التفاؤل والتشاؤم
لدى عينة من المتزوجات والمتأخرات زواجيًا
"دراسة مقارنة"

إعداد

الباحثة/ نسمة سلطان حسن محمد

باحثة دكتوراه في الآداب تخصص علم النفس الاجتماعي

كلية الآداب - جامعة أسيوط

المقدمة:-

تزايد الاهتمام في العقدين الأخيرين بالدراسة النفسية للتفاؤل والتشاؤم، حيث أن للتفاؤل دور هام في الارتقاء بحياة الإنسان وتحقيق رفاهيته وسعادته ورضائه عن عمله وصحته النفسية والجسمية، والإنسان المتفائل يستخدم قدراته ويبذل جهده ويوظف كل ما لديه من خبرة وإمكانات في سبيل النجاح وتحقيق الهدف والسعي إلى العمل والإقبال عليه برضى وارتياح ويعتبر التفاؤل قوة حيوية نشأت من تطور الأجيال الإنسانية وتعد عاملاً أساسياً للتطور الاجتماعي والاقتصادي والسياسي، كما أنه يعد الأساس الذي يمكن الأفراد وبالتالي المجتمع من وضع الأهداف المحددة وطرق التغلب على الصعوبات.(عباس إبراهيم متولي ٢٠٠٥: ٤٣٥-٤٣٦)

ويعتبر التفاؤل عامل منشط مهم في حياة الفرد، يجعل صاحبه مستقبلاً للحياة مجاهداً فيها قادراً على مقاومة المشكلات والتغلب عليها، وعلى العكس من ذلك يؤدي التشاؤم إلى الحزن واليأس والتراجع والخوف من التقدم ويجعل صاحبه يعتقد أن أشياء كثيرة تمثل مصدر تهديد وخطر بالنسبة له فيدفعه هذا إلى الابتعاد عن الكثير من المواقف وبالتالي لا يقدم على حل المشكلات أو تخطي العقبات ومن ثم يكون غير متوافق مع بيئته، وشخصية المتفائل شخصية ترى الخير في معظم الأشياء والأحداث وتتوقع أن تكون العواقب سليمة. (نجاة زكى موسى، مديحه عثمان١٩٩٩: ٢٧٢).

مشكلة الدراسة:-

في ظل الظروف الخاصة بمجتمع الصعيد، من حيث البيئة المحيطة، وطبيعة العلاقات الاجتماعية، والأسرية، والأعراف والتقاليد، وفي ظل ظروف وطبيعة العمل فيه، وبحكم كون الباحثة أحد أبنائه، وما لاحظته من معاناة المرأة للكثير من العوائق والتي تمثل مصادر للضغوط تتعرض لها، متمثله في محافظة أسيوط تمثل إحدى الدراسات الحضارية التي تستهدف التعرف على تأثير إحدى الثقافات الفرعية في المجتمع المصري في تشكيل شخصية شريحة عريضة من أفراده واستجاباتهم لمفهوم التفاؤل والتشاؤم.

وإن الإحساس بمشكلة الدراسة يرتبط بمعنى التفاؤل الذي نفتقده في حياتنا في ظل الضغوط الحياتية اليومية، وأسلوب حياتنا الرتيب الذي يدعو إلى الملل، لذلك وجدت الباحثة

دراسة مفهوم التفاؤل الذي غاب عن ساحة مشاعرنا أمر حيوي ومهم ولابد من التطرق إليه بالبحث والدراسة.

هدف الدراسة:-

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على موضوع التفاؤل والمقارنة بين المتزوجات وغير المتزوجات (حتى سن متأخرة) على متغير التفاؤل.

أهمية الدراسة:-

الأهمية النظرية: إلقاء الضوء على بعض الجوانب النظرية التي لم تلق الاهتمام الكافي في موضوع التفاؤل، حيث يقدم البحث إطاراً نظرياً يعرض المحددات الأساسية التي تؤثر في شعورنا بالتفاؤل، والأساليب السلوكية التي يتبناها الأفراد للشعور بالتفاؤل في حياتهم، كما أن مجال الدراسات العربية في التفاؤل مازال مجالاً واسعاً ومازالت الحاجة ماسة إلى مزيد من الدراسات حتى يمكن التعرف على العديد من المتغيرات النفسية والاجتماعية التي لها علاقة بالتفاؤل.

الأهمية التطبيقية: دراسة موضوع التفاؤل لدى المرأة المتزوجة والمتأخرات عن الزواج وهي فئة هامة في المجتمع لم يتطرق لها الكثير من الباحثين برغم أهميتها وأهمية دراسة موضوع التفاؤل بالنسبة لها، وظاهرة تأخر سن الزواج حيث أنها ظاهرة هامة ومنتشرة في هذا الوقت، كذلك الكشف عن بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية التي ترتبط بالتفاؤل لدى المرأة المتزوجة والمتأخرات عن الزواج مما يسهم في تقديم خدمات التوجيه والإرشاد النفسي لهم.

الإطار النظري:-

١.مفهوم التفاؤل optimism

اهتم الباحثون وعلماء النفس على مر الزمن بالانفعالات السلبية negative emotions كالاكتئاب والتشاؤم أكبر من اهتمامهم بالانفعالات الإيجابية positive emotions كالسعادة والتفاؤل، ومما لاشك فيه أن دراسة تلك الانفعالات الإيجابية وفحصها يساعد على إغفال الجوانب المضيئة في حياة الفرد، والعمل على تدريب الفرد على كيفية استثمارها وتقويتها للإستفادة منها في الأوقات العصيبة الضاغطة التي يتميز بها هذا العصر. (علاء الدين كفافي وآخرون ٢٠٠٨: ٣٢).

ويتمثل التعريف الاصطلاحي القاموسي للتفاؤل في أنه: اتجاه أو اعتقاد بأن أفضل شئ هو الذي سيحدث، وأن الخير سوف يهزم الشر، وهو اتجاه من جانب فرد ما نحو الحياة ، أو نحو أحداث معينة يميل أحياناً إلى حد مفرط للعيش على الأمل، فلسفة حياة، وفلسفة كون تتميز بفكرة أنه ليس في الإمكان أبدع مما كان، أما التشاؤم pessimism فالتعريف الاصطلاحي القاموسي له يتمثل في أنه: الاتجاه أو الاعتقاد بأن اسوأ شئ هو الذي سيحدث وأن كل شئ هو في الأساس شر، اتجاه إزاء الحياة، أو فلسفة حياة تعبر عن نفسها في فكرة أن من الخير ألا نكون، أو أن الإنسان قد وجد للشقاء وسوء الحظ. (زينب شقير ١٩٩٦: ٣٠٩-٣١١) ويعرف التفاؤل في اللغة من الفأل وهو ضد الطيرة، والفأل أن يكون الرجل مريضاً فيسمع آخر يقول يا سالم، أو أن يكون طالب ضالة فيسمع آخر يقول يا واجد، فيقول تفاءلت بكذا ويتوجه له في ظنه كما سمع أنه يبرأ من مرضه أو يجد ضالته، والطيرة ضد الفأل وهى فيما يكره والفأل فيما يستحب، والطيرة لا يكون إلا فيما يسوء، والفأل يكون فيما يحسن وفيما يسوء. (ابن منظور ١٩٧٨ : ١٠٤٢)

ويعد مفهوم التفاؤل من المفاهيم المستحدثة التي يكثر تداولها بين الباحثين المشتغلين بمجالات علم النفس الإيجابي وقد استحوذت دراسة التفاؤل والتشاؤم على اهتمام بالغ من قبل الباحثين نظراً لارتباط هذين المفهومين بالصحة النفسية للفرد، فقد أكدت مختلف النظريات على ارتباط التفاؤل بالسعادة والصحة والمثابرة والانجاز والنظرة الايجابية للحياة والنجاح في مواجهة الضغوط بل والعمل تحت الضغوط، على حين يرتبط التشاؤم باليأس والفشل والمرض والنظرة السلبية للحياة.(عماد محمد مخيمر ٢٠٠٩ : ٣٠١).

أما التشاؤم في اللغة من باب شأم، والشؤم خلاف اليمن ورجل مشؤوم على قومه والجمع مشائيم، وقد شأم فلان على قومه يشأمهم فهو شائم إذا أجر عليهم الشؤم وقد شئم عليهم فهو مشؤوم إذا صار شؤماً عليهم، وتشأم الرجل أنتسب إلى الشأم. (ابن منظور ١٩٧٨: ٢٥٧-٢٥٨).

ويعرف " أحمد محمد عبد الخالق" التشاؤم بأنه: هو التوقع السلبي للأحداث السلبية القادمة والذي يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ، ويتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل، ويستبعد ما عدا ذلك إلى حد بعيد، ويحدث التشاؤم من وجهة نظر شاورز عندما يقوم الفرد بتركيز انتباهه وحصر اهتمامه على الاحتمالات السلبية للأحداث القادمة، وتخيل الجانب السلبي منها، كما أن

التشاؤم أو التوقع السلبي للأحداث يحرك أهداف الأفراد أو جهودهم لكي يمنعوا وقوع هذه الأحداث ويتسبب ذلك في التهيؤ والتأهب لمواجهة الأحداث السيئة المتوقعة.

كما أن التشاؤم يهيئ الفرد أو يعده لمواجهة الأحداث السلبية، ومن هنا يعد استراتيجيه أو هدفاً يسعى إلى حماية الذات، ويزيد مجهود الفرد لكي يدعم أداؤه الجيد حتى يتفادى تلك الأحداث ومن ثم سمي هذا الجانب التشاؤم الدفاعي. ويرتبط بمفهوم التشاؤم، التشاؤم الدفاعي defensive pessimism والتشاؤم غير الواقعي unrealistic pessimism ويشير التشاؤم الدفاعي إلى نزعة التوقع السلبي للأحداث المستقبلية بغض النظر عن مستوى الأداء الفعلي للفرد. والتشاؤم الدفاعي أيضاً يهيئ الذات لاحتمالات الفشل، ويرفع من مستوى دافعية الفرد للتغلب على صعوبات الموقف. فالأفراد الذين يعتمدون على استراتيجيه التفاؤل في مواجهة احتمالات المستقبل غالباً ما يعتمدون على التجاهل أو تحريف المعلومات غير السارة ويهربون من مواجهة احتمالات الفشل، ويتجاهلون التفكير في النتائج السلبية المحتملة في المستقبل، لأن ذلك يثير قلقهم، كما أن المتفائلين بشكل دائم وغير واقعي لديهم بدائل محدودة لمواجهة المشكلات عندما يواجهون بمواقف افتراضية تستدعي الحل قياساً بالمتشائمين دفاعياً. (شيماء عزت باشا، رشا محمد عبد الستار ٢٠١٥: ٨٢-٨٤).

٢- النماذج والنظريات المفسرة للتفاؤل.

١- نظرية التطور النفسي الاجتماعي

إذا كان التفاؤل يعنى توقع نتائج إيجابية وطيبة إنما يرجع إلى ذلك اليقين الداخلي والثقة المطلقة التي تكونت في المراحل المبكرة من الحياة ومن بداية التفاعل بالآخر، فيشير " إريك إريكسون" إلى ثمان مراحل لنمو الشخصية تميز النمو الإنساني، ولكنه يعتقد أيضاً أن هناك بعض التنويعات الثقافية للأسلوب الذي يعالج به الأفراد مشكلات كل مرحلة من المراحل والحلول الملائمة لهذه المشكلات. ففي المرحلة الأولى من مراحل النمو النفسي الاجتماعي والتي تبنى في بداية الحياة وهى المهد أو الرضاعة وفي هذه المرحلة نتيجة لسهولة الرضاعة وعمق النوم وراحة الإخراج وتواجد القائم بالرعاية ورعايته المستدامة بما يحقق الرضا والإشباع الذي يترجم نفسياً إلى شعور بالاطمئنان والامان وأن العالم بأثره يمكن الوثوق به، أما الرعاية غير الملائمة التي لا يمكن الاعتماد عليها أو التأكد والوثوق بها كواقع خارجي والتي تتميز بالرفض فأنها

تؤدي إلى وضع ركيزة لاتجاه نفسي اجتماعي من الخوف والشك تجاه العالم بوجه عام والناس بوجه خاص. (شيماء عزت باشا، رشا محمد عبد الستار ٢٠١٥: ٩٠-٩١).

٢- نظرية التعلم الاجتماعي

يرى أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي أن بناء شخصية الفرد يتكون من التوقعات والأهداف والطموحات وفعاليات الذات، حيث تعمل هذه الأبنية بشكل تفاعلي عن طريق التعلم بالملاحظة والذي يتم في ضوء مفاهيم المنبه والاستجابة والتدعيم، ولذلك فإن سلوك الفرد يرتبط بتاريخ التدعيم، لبعض الوقت، وبناء على ذلك فقد ينجح بعض الأفراد في أداء بعض المهمات في بعض المواقف، وبالتالي تتكون لديهم توقعات سلبية تجاه بعض المواقف وتغلب على سلوكهم سمة التشاؤم، وفي ضوء هذين المعيارين يختلف الآخرون في توقعاتهم للنجاح أو الفشل في توقعاتهم المستقبلية. (بدر الانصاري ١٩٩٨: ١١).

كما أشار " كارل روجرز " إلى أن ما ينمي التفاؤل لدى الأبناء هو التقدير الإيجابي غير المشروط للأبن أي قبول الأبن كما هو دون فرض شروط لهذا القبول مما ينمي الشعور بالثقة والتفاؤل لدى الأبن. (عماد محمد مخيمر ٢٠٠٩: ٣٠٥).

الدراسات السابقة:-

١-هدفت دراسة " عباس إبراهيم متولي، ٢٠٠٥ " بعنوان: بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية المرتبطة بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلاب الجامعة، إلى الكشف عن العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى طلاب الجامعة من الجنسين وهي: تقدير الذات، قوة الأنا، إدراك القبول/ الرفض الوالدي، والتخصص الدراسي، وتكونت العينة من (٢٤٦) طالب وطالبة من الفرقة الثالثة بكلية التربية بدمياط من الشعب العلمية ولأدبية تتراوح أعمارهم بين (١٩-٢١) عاماً، وطبق عليهم: ١- مقياس التفاؤل والتشاؤم إعداد/ أحمد عبد الخالق ١٩٩٦، ٢- مقياس تقدير الذات إعداد/ هلمريش وآخرون وترجمة/ عادل عبد الله ١٩٩١ ، ٣- مقياس قوة الأنا إعداد/ بارون وترجمة/ علاء الدين كفافي ٤- استبيان القبول/ الرفض الوالدي إعداد/ رونالد رونر١٩٨٤ ترجمة/ ممدوحة سلامة ١٩٨٧. وتشير نتائج فروق المتوسطات بين الذكور والإناث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لصالح الذكور. (عباس إبراهيم متولي ٢٠٠٥: ٤٣٥).

٢-هدفت دراسة " نسيمه بنت قاري عبد القادر بخاري، ٢٠٠٦ " بعنوان: التفاؤل والتشاؤم وأساليب عزو العجز المتعلم لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة إلى التعرف على الفروق بين طالبات جامعة أم القرى في مفهومي التفاؤل والتشاؤم وأساليب عزو العجز المتعلم تبعًا للمستوى الدراسي والتخصص الدراسي والسن والحالة الاجتماعية. تكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالبة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة من مختلف الكليات والتخصصات والمستويات الدراسية. وطبقت عليهن ١- القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم، إعداد عبد الخالق ١٩٩٦ ٢- مقياس أساليب عزو العجز المتعلم، إعداد الفرحاتي ١٩٩٧وتقنين صباح قاسم الرفاعي ٢٠٠٢، وتوصلت الدراسة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات جامعة أم القرى في مفهومي التفاؤل والتشاؤم وعزو العجز المتعلم تبعًا للمستوى الدراسي.لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات جامعة أم القرى في مفهوم التفاؤل تبعًا للتخصص) العلمي، والأدبي(، ولكن توجد فروق بين التخصصات العلمية والأدبية في التشاؤم لصالح التخصص العلمي .لا توجد فروق ذات دالة إحصائية بين طالبات جامعة أم القرى في مفهومي التفاؤل والتشاؤم وعزو العجز المتعلم في بعدي الذاتية والثبات تبعًا للسن، ولكن توجد فروق بين الفئة العمرية الأولى والفئة العمرية الثالثة في بعد الشمولية، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات جامعة أم القرى المتزوجات وغير المتزوجات في مفهوم التفاؤل لصالح فئة المتزوجات، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم التشاؤم وعزو العجز المتعلم تبعًا للحالة الاجتماعية. (نسيمه بنت قاري عبد القادر بخاري ٢٠٠٦: أ).

٣-هدفت دراسة " أحمد كمال عبد الوهاب، ٢٠١٠ " بعنوان: الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من السعادة والتفاؤل والأمل لدى طلاب الجامعة، إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني كسمة وكقدرة بكل من السعادة والتفاؤل والتشاؤم والأمل، على عينة بلغت (٣٠٣)، وطبق عليهم: مقياس الذكاء الانفعالي كسمة، مقياس الذكاء الوجداني العربي كقدرة، قائمة أكسفورد للسعادة، مقياس التفاؤل والتشاؤم، ومقياس الأمل. وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج منها: توجد علاقة ارتباطيه إيجابية بين الذكاء الوجداني كسمة وأبعاده بكل من السعادة والتفاؤل والأمل وأبعاده الفرعية وسلبياً مع التشاؤم لدى عينة الدراسة الكلية دالة عند مستوى دلالة ٠.٠١.(أحمد كمال عبد الوهاب ٢٠١٠ : ٢٢٩- ٢٣٠).

٤-هدفت دراسة " آمال جودة، حمدي أبو جراد، ٢٠١١ " بعنوان " التنبؤ بالسعادة في ضوء الأمل والتفاؤل لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة" إلى معرفة العلاقة بين السعادة والأمل والتفاؤل، إضافة إلى تحديد الأهمية النسبية لكل من هذه المتغيرات في تفسير السعادة، وتكونت العينة من (١٨٧) طالباً وطالبة من طلبة جامعة القدس المفتوحة، وطبق عليهم مقياس التفاؤل والتشاؤم (أحمد عبد الخالق ١٩٩٦)، ومقياس الأمل سنايدر وآخرون وقام أحمد عيد الخالق ٢٠٠٤ بترجمته إلى العربية. وأشارت النتائج إلى أن متغير السعادة ارتبط مع بقية المتغيرات الأخرى، وأن قيم معاملات الارتباط كانت موجبة ودالة إحصائياً وفي الاتجاه المتوقع. وأشارت نتائج تحليل الانحدار المتعدد المتدرج إلى أن متغيري الأمل والتفاؤل أسهما في تفسير تباين درجات أفراد العينة على مقياس السعادة، وقد أسهم متغير التفاؤل بمقدار أكبر في تفسير تباين درجات أفراد العينة على مقياس السعادة. (آمال جودة، حمدي أبو جراد ٢٠١١: ١٣٠).

فروض الدراسة.

أمكن من خلال عرض الدراسات السابقة التعرف على فروض الدراسة الحالية وهي:-

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتأخرات زواجيًا والمتزوجات على مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى عينة الدراسة.

إجراءات الدراسة:-

١. منهج الدراسة.

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي (الطريقة المقارنة) لمناسبته لأهداف الدراسة، حيث يقوم هذا المنهج بدراسة الظاهرة كما توجد في الواقع بوصفها وصفاً دقيقاً، فيوضح خصائصها وحجمها ودرجة ارتباطها مع الظواهر الأخرى القائمة عن طريق جمع المعلومات وتصنيفها وتنظيمها والتعبير عنها كماً وكيفاً، مما يسهل فهم العلاقات بين الظاهرة المراد دراستها والظواهر الأخرى، ويعتبر المنهج الوصفي من أكثر المناهج استخداماً في الدراسات النفسية.

٢ . عينة الدراسة.

١. عينة الدراسة الاستطلاعية: تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (١٠٠) مفردة موزعة على مجموعتين.

- المجموعة الأولى: تكونت من (٥٠) من المتزوجات تتراوح أعمارهن بين (٢٥-٥٠) عاماً.
- المجموعة الثانية : تكونت من (٥٠) من غير المتزوجات (المتأخرات زواجياً) تتراوح أعمارهن بين (٢٥-٥٠) عاماً

٢. عينة الدراسة الأساسية : تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٢٠٠) من السيدات المتزوجات وغير المتزوجات تتراوح أعمارهن ما بين (٢٥-٥٠)عاماً بمتوسط عمري قدره ٣٧.١١ عاماً وانحراف معياري قدره ٨.١٧ بغرض التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التفاؤل والتشاؤم المستخدم في الدراسة الحالية، وتنقسم عينة الدراسة إلى (١٠٠) من السيدات المتزوجات، (١٠٠) من السيدات غير المتزوجات من محافظة أسيوط، وقد راعت الباحثة التنويع في اختيار العينة، من حيث الحالة الاجتماعية (متزوجة / غير متزوجة)، محل الإقامة (ريف – حضر)، السن، المهنة (تعمل – لا تعمل)، مدة الزواج، وعدد الأبناء، والمستوى التعليمي، وجدول (١) يوضح خصائص العينة وفقاً للمتغيرات التالية (محل الإقامة، المؤهل، والمهنة).

جدول (١) خصائص عينة الدراسة (ن= ٢٠٠)

المتغيرات		المتأخرات		المتزوجات		العينة ككل	
		ك	%	ك	%	ك	%
محل الإقامة	ريف	٢٠	١٠	٥٨	٢٩	٧٨	٣٩
	حضر	٨٠	٤٠	٤٢	٢١	١٢٢	٦١
المؤهل	أمي	٢	١	٥	٢.٥	٧	٣.٥
	ابتدائي	١	٠.٥	٣	١.٥	٤	٢
	يقرأ ويكتب	١	٠.٥	٦	٣	٧	٣.٥
	إعدادي	١	٠.٥	٥	٢.٥	٦	٣
	ثانوي	١٥	٧.٥	١٢	٦	٢٧	١٣.٥
	جامعي	٧٢	٣٦	٥٧	٢٨.٥	١٢٩	٦٤.٥
	ماجستير	٨	٤	١١	٥.٥	١٩	٩.٥
	دكتوراه	٠	٠	١	٠.٥	١	٠.٥
المهنة	تعمل	١١	٥.٥	٤٠	٢٠	٥١	٢٥.٥
	لا تعمل	٨٩	٤٤.٥	٦٠	٣٠	١٤٩	٧٤.٥
المدى العمري		٢٦-٦٠ عام		٢٢-٥٩ عام		٢٢- ٦٠ عام	
متوسط العمر		٣٧.٨٥ عام		٣٦.٣٧ عام		٣٧.١١ عام	
الانحراف المعياري		٨.٦١ عام		٩.٢٩ عام		٨.١٧ عام	
مدى فترة الزواج				١ : ٣١ عام			
متوسط فترة الزواج				١٢.٦١ عام			
الانحراف المعياري				٨.٣٧ عام			

يتضح من هذا الجدول خصائص عينة الدراسة وفقاً لمتغيرات محل الإقامة (ريف/ حضر) والمؤهل الدراسي (أمي/ ابتدائي/ يقرأ ويكتب/ إعدادي/ ثانوي/ جامعي/ ماجستير/ دكتوراه) والمهنة (تعمل/ لا تعمل) بالنسبة للمتزوجات وغير المتزوجات والعينة ككل.

استخدمت الباحثة في هذه الدراسة المقياس التالي :-

١. مقياس التفاؤل والتشاؤم. (إعداد / مجدى محمد الدسوقي،٢٠٠٢).

خطوات إعداد المقياس :-

أولاً : مقياس التفاؤل والتشاؤم. (إعداد / مجدي محمد الدسوقي٢٠٠٢).

أن التفاؤل والتشاؤم يؤثران على السلوك الإنساني من نواح عدة حيث يسيطر على سلوك الفرد أحياناً نزعة إلى توقع الخير والسرور وتوصف هذه الحالة بأنها التفاؤل على حين تغلب عليه في أحيان أخرى نزعة إلى توقع الشر وسوء الطالع وتوصف هذه الحالة بأنها التشاؤم، وهذا يعني أن للتفاؤل والتشاؤم تأثيراً لا يمكن إنكاره أو التقليل من أهميته على السلوك الإنساني فكل منهما يؤثر على الحالة النفسية للفرد وعلى توقعاته بالنسبة للحاضر والمستقبل سواء كانت تفاؤلية أو تشاؤمية.

ويوجد بعض المفاهيم المرتبطة بالتفاؤل والتشاؤم تتمثل في التفاؤل الاجتماعي والتفاؤل غير الواقعي، والتشاؤم غير الواقعي والتشاؤم الدفاعي.

ويعرف التفاؤل الاجتماعي بأنه التوقع العام للنتائج الإيجابية فيما يختص بالمسائل الاجتماعية والبيئية، أما التفاؤل غير الواقعي هو شعور الفرد بالتفاؤل إزاء الأحداث دون مبررات منطقية أو وقائع أو مظاهر تؤدي إلى هذا الشعور مما قد يتسبب أحياناً في حدوث النتائج غير المتوقعة.

بينما التشاؤم غير الواقعي يعرف بأنه اعتقاد الفرد بأن الأحداث السيئة يمكن أن تحدث له بدرجة أكبر من حدوثها للآخرين، أما التشاؤم الدفاعي يتمثل في شعور الأفراد بالتوقع السيئ للأحداث المستقبلية حيث يتخذون دائماً موقف الشخص المدافع عن التشاؤم ومن ثم يعتبرون التشاؤم مذهباً ومنهاجاً في سلوكهم بوجه عام.

٢. الهدف من المقياس :-

يهدف مقياس " التفاؤل والتشاؤم " إلى قياس التفاؤل والتشاؤم لدى المتزوجات والمتأخرات عن الزواج. حيث أن التفاؤل استعداد شخصي أو توجه لدى الفرد يجعله يدرك الأشياء من حوله بطريقة إيجابية ومن ثم يكون توجهه إيجابياً نحو ذاته وحاضره ومستقبله، والتشاؤم استعداد شخصي أو توجه لدى الفرد يجعله يدرك الأشياء من حوله بطريقة سلبية ومن ثم يكون توجهه سلبياً نحو ذاته وحاضره ومستقبله.

٣- وصف المقياس:-

أعد هذا المقياس ديمبر وآخرون ١٩٨٩وذلك لقياس التفاؤل والتشاؤم ، ويتكون المقياس من (٥٦) عبارة تشمل (١٨) عبارة لقياس التفاؤل ومثلها لقياس التشاؤم إلى جانب (٢٠) عبارة مكررة بصيغ أخرى لكي يتم إخفاء الغرض من المقياس، ويجيب المفحوص على كل عبارة بإجابة واحدة من بين أربعة اختيارات أوافق تماماً، أوافق، لا أوافق، لا أوافق مطلقاً.

ولإعداد المقياس في صورته العربية قام معد المقياس بترجمة عباراته وقد كان حريصاً على أن تتم الترجمة إلى اللغة العربية بأكبر درجة من درجات الحياد والموضوعية بحيث لا يتغير المعنى بأي حال من الأحوال، ولا تختل الدلالات التي هدف المؤلفون الأصليون إلى إبرازها في ثنايا عبارات المقياس، ثم قام معد الأداة بعد ذلك بتطبيق المقياس على عينة مبدئية من تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية (ن=٧١) وعلى طلاب وطالبات الجامعة (ن=٦٩)، وعلى عينة من العاملين في المصالح الحكومية(ن=٢١) وذلك للتأكد من وضوح جميع العبارات والوقوف بشكل دقيق على أي مشكلات تتعلق بفهم العبارات أو بالتطبيق أو بالتصحيح، وقد تبين من خلال هذه الإجراءات أن المقياس مناسب للتطبيق على تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية وطلاب وطالبات الجامعة وكذلك الراشدون والراشدات وأن عباراته على درجة عالية من الوضوح، وأنه لا توجد عبارات غامضة وأن عباراته تناسب الأشخاص العاديين.

طريقة التصحيح:-

وضع للمقياس تعليمات بسيطة تتضمن أن يجيب المفحوص عن كل عبارة من عبارات المقياس تبعاً لبدائل أربعة هي:

أوافق تماماً: إذا كان مضمون العبارة أو البند ينطبق على المفحوص تماماً.

أوافق : إذا كان مضمون العبارة ينطبق على المفحوص بدرجة كبيرة أو أعلى من المتوسط.

لا أوافق : إذا كان مضمون العبارة ينطبق على المفحوص بدرجة قليلة أو أقل من المتوسط.

لا أوافق مطلقاً: إذا كان مضمون العبارة لا ينطبق على المفحوص كلية.

ووضعت لهذه الاستجابات أوزان متدرجة كالآتي أوافق تماماً (٤)، أوافق (٣)، لا أوافق (٢)، لا أوافق مطلقاً (١)، ويستخدم الجمع الجبري في حساب الدرجة الكلية التي يحصل عليها

المفحوص على كل مقياس فرعي على حدة وحيث أن عبارات كل مقياس ١٨ والاختيارات هي أربعة اختيارات فتكون الدرجة الدنيا ١٨، والدرجة العليا ٧٢.

حساب ثبات وصدق المقياس:-

للتأكد من الخصائص السيكومترية (الثبات والصدق) لمقاييس الدراسة الحالية وهي التفاؤل والتشاؤم ومقياس تقدير الذات ومقياس التوافق النفسي أمكن للباحثة من تطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية بلغ قوامها ١٠٠ مفردة بغرض التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس (الثبات والصدق)، فللتحقق من ثبات المقياس استخدم طريقة الفأكرونباخ والتجزئة النصفية، وللتحقق من صدق المقياس استخدمت الباحثة طريقة الاتساق الداخلي ويمكن عرض الثبات والصدق بالشكل التالي:-

مقياس التفاؤل والتشاؤم:-

للتأكد من الخصائص السيكومترية (الثبات والصدق) لمقياس التفاؤل والتشاؤم أمكن حساب معامل الفأكرونباخ حيث بلغت معاملات ألفاكرونباخ (٠.٨٣٥، ٠.٨٤٢) للتفاؤل والتشاؤم على التوالي، وكما بلغت معاملات الارتباط بين النصف الأول والثاني للتفاؤل والتشاؤم (٠.٧٢١، ٠.٧٥٣) على التوالي كما أمكن تصحيح أثر معامل الطول بمعادلة سبيرمان براون وبلغ معامل الثبات بعد التصحيح (٠.٨٣٨، ٠.٨٥٩) على التوالي لمتغير التفاؤل والتشاؤم ، وبعد التصحيح بمعادلة جتمان بلغ معامل الثبات (٠.٨٣٨، ٠.٨٥٩) على التوالي لمتغير التفاؤل والتشاؤم. كما أمكن حساب الاتساق الداخلي بين درجات البنود ودرجة البعد ويوضح جدول(٢) معاملات الارتباط بين درجات البنود ودرجة البعد لكل من التفاؤل والتشاؤم.

جدول (٢) معاملات الارتباط بين درجات بنود مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى عينة الدراسة من المتأخرات والمتزوجات (ن= ١٠٠)

التفاؤل				التشاؤم			
البنود	الارتباط	البنود	الارتباط	البنود	الارتباط	البنود	الارتباط
٧	**٠.٦٢٩	٢٩	**٠.٤٩٨	٢	**٠.٥١٣	٣١	**٠.٦٣٣
١١	**٠.٣٢٩	٣٣	**٠.٤٩٣	٤	**٠.٤٦٥	٣٤	**٠.٦٨٩
١٢	**٠.٥٦٤	٣٧	**٤٧٧.	٥	**٠.٤٧٣	٣٦	**٠.٤١٣
١٥	**٠.٤٧٠	٣٨	**٠.٤٨١	٨	**٠.٥١٧	٣٩	**٠.٦١٠

١٧	**٠.٦٢٤	٤٣	**٠.٥٩٢	١٠	**٠.٦٢٥	٤٢	**٠.٥٣٠
١٩	**٠.٦٩٢	٤٦	**٠.٤٠٩	١٤	**٠.٦٥٠	٤٤	**٠.٣٥٥
٢١	**٠.٤٧٨	٤٧	**٠.٥٠٢	٢٠	**٠.٦٧٩	٤٩	**٠.٤٣٦
٢٣	**٠.٥٥٢	٥٢	**٠.٦٩٥	٢٤	**٠.٦٣٣	٥١	**٠.٥٦٢
٢٨	**٠.٤٠٧	٥٦	**٠.٥٤٦	٢٦	**٠.٦٨٩	٥٤	**٠.٤٧٧

تشير معاملات الارتباط إلى اتساق داخلي مرتفع للمقياس مما يعطي ثقة للباحثة في الاعتماد على المقياس الحالي لدى عينة الدراسة.

وتم استخدام الأساليب الإحصائية التالية في معالجة البيانات للتحقق من صحة فروض الدراسة وهي:-

١. التكرارات والنسب المئوية.
٢. اختبار (ت) T-Test للتعرف على الفروق بين المتوسطات لدى المجموعات المستقلة للتحقق من صحة فروض الدراسة.
٣. معاملات الارتباط Correlation Coefficient للتحقق من صحة الفروض.
٤. المتوسط الموزون للتعرف على الوزن النسبي (النسق) لكل بعد من أبعاد مقاييس الدراسة.

وتم عرض النتائج التي توصلت إليها الدراسة لفروض الدراسة وتفسيره بشيء من التفصيل في ضوء الفرض والدراسات السابقة والنظرية في الجزء التالي:-

النتائج :-

نتائج الفرض والذي ينص على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتأخرات زواجيًا والمتزوجات على مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى عينة الدراسة" وللتحقق من صحة الفرض الأول أمكن استخدام اختبار الفروق بين المتوسطات الحسابية لمعرفة الفروق بين المجموعتين على التفاؤل والتشاؤم ويمكن توضيح الفروق في جدول (٣).

جدول (٣) الفروق بين المتوسطات وفق لاختلاف متغير الحالة الاجتماعية (المتأخرات/ المتزوجات) على

مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى عينة الدراسة (ن= ٢٠٠)

المتغيرات	المتأخرات (ن= ١٠٠)		المتزوجات (ن= ١٠٠)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
	م	ع	م	ع			
التفاؤل	٥٤.٤٤	٦.١٧	٥٣.٦٥	٦.٩٠	٠.٨٥٣	غير دال	–
التشاؤم	٤٣.٩٦	٧.٢٠	٤٢.٩٢	٦.٧٤	١.٠٥٤	غير دال	–

يتضح من هذا الجدول تحقق الفرض الصفري حيث بلغت قيمة (ت) ٠.٨٥٣ بالنسبة لمتغير التفاؤل و ١.٠٥٤ بالنسبة لمتغير التشاؤم وهي قيم غير دالة إحصائياً بين المتزوجات والمتأخرات عن الزواج على متغيري التفاؤل والتشاؤم وبهذا قد تحقق صحة الفرض الصفري.

وتفسر الباحثة هذه النتائج بأن التفاؤل مسألة نسبية واستعداد شخصي أو توجه لدى المرأة سواء كانت متزوجة أو غير متزوجة يجعلها تدرك الأشياء بطريقة إيجابية وأيضاً التشاؤم يعبر عن استعداد شخصي يجعلها تدرك الأشياء بطريقة سلبية ويكون توجهها سلبياً نحو ذاتها وحاضرها ومستقبلها.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة (نسيمه بنت قاري عبد القادر، ٢٠٠٦) والتي كان هدفها التعرف على الفروق بين طالبات جامعة أم القرى في مفهومي التفاؤل والتشاؤم وأساليب عزو العجز المتعلم تبعاً للمستوى الدراسي والتخصص الدراسي والسن والحالة الاجتماعية والتي توصلت إلى أنه لا توجد فروق بين طالبات جامعة أم القرى في مفهومي التفاؤل والتشاؤم، بينما اختلفت في وجود فروق بين الطالبات المتزوجات وغير المتزوجات في التفاؤل لصالح المتزوجات بينما لا توجد فروق في مفهوم التشاؤم بينهم.

قائمة المراجع:-

١. ابن منظور (١٩٧٨): لسان العرب المحيط، المجلد٢، لسان العرب، بيروت، ص ١٠٤٢.

٢. زينب شقير (١٩٩٦) : القيمة التنبؤية لبعض الحالات الكلينيكية المختلفة من الطمأنينة النفسية والتفاؤل والتشاؤم وقلق الموت، مجلة كلية التربية جامعة طنطا، العدد الثالث والعشرون، ص ص ٣٠٩-٣١١)

٣. بدر محمد الأنصاري (١٩٩٨): التفاؤل والتشاؤم المفهوم والقياس والمتعلقات، كلية الآداب، جامعة الكويت.

٤. نجاة زكى موسى، مديحه عثمان(١٩٩٩): الآثار المباشرة وغير المباشرة لكل من تقدير الذات ووجهة الضبط والتفاؤل وكفاءة الذات على التوافق النفسي والدراسي، مجلة تربية المنيا، المجلد ١٢، العدد٣، ص ٢٧٢).

٥. عباس إبراهيم متولي (يناير٢٠٠٥): بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية المرتبطة بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلاب الجامعة، المجلة العلمية بكلية التربية بدمياط، العدد ٤٧، ص ص ٤٣٥-٤٣٦.

٦. نسيمه بنت قاري عبد القادر بخاري(٢٠٠٦): التفاؤل والتشاؤم وأساليب عزو العجز المتعلم لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة، رسالة ماجستير، مقدمة لقسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى.

٧. علاء الدين كفافي وآخرون (٢٠٠٨): سيكولوجية السعادة (دراسات نظرية وتطبيقية)، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.

٨. عماد محمد مخيمر(٢٠٠٩): الارتقاء النفسي في ضوء علم النفس الإيجابي، دار الكتاب الحديث، القاهرة.

٩. أحمد كمال عبد الوهاب (٢٠١٠): الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من السعادة والتفاؤل والأمل لدى طلاب الجامعة، رسالة دكتوراه مقدمة لقسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة أسيوط.

١٠. آمال جودة، حمدي أبو جراد (٢٠١١): التنبؤ بالسعادة في ضوء الأمل والتفاؤل لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات ، العدد الرابع والعشرون، المجلد(٢)، ص ١٣٠.

١١. شيماء عزت باشا، رشا محمد عبد الستار(٢٠١٥): علم النفس الإيجابي رؤية معاصرة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.