جلسة واحدة، وحساب معامل الارتباط بين درجات على مقياس الحنو بالذات (إعداد الباحثين)، ودرجاتهم على مقياس الحنو بالذات (إعداد أحمد عبدالملك، ٢٠١٩)، والجدول الآتي يوضح معامل الارتباط بين درجات على مقياس الحنو بالذات (إعداد الباحثين)، ودرجاتهم على مقياس الحنو بالذات (إعداد أحمد عبد الملك، ٢٠١٩):

جدول (١٢)

معاملات الارتباط بين درجات الأطفال على مقياس الحنو بالذات (إعداد الباحثين)، ودرجاتهم على مقياس الحنو على الذات (إعداد أحمد عبدالملك، ٢٠١٩) (ن = ٣٤)

مقياس المحك / مقياس الحنو بالذات	الدرجة الكلية	الدلالة
الدرجة الكلية	**٠,٨٧٦	دالة عند مستوى ٠,٠١

(١) نظرًا لأن مقياس المحك يقيس الحنو بالذات لدى المراهقين المكفوفين؛ قامت الباحثين بالتحقق من مناسبة المقياس لدى التلاميذ المكفوفين قبل استخدامه، وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (٢٠) طفلاً من المكفوفين، ممن تراوحت أعمارهم من (٦ – ٩) سنوات، بمتوسط عمري (٧،٣٥٠) عامًا، وانحراف معياري (١،١٣٦)، واتضح للباحثة أن العبارات تتصف بالوضوح التام وسهولة الفهم؛ مما يؤكد أن المقياس يتمتع بالصدق الظاهريّ، كما قامت الباحثين بالتحقق من صدق مفردات المقياس عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للمقياس، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وكانت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠،٠١)؛ مما يدل على صدق المفردات، كما قامت الباحثين بالتحقق من الاتساق الداخليّ للمقياس، وذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، وكانت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠،٠١)؛ مما يدل على وجود اتساق داخليّ مرتفع لمفردات المقياس.

يتضح من جدول (١٢) أن قيمة معامل الارتباط بين درجات على مقياس الحنو بالذات (إعداد الباحثين)، ودرجاتهم على مقياس الحنو بالذات (إعداد أحمد عبدالملك، ٢٠١٩)، تساوي (٠،٨٧٦)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١)؛ مما يدل على أن المقياس يتصف بدرجة عالية من صدق المحك.

ثامناً ملخص النتائج:

وعلى ضوء ما سبق فقد أسفرت النتائج عن:

- تأكيد الاتساق الداخلي ومعاملات الارتباط المرتفعة والدالة إحصائياً، وظهر ذلك من خلال معاملات الارتباط المرتفعة بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الحنو بالذات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة.
- ارتفاع جميع معاملات الثبات والتي قام الباحثون بحسابها على عينة الكفاءة السيكومترية، والتي بلغ عددُها (٣٤) تلميذًا من المكفوفين المقيدين بمدرسة النور الابتدائية بمحافظة السويس، عن طريق استخدام برنامج التحليل الإحصائي للبيانات (SPSS).18، والمتضمن طريقة ألفا كرونباخ (Cronbach›s Alpha)، ، وطريقة التجزئة النصفية لكل من سبيرمان Spearman، وجتمان Guttman، وطريقة إعادة التطبيق.
- تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق ابتداء من حساب صدق المحكمين صدق المحكمين، والصدق الظاهري، وصدق المفردات- حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للمقياس، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، والجدولان الآتيان يوضحان معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الحنو بالذات، والدرجة الكلية للمقياس (بعد الحذف)، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة (بعد الحذف) - وصدق المحك

- ومن ذلك خلص الباحثون إلى أن مقياس الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين يعد ذو خصائص سيكومترية تطمئن الباحثين لاستخدامه في الدراسات السيكولوجية.
- تكون المقياس في صورته النهائية من (٣٤) مفردة مقسمة على ثلاثة أبعاد رئيسية وهي اليقظة العقلية Mindfulness وهو قدرة الكفيف على الوعي والتأمل والانتباه لمشاعره ونقاط قوته، وتقبل نقاط ضعفه وعدم إصدار أحكام سلبيه عليها.مكونة من (١٠) مفردات ، البعد الثاني: الإنسانية المشتركة Common Humanity و هو قدرة الكفيف على تقبل انه جزء من العالم المحيط به وان المواقف والخبرات الصعبة او السيئة لا تمر به فقط بل هي جزء من متطلبات الحياة ، وكذلك قدرته على الشعور بإخفاقات الاخرين واستنباط مشاعرهم والتعاطف معها ومشاركتهم تلك المشاعر دون افراط.وعدد مفردات هذا البعد (١٢) مفردة البعد الثالث: اللطف بالذات Self-Kindness: هو قدرة الكفيف على تقبل اخطاءه وتصحيحها دون افراط في تأنيب الذات وجلدها وتقبل انسانيته في الخطأ وتشجيع النفس للتصويب وما يشمله ذلك من إقامة علاقات إيجابية مع النفسواللطف بالذات Self-Kindnessوعدد مفردات هذا البعد (١٢) مفردة

وتتم الإجابة عن كل مفردة من مفرداته من خلال ثلاث بدائل هي (دائماً، أحياناً، أبداً)، وتعطي درجات ٣-٢-١ علي الترتيب ،. وعلى هذا تكون الدرجة العظمى (١٠٢) وتكون الدرجة الصغرى (٣٤).

وتدل الدرجة العظمى على ارتفاع مستوى الحنو بالذات لدى المكفوفين، وتدل الدرجة الصغرى على انخفاض مستوى الحنو بالذات لدى المكفوفين وتكون الحدود الفاصلة للمقياس هي (٣٤: ٥٧) منخفض، و(٥٨: ٨٠) متوسط)، و(٨١: ١٠٢) مرتفع.

تاسعا : توصيات البحث .

تطبيق برامج لتنمية الحنو بالذات للتلاميذ المكفوفين بالمدارس الابتدائية.

تعميم تطبيق برامج لتنمية الحنوبالذات بالمدارس الابتدائية .

التأكيد على الربط بين الحنو بالذات والتفوق ادراسي .

برامج متكامله لتنمية الحنو بالذات شاملة الاسرة والمدرسة

عاشرا البحوث المقترحة .

مقياس للحنو بالذات للمرحلة الابتدائية

مقياس للحنو بالذات للمراهقين المكفوفين

برنامج لتنمية الحنو بالذات للتلاميذ المكفوفين

صياغة المقياس فى صورته النهائية

عنوان المقياس: الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين

معدي المقياس

أ.د / آمـــال إبراهيـــم الـفـقـي

أستاذ الصحة النفسية والتربية الخاصة، كلية التربية – جامعة بنها

أ.د/ أحمـــد سعـــيد زيـــدان

أستاذ ورئيس قسم التربية الخاصة كلية تربية - جامعة السويس

د/ رباب محمد كمال الدين مصطفى

مدرس بقسم التربية الخاصة – كلية تربية، جامعة السويس

ندى أحمد محمد أحمد

باحثة ماجيستير تربية خاصة – قسم التربية الخاصة، كلية التربية، جامعة السويس

مقدمة

المقياس الذي بين يديك هو مقياس للحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين بالمرحلة الابتدائية (من سن ٦ سنوات إلى ٩ سنوات). ويعرف الحنو بالذات (Self-Compassion) على أنه "مجموعة من الدفاعات الداخلية الإيجابية، والتي تجعل الكفيف في حالة من القدرة على مواجهة مواقف الفشل، والحكم الذاتي، والإحباط والعزلة، والتوحد، ومعرفة مواطن قوته وضعفه وتقبلها، واستنباط مشاعر من حوله والشعور بهم والتعبير عن ذلك، والتعاطف معهم ومشاركتهم تلك المشاعر دون افراط". وذلك من خلال ثلاثة أبعاد إيجابية وهي

تعليمات المقياس

يتضمن المقياس (٣٤ مفردة) يمثلون الابعاد الثلاث للحنو بالذات لدى المكفوفين. والمطلوب منك أن تقرأ جيدا كل مفردة من مفردات المقياس، ثم تحدد المستوى الذي يصفك بالفعل، وستجد أن كل مفردة لها عدة مستويات فرعية تصف المستوى التي تقيسه وهي بمثابة مؤشرات على المستوى، تتم الإجابة عن كل مفردة من مفرداته من خلال ثلاث بدائل هي (دائماً، أحياناً، أبداً) والمطلوب منك أن تختار المستوى الذي ينطبق عليك بالفعل، ثم ضع علامة (ü) في إحدى الخانات التي توجد أيسر المستوى الذي اخترته.

مثال للتوضيح

اتحدث مع والديّ بكل صراحة دائما (ثلاث درجات) أحيانا (درجتين) أبدا (درجة واحدة).

وعلى هذا تكون الدرجة العظمى (١٠٢) وتكون الدرجة الصغرى (٣٤). وتدل الدرجة العظمى على ارتفاع مستوى الحنو بالذات لدى المكفوفين، وتدل الدرجة الصغرى على انخفاض مستوى الحنو بالذات لدى المكفوفين وتكون الحدود الفاصلة للمقياس هي (٣٤: ٥٧) منخفض، و(٥٨: ٨٠) متوسط، و(٨١: ١٠٢) مرتفع.

إرشادات عامة

- الرجاء عدم ترك أي مفردة بدون الإجابة عنها.
- لا تضع أكثر من إجابة لنفس المفردة.
- البيانات التي ستعطيها على المقياس ستعامل بسرية ولن يطلع عليها أحد.

بيانات عامة

الاسم: -

النوع: ذكر ( ) أنثي ( )

محل الإقامة:

رقم الهاتف:

درجة الابصار:

نوع فقد البصر:

وظيفة الوالد:

وظيفة الوالدة:

مقياس الحنو بالذات لدى التلاميذ المكفوفين

رقم	العبارات	دائما	أحيانا	أبدا
١	بكلم بابا وماما فى كل حاجة بصراحة			
٢	احب الذهاب في رحلات مدرسية			
٣	لما ما اعرفش اروح مكان عايزه بحاول تاني لحد ما أوصل.			
٤	مش بتكسف من التعبير عن أي حاجة بتضايقني.			
٥	كل اللي حواليه بيساعدون .			
٦	لما أكون لوحدي وخايف بطمن نفسي.			
٧	بفهم مشاعر اللي حواليه من أصواتهم.			
٨	لما بحس حد زعلان بواسيه عشان ما يزعلش .			
٩	دايما بركز في استخدام باقي حواسي عشان احس باللي حواليه.			
١٠	مش بتعصب لما حد من صحابي بيغيظني.			
١١	بفتكر اني مش لوحدي لما ببقى مخنوق اني مش بشوف .			
١٢	انا مش بشوف دي إرادة ربنا ومش زعلان.			
١٣	لما حد بيزعلني في الفصل بحاول اعرف السبب.			
١٤	انا بغلط زي أي حد بس بتعلم من اخطائي.			
١٥	مش بتعصب وانا بتعلم أي حاجة جديدة وصعبة .			
١٦	بعرف اميز الأصوات حواليه .			
١٧	لما صاحبي يتخانق معايا بشتكيه للميس .			
١٨	لما بتلخبط في أي حاجة في يومي مش بتعصب على نفسي.			
١٩	اذاكر بسهولة في الدوشة .			
٢٠	بفرح قوي لما اروح عيد ميلاد او فرح .			
٢١	عارف الحلو والوحش اللي فية ومع ذلك بحب نفسي .			
٢٢	بقدر اعبر بالكلمات عن أي حاجة بحس بيها .			
٢٣	بحب اشترك في الأنشطة التطوعية في المدرسة			
٢٤	بعرف اواجه مشاكلي مش بهرب منها.			
٢٥	بعرف اعمل حاجتين في نفس الوقت.			
٢٦	الحياه فيها حات وحشة بتزعل بس هنخلص .			
٢٧	لما ببقى زعلان بكلم نفسي عشان ما تزعلش .			
٢٨	لما صحبي اتعور بنادي على ميس الفصل .			
٢٩	المدرسين في المدرسة بيساعدوني دايما .			
٣٠	كل بني ادم بيعمل حاجات صح وحاجات غلط.			
٣١	بلاقي اللي يساعدني عشان اروح أي مكان.			
٣٢	بشجع نفسي لما بلاقي مسألة صعبة عشان احلها .			
٣٣	لما بتعب بعرف اني هخف دي مسألة وقت.			
٣٤	بحب أتكلم مع الناس اللي حواليه واتعلم منهم.			

المراجع

أحمد عبد الملك (٢٠١٩). الشفقة بالذات وتحمل الغموض كمنبئين بصورة الجسم لدى المراهقين المكفوفين (دراسة سيكومترية – إكلينيكية). مجلة التربية الخاصة جامعة الزقازيق، (٢٦)، ١- ٦٩.

جيهان محمود(٢٠٢٠).الشفقة بالذات والتدين كمنبئين بالاتزان الانفعالي لدى طلاب الجامعة ذوي الإعاقة البصرية، مجلة البحث العلمي في التربية، جامعة عين شمس٢١(٢)،١٥٦-١٩٩

رياض طه (٢٠٢١). النموذج البنائي لعلاقة العوامل الخمسة الكبرى للدراسات النفسية، ٣١(١١٠)، ٢٣١ - ٢٩٢ .

سعاد سيد (٢٠٢١). فعالية الإرشاد المعرفي القائم على اليقظة العقلية في تحسين الشفقة بالذات وأثره على وصمة الذات لطلاب الجامعة المعاقين حركياً. المجلة التربوية بكلية التربية جامعة سوهاج، (٩١)، ٢٣٥٦ -

سعد عبد الرحمن، ٢٠٠٨، القياس النفسي (النظرية والتطبيق)، طبعة ٥، هبة النيل العربية للنشر والتوزيع، الجيزة.

صفوت فرج، ٢٠٠٧، القياس النفسي، ط ٦، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

عادل المنشاوي(٢٠١٦). نموذج سببي للعلاقات المتبادلة بين الشفقة بالذات وكل من الإرهاق والصمود الأكاديمي لدى الطالب المعلم. مجلة كلية التربية بالإسكندرية،٢٦ (٥)، ١٥٣ – ٢٢٥ .

علي ماهر، ٢٠٠١، القياس والتقويم في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية، ط ٢، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

غادة بني فواز(٢٠٢٢) القدرة التنبؤية للشفقة بالذات في تفسير الاكتئاب لدى عينه من المطلقات في محافظة عجلوان، رسالة ماجستير،جامعة اليرموك

محمد البحيري، زهوة حجاج(٢٠٢١).الشفقة بالذات وعلاقتها بالتنظيم الانفعالي لدى عينه من المراهقين المكفوفين. المجلة المصرية للدراسات النفسية،٣١(١١١)،٤١٩-٤٥٦.

محمد يحيى (٢٠١٦).الاستراتيجيات المعرفية الانفعالية لتنظيم الانفعال لدى الأطفال المبصرين والمكفوفين بمنطقة عسير .مجلة جامعة اباحة للعلوم الإنسانية،(٥)،٤١-٦٩.

مصطفى عبد الرازق(٢٠١٩).فعالية برنامج ارشادي معرفي قائم على اليقظة العقلية في خفض مشكلات التنظيم الانفعالي وتحسين صورة الجسم لدى عينه من طلاب الجامعة المكفوفين، مجلة كلية التربية سوهاج،(٦٢)٣٦٣-٤٦٤.

Baera,R;Lykinsb,E&Petersa,J(2012)Mindfulness and self compassion as predictors of psychological well being in long term meditators and matched nonmedittators.The journal of positive psychology,7(3),230-238

Barnett, M. D., & Sharp, K. J. (2016). Maladaptive perfectionism, body image satisfaction, and disordered eating behaviors among US college women: The mediating role of self-compassion. Personality and Individual Differences, 99, 225-234.

Halifax, J. (2012). A heuristic model of enactive compassion. Current Opinion in Supportive and Palliative Care, 6(2), 228-

Hansmann, S. (2018). Evaluating the Effectiveness of a self-compassion intervention tp decrease state anxiety and increase state self-forgiveness and the role of trait self-compassion in this process, Master Thesis - Positive Psychology Utrecht University.

Jazaieri, H., McGonigal, K., Jinpa, T., Doty, J. R., Gross, J. J., & Golden, P. R. (2014). A randomized controlled trial of compassion cultivation training: Effects on mindfulness, affect, and emotion egulation.Motivation and Emotion, 38(1), 23-35

Luo, Y., Meng, R., Li, J., Liu, B., Cao, X., & Ge, W. (2019). Self-compassion may reduce anxiety and depression in nursing students: a pathway through perceived stress. Public Health, 174, 1-10

Mak, W., Tong, A., Yip,S., Lui, W., Chio, F., Chan, A., & Wong, C. (2018). Efficacy and Moderation of Mobile App–Based Programs for Mindfulness-Based Training,Self-Compassion Training, and Cognitive Behavioral Psychoeducation on Mental Health: Randomized Controlled Noninferiority Trial. JMIR Mental Health, 5 (4), 1 – 18, doi: 10.2196/mental.8597 , http://mental.jmir.org/2018/4/e60/

Moreira, H., Gouveia, M. J., Carona, C., Silva, N., & Canavarro, M. (2015). Maternal attachment and children's quality of life: The mediating role of self-compassion and parenting stress. Journal of Child and Family Studies, 24(8), 2332-2344.

Neff, K. & Germer. N. (2013). A Pilot Study and Randomized Controlled Trait of the Mindful Self-Compassion Program. Journal of Clinical Psychology, 69 (1), 28-44

Neff, K. & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. Self and Identity, 9(3), 225 -240

Neff, K. & Vonk, R. (2009). Self-compassion versus global self-esteem: Two different ways of relating to oneself. Journal of Personality.77, 23-50

Neff, K. (2003a). The development and validation of a scale to measure self-compassion. Self and Identity, 8(2), 223-50.

Neff, K. (2003b). Self-compassion: an alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. Self and Identity, (2), 85–101

Neff, K. (2003c). Understanding how universal goals of independence and interdependence are manifested within particular cultural contexts. Human Development, 46(5), 312-318

Neff, K. (2015). The Motivational Power of Self-Compassion. Retrieved

Neff, K. D. & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. Self and Identity, 9(3), 225-240.

Neff, K. D. (2011). Self-compassion, Self-esteem, and Well-being. Social and Personality Compass, 5(1), 1-12.

Neff, K. D., (2016). The Self-Compassion Scale is a Valid and Theoritically Coherent Measure of Self-Compassion, Wellbeing, and Happiness. Psychologie in Österreich, 114-117.

Neff, K.; Hseih, B. & Dejitthirat, K. (2005). Self-compassion achievement goals and coping with academic failure. Self and Identity, 4, 263-287.

Neff, K.; Kirkpatrick, K. & Rude, S.(2007). Self-compassion and its link to adaptive psychological functioning. Journal of Research in Personality, 41,139-154

Phillips, A. et al., (2007). the undesired self and emotional experience a latent variable analysis. Journal of Social and Clinical Psychology, 26(9), 1035- 1048

Tangney, J., Boone, L. & Dearing. R. (2005). Forgiving the self: Conceptual issues and empirical findings. In: Worthington, Jr. (Ed), Handbook of forgiveness, (pp. 143- 158). New York: Routledge

Wenzel, M., Woodyatt, L. & Hedrick, K. (2012). No genuine self-forgiveness without accepting responsibility: Value reaffirmation as a key to maintaining positive selfregard. European Journal of Social Psychology, (42), 617-627