

**نمذجة العلاقات السببية لكل من الامتنان وإرادة الحياة والإحباط الوجودي
لدى طلاب جامعة حلوان**

الباحثة / مروة سعيد عويس محمد
مدرس بقسم الصحة النفسية كلية التربية جامعة حلوان

مستخلص البحث

هدف البحث الحالى إلى الكشف عن الفروق التى تعزى للنوع (ذكور - إناث) والرضا عن التخصص الأكاديمي (راضيين - غير راضيين) فى متغيرات البحث الثلاث، وكذلك الكشف عن التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للعلاقات السببية بين الامتتان وإرادة الحياة والإحباط الوجودي، وقد تكونت عينة البحث الأساسية من 426 طالب وطالبة ممن تراوحت أعمارهم بين (18-23) بمتوسط عمرى قدره 20,30 وانحراف معيارى قدره 1,093، وقد تكونت العينة من (362 طالبة ، و64 طالب) من الشعب المختلفة من طلاب كلية التربية جامعة حلوان . وذلك فى الفصل الدراسى الثانى للعام الجامعى 2022 / 2023، وطبقت أدوات البحث المكونة من مقياس الامتتان وإرادة الحياة والإحباط الوجودي إعداد الباحثة على عينة البحث الأساسية، وتوصلت نتائج البحث إلى: عدم وجود فروق بين الذكور والإناث فى متغيري الامتتان والإحباط الوجودي، ووجود فروق دالة إحصائياً بين الإناث والذكور فى عوامل إرادة الدافعية للحياة وإرادة القوة وبذل الجهود وإرادة الاستمتاع بالحياة وإرادة الحياة ككل وجميعها فى اتجاه الذكور وعدم وجود فروق دالة إحصائياً فى عاملى إرادة الأمل والتفاؤل وإرادة مقاومة الضغوط من عوامل إرادة الحياة، كما أوضحت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين الراضيين عن التخصص الأكاديمي وغير الراضيين فى متغيرات الامتتان وإرادة الحياة على مستوى العوامل والدرجة الكلية لصالح الراضيين عن التخصص الأكاديمي، وجود فروق دالة إحصائياً بين الراضيين عن التخصص الأكاديمي وغير الراضيين فى الإحباط الوجودي فى اتجاه غير الراضيين . كما أظهرت نتائج البحث وجود تأثيرات مباشرة للعلاقة بين عاملى الامتتان (استشعار النعم ، وتقدير النعم والتعبير عن الأمتتان) كمتغير مستقل والإحباط الوجودي (بدرجته الكلية) كمتغير تابع من خلال عوامل إرادة الحياة كمتغير وسيط .

الكلمات المفتاحية : الامتتان - إرادة الحياة - الإحباط الوجودي

Abstract

The aim of the current research is to reveal the differences attributed to gender (males - females) and satisfaction with academic specialization (satisfied - dissatisfied) in the three research variables, as well as Detecting the direct and indirect effects of the causal relationships between gratitude, the will to live, and existential frustration. The basic research sample consisted of 426 male and female students whose ages ranged between (18-23), with an average age of 20.30 and a standard deviation of 1,093. The sample consisted of (362 female and 64 male students) from different groups of students from the Faculty of Education, Helwan University. This was in the second semester of the academic year 2022/2023, and the research tools consisting of a scale of gratitude, will to live, and existential frustration were applied, prepared by the researcher, to the basic research sample. The results of the research showed that there are no differences between males and females in the variable of gratitude and existential frustration, and the presence of statistically significant differences between females and males in the factors of the will to motivation to live, the will to power, exerting effort, the will to enjoy life, and the will to life as a whole, all of which are in the direction of males, and there are no statistically significant differences in the two factors of will. Hope, optimism, and the will to resist pressures are among the factors of the will to live. The results also showed that there are statistically significant differences between those who are satisfied with the specialty and those who are dissatisfied in the variables of gratitude and the will to life at the level of factors and the total score in favor of those who are satisfied with the specialty, and the presence of statistically significant differences between those who are satisfied with the specialty and those who are dissatisfied in existential frustration in the direction of those who are dissatisfied. The research results showed the presence of direct effects of the relationship between the two factors of gratitude (sensing blessings, appreciating blessings, and expressing gratitude) as an independent variable and existential frustration (total degree) as a dependent variable through the factors of the will to live as a mediating variable.

Keywords: Gratitude - The Will to Live - Existential Frustration

مقدمة

حظيت عدد من المفاهيم الإيجابية مؤخراً باهتمام الباحثين في مجال علم النفس وذلك إنطلاقاً من كون تلك المفاهيم أدوات تسهم في بناء وتنمية الشخصية بشكل إيجابي لاسيما في عصر يحيا فيه الإنسان حياة مليئة بالقلق والضغوط . والإمتتان يعد واحداً من أبرز تلك المفاهيم التي تسهم في تعزيز الحالة النفسية للفرد وجعله أكثر تقاؤلاً وأكثر قدرة على مواجهة ضغوط الحياة ومشكلاتها

فالشعور بالامتنان يعتبر فضيلة ذات قيمة عالية، فهو بمثابة التزام أخلاقي يقوم به الإنسان عند تلقى المنافع من الآخرين، فالامتنان عاطفة انسانية وضرورية لتعزيز الاستقرار الاجتماعي، فوجود معايير المعاملة بالمثل في العديد من الثقافات قد يكون مؤشرا جيدا على القيمة الحقيقية للتعبير عن الامتنان، فسواء اعتبر الامتنان فضيلة أو سمة أو انفعال ، فهو يدعم الأفكار والانفعالات الإيجابية لتحقيق مستوى جيد للصحة النفسية، والرفاهية والازدهار . وقد أثبتت العديد من الدراسات أن الامتنان يؤثر بشكل إيجابي على الصحة النفسية للإنسان منها دراسة النابغة فتحى محمد (2019) والتي أظهرت ارتباط الامتنان بكل من أساليب الفكاهة والتوافق الزواجى ارتباط إيجابي ودراسة جيهان عثمان (2020) والتي أظهرت وجود تأثير مباشر للامتنان كمتغير مستقل على الهناء الذاتى كمتغير تابع، ودراسة حنان فوزى أبو العلا (2020) والتي أكدت وجود تطابق تام بين النموذج المقترح للعلاقات السببية المباشرة وغير المباشرة بين اليقظة الذهنية والامتنان والكفاءة الذاتية المدركة لدى طلاب الجامعة ودراسة ألاء طارق عبد الله (2021) والتي أظهرت نتائجها وجود ارتباط قوى ودال وموجب بين الامتنان والرضا عن الحياة والفاعلية الذاتية لدى معلمات مرحلتى رياض الأطفال والمرحلة الابتدائية فلى دولة الكويت . ودراسة شيماء شكرى خاطر (2014) والتي أظهرت أن التسامح والامتنان يتوسطان العلاقة بين الهناء الذاتى وكل من الرأفة والتفهم لدى عينة من الأزواج والزوجات . ودراسة هدى ملوح عسكر (2020) والتي أوضحت ان مستوى الشعور بالامتنان أحد مؤشرات جودة الحياة لدى طلبة المرحلة الثانوية فى البيئة الكويتية . كما أوضحت دراسة حليلة ابراهيم أحمد (2019) اسهام الامتنان اسهاما دالا احصائيا فى التنبؤ بالرفاهية النفسية ومكوناتها الفرعية . ودراسة صفية فتح الباب أمين (2015) . والتي بينت وجود ارتباط إيجابي دال بين الامتنان وكل من التدين والتعاؤل . ودراسة فيصل خليل الربيع وكوكب يوسف العبابنة (2018) والتي بينت وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين مستوى الامتنان، ومستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك . وغيرها من الدراسات التى أوضحت ارتباط الامتنان بالعديد من المتغيرات الإيجابية فى الشخصية الإنسانية .

فالإنسان الممتن يتسم بالعديد من السمات الإيجابية فى شخصيته ولعل سمة إرادة الحياة قد تكون من أهمها . فلكى يتمتع الإنسان بالحياة يجب أن تتوفر لديه الإرادة القوية، وهو ما يطلق عليه إرادة الحياة أو (الرغبة فى الحياة) وتمثل نظرية الإرادة الذاتية أحد روافد المدرسة الإنسانية التى تهتم بالجانب الإنسانى وتعلى من شأنه لتحقيق رفاهيته، وتتنظر للإنسان على أنه كائن حر ومسؤل عن حريته هذه ، وهو كائن ذو إرادة واعية، وبالتالي فإن الإرادة تقترب من معنى الدافع والقوة التى تدفع الإنسان لأشباع حاجة معينة (نادر فتحى قاسم ، ايمان فوزى شاهين ، سارة حسام الدين مصطفى ، 1103) وقد أوضح كل من (Deci& Ryan 1985,225) نظرية الإرادة الذاتية التى تركزت على حق الفرد فى الاختيار، وتضمنت الدراسة إرادتا النجاح والفشل معا، فهناك من يريد الانتحار أو ادمان الخمر والمخدرات وكذلك الفاشل دراسياً أو جميعهم يملكون ما يمكن أن يطلق عليه " إرادة الفشل " ومن يستطيع تحدى نفسه ويقاوم إرادة فشله ويتكون لديه العزيمة والقوة الذاتية فهو من لديه إرادة النجاح .

وترى شيماء محمد بيومى (2020 ، 159) أن انخفاض مستوى إرادة الحياة لدى الشباب الجامعى يرتبط بكثير من المشكلات الأخلاقية كالجزع والتذمر، والغضب لأتفه الأسباب، والشحناء والعصية، وقد يهمل الطالب فى أداء واجباته - الدينية أو الحياتية، أو يتكاسل عنها، مما يؤثر تأثيراً كبيراً فى قلق المستقبل والميول الانتحارية لديه . كما تناولت العديد من الدراسات دراسة إرادة الحياة منها دراسة محمد محمد بيومى (1996) والتى أظهرت وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين المساندة النفسية / الاجتماعية وإرادة الحياة لدى المرضى بمرض مفضى الى الموت . ودراسة منى مصطفى فرغلى (2018) والتى أوضحت وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين إرادة الحياة وكل من إرادة التفكير وتقدير الذات والشعور الذاتى بالسعادة النفسية وأبعادها لدى عينة من طالبات الدبلوم العام فى التربية . ودراسة ناهد محمد أحمد وعزة صالح الألفى وماجى وليم يوسف وشادية عبد العزيز مهتدى (2020) والتى أظهرت تأثيرات موجبة دالة احصائياً من متغيرى إرادة الحياة والتسامح والرفاهية النفسية .

من ناحية أخرى للأزمات والتغيرات المجتمعية أثرها الكبير على الصحة النفسية للإنسان، فإن لم تكن هناك أرض صلبة يتمكن الإنسان من الوقوف عليها عند حدوث الأزمات والاضطرابات قد يؤثر ذلك على صحته النفسية، ومن أكثر الأمور القادرة على إيجاد أرض صلبة يتكى عليها الفرد فى مواجهة الأزمات وجود معنى أو سبب لحياته يجعله قادراً على التغلب على المعاناة، فعندما يفقد الإنسان المعنى أو الغاية من وجوده؛ يصير المشهد ضبابياً ويفقد الدافع للمضي قُدماً وتجاوز الألم. وينتج عن فقدان المعنى إحباط وجودي، فعندما يفشل الإنسان فى إيجاد معنى وجودي لحياته؛ يصاب بالإحباط الوجودي، ويُعرّف عالم النفس النمساوي «فرانكل» المعنى الوجودي: بأنه «قدرة الفرد

على إيجاد قيمة ومعنى للحياة، بحيث يجعل الحياة جديرة بالعيش، ويحدث نتيجة لإشباع دافعه الأساسي المتمثل بإرادة المعنى، فعند فشل الإنسان في إيجاد القيمة أو الغاية التي تجعل حياته جديرة بأن تعاش فإنه يكون قد وقع تحت وطأة الإحباط الوجودي «، وفي نظر «فرانكل» يُعدُّ الإحباط الوجودي عصاباً معنوي المنشأ؛ بمعنى أنه ليس اضطراباً جسدياً أو نفسياً سريريّاً بل اضطراباً متعلّقاً بالعقل والروح الإنسانية (دعاء رجب ، 2020 ، 2)

وقد تناولت مجموعة من الدراسات علاقة الإحباط الوجودي بعدد من المتغيرات السلبية منها قلق التفاعل كما في دراسة زيد عباس ناجي (2014) والتي أظهرت وجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين قلق التفاعل والإحباط الوجودي بحيث كلما زاد الشعور بأحدهما زاد الشعور بالآخر ودراسة محمود حمد خلف (2023) والتي أظهرت وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الإحباط الوجودي وفقدان الاستمتاع بالحياة - وهو أحد عوامل إرادة الحياة - والعزلة الاجتماعية.

ومن خلال ما سبق فإن البحث الحالي يسعى للتحقق من مدى التأثير المباشر وغير المباشر للامتنان في إرادة الحياة والإحباط الوجودي ، وكذلك التأثير المباشر وغير المباشر لإرادة الحياة في الإحباط الوجودي وكذلك تأثير إرادة الحياة في الإحباط الوجودي والتأثير غير المباشر للامتنان في الإحباط الوجودي من خلال إرادة الحياة كمتغير وسيط وبذلك ذلك حاولت الباحثة التوصل الى أفضل نموذج للعلاقات السببية التي تربط الامتنان وإرادة الحياة والإحباط الوجودي لدى طلاب الجامعة .

مشكلة البحث

انبثقت مشكلة البحث الحالي من ملاحظات الباحثة خلال العمل مع طلاب الجامعة حيث لاحظت الباحثة أن عدد كبير من الطلاب لديه الكثير والعديد من النعم إلا أنه قد لا يشعر بها ولا يستشعر الكثير منها وتضعف عند البعض الامتنان والتعبير عنه الامر الذي يؤثر على إرادة الحياة لديهم ويضعفها وقد يصل الامر بالبعض منهم الى حالة من الإحباط الوجودي في الحياة . حيث تؤثر الأزمات والضغوط التي يمر بها الشخص في أوقات الشدة وخاصة وقت التعرض لكارثة فجأة أو مصيبة . فيبدأ الإنسان في التفكير مدركاً أن العالم قد انتهى وتوقف تماماً عن السير وأن الحياة قد أصبحت لا فائدة منها . ولا جدوى من أى تطور أو عمل أو كفاح حتى أبسط الأمور العادية يتوقف عن أدائها. ويصبح لا يمارس حياته بشكل سليم متجمداً في كافة النشاطات حتى اليومية العادية منها كالأكل والشرب . وينظر للحياة على أنها لا بد وأن تنتهي لأن كل ما فيها أصبح غير ذي جدوى له . غير شاعر بما فيها من مباحج وسعادة ولا يوجد أمامه سوى التشاؤم والنظرة السوداوية للمستقبل والغموض الذي يخفيه له، غير قادر على الاستمتاع بالحياة كما كان

من قبل (سميرة عبد الله مصطفى ، 2008 ، 469) وقد يكون ذلك ناتجاً عن قلة الامتتان واستشعار النعم وتقديرها والتعبير عن الشكر لوجودها فى حياتهم وقد لاحظت الباحثة ذلك فى العديد من طلاب الجامعة الذين يتمتعون بالكثير من النعم وبالرغم من ذلك يفعلونها ويعتبرونها أمر مسلم به طالما سارت حياتهم بشكل طبيعى . فالامتتان حالة انفعالية إيجابية مركبة يمكن دراستها من زوايا مختلفة كدافع، أو معزز أو منبئ لسلوكيات ايجابية وهو يتضمن أبعاد معرفية وانفعالية وسلوكية تُسهم فى أن يكون لدى الفرد اتجاه إيجابى نحو الآخرين أو الأشياء فهو مفهوم ثري ولذلك نجد أن بعض الدراسات أشارت الى إمكانية استخدامه فى بعض البرامج الارشادية كمدخل علاجى لبعض الاضطرابات كالإكتئاب أو كمدخل تنموي للتفاوض أو للصمود النفسى ويؤكد ذلك كل من (Palmieri,2018)،(Emmons, 2013) حيث اشارا أن الامتتان يساعد فى تعديل الأفكار اللاعقلانية ويحسن من الصحة النفسية للفرد .

ومن ناحية أخرى تعد حرية الإرادة من القضايا الفلسفية والنفسية التى تهتم بالذات الإنسانية، وذلك بسبب علاقتها الوثيقة بالمجتمع والكون، وهى أصل الوجود الإنسانى التى تناولها الفلاسفة والمفكرين منذ وقت مبكر من الزمن، وتعتبر من القضايا الملحة للفرد حيث عليه أن يدرك دور المسؤولية المرتبط بهذه الحرية فى إرادته (تيسير حسين العيدين ، 2009 ، 397) . وتعد إرادة الحياة أحد أهم الدوافع الفطرية التى وهبها الله للإنسان، والتى يجب عليه يعيها ويحفظها كى يستطيع استثمار امكاناته وقدراته فى تحقيق أهدافه، وهو ما يفتقده بعض الشباب الجامعى اليوم حيث لا يقدر الأهمية الحقيقية لإرادة حياتهم ويحتاجون لمن يستثمر هذه الطاقات ويوجهها نحو الأفضل (نادر فتحى قاسم ، ايمان فوزى شاهين ، سارة حسام الدين مصطفى ، 2015 ، 1104) . ولأهمية العلاقة بين الامتتان وإرادة الحياة فقد تناولت العلاقة بينهما دراسة ناهد محمد أحمد وعزة صالح الألفى وماجى وليم يوسف وشادية عبد العزيز مهتدى (2020) والتى أظهرت وجود علاقة سببية بين الامتتان وإرادة الحياة وذلك طبقاً لنموذج السببى لكل من الرفاهية النفسية وإرادة الحياة والتسامح والامتتان لدى المسنين، ودراسة أريج مسفر أحمد ومجدة السيد على (2020) ارتباط الامتتان ارتباط موجب ودال بالاستمتاع بالحياة وهو أحد عوامل إرادة الحياة . كما أن من المشكلات التى يعانى منها الإنسان فى الوقت الحاضر الإحباط الوجودى وذلك يعود الى مشاعر الخواء والفراغ والملل واللاجدوى التى تنتاب الإنسان فى معظم نواحي حياته . فكثرة الضغوط النفسية والأزمات التى يتعرض لها ورتابة البيئة المحيطة به وما حولها من مظاهر الإنسانية من شأنها أن تدفع الإنسان إلى أن يعيش حياة خالية من المعانى والقيم . والإحباط الوجودى يحدث عندما يعاق لدى الإنسان إرادة المعنى بسبب الظروف البيئية القاسية المحيطة به فيشعر بأن الحياة فقدت معانيها من حوله ولا يشعر بالحماس للعمل ولا يبدو لديه أى هدف واضح فى الحياة

يسعى الى تحقيقه بل تصبح الحياة له عديمة ومملة فيعتقد أن وجوده لا معنى له (سناء عبد الزهرة الجمعان ، فريد جاسم مثنى ، 2017 ، 529) وبالرغم من أهمية الإحباط الوجودي كمتغير سلبي مؤثر في حياة الأفراد إلا أنه لم يحظى بالقدر الكافي والاهتمام بالدراسة سواء في الدراسات العربية والأجنبية - في حدود علم الباحثة - ولم تجد الباحثة سوى دراسة محمد عباس محمد (2017) والتي أظهرت عدم وجود علاقة ارتباطية بين الإحباط الوجودي و الاتهامات المضادة للذات ودراسة أمجد كاظم الساعدي (2009) والتي أظهرت أنه توجد علاقة دالة موجبة بين الإحباط الوجودي والأسلوب المعرفي تحمل / عدم تحمل الغموض بشكل عام كما تناولت دراسة حيدر محمود عبد الله ورغداء حمزة السفاح (2023) والتي أثبتت وجود علاقة ارتباطية دالة بين إدمان الإنترنت والإحباط الوجودي لدى طلبة كلية التربية الرياضية وعلوم الرياضة بجامعة بابل . ودراسة زيد عباس ناجي (2014) والتي أظهرت وجود علاقة طردية بين قلق التفاعل والإحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة . ومن المرجح أن افتقاد الامتتان وإرادة الحياة تلعب بشكل أو بآخر دور مؤثر في شعور الفرد بالإحباط الوجودي . فقد اثبتت دراسة صفية فتح الباب أمين (2015) وجود ارتباط موجب ودال بين الامتتان والتقاؤل وهو عكس التشاؤم وهو أحد عوامل الإحباط الوجودي، كما أظهرت دراسة شيما محمد بيومي (2020) وجود علاقة عكسية سالبة بين إرادة الحياة والمويل الانتحارية وهي أحد عوامل الإحباط الوجودي . كما أوضحت دراسة محمود حمد خلف (2023) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الإحباط الوجودي وفقدان الاستمتاع بالحياة وأنه يمكن التبو بفقدان الاستمتاع بالحياة (وهو عكس الاستمتاع بالحياة وهو أحد عوامل إرادة الحياة) من درجات الافراد على مقياس الإحباط الوجودي

إلا أن الباحثة لم تجد أية دراسات عربية أو أجنبية تناولت العلاقة الارتباطية بين المتغيرات الثلاثة معا - في حدود علمها - كما أن الأدبيات العربية والأجنبية تكاد تخلو من الدراسات التي درست العلاقات السببية والتأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين متغيرات البحث الثلاثة لذلك تسعى الباحثة من خلال هذا البحث إلى بناء نموذج يوضح هذه العلاقات السببية المباشرة وغير المباشرة. وكذلك التحقق من وجود فروق تعزى للنوع والرضا عن التخصص من عدمه في متغيرات البحث الثلاثة، حيث وجدت الباحثة في حدود إطلاعها اختلافا في نتائج الدراسات السابقة فيما يتعلق بمتغير الامتتان فعلى سبيل المثال بالنسبة للنوع فقد أثبتت دراسة هبه محمود محمد (2017) ودراسة النابغة فتحي محمد (2019) ودراسة حمدي محمد ياسين ووفاء مسعود الحديني ودعاء عبد الرحمن سيد (2020) عدم وجود فروق دالة في متغير الامتتان تبعا لنوع دراسة فيصل خليل الربيع وكوكب يوسف عابنة (2018) ودراسة رشا عادل عبد العزيز (2019) ودراسة أريج مسفر أحمد ومجدة السيد على (2020) عدم وجود فروق في الامتتان تبعا

للنوع فى حين أثبتت دراسات كل من هانى سعيد حسن (2014) و صفية فتح الباب أمين (2015) وجود فروق دالة فى الامتحان فى اتجاه الإناث أما دراسات هدى ملوح عسكر (2020) ومحمد عبد العظيم خلف الله (2020) وجود فروق دالة لصالح الذكور فى الامتحان أما دراسة محمد محمد بيومى (1996) أظهرت أنه لا توجد فروق فى إرادة الحياة تبعا للنوع فى حين أوضحت دراسة شيماء محمد بيومى وجود فروق تبعا للنوع فى اتجاه الإناث . كما أظهرت دراسة محمد عباس محمد (2017) عدم وجود فروق تبعا للنوع فى متغير الإحباط الوجودى فى حين أظهرت دراسة أمجد قاسم فارس (2009) وجود فروق فى مستوى الإحباط الوجودى تبعا للنوع، فى حين أظهرت دراسة زيد عباس ناجى (2014) عدم وجود فروق دالة تبعا للنوع فى الإحباط الوجودى . اما فيما يتعلق بمتغير الرضا عن التخصص من عدمه فلم تتناوله أى من الدراسات السابقة - فى حدود علم الباحثة - ولقد أثارَت الباحثة دراسة متغيرات النوع كمتغير ديموجرافى وذلك لأن الطبيعة السيكولوجية للأنثى تختلف عن الطبيعة السيكولوجية للذكر وكذلك طريقة التنشئة والتميط الجنسى والدور الذى يلعبه كل منهما فى الحياة وقد حاولت الباحثة من خلال البحث الحالى التعرف على الفروق فى المتغيرات الثلاثة التى تعزى للنوع، أما فيما يتعلق بمتغير الرضا عن التخصص فهو متغير ديموجرافى هام بالنسبة لطلاب الجامعة ويلعب دورا حيويا فى الحياة الدراسية والمهنية للطلاب مستقبلا ؛ وبالتالي حاولت الباحثة من خلال البحث الحالى أيضا التعرف على الفروق فى المتغيرات الثلاثة التى تعزى للرضا عن التخصص من عدمه . ومن ثم تلخص مشكلة البحث الحالية فى الإجابة على

الأسئلة الآتية

1 / ما دلالة الفروق التى تعزى للنوع فى كل من الامتحان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى؟

2 / ما دلالة الفروق التى تعزى للرضا عن التخصص الأكاديمى من عدمه فى كل من الامتحان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى ؟

3 / ما أفضل نموذج بنائى تفسيرى يوضح مسارات التأثيرات السببية المباشرة وغير المباشرة بين الامتحان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى ؟

أهداف البحث

يهدف البحث الحالى التعرف على كل من

1 / دلالة واتجاه الفروق فى كل من الامتحان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى التى تعزى للنوع .

2 / دلالة واتجاه الفروق في كل من الامتحان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى التى
تعزى للرضا عن التخصص الأكاديمى من عدمه .

3 / العلاقات السببية المباشرة وغير المباشرة بين الامتحان وإرادة الحياة والإحباط
الوجودى.

أهمية البحث

تكم أهمية البحث النظرية فى الأتى

1 / التركيز والقاء مزيد من الضوء حول متغيرات الامتحان وإرادة الحياة والإحباط
الوجودى والتأصيل النظرى لهم وخاصة أنها متغيرات لها تأثيراتها فى الشخصية الإنسانية
والصحة النفسية .

2 / تتبع أهمية البحث الحالى من قلة الدراسات التى تناولت العلاقة بين الامتحان
وإرادة الحياة والإحباط الوجودى خاصة فى البيئة العربية والتأثير المتبادل بينهم فى -
حدود علم الباحثة - ، كذلك ندرة الدراسات العربية والأجنبية - فى حدود علم الباحثة -
التي تناولت متغيرات إرادة الحياة والإحباط الوجودى وتأتى هذه الدراسة كواحدة من
الدراسات التى تلقى مزيد من الضوء والتوضيح لها فى البيئة المصرية العربية .

وتتضح أهمية البحث التطبيقية فى الأتى

1 / تتضح أهمية البحث الحالى من تصميم نموذج بنائى يوضح التأثيرات المباشرة
وغير المباشرة بين كل من الامتحان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى وهو ماتفتقر إليه
الدراسات العربية والأجنبية - فى حدود علم الباحثة - .

2 / تزويد المكتبة العربية بثلاث مقاييس نفسية حديثة نسبياً على مستوى البيئة
العربية (مقياس الامتحان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى) لدى عينة البحث.

3 / الاستفادة من نتائج البحث فى إعداد برامج إرشادية لتنمية كل من الإمتان وإرادة
الحياة والذى قد يكون سبباً فى خفض الإحباط الوجودى .

مصطلحات البحث

1 / الامتحان Gratitude

يعرف الامتحان فى سياق البحث الحالى بأنه " القدرة على استشعار نعم الخالق
على الفرد، والاعتراف بوجودها وتقديرها التقدير الأمثل، مع التعبير بالقول والفعل عن
شعوره بالعرفان والشكر تجاه هذه النعم وتجاه الخالق الذى منحه إياها ثم لمن جرت هذه
النعم والعطايا على يديه " .

**ويعرف الامتتان إجرائياً بالدرجة التى يحصل عليها الطالب أو الطالبة على مقياس
الامتتان إعداد الباحثة .**

2 / إرادة الحياة Will to live

**تعرف إرادة الحياة فى سياق البحث الحالى بأنه " تحلى الفرد بدرجة عالية من
الدافعية للحياة ليعيشها، وذلك بوضع أهداف خاصة به والاصرار على تحقيقها والعزيمة
والاصرار ويزنل المجهود لتحقيقها، مع القدرة على مقاومة الضغوط والصعاب التى
يتعرض لها فى حياته . وامتلاؤه بالأمل والتقاؤل فى سبيل ذلك والرغبة والإرادة فى
الاستمتاع بالحياة بكل تفاصيلها " .**

**وتعرف إرادة الحياة إجرائياً بالدرجة التى يحصل عليها الطالب أو الطالبة على
مقياس إرادة الحياة إعداد الباحثة**

3 / الإحباط الوجودى Existential Frustration

**يعرف الإحباط الوجودى فى سياق البحث الحالى بأنه " نوع من الإحباط الذى
يصيب الفرد، ويشعره بعدم أهمية وجوده فى الحياة، وعدم أهمية الحياة ذاتها مع العجز
عن القيام بأى عمل أو نشاط، وافتقاد الشغف والاهتمام بالحياة . وتتمثل مظاهر هذا
الإحباط فى الشعور بإفتقاد الهدف فى الحياة، وافتقاده للعزيمة والإرادة واللامبالاة والوحدة
والعزلة والبعد عن الآخرين للحد الذى يصل إلى التشاؤم سيطرة الأفكار الانتحارية عليه".**

**ويعرف الإحباط الوجودى إجرائياً بالدرجة التى يحصل عليها الطالب أو الطالبة على
مقياس إرادة الحياة إعداد الباحثة**

الإطار النظرى والمفاهيم الأساسية

أولاً: الامتتان

أشار (Emmons 2004,5) الى أن مفهوم الامتتان ظهر مبكراً فى كتابات ماكدوجل
عام 1929 والذى اعتبر الامتتان ضمن الانفعالات الثانوية، مثله مثل الحسد والغيرة
والخوف والاعجاب والاحراج ورأى ماكدوجل أن الامتتان ملركب من العاطفة الجياشة
الزائدة والشعور الذاتى السلبى . وعلى عكس الغضب أو الخوف أو الأشمئزاز لا يبدوا أن
الامتتان واحد من الانفعالات الأساسية، فلا يوجد تعبير وجهى عالمى مميز له أوأساس
فسىولوجى يستند إليه . واعتبر (Seligman & Csikszentmihalyi 2000) أن الامتتان
أحد القوى الشخصية الإيجابية والفضائل الإنسانية، وهى تلك الصفات والخصال التى
أشاد بها معظم الأديان ومعظم الثقافات على أنها ايجابية وتتاسب جميع البشر وتمكنهم
من العيش بسلام فى شتى أنحاء العالم ومن ثم الامتتان فضيلة تمكن الإنسان من العيش
بشكل جيد. كما أن الامتتان يزيد من مستويات أمينو غلوبين فى الحنجرة والأنف الذى

يزيد من مقدرة الجسم على مقاومة العدوى الخبيثة، والامتحان يقلل من هرمون التوتر في الجسم وهذه المادة صنفت من الأجسام المضادة التي تفرزها الجسم لمكافحة الفيروسات والبكتريا (Emmons & Kneezel, 2009, 140 – 148)

مفهوم الامتحان

يعرف الامتحان في معجم اللغة العربية بأنه الشكر والاعتراف بالجميل، وعكسه الجحود، وامتن له أي شكره، وممنون أي معترف بالجميل وشاكر للفضل، وممنون لك أي أشكرك (أحمد مختار عمر ، 2008 ، 213) ويشير ابن منظور في لسان العرب إلى أن الشكر هو عرفان الاحسان ومقابلة النعمة بالقول والفعل والنية ، فيثنى الفرد على المنعم بلساته ويذيب نفسه في طاعته ويعتقد أنه موليا (ابن منظور ، 1968 ، 423) وذكر (Lopez&Snyder,2003) أن كلمة الامتحان Gratitude مشتقة من الكلمة اللاتينية Gratia مما يعني النعمة أو الامتحان.

كما عرّف قاموس أكسفورد الإنجليزي (1989) الامتحان بأن 'توعية أو حالة من الشكر والتقدير لما يلاقي الفرد من جوانب اللطف ، وحدد (Fetzgerald 1999) ثلاثة عناصر للامتحان: 1) كونه شعورا دافئاً من التقدير لشخص ما أو شيء ما 2) النوايا الحسنة تجاه هذا الشخص أو الشيء . 3) التصرف الطيب الذي ينبع من التقدير وحسن النية (Emmons,2004,5) .

وقد رأى كل من (Fredrickson, 2004; Mccullough, Kilpatrick, Emmons,& Larson, 2001) الامتحان بأن العاطفة التي توج من الفرد نحو ما يقدم الآخرون من إجراءات مفيدة تجاهه .

والامتحان يمكن أن يكون حالة، ويمكن أن يكون سمة شخصية أيضاً، وأنه عملية أخلاقية وشعور بين شخصي يحفز على الانتباه لمساعدة الآخرين، ويعزز العلاقات الاجتماعية (McCullough, Kilpatrick, Emmons& Larson, 2001)

وقد عرف (Bono, Emmons& McCullough 2004) الامتحان بأنه اعتراف وتقدير من الشخص تجاه من يقدمون له الخير وينتج عن هذا الاعتراف من جانب الفرد ادراك للنواتج أو المكاسب الإيجابية، وكذلك ادراك الفرد للأفراد المسؤولين عن هذه المكاسب. ويشيرون إلى أن الامتحان قد يكون حالة مزاجية إيجابية وقد يكون دافعا، وقد يكون متغيراً تابع يمكن التدخل في وتميمته، ويمكن أن يكون وسيلة لشحن العلاقات الإيجابية وتقليل الصراعات ومواجهة الضغوط .

وأضاف (Emmons,2007) أن جميع الكلمات المشتقة من كلمة Gratiad مرتبطة معاً مثل اللطف والسخاء، والإهداء، وجميع الأخذ والعطاء أو الحصول على شىء دون مقابل.

ويشير (Wood, Joseph,& Maltby (2009 إلى أن الامتتان يتضمن عدة عناصر أساسية من أهمها تأثير الفروق الفردية في التعبير عن الامتتان، وتقدير الآخرين، والتركيز على ما لدى الشخص من مزايا، ومشاعر الخجل عندما تواجهه سلوكيات طيبة، والسلوكيات التي تعبر عن الامتتان، والتركيز على الأنشطة العامة الإيجابية في اللحظة الراهنة أو التوقف عنها، وتقدير النجاح في فترة قصيرة، والتركيز على النواحي الاجتماعية الإيجابية في الوقت الحاضر، والمقارنات الاجتماعية الإيجابية.

وباعتبار أن الامتتان توجه نحو تقدير الجوانب الإيجابية للحياة وملاحظتها، فإن له علاقة وثيقة بمتغيرات تعكس هذه النظرة الإيجابية مثل الهناء النفسي ومكوناته (Emmons & Mishra, 2011; Wood, Froh& Geraghty, 2010)

وحول مايعنيه الإمتتان؛ فقد تباينت الرؤى وتنوعت التعريفات تبعاً لاختلاف تناول الباحثين لهذا المفهوم فقد أشار كلا من Emmons & Stern أن للإمتتان معنيان إحداهما دنيوي والآخر متسامي، وقصداً بالمعنى الدنيوي أنه حالة عاطفية معرفية ترتبط بإدراك الفرد بحصوله على منفعة من شخص آخر عن غير قصد؛ أما ما قصده بالمعنى المتسامي فقد وصفه بالطاقة الحيوية المؤثرة التي تصاحب الفرد في ممارساته الروحانية فالإمتتان هنا هو إستجابة لنعم الحياة التي يعبر عنه بالشكر بالتقاليد الروحية الخاصة به (Emmons&Stern,2013,847)

أما Fitzgerald فقد نظر له على أساس كونه فضيلة أخلاقية تسهم في جودة الحياة وأنه يتكون من ثلاث عناصر هي الشعور العميق بالتقدير الشخصي لشخص أو لشيء والشعور بحسن النية تجاه هذا الشخص أو هذا الشيء والتصرف النابع من التقدير وحسن النية (Van Yperen,2013)

والامتتان شعور إيجابي موجه من شخص أو من مجموعة نحو شخص أو مجموعة أشخاص أو مؤسسة بتقديم الشكر نحو مساعدات قدمت لهذا الشخص أو المجموعة، وتقدر هذه المساعدات على أنها ذات قيمة تستوجب الشكر وخالية من الأنانية، وأيضاً يعكس عاطفة إيجابية تجاه من يقدمون العون والمساعدة، كما يشمل الامتتان مشاعر اللطف، والسخاء وتقديم العطايا والهدايا مقابل منفعة أو مجهود قدم من شخص آخر. ويكون الامتتان رد فعل عاطفي طبيعي ومن المحتمل تماماً وجود ميل عالمي للاستجابة بشكل إيجابي لإحسان الآخرين، التزاماً بقانون المعاملة بالمثل (Emmons& Stern, 2013)

كما عرفه هانى سعيد حسن (2014 ، 148) تقييم معرفي وجداني إيجابي، يقوم به الفرد تجاه ما يمنح له أو يقدم إليه من خدمات، في ضوء ما يدركه الفرد من تقدير لهذه الخدمات، والفوائد التي يحصل عليها، مما يؤدي إلى استعداده للتصرف بإيجابية والشكر للمحسنين ومحبة الغير .

كما عرفته شيماء شكرى خاطر (2014 ، 508) ميل أو نزعة فى الشخصية تتضمن مشاعر الشكر والعرفان لمشاعر وسلوكيات الآخرين الطيبة والنافعة مع محاولة التعبير عن هذه المشاعر ونقلها للآخرين .

أما سارة حسام الدين مصطفى (2016) فقد عرفته بأنه إنفعال إيجابي ناتج عن وعي الفرد بالخبرات الحيدة التي تحدث له خلال حياته فيعبر عنها بأقوال أو أفعال تحمل معاني الشكر والفضل إما لله عز وجل أو لشخص معين أو لموقف ما. وخلصت أريج حمد الفريج (2016) إلى أنه سمة إيجابية تجعل الفرد مدركاً لقيمة ما حصل عليه من منفعة مما يعزز أساليب تعامله مع الآخرين وجوانب شخصيته بشكل إيجابي . أما أسماء فتحي (2020) فقد وصفته بأنه نشاط معرفي وجداني يتم فيه الإحساس .

الامتتان لا يقتصر فقط على أعمال الخير من الغرباء أو المعارف؛ فالامتتان هو العاطفة التي تعزز النتائج المجزية في الإنسان . (Visserman, Righetti, Impett, Keltner & Van Lange, 2018)

كما عرفت منال محمود محمد (2018 ، 664) بأنه ميل معمم للاعتراف والرد بمشاعر ممتنة للآخرين نتيجة التجارب والنتائج الإيجابية التي يحصل عليها المرء منهم، ويقوم من خلال اختيار الطلاب، عينة الدراسة، لاستجابة واحدة لمواقف في وجود ثلاثة خيارات. وتنعكس هذه الاستجابات امتتان الطالب، عينة الدراسة، نتيجة ما يمنح له من خدمات من الآخرين ويكون على استعداد لتقديم الشكر والتصرف بإيجابية لهم؛ مما يزيد من علاقاته الاجتماعية مع الآخرين .

ويعرفه حسام الدين محمود عزب وسارة حسام الدين مصطفى ونرمين مصطفى مصباح (2019، 160) أنه أحد سمات الشخصية الإيجابية التي تنطوي على حالة من احساس الفرد بشكر الله سبحانه وتعالى على تفضله بنعمه التي لا تعد ولا تحصى وبالقدر لمن أسدى إلينا معروفاً أو خدمة من البشر والتعبير عن هذه الحالة سواء قولاً أو فعلاً .

وعرفته رشا عادل عبد العزيز (2019 ، 371) بأنه مكون معرفي وجداني إيجابي يقوم به الفرد تجاه ما يمنح له أو يقدم إليه من الآخرين من منافع وهديا ، مما يؤدي الى استعداده للتصرف بإيجابية والاعتراف والتقدير لجهود الآخرين .

وأما حليلة ابراهيم أحمد (2019 ، 9) فقد عرفت أنه سمة شخصية لها طابعها
الروحانى تحفز الفرد بأحداث سارة وأشخاص رائعين لتقدير وشكر الحياة والطبيعية لما
فيها من توجه نحو الابتهاال للخالق .

عرفته جيهان عثمان (2020 ، 109) بأنه انفعال إيجابى يشعر فيه المعلم بالسرور
والشكر والتقدير لما حصل عليه من هبات أو منافع ، ويتضمن ذلك التعبير عن الشكر
والعرفان لله ، وللأسرة وللآخرين أو لبعض الأشياء والمواقف ويكون بطريقة لفظية وغير
لفظية .

كما عرفته حنان فوزى أبو العلا (2020 ، 1743) إستجابة عاطفية إيجابية يقوم
من خلالها الفرد بتقديم الشكر والتقدير لمن قدم لو خدمة أو فضلاً ،وتشتمل هذه
الإستجابة على بعدين هما الإمتان الروحي وهو الذي يشير إلى شكر وتقدي الفرد للمولى
عز وجل على نعمه وفضله ،أما البعد الثاني فهو الإمتان الشخصي الذي يرتبط بأوجه
التقدير والشكر الموجهة من الشخص إلى أشخاص آخرين قد قدموا له خدمات أو
مساعات."

ويتضح مما سبق عرضه من التعريفات أنها جميعها اتفقت على أن الامتتان
انفعال واستجابة إيجابية تتضمن إدراك الفرد لحصوله على منافع معنوية أو مادية
واستشعاره لقيمتها وشعوره بالرغبة الشديدة للتعبير عن العرفان والشكر لمن جرت هذه
المنافع على يديه سواء كان الخالق سبحانه وتعالى أو من سخرهم له لمنحه هذه
العطايا والنعم . وبالتالي قد توصلت الباحثة إلى أن الامتتان يعنى القدرة على استشعار
نعم الخالق على الفرد والاعتراف بوجودها وتقديرها التقدير الأمثل مع التعبير بالقول
والفعل عن شعوره بالعرفان والشكر تجاه هذه النعم وتجاه الخالق الذى منحه إياها ثم
لمن جرت هذه النعم والعطايا على يديه " . ويشمل عاملين هما استشعار النعم وتقدير
النعم والتعبير عن الامتتان .

أهمية الامتتان

للأمتتان أهمية كبيرة فى حياة الإنسان فهو أكثر من مجرد الشعور برد الجميل أو
الشعور بالدين والرغبة فى رده، فهو ليس اعترافا بفضل الآخرين علينا فقط وإنما هو
يجعل كل يوم فى حياتنا له قدسية ،و التعبير عن الامتتان هدية للشخص الذى يعبر له،
قبل أن يكون منحة يقدمها للآخرين ، والامتتان حتى - لأبسط الأشياء الصغيرة -
يجعل حياتنا اليومية - نفسها - هدية . كما أن الامتتان لا يقتصر فقط على أعمال
الخير من الغرباء أو المعارف بل يتخطى ذلك بكثير فيعد العاطفة التى تعزز النتائج
المجزية فى العلاقات (Visserman, Righetti, Impett ,Keltner, Van Lange ,2018)

وذكر شويتزر (١٩٦٩) أن الامتحان "سر الحياة"، وواصل قوله أن أعظم شيء في الحياة هو "تقديم الشكر من أجل كل شيء، والشكر على كل شيء، والشخص الذي عرف ذلك يعرف معنى الحياة"، كما توصل McCullough وزملائه إلى أن الاستعداد للامتحان يصاحبه علاقات ذات صلة ايجابية، وأن الأف ارد مرتفعو الامتحان يندمجون في سلوكيات مرغوبة اجتماعيا (McCullough, Emmons, Tsang, 2002).

كما ذكر Polak & McCullough, (2006) ثلاث وظائف أو مهام للامتحان بوصفه شعوراً أخلاقياً الوظيفة الأولى : تتمثل في أن الامتحان يمثل مقياساً أخلاقياً لأنه يعكس موقف يتضمن وجود فرد تعرض لأفعال خيرة من فرد آخر . الوظيفة الثانية : أنه يعد دافعاً أخلاقياً ؛ حيث يدفع الفرد الى الاستجابة بطريقة إيجابية نحو من قدم له المعروف . أما الوظيفة الثالثة للامتحان : فهو أنه كمدعم أخلاقي لأن التعبير عن الامتحان لصانع المعروف يكون بمثابة مكافأة اجتماعية ويشجع صانع المعروف على الانغماس في أنواع أخرى من السلوك الإيجابي الاجتماعي في المستقبل .

والامتحان كذلك يجعل الفرد يشعر بماضيه ويقدره ويجعله أكثر اطمئنانا لحاضره ، كما أنه يمنحه رؤية للغد . وأن الامتحان يشجع على ايجاد صلة جديدة أو تدعيم صلة موجودة بالفعل مع الآخرين وبالتالي هو أحد المؤشرات الإيجابية في الشخصية السوية ، وهو طاقة ايجابية يمنحها الشخص الممتن لنفسه وللآخرين، وتتسم هذه الطاقة بالدفاء والحب والاعتراف بالفضل و التقدير للآخر معاً . (هدى ملوح عسكر ، 2020 ، 778)

يؤدي الامتحان دوراً مهماً في الشعور الفرد بالسعادة والرضا عن نفسه وعن الآخرين وبناء العلاقات الإيجابية بين الأفراد ويتفق ذلك مع ما أشار إليه (Wood Froh & Garaghty, 2010, 6), من أن الامتحان يرتبط بشعور الفرد بالسرور المقترن بالتوظيف الانفعالي والاجتماعي للأنشطة ويفسر ذلك ما أشار إليه كل من (Watkins, Wood, Stone & kolts, 2003, 431) (Linley, Joseph, Harrington & Wood, 2006, 3), (Algoe, Fredricson & Gable, 2013, 607), (Sun, Jiang, Chu & Washizu & Naito, 2015), (Qian, 2014), من أن الامتحان يبسر إقامة العلاقات الاجتماعية ويجعلها أكثر إيجابية.

كما يعد الامتحان من المتغيرات الإيجابية التي قد تسهم في تحقيق غاية الفرد وشعوره بالسعادة حيث أنه قد يسهم في زيادة شعور الفرد بالرضا وزيادة جودة العلاقات الاجتماعية بين الأفراد والذي يؤدي بدوره في الى زيادة القدرة مواجهة التغيرات والتحديات والضغوط التي يتعرض لها الإنسان في حياته (هانى سعيد حسن ، 2014 ، 146) .

وأوضح كل من (Mccallough & Tsang, Emmons, 2004, 295-359) أنه يمكن النظر إلى الامتحان بأنه

- 1 - منبئى بالسلوكيات الإيجابية من الآخرين .
 - 2 - معزز فهو يزيد من احتمال القيام بالسلوك الإيجابي .
 - 3 - دافع للسلوك الاجتماعى والتفاعلات الإيجابية .
- ويرتبط الإمتان بكثير من المتغيرات الإيجابية مثل الرفاهية (Watkins,2004)، وبناء الدعم الإجماعى (Fredrickson,2004)، فهو يقلل الدافعية للإنتقام (Szczeniak&Soares,2011)، كما يساعد الفرد على تقبله للحياة والرضا عنها (Lin,2013)، كما أنه يساعد الفرد على الشعور بالسعادة ويرتبط إيجابياً بالتسامح (هاني سعيد، 2014)، كما أنه يعتبر قوة إيجابية يعتمد عليها التدخل الإيجابي في خفض بعض السلوكيات السلبية للفرد مثل التمر الإلكتروني حيث أشارت إلى ذلك دراسة (أسماء فتحي، 2016)، إضافة إلى أنه عاطفة معززة للعلاقات الإجماعية من خلال الإدراك المعرفي للأحداث اليومية التي يمر بها الفرد (Forster, Pedersen, Smith, McCullough, Lieberman,2017) كما توصلت دراسة (منال محمود محمد، 2018) إلى أنه من المنبئات القوية للصدوم الأكاديمي.

الامتتان يجعل الفرد أكثر تفاؤلاً وأملاً وإشراقاً فمع شروق كل شمس جديدة علينا أن نشكر الله آلاف المرات على نعمة رؤيتنا للشمس، ونعمة النوم الهادئ، ونعمة الاستيقاظ بأمان وصحة، علينا أن نكون ممتنين من الداخل للإله على كل هذه النعم، وسينعكس تلقائياً هذا الشعور الداخلى عندما نرى مصادر النعم الأخرى فى الحياة من حولنا، والتي تأتى أحيانا فى صورة بشر أو أشياء فمشاعر الدفاء التى تنبعث كل يوم من وجه الأم صباح كل يوم قد تكون مصدر امتنان، ونظرة الحب من عين الأب قد تكون وجه آخر يبحث على الامتتان فى الحقيقة كل ما نحتاجه هو التركيز فى فكرة الامتتان فهذا وحده كفيل بأن يشعر بنا بالسعادة، كما أنه يفتح أعيننا على أبواباً من النعم المحيطة بنا من كل جانب (هدى ملوح عسكر، 2020، 779)

الامتتان يجعل الأفراد أكثر تفاؤلاً وأكثر تمتعاً بالحياة، فهو يسهم فى استقرار الحالة النفسية وتعزيز القوى والموارد الإيجابية الأخرى، ويسهم فى زيادة القدرة على مواجهة التغيرات والتحديات التى يتعرض لها الإنسان فى حياته (حسام الدين محمود عزب، سارة حسام الدين مصطفى، نرمين مصطفى مصباح، 2019، 158)

ويعتبر الامتتان عاطفة ايجابية ضرورية للبناء والحفاظ على العلاقات الاجتماعية يشعر بها الإنسان عندما يعطى أو يحاول أن يعطى فهى عاطفة معقدة ترتبط بتقييم الفائدة والعطاء، حيث أن سماع كلمات الشكر يعطى الإنسان قناعة بأنه قد نجح فى تحقيق هدفه الخاص بمساعدة الآخرين وجعل حياتهم أفضل، فهو يشير الى ايجابية

التوجه نحو الحياة والحفاوة والاعتراف بالجميل ويعتبر هذا الشعور من أهم الدوافع النفسية لدى جميع البشر التي تدفعهم للعمل والتقدم في الحياة (Cruz, Bartlett, Gondon , 2012 , 2)

النظريات المفسرة للامتنان

تطرق بعض النظريات لتفسير الإمتنان لدى الأفراد ومن بين هذه النماذج النظرية المفسرة له ما يلي

نظرية الامتنان كعاطفة إيجابية تفسر الامتنان باعتباره عاطفة أخلاقية يمكن أن تؤدي إلى السلوكيات الأخلاقية ، فتعبيرات الامتنان تعمل كمعزز للسلوك الاجتماعي الإيجابي، مما يؤدي إلى التفاعلات الإيجابية والنشطة مع الآخرين (Algoe, Gable, & Maisel, 2010) فتجربة الامتنان تؤدي إلى التفاعلات الإيجابية مع الآخرين ؛ مما يزيد الراحة النفسية (Washizu & Naito, 2015) إن تعليم الطلاب المحددات الاجتماعية المعرفية للامتنان مرتبط بزيادة في العواطف الإيجابية. (Harris, 2016)

وقد توصل (Sun, Jiang, Chu & Qian (2014) إلى علاقة غير مباشرة بين الامتنان والرفاهة المدرسية من خلال كل من العلاقات الشخصية والدعم الاجتماعي كمغيرات وسيطة . كما توصل إلى علاقة غير مباشرة بين الامتنان والعلاقات بين الأشخاص من خلال الدعم الاجتماعي والرفاهة المدرسية كمغيرات وسيطة.

نظرية الامتنان - كتأثير أخلاقي - تفسر وظائف الامتنان الثلاث : الأولى أنه مقياس أخلاقي؛ فيشير الامتنان إلى وجود مستفيد من الامتنان سواء بكلمة أو هدية، **والوظيفة الثانية** له كدافع أخلاقي؛ فالامتنان يلهم الشخص المستفيد من التصرف الإيجابي مباشرة تجاه الآخرين، **والوظيفة الثالثة** كمعزز أخلاقي كونه يزيد من احتمالية أن يتصرف المستفيد بإيجابية نحو الآخرين في المستقبل هذه العملية تؤدي إلى دوامة تصاعدية متبادلة العلاقات التي تؤدي في نهاية المطاف إلى مستويات عالية من الامتنان (McCullough et al., 2001) .

نظرية العزو Attribution theory

اقترح (Weiner, 1985) في هذه النظرية أن الأشخاص الذين لديهم ميول ممتنة يكون لديهم بالتبعية ميل إلى عزو النتائج الإيجابية لوجود أشخاص آخرين ولا يعززون توفيقهم ونجاحاتهم إلى جهودهم الشخصية أو سماتهم الشخصية الجيدة وبالتالي فيم يكونون أكثر عرضة للضعوبات النفسية المرتبطة بالنمط العزوي بوجود عوامل خارجية مثل كرم الآخرين أو مساعدة الآخرين أو دعم المجتمع (هبة محمود محمد ، 2017 ، 189) فقد بين Weiner عام ١٩٨٦ أن الأفراد الممتنين تعود نتائجهم الإيجابية إلى

أسباب خارجية كالأشخاص، وهذا ليس معناه أن يقللوا من الجهود السببية وخصائصهم الشخصية وإنما هم يوسعون من أسباب النجاح والحظ الحسن؛ ليشمل عوامل خارجية وأشخاصا بالفعل ساهموا في نجاحهم وسعادتهم، وبالتالي يزيد الامتحان من خلال عزو الممتتين خبراتهم الإيجابية إلى عوامل مثل مساعدة الأشخاص الآخرين لهم (McCullough, Emmons, R. A., & Tsang., 2002).

نظرية التوسع والبناء Broaden and Build theory

يقدم فريديريكسون من خلال هذه النظرية تصوراً ينص على أن الإنفعالات الإيجابية كالحب والتسامح والفخر توسع من منظومة الأفعال والأفكار التي يعايشها الفرد والتي بدورها تدعم وتزيد من قوى الفرد البدنية والذهنية والاجتماعية . وحيث أن الإمتتان واحداً من هذه الانفعالات الإيجابية فإن تلك الخبرة لديها قدرة على أن توجد لدى الفرد رغبة في أن يتصرف بطريقة لائقة تجاه الآخرين ومن ثم فإن الإنفعالات الممتنة تبعث لدى الفرد احتمالات توسيع نمط التفكير لديه فيفكر بالطريقة التي من شأنها أن يفيد بها الآخرين فيبني علاقات وروابط قوية وصداقات ممتدة (Ma, Kibler&Sly.,2013&Hasemeyer,2013)

نظرية ألوو Algeo theory

تقدم هذه النظرية تفسيراً مختلفاً يوضح الطريقة التي يدعم بها الإمتتان العلاقات البنشخصية، حيث تشير إلى أن مشاعر الإمتتان نحو شخص ما تجعل الشخص الممتن الذي يقدم الشكر على وعي بالسمات الحيدة ذات القيمة لدى الشخص المحسن . وهنا تركز النظرية على عنصر التذكير بكل ما هو جيد لدى ذلك الشخص مما يدعم العلاقة الوجدانية بينهما ولذلك فقد أطلق أيضاً على هذه النظرية نظرية (يجد-يتذكر - يربط) (O'Connell, Shea & Gallagher, 2016)

نظرية فريديريكسون Fredrickson

فسر فريدريكسون (Fredrickson,2004) الإمتتان من خلال نظرية المشاعر الإيجابية والسلبية حيث قد يساعد الفرد في بناء علاقات مع الآخرين أساسها المشاعر الإيجابية وهذا مايفسر كون بعض الأفراد دائماً متفائلين ويشعرون بالحيوية . وقد استفادت الباحثة من جميع النظريات السابقة المفسرة للإمتتان في إعداد مقياس الامتحان وتحديد محاوره وخاصة أنها تقدم تفسيرات متشابهة ومتقاربة إلى حد بعيد في التركيز على الامتحان كسمة إيجابية في الشخصية الإنسانية تساعد الفرد على اكتشاف السمات الإيجابية في المحسن وتكوين علاقات انسانية قوية ومعززة للفرد في حياته .

أبعاد ومكونات الامتحان

يتم استعراض أهم الدراسات التي أوضحت مجموعة من أبعاد ومكونات الامتحان وطرق التعبير عنه ونذكر منها مايلي : أوضح Van (19,2013) أن الامتحان يتكون من عناصر هي

- أ) الشعور بالعرفان لشخص ما أو شيء ما
 - ب) الشعور بالاتجاه الإيجابي نحو شخص ما أو شيء ما .
 - ج) السلوك الناتج من التقدير والاتجاه الإيجابي معاً .
- كما أشار كل من (Richard, Beatriz & Adelia. 2011,39 – 42) ،
(Hasemeyer, 2013)

تنوع طرق التعبير عن الامتحان وقاموا بتصنيفها إلى أربعة أنواع

- أ) الامتحان اللفظي ويتضمن كلمات الشكر والتقدير.
 - ب) الامتحان المادي الملموس (ويتضمن تقديم أشياء ملموسة تظهر امتنان الفرد .
 - ج) الامتحان التواصلى وهو يعبر الفرد عن مشاعر الود والتكريم والرغبة فى الصداقة.
 - د) الامتحان الغائى ويشير الى اهتمام أكثر من الفرد بالأفعال كأن يقوم الفرد بعمل ما بإخلاص واثقان كرغبة فلا رد الجميل بشكل إيجابى .
- ويتضح مما سبق أنه يُمكن تصنيف طرق التعبير عن الامتحان إلى نوعين أساسيين هما الطريقة اللفظية وغير اللفظية (جيهان عثمان ، 2020 ، 115) .
- وتشير دراسة (Anas,Husain,Khan&Aijaz,2016) إلى أن الإمتان يتكون من خمس أبعاد هي

- 1 - الإمتان نحو الآخرين
- 2 - الوضع الذي يثير الإمتان لدى الشخص
- 3 - طبيعة متبادلة من الإمتان
- 4 - تجربة الإمتان
- 5 - الأنشطة المتعمقة بالإمتان

كما أوضح حسام الدين محمود عزب ، سارة حسام الدين مصطفى ، نرمى مصطفى مصباح (2019 ، 160) أن الامتحان يتكون من الأبعاد التالية

الامتتان لله سبحانه وتعالى : هو استشعار الفرد للنعم العديدة التى أنعم بها الخالق سبحانه وتعالى ويشمل ذلك قياس الادراك والوعى الجيد لهذه النعم كجانب معرفى ، والشعور بمدى عظمة هذه النعم كجانب انفعالى، والتعبير عن هذا التقدير قولاً أو فعلاً كجانب سلوكى .

الامتتان لمن أسدوا الينا خدمة من البشر : هو شعور الفرد بالشكر تجاه الآخرين الذين قدموا اليه خدمة أو معروفاً ويشمل قياس الوعى بفضل الآخرين كجانب معرفى والشعور بالحاجة والرغبة لتقدير الآخرين جانب انفعالى، والتعبير عن هذا التقدير قولاً أو فعلاً كجانب سلوكى .

للأمتتان شكلان أساسيان هما **الامتتان كسمة وجدانية** وتشير الى ميل مستمر فى الشخصية نحو الشعور بالشكر والعرفان المقرون بنقص فى بداية الدخول لخبرة الامتتان **الثانى هو الامتتان كمزاج** ويشير الى مزاج يصف الميل نحو التردد والتقلب فى الشعور بالامتتان عبر الايام وكلاهما الامتتان كسمة أو مزاج مرتبطان ببعضهما إيجابياً ولهما الكثير من النتائج المتشابهة (Dewall, Lember, Pond , Kashdan, & Fincham, 2011).

صفات الافراد ذوى الدرجات المرتفعة من الامتتان

الامتتان يعد من الاحاسيس المهمة فى مجتمعنا المعاصر، فهو يمثل مؤشراً للصفات الإيجابية فى حياة الفرد، إذ يشعر الافراد الممتتين بأن لديهم تصورات إيجابية حول بيئاتهم التى يعيشون فيها كما أن لديهم سلوكيات أكثر ايجابية، حيث ينظر للإمتتان باعتباره من أهم المشاعر الإيجابية فى حياة الفرد، حيث يؤدى للسعادة، الامر الذى ينعكس بشكل مباشر على جودة الحياة متمثلة فيما يتمتع به الفرد من جوانب صحية واجتماعية وتعليمية وأسرية (فيصل خليل الربيع ، وكوكب يوسف العبابنة ، 2018 ، 653) .

الافراد الممتتين لديهم ادراك واتجاه عام للتعامل بشكل جيد مع الآخرين فهم يميلون لأن يكونوا أكثر تعاوناً ومساعدة وتسامحاً للآخرين وأقل أنانية، فشعور الامتتان يجعل الافراد يستجيبون بشكل جيد للمحسنين (Tsang,2006.2007) كما أن الافراد الممتتين للآخرين يتفاعلون اجتماعياً اجتماعياً بشكل جيد كتعبير عن تقديرهم ، ومع الوقت فإن هذا الانفعال يقوى الروابط الاجتماعية (Emmons & Shelton,2005) .

بالإضافة الى ماسبق فقد توصل (Rey 2009) فى دراسته الى وجود علاقة قوية بين الشعور بالامتتان والرفاهية النفسية وكفاءة الفرد ، كما اتفق أيضا (Mann 2012) من حيث وجود علاقة قوية بين الشعور بالامتتان والرفاهية النفسية والابتكار والهدف فى

الحياة ، أيضاً توصل (2013) Stewart في دراسته أن ممارسة الفرد للامتحان يزيد ويحسن من معنى الحياة لديه ، ويجعله أكثر تقديراً للحياة لأنه يراها أكثر جدوى وقيمة .

كما أوضح (Weiner, 1985) إن الفرد الممتن يتميز بأربع صفات، هي

-أن يكون بحالة إيجابية؛ فالأفراد الممتنون يجب أن يكون لديهم شعور بالوفرة.

-أن يُقدّر مساهمة الآخرين بالنسبة لرفاهيته.

-أن يُقدّر أبسط أنواع المتعة والسرور.

-أن يعترف بأهمية خوض تجربة الامتحان والتعبير عنها.

ثانيا :إرادة الحياة Will to live

إن الإرادة الإنسانية عملية شعورية ومقصودة يستند عليها الإنسان للتعبير عن ذاته وأحلامه ورغباته وأمنيته ، وكذلك فإن الإرادة عملية حيوية تتمثل في ابتكار الذات الذي يمكن الإنسان من تقديم كل ما هو جديد للعالم الذي يعيش فيه بكامل إرادته واختياراته الحرة . فالإرادة الحرة هي الأداة التي يحقق بها الإنسان - شعورياً - كينونته ووجوده وهذه العملية ليست قاصرة على أعمال الحياة اليومية ، ولكن ترتبط برغبات تحقيق الذات وكذلك الرغبات الروحية (Nolan,1984,28) .

ولقد أكد كلاً من (Deci & Ryan,1985,225) هذا أيضاً واقترحاً نظرية الإرادة الذاتية والتي تركز على حق الفرد في الاختيار، وتضمنت الدراسة إرادتنا النجاح والفشل معاً، فهناك من يريد الانتحار أو إدمان الخمر والمخدرات وكذلك الفاشل دراسياً أو جميعهم يمتلكون ما يمكن أن نطلق عليه " إرادة الفشل " ومن يستطيع تحدى نفسه ويقاوم إرادة فشله ويتكون اديه العزيمة والقوة الذاتية فهو من لديه إرادة النجاح .

كما يرى عبد المنعم الحفنى (1978) أن الإرادة حياة وتعبير صادق عن الوعي بالذات، وتعبير عن القدرة الاختيارية للفرد، والحياة إرادة لأن من يعي بذاته وعيا تاما يملك التحرر من ضغط المادة، وعلى هذا تصبح مقولة " الإرادة حياة والحياة إرادة " حقيقة واقعة ، فالإرادة هي جوهر الإنسان، وشخصية الإنسان تكمن في إرادته .

كما تعد حرية الإرادة من القضايا الفلسفية المهمة التي تهتم بالذات الإنسانية، وذلك بسبب علاقتها الوثيقة بالمجتمع والكون، وهي أصل الوجود الإنساني التي تناولها الفلاسفة والمفكرين منذ وقت مبكر من الزمن، وتعتبر من القضايا الملحة للفرد حيث عليه أن يدرك دور المسؤولية المرتبط بهذه الحرية في إدارته (تيسير حسين العيدين ، 2009 ، 397) . وقد نظر البعض للإرادة على أنها إرادة الحياة؟ أو إرادة العيش Will to live

مثل دراسة (2009) Daniela التى تناولت مفهوم إرادة الحياة على اعتبار أنها موجه داخل الإنسان يدفعه للبقاء والرغبة فى الوجود .

ويؤكد هشام الخولى (2014 ، 132) أن الإرادة هى القوة النفسية الكامنة داخل الذات، والتى يمكن أن نسميها بإرادة العمل التى تبعث على التحرك والعمل، وهذا بالإضافة الى أن الإرادة محاطة بالجانب الوجدانى (الانفعالى) أى الدافع للعمل بموجب ما يفعله الفرد . وتعرف (Carmel,2015,288) إرادة الحياة بأنها غريزة أساسية، وقوة دافعة طبيعية للإنسان، ولها جانين أحدهما معرفى والآخر عاطفى، وتتأثر إرادة الحياة بالشخصية، والبيئة الاجتماعية، والثقافية المحيطة به .

حيث تمثل نظرية الإرادة الذاتية أحد روافد المدرسة الإنسانية التى تهتم بالجانب الإنسانى وتعالى من شأنه لتحقيق رفاهيته ، وتتنظر للإنسان على أنه كائن حر ومسؤل عن حريته هذه ، وهو كائن ذو إرادة واعية ، وبالتالي فإن الإرادة تقترب من معنى الدافع والقوة التى تدفع الإنسان لإشباع حاجة معينة (نادر فتحى قاسم ، إيمان فوزى شاهين ، سارة حسام الدين مصطفى ، 2015 ، 1103) .

وتعرفها شيماء محمد بيومى (2020 ، 163) هى استعداد يتوفر لأى شخص لبذل أقصى ما فى وسعه للاستمتاع بجميع مباحج الحياة، والتغلب على الأزمات التى تقابله مع التخطيط للمستقبل مع النظر للحياة نظرة تفاؤلية تدعو للتمسك بها والرغبة فى البقاء لتحقيق أهداف معينة .

أهمية إرادة الحياة

إن الإرادة الحرة تساعد الإنسان فى صنع قرارات حياته اليومية وتمنحه القدرة على اتخاذها وتنفيذها ، كما تمنحه القوة لنجاحاته اليومية ، وكذلك لديه القوة لفعل هذا ويشعر بأن حريته مهددة عندما يفقد المعرفة أو القوة أو كلاهما معاً ، ويشعر بأنه مقيد إذا لم يحصل على ما يريد وذلك لأن بعض القوى الخارجية تقف حائل أمام رغباته (Eddy,2001,310) .

ولقد أوضح (Deci& Ryan,2000,230) أن الإرادة تقوم على إفتراض أن جميع الأفراد لديهم ميول فطرية تنمو وتتطور من الناحية النفسية بهدف إتقان التحديات البيئية ودمج الخبرات الحياتية لتكون جزءاً أصيلاً من البناء النفسى للفرد فيما بعد ، كما أن الإرادة الذاتية لدى الفرد هى التى تجعله قادر على تحديد الأهداف ورؤية الإختبارات وحل المشكلات واتخاذ القرارات وكذلك تجعله يفهم ما يلزم لتحقيق النجاح .

فإن إرادة الحياة استعداد يتوفر لأى شخص لبذل أقصى ما فى وسعه للإستمتاع بجميع مباحج الحياة ، والتغلب على الازمات التى تقابله مع التخطيط للمستقبل مع النظر

للحياة نظرة تفاؤلية تدعو للتمسك بها والرغبة فى البقاء لتحقيق أهداف معينة (ناجى عباس الخشاب ، 2002 ، 35) أما المدرسة الإنسانية فقد رأت الإرادة تعكس فكرة أن كل الأشخاص لديهم الحق فى توجيه حياتهم وفق إختياراتهم وتفضيلاتهم ، وهذا ما رآه أيضاً (Schwartz,Wehmeyer,1997,248) حيث أوضحوا أن من لديه إرادة عالية تكون لديه فرصة أكبر للنجاح فى تحقيق أهدافه .

أبعاد ومكونات إرادة الحياة

تباينت وجهات نظر العلماء والباحثين فى أبعاد ومكونات إرادة الحياة تستعرضها الباحثة فيما يلى أوضحت دراسة محمد محمد بيومى (1996) والتي اجريت على المرضى بمرض مفضى للموت عدة أبعاد وهي

إرادة البقاء: ويقصد بها رغبة الفرد فى البقاء حياً بيولوجياً أو رمزياً حسب عمره ، والتمسك بكل عوامل البقاء، والبعد عما يهدد هذا البقاء .

إرادة القوة: يقصد بها بذل الجهد فى تحقيق الأهداف اعتماداً على القوى الذاتية للفرد أياً كان مصدر القوة روحية أو نفسية أو اجتماعية .

إرادة المقاومة: يقصدج بها القدرة الذاتية للفرد على تحدى العقبات والصعوبات التى تحول دون أهدافه وذلك دون خضوع أو استسلام .

إرادة الأمل: يقصد بها وجود مشروع مستقبلى للفرد لتحقيق أهدافه على أن يتم هذا المشروع بواقعية تناسب قدراته .

إرادة الاستمتاع بالحياة: ويقصد بها الرغبة فى الاستمتاع بالمشروع بكامل معطيات الحياة مع عدم هدر أى لحظة من لحظات العمر دون استمتاع ، وإيجاد المتعة من أى موقف كان ، فإرادة الحياة تتعدم باليأس وتقوى الأمل لتحقيق طموحات الذات .

ودراسة (Lancet ، 1999) والتي اجريت على عينة من المرضى الميئوس من حالاتهم وكانوا من مرضى السرطان على وجه الخصوص وتكونت أبعاد إرادة الحياة طبقاً لهذه العينة ما يلى

1. قياس مستوى الألم .
2. الاكتئاب .
3. الشعور بالغثيان وضيق النفس وفقدان الشهية .
4. بعد الخمول .
5. بعد القلق .

6. بعد الرفاهية النفسية .

7. بعد النشاط .

أما دراسة ناجى عباس الخشاب (2002) . وقد رأى أن إرادة الحياة عبارة عن بعد واحد فقط هو إرادة الحياة .

ودراسة (Chochinov ,Hack , Hassard, Krist Janson. McClement, Harlos 2005) ، والتي أجريت على المرضى التي أوشكت حياتهم على الانتهاء ورأت أن إرادة الحياة تتضمن أربعة أبعاد كبرى تمثلت فى

1 - بعد القضايا الإنسانية : وتمثل هذا البعد فى قياس رغبة المريض فى الموت - وشعوره بأنه عبء على الآخرين - والشعور باليأس .

2 - بعد القضايا النفسية : وتمثل فى قياس القلق والاكتئاب ومستوى التركيز .

3 - بعد القضايا الجسمية : وتمثل فى معرفة مستوى الألم - شدة الألم - فقدان الشهية - الإرهاق .

4 - بعد القضايا المجتمعية : ويقصد به المساندة الاجتماعية والرضا الاجتماعى ودعم الاصدقاء وجودة الحياة ومستوى الرضا لدى الفرد

ودراسة نادر فتحى قاسم وايمان فوزى شاهين وسارة حسام الدين مصطفى (2015) والتي اوضحت أن إرادة الحياة تشمل مجموعة من العوامل أهمها

(1) الوعي بالأهداف الذاتية

(2) التحدى

(3) القدرة على تحقيق الأهداف .

ودراسة ناهد محمد أحمد وعزة صالح الألفى و ماجى وليم يوسف وشادية عبد العزيز مهتدى (2020) والتي أجريت على المسنين والتي تضمنت أبعاد الأمل و الكفاءة الذاتية وتحسين الشخصية

أما دراسة منى مصطفى فرغلى (2018) والتي رأت أن إرادة الحياة تضمنت ثلاث أبعاد هى تحديد الأهداف الذاتية والاصرار على تحقيق الأهداف والتحدى وقد تم تطبيق هذه الدراسة على طالبات الدبلوم العام فى التربية.

هذا وقد استفادت الباحثة كثيراً من اطلاعها على هذه الابعاد فى تحديد محاور إرادة الحياة والتي تمثلت فى إرادة الدافعية للحياة، وإرادة القوة وبذل المجهود، وإرادة الأمل والتفاؤل، إرادة مقاومة الضغوط، وإرادة الاستمتاع بالحياة.

ثالثاً : الإحباط الوجودي Existential Frustration

مع انتشار النظرة المادية للإنسان والتي تعمل على تهميش الجانب المعنوي لدى الإنسان، بالإضافة إلى الاضطرابات والتغيرات المجتمعية؛ فإن الجانب المعنوي والروحي للإنسان قد يتعرض إلى الإصابة بالخلل، ونظراً لأن الجانب الروحي هو أكثر ما يميز الإنسان عن باقي الكائنات؛ فإن آثار عطبه تظهر جلية وواضحة في حياة الأفراد والشعوب، ومع انتشار مظاهر متعددة تنبئ عن الاضطراب النفسي والمعنوي لدى الإنسان مثل الانتحار والإحباط؛ كان لزاماً علينا أن نبحث في أهم مسببات هذا الاضطراب النفسي المسمى بـ «الإحباط الوجودي»، وننظر في ماهيته بتفصيل أكثر.

ومن المشكلات التي يعاني منها الإنسان في الوقت الحاضر الإحباط الوجودي وذلك يعود الى مشاعر الخواء والفراغ والملل واللاجدوى التي تتتاب الإنسان في معظم نواحي حياته . فكثرة الضغوط النفسية والأزمات التي يتعرض لها ورتابة البيئة المحيطة به وما حولها من مظاهر الإنسانية من شأنها أن تدفع الإنسان إلى أن يعيش حياة خالية من المعانى والقيم . والإحباط الوجودي يحدث عندما يعاق لدى الإنسان إرادة المعنى بسبب الظروف البيئية القاسية المحيطة به فيشعر بأن الحياة فقدت معانيها من حوله ولا يشعر بالحماس للعمل ولا يبدو لديه أى هدف واضح فى الحياة يسعى الى تحقيقه بل تصبغ الحياة له عديمة ومملة فيعتقد أن وجوده لا معنى له (سناء عبد الزهرة الجمعان وفريد جاسم مثنى ، 2017 ، 529) .

لقد أولى فرانكل اهتمامه بظاهرة واسعة الانتشار فى العصر الحالى كون الكثير من الأفراد يشكون هذه الأيام من بأن حياتهم بلا معنى تماما وتتقصم المعرفة والوعى بمعنى يستحق العيش من أجله . فهم كثيرون الأمل من خبرة الفراغ الداخلى أو الفراغ داخل نفوسهم فأصبوا فى الموقف الذى اسماه فرانكل الإحباط الوجودي (باترسون ، 1990 ، 464)

مفهوم الإحباط الوجودي

عندما تتعرض إرادة المعنى للإحباط والفشل يصاب الإنسان بالإحباط الوجودي، هكذا يُعرّف عالم النفس فرانكل الإحباط الوجودي، بأنه حالة يمر بها الشخص عندما يفشل بإرادته في إيجاد معنى لحياته، فالمعنى في حياة الإنسان يقرره الإنسان بإرادته وسعيه إلى إيجاده، وهو مسئول عن البحث عن معنى وغاية من حياته، وعندما يفشل في ذلك يتعرض للإحباط أو الإكتئاب الوجودي، هنا وجدنا أن فشل الإنسان في إيجاد غاية من حياته وما يُعائشه من آلام وآمال وتطلعات وخيبات؛ أدّى به إلى حالة من الإحباط. أما الشق الآخر من المصطلح، وهو الوجودي فيتعلق عند فرانكل بثلاثة أشياء، هي: الوجود ذاته؛ أي أسلوب الوجود المميز للإنسان؛ حيث إن وجود الإنسان لا يشتمل على وجود جسدي أو وجودي جسدي وانفعالي فحسب، بل يشتمل على وجود جسدي وانفعالي

وروحى أو عقلي، وهو ما يجعل الإنسان مميزاً عن غيره من الكائنات، كما يشير اللفظ أيضاً إلى معنى الوجود الذي يستمد منه الإنسان قيمة وجوده وهدفاً له، ويشير أيضاً إلى السعي للوصول لذلك المعنى ويتضمن استخدام إرادته للوصول لمعناه (فيكتور فرانكل ، 1982 ، 135). وهكذا نرى أن الإحباط الوجودي لدى فرانكل مرتبط بمفهوم إيجاد المعنى من حياتنا بإرادة حرة، وأنا نتحمل مسؤولية إيجاد ذلك المعنى والسعي للتوصل إليه، وعندما نفشل في أي جزء مما سبق؛ يوقعنا هذا في براثن الإحباط الوجودي . فقد عرفه فرانكل بأنه مشكلات متصلة بمعنى الحياة والموت والحب والألم والعمل وهذه المشكلات تؤدي إلى الإحباط الوجودي أو الإحساس بأن الحياة لا معنى لها (باترسون ، 1990 ، ص 186) .

كما عرفته دعاء رجب (2020 ، 5) بأنه هو شعور نفسي ينبت داخل الإنسان نتيجة لفقدانه المعنى، وسقوط المعايير القيمية لديه، والذي قد يكون بسبب بعض الأزمات والنكبات التي تحدث معه في واقعه الذي يعيشه، ويُترجم الشعور بالإحباط الوجودي واقعياً خصوصاً بعد الصدمات والحروب في صورته الأبرز وهي فخ الاكتئاب الوجودي.

أسباب الإحباط الوجودي

يذكر فرانكل أن الإحباط الوجودي يظهر في حالتين

الأولى؛ عندما تعاق إرادة المعنى لدى الشخص نتيجةً للضغوط النفسية الكبيرة التي قد يتعرض لها الفرد، مثل: الكوارث والحروب والأزمات والصدمات، وهو ما أيدته نتائج دراسات نيو كامب و هارلو 1982 اللذين توصلا إلى أن أحداث الحياة الضاغطة والصدمات الكبرى قد تؤدي إلى الإحباط الوجودي.

أما الحالة الثانية؛ فهي عندما تتعلق إرادة المعنى للإحباط بسبب رتابة البيئة المحيطة بالإنسان؛ إذ يفقد الإنسان الحماس لإنجاز أي عمل ولا يبدو لديه هدف واضح في الحياة يريد تحقيقه، بل يزداد شعوره بالسأم والملل والعزلة بسبب انتقاله من يوم إلى يوم في نفس الروتين والملل (محمد عباس محمد، 2017 ، 428)

أما حالة الإحباط التي تتعلق بالصدمات الكبرى والكوارث والمعاناة فهي تؤدي إلى حالة من الاكتئاب الوجودي، أما حالة الإحباط الناتجة عن السأم والملل والرتابة فهي تظهر في صورة «الفراغ الوجودي». (دعاء رجب ، 2020 ، 4)

نظرية فرانكل في الإحباط الوجودي

نظرية فرانكل (العلاج بالمعنى) حيث يعد فيكتور فرانكل المؤسس الأول للمدرسة النمساوية الثالثة في الصحة النفسية والارشاد والعلاج النفسي .

إن الأساس في نظرية فرانكل هو (إرادة المعنى) الذى يحاول الإنسان من خلاله جاهداً أن يجد هدفاً لحياته والذي يعد قوة دافعة أولية فى سلوكه . وعند هذه النقطة يتبين الفرق بين نظرية فرانكل التى تؤكد على إرادة المعنى ونظرية فرويد التى تؤكد على مبدأ (اللذة) ونظرية أدلر المبنية على مبدأ القوة بوصفها الدافع الأساسى للسلوك .

ويشير فرانكل الى أن الإحباط الوجودى ظاهرة واسعة الانتشار ويعدده من المخاطر التى تواجه الإنسان المعاصر ويرجع فرانكل سبب حدوثها الى فقدان عام للمعنى فى الحياة الذى يحدث نتيجة لفقدان أمرين أولهما فقدان الإنسان لما كان محتوماً عليه أن يمر به منذ أن أصبح كائناً بشرياً ففى بداية التاريخ الانسانى فقد الإنسان بعض العرائز الحيوانية الاساسية التى تشعره بالأمان والطمأنينة . وهذا الامان يشبه فرانكل بالجنة وقد أغلق بابها فى وجه الإنسان للأبد وصار عليه أن يأتى ببدائل عنها . والثانى يمثل ما يجرى الان بسرعة كبيرة من تناقض فى الاعتماد على التقاليد التى أدت الى دعم سلوكه وأفعاله ، لذا فهو لا يعرف ما يرغب فيه أو ما يريد أن يفعله . ومن سوف يخضع أكثر فأكثر لتحكم ما يريده الآخرون أن يفعله . ومن ثم سوف يتبع بشكل متزايد أسيراً للمسايرة والامتثال (سناء عبد الزهرة الجمعان وفريد جاسم مثنى ، 2017 ، 533) .

فتعلق الإحباط الوجودى بالمعنى جلي وواضح، فيمكننا أن نستنتج مما سبق أن الفشل في إرادة المعنى لحياتنا هو ما يجعلنا نقع في الإحباط الوجودى، فتتعلق حالة الإحباط تلك بحرية الإرادة التى تجعل للإنسان حرية اختيار المعنى الخاص به، وتتعلق أيضاً بإرادة المعنى وهذا يعني أنه مسئول كل المسئولية عن الغاية التى اختارها ليرى حياته من خلالها وما ستؤدي إليه، ويتعلق هذا أيضاً بفرديّة المعنى من الحياة لدى كل شخص فلكل شخص غاية متفردة لوجوده، حتى وإن اشتركنا في بعض القيم الوجودية الكبرى.

وقد أقام فرانكل نظريته العلاجية على هذا الجزء بالذات من كيفية إيجاد المعنى من حياتنا، فكان عندما يأتيه الناس بعد معاناة أو اضطراب أصاب حياتهم، ويرون أنهم لا يتحملون الحياة بسبب ما حدث معهم ولهم؛ كان يطرح عليهم سؤالاً وهو : لمّ لمّ تنتحر حتى الآن؟ والإجابة عن هذا السؤال توضح السبب من السؤال الأول (ما المعنى من حياتنا؟) ، ومن ثم من خلال إجابة الشخص عن سبب عدم انتحاره حتى ذلك الوقت يبدأ فرانكل بمعرفة المعاني التى تجعله متمسكاً بالحياة، ومتحملاً المتاعب والمعاناة التى يلقاها، ومن هنا تبدأ رحلة العلاج بتقوية تلك المعاني لدى الشخص، والتي تمكنه لا من تجاوز المعاناة فحسب بل يتمكن من اكتشاف ذاته من خلالها بشكل أكبر ومتجاوز لحدود ذاته، بمعنى يؤمن به ويجعله مقبلاً على مواجهة صعاب الحياة متمسكاً بجذوى ما يفعل وما يقاوم ويتحمل لأجله.

- يرى فرانكلان القيم والمعاني يستمدها الإنسان من ثلاثة مصادر، هي
- 1 (قيم ابتكارية، وتشمل: المعنى مما يمنحه الإنسان للعالم من إنجازات أو ابتكارات
 - 2 (قيم خبرية، وتشمل: المعنى الذي يأخذه الإنسان من العالم المحيط به في صورة خبرات.
 - 3 (قيم اتجاهية، وتشمل: المعنى الذي يأخذه الإنسان من محنته في حالة ما إذا كان عليه أو يواجه واقعا صعبا لا يمكن تغييره، فالقيم الاتجاهية ترتبط بالمعنى الذي يستمده الفرد من معاناته فلا يقع في الإحباط الوجودي، ويتجاوز ذاته ومعاناته بذلك المعنى.

ويُعدُّ مفهوم القيم الاتجاهية أكثر اتساعًا من مجرد تجاوز الإنسان لمعاناته بإيجاد معنى لها، فالمعاناة تُعد جانبًا واحدًا فقط لما يسميه فرانكل بالثالوث المأساوي للوجود الإنساني، ويتكون هذا الثالوث من ألم الفشل، والإثم المتعلق بالشعور بالذنب، والموت. فلا يوجد إنسان يمكنه إنكار أنه لم يفشل، أو أنه لم يعان، أو أنه لن يموت، وعند مواجهة هذا الثالوث، يخرج الإنسان بالقيمة الاتجاهية التي توجه حياته لمعنى أو قيمة تنقذ حياته من الوقوع في بئر اللاجدوى، وتمنعه من الوقوع فريسة للإحباط الوجودي ومن ثم الاكتئاب الوجودي.

- بينما وضع ألفريد لانجيل أربعة شروط أساسية لمعنى الحياة عنده، تتمثل في
- 1 (قبول الإنسان للموقف الذي يقع فيه في حياته، سواء كان ذلك الموقف مشتملاً على إنجاز أو خبرة أو معاناة.
 - 2 (إيجاد بعض القيم الموجبة في الموقف.
 - 3 (الاستجابة طبقاً لما يمليه الضمير الإنساني للموقف.
 - 4 (ادراك المطالب الخاصة للموقف. (دعاء رجب، 2020، 7)
- وقد استفادت الباحثة كثيراً من نظرية فيكتور فرانكل في الإحباط الوجودي في تحديد عوامل المقياس ومفرداته وتفسير نتائج البحث .

العلاقة بين كل من الامتنان وإرادة الحياة والإحباط الوجودي

بعد أن عرضت الباحثة في الجزء السابق كل متغير من متغيرات البحث بصورة مفصلة تحاول في هذا الجزء توضيح الارتباط بين المتغيرات الثلاثة مستعينة بالدراسات السابقة

أ) العلاقة بين الامتنان وإرادة الحياة

فكل من الامتتان وإرادة الحياة سمات إيجابية يتحلى بها كل من يتمتع بالصحة النفسية فقد أظهرت دراسة ناهد محمد أحمد وعزة صالح الألفى وماجى وليم يوسف وشادية عبد العزيز مهتدى (2020) والتي أظهرت وجود علاقة سببية ايجابية بين الامتتان وإرادة الحياة وذلك طبقاً لنموذج السببي لكل من الرفاهية النفسية وإرادة الحياة والتسامح والامتتان، ودراسة أريخ مسفر أحمد ومجدة السيد على (2020) والتي أظهرت ارتباط الامتتان بالاستمتاع بالحياة وهو أحد عوامل إرادة الحياة، ودراسة صافية فتح الباب أمين (2015) والتي أثبتت وجود ارتباط موجب ودال بين الامتتان والتفاؤل وهو أحد عوامل إرادة الحياة . كذلك أثبتت دراسة حسام الدين محمود عزب ، سارة حسام الدين مصطفى ، نرمين مصطفى مصباح (2019 ، 158) أن الامتتان يجعل الأفراد أكثر تفاؤلاً وأكثر تمتعاً بالحياة، فهو يساهم في استقرار الحالة النفسية وتعزيز القوى والموارد الإيجابية الأخرى، ويساهم في زيادة القدرة على مواجهة التغيرات والتحديات التي يتعرض لها الإنسان في حياته .

ومن ناحية أخرى يمكن يؤدي الامتتان دوراً مهماً في الشعور الفرد بالسعادة والرضا عن نفسه وعن الآخرين وبناء العلاقات الإيجابية بين الأفراد . ويتفق ذلك مع ما أشار إليه (Wood ,Froh&Garaghty,2010,6) من أن الامتتان يرتبط بشعور الفرد بالسرور المقترن بالتوظيف الانفعالي والاجتماعي للأنشطة ويفسر ذلك ما أشار إليه كل من (Linley, Joseph, Harrington & Wood, 2006, 3), (Algoe, Fredricson & Gable, 2013, 607), (Sun, Jiang, Chu & Qian, 2014), (Washizu & Naito, 2015) من أن الامتتان يبسر إقامة العلاقات الاجتماعية ويجعلها أكثر إيجابية.

من ناحية أخرى الامتتان يقوى الهدف في الحياة وبالتالي الدافعية للحياة فقد توصل Rey (2009) في دراسته الى وجود علاقة قوية بين الشعور بالامتتان والرفاهية النفسية وكفاءة الفرد، كما اتفق أيضاً Mann (2012) من حيث وجود علاقة قوية بين الشعور بالامتتان والرفاهية النفسية والابتكار والهدف في الحياة ، أيضاً توصل Stewart (2013) في دراسته أن ممارسة الفرد للامتتان يزيد ويحسن من معنى الحياة لديه، ويجعله أكثر تقديراً للحياة لأنه يراها أكثر جدوى وقيمة .

أيضاً زيادة الامتتان يرتبط بالزيادة في إرادة القوة وبذل المجهود وهو أحد عوامل إرادة الحياة حث يؤكد هشام الخولى (2014 ، 132) أن الإرادة هي القوة النفسية الكامنة داخل الذات، والتي يمكن أن نسميها بإرادة العمل التي تبعث على التحرك والعمل، وهذا بالإضافة الى أن الإرادة محاطة بالجانب الوجداني (الانفعالي) أى الدافع للعمل بموجب ما يفعله الفرد . وتعرفها شيماء محمد بيومى (2020 ، 163) هي استعداد يتوفر لأى شخص لبذل أقصى ما فى وسعه للاستمتاع بجميع مباحج الحياة ، والتغلب على

الأزمات التى تقابله مع التخطيط للمستقبل مع النظر للحياة نظرة تفاؤلية تدعو للتمسك
بها والرغبة فى البقاء لتحقيق أهداف معينة .

والامتتان كذلك يجعل الفرد يشعر بماضيه ويقدره ويجعله أكثر اطمئنانا لحاضره، كما
أنه يمنحه رؤية للغد. وأن الامتتان يشجع على ايجاد صلة جديدة أو تدعيم صلة موجودة
بالفعل مع الآخرين وبالتالي هو أحد المؤشرات الإيجابية فى الشخصية السوية، وهو طاقة
ايجابية يمنحها الشخص الممتن لنفسه وللآخرين، وتتسم هذه الطاقة بالدفء والحب
والاعتراف بالفضل والتقدير للآخر معاً (هدى ملوح عسكر ، 2020 ، 778) .

وقد فسر فريد ريكسون (Fredrickson,2004) الإمتتان من خلال نظرية المشاعر
الإيجابية والسلبية حيث قد يساعد الفرد في بناء علاقات مع الآخرين أساسها المشاعر
الإيجابية وهذا مايفسر كون بعض الأفراد دائماً متفائلين ويشعرون بالحيوية .

كما يعد الامتتان من المتغيرات الإيجابية التي قد تسهم فى تحقيق غاية الفرد
وشعوره بالسعادة حيث أنه قد يسهم فى زيادة شعور الفرد بالرضا وزيادة جودة العلاقات
الاجتماعية بين الأفراد والذي يؤدي بدوره فى الى زيادة القدرة مواجهة التغيرات والتحديات
والضغوط وهو أحد عوامل إرادة الحياة التى يتعرض لها الإنسان فى حياته (هانى سعيد
حسن ، 2014 ، ص 146) . وهذا ما أكدته دراسة كل من Wu, Hsin, Chien, Jone
(2017) & Chen عن أثر برنامج للامتتان في كل من الرفاهة والصمود والامتتان لدى
الطلاب الجامعيين بجامعة تايوان الوطنية للمعلمين وشارك في الدراسة (٣٦) من الطلاب
كانوا يمثلون المجموعة التجريبية و (٣١) كانوا في المجموعة الضابطة. وطبقت عليهم
استبانة الامتتان لطلاب الجامعة واستبانة الصمود . وأظهرت النتائج زيادة مستوى امتتان
الطلاب، كما ارتفعت الصمود والرفاهية لدى الطلاب . فالامتتان يؤدي بالفرد الى للقدرة
على مقاومة الضغوط كما أن الامتتان يزيد من مستويات أمينو غلوبيين فى الحنجرة
والأنف الذى يزيد من مقدرة الجسم على مقاومة العدوى الخبيثة، والامتتان يقلل من
هرمون التوتر فى الجسم وهذه المادة صنفت من الأجسام المضادة التى تفرزها الجسم
لمكافحة الفيروسات والبكتريا (Emmons & Kneezel, 2009, 140 – 148) .

فالامتتان وزيادته مرتبط كذلك بالاستمتاع بالحياة وهو أحد عوامل إرادة الحياة حيث
يجعل الفرد يشعر بماضيه ويقدره ويجعله أكثر اطمئنانا لحاضره ، كما أنه يمنحه رؤية
للغد . وأن الامتتان يشجع على ايجاد صلة جديدة أو تدعيم صلة موجودة بالفعل مع
الآخرين وبالتالي هو أحد المؤشرات الإيجابية فى الشخصية السوية، وهو طاقة ايجابية
يمنحها الشخص الممتن لنفسه وللآخرين، وتتسم هذه الطاقة بالدفء والحب والاعتراف
بالفضل و التقدير للآخر معاً (هدى ملوح عسكر ، 2020 ، 778) .

وأخيراً فادراك الفرد أن لديه نعم ومعرفة قيمة هذه النعم والتعبير عن الامتنان لوجود هذه النعم يجعل الإنسان أكثر قدرة على مقاومة الضغوط التي يتعرض لها الفرد حيث يرى عبد المنعم الحفنى (1978) أن الإرادة حياة وتعبير صادق عن الوعي بالذات، وتعبير عن القدرة الاختيارية للفرد، والحياة إرادة لأن من يعي بذاته وعيا تاما يملك التحرر من ضغط المادة، وعلى هذا تصبح مقولة " الإرادة حياة والحياة إرادة " حقيقة واقعة ، فالإرادة هي جوهر الانسان، وشخصية الإنسان تكمن في إراداته . وقد نظر البعض للإرادة على أنها إرادة الحياة ؟ أو إرادة العيش Will to live مثل دراسة Daniela (2009) التي تناولت مفهوم إرادة الحياة على اعتبار أنها موجه داخل الإنسان يدفعه للبقاء والرغبة في الوجود . وتعرف (Carmel,2015,288) إرادة الحياة بأنها غريزة أساسية، وقوة دافعة طبيعية للانسان، ولها جانبين أحدهما معرفى والآخر عاطفى، وتتأثر إرادة الحياة بالشخصية، والبيئة الاجتماعية، والثقافية المحيطة به . وبالتالي إذا كانت هذه الشخصية تتسم بالامتنان وقدرته على تقدير النعم والتعبير عن الامتنان كان للفرد المقدرة على إرادة مقاومة الضغوط . ففي دراسة محمد محمد بيومى (1996) يقصد بها القدرة الذاتية للفرد على تحدى العقبات والصعوبات التي تحول دون أهدافه وذلك دون خضوع أو استسلام . وفي ذات الوقت فإن تمتع الفرد بقدرة حقيقية على ادراك قيمة النعم واستشعار أهميتها في حياته بالإضافة إلى قدرة الفرد على تقديم عبارات الشكر والعرفان لنفسه وللآخرين وتقديم السلوكيات أيضاً الراقية التي تعبر عن الإمتنان والعرفان بالجميل . الأمر الذى يجعله يشعر بأن لديه سند وعون في هذه الحياة بكل صعوباتها وبالتالي يمنعه رغبة وإرادة في مقاومة هذه الصعوبات والتخلص منها .

ب) العلاقة بين الامتنان والإحباط الوجودى

فقد أوضحت دراسة صفية فتح الباب أمين (2015) وجود ارتباط موجب ودال بين الإمتنان والتفاؤل وهو عكس التشاؤم وهو أحد عوامل الإحباط الوجودى. ففكرة أن يكون الإنسان ممتناً تقلل لديه فقدان الإرادة والعزيمة والوحدة والعزلة - وهى تمثل عوامل للإحباط الوجودى - والبعد عن الحياة بكل ما فيها ويصبح لا مبالى بما يحدث فيها، ويزيد لديه التشاؤم والأفكار الانتحارية ويفقد الهدف في الحياة. ولا يستشعر قيمة وأهمية ومعنى الحياة. فاللأزمات والتغيرات المجتمعية أثرها الكبير على صحة الإنسان النفسية، فإن لم تكن هناك أرض صلبة يتمكن الإنسان من الوقوف عليها عند حدوث الأزمات والاضطرابات قد يؤثر ذلك على صحته النفسية، ومن أكثر الأمور القادرة على إيجاد أرض صلبة يتكى عليها الفرد في مواجهة الأزمات وجود معنى أو سبب لحياته يجعله قادراً على التغلب على المعاناة، فعندما يفقد الإنسان المعنى أو الغاية من وجوده؛ يصير المشهد ضبابياً ويفقد الدافع للمضي قُدماً وتجاوز الألم. وينتج عن فقدان المعنى إحباط وجودى، فعندما يفشل الإنسان في إيجاد معنى وجودى لحياته؛ يصاب بالإحباط

الوجودي، ويُعرّف عالم النفس النمساوي «فرانكل» المعنى الوجودي: بأنه " قدرة الفرد على إيجاد قيمة ومعنى للحياة، بحيث يجعل الحياة جديرة بالعيش، ويحدث نتيجة لإشباع دافعه الأساسي المتمثل بإرادة المعنى، فعند فشل الإنسان في إيجاد القيمة أو الغاية التي تجعل حياته جديرة بأن تعاش فإنه يكون قد وقع تحت وطأة الإحباط الوجودي"، وفي نظر فرانكل يُعدُّ الإحباط الوجودي عصاباً معنوي المنشأ؛ بمعنى أنه ليس اضطراباً جسدياً أو نفسياً سريريّاً بل اضطراباً متعلقاً بالعقل والروح الإنسانية (دعاء رجب ، 2020 ، 2)

ومن المشكلات التي يعاني منها الإنسان في الوقت الحاضر الإحباط الوجودى وذلك يعود الى مشاعر الخواء والفراغ والملل واللاجدوى التي تتتاب الإنسان في معظم نواحي حياته فكثرة الضغوط النفسية والأزمات التي يتعرض لها ورتابة البيئة المحيطة به وما حولها من مظاهر الإنسانية من شأنها أن تدفع الانسان أن يعيش حياة خالية من المعانى والقيم . والإحباط الوجودى يحدث عندما تعاق لدى الإنسان إرادة المعنى بسبب الظروف البيئية القاسية المحيطة به فيشعر بأن الحياة فقدت معانيها من حوله ولا يشعر بالحماس للعمل ولا يبدو لديه أى هدف واضح فى الحياة يسعى إلى تحقيقه بل تصبح الحياة له عديمة ومملة فيعتقد أن وجود الإنسان لا معنى له .

ج) العلاقة بين إرادة الحياة والإحباط الوجودى

أظهرت دراسة (Deci& Ryan 1985,225) نظرية الإرادة الذاتية والتي تركزت على حق الفرد فى الاختيار، وتضمنت الدراسة إرادتنا النجاح والفشل معا، فهناك من يريد الانتحار أو ادمان الخمور والمخدرات وكذلك الفاشل دراسياً أو جميعهم يملكون ما يمكن أن يطلق عليه " إرادة الفشل " ومن يستطيع تحدى نفسه ويقاوم إرادة فشله ويتكون لديه العزيمة والقوة الذاتية فهو من لديه إرادة النجاح .

وترى شيما محمد بيومى (2020 ، ص 159) أن انخفاض مستوى إرادة الحياة لدى الشباب الجامعى يرتبط بكثير من المشكلات الأخلاقية كالجزع والتذمر، والغضب لأتفه الأسباب، والشحناء والعصبية، وقد يهمل الطالب فى أداء واجباته - الدينية أو الحياتية -، أو يتكاسل عنها، مما يؤثر تأثيراً كبيراً فى قلق المستقبل والميول الانتحارية - والافكار الانتحارية هي أحد عوامل الإحباط الوجودى - لديه . ودراسة محمود حمد خلف (2023) والتي أظهرت وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين الإحباط الوجودى وفقدان الاستمتاع بالحياة (وهو أحد عوامل إرادة الحياة) والعزلة الاجتماعية .

ومن ناحية أخرى تعد حرية الإرادة من القضايا الفلسفية والنفسية التي تهتم بالذات الإنسانية، وذلك بسبب علاقتها الوثيقة بالمجتمع والكون، وهى أصل الوجود الإنسانى التي تناولها الفلاسفة والمفكرين منذ وقت مبكر من الزمن، وتعتبر من القضايا الملحة

لفرد حيث عليه أن يدرك دور المسؤولية المرتبط بهذه الحرية في إرادته (تيسير حسين العيدين، 2009 ، 397) . وتعد إرادة الحياة أحد أهم الدوافع الفطرية التي وهبها الله للإنسان، والتي يجب عليه يعيها ويحفظها كي يستطيع استثمار امكاناته وقدراته في تحقيق أهدافه، وهو ما يفتقده بعض الشباب الجامعي اليوم حيث لا يقدر الأهمية الحقيقية لإرادة حياتهم ويحتاجون لمن يستثمر هذه الطاقات ويوجهها نحو الأفضل (نادر فتحى قاسم ، ايمان فوزى شاهين ، سارة حسام الدين مصطفى ، 2015 ، 1104) . كما أوضحت دراسة محمود حمد خلف (2023) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الإحباط الوجودى وفقدان الاستمتاع بالحياة وأنه يمكن التنبؤ بفقدان الاستمتاع بالحياة (وهو عكس الاستمتاع بالحياة وهو أحد عوامل إرادة الحياة) من درجات الأفراد على مقياس الإحباط الوجودى .

فروض البحث

فى ضوء الاطار النظرى والدراسات السابقة صاغت الباحثة الفروض التالية

- 1) لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس الامتتان (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) تعزى للنوع (ذكور / إناث) .
- 2) لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس إرادة الحياة (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) تعزى للنوع (ذكور / إناث) .
- 3) لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس الاحباط الوجودى (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) تعزى للنوع (ذكور / إناث) .
- 4) لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس الامتتان (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) تعزى للرضا عن التخصص الأكاديمى (راضيين / غير راضيين).
- 5) لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس إرادة الحياة (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) تعزى للرضا عن التخصص الأكاديمى (راضيين / غير راضيين) .
- 6) لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس الاحباط الوجودى (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) تعزى للرضا عن التخصص الأكاديمى (راضيين / غير راضيين) .

(7) توجد علاقات سببية مباشرة وغير مباشرة بين كل من عوامل الامتتان وإرادة الحياة، تؤثر في الإحباط الوجودي لدى الطلاب "

(8) يوجد تأثير مباشر دال إحصائياً للامتتان بعامله (استشعار النعم ، وتقدير النعم والتعبير عن الامتتان) في إرادة الحياة بعواملها (إرادة الدافعية للحياة ، إرادة القوة وبذل المجهود ، إرادة الأمل والتفاؤل ، إرادة مقاومة الضغوط، إرادة الاستمتاع بالحياة) لدى الطلاب .

(9) يوجد تأثير مباشر دال إحصائياً لإرادة الحياة بعواملها (إرادة القوة وبذل المجهود ، إرادة الأمل والتفاؤل ، إرادة مقاومة الضغوط، إرادة الاستمتاع بالحياة) في الإحباط الوجودي لدى الطلاب .

(10) يوجد تأثير مباشر دال إحصائياً للامتتان بعامله (استشعار النعم ، وتقدير النعم والتعبير عن الامتتان) في الإحباط الوجودي لدى الطلاب .

(11) توجد تأثيرات غير مباشرة دالة للامتتان بعامله (استشعار النعم ، تقدير النعم والتعبير عن الامتتان) في الإحباط الوجودي من خلال إرادة الحياة بعواملها (إرادة القوة وبذل المجهود ، إرادة الأمل والتفاؤل ، إرادة مقاومة الضغوط، إرادة الاستمتاع بالحياة) كمتغير وسيط لدى الطلاب .

إجراءات البحث

أولاً : منهج البحث

تم استخدا المنهج الوصفي الارتباطي السببي حيث تم قياس متغيرات الامتتان وإرادة الحياة والإحباط الوجودي، ودراسة الفروق التي تعزى لمتغيري النوع والرضا عن التخصص كمتغيرات ديموجرافية، كما تم دراسة العلاقات السببية بين المتغيرات للوصول لأفضل نموذج يوضح علاقات التأثير المباشر وغير المباشرة بين هذه المتغيرات.

ثانياً عينة البحث

انقسمت عينة البحث الى

عينة التأكد من الخصائص السيكومترية

تكونت عينة التأكد من الخصائص السيكومترية من من (448) من طلاب كلية التربية وقد تراوحت أعمارهم بين (18 - 23) بمتوسط عمري (20,30) وانحراف معياري (1,110) من الفرق (الاولى 96 طالب ، الثانية 19 ، الثالثة 306 ، الرابعة 27) من التخصصات (علم النفس ، ودراسات اجتماعية ، ورياض الأطفال ، تربية خاصة ،

وتاريخ ، وجغرافيا ، وانجليزي ، فرنسي ، والفلسفة والاجتماع (من (الذكور 69 ،
والإناث 379)

عينة البحث الأساسية

تكونت عينة البحث الأساسية من (426) طالب وطالبة ممن تراوحت أعمارهم بين(18-23) بمتوسط عمرى قدره (20,30) وانحراف معيارى قدرة (1,093) وقد تكونت العينة من (362) طالبة ، و(64) طالب) من الشعب المختلفة من طلاب كلية التربية جامعة حماة . وقد تطبيق أدوات البحث الثلاث على هذه العينة بعد التحقق من خصائصها السيكومترية

أدوات البحث

- 1- مقياس الامتتان (إعداد الباحثة)
- 2- مقياس إرادة الحياة (إعداد الباحثة)
- 3- الإحباط الوجودى (إعداد الباحثة)

مبررات اعداد أدوات البحث

وجدت الباحثة ضرورة إعداد مقاييس الامتتان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى لعدة اعتبارات أهمها

- الندرة النسبية للمقاييس العربية والأجنبية والتي أعدت فى ضوء البيئة المصرية والأجنبية وعدم ملائمة هذه المقاييس وعباراتها مع عينة البحث الحالى وأهدافه . كما يؤخذ على بعضها غموض المفردات وعدم وضوحها وقلة عدد عباراتها مما قد يؤثر بالسلب على فهم الطلاب للعبارات ولذلك وجدت الباحثة ضرورة إعداد مقياس يتناسب مع عينة الطلاب وثقافة المجتمع المصرى .
- أن متغيرات البحث الحالى والمتمثلة فى الامتتان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى متغيرات حديثة نسبياً ولم تلقى القدر الكافى من الدراسة والبحث لإعداد المقاييس النفسية الخاصة بها الأمر الذى دعاها لبناء مقاييس الامتتان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى .

هذا وقد استفادت الباحثة من المقاييس النفسية والأطر النفسية فى تحديد محاور المقاييس ووضع مفرداتها فى ضوء اطلاع الباحثة على الاطر النظرية والدراسات السابقة والمقاييس التى توفرت لها والخاصة بمفهوم الامتتان وإرادة الحياة والاحباط الوجودى منها على سبيل المثال لا الحصر مقياس الشعور بالامتتان لدى طلبة المرحلة الثانوية إعداد (

هدى ملوح عسكر ، (2020)، ومقياس الامتحان إعداد McCullough & Emmons (2002) Tsang, تعريب وتقنين هانى سعيد حسن (2014) ، ومقياس النزعة للإمتان إعداد حسام الدين محمود عزب وسارة حسام الدين مصطفى ونرمين مصطفى مصباح (2019) ، ومقياس الامتحان إعداد (Watkins , et al , 2003) ترجمة وتقنين فيصل خليل الربيع وكوكب يوسف عبابنة (2018) ، ومقياس الامتحان إعداد حمدى محمد ياسين ووفاء مسعود الحدينى ودعاء عبد الرحمن سيد (2020) كما اطلعت الباحثة على مقياس إرادة الحياة إعداد (منى مصطفى فرغلى ، 2018) ، مقياس إرادة الحياة إعداد ناجى الخشاب (2002) ومقياس إرادة الحياة إعداد محمد بيومى (1996) ، ومقياس إرادة الحياة إعداد (Karppinen, et al , 2012)، ومقياس إرادة الحياة إعداد نادر فتحى قاسم ، وايمان فوزى شاهين ، وسارة حسام الدين مصطفى (2015) . كما اطلعت الباحثة على ومقياس الإحباط الوجودى إعداد أمجد كاظم الساعدي (2009) ، ومقياس الإحباط الوجودى إعداد محمود حمد خلف (2023) ، ومقياس الإحباط الوجودى إعداد سناء عبد الزهرة الجمعان وفريد جاسم مثنى (2017) .

كما اجرت الباحثة دراسة استطلاعية على عينة قوامها 80 طالب وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة حوان وقامت بتلقى اجاباتهم على الأسئلة التالية

- ما الذى يخطر ببالك عند سماع مصطلح الإمتان ؟
- ماهى صفات الشخص الذى يتمتع بالإمتان ؟
- ما هى أهم أسباب انخفاض الإمتان عند الفرد من وجهة نظرك ؟
- ما الذى يخطر ببالك عند سماع مصطلح إرادة الحياة ؟
- ما هى صفات الشخص الذى يتمتع بإرادة الحياة ؟
- ما الذى يخطر ببالك عند سماع مصطلح الإحباط الوجودى؟
- ماهى صفات الشخص الذى يتسم بالإحباط الوجودى ؟
- ما هى أهم أسباب الإحباط الوجودى عند الفرد من وجهة نظرك ؟

وهكذا فقد أستفادت الباحثة من استجابات الطلاب بالإضافة إلى مناقشة كثير من الاستجابات معهم مما زاد من فهمها وإدراكها لطبيعة الامتحان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى من ثم قامت الباحثة بإعداد المقاييس فى ضوء الأطر النظرية النفسية وخصائص العينة . وقد تكونت الصورة الأولية لمقياس الامتحان من (44) مفردة موزعين على ثلاث محاور هم استشعار النعم ويضم 14 مفردة ، وتقدير النعم ويضم 15 مفردة ، والتعبير عن الإمتان ويضم 15 مفردة ، وقد تكونت الصورة الأولية لمقياس إرادة الحياة

من (74) مفردة موزعين على خمس محاور هم إرادة الدافعية للحياة ويضم 16 مفردة، وإرادة القوة وبذل المجهود ويضم 16 مفردة، وإرادة مقاومة الضغوط ويضم 12 مفردة، وإرادة الأمل والتفاؤل ويضم 15 مفردة، وإرادة الاستمتاع بالحياة ويضم 15 مفردة، وقد تكونت الصورة الأولية لمقياس الإحباط الوجودي من (70) مفردة موزعين على ست محاور هم التشاؤم ويضم 12 مفردة، واللامبالاة ويضم 14 مفردة، والوحدة والعزلة ويضم 14 مفردة، والأفكار الانتحارية ويضم 14 مفردة، وفقدان الإرادة والعزيمة ويضم 14 مفردة، وفقدان الهدف في الحياة ويضم 12 مفردة . وقد قامت الباحثة من التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس للوصول للصورة النهائية التي تم تطبيقها على عينة البحث الأساسية كما هو موضح كالتالي

الخصائص السيكومترية لمقياس الإمتان (إعداد الباحثة) .

أولاً : صدق المقياس

استخدمت الباحثة عدة طرق للتحقق من صدق المقياس كما هو موضح كالتالي

أ (الصدق الظاهري

عرض المقياس في صورته الأولية 1 على ستة من المتخصصين في القياس النفسي والصحة النفسية لإبداء الرأي حول مدى ارتباط المفردات بالبعد الفرعي الذي تقيسه وفقاً للتعريف الإجرائي له ،على مدرج ثلاثي (مرتبط تماماً ، مرتبط إلى حد ما ، غير مرتبط تماماً) وإدخال التعديلات اللازمة على المفردات التي تتطلب ذلك واقترح ما يمكن إضافته من مفردات لكل محور من المحاور الفرعية وقد أسفر هذا الإجراء عن استبعاد بعض المفردات وتعديل صياغة البعض الآخر كما تم إضافة بعض المفردات التي اقترحتها السادة المحكمون، وقد استبقيت العبارات التي أبرزت عملية التحكيم صلاحيتها واتفق عليها .

ب (صدق التحليل العاُملي : Factor Analysis Validity

قامت الباحثة بالتحقق من تماسك المقياس (من خلال حساب الارتباط بين المفردات والمقياس ككل) قبل إجراء التحليل العاُملي للتأكد من ارتباط جميع المفردات

1 تتوجه الباحثة بخالص الشكر والتقدير للأساتذة الأفاضل الذين قاموا بتحكيم المقاييس الخاصة بالبحث وهم

(1) أد / سلوى محمد عبد الباقي

(2) أد / سهير محمود أمين

(3) أم د / خالد عثمان

(4) أم د / إيمان عبد الرؤف

(5) أم د / فاطمة الزهراء هيد الباسط

(6) أم د / فاطمة الزهراء محمد مليح

بالمقياس ككل ، وقد ثبت ارتباط جميع المفردات بالدرجة الكلية لمقياس الامتحان عدا المفردة رقم (39) فلم ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس لذلك يتم حذفها قبل اجراء التحليل العاملى .

ثم أجرت الباحثة أسلوب التحليل العاملى الاستكشافى باستخدام طريقة المكونات الأساسية Principle Component على عينة قوامها (448) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية، حيث تم التحقق من مدى كفاية العينة لإجراء التحليل العاملى للمقياس من خلال اختبار كفاية العينة ل Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) حيث بلغت قيمته (0,919) . وهى قيمة أكبر من (0,5) مما يدل على مدى كفاية العينة ،وقد تم الإبقاء على العوامل التى تزيد جذورها الكامنة على الواحد الصحيح والتى تتضمن ثلاثة تشبعات إحصائياً على الأقل ، و تم استخدام طريقة الفاريماكس Varimax للتدوير المتعامد للمصفوفات الارتباطية لفقرات المحاور الخاصة لمقياس الامتحان للوصول إلى صورة مقبولة للمقياس يمكن تفسير العوامل وفقاً لها ، كما استخدم محك جيلفورد الذى يعتبر محك التشبع الجوهرى للعبارة على العامل الذى يعتبر دالاً إحصائياً وهو (+ 0,3 ، - 0,3) أو أكثر، وبناءً على هذا المحك تم استبعاد المفردات التى يقل تشبعها عن (0,3) وعددها (3 مفردات) هى المفردات رقم (9، 28 ، 31) ، ومن ثم أصبح المقياس يتكون من (40) مفردة .

وأسفر التحليل العاملى عن تشبع عباراته عن عاملين جوهريين، وقد بلغت نسبة التباين العاملى الكلى 33.643% وتوضح الجداول التالية (1 - 2) تشبعات المفردات على كل عامل من العوامل مرتبة تنازلياً (من التشبع الأعلى إلى الأدنى) .

العامل الاول: استشعار النعم

استحوذ هذا العامل على (15.671%) من التباين العاملى الكلى (بعد التدوير) وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (6.739) وقد تشبعت عليه جوهرياً 15 مفردة تراوحت قيم تشبعاتها ما بين 0,737 ، 00,364 وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (1) .

جدول (1) : معاملات تشبع مفردات العامل الاول

رقم المفردة 2	المفردة	معامل التشبع
34	أشعر بأن لدى قدرات وامكانات كبيرة .	0,737
37	أنا مميز عن الآخرين بقدراتى ومواهبى .	0,688
25	أرى فى أبسط أمور حياتى نعم عظيمة .	0634,
40	أشعر بأبسط الأمور فى حياتى على أنها نعم عظيمة حتى الهواء الذى اتنفسه .	0,632
7	بالرغم من صعوبة حياتى إلا أن لدى الكثير من المزايا .	0,595
19	لدى المقدرة على الاحساس بالنعم مهما صغرت .	0,553
13	على الإنسان أن يتأمل حياته يومياً ليستشعر نعم الله عليه	0,541
4	امتلك ما لا يمتلكه الآخرون من المميزات .	0,531
22	أرى أنى شخصية محظوظة فى حياتى .	0,523
43	الحياة قاسية ولكنها ممتعة بوجود أشخاص جيدين .	0,482
41	ادرك يقيناً أنى لولا كثيرون فى حياتى لما كنت ما أنا عليه .	0,471
10	اثق يقيناً أنى لدى الكثير من العطايا .	0,451
1	اشعر بأن الخالق حبانى بالكثير من النعم .	0,432
26	أنا شاكر لكل فرد فى أسرتى .	0,412
29	لم أكن ما أنا عليه لولا من ربونى .	0,364

تعكس مفردات هذا العامل تمتع الفرد بقدرة على الإحساس بوجود النعم التى وهبه الخالق إياها مهما صغرت أمامه، واحساسه بفقدائها إذا اختفت من حياته أو قلت، والرغبة الملحة والمستمرة فى الاحتفاظ بها وعدم الرغبة فى زوالها . واستشعار تأثيرها فى حياته وقيمتها بكل ما تشمله من قدرات وامكانيات ومزايا وافراد محطيين به يدعمونه فى هذه الحياة .

²أرقام المفردات التى وردت بجداول التحليل العاملى هى نفسها التى وردت بصورة المقياس التى تم استخدامه

للتحقق من الخصائص السيكومترية .

العامل الثانى: تقدير النعم والتعبير عن الامتتان

استحوذ هذا العامل على (17.971%) من التباين العاملى الكلى (بعد التدوير) وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (7.728) وقد تشبعت عليه جوهرىاً 25 مفردة تراوحت قيم تشبعاتها ما بين 0,671 ، 0,457 وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (2) .

جدول (2) : معاملات تشبوع مفردات العامل الثانى

معامل التشبع	المفردة	رقم المفردة
0,671	اشعر بالعرفان والجميل لكل من أسدى لى معروفاً .	38
0,643	أقدر كل من قدم شيئاً لطيفاً فى حياتى .	11
0,610	أشعر بالوفاء لمن ساعدنى على تجاوز المحن .	2
0,607	أمتن لكل من قدم لى معروفاً فى الحياة .	8
0,584	اسعد كثيراً عندما اعبر عن امتنانى تجاه الآخرين .	30
0,567	أبداء التقدير للآخرين واجب لا بد أن أقوم به .	14
0,558	اعبر بكلمات الشكر والمدح والعرفان عن الخدمات التى تقدم لى .	12
0,557	أنا مقدر للآخرين وممتن لهم .	35
0,555	اعبر بالأفعال الطيبة نحو الآخرين عن امتنانى لهم .	15
0,552	الشعور بالامتتان والتعبير عنه شيئاً عظيماً .	33
0,542	أتذكر كل معروف قدم لى فى هذه الحياة .	5
0,522	اقدر جداً كلمات مثل اشكرك - جزاك الله خيراً احسن الله إليك كما احسنت إلى .	21
0,517	هناك شخصيات فى حياتى تستحق التقدير والاحترام .	32
0,515	اقدم كل دعوات الخير لكل من أهدانى معروفاً .	27
0,500	اسعى بكل الطرق للتعبير عما أشعر به من امتتان .	6
0,495	احاول تقديم خدمات للآخرين رداً لجميلهم على .	42
0,486	احاول جاهداً التعبير عن شكرى للآخرين .	3
0,470	أقدر حتى الابتسامه فى وجهى .	17
0,441	ليس لأحد فضل على فى حياتى .	20
0,411	أنا ممتن لكل نعمة اعطاها لى الله .	16
0,378	ما أنا فيه هو نتيجة مجهودى فقط فى الحياة .	23
0,367	اتذكر فى دعائى من قدم لى الخير فى الحياة .	24
0,322	لا أمتلك مميزات تجعلنى شخصية ناجحة	18
0,497	من أسباب سعادتى فى الحياة التعبير عن شعورى بالامتتان فى حياتى .	36
0,457	اعبر عن شكرى للآخرين بكل طريقة ممكنة .	44

تعكس مفردات هذا العامل تمتع الفرد بقدرة حقيقية على إدراك قيمة النعم واستشعار أهميتها فى حياته بالإضافة إلى قدرة الفرد على تقديم عبارات الشكر والعرفان لنفسه وللآخرين وتقديم السلوكيات أيضاً الراقية التى تعبر عن الأمتتان والعرفان بالجميل .

ثانياً : الاتساق الداخلي

تم التحقق من الاتساق الداخلي لمقياس الامتحان على عينة قوامها (448) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية، وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة والدرجة الكلية للعامل الذي تنتمي إليه، وكذلك معاملات الارتباط بين كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك معاملات الارتباط بين العوامل وبعضها البعض والدرجة الكلية للمقياس كما هو موضح كالاتي

أ: حساب معاملات الارتباط بين المفردة والدرجة الكلية للعامل ، وكذلك بين المفردة والدرجة الكلية للمقياس

جدول (3) : معاملات الارتباط بين المفردة والدرجة الكلية للعامل ، وكذلك بين المفردة والدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالعامل الاول	رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالعامل الاول	رقم المفردة
**0,525	**0,525	26	**0,509	**0,540	1
**0,470	**0,501	29	**0,252	**0,459	4
**0,519	**0,681	34	**0,465	**0,587	7
**0,336	**0,560	37	**0,553	**0,561	10
**0,634	**0,694	40	**0,550	**0,591	13
**0,576	**0,572	41	**0,572	**0,611	19
**0,525	**0,553	43	**0,463	**0,577	22
			**0,628	**0,688	25
معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالعامل الثاني	رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالعامل الثاني	رقم المفردة
**0,494	**0,545	21	**0,542	**0,582	2
**0,184	**0,288	23	**0,473	**0,519	3
**0,497	**0,506	24	**0,463	**0,515	5
**0,581	**0,609	27	**0,543	**0,571	6
**0,618	**0,666	30	**0,483	**0,551	8
**0,593	**0,601	32	**0,524	**0,587	11
**0,678	**0,702	33	**0,562	**0,600	12
**0,687	**0,713	35	**0,610	**0,652	14
**0,645	**0,625	36	**0,531	**0,589	15
**0,662	**0,720	38	**0,427	**0,429	16
**0,587	**0,608	42	**0,593	**0,577	17
**0,635	**0,634	44	**0,414	**0,451	18
			**0,286	**0,379	20

** : مستوى الدلالة عند 0,01

يتضح من الجدول رقم (3) أن جميع معاملات الارتباط دالة عند 0,01
ب: حساب معاملات الارتباطات بين العوامل وبعضها البعض والدرجة الكلية
للمقياس

جدول (4): حساب معاملات الارتباطات بين العوامل وبعضها البعض والدرجة الكلية للمقياس

العوامل	الاول	الثانى	الدرجة الكلية
الاول	1	**0,612	**0,857
الثانى		1	**0,932

** : مستوى الدلالة عند 0,01

يتضح من الجدول رقم (4) أن جميع معاملات الارتباط دالة عن 0,01
يتضح من الجداول أرقام (3 - 4) أن معاملات الارتباطات بين مفردات كل عامل
والدرجة الكلية للعامل والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل
عامل والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى دلالة (0,01) وهذا يشير إلى ترابط
وتماسك مفردات المقياس وعوامله مما يدل على أن المقياس يتمتع باتساق داخلى .

ثالثاً: ثبات المقياس

وقد قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقتان هما طريقة والتجزئة النصفية ،
والفا كرونباخ ، وفيما يلى توضيح كلاً منهما

أ) طريقة التجزئة النصفية half-Split

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (448 طالب وطالبة) ، ثم تم
حساب معامل الارتباط (معامل ثبات التجزئة النصفية) بين نصفى الاختبار لكل عامل
من العوامل والمقياس ككل ، باستخدام معادلتى جوتمان ، و معادلة تصحيح الطول
لسبيرمان براون

جدول (5) : ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية

عوامل المقياس	عدد المفردات	معامل سبيرمان براون	معامل جوتمان
استشعار النعم	15	0,840	0,839
تقدير النعم والتعبير عن الامتنان	25	0,873	0,868
المقياس ككل	40	0,870	0,854

يتضح من الجدول رقم (5) أن معاملات ثبات التجزئة النصفية باستخدام معادلتى سبيرمان براون وجوتمان مقبولة مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات والاستقرار .

ب (طريقة ألفا كرونباخ Cronbach Alpha

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (448 طالب وطالبة) ثم تم حساب معامل ألفا للمقياس ككل وعوامله كما هو موضح بالجدول رقم (6)

جدول (6) : معامل ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ

عوامل المقياس	عدد المفردات	معامل ألفا كرونباخ
استشعار النعم	15	0,852
تقدير النعم والتعبير عن الامتنان	25	0,900
المقياس ككل	40	0,922

يتضح من الجدول رقم (6) أن معاملات ثبات ألفا كرونباخ مقبولة مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات والاستقرار .

الصورة النهائية لمقياس الامتنان وكيفية تصحيح المقياس .

يتكون المقياس فى صورته النهائية من (عاملين) تشتمل على (40 مفردة) تهدف إلى قياس الامتنان لدى طلاب كلية التربية، ويتعين على المفحوص داخل المقياس أن يختار إجابة واحدة لكل مفردة من المفردات، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (40 - 120) ، حيث تشير الدرجة العليا إلى تمتع الطالب بالامتنان، حيث تشير الدرجة من (115 الى 120) الى مستوى مرتفع من الامتنان ، وتشير الدرجة من (104 - 114) الى مستوى متوسط من الامتنان، والدرجة (40-103) تشير الى مستوى منخفض من الامتنان .

الخصائص السيكومترية لمقياس إرادة الحياة

أولاً : صدق المقياس

استخدمت الباحثة عدة طرق للتحقق من صدق المقياس كما هو موضح كالاتى

أ (الصدق الظاهرى

عرض المقياس فى صورته الأولية على ستة من المتخصصين فى القياس النفسى والصحة النفسية لإبداء الرأى حول مدى ارتباط المفردات بالبعد الفرعى الذى تقيسه وفقاً للتعريف الإجرائى له ،على مدرج ثلاثى (مرتبط تماماً ، مرتبط إلى حد ما ، غير مرتبط تماماً) وإدخال التعديلات اللازمة على المفردات التى تتطلب ذلك واقتراح ما يمكن إضافته من مفردات لكل محور من المحاور الفرعية وقد أسفر هذا الإجراء عن استبعاد بعض المفردات وتعديل صياغة البعض الأخر كما تم إضافة بعض المفردات التى اقترحتها السادة المحكمون، وقد استبقيت العبارات التى أبرزت عملية التحكيم صلاحيتها واتفق عليها.

ب (صدق التحليل العاملى : Factor Analysis Validity

قامت الباحثة بالتحقق من تماسك المقياس (من خلال حساب الارتباط بين المفردات والمقياس ككل) قبل إجراء التحليل العاملى للتأكد من ارتباط جميع المفردات بالمقياس ككل، وقد ثبت ارتباط جميع المفردات بالدرجة الكلية لمقياس إرادة الحياة لذلك لم يتم حذف أى مفردة قبل إجراء التحليل العاملى .

ثم أجرت الباحثة أسلوب التحليل العاملى الاستكشافى باستخدام طريقة المكونات الأساسية Principle Component على عينة قوامها (448) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية، حيث تم التحقق من مدى كفاية العينة لإجراء التحليل العاملى للمقياس من خلال اختبار كفاية العينة ل Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) حيث بلغت قيمته (0,950) وهى قيمة أكبر من (0,5) مما يدل على مدى كفاية العينة، وقد تم الإبقاء على العوامل التى تزيد جذورها الكامنة على الواحد الصحيح والتى تتضمن ثلاثة تشعبات إحصائياً على الأقل ، و تم استخدام طريقة الفارماكس Varimax للتدوير المتعامد للمصفوفات الارتباطية لفقرات المحاور الخاصة لمقياس الامتتان للوصول إلى صورة مقبولة للمقياس يمكن تفسير العوامل وفقاً لها ، كما استخدم محك جيلفورد الذى يعتبر محك التشعب الجوهرى للعبارة على العامل الذى يعتبر دالاً إحصائياً وهو (+ 0,3 ، - 0,3) أو أكثر، وبناءً على هذا المحك تم استبعاد المفردات التى يقل تشعبها عن (0,3) وعددها (مفردة) هى المفردة رقم (34) ، ومن ثم أصبح المقياس يتكون من (70) مفردة . وأسفر التحليل العاملى عن تشعب عباراته عن خمسة عوامل ، وقد بلغت نسبة التباين العاملى

الكلية 44.122% وتوضح الجداول التالية (7 - 8 - 9 - 10 - 11) تشبعت المفردات على كل عامل من العوامل مرتبة تنازلياً (من التشبع الأعلى إلى الأدنى) .

العامل الاول: إرادة الدافعية والصمود في الحياة

استحوذ هذا العامل على (13.685%) من التباين العاملي الكلي (بعد التدوير) وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (9.716) وقد تشبعت عليه جوهريا 19 مفردة تراوحت قيم تشبعتها ما بين 0,725، 00,395 وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (7) .

جدول (7) : معاملات تشبع مفردات العامل الاول

رقم المفردة 3	المفردة	معامل التشبع
16	لا أستسلم أمام صعوبات الحياة .	0,725
31	امتلك القوة للتصدى لصعوبات الحياة .	0,670
43	لا أجزع عندما أتعرض لموقف صعب .	0,660
17	أقاوم ولا أستسلم بسهولة .	0,656
12	لا أهتز مهما تعرضت لضغوط .	0,653
3	أواجه صعوبات الحياة بكل شجاعة .	0,636
28	أثق في قدراتي في التغلب على أى مشكلة أتعرض لها مهما كانت صعبة	0,626
61	لدى من الجلد والصبر ما يكفي لمواجهة صعوبات الحياة	0,589
15	أواجه مشكلات الحياة بصدر رحب .	0,583
7	أواجه المشكلات ولا أهرب منها .	0,578
46	لا أياس إذا اخفقت في تحقيق أحد أحلامي .	0,565
48	لدى المقدره على الصبر فى الشدائد .	0,549
53	أدخل تحدى مع أى موقف صعب .	0,545
6	من الصعب جداً أن أياس .	0,524
47	امتلك عافية نفسية تساعدنى على التغلب على مواقف الإحباط فى حياتى .	0,519
27	لا أتعب من التفكير فى جعل حياتى أفضل .	0,488
26	اشعر بمتعة وأنا أكافح فى هذه الحياة .	0,421
58	أضع نصب عينى هدف واحد هو الانتصار على الصعب وتجاوزه .	0,404
56	أنا شخص مثابر لتحقيق ما أريد .	0,395

³أرقام المفردات التى وردت بجداول التحليل العاملى هى نفسها التى وردت بصورة المقياس التى تم استخدامه

للتحقق من الخصائص السيكومترية .

نمذجة العلاقات السببية لكل من الامتتان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى لدى طلاب جامعة
حلوان

تعكس مفردات هذا العامل الرغبة والعزيمة والدافعية القوية لعيش الحياة بكل ما فيها وتحدى صعابها ومشقاتها ورؤية الحياة على أنها نعمة كبيرة تستحق الكفاح من أجل العيش بها والرضى بكل ما فيها وتقبله سواء خيراً أم شراً والصبر والإرادة فى تحقيق الأهداف والأحلام فيها .

العامل الثانى: إرادة القوة وبذل المجهود

استحوذ هذا العامل على (12.799%) من التباين العاملى الكلى (بعد التدوير) وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (9.087) وقد تشبعت عليه جوهريا 21 مفردة تراوحت قيم تشبعتها ما بين 0,729 ، 0,367 وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (8) .

جدول (8) : معاملات تشبع مفردات العامل الثانى

رقم المفردة	المفردة	معامل التشبع
21	أبذل مجهوداً بدنياً وذهنياً فى سبيل تحقيق أحلامى .	0,729
65	لدى عزيمة واصرار على النجاح	0,692
37	اجتهد لأصل لما أريد .	0,679
41	امتلك أحلام كثيرة وأسعى لتحقيقها .	0,670
2	لدى استعداد لبذل أقصى جهد فى سبيل تحقيق أحلامى .	0,653
20	اجتهد لأحظى بما استحقه .	0,628
57	تحقيق الأهداف يكون بالتفكير والعمل معاً .	0,601
62	لدى إرادة قوية على البقاء مدد طويلة فى العمل لتحقيق أحلامى .	0,586
70	أضع كل تركيزى فى المهمة التى أقوم بها .	0,569
44	كلما حققت أهداف وأحلام فى حياتى كلما وضعت غيرها .	0,566
32	أخذ بالأسباب لتحقيق طموحاتى واحلامى .	0,567
64	كل التعب يهون وأنا أمارس عمل أو نشاط أحبه .	0,518
52	أقضى أوقاتاً طويلة فى التفكير فى تحقيق أهدافى فى الحياة .	0,516
49	أثق فى قدراتى على تحقيق طموحاتى فى الحياة .	0,514
11	العزيمة والاصرار هما وقود الحياة .	0,509
13	لدى أحلام وطموحات كثيرة فى الحياة .	0,508
50	أسعد أوقات حياتى وأنا أمارس هوياتى .	0,483
42	انصح زملاءى بالجد والاجتهاد فى الحياة فهما سر النجاح .	0,419
66	أستطيع الارتياح بعد التعب وبذل المجهود .	0,419
38	أعتبر أى موقف صعب فى حياتى فرصة لتعلم خبرات جديدة .	0,386
33	أتعلم من المشكلات التى أتعرض لها .	0,367

تعكس مفردات هذا العامل تحلى الفرد بدرجة عالية من الرغبة القوية والعزيمة والاصرار على بذل المجهود وعدم اليأس والاستسلام أمام صعوبات الحياة وتحدياتها سواء كان مجهوداً بدنياً أو ذهنياً . والتعلم من الاخفاقات ووضع الأهداف والسعى الدؤب لتحقيقها .

العامل الثالث: إرادة الأمل والتفاؤل

استحوذ هذا العامل على (8.364%) من التباين العاملى الكلى (بعد التدوير) وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (5.938) وقد تشبعت عليه جوهرياً 16 مفردة تراوحت قيم تشبعتها ما بين 0,647 ، 0,302 وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (9) .

جدول (9) : معاملات تشبع مفردات العامل الثالث

رقم المفردة	المفردة	معامل التشبع
25	أرى أن الحياة بها الكثير من النعم التي يجب أستغلالها .	0,647
23	أؤمن أن كل مر سيمر .	0,575
18	لدى أمل فى غد أفضل .	0,503
24	أتفاءل فى كل أمور حياتى .	0,496
19	أحب حياتى وأقدرها .	0,489
45	أحب قضاء الوقت مع أصدقائى الذين يمنحونى طاقة وإيجابية .	0,473
35	أصاحب من يمنحنى قوة وطاقة إيجابية .	0,467
29	احتفظ بالأمل فى الحياة مهما كانت صعبة .	0,463
68	أرى أن الاستمتاع بالحياة هو قرار يتخذه الفرد .	0,439
39	يلفت نظرى الجوانب المضيئة فى أصعب الظروف .	0,433
30	أتجنب الشخصيات السلبية لأنها تمنحنى طاقة سلبية .	0,428
71	نحن من نصنع سعادتنا .	0,414
8	مهما تعرضت لمواقف ضاغطة لدى يقين بأنى سأخرج منها سالمأ .	0,407
10	لدى رغبة قوية لعيش الحياة	0,401
4	أركز على الجوانب الإيجابية فى الأمور والأشياء .	0,404
1	أرى أن الحياة نعمة كبيرة .	0,302

تعكس مفردات هذا العامل قدرة الفرد على احتفاظه بالأمل فى الحياة والطموح فيها وتحديد أهداف كثيرة لتحقيقها مع الشعور الدائم بالبشر والاتجاه الإيجابى نحو المستقبل

نمذجة العلاقات السببية لكل من الامتتان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى لدى طلاب جامعة
حوان

ورؤية الجوانب الإيجابية فى أحلج الظروف . ومخالطة الإيجابيين الذين يمنحون الطاقة
الإيجابية.

العامل الرابع: إرادة مقاومة الضغوط

استحوذ هذا العامل على (5.017%) من التباين العاملى الكلى (بعد التدوير)
وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (3.562) وقد تشبعت عليه جوهريا 6مفردة تراوحت قيم
تشبعاتها ما بين 0,660 ، 0,465 وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (10) .

جدول (10) : معاملات تشبع مفردات العامل الرابع

رقم المفردة	المفردة	معامل التشبع
63	كلما وقعت فى مشكلة يزداد خوفى من الغد .	0,660
54	لا أرى فى الحياة أى أمل .	0,659
51	أحزن كثيراً إذا فشلت فى تحقيق أحد أحلامى وأتوقف عن السعى .	0,616
69	يتساوى لدى الموت مع الحياة .	0,568
22	أعجز عن حل مشكلات حياتى .	0,561
36	استسلم ولا أوقاوم عند التعرض لأى مشكلة .	0,465

تعكس مفردات هذا العامل إلى قدرة الفرد على العزيمة والاصرار فى مقاومة
ومواجهة الصعوبات والمشكلات والضغوط التى يتعرض لها فى الحياة . والاستعانة
بإيمانه ويقينه فى قدراته وامكانياته فى التغلب على أى مشكلة يتعرض لها .

العامل الخامس: إرادة الاستمتاع بالحياة

استحوذ هذا العامل على (4.257%) من التباين العاملى الكلى (بعد التدوير)
وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (3.023) وقد تشبعت عليه جوهريا 86مفردة تراوحت قيم
تشبعاتها ما بين 0,472 ، 0,315 وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (11) .

جدول (11) : معاملات تشبع مفردات العامل الخامس

معامل التشبع	المفردة	رقم المفردة
0,472	أنظم أنشطة ممتعة لأخوتي وزملاءى لنستمتع معا .	14
0,448	أرى أن الحياة ممتعة حتى فى أصعب ظروفها .	5
0,437	اسعى لاستغلال وقتى فيما هو مفيد .	55
0,406	أحاول الاستمتاع بأوقاتى فى كل المواقف .	9
0,347	لدى مخاوف كثيرة فى الحياة .	59
0,354	أفرح وأستمتع بالحياة مهما كنت متعب جسدياً .	60
0,327	المستقبل مخيف ومحير .	67
0,315	لدى اهتمامات تحقق لى متعة كبيرة فى حياتى .	40

تعكس مفردات هذا العامل إقبال الفرد على الحياة ورؤية جوانبها الإيجابية واستغلال أوقاته فى كل ما يشغل العقل والقلب بالنافع والمفيد .

ثانياً : الاتساق الداخلى

تم التحقق من الاتساق الداخلى لمقياس إرادة الحياة على عينة قوامها (448) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية) ، وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة والدرجة الكلية للعامل الذى تنتمى إليه ، وكذلك معاملات الارتباط بين كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك معاملات الارتباط بين العوامل وبعضها البعض والدرجة الكلية للمقياس كما هو موضح كالاتى

أ: حساب معاملات الارتباط بين المفردة والدرجة الكلية للعامل ، وكذلك بين المفردة والدرجة الكلية للمقياس

نمذجة العلاقات السببية لكل من الامتحان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى لدى طلاب جامعة
حوان

جدول (12) : معاملات الارتباط بين المفردة والدرجة الكلية للعامل ، وكذلك بين المفردة والدرجة الكلية
للمقياس

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالعامل الاول	رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالعامل الاول	رقم المفردة
**0,643	**0,630	31	**0,558	**0,659	3
**0,528	**0,646	43	**0,463	**0,552	6
**0,621	**0,677	46	**0,537	**0,635	7
**0,660	**0,681	47	**0,589	**0,697	12
**0,534	**0,599	48	**0,631	**0,680	15
**0,557	**0,633	53	**0,643	**0,754	16
**0,708	**0,665	56	**0,624	**0,704	17
**0,631	**0,613	58	**0,590	**0,612	26
**0,547	**0,649	61	**0,527	**0,592	27
			**0,656	**0,715	28
معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالعامل الثانى	رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالعامل الثانى	رقم المفردة
**0,623	**0,682	44	**0,564	**0,664	2
**0,681	**0,686	49	**0,628	**0,651	11
**0,402	**0,490	50	**0,555	**0,610	13
**0,405	**0,513	52	**0,613	**0,698	20
**0,577	**0,661	57	**0,598	**0,728	21
**0,643	**0,703	62	**0,632	**0,694	32
**0,457	**0,559	64	**0,550	**0,567	33
**0,648	**0,748	65	**0,652	**0,757	37
**0,432	**0,468	66	**0,599	**0,601	38
**0,497	**0,590	70	**0,651	**0,751	41
			**0,480	**0,533	42
معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالعامل الثالث	رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالعامل الثالث	رقم المفردة
**0,515	**0,649	25	**0,409	**0,496	1

**0,651	**0,685	29	**0,516	**0,572	4
**0,478	**0,448	30	**0,579	**0,592	8
**0,391	**0,480	35	**0,587	**0,656	10
**0,595	**0,622	39	**0,554	**0,625	18
**0,366	**0,469	45	**0,655	**0,714	19
**0,414	**0,523	68	**0,526	**0,613	23
**0,501	**0,576	71	**0,618	**0,683	24
معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالمعامل الرابع	رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالمعامل الرابع	رقم المفردة
**0,414	**0,702	54	**0,434	**0,665	22
**0,382	**0,683	63	**0,209	**0,568	36
**0,226	**0,631	69	**0,375	**0,710	51
معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالمعامل الخامس	رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالمعامل الخامس	رقم المفردة
**0,511	**0,644	55	**0,523	**0,672	5
**0,373	**0,524	59	**0,523	**0,665	9
**0,600	**0,675	60	**0,338	**0,557	14
**0,554	**0,666	67	**0,591	**0,647	40

** : مستوى الدلالة عند 0,01

ينضح من الجدول رقم (12) أن جميع معاملات الارتباط دالة عن 0,01

ب: حساب معاملات الارتباطات بين العوامل وبعضها البعض والدرجة الكلية للمقياس

نمذجة العلاقات السببية لكل من الامتحان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى لدى طلاب جامعة
حوان

جدول (13) : حساب معاملات الارتباطات بين العوامل وبعضها البعض والدرجة الكلية للمقياس

العوامل	الاول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	الدرجة الكلية
الاول	1	**0,626	**0,618	**0,376	**0,713	**0,910
الثانى		1	**0,739	**0,340	**0,588	**0,888
الثالث			1	**0,414	**0,687	**0,888
الرابع				1	**0,343	**0,509
الخامس					1	**0,786

** : مستوى الدلالة عند 0,01

يتضح من الجدول رقم (13) أن جميع معاملات الارتباط دالة عن 0,01

يتضح من الجداول (12 - 13) أن معاملات الارتباطات بين مفردات كل عامل والدرجة الكلية للعامل والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل عامل والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى دلالة (0,01) وهذا يشير إلى ترابط وتماسك مفردات المقياس وعوامله مما يدل على أن المقياس يتمتع باتساق داخلى .

ثالثاً: ثبات المقياس

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقتان هما طريقة التجزئة النصفية ، والفا كرونباخ ، وفيما يلي توضيح كلاً منهما

أ) طريقة التجزئة النصفية **half-Split**

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (448 طالب وطالبة)، ثم تم حساب معامل الارتباط (معامل ثبات التجزئة النصفية) بين نصفى الاختبار لكل عامل من العوامل والمقياس ككل ، باستخدام معادلتى جوتمان ، و معادلة تصحيح الطول لسبيرمان براون

جدول (14) : ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية

عوامل المقياس	عدد المفردات	معامل سبيرمان براون	معامل جوتمان
إرادة الدافعية للحياة	19	0,881	0,876
إرادة القوة وبذل المجهود	21	0,909	0,905
إرادة الأمل والتفاؤل	16	0,814	0,804
إرادة مقاومة الضغوط	6	0,693	0,692
إرادة الاستمتاع بالحياة	8	0,847	0,726
المقياس ككل	70	0,931	0,930

يتضح من الجدول (14) أن معاملات ثبات التجزئة النصفية باستخدام معادلتى سبيرمان براون وجوتمان مقبولة مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات والاستقرار .

ب (طريقة ألفا كرونباخ Cronbach Alpha

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (448 طالب وطالبة) ثم تم حساب معامل ألفا للمقياس ككل وعوامله كما هو موضح بالجدول (15).

جدول (15) : معامل ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ

عوامل المقياس	عدد المفردات	معامل ألفا كرونباخ
إرادة الدافعية	19	0,924
إرادة القوة وبذل المجهود	21	0,926
إرادة التفاؤل والأمل	16	0,818
إرادة مقاومة الضغوط	6	0,737
إرادة الاستمتاع بالحياة	8	0,737
المقياس ككل	70	0,960

يتضح من الجدول (15) أن معاملات ثبات ألفا كرونباخ مقبولة مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات والاستقرار .

الصورة النهائية لمقياس إرادة الحياة وكيفية تصحيح المقياس .

يتكون المقياس فى صورته النهائية من (5 عوامل) تشتمل على (70 مفردة) تهدف إلى قياس إرادة الحياة لدى طلاب كلية التربية، ويتعين على المفحوص داخل المقياس أن يختار إجابة واحدة لكل مفردة من المفردات، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (70 - 210) ، حيث تشير الدرجة العليا إلى تمتع الطالب بدرجة عالية من إرادة الحياة، حيث تشير الدرجة من (184 الى 210) إلى مستوى مرتفع من إرادة الحياة، وتشير الدرجة من (156 - 183) إلى مستوى متوسط من إرادة الحياة والدرجة (70-155) تشير الى مستوى منخفض من إرادة الحياة .

الخصائص السيكومترية لمقياس الإحباط الوجودى (إعداد الباحثة)

أولاً : صدق المقياس

استخدمت الباحثة عدة طرق للتحقق من صدق المقياس كما هو موضح كالاتى

أ (الصدق الظاهرى

عرض المقياس فى صورته الأولية على ستة من المتخصصين فى القياس النفسى والصحة النفسية لإبداء الرأى حول مدى ارتباط المفردات بالبعد الفرعى الذى تقيسه وفقاً للتعريف الإجرائى له، على مدرج ثلاثى (مرتبط تماماً ، مرتبط إلى حد ما ، غير مرتبط تماماً) وإدخال التعديلات اللازمة على المفردات التى تتطلب ذلك واقترح ما يمكن إضافته من مفردات لكل محور من المحاور الفرعية وقد أسفر هذا الإجراء عن استبعاد بعض المفردات وتعديل صياغة البعض الأخر كما تم إضافة بعض المفردات التى اقترحتها السادة المحكمون، وقد استبقيت العبارات التى أبرزت عملية التحكيم صلاحيتها واتفق عليها .

ب (صدق التحليل العاملى : Factor Analysis Validity

قامت الباحثة بالتحقق من تماسك المقياس (من خلال حساب الارتباط بين المفردات والمقياس ككل) قبل إجراء التحليل العاملى للتأكد من ارتباط جميع المفردات بالمقياس ككل، وقد ثبت ارتباط جميع المفردات بالدرجة الكلية لمقياس الإحباط الوجودى عدا المفردة رقم (35) لم ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس لذلك يتم حذفها أ قبل إجراء التحليل العاملى .

ثم أجرت الباحثة أسلوب التحليل العاملى الاستكشافى باستخدام طريقة المكونات الأساسية Principle Component على عينة قوامها (448) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية، حيث تم التحقق من مدى كفاية العينة لإجراء التحليل العاملى للمقياس من خلال اختبار كفاية العينة ل Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) حيث بلغت قيمته (.,963).

وهي قيمة أكبر من (0,5) مما يدل على مدى كفاية العينة، وقد تم الإبقاء على العوامل التي تزيد جذورها الكامنة على الواحد الصحيح والتي تتضمن ثلاثة تشبعات إحصائياً على الأقل، و تم استخدام طريقة الفاريماكس Varimax للتدوير المتعامد للمصفوفات الارتباطية لفقرات المحاور الخاصة لمقياس الامتحان للوصول إلى صورة مقبولة للمقياس يمكن تفسير العوامل وفقاً لها، كما استخدم محك جيلفورد الذي يعتبر محك التشبع الجوهري للعبارة على العامل الذي يعتبر دالاً احصائياً وهو (+ 0,3 ، - 0,3) أو أكثر، وبناءً على هذا المحك لم يتم استبعاد أى مفردة حيث إن جميع المفردات تشبعها أكثر (0,3) وعددها (مفردة) ومن ثم أصبح المقياس يتكون من (70) مفردة .

وأسفر التحليل العاظمى عن تشبع عباراته عن خمسة عوامل، وقد بلغت نسبة التباين العاظمى الكلى 54.250 % وتوضح الجداول التالية (16-17-18-19-20) تشبعات المفردات على كل عامل من العوامل مرتبة تنازلياً (من التشبع الأعلى إلى الأدنى) .

العامل الاول: فقدان الإرادة والعزيمة

استحوذ هذا العامل على (18.560 %) من التباين العاظمى الكلى (بعد التدوير) وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (12.992) وقد تشبعت عليه جوهريا 20 مفردة تراوحت قيم تشبعاتها ما بين 0,716، 00,302 وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (16) .

نمذجة العلاقات السببية لكل من الامتتان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى لدى طلاب جامعة
حلوان

جدول (16) : معاملات تشبع مفردات العامل الاول

معامل التشبع	المفردة	رقم المفردة 4
0,716	إراداتى أضعف بكثير من أن أقوم بعمل شيء مفيد فى حياتى .	17
0,706	أعيش الحياة دون هدف واضح أمامى .	18
,0686	أعجز عن وضع أهداف فى حياتى .	65
0,675	أشعر بأنى ضعيف الإرادة .	64
0,654	أفقد عزيتمى وإراداتى باستمرار .	46
0,652	أنا غير قادر على انجاز أى شيء فى حياتى .	34
0,644	ليس لدى أى عزيمة أو إرادة فى الحياة .	11
0,638	أفتقد الحماس والعزيمة فى حياتى .	28
0,632	لا أملك أهدافاً أسعى لتحقيقها .	12
0,613	لا أستطيع انجاز أى مهمة أبدأها .	71
0581,	لاشئ يثير شغفى فى هذه الحياة .	68
0,580	ليس لدى احلام وطموحات .	24
0,578	أشعر أنى ضعيف القوى .	5
0,546	احبط سريعاً عند وضع أهداف فى حياتى لا أستطيع تحقيقها .	69
0,538	الحياة أقصر من أن أنجز بها شيئاً .	42
0,515	لا أرى غير الجوانب السلبية من الحياة .	1
0,515	حضورى مثل عدم حضورى هما واحد فى نظرى .	26
0,453	يحاول الآخرون وضع أهداف لى لكنى لا أسعى لتحقيقها	29
0,307	ظروفى الصعبة مستمرة معى طوال حياتى .	54
0,302	أتوقع مستقبل مبهـر فى أيامى القادمة، لأنى اجتهد واسعى.	60

تعكس مفردات هذا العامل إفتقاد الفرد الرغبة والنشاط بالقيام بأى عمل وعدم القدرة على الاستمرار فى أى مهمة أو انجازها، أو وضع أهداف والسعى لتحقيقها مع الشعور بالوهن والضعف العام وإفتقاد الشغف بأى شيء ورؤية الجوانب السلبية والتركيز عليها.

العامل الثانى: فقدان الهدف

⁴أرقام المفردات التى وردت بجداول التحليل العاملى هى نفسها التى وردت بصورة المقياس التى تم استخدامه

للتحقق من الخصائص السيكومترية .

استحوذ هذا العامل على (11.070%) من التباين العاملي الكلي (بعد التدوير) وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (7.749) وقد تشبعت عليه جوهريا 11 مفردة تراوحت قيم تشبعتها ما بين 0,721 ، 0,496 وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (17)

جدول (17) : معاملات تشبع مفردات العامل الثانى

رقم المفردة	المفردة	معامل التشبع
41	أضع نصب عيني أهدافاً أسعى لتحقيقها .	0,721
58	التحدى والاصرار سمة فى شخصيتى .	0,715
57	انظر للجانب المشرق من الحياة .	0,701
53	لذة العيش فى تحقيق الحلم والأهداف .	0,698
61	أرى أن لى حق فى هذه الحياة وأحرص على أخذه بطريقة صحيحة	0,690
52	اتحدث بشكل إيجابى مع نفسى ليقوى عزمى .	0,643
40	امتلك من القوة النفسية ما يمكنى من انجاز أصعب الأعمال.	0,614
59	لدى أحلام أتمنى تحقيقها .	0,612
63	الحياة جميلة وتستحق أن نحارب من أجلها .	0,612
23	لدى عزيمة كبيرة فى انجاز أشياء فى حياتى .	0,609
51	لذة الحياة فى صعوبتها .	0,496

تعكس مفردات هذا العامل افتقاد الفرد وجود أهداف فى حياته يسعى لتحقيقها، مع فشله المستمر والدائم فى وضعها وتنفيذها، وافتقاده للمعنى والمعزى من حياته .

العامل الثالث: الوحدة والعزلة

استحوذ هذا العامل على (10.640%) من التباين العاملي الكلي (بعد التدوير) وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (7.448) وقد تشبعت عليه جوهريا 12 مفردة تراوحت قيم تشبعتها ما بين 0,681 ، 0,351 وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (18) .

جدول (18) : معاملات تشبع مفردات العامل الثالث

معامل التشبع	المفردة	رقم المفردة
0,681	احرص على البقاء لوحدى فترات طويلة .	9
0,681	البعد عن الآخرين أفضل بكثير من الاختلاط بهم .	44
0,676	تتنابنى مشاعر الوحدة حتى وأنا وسط الآخرين .	21
0,660	اتجنب البقاء مع الآخرين .	27
0,653	أشعر بوحدة كبيرة رغم وجودى فى وسط اجتماعى .	62
0,647	أرى أن البعد عن الناس غنيمة .	32
0,584	أشعر أنى وحيد فى هذه الحياة .	15
0,551	انعزل عن الآخرين تجنباً لأذاهم .	50
0,525	اسعى للاختلاط بالآخرين والاندماج معهم .	56
0,524	أشعر بغربة شديدة فى هذه الحياة .	3
0,449	يسيطر على فكرة أن الوجود سيزول قريباً .	19
0,351	اتجنب البقاء بمفردى .	38

تعكس مفردات هذا العامل سيطرة مشاعر العزلة والوحدة رغم وجوده وسط الآخرين ، مع شعوره بعدم وجود أى دعم أو مساندة له فى الحياة، وحرصه على تجنب الناس وعدم الاختلاط بهم تقادياً لأذاهم .

العامل الرابع: التشاؤم والأفكار الانتحارية

استحوذ هذا العامل على (9.211%) من التباين العاملى الكلى (بعد التدوير) وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (6.447) وقد تشبعت عليه جوهرياً 20 مفردة تراوحت قيم تشبعاتها ما بين 0,699 ، و0,304 وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (19) .

جدول (19) : معاملات تشبع مفردات العامل الرابع

رقم المفردة	المفردة	معامل التشبع
10	اتمنى التخلص من حياتى .	0,699
33	انهاء الحياة أفضل من الاستمرار فى مأساتها .	0,688
22	تسيطر على فكرة انهاء حياتى بيدي .	0,686
4	تسيطر على أفكاراً انتحارية .	0,667
39	أرى أن الحياة لا تستحق أن تعاش .	0,587
67	لم أفكر فى إنهاء حياتى أبداً .	0,551
20	الحياة لا تعنى لى شيئاً .	0,511
45	أتسأل عن سبب وجودى فى هذه الحياة الكئيبة .	0,463
36	كل ما حولى مظلّم .	0,451
30	لا شىء يدعوا للتفاؤل فى هذه الحياة .	0,446
16	حياتى ليس لها قيمة .	0,438
7	لا أتوقع خيراً مقبلاً فليس هناك ما يبشر بالخير .	0,396
6	لا أعرف لماذا أعيش ؟	0,383
66	أثق يقيناً أن القادم أفضل .	0,382
25	لا أشعر بأى أمل فى هذه الحياة .	0,376
13	اعتقد أن الأسوء قادم .	0,364
47	اتعجب ممن يحلمون فى هذه الحياة .	0,341
48	أتسأل دوماً عن الحكمة من وجودى فى هذه الحياة .	0,336
37	لم أعد أهتم حتى بنفسى .	0,317
70	أحب الحياة واحرص على نفسى فيها .	0,304

تعكس مفردات هذا العامل استشعار الفرد بأنه لا أمل له فى هذه الحياة، وتوقعه الأسوء دائماً مع التركيز على سلبيات الحياة وعيوبها . الأمر الذى يدفعه للتكاسل وعدم الرغبة فى الانجاز . بالإضافة الى الشعور باليأس الشديد من الحياة وعدم الرغبة فى الاستمرار فيها والشعور بأن ليس لها قيمة والرغبة الملحة فى إنهاء الحياة فى صورة أفكار انتحارية.

العامل الخامس: اللامبالاة

نمذجة العلاقات السببية لكل من الامتتان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى لدى طلاب جامعة
حوان

استحوذ هذا العامل على (4.769%) من التباين العاملى الكلى (بعد التدوير)
ويبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (3.338) وقد تشبعت عليه جوهريا 7 مفردات تراوحت قيم
تشبعاتها ما بين 0,644 ، 0,349 وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (20) .

جدول (20) : معاملات تشبع مفردات العامل الخامس

رقم المفردة	المفردة	معامل التشبع
43	لا أبالى بما يدور حولى .	0,644
8	لا أهتم بما يدور حولى من أحداث .	0,542
49	اللامبالاة شعارى فى هذه الحياة .	0,539
14	أشعر بأنه لا يوجد شىء يستحق تفكيرى فيه .	0,417
31	الحياة أقل من أن أهتم بما يحدث فيها .	0,394
2	لا يشغل تفكيرى أى شىء فى هذه الحياة .	0,368
55	احرص على فهم ما يدور حولى .	0349,

تعكس مفردات هذا العامل شعور الفرد بعدم الرغبة فى المشاركة فى الحياة أو
الانشغال عما يحدث فيها من أحداث أو اتخاذ موقف منها .

ثانياً : الاتساق الداخلى

تم التحقق من الاتساق الداخلى لمقياس إرادة الحياة على عينة قوامها (448) طالب
وطالبة من طلاب كلية التربية، وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة
والدرجة الكلية للعامل الذى تنتمى إليه، وكذلك معاملات الارتباط بين كل مفردة والدرجة
الكلية للمقياس، وكذلك معاملات الارتباط بين العوامل وبعضها البعض والدرجة الكلية
للمقياس كما هو موضح كالاتى

أ: حساب معاملات الارتباط بين المفردة والدرجة الكلية للعامل ، وكذلك بين
المفردة والدرجة الكلية للمقياس

جدول (21): معاملات الارتباط بين المفردة والدرجة الكلية للعامل ، وكذلك بين المفردة والدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالعامل الاول	رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالعامل الاول	رقم المفردة
٠.٧٣٣	٠.٧٨٤	٣٤	٠.٦٢٩	٠.٦٤٢	١
٠.٦٣٥	٠.٦٥٨	٤٢	٠.٧١١	٠.٧٣٧	٥
٠.٧١٩	٠.٧٧٢	٤٦	٠.٧٣٥	٠.٧٧٤	١١
٠.٤٥١	٠.٤٦٢	٥٤	٠.٦٥٤	٠.٧٠٩	١٢
٠.٥٣٦	٠.٥٢٣	٦٠	٠.٧٤٨	٠.٨١٦	١٧
٠.٦٥٤	٠.٧٢٢	٦٤	٠.٧٠٥	٠.٧٧١	١٨
٠.٦٣٦	٠.٧٢٢	٦٥	٠.٦٠٩	٠.٦٦١	٢٤
٠.٧١٦	٠.٧٣٠	٦٨	٠.٧٠٩	٠.٧١٣	٢٦
٠.٥٧٨	٠.٦٣٨	٦٩	٠.٧٥٦	٠.٧٩٥	٢٨
٠.٦٠٧	٠.٦٨٣	٧١	٠.٤٩١	٠.٥٢٨	٢٩
معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالعامل الثاني	رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالعامل الثاني	رقم المفردة
٠.٥٩٦	٠.٧٦٠	٥٧	٠.٣٧٣	٠.٦٥٠	٢٣
٠.٥٤٦	٠.٧٧١	٥٨	٠.٤٤٦	٠.٦٧٩	٤٠
٠.٤٧٣	٠.٦٥١	٥٩	٠.٤٥٩	٠.٧٦٩	٤١
٠.٥١٦	٠.٧٤٥	٦١	٠.١٦٠	٠.٥٢٠	٥١
٠.٥٨٩	٠.٦٨٠	٦٣	٠.٤٤١	٠.٧٠٣	٥٢
			٠.٤٣٠	٠.٧٢٠	٥٣
معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالعامل الثالث	رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالعامل الثالث	رقم المفردة
٠.٥٩٠	٠.٧٣٩	٣٢	٠.٦٥٨	٠.٦٩٤	٣

نمذجة العلاقات السببية لكل من الامتحان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى لدى طلاب جامعة
حوان

٠,١١٩*	٠,٢٩٨**	٣٨	٠,٥٧٨**	٠,٧٥٦**	٩
٠,٦١٤**	٠,٧٧٠**	٥٠	٠,٧٢٩**	٠,٧٧٥**	١٥
٠,٥٢٧**	٠,٦٦٤**	٤٤	٠,٦١١**	٠,٦٤٤**	١٩
٠,٤٢٥**	٠,٥٧٥**	٥٦	٠,٧٠٠**	٠,٨٢١**	٢١
٠,٦١٢**	٠,٧٣٩**	٦٢	٠,٦٧٩**	٠,٧٩٨**	٢٧
معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالمعامل الرابع	رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالمعامل الرابع	رقم المفردة
٠,٧٦٣**	٠,٨٠٥**	٣٣	٠,٦٢٤**	٠,٧٣٩**	٤
٠,٦٢٩**	٠,٧٣٨**	٣٦	٠,٧٠١**	٠,٧٢٧**	٦
٠,٧٢٧**	٠,٧٦٠**	٣٧	٠,٧٠٥**	٠,٧٣١**	٧
٠,٧٠٤**	٠,٧١٩**	٣٩	٠,٦٨٨**	٠,٧٩٢**	١٠
٠,٧٣٤**	٠,٧٧٤**	٤٥	٠,٦٧٤**	٠,٧٠٩**	١٣
٠,٥٩٧**	٠,٦٤٢**	٤٧	٠,٧٦٥**	٠,٧٩٩**	١٦
٠,٤٦٦**	٠,٥٤٦**	٤٨	٠,٧٢٥**	٠,٧٦٨**	٢٠
٠,٥٩٧**	٠,٦٠٧**	٦٦	٠,٥٦٤**	٠,٦٨٩**	٢٢
٠,٣٤٢**	٠,٤٣٤**	٦٧	٠,٧٨٣**	٠,٧٩٠**	٢٥
٠,٥٥٧**	٠,٥١٧**	٧٠	٠,٧٠٢**	٠,٧٨٦**	٣٠
معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالمعامل الخامس	رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالمعامل الخامس	رقم المفردة
٠,٤٢٥**	٠,٧٢٤**	٤٣	٠,٣٥٩**	٠,٥١٦**	٢
٠,٥١٢**	٠,٦٨٠**	٤٩	٠,٥١٧**	٠,٧٤٧**	٨
٠,٣٣٩**	٠,٤٩٣**	٥٥	٠,٥٨٩**	٠,٦٨٩**	١٤
			٠,٦٥١**	٠,٧٠٥**	٣١

** : مستوى الدلالة عند 0,01 ، * : مستوى الدلالة عند 0,05

ينتضح من الجدول (21) أن جميع معاملات الارتباط دالة عن 0,01 ، 0,05

ب: حساب معاملات الارتباطات بين العوامل وبعضها البعض والدرجة الكلية
للمقياس

جدول (22) : حساب معاملات الارتباطات بين العوامل وبعضها البعض والدرجة الكلية للمقياس

الدرجة الكلية	الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	الاول	العوامل
**٠,٩٤٠	**٠,٦٥٤	**٠,٨٥٥	**٠,٦٩٧	**٠,٥٦٢	١	الاول
**٠,٦٥٤	**٠,٣٦٤	**٠,٤٨٤	٣٩٩.	١		الثاني
**٠,٨٢٨	**٠,٦٢٥	**٠,٧٠٦	١			الثالث
**٠,٩٢٦	**٠,٦٣٨	١				الرابع
**٠,٧٤٢	١					الخامس

** : مستوى الدلالة عند 0,01

يتضح من الجدول (22) أن جميع معاملات الارتباط دالة عن 0,01

يتضح من الجداول (21 - 22) أن معاملات الارتباطات بين مفردات كل عامل والدرجة الكلية للعامل والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل عامل والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى دلالة (0,01)، (0,05) وهذا يشير إلى ترابط وتماسك مفردات المقياس وعوامله مما يدل على أن المقياس يتمتع باتساق داخلي.

ثالثاً: ثبات المقياس

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقتان هما طريقة التجزئة النصفية، والفا كرونباخ، وفيما يلي توضيح كلاً منهما

أ) طريقة التجزئة النصفية half-Split

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (448 طالب وطالبة)، ثم تم حساب معامل الارتباط (معامل ثبات التجزئة النصفية) بين نصفى الاختبار لكل عامل من العوامل والمقياس ككل، باستخدام معادلتى جوتمان، و معادلة تصحيح الطول لسبيرمان براون

نمذجة العلاقات السببية لكل من الامتتان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى لدى طلاب جامعة
حوان

جدول (23) : ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية

عوامل المقياس	عدد المفردات	معامل سبيرمان براون	معامل جوتمان
فقدان الإرادة	20	0,920	0,920
فقدان الهدف	11	0,852	0,845
الوحدة والعزلة	12	0,872	0,866
التشاؤم	20	0,920	0,919
اللامبالاة	7	0,758	0,744
المقياس ككل	70	0,924	0,916

يتضح من الجدول (23) أن معاملات ثبات التجزئة النصفية باستخدام معادلتى سبيرمان براون وجوتمان مقبولة مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات والاستقرار .

ب (طريقة ألفا كرونباخ Cronbach Alpha

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (448 طالب وطالبة) ثم تم حساب معامل ألفا للمقياس ككل وعوامله كما هو موضح بالجدول (24)

جدول (24) : معامل ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ

عوامل المقياس	عدد المفردات	معامل ألفا كرونباخ
فقدان الارادة	20	0,942
فقدان الهدف	11	0,891
الوحدة والعزلة	12	0,900
التشاؤم	20	0,943
اللامبالاة	7	0,777
المقياس ككل	70	0,972

يتضح من الجدول (24) أن معاملات ثبات ألفا كرونباخ مقبولة مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات والاستقرار .

الصورة النهائية لمقياس الإحباط الوجودي وكيفية تصحيح المقياس .

يتكون المقياس في صورته النهائية من (5 عوامل) تشتمل على (70 مفردة) تهدف إلى قياس إرادة الحياة لدى طلاب كلية التربية، ويتعين على المفحوص داخل المقياس أن يختار إجابة واحدة لكل مفردة من المفردات، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (70 - 210) ، حيث تشير الدرجة العليا إلى تمتع الطالب بدرجة عالية من الإحباط الوجودي، حيث تشير الدرجة من (129 الى 210) الى مستوى مرتفع من الإحباط الوجودي، وتشير الدرجة من (90 - 128) الى مستوى متوسط من الإحباط الوجودي، والدرجة (70-89) تشير إلى مستوى منخفض من الإحباط الوجودي .

نتائج البحث ومناقشتها

قبل عرض نتائج البحث، تم حساب الإحصاءات الوصفية لبيانات متغيرات الدراسة؛ وذلك للتحقق من اعتدالية توزيع تلك المتغيرات، كما هو موضح بجدول (25) وكذلك الارتباطات بين متغيرات البحث الثلاثة كما هو موضح في الجداول (26 - 27 - 28)

جدول (25): الإحصاءات الوصفية لبيانات عينة الدراسة على متغيرات الدراسة (ن = 426)

المتوسط	التوسط	الانحراف المعياري	الانحراف المعياري	التقلطح	متغيرات الدراسة	
39.01	41	4.4	1.26-	1.9	استكثار النعم	إرادة الحياة
69	71	6.24	1.8-	1.5	تقدير النعم والتعبير عن الامتنان	
108.01	112	9.03	1.7-	1.6	الامتنان ككل	إرادة الحياة
42.72	42.0	7.71	1.237-	1.45-	إرادة الدفاعية للحياة	
54.74	57	7.28	1.937-	1.216	إرادة القوة وبذل المجهود	
43.83	40	5.0	1.78-	1.11-	إرادة الأمل والتفاؤل	
13.43	14	2.7	1.12-	1.298-	إرادة مقاومة الضغوط	
15.12	15	2.76	1.18-	1.513-	إرادة الاستمتاع بالحياة	
169.85	174	21.82	1.615-	1.27-	إرادة الحياة ككل	إحباط الوجود
29.94	27	8.88	1.96-	1.83-	فقدان الإرادة والعزيمة	
17.75	17	4.87	1.74-	1.43-	فقدان الهدف في الحياة	
22.34	22	6.11	1.27-	1.78-	الوحدة والعزلة	
28.53	25	8.8	1.26	1.96	التشاؤم والافتقار الإلتحارية	
10.74	10	3.02	1.73-	1.14-	اللامبالاة	
109.3	103	26.88	1.88-	1.79-	الإحباط الوجود ككل	

ينضح من جدول (25) أن قيم المتوسطات الحسابية لمتغيرات الدراسة قريبة من قيم الوسيط، وأن جميع قيم الانحراف والتقلطح كانت أقل من $2 \pm$ و $7 \pm$ على الترتيب (Finney & Distefane , 2006,272) ، مما يشير إلي أن توزيع درجات أفراد عينة

نمذجة العلاقات السببية لكل من الامتحان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى لدى طلاب جامعة
حوان

الدراسة على المتغيرات يقترب من التوزيع الطبيعي، ومن ثم يمكن استخدام هذه البيانات
في إجراء التحليلات الإحصائية لاختبار فروض الدراسة الحالية

جدول (26) : معاملات الارتباط بين الامتحان وإرادة الحياة

الامتحان وعوامله			المتغير	
الدرجة الكلية للامتحان	تقدير النعم والتعبير عن الامتحان	استشعار النعم	إرادة الدافعية للحياة	إرادة الحياة
**،٤٩٨	**،٣٣٨	**،٥٩٧	إرادة القوة وبذل المجهود	
**،٦٢٠	**،٤٩٠	**،٦٤٧	إرادة الأمل والتفاؤل	

يتضح من الجدول (26) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الامتحان وإرادة الحياة (على مستوى جميع العوامل والدرجة الكلية) عند مستوى دلالة 0,01 .

جدول (27) : معاملات الارتباط بين الامتحان والإحباط الوجودى

الامتحان وعوامله			المتغير	
الدرجة الكلية للامتحان	تقدير النعم والتعبير عن الامتحان	استشعار النعم	فقدان الإرادة والعزيمة	الإحباط الوجودى
**،٥٥٤-	**،٤٤٧-	**،٥٦٤-	فقدان الهدف فى الحياة	
**،٤٨٠-	**،٣٦٨-	**،٥١٧-	الوحدة والعزلة	
**،٣٩٧-	**،٣٠٩-	**،٤٢١-	التشاؤم والأفكار الانتحارية	
**،٥٣٤-	**،٤٤٠-	**،٥٣١-	اللامبالاة	
**،٤٩١-	**،٤٧١-	**،٣٩٤-	الدرجة الكلية للإحباط الوجودى	

يتضح من الجدول (27) وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الامتحان والإحباط الوجودى (على مستوى جميع العوامل والدرجة الكلية) عند مستوى دلالة 0,01 . وهذا يعنى أنه كلما ارتفع الامتحان قل الإحباط الوجودى وكلما ارتفع الإحباط الوجودى قل الامتحان فالعلاقة بينهما علاقة سلبية عكسية .

جدول (28) : معاملات الارتباط بين إرادة الحياة والإحباط الوجودي

إرادة الحياة وعواملها						المتغير
إرادة الحياة ككل	إرادة الاستمتاع بالحياة	إرادة مقاومة الضغوط	إرادة الأمل والتفاؤل	إرادة القوة وبذل المجهود	إرادة الدافعية للحياة	
** ,٦٦٩ -	** ,٤٩٠ -	** ,٦٦٩ -	** ,٥٧٨ -	** ,٥٨٩ -	** ,٥٤٢ -	الإحباط الوجودي وعوامله
** ,٦٩٣ -	** ,٤٩٦ -	** ,٤٥٠ -	** ,٥٨١ -	** ,٦٥١ -	** ,٦٠٣ -	فقدان الإرادة والعزيمة
** ,٥١٣ -	** ,٥٠٤ -	** ,٤٨٣ -	** ,٤٩٠ -	** ,٣٥٠ -	** ,٤٣٠ -	فقدان الهدف في الحياة
** ,٥٧٢ -	** ,٤١٧ -	** ,٥٧٦ -	** ,٥٨٩ -	** ,٤٥٧ -	** ,٤٢٠ -	الوحدة والعزلة
** ,٤٣٧ -	** ,٢٩٤ -	** ,٤٥٢ -	** ,٤٠٥ -	** ,٤٠٩ -	** ,٣٠٧ -	التشاؤم والافتقار الانتحارية
** ,٧٠٠ -	** ,٥٣٦ -	** ,٦٣٥ -	** ,٦٤٦ -	** ,٥٨٨ -	** ,٥٥٨ -	اللامبالاه
						الدرجة الكلية للإحباط الوجودي

يتضح من الجدول (28) وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين إرادة الحياة والإحباط الوجودي (على مستوى جميع العوامل والدرجة الكلية) عند مستوى دلالة 0,01

نتائج البحث ومناقشتها

نتيجة الفرض الأول ومناقشتها

نمذجة العلاقات السببية لكل من الامتحان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى لدى طلاب جامعة
حوان

ينص الفرض الأول على أنه : لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات
الطلاب على مقياس الامتحان (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) تعزى للنوع (ذكور / إناث) .

ولاختبار صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار ت (T- test) لعينتين
مستقلتين للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطى درجات المجموعتين (ذكور ، إناث)
فى الامتحان (على مستوى الدرجة الكلية والعوامل) كما هو موضح بالجدول (29) التالية

جدول (29) : الفروق التى تعزى للنوع فى الامتحان

المستوى الدلالة	قيمة ت	درجات الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المجموعة	المُغيّر	الامتحان وعوامله
غير دال	١,٢١٩-	٤٢٤	٤,٢٨٠	٣٩,٤٠	٣٦٢	إناث	استشعار النعم	
			٥,٠٣٨	٤٠,١٣	٦٤	ذُكور		
غير دال	,٢٨٣-	٤٢٤	٦,٢٤٨	٦٨,٩٥	٣٦٢	إناث	تقدير النعم والتعبير عن الامتحان	
			٦,٣١٤	٦٩,١٩	٦٤	ذُكور		
غير دال	,٧٤٨-	٤٢٤	٩,٤٤٣	١٠٨,٣٥	٣٦٢	إناث	الامتحان ككل	
			١٠,٠٦٣	١٠٩,٣١	٦٤	ذُكور		

يتضح من الجدول (29) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث على
مقياس الإمتحان (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) وقد اتفقت هذه النتيجة مع
دراسات كل من دراسة هبه محمود محمد (2017) ، ودراسة النابغة فتحي محمد
(2019) ، ودراسة حمدى محمد ياسين ووفاء مسعود الحدينى ودعاء عبد الرحمن سيد
(2020) ، عدم وجود فروق دالة فى متغير الامتحان تبعاً للنوع . ودراسة فيصل خليل
الربيع وكوكب يوسف العبابنة (2018) ، ودراسة رشا عادل عبد العزيز (2019) ، ودراسة
أريج مسفر أحمد ومجدة السيد على (2020) ، عدم وجود فروق فى الامتحان تبعاً للنوع
فى حين اختلفت مع دراسات كل من دراسات كل من هانى سعيد حسن (2014) و
صفية فتح الباب أمين (2015) . وجود فروق دالة فى الامتحان فى اتجاه الإناث أما
دراسات هدى ملوح عسكر (2020) ، ومحمد عبد العظيم خلف الله (2020) ، وجود
فروق دالة لصالح الذكور فى الامتحان وربما يرجع الاختلاف لاختلاف العينات أو لطبيعة
المقياس المستخدم .

ويمكن ارجاع عدم وجود فروق ذات دلالة بين الذكور والإناث في متغير الامتحان وعوامله استشعار النعم وتقدير النعم والتعبير عن الامتحان وذلك لأن الامتحان كصفة إنسانية تتواجد في الإنسان بصرف النظر عن كونه ذكر أو أنثى فكل من الذكر والأنثى ينعم عليهم الله بنعم كثيرة لا تعد ولا تحصى وكلاهما يستشعر هذه النعم ويقدر قيمتها ويجد نفسه مدفوعا للتعبير عن الامتحان بكلمات وأفعال الشكر لله ولمن أجرى الله هذه النعم على يديه . وفي هذا الصدد فالشعور بالامتحان يعتبر فضيلة ذات قيمة عالية، فهو بمثابة التزام أخلاقي يقوم به الإنسان عند تلقي المنافع من الآخرين ، فالإمتان عاطفة انسانية وضرورية لتعزيز الاستقرار الاجتماعي، فوجود معايير المعاملة بالمثل في العديد من الثقافات قد يكون مؤشرا جيدا على القيمة الحقيقية للتعبير عن الامتحان، فسواء اعتبر الامتحان فضيلة أو سمة أو انفعال، فهو يدعم الأفكار والانفعالات الإيجابية لتحقيق مستوى جيد للصحة النفسية، والرفاهية والازدهار (حسام الدين محمود عزب ، سارة حسام الدين مصطفى ، نرمن مصطفى مصباح ، 2019 ، 158 - 159) .

كما أنه في ضوء نظرية التوسع والبناء Broaden and Build theory قدم فريديكسون من خلال هذه النظرية تصوراً ينص على أن الإنفعالات الإيجابية كالحب والتسامح والفخر توسع من منظومة الأفعال والأفكار التي يعايشها الفرد والتي بدورها تدعم وتزيد من قوى الفرد البدنية والذهنية والاجتماعية . وحيث أن الإمتان واحداً من هذه الانفعالات الإيجابية فإن تلك الخبرة لديها قدرة على أن توجد لدى الفرد رغبة في أن يتصرف بطريقة لائقة تجاه الآخرين ومن ثم فإن الإنفعالات الممتنة تبعث لدى الفرد احتمالات توسيع نمط التفكير لديه فيفكر بالطريقة التي من شأنها أن يفيد بها الآخرين فيبني علاقات وروابط قوية وصادقات ممتدة (Ma, Kibler.&Sly.,2013&Hasemeyer,2013) ويبدو أن في هذا الأمر متواجد لدى كل من الذكور والإناث.

نتيجة الفرض الثاني ومناقشتها

ينص الفرض الثاني على أنه : لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس إرادة الحياة (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) تعزى للنوع (ذكور / إناث) .

ولاختبار صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار ت (T- test) لعينتين مستقلتين للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطى درجات المجموعتين (ذكور ، إناث) فى إرادة الحياة (على مستوى الدرجة الكلية والعوامل) كما هو موضح بالجدول (30) .

جدول (30) : الفروق التى تعزى للنوع فى إرادة الحياة

مستوى الدلالة	درجات الحرية	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابى	العدد	المجموعة	المتغير																																																													
0,01	424	5,715-	7,317	41,85	362	إناث	إرادة الدافعية للحياة	إرادة الحياة																																																												
			8,096	47,61	64	ذكور			0,01	424	2,905-	7,098	54,29	362	إناث	إرادة القوة		7,940	57,14	64	ذكور	غير دال	424	1,468-	5,431	43,66	362	إناث	إرادة الأمل والتفاؤل		5,812	44,75	64	ذكور	غير دال	424	159-	2,600	13,43	362	إناث	إرادة مقاومة الضغط		3,362	13,48	64	ذكور	0,05	424	2,101-	2,693	15,00	362	إناث	إرادة الاستمتاع بالحياة		3,063	15,78	64	ذكور	0,01	424	3,750-	20,419	167,56	362	إناث	إرادة الحياة ككل
0,01	424	2,905-	7,098	54,29	362	إناث	إرادة القوة																																																													
			7,940	57,14	64	ذكور			غير دال	424	1,468-	5,431	43,66	362	إناث	إرادة الأمل والتفاؤل		5,812	44,75	64	ذكور	غير دال	424	159-	2,600	13,43	362	إناث	إرادة مقاومة الضغط		3,362	13,48	64	ذكور	0,05	424	2,101-	2,693	15,00	362	إناث	إرادة الاستمتاع بالحياة		3,063	15,78	64	ذكور	0,01	424	3,750-	20,419	167,56	362	إناث	إرادة الحياة ككل		23,322	178,17	64	ذكور								
غير دال	424	1,468-	5,431	43,66	362	إناث	إرادة الأمل والتفاؤل																																																													
			5,812	44,75	64	ذكور			غير دال	424	159-	2,600	13,43	362	إناث	إرادة مقاومة الضغط		3,362	13,48	64	ذكور	0,05	424	2,101-	2,693	15,00	362	إناث	إرادة الاستمتاع بالحياة		3,063	15,78	64	ذكور	0,01	424	3,750-	20,419	167,56	362	إناث	إرادة الحياة ككل		23,322	178,17	64	ذكور																					
غير دال	424	159-	2,600	13,43	362	إناث	إرادة مقاومة الضغط																																																													
			3,362	13,48	64	ذكور			0,05	424	2,101-	2,693	15,00	362	إناث	إرادة الاستمتاع بالحياة		3,063	15,78	64	ذكور	0,01	424	3,750-	20,419	167,56	362	إناث	إرادة الحياة ككل		23,322	178,17	64	ذكور																																		
0,05	424	2,101-	2,693	15,00	362	إناث	إرادة الاستمتاع بالحياة																																																													
			3,063	15,78	64	ذكور			0,01	424	3,750-	20,419	167,56	362	إناث	إرادة الحياة ككل		23,322	178,17	64	ذكور																																															
0,01	424	3,750-	20,419	167,56	362	إناث	إرادة الحياة ككل																																																													
			23,322	178,17	64	ذكور																																																														

يتضح من الجدول رقم (30)

1/ وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث على مقياس إرادة الحياة على مستوى العوامل (إرادة الدافعية للحياة وإرادة القوة عند مستوى دلالة 0.01، وإرادة الاستمتاع بالحياة عند مستوى دلالة 0.05) والدرجة الكلية لإرادة الحياة عند مستوى دلالة 0.01 وكانت الفروق فى اتجاه الذكور أى إن الذكور لديهم دافعية للحياة وإرادة للقوة وبذل المجهود وإرادة الاستمتاع بالحياة وإرادة للحياة أكثر من الإناث .

2/ عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث على مستوى العوامل (إرادة الأمل والتفاؤل ، وإرادة مقاومة الضغط) .

أوضحت نتيجة الفرض الخامس وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث على مقياس إرادة الحياة على مستوى العوامل (إرادة الدافعية للحياة وإرادة القوة وبذل المجهود عند مستوى دلالة 0.01، وإرادة الاستمتاع بالحياة عند مستوى دلالة 0.05) والدرجة الكلية لإرادة الحياة عند مستوى دلالة 0.01 وكانت الفروق فى اتجاه الذكور أى إن الذكور لديهم دافعية للحياة وإرادة للقوة وبذل المجهود وإرادة الاستمتاع بالحياة وإرادة للحياة أكثر من الإناث . وقد اختلفت هذه النتيجة مع دراسات كل من محمد بيومى (1996) أظهرت أنه لا توجد فروق فى إرادة الحياة تبعاً للنوع فى حين أوضحت دراسة شيماء

محمد بيومي (2020) وجود فروق تبعا للنوع فى اتجاه الإناث . وترى الباحثة أن النتيجة الحالية وهى تفوق الذكور على الإناث فى متغير إرادة الحياة وعوامله المتمثلة فى إرادة الدافعية للحياة وإرادة القوة وبذل المجهود، وإرادة الاستماع بالحياة هى نتيجة منطقية ويمكن إرجاها من وجهة نظر الباحثة للطبيعة السيكولوجية لكل من الذكور والإناث فالذكور أكثر قدرة على تحدى صعاب الحياة ومنوط بهم تحمل مسؤوليات كثيرة فى الحياة وبحكم تكونهم الجسمانى لهم لديهم استعداد نفسى وبدنى لمزيد من القوة وبذل المجهود فى الحياة والدافعية لها . وفى نفس ذات الوقت هم يعرفون كيف ستمتعون بالحياة ورؤيتهم مباحها فخيرتهم فى الحياة أكبر بكثير من الإناث فهم العكس وربما يرجع ذلك للطبيعة السيكولوجية الحساسة للأنثى فقد أعدها الله لأن تكون أما فى المستقبل وهو ما يجعلها حانية ومتعاطفة مع الأمور فبالتالى تؤثر فيها أحداث الحياة وصعوبتها مما يجعلها أقل من الذكر فى الدافعية للحياة وأيضا بحكم التكوين البدنى الأضعف من الذكر فقدرتها على القوة وبذل المجهود أقل وفرص استمتعها بالحياة محدودة وخاصة فى ظل التنشئة الاجتماعية فى البلاد العربية والمصرية تحديدا والتي تتيح الفرصة للذكر للتعرف على الحياة والانطلاق فيها ووضع قيود على الفتاة خوفا عليها لمعرفتهم بطبيعتها الحساسة وللطبيعة المتحفظة لدى كثير من الأسر المصرية .

أظهرت نتيجة الفرض الثانى أيضاً عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث على مستوى العوامل (إرادة الأمل والتفاؤل، وإرادة مقاومة الضغوط) من عوامل إرادة الحياة . تتفق هذه النتيجة مع دراسة محمد بيومي (1996) والتي أظهرت أنه لا توجد فروق فى إرادة الحياة تبعا للنوع ويمكن تفسير أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث فى إرادة الأمل والتفاؤل فكل من الذكر والأنثى يمتلكان إرادة الأمل والقدرة على التفاؤل ففي دراسة محمد بيومي (1996) والتي اجريت على المرضى بمرض مفضى للموت عدة أبعاد من بينها الأمل وهو يعنى يقصد بها وجود مشروع مستقبلى للفرد لتحقيق أهدافه على أن يتم هذا المشروع بواقعية تناسب قدراته . وفى البحث الحالى يقصد بإرادة التفاؤل والأمل قدرة الفرد على احتفاظه بالأمل فى الحياة والطموح فيها وتحديد أهداف كثيرة لتحقيقها مع الشعور الدائم بالبشر والاتجاه الإيجابى نحو المستقبل ورؤية الجوانب الإيجابية فى أحلج الظروف . ومخالطة الإيجابيين الذين يمنحون الطاقة الإيجابية . ويبدو أن الانفتاح الثقافى والعالمى الذى اتيح فى العصر الحالى للشباب الجامعى من الذكور والإناث جعل كثير من الشباب الجامعى يعمل على استغلال طاقاته وقدراته الاستغلال الأمثل وجزء لا يتجزأ من فكرة أن يكون الطالب لديه إرادة للحياة أن يكون متفائل ومقبل على الحياة ومخالط للإيجابيين .

كذلك يمكن تفسير عدم وجود فروق بين الذكور والإناث فى عامل إرادة مقاومة الضغوط الى طبيعة العصر الذى نعيشه بكل تفاصيله والذى فرض على الكل أن يحاول

نمذجة العلاقات السببية لكل من الامتتان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى لدى طلاب جامعة
حوان

مقاومة الضغوط سواء ذكر أو أنثى حيث تعتبر الضغوط النفسية من أهم المشاكل التى يعانى منها طلبة الجامعة، فهى تؤثر على طالب الجامعة فى جميع مناحى حياته ومن الممكن أن يصاب ببعض الاضطرابات النفسية كالقلق والإكتئاب وغيرها من الاضطرابات النفسية، إذا لم يستطيع التعامل معها وتقليلها أو إزالتها، وقد أشارت رزيقة محذب و مليكة سليمانى (2021 ، 255) أن طلبة الجامعة يتعرضون لكثير من المواقف و الأحداث الضاغطة التى تغير حياتهم، وقد وضح عزيزة عنو و نورة بادی(2022 ، 211) أن الضغوط التى يتعرض لها الطالب الجامعى لها آثار سلبية على الطالب الجامعى ومن هنا نجد أهمية مقاومة الضغوط ، فقد أشارت ليلي نجم ثجيل (2022 ، 68) أن مقاومة الضغوط النفسية تعتبر عوامل تعويضية لكى يستطيع الطالب أن يحافظ على الصحة النفسية والجسدية له، فقد ذكرت عادة سعد سليمان (2023 ، 99) أن استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية تمكن الطالب من التعامل مع الآثار السلبية للضغوط وتقليلها.

نتيجة الفرض الثالث ومناقشتها

ينص الفرض الثالث على أنه : لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس الإحباط الوجودى (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) تعزى للنوع (ذكور / إناث) .

ولاختبار صحة هذ الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار ت (T- test) لعينتين مستقلتين للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطى درجات المجموعتين (ذكور ، إناث) فى الإحباط الوجودى (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) كما هو موضح بالجدول رقم (31)

جدول (31) : الفروق التى تعزى للنوع فى الإحباط الوجودى

المتغير	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابى	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
الإحباط الوجودى	فقدان الإرادة والعزيمة	إناث	٣٦٢	٣٠,١٢	٨,٧٨٧	٤٢٤	٠,٨٦٧
		ذكور	٦٤	٢٩,٠٨	٩,٣٩١		
	فقدان الهدف فى الحياة	إناث	٣٦٢	١٧,٩٦	٤,٨٢٥	٤٢٤	١,٧٨٦
		ذكور	٦٤	١٦,٧٨	٥,٠٦٣		
	الوحدة والعزلة	إناث	٣٦٢	٢٢,٥٠	٦,٠٤٨	٤٢٤	١,٣٣٦
		ذكور	٦٤	٢١,٣٩	٦,٤٤٣		
	التشاؤم	إناث	٣٦٢	٢٨,٦٠	٨,٧٣٨	٤٢٤	٠,٣٦٣
		ذكور	٦٤	٢٨,١٧	٩,١٥٢		
	اللامبالاة	إناث	٣٦٢	١٠,٧٤	٢,٩٢٢	٤٢٤	٠,٠٢١
		ذكور	٦٤	١٠,٧٣	٣,٥٥٦		
	الإحباط ككل	إناث	٣٦٢	١٠٩,٩٣	٢٦,٥١٥	٤٢٤	١,٠٣٤
		ذكور	٦٤	١٠٦,١٦	٢٨,٨١٤		

يتضح من الجدول (31) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث على مستوى الدرجة الكلية للإحباط الوجودي وجميع العوامل.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسات كل من محمد عباس محمد (2017) زيد عباس ناجي (2014) والتي أظهرت عدم وجود فروق تبعا للنوع في متغير الإحباط الوجودي، واختلفت مع نتيجة أمجد قاسم فارس (2009) وجود فروق في مستوى الإحباط الوجودي تبعا للنوع.

يمكن إرجاع هذه النتيجة الى حالة الإحباط الوجودي إذا تواجدت لدى الإنسان تجعله يعاني كثيرا بصرف النظر عن نوعه سواء كان ذكراً أو أنثى وتتواجد لديه كل عوامل الإحباط المتمثلة في فقدان الإرادة والعزيمة ، فقدان الهدف في الحياة، الوحدة والعزلة، التشاؤم، اللامبالاة . فلقد أولى فرانكل اهتمامه بظاهرة واسعة الانتشار في العصر الحالي كون الكثير من الأفراد يشكون هذه الأيام من بأن حياتهم بلا معنى تماما وتتقصهم المعرفة والوعي بمعنى يستحق العيش من أجله . فهم كثيرون الأمل من خبرة الفراغ الداخلي أو الفراغ داخل نفوسهم فأصبحوا في الموقف الذي سماه فرانكل الإحباط الوجودي (باترسون ، 1990 ، 464) .

نتيجة الفرض الرابع ومناقشتها

ينص الفرض الرابع : لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس الامتحان (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) تعزى للرضا عن التخصص الأكاديمي (راضيين / غير راضيين)

ولاختبار صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار ت (T- test) لعينتين مستقلتين للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعتين (راضيين عن التخصص ، غير راضيين عن التخصص) في الامتحان (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) كما هو موضح بالجدول (32)

جدول (32) : الفروق التي تعزى للرضا عن التخصص الأكاديمي (راضيين / غير راضيين) في

الامتحان

المتغير	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
الامتحان وعوامله	استشعار النعم	379	39.89	3.988	424	0.243	0.01
	غير راضيين عن التخصص	47	36.43	6.128			
الامتحان	تقدير النعم والتعبير عن الامتحان	379	69.32	5.778	424	3.100	0.01
	غير راضيين عن التخصص	47	66.30	8.809			
الامتحان ككل	راضيين عن التخصص	379	109.21	8.670	424	4.496	0.01
	غير راضيين عن التخصص	47	102.72	13.001			

يتضح من الجدول (32) وجود فروق دالة إحصائياً بين الطلاب الراضيين عن التخصص وغير الراضيين عن التخصص على مقياس الامتتان (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) فى اتجاه الطلاب الراضيين عن التخصص.

بالرغم من أن الباحثة لم تجد دراسات تناولت الفروق بين الراضيين عن التخصص الأكاديمى وغير الراضيين فى متغير الامتتان إلا أن النتيجة التى توصلت اليها الباحثة تعد نتيجة منطقية وواقعية جداً فقد أظهرت نتيجة البحث تفوق الراضيين عن التخصص فى الامتتان وعوامله المتمثلة فى استشعار النعم وتقدير النعم والتعبير عن الامتتان عن غير الراضيين وربما يرجع ذلك الى أن الرضى عن التخصص يعتبره الفرد نعمة أنه انضم لدراسة تخصص يحبه ويرضى عنه وبالتالي يستشعر امتناناً ويقدر هذه النعمة ويعبر عن امتنانه عنها .

إن مفهوم الرضا عن التخصص هو تقييم الشخص للتخصص الحالى مقارنة بمجموعة من المعايير المتعلقة بالوظيفة أو المهنة المستقبلية ويرتبط الرضا عن التخصص بالنتائج الدراسية الإيجابية؛ إذ إن الطلاب الأكثر رضا عن تخصصاتهم هم الأكثر حصولاً على معدل درجات دراسية مرتفعة، كما يؤدي الرضا عن التخصص الى انخفاض مستوى التسرب الدراسى لدى الطلاب (Schenkenfelder , 2017) وقد تكون مثل هذه النتائج ناتجة عن ارتباط الرضا عن التخصص بمستوى الدافعية وسلوكيات الإستذكار، مما يؤثر بشكل إيجابي على الإنجاز الدراسى العام (Lehman,2019) . وبالتالي رضى الطالب عن التخصص الأكاديمى الذى يقوم بدراسته يجعله ممتن لهذه النعم ومستشعراً بها ومعبراً عن امتنانه لحصوله عليها .

نتيجة الفرض الخامس ومناقشتها .

ينص الفرض الخامس : لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس إرادة الحياة (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) تعزى للرضا عن التخصص الأكاديمى (راضيين / غير راضيين)

ولاختبار صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار ت (T- test) لعينتين مستقلتين للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطى درجات المجموعتين (راضيين عن التخصص ، غير راضيين عن التخصص) فى إرادة الحياة (على مستوى الدرجة الكلية والعوامل) كما هو موضح بالجدول (33)

جدول (33) : الفروق التي تعزى للرضا عن التخصص الأكاديمي (راضيين / غير راضيين) في إرادة

الحياة

مستوى الدلالة	درجات الحرية	قيمة t	التحريف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المجموعة	المتغير	
							إرادة الدافعية للحياة	إرادة الحياة
0,01	424	4,672	7,441	43,31	379	راضين	إرادة الدافعية للحياة	إرادة الحياة
				43,31	47	غير راضين		
0,01	424	5,477	6,743	55,38	379	راضين	إرادة القوة وبذل المجهود	إرادة الحياة
				55,38	47	غير راضين		
0,01	424	7,159	5,038	44,46	379	راضين	إرادة الأمل والتفاؤل	إرادة الحياة
				44,46	47	غير راضين		
0,01	424	4,984	2,652	13,66	379	راضين	إرادة مقاومة الضغوط	إرادة الحياة
				13,66	47	غير راضين		
0,01	424	5,031	2,648	15,35	379	راضين	إرادة الاستمتاع بالحياة	إرادة الحياة
				15,35	47	غير راضين		
0,01	424	6,656	19,595	171,44	379	راضين	إرادة الحياة ككل	إرادة الحياة
				171,44	47	غير راضين		

يتضح من الجدول (33) وجود فروق دالة إحصائية بين الطلاب الراضين عن التخصص وغير الراضين عن التخصص على مقياس إرادة الحياة (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) في اتجاه الطلاب الراضين عن التخصص . وتعد هذه النتيجة التي توصلت اليها الباحثة نتيجة منطقية وواقعية جدا فقد أظهرت نتيجة البحث تفوق الراضين عن التخصص في إرادة الحياة وعوامله المتمثلة إرادة الدافعية للحياة ، وإرادة القوة وبذل المجهود ، وإرادة الأمل والتفاؤل، و إرادة مقاومة الضغوط ، وإرادة الاستمتاع بالحياة . وبالرغم من أن الباحثة أيضا لم تجد دراسات سابقة تناولت الفروق بين الراضين عن التخصص الأكاديمي وغير الراضين - في حدود علمها - إلا أنه يمكن تفسير هذه النتيجة في إطار ما توصلت إليه الباحثة من أدبيات وإطار نظري عن إرادة الحياة فوجود الشخص ودراسته لتخصص علمي يحبه ويهواه ويرضى عنه هو سبيله لتحقيق ذاته وتحقيق أحلامه وطموحاته المهنية مستقبلاً حيث أن الإرادة الإنسانية عملية شعورية ومقصودة يستدعيها الإنسان للتعبير عن ذاته وأحلامه ورغباته وأمنيته ، وكذلك فإن الإرادة عملية حيوية تتمثل في ابتكار الذات الذي يمكن الإنسان من تقديم كل ما هو جديد للعالم الذي يعيش فيه بكامل إرادته واختياراته الحرة . فالإرادة الحرة هي الأداة التي يحقق بها الانسان - شعورياً - كينونته ووجوده وهذه العملية ليست قاصرة على أعمال

الحياة اليومية ، ولكن ترتبط برغبات تحقيق الذات وكذلك الرغبات الروحية (Nolan,1984,28). ويؤكد هشام الخولى (2014 ، 132) أن الإرادة هى القوة النفسية الكامنة داخل الذات، والتي يمكن أن نسميها بإرادة العمل التى تبعث على التحرك والعمل، وهذا بالإضافة الى أن الإرادة محاطة بالجانب الوجدانى (الانفعالى) أى الدافع للعمل بموجب ما يفعله الفرد . وبالتأكيد أن تواجد الشخص فى تخصص أكاديمى علمى يحبه ويهواه ويرضى عنه يدفعه للعمل بكل ما أوتى من قوة لتحقيق النجاح فيه . ويرتبط الرضا عن التخصص بالنتائج الدراسية الإيجابية؛ إذ إن الطلاب الأكثر رضا عن تخصصاتهم هم الأكثر حصولاً على معدل درجات دراسية مرتفعة، كما يؤدي الرضا عن التخصص الى انخفاض مستوى التسرب الدراسى لدى الطلاب (Schenkenfelder , 2017) وقد تكون مثل هذه النتائج ناتجة عن ارتباط الرضا عن التخصص بمستوى الدافعية وسلوكيات الإستدكار، مما يوؤثر بشكل إيجابي على الإنجاز الدراسى العام(Lehman,2019).

وبالتالى هم أكثر إرادة دافعية للحياة وأكثر وإرادة القوة وبذل المجهود، وأكثر إرادة الأمل والتقاؤل ، وأكثر إرادة لمقاومة الضغوط ، وأكثر إرادة للاستمتاع بالحياة .من غير الراضيين عن التخصص الاكاديمى .

نتيجة الفرض السادس ومناقشتها

ينص الفرض السادس : لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس الإحباط الوجودى (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) تعزى للرضا عن التخصص الأكاديمى (راضيين / غير راضيين)

ولاختبار صحة هذ الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار ت (T- test) لعينتين مستقلتين للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطى درجات المجموعتين (راضيين عن التخصص الأكاديمى ، غير راضيين عن التخصص الأكاديمى) فى الإحباط الوجودى (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) كما هو موضح بالجدول (34)

جدول (34) : الفروق التي تعزى للرضا عن التخصص الأكاديمي (راضيين / غير راضيين) في الإحباط الوجودي

المتغير	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة	
الإحباط الوجودي	فقدان الإرادة والعزيمة	راضين عن التخصص	٣٧٩	٢٩,٠٩	٨,٢٣٣	٤٢٤	٦,٠٣٢-	٠,٠١
	غير راضين عن التخصص	٤٧	٣٧,٠٤	١٠,٦٤٨				
فقدان الهدف في الحياة	راضين عن التخصص	٣٧٩	١٧,٤٢	٤,٦٦٣	٤٢٤	٤,٤٥١-	٠,٠١	
	غير راضين عن التخصص	٤٧	٢٠,٧٠	٥,٥٦٧				
الوحدة والعزلة	راضين عن التخصص	٣٧٩	٢١,٨٧	٦,٠١١	٤٢٤	٤,٥٦٦-	٠,٠١	
	غير راضين عن التخصص	٤٧	٢٦,٠٩	٥,٦٨٣				
التشاؤم	راضين عن التخصص	٣٧٩	٢٧,٧٣	٨,٠٣٨	٤٢٤	٥,٦٢٠-	٠,٠١	
	غير راضين عن التخصص	٤٧	٣٥,١١	١١,٥٦٥				
اللامبالاة	راضين عن التخصص	٣٧٩	١٠,٤٩	٢,٨٠٠	٤٢٤	٥,٠٦١-	٠,٠١	
	غير راضين عن التخصص	٤٧	١٢,٧٩	٣,٨٨٩				
الإحباط ككل	راضين عن التخصص	٣٧٩	١٠٦,٥٩	٢٤,٦٨٢	٤٢٤	٦,٣٢٠-	٠,٠١	
	غير راضين عن التخصص	٤٧	١٣١,٧٢	٣٣,٠٢٦				

يتضح من الجدول (34) وجود فروق دالة إحصائية بين الطلاب الراضين عن التخصص وغير الراضين عن التخصص على مقياس الإحباط الوجودي (على مستوى العوامل والدرجة الكلية) في اتجاه الطلاب غير الراضين عن التخصص الأكاديمي، أي إن الطلاب غير الراضين عن التخصص الأكاديمي أكثر شعوراً بالإحباط الوجودي من الطلاب الراضين عن التخصص الأكاديمي . فبالرغم من أن الباحثة لم تجد دراسات تناولت الفروق بين الراضين عن التخصص وغير الراضين في متغير الإحباط الوجودي إلا أن النتيجة التي توصلت اليها الباحثة تعد نتيجة منطقية وواقعية جدا فقد أظهرت نتيجة البحث أن غير الراضين عن التخصص أكثر إحباطاً ووجودياً وعوامله المختلفة المتمثلة في فقدان الإرادة والعزيمة ، وفقدان الهدف في الحياة ، والوحدة والعزلة ، والتشاؤم ، واللامبالاة . و وبالرغم من أن الباحثة أيضا لم تجد دراسات سابقة تناولت الفروق بين

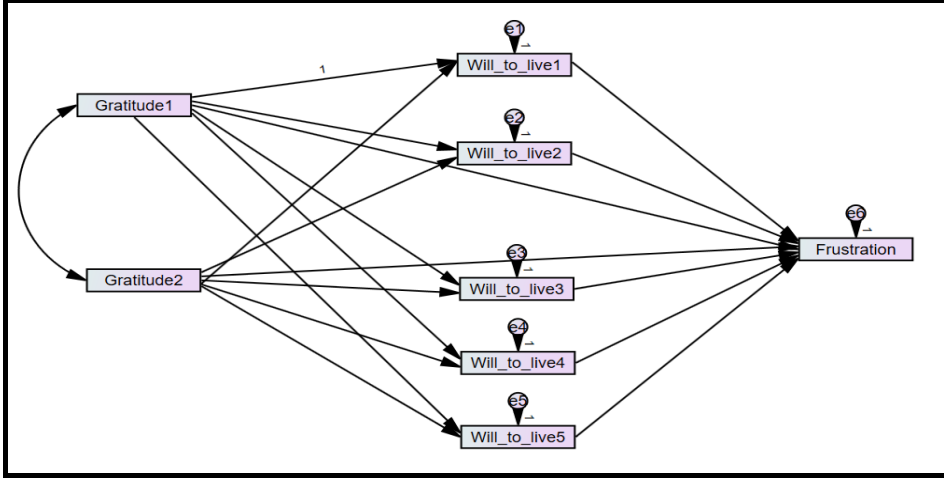
الراضيين عن التخصص الأكاديمي وغير الراضيين - في حدود علمها - في متغير الإحباط الوجودي؛ إلا أنه يمكن تفسير هذه النتيجة في إطار ما توصلت إليه الباحثة من أدبيات وإطار نظري حيث أن في الكثير من الأحيان يكون توجيه هذه الشريحة من الطلاب إجبارياً لدراسة تخصص لا يتوافق مع رغباتهم مما سيُشعر الطالب بأنه أقحم في دراسة تخصص ليس بينه وبين ما كان يرغب فيه ويطمح إليه أي صلة، الأمر الذي سيصيبه بخيبة الأمل والإحباط وسوء التكيف نتيجة لعدم رضاه عن تخصصه مما سيؤثر سلباً على تحصيله وسيدفع به إلى الشعور بعدم الارتياح النفسي (أمال شويخي ، زينب سعدى ، 2019 ، 125) ومما لاشك فيه أن أحد أهداف الشباب في فترة الجامعة هو دخوله الكلية التي يتمناها والتخصص الأكاديمي الذي يحب أن يدرسه. وقد يذهب هذا الحلم إدراج الرياح في ظل نظام الثانوية العامة التي معيارها الوحيد هو الحصول على مجموع من الدرجات كبير مما يجعل الطالب محباطاً؛ إذا لم يمكن من الحصول على المجموع الذي تتطلبه الكلية ويتحول الأمر من إحباط إلى إحباط متعلق بالوجود كله عندما تتعرض إرادة المعنى للإحباط والفشل يصاب الإنسان بالإحباط الوجودي، هكذا يُعرّف عالم النفس فرانكل الإحباط الوجودي، بأنه حالة يمر بها الشخص عندما يفشل بإرادته في إيجاد معنى لحياته، فالمعنى في حياة الإنسان يقرره الإنسان بإرادته وسعيه إلى إيجادها، وهو مسئول عن البحث عن معنى وغاية من حياته، وعندما يفشل في ذلك يتعرض للإحباط أو الاكتئاب الوجودي، هنا وجدنا أن فشل الإنسان في إيجاد غاية من حياته وما يُعاشه من آلام وآمال وتطلعات وخيبات؛ أدى به إلى حالة من الإحباط. أما الشق الآخر من المصطلح، وهو الوجودي فيتعلق عند فرانكل بثلاثة أشياء، هي: الوجود ذاته؛ أي أسلوب الوجود المميز للإنسان؛ حيث إن وجود الإنسان لا يشتمل على وجود جسدي أو وجودي جسدي وانفعالي فحسب، بل يشتمل على وجود جسدي وانفعالي وروحي أو عقلي، وهو ما يجعل الإنسان مميزاً عن غيره من الكائنات، كما يشير اللفظ أيضاً إلى معنى الوجود الذي يستمد منه الإنسان قيمة وجوده وهدفاً له، ويشير أيضاً إلى السعي للوصول لذلك المعنى ويتضمن استخدامه إرادته للوصول لمعناه (فيكتور فرانكل، 1982، 135) . ويتحول إلى طالب يعاني من كل أشكال وعوامل الإحباط الوجودي من فقدان الإرادة والعزيمة والعزلة واللامبالاة والتشاؤم . بعكس الراضيين عن التخصص الأكاديمي فلم يتعرضوا لهذا الموقف المؤلم أو الصادم .

نتيجة الفرض السابع ومناقشتها

نص الفرض السابع على أنه: " توجد علاقات سببية مباشرة وغير مباشرة بين كل من عوامل الامتتان وإرادة الحياة، تؤثر في الإحباط الوجودي لدى الطلاب "

وللتحقق من هذا الفرض إحصائياً تم استخدام معادلة النموذج البنائي والتي تتميز عن تحليل الانحدار بأنها يمكنها اختبار العلاقات بين كل هذه المتغيرات في وقت واحد ،

مما يُضفي قدراً كبيراً من التحكم في خطأ النوع الأول . وافترضت الباحثة بناء على ما جاء في الإطار النظري ونتائج الدراسات السابقة النموذج المقترح التالي كما في نموذج شكل (1) الذي يوضح أن عاملَي الامتحان (متغير مستقل)، والإحباط الوجودي (متغير تابع) ، وعوامل إرادة الحياة (متغير وسيط) .



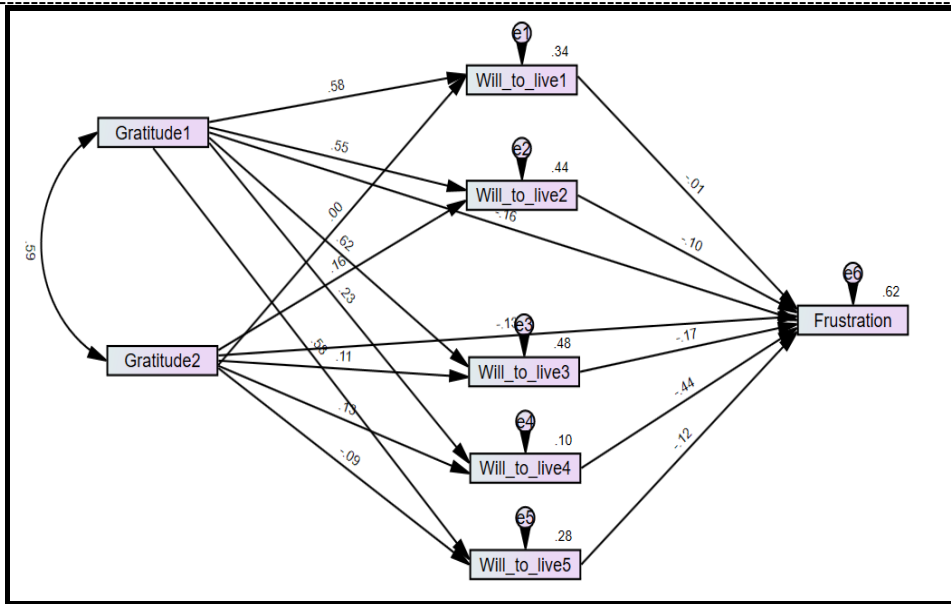
شكل (1) النموذج البنائي المقترح (توسط عوامل إرادة الحياة للعلاقة بين بعدي الامتحان والإحباط الوجودي)

ومن خلال البرنامج الإحصائي AMOS26 ، وذلك من خلال تقدير أقصى احتمال Maximum Likelihood Estimation ، وذلك لاختبار مدى مطابقة بيانات الدراسة الحالية للنموذج البنائي المقترح .

وتم الحكم على مطابقة النموذج البنائي المقترح في ضوء عدد من المؤشرات الإحصائية ، وقد تم اختيار هذه المؤشرات إما لأنها أقل اعتماداً على حجم العينة أو أقل تأثيراً بتعدد النموذج أو كليهما معاً (Hu & Bentler, 1999, 3) . وهذا ما تم مراعاته في اختيار مؤشرات حسن المطابقة كما جاءت في جدول (36)

ويبين شكل (2) قيم أوزان الانحدار المعيارية في النموذج البنائي المقترح لتفسير العلاقات بين المتغيرات .

نمذجة العلاقات السببية لكل من الامتنان وإرادة الحياة والإحباط الوجودي لدى طلاب جامعة
حوان



شكل (2) : قيم بيتا المعيارية للنموذج البنائي المقترح

وقد حاز النموذج المقترح على قيم مؤشرات حسن المطابقة كما في الجدول (35)

جدول(35) : قيم مؤشرات حسن المطابقة للنموذج المقترح

المؤشر	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر	القيمة التي تشير إلى أفضل مطابقة	القرار
كا ² X ²	٧٨.٧	٧	أن تكون كا ² غير دالة (مستوى دلالة كا ² دالة عند ٠.٠٠١ وبالتالي لم يتحقق هذا الشرط)	غير مقبول
نسبة كا ² /df	١١.٤٢	٥ - ١		غير مقبول
جذر متوسط مربعات خطأ الاقتراب RMSEA	٠.١٣	القيم التي تقل عن ٠.٠٨ تدل على مطابقة جيدة		غير مقبول
مؤشر حسن المطابقة GFI	٠.٧٩	صفر - ١		غير مقبول
مؤشر حسن المطابقة المصحح AGFI	٠.٧٢	صفر - ١		غير مقبول
مؤشر المطابقة المعياري NFI	٠.٨٢٤	صفر - ١		غير مقبول
مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠.٨٢٦	صفر - ١		غير مقبول
مؤشر المطابقة النسبي RFI	٠.٧٩٨	صفر - ١		غير مقبول

ويتضح من جدول (35) أن النموذج البنائي المقترح قد حاز على مؤشرات غير مقبولة حيث كان (مستوى دلالة كا2 دالة إحصائياً وهو غير مقبول ،نسبة كا2/df كانت مساوية 11.42 وهي قيمة أكبر من 5 ، كما كان جذر متوسط مربعات خطأ الاقتراب RMSEA مساوياً 0.13 أي أكبر من 0.08 ، وكانت باقي المؤشرات لا تتعدى 0.826 وبالتالي لا تعبر عن مؤشرات مطابقة جيدة للنموذج المقترح)

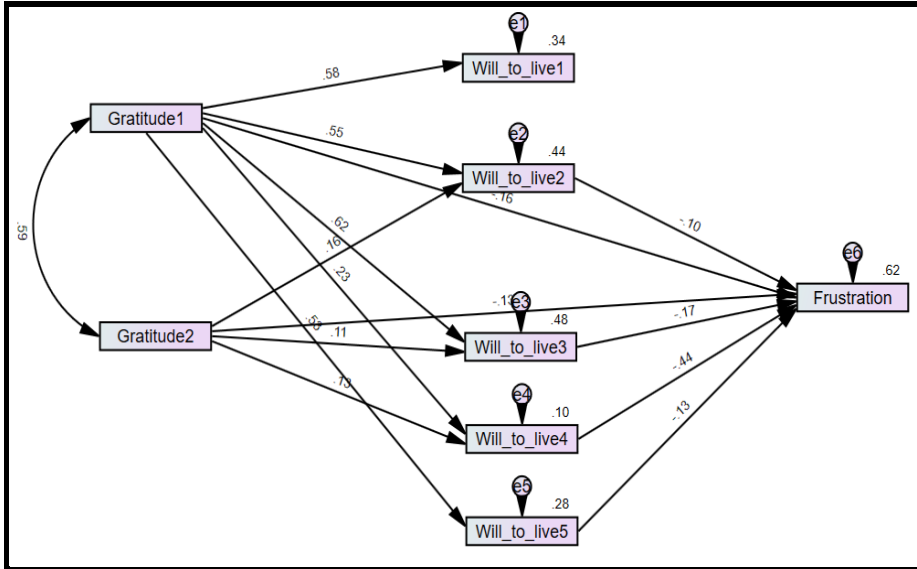
ونجد من شكل (2) الذي يوضح قيم بيتا المعيارية للنموذج المقترح أن هناك بعض المسارات الضعيفة لذا يجب حذفها من النموذج المقترح ، وهي

المسار من (Gratitude2 إلى Wil_to_live1) وهذا المسار يمثل من (متغير تقدير النعم والتعبير عن الامتنان إلى إرادة الدافعية للحياة) ويساوي (0.003) .

المسار من (Gratitude2 إلى Wil_to_live5) وهذا المسار يمثل (استشعار النعم إلى إرادة الاستمتاع بالحياة ويساوي (-0.092) .

المسار من (Will_to_live1 إلى Frustration) وهذا المسار يمثل (إرادة الدافعية للحياة إلى الإحباط الوجودي) ويساوي (-0.011) .

وبناء على ما سبق من حذف بعض المسارات الضعيفة والتي ليس لها دلالة إحصائية ، يكون شكل النموذج المقترح المعدل والنهائي كما بشكل (3) التالي



شكل (3) النموذج المقترح المعدل النهائي 5

5 الرموز التي وردت بالشكل (3) هي

- تشير Gratitude1 إلى استشعار النعم ، تشير Gratitude2 إلى تقدير النعم والتعبير عن الامتنان

نمذجة العلاقات السببية لكل من الامتتان وإرادة الحياة والإحباط الوجودي لدى طلاب جامعة
حوان

ويوضح جدول (36) مؤشرات حسن المطابقة للنموذج المقترح بعد التعديل

جدول (36) : قيم مؤشرات حسن المطابقة للنموذج المعدل النهائي

المؤشر	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر	القيمة التي تشير إلى أفضل مطابقة	القرار
χ^2 كا ²	٤.٣٣	أن تكون كا ² غير دالة	٤	مقبول
درجات الحرية df	٤	(مستوى دلالة كا ² غير دالة)	٠.٣٦٣	
مستوى دلالة كا ²	٠.٣٦٣			
نسبة كا ² /df	١.٠٨	٥ - ١	١ - ٠	مقبول
جذر متوسط مربعات خطأ الاقتراب RMSEA	٠.٠١٤	القيم التي تقل عن ٠.٠٨ تدل على مطابقة جيدة		مقبول
مؤشر حسن المطابقة GFI	٠.٩٩٧	صفر - ١	المستوى	مقبول
مؤشر حسن المطابقة المصحح AGFI	٠.٩٧٧	صفر - ١	المقبول	مقبول
مؤشر المطابقة المعياري NFI	٠.٩٩٨	صفر - ١	يساوي	مقبول
مؤشر المطابقة المقارن CFI	١	صفر - ١	أو أعلى	مقبول
مؤشر المطابقة النسبي RFI	٠.٩٨٦	صفر - ١	من ٠.٩	مقبول

ويتضح من جدول (36) أن النموذج البنائي المقترح المعدل يتطابق تماماً مع البيانات، وأن مؤشرات جودة المطابقة تتفق مع الحد الأقصى لقيم المؤشرات التي حددها Hu & Buntler (1999).

يتضح من شكل (3) التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للعلاقة بين عامل الامتتان (استشعار النعم، وتقدير النعم والتعبير عن الامتتان) كمتغير مستقل والإحباط الوجودي (بدرجته الكلية) كمتغير تابع من خلال عوامل إرادة الحياة (إرادة الدافعية للحياة، إرادة القوة وبذل المجهود، إرادة الأمل والتفاؤل، إرادة مقاومة الضغوط، إرادة الاستمتاع بالحياة) كمتغير وسيط، وهذه النتيجة منطقية بناء على ما جاء في الإطار النظري والدراسات

- تشير Will to live 1 إلى إرادة الدافعية للحياة، تشير Will to live 2 إلى إرادة القوة وبذل المجهود،
- تشير Will to live 3 إلى إرادة الأمل والتفاؤل، تشير Will to live 4 إلى إرادة مقاومة الضغوط، تشير Will to live 5 إلى إرادة الاستمتاع بالحياة.
- تشير Existential frustration إلى الإحباط الوجودي

السابقة ؛ كما أن الفروض التالية (الفرض الثامن والذي ينص على أنه يوجد تأثير مباشر دال إحصائياً للامتحان بعامله (استشعار النعم ، وتقدير النعم والتعبير عن الامتحان) في إرادة الحياة بعواملها (إرادة الدافعية للحياة، إرادة القوة وبذل المجهود، إرادة الأمل والتفاؤل، إرادة مقاومة الضغوط، إرادة الاستمتاع بالحياة) لدى عينة الدراسة" والفرض التاسع والذي ينص على أنه يوجد تأثير مباشر دال إحصائياً لإرادة الحياة بعواملها (إرادة القوة وبذل المجهود ، إرادة الأمل والتفاؤل ، إرادة مقاومة الضغوط، إرادة الاستمتاع بالحياة) في الإحباط الوجودي لعينة الدراسة" تدعم العلاقات المباشرة وغير المباشرة بين متغيرات الدراسة ، وبذلك يمكن قبول الفرض السابع كلياً.

وتتسق تلك النتيجة مع بعض الدراسات التي أهتمت بدراسة الامتحان وإرادة الحياة في علاقته بمجموعة من المتغيرات الإيجابية في الشخصية والتي أظهرت ارتباط الامتحان وإرادة الحياة بها ارتباطاً موجباً وأهمها منها دراسة أريج مسفر أحمد ومجدة السيد على (2020) والتي أظهرت ارتباط الامتحان بالاستمتاع بالحياة وهو أحد عوامل إرادة الحياة ودراسة ناهد محمد أحمد وعزة صالح الألفى وماجى وليم يوسف وشادية عبد العزيز مهتدى (2020) والتي أظهرت وجود تأثيرات مباشرة بين الامتحان والرفاهية النفسية في النموذج السببي للعلاقة بين الرفاهية النفسية وإرادة الحياة والتسامح والامتحان .

ويدعم هذه النتيجة أيضاً دراسة شيماء محمد بيومي (2020) والتي أوضحت ارتباط الميول الانتحارية (وهو أحد عوامل الإحباط الوجودى) بعلاقة عكسية سالبة مع إرادة الحياة .

وتتسق هذه النتيجة واتفاقها مع المنطق فالأمتان بعامله استشعار النعم وتقدير النعم والتعبير عن الامتحان يلعب دوراً هاماً وسبباً رئيساً فى وجود إرادة الحياة بكل عواملها المتمثلة فى (إرادة الدافعية للحياة ، إرادة القوة وبذل المجهود ، إرادة الأمل والتفاؤل ، إرادة مقاومة الضغوط ، إرادة الاستمتاع بالحياة) لدى الفرد وفى نفس ذات الوقت إذا غاب الامتحان أو ضعف لدى الفرد تتأثر إرادة الحياة لديه الامر الذى يترتب عليه وجود الفرد فى حالة من الإحباط الوجودى والذي من ضمن عوامله (فقدان الإرادة والعزيمة ، وفقدان الهدف فى الحياة) وهما عكس بعض عوامل إرادة الحياة (إرادة الدافعية للحياة ، إرادة القوة وبذل المجهود ، إرادة مقاومة الضغوط) والعكس صحيح أيضاً .

حيث يلعب الامتحان دوراً ايجابياً فى العلاج والارشاد النفسى فقد ثبت أنه يساعد على التحسن من القلق والاكتئاب وذلك بعد عدد قصير من الجلسات العلاجية لدى الأشخاص الذين يتصفون بالامتحان (Wood & Alex,2007,6) ودراسة كل من Wu, Hsin, Chien, Jone & Chen (2017) عن أثر برنامج للامتحان في كل من الرفاهة والصمود والامتحان لدى الطلاب الجامعيين بجامعة تايوان الوطنية للمعلمين وشارك في

الدراسة (٣٦) من الطلاب كانوا يمثلون المجموعة التجريبية و (٣١) كانوا في المجموعة الضابطة. وطبقت عليهم استبانة الامتتان لطلاب الجامعة واستبانة الصمود . وأظهرت النتائج زيادة مستوى امتتان الطلاب، كما ارتفعت الصمود والرفاهية لدى الطلاب . وهذا يدعم العلاقة الإيجابية الدالة بين الامتتان وإرادة الحياة حيث أن أحد عوامل إرادة الحياة هو إرادة مواجهة الضغوط

كما يعد الامتتان من المتغيرات الإيجابية التي قد تسهم فى تحقيق غاية الفرد وشعوره بالسعادة حيث أنه قد يسهم فى زيادة شعور الفرد بالرضا وزيادة جودة العلاقات الاجتماعية بين الأفراد والذي يؤدي بدوره فى الى زيادة القدرة مواجهة التغيرات والتحديات والضغوط التي يتعرض لها الإنسان فى حياته (هانى سعيد حسن ، 2014، 146) .

فلأمتتان أهمية كبيرة فى حياة الإنسان فهو أكثر من مجرد الشعور برد الجميل أو الشعور بالدين والرغبة فى رده ، فهو ليس اعترافا بفضل الآخرين علينا فقط وإنما هو يجعل كل يوم فى حياتنا له قدسية ، والتعبير عن الامتتان هدية للشخص الذى يعبر له ، قبل أن يكون منحة يقدمها للآخرين ، والامتتان حتى - لأبسط الأشياء الصغيرة - يجعل حياتنا اليومية - نفسها - هدية . كما أن الامتتان لا يقتصر فقط على أعمال الخير من الغرباء أو المعارف بل يتخطى ذلك بكثير فيعد العاطفة التي تعزز النتائج المجزية فى العلاقات (Visserman, Righetti, Impett, Keltner, Van Lange, 2018)

وذكر شويتزر (١٩٦٩) أن الامتتان "سر الحياة"، وواصل قوله أن أعظم شيء فى الحياة هو "تقديم الشكر من أجل كل شيء، والشكر على كل شيء، والشخص الذي عرف ذلك يعرف معنى الحياة"، كما توصل McCullough وزملائه إلى أن الاستعداد للامتتان يصاحبه علاقات ذات صلة ايجابية، وأن الأف ارد مرتفعو الامتتان يندمجون فى سلوكيات مرغوبة اجتماعيا (McCullough, Emmons, Tsang, 2002) .

ويعتبر الامتتان عاطفة ايجابية ضرورية للبناء والحفاظ على العلاقات الاجتماعية يشعر بها الإنسان عندما يعطى أو يحاول أن يعطى فهي عاطفة معقدة ترتبط بتقييم الفائدة والعطاء ، حيث أن سماع كلمات الشكر يعطى الإنسان قناعة بأنه قد نجح فى تحقيق هدفه الخاص بمساعدة الآخرين وجعل حياتهم أفضل ، فهو يشير الى ايجابية التوجه نحو الحياة والحفاوة والاعتراف بالجميل ويعتبر هذا الشعور من أهم الدوافع النفسية لدى جميع البشر التي تدفعهم للعمل والتقدم فى الحياة (Cruz, Bartlett, Gondon , 2012 , 2)

الامتتان يجعل الأفراد أكثر تفاؤلاً وأكثر تمتعاً بالحياة، فهو يسهم فى استقرار الحالة النفسية وتعزيز القوى والموارد الإيجابية الأخرى ، ويسهم فى زيادة القدرة على مواجهة

التغيرات والتحديات التي يتعرض لها الإنسان في حياته (حسام الدين محمود عزب ،
سارة حسام الدين مصطفى ، نرمين مصطفى صباح ، 2019 ، 158)
وإرادة الأمل والتفاؤل هو أحد عوامل إرادة الحياة وجزء أصيل منها ومن الطبيعي أن
يكون الامتتان سببا فيها .

**أما عن تفسير أن الامتتان ارتبط بشكل سلبي في مسارات سلبية مع الإحباط
الوجودي في النموذج المقترح فهي نتيجة منطقية فالامتتان متغير إيجابي في الشخصية
الإنسانية والإحباط متغير سلبي وبالتالي إفتقاد الامتتان أو ضعفه يؤدي إلى الإحباط
الوجودي فضعف قدرة الإنسان على استشعار النعم التي تحيط به من كل جانب في
الحياة وعدم تقديرها والعجز عن التعبير عن الشكر والتعبير عن الامتتان بها أمر يفقد
الإنسان لذة العيش في الحياة والاستمتاع بها فقد اثبتت دراسة صافية فتح الباب أمين
(2015) وجود ارتباط موجب ودال بين الامتتان والتفاؤل وهو عكس التشاؤم وهو أحد
عوامل الإحباط الوجودي.**

على الرغم من فوائد الامتتان وأهميته إلا أنه يمكن أن يكون أمراً صعباً في بعض
الأحيان ؛ فالامتتان لا يتم التعبير عنه بسهولة أو بشكل طبيعي لدى الكثير من الناس
وهناك عقبات أو صعوبات تسهم في نقص الامتتان في اطار الثقافة الحديثة تتمثل في
زيادة التوجه المادي ، وفقدان النظم الأخلاقي المطلق ، وفقدان الاتصال بالعالم الطبيعي
، وفقدان الانتماء الجذري للمكان ، وفقدان الشعور بالماضي ، ووفقاً لما يراه متشيل فإن
فقدان هذه الأمور يسهم في عدم القدرة بشكل عام على الشعور بالامتتان لما يوجد في
الحياة من نعم (Emmons, McCullough,2012)

ومع انتشار النظرة المادية للإنسان والتي تعمل على تهميش الجانب المعنوي لدى
الإنسان، بالإضافة إلى الاضطرابات والتغيرات المجتمعية؛ فإن الجانب المعنوي والروحي
للإنسان قد يتعرض إلى الإصابة بالخلل، ونظراً لأن الجانب الروحي هو أكثر ما يميز
الإنسان عن باقي الكائنات؛ فإن آثار عطبه تظهر جلوية وواضحة في حياة الأفراد
والشعوب، ومع انتشار مظاهر متعددة تنبئ عن الاضطراب النفسي والمعنوي لدى
الإنسان مثل الانتحار والإلحاد؛ كان لزاماً علينا أن نبحث في أهم مسببات هذا
الاضطراب النفسي المسمى بـ «الإحباط الوجودي» ، وننظر في ماهيته بتفصيل أكثر

ومن المشكلات التي يعاني منها الإنسان في الوقت الحاضر الإحباط الوجودي وذلك
يعود إلى مشاعر الخواء والفراغ والملل واللاجدوى التي تنتاب الإنسان في معظم نواحي
حياته . فكثرة الضغوط النفسية والأزمات التي يتعرض لها ورتابة البيئة المحيطة به وما
حولها من مظاهر الإنسانية من شأنها أن تدفع الإنسان إلى أن يعيش حياة خالية من
المعاني والقيم. والإحباط الوجودي يحدث عندما يعاق لدى الإنسان إرادة المعنى بسبب

الظروف البيئية القاسية المحيطة به فيشعر بأن الحياة فقدت معانيها من حوله ولا يشعر بالحماس للعمل ولا يبدو لديه أى هدف واضح فى الحياة يسعى الى تحقيقه بل تصبح الحياة له عديمة ومملة فيعتقد أن وجوده لا معنى له . (سناء عبد الزهرة الجمعان وفريد جاسم مثنى ، 2017 ، 529)

وما أصعب الظروف القاسية التي يعيشها الشباب فى هذا العصر التي تجعله يغفل نعم كثيرة فى حياته وتقده الامتتان الأمر الذى يؤدى به الى الوجودى

أما عن تأثير إرادة الحياة بشكل سلبى مع الإحباط الوجودى فهي أيضاً نتيجة منطقية كما أظهرت دراسة شيماء محمد بيومى (2020) وجود علاقة عكسية سالبة بين إرادة الحياة والмиول الانتحارية وهي أحد عوامل الإحباط الوجودى . كما أوضحت دراسة محمود حمد خلف (2023) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الإحباط الوجودى وفقدان الاستمتاع بالحياة وأنه يمكن التنبؤ بفقدان الاستمتاع بالحياة (وهو عكس الاستمتاع بالحياة وهو أحد عوامل إرادة الحياة) من درجات الأفراد على مقياس الإحباط الوجودى.

وترى شيماء محمد بيومى (2020 ، 159) أن انخفاض مستوى إرادة الحياة لدى الشباب الجامعى يرتبط بكثير من المشكلات الأخلاقية كالجزع والتذمر، والغضب لأتفه الأسباب، والشحناء والعصبية، وقد يهمل الطالب فى أداء واجباته - الدينية أو الحياتية - أو يتكاسل عنها ، مما يؤثر تأثيراً كبيراً فى قلق المستقبل والмиول الانتحارية لديه .

للأزمات والتغيرات المجتمعية أثرها الكبير على نفسية الإنسان، فإن لم تكن هناك أرض صلبة يتمكن الإنسان من الوقوف عليها عند حدوث الأزمات والاضطرابات قد يؤثر ذلك على صحته النفسية، ومن أكثر الأمور القادرة على خلق أرض صلبة يتكى عليها الفرد في مواجهة الأزمات وجود معنى أو سبب لحياته يجعله قادراً على التغلب على المعاناة، فعندما يفقد الإنسان المعنى أو الغاية من وجوده؛ يصير المشهد ضبابياً ويفقد الدافع للمضي قُدماً وتجاوز الألم. وينتج عن فقدان المعنى إحباط وجودي، فعندما يفشل الإنسان في إيجاد معنى وجودي لحياته؛ يصاب بالإحباط الوجودي، ويُعرّف عالم النفس النمساوي «فرانكل» المعنى الوجودي: بأنه «قدرة الفرد على إيجاد قيمة ومعنى للحياة، بحيث يجعل الحياة جديرة بالعيش، ويحدث نتيجة لإشباع دافعه الأساسي المتمثل بإرادة المعنى، فعند فشل الإنسان في إيجاد القيمة أو الغاية التي تجعل حياته جديرة بأن تعاش فإنه يكون قد وقع تحت وطأة الإحباط الوجودي»، وفي نظر «فرانكل» يُعدُّ الإحباط الوجودي عصاباً معنوي المنشأ؛ بمعنى أنه ليس اضطراباً جسدياً أو نفسياً سريريّاً بل اضطراباً متعلقاً بالعقل والروح الإنسانية (دعاء رجب ، 2020 ، 2)

ودراسة محمود حمد خلف (2023) والتي أظهرت وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين الإحباط الوجودى وفقدان الاستمتاع بالحياة والعزلة الاجتماعية لدى المتعاقدين العسكريين والمدنيين ؛ وهو عكس عامل إرادة الاستمتاع بالحياة أحد أهم عوامل إرادة الحياة .

من ناحية أخرى فإن أحد عوامل إرادة الحياة عامل إرادة الأمل والتفاؤل وهو عكس عوامل إفتقاد الإرادة والعزيمة وعامل افتقاد الهدف فى الحياة والتشاؤم والأفكار الانتحارية وهم من أهم عوامل الإحباط الوجودى ؛ حيث يذكر فرانكل أن الإحباط الوجودي يظهر في حالتين

الأولى؛ عندما تعاق إرادة المعنى لدى الشخص نتيجةً للضغوط النفسية الكبيرة التي قد يتعرض لها الفرد، مثل: الكوارث والحروب والأزمات والصدمات، وهو ما أيدته نتائج دراسات نيو كامب وهارلو 1982 اللذين توصلا إلى أن أحداث الحياة الضاغطة والصدمات الكبرى قد تؤدي إلى الإحباط الوجودي.

أما الحالة الثانية؛ فهي عندما تتعلق إرادة المعنى للإحباط بسبب رتابة البيئة المحيطة بالإنسان؛ إذ يفقد الإنسان الحماس لإنجاز أي عمل ولا يبدو لديه هدف واضح في الحياة يريد تحقيقه، بل يزداد شعوره بالسأم والملل والعزلة بسبب انتقاله من يوم إلى يوم في نفس الروتين والملل . ومقامة الضغوط النفسية هي أحد عوامل إرادة الحياة

ويشير فرانكل الى أن الإحباط الوجودى ظاهرة واسعة الانتشار ويعدده من المخاطر التي تواجه الإنسان المعاصر ويرجع فرانكل سبب حدوثها إلى فقدان عام للمعنى فى الحياة الذى يحدث نتيجة لفقدان أمرين أولهما فقدان الإنسان لما كان محتوما عليه أن يمر به منذ أن أصبح كائناً بشرياً ففى بداية التاريخ الانسانى فقد الإنسان بعض الغرائز الحيوانية الأساسية التي تشعره بالأمان والطمأنينة . وهذا الأمان يشبه فرانكل بالجنة وقد أغلق بابها فى وجه الإنسان للأبد وصار عليه أن يأتى ببدائل عنها . والثانى يمثل ما يجرى الآن بسرعة كبيرة من تناقض فى الاعتماد على التقاليد التي أدت الى دعم سلوكه وأفعاله ، لذا فهو لا يعرف ما يرغب فيه أو ما يريد أن يفعله . ومن سوف يخضع أكثر فأكثر لتحكم ما يريده الآخرون أن يفعله . ومن ثم سوف يتبع بشكل متزايد أسيرا للمسايرة والامتثال (سواء عبد الزهرة الجمعان ، فريد جاسم مثنى ، 2017 ، 533)

تعلقُ الإحباط الوجودي بالمعنى جلي وواضح، فيمكننا أن نستنتج مما سبق أن الفشل في إرادة المعنى لحياتنا هو ما يجعلنا نقع في الإحباط الوجودي، فتتعلق حالة الإحباط تلك بحرية الإرادة التي تجعل للإنسان حرية اختيار المعنى الخاص به، وتتعلق أيضاً بإرادة المعنى وهذا يعني أنه مسئول كل المسئولية عن الغاية التي اختارها ليرى حياته من خلالها وما ستؤدي إليه، ويتعلق هذا أيضاً بفردية المعنى من الحياة لدى كل

شخص فلكل شخص غاية متفردة لوجوده، حتى وإن اشتركنا في بعض القيم الوجودية الكبرى.

وقد أقام فرانكل نظريته العلاجية على هذا الجزء بالذات من كيفية إيجاد المعنى من حياتنا، فكان عندما يأتيه الناس بعد معاناة أو اضطراب أصاب حياتهم، ويرون أنهم لا يتحملون الحياة بسبب ما حدث معهم ولهم؛ كان يطرح عليهم سؤالاً وهو : لِمَ لم تنتحر حتى الآن؟ والإجابة عن هذا السؤال توضح السبب من السؤال الأول (ما المعنى من حياتنا؟) ، ومن ثم من خلال إجابة الشخص عن سبب عدم انتحاره حتى ذلك الوقت يبدأ فرانكل بمعرفة المعاني التي تجعله متمسكاً بالحياة، ومتحملاً المتاعب والمعاناة التي يلقاها، ومن هنا تبدأ رحلة العلاج بتقوية تلك المعاني لدى الشخص، والتي تمكنه لا من تجاوز المعاناة فحسب بل يتمكن من اكتشاف ذاته من خلالها بشكل أكبر ومتجاوز لحدود ذاته، بمعنى يؤمن به ويجعله مقبلاً على مواجهة صعاب الحياة متمسكاً بجدوى ما يفعل وما يقاوم ويتحمل لأجله. فالتشاؤم والأفكار الانتحارية هو أحد عوامل الإحباط الوجودى وهو عكس إرادة الامل والتفاؤل وهو أحد عوامل إرادة الحياة .

وهذا ما يثبت أن افتقاد الهدف والمعنى فى الحياة يعنى فقدان إرادة الحياة بكل ماتتضمنه من عوامل يؤدي إلى حالة الخواء ومن ثم الإحباط الوجودى .

نتيجة الفرض الثامن ومناقشتها

نص الفرض الثامن على أنه " يوجد تأثير مباشر دال إحصائياً للامتتان بعاملية (استشعار النعم ، وتقدير النعم والتعبير عن الامتتان) في إرادة الحياة بعواملها (إرادة الدافعية للحياة ، إرادة القوة وبذل المجهود ، إرادة الأمل والتفاؤل ، إرادة مقاومة الضغوط، إرادة الاستمتاع بالحياة) لدى الطلاب " ، وللتحقق من صحته تم حساب التأثيرات المباشرة وقيم بيتا المعيارية وغير المعيارية والخطأ المعياري والنسبة الحرجة لعينة الدراسة كما بجدول (37)

جدول (37): التأثيرات المباشرة للامتنان ببعديه في إرادة الحياة بعواملها

النسبة الدرجة	الخطأ المعياري	بيتا (B) غير المعياري	بيتا (B) المعياري	المتغيرات (التأثيرات)	
				من	إلى
		١	٠.٥٨	إرادة الدافعية للحياة	استشعار النعم
**١٢.٢٣	٠.٠٧٥	٠.٩١١	٠.٥٥١	إرادة القوة وبذل المجهود	
**١٤.٢٤	٠.٠٥٤	٠.٧٧٢	٠.٦١٨	إرادة الأمل والتفاؤل	
**٣.٩٨	٠.٠٣٥	٠.١٤	٠.٢٢٧	إرادة مقاومة الضغوط	
**١٢.٧٦	٠.٠٢٦	٠.٣٣	٠.٥٢٦	إرادة الاستمتاع بالحياة	تقدير النعم والامتنان
**٣.٦٦	٠.٠٥٣	٠.١٩٢	٠.١٦٥	إرادة القوة وبذل المجهود	
**٢.٦٣	٠.٠٣٨	٠.١	٠.١١٤	إرادة الأمل والتفاؤل	
*٢.٢١	٠.٠٢٥	٠.٠٥٥	٠.١٢٦	إرادة مقاومة الضغوط	

يتضح من جدول (37) وشكل (3) وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً عند مستوى (0.01) لعامل استشعار النعم في عوامل إرادة الحياة (إرادة الدافعية للحياة ، إرادة القوة وبذل المجهود ، إرادة الأمل والتفاؤل ، إرادة مقاومة الضغوط، إرادة الاستمتاع بالحياة) ، كما يتضح وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً عند مستوى (0.01) لعامل تقدير النعم والتعبير عن الامتنان في عاملى إرادة الحياة (إرادة القوة وبذل المجهود ، إرادة الأمل والتفاؤل) ، كما يتضح وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً عند مستوى (0.05) لعامل تقدير النعم والتعبير عن الامتنان في عامل إرادة مقاومة الضغوط.

أوضحت نتيجة الفرض الثامن وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً عند مستوى (0.01) لعامل استشعار النعم في عوامل إرادة الحياة (إرادة الدافعية للحياة ، إرادة القوة وبذل المجهود ، إرادة الأمل والتفاؤل ، إرادة مقاومة الضغوط، إرادة الاستمتاع بالحياة) ، كما يتضح وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً عند مستوى (0.01) لعامل تقدير النعم والتعبير عن الامتنان في عاملى إرادة الحياة (إرادة القوة وبذل المجهود ، إرادة الأمل والتفاؤل) ، كما يتضح وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً عند مستوى (0.05) لعامل تقدير النعم والتعبير عن الامتنان في عامل إرادة مقاومة الضغوط. وهى نتائج فى مجملها نتائج منطقية ومتسقة مع الواقع .

فوجود تأثير مباشر موجب ودال لعامل استشعار النعم فى عوامل إرادة الدافعية للحياة فهذا يعنى أن استشعار النعم سبباً فى الدافعية للحياة حيث يؤدى الامتنان دوراً مهماً فى الشعور الفرد بالسعادة والرضا عن نفسه وعن الآخرين وبناء العلاقات الإيجابية بين الأفراد وأكد ذلك ما أشار إليه (Ansari,2014,22) من أن الامتنان يجعل الأفراد

بأنهم أكثر تماسكًا واتساقًا فى الحياة مما ينعكس على شعورهم بأن الحياة لها معنى
ويسهل التحكم فيها ويتفق ذلك مع ما أشار إليه (Wood, Froh&Garaghty,2010,6)
من أن الامتتان يرتبط بشعور الفرد بالسرور المقترن بالتوظيف الانفعالى والاجتماعى
للأنشطة ويفسر ذلك ما أشار إليه كل من (Watkins, Wood Stone& kolts, 2003,
431) (Linley, Joseph, Harrington & Wood, 2006, 3), (Algoe, Fredricson
& Gable, 2013, 607), (Sun, Jiang, Chu & Qian, 2014), (Washizu &
Naito, 2015) من أن الامتتان ييسر إقامة العلاقات الاجتماعية ويجعلها أكثر إيجابية.

من ناحية أخرى الامتتان يقوى الهدف فى الحياة وبالتالي الدافعية للحياة فقد توصل
Rey (2009) فى دراسته الى وجود علاقة قوية بين الشعور بالامتتان والرفاهية النفسية
وكفاءة الفرد ، كما اتفق أيضا (Mann (2012) من حيث وجود علاقة قوية بين الشعور
بالامتتان والرفاهية النفسية والابتكار والهدف فى الحياة ، أيضاً توصل (Stewart(2013)
فى دراسته أن ممارسة الفرد للامتتان يزيد ويحسن من معنى الحياة لديه ، ويجعله أكثر
تقديرًا للحياة لأنه يراها أكثر جدوى وقيمة .

أما فيما يتعلق بنتيجة وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً عند مستوى (0.01)
لعامل استشعار النعم فى إرادة القوة وبذل المجهود . وهى أيضاً نتيجة إيجابية إذا كان
الامتتان يؤدي الى زيادة دافعية الفرد للحياة فمن الطبيعى أيضاً أن يزيد من إرادة القوة
وبذل المجهود حبث يؤكد هشام الخولى (2014 ، 132) أن الإرادة هى القوة النفسية
الكامنة داخل الذات، والتي يمكن أن نسميها بإرادة العمل التى تبعث على التحرك
والعمل، وهذا بالإضافة الى أن الإرادة محاطة بالجانب الوجدانى (الانفعالى) أى الدافع
للعمل بموجب ما يفعله الفرد. وتعرفها شيماء محمد بيومى (2020 ، 163) هى استعداد
يتوفر لأى شخص لبذل أقصى ما فى وسعه للاستمتاع بجميع مباحج الحياة ، والتغلب
على الأزمات التى تقابله مع التخطيط للمستقبل مع النظر للحياة نظرة تفاؤلية تدعو
للمسك بها والرغبة فى البقاء لتحقيق أهداف معينة .

وبالنسبة لوجود تأثير مباشر موجب ودال إحصائياً عند مستوى (0.01) لعامل
استشعار النعم فى إرادة الأمل والتفاؤل وهى أيضاً نتيجة منطقية حيث أن الامتتان متمثلا
فى استشعار النعم من الانفعالات الإيجابية . والامتتان كذلك يجعل الفرد يشعر بماضيه
ويقدره ويجعله أكثر اطمئنانا لحاضره ، كما أنه يمنحه رؤية للغد . وأن الامتتان يشجع
على إيجاد صلة جديدة أو تدعيم صلة موجودة بالفعل مع الآخرين وبالتالي هو أحد
المؤشرات الإيجابية فى الشخصية السوية ، وهو طاقة إيجابية يمنحها الشخص الممتن
لنفسه وللآخرين، وتتسم هذه الطاقة بالدفء والحب والاعتراف بالفضل و التقدير للآخر
معاً (هدى ملوح عسكر ، 2020 ، 778) .

وقد فسر فريدريكسون (Fredrickson, 2004) الإمتتان من خلال نظرية المشاعر الإيجابية والسلبية حيث قد يساعد الفرد في بناء علاقات مع الآخرين أساسها المشاعر الإيجابية وهذا مايفسر كون بعض الأفراد دائماً متفائلين ويشعرون بالحيوية .

أما فيما يتعلق بوجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً عند مستوى (0.01) لعامل استشعار النعم في عامل مقاومة الضغوط وتعد أيضاً هذه نتيجة منطقية فبمجرد أستشعار الفرد للنعم يستطيع الإنسان مقاومة ضغوط الحياة لأن استشعار النعم يمنحه معرفة بنعم الله التي لاتعد ولا تحصى وبالتالي إذا وضع تحت أى نوع من الضغوط يستطيع مواجهتها والتغلب عليها . كما يعد الامتتان من المتغيرات الإيجابية التي قد تسهم فى تحقيق غاية الفرد وشعوره بالسعادة حيث أنه قد يسهم فى زيادة شعور الفرد بالرضا وزيادة جودة العلاقات الاجتماعية بين الأفراد والذي يؤدي بدوره فى الى زيادة القدرة مواجهة التغيرات والتحديات والضغوط التي يتعرض لها الإنسان فى حياته (حسن ، 2014، 146) .

وهذه ما أكدته ودراسة كل من (Wu, Hsin, Chien, Jone & Chen (2017) عن أثر برنامج للامتتان في كل من الرفاهة والصمود والامتتان لدى الطلاب الجامعيين بجامعة تايوان الوطنية للمعلمين وشارك في الدراسة (٣٦) من الطلاب كانوا يمثلون المجموعة التجريبية و (٣١) كانوا في المجموعة الضابطة. وطبقت عليهم استبانة الامتتان لطلاب الجامعة واستبانة الصمود . وأظهرت النتائج زيادة مستوى امتتان الطلاب، كما ارتفعت الصمود والرفاهية لدى الطلاب . فالامتتان يؤدي بالفرد الى للقدرة على مقاومة الضغوط كما أن الامتتان يزيد من مستويات أمينو غلوبين فى الحنجرة والأنف الذى يزيد من مقدرة الجسم على مقاومة العدوى الخبيثة ، والامتتان يقلل من هرمون التوتر فى الجسم وهذه المادة صنفت من الأجسام المضادة التي تفرزها الجسم لمكافحة الفيروسات والبكتريا (Emmons & Kneezel ,2009, 140 – 148)

أظهرت نتيجة الفرض الثامن أيضاً وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً عند مستوى (0.01) لعامل استشعار النعم في عامل الاستمتاع بالحياة . ويمكن إرجاع هذه النتيجة الى أن استشعار النعم يجعل الإنسان مستمتع بحياته ومقبل عليها فالامتتان يجعل الفرد يشعر بماضيه ويقدره ويجعله أكثر اطمئنانا لحاضره ، كما أنه يمنحه رؤية للغد . وأن الامتتان يشجع على ايجاد صلة جديدة أو تدعيم صلة موجودة بالفعل مع الآخرين وبالتالي هو أحد المؤشرات الإيجابية فى الشخصية السوية ، وهو طاقة ايجابية يمنحها الشخص الممتن لنفسه وللآخرين ، وتتسم هذه الطاقة بالدفء والحب والاعتراف بالفضل و التقدير للآخر معاً . (هدى ملوح عسكر ، 2020، 778)

يؤدي الامتتان دوراً مهماً فى الشعور الفرد بالسعادة والرضا عن نفسه وعن الآخريين وبناء العلاقات الإيجابية بين الأفراد وأكد ذلك ما أشار إليه (Ansari, 2014, 22)

من أن الامتتان يجعل الأفراد بأنهم أكثر تماسكاً واتساقاً فى الحياة مما ينعكس على شعورهم بأن الحياة لها معنى ويسهل التحكم فيها ويتفق ذلك مع ما أشار إليه (Wood Froh&Garaghty,2010,6), من أن الامتتان يرتبط بشعور الفرد بالسرور المقترن بالتوظيف الانفعالى والاجتماعى للأنشطة ويفسر ذلك ما أشار إليه كل من (Watkins, Wood Stone& kolts, 2003, 431) (Linley, Joseph, Harrington & Wood, 2006, 3), (Algoe, Fredricson & Gable, 2013, 607), (Sun, Jiang, Chu & Qian, 2014), (Washizu & Naito, 2015), من أن الامتتان يبسر إقامة العلاقات الاجتماعية ويجعلها أكثر إيجابية. وهى كلها أمور تمنح الفرد شعوراً بالاستمتاع بالحياة .

أظهرت نتيجة الفرض الحادى عشر أيضا وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً عند مستوى (0.01) لعامل تقدير النعم والتعبير عن الامتتان في عاملى إرادة الحياة (إرادة القوة وبذل المجهود ، إرادة الأمل والتفاؤل) وهذه النتيجة تؤكد على أهمية الامتتان وخاصة عامل تقدير النعم والتعبير عن الامتتان وأثره المباشر والإيجابى فى أن يكون لدى الإنسان إرادة للقوة وبذل المجهود ويكون لديه إرادة للأمل والتفاؤل وهذا ما أكده حسام الدين محمود عزب ، سارة حسام الدين مصطفى ، نرمين مصطفى مصباح (2019 ، 158) من أن الامتتان يجعل الأفراد أكثر تفاؤلاً وأكثر تمتعاً بالحياة، فهو يسهم فى استقرار الحالة النفسية وتعزيز القوى والموارد الإيجابية الأخرى ، ويسهم فى زيادة القدرة على مواجهة التغيرات والتحديات التى يتعرض لها الإنسان فى حياته (حسام الدين محمود عزب ، سارة حسام الدين مصطفى ، نرمين مصطفى مصباح ، 2019 ، 158

كما يتضح من نتيجة الفرض الثامن وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً عند مستوى (0.05) لعامل تقدير النعم والتعبير عن الامتتان في عامل إرادة مقاومة الضغوط . فادراك الفرد أن لديه نعم ومعرفة قيمة هذه النعم والتعبير عن الامتتان لوجود هذه النعم يجعل الإنسان أكثر قدرة على مقاومة الضغوط التى يتعرض لها الفرد حيث يرى عبد المنعم الحفنى (1978) أن الإرادة حياة وتعبير صادق عن الوعى بالذات، وتعبر عن القدرة الاختيارية للفرد، والحياة إرادة لأن من يعى بذاته وعياً تاماً يملك التحرر من ضغط المادة، وعلى هذا تصبح مقولة " الإرادة حياة والحياة إرادة " حقيقة واقعة ، فالإرادة هى جوهر الإنسان، وشخصية الإنسان تكمن فى اراداته . وقد نظر البعض للإرادة على أنها إرادة الحياة ؟ أو إرادة العيش Will to live مثل دراسة Daniela (2009) التى تناولت مفهوم إرادة الحياة على اعتبار أنها موجه داخل الإنسان يدفعه للبقاء والرغبة فى الوجود . وتعرف (Carmel,2015,288) إرادة الحياة بأنها غريزة أساسية، وقوة دافعة طبيعية للإنسان، ولها جانبين أحدهما معرفى والآخر عاطفى، وتتأثر إرادة الحياة بالشخصية، والبيئة الاجتماعية، والثقافية المحيطة به . وبالتالي إذا كانت هذه الشخصية تتسم بالامتتان وقدرته على تقدير النعم والتعبير عن الامتتان كان للفرد المقدرة

على إرادة مقاومة الضغوط . ففي دراسة محمد محمد بيومي (1996) يقصد بها القدرة الذاتية للفرد على تحدى العقبات والصعوبات التي تحول دون أهدافه وذلك دون خضوع أو استسلام . وفي ذات الوقت فإن تمتع الفرد بقدرة حقيقية على ادراك قيمة النعم واستشعار أهميتها فى حياته بالإضافة إلى قدرة الفرد على تقديم عبارات الشكر والعرفان لنفسه وللآخرين وتقديم السلوكيات أيضاً الراقية التي تعبر عن الأمتنان والعرفان بالجميل الأمر الذى يجعله يشعر بأن لديه سند وعون فى هذه الحياة بكل صعوباتها وبالتالي يمنعه رغبة وإرادة فى مقاومة هذه الصعوبات والتخلص منها .

نتيجة الفرض التاسع ومناقشتها

نص الفرض التاسع على أنه " يوجد تأثير مباشر دال إحصائياً لإرادة الحياة بعواملها (إرادة القوة وبذل المجهود ، إرادة الأمل والتفاؤل ، إرادة مقاومة الضغوط، إرادة الاستمتاع بالحياة) فى الإحباط الوجودي لدى الطلاب " ، وللتحقق من صحته تم حساب التأثيرات المباشرة وقيم بيتا المعيارية وغير المعيارية والخطأ المعياري والنسبة الحرجة لعينة الدراسة كما بجدول (38)

جدول(38) : التأثيرات المباشرة لإرادة الحياة بعواملها فى الإحباط الوجودي بدرجته الكلية

المتغيرات	من	إلى	بيتا (B)	بيتا (B) غير	الخطأ	النسبة
			المعيارية	المعيارية	المعيارية	الحرجة
الإحباط الوجودي	إرادة القوة وبذل المجهود	0.1-	0.356-	0.142	2.01*	
	إرادة الأمل والتفاؤل	0.167-	0.784-	0.195	4.03**	
	إرادة مقاومة الضغوط	0.438-	4.15-	0.299	13.85**	
	إرادة الاستمتاع بالحياة	0.127-	1.19-	0.329	3.62**	

يتضح من جدول (38) وشكل (3) وجود تأثير مباشر سالب دال إحصائياً عند مستوى (0.01) لعوامل إرادة الحياة (إرادة الأمل والتفاؤل ، إرادة مقاومة الضغوط، إرادة الاستمتاع بالحياة) فى الإحباط الوجودي ، كما يتضح وجود تأثير مباشر سالب دال إحصائياً عند مستوى (0.05) لعامل إرادة القوة وبذل المجهود فى الإحباط الوجودي.

أظهرت نتيجة الفرض التاسع وجود تأثير مباشر سالب دال إحصائياً عند مستوى (0.01) لعوامل إرادة الحياة (إرادة الأمل والتفاؤل ، إرادة مقاومة الضغوط، إرادة الاستمتاع بالحياة) فى الإحباط الوجودي ، كما يتضح وجود تأثير مباشر سالب دال إحصائياً عند مستوى (0.05) لعامل إرادة القوة وبذل المجهود فى الإحباط الوجودي. وهذه نتيجة منطقية

ومتسقة مع الواقع والدراسات السابقة حيث أظهرت دراسة شيماء محمد بيومى (2020) وجود علاقة عكسية سالبة بين إرادة الحياة والميول الانتحارية وهى أحد عوامل الإحباط الوجودى . كما أوضحت دراسة محمود حمد خلف (2023) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الإحباط الوجودى وفقدان الاستمتاع بالحياة وأنه يمكن التنبؤ بفقدان الاستمتاع بالحياة (وهو عكس الاستمتاع بالحياة وهو أحد عوامل إرادة الحياة) من درجات الافراد على مقياس الإحباط الوجودى . وترى شيماء محمد بيومى (2020) ، ص (159) أن انخفاض مستوى إرادة الحياة لدى الشباب الجامعى يرتبط بكثير من المشكلات الأخلاقية كالجزع والتذمر، والغضب لأتفه الأسباب، والشحناء والعصبية، وقد يهمل الطالب فى أداء واجباته - الدينية أو الحياتية - أو يتكاسل عنها، مما يؤثر تأثيرا كبيرا فى قلق المستقبل والميول الانتحارية لديه .

وبالنظر لعوامل إرادة الحياة التى كان لها تأثير مباشر وسلبى مع الإحباط الوجودى فأول هذه العوامل هى إرادة الأمل والتفاؤل ، إرادة مقاومة الضغوط، إرادة الاستمتاع بالحياة و إرادة القوة وبذل المجهود يتضح أنها كلها عوامل مليئة بالطاقة الدافعة للحياة وحبها والتمسك بها فإرادة الحياة فى سياق البحث الحالى تحلى الفرد بدرجة عالية من الدافعية للحياة ليعيشها وذلك بوضع أهداف خاصة به والاصرار على تحقيقها والعزيمة والاصرار وبذل المجهود لتحقيقها مع القدرة على مقاومة الضغوط والصعاب التى يتعرض لها فى حياته . وامتلاؤه بالأمل والتفاؤل فى سبيل ذلك والرغبة والإرادة فى الاستمتاع بالحياة بكل تفاصيلها " . وهى متخلفة تمام عن مفهوم الإحباط الوجودى والذى يعنى أنه نوع من الإحباط الذى يصيب الفرد ويشعره بعدم أهمية وجوده فى الحياة وعدم أهمية الحياة ذاتها مع العجز عن القيام بأى عمل أو نشاط وافتقاد الشغف والاهتمام بالحياة وتتمثل مظاهر هذا الإحباط فى الشعور بإفتقاد الهدف فى الحياة وافتقاده للعزيمة والإرادة واللامبالاة والوحدة والعزلة والبعد عن الآخرين للحد الذى يصل إلى التشاؤم سيطرة الأفكار الانتحارية عليه". ومما سبق يتضح كيف تؤثر انخفاض إرادة الحياة فى حدوث الإحباط الوجودى لدى الشباب الجامعى

من ناحية أخرى يتضح أن للأزمات والتغيرات المجتمعية أثرها الكبير على نفسية الإنسان، فإن لم تكن هناك أرض صلبة يتمكن الإنسان من الوقوف عليها عند حدوث الأزمات والاضطرابات قد يؤثر ذلك على صحته النفسية، ومن أكثر الأمور القادرة على خلق أرض صلبة يتكى عليها الفرد في مواجهة الأزمات وجود معنى أو سبب لحياته يجعله قادراً على التغلب على المعاناة، فعندما يفقد الإنسان المعنى أو الغاية من وجوده؛ يصير المشهد ضبابياً ويفقد الدافع للمضي قُدماً وتجاوز الألم. وينتج عن فقدان المعنى إحباط وجودي، فعندما يفشل الإنسان في إيجاد معنى وجودي لحياته؛ يصاب بالإحباط الوجودي، ويُعرّف عالم النفس النمساوي «فرانكل» المعنى الوجودي: بأنه «قدرة الفرد

على إيجاد قيمة ومعنى للحياة، بحيث يجعل الحياة جديرة بالعيش، ويحدث نتيجة لإشباع دافعه الأساسي المتمثل بإرادة المعنى، فعند فشل الإنسان في إيجاد القيمة أو الغاية التي تجعل حياته جديرة بأن تعاش فإنه يكون قد وقع تحت وطأة الإحباط الوجودي «، وفي نظر «فرانكل» يُعدُّ الإحباط الوجودي عصاباً معنوي المنشأ؛ بمعنى أنه ليس اضطراباً جسدياً أو نفسياً سريريّاً بل اضطراباً متعلّقاً بالعقل والروح الإنسانية (دعاء رجب ، 2020 ، 2)

ودراسة محمود حمد (2023) والتي أظهرت وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين الإحباط الوجودي وفقدان الاستمتاع بالحياة والعزلة الاجتماعية . وهو عكس عامل إرادة الاستمتاع بالحياة أحد أهم عوامل إرادة الحياة . كما إن أحد عوامل إرادة الحياة عامل إرادة الأمل والتفاؤل وهو عكس عوامل افتقاد الإرادة والعزيمة وعامل افتقاد الهدف في الحياة والتشاؤم والافكار الانتحارية وهم من أهم عوامل الإحباط الوجودي . حيث يذكر فرانكل أن الإحباط الوجودي يظهر في حالتين

الأولى؛ عندما تعاق إرادة المعنى لدى الشخص نتيجة للضغوط النفسية الكبيرة التي قد يتعرض لها الفرد، مثل: الكوارث والحروب والأزمات والصدمات، وهو ما أيدته نتائج دراسات نيو كامب و هارلو 1982 اللذين توصلا إلى أن أحداث الحياة الضاغطة والصدمات الكبرى قد تؤدي إلى الإحباط الوجودي.

أما الحالة الثانية؛ فهي عندما تتعلق إرادة المعنى للإحباط بسبب رتابة البيئة المحيطة بالإنسان؛ إذ يفقد الإنسان الحماس لإنجاز أي عمل ولا يبدو لديه هدف واضح في الحياة يريد تحقيقه، بل يزداد شعوره بالسأم والملل والعزلة بسبب انتقاله من يوم إلى يوم في نفس الروتين والملل وهو ما يتعارض تماما مع إرادة مقامة الضغوط النفسية هي أحد عوامل إرادة الحياة

ويشير فرانكل إلى أن الإحباط الوجودي ظاهرة واسعة الانتشار ويعده من المخاطر التي تواجه الإنسان المعاصر ويرجع فرانكل سبب حدوثها إلى فقدان عام للمعنى في الحياة الذي يحدث نتيجة لفقدان أمرين أولهما فقدان الإنسان لما كان محتوماً عليه أن يمر به منذ أن أصبح كائناً بشرياً ففي بداية التاريخ الإنساني فقد الإنسان بعض العرائز الحيوانية الأساسية التي تشعره بالأمان والطمأنينة . وهذا الامان يشبه فرانكل بالجنة وقد أغلق بابها في وجه الإنسان للأبد وصار عليه أن يأتي ببدائل عنها . والثاني يمثل ما يجري الان بسرعة كبيرة من تناقض في الاعتماد على التقاليد التي أدت الى دعم سلوكه وأفعاله ، لذا فهو لا يعرف ما يرغب فيه أو ما يريد أن يفعله . ومن سوف يخضع أكثر فأكثر لتحكم ما يريده الآخرون أن يفعله . ومن ثم سوف يتبع بشكل متزايد أسيراً للمسايرة والإمتثال (سناء عبد الزهرة الجمعان وفريد جاسم مثني ، 2017 ، 533) .

تعلقُ الإحباط الوجودي بالمعنى جلي وواضح، فيمكننا أن نستنتج مما سبق أن الفشل في إرادة المعنى لحياتنا هو ما يجعلنا نقع في الإحباط الوجودي، فتتعلق حالة الإحباط تلك بحرية الإرادة التي تجعل للإنسان حرية اختيار المعنى الخاص به، وتتعلق أيضاً بإرادة المعنى وهذا يعني أنه مسئول كل المسؤولية عن الغاية التي اختارها ليرى حياته من خلالها وما ستؤدي إليه، ويتعلق هذا أيضاً بفردية المعنى من الحياة لدى كل شخص فلكل شخص غاية متفردة لوجوده، حتى وإن اشتركنا في بعض القيم الوجودية الكبرى.

وقد أقام فرانكل نظريته العلاجية على هذا الجزء بالذات من كيفية إيجاد المعنى من حياتنا، فكان عندما يأتيه الناس بعد معاناة أو اضطراب أصاب حياتهم، ويرون أنهم لا يتحملون الحياة بسبب ما حدث معهم ولهم؛ كان يطرح عليهم سؤالاً وهو : لِمَ لَمْ تنتحر حتى الآن؟ والإجابة عن هذا السؤال توضح السبب من السؤال الأول (ما المعنى من حياتنا؟) ، ومن ثم من خلال إجابة الشخص عن سبب عدم انتحاره حتى ذلك الوقت يبدأ فرانكل بمعرفة المعاني التي تجعله متمسكاً بالحياة، ومتحملاً المتاعب والمعاناة التي يلقاها، ومن هنا تبدأ رحلة العلاج بتقوية تلك المعاني لدى الشخص، والتي تمكنه لا من تجاوز المعاناة فحسب بل يتمكن من اكتشاف ذاته من خلالها بشكل أكبر ومتجاوز لحدود ذاته، بمعنى يؤمن به ويجعله مقبلاً على مواجهة صعاب الحياة متمسكاً بجذوى ما يفعل وما يقاوم ويتحمل لأجله. فالتشاؤم والأفكار الانتحارية هو أحد عوامل الإحباط الوجودي وهو عكس إرادة الأمل والتفاؤل وهو أحد عوامل إرادة الحياة .

وقد أقام فرانكل نظريته العلاجية على هذا الجزء بالذات من كيفية إيجاد المعنى من حياتنا، فكان عندما يأتيه الناس بعد معاناة أو اضطراب أصاب حياتهم، ويرون أنهم لا يتحملون الحياة بسبب ما حدث معهم ولهم؛ كان يطرح عليهم سؤالاً وهو : لِمَ لَمْ تنتحر حتى الآن؟ والإجابة عن هذا السؤال توضح السبب من السؤال الأول (ما المعنى من حياتنا؟) ، ومن ثم من خلال إجابة الشخص عن سبب عدم انتحاره حتى ذلك الوقت يبدأ فرانكل بمعرفة المعاني التي تجعله متمسكاً بالحياة، ومتحملاً المتاعب والمعاناة التي يلقاها، ومن هنا تبدأ رحلة العلاج بتقوية تلك المعاني لدى الشخص، والتي تمكنه لا من تجاوز المعاناة فحسب بل يتمكن من اكتشاف ذاته من خلالها بشكل أكبر ومتجاوز لحدود ذاته، بمعنى يؤمن به ويجعله مقبلاً على مواجهة صعاب الحياة متمسكاً بجذوى ما يفعل وما يقاوم ويتحمل لأجله. وهذا ما يثبت أن افتقاد الهدف والمعنى في الحياة يعني فقدان إرادة الحياة بكل ماتتضمنه من عوامل يؤدي الى حالة الخواء ومن ثم الإحباط الوجودي .

نتيجة الفرض العاشر ومناقشتها

ونص الفرض العاشر على أنه " يوجد تأثير مباشر دال إحصائياً للامتنان بعامله (استشعار النعم ، وتقدير النعم والتعبير عن الامتنان) في الإحباط الوجودي لدى الطلاب. ، وللتحقق من صحته تم حساب التأثيرات المباشرة وقيم بيتا المعيارية وغير المعيارية والخطأ المعياري والنسبة الحرجة لعينة الدراسة كما بجدول (39) .

جدول(39): التأثيرات المباشرة للامتنان بعامله في الإحباط الوجودي بدرجته الكلية

النسبة الحرجة	الخطأ المعياري	بيتا (B) غير المعيارية	بيتا(B) المعيارية	المتغيرات	
				إلى	من
**٣.٠٢	٠.٣١٦	٠.٩٥٦-	٠.١٦٣-	الإحباط الوجودي	استشعار النعم
**٣.٤٥	٠.١٥٨	٠.٥٤٤-	٠.١٣٢-		تقدير النعم والتعبير عن الامتنان

يتضح من جدول (39) وشكل (3) وجود تأثير مباشر سالب دال إحصائياً عند مستوى (0.01) لعامل الامتنان (استشعار النعم، وتقدير النعم والتعبير عن الامتنان) في الإحباط الوجودي

أظهرت نتيجة الفرض السابع وجود تأثير مباشر سالب دال إحصائياً عند مستوى (0.01) لعامل الامتنان (استشعار النعم، وتقدير النعم والتعبير عن الامتنان) في الإحباط الوجودي وهذه أيضاً نتيجة منطقية تتسق مع الواقع والدراسات السابقة أما عن تفسير أن الامتنان ارتبط بشكل سلبي في مسارات سلبية مع الإحباط الوجودي في النموذج المقترح فهي نتيجة منطقية فالامتنان متغير إيجابي في الشخصية الإنسانية والإحباط متغير سلبي وبالتالي إفتقاد الامتنان أو ضعفه يؤدي إلى الإحباط الوجودي فضعف قدرة الإنسان على استشعار النعم التي تحيط به من كل جانب في الحياة وعدم تقديرها والعجز عن التعبير عن الشكر والتعبير عن الامتنان بها أمر يفقد الانسان لذة العيش في الحياة والاستمتاع بها فقد اثبتت دراسة صفية فتح الباب أمين (2015) وجود ارتباط موجب ودال بين الامتنان والتفاؤل وهو عكس التشاؤم وهو أحد عوامل الإحباط الوجودي

على الرغم من فوائد الامتنان وأهميته إلا أنه يمكن أن يكون أمراً صعباً في بعض الاحيان ؛ فالامتنان لا يتم التعبير عنه بسهولة أو بشكل طبيعي لدى الكثير من الناس

وهناك عقبات أو صعوبات تسهم فى نقص الامتتان فى اطار الثقافة الحديثة تتمثل فى زيادة التوجه المادى ، وفقدان التنظم الأخلاقى المطلق ، وفقدان الاتصال بالعالم الطبيعى، وفقدان الانتماء الجذرى للمكان ، وفقدان الشعور بالماضى ، ووفقاً لما يراه متشيل فإن فقدان هذه الأمور يسهم فى عدم القدرة بشكل عام على الشعور بالامتتان لما يوجد فى الحياة من نعم (Emmons, McCullough 2012)

والامتتان كذلك يجعل الفرد يشعر بماضيه ويقدره ويجعله أكثر اطمئنانا لحاضره ، كما أنه يمنحه رؤية للغد . وأن الامتتان يشجع على ايجاد صلة جديدة أو تدعيم صلة موجودة بالفعل مع الآخرين وبالتالي هو أحد المؤشرات الإيجابية فى الشخصية السوية ، وهو طاقة ايجابية يمنحها الشخص الممتن لنفسه وللآخرين، وتتسم هذه الطاقة بالدفء والحب والاعتراف بالفضل و التقدير للأخر معاً (هدى ملوح عسكر ، 2020، 778) .

يؤدى الامتتان دوراً مهماً فى الشعور الفرد بالسعادة والرضا عن نفسه وعن الآخرين وبناء العلاقات الإيجابية بين الأفراد وأكد ذلك ما أشار إليه (Ansari,2014,22) من أن الامتتان يجعل الأفراد بأنهم أكثر تماسكاً واتساقاً فى الحياة مما ينعكس على شعورهم بأن الحياة لها معنى ويسهل التحكم فيها ويتفق ذلك مع ما أشار إليه (Wood Froh&Garaghty,2010,6) من أن الامتتان يرتبط بشعور الفرد بالسور المقترن بالتوظيف الانفعالى والاجتماعى للأنشطة ويفسر ذلك ما أشار إليه كل من (Watkins, Wood Stone& kolts, 2003, 431) (Linley, Joseph, Harrington & Wood, 2006, 3), (Algoe, Fredricson & Gable, 2013, 607), (Sun, Jiang, Chu & Washizu & Naito, 2015), (Qian, 2014) من أن الامتتان يبسر إقامة العلاقات الاجتماعية ويجعلها أكثر إيجابية.

كما يعد الامتتان من المتغيرات الإيجابية التي قد تسهم فى تحقيق غاية الفرد وشعوره بالسعادة حيث أنه قد يسهم فى زيادة شعور الفرد بالرضا وزيادة جودة العلاقات الاجتماعية بين الأفراد والذي يؤدى بدوره فى الى زيادة القدرة مواجهة التغيرات والتحديات والضغوط التي يتعرض لها الإنسان فى حياته (هانى سعيد حسن ، 2014، 146) .

الامتتان يعد من الاحاسيس المهمة فى مجتمعنا المعاصر، فهو يمثل مؤشراً للصفات الإيجابية فى حياة الفرد، إذ يشعر الافراد الممتين بأن لديهم تصورات إيجابية حول بيئاتهم التي يعيشون فيها كما أن لديهم سلوكيات أكثر إيجابية، حيث ينظر للإمتتان باعتباره من أهم المشاعر الإيجابية فى حياة الفرد، حيث يؤدى للسعادة، الامر الذى ينعكس بشكل مباشر على جودة الحياة متمثلة فيما يتمتع به الفرد من جوانب صحية واجتماعية وتعليمية وأسرية (فيصل خليل الربيع ، وكوكب يوسف العباينة ، 2018، 653) .

الأفراد الممتتين لديهم ادراك واتجاه عام للتعامل بشكل جيد مع الآخرين فهم يميلون لأن يكونوا أكثر تعاوناً ومساعدة وتسامحاً للآخرين وأقل أنانية ، فشعور الامتتان يجعل الأفراد يستجيبون بشكل جيد للمحسنيين (Bartlett& Desteno,2006; Tsang,2006.2007) كما أن الأفراد الممتتين للآخرين يتفاعلون اجتماعياً اجتماعياً بشكل جيد كتعبير عن تقديرهم ، ومع الوقت فإن هذا الانفعال يقوى الروابط الاجتماعية (Emmons&Shelton,2005)

بالإضافة الى ماسبق فقد توصل (Rey (2009) فى دراسته الى وجود علاقة قوية بين الشعور بالامتتان والرفاهية النفسية وكفاءة الفرد ، كما اتفق أيضا (2012) Mann من حيث وجود علاقة قوية بين الشعور بالامتتان والرفاهية النفسية والابتكار والهدف فى الحياة ، أيضاً توصل (Stewart(2013 فى دراسته أن ممارسة الفرد للامتتان يزيد ويحسن من معنى الحياة لديه ، ويجعله أكثر تقديراً للحياة لأنه يراها أكثر جدوى وقيمة . وهذا عكس الإحباط الوجودى والذى يعد المكون الجوهرى الرئيس فيه هو إفتقاد الهدف والمعنى فى الحياة فمن المشكلات التى يعانى منها الإنسان فى الوقت الحاضر الإحباط الوجودى وذلك يعود إلى مشاعر الخواء والفراغ والملل واللاجدى التى تنتاب الإنسان فى معظم نواحي حياته . فكثرة الضغوط النفسية والأزمات التى يتعرض لها ورتابة البيئة المحيطة به وما حولها من مظاهر الإنسانية من شأنها أن تدفع الإنسان إلى أن يعيش حياة خالية من المعانى والقيم . والإحباط الوجودى يحدث عندما يعاق لدى الإنسان إرادة المعنى بسبب الظروف البيئية القاسية المحيطة به فيشعر بأن الحياة فقدت معانيها من حوله ولا يشعر بالحماس للعمل ولا يبدو لديه أى هدف واضح فى الحياة يسعى إلى تحقيقه بل تصبح الحياة له عديمة ومملة فيعتقد أن وجوده لا معنى له . (سناء عبد الزهرة الجمعان ، فريد جاسم مثنى ، 2017 ، 529)

وما أصعب الظروف القاسية التى يعيشها الشباب فى هذا العصر التى تجعله يغفل نعم كثيرة فى حياته وتقده الامتتان الأمر الذى يؤدي به الى الإحباط الوجودى .

نتيجة الفرض الحادى عشر ومناقشتها

نص الفرض الحادى عشر على أنه " توجد تأثيرات غير مباشرة دالة للامتتان بعامله (استشعار النعم ، تقدير النعم والتعبير عن الامتتان) فى الإحباط الوجودى من خلال إرادة الحياة بعواملها (إرادة القوة وبذل المجهود ، إرادة الأمل والتفاؤل ، إرادة مقاومة الضغوط، إرادة الاستمتاع بالحياة) كمتغير وسيط لدى الطلاب "، وللتحقق من صحته تم حساب التأثيرات غير المباشرة والخطأ المعياري والنسبة الحرجة لعينة الدراسة كما بجدول

(40)

جدول (40) : التأثيرات غير المباشرة للامتتان في الإحباط الوجودي من خلال إرادة الحياة

النسبة الدرجة	الخطأ المعياري	التأثير غير المباشر	التأثيرات غير المباشرة		
			المتغير التابع	المتغير الوسيط	المتغير المستقل
*١.٨	٠.٠٣	٠.٠٥٥-	الإحباط الوجودي	إرادة القوة وبذل المجهود	استشعار النعم
**٢.٦٣	٠.٠٤	٠.١٠٥-		إرادة الأمل والتفاؤل	
*١.٨٧	٠.٠٥٤	٠.١٠١-		إرادة مقاومة الضغوط	
*١.٨٨	٠.٠١٧	٠.٠٣٢-		إرادة الاستمتاع بالحياة	
*١.٧	٠.٠١٦	٠.٠٢٧-	الإحباط الوجودي	إرادة القوة وبذل المجهود	الإمتان وتقدير النعم
*١.٧	٠.٠٢١	٠.٠٣٥-		إرادة الأمل والتفاؤل	
**٢.٠٣	٠.٠٣٧	٠.٠٥٥-		إرادة مقاومة الضغوط	

يتضح من الجدول (40) وجود تأثير غير مباشر سلبي دال إحصائياً عند مستوى (0.01) لعامل استشعار النعم على الدرجة الكلية للإحباط الوجودي وذلك عبر إرادة الأمل والتفاؤل ، ووجود تأثير غير مباشر سلبي دال إحصائياً عند مستوى (0.01) لعامل تقدير النعم والتعبير عن الإمتان على الدرجة الكلية للإحباط الوجودي وذلك عبر إرادة مقاومة الضغوط ، كما يتضح وجود تأثير غير مباشر سلبي دال إحصائياً عند مستوى (0.05) لبعده استشعار النعم على الدرجة الكلية للإحباط الوجودي وذلك عبر عوامل (إرادة القوة وبذل المجهود، وإرادة مقاومة الضغوط، وإرادة الاستمتاع بالحياة) ، كما يتضح وجود تأثير غير مباشر سلبي دال إحصائياً عند مستوى (0.05) لبعده تقدير النعم والتعبير عن الإمتان على الدرجة الكلية للإحباط الوجودي وذلك عبر عامل (إرادة القوة وبذل المجهود، إرادة الأمل والتفاؤل)

أظهرت نتائج الفرض الحادي عشر وجود تأثير غير مباشر سلبي دال إحصائياً عند مستوى (0.01) لعامل استشعار النعم على الدرجة الكلية للإحباط الوجودي وذلك عبر إرادة الأمل والتفاؤل، ووجود تأثير غير مباشر سلبي دال إحصائياً عند مستوى (0.01) لعامل تقدير النعم والتعبير عن الامتتان على الدرجة الكلية للإحباط الوجودي وذلك عبر إرادة مقاومة الضغوط ، كما يتضح وجود تأثير غير مباشر سلبي دال

إحصائياً عند مستوى (0.05) لعامل استشعار النعم على الدرجة الكلية للإحباط الوجودي وذلك عبر عوامل (إرادة القوة وبذل المجهود، وإرادة مقاومة الضغوط، وإرادة الاستمتاع بالحياة)، كما يتضح وجود تأثير غير مباشر سلبي دال إحصائياً عند مستوى (0.05) لعامل تقدير النعم والتعبير عن الإمتنان على الدرجة الكلية للإحباط الوجودي وذلك عبر عامل (إرادة القوة وبذل المجهود، إرادة الأمل والتفاؤل)

وهي كلها نتائج منطقية ومطابقة لافتراض الباحثة فبالنسبة لنتيجة وجود تأثير غير مباشر سلبي دال إحصائياً عند مستوى (0.01) لعامل استشعار النعم على الدرجة الكلية للإحباط الوجودي وذلك عبر إرادة الأمل والتفاؤل حيث تؤكد هذه النتيجة الدور الوسيط الذي تلعبه إرادة الحياة الممثل في عامل إرادة الأمل والتفاؤل بين عامل استشعار النعم والإحباط الوجودي فاستشعار النعم هو تمتع الفرد بقدرة على الاحساس بوجود النعم التي وهبه الخالق إياها مهما صغرت أمامه، واحساسه بفقدائها إذا اختفت من حياته أو قلت، والرغبة الملحة والمستمرة في الاحتفاظ بها وعدم الرغبة في زوالها . واستشعار تأثيرها في حياته وقيمتها بكل ما تشمله من قدرات وامكانيات ومزايا وافراد محطيين به يدعمونه في هذه الحياة . فاستشعار النعم ملخصه ليس فقد الاحساس بوجود النعم في حياة الفرد بل أيضاً بتأثيرها في حياته الامر الذي يدفع الفرد لإرادة الحياة المتمثل في إرادة الأمل والتفاؤل والذي يعنى قدرة الفرد على احتفاظه بالأمل في الحياة والطموح فيها وتحديد أهداف كثيرة لتحقيقها مع الشعور الدائم بالبشر والاتجاه الإيجابي نحو المستقبل ورؤية الجوانب الإيجابية في أحلج الظروف . ومخالطة الإيجابيين الذين يمنحون الطاقة الإيجابية ويلاحظ أن مفهوم استشعار النعم وإرادة الامل والتفاؤل متعارض تماما مع مفهوم الإحباط الوجودي والذي يعنى نوع من الإحباط الذى يصيب الفرد ويشعره بعدم أهمية وجوده في الحياة وعدم أهمية الحياة ذاتها مع العجز عن القيام بأى عمل أو نشاط وافتقاد الشغف والاهتمام بالحياة وتتمثل مظاهر هذا الاحباط فى الشعور بإفتقاد الهدف فى الحياة وافتقاده للعزيمة والإرادة واللامبالاة والوحدة والعزلة والبعد عن الآخرين للحد الذى يصل إلى التشاؤم سيطرة الأفكار الانتحارية عليه".

وبالتالى من الطبيعى أن يكون لاستشعار النعم تأثير غير مباشر وسلبي للإحباط الوجودي من خلال إرادة الامل والتفاؤل . وهذا يعنى أن استشعار النعم يؤدي الى إرادة الامل والتفاؤل وأن ضعفهما لدى الفرد أو انخفاضهما يؤديان الى الإحباط الوجودي والذي أكد لما يسميه فرانكل ب الثالث المأساوي للوجود الإنساني، ويتكون هذا الثالث من ألم الفشل، والإثم المتعلق بالشعور بالذنب، والموت. فانه لا يوجد إنسان يمكنه إنكار أنه لم يفشل، أو أنه لم يعان، أو أنه لن يموت ، وعند مواجهة هذا الثالث، يخرج الإنسان بالقيمة الاتجاهية التي توجه حياته لمعنى أو قيمة تنفذ حياته من الوقوع في بئر اللاجدوى، وتمنعه من الوقوع فريسة للإحباط الوجودي ومن ثم الإكتئاب الوجودي .

وفى نفس الوقت هناك عقبات أو صعوبات تسهم فى نقص الامتتان فى اطار الثقافة الحديثة تتمثل فى زيادة التوجه المادى ، وفقدان النظم الأخلاقى المطلق ، وفقدان الاتصال بالعالم الطبيعى ، وفقدان الانتماء الجذرى للمكان ، وفقدان الشعور بالماضى ، ووفقاً لما يراه متشيل فإن فقدان هذه الأمور يسهم فى عدم القدرة بشكل عام على الشعور بالامتتان لما يوجد فى الحياة من نعم (Emmons, McCullough 2012) وبالتالي فإن وجود صعوبات تمنع الامتتان وضعف القيم الاتجاهية الإيجابية تجاه المواقف الصعبة التى يمر بها الإنسان تؤدى به للإحباط الوجودى .

أما فيما يتعلق بالنتيجة التى أظهرت ووجود تأثير غير مباشر سلبي دال إحصائياً عند مستوى (0.01) لبعد تقدير النعم والتعبير عن الامتتان على الدرجة الكلية للإحباط الوجودى وذلك عبر إرادة مقاومة الضغوط وهى أيضاً نتيجة منطقية فتقدير النعم والتعبير عن الامتتان هو سبب فى حدوث قدرة الفرد على مقاومة الضغوط لأنه يستشعر بقيمة النعم التى وهبها الله له فى هذه الحياة وتمكن من التعبير عن الشكر والامتتان لله ثم لمن أجرى الله على يديه هذه النعم وفى هذا شعور الفرد بالدعم والمساندة له فتقدير النعم والتعبير عن الامتتان يعنى تمتع الفرد بقدرة حقيقية على ادراك قيمة النعم واستشعار أهميتها فى حياته بالإضافة إلى قدرة الفرد على تقديم عبارات الشكر والعرفان لنفسه وللآخرين وتقديم السلوكيات أيضاً الراقية التى تعبر عن الأمتتان والعرفان بالجميل . ويقدم فريدريكسون من خلال نظريته تصوراً ينص على أن الإنفعالات الإيجابية كالحب والتسامح والفخر توسع من منظومة الأفعال والأفكار التي يعايشها الفرد والتي بدورها تدعم وتزيد من قوى الفرد البدنية والذهنية والاجتماعية . وحيث أن الإمتتان واحداً من هذه الانفعالات الإيجابية فإن تلك الخبرة لديها قدرة على أن تخلق لدى الفرد رغبة في أن يتصرف بطريقة لائقة تجاه الآخرين ومن ثم فإن الإنفعالات الممتة تبعث لدى الفرد احتمالات توسيع نمط التفكير لديه فيفكر بالطريقة التي من شأنها أن يفيد بها الآخرين فينبغي علاقات وروابط قوية وصداقات ممتدة (Ma,Kibler.&Sly.,2013&Hasemeyer,2013) . وبالتالي إذا توسع نمط التفكير لدى الفرد استطاع أن تتكون لديه إرادة مقاومة الضغوط. تعرف Carmel,2015,288) إرادة الحياة بأنها غريزة أساسية، وقوة دافعة طبيعية للإنسان، ولها جانبين أحدهما معرفى والآخر عاطفى، وتتأثر إرادة الحياة بالشخصية، والبيئة الاجتماعية، والثقافية المحيطة به . وإرادة مقاومة الضغوط تعنى قدرة الفرد على العزيمة والاصرار فى مقاومة ومواجهة الصعوبات والمشكلات والضغوط التى يتعرض لها فى الحياة. والاستعانة بإيمانه ويقينه فى قدراته وامكاناته فى التغلب على أى مشكلة يتعرض لها . وبالتالي أيضا اذا لم يقدر الفرد قيمة النعم وعجز عن التعبير عن الامتتان أدى به لعدم القدرة على مقاومة الضغوط التى يقابلها فى الحياة وبالتالي استسلم للإحباط

الوجودى ووقع فريسة له وهذا ما أكدته هذه النتيجة واتفق مع نتيجة دراسة كل من Wu, Hsin, Chien, Jones & Chen (2017) عن أثر برنامج للامتحان في كل من الرفاهة والصمود والامتحان لدى الطلاب الجامعيين بجامعة تايوان الوطنية للمعلمين وشارك في الدراسة (36) من الطلاب كانوا يمثلون المجموعة التجريبية و (31) كانوا في المجموعة الضابطة. وطبقت عليهم استبانة الامتحان لطلاب الجامعة واستبانة الصمود . وأظهرت النتائج زيادة مستوى امتنان الطلاب، كما ارتفع مستوى الصمود والرفاهية لدى الطلاب .

أظهرت نتيجة الفرض الحادى عشر أيضاً وجود تأثير غير مباشر سلبي دال إحصائياً عند مستوى (0.05) لعامل استشعار النعم على الدرجة الكلية للاحباط الوجودي وذلك عبر عوامل (إرادة القوة وبذل المجهود، وإرادة مقاومة الضغوط، وإرادة الاستمتاع بالحياة) وهنا مزيد من التأكيد على الدور الوسيط الذى تلعبه إرادة الحياة ممثلة فى عوامل إرادة القوة وبذل المجهود والتي تعنى تحلى الفرد بدرجة عالية من الرغبة القوية والعزيمة والاصرار على بذل المجهود وعدم اليأس والاستسلام أمام صعوبات الحياة وتحدياتها سواء كان مجهوداً بدنياً أو ذهنياً . والتعلم من الاخفاقات ووضع الأهداف والسعى الدؤب لتحقيقها . وإرادة مقاومة الضغوط والتي تعنى إلى قدرة الفرد على العزيمة والاصرار فى مقاومة ومواجهة الصعوبات والمشكلات والضغوط التي يتعرض لها فى الحياة . والاستعانة بإيمانه ويقينه فى قدراته وامكانياته فى التغلب على أى مشكلة يتعرض لها

وإرادة الاستمتاع بالحياة والتي تعنى إقبال الفرد على الحياة ورؤية جوانبها الإيجابية واستغلال أوقاته فى كل ما يشغل العقل والقلب بالنافع والمفيد بين عامل استشعار النعم والإحباط الوجودى . وهى جميعها عوامل تزداد وترتفع عند الفرد بإرتفاع استشعاره للنعم واحساسه بأهميتها فى حياته وفى ذات الوقت إذا قل استشعار النعم لدى الفرد ترتب على ذلك ضعف فى قدرة الفرد على القوة وبذل المجهود والكفاح فى الحياة وقل لديه الصمود ومقاومة ضغوط الحياة وبالتالي تضعف إرادة الاستمتاع بالحياة وتقعد الحياة مباحها والنتيجة الحتمية لذلك أيضاً الإحباط الوجودى وتعد إرادة الحياة أحد أهم الدوافع الفطرية التي وهبها الله للإنسان، والتي يجب عليه يعيها ويحفظها كي يستطيع استثمار امكانياته وقدراته فى تحقيق أهدافه، وهو ما يفقده بعض الشباب الجامعى اليوم حيث لا يقدرن الأهمية الحقيقية لإرادة حياتهم ويحتاجون لمن يستثمر هذه الطاقات ويوجهها نحو الأفضل (نادر فتحى قاسم ، ايمان فوزى شاهين ، سارة حسام الدين مصطفى ، 2015 ، 1104) . ولأهمية العلاقة بين الإمتنان وإرادة الحياة فقد تناولت العلاقة بينهما دراسة ناهد محمد أحمد وعزة صالح الألفى وماجى وليم يوسف وشادية عبد العزيز مهتدى (2020) والتي أظهرت وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين الامتحان وإرادة الحياة وذلك طبقاً لنموذج السببى لكل من الرفاهية النفسية وإرادة الحياة والتسامح والامتحان لدى

المسنين . ، ودراسة أريج مسفر أحمد ومجدة السيد على (2020) ارتباط الامتتان
بالاستمتاع بالحياة وهو أحد عوامل إرادة الحياة

وفى نفس ذات الوقت يتضح أن من المشكلات التى يعانى منها الإنسان فى الوقت
الحاضر الإحباط الوجودى وذلك يعود الى مشاعر الخواء والفراغ والملل واللاجدوى التى
تنتاب الإنسان فى معظم نواحي حياته . فكثرة الضغوط النفسية والأزمات التى يتعرض
لها ورتابة البيئة المحيطة به وما حولها من مظاهر الإنسانية من شأنها أن تدفع الإنسان
إلى أن يعيش حياة خالية من المعانى والقيم . والإحباط الوجودى يحدث عندما يعاق لدى
الإنسان إرادة المعنى بسبب الظروف البيئية القاسية المحيطة به فيشعر بأن الحياة فقدت
معانيها من حوله ولا يشعر بالحماس للعمل ولا يبدو لديه أى هدف واضح فى الحياة
يسعى إلى تحقيقه بل تصبح الحياة له عديمة ومملة فيعتقد أن وجوده لا معنى له (سناء
عبد الزهرة الجمعان ، فريد جاسم مثنى ، 2017 ، 529)

كما أوضحت نتيجة الفرض الحادى عشر أيضاً وجود تأثير غير مباشر سلبي دال
إحصائياً عند مستوى (0.05) لبعد تقدير النعم والتعبير عن الامتتان على الدرجة الكلية
للإحباط الوجودى وذلك عبر عاملى (إرادة القوة وبذل المجهود، إرادة الأمل والتفاؤل)
أيضاً يلعب عامل إرادة القوة وبذل المجهود وإرادة الأمل والتفاؤل الدور الوسيط بين عامل
تقدير النعم والتعبير عن الامتتان والإحباط الوجودى وهى نتيجة منطقية ومنتقاة مع الواقع
المعاش ففكرة أن يقدر الفرد ما يمتلكه من نعم وعطايا وحرصه على التعبير عن هذا
التقدير والامتتان يمنحه القدرة والسبب فى ارتفاع إرادة القوة وبذل المجهود وأن يظل لديه
أمل فى الغد وتفاؤل والعكس فى حالة انخفاض تقدير النعم والتعبير عن الامتتان يكون
ذلك سبباً فى ضعف إرادة القوة وبذل المجهود وضعف إرادة الأمل والتفاؤل لديه وهو ما
يؤدى به للإحباط الوجودى فالحالة الثانية لحدوث الإحباط الوجودى ؛ فهي عندما تتعلق
إرادة المعنى للإحباط بسبب رتابة البيئة المحيطة بالإنسان؛ إذ يفقد الإنسان الحماس
لإنجاز أي عمل ولا يبدو لديه هدف واضح فى الحياة يريد تحقيقه، بل يزداد شعوره بالسأم
والممل والعزلة بسبب انتقاله من يوم إلى يوم فى نفس الروتين والملل (محمد عباس محمد
، 2017 ، 428) .

إن الفشل فى إرادة المعنى لحياتنا هو ما يجعلنا نقع فى الإحباط الوجودى، فتتعلق
حالة الإحباط تلك بحرية الإرادة التى تجعل للإنسان حرية اختيار المعنى الخاص به،
وتتعلق أيضاً بإرادة المعنى وهذا يعني أنه مسئول كل المسئولية عن الغاية التى اختارها
ليرى حياته من خلالها وما ستؤدى إليه، ويتعلق هذا أيضاً بفرديّة المعنى من الحياة لدى
كل شخص فلكل شخص غاية متفردة لوجوده، حتى وإن اشتركنا فى بعض القيم الوجودية
الكبرى.

توصيات البحث

فى ضوء البحث الحالى وما توصلت إليه الباحثة من نتائج وما قدمته من تفسيرات وما واجهته من صعوبات خلال تطبيق اجراءات البحث الميدانية، واستناداً للوضع القائم فى كليات الجامعة فإنها تعرض بعض التوصيات التربوية .

- توجيه المسؤولين عن القرار التعليمى فى الدولة بمراعاة رغبات الطلاب فى دراسة ما يتمنون دراسته من تخصصات علمية مما له الأثر الكبير على صحتهم النفسية وكفائتهم العلمية .

- انضمام الطلاب بشكل دورى فى برامج إرشادية لخفض الإحباط الوجودى والتوعية بخطورته على الشباب الجامعى .

- التوسع فى تقديم خدمات الارشاد النفسى للطلاب الذين يعانون من الإحباط الوجودى .

- مساعدة الطلاب المحبطين وجوديا فى تخصصات غير راضيين عنها فى التكيف والتأقلم معها وتوضيح مزاياها مستقبلا .

- تأسيس برامج إرشادية لتنمية الامتتان وإرادة الحياة والعمل على تنميتها لدى طلاب الجامعة .

- إعداد مقررات تربوية تحثهم على التحلى بالامتتان بكل عوامله وإرادة الحياة بكل عواملها تدرس لطلاب كليات التربية الذين سوف يكونوا معلمين يؤثرون فى طلابهم نفسياً وعلمياً وأخلاقياً .

- أن تقدم وسائل الاعلام النماذج القيمة من الشخصيات الإنسانية الرائعة والملهمة فى الامتتان إرادة الحياة ليكونوا قدوة لأفراد المجتمع .

بحوث مقترحة

تقترح الباحثة إجراء البحوث التالية

- دراسة فاعلية برنامج ارشادى لتنمية الامتتان وإرادة لطلاب الجامعة .
- فعالية برنامج ارشادى لخفض الإحباط الوجودى .
- البنية العاملية للإحباط الوجودى فى ضوء سمات الشخصية .

- فاعلية التدخلات الإيجابية فى تنمية الامتحان وإرادة الحياة .
- الإحباط الوجودى والامتحان وإرادة الحياة لى طلاب الجامعة (دراسة
كلينيكية تجريبية).
- الإسهام النسبى لعوامل الامتحان فى التنبؤ بإرادة الحياة .

قائمة المراجع

المراجع العربية :

- ابن منظور (1968) . لسان العرب . ج 4 ، بيروت : دار صادر .
- أحمد مختار عمر (2008) . معجم اللغة العربية المعاصرة . المجلد الأول ، القاهرة :
عالم الكتب .
- أريج حمد الفريج (2016) . الخصائص السيكومترية لمقياس الإمتنان على عينة من
معلمات التعليم العام بمكة المكرمة . رسالة ماجستير ، كلية التربية جامعة أم
القرى .
- أريج مسفر أحمد ، مجدة السيد علي (2020) . الامتحان وعلاقته بالاستمتاع بالحياة لدى
عينة من كبار السن السعوديين ، دراسات عربية فى التربية وعلم النفس ، رابطة
التربويين العرب ، (124) ، 61 - 110 .
- أسماء فتحي لطفي (2016) . فعالية الإرشاد بالتدخلات الإيجابية المعتمد على القوى
الشخصية في خفض التمر الإلكتروني لدى الطالبات المتمدرات بالمرحلة
الإعدادية . مجلة كلية التربية جامعة إسكندرية ، 46 (4) ، 23 - 66 .
- أسماء فتحي لطفي (2020) . الإمتنان وجودة النوم كمنبئ بالحيوية الذاتية لدى طلاب
كلية التربية جامعة المنيا دراسة سيكومترية - كلينيكية . مجلة البحث في
التربية وعلم النفس بكلية التربية جامعة المنيا 35 (1) ، 258 - 316 .
- ألاء طارق عبد الله (2021) . التنبؤ بالإمتنان والرضا عن الحياة من الفاعلية الذاتية لدى
عينتين من معلمات مرحلتى رياض الأطفال والمرحلة الابتدائية فى دولة الكويت
، مجلة العلوم التربوية كلية الدراسات التربوية جامعة القاهرة ، 29 (1) ، 495 -
521 .
- آمال شويخى ، زينب سعدى (2019) . الرضا عن التخصص وعلاقته بالارتياح النفسى
- دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة تليمسان . مجلة التكامل جامعة
باجى مختار عنابة ، (2) ، 123 - 142 .

أمجد قاسم فارس (2009) . الإحباط الوجودى وعلاقته بالأسلوب المعرفى (تحمل -
عدم تحمل الغموض) لدى طلبة الجامعة . رسالة ماجستير ، الجامعة
المستنصرية .

أمجد كاظم الساعدي (2009) . الإحباط الوجودى وعلاقته بالأسلوب المعرفى (تحمل -
عدم تحمل الغموض) لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير الجامعة المستنصرية

باترسون (1990) . نظريات الارشاد النفسى (ترجمة : حامد عبد العزيز الفيقى) ،
دار العلم للنشر والتوزيع : الكويت .

تيسير حسين العيدين (2009) . حرية الإرادة فى الفكر التربوى والاسلامى . مجلة
جامعة الملك سعود للعلوم التربوية والدراسات الاسلامية ، 21 (2) ، 391 -
437 .

جهان عثمان محمود (2020) . رأس المال النفسى والامتحان كمتغيؤين وسيطين فى
العلاقة بين جودة حياة العمل المدركة والهناء الذاتى لدى المعلمين بالمرحلة
الاعدادية . المجلة التربوية ، كلية التربية جامعة سوهاج ، (75) ، 99 - 176

حسام الدين محمود عزب و سارة حسام الدين مصطفى ونزمين مصطفى مصابح
(2019) . الكفاءة السيكومترية لمقياس الأمتان لدى عينة من طلبة الجامعة .
مجلة كلية التربية فى العلوم النفسية كلية التربية جامعة عين شمس ، 43 (2) ،
154 - 190 .

حليمة ابراهيم أحمد (2019) . التسامح والامتحان بين الزوجين وعلاقته بالشعور
بالرفاهية النفسية للأسرة ، مجلة العلوم التربوية ، 1 (1) ، 3 - 48 .

حمدى محمد ياسين ، وفاء مسعود الحدينى ، دعاء عبد الرحمن سيد (2020) . الامتحان
والسعادة محددان للعبو لدى طلبة الجامعة . مجلة المجلة المصرية للدراسات
النفسية ، 30 (108)، 103 - 144 .

حنان فوزى أبو العلا (2020) . النموذج البنائى للعلاقات السببية بين اليقظة الذهنية
والكفاءة الذاتية المدركة لدى طلاب الجامعة . المجلة التربوية كلية التربية جامعة
سوهاج ، (78) ، 1780 - 1735 .

حيدر محمود عبد الله ، رغداء حمزة السفاح (2022) . ادمان استعمال الإنترنت وعلاقته
بالإحباط الوجودى لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل .

المؤتمر العلمى الدولى الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة 9-10/ 3/ 2022/ بابل
، 372 - 356 .

دعاء رجب (2020) . الاكتتاب الوجودى والأزمات النفسية بعد الربيع العربى . أركان
للدراسات والأبحاث والنشر ، info@arkan-srp.com .

رزيقة محذب و مليكة سليمانى (2021) . الضغوط النفسية وقلق المستقبل لدى الطلبة
المقبلين على التخرج: د ارسه ميدانية فى جامعة مولود معمري تيزي . وزو
الجزائر . مجلة علوم الإنسان والمجتمع ، 10 (4) ، 517 - 537 .

رشا عادل عبد العزيز (2019) . الاسهام النسبى لكل من الامتتان والتسامح فى التنبؤ
بالرضا عن الحياة لدى طالبات الجامعة . مجلة البحث العلمى فى التربية كلية
النبات للآداب والعلوم والتربية ، 13 (20) ، 378 - 398 .

زيد عباس ناجى (2014) . قلق التفاعل وعلاقته بالإحباط الوجودى لدى طلبة الجامعة .
رسالة ماجستير ، قسم العلوم التربوية والنفسية ، كلية التربية جامعة القادسية .

سارة حسام الدين مصطفى (2016) . برنامج إرشادي تكاملي بإستخدام إرادة الحياة وأثره
على العفو والإمتتان والإستمتاع بالحياة لدى عينة من الشباب الجامعي . رسالة
دكتوراة ، كلية التربية، جامعة عين شمس.

سميرة عبد الله مصطفى (2008) . المساندة الاجتماعية وإرادة الحياة لدى عينة من
مرضى الفشل الكلوى وفعالية برنامج للإرشاد الأسرى . مجلة دراسات عربية فى
علم النفس رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية ، 7 (3) ، 453 - 534 .

سناء عبد الزهرة الجمعان وفريد جاسم مثنى (2017) . ادمان الأنترنترنت وعلاقته
بالإحباط الوجودى لدى الراشدين . مجلة اوروك ، 9 (3) ، 528 - 550 .

شيماء شكرى خاطر (2014) . التسامح والامتتان كعمليات وسيطة فى العلاقة بين
الهناء الذاتى وكل من التفهم والرأفة بالذات لدى عينة من الأزواج والزوجات .
مجلة الدراسات الإنسانية والأدبية كلية الآداب جامعة كفر الشيخ ، 2(8) ،
496 - 561 .

شيماء محمد بيومى (2020) . إرادة الحياة وقلق المستقبل وعلاقتها بالميول الانتحارية
لدى الشباب : دراسة سيكومترية - كLINيكية . مجلة العلوم التربوية كلية
الدراسات العليا للتربية جامعة القاهرة ، 28 (4)، 155-206 .

- صفية فتح الباب أمين (2015) . علاقة الامتحان بالتفاؤل والتدين وبعض المتغيرات الديموجرافية . المجلة المصرية للدراسات النفسية الجمعية المصرية للدراسات النفسية ، 25 ، (86) ، 265 - 297 .
- عبد المنعم الحفنى (1978) . موسوعة علم النفس والتحليل النفسى . الجزء الثانى مكتبة مدبولى : القاهرة .
- عزيزة عنو و نوارا بادي(2022) . الضغوط وعالقتها بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة بالجزائر . المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية جامعة الجزائر ، 4 (2) ، 207 - 228 .
- غادة سعد سليمان (2023) . التعاطف مع الذات لدى طالب وطالبات جامعة الملك سعود . المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية جامعة الملك سعود، 5 (1) ، 77 - 122 .
- فيصل خليل الربيع ، وكوكب يوسف عبابنة (2018) . الامتحان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك فى ضوء بعض المتغيرات . مجلة دراسات العلوم التربوية الجامعة الاردنية ، 45 (4) ، 653 - 672 .
- فيكتور فرانكل (1982) . الإنسان يبحث عن المعنى مقدمة في العلاج بالمعنى التسامى بالنفس . (ترجمة: طلعت منصور) ، دار القلم : الكويت
- ليلي نجم ثجيل (2022) . أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة فى ظل جائحة كورونا . المجلة الأردنية الدولية أريام للعلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة بغداد 4 (4) ، 66 - 88 .
- محمد عباس محمد (2017) . الإحباط الوجودى وعلاقته بالإتهامات المضادة للذات لدى طلبة الجامعة . مجلة البحوث التربوية والنفسية ، مركز البحوث النفسية والتربوية ، 55) ، 426 - 456 .
- محمد عبد العظيم خلف الله (2020) . الفروق بين الجنسين فى الامتحان لدى المراهقين الصم . مجلة كلية الآداب جامعة سوهاج ، 27 (2) ، 659 - 681 .
- محمد محمد بيومى (1996) . المساندة النفسية / الاجتماعية ، وإرادة الحياة ، ومستوى الألم (لدى المرضى بمرض مفضى إلى الموت) ، علم النفس ، الهيئة المصرية للكتاب ، 10(37) ، 92 - 119 .

نمذجة العلاقات السببية لكل من الامتتان وإرادة الحياة والإحباط الوجودى لدى طلاب جامعة
حوان

محمود حمد خلف (2023) . درجة اسهام الإحباط الوجودى بفقدان الإستمتاع بالحياة
والعزلة الاجتماعية لدى المتقاعدين العسكريين والمدنيين ، رسالة دكتوراة ، كلية
الدراسات العليا ، جامعة مؤتة ، الأردن .

منال محمود محمد (2018) . التحيز المعرفي، والامتتان كمنبئ بالصمود الأكاديمي لدى
عينة من طلاب المرحلة الثانوية . مجلة التربية جامعة الأزهر، 18 (2) ، 648
- 708 .

منى مصطفى فرغلى (2018) . فاعلية برنامج ارشادى قائم على إرادة الحياة لتنمية
بعض القوى الإيجابية لدى عينة من طالبات الدبلوم العام فى التربية . مجلة
كلية التربية جامعة أسيوط ، 34 (12) ، 1 - 55 .

النابعة فتحى محمد (2019) . أساليب الفكاهة والتعبير عن الإمتتان كمنبئات بالتوافق
الزواجى لدى عيمة من المتزوجيين ، مجلة دراسات نفسية الصادرة عن رابطة
الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم) ، 29 ، (1) ، 9 - 87 .

ناجى عباس الخشاب (2002) . دينامية العلاقة بين المساندة النفسية والاجتماعية
وإرادة الحياة والاكنتاب لدى مرضى الايدز . رسالة ماجستير ، كلية الآداب ،
جامعة عين شمس .

نادر فتحى قاسم و ايمان فوزى شاهين و سارة حسام الدين مصطفى (2015) .
الخصائص السيكومترية لمقياس إرادة الحياة لدى الشباب الجامعى ، مجلة
الارشاد النفسى مركز الارشاد النفسى جامعة عين شمس ، (42) ، 1103 -
1120 .

ناهد محمد أحمد ، عزة صالح الألفى ، ماجى وليم يوسف ، شادية عبد العزيز مهتدى
(2020) . النموذج السببى للعلاقة بين الرفاهية النفسية وإرادة الحياة والتسامح
والامتتان لدى المسنين . مجلة البحث العلمى فى التربية . كلية البنات للأداب
والعلوم والتربية جامعة عين شمس ، 12 (21) ، 234 - 268 .

هانى سعيد حسن (2014) . الاسهام النسبى للتسامح والامتتان فى التنبؤ بالسعادة لدى
طلاب الجامعة : دراسة فى علم النفس الإيجابى . مجلة دراسات نفسية رابطة
الأخصائيين النفسيين المصرية ، 24 (2) ، 143 - 184 .

هبة محمود محمد (2017) . أنماط التعلق الوجداني كمنبئ بكل من الشعور بالوحدة
النفسية والامتتان لدى المراهقين الجنسين . مجلة دراسات عربية رابطة
الإخصائيين النفسيين المصرية ، 16 (1) ، 177 - 228 .

هدى ملوح عسكر (2020) . ما وراء المزاج فى ضوء مستوى الشعور بالامتنان كأحد مؤشرات جودة الحياة لدى طلبة المرحلة الثانوية فى البيئة الكويتية : دراسة مقارنة بين الجنسين . مجلة بحوث فى التربية النوعية ، كلية التربية النوعية جامعة القاهرة ، (37) ، 777 - 800 .

هشام الخولى (2014) . مشكلات فى الحياة . دار المصطفى للطباعة والنشر : مصر .

المراجع الأجنبية :

- Algoe, S. B., Gable, S. L., & Maisel, N. C. (2010). It's the little things: Everyday gratitude as a booster shot for romantic relationships. *Personal Relationships*, 17, 217–233.
- Algoe, S., Fredricson, B. & Gable, S. (2013). The social Functions of the emotion of gratitude via expression. *Journal of Consumer Psychology*, 13, 1-4.
- Anas, M., Husain, A., Khan, S., M.&Aijaz, A. (2016). Development and standardization of the gratitude scale. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 5(3) 1-14.
- Bartlett, M. Y., Condon, P., Cruz, J., Baumann, J., & Desteno, D. (2012). Gratitude: Promoting behaviors that build relationships, *Cognition and Emotion*, 26 (1), 2 – 13.
- Bono, G., Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2004). *Gratitude in Practice and the Practice of Gratitude*. In P. A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice* (pp. 464-481). Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc.
- Carmel, S. (2015). The will-to-live scale: development, validation, and significance for elderly people, *Journal aging and mental health*, 2, 289- 296.
- Chochinov, H., Hack, T., Hassard, T, Krist Janson., Mcclement, S., & Harlos, M. (2005). Understanding the will to live in patients Nearing death. *Psychosomatics*, 46 (1),7 – 10.

- Daniela, R (2009). The Living Will A helpful tool for communication and decision-making regarding death and dying. *Journal of Therapeutic Psychology*, 66,585–589.
- Deci, E; Ryan, R. (1985). Intrinsic Motivation and self-Determination in human behavior. *New York, Psychological inquiry*,11(4),227-268.
- Dewall, C.N, Lembert, N. M, Pond, R. S, Kashdan, T.B& Fincham, F.D. (2011). A grateful hearting anon violent heart : cross sectional experience sampling , longitudinal, and experimental evidence. *Social psychological and personality science* ,3(2), 1-9.
- Eddy, N. (2001). Free will and the Knowledge condition, *Ph.D. Theses*, Duke university, U S A
- Emmons, A., Kneezel, T., (2009). Giving Thanks: spiritual and religious correlates of gratitude. *Journal of psychology and Christianity*, 24, 140 – 148.
- Emmons, R & Shelton, C. M. (2005). *Gratitude and the science of positive psychology*. In; Snyder, C.A. and Lopez, J. (Ed). *Hand book of positive psychology*. New York: oxford university. 459 – 471.
- Emmons, R. (2007). *Thanks! How the new science of gratitude can make you Happier*, New York: Houghton Mifflin Company.
- Emmons, R. (2013). Gratitude as a psychotherapeutic intervention. *Journal of Clinical Psychology*, 69 (8), 846-885
- Emmons, R. A& Stern, R. (2013). Gratitude as a psychotherapeutic intervention . *Journal of Clinical psychology*, 69, 8 :846-55
- Emmons, R. A. (2004). The Psychology of Gratitude: An Introduction. In R. A. Emmons& M. E. McCullough (Eds.), *Series in affective science. The psychology of gratitude* (pp. 3-16). New York, NY, US: Oxford University Press

- Emmons, R. A. (2004). The Psychology of Gratitude: An Introduction. In R. A. Emmons & M. E. McCullough (Eds.), Series in affective science. The psychology of gratitude (pp. 3-16). New York, NY, US: Oxford University Press
- Emmons, R. A., & McCullough, M. (2012). *The Psychology of Gratitude*. Oxford University Press.
- Emmons, R. A., & Mishra, A. (2011). *Why gratitude enhances well-being: What we know, what we need to know*. In K. M. Sheldon, T. B. Kashdan, & M. F. Steger (Eds.), Series in positive psychology. *Designing positive psychology: Taking stock and moving forward* (pp. 248-262). New York, NY, US: Oxford University Press. 003.0016
- Emmons, R. & Stern, R. (2013). Gratitude as a psychotherapeutic intervention. *Journal of clinical psychology*, 69(8), 846-855
- Finney, S., & Distefano, C. (2006). *modeling*. In G. Hancock & R. Mueller. *Structural equation modeling: A second course*. (pp. 269-314), United States of America: Information Age Publishing Inc.
- Forster, D.E., Pedersen E.J., Smith A., McCullough M.E., & Lieberman, D. (2017). Benefit valuation predicts gratitude. *Evolution and Human Behavior*, 38, 18-26.
- Fredrickson, B. (2004). *Gratitude, like other positive emotions, broadens and builds*. In R.A. Emmons, & M. E. McCullough (Eds), *The psychology of gratitude* (pp. 145-166). New York: Oxford University press.
- Harris, C. M. (2016). Gratitude's role in improving student engagement, academic achievement, and attendance: A longitudinal field experiment. Dissertation Abstracts International Section A: *Humanities and Social Sciences*.

ProQuest Information & Learning. Retrieved from
<http://search.ebscohost.com/login.aspx?di>

<http://dx.doi.org/10.1590/S0102-79722011000400016>

- Hu, L & Bentler, P. (1999). Cut off criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55.
- Karppinen, H., Laakkonen, M., Strandberg, T., Tivis, R., & Pitkala, K. (2012). Will to Live and survival in a 10 year follow-up among people. *Oxford Journals*, 41(6), 789-794.
- Lancet, M. (1999). Will to live in the terminally ill, *Journal of psychology*, 453 (9181), 816 – 819.
- Lehman, A. N. (2019). The role of perceived academic control, preoccupation with failure, and academic emotions on major satisfaction, *Ms Thesis*, Illinois State University, USA.
- Lin, C.C. (2013). A higher-order gratitude uniquely predicts subjective well-being: Incremental validity above the personality and a single gratitude. *Social Indicators Research*, 1-16.
- Linley, P., Joseph, S., Harrington, S. & Wood, A. (2006). Positive psychology: past, Present. and (Possible) future. *The Journal of Positive Psychology*, 1, 3-16.
- Lopez, S., & Snyder, C. (2003). *Positive Psychological Assessment: A handbook of Models and measures*, Washington, DC: American Psychological Association.
- Ma, M., Kibler, J. & Sly, K. (2013). Gratitude is associated with greater levels of protective factors and lower levels of risks in African American. *Journal of Adolescence*, 36, 983-991.

- Mann, N.B. (2012). Signature strength: Gender differences in creativity, persistence, gratitude, and hope *Ph. D. Theses*. North Central University.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 112–127.
- McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R. A., & Larson, D. B. (2001). Is Gratitude a Moral Affect? *Psychological Bulletin*, 127, 249-266.
- McCullough, M., Tsang, J. & Emmons, R. (2004). Gratitude in intermediate affective terrain links of grateful moods with individual difference and daily emotional experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86 (2), 295-309.
- McCullough, M.E., Emmons, R.A. & Tsang, J. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 112-127.
- Nolan , M. d. (1984) . The mature and the process of the human will. *Ph.D. Thesis* , California University .
- O’Connell, B., O, Shea, D.& Gallagher, S. (2016). Mediating effects of loneliness on the gratitude-health link. *Personality and Individual Differences*, 98,197-183.
- Palmieri, E. (2018). Safe guarding the counselor heart: Exploring the relationship between burnout, resilience and gratitude in clinical counselors. Dissertation Abstracts international: Section B: *the science and Engineering proquest information & learning*, retrieved from <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=psyh&AN=2019->

- Rey, D. (2009). The relationship of gratitude and subjective well – Being to self-efficacy and learning beliefs among college students *Ph.D. Thesis*, university of Southern California.
- Richard ,J. , Beatriz ,L.& Adélia,M., (2011).Beyond politeness: the expression of gratitude in children and adolescents. *Psicol. Reflex. Crit.* 24 (4) Porto Alegre, Retrieved from .
- Schenkenfelder, M. C. (2017). Predicting academic major satisfaction using environmental factors and self-determination theory) *Ms Thesis*, Iowa State University, USA.
- Schwartz, M; Wehmeyer, L. (1997) Self – determination and positive adult outcomes: a follow – up study of youth with mental retardation or learning disabilities. *Exceptional children.* 63(2),245 – 255.
- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Stewart., K. (2 013). *What DOES it Matter? Examining The role of Meaning in Gratitude interventions master*, Northern Arizona University.
- Sun, P., Jiang, H., Chu, M. & Qian, F. (2014). Gratitude and school well – being among Chinese university students Interpersonal relationships and school support as mediators. *Social Behavior and Personality*, 42 (10), 1689-1698.
- Sun, P., Jiang, H., Chu, M., & Qian, F. (2014). Gratitude and school well-being among Chinese university students: Interpersonal relationships and social support as mediators. *Social Behavior and Personality*, 42(10), 1689-1698.
- Szczeniak, I. &Soares, E. (2011). Are proneness to forgive, optimism and gratitude associated with life satisfaction? *Psychological Bulletin*, 42(1), 20-23.

- Tsang, J. (2006). Gratitude and prosocially behavior. An experimental taste of gratitude. *Cognition and emotion*, 20, 138 – 148.
- Tsang, J. (2007). Gratitude for small and large favors: a behavioral test. *Journal of positive psychology*, 2, 157 – 167.
- Van Yperen.(2013). The nature of gratitude: Religion, Will darkness and human flourishing. *Ph.D. Thesis*, Princeton, New Jersey.
- Visserman, M. L., Righetti, F., Impett, E. A., Keltner, D., & Van Lange, P. M. (2018). It's the motive that counts: Perceived sacrifice motives and gratitude in romantic relationships. *Emotion*, 18(5), 625 – 637
- Visserman., M. L, Righetti., F., Impett., E. A., Keltner., D. & Van Lange., P. M. (2018). It's the motive that counts: Perceived sacrifice motives and gratitude in romantic relationships. *Emotion*, 18 (5), 625 – 637.
- Washizu, N. & Naito, T. (2015). The emotions simian, gratitude and indebtedness, and their relation to interpersonal orientation and psychological well – being among Japanese university students. *International Perspectives in psychology: Research Practice, Consultation*, 4 (3), 209-222.
- Watkins, P., Wood ward, K., Stone, T. & Kolts, R. (2003). Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well – being. *Social Behavior and Personality*, 31, 431-452.
- Watkins,P.(2004).*Gratitude and subjective well-being. In R.A.Emmons&M.E.McCullough (Eds.), Psychology of Gratitude (pp.167- 194)*. New York: Oxford University Press.

- Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological with failure, and academic emotions on major satisfaction*) Unpublished
- Wood, A. M., Froh, J. J., & Geraghty, A. W. (2010). Gratitude and wellbeing: A review and theoretical integration. *Clinical psychology review*, 30, 7, 890-905.
- Wood, A. M., Joseph, S., & Maltby, J. (2009). Gratitude predicts psychological well-being above the big five facets. *Personality and Individual Differences*, 46,4, 443-447.
- Wood, A., Froh, J. & Geraghty, A. (2010). Gratitude and well – being: A review and theoretical integration. *Clinical Psychology Review*, 30, 890-905.
- Wu, H.-Y., Hsin, Y.-Z., Chien, C.-L., Jone, K.-Y., & Chen, W.-Y. (2017). Effects of gratitude program on gratitude, well-being and resilience of undergraduate students. *Bulletin of Educational Psychology*, 49(1), 43–67.