

علاقة الامتحان بالتفاؤل والتدين وبعض المتغيرات الديموجرافية

د.صفية فتح الباب أمين*

الملخص:

تهدف الدراسة الراهنة إلى الكشف عن علاقة الامتحان بكل من التفاؤل والتدين، وبحث الفروق في الامتحان وفقاً لبعض المتغيرات الديموجرافية (النوع، التخصص الدراسي، والتفاعل بين النوع والتخصص)، كما تهدف الدراسة إلى الكشف عن مدى إسهام التفاؤل والتدين والمتغيرات الديموجرافية في التنبؤ بالامتحان. وأجريت الدراسة على عينة قوامها ٤٧١ طالباً وطالبة (١٧٢ ذكراً، ٢٩٩ أنثى) من كليات الهندسة والطب (البشري، والبيطري)، والحقوق والآداب بجامعة جنوب الوادي. وبلغ متوسط أعمار الذكور ٢٠,٥٧ سنة، بانحراف معياري ١,١٩. كما بلغ متوسط أعمار الإناث ٢٠,١٩ سنة، بانحراف معياري ٠,٩٧. وقد طُبِّق على أفراد العينة مقاييس الامتحان، والتفاؤل، والتدين، وقائمة البيانات الديموجرافية. وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط إيجابي دال بين الامتحان وكل من التدين والتفاؤل. كما تبين ارتفاع متوسط الإناث في الامتحان والتدين مقارنة بالذكور، ولم تظهر فروق دالة بين طلاب الكليات العملية، وطلاب الكليات النظرية في الامتحان، ولم يؤثر التفاعل بين النوع والتخصص الدراسي في مستوى الامتحان. كما تبين أن التدين أكثر المتغيرات إسهاماً في التنبؤ بالامتحان، يليه متغير النوع ثم التفاؤل. ونوقشت هذه النتائج في ضوء فروض الدراسة، ونتائج الدراسات السابقة، وفي ضوء ما تعكسه هذه النتائج من دلالات نظرية وتطبيقية.

* مدرس بقسم علم النفس - كلية الآداب بقنا - جامعة جنوب الوادي

علاقة الامتحان بالتفاؤل والتدين وبعض المتغيرات الديموجرافية

د. صفية فتح الباب أمين*

مقدمة:

نال مفهوم الامتحان، كخبرة إيجابية سارة، اهتمام الباحثين فى السنوات الأخيرة مع تزايد انتشار حركة علم النفس الإيجابى التى تدعو إلى التركيز على الجوانب الإيجابية التى تجعل حياة الأفراد أكثر كفاءة وفعالية على مختلف المستويات. ويشير الباحثون إلى أهمية الامتحان بالنسبة للشخصية والسلوك الاجتماعى؛ فالأشخاص مرتفعو الامتحان كشفوا عن مستويات مرتفعة من التفاؤل والإنفعالات الإيجابية والرضاعن الحياة، ومستويات منخفضة من الاكتئاب والمشقة والغضب والحدق(Emmons & Kneezel,2005). كذلك تبين ارتباط الامتحان بالشعور بالسعادة وتكوين علاقات اجتماعية ناجحة، فالأشخاص السعداء هم الذين يُخبرون أحداثاً يومية سارة وإيجابية وممتعة. ووفقاً لذلك فإن تعبير الأفراد عن الامتحان يشجعهم على تكرار التواصل مع متلقى شكرهم، وبالتالي تقوى العلاقات فيما بينهم، مما يودى إلى المزيد من الرضا عن تفاعلاتهم الاجتماعية (Dickerhoof,2007).

وعلى الرغم من فوائد الامتحان، إلا أنه يمكن أن يكون أمراً صعباً فى بعض الأحيان؛ فالامتحان لا يتم التعبير عنه بسهولة أو بشكل طبيعى لدى الكثير من الناس. ويحدد ميتشيل Mitchell عدة صعوبات أو عقبات تسهم فى نقص الامتحان فى إطار الثقافة الحديثة؛ تتمثل فى زيادة التوجه المادى، وفقدان النظام الأخلاقى المطلق، وفقدان الاتصال بالعالم الطبيعى، وفقدان الشعور بالإنتماء الجذرى للمكان، وفقدان الشعور بالماضى. ووفقاً لما يراه ميتشيل فإن فقدان هذه الجوانب، يُسهم فى عدم القدرة ، بشكل عام، على الشعور بالامتحان لما يوجد فى الحياة من نعم (Emmons,2012). ويرتقى الامتحان عبر سنوات عديدة، ويظهر فيما بين السنة السابعة والعاشرة من العمر، وهى الفترة التى يبدأ فيها الأطفال فى فهم الارتباط بين الشعور بالامتحان ومسئوليتهم فى الحصول على النواتج الإيجابية، والرغبة فى التصرف بطريقة إيجابية تجاه الآخرين الذين يقدموا لهم كل ما هو جيد (Mann,2012).

* مدرس بقسم علم النفس - كلية الآداب بقنا - جامعة جنوب الوادى

وفيما يتعلق بمفهوم التفاؤل فإن الدراسات برهنت على وجود علاقة إيجابية مرتفعة بين النظرة التفاؤلية للمستقبل والسعادة الحالية. كما اتضح أن التفاؤل يرتبط ارتباطاً إيجابياً بكل من إدراك السيطرة على الضغوط ومواجهتها، واستخدام المواجهة الفعالة، وإعادة للتفسير الإيجابي للموقف، وحل المشكلات بنجاح، والبحث عن الدعم الاجتماعي، والنظرة الإيجابية للمواقف الضاغطة، والتحصيل الدراسي، والأداء الوظيفي، وضبط النفس، وتقدير الذات، وسرعة الشفاء من المرض (حسام أحمد، سامية سمير، ٢٠١٠). فعلى سبيل المثال درس شايير (١٩٨٩) أثر سمة التفاؤل على الشفاء من جراحة الشريان التاجي، وتبين أن المرضى الأكثر تفاؤلاً بالنسبة للعملية الجراحية، كانوا أسرع شفاءً بعد إجراء العملية بالمقارنة بالمرضى المتشائمين. كما كان المتفائلون أيضاً أسرع في العودة إلى ممارسة أنشطتهم الطبيعية في الحياة بعد إجراء العملية الجراحية، مما يشير إلى أن سمة التفاؤل يمكن أن تنبئ بمحاولات التكيف أو التغلب على المشكلات (هدى جعفر، ٢٠٠٦).

أما التدين فيشكل مصدراً من مصادر سعادة الإنسان، لأنه يعكس إيجاباً على أفعاله وسلوكه؛ إذ يُعد دافعاً للسلوك الإيجابي القاصي بالتفكير بالخلق وأهدافه، وتحقيق الراحة النفسية والطمأنينة. وهو مصدر لتهديب السلوك وتقويم الأخلاق، وتحقيق التفاعل الاجتماعي بين الناس (فادي سعود، ٢٠١٣). وقد أخذت الدراسة الإمبريقية للتدين في مجال علم النفس شكلاً واضحاً مع صياغة ألبورت لهذا المفهوم في الخمسينيات من القرن الماضي على أنه ممارسة شخصية للتدين. واعتمدت دراسات عديدة على استخدام مقياس التوجه الديني الذي أعده ألبورت وروس سنة ١٩٦٧ والذي يقوم على دافعية التدين التي تتطوى على ثنائي متميز يتمثل في كل من التدين الجوهرى *Intrinsic*، والتدين الظاهري *Extrinsic* (Jewe, 2008).

وقد تبين من الدراسات ارتباط التدين بالامتنان، وبالعديد من الجوانب الإيجابية الأخرى كالرضا عن الحياة، وحسن الحال، والمزاج الإيجابي، والصحة النفسية. كذلك تبين ارتباط التدين بانخفاض الجوانب السلبية كالسلوك العنيف، واستخدام العقاقير، والجناح، والانتحار في مرحلة الشباب (Hernandez, 2011). كما يزيد احتمال تمتع الأشخاص المتدينين بقدر أكبر من التعليم والمكاسب المالية وطول العمر. فإذا كان الدين يساعد على طول العمر، يكون من المنطقي البحث عن فوائد نفسية أخرى للعقيدة. ويقول الفيلسوف دانييل دينيت إن نجاح الأديان يعود جزئياً إلى مساعدة الناس على تحسين شعورهم بالنسبة لأنفسهم، والعالم الذي يعيشون فيه (إد داينر، روبرت بيزواس، ٢٠١١، ١٤٤: مترجم).

مشكلة الدراسة:

اتجهت جهود العديد من الباحثين في الأونة الأخيرة لدراسة المفاهيم النفسية الإيجابية كالثقة، والإيثار، والفكاهة، والصمود، واللياقة النفسية، والشعور والتفكير الإيجابي، وذلك في مقابل تركيز الباحثين لفترة طويلة على دراسة موضوعات ترتبط بخبرات المعاناة كالقلق والاكتئاب والإدمان والعدوان.... إلخ. وتتجه الدراسة الحالية للاهتمام بدراسة بعض القوى الإنسانية التي تتمثل في الامتتان والتفاؤل والتدين، والتي يمكن النظر إليها كعوامل وقائية تساعد في دعم الصحة النفسية والبدنية، وجعل حياة الأفراد أكثر نجاحاً وفعالية. وعلى الرغم من الأهمية التي كشفت عنها الدراسات فيما يتعلق بمفهوم الامتتان في علاقته بالعديد من الجوانب النفسية الإيجابية، إلا أن هذا المفهوم لم ينل الاهتمام من جانب الباحثين وبخاصة على مستوى الدراسات العربية والمحلية. وفي حدود علم الباحثة، لا توجد في هذا الصدد، غير دراسة رشا عصام الدين (٢٠١٣) التي كان الامتتان أحد متغيراتها. وحتى على مستوى الدراسات الأجنبية لا تزال دراسة الامتتان حديثة، ولم ينل الامتتان في علاقته بمفهوم التفاؤل والتدين الاهتمام الكافي، فقد ركزت معظم الدراسات الأجنبية على علاقة الامتتان بحسن الحال Well-being.

وعلى جانب آخر كشفت الدراسات أن ثمة بعض العوامل الديموجرافية التي ترتبط بالتعبير عن الامتتان كالنوع والعمر، وتركز اهتمام الباحثين في هذا الإطار على الفروق بين الجنسين. وعلى الرغم من أن نتائج بعض الدراسات أسفرت عن تفوق الإناث على الذكور في التعبير عن الامتتان، ومثال لذلك الدراسة التي أجراها كاشدان ومشرا وبرين وفرو، وكذلك دراسة أنساري (Kashdan, Mishra., Breen, & Fro, 2009.. Ansari, 2014)، إلا أن نتائج دراسات أخرى أسفرت عن عدم وجود فروق بين الجنسين في هذا الصدد، ومثال لذلك دراسة فرو ويوركويز وكاشدان (Froh, Yurkewicz, & Kashdan., 2009)، ودراسة لامبرت وفنشمان (Lambert & Fincham, 2011)، ودراسة سود وجايتا (Sood & Gupta, 2012): وعلى جانب آخر يشير ماجدام ويوير (McAdams & Bauer, 2004) إلى أن مستويات الامتتان تختلف باختلاف العمر، غير أنه، على مستوى الدراسات العربية، لم ينل مفهوم الامتتان الاهتمام الكافي في علاقته بالمتغيرات الديموجرافية (كالنوع والتخصص الدراسي) كما هو الحال بالنسبة لعلاقته بالمتغيرات النفسية. وفي ضوء ما سبق يمكن صياغة مشكلة الدراسة في الأسئلة الآتية:

- ١- هل يوجد ارتباط إيجابي دال إحصائياً بين الامتتان وكل من التفاؤل والتدين؟
- ٢- هل يختلف مستوى الامتتان باختلاف النوع والتخصص الدراسي، والتفاعل بين النوع

والتخصص؟

٣- ما مدى إسهام متغيرات التفاؤل والتدين والمتغيرات الديموجرافية (النوع- التخصص

الدراسي) في التنبؤ بالامتحان؟

أهمية الدراسة:

تتم أهمية دراسة مفاهيم الامتحان والتفاؤل والتدين في ارتباط هذه المتغيرات، وفقاً لما كشفه تراث البحوث السابقة، بالعديد من الجوانب الإيجابية النفسية والاجتماعية كالسعادة والرضا عن الحياة، وتقدير الذات، وكفاءة العلاقات مع الآخرين. وتأتي هذه الدراسة في إطار التوجه الحديث لعلم النفس الإيجابي بضرورة الاهتمام بدراسة القوى الانسانية. ويمكن تلخيص أهمية الدراسة في النقاط الآتية:

١- تسهم الدراسة الحالية في إلقاء الضوء على مفهوم الامتحان كأحد المتغيرات النفسية الإيجابية والذي يحتاج إلى المزيد من اهتمام الباحثين لسد الفجوة الواضحة في الدراسات المرتبطة بهذا المفهوم في التراث النفسي العربي. بالإضافة إلى دراسة علاقة هذا المفهوم بغيره من المفاهيم الأخرى وبخاصة التفاؤل والتدين وبعض المتغيرات الديموجرافية.

٢- تسهم الدراسة الحالية في إعداد البرامج التدريبية التي تهدف إلى تنمية التعبير عن الامتحان والذي يرتبط بالعديد من الجوانب الإيجابية في حياة الأفراد، وبخاصة لدى الشباب في المرحلة الجامعية.

أهداف الدراسة:

تحدد أهداف الدراسة الحالية فيما يأتي:

- ١- الكشف عن طبيعة واتجاه العلاقة بين الإمتان وكل من التفاؤل والتدين.
- ٢- الكشف عن اختلاف الامتحان باختلاف بعض المتغيرات الديموجرافية المتمثلة في النوع (ذكور-إناث)، والتخصص الدراسي (نظري-عملي)، والتفاعل بين النوع والتخصص.
- ٣- الكشف عن مدى إسهام التفاؤل والتدين والنوع والتخصص الدراسي في التنبؤ بالامتحان.

مفاهيم الدراسة:

١- الامتنان Gratitude

يُعرف الامتنان في معجم اللغة العربية المعاصرة بأنه الشكر والاعتراف بالجميل، وعكسه الجحود. وامتن له أى شكره. وممنون أى معترف بالجميل، وشاكر للفضل. وممنون لك أى أشكرك (أحمد مختار عمر، ٢٠٠٨، ٢١٣). ونستدل من هذا التعريف المعجمي أن الامتنان مرادفاً للشكر. ويشير ابن منظور في لسان العرب إلى أن الشكر هو عرفان الإحسان، ومقابلة النعمة بالقول والفعل والنية، فيبثي الفرد على المنعم بلسانه ويذيب نفسه في طاعته ويعتقد أنه موليها. وفي الحديث: لا يشكر الله من لا يشكر الناس، ومعناه أنه من كان طبعه وعادته كفران نعمة الناس، وترك الشكر لهم، كان من عادته كفر نعمة الله وترك الشكر له. والشكر: الثناء على المحسن بما أؤاياه من المعروف. ويقال شكرته، وشكرت له (ابن منظور، ١٩٦٨، ٤٢٣، مع ٤).

وقد تنوعت تعريفات الامتنان تبعاً لاختلاف تناول الباحثين لهذا المفهوم؛ حيث نظر بعض الباحثين للامتنان على أنه شعور أخلاقي ناتج عن سلوك إيجابي موجه من طرف آخر. وفي هذا الصدد يُعرف نائو ووانجوان وتيني (Naito, Wangwan, & Tani, 2005) الامتنان بأنه شعور يظهر لدى الفرد الذي تلقى المساعدة من الآخرين، مما يترتب عليه رد فعل أخلاقي. ويحدد بولاك وماكلوف (Polak & McCullough, 2006) ثلاث وظائف للامتنان بوصفه شعوراً أخلاقياً؛ الوظيفة الأولى تتمثل في أن الامتنان يمثل مقياساً أخلاقياً لأنه يعكس موقفاً يتضمن وجود فرد تعرض لأفعال خيرة من فرد آخر. والوظيفة الثانية للامتنان أنه يُعد دافعاً أخلاقياً؛ حيث يدفع الفرد إلى الاستجابة بطريقة إيجابية نحو من قدم له المعروف. أما الوظيفة الثالثة للامتنان فهي أنه يؤدي دوراً مهماً كمدعم أخلاقي، لأن التعبير عن الامتنان لصانع المعروف Benefactor يكون بمثابة مكافأة اجتماعية، ويشجع صانع المعروف على الانغماس في أشكال أخرى من السلوك الاجتماعي الإيجابي في المستقبل.

وفي هذا الإطار نظر فيتزجيرالد Fitzgerald للامتنان على أنه فضيلة أخلاقية تسهم في العيش بشكل جيد، وأنه مكون من ثلاثة عناصر؛ أولها الشعور العميق بالتقدير لشخص أو شيء، والعنصر الثاني هو الشعور بحسن النية تجاه هذا الشخص أو الشيء. أما العنصر الثالث فيتمثل في التصرف النابع من التقدير وحسن النية (Van Yperen, 2013).

كما نظر فريق آخر من الباحثين للامتنان على أنه سمة شخصية؛ حيث يشعر بعض الأشخاص بامتنان أكثر من غيرهم، ويكشفون عن الامتنان بمستوى وتكرار أعلى، كما ينغمسون في التقدير

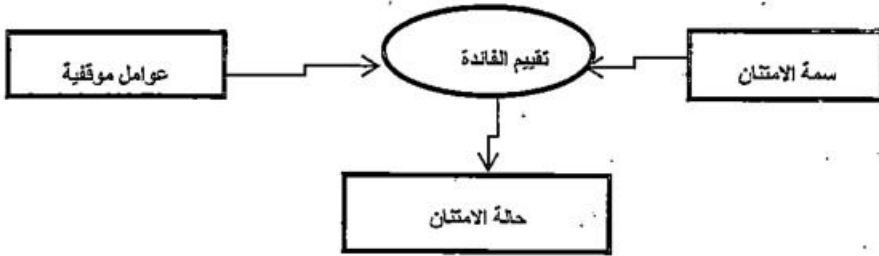
تجاه مدى واسع من الأشخاص والأحداث. وينظر هؤلاء الباحثون للامتتان على أنه يتضمن أكثر من مجرد تقدير مساعدة الآخرين، بل إنه جزء من توجه عام في الحياة نحو ملاحظة وتقدير الجانب الإيجابي في العالم. ومن التعريفات التي تعكس هذا التوجه تعريف ماكولوف وإيمونز وتزانك بأن الامتتان ميل عام لاستجابة الشكر للخبرات والأفعال الخيرة التي يتم الحصول عليها من جانب الآخرين (McCullough, Emmons, & Tsang, 2002). كما عرفه فرو وفان وإيمونز ويونو وهويونر وواتكينز بأنه توجه حياتي نحو ملاحظة وتقدير الجوانب الإيجابية في الحياة (Froh, Fan, Emmons, Bono, Huebner & Watkins, 2011). والامتتان بهذا المعنى ليس شعوراً مؤقتاً، بل يمكن النظر إليه كميل عام يستمر على مدار حياة الفرد.

بينما ركز فريق ثالث من الباحثين على خصائص مواقف العطاء والمساعدة التي ينتج عنها الامتتان، وكذلك مدى وعي وتقدير متلقي المعروف أو المساعدة لقيمة المساعدة، والتكلفة أو الجهد الذي بذل لتقديمها، وما إذا كانت النية من وراء المساعدة ذات بُعد إيثارى. وينظر وينر Weiner إلى الامتتان بوصفه حالة من العزو تنتج عن عملية معرفية ذات خطوتين؛ تتمثل الأولى في وعي الفرد بتلقي ناتج إيجابي، أما الخطوة الثانية فهي عزو هذا الناتج الإيجابي لمصدر خارجي (Thorndike, 2007). وجاء تعريف لاميرت وكلارك ودورثش وفنشمان. وجراهام (Tambert, Clark, Durtschi, Fincham & Graham, 2010) متفقاً مع هذا التصور؛ حيث عرفوا الامتتان بأنه انفعال أو حالة تنتج عن الوعي والتقدير لكل ما له قيمة ومعنى بالنسبة للفرد. وتعكس هذه الفئة من التعريفات أن الامتتان يكون موجهاً لمصدر خارجي وهو صانع المعروف. و يتطلب الامتتان وعي الفرد، متلقي المعروف أو الخدمة أو المساعدة، بأهمية هذه المساعدة وقيمتها، وصدق نوايا من يقدمها، بمعنى إدراك الفرد المستفيد أن هذه المساعدة ذات طبيعة إيثارية. وفي هذا الصدد يُعرف كل من بيترسون وسيلجمان (Peterson & Seligman, 2004, 554) الامتتان بأنه عبارة عن الشكر والابتهاج استجابة لعطاء من الآخرين سواء كان هذا العطاء له فائدة ملموسة، أو لحظة سعادة هادئة نابعة من جمال الطبيعة.

ويشير بلو Blue إلى الامتتان بأنه الشعور بالشكر الموجه للآخرين، والذي يظهر من خلال التبادل الاجتماعى بين القائمين بالمساعدة والمستفيدين من هذه المساعدة. وغالباً يعبر المستفيدون عن امتنانهم من خلال الشكر للقائمين بتقديم المساعدة لهم. وتحدث خيرة الامتتان عندما يعزو المستفيدون ظروفهم الجيدة لجهود القائمين بالمساعدة (Grant & Gino, 2010). كما افترض وود ومالتبلى وستيوارت ولينلى وجوزيف ، وفقاً للتوجه الاجتماعى المعرفى للامتتان، أنه بعد تلقي الفرد للمساعدة فإنه يضع تفسيرات عديدة تتعلق بطبيعة هذه المساعدة، وتتجمع هذه التفسيرات

الامتتان بالتفاؤل والتدين وبعض المتغيرات الديموجرافية

ن) لتشكل تقييم الفائدة الذي ينتج عنه خبرة أو حالة الامتتان. وتقود الأسس التفسيرية الأفراد
س) سمة الامتتان لعمل مزيد من التقييمات الإيجابية للفائدة أو المنفعة التي تم تلقيها، وتفسر
مات الإيجابية للفائدة سبب ارتباط مستويات السمة والحالة للامتتان (Wood, Maltby,
Stewart, Linley & Joseph, S., 2000). ويتضح هذا التصور في الشكل التالي:



شكل (١) نموذج مستويات سمة وحالة الامتتان لـ Wood وآخرين (المرجع السابق)

وينظر إيمونز للامتتان تبعاً لمرحلتين، تتمثل المرحلة الأولى في أن الامتتان هو المعرفة
بالجوانب الجيدة أو الطيبة في الحياة. أما المرحلة الأخرى فهي تحديد مصادر هذه الجوانب على
أنها تكمن خارج الذات، بمعنى أن الفرد يتلقاها من مصدر خارجي. فالامتتان يوجه إلى طرف
آخر، ولكن لا يوجه أبداً للذات، وهذا يميز الامتتان عن غيره من النزعات الوجدانية الأخرى.
فالامتتان يتطلب تحديد الشخص المستفيد من إحسان أو لطف شخص آخر. وكذلك تحديد فاعل
الخير أو المعروف الذي تحمل بعض التكلفة الشخصية، وأيضاً تحديد الفائدة أو المصلحة التي يقيّمها
المستفيد وفقاً لوجهة نظره. وكل ذلك يعكس أن هناك أشياء جيدة وسارة في العالم
(Emmons, 2007, 4).

ويبدو من التعريفات السابقة اختلاف النظر إلى الامتتان سواء بوصفه حالة أو سمة أو فضيلة أو
اتجاه أو استراتيجية مواجهة. ويمكن النظر للامتتان بأنه شعور إيجابي موجه نحو مصدر خارجي،
ويتم التعبير الإيجابي عن هذا الشعور من خلال الشكر Thanksgiving الذي يظهر من خلال
الإشارات اللفظية أو غير اللفظية، أو بكتابة خطابات الشكر، أو غير ذلك من التصرفات الأخرى
التي تعبر عن الامتتان لصانع المعروف. وتتبنى الدراسة الحالية تعريف رشا عصام الدين (٢٠١٣)
للامتتان بأنه تلك الطريقة القوية والمؤثرة للشكر التي يقوم بها الفرد تجاه من يقدم له معروفاً أو
خدمة مهما كان حجمها، وعندما يقوم الفرد بذلك فهو يشعر بقوة في داخله تحفزه للقيام بالمزيد من
الأعمال الخيرة، ويظهر الامتتان من خلال حسن السلوك والتعذيب والشعور الحقيقي بتقدير

ويُعرف الامتتان إجرائياً بأنه المدى الذي يعكس مشاعر الفرد وتعبيراته وسلوكه الإيجابي تجاه صانع المعروف أو مقدم المساعدة له، ويقاس من خلال الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الامتتان المستخدم في الدراسة الحالية.

٢- التفاؤل Optimism

على الرغم من تعدد تعريفات التفاؤل، إلا أنها تتسم بنوع من الاتساق، فهي تربط بين التفاؤل والتوقعات المستقبلية الإيجابية، بالإضافة إلى ارتباط هذه التوقعات بكيفية إدراك العالم، وما يحتويه من موارد تساعد على تحقيق هذه التوقعات أو تعوق تحققها (عبيد أنور، فاتن صلاح، ٢٠١١). ويُعرف كامكاجز وكيلك ويلماز وإيرن التفاؤل بأنه تكوين توقعات إيجابية للنتائج السلبية التي يمكن أن تحدث في المستقبل، والاعتقاد بأن الأحداث السلبية ربما تحمل جوانب إيجابية، والنظر للجانب المضي في الأحداث السلبية (Kumcagiz, Celik, Yilmaz, & Eren, 2011).

ويرى عبد الستار إبراهيم (٢٠١٢) أن المتفائل هو الشخص الذي يستبشر بالمستقبل، ويتوقع الأفضل، وينتظر حدوث الخير ويستبعد ما دون ذلك. ومن مزايا المتفائلين أنهم لا يلومون أنفسهم عند ظهور الخلافات والمتاعب، كما أنهم يؤمنون بقدراتهم على مواجهة التحديات الشخصية والتغلب عليها.

وينظر الباحثون إلى فاعلية التفاؤل الذي يمكن تصنيفه ضمن النظريات الخاصة بالتوقعات من زاوية تأثير الاعتقاد الشخصي على السلوك. فالفرد الذي يعتقد، أو الذي لديه ثقة بقدراته على تحقيق الهدف، فإنه لا يتوانى في بذل الجهد تجاه ذلك الهدف على نحو مماثل. ويبين كافر وشاير أن الفرد الذي يتسم بالاستعداد أو النزعة التفاؤلية غالباً يمتلك وسائل للتفاعل مع المواقف الضاغطة مقارنة بصاحب النظرة التشاؤمية، كما أن أصحاب النظرة التفاؤلية يخبرون أعراضاً بنفية ونفسية سلبية أقل مقارنة بالذين يفتقدونها (عبد الهادي القحطاني، ٢٠١٢، ٤٣).

وتعتبر نظرية التفاؤل لمارتن سيلجمان من النظريات المفسرة للتفاؤل كأسلوب تفسيري وتحليلي أكثر منه سمة شخصية، والأشخاص المتفائلين، تبعاً لهذه النظرية، يفسرون الخبرات أو الأحداث السلبية من خلال عزوها لأسباب خارجية وعابرة حدثت من خلال مواقف نادرة وغير متكررة (Carr, 2004, 82). ويفترض نموذج التنظيم الذاتي الذي وضعه كارفر وشاير (١٩٨١)، أن التفاؤل له تأثير كبير ودور مهم في الطريقة التي يتكيف بها الأفراد مع المواقف اليومية

== علاقة الامتنان بالتفاؤل والتدين وبعض المتغيرات الديموجرافية ==
الضاغطة، حيث يواصل المتفائلون الكفاح والعمل الجاد، والتكيف الفعال مع المشكلات التي تواجههم، كما أنهم ينخرطون في السلوك الصحي أكثر من المتشائمين، في حين أن المتشائمين يميلون إلى الاستسلام والانسحاب (هدبي جعفر، ٢٠٠٦).

وعلى خلاف الصورة الإيجابية العامة التي يحظى المتفائلون بها، نجد أن هناك بعض الباحثين أشاروا إلى ما يُطلق عليه التفاؤل غير الواقعي unrealistic optimism وهو ذلك النوع من التفاؤل غير المبرر بمنطق أو خبرات سابقة، والذي قد يؤدي بصاحبه إلى مخاطر نتيجة عدم التقييم الصحيح للأمور، ويُعرف بأنه اعتقاد البعض بأن الحوادث السلبية يقل احتمال حدوثها لهم مقارنة بالآخرين، ويعتقدون أيضاً بأن الحوادث الإيجابية يزداد حدوثها لهم عن الآخرين، ويحدث التفاؤل غير الواقعي عند خفض الأفراد تقديراتهم أو توقعاتهم الشخصية أو الذاتية لمواجهة الأحداث السيئة (محمد أبو العلا، ٢٠١٠). وقد تبين أن تبني الأفراد لمنظور الآخرين يقلل من التفاؤل غير الواقعي لديهم حول احتمال حدوث خبرات حياتية معينة (Hodges, Clark, & Myers, 2011, 211).

وتتبني الدراسة الحالية تعريف أحمد عبد الخالق (١٩٩٦) الذي يشير إلى التفاؤل بوصفه عبارة عن نظرة استبشار نحو المستقبل، تجعل الفرد يتوقع الأفضل، ومنتظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح، ويستبعد ما خلا ذلك.

ويُعرف التفاؤل إجرائياً : بأنه الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس التفاؤل المستخدم في الدراسة الحالية، والتي تعكس الاستبشار بالمستقبل وتوقع الأفضل والقدرة على مواجهة المواقف السيئة.

٣- التدين Religiousness

يُعرف التدين ، لغوياً، من الفعل "دان"، ودان ديناً أي خضع وذل وأطاع، ويقال دان بكذا أي اتخذهُ ديناً وتعبد به. وتدين بعقيدة أي دان بها (مجمع اللغة العربية، ٢٤١، ١٩٩٧).

ويعرف صالح الصنيع (٢٠٠٠) للتدين بأنه التزام الفرد بتعاليم الدين مما يساعده على الوقاية من الاختلالات النفسية، كما يساعده ذلك على معالجتها إذا أصيب بها. و يعرفه ستولز (Stolz, 2009) بأنه تفضيلات الفرد وانفعالاته ومعتقداته وأفعاله التي تعكس دين معين. كما يعرفه هيرنانديز (Hernandez, 2011) بأنه معتقدات الفرد وممارساته التي تتعلق بالدين الذي ينتمي إليه.

د / صفية فتح الباب أمين

وتشير هيفاء الأنصاري وأحمد عبد الخالق (٢٠١٢) إلى المتدين بأنه الفرد الذى يلتزم بالمنهج الدينى على مستوى الفكر والعاطفة والتطبيق، وما يترتب على ذلك من مواقف عملية. فالمتدين إذن لا ينحصر فى علاقة الفرد بربه، إنما يمتد ليشمل علاقته بالآخرين فى مجالات عدة، منها القضاء فى الخصومات، والمعاملات التجارية، والعلاقات الأسرية، وغيرها مما يحتاج إليه الناس فى شؤونهم الخاصة والعامة.

ويميز الباحثون بين أنماط عديدة للتعدين، ومنها التعدين المعرفى؛ حيث يعرف الشخص الكثير عن أحكام الدين ومفاهيمه، ولكن هذه المعرفة تتوقف عند الجانب العقلانى الفكرى ولا تتعداه، فهى مجرد معرفة عقلية. وهناك ما يُعرف بالتعدين الوجدانى؛ حيث يبدي الشخص عاطفة جارفة وحماساً كبيراً نحو الدين، ولكن هذا لا يواكبه معرفة جيدة بأحكام الدين ولا سلوكاً مستقيماً. وهناك أيضاً التعدين الطقوسى؛ وفيه يقوم الشخص بأداء العبادات الدينية كعادة اجتماعية تعودها (قريشى فيصل، ٢٠١٠).

ويعتبر النمط الأمثل للتعدين هو النمط الذى يتوفر فيه لدى الفرد مظاهر الدين من مختلف جوانبه بشكل متوازن معرفياً وعاطفياً وسلوكياً، ويصبح الفرد منسجماً مع ذاته وسلوكه، ومتفقاً قوله مع فعله، وظاهره مع باطنه، وهذا النوع من التعدين يؤدي بصاحبه إلى الأمن والاستقرار والتوازن النفسى والاجتماعى، ويشعره بالطمأنينة والتسامح والصبر والرضا. ويختلف ذلك عن نمط التعدين النفعى حيث يلتزم الفرد بالكثير من الممارسات والمظاهر الدينية للوصول إلى مصالحه الخاصة مستغلاً بذلك احترام الناس للدين (زياد بركات، ٢٠٠٦).

ويمكن تفسير التعدين من خلال عملية التنشئة الاجتماعية، والتي تعتبر من أهم الطرق المؤثرة فى معتقدات وتفضيلات الأبناء. وينقل الآباء تفضيلاتهم الدينية ومعتقداتهم وممارساتهم إلى أبنائهم، حتى لو لم يكونوا واعيين بذلك. كما يتعلم الأبناء بوعى، أو عدم وعى، من خلال الاستماع والتقليد، أو مجرد مشاهدة الآباء. ويوجه عام يميل الآباء إلى تعليم أطفالهم القيم الدينية إذا اعتقد هؤلاء الآباء أن هذه القيم مهمة ومفيدة فى المجتمع بغض النظر، سواء كان الآباء أنفسهم شخصيات متدينة أم لا، فالعنصر الأساسى هنا هو المعايير الاجتماعية. كما أنه إذا كان المجتمع لا يستوعب الجماعة الدينية التى ينتمون إليها، ولا يتيح المزيد من التيسيرات لها فإن ذلك يحل عملية التنشئة الاجتماعية المتعلقة بالدين، أكثر صعوبة بالنسبة لهم (Stolz, 2009).

وتبنى الدراسة الحالية تعريف عاصم عبد الكامل (٢٠١٤، ٣٥) للتعدين بأنه الإيمان بالمعتقدات الدينية، ويتوقف مدى تعدين الفرد بمدى التزامه بالطقوس السائدة من عبادات،

== علاقة الامتتان بالتفاؤل والتدين وبعض المتغيرات الديموجرافية ==
وتشريعات، ومعاملات، وآداب، وأخلاق وكلما زاد سلوكه التعيدي داخلياً وخارجياً، زاد التدين.

. ويُعرف التدين إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة من خلال إجاباتهم على بنود مقياس للتدين المستخدم في الدراسة الحالية، والتي تعكس مدى الالتزام بالمعتقدات والممارسات الدينية وما تتطوى عليه من عبادات ومعاملات وأخلاق فاضلة يدعو إليها الدين.

٤- المتغيرات الديموجرافية: Demographic variables

تتمثل هذه المتغيرات، وفقاً للدراسة الحالية، في كل من النوع (ذكور/ إناث) ، والتخصص الدراسي الذي ينطوى على الدراسة في الكليات النظرية، والدراسة في الكليات العملية. كما تهتم الدراسة الحالية بدراسة تأثير التفاعل بين النوع والتخصص الدراسي في الامتحان.

الدراسات السابقة:

يمكن تصنيف الدراسات السابقة في ثلاث فئات؛ تتعلق الفئة الأولى بالدراسات التي تناولت العلاقة بين الامتحان والتفاؤل، أما الفئة الأخرى فتتعلق بالدراسات التي اهتمت بالعلاقة بين الامتحان والتدين. أما الفئة الثالثة فتهتم بالدراسات التي تناولت علاقة الامتحان ببعض المتغيرات الديموجرافية.

أولاً: الدراسات التي تناولت العلاقة بين الامتحان والتفاؤل:-

أجرى ديكهوف (Dickerhoof,2007) دراسة تجريبية على ٣٥٥ مبحوثاً من طلاب الجامعة الذكور والإناث بهدف الكشف عن دور كل من التفاؤل والامتتان في تنمية حُسن الحال. وتضمنت الدراسة تدريب الطلاب لمدة ثمانية أسابيع على أنشطة تتعلق بالتفاؤل والامتتان. وأسفرت نتائج هذه الدراسة عن أن التدريب على التعبير عن الامتتان و التفكير التفاؤلى، نجح بصورة أكبر مع الطلاب الأكثر دافعية لأن يكونوا أكثر شعوراً بالسعادة.

وفي دراسة أخرى أجراها شين وشين وكى وتساى (Chen, Chen, Kee& Tsai.,2009) بهدف تحديد صدق مقياس الامتتان لماكلوف على عينة من طلاب الجامعة في تايوان، بالإضافة إلى دراسة ارتباط الامتتان بكل من التفاؤل والسعادة وبعض العوامل الخمسة في الشخصية. وتكونت عينة الدراسة من ٦٠٨ (٤٢٧ إناث، ١٨١ ذكور). وطبق على أفراد العينة مقياس الامتتان، والسعادة، والتفاؤل والعصابية، والانبساطية. وكشفت أهم نتائج الدراسة، وجود ارتباط إيجابى دال بين الامتتان وكل من التفاؤل والسعادة والانبساطية، كما كشفت نتائج التحليل العاملى عن صدق المقياس فيما يتعلق بالبنود الخمسة الأولى من إجمالى البنود الستة المكونة للمقياس

كما هدفت دراسة لاشيني وشايري وأسجاري وموحدام وجولزاري (Lashani, Shaeiri, Asghari, Moghadam & Gölzari., 2012) إلى تحديد تأثير التدريب على الامتحان، في زيادة الوجدان الإيجابي والسعادة والتفاؤل لدى عينة من طلاب الجامعة الإيرانيين. واشتملت الدراسة على ٦٣٦ مبحوثاً، أختير من بينهم ٦٢ منخضى الوجدان الإيجابي تم توزيعهم على سبع مجموعات، من بينهم مجموعة ضابطة. وكشفت نتائج الدراسة زيادة جوهرية في الوجدان الإيجابي والسعادة بعد تلقى استراتيجيات التدريب على الامتحان.

كما أجرت رشا عصام الدين (٢٠١٣) دراسة بهدف الكشف عن العلاقة بين نوعية الحياة وكل من الشعور بالامتحان، والتسامح، والسعادة، وتحديد مدى إسهام هذه المتغيرات في نوعية الحياة، والوقوف على الفروق بين الجنسين، والفروق بين الفئات العمرية في متغيرات الدراسة، واشتملت عينة الدراسة على ٥٠٠ مبحوثاً من المراهقين والراشدين والمسنين، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة إيجابية دالة بين نوعية الحياة ومتغيرات التسامح والامتحان والسعادة، وذلك لدى مختلف الفئات العمرية المستخدمة في الدراسة. وتبين أن الإناث المراهقات والراشديات والمسنات أكثر امتناناً بالمقارنة بالذكور المراهقين والراشدين والمسنين.

ثانياً: الدراسات التي تناولت العلاقة بين الامتحان والتدين :-

أجرى هونج واى (Hong Y, 2006) دراسة لتحديد دور كل من المساندة الاجتماعية والمساندة الدينية والامتحان على الكفاءة النفسية. وتكونت عينة الدراسة من ٢٩٥ مبحوثاً من الذكور والإناث تراوحت أعمارهم ما بين ٢٢-٨٢ سنة. وأسفرت هذه الدراسة عن عدد من النتائج أهمها ارتباط الامتحان بالكفاءة النفسية. كما تبين أن الامتحان يتوسط العلاقة بين المساندة الإلهية والكفاءة الذاتية. وكذلك ارتبط الامتحان ارتباطاً إيجابياً دالاً بالرضا عن الحياة، بينما ارتبط سلبياً بالاكتئاب.

وفي دراسة أخرى أجراها تيدي (Tadie, 2010) لبحث العلاقة بين التدين والامتحان، وكذلك استكشاف علاقة هذين المتغيرين بالفعالية الوجدانية. وأجريت هذه الدراسة على عينة بلغت ٥٠٠ مبحوثاً من المراهقين الذكور والإناث. وتبين من هذه الدراسة أن الامتحان ارتبط بارتفاع مستوى التدين فيما يختص بطلب المساندة الدينية، والشعور بالعبادة الإلهية، كما ارتبط الامتحان بالفعالية الوجدانية.

وفي دراسة أجراها كل من كوينج وبيرك وداهر وبيرز وبيبنجر وروبنز وآخرين

== علاقة الامتحان بالتفاؤل والتدين وبعض المتغيرات الديموجرافية ==

(Koenig, Berk, Daher, Pearce, Bellinger, Robins et al., 2014) للكشف عن العلاقة بين التدين والأعراض الاكتئابية، والتفاؤل، والامتحان، لدى عينة مكونة من ١٢٩ فرداً من المصابين بالاكتئاب والأمراض الجسمية المزمنة. وكشفت نتائج هذه الدراسة عدم وجود علاقة بين التدين والأعراض الاكتئابية، بينما تبين وجود علاقة دالة بين مؤشرات التدين وكل من الامتحان والتفاؤل.

ثالثاً: الدراسات التي تناولت علاقة الامتحان ببعض المتغيرات الديموجرافية:-

وفى دراسة تضمنت النوع والعمر فى علاقتها بالامتحان، أجرى كاشدان ومشرا ويرين وفرو (Kashdan, Mishra, Breen & Froh, 2009) دراسة بهدف تحديد كيفية تأثير النوع الاجتماعى Gender على خبرة الامتحان والتعبير عنه، والفوائد التى يمكن الحصول عليها من الامتحان. وتضمنت هذه الدراسة ثلاث دراسات فرعية؛ هدفت الأولى إلى تحديد الفروق بين الجنسين فى تقييم التعبير عن الامتحان لصانع المعروف. واشتملت العينة فى هذه الدراسة على ٢٠٥ طالبة، و٨٣ طالباً جامعياً. وكشفت النتائج أن الإناث أكثر تقيماً إيجابياً للتعبير عن الامتحان بالمقارنة بالذكور. أما الدراسة الفرعية الأخرى فهذه هدفت إلى معرفة الفروق فى خبرة الامتحان، والتعبير عنه، والتقييم الإيجابى له، لدى الراشدين الأكبر سناً وطلاب الجامعة من الجنسين. وتكونت عينة هذه الدراسة من ٧٧ مبحوثاً، تتراوح أعمارهم ما بين ٥٩-٨٥ سنة. كما تضمنت الدراسة ٢١٤ فرداً من طلاب الجامعة الذكور والإناث. وكشفت هذه الدراسة أن الإناث الأصغر سناً والأكبر سناً أكثر ميلاً للشعور بالامتحان بالمقارنة بالذكور. أما الدراسة الفرعية الثالثة فهذه هدفت لمعرفة الفروق بين الجنسين فى الحصول على الفوائد التى ترتبط بالامتحان. وتضمنت الدراسة ١٩٠ مبحوثاً من طلاب الجامعة، وكشفت هذه الدراسة أن الإناث أكثر حصولاً على فوائد من خبرة الامتحان والتعبير عنه. وتعكس نتائج الدراسات الفرعية الثلاث فى مجملها، تفوق الإناث على الذكور فى الشعور بالامتحان والتعبير عنه، وكذلك فى الحصول على نواتج إيجابية للامتحان.

وفى دراسة أخرى أجرتها مان (Mann, 2012) كان من بين أهدافها الوقوف على الفروق بين الجنسين فى خمسة قوى بشرية تتمثل فى الإبداع والامتحان والأمل والعزيمة والحكمة. واشتملت عينة الدراسة على ٢٧٣ مبحوثاً (٢٠٨ إناث، ٦٥ ذكور) من الموظفين بالشركات الأمريكية من مستويات عمرية وتعليمية مختلفة، وتراوح أعمارهم ما بين ١٨-٧٤ سنة. وكان من أهم النتائج التى كشفت عنها هذه الدراسة فيما يتعلق بالامتحان، أن الإناث حصلن على درجات أعلى من الذكور فى مشاعر الامتحان والتعبير عنه.

د / صافية فتح الباب أمين

كما هدفت دراسة أنساري (Ansari,2014). لتحديد الفروق بين الجنسين لكل من الامتحان وحسن الحال والوجدان السلبي. واشتملت الدراسة على ٢٦٤ مبحوثاً من طلاب الجامعة من الجنسين. وتمثلت أهم نتائج هذه الدراسة في وجود ارتفاع مستوى الامتحان لدى الإناث بالمقارنة بالذكور. كما تبين أن حسن الحال ينبئ بشكل جوهري بمستوى الامتحان لكل من الذكور والإناث. كما كشفت الدراسة عن أن النوع هو أحد المتغيرات المنبئة بالامتحان، وأن الرضا عن الحياة ينبئ بالامتحان للذكور وليس للإناث.

تعقيب على الدراسات السابقة:

١- تعكس مجموعة الدراسات السابقة الندرة الواضحة للدراسات العربية التي اهتمت بدراسة الامتحان، وعلى الرغم من أن الدراسات الأجنبية تتطوى على عدد لا بأس به من دراسات الامتحان، إلا أنه توجد ندرة في الدراسات التي اهتمت بالكشف عن العلاقة بين الامتحان وكل من التفاؤل والتكيف. كما أن الدراسات التي ربطت بين الامتحان وبعض المتغيرات الديموجرافية لدى عينات من طلاب الجامعات، ركزت على دراسة الفروق بين الذكور والإناث في الامتحان، ولم تهتم بما إذا كان هناك تأثير للتخصص الدراسي في مستوى الامتحان أم لا.

٢- الدراسات التي تضمنت مفهومي الامتحان والتفاؤل معاً، كدراسات ديكهوف ولاشيبي وآخرين (Dickerhoof,2007.,Lashani,Shaeiri,Asghari, Moghadam & Golzari.,2012) هي دراسات تجريبية لتحديد التأثيرات الإيجابية للتدريب على الامتحان في زيادة مستوى الشعور بحسن الحال، والوجدان الإيجابي والسعادة والتفاؤل. بينما تضمنت الدراسات التي كان من بين أهدافها الكشف عن العلاقة بين مفهومي الامتحان والتكيف كدراسات تيدي وكوينج وآخرين Koenig, (Tadie,2010, Berk, Daher, Pearce, Bellinger, Robins et al.,2014) لدى عينات من المراهقين و المصابين بالاكئاب والأمراض الجسمية المزمنة، وهي عينات تختلف عن عينة الدراسة الحالية من الراشدين الأسوياء. وربما يرجع هذا الأمر إلى حداثة تناول مفهوم الامتحان في علاقته بالمتغيرات الأخرى على عينات بحثية مختلفة، ويدعم ذلك أهمية إجراء الدراسة الحالية.

فروض الدراسة:

بناءً على الاستعراض السابق لمفاهيم الدراسة وما أشارت إليه نتائج الدراسات السابقة في موضوع الدراسة الحالية، يمكن صياغة الفروض الآتية:-

١- يوجد ارتباط إيجابي دال إحصائياً بين الامتحان وكل من التفاؤل والتكيف.

علاقة الامتحان بالتفاضل والتدين وبعض المتغيرات الديموجرافية

- ٢- يختلف مستوى الامتحان باختلاف النوع والتخصص الدراسي.
- ٣- تسهم متغيرات التفاؤل والتدين والمتغيرات الديموجرافية (النوع- التخصص الدراسي- والتفاعل بينهما) في التنبؤ بالامتحان.

المنهج:

اتبعت الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، والذي يلائم هدف الدراسة الحالية؛ للكشف عن العلاقة بين الامتحان وكل من التفاؤل والتدين وبعض المتغيرات الديموجرافية التي تتمثل في النوع والتخصص الدراسي. وكذلك الوقوف على الفروق في مستوى الامتحان وفقاً للنوع والتخصص الدراسي والتفاعل بينهما. بالإضافة إلى تحديد مدى إسهام كل من التفاؤل والتدين والمتغيرات الديموجرافية في التنبؤ بالامتحان.

عينة الدراسة:

اشتملت عينة الدراسة الحالية على (٤٧١) مبحوثاً من كليات الهندسة والطب (البشري، والبيطري)، والحقوق والآداب. وتكونت عينة الذكور من ١٧٢ طالباً بمتوسط أعمارهم ٢٠,٥٧ سنة بانجراف معياري ١,١٩. كما تكونت عينة الإناث من ٢٩٩ طالبة بمتوسط عمري ٢٠,١٩ سنة، وانحراف معياري ٠,٩٧، وجميعهم من جامعة جنوب الوادي. وفيما يلي جدول رقم (١) يلخص أهم خصائص هذه العينة وفقاً للنوع والتخصص الدراسي والعمر:

جدول (١) خصائص عينة الدراسة وفقاً للنوع والتخصص الدراسي ومتوسط العمر

النوع	عينة	نظرية	الإجمالي	متوسط العمر	انحراف المعياري للعين
ذكور	٩٣	٧٩	١٧٢	٥٧	١,١٩
إناث	١٤٢	١٥٧	٢٩٩	٢٠,١٩	٠,٩٧
الإجمالي	٢٣٥	٢٣٦	٤٧١	٢٠,٣٣	١,٠٧

أدوات الدراسة:

اشتملت أدوات الدراسة الحالية على ثلاثة مقاييس لقياس الامتحان، والتفاضل، والتدين، بالإضافة إلى قائمة البيانات الديموجرافية، ونعرض لكل منها على النحو الآتي:

(أ) مقياس الامتحان

يتكون المقياس من ٣٠ بنداً، وهو من إعداد رشا عصام الدين (٢٠١٣)، وتتطلب الاستجابة

د / صقية فتح الباب أمين

لينود هذا المقياس اختيار المفحوص لأحد البدائل الخمسة، وفقاً لطريقة ليكرت؛ بحيث يختار المفحوص البديل المناسب له من بين خمسة بدائل تتراوح ما بين انطباق العبارة عليه تماماً، وعدم انطباقها. علماً بأن الدرجات المحتملة للاستجابة على البند تتراوح ما بين درجة واحدة إلى خمس درجات، وتتراوح الدرجة الكلية على المقياس ما بين (٣٠ - ١٥٠ درجة). وقد اتبعت الباحثة عدة خطوات في صياغة بنود المقياس، تمثلت في توجيه سؤال مفتوح لعينة من الطلاب والمسنين حول معنى الامتحان وكيفية التعبير عنه، وتمت صياغة عبارات المقياس بحيث تشمل على مشاعر الامتحان والتعبير عنه والتوجه نحو الاهتمام بالامتحان أو اهماله ونظرة الفرد للأخريين والحياة. وقد تم عرض المقياس على عدد من المحكمين لإبداء الرأي حول مناسبة العبارات لقياس مفهوم الامتحان. وقد لاقت جميع بنود المقياس اتفاقاً من المحكمين مع إعادة صياغة بعض العبارات. كما كشفت الباحثة عن الصدق العاملي باستخدام التحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية لينود المقياس، وتم التدوير المتعامد للعوامل المستخلصة والتي استوعبت ٦٤,١٨% من التباين الكلي، وقد أمكن تسمية خمسة عوامل تتسق مع مضمون جوانب مفهوم الامتحان. وبالنسبة لثبات المقياس قامت الباحثة بإعادة تطبيق الاختبار على عينة قولها ٥٠ مبحوثاً وذلك بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وبلغ معامل الارتباط ٠,٧٤٥، كما تم حساب معامل الثبات ألفا كرونباخ وبلغت قيمته ٠,٧٤٤. وبالإضافة إلى ذلك تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس وكانت جميع معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية معاملات دالة عند ٠,٠١، و ٠,٠٥.

وللتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الامتحان في الدراسة الحالية قامت الباحثة بحساب الثبات من خلال معامل ألفا كرونباخ والقسمه النصفية، ويوضح الجدول التالي رقم ٢ معاملات ألفا والقسمه النصفية لمقياس الامتحان.

جدول (٢) معاملات الثبات ألفا والقسمه النصفية لمقياس الامتحان

القسمه النصفية		معامل ألفا كرونباخ	الطريقة المقياس
بعد تصحيح الطول	قبل تصحيح الطول		
٠,٧٩٤	٠,٦٥٩	٠,٧٥٦	الامتحان

وتكشف نتائج الجدول السابق أن معاملات ثبات ألفا ٠,٧٥٦، كما أن معامل الثبات بالقسمه النصفية

== علاقة الامتحان بالتفاضل والتدين وبعض المتغيرات الديموجرافية ==

بعد تصحيح الطول ٠,٧٩٤، وهى معاملات ثبات جيدة. كما تم حساب الصدق التمييزى للمقياس حيث قامت الباحثة بترتيب درجات أفراد العينة ترتيباً تنازلياً. وتمت المقارنة باستخدام اختبار "ت" بين ٢٥% من الحاصلين على أعلى الدرجات فى الامتحان، و ٢٥% من الحاصلين على أقل الدرجات. وقد بلغت قيمة "ت" ٣٤,٢٣ وهى دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) مما يشير إلى قدرة المقياس على التمييز بين مرتفعى ومنخفضى الامتحان. كما تم استخدام أسلوب الاتساق الداخلى لحساب ارتباط كل بند بالدرجة الكلية وبوضوح الجدول الآتى رقم ٣ نتائج هذا الإجراء:

جدول (٣) ارتباط البند بالدرجة الكلية لمقياس الامتحان

البند	ارتباط البند بالدرجة الكلية	البند	ارتباط البند بالدرجة الكلية	البند	ارتباط البند بالدرجة الكلية
١	٠,٢١٤	١١	٠,٥٣٧	٢١	٠,٢٠٨
٢	٠,٥٢١	١٢	٠,٢٥٩	٢٢	٠,٢٩٩
٣	٠,٣٧٥	١٣	٠,٣٠٠	٢٣	٠,٣١٩
٤	٠,٥٠٢	١٤	٠,٤٩٤	٢٤	٠,٣٦٥
٥	٠,٤٣٠	١٥	٠,٥١٣	٢٥	٠,٢٤٦
٦	٠,٤٢٤	١٦	٠,٤٦٧	٢٦	٠,٣٩٣
٧	٠,٤١٢	١٧	٠,١٤١	٢٧	٠,٣٠٨
٨	٠,٣٥٥	١٨	٠,٥١٧	٢٨	٠,٣٩٤
٩	٠,٤٠١	١٩	٠,٥٤٦	٢٩	٠,٤٢٠
١٠	٠,٣٩٢	٢٠	٠,٥٣٨	٣٠	٠,٤٥٥

البند دالة عند ٠,٠١

ويتضح من نتائج الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين البنود والدرجة الكلية دالة عند ٠,٠١. وتشير جملة الإجراءات السابقة إلى تمتع المقياس بدرجة مرضية من الصدق والثبات بما يسمح باستخدامه فى الدراسة الحالية.

(ب) مقياس التفاؤل

هو مقياس فرعى من القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم من اعداد أحمد عبد الخالق (١٩٩٦)، وتشمل هذه القائمة مقياسيين فرعيين منفصلين أحدهما للتفاؤل، ويتكون من ١٥ بنداً، والمقياس الآخر للتشاؤم ويتكون من ١٥ بنداً أيضاً. وتتطلب الاستجابة لبنود هذا المقياس اختيار المفحوص لأحد البدائل الخمسة، وفقاً لطريقة ليكرت؛ بحيث يختار المفحوص البديل المناسب له

من بين خمسة بدائل تتراوح ما بين انطباق العبارة عليه تماماً، وعدم انطباقها. علماً بأن الدرجات المحتملة للاستجابة على البند تتراوح ما بين درجة واحدة إلى خمس درجات، وتتراوح الدرجة الكلية على المقياس ما بين (١٥ - ٧٥ درجة). وتم التأكد من ثبات وصدق هذه القائمة على عينة كويتية استخدمت للتقنين سنة ١٩٩٦، ثم قام عبد الخالق (٢٠٠٥) بالكشف عن الكفاءة السيكومترية لهذه القائمة على عينة مصرية من طلاب الجامعة الذكور والإناث قوامها ٨١٤ من طلاب جامعتي القاهرة والأسكندرية (٣٥٥ ذكور، ٤٥٩ إناث)، من كليات وسنوات دراسية مختلفة. وتم حساب معاملات ثبات ألفا فكانت مرتفعة حيث بلغت ٠,٩٣ للتفاضل، و ٠,٩٤ للتشاؤم. وتم حساب الصدق عن طريق الاتساق الداخلي ووصلت معاملات ارتباط البند بالدرجة الكلية لمستوى الدلالة ٠,٠٠١، كما تم حساب الصدق التلازمي من خلال حساب ارتباط درجات القائمة مع اختبار التوجه للحياة وبلغ الارتباط ٠,٧٨، و-٠,٩٦ لمقياس التفاؤل والتشاؤم على الترتيب. وتم حساب صدق المحكمين، وكذلك الصدق العاملي والذي أسفر عن عاملين للتفاضل والتشاؤم. كما حسبت معاملات الارتباط المتبادلة بين بنود مقياس التفاؤل، منفصلاً عن مقياس التفاؤل لدى عيني الطلاب، وحالت المصفوتان بطريقة المكونات الأساسية، وتم استخراج عامل واحد دال في كل مقياس على حدة.

وبالنسبة للدراسة الحالية تم التحقق من ثبات وصدق المقياس من خلال معامل ألفا كرونباخ ومعامل القسمة النصفية قبل وبعد تصحيح الطول، ويوضح الجدول التالي رقم ٤ نتائج هذا الإجراء:

جدول (٤) معاملات الثبات الفا والقسمة النصفية لمقياس التفاؤل

القسمة النصفية		معامل الفا كرونباخ	الطريقة المقاييس
بعد تصحيح الطول	قبل تصحيح الطول		
٠,٩٣٦	٠,٨٧٩	٠,٩٢٩	التفاضل

وتكشف نتائج الجدول السابق أن معاملات ثبات ألفا ٠,٩٢٩ كما أن معامل الثبات بالقسمة النصفية بعد تصحيح الطول ٠,٩٣٦ وهي معاملات ثبات مرتفعة. كما تم الكشف عن الصدق العاملي للمقياس بإجراء التحليل العاملي من الدرجة الأولى بطريقة المكونات الأساسية. وأسفرت نتائج هذا الإجراء عن استخراج عامل واحد، جذره الكامن ٧,٦١ واستوعب ٥٠,٧٤% من التباين الكلي. وتشيعت جميع بنود المقياس على هذا العامل، ويوضح الجدول التالي رقم ٥

علاقة الامتثال بالتفاؤل والتدين وبعض المتغيرات الديموجرافية

نتائج هذا الإجراء حسب ترتيب التشبعات:

جدول (٥) نتائج التحليل العائلي لمقياس التفاؤل

التسبع	البند	التسبع	البند
٠,٦٧٦	٩	٠,٨٠٨	١
٠,٦٧٥	١٠	٠,٧٩٥	٢
٠,٦٦٩	١١	٠,٧٩١	٣
٠,٦٥٠	١٢	٠,٧٨٨	٤
٠,٦٢٩	١٣	٠,٧٨٣	٥
٠,٥٨٩	١٤	٠,٧٦١	٦
٠,٥٦٧	١٥	٠,٧٤٩	٧
٧,٦١	الجذر الكامن	٠,٦٩٣	٨
٥٠,٧٤	نسبة التباين		

وتكشف نتائج الجدول السابق أن تشبعات البنود على هذا العامل (التفاؤل) تراوحت ما بين ٠,٥٦٧ إلى ٠,٨٠٨ مما يدعم صدق تكوين المقياس. كما تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب ارتباط البنود بالدرجة الكلية، ويوضح الجدول التالي رقم ٦ نتائج هذا الإجراء.

جدول (٦) ارتباط البند بالدرجة الكلية لمقياس التفاؤل

ارتباط البند بالدرجة الكلية	البند	ارتباط البند بالدرجة الكلية	البند	ارتباط البند بالدرجة الكلية	البند
٠,٦٧١	١١	٠,٦٨٣	٦	٠,٥٨١	١
٠,٦٥٧	١٢	٠,٧٨٤	٧	٠,٧٥٠	٢
٠,٦٧٤	١٣	٠,٦٣٩	٨	٠,٦٩٢	٣
٠,٧٩١	١٤	٠,٥٨٠	٩	٠,٧٨١	٤
٠,٨٠١	١٥	٠,٧٥٢	١٠	٠,٧٨٩	٥

ويكشف الجدول السابق عن معاملات ارتباط دالة بين بنود المقياس بالدرجة الكلية تراوحت ما بين ٠,٥٨٠ و ٠,٨٠١ عند مستوى دلالة ٠,٠١. وتعمك الإجراءات السابقة تمتع هذا المقياس بدرجة جيدة من الثبات والصدق.

(ج) مقياس التدين

يتكون المقياس من ٣٤ بنداً ، وهو من إعداد عاصم عبد الكامل (٢٠١٤). وتتطلب الاستجابة لبند هذا المقياس اختيار المفحوص لأحد البدائل الخمسة، وفقاً لطريقة ليكرت؛ بحيث يختار المفحوص البديل المناسب له من بين خمسة بدائل تتراوح ما بين انطباق العبارة عليه تماماً، وعدم انطباقها. علماً بأن الدرجات المحتسبة للاستجابة على البند تتراوح ما بين درجة واحدة إلى خمس درجات، وتتراوح الدرجة الكلية على المقياس ما بين (٣٤ - ١٧٠ درجة). وقام الباحث بالتحقق من ثبات المقياس من خلال الاعتماد على ثلاث طرق وهي ألفا كرونباخ والقسمه النصفية بعد تصحيح الطول، وإعادة تطبيق الاختبار ، فكانت على الترتيب ٠.٨١٥ ، ٠.٨٤٥ ، ٠.٨٧١. كما قام الباحث بحساب صدق المقياس من خلال كل من صدق المحكمين والصدق الذاتي والذي بلغ (٠,٩٠٢) ، وهي نسبة صدق مرتفعة. وحساب الاتساق الداخلي الذي تراوح ما بين ٠,١٥٨ - ٠,٨٥٥.

وتم التحقق من الكفاءة السيكمترية للمقياس في الدراسة الحالية من خلال حساب معاملى ألفا كرونباخ والقسمه النصفية، ويوضح الجدول التالي رقم ٧ نتائج هذا الإجراء.

جدول (٧) معاملات إلتبات ألفا والقسمه النصفية لمقياس التدين

القسمه النصفية		معامل ألفا كرونباخ	الطريقة المقياس
قبل تصحيح الطول	بعد تصحيح الطول		
٠,٧٩٦	٠,٨٨٧	٠,٨٧٢	التدين

وتكشف نتائج الجدول السابق أن معاملات ثبات ألفا ٠,٨٧٢، كما أن معامل الثبات بالقسمه النصفية بعد تصحيح الطول ٠,٨٨٧، وهي معاملات ثبات مرتفعة. كما تم حساب الاتساق الداخلي كمؤشر للصدق من خلال الكشف عن ارتباط بنود مقياس التدين بالدرجة الكلية، ويوضح الجدول التالي رقم ٨ نتائج هذا الإجراء.

جدول (٨) ارتباط البند بالدرجة الكلية لمقياس التدين

البند	ارتباط البند بالدرجة الكلية	البند	ارتباط البند بالدرجة الكلية	البند	ارتباط البند بالدرجة الكلية	البند	ارتباط البند بالدرجة الكلية
١	٠,٥٣٦	١١	٠,٥١٦	٢١	٠,٢٩٦	٣١	٠,٥٦٨
٢	٠,٥٤٥	١٢	٠,٤٧٤	٢٢	٠,٤٣٣	٣٢	٠,٤٣٥
٣	٠,٤٣٧	١٣	٠,٣٨١	٢٣	٠,٤٢٩	٣٣	٠,٢٩٤
٤	٠,٥٨٤	١٤	٠,٣٣٦	٢٤	٠,٤٥٤	٣٤	٠,٣٠٦
٥	٠,٤٢٤	١٥	٠,٤٤٣	٢٥	٠,٥٥٣		
٦	٠,٤١٠	١٦	٠,٤١٠	٢٦	٠,٥٨٦		
٧	٠,٥٠٩	١٧	٠,٤١٠	٢٧	٠,٤٨٦		
٨	٠,٣١٥	١٨	٠,٤٢٤	٢٧	٠,٣٦٢		
٩	٠,٣٢٠	١٩	٠,٤٧٥	٢٩	٠,٢٨٠		
١٠	٠,٤٥١	٢٠	٠,٣٨١	٣٠	٠,٤٨٠		

البنود دالة عند ٠,٠١

وتكشف نتائج الجدول السابق عن ارتباط جميع بنود المقياس بالدرجة الكلية ارتباطاً دالاً عند مستوى دلالة ٠,٠١ وتشير مختلف الإجراءات السابقة إلى أن هذا المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الثبات والصدق مما يسمح بالاطمئنان لاستخدامه في الدراسة الحالية.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

نعرض فيما يلي نتائج الدراسة التي كشفت عنها التحليلات الإحصائية التي تم استخدامها لاختبار الفروض الأساسية للدراسة، ومناقشة هذه النتائج في ضوء تحقق أو عدم تحقق هذه الفروض، وبيان مدى اتفاق هذه النتائج أو تعارضها مع نتائج الدراسات السابقة التي أجريت في هذا الإطار، ومحاولة استخلاص ما تشير إليه هذه النتائج من دلالات نظرية وتطبيقية.

أولاً: نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

وينص هذا الفرض على أنه 'يوجد ارتباط إيجابي دال إحصائياً بين الامتحان وكل من التفاضل

د / صفة فتح الباب أمين

والتدين". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الامتحان وكل من التفاؤل والتدين لعينتي الذكور والإناث كل على حدة، والعينة الكلية. ويشير الجدول التالي رقم ٩ إلى معاملات الارتباط بين هذه المتغيرات:

جدول(٩) معاملات الارتباط بين الامتحان وكل من التفاؤل والتدين

الامتحان			النوع المتغيرات
العينة الكلية	الإناث	الذكور	
٠٠.٣٤٦	٠٠.٣٣٨	٠٠.٤١٥	التفاؤل
٠٠.٦٢١	٠٠.٥٥٢	٠٠.٦٣٠	التدين

دالة عند ٠,٠١

وتكشف نتائج الجدول السابق عن صحة الفرض الاول؛ حيث تبين وجود ارتباط ايجابي دال بين الامتحان وكل من التفاؤل والتدين لدى عينتي الذكور والإناث والعينة الكلية. وفيما يتعلق بالارتباط الدال بين الامتحان والتفاؤل، فإن هذه النتيجة تتفق مع دراسة شين وشين وكى وتساي (Chen, Chen, Kee & Tsai., 2009) التي كشفت عن وجود ارتباط ايجابي دال بين الامتحان وكل من التفاؤل والسعادة والانبساطية. كما تتسق هذه النتيجة، بشكل غير مباشر، مع ما أسفرت عنه دراسة لاشيني وشايري وأسجاري ومرجدام وجولزاري (Lashani, Shaciri, Asghari, Moghadam & Golzari., 2012) من حدوث زيادة جوهرية في الوجدان الإيجابي والسعادة بعد تلقى استراتيجيات التدريب على الامتحان. وكذلك دراسة رشا عصام الدين (٢٠١٣) التي أسفرت عن وجود علاقة ايجابية بين الامتحان ونوعية الحياة.

ويمكن تفسير هذا الارتباط بين الامتحان والتفاؤل من خلال ما تشير إليه نظرية فريدريكسون broaden-and-build theory of positive emotions والذي يرى فيها أن الامتحان يساعد الأفراد على بناء مصادر أخرى لحسن الحال، حيث يدعم الامتحان الابداع والدافعية والعزيمة، كما يمثل الامتحان الشررة الأولى لمنحنى تصاعدي من الانفعالات والنواتج الإيجابية، وربما يفسر ذلك سبب ميل الأفراد ذوي المستويات المرتفعة من الامتحان بأن يكونوا أكثر حيوية وتفاؤلاً وتديناً وروحانية، كما أنه عند شعور الأفراد بالامتحان فإن هذه الحالة العقلية تشتمل على دور الآخرين في مساعدتهم لتحقيق الرفاهية مما يزيد الشعور لديهم بالأمل والتفاؤل لما يتلقونه من الأعمال الخيرة من جانب الآخرين (Froh, Yurkewicz, & Kashdan., 2009).

أما فيما يتعلق بالارتباط الدال بين الامتحان والتدين، فإن هذه النتيجة تتفق مع نتائج الدراسة التي أجراها تيدي (Tadie,2010) وتبين من هذه الدراسة أن الامتحان ارتبط بارتفاع مستوى التدين فيما يختص بطلب المساندة الدينية، والشعور بالعناية الإلهية، كما ارتبط الامتحان بالفعالية الوجدانية. كما تتسق هذه النتيجة مع دراسة كوينج وبيرك وداهر وبيرز وبيلنجر وروبنز وآخرين (Koenig, Berk, Daher, Pearce, Bellinger, Robins et al., 2014) التي توصلت إلى عدم وجود علاقة بين التدين والأعراض الاكتئابية، بينما تبين وجود علاقة دالة بين مؤشرات التدين وكل من الامتحان والتفاؤل. وتتفق هذه النتيجة بصورة غير مباشرة مع ما تبين من دراسة هونج واى (Hong Y,2006) بوجود ارتباط الامتحان بالكفاءة النفسية، كما تبين أن الامتحان يتوسط العلاقة بين المساندة الإلهية والكفاءة الذاتية. وكذلك ارتبط الامتحان ارتباطاً إيجابياً دالاً بالرضا عن الحياة، بينما ارتبط سلبياً بالاكتئاب.

و يشير تيدي Tadie إلى أن العديد من الاتجاهات الدينية تسهم في مفهوم الامتحان، وتكوين نظرة امتنان للحياة، كما يرى تيدي أن الأشخاص الذين يواجهون المشقة بعيداً عن ممارسة الشعائر الدينية والتعامل مع الآخرين يفقدون فرصاً لتلقى المساندة والمساعدة من الآخرين، وهذا من شأنه التقليل من الأسباب الداعية إلى الامتحان. كما أن هؤلاء الذين لديهم أسباب أقل للشكر ربما يكونوا أقل دافعية لطلب المساندة من الآخرين وأقل مشاركة في الأنشطة الدينية (Tadie,2010).

كما تدعم نتائج هذا الفرض ما أشار إليه بيترسون وسيلجمان بأن الأشخاص الذين يشاركون بانتظام في المساعدات الدينية، وينغمسون في الأنشطة الدينية كالصلاة أو قراءة الكتابات الدينية هم أكثر ميلاً للامتحان. كذلك فإن الأشخاص الممتنين أكثر اعتقاداً في الصلة الوثيقة بين الحياة والالتزام والمسئولية تجاه الآخرين، كما أنهم أقل اهتماماً بالأشياء المادية (Peterson & Seligman,2004,562).

وبالإضافة إلى ما سبق، فإنه يمكن تفسير الارتباط بين الامتحان والتدين من خلال تأكيد الأديان على فضيلة مساعدة الآخرين، وعلى ذلك فإن الشخص الذي يساعد الآخرين امتثالاً وتقريباً لله، فإنه وفقاً لنظرية التبادل الاجتماعي يكون أكثر حصولاً على تلقى المساعدة والدعم من الآخرين وبالتالي أكثر شعوراً بالامتحان.

نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

وينص هذا الفرض على أنه "يختلف مستوى الامتحان باختلاف النوع والتخصص الدراسي والتفاعل بينهما". وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام تحليل التباين التثائي، ويوضح الجدول التالي

رقم ١٠ نتائج هذا الإجراء.

جدول (١٠) نتائج تحليل التباين الثنائي (ن = ٤٧١)

الدالة	ت	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
٠,٠٠١	٥٩,٥٢٩	٧٣٢١,٧٣٥	١	٧٣٢١,٧٣٥	النوع
٠,٣٣٥	٠,٩٣٢	١١٤,٦٥٨	١	١١٤,٦٥٨	التخصص
٠,٢٤٧	١,٣٤١	١٦٤,٩٦٥	١	١٦٤,٩٦٥	التفاعل
		١٢٢,٩٩٥	٤٦٧	٥٧٤	البواقي
				٣٨,٥٤٧	
			٤٧١	٧١٦٧٠,٢٧,٠	التباين الكلي

وتكشف نتائج الجدول السابق عن تحقق الفرض الثاني جزئياً، حيث تبين أن النوع يؤثر بشكل دال في مستوى الامتحان، في حين لم يؤثر التخصص الدراسي والتفاعل بين النوع والتخصص في مستوى الامتحان. وبناء على هذه النتائج تم إجراء اختبار "ت" للوقوف على اتجاه الفرق بين الذكور والإناث في مستوى الامتحان، وكل من التفاعل والتدين. ويوضح الجدول التالي رقم ١١ الفروق بين متوسطات الدرجات لمتغيرات الدراسة وفقاً لمتغير النوع.

جدول (١١) الفروق بين متوسطات الدرجات لمتغيرات الدراسة وفقاً لمتغير النوع :

الدالة	قيمة ت	الإناث ن=٢٩٩		الذكور ن=١٧٢		النوع والمتغيرات
		ع	م	ع	م	
٠,٠٠١	٧,٥٤	١٠,٣٧	١٢٥,٧٦	١٢,٢٢	١١٧,٦٤	الامتحان
غير دال	٠,٠٧٢	١١,٢٤	٥٨,٥٢	١٠,٤٩	٥٨,٤٥	التفاعل
٠,٠٠١	٥,٦٨	١٢,٨٣	١٥٤,٧٩	١٤,٧٤	١٤٧,١٣	التدين

وتكشف نتائج الجدول السابق أن الإناث أكثر إمتاناً وأكثر تديناً بالمقارنة بالذكور، بينما لم تظهر فروق دالة بين الجنسين في التفاعل. وتتفق هذه النتائج مع ما كشفته نتائج عدد من الدراسات السابقة في هذا الصدد، ومثال لذلك تتفق نتائج هذه الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة رودها (Rohda,2009) التي أجريت على عينة من طلاب الجامعة الذكور والإناث، وتبين أن الإناث يُخبرن مستوى أعلى من الامتحان بالمقارنة بالذكور. ويتسق ذلك مع ما كشفته دراسة كاشدان ومشرا وفرو (Kashdan, Mishra.,Breen, &Fro.,2009) التي كشفت أن الإناث أكثر تقييماً إيجابياً للتعبير عن الامتحان ، وأنيق أكثر ميلاً للشعور بالامتحان، و أكثر حصولاً على نتائج إيجابية من خبرة الامتحان والتعبير عنه بالمقارنة بالذكور. ويتسق ذلك أيضاً مع ما كشفته دراسات

== علاقة الامتتان بالتفاوت والتدين وبعض المتغيرات الديموجرافية ==

مان و أنسارى (Mann,2012.,Ansari,2014) من ارتفاع مستوى مشاعر الامتتان لدى الإناث وقدرتهن على التعبير عن هذه المشاعر بالمقارنة بالذكور. كما تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة رشا عصام الدين(٢٠١٣) بأن الإناث المراهقات والراشداات والمسناات أكثر امتناناً بالمقارنة بالذكور المراهقين والراشدين والمسنيين.

ويمكن تفسير هذه النتيجة فى ضوء ما أشار إليه بعض الباحثين بأن الإناث أكثر إمتناناً لأنهن أكثر قدرة على الانتباه للإشارات اللفظية وغير اللفظية خلال عمليات التفاعل مع الآخرين. وعلى جانب آخر فإن عوامل التنشئة الاجتماعية يمكن أن تسهم فى هذه الفروق حيث أنه من المقبول اجتماعياً بالنسبة للإناث أن يعبرن عن انفعالاتهن، أما تنشئة الذكور فتتطوى على النظر للتعبير عن الامتتان بأنه يميل للطابع الأثوى، وأن الذكور يشعرون بعدم الراحة بالنسبة للتعبير عن الامتتان لأنهم ينظرون للامتتان على أنه نوع من المديونية indebtedness (Karris,2007.,Ansari,2014). والذكور بشكل عام، يعبرون عن المشاعر التى ترتبط بالقوة والمكانة لهذا فهم ينظرون للتعبير عن الامتتان على أنه نوع من الضعف الذى قد يهدد مكانتهم الاجتماعية وطبيعتهم الذكورية، ولهذا فإن الذكور يفضلون تجنب التعبير عن الامتتان (Froh, Yurkewicz, & Kashdan.,2009).

أما فيما يتعلق بما كشفتته نتائج الجدول السابق، من ارتفاع مستوى التدين لدى الإناث مقارنة بالذكور، فإن هذه النتيجة تتسق مع ما كشفتته دراسة زياد بركات(٢٠٠٦) بأن الإناث أكثر التزاماً دينياً من الذكور. ويمكن تفسير هذه النتيجة وفقاً لاختلاف طرق تنشئة الذكور والإناث فى المجتمعات العربية، والتى تمنح الذكور مزيداً من الحرية فى التحرك فى مختلف مجالات الحياة اليومية ، بينما تشجع الإناث على الإلتزام بمختلف أشكاله.

نتائج الفرض الثالث ومناقشتها:

وينص هذا الفرض على أنه "تسهم متغيرات التفاؤل والتدين والمتغيرات الديموجرافية (النوع- التخصص الدراسى- والتفاعل بينهما) فى التنبؤ بالامتتان". وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد حيث التفاؤل والتدين والنوع والتخصص الدراسى متغيرات منبئة أو مستقلة ، ومتغير الامتتان متغير تابع. ويوضح الجدول التالى رقم ١٢ نتائج تحليل الانحدار المتعدد.

جدول (١٢) نتائج تحليل الانحدار المتعدد ن=٤٧١

النسبة إسهام المتغير	مربع الارتباط المنفرد	الارتباط المتعدد	مستوى الدلالة	قيمة ت	بيتا	معامل الانحدار	المتغيرات المتبلة	المتغير التابع
٣٨,٥%	٠,٣٨٥	٠,٦٢١	٠,٠٠١	١٣,٩٤	٠,٥١١	٠,٤٢٨	التدين	الامتحان
٣,١%	٠,٤١٦	٠,٦٤٥	٠,٠٠١	٥,٧٠	٠,٢٠٤	٤,٩٧٦	النوع	
٢,٧%	٠,٤٤٣	٠,٦٦٦	٠,٠٠١	٥,١٢	٠,١٨٩	٠,٢٠١	التفاوت	
٠,٩%	٠,٤٥٢	٠,٦٧٢	٠,٠٠٨	٢,٦٦	٠,٠٩٣-	٢,١٧٧-	للتخصص الدراسي	
-	-	-	٠,٠٠١	٩,١١	-	٤١,١٣٣	الثابت	

وتكشف نتائج الجدول السابق أن التدين يعتبر أكثر المتغيرات إسهاماً في التنبؤ بالامتحان، حيث بلغت نسبة إسهام هذا المتغير ٣٨,٥%، بينما تلا ذلك إسهام متغير النوع بنسبة ٣,١% ثم التفاؤل بنسبة ٢,٧%؛ أما متغير التخصص الدراسي فنسبة إسهامه ضعيفة وتبلغت ٠,٩%، وتتسق هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة روزمارين وبيريتنسي وكوهين وجاليز وكرومري (Rosmarin, Pirutinsky, Cohen, Galler, & Krumrei...,2011)، والتي كشفت أن عوامل التدين تسهم بحوالي ٥٠% من تباين الامتحان. كما تتفق هذه النتائج أيضاً مع كشفته دراسة أنساري (Ansari,2014)؛ حيث تبين أن النوع Gender من المتغيرات التي تنبئ بشكل دال بالامتحان. وبدعم ذلك أيضاً ما كشفته نتائج الفرض الثاني بأن الإناث أكثر امتناناً بالمقارنة بالذكور. كما يتضح من هذه النتائج أن التفاؤل يسهم في التنبؤ بالامتحان، ويمكن تفسير ذلك بأن التفاؤل يساعد في جعل الفرد أكثر ميلاً للاستجابة للمشاعر والتصرفات الإيجابية من جانب الآخرين، بشكل إيجابي. ويكون الامتحان، بوصفه خبرة سارة، هو الاستجابة المتوقعة من الشخص الذي يتسم بالتفاؤل. وتتسق نتائج هذا الفرض مع نتائج الفرض الأول التي كشفت عن وجود ارتباط إيجابي دال بين الامتحان والتفاؤل.

ويشير بيترسون وسليجمان أن البحث الإمبريقي في مفهوم الامتحان لا يزال في بدايته، لذا من الصعب تحديد العوامل الشخصية والموقفية التي تسهم في التنبؤ بالامتحان. وبالنظر في المتغيرات

== علاقة الامتتان بالتفاؤل والتدين وبعض المتغيرات الديموجرافية ==
المرتبطة بالامتتان، فيبدو أن التفاؤل والنظرة المنفتحة للحياة عوامل مدعمة للامتتان، كما هو الحال بالنسبة للوعي الروحاني والتدين الجوهري أو الحقيقي، وكذلك التعاطف وتبني منظور الآخرين، وكذلك القدرة على إدراك الفرد لعناصر حياته، وأن الحياة في حد ذاتها نعمة (Peterson & Seligman, 2004, 564).

وتكشف نتائج الدراسة الحالية، بوجه عام، أن الامتتان يرتبط ارتباطاً جوهرياً بالتدين والتفاؤل، كما أن الإناث أكثر امتثاناً وتديناً بالمقارنة بالذكور، ولم يتأثر مستوى الامتتان بطبيعة التخصص الدراسي. كما يعتبر التدين الأكثر إسهاماً في التنبؤ بالامتتان يليه النوع والتفاؤل على الترتيب. وتجدر الإشارة هنا إلى ما يمكن أن تسهم به هذه النتائج في اعداد البرامج التي تهدف إلى تدريب الأفراد، وبخاصة الشباب في المرحلة الجامعية، على التعبير عن الامتتان، وما يصاحب ذلك من زيادة المشاعر الإيجابية لديهم، ودعم السلوك الذي من شأنه تقوية العلاقات الاجتماعية بمختلف أشكالها. ويشير إيمونز (Emmons, 2012) في هذا الصدد إلى أنه يمكن تعلم الامتتان من خلال التدريب على الانتباه أو الملاحظة والوعي بالنعمة التي يُنظر لها عموماً على أنها بديهية أو مُسلم بها. وكذلك تدريب الأشخاص على تذكر المعروف أو المساعدة التي قُدمت لهم من الآخرين.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية

- ١- ابن منظور (١٩٦٨). لسان العرب. ج ٤، ط ١، بيروت: دار صادر.
- ٢- أحمد عبد الخالق (١٩٩٦). دليل تعليمات القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- ٣- أحمد عبد الخالق (٢٠٠٥). المقياس العربي للتفاؤل والتشاؤم: نتائج مصرية. دراسات نفسية، ٢، ١٥، ٣٠٧-٣١٨.
- ٤- أحمد مختار عمر (٢٠٠٨). معجم اللغة العربية المعاصرة. المجلد الأول، ط ١. القاهرة: عالم الكتب.
- ٥- إيد داينر، روبرت بيزواس-داينر (٢٠١١). السعادة: كشف أسرار الثروة النفسية. ترجمة مها بكير، مراجعة معتز سيد عبدالله. المركز القومي للترجمة، العدد ١٨٦٦.
- ٦- حسام أحمد، سامية سمير (٢٠١٠). معنى الحياة وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى عينة من حفارى القبور. دراسات نفسية، ٣، ٢٠، ٣٩٧-٤٣٦.
- ٧- رشا عصا الدين (٢٠١٣). نوعية الحياة وعلاقتها بكل من الإمتتان، السعادة، التسامح: دراسة نمائية. رسالة دكتوراه. كلية الآداب، جامعة طنطا.

- ٨- زياد بركات (٢٠٠٦). الاتجاه نحو الالتزام الديني وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة. *مجلة جامعة الخليل للبحوث*، ٢(٢)، ١١٠-١٣٩.
- ٩- صالح الصنيع (٢٠٠٠). *التدين والصحة النفسية*. الإدارة العامة للثقافة والنشر - جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض.
- ١٠- عاصم عبد الكامل (٢٠١٤). المشاركة السياسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة بعد ثورة الخامس والعشرين من يناير. *رسالة ماجستير*، كلية الآداب بقنا، جامعة جنوب الوادي.
- ١١- عبد الستار إبراهيم (٢٠١٢). الإيجابية وصناعة التفاؤل: نافذة نفسية على ثورة الربيع العربي في مصر. المجلس الأعلى للثقافة، القاهرة.
- ١٢- عبد الهادي القحطاني (٢٠١٢). الضغوط النفسية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المدرسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الخبر بالمنطقة الشرقية في المملكة العربية السعودية. *رسالة ماجستير*، كلية الآداب، جامعة البحرين.
- ١٣- عبيد أنور، فائق صلاح (٢٠١١). دور التسامح والتفاؤل في التنبؤ بنوعية الحياة لدى عينة من الطلاب الجامعيين في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. في: *دراسات في علم النفس الحديث* (مجلد تكاري للدكتور عبد الحليم محمود السيد). قسم علم النفس - جامعة القاهرة.
- ١٤- فادي سعود (٢٠١٣). السعادة وعلاقتها بالذكاء الانفعالي والتدين لدى طلبة جامعة العلوم الإسلامية العالمية. *دراسات العلوم التربوية*، ٤٠(٢)، ٧٢٩-٧٤٧.
- ١٥- قريشي فيصل (٢٠١٠). التدين وعلاقته بالكفاءة الذاتية لدى مرضى الاضطرابات الوعائية القلبية. *رسالة ماجستير*، كلية العلوم الانسانية، جامعة الحاج لخضر.
- ١٦- مجمع اللغة العربية (١٩٩٧). *المعجم الوجيز*، الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية.
- ١٧- محمد أشرف أبو العلا (٢٠١٠). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بتقدير الذات ومستوى الطموح والتوافق مع الحياة الجامعية لدى عينة من الطلاب والطالبات. *دراسات عربية في علم النفس*، ٩(٢)، ٣٣٩-٣٩٨.
- ١٨- هدى جعفر (٢٠٠٦). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بضغوط العمل والرضا عن العمل. *دراسات نفسية*، ٨٣، ١٦٠-١١١.
- ١٩- هيفاء الأنصاري، أحمد عبد الخالق (٢٠١٢). التدين وعلاقته بفعالية الذات والقلق لدى ثلاث عينات كويتية. *دراسات نفسية*، ٢٢(١)، ١٤٩-١٨٠.

ثانياً: المراجع الأجنبية

- 20- Ansari,S.(2014).Examining sex differences in gratitude, psychological well-being, and negative affectivity. *PhD .dissertation*, Faculty of the Graduate School at Middle Tennessee State University.
- 21- Carr, A. (2004).*Positive psychology: The science of happiness and human strengths*. Brunner-Rutledge. New York.
- 22- Chen,L., Chen,Y., Kee,Y, Tsai,Y.(2009).Validation of the gratitude questionnaire(GQ) in Taiwanese undergraduate students. *Journal of happiness studies*. 10. 6. 655-664.
- 23- Dickerhoof, R.(2007). Expressing Optimism and Gratitude: A Longitudinal Investigation of Cognitive Strategies to Increase Well-Being. *PhD. Dissertation*, university of California.
- 24- Emmons,R(2007).Thanks: How the new science of gratitude can make you happier. Houghton Mifflin Company, New York.
- 25- Emmons,R(2012). *Queen of the Virtues? Gratitude as a Human Strength*. Reflective Practice, formation and supervision in Ministry, 32.
- 26- Emmons & Kneezel,T.(2005). Giving thanks: Spiritual and religious correlates of gratitude. *Journal of Psychology and Christianity*. 24, 2, 140-148.
- 27- Froh, J., Yurkewicz, C., & Kashdan, T.(2009). Gratitude and subjective well-being n early adolescence: Examining gender differences. *Journal of Adolescence*, 32 ,633-650.
- 28- Froh,J.,Fan,J.,Emmons,R.,Bono,G.,Huebner,S & Watkins,p.(2011). Measuring Gratitude in Youth: Assessing the Psychometric Properties of Adult Gratitude Scales in Children and Adolescents. *Psychological Assessment*, 23, 2, 311-324.
- 29- Grant,A & Gino,F.(2010). A little thanks goes a long way: Explaining why gratitude expressions motivate prosocial behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98, 6, 946-955.
- 30- Hernandez,B.(2011).The Religiousness and spirituality scale youth :development and initial validation. *PhD dissertation*, he Graduate Faculty of the Louisiana State University and Agricultural and echanical College.
- 31- Hodges, S., Clark,B and Myers,M.(2011). Better Living Through Perspective Taking, In, Diener(Ed.). *Positive Psychology as Social Change*. Springer Dordrecht Heidelberg London New York.pp.193-218.
- 32- Hong Yi ,G.(2006). Ethnic Support, Religious Support, Gratitude, and Psychological Functioning. *PhD dissertation*, Faculty o f the Graduate School of Psychology.

- 33- Jewe,R.(2008). Faith and ethics: Religiousness and prayer as predictors of ethical attitudes among undergraduate business at Christian universities. *PhD dissertation*, regent university.
- 34- Karris, M. (2007). Character strengths and well-being in a college sample. *PhD dissertation*, The University of Colorado.
- 35- Kashdan,T.,Mishra.,Breen,W&Froh,J.(2009).Gender differences in gratitude: Examining appraisals narratives, the willingness to express emotions,and changes in psychological needs. *Journal of Personality*. 77,3, 1-40.
- 36- Koenig,H., Berk,L., Daher,N., Pearce, M., Bellinger, D., Robins, C., Nelson,B., Shaw,S., Cohen,H & King,M.(2014). Religious involvement is associated with greater purpose, optimism, generosity and gratitude in persons with major depression and chronic medical illness. *Journal of Psychosomatic Research*, 77, 2, 135-143.
- 37- Kumcagiz,H.,Celik,S.,Yilmaz,M&Eren,Z(2011).The effects of emotional intelligence on optimism of university students. *social and behavioral sciences*, 30,973-977.
- 38- Lambert,N, Clark,M, Durtschi .,Fincham,F & Graham,S.(2010). Benefits of Expressing Gratitude: Expressing Gratitude to a Partner Changes One's View of the Relationship. *Psychological Science*, 21(4) 574-580 .
- 39- Lambert, N., & Fincham, F.. (2011). Expressing gratitude to a partner leads to more relationship maintenance behavior. *Emotion*, 11,52-60.
- 40- Lashani,Z, Shaciri,M., Asghari-Moghadam ,M& Golzari,M.(2012). Effect of Gratitude Strategies on Positive Affectivity, Happiness and Optimism. *Iranian Journal of psychiatry and clinical psychology*, 18,2,157-166.
- 41- Mann,N.(2012). Signature strengths: Gender differences in creavity, persistence, prudence, Gratitude,and hope. *PhD dissertation*, North central University.
- 42- McAdams, D & Bauer, J. (2004). Gratitude in modern life: Its manifestations and development. In R. A. Emmons & M. McCullough (Eds.), *The psychology of gratitude* (pp. 81-99). New York: Oxford University Press.
- 43- McCullough,M.,Emmons,R.,&Tsang,J.(2002)..The grateful disposition Aconceptual an dempirical topography *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 112-127.
- 44- Naito,T.,Wangwan,J&Tani,M.(2005). Gratitude in University Students in Japan and Thailand. *Journal of cross cultural psychology*, 36, 2, 247-263.
- 45- Peterson,C & Seligman,M.(2004).*Character strengths and virtues: A*

- handbook and classification*. American Psychological Association, Oxford University Press, Inc.
- 46- Polak, E & McCullough, M. (2006). Is gratitude an alternative to materialism? , *Journal of Happiness Studies*, 7:343-360.
- 47- Rosmarin, D., Pirutinsky, S., Cohen, A., Galler, Y & Krumrei, E. (2011). Grateful to God or just plain grateful? A comparison of religious and general gratitude. *The Journal of Positive Psychology*, 6, 5, 389-396.
- 48- Sood, S., & Gupta, R. (2012). A study of gratitude and well being among adolescents. *Journal of Humanities and Social Science*, 3, 35-38.
- 49- Stolz, J. (2009). Explaining religiosity: Towards a unified theoretical model. *The British journal of sociology*, 60, 2, 345-376.
- 50- Tadie, J. (2010). Adolescents' Religious Coping, Gratitude, and Psychological Functioning. *PhD Dissertation*, Faculty of the Graduate School of Psychology.
- 51- Thorndike, J. (2007). Gratitude and Human Flourishing: Examining the Benefits of Gratitude on Effective Coping, Resilience and Well-being. *PhD dissertation*, Faculty of the Graduate School of Psychology.
- 52- Van Yperen. (2013). The nature of gratitude: Religion, wilderness and human flourishing. *Ph.D. dissertation*, Princeton, New Jersey.
- 53- Wood, A., Maltby, J., Stewart, N., Linley, P & Joseph, S. (2008). A social-cognitive model of trait and state levels of gratitude. *Emotion*, 8, 2, 281-290.

Relationship of Gratitude to Optimism, Religiousness and some Demographic Variables

Safia Fathelbab Amin, Ph.D.

Department of psychology, South Valley University

Abstract:

The current study aimed to examine the relationship between gratitude and each of optimism and religiousness, and investigation the differences in gratitude according to gender, and a academic specialization, as well as interaction between them. It aimed also to identify the role of optimism, religiousness, and demographic variables in predicting gratitude. 471 university students from faculties of Engineering, Veterinary Medicine, law & Arts, all of them from South Valley University participated in the present study (172 males, 299 females), with a mean age 20.57 (SD =1.19) for males, and a mean age 20.19 (SD =0.97) for females. Participants in this study, completed measures of gratitude, Optimism, Religiousness and demographic data. Results showed significant positive correlations between gratitude and each of Religiousness and Optimism, Females obtained significantly higher mean scores than males in gratitude and Religiousness, and there are no significant differences in gratitude between practical college students and theoretical college students. Also there is no effect for the interaction of a academic specialization and gender on gratitude. religiousness, gender, and optimism can predict gratitude. These results were then discussed In terms of current hypotheses and previous studies, and in light of theoretical and applied indications.