

## النموذج السببي للعلاقة بين الرفاهية النفسية وإرادة الحياة والتسامح والإمتنان لدى المسنين

ناهد محمد أحمد وراد\*

تحت إشراف

أ.م.د. ماجي وليم يوسف\*\*\*

أ.د. عزة صالح الألفي\*\*

د. شادية عبد العزيز مهتدي\*\*\*

### المستخلص

هدف هذا البحث إلى إقتراح، وإختبار نموذج للرفاهية النفسية في علاقتها بكل من إرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان لدى عينة من المسنين، من سكان مدينة القاهرة الميسوري الحال، وممن كانوا يعملون بمؤسسات الدولة المختلفة، والمقيمين في منازلهم، أو مع أبنائهم، والذين يتمتعون بصحة جيدة، وتألقت عينة البحث من (٢٥٧) مسن، (١٣٩) ذكور بنسبة ٥٤,١% - ١١٨ إناث بنسبة ٤٥,٩%)، تراوحت أعمارهم بين (٦٠ - ٨٤) عاماً، بمتوسط عمري (٦٨,١٦) عاماً، وإنحراف معياري (٦,٩١)، وطبقت عليهم مقاييس الرفاهية النفسية، وإرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان (جميعها من إعداد الباحثة)، ومن خلال إستخدام نموذج تحليل المسار كشفت النتائج عن: إستخراج أفضل نموذج حقق حسن مطابقة مع النموذج المقترح، والذي تضمن تأثيرات موجبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) من متغيري إرادة الحياة، والتسامح إلى الرفاهية النفسية، وتأثير سالب دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) من الإمتنان إلى الرفاهية النفسية، وتأثير موجب دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) من الرفاهية النفسية للإمتنان وتأثير غير مباشر غير دال من إرادة الحياة للرفاهية النفسية عن طريق التسامح. ونوقشت نتائج البحث في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

الكلمات المفتاحية: الرفاهية النفسية، إرادة الحياة، التسامح، الإمتنان.

### مقدمة البحث

تحت شعار علم النفس الإيجابي، توجه العلماء، والباحثون النفسيون إلى الإهتمام بالجوانب الإيجابية في الشخصية، لمساعدة كل البشر، وخاصة المسنين منهم في تحقيق الرفاهية النفسية كغاية يطمحون إليها؛ حيث أنه في إطار علم النفس الإيجابي يتم تصور الرفاهية النفسية كحالة وجدانية إيجابية، تعكس الشعور بالسعادة بدلاً عن الشعور بالإستياء، والقلق، والتوتر. وتعد الرفاهية النفسية حالة من

\* طالبة دكتوراه - علم النفس - كلية البنات - جامعة عين شمس

\*\* أستاذ علم النفس - كلية البنات - جامعة عين شمس

\*\*\*أستاذ علم النفس المساعد - كلية البنات - جامعة عين شمس

\*\*\*\*مدرس علم النفس التعليمي - كلية البنات - جامعة عين شمس

البريد الإلكتروني: [warradegypt@gmail.com](mailto:warradegypt@gmail.com)

الصحة العقلية الإيجابية، التي تتضمن الأحكام المعرفية، والعاطفية للأشخاص على جوانب حياتهم، لآعبة دورا في شعورهم بقيمة الإنجاز، والعمل المثمر، والحفاظ على العلاقات الإنسانية وبنائها، والمساهمة في بناء المجتمع، وتحقيق الحب، والتغلب على ضغوط الحياة، ومن ثم التماسك الأسري. (Charlotte, Fallon, Lindsey, & Daryl, 2019; Judith, Henry, Michael, & Robert, 2016; Killen, & Macaskill, 2015, 3; & Seligman, 2011, 13

ويتم تصور إرادة الحياة باعتبارها غريزة أساسية وقوة دافعة طبيعية لها جانب معرفي، وجانب عاطفي يتأثر بالشخصية والبيئة الإجتماعية، كما تعد مصدرا أساسيا لتحقيق الرفاهية النفسية. (Carmel, 2015, 288-290; & Joann, & Carmel, 2014)

وتتطوي سمة التسامح على نذب الحقد، والإنتقام، وإستبدالهما بمشاعر إيجابية سامية، تحقق التسامح مع الذات، والتسامح مع الآخرين، والسعي لتلقي المسامحة من الآخرين عن الأخطاء المرتكبة في حقهم، ولا يحدث هذا من باب ضعف، وإستسلام بل من باب قوة، ومواجهة، وإنتصار على الذات، والعادات، بالتنازل عن الحق في الإنتقام مقابل بناء العلاقات. (Ruchi, Gyanesh, Priyanka & Pramod, 2020; Safarzadeh, 2019; & Tamer Shouqi, 2016, 241)

كما يعتبر الإمتنان سمة إنسانية تشجع على العطاء المستمر، وتوطيد العلاقات الإنسانية وتحقيق الرفاهية النفسية. (Charlotte, et al, 2019, 3; & Berit, & Neal, 2005)

#### مشكلة البحث

أشار (تامر شوقي، ٢٠١٦ ; Bano, 2014; Camillo, & Pelucchi, 2014) أن الدراسات في الرفاهية النفسية قليلة، وماتزال في بدايتها وهناك حاجة لدراستها بشكل أوسع، كما أشار (Charlotte, et al, 2019; Carmel, 2015, 288; & Joann, & Carmel, 2014) أن الرفاهية النفسية موضوع لم يتم دراسته بشكل واسع لدى الكبار، ولدى المسنين، رغم أنه محدد، ومؤشرا لسعادة الفرد، وأشار (Seligman, 2011)، أن الرفاهية النفسية متغيرة وليست ثابتة، أي تنقص وتزيد لتعدد المتغيرات، والسمات المؤثرة المؤثرة فيها؛ وفي سبيل ذلك يسعى البحث الحالي إلى إختبار العلاقات بين متغيرات الدراسة (الرفاهية النفسية، والتسامح، والإمتنان، وإرادة الحياة)، من خلال إقتراح نموذج سببي للرفاهية النفسية.

#### أسئلة البحث

ويمكن صياغة مشكلة البحث في السؤال الرئيسي التالي:

ما أفضل نموذج سببي للتأثيرات المباشرة، وغير المباشرة بين الرفاهية النفسية وإرادة الحياة والتسامح والإمتنان؟

وينبثق منه الأسئلة الفرعية التالية:

- ١- ما مدى التأثيرات المباشرة لأبعاد إرادة الحياة في الرفاهية النفسية لدى المسنين؟
- ٢- ما مدى التأثيرات المتبادلة بين الإمتنان والرفاهية النفسية لدى المسنين؟
- ٣- ما مدى التأثيرات المباشرة بين التسامح والرفاهية النفسية لدى المسنين؟
- ٤- ما مدى التأثيرات غير المباشرة بين أبعاد إرادة الحياة والرفاهية النفسية عن طريق التسامح لدى المسنين؟

## أهداف البحث

- ١- هدف البحث الحالي إلى التعرف على أفضل نموذج سببي، يفسر العلاقات بين الرفاهية النفسية، وإرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان، لدى عينة من المسنين.
- ٢- تحديد الإسهام النسبي للمتغيرات (إرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان)، المؤثرة على الرفاهية النفسية لدى عينة من المسنين.

## أهمية البحث

- أ- يفيد هذا البحث في تحديد الإسهامات المنفردة ( لإرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان) في الرفاهية النفسية، بما يمكن الباحثين من بناء البرامج لمساعدة المسنين.
- ب- يقدم البحث موضوعا حديثا، من حيث المتغيرات الإيجابية في علم النفس الإيجابي، والتي لم يتم تناولها بشكل كبير، كما لم ينمو لعلم الباحثة بعد إطلاعها على الدراسات السابقة أنه قد تم تناول متغيرات البحث مجتمعة في دراسة واحدة.
- ج - الإهتمام بالمسنين من خلال إعتبار أن متغيرات علم النفس الإيجابي، هي فضائل وقوى يحتاجها المسنون لتحقيق الرفاهية النفسية، مما يمكنهم من العيش بصحة نفسية.
- د - تناول البحث أسلوبا إحصائيا هاما، في تحليل البيانات، وبحث مشكلات البحث، وفروضة، بإستخدام نماذج تحليل المسار، والتي تعتمد على دراسة العلاقات القوية بين المتغيرات، وأبعادها.

## مصطلحات البحث

- ١- الرفاهية النفسية: **WellBeing** عرفتها الباحثة بأنها قدرة المسن على الإنجاز، والاندماج في العلاقات الإجتماعية، والشعور بالحب مع المحيطين به، وتحدد بالدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة البحث من خلال إجاباتهم عن فقرات مقياس الرفاهية النفسية.
- ٢- إرادة الحياة: **Awill to live** عرفتها الباحثة بأنها عملية هامة، ونشطة، يتصف فيها المسن بالأمل، والكفاءة الذاتية، وتحسين الشخصية، وتحدد بالدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة البحث من خلال إجاباتهم عن فقرات مقياس إرادة الحياة.
- ٣- التسامح: **Forgiveness** عرفته الباحثة بأنه فضيلة من الفضائل الإنسانية، التي تمكن المسن من تسامحه مع الذات، وتسامحه مع الآخر، وتسامح الآخر معه، وإعادة بناء علاقاته الشخصية، وتحدد بالدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة البحث من خلال إجاباتهم عن فقرات المقياس.
- ٤- الإمتنان: **Gratitude** عرفته الباحثة بأنه أحد الفضائل الإنسانية، والتي تنطوي على حالة المسن بتقدير النعمة، والإمتنان للآخرين، والإمتنان لله، وتحدد بالدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة البحث من خلال إجاباتهم عن فقرات مقياس الإمتنان.

## الإطار النظري

عنيت هذه الدراسة بخمسة محاور رئيسة

المحور الأول الرفاهية النفسية **WellBeing** أشار (Belay, & Tareke, 2017, 247,3) أنه رغم إختلاف الباحثين في تعريف الرفاهية النفسية، إلا أنه تم الإتفاق على الإهتمام بالظروف التي تساهم في

تحقيقها، والإتفاق على أن العلاقات الإجتماعية، والمشاركة المجتمعية، والعمل، والحب، والمعنى الشخصي للحياة، هي الأكثر بروزا عن العوامل الأخرى كالدخل، والصحة البدنية، والدعم الإجتماعي لأنها تعني القدرة على مواجهة الصعاب، وحب العيش.

### تعريف الرفاهية النفسية

عرفها (Ryff, Magee, &Kling, 1999, 247) بأنها تشير إلى بناء معرفي، يعكس تقييمات، وأحكام الأفراد عن أنفسهم، وعن نوعية حياتهم، وعن سعادتهم.

وعرفها (Diener, Oishi, &Lucas, 2003) بأنها تقييمات الأشخاص العاطفية، والمعرفية، لحياتهم من خلال زيادة الإنفعالات السارة، أو إرتفاع درجة الوجدان الإيجابي، وإنخفاض درجة الوجدان السلبي، وتلعب بعض سمات الشخصية، مثل كفاءة الذات دورا في ذلك.

كما عرفها (David, 2013, 23) بأنها بناء ثلاثي المكونات، المكون الأول، هو الرضا عن الحياة، والثاني هو التأثير الإيجابي متمثلا في التجارب العاطفية، والثالث هو إنخفاض مستوى التأثير السلبي، أي غياب المشاعر غير السارة.

### أبعاد الرفاهية النفسية

أشار (Diener, Pelin, & Lucas, 2008; & Omer, 2008) أن أبعاد الرفاهية النفسية هي: الإتجاه الإيجابي للحياة، والعمل، وبناء العلاقات، بينما أشار (Macaskill, & Andrew, 2014, Ryff, 1989) أن أبعاد الرفاهية النفسية تتمثل في المعنى، والغرض، والعلاقات الداعمة والمجزية، والتعامل مع البيئة، كما أشار (Diener, Derrick , Robert, William, Chu, Dong, & Shigehiro, 2009) أن أبعاد الرفاهية النفسية تتمثل في: المساهمة في رفاهية الآخرين، والإنجاز، والعلاقات الإجتماعية الإيجابية، كما إستخلص (Ryff, &Singer, 2008) الكفاءة، وتحسين الشخصية، وتقبل الذات. وإعتمدت الباحثة الأبعاد التي أجمع عليها أغلب الباحثين وهي الإنجاز، والعلاقات الإجتماعية، والحب.

### نظريات الرفاهية النفسية

١- نظرية هرم ماسلو لتحقيق الحاجات: **Maslow's hierarchy of needs** إقترح ماسلو (Abraham, 1954, 2) هرما لإحتياجات الإنسان حيث يسعى لإشباع خمس مجموعات من الحاجات تبدأ بالحاجة الفسيولوجية، ثم الأمان، ثم الحاجة الإجتماعية، وتنتهي بتحقيق الذات؛ حيث يتحرك الشخص لتحقيق رغباته عند شعوره بالحرمان، والحاجة لها، وأشار (Charles, & Eddie, 2009,183) أن الحاجات الأعلى تعمل كمحفز للسلوك، وأن الأشخاص الأكثر قدرة على تلبية حاجاتهم هم أيضا الأكثر تحقيقا للرفاهية النفسية.

٢- نظرية تحديد الأهداف: **Goal Setting Theory** قدم (Locke, &Latham, 2002) تؤكد النظرية على أن تحديد الأهداف مسبقا يؤثر على السلوك، ويحقق الدافع للإنجاز بشرط أن تكون الأهداف مبنية على القيم والعواطف، والرغبات، ولفت الإنتباه، والإستمرار، مما يحقق الرفاهية النفسية للشخص.

### ٣- نظرية النشاط لشارون: Sharon Shiovitz activity theory

أشارت (Shiovitz, 2006, 225) أن الحفاظ على العلاقات، والأنشطة الإجتماعية هو مفتاح الرفاهية النفسية للمسنين، لأنه يحقق لهم ممارسة آليتي الدور، والأنشطة، لتنمية الإحساس بالذات، والحفاظ على الهوية، وقسمت أنشطة المسنين إلى: النشاط الرسمي، والنشاط غير الرسمي، والنشاط الفردي؛ حيث أن هذه الأنشطة تتيح لهم فرصة لتطوير العلاقات الإجتماعية، ودعم الدور.

**تعليق:** ترى الباحثة أن إشباع حاجات الفرد تكتمل بتحقيق الذات، وأن الأفراد الأكثر قدرة على تلبية حاجاتهم هم الأكثر تحقيقاً للرفاهية النفسية، ومن ثم ممكن المزج بين تحقيق الذات، مع تحديد الأهداف من أجل ترتيب الأهداف من حيث أولويتها لأن الأفراد هم أفضل حكام على ما يحقق رفايتهم النفسية، كما أن مناحي تحديد الأهداف تمزج مع نظرية النشاط في تفسير الرفاهية النفسية، فالأفراد الأكثر ميلاً لتحديد أهدافهم هم الأكثر ميلاً للمشاركة في الأنشطة، وبالتالي يشعرون أن الحياة تستحق العيش.

#### المحور الثاني: إرادة الحياة The will to live

**تعريف** (Carmel, 2015, 288) إرادة الحياة بأنها غريزة أساسية، وقوة دافعة طبيعية للإنسان، ولها جانبين أحدهما معرفي، والآخر عاطفي، وتتأثر إرادة الحياة بالشخصية، والبيئة الإجتماعية، والثقافية المحيطة به. وتعتبر إرادة الحياة أحد أهم مؤشرات الرفاهية النفسية لذلك إهتمت بعض الدراسات بدراسة إرادة الحياة لدى المسنين كمؤشر للرفاهية النفسية مثل دراسة (Ferguson, Mclinspsych, & Andrea, 2010) كما كشفت دراسة (Carmel, Shrirra, & Shmotkin, 2013; Akhilendra, & Joann, & Carmel, 2014) عن وجود علاقة موجبة بين إرادة الحياة والرفاهية النفسية، وبين الأمل كبعد من أبعاد إرادة الحياة والرفاهية النفسية.

#### أبعاد إرادة الحياة

تعددت أبعاد إرادة الحياة لكن إتفق بعض الباحثين (Carmel, 2015; Chochinov, Thomas, Psych, Hassard, Kristjanson, Mcclement, & Mike, 2005; & Huohvanainen, Strandberg, Pitkala, Karppinen, & Tilvis, 2012) على أبعاد الأمل، وتحسين الشخصية، والكفاءة الذاتية، وهي الأبعاد التي إعتدتها الباحثة.

#### المحور الثالث: التسامح

##### ١- تعريف التسامح مع الذات

**عرفه** (Enrigh, 1996, 110) بأنه الرغبة في التخلي عن إمتعاض الذات، وتأنيبها، بمجرد إعترافها بالخطأ، وتعزيز الشفقة، والكرم، والحب، تجاه الذات. **وعرفه** كل من (María, & Ignacio, 2015, 230; Woodyatt, Everett, Michael, & Brandon, 2017, 3) الإزدراء من الذات بعد إعترافها بإرتكاب أي جرم، وتشجيع الرحمة وحب الذات.

##### تعريف التسامح مع الآخر

عرفه كل من (Woodyatt, et al, 2017; Enright, 1996; Berit, & Neal, 2005; Camillo, & Pelucchi, 2014; Berry, et al, 2005, 185; & Macaskill, & Andrew, 2014; تامر، ٢٠١٦) بأنه سلوك نتج عن تفاعل الإدراك، والعاطفة، فقلل من دوافع الإنتقام، والتجنب وحولها إلى

التقبل، والتنازل عن الحق، مستبعدا الإنفعالات السلبية تجاه الجاني، ومستبعدا أن يلعب المظلوم دور الضحية، ولا يعني هذا النسيان.

وأشار (Worthington, & Scherer, 2002) أن التسامح مع الآخر يجمع بين العلم والفن، في وصف كيفية تسامحنا مع من أجرم في حقنا، وحق مجتمعنا، وما يحققه من صحة عقلية، ورفاهية نفسية.

### تعريف تسامح الآخر معنا

عرفه (Enright, 1996) بأنه تنازل من أخطأنا في حقهم عن عقابنا، وقبول مسامحتنا.

وعرفه بأنه التسامح معنا من قبل من أخطأنا في حقهم، والسماح لنا بعودة العلاقات الإجتماعية، وإقامة علاقات جديدة، مما يلين قلوبنا، ويشعرنا بالثقة وعدم الإختباء.

كما يعتبر التسامح من المفاهيم المعهودة والمألوفة والتي تعني التصالح، والصفح، والمغفرة، والتنازل، والسلام، كما يتفق كل من (Worthington, & Scherer, 2002; & Kinga, & Justyna, 2020) أن التسامح سواء مع الذات، أو مع الآخر، أو تسامح الآخر معنا، أو إعادة تشكيل العلاقات يقوم على عملية معرفية، تعني إعادة صياغة الصورة حول إدراك الضرر، ومن ثم تعديل الأفكار الإنتقامية، وفهم وجهة نظر الآخرين، وتشكيل إفتراضات واقعية جديدة عن الذات، أو عن الآخرين، فيرى الضحية المواقف بشكل مختلف، تجعله يستعيد المشاعر الطيبة، ويحول سلوكه العدواني إلى التسامح وعودة العلاقات.

### أبعاد التسامح

إتفقت بعض الدراسات السابقة على أن أبعاد التسامح تتمثل في التسامح مع الذات، والتسامح مع الآخر، وتسامح الآخر معنا (Krause, & Ellison, 2003; Friedman, 2005; & Mustafa, 2016) وقد توافقت نتائج دراسات (Ferguson, et al, 2010; Deanne, & Swanson, 2011; Loren, Michael, Lyn, & Maurie, 2014; Allemmand, Steiner, Hill, 2013; & David , 2013) أن أبعاد التسامح ترتبط إيجابيا مع أبعاد الرفاهية النفسية والممثلة في الإنجاز، والمعنى، والحب، وقد تبنت الباحثة هذه الأبعاد في هذا البحث.

### المحور الرابع الإمتنان Gratitude

يعد الإمتنان من المفاهيم التي تم الإختلاف في تصنيفها، فقد صنف على أنه فضيلة، وقوة، وعاطفة، وسمة، وتتفق الباحثة مع (Lia, Maria, & Jonathan, 2011) أن الإمتنان هو خاصية أخلاقية تقوم على تقدير الآخرين لخصائصهم الروحية، والأخلاقية وشكرهم على ما يقدموه من مساعدات لم تكن متوقعة منهم، كما يوجه الإمتنان لغير البشر، كأن يوجه لله، وللطبيعة ولكننا لا نوجه الإمتنان لأنفسنا.

### تعريف الإمتنان للآخرين

عرفه كل من (Bartlet, & DeSteno, 2006; Lia, et al, 2011; McCullough, & Debra, 2016; & Mini, & Smita, 2017) بأنه فضيلة إنسانية، وتجربة عاطفية إيجابية تحدث عندما

يدرك الفرد أنه تلقى منفعة من شخص كريم دون مقابل، مما يساعد على بناء علاقات شخصية، وتحقيق، وتعزيز الرفاهية النفسية.

كما عرفه كل من (Emmons, 2004, 554; Froh, Jinyan, Robert, Giacomo & Philip, 2011, 311). بأنه شعور بالتقدير، أو بالفرح، نتيجة تلقي هدية مجانية سواء محسوسة، أو معنوية، أو التمتع بالجمال الطبيعي. كما عرفه بأنه فضيلة نفسية، وإجتماعية، تعمل على الجانب العاطفي مانحة الشعور بالمعنى، والتواصل مع الآخرين، وحب الطبيعة، وحب الله.

وعرفه (McCullough, Marcia, & Adam, 2008, 281) بأنه عاطفة إيجابية تنبع من الشخص عندما يشعر أنه إستفاد من عمل تطوعي. وعرفه بأنه تكلفة الفرصة الضائعة.

### تعريف الإمتنان لله

عرفه (Mustafa, 2016, 2) , بأنه شعور بالشكر والفرح استجابةً لتلقي النعمة، سواء كانت فائدة مادية ملموسة، أو نتيجة الشعور بجمال الطبيعة. ويعرفه (Kraus, Evans, Powers, & Hayward, 2012) على أنه مشاعر الشكر لله، على النعم، والبركة التي منحها الله.

### أبعاد الإمتنان

إتفقت بعض الدراسات السابقة بأن أبعاد الإمتنان تتمثل في الإمتنان للآخرين، والإمتنان لله ومنها دراسة كل من (Watkins, Woodward, Stone & Kolts, 2003; & Morgan, Gulliford, & Kristjansson, 2017) وقد إعتمدت الباحثة هاذين البعدين في هذا البحث.

### دراسات سابقة

دراسات تناولت العلاقات بين متغيرات البحث الرفاهية النفسية، وإرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان: هدفت دراسة (John, Ann, & Liza, 2001) إلى معرفة الارتباط بين الرفاهية النفسية والتسامح، وتحسين الشخصية والإمتنان. وتكونت عينة الدراسة من (٣٢٤) جامعيًا (١٠٠ طالب، و ٢٢٤ طالبة)، وتضمنت أدوات الدراسة مقياسي التسامح للذات، والتسامح للآخرين، وإستبيان الشخصية لإيزنك، وإستبيان الصحة العامة، وتوصلت النتائج أن الرفاهية النفسية إرتبطت بشكل إيجابي بالتسامح، والإمتنان، وتحسين الشخصية، وأن هناك علاقة موجبة بين الإمتنان والتسامح.

هدفت دراسة (Froh, & Kashadan, 2009) إلى إكتشاف علاقة كل من الرفاهية بالإمتنان، والتسامح، والكفاءة الإجتماعية، وتكونت العينة من (١٥٤) طالب وتضمنت الأدوات مقياس التسامح والإمتنان، والرفاهية النفسية، ومقياس السلوك الإجتماعي وكشفت النتائج عن وجود إرتباط موجب بين الإمتنان، والتسامح، والكفاءة الإجتماعية، والرفاهية النفسية، كما كشفت عن وجود علاقة إيجابية بين التسامح، والإمتنان، ووجود علاقة بين الكفاءة الإجتماعية، وكل من الإمتنان، والتسامح.

هدفت دراسة (Ferguson, et al, 2010) إلى فحص العلاقة التنبؤية بين الأمل، والكفاءة الشخصية في الرفاهية النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (٢٢٥) مسن، ومسنة وتضمنت الأدوات مقياس راف للرفاهية، والعلاقات الشخصية، وتوصلت النتائج إلى أن الأمل، والتفاؤل، والكفاءة الشخصية تنبئ بالرفاهية النفسية.

هدفت دراسة (David, 2013) إلى دراسة العلاقة بين كل من التسامح، والرفاهية النفسية، والإمتنان وتكونت العينة من (١٤٣) معلم وتضمنت مقياس الإمتنان، والتسامح لهرتلاند، ومقياس الرفاهية النفسية، وكشفت الدراسة عن وجود ارتباط دال بين الإمتنان، والتسامح، والرفاهية النفسية.

هدفت دراسة (Ilhan, & Asude, 2015) في التحقق فيما إذا كان الإمتنان والتسامح والأمل وسطاء في العلاقة بين معنى الحياة والرفاهية النفسية، وتكونت العينة من (٤٨٢) طالب وطالبة جامعيين، وكشفت الدراسة عن أن التسامح، والإمتنان، والأمل توسطوا بشكل كامل العلاقة بين معنى الحياة والرفاهية النفسية.

هدفت دراسة (Mustafa, 2015) إلى التعرف عن وجود علاقة ارتباطية بين التسامح، والإمتنان والرفاهية النفسية، تكونت عينة الدراسة من (٢١٩) طالبا وطالبة، وتضمنت الأدوات مقياس ماكيلو للإمتنان، ومقياس دينر للرفاهية النفسية، ومقياس التسامح، وتوصلت النتائج لوجود ارتباط بين الإمتنان، والتسامح، والرفاهية النفسية.

هدفت دراسة (تامر، ٢٠١٦) بناء واختبار نموذج للتسامح في علاقته بالإمتنان، والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، الرفاهية النفسية، وتكونت العينة من (٣٩٦) طالب وطالبة، وتضمنت الأدوات مقياس الإمتنان، والتسامح، والهناء الذاتي، وتضمن مسارات موجبة من الإمتنان للتسامح، ومسارات دالة من الإمتنان، ومن التسامح للرفاهية النفسية.

هدفت دراسة (Carmel, 2001) التحقق من أن هناك ارتباط بين إرادة الحياة، والرفاهية النفسية، وتكونت العينة من (٩٨٧) من المسنين المرضى، وتضمنت أدوات الدراسة على مقياس الرفاهية النفسية، وإرادة الحياة، وأشارت النتائج أن إرادة الحياة مؤشرا للرفاهية النفسية.

#### تعقيب

تناولت الدراسات السابقة متغير الرفاهية النفسية، وعلاقته بالمتغيرات الأخرى، (إرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان)، ولعب التسامح، والإمتنان، والأمل دورا كوسيط في بعض الدراسات مثل دراسة (Ilhan, & Asude, 2015) والأمل، والكفاءة الشخصية كمنبئ بالرفاهية النفسية في دراسة (Ferguson, et al, 2010) وأحيانا وجود علاقة بين التسامح، والأمتنان، والرفاهية النفسية في دراسة (Mustafa, 2015) ووجود علاقة بين إرادة الحياة، والرفاهية النفسية مثل دراسة (Carmel, 2001). وهذه النتائج تتسق مع البحث الحالي الذي تعمل فيه الرفاهية النفسية كمتغير تابع يتأثر بمتغيرات أخرى وهي إرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان، وفي نفس الوقت كمتغير مستقل يؤثر في التسامح، والإمتنان. ولم تجمع أي دراسة سابقة متغيرات الدراسة الحالية في شكل نموذج يتضمن الرفاهية النفسية، وأبعاد إرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان، كما يتناوله هذا البحث.

**فروض البحث:** تمثلت فروض البحث في فرض رئيسي وفروض منبثقة منه كما يلي:

**الفرض الرئيسي:** توجد مطابقة جيدة بين نموذج تحليل المسار المقترح وبيانات عينة البحث بالنسبة للتأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين الرفاهية النفسية وإرادة الحياة والتسامح والإمتنان.

وينبثق منه الفروض الفرعية التالية:

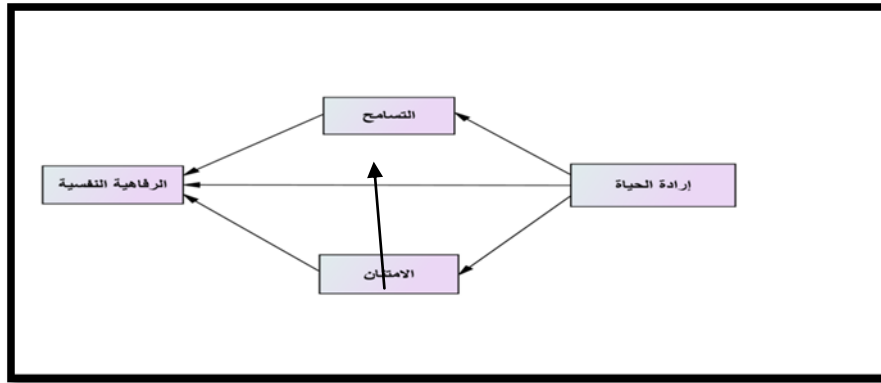
١- توجد تأثيرات مباشرة لأبعاد إرادة الحياة في الرفاهية النفسية لدى المسنين.



- ٢- توجد تأثيرات متبادلة بين الإمتنان، والرفاهية النفسية لدى المسنين.
- ٣- توجد تأثيرات مباشرة للتسامح في الرفاهية النفسية لدى المسنين.
- ٤- لا توجد تأثيرات غير مباشرة بين أبعاد إرادة الحياة، والرفاهية النفسية عن طريق التسامح لدى المسنين.

### نموذج التأثيرات المقترحة للعلاقات بين متغيرات البحث

من النظريات والإطار النظري والدراسات السابقة إستخلصت الباحثة نموذج التأثيرات المقترحة للعلاقات بين المتغيرات شكل (١):



### نموذج التأثيرات المقترحة للعلاقات بين متغيرات البحث

#### شكل (١)

### نموذج التأثيرات المقترحة للعلاقات بين متغيرات البحث

#### إجراءات البحث

أولاً منهج البحث: تم استخدام المنهج الوصفي الإرتباطي بإعتباره الأنسب للدراسة الحالية.

ثانياً العينة: تضمن البحث عینتین؛ العينة الإستطلاعية، والعينة الأساسية كما يلي:

أ- العينة الإستطلاعية: وتألقت عينة البحث الإستطلاعية من (١٢٧) مسن، (٧١) ذكور بنسبة ٥٥,٩% - ٦٥ إناث بنسبة ٤٤,١%)، تتراوح أعمارهم بين (٦٠ - ٨٤) عاماً، بمتوسط عمري (٦٧,٨٧) عاماً، ووسيط (٦٦) عاماً، ومنوال (٦٠)، وإنحراف معياري (٦,٨٤)، وراعت الباحثة في هذه العينة أن تكون موزعة على عدد من المتغيرات التصنيفية، وهي العمر، والنوع، ومستوى التعليم، والدخل.

ب- العينة الأساسية: وتألقت عينة البحث الأساسية من (٢٥٧) مسن، (١١٨) ذكور - ١٣٩ إناث، تتراوح أعمارهم بين (٦٠ - ٨٤) عاماً، بمتوسط عمري (٦٨,١٦) عاماً، ووسيط (٦٦) عاماً، ومنوال (٦٠)، وإنحراف معياري (٦,٩١)، وراعت الباحثة في هذه العينة أن تكون موزعة على عدد من المتغيرات التصنيفية، وهي العمر، والنوع، ومستوى التعليم.

ثالثاً: الأدوات: وتشمل مقاييس: الرفاهية النفسية، وإرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان، (جميعها من إعداد الباحثة).

## أولا مقياس الرفاهية النفسية: إعداد الباحثة

وفي سبيل إعداد هذا المقياس إتبعته الباحثة الخطوات التالية:

١- الإطلاع على الأطر النظرية، والدراسات السابقة ذات الصلة بالرفاهية النفسية.

٢- الإطلاع على بعض المقاييس السابقة ذات الصلة بالرفاهية النفسية مثل: مقياس الرفاهية النفسية إعداد (Diener, & Robert, 2009)؛ ومقياس الرفاهية إعداد (Richard, & Deci, 2000) ومقياس الرفاهية النفسية إعداد (Ryff, 1989) وفي ضوء هذين المصدرين، تمت صياغة فقرات المقياس.

**وصف المقياس:** تألف المقياس في صورته المبدئية من (٤٠) فقرة موزعة في ثلاثة أبعاد وهي: الإنجاز ويتكون من (١٢) فقرة؛ والعلاقات الإجتماعية ويتكون من (١٥) فقرة؛ والحب ويتكون من (١٣) فقرة، ويشمل المقياس (٢٩) فقرة إيجابية، و(١١) فقرة سلبية؛ ويتضمن (٣) مستويات للإستجابة: (غالباً= ٣ درجات، أحيانا = درجتان، نادرا = درجة واحدة) للفقرات الموجبة، والعكس للسالبة. وتم تطبيق المقياس في الفترة من فبراير (٢٠٢٠)، إلى مارس (٢٠٢٠).

## الخصائص السيكمترية لمقياس الرفاهية النفسية:

## صدق المقياس

## الصدق العاملي الإستكشافي: Exploratory Factor Analysis

تم إجراء التحليل العاملي الإستكشافي بعد التأكد من توافر جميع شروطه وذلك بطريقة تحليل المكونات الرئيسية لهوتلينج للحصول على العوامل المكونة للمقياس بجذر كامن لهذه العوامل أكبر من الواحد الصحيح. تم التوصل إلى تشعب المقياس على ثلاثة عوامل وكانت قيمة الجذر الكامن لها (٥.٣٩٦)، (٥.٢٧٩)، (٤.١١٢) على الترتيب. ويوضح جدول (١) الشيوخ، (تشعب الفقرات على العوامل).

## جدول (١)

العوامل المستخرجة وتشعبانها بعد التدوير المتعامد لمصفوفة فقرات مقياس الرفاهية النفسية

الفقرة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	الفقرة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث
١		٠,٦٤٨		٢٢	٠,٥٦٧		
٢		٠,٤٧٨		٢٣	٠,٤١٠		
٣	٠,٥٠٩			٢٤	٠,٥٥٤		
٤		٠,٤٣٠		٢٥	٠,٦٣١		
٥	٠,٧٠٥			٢٦		٠,٣٦٩	
٦	٠,٥٧٠			٢٧	٠,٤٨٤		
٧	٠,٧٠٦			٢٨	٠,٤٠٥		
٨		٠,٧١١		٢٩	٠,٥٨٣		
٩		٠,٨١٩		٣٠		٠,٦٩٩	
١٠		٠,٦١٩		٣١		٠,٣٤٢	
١١		٠,٥٩٥		٣٢		٠,٧٩٠	
١٢		٠,٧٢٧		٣٣	٠,٤٥٨		
١٣			٠,٦٥٩	٣٤	٠,٥٥٣		
١٤			٠,٧٤٨	٣٥			
١٥				٣٦			٠,٣٤٢
١٦			٠,٧٩١	٣٧		٠,٥٢٧	
١٧			٠,٣١٣	٣٨			
١٨		٠,٣١٦		٣٩		٠,٦١٣	
١٩			٠,٤٧٤	٤٠	٠,٤٥٠		
٢٠	٠,٤٩٤			الجذر الكامن	٥,٣٩٦	٥,٢٧٩	٤,١١٢
٢١	٠,٤٣٥			التباين	١٣,٤٨٩%	١٣,١٩٨%	١٠,٢٧٩%

## تحديد الفقرات التي تشبعت على كل عامل

- العامل الأول تشبعت عليه (١٧) فقرة؛ وكان الجذر الكامن له (٥.٣٩٦) بنسبة تباين (١٣.٤٨٩%)، وتكشف مضامين هذه الفقرات العلاقات التي تجمع المسن بعائلته، وأصدقائه، وجيرانه والتي تعكس التماسك، والإهتمام ببعضهم، والحرص على المصلحة العامة. وبالتالي يمكن تسمية هذا العامل، (العلاقات الإجتماعية).
- العامل الثاني تشبعت عليه (١٢) فقرة؛ وكان الجذر الكامن له (٥.٢٧٩) بنسبة تباين (١٣.١٩٨%)، وتكشف مضامين هذه الفقرات عن النشاط الذي يقوم به المسن، سواء أعمال فردية، كالهوايات، أو أعمال تطوعية، أو أعمال رسمية. وبالتالي يمكن تسمية هذا العامل، (الانجاز).
- العامل الثالث تشبعت عليه (٨) فقرات؛ وكان الجذر الكامن له (٤.١١٢) بنسبة تباين (١٠.٢٧٩%)، وتكشف مضامين هذه الفقرات عن الألفة، والحميمية، بالتمتع بالعلاقات الإجتماعية الدافئة، والتمتع بالعاطفة، والإلتزام بالواجبات المجتمعية، والأسرية. وبالتالي يمكن تسمية هذا العامل (الحب). كما يتضح أن (٣) فقرات لم يكن لها أي تشبعت دالة إحصائياً، وبالتالي تم حذفها من المقياس، وبذلك أصبح المقياس بعد إجراء التحليل العاملي الاستكشافي يتكون من (٣٧) فقرة.

## الإتساق الداخلي لمقياس الرفاهية النفسية

تم حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية ويوضحها جدول (٢).

## جدول (٢)

## الإتساق الداخلي بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الرفاهية النفسية

م	الأبعاد	معامل الارتباط
١	العلاقات الاجتماعية	٠.٨٧٨**
٢	الإنجاز	٠.٧٦٨**
٣	الحب	٠.٥١٠**

\*\* الارتباط دال عند مستوى ٠,٠١

يبين جدول (٢) أن قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠.٠١)، كما تم حساب معاملات الارتباط بين الفقرات، والدرجة الكلية للبعد المنتمية له، وأظهرت النتائج أن قيم معاملات الارتباط تراوحت بين (٠.٣٦٣، ٠.٨٠٩) وهي مقبولة إحصائياً، وتم حساب معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس، وأظهرت النتائج، أن قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠.٠١) ما عدا فقرات (٣٥-٣٦-٣٨) فكانت غير دالة إحصائياً وبالتالي تم حذفها من المقياس، وأصبح المقياس يتكون من (٣٧) فقرة.

## حساب الثبات

تم حساب الثبات من خلال معامل ألفا كرونباخ، ويوضح جدول (٣) قيمة الثبات للأبعاد، والدرجة الكلية.

## جدول (٣)

## معامل الثبات ألفا للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الرفاهية النفسية

م	الأبعاد	عدد الفقرات	معامل ألفا
١	العلاقات الاجتماعية	١٧	٠.٨٥٥
٢	الإنجاز	١٢	٠.٨١٥
٣	الحب	٨	٠.٨١٠
٤	الدرجة الكلية	٣٧	٠.٨٨٢

يبين جدول (٣) أن قيم معامل ثبات ألفا تراوحت ما بين (٠.٨١٠، ٠.٨٨٢) وهي معاملات ثبات مقبولة إحصائياً، مما يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس.

## ثانياً مقياس إرادة الحياة: إعداد الباحثة

وفي سبيل إعداد هذا المقياس إتبعته الباحثة الخطوات التالية:

١- الإطلاع على الأطر النظرية، والدراسات السابقة ذات الصلة بالرفاهية النفسية.

٢- الإطلاع على بعض المقاييس السابقة ذات الصلة بإرادة الحياة، مثل مقياس إرادة الحياة (Karppinen, Laakkonen, Strandberg, Tilvis, & Pitkala, 2012) ومقياس فهم إرادة الحياة لدى المرضى القريبين من الموت (Chochinov, et al, 2005) وفي ضوء هذين المصدرين، تمت صياغة فقرات المقياس.

**وصف المقياس:** تألف المقياس في صورته المبدئية من (٣٩) فقرة موزعة في ثلاثة أبعاد وهي: الأمل (١٣) فقرة؛ والكفاءة الذاتية (١٥) فقرة؛ وتحسين الشخصية (١١) فقرة، ويتكون المقياس من (٢٣) فقرة إيجابية، و(١٦) فقرة سلبية؛ ويتضمن (٣) مستويات للإستجابة: (غالباً = ٣ درجات، أحيانا = درجتان، نادراً = درجة واحدة) للفقرات الموجبة، والعكس للسالبة. وتم تطبيق المقياس في الفترة من فبراير (٢٠٢٠)، إلى مارس (٢٠٢٠).

## الخصائص السيكومترية لمقياس إرادة الحياة:

## -صدق المقياس

## - الصدق العاملي الإستكشافي: Exploratory Factor Analysis

تم إجراء التحليل العاملي الاستكشافي، بعد التأكد من توافر جميع شروطه وذلك بطريقة تحليل المكونات الرئيسية لهوتلينج، للحصول على العوامل المكونة للمقياس بجذر كامن لهذه العوامل أكبر من الواحد الصحيح، والذي يحدد عدد العوامل البارزة في التحليل، وتم التوصل إلى تشبع المقياس على ثلاثة عوامل، وكانت قيمة الجذر الكامن لها (٥.٢٧٢)، (٤.٣٧٢)، (٣.٦٢٧) على الترتيب. ويوضح جدول (٤) الشيوخ، (تشبع الفقرات على العوامل).

## جدول (٤)

العوامل المستخرجة وتشعباتها بعد التدوير المتعامد لمصفوفة فقرات مقياس إرادة الحياة

الفقرة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	الفقرة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث
١				٢١			٤١٨
٢				٢٢			٣٠١
٣				٢٣			٨٤٣
٤				٢٤			٥٩٨
٥				٢٥			٦١٣
٦				٢٦			٥٥٠
٧				٢٧			
٨				٢٨			٨٤٠
٩				٢٩			٤٤٩
١٠				٣٠			٤٦٥
١١				٣١			٥٣٦
١٢				٣٢			٤٢٢
١٣				٣٣			٤٣٦
١٤				٣٤			٤٥١
١٥				٣٥			٦٧٥
١٦				٣٦			٦٥٨
١٧				٣٧			٣٩٠
١٨				٣٨			٦٦٦
١٩				٣٩			٧٩١
٢٠				الجذر الكامن التباين			٣,٦٢٧ ٤,٣٧٢ ٥,٢٧٢ ١٣,٥١٩
							٩,٢٩٩ ١١,٢١٠ ١٣,٥١٩

يتضح من جدول (٤) الفقرات التي تشعبت على كل عامل وهي كالتالي:

- العامل الأول تشعب عليه (١٠) فقرات، وكان الجذر الكامن له (٥.٢٧٢) بنسبة تباين (١٣.٥١٩%)، وكشفت مضامين هذه الفقرات عن قدرة المسن على التعلم المستمر بمتابعة البرامج، وتصفح النت، والتنظيم الذاتي، والانفتاح على الخبرة. ويمكن تسمية هذا العامل (تحسين الشخصية).
- العامل الثاني تشعب عليه (١٣) فقرة، وكان الجذر الكامن له (٤.٣٧٢) بنسبة تباين (١١.٢١٠%)، وكشفت مضامين هذه الفقرات عن قدرة المسن على تحديد أهداف متماشية مع قدراته، وتجاهل الفرص الضائعة، والتحلّي بالثقة بالنفس. ويمكن تسمية هذا العامل (الأمل).
- العامل الثالث تشعب عليه (١٢) فقرة، وكان الجذر الكامن له (٣.٦٢٧) بنسبة تباين (٩.٢٩٩%)، وكشفت مضامين هذه الفقرات عن تمتع المسن باليقظة الذهنية، وبالانتباه لمحاوله، والقدرة على الوصف، وضبط الإنفعال، والتكيف الاجتماعي. ويمكن تسمية هذا العامل (الكفاءة الذاتية).

كما يتضح أن (٣) فقرات لم يكن لها أي تشعبات دالة إحصائياً، وبالتالي تم حذفها من المقياس، وبذلك أصبح المقياس بعد إجراء التحليل العملي الاستكشافي يتكون من (٣٥) فقرة.

الاتساق الداخلي لمقياس إرادة الحياة

تم حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية ووضحها جدول (٥)

## جدول (٥)

الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس إرادة الحياة مع الدرجة الكلية للمقياس

م	الأبعاد	معامل ارتباط بيرسون
١	تحسين الشخصية	٠.٨٢٣ **
٢	الأمّل	٠.٨٢٤ **
٣	الكفاءة الذاتية	٠.٥٦٠ **

\*\* الإرتباط دال عند مستوى ٠,٠١

يبين جدول (٥) أن قيم معاملات الإرتباط تراوحت بين (٠.٥٦٠ : ٠.٨٢٤) وهي مقبولة إحصائياً، كما تم حساب معاملات الإرتباط بين الفقرات، والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه وأظهرت النتائج أن قيم معاملات الإرتباط تراوحت ما بين (٠.٣٣٦، ٠.٨٢٥) وهي مقبولة، وتم حساب معاملات الإرتباط بين الفقرات، والدرجة الكلية لمقياس إرادة الحياة وأظهرت النتائج أن قيم معاملات الإرتباط دالة عند مستوى (٠.٠١) ما عدا الفقرات أرقام (١٩-٢٢) فكانت غير دالة إحصائياً، وتم حذفها من المقياس، وأصبح المقياس يتكون من (٣٣) فقرة.

## - حساب الثبات

تم حساب الثبات من خلال معامل ألفا كرونباخ، ويوضح جدول (٦) قيمة الثبات للأبعاد والدرجة الكلية.

## جدول (٦)

معامل ثبات ألفا للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس إرادة الحياة

م	الأبعاد	عدد الفقرات	معامل ألفا
١	تحسين الشخصية	١٠	٠.٨٥٦
٢	الأمّل	١٣	٠.٨٠٧
٣	الكفاءة الذاتية	١٠	٠.٧١٢
٤	الدرجة الكلية	٣٣	٠.٨٧٩

يبين جدول (٦) أن قيم معامل ثبات ألفا تراوحت ما بين (٠.٧١٢، ٠.٨٧٩) وهي معاملات ثبات مقبولة إحصائياً مما يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس.

## ثالثاً مقياس التسامح: إعداد الباحثة

وفي سبيل إعداد هذا المقياس إتبعته الباحثة الخطوات التالية:

١- الإطلاع على الأطر النظرية، والدراسات السابقة ذات الصلة بالتسامح.

٢- الإطلاع على بعض المقاييس السابقة ذات الصلة بالتسامح، مثل: مقياس الميل للعفو، إعداد (البهاص، ٢٠٠٩)؛ ومقياس الميل للعفو، إعداد (Wohl, & Wahkinney, 2008) ومقياس التسامح لهرتلاند، إعداد (Thompson, Snyder, Hofman, Rasmussem, Heinze, & Neufeld, Shorery, Roberts, & Roberts, 2005) ومقياس التوجه لتحسين العلاقات الشخصية (Hargrave, & James, 1997) وفي ضوء هذين المصدرين، تمت صياغة فقرات المقياس.

**وصف المقياس:** تألف المقياس في صورته المبدئية من الأولية من (٣٦) فقرة موزعة في ثلاثة أبعاد وهي: التسامح مع الذات ويتكون من (١١) فقرة؛ والتسامح مع الآخر ويتكون من (١٤) فقرة؛ والتسامح الآخر معنا ويتكون من (١١) فقرة؛ ويتكون المقياس من (٢٣) فقرة إيجابية، و(١٣) فقرة سلبية؛ ويتضمن (٣) مستويات للإستجابة وتقيم الدرجات (غالبا = ٣ درجات، أحيانا = درجتان، نادرا = درجة واحدة) لل فقرات الموجبة، والعكس للسالبة الدرجات. وتم تطبيق المقياس في الفترة من فبراير (٢٠٢٠)، إلى مارس (٢٠٢٠).

### الخصائص السيكومترية لمقياس التسامح:

#### صدق المقياس

#### الصدق العاملي الإستكشافي: Exploratory Factor Analysis

تم إجراء التحليل العاملي الاستكشافي وذلك بطريقة تحليل المكونات الرئيسية لهوتلينج، وتوزيع الفقرات على العوامل، تم التوصل إلى تشعب المقياس على ثلاثة عوامل وقيمة الجذر الكامل لها (٤.٦٧٥)، (٣.٤٦٤)، (٣.٤١٠) على الترتيب، ويوضح جدول (٧) الشيوخ:

#### جدول (٧)

العوامل المستخرجة وتشعبانها بعد التدوير المتعامد لمصفوفة فقرات مقياس التسامح

الفقرة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	الفقرة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث
١			٣٧١,	٢٠	٥٦٩,		
٢			٣٩٦,	٢١	٥١٢,		
٣			٣٥٢,	٢٢			٥٦٠,
٤				٢٣			٥٧١,
٥			٤٠٢,	٢٤	٥٠٨,		
٦				٢٥			٤٢٥,
٧			٥٢٩,	٢٦	٣٥١,		
٨			٣٨٣,	٢٧	٣٦١,		
٩			٥١٥,	٢٨	٦٢١,		
١٠			٥٧٢,	٢٩	٦٠٥,		
١١		٣٦٦,		٣٠	٦٨١,		
١٢		٤١٦,		٣١	٣٧٨,		
١٣		٥٩٠,		٣٢	٥٣٥,		
١٤		٣١٧,		٣٣	٥٥٠,		
١٥		٦٢٤,		٣٤			
١٦		٦٣٣,		٣٥	٥٠٣,		
١٧		٦٣٤,		٣٦	٤١٠,		
١٨		٦٩٧,		الجذر الكامل	٣,٤٦٤	٣,٤١٠	
١٩		٦٠٢,		التباين	١٣,٢٣٥	٩,٤٧٣%	٩,٦٢١%

#### تحديد الفقرات التي تشبعت على كل عامل

- العامل الأول تشبعت عليه (١٣) فقرة، وكان الجذر الكامل له (٤.٧٦٥) بنسبة تباين (١٣.٢٣٥%) ، وتكشف مضامين هذه العبارات تقبل الآخر، والتواصل المستمر مع من ظلمني، وملاطفته، ونسيان أخطائه بعودة الثقة، وإظهار مشاعر الألفة. وبالتالي يمكن تسمية هذا العامل (التسامح مع الآخر).

- والعامل الثاني تشبع عليه (٩ فقرات) وكان الجذر الكامن له (٣.٤٦٤) بنسبة تباين (٩.٦٢١%)، وتكشف مضامين هذه الفقرات عن قبول الآخر لنا ولاعتذارنا، ونسيان أخطائنا، وبناء علاقة جديدة، وبالتالي يمكن تسمية هذا العامل (تسامح الآخر معنا).
- العامل الثالث تشبع عليه (١١) فقرة؛ وكان الجذر الكامن له (٣.٤١٠) بنسبة تباين (٩.٤٧٣%)، وتكشف مضامين هذه العبارات عن تقبل الذات كما هي بمسامحة النفس، وتخطي الماضي الأليم، والتحلي بالإيمان بأن الله قد غفر له وتقبله. وبالتالي يمكن تسمية هذا العامل (التسامح مع الذات)؛ كما يتضح أن (٣) فقرات لم يكن لها أي تشبعات دالة إحصائياً، وبالتالي تم حذفها من المقياس، وبذلك أصبح المقياس بعد إجراء التحليل العاملي الاستكشافي يتكون من (٣٣) فقرة.

### الإتساق الداخلي لمقياس التسامح

تم حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية ويوضحها جدول (٨).

#### جدول (٨)

#### الإتساق الداخلي بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التسامح

م	الأبعاد	معامل ارتباط بيرسون
١	التسامح مع الآخر	٠.٨٧٨ **
٢	تسامح الآخر معنا	٠.٧٠٩ **
٣	التسامح مع الذات	٠.٦٩٠ **

\*\* الإرتباط دال عند مستوى ٠,٠١

يبين جدول (٨) أن قيم معاملات الارتباط تراوحت بين (٠.٦٩٠، ٠.٨٧٨) وأن جميع هذه القيم مقبولة إحصائياً، كما تم حساب معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه وأظهرت النتائج أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠.٣٧٧، ٠.٧١٩) وهي مقبولة، وتم حساب معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس وأظهرت النتائج أن قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠.٠١)، ما عدا الفقرات أرقام (٩-١٠) والتابعة لبعد التسامح مع الذات، فكانت غير دالة إحصائياً، وبالتالي تم حذفها من المقياس، وأصبح المقياس يتكون من (٣١) فقرة.

#### - حساب الثبات

تم حساب الثبات من خلال معامل ألفا كرونباخ، ويوضح جدول (٩) قيمة الثبات للأبعاد والدرجة الكلية.

#### جدول (٩)

#### معامل الثبات ألفا للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التسامح

م	الأبعاد	عدد الفقرات	معامل ألفا
١	التسامح مع الآخر	١٣	٠.٨٢٧
٢	تسامح الآخر معنا	٩	٠.٧٠٤
٣	التسامح مع الذات	٩	٠.٧٠٠
٤	الدرجة الكلية	٣١	٠.٨٥٩

يتضح من جدول (٩) أن قيم معامل ثبات ألفا تراوحت ما بين (٠.٧٠٠، ٠.٨٥٩)، ويتضح تمتع المقياس بمعاملات صدق، وثبات عالية مما يشير للثقة به باعتباره مقياساً جيداً للتسامح.



## رابعاً مقياس الإمتنان: إعداد الباحثة

وفي سبيل إعداد هذا المقياس إتبعته الباحثة الخطوات التالية:

١- الإطلاع على الأطر النظرية، والدراسات السابقة ذات الصلة بالإمتنان.

٢- الإطلاع على بعض المقاييس السابقة ذات الصلة بالإمتنان، مثل مقياس الإمتنان في العمل (Cain, Cairo, Duffy, Meli, Rye, & Worthington, 2018)؛ ومقياس الإمتنان متعدد المكونات أعده (Morgan, et al, 2017)؛ ومقياس الإمتنان للبالغين إعداد (Anas, Husain, Khan, & Aijaz, 2016)؛ ومقياس الإمتنان لماكلو ترجمة (هاني، ٢٠١٤)؛ ومقياس الإمتنان والتقدير إعداد (Watkins, et al, 2003,432).

وفي ضوء هذين المصدرين، تمت صياغة فقرات المقياس.

**وصف المقياس:** تألف المقياس في صورته المبدئية من من (٣٨) فقرة موزعة في بعدين وهما: الإمتنان للآخرين، ويتكون من (١٧) فقرة، والإمتنان لله ويتكون من (٢١) فقرة، ويتكون المقياس من (٢٥) فقرة إيجابية، و(١٦) فقرة سلبية ويتضمن (٣) مستويات للإستجابة: (غالباً = ٣ درجات، أحيانا = درجتان، نادراً = درجة واحدة) للفقرات الموجبة، والعكس للسالبة. وتم تطبيق المقياس في الفترة من فبراير (٢٠٢٠)، إلى مارس (٢٠٢٠).

## الخصائص السيكومترية لمقياس الإمتنان:

## صدق المقياس

## الصدق العاملي الإستكشافي: Exploratory Factor Analysis

تم إجراء التحليل العاملي الإستكشافي بعد التأكد من توافر جميع شروطه، وذلك بطريقة تحليل المكونات الرئيسية لهوتلينج، للحصول على العوامل المكونة للمقياس بجذر كامن لهذه العوامل أكبر من الواحد الصحيح؛ تم التوصل إلى تشبع المقياس على عاملين، وكان قيمة الجذر الكامن لهما (٤.٨٤٩)، (٤.٧٨٩) على الترتيب. ويوضح جدول (١٠) الشبوع، (تشبع الفقرات على العوامل).

## جدول (١٠)

العوامل المستخرجة وتشبعانها بعد التدوير المتعامد لمصفوفة فقرات مقياس الإمتنان

الفقرة	العامل الأول	العامل الثاني	الفقرة	العامل الأول	العامل الثاني
١	,٤٢٩		٢١		,٣٠٧
٢	,٥٥٧		٢٢	,٦٥٦	
٣	,٥٤٢		٢٣	,٥٦٧	
٤		,٣٧٩	٢٤		,٦٦٥
٥			٢٥		,٥٧٤
٦		,٤٦٠	٢٦		,٥٨٨
٧			٢٧		,٥٧٥
٨	,٥٠٢		٢٨	,٣٤٦	
٩	,٣٤٣		٢٩		,٥٣٠
١٠	,٣٣٧		٣٠	,٤٥٥	
١١	,٦٣٠		٣١		,٥٣٧
١٢	,٤٦٠		٣٢		
١٣	,٤١٤		٣٣		
١٤	,٣٥٠		٣٤		,٤٠٢

١٥	٤٦٧,	٣٥		٤٣٦,
١٦		٣٦	٥١٤,	٥٧٧,
١٧		٣٧		
١٨	٥٠٩,	٣٨		٥١٥,
١٩		الجزر الكامن	٤٥٣,	٤٧٨٩,
٢٠		التباين	٣٩٥,	١٢,٦٠٣%
				١٢,٧٦١%

يتضح من جدول (١٠) الفقرات التي تشبعت على كل عامل وهي كالآتي.

- العامل الأول تشبع عليه (١٦) فقرة، وكان الجذر الكامن له (٤.٨٤٩) بنسبة تباين (١٢.٧٦١%)، وتكشف مضامين هذه الفقرات عن تقدير الأشياء التي يقدمها الآخرون من حب، ومساعدة، والتعبير بالشكر، وتبادل الثناء والإستحسان. وبالتالي يمكن تسمية هذا العامل (الإمتنان للآخر).
- العامل الثاني تشبع عليه (١٦) فقرة، وكان الجذر الكامن له (٤.٧٨٩) بنسبة تباين (١٢.٦٠٣%)، وتكشف مضامين هذه الفقرات عن تقدير نعم الله بالتمتع بها، وشكر الله عليها، والإنفاق منها في موضعها، والتمتع بالنعمة. وبالتالي يمكن تسمية هذا العامل (الإمتنان لله)؛ كما يتضح أن (٦) فقرات لم يكن لها أي تشبعت دالة إحصائياً، فتم حذفها من المقياس، وبذلك أصبح المقياس بعد إجراء التحليل العملي الإستكشافي يتكون من (٣٢) فقرة.

#### الإتساق الداخلي لمقياس الإمتنان

تم حساب معاملات الإرتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية ويوضحها جدول (١١).

#### جدول (١١)

#### الإتساق الداخلي بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الإمتنان

م	الأبعاد	معامل إرتباط بيرسون
١	الإمتنان للآخر	٠.٧٨٥**
٢	الإمتنان لله	٠.٩٠٢**

\*\*الإرتباط دال عند مستوى ٠,٠١

يبين جدول (١١) أن قيم معاملات الإرتباط دالة عند مستوى (٠,٠١)، كما تم حساب معاملات الإرتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للبعد المنتميه إليه وأظهرت النتائج أن قيم معاملات الإرتباط تراوحت ما بين (٠.٣٢٧، ٠.٦٤٤) وهي مقبولة إحصائياً، وتم حساب معاملات الإرتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس، وأظهرت النتائج أن قيم معاملات الإرتباط دالة عند مستوى (٠,٠١). ما عدا الفقرة رقم (٢٨) والتابعة لبعد الامتنان للآخر، فكانت غير دالة إحصائياً، وبالتالي تم حذفها من المقياس، وأصبح المقياس يتكون من (٣١) فقرة.

#### حساب الثبات

تم حساب الثبات من خلال معامل ألفا كرونباخ ويوضح جدول (١٢) قيمة الثبات للأبعاد والدرجة

الكلية

## جدول (١٢)

## معامل الثبات ألفا للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الإمتنان

م	الأبعاد	عدد الفقرات	معامل ألفا
١	الإمتنان للآخر	١٥	٠.٧٩٩
٢	الإمتنان لله	١٦	٠.٨١٧
٣	الدرجة الكلية	٣١	٠.٨٦١

يبين جدول (١٢) أن قيم معامل ثبات ألفا تراوحت ما بين (٠.٧٩٩، ٠.٨٦١) وهي معاملات ثبات مقبولة إحصائياً مما يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس.

## نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها

**الفرض الرئيسي وينص "توجد مطابقة جيدة بين نموذج تحليل المسار المقترح وبيانات عينة البحث بالنسبة للتأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين الرفاهية النفسية وإرادة الحياة والتسامح والإمتنان".**

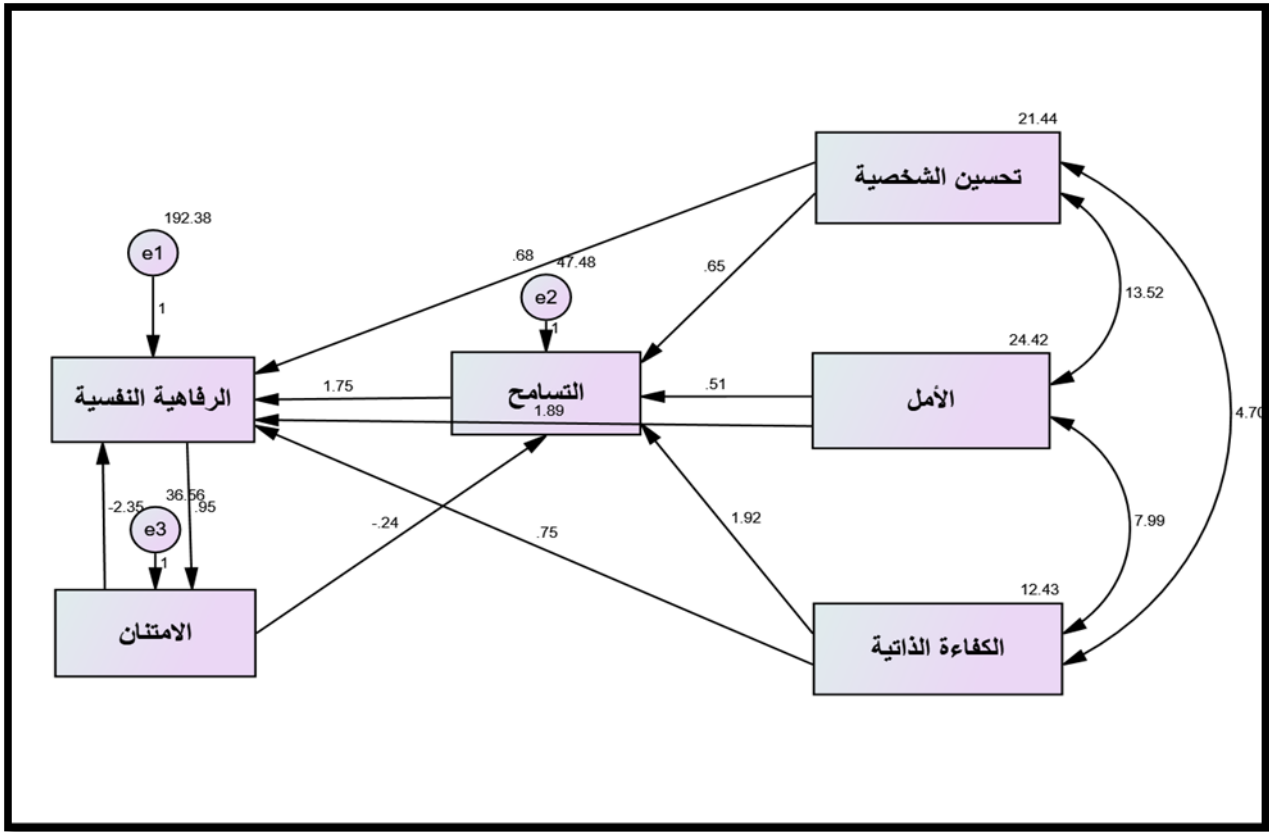
للتحقق من هذا الفرض إقترحت الباحثة في نهاية الإطار النظري شكل (١) نموذجاً يفسر العلاقات بين متغيرات البحث الأربعة (إرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان، والرفاهية النفسية) في ضوء ما تم الاطلاع عليه من نظريات، وإطار نظري، ودراسات سابقة؛ كما تأكدت الباحثة من كافة الإفتراضات والشروط الواجب توافرها لتحليل المسار قبل إجراء التحليل، ومن أهمها إيجاد مصفوفة معاملات الارتباط بين متغيرات البحث جدول (١٣) ، حيث تبين وجود علاقات قوية بينهم.

## جدول (١٣)

## مصفوفة الارتباط بين المتغيرات المتضمنة بالنموذج المقترح (معامل ارتباط بيرسون)

المتغيرات	إرادة الحياة			التسامح	الإمتنان
	الكفاءة الذاتية	الأمل	تحسين الشخصية		
إرادة الحياة					
التسامح			٠.٧٣٣**		
الإمتنان			٠.٨١٦**	٠.٨٠٧**	
الرفاهية النفسية			٠.٧٥٦**	٠.٧٥٩**	٠.٨٠٧**

وبناء على ماسبق تم التحقق من النموذج المقترح باستخدام نموذج تحليل المسار، وذلك باستخدام الحزمة الإحصائية Amos, V 22 وإفترضت الباحثة أن متغير الرفاهية النفسية متغيراً تابعاً لمشاهد، ومتغيرات التسامح، والإمتنان، وإرادة الحياة بمكوناته (الأمل، والكفاءة الذاتية، تحسين الشخصية) متغيرات مستقلة مشاهدة، وكشفت نتائج البحث ومؤشرات التعديل Modification Indices للنموذج عن تحقق هذا الفرض بشكل جزئي في نموذج مطابق بدرجة عالية لبيانات العينة في ضوء مؤشرات المطابقة والذي يتضمن التأثيرات بين المتغيرات، وتم حساب التأثيرات المباشرة، وغير المباشرة، ومعاملات الإنحدار المعيارية واللامعيارية، والخطأ المعياري، والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودالاتها بناء على النموذج المقترح شكل (١)، والنموذج المطابق شكل (٢) هو أفضل نموذج تم إستخراجه، وحقق حسن مطابقة مع النموذج المقترح.



شكل (٢)

نموذج تحليل المسار المعدل للعلاقات بين إرادة الحياة والتسامح والإمتنان والرفاهية النفسية

ويُلخص جدول (١٤) مؤشرات تقييم حسن المطابقة التي إستخدمتها الباحثة:

جدول (١٤)

مؤشرات حسن المطابقة لنموذج تحليل المسار للعلاقات بين إرادة الحياة والتسامح والإمتنان والرفاهية النفسية

م	مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر	القرار
١	قيمة كا <sup>٢</sup> X2	١.٨٥٠	غير دالة	مقبول
٢	مؤشر النسبة بين قيم X2 ودرجات الحرية df(CMIN)	٠.٩٢٥	أقل من (٥)	مقبول
٣	مؤشر جذر متوسطات مربعات البواقي (RMR)	٠.٠٣٢	الاقتراب من الصفر	مقبول
٤	مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠.٩٩٨	من صفر إلى ١	مقبول
٥	مؤشر حسن المطابقة المصحح بدرجات الحرية (AGFI)	٠.٩٧٥	من صفر إلى ١	مقبول
٦	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠.٩٩٨	من صفر إلى ١	مقبول
٧	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠.٩٨٨	من صفر إلى ١	مقبول
٨	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	١.٠٠٠	من صفر إلى ١	مقبول
٩	مؤشر توكر لويس (TLI)	١.٠٠٠	من صفر إلى ١	مقبول
١٠	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	١.٠٠٠	من صفر إلى ١	مقبول
١١	جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي (RMSEA)	٠.٠٠٠	٠.٠٥ فأقل أو ٠.٠٨ فأقل	مقبول

يتضح من جدول (١٤) لمؤشرات حسن المطابقة في ضوء أن مؤشر (كا<sup>٢</sup> X2) هو أهم مؤشر ومقياس أساسي لحسن المطابقة، ويفترض وجود فروق دالة بين النموذج المتوقع والنموذج المقترح، وكلما كانت قيمة كا<sup>٢</sup> صغيرة كلما كان النموذج في أحسن توفيق له، وقد تحقق عدم دلالتها (١.٨٥٠).

قبول الفرض الرئيسي أي:

١- "توجد مطابقة جيدة بين نموذج تحليل المسار المقترح وبيانات عينة البحث بالنسبة للتأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين الرفاهية النفسية وإرادة الحياة والتسامح والإمتنان."

نتائج الفرض الرئيسي وتفسيرها

١- حذف المسار المباشر من (إرادة الحياة للإمتنان).

٢- حذف المسار غير المباشر من (إرادة الحياة للرفاهية النفسية) عن طريق الإمتنان كوسيط.

٣- إضافة مساراً غير مباشراً من (الرفاهية النفسية للتسامح) عن طريق الإمتنان كوسيط.

وبعد إجراء مؤشرات التعديل، يتضح وجود مطابقة جيدة لنموذج تحليل المسار المقترح من قبل الباحثة وذلك وفقاً لنتائج مؤشرات حسن المطابقة الواردة في جدول (١٤)، حيث جاءت جميع مؤشرات حسن المطابقة في المدى المثالي لها.

**تفسير الباحثة:** وتفسر الباحثة ذلك بأن (إرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان كمتغيرات مستقلة) لهم علاقة بمتغير (الرفاهية النفسية كمتغير تابع) أي تؤثر في زيادة ونقصان الرفاهية النفسية؛ حيث يزيد التسامح بزيادة الرفاهية النفسية والعكس، وتوجد علاقة غير مباشرة من (الرفاهية النفسية للتسامح عن طريق الإمتنان كوسيط) وتتفق هذه النتائج المتعلقة بالفرض الرئيسي مع دراسة كل من (Akhilendra, et al, 2013; Gibson, & Parker, 2003; Keyes, Shmotkin, & Ryff, 2002; & Ziskis, & Brenna, 2010) بوجود علاقة بين إرادة الحياة ممثلة في بعد الأمل كبعد من أبعاد إرادة الحياة وبين الرفاهية النفسية كما استخلص (Wong, 2016) أن المعنى، والتسامح الذاتي، وإرادة الحياة، والإمتنان يحققوا الرفاهية النفسية. كما أن (Heinitz, Lorenz, Schulze & Schorlemmer, 2018) استخلص أن إرادة الحياة في بعدها الأمل، وتحسين الشخصية تسهم في التنبؤ بالرفاهية النفسية، كما تتفق هذه النتيجة مع بعض النظريات مثل نظرية تحديد الأهداف، ونظرية الحب الثلاثي، ونظرية النشاط التي تقوم ممارسة المسن آلية الدور لتحقيق الرفاهية النفسية، وقد يكون الدور هو الإمتنان، أو التسامح، أو تحسين الشخصية، وتتماشى هذه النتيجة مع المسنين حيث تؤثر إرادة الحياة إيجابياً في كل من الرفاهية النفسية، والتسامح، والإمتنان، وهذا الترابط القوي بين هذه المتغيرات يعد مبرراً قوياً لجمعها معاً في نموذج يوضح العلاقات بينها لدى المسنين.

الفرض الأول وتفسيره

١- الفرض الأول وينص "توجد تأثيرات مباشرة لأبعاد إرادة الحياة في الرفاهية النفسية لدى المسنين".

تم حساب التأثيرات المباشرة، ومعاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية، والخطأ المعياري، والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودلالاتها؛ ويلخص جدول (١٥) المسارات المباشرة والأوزان الإنحدارية المعيارية، والإنحدارية غير المعيارية بين المتغيرين.

## جدول (١٥)

نتائج التحليل الإحصائي للنموذج المقترح للمسارات المباشرة ومعاملات الانحدار اللامعيارية

والمعيارية بين إرادة الحياة بأبعادها والرفاهية النفسية بأبعادها

مستوى الدلالة	القيمة الحرجة	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	المتغيرات واتجاه التأثير	
					من	إلى
٠,٠٣٥	٢,١١١	٠,٣٢٠	٠,٢٩٦	٠,٦٧٥	تحسين الشخصية	الدرجة الكلية للرفاهية النفسية
***	٤,٨٨٠	٠,٣٨٦	٠,٨٨١	١,٨٥٥	الأمل	الدرجة الكلية للرفاهية النفسية
٠,٢٦٣	١,١١٩	٠,٦٧١	٠,٢٥٠	٠,٧٥٢	الكفاءة الذاتية	الدرجة الكلية للرفاهية النفسية

\*القيمة الحرجة = قيمة "ت" \*\*\* مستوى الدلالة عند ٠,٠٠١

يتضح من جدول (١٥) تحقق هذا الفرض بشكل جزئي حيث تعتبر المسارات من بعدي إرادة الحياة (تحسين الشخصية، والأمل) إلى (الرفاهية النفسية) دالة عند مستوى ٠,٠٠١، لإرتفاع معاملات الانحدار المعياري والتي تراوحت بين (٠,٢٥٠ إلى ٠,٨٨١) أما المسار من (الكفاءة الذاتية للرفاهية النفسية) غير دال إحصائياً مما ينبني عليه؛ قبول الفرض البديل أي أنه:

قبول الفرض الأول

" توجد تأثيرات مباشرة لأبعاد إرادة الحياة في الرفاهية النفسية لدى المسنين "

تفسير نتائج الفرض الأول

## ١- تفسير المسار المباشر الموجب الدال من بعد (تحسين الشخصية)، (للفاهية النفسية)

يتضح من النتائج السابقة وجود مسار مباشر موجب ودال إحصائياً بين بعد تحسين الشخصية والدرجة الكلية للرفاهية النفسية، حيث بلغت معاملات الانحدار المعيارية (٠,٢٩٦)، وهو معامل موجب ودال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٠١)، وجاء ذلك مطابقاً لكثير من الدراسات السابقة مثل (Jack, Laura, Elissa, & Bridget, 2019) والتي شملت عينتين العينة الأولى تتكون من (١١١)، والعينة الثانية من (٢٠٦) من البالغين الذين تتراوح أعمارهم بين (١٧ - ٨٣) وجاءت نتائج البحث أن هناك علاقة إيجابية طردية بين تحسين الشخصية، والرفاهية النفسية، وتوافقت معها دراسة كل من (Jonathan, Jennifer, Frederick, & Houle, 2016; Anna, & Anna, 2014) والتي جاء فيها أن أسلوب حياة المسن يتطلب قدرة على التغيير، والتكيف مما يتطلب تحسين الشخصية لتحقيق الرفاهية النفسية؛ وتفسر الباحثة ذلك بأن المسنين الذين عندهم قدرة عالية على التكيف مع المواقف ومجارات الشباب وحل المشاكل، بطرق مناسبة للظروف هم أكثر تحقيقاً للرفاهية النفسية من المسنين الذين يضعون أنفسهم في قالب ويرفضون التعامل، وجاءت هذه النتيجة متماشية مع نظريات تحديد الأهداف والتكيف، ونظريات الحاجات ونظرية النظم العائلية حيث تحسين الشخصية يحقق حاجات الإنسان بالإنجاز والحب والانتماء، وبناء العلاقات الاجتماعية.

## ٢- تفسير المسار المباشر الموجب الدال من بعد (الأمل)، (للفاهية النفسية)

يتضح من النتائج السابقة وجود مسار مباشر موجب ودال إحصائياً بين بعد الأمل والدرجة الكلية للرفاهية النفسية، حيث بلغت معاملات الانحدار المعيارية (٠,٨٨١)، وهو معامل موجب ودال عند مستوى (٠,٠٠١). وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (Song, Yajun, Jingguang, Han, Chen, ٠,٠٠١).

(Nanfang, & Qiyong, 2020) التي جاءت بأن الأمل منبئ قوي بالرفاهية النفسية، من خلال التخطيط، وتحديد الأهداف، كما إتفقت معها دراسة (Heinitz, et al, 2018; & Ilhan, & Asude, 2015)

### ٣- تفسير المسار المباشر غير الدال من بعد (الكفاءة الذاتية)، (الرفاهية النفسية)

يتضح من النتائج السابقة وجود مسار مباشر وغير دال إحصائياً بين بعد الكفاءة الذاتية، والدرجة الكلية للرفاهية النفسية، حيث بلغت معاملات الانحدار المعيارية (٠.٢٥٠)، وهو معامل غير دال إحصائياً؛ وهي نتيجة معاكسة لنتائج الدراسات السابقة التي إطلعت عليها الباحثة مثل دراسة (Heinitz, et al, 2018; & Rongwei, Beatrice, Dan, & Jun, 2018) وتفسر الباحثة ذلك بأن تحقيق الرفاهية النفسية عن طريق الكفاءة الذاتية، يعني جهداً مستمراً مبدولاً من المسن، مما يشكل عبئاً على المسنين في هذه المرحلة العمرية لأنه يتطلب بعض الأنشطة السلوكية مثل الإلتباه، والتركيز، والتفاعل، وأنشطة إنفعالية قد تكون مرهقة للمسنين في أداؤها، لذلك إنخفض مؤشر الرفاهية النفسية أمام مؤشر الكفاءة الذاتية، كما أن الدراسات السابقة التي إطلعت عليها الباحثة تخص ثقافات مختلفة عن المجتمع المصري وخصائصهم قد تكون عكس بعض خصائص المجتمع المصري؛ ودون ذلك فقد إتفقت جميع النتائج السابقة المتعلقة بالفرض الثاني مع دراسة كل من

(Carmel, 2001; Huohvanainen, et al, 2012; Carmel, et al, 2013; & Carmel, 2015).

حيث أكدت هذه الدراسات على العلاقة القوية والمتبادلة إرادة الحياة والرفاهية النفسية وتفسر الباحثة ذلك بأن إرادة الحياة والتمثلة في أبعادها الثلاثة الأمل، وتحسين الشخصية، وتطويرها، والكفاءة الذاتية هي مجموعة سمات، وفضائل متعلقة بالمستقبل، وبالتكيف، وتحديد الأهداف، وإتخاذ القرارات، واليقظة الذهنية، وكلها سمات إيجابية تحقق الرفاهية النفسية للمسنين، وهو يوافق النظريات والدراسات السابقة التي إطلعت عليها الباحثة.

### نتائج الفرض الثاني وتفسيره

#### الفرض الثاني وينص " توجد تأثيرات متبادلة بين الإمتنان والرفاهية النفسية لدى المسنين".

تم حساب التأثيرات المباشرة، ومعاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية، والخطأ المعياري، والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودلالاتها؛ ويلخص جدول (١٦) المسارات المباشرة والأوزان الإندارية المعيارية، والإندارية غير المعيارية بين المتغيرين المتضمنين بنموذج تحليل المسار المقترض.

### جدول (١٦)

#### نتائج التحليل الإحصائي للنموذج المقترح للمسارات المباشرة ومعاملات الانحدار اللامعيارية

#### والمعيارية بين الرفاهية النفسية بأبعادها والإمتنان ببعديها

مستوى الدلالة	القيمة الحرجة	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	المتغيرات واتجاه التأثير	
					من	إلى
***	٢٠,٣٣٥	٠,٠٤٧	١,٠٩٢	٠,٩٥٢	الإمتنان	الرفاهية النفسية
***	٢٠,٣٣٥	٠,٥٠٧	٢,٠٤٦-	٢,٣٤٦-	الرفاهية النفسية	الإمتنان

\*القيمة الحرجة = قيمة "ت" \*\*\* مستوى الدلالة عند ٠,٠٠١

يتضح من جدول (١٦) تحقق هذا الفرض بشكل جزئي حيث تعتبر المسارات من (الرفاهية النفسية) إلى (الإمتنان) دالة عند مستوى ٠.٠٠١. كما أظهرت النتائج إرتفاع معاملات الإنحدار المعياري، والتي تراوحت بين (١.٠٩٢ إلى ٢.٠٤٦) وجميعها قيم موجبة ودالة إحصائياً، ما عدا مسار العلاقة من (الإمتنان) إلى (الرفاهية) النفسية فكان التأثير سالبا، ودالا عند مستوى ٠.٠٠١، وبناء على ماسبق يتم قبول الفرض البديل أي أنه:

### قبول الفرض الثاني

## " توجد تأثيرات متبادلة بين الإمتنان والرفاهية النفسية لدى المسنين "

### تفسير نتائج الفرض الثاني

#### ١- تفسير المسار المباشر الموجب والدال من (الرفاهية النفسية) إلى (الإمتنان)

يتضح من النتائج السابقة وجود تأثير مباشر موجب ودال إحصائياً للرفاهية النفسية في الإمتنان، حيث بلغت معاملات الإنحدار المعيارية (١.٠٩٢)، وهو معامل موجب ودال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٠١) وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات (Florencio, Katerina, & Michael, et al, 2020; Charlotte, et al, 2019; Morgan, et al, 2017; & Salvador, 2017) كما إتفقت هذه النتيجة مع الإطار النظري، والنظريات، وتفسر الباحثة ذلك أنه عندما يتمتع المسن بالرفاهية النفسية فهو يبذل جهدا في المشاركة المجتمعية، والإيثار، والإهتمام بالآخرين مما يرفع درجة الإمتنان لديه كما أنه يقدر الخدمات المقدمة إليه ولو كانت بسيطة ويشعر معها بالعرفان والتقدير لمن ساعده.

#### ٢- تفسير المسار المباشر السلبي والدال من (الإمتنان) إلى (الرفاهية النفسية)

يتضح من النتائج السابقة وجود تأثير مباشر سالب ودال إحصائياً للإمتنان في الرفاهية النفسية، حيث بلغت معاملات الانحدار المعيارية (-٢.٠٤٦)، وهو معامل سالب ودال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥). لقد جاءت هذه النتيجة معاكسة لنتائج دراسات (Charlotte, 2019; Morgan, et al, 2017; Anne, 2012; & Salvador, 2017) والتي إستنتجت وجود علاقة القوية من الإمتنان للرفاهية النفسية، وتفسر الباحثة ذلك بأنه قد يكون بسبب أن المسن في حالة شعوره بالإمتنان للآخرين يحدث عنده شعور بعدم الإستحقاق، أو بالضعف، وبأنه عاجز عن الرد المادي فقط يقدم الشكر، كما أنه قد يشعر أنه سيظل بحاجة لخدمة المانح، وقد تساوره شكوك أنه قد يتخلى عنه الآخرون لأنه لا يستطيع مكافأتهم، وتعويضهم، عن مجهوداتهم، ويتأمل صورة شبابه، ثم ضعفه مما تقل معه الرفاهية النفسية، كما تفسر الباحثة إختلاف النتيجة عن الدراسات السابقة بأنه قد يرجع لإختلاف العينة، أو الظروف الإجتماعية، والبيئية الغربية، عن الشرقية.

### نتائج الفرض الثالث وتفسيره

## الفرض الثالث وينص " توجد تأثيرات مباشرة للتسامح في الرفاهية النفسية لدى المسنين "

تم حساب التأثيرات المباشرة، ومعاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية، والخطأ المعياري، والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودالاتها؛ ويلخص جدول (١٧) المسارات المباشرة والأوزان الإنحدارية المعيارية، والإنحدارية غير المعيارية بين المتغيرين والمتضمنين بنموذج تحليل المسار المقترض.



## جدول (١٧)

نتائج التحليل الإحصائي للنموذج المقترح للمسارات المباشرة ومعاملات الانحدار اللامعيارية

والمعيارية بين التسامح بأبعاده والرفاهية النفسية بأبعاده

مستوى الدلالة	القيمة الحرجة	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	المتغيرات واتجاه التأثير	
					من	إلى
***	٣,٩١٩	٠,٤٤٧	١,٦٨٩	١,٧٥٢	التسامح	الرفاهية النفسية

\*القيمة الحرجة = قيمة "ت" \*\*\* مستوي الدلالة عند ٠.٠٠١

يتضح من جدول (١٧) تحقق هذا الفرض حيث تعتبر المسارات من (التسامح) إلى (الرفاهية النفسية) دالة عند مستوى ٠.٠٠١. كما أظهرت النتائج ارتفاع معاملات الانحدار المعياري والتي بلغت (١.٦٨٩) وهي قيمة موجبة ودالة إحصائياً، مما يدل على التأثير المباشر والموجب للتسامح في الرفاهية النفسية، وبناء على ماسبق تم قبول الفرض البديل أي أنه:

قبول الفرض الثالث أي:

" توجد تأثيرات مباشرة للتسامح في الرفاهية النفسية لدى المسنين "

نتائج الفرض الثالث وتفسيرها

تفسير المسار المباشر الموجب والدال من (التسامح) إلى (الرفاهية النفسية)

يتضح من النتائج السابقة وجود تأثير مباشر موجب ودال إحصائياً للتسامح في الرفاهية النفسية، حيث بلغت معاملات الانحدار المعيارية (١.٦٨٩)، وهو معامل موجب ودالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٠١)؛ وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من (Terry, & Cynthia, 2020; تامر، ٢٠١٦) حيث إستنتجت هذه الدراسات وجود علاقة قوية من التسامح للرفاهية النفسية. وتفسر الباحثة ذلك من خلال أن التسامح يغير عاطفة المسنين وأفكارهم، ومن ثم سلوكياتهم، تجاه من سبب لهم إيذاء، مما يحقق الرفاهية النفسية بتقبل الذات، والثقة في رحمة الله، وإلتماس الأعذار للآخرين، وإصلاح ما فسد، وعودة العلاقات الإجتماعية؛ وإتفق هذا مع نموذج التأثيرات السببية للرفاهية النفسية لشيلدون بأن سمات الشخصية وعودة العلاقات الإجتماعية تزيد درجة الرفاهية النفسية (Kenyon, & Tan, 2006, 367)

نتائج الفرض الرابع وتفسيره

الفرض الرابع وينص " لا توجد تأثيرات غير مباشرة بين أبعاد إرادة الحياة والرفاهية النفسية عن طريق التسامح لدى المسنين "

تم إجراء تحليل المسار على عينة الدراسة الأساسية، وتم حساب التأثيرات المباشرة، ومعاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية، والخطأ المعياري، والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودالاتها؛ ويلخص جدول (١٨) المسارات غير المباشرة والأوزان الإندار المعيارية، والإندار غير المعيارية بين متغيرات النموذج (إرادة الحياة كمتغير مستقل بأبعاده الثلاثة) و(الرفاهية النفسية كمتغير تابع بأبعاده الثلاثة عن طريق التسامح بأبعاده الثلاثة) المتضمنة بنموذج تحليل المسار:

## جدول (١٨)

نتائج التحليل الإحصائي للنموذج المقترح للمسارات غير المباشرة ومعاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية بين إرادة الحياة بأبعادها والرفاهية النفسية بأبعادها عن طريق التسامح بأبعاده كوسيط

معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	المتغيرات واتجاه التأثير	
		من	إلى
٠,٠٧٦-	٠,١٧٤-	تحسين الشخصية	الدرجة الكلية للرفاهية النفسية
٠,٥٢٣-	١,١١٩-	الأمل	الدرجة الكلية للرفاهية النفسية
٠,١٢٦	٠,٣٧٩	الكفاءة الذاتية	الدرجة الكلية للرفاهية النفسية

\*القيمة الحرجة = قيمة "ت" \*\*\* مستوى الدلالة عند ٠.٠٠١

يتضح من جدول (١٨) عدم تحقق هذا الفرض حيث جاءت نتيجة تحليل المسار غير المباشر من (إرادة الحياة بأبعادها) إلى (الرفاهية النفسية) غير دالة، حيث أن معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية تراوحت بين (٠.٠٧ إلى ١.١١٩)، ما عدا التأثيرات غير المباشرة لبعده (الأمل) فكانت دالة عند مستوى ٠.٠٠١، مما إنبنى عليه:

## قبول الفرض الرابع (الصفري)

أي أنه "لا توجد تأثيرات غير مباشرة ودالة إحصائياً بين أبعاد إرادة الحياة (تحسين الشخصية، والكفاءة الذاتية) والدرجة الكلية للرفاهية النفسية لدى عينة المسنين" رغم وجود دلالة إحصائية لتأثيرات غير مباشرة وسالبة من (إرادة الحياة إلى الرفاهية) من خلال (بعد الأمل) عن طريق التسامح كمتغير وسيط.

## تفسير نتائج الفرض الرابع

١- تفسير المسار غير المباشر غير الدال من بعد إرادة الحياة (تحسين الشخصية) (للرفاهية النفسية) عن طريق (التسامح) كوسيط:

يتضح من النتائج السابقة وجود مسار غير مباشر وغير دال إحصائياً بين بعد تحسين الشخصية والدرجة الكلية للرفاهية النفسية عن طريق التسامح، حيث بلغت معاملات الانحدار المعيارية (-٠.٠٧٦)، وهو معامل غير دال إحصائياً، مما يدل على عدم وجود تأثير غير مباشر من إرادة الحياة متمثلاً في (بعد تحسين الشخصية) إلى (الرفاهية النفسية بأبعادها) عن طريق (التسامح بأبعاده) كمتغير وسيط لدى عينة المسنين وجاءت هذه النتيجة مختلفة مع نتائج الدراسات السابقة وتري الباحثة أنه رغم أن نتيجة الفرض الثاني أثبتت وجود تأثيرات موجبة مباشرة من إرادة الحياة إلى الرفاهية النفسية، ونتيجة الفرض الثالث وجود دلالة تأثيرات مباشرة إيجابية من إرادة الحياة إلى التسامح، لكن في الفرض الرابع عندما زاد التسامح لدى المسنين، من خلال تحسين الشخصية لم يكن كافياً لزيادة الرفاهية النفسية، وتفسر الباحثة ذلك أن إهتمام المسنين بتحسين شخصيتهم، وسعيهم في التعلم، والتجديد، وإهتمامهم بمشاعر الآخرين، يعتبر مجهوداً عليهم، وتدريباً مرهقاً أدى إلى زيادة طفيفة في درجة التسامح والتي لم تساعد في زيادة الرفاهية النفسية لديهم، كما أن إختلاف عينة وبيئة البحث عن الدراسات السابقة قد يكون لهما دور في تباين النتيجة.

## ٢- تفسير المسار غير المباشر السلبي الدال من بعد إرادة الحياة (الأمل) (للفاهية) عن طريق (التسامح) كوسيط:

يتضح من النتائج السابقة وجود مسار غير مباشر سالب ودال إحصائياً بين بعد الأمل والدرجة الكلية للفاهية النفسية عن طريق التسامح، حيث بلغت معاملات الإنحدار المعيارية (-٠.٥٢٣)، وهو معامل سالب ودال إحصائياً، مما يدل على وجود تأثير غير مباشر سالب لبعد الأمل في الدرجة الكلية للفاهية النفسية عن طريق التسامح كمتغير وسيط لدى عينة المسنين؛ وهذا أتى مخالفاً للنظريات والدراسات السابقة مثل دراسة (Terry, & Cynthia, 2020) التي إستنتجت تأثير إرادة الحياة من خلال بعد الأمل إيجابياً في التسامح ومن ثم التسامح يؤثر في الرفاهية النفسية، وتوصلت دراسة (Ilhan, & Asude, 2015) عن وجود تأثير من التسامح، والأمل، إلى الرفاهية النفسية كمتغيرات وسيطة على عينة من الطلبة الجامعيين، وأن الأمل يلعب دوراً كوسيط في متغير الرفاهية النفسية، وتفسر الباحثة هذا الاختلاف في أن العينة التي أجريت عليها الدراسات السابقة كانت مختلفة عن هذه العينة كما أنها كانت في بيئة إجتماعية مختلفة؛ وجاء هذا متوافقاً مع (Nansook, Christopher, Seligman, 2004) أن الأمل، والتسامح، والإمتنان سمات إيجابية تنعكس في الأفكار، والمشاعر، والسلوكيات، وتحقق الرفاهية النفسية وأن تطوير الشخصية يتحول إلى أمل، وتفاؤل بالمستقبل، ومواجهته لكن قد ترتفع درجة الأمل، أو التسامح لدرجة تقل معها الرفاهية النفسية، لأن الإفراط في الأمل قد يعود على المسن بالإحباطات.

## ٣- تفسير المسار غير المباشر غير الدال من بعد إرادة الحياة (الكفاءة الذاتية) (للفاهية النفسية) عن طريق (التسامح) كوسيط

يتضح من النتائج السابقة وجود مسار غير مباشر وغير دال إحصائياً بين بعد الكفاءة الذاتية والدرجة الكلية للفاهية النفسية، حيث بلغت معاملات الإنحدار المعيارية (٠.١٢٦)، وهو معامل غير دال إحصائياً، مما يدل على عدم وجود تأثير غير مباشر لبعد الكفاءة الذاتية في الدرجة الكلية للفاهية النفسية عن طريق التسامح كمتغير وسيط لدى عينة المسنين، وقد أتت هذه النتيجة معاكسة لنتائج بعض الدراسات السابقة مثل دراسة (Terry, & Cynthia, 2020) والتي إستخلصت أن بعد الكفاءة الذاتية يؤثر إيجابياً في التسامح ومن ثم التسامح يؤثر في الرفاهية النفسية، وتفسر الباحثة ذلك بأنه رغم أن نتيجة الفرض الثاني أثبتت وجود تأثيرات موجبة مباشرة من إرادة الحياة إلى الرفاهية النفسية، وجاءت نتيجة الفرض الثالث وجود تأثيرات مباشرة إيجابية من إرادة الحياة إلى التسامح، لكن في الفرض الرابع عندما تمتع المسنون بكل من إرادة الحياة والتسامح معا في نفس الوقت قلت لديهم الرفاهية النفسية وتفسر الباحثة ذلك بأن الكفاءة الذاتية للمسنين تتحقق ببذل الكثير من الجهد، والعمل بتحديد ووضع الأهداف، ومباشرة تحقيقها، وأيضاً باهتمامهم بمشاعر الآخرين، والتعلم، والتجديد، والمرونة مما قد يكون سبباً في تشكيل أعباء إضافية عليهم نتج عنه نقص مستوى التسامح لديهم ومن ثم إنخفضت درجة الرفاهية النفسية، وقد يرجع السبب لإختلاف عينة وبيئة البحث الحالي عن الدراسات السابقة.

### ملخص النتائج

١- توجد مطابقة جيدة ودالة إحصائياً بين نموذج تحليل المسار المقترح، وبين النموذج المعدل للعلاقات المختلفة بين إرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان، والرفاهية النفسية لدى المسنين.

- ٢- وجود علاقة بين إرادة الحياة، متمثلة في بعديها (تحسين الشخصية، والأمل) وبين الرفاهية النفسية؛ أي يزيد كل متغير بزيادة الآخر والعكس؛ إلا أن بعد (الكفاءة الذاتية) أسفر عن عدم وجود علاقة بين الكفاءة الذاتية، وبين الرفاهية النفسية لدى المسنين.
- ٣- وجود تأثير مباشر من الرفاهية النفسية للإمتنان لدى المسنين؛ ووجود تأثير سلبي من الإمتنان للرفاهية النفسية.
- ٤- وجود علاقة طردية موجبة متبادلة بين التسامح، والرفاهية النفسية لدى المسنين، أي يزيد كل متغير بزيادة الآخر والعكس.
- ٥- لا توجد تأثيرات غير مباشرة ودالة إحصائياً بين أبعاد إرادة الحياة (تحسين الشخصية، والكفاءة الذاتية) في الرفاهية النفسية عن طريق الإمتنان لدى المسنين.

### ثانياً توصيات الدراسة:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية يمكن تقديم التوصيات التربوية التالية:

- ١- تخصيص نوات، وبرامج تليفزيونية من أجل تعزيز قيمة إرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان، من أجل تحقيق الرفاهية النفسية لدى الناس عامة، والمسنين خاصة.
- ٢- تصميم برامج إرشادية لرفع مستوى إرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان، والرفاهية النفسية.
- ٣- إجراء المزيد من الأبحاث حول إرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان، والرفاهية النفسية.
- ٤- الإهتمام في المناهج الجامعية بالمتغيرات الإيجابية.
- ٥- إستهداف المسنين في قياس وتنمية المتغيرات الإيجابية.

### ثانياً: بحوث ودراسات مقترحة

- ١- دراسة علاقة إرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان، والرفاهية النفسية ببعض المتغيرات النفسية الأخرى مثل التفاؤل، والحكمة.
- ٢- دراسة الفروق في نموذج تحليل المسار للعلاقات بين إرادة الحياة والتسامح والإمتنان والرفاهية النفسية بين الذكور والإناث.
- ٣- إجراء دراسات مقارنة عن إرادة الحياة، والتسامح، والإمتنان، والرفاهية النفسية بين الريف، والحضر ولدى مستويات إجتماعية إقتصادية، وثقافية متنوعة.

### المراجع باللغة العربية

- تامر، شوقي إبراهيم (٢٠١٦). النمذجة البنائية للتسامح النفسي في علاقته بكل من العرفان وعوامل للشخصية الخمس الكبرى والهناء الذاتي لدى طلاب الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، القاهرة، ع ٤٦، ج ٣.
- سيد، البهاص أحمد (٢٠٠٩). العفو كمتغير وسيط بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة لدى طلاب الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة عين شمس، العدد ٢٣، ص ٣٢٨-٣٧٨.
- هاني، سعيد حسن محمد (٢٠١٤). الإسهام النسبي للتسامح والإمتنان في التنبؤ بالسعادة لدى طلاب الجامعة، دراسة في علم النفس الإيجابي، دراسات نفسية، مصر، ٢٤(٢)، ص ١٣٤-١٨٤.

Abraham, H. Maslow.(1954). **Motivation and Personalitv**, Third edition , Harper & Row, Publishers, New York, pp: 2-6.

Akhilendra, K.S., Sadhana., A. P. Singh., & Aakanchha, S. (2013). Hope and well-being among students of professional courses, *Indian Journal of Community Psychology*, 9(1), 109-119.

Anas, M., Husain Akbar., Khan, S. M., & Aijaz, A. (2016). Development and Standardization of the Gratitude Scale. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 5(3), 1-14.

Anna, M. Z., & Anna, S. W. (2014). Does self-improvement explain well-being in life and at workplace? Analysis based on selected measures of well-being, *Polish Psychological Bulletin*, v 45(2), 134-141.

Bano Aisha. (2014). Impact Of Meaning In Life On Psychological Well Being And Stress Among University Students, Quaid e Azam University Islamabad, Pakistan Existenzanalyse, *GLE-International Wien*, 21-25.

Bartlett, M.Y., & DeSteno, D. (2006). Gratitude and prosocial behavior: Helping when it costs you. *Psychological Science*, 17, 319–325.

Belay, T. K., & Gerum, T.(2017).Psychological Wellbeing of Elders as a Function of Religious Involvement, *Spirituality and Personal Meaning in Life, Clin Exp Psychol* ,pp 2471-2701.

Berit, I. D., & Neal, K. (2005). Self-Forgiveness A Component of Mental Health in Later Life, Sage Publications, *Research On Aging*, Vol. 27 No. 3, 267-289.

Cain, I. H., Cairo, A., Duffy, M., Meli, L., Rye, M. S., & Worthington, Jr, E. L. (2019). Measuring gratitude at work. *The Journal of Positive Psychology*, 14(4), 440-451.

Camillo Regalia, & Pelucchi Sara.(2014). Forgiveness of Self Scale, Encyclopedia of Quality of life and well being research, pp 101-311. <https://link.springer.com/>

Carmel, S. (2001). The will to live: Gender differences among elderly persons. *Social Science & Medicine*, 52, 949-958.

Carmel, S.(2015). The will-to-live scale: development, validation, and significance for elderly people, *Journal aging and mental health*, Volume 21, 2017 - Issue 3 Pages 289-296.

Carmel, S., Shrira, A., & Shmotkin, D. (2013). The will to live and death-related decline in life satisfaction. Psychology and Aging, *American Psychological Association*, 28(4), 1115-1123.

Charles, S. C., & Eddie, H. J.(2009). Anger Is an Approach-Related Affect: Evidence and Implications, *American Psychological Association* , Vol. 135, No. 2,pp: 183–204.

Charlotte, v. O. W., Fallon, J. R., Lindsey M. R. L., & Daryl R. V.T. (2019). Gratitude predicts hope & happiness: A two-study assessment of traits & states. *The Journal of Positive Psychology*, v 14, 3,p 271-282.

- Chochinov, H. M., Thomas, H., Psych, C., Hassard Th., Kristjanson, L. J., McClement, S., & Mike, H. (2005). Understanding The Will To Live In Patients Nearing Death, *Psychosomatics*; Canada, 46:7–10.
- David, W. Chan. (2013). Subjective well-being of Hong Kong Chinese teachers: The contribution of gratitude, forgiveness, and the orientations to happiness, *Teaching and Teacher Education Journal*, The Chinese University, Hong Kong, v32, 22-30.
- Deanne, M. L., & Swanson, M. (2011). Predictors Of Self Forgiveness In Older Adults, *Doctor of Philosophy*, Northeastern University, Boston, Massachusetts.
- Diener, ED., Derrick, W., Robert, B. D., William Tov., Chu Kim-Prieto., Dong-won Choi., & Shigehiro Oishi. (2009). New measures of well-being, *Springer Science+Business Media B.V.* 39, 247: 266.
- Diener, ED., Oishi S., Lucas RE. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: emotional and cognitive evaluations of life, *Annu Rev Psychol*, 54:403-425.
- Diener, ED., Pelin, K., & Richard, L. (2008). Benefits of Accounts of Well-Being-For Societies & for Psychological Science, International Association of Applied Psychology: An International Review, 57, 37–53, Published by Blackwell Publishing , Oxford , UK.
- Emmons, R. A. (2004). Gratitude. In C. Peterson & M. E. P. Seligman (Eds.), Character strengths and virtues: **A handbook and classification**, pp. 553–568). New York, NY: Oxford University Press.
- Enright, R. D. (1996). Counseling Within the Forgiveness Triad: On Forgiving, Receiving Forgiveness, and Self-Forgiveness, *Counseling and Values*, 40(2), 107–126.
- Ferguson, S. J., McInpsych, B. H., & Andrea, D. (2010). Optimism And Well-Being In Older Adults: The Mediating Role Of Social Support And Perceived Control, *Int'l. J. Aging And Human Development*, Vol. 71(1) 43-68.
- Florencio, F. P., Katerina, G., & Michael, E. A. (2020). A meta-analytic review of the relationship between dispositional gratitude and well-being. **Personality and Individual Differences**, v164, 110101.
- Friedman, P. (2005). The Relative Contribution of Forgiveness, Gratitude, Prayer, and Spiritual Transcendence in Reducing Distress and Enhancing Well-Being, Quality of Life and Happiness. Paper presented at the 3rd Annual Mid-Year Research Conference on Religion and Spirituality.
- Froh, J.J., Jinyan, F., Robert, A. E., Giacomo, B., E. Scott, H., & Philip, W. (2011). Measuring Gratitude in Youth: Assessing the Psychometric Properties of Adult Gratitude Scales in Children and Adolescents, *American Psychological Association*, 2011, Vol. 23, No. 2, 311–324.
- Froh, J., Yurkewicz, C., & Kashadan, T. (2009). Gratitude and subjective well-being in early adolescences: Examining gender differences. *Journal of Adolescence*, 32, 633-650

- Gibson, L. M. R. & Parker, V. (2003). Inner resources as predictors of psychological well-being in middle-income African American breast cancer survivors. **Cancer Control**, 10 (5), 52-58.
- Hargrave, T. D. (1994). Families and forgiveness: A theoretical and therapeutic framework. **The Family Journal**, 2,339-348.
- Hargrave, T. D., & James, N. S.(1997). The Development Of A Forgiveness Scale. **Journal of Marital and Family Therapy**, Amarillo College, Northern Illinois University. Vol. 23, NO. 1,41-62.
- Heinitz, K., Lorenz, T., Schulze, D.,& Schorlemmer, J. (2018). Positive organizational behavior: longitudinal effects on subjective well-being. **Journal PLoS One**, 13, (6).
- Huohvanainen, E. A., Strandberg, T. E., Pitkala, K. H., Karppinen, H., & Tilvis, R. S. (2012). Do you wish to live to the age of 100? A survey of older men. **Journal of the American Geriatrics Society (JAGS)**, 60, 1983-1984.
- Ilhan Yalçın., & Asude Malkoç. (2015). The Relationship Between Meaning in Life and Subjective Well-Being: Forgiveness and Hope as Mediators, **Journal of Happiness Studies**, v 16, 915–929.
- Jack, J. B., Laura, E. G., Elissa, A. L., & Bridget. (2019). What growth sounds like: Redemption, self-improvement, and eudaimonic growth across different life narratives in relation to well-being, **Personality**, 87,3
- Joann, D. R., & Carmel, S. (2014). Exploring the Will to Live and Distinguishing Depression at End of Life, **Journal of the American Society on Aging**, Vol. 38 .No. 3,p 30-36.
- John, M., Ann, M.,& Liza, Da. (2001). Failure to forgive self and others: a replication and extension of the relationship between forgiveness, personality, **social desirability and general health**, V 30, Issue 5, PP 881-885.
- Jonathan, M. A., Jennifer, L., Frederick, L. P., & Houle, I. (2016). The Incremental Validity of Narrative Identity in Predicting Well-Being: A Review of the Field and Recommendations for the Future, **Personality and Social Psychology Review**, Vol. 20(2) 142–175
- Judith A. S., Henry, H., Michael, F., & Robert, R.(2016). Introduction to Aging A Positive, Interdisciplinary Approach, Springer Publish, <https://www.springerpub.com/>.
- Karppinen, H., Laakkonen, M.,L., Strandberg, T. E., Tilvis, R. S., & Pitkälä, K. H. (2012). Will-to-live and survival in a 10-year follow-up among older people. **Age and Ageing**, 41, 789-794.
- Kennon, M. Sh., & Tan, H. Hoon. (2006). The Multiple Determination Of Well-Being: Independent Effects Of Positive Traits, Needs, Goals, Selves, Social Supports, And Cultural Contexts, **Journal of Happiness Studies, Springer**, 8,565–592.

- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007–1022.
- Killen, A., & Macaskill, A. (2015). Using a gratitude intervention to enhance wellbeing in older adults. *Journal of Happiness Studies*, 16 (4), 947-964.
- Kinga, K., & Justyna, M. (2020). The Relationship between Basic Hope and Depression: Forgiveness as a Mediator, *Psychiatric Quarterly* <https://doi.org/10.1007/s11126-020-09759-w>.
- Krause, N., & Ellison, C. G. (2003). Forgiveness by God, forgiveness of others, and psychological well-being in late life. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 42, 77-93.
- Krause, N., Evans, L. A., Powers, G., & Hayward, R. D. (2012). Feeling grateful to God: A qualitative inquiry. *Journal of Positive Psychology*, 7, 119-130.
- Lia, B. de. L.F., Maria, A.M.P., & Jonathan, R.H.T. (2011). Beyond politeness: the expression of gratitude in children and adolescents, *Developmental Psychology*, vol.24 no.4 Porto Alegre.
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation. *American Psychologist*, 57(9), 705-717.
- Loren, T., Michael, B., Lynn, B., & Maurie, M. (2014). Restore: The Journey Toward Self-Forgiveness: A Randomized Trial of Patient Education on Self-Forgiveness in Cancer Patients and Caregivers, *Journal of Health Care Chaplaincy*, v20, 2, 54-74,.
- Macaskill, A., & Andrew, D. (2014). Assessing psychological health: the contribution of psychological strengths, *British Journal of Guidance and Counselling*, V 42, Issue 3, 320-337.
- María, P. U., & Ignacio, E. (2015). Self-Forgiveness, Self-Acceptance Or Intrapersonal Restoration? Open Issues In The Psychology Of Forgiveness, Universidad Pontificia Comillas, *Papeles del Psicólogo*, V. 36(3), pp. 230-237.
- McCullough, E. M., & Debra Lieberman. (2017). Benefit valuation predicts gratitude, *Evolution and Human Behavior*, 38 ,18–26.
- McCullough, M. E., Marcia, B. K., & Adam, D. C. (2008). An Adaptation for Altruism? The Social Causes, Social Effects, and Social Evolution of Gratitude, *Association for Psychological Science*, University of Miami, V 17—N 4, 281-285.
- Mini, Jain., & Smita Jaiswal. (2016). Gratitude: Concept, Benefits and Cultivation, *International Journal of Engineering Technology Science and Research*, V 3, 5, pp 207-211.
- Morgan, B., Gulliford, L., & Kristjansson, K. (2017). A new approach to measuring moral virtues: The Multi-Component Gratitude Measure. *Personality and Individual Differences*, 107, 179-189.



- Mustafa, N. K. (2016). Gratitude, Forgiveness and Subjective- well-being among college going students. *International Journal Of Public Mental Health And Neurosciences*, 2(2), 1-10.
- Nansook, P., Christopher, P., & Seligman E. M.(2004). Strengths Of Character And Well-Being, *Journal of Social and Clinical Psychology*, V. 23, N. 5, pp. 603-619.
- Omer, F. S. I.(2008). Happiness Revisited: Ontological Well-Being as a Theory-Based Construct of Subjective Well-Being, *Springer Science+Business Media*, Izmir University of Economics, Izmir, Turkey pp, 505–522.
- Richard, M ., &Deci, E.L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, *social development*, and well-being. *American Psychologist*,V 55,N1, 68-78.
- Rongwei, Z., Béatrice, M. E. K., Dan, Li., & Jun, J. (2018). Chinese Students' Satisfaction with Life Relative to Psychological Capital and Mediated by Purpose in Life, *Springer Science and Business Media*, n1, pp 260-171.
- Ruchi, Pandey., Gyanesh, Kumar, Tiwari., Priyanka, Parihar., & Pramod, Kumar, Rai. (2020). The relationship between self-forgiveness and human flourishing: Inferring the underlying psychological mechanisms, *Polish Psychological Bulletin*, vol. 51(1) 23–36.
- Ryff, C.D.(1989). In the eye of the beholder: Views of psychological well- being among middle-aged and older adults. *Psychology and Aging*, 4, 2, 195–210.
- Ryff, C.D., & Singer, B.H.(2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39.
- Ryff, C.D., Magee, W.J., &Kling, K.C. (1999). Forging macro-micro linkages in the study of psychological well-being, The self and society in aging processes, *Hand book*, Chapter9, New Yourk, Spring, pp247-287.
- Salvador, F. C. (2017). The relationship between gratitude and life satisfaction in a sample of Spanish university students: The moderation role of gender, Spain: Universidad de Murcia, *APA*, Vol 33(1), 114-119.
- Safarzadeh, S. (2019). The Effectiveness of Group Reminiscence on Defeat, Gratitude and Optimism Feelings in the Elderly Women in Nursing Homes, *Journal Of Aging Psychology*, V 5 , N 1, P 27 : 40.
- Seligman, M. (2011). Flourish – A new understanding of happiness and well-being – and how to achieve them. London: Nicholas Brealey Publishing.
- Terry, L. Gall., & Cynthia, B.(2020). The role of forgiveness as a coping response to intimate partner stress, *Journal of Spirituality in Mental Health*, <https://doi.org/10.1080/19349637.2020.1745725>

---

Thompson LY., Snyder CR., Hoffman L, Michael ST., Rasmussen HN, Billings LS., Heinze L., Neufeld JE., Shorey HS., Roberts JC., & Roberts DE.(2005). Dispositional Forgiveness of Self. Others and Situations. *Journal of Personality*. 73. 313-360.

Shiovitz, E.S. (2006). The association between activity and wellbeing in later life: What really matters?, *Ageing and Society* ,26(02):225 - 242.

Watkins, P. C., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R.(2003). Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude, and relationship with subjective well-being. *Social Behavior and Personality*, 31, 5, 431-452.

Wohl, M.J.A., DeShea, L., & Wahkinney, R.L. (2008). Looking Within: Measuring State Self-Forgiveness and Its Relationship to Psychological Well-Being. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 40(1), 1-10.

Wong,P.T.P.(2016). Meaning-Seeking, Self-Transcendence, and Well-being, from book Logotherapy and Existential Analysis: Proceedings of the Viktor Frankl Institute Vienna, V 1, pp.311-321,.

Woodyatt, L., Everett, L. W., Michael,W., & Brandon, J. G. (2017). **Handbook** of the psychology of self-forgiveness. New York, NY: Springer.

Worthington, E. L., & Scherer, M. (2002). Forgiveness is an emotion-focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: theory, review, and hypotheses. *Psychol Health*, 19:385–405.

Ziskis, S.A., & Brenna H. Bry. (2010). The Relationship Between Personality, Gratitude, and Psychological Well-Being, *Ph.D.* New Brunswick, New Jersey.

---

## The Causal Model for Well Being, The Will To Live, Forgiveness, and Gratitude Among The Elderly

**Nahed Mohamed Warrad**

Psychology department-Girls College of Arts Science and education-Ain Shams University

### **Abstract:**

The Aim of This study is to propose and teste a model of Well Being and its relations to The Will To Live and Forgiveness and Gratitude , among a sample of the elderly to investigate the direct and indirect effects, The research sample consisted of (257) elderly, from Cairo, They were employees in various instituts, enjoying good health, staying in their homes, their ages range from (60 to 84 years old), and (118) of them were females, and (139) were males, a mean age is (68,16) years. The Study tools are Well Being scale,The Will To Live scale, Forgiveness scale, and gratitute scale, (All of them were Designed by the resercher). By using the path analysis of Track Model to get the best model with Suggested model. The results revealed that we get best model that liken The Suggested Model, On the other hand the Suggested Model include direct positive pathways, from the variables A will to live and Forgiveness to well-being, direct negative pathway, from the gratitude variable to well-being, direct positive path from well-being variable to gratitude, and there is not indirect path from A will to live to well-being by Forgiveness. The results of the research were discussed in light of the theoretical framework and previous studies.

**Keywords:** Well-Being, The-Will-To-Live, Forgiveness, Gratitude.