

العلاقة السببية بين الغفران والصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة

أ.م.د. جبار وادي باهض العكيلي أ.د. ناجي محمود ناجي النواب

كلية التربية للعلوم الصرفة - ابن الهيثم

استلام البحث: ٢٣/٤/٢٠٢٠ قبول النشر: ٢٤/٥/٢٠٢٠ تاريخ النشر: ١/١٠/٢٠٢٠

المستخلص:

إستهدف البحث تعرف العلاقة السببية بين الغفران والصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة ، عبر الإجابة

على التساؤلات الآتية : هل الغفران يسبب الصلابة النفسية ؟ أم أن الصلابة النفسية تسبب الغفران ؟ أم أن

العلاقة بين المتغيرين ، علاقة تبادلية التأثير؟

تألفت عينة البحث من (300) طالب وطالبة ، من طلبة جامعتي بغداد والمستنصرية ، لإستخراج

الخصائص السيكومترية لمقياسي البحث : الغفران والصلابة النفسية ، وسحب عينة (50) طالباً وطالبة لإعادة

الإختبار ، وإجراء الإرتباطات الستة بين متغيري البحث ، للوقوف على العلاقة السببية ، تم تطبيق مقياسي

البحث ، وبإستعمال معامل إرتباط (بيرسون) أظهرت النتائج : أن العلاقة متبادلة التأثير بين المتغيرين .

الكلمات المفتاحية : العلاقة السببية ، الغفران ، الصلابة النفسية .

The Causal Relationship between Forgiveness and Psychological

Hardiness For University Students

Assistant Professor. Dr.

Professor .Dr.

Jabbar Wadi Bahidh AL-Ukayli

Naji Mahmood Naji Al-Nawab

College Of Education for Pure Sciences IBn AL Haitham

Abstract

The research aimed to identify the causal relationship between forgiveness and psychological hardiness for university students, by answering the following questions: Does forgiveness cause psychological hardiness? Does psychological hardiness cause forgiveness? Is the relationship between the two variables a reciprocal relationship? The research sample consisted of (300) male and female students from the universities of Baghdad and Al-Mustansiriya University. To extract the psychometric properties of the two scales: forgiveness and psychological hardiness, a sample of (50) male and female students employed to repeat the test, making the six connections between the two research variables. To determine the causal relationship, The Pearson correlation coefficient test was used. The results showed that the relationship is mutually beneficial between the two variables.

Keywords: causal relationship, forgiveness, and psychological hardiness

مشكلة البحث :

إن معظم الديانات تتضمن تعاليم حول طبيعة الغفران Forgiveness ، وبعضاً من هذه التعاليم توفر أساساً للعديد من التقاليد الحديثة المتغيرة وممارسات الغفران ، تركز بعض العقائد أو الفلسفات الدينية بشكل أكبر على حاجة البشر إلى إيجاد نوع من المغفرة الإلهية بسبب قصورهم ، بينما يركز البعض الآخر بشكل أكبر على حاجة البشر لممارسة المغفرة لبعضهم البعض ، في حين أن البعض الثالث لا يميز بين مغفرة البشر والمغفرة الإلهية (Daddy,2011: 46) .

إن الطبيعة البشرية عبر التاريخ ، كما يتضح من علم الأحياء التطوري ، والفلسفة الأخلاقية ، تحمل القدرة على الخير والشر ، والمساعدة والضرر ، والهجوم أو الانتقام ، والتسامح أو المصالحة ، وأن البشر لديهم نزعة فطرية في تبادل السلوك السلبي العلائقي مع سلوك أكثر سلبية ، وعندما نبحث في تاريخ العلوم النفسية نجد أن للغفران مرحلتين :

الأولى من عام (1932 إلى عام 1980) : استكشف فيها علماء النفس وأخصائيو الصحة العقلية بشكل عام كيف كانت القدرة على الصفح علامة بارزة في تطوير الحكم الأخلاقي ، حاولوا وصف الطبيعة العاطفية للغفران بين الأشخاص ، ساعد أخصائيو الإرشاد النفسي counselors والصحة العقلية مع الإقناع الديني في توضيح كيف يمكن للغفران أن يؤدي دوراً في تحقيق الصحة العقلية ، فقد كان يُعتقد أن الذنب المرضي يعانیه الأفراد الذين أخطأوا أو لم يغفروا للآخرين ، وأن الغفران من الله ضروري لتخفيف هذا الشعور بالذنب المرضي

والمدة الثانية من (1980 إلى 2000) وحتى الآن ، قدمت أفكاراً مكثفة وجادة في مفاهيم الغفران ، مع مزيد من البحث والتركيز في الصحة العقلية وعلاج الصحة العقلية ، فقد استكشفوا نظرياً وتجريبياً كيف تجلت القدرة على الصفح طوال العمر ، إذ أصبح الممارسون منفتحين على استخدام المغفرة في الظروف السريرية ، واستعرضت المجالات العلمية البيانات التجريبية التي تشجع على استخدام الصفح في الإرشاد والعلاج النفسي ، يبدو أن الغفران شائع من حيث المفهوم ، وكان البحث والاهتمام في ازدياد ، يُشار إلى المسامحة على أنها فن منسي وهي ضرورية للاستقرار النفسي والعاطفي في المجتمعات والأفراد والجماعات (Norman, 2017: 10-13) .

لقد قال (Abiona,2012) : " إنني أشعر أن بني البشر تعرضوا لسوء المعاملة والقتل دون سبب عادل؟ فقد قال لي أحدهم ذات مرة أن أصل الغفران Forgiveness في جين gene كل إنسان ، في البداية ، لم أتمكن من رؤية المعنى العميق لهذا التأكيد ، ولكن بعد إمعان النظر فيه مراراً وتكراراً بمرور الوقت ، اكتشفت الحقيقة في ذلك البيان ، على سبيل المثال ، أنظر إلى طفلين صغيرين ، أثناء عملية اللعب معاً ، يسقطان ويتشاجران ، في الدقائق القليلة التالية ، يمكن رؤية الطفلين ذاتهم مرة أخرى يلعبان معاً كما لو لم يحدث شيء ، وهذا يدل على أن الغفران Forgiveness متأصل في البشر حتى تُلوث عقلية المرء وتغيّر فكره خاطئة

مفادها أن العدالة الجزائية هي الجواب على أي مخالفة " ، - مثال ذلك - استقالت سيدة من عملها في لندن عندما قُتلت ابنتها الوحيدة أثناء التفجيرات الانتحارية في محطات مترو الأنفاق وفي الحافلات ، لأنها لم تجد الغفران forgiveness ، وأنها عاشت حياة من الاكتئاب والتعاسة حتى نهاية أيامها ، متمسكة بالغضب والحث على الانتقام من قتلة ابنتها .

"هناك الكثير الذي يمكن كسبه من جعل الغفران forgiveness هدفاً في جميع الأشياء التي نقوم بها بدلاً من التمسك بآلامنا بطريقة غير صحية " ، يمكن أن تؤدي الحالة الذهنية الاكتئابية الطويلة التي يمكن أن تصاحب نقص الغفران lack forgiveness إلى حالة اضطراب عقلي أكثر خطورة ، فقد يجد الكثير من الناس الذين يفتقرون إلى الغفران lack forgiveness ، أنه من الصعب أن يغفروا لأنفسهم عندما ينجون من الأحداث المؤلمة بينما لا ينجو الآخرون ، لذلك يجدون صعوبة أكبر في مسامحة الأشخاص الذين تسببوا لهم في الأذى والألم (Abiona, 2012: XV, 79) .

بحسب كل من (Harris & Thoresen, 2005) هناك مسارات فسيولوجية ونفسية وسلوكية وإجتماعية يمكن أن يؤثر (عدم الغفران unforgiveness) عن طريقها على الصحة ، إن عدم الغفران لا يشير إلى تجربة العواطف السلبية ذات الصلة بالتجاوز الفوري ، بل بالأحرى التجربة المتأخرة من الاستياء واللوم والمرارة والعداء والكراهية والغضب والخوف التي قد يتم تعزيزها عبر الاجترار ، إن عدم الغفران Unforgiveness يسبب مشاكل صحية بطريقة مماثلة لاستجابات الإجهاد المزمن الأخرى ، فقد لوحظت العواقب الصحية السلبية للإجهاد المزمن والتلف الفسيولوجي وتمزق الاستجابة للإجهاد المفرط في السكان المصابين بصدمات وفي الأشخاص الذين عانوا من ضغوط شديدة أو مزمنة ، قد تؤدي التجربة المزمنة التي يغذيها الاجهاد والمشاعر السلبية التي يشكلها (عدم الغفران Unforgiveness) التأثير على الصحة بشكل ضار عبر مسارات الجهاز العصبي الودي وزيادة الحمل الاستاتيكي ، وتستند الحجة إلى افتراض أن التجاوزات مثل الضغوطات الأخرى التي تهدد الصحة وأن (عدم الغفران) يُنتج استجابة إجهاد مماثلة بشكل مفرط مزمن ، بالنظر إلى الأدلة الجوهرية على أن الضغوطات المتطرفة والمزمنة تؤثر سلباً على الصحة ، فإن مفهوم عدم الغفران استجابة للضغوط تجاه ضغوط كبيرة (الإجهاد) (Harris & Thoresen, 2005: 322).

يتبنى الناس مجموعة متنوعة من الردود في مواجهة التجاوزات بين الأشخاص مثل الانتقام النشط أو السلبي ، وحمل الضغائن ، وإنكار خطورة الجرم ، ومن المرجح أن الاستجابات التي لا ترحم الظالم هي الميول المعتادة ، إذ يتم تعلم رد الفعل السلبي على الظالم ومقاومة الغفران بوصفه جزء من الحاجة للبقاء أو الحاجة إلى السلطة البشرية ولكن الإنسان لديه القدرة الإنسانية في التغلب على هذا " الحاجز المعتاد " عن طريق الرحمة والغفران ، فمن الزاوية الإنسانية ، يمتلك البشر القدرة على اختيار الغفران ، بدلاً من رد الفعل السلبي على الظالم ، هكذا نجت الأرض حتى الآن (Lijo, 2018: 1-5).

لقد وصف (Seligman & Csikszentmihalyi) ثلاثة مستويات من التحليل لعلم النفس الإيجابي : positive psychology

المستوى الذاتي : يشمل فهم التجارب الذاتية للفرد ، مثل السعادة المدركة ، والرفاهية الذاتية ، وتقدير المصير ، والأمل ، والتفاؤل ، والتدفق ، والرضا .

المستوى الفردي : يشمل سمات مثل المثابرة ، والمرونة ، والروحانية ، والغفران Forgiveness ، ومهارات التعامل مع الآخرين ، والتفكير المستقبلي ، والقدرة على الحب ، الشجاعة ، والصلابة Hardiness .

مستوى المجموعة ، يتضمن رعاية مركزة للخارج ، بما في ذلك الفضائل المدنية ، والإيثار ، وأخلاقيات العمل ، والمواطنة ، والمسؤولية ، وبشكل أساس إعادة المجتمع .

وقد أشارت الأبحاث إلى أن الصلابة قد يكون لها تأثير مباشر أكثر على الصحة عن طريق تقليل الأمراض المرتبطة بالتوتر ، ويُنظر إلى الصلابة على أنها استراتيجية توافق موجهة نحو السلوك المرتبط بصحة أفضل ، وحل المشكلات (Marini & Glover-Graf & Millington, 2012: 322,329) .

إن مفهوم الصلابة النفسية Psychological Hardiness يعود إلى (Kobasa,1979) ، حيث توصلت إلى هذا المفهوم عبر سلسلة من الدراسات التي إستهدفت التعرف على المتغيرات النفسية التي تكمن وراء إحفاظ الأشخاص بصحتهم الجسمية والنفسية رغم تعرضهم للضغوط ، وعرفت الصلابة النفسية بأنها اعتقاد عام للفرد في فاعليته وقدرته على استعمال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة ، كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة ، وقد توصلت (كوباسا) إلى أن الأشخاص الأكثر صلابة هم أكثر صموداً ومقاومة وإنجازاً وضبطاً داخلياً ، ونشاطاً ودافعية (عثمان ، 2001 : 209- 210) ، وقد بينت دراسات عديدة أن إنخفاض أو ضعف الصلابة النفسية له آثار صحية سلبية ، فقد خلص

(Kalantar ,1988) في بحثه إلى وجود علاقة سلبية بين الصلابة النفسية والأمراض العقلية ، فكلما زادت الصلابة النفسية في الشخص ، كان الشخص أقل عرضة للإصابة بمرض عقلي وكلما انخفضت درجة الصلابة النفسية ، زاد احتمال إصابته بالمرض ، واستنتج (Yarali ,2000) في دراسته التي أجريت على (153) معلمة في مستويات المدرسة الثانوية : أن الصلابة ومكوناتها الثلاثة - الإلتزام والتحدي والسيطرة - لها ارتباط سلبي وكبير بالقلق والاكتئاب ، أما بحث (Nakana , 1990) حول النساء اليابانيات ، أظهرت نتائجها : علاقة سلبية بين الصلابة النفسية والاكتئاب .

وأظهرت دراسة (Afra ,2013) التي أجريت على عينة مؤلفة من (143) شاباً غادروا منازلهم بسبب الخدمة العسكرية ، أظهرت النتائج أن الشباب الذين كانت صلابتهم النفسية أقل ، مقارنة مع أولئك الذين لديهم مستوى أعلى في الصلابة النفسية ، لديهم مشاكل عاطفية أكثر .

(Azarian, Farokhzadian& Habibi, 2016: 219-220)

في ضوء ماتقدم نجد هنالك دراسات تناولت العلاقة الارتباطية بين كل من متغيري البحث (الغفران Forgiveness والصلابة النفسية Psychological Hardiness) ومتغيرات أخرى ، دون الخوض في طبيعة العلاقة السببية ، كما لم يجد الباحثان دراسة تناولت المتغيرين موضوع البحث ، لذلك تتبلور مشكلة البحث في الوقوف على طبيعة العلاقة السببية بين المتغيرين عبر الإجابة على التساؤلات الآتية :

هل أن الغفران يسبب الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة ؟

هل أن الصلابة النفسية تسبب الغفران لدى طلبة الجامعة ؟

هل أن العلاقة بين الغفران والصلابة النفسية ذات تأثير متبادل لدى طلبة الجامعة ؟

أهمية البحث :

إن أهمية البحث تتبدى عبر النقاط الآتية :

١. أهمية عينة البحث ، بوصفها تتألف من طلبة جامعتي بغداد والمستنصرية / المرحلة الرابعة ، وهم من فئات المجتمع الفاعلة ويتمتعون بشيء من النضج ، هل يتصفون بالغفران في مواقفهم الذاتية والإجتماعية والمواقف الخارجة عن إرادتهم ؟ وهل صلابتهم النفسية تمكنهم من مواجهة المواقف الحياتية الضاغطة ؟ سيما ونحن نعيش ظروف إجتماعية واقتصادية وصحية صعبة - إنتشار وباء كورونا - ؟
٢. أهمية متغيري البحث (الغفران ، والصلابة النفسية) ، إذ تتجلى أهمية (الغفران Forgiveness) في أنه: بُعد أكثر إستقراراً للشخصية ، وأنه أكثر دقة وأنسب على التصرف في الطبيعة.

(MISTLER,2018: 21)

كما أن الغفران وصف على أنه : عملية تقليل الدوافع السلبية (التجنب والإنتقام) تجاه المعتدي واستعادة الدوافع الإيجابية فيما يتعلق بالمتجاوز ، فعندما يغفر الناس ، يبتعدون عن الإنتقام والتحفيز المرتبط بالتجنب والتحرك نحو تطوير دوافع الخير ، كما أنه يرتبط بزيادة الرفاهية النفسية مثل: تعزيز احترام الذات وإنخفاض مستويات الإكتئاب والقلق ، وتحسين المواقف تجاه الأشخاص الذين يؤذونهم ، وزيادة مستويات الأمل (Hefferon, 2013:86) ، وتتبلور أهمية متغير الصلابة النفسية بحسب (Kobasa,1974) في أن الصلابة النفسية ومكوناتها (الإلتزام ، والسيطرة ، والتحدي) تعمل كونها متغيراً سيكولوجياً يخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للفرد ، فالأشخاص الأكثر صلابة يتعرضون للضغط ولا يمرضون (مخيمر ، 2002 : 6) ، ومن الدراسات التي تناولت الصلابة النفسية : أظهرت دراسة (Sheppard & Kashani, 1991) التي أجريت على عينة مؤلفة من (150) مراهقاً أنه في المواقف العصبية ، يتم الإبلاغ عن المراهقين الذين يتمتعون بـ (صلابة نفسية) عالية ، وأعراض نفسية أقل للمرض ، ويُعد الأفراد ذو الصلابة بشكل أساسي أحداث حياتهم مثيرة للاهتمام ومتنوعة ومفيدة وصعبة ، ويعدون أحداث الحياة بشكل واقعي أو مع نوع من الكرم ولهذا السبب ، هم أكثر تفاؤلاً فيما يتعلق بأحداث الحياة الكلية ، ربما

كان وجود التفاؤل هو الذي جعل الأفراد الجادين يقاومون في مواجهة الأحداث والأمراض المؤلمة وغير المتوقعة ، وبعبارة أخرى ، يمكن القول

، أن الصلابة النفسية هي علامة على الصحة العقلية للأفراد.

وخلص (Najarian et.al, 1988) في دراسته إلى وجود علاقة إيجابية بين الصلابة النفسية والصحة العقلية والأداء الأكاديمي ، وخلص (Ismail Khani, 1988) في بحثه إلى وجود علاقة إيجابية بين تحقيق الذات والصلابة النفسية لدى طلاب جامعة آزاد الإسلامية في الأهواز .

وإدراكاً لأهمية الصلابة النفسية بوصفها عنصراً حاسماً في الصحة العقلية ، أظهر (Lee, 1991) في دراسته أن التوافق الاجتماعي طويل المدى كان له علاقة إيجابية بالصلابة النفسية.

(Azarian, Farokhzadian & Habibi, 2016: 219–220)

١. أهمية البحث من حيث ندرة الدراسات أو البحوث السببية التي تناولت متغيري البحث ، إذ لم يجد الباحثان أي بحث تناول المتغيرين ، مما يسجل سبقاً ويثري الأطر النظرية في هذا المجال.

٢. الأهمية التطبيقية عبر تعرف متغيري البحث وطبيعة العلاقة الإرتباطية السببية ، أو التأثير المتبادل بينهما.

أهداف البحث : يستهدف البحث :

١. تعرف الغفران لدى طلبة الجامعة.

٢. تعرف الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة.

٣. تعرف العلاقة السببية بين الغفران والصلابة النفسية ، عبر الإجابة على التساؤلات الآتية:

• هل أن الغفران يسبب الصلابة النفسية ؟

• أم أن الصلابة النفسية تسبب الغفران ؟

• أم أن العلاقة بينهما تبادلية التأثير ؟

حدود البحث:

تحدد البحث بطلبة المرحلة الرابعة في جامعتي بغداد والمستنصرية للعام الدراسي 2019 – 2020 الدراسات الصباحية .

تحديد المصطلحات : لقد تبنى الباحثان التعريفين النظريين لمتغيري البحث:

١. **الغفران Forgiveness:** عرفه (Thompson et al, 2005) معد مقياس الغفران المستعمل في البحث

، بأنه: تأطير مخالفة محسوسة ، تتحول فيها ردود المرء على المخالف ، والمخالفات ، والعواقب من سلبية إلى محايدة أو إيجابية ، قد يكون الفرد مصدر التعدي ، فموضوع الغفران ، الفرد نفسه ، أو شخصاً آخر

(أو أشخاصاً آخرين) ، أو موقفاً يعده المرء خارجاً عن سيطرة أي شخص

(مرض ، "مصير" ، أو كارثة طبيعية) (Thompson et al, 2005, 318).

أما التعريف الإجرائي للغفران : هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من أفراد العينة على

فقرات مقياس الغفران المستعمل في البحث .

٢. الصلابة النفسية Psychological Hardiness:

عرفت (Kobasa,1982,pines,1986) الصلابة النفسية بأنها : إعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة ، كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة (عطار، 2007 : 42).
أما التعريف الإجرائي للصلابة النفسية : هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من أفراد العينة على فقرات مقياس الصلابة النفسية المستعمل في البحث.

إطار نظري

أولاً. الغفران Forgiveness :

لم يتلق مفهوم الغفران forgiveness أي اهتمام منهجي من علماء النفس لمعظم التاريخ القصير للتخصص ، بالنظر إلى الإنتاج العلمي الغزير ل فرويد ، من المدهش تماماً أنه لم يكتب شيئاً عن الغفران ، يمكن قول الشيء نفسه عن المبتكرين مثل : William James, G. Stanley Hall, E. L. Thorndike, Lewis Terman, and Gordon Allport. ، في مجالات الصحة العقلية ، نجد أيضاً القليل من الاهتمام بظاهرة الغفران البشري من قبل :

Cai1 Jung, Karen Homey, Alfred Adler, or Viktor Frankl.

من ناحية أخرى ، قد نستنتج ببساطة أن هؤلاء العلماء لديهم مشاريع أخرى ، لم يتمكنوا من تركيز الانتباه على الظواهر البشرية المهمة للإنسان ، بما في ذلك الغفران ، ولكن منذ ثلاثينيات القرن الماضي ، ناقش علماء النفس وأخصائيو الصحة العقلية في الولايات المتحدة وأوروبا من وقت لآخر ظاهرة الغفران البشرية ، على سبيل المثال :

ناقش (Behn, 1932) and (Piaget, 1932) كيف نمت القدرة على الغفران من تطوير الحكم الأخلاقي ، وقام (Litwinski, 1945) بمحاولة مبكرة لوصف البنية العاطفية للقدرة على التسامح forgiving بين الأشخاص ، أيضاً ، قام المرشدون counselors وخبراء الصحة العقلية الذين لديهم اهتمامات دينية بمحاولات مبكرة لتوضيح الدور الذي قد يؤديه الصفح في مساعدة الناس على تحقيق الصحة العقلية (McCullough, Pargament, Thoresen, 2000: 3-4).

إعترف الباحثون أنه لا يوجد تعريف عالمي للغفران (Witvliet et al., 2001) ، ولا يوجد إجماع على أهم أبعاده (Toussaint ET al. 2001) ، ولا يوجد فهم عام لخطوات الغفران. (Younger, Piferi, Jobe, Lawler, 2004:838)

فقد عرّفت إنرايت (Enright, 1996) الغفران بأنه " الرغبة في التخلي عن حق المرء في الاستيلاء ، والحكم السلبي ، والسلوك اللامبالي تجاه من أساء إلينا ظلماً ، مع تعزيز الصفات غير المستحقة للتعاطف ، والكرم ، وحتى الحب تجاهه" .

(Batk, Bingol, Kodaz, Hosoglu, 2017:129)

أما (DiBlasio, 1998) فقد عرف الغفران بأنه : تغيير في قوة الإرادة لتحرير الشخص من السلوك الحاقد تجاه الجاني (4 : Harris, Thoresen, 2005) .

يُعرّف الغفران بحسب (McCullough et al., 2006, p, 899) بأنه "عملية تقليل الدوافع السلبية (التجنب والانتقام) تجاه المعتدي واستعادة الدوافع الإيجابية فيما يتعلق بالمتجاوز. (Hefferon, 2013: 86)

ويُعرف الغفران في علم النفس الإيجابي (Yamhure Thompson, & Snyder, 2003) بأنه: "تأطير الاعتداء المدرك بحيث يتحول ارتباط المرء بالمخالف والعدوان وتكملة التعدي من سلبي إلى محايد أو إيجابي، قد يكون مصدر التعدي ، وبالتالي موضوع التسامح ، هو نفسه ، أو شخصاً آخر أو أشخاصاً آخرين ، أو موقفاً يعده المرء خارجاً عن إرادته" .

(Luthans, & Youssef-Morgan & Avolio, 2015: 196)

يتفق المنظرون والباحثون بشكل عام مع تأكيد (Enright and Coyle 1998) على أن الغفران Forgiveness يختلف عن العفو Pardoning (وهو ، بشكل دقيق ، مفهوم قانوني) ، والتغاضي Condoning (الذي ينطوي على تبرير الجريمة) ، والعذر excusing (يعني أن الإعتداء قد ارتكب بسبب الظروف المخففة) ، والنسيان Forgetting (يعني أن ذاكرة التعدي قد إنحرفت عن الإدراك الواعي) ، والإنكار denial (يدل على عدم الرغبة أو عدم القدرة على إدراك الإصابات الضارة التي تكبدها) ، يتفق معظم العلماء أيضاً على أن الغفران Forgiveness يختلف عن المصالحة reconciliation وهو مصطلح يعني ضمناً استعادة العلاقة الممزقة.

(McCullough, 2018:4)

في ذات السياق ميز (Worthington & Scherer 2004) بين عدم الغفران unforgiveness والغفران forgiveness ، إنهم يفترضون أن عدم الغفران لا يختبره كل من لا يغفر ، ولكنه يحدث عندما يكره الناس بغضب أو قلق أو اكتئاب ، العواطف السلبية للغضب والاستياء والعداء والكراهية هي عواقب مثل هذا التأمل ، يمكن الحد من انعدام الجاذبية عن طريق استخدام الدفاعات مثل الإنكار ، والتجنب ، والتبرير أو استخدام السلوكيات التي تسعى إلى الانتقام ، والبديل الإيجابي عن عدم الغفران هو الغفران ، هذه عملية إعادة صياغة تتضمن فرداً يصبح أكثر ميلاً نحو الفرد الآخر الذي أساء إليه والاعتراف به على أنه منفصل عن الفعل المسيء (Diebel, 2012: 4-5) .

وقد أُشير إلى أنه نادراً ما يكون الضحايا والمعتدون هم الأفراد الوحيدون المتأثرون بتوتر العلاقة التي سببها التعدي ، يمكن أن يكون للعدوان تأثير كبير على الأفراد خارج العلاقة بين الضحية والمعتدي ، على سبيل المثال ، الأفراد الذين هم أطراف ثالثة للعدوان (بمعنى أنهم ليسوا هم المخالفين أو الضحية) يمكن استشارة الضحايا حول ما إذا كان ينبغي منح الغفران ، هذا يُمكن الأطراف الثالثة التي لديها فرصة إما لتشجيع أو ثني الضحايا عن الغفران ، في الواقع ، يمكن للأطراف الثالثة أن تؤدي دوراً حاسماً في الحد من الدوافع التي لا ترحم بعد التعدي ، ومع ذلك ، قد

تكون الأطراف الثالثة مترددة في تشجيع الضحايا على الصفح.

(Raj, Wiltermuth, 2016: 685)

أنموذجات أو نظريات فسرت الغفران :

النظرية الاجتماعية النفسية للغفران. The Social-Psychological Theory of Forgiveness.

قدم McCullough وزملاؤه (McCullough and his associates: 1997, 1998) وجهة نظر إجتماعية نفسية لـ (الغفران forgiveness) يضع هذا الأنموذج البناء في سياق نظام من الدوافع الأساسية التي تؤثر على استجابات الفرد للإصابات الشخصية ، يسرد الباحثون العديد من العوامل التي يمكن أن تحدد الغفران بين الأشخاص، إحدى هذه العوامل ذات طبيعة اجتماعية معرفية وفاعلية ، يرتبط هذا المحدد بالطريقة التي يفكر بها الشخص المتضرر أو يشعر بالجريمة والشخص الذي تسبب فيها ، بعبارة أخرى ، قد يشعر الشخص المسيء بالتعاطف أو التعاطف مع الجاني ، وقد يصدر أحكاماً معرفية فيما يتعلق بمسؤولية الجاني في الجرم ، وقد يكون لديه تصورات للجريمة من قبل الجاني وشدة الجريمة ، وقد يختار التفكير في الجريمة والجاني بطريقة تسبب الشدة ، والتي بدورها ستحفزه على تجنب أو السعي للانتقام من الجاني ، عامل آخر محدد للغفران يتضمن عمليات شخصية مثل: الرضا ، ومستويات التفكير حول الغفران ، والمواقف تجاه الانتقام ، وطرق الاستجابة للغضب ، والمعتقدات الدينية.

(Anderson, 2006: 46-47)

يُنظر إلى عمل (Michael McCollough) على نطاق واسع بأنه أفضل إطار مفاهيمي لرؤية الغفران ، فقد وصف (McCollough , 2000) الغفران بأنه : عمل اجتماعي قائم على أساس تحفيزي ، وإفترض أنه عندما يواجه الشخص جريمة شخصية ، قد يحدث شعورين محتملين وأن الدوافع الكامنة وراء تلك المشاعر التي تنشأ تختلف ، يمكن أن يكون الرد الأول أن الشخص ينظر إلى الجريمة على أنها هجوم ، ونتيجة لذلك ، فإن المشاعر الناتجة تكون ذات طبيعة مؤذية ، قد يؤدي الدافع الأساس لتجنب التعرض للأذى الشخصي إلى تجنب الاتصال بالجاني ، قد يكون الرد البديل أن يشعر الشخص بمشاعر الغضب بسبب الشعور بالظلم ، الدافع الأساس في هذه الحالة ، وفقاً لـ (McCollough) هو أن يرغب الشخص في الانتقام من الجاني ، أو على الأقل ، رؤية بعض العواقب أو الأذى الذي يصيب الجاني ، وبحسب (McCollough, 2000) : الناس

هم كائنات اجتماعية تحتاج إلى الاتصال بالآخرين ، على هذا النحو ، فإن الحاجة إلى الاتصال هي محفز يمكن أن يساعد في موازنة الدوافع لتجنب الانتقام أو السعي إليه ، البديل لتجنب الانتقام أو السعي إليه هو الغفران ، حيث أن الغفران تجاه الجاني يسمح بتعويض تلك العلاقة ، لذلك رأى (McCollough, 2000) أن التسامح فعل إجرامي بعد أن حدثت جريمة شخصية ، بعبارة أخرى أن التسامح "تغيير تحفيزي" (Karseboom, 2016: 6-7).

النظرية المعرفية للغفران The Cognitive Theory of Forgiveness

أجرت أنرايت وزملاؤها Enright and colleagues :

(See Enright, Gassin, & Wu, 1992; Enright & North, 1998; Enright & the Human Development Study Group, 1992; Enright & Ze11, 1989)

تحققاً في مفهوم الغفران من الإطار المعرفي ، ونتيجة لذلك ، أنتجوا مجموعة صارمة من العمل النظري يهدف إلى فهم عملية الغفران ، من هذا المنظور ، يُنظر إلى الغفران على أنه عملية تنموية ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالبنى المعرفية والأخلاقية التي حددها (بياجية وكولبرج Piaget and Kohlberg) ، ومع ذلك ، ميزت Enright بين فكرتها عن أخلاق الغفران ومفهوم Kohlberg لأخلاق العدالة في أن أخلاق العدل قد تم تصورها على أنها حل الإنصاف والعدالة ؛ في حين كان ينظر إلى أخلاق الغفران على أنها الظلم ، كما قالت Enright ، "إن المسامح forgiver يعرف أن الظالم ليس له الحق في التراجع ، ولكنه يُمنح مع ذلك" . قام (Gassin and Enright ,1 995) بتوسيع المفاهيم المعرفية للغفران عن طريق تضمينه موضوعاً وجودياً ، إذ أكدوا على أن الغفران والمعنى كانا مؤشرين على التغيير النفسي الإيجابي ، بمعنى آخر ، إذا وجد الفرد المسيء معنى في عملية الغفران forgiveness process بعد قبول الألم وقيل صياغة هدف جديد للحياة ، فقد تكون العملية أكثر فعالية (Anderson, 2006: 47-48) .

إن النموذج التنموي developmental model يُعد الأكثر إستكشافاً للغفران بوصفه نموذجاً معرفياً إقترحت (أنرايت وزملاؤها Enright, Santos, and Al-Mabuk (1989; e.g., Sandage, Worthington, Hight, & Berry, 2000) ، إذ إقترح هؤلاء المؤلفون: أن هناك ست مراحل من الغفران ، والتي تتزامن تقريباً مع نموذج العدالة لـ (Kohlberg's model):

المرحلة الأولى هي "الغفران الانتقامي" ، مما يعني أن الغفران لا يمكن أن يحدث إلا بعد معاقبة المعتدين. المرحلة الثانية هي "الغفران التعويضي restititional forgiveness" ، في هذه المرحلة ، لا يقدم الضحايا الغفران إلا بعد تعويضهم عن خسائرهم ، وقد جادلت (إنرايت وزملاؤها Enright and his colleagues) بأن الغفران في المرحلتين الأوليتين قد يُخلط بينه وبين العدالة ، وبذلك قد يحتاج الأفراد في هذه المراحل إلى شيء من الجناة قبل منح الغفران.

المرحلة الثالثة هي الغفران المتوقع ، حيث يعتقد أن الأفراد يغفرون فقط استجابة للضغوط الاجتماعية للقيام

بذلك.

المرحلة الرابعة: الغفران المتوقع القانوني مشابه للمرحلة الثالثة حيث يقال إن الضحايا يقدمون الغفران للمذنبين عندما يطلب دينهم ذلك.

المرحلة الخامسة: الأفراد الذين يختارون أن يغفروا لأنه يعيد الانسجام الاجتماعي.

المرحلة السادسة: يُقدم الغفران دون التفكير في المتطلبات أو الفوائد .(Goertzen, 2002: 17).

ثانياً. الصلابة النفسية Psychological Hardiness :

الصلابة النفسية مفهوم قدم لأول مرة في العمل الأساس لـ (Kobasa's,1979a) ، الصلابة هي نمط شخصي يميز الأفراد الذين يظلون بصحة جيدة (يعرف بأنه غياب المرض) تحت الظروف العصيبة ، مقارنةً بالأفراد الذين يميلون إلى الإصابة بالمرض عند التعرض للضغط ، تتكون الصلابة من ثلاث خصائص عامة ذات صلة : التحكم control والالتزامcommitment والتحدي challenge (Kowalski, 2018: 1).

بحسب (Kobasa, 1979; Maddi & Kobasa, 1984) تعد الصلابة النفسية : تصرف أو أسلوب فردي يتطور في وقت مبكر من الحياة ، وهو مستقر بشكل معقول بمرور الوقت ، على الرغم من أنه قابل للتغيير وقابل للتدريب في ظل ظروف معينة .

وصفت (Kobasa ,1979) الصلابة: على أنها مجموعة من الصفات أو السمات الشخصية ذات الصلة التي ميزت المديرين التنفيذيين الأصحاء تحت الضغط عن غير الأصحاء، وفي عام 2005 وصفت الصلابة على أنها ثلاثة مواقف ذات صلة من الالتزام والسيطرة والتحدي أو "Cs 3" .

وبحسب (Bartone ,2006) أن الصلابة أكثر عالمية وشمولاً مما يعنيه تعريف من حيث مجرد المواقف ، بدلاً من ذلك ، فهو أسلوب شخصي واسع أو نهج للحياة ، يتضمن الالتزام commitment (الاقتناع بأن الحياة مثيرة للاهتمام وتستحق العيش) ، والتحكم control (الاعتقاد : يمكن للمرء التحكم في النتائج أو التأثير عليها) والتحدي challenge (المغامرة ، استكشاف النهج تجاه المعيشة) وجهات النظر ، فضلاً عن أن الشخص "هو النمط الصلب والمرن" لديه توجه قوي نحو المستقبل ، أو ميل إلى النظر إلى المستقبل أثناء التعلم من الماضي ، كما أن الشخص الصلب والمرن قادر على الصمود في مواجهة التجارب الجديدة فضلاً عن خيبات الأمل ، فهو عملي المنحى وكفاء ولديه حس الدعابة ، (Maheshwari, Kumar 2016:235).

وصف (Salvatore Maddi) الصلابة على أنها نمط من المواقف والمهارات التي توفر الشجاعة والاستراتيجيات لتحويل الظروف المجهدة من الكوارث المحتملة إلى فرص نمو بدلاً من ذلك ، وذكر أيضاً أن الصلابة تتطلب الشجاعة والدافع لمواجهة الضغوطات بدقة بدلاً من إنكارها أو كارتتها ، ستؤدي هذه الشجاعة إلى التوافق النشط وحل المشكلات ومنح الدعم الاجتماعي وتلقيه (Nanavaty, Verma, Patki 2017: 70) .

لقد وجد كل من (Kobasa, Hilder, and Maddi, 1979): أن "الصلابة" النفسية يمكن أن تحمي الناس من التأثير المدمر لأحداث الحياة المجهدة ، إذ أظهرت دراسة طويلة لمدة عامين على عينة مكونة من (259) شخصاً تنفيذياً : أن الأشخاص الذين لديهم مواقف إيجابية تجاه الحياة ظلوا بصحة أفضل ، وكانت إحدى السمات المهمة هي: أن الأنواع المقاومة ذات تصنيف عالٍ في حالة الالتزام ، اعتنقوا عملهم وعلاقاتهم ، من ناحية أخرى ، من المحتمل أن تكون شخصية ما في صراع وسوف تركز نفسها لعملها لاستبعاد العلاقات ، الصمود متوازن ، ولتطوير موقف من كونك مشاركاً نشطاً في حياتك ، من المهم توضيح قيمك وخلق التزامك لكل تجربة قيّمة .

(Shaffer, 1982: 253-254) إن مفهوم الصلابة النفسية مشابه لفكرة (Dr. Bandura) الكفاءة الذاتية self-efficacy ، حيث يميل الأشخاص ذوي الالتزام العالي إلى الشعور بالانخراط الكامل في ما يفعلونه من يوم لآخر ويلتزمون بإعطاء هذه الأنشطة قصارى جهدهم ، يرى الأشخاص الذين يواجهون تحديات كبيرة أن التغيير جزء طبيعي من الحياة يتيح على الأقل بعض الفرص لمزيد من التطوير، يتيح هذا المنظور للأفراد الذين يعانون من الإجهاد الشديد رؤية المواقف الجديدة على أنها فرص للنمو والتطور بقدر ما تمثل تهديدات أقل من الأشخاص الآخرين الذين لا يشاركون هذا التوجه نحو الحياة بوصفه تحدي مستمر (Zinn, 2013: 248) .

نظرية الصلابة النفسية Theory of Psychological Hardiness

قدمت نظرية الصلابة النفسية سياقاً لفهم الارتباط بين الإجهاد والمرض والاستجابات المرنة ، بحسب (Kobasa, 1979, Kobasa, 1979) ، إن بناء مفهوم نظرية الصلابة النفسية من عمل علماء النفس الوجوديين مثل (Heidegger, 1986) and (Frankl, 1960) اقترح الفكر الوجودي أن الهدف النهائي للحياة هو خلق معنى شخصي باستخدام الفعل والحكم أثناء السعي وراء الفرص (Kobasa, 1979) ، اقترح النهج الوجودي أن الأفراد الذين تعاملوا بنجاح مع درجات كبيرة من التوتر جسدت ترتيباً خاصاً للمعتقدات ، والاتجاهات السلوكية ، وميزات الشخصية ، قدمت الأفكار الوجودية حول الطبيعة الشاقة للعيش الحقيقي ، والكفاءة ، والتوجه البناء ، الأساس لمفهوم الصلابة النفسية لـ كوباسا (Lambert et al., 2003) ، فقد أوضحت (Kobasa, 1979) أن المواقف الشخصية الثلاثة (التحدي والالتزام والسيطرة) مجتمعة لإنتاج الصلابة النفسية ، والتي ساعدت الأفراد بعد ذلك على مواجهة التحديات في بيئاتهم وتغيير مواقف الحياة المجهدة في مناسبات للتطور الشخصي والإثراء ، غالباً ما تؤدي ندرة التحدي والالتزام والتحكم في أبعاد الشخصية إلى الإرهاق (Crosson, 2015: 27) .

بحسب كوباسا وزملائها (Kobasa, Maddi & Kahn, 1982) الصلابة النفسية : "مجموعة من خصائص الشخصية التي تعمل بوصفها مورد مقاومة في مواجهة أحداث الحياة المجهدة " ، أو أنها بحسب (Bartone, Roland, Picano et. al., 2008): " هي أسلوب نفسي مرتبط بالمرونة والصحة الجيدة

والأداء في ظل مجموعة من الظروف المجهدة " ، الصلابة هي ظاهرة تظهر كونها مواقف تحول التهديدات المحتملة في المواقف العصبية إلى فرص للتنمية (Eroz & Onat, 2018: 82).

لقد بينت (Kosaka, 1996) ، بأن " الصلابة النفسية Psychological hardiness هي سمة شخصية تتكون من الالتزام والسيطرة والتحدي ، وتعد الصلابة هي مقياس ميل المرء إلى إقامة علاقة مع نفسه والعالم الخارجي ، إنها ليست مجرد جمود أو تحمل للإجهاد ، ولكنها قوة لتنمية طريق المرء في ظل ظروف صعبة وخوض أحداث مرهقة ، إنه ليس مثل هجوم متهور ، ولكن القدرة على فهم الظروف حول نفسه ، والقدرة على اتخاذ القرار الذاتي ، الصلابة النفسية (سمة شخصية تتكون من الالتزام والسيطرة والتحدي) هي أحد مؤشرات الصحة النفسية القائمة على نظرية الشخصية الوجودية ، يحتاج المرء إلى الأداء في الحياة اليومية ، عندما يكون عليه توصيل شيء مهم ، على وجه الخصوص ، سيكون هذا هو الحال على وشك تغيير قيمة المرء ، أو وضعه الاجتماعي أو دخله ، أو حياة الفرد الإجمالية ، تعد مثل هذه الظروف مرهقة ، من الضروري أن تكون لديك سمة شخصية للتغلب على الإجهاد من أجل الأداء الفعال ، الصلابة النفسية هي سمة من سمات شخصية الإنسان " (MALIK, 2017: 2) .

طبقاً لـ (مادي وكوباسا (Maddi and Kobasa, 1979) ، "كان الأشخاص الذين يمتلكون الثلاثة (C's) - الالتزام والسيطرة والتحدي- أكثر صحة ، فقد حددوا ثلاثة أبعاد (تُعرف بشكل شائع باسم 3 C's للصلابة النفسية) تميل إلى تعزيز هذا الشعور بالصلابة وبالتالي الصحة البدنية ، والأبعاد هي:

الالتزام Commitment : الأشخاص أصحاب الصلابة النفسية المرتفعة ، هم ذوو التزامات عالية ، أي أنهم أظهروا ميلاً للانخراط في أنفسهم ، بدلاً من تجربة الاغتراب عما يفعلونه أو يواجهونه ، إنهم ملتزمون بشدة بعملهم وقيمهم ، إنهم يتحملون المسؤولية ويعملون بجد لتحقيق أحلامهم ، إنهم نشيطون ، وليس سلبيون ، في متابعة أهدافهم ويستمتعون حقاً بالتعلم ، يقضون وقتاً طويلاً في عملهم ويستمتعون حقاً بعملية التعلم ، ويشعرون بالفخر بإنجازاتهم المكتسبة جيداً ، يميل الأشخاص الذين يعانون من صعوبات نفسية إلى امتلاك شعور بالغرض فيما يفعلون ، شخصياً ، هذا الإجراء يدعو نفسه للوصول إلى قيمه العميقة ، التي توجد بغض النظر عن السياق ، لذا ، إذا كانت الكرامة أو الاحترام أو الأمانة أو الحب أو الإبداع مهمة بالنسبة للفرد ، فيمكنه الاحتجاج بهذه القيم الأساسية بغض النظر عن مكان وجوده.

التحكم Control: الأشخاص الذين لديهم صلابة نفسية عالية لديهم شعور بالسيطرة الشخصية على حياتهم ، موضع سيطرتهم داخلي ، إنهم يشعرون ويتصرفون كما لو أنهم مؤثرون وليسوا عاجزين في مواجهة مختلف مكافآت وعقوبات الحياة ، إنهم متفائلون ويشعرون أنهم أسياد مصيرهم ، لديهم شعور قوي بالاستقلالية ويتحملون مسؤولية أفعالهم ، لديهم إرادة قوية لتحقيق وإحداث فرق في حياتهم ، الأشخاص الذين لديهم شعور بأن هناك أشياء يمكنهم القيام بها ، والأشخاص الذين يركزون في مجال ما يمكنهم القيام به ، بدلاً من ما هو

خارج عن سيطرتهم ، يميلون إلى أن يكونوا أكثر صلابة وأقل إجهاداً ، هناك بعض العوامل التي تظهر جودة التحكم في الفرد.

التحدي Challenge: الأفراد ذوو الصلابة النفسية العالية هم من ذوي التحديات العالية ، يرون التغيير بوصفه تحدياً لإتقان ونهج التغيير مع مواقف إيجابية من الثقة وتقرير المصير ، يعتقدون أن التغيير وليس الاستقرار أمر طبيعي في الحياة ، إنهم يثنون على التغيير كونه حافزاً مثيراً لإهتمام النمو الشخصي ، وليس تهديد للأمن ، يخشى الأشخاص ذوو التحمل المنخفض من التغيير ويتفاعلون مع العجز والضيق ، إنهم لا يحبون الانحراف عن الروتين وهم غير آمنين في المواقف الجديدة ، يعتقد الأشخاص الذين لديهم صلابة نفسية عالية تحديات جديدة وينمون باستمرار من تجاربهم الجديدة على سبيل المثال تسلق الجبال! الأشخاص ذوي الصلابة النفسية العالية يتمتعون بالتحدي ، يرون أنفسهم عموماً قادرين على التغيير ويتوقعون أن تتغير الحياة من حولهم ، يعتقدون أن الأخطاء هي سبب للتعلم ، والخسائر هي مقدمة للفوز ، ونقاط الضعف تخلق فرصاً للنمو بشكل أفضل. " (MALIK, 2017: 3).

منهج البحث وإجراءاته

منهج البحث:

بحسب طبيعة البحث إختار الباحثان المنهج الوصفي/ الدراسات السببية Causal studies ، إذ أن البحوث والدراسات السببية تبحث عن بناء إرتباط سببي بين متغيرين أو أكثر ، وهذا النوع من البحوث يشابه البحوث التجريبية ولكن بطريقة معكوسة (أبو سمرة ، والطيطي ، 2020 : 152) ، وأن من بين أغراض البحوث والدراسات التجريبية تحديد العلاقة السببية بين المتغيرات .

(Grove& Burns& Gray, 2013:26)

لقد حدد (Lawer,1968) أن هناك نمطان من أنماط تحليل العلاقة الإرتباطية السببية :

١. تحليل الإرتباطات المتصالبة – المتفاوتة زمنياً Cross Lagged Correlation.

٢. تحليل المسار Path Analysis (Lawer, 1968, 46) في (الخزاعي ، 2015 : 277).

ونجد أن تحليل الإرتباطات المتفاوتة زمنياً يستهدف الكشف عن العلاقة السببية بين المتغيرين موضوع

البحث.

مجتمع البحث وعينته :

تمثل مجتمع البحث بطلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية للعلوم الصرفة/ ابن الهيثم ، وكلية التربية ابن رشد للعلوم الإنسانية – جامعة بغداد ، وكلية التربية الأساسية – الجامعة المستنصرية للعام الدراسي

2019 – 2020 ، وقد تم سحب عينة عدد أفرادها (300) طالب وطالبة ، بواقع (130) ذكور ، و (170)

إناث ، بطريقة عشوائية بسيطة تمنح الحق لأي طالب أو طالبة في تلك الكليات بأن يكون أو تكون ضمن عينة

البحث ، كما موضح في جدول (1).

جدول (1)

عينة البحث موزعة حسب الكلية والتخصص والجنس

ت	الكلية	التخصص	الجنس		المجموع
1	التربية للعلوم الصرفة/ ابن الهيثم	علمي	ذكور	إناث	150
			80	70	
2	التربية ابن رشد للعلوم الإنسانية	إنساني	30	45	75
3	التربية الأساسية - الجامعة المستنصرية	إنساني	20	55	75
	المجموع		130	170	300

أداتا البحث:

لغرض قياس متغيري البحث وتحقيق أهدافه تبنى الباحثان مقياسي (الغفران ، والصلابة النفسية) ، وفيما يأتي عرض وصفي لهما وللإجراءات التي تم إتمادها للتحقق من مؤشرات الصدق والثبات والموضوعية :

وصف المقياسين:

١. مقياس الغفران:

Heartland **Forgiveness** Scale, Laura Yamhure **Thompson**, University of Kansas (2005).

وقد عرف صاحب المقياس (Thompson et al, 2005) :

الغفران Forgiveness: تأطير مخالفة محسوسة ، تتحول فيها ردود المرء على المخالف ، والمخالفات ، والعواقب من سلبية إلى محايدة أو إيجابية ، قد يكون الفرد مصدر التعدي ، فموضوع الغفران ، الفرد نفسه ، أو شخصاً آخر (أو أشخاصاً آخرين) ، أو موقفاً يعده المرء خارجاً عن سيطرة أي شخص (مرض ، "مصير" ، أو كارثة طبيعية) (Thompson et al, 2005, 318).

ترجمه إل العربية : يونس مرعي سلامة (2012) ، في (الحربي ، 2014 : 11 ، 129 ، 130) ، يتكون المقياس من ثلاثة مجالات (مقاييس فرعية) ويتضمن (18) فقرة :

١. غفران الذات Forgiveness of Self (6) فقرات (1 - 6).

٢. غفران الآخرين Forgiveness of Others (6) فقرات (7 - 12).

٣. غفران المواقف Forgiveness of situations (6) فقرات (13 - 18).

الفقرات العكسية (ذات الصياغة السلبية) : (2 ، 4 ، 6 ، 7 ، 9 ، 11 ، 13 ، 15 ، 17) ، المقياس

رباعي البدائل ، وبعد عرضه على السادة المحكمين تم الإقتراح بجعله خماسي البدائل :

أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً	البديل
1	2	3	4	5	الوزن +
5	4	3	2	1	الوزن -

٢. مقياس الصلابة النفسية:

تم تبني مقياس " الصلابة النفسية " لـ (مخيمر ، 2002) ، الذي عدّه على وفق نظرية (كوباسا) التي عرفت الصلابة النفسية بأنها : إعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على إستخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة ، كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة.

(Kobasa, 1982, pines, 1986)

يتكون المقياس من ثلاثة أبعاد (مجالات) :

١. الإلتزام Commitment: نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله ، (16) فقرة.

٢. التحكم Control: مدى اعتقاد الفرد أنه بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ، ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له ، (15) فقرة.

٣. التحدي Challenge: اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغير على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً له ، مما يساعده على المبادأة وإستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية (Kobasa, 1982b) ، (16) فقرة.

يتكون المقياس من (47) فقرة ويتبع كل فقرة (3) بدائل ، وبعد عرضه على السادة المحكمين ، كان المقترح بأن تكون خمسة بدائل كما في المقياس الأول .

الفقرات المعكوسة : 7 ، 11 ، 16 ، 21 ، 23 ، 25 ، 28 ، 32 ، 35 ، 36 ، 37 ، 38 ، 42 ، 46 ، 47 (حليلة ، وآمال ، 2018 : 46) :

الفقرات بحسب المجالات :

١. الإلتزام : 1 ، 4 ، 7 ، 10 ، 13 ، 16 ، 19 ، 22 ، 25 ، 28 ، 31 ، 34 ، 37 ، 40 ، 43 ، 46
٢. التحكم : 2 ، 5 ، 8 ، 11 ، 14 ، 17 ، 20 ، 23 ، 26 ، 29 ، 32 ، 35 ، 38 ، 41 ، 44 .
٣. التحدي : 3 ، 6 ، 9 ، 12 ، 15 ، 18 ، 21 ، 24 ، 27 ، 30 ، 33 ، 36 ، 39 ، 42 ، 45 ، 47

الإجراءات التي إتبعها الباحثان في التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياسين :

1. مؤشرات صدق المقياسين:

الصدق الظاهري (صدق المحكمين) :

تم عرض المقياسين على عدد من المحكمين المتخصصين في الإرشاد النفسي ، وعلم النفس التربوي ، والقياس والتقويم (ملحق 1) ، وقد كانت نسبة الإتفاق على إعتداد المقياسين (100 %) مع بعض الملاحظات والتعديلات البسيطة ، وبذلك قد تحقق للمقياسين مؤشر الصدق الظاهري .

صدق الفقرات (تمييز فقرات المقياسين) :

طبقاً لـ (Gronlund,1981) إن الهدف من تحليل فقرات المقياس هو الإبقاء على الفقرات الجيدة التي تميز بين الأفراد للقياس ، إذ إن من الشروط المهمة لفقرات المقياس النفسية هو أن تتصف بقوة تمييزية (Discrimination Power) (العكيلي ، 2011 : 135) ، لذلك تم إعتداد أسلوب العينتين الطرفيتين بسحب (27 %) من الإجابات التي تمثل الدرجات العليا (81) طالباً وطالبة ، و (27 %) من الإجابات التي تمثل الدرجات الدنيا (81) طالباً وطالبة ، ، وتم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ، وتطبيق الإختبار التائي (t-test) لـ (عينتين مستقلتين) لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين الطرفيتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياسين ، وعدت القيمة المستخرجة مؤشراً لتمييز الفقرة عن طريق مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية (1.96) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (160) ، وإتضح عبر نتيجة التحليل الإحصائي أن جميع الفقرات مميزة ، بإستثناء الفقرات : (2) مقياس الغفران ، والفقرات : 17 ، 18 ، 20 ، 23 ، 25 ، 29 ، 36 ، 38 مقياس الصلابة النفسية ، كما في جدول (2) و (3).

جدول (2)

قيم معاملات تمييز فقرات مقياس الغفران بإسلوب العينتين الطرفيتين

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		الفقرة
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
3.673	0.9460	4.3210	0.80277	4.4074	1
1.755	1.06777	2.0988	1.09812	2.2840	2
5.271	1.20966	3.7531	1.17036	4.1728	3
8.446	1.33484	2.7654	1.38789	3.4568	4
20135	0.98241	3.9012	0.98099	4.0123	5
3.850	1.21157	2.2099	1.11928	2.1481	6

5.815	1.15644	3.0123	1.24363	3.4198	7
3.397	1.09671	3.8148	1.09671	3.7531	8
9.019	1.21272	2.6790	1,31445	3.1481	9
3.825	1.24437	3.4321	1.2391	3.0494	10
7.561	1,08454	2.4568	1.16309	2.8148	11
4.633	1.16190	3.6667	1.24437	3.4321	12
5.759	1.02304	2.4198	1.08198	2.6790	13
5.060	0.99303	4.0370	0.94199	3.9877	14
7.132	1.16309	2.5185	1.21919	3.1605	15
3.482	1.09545	3.6667	1.9168	3.6049	16
5.875	0.98851	2.5309	1.01805	2.8395	17
3.488	1.05409	3.7037	1.08241	3.4198	18

القيمة التائية الجدولية تساوي (1.96) عند مستوى (0.05) وبدرجة حرية (160) .

جدول (3)

قيم معاملات تمييز فقرات مقياس الصلابة النفسية بإسلوب العينتين الطرفيتين

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		الفقرة
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
4.470	0.98742	3.5556	0.75482	4.1728	1
4.075	1,04807	305679	0.91405	4.1975	2
5.109	1.09671	3.8148	0.70711	4.5556	3
3.306	1.02349	3.9506	0.92262	4.4568	4
5.151	1.04940	3.5432	0.86353	4.3210	5
4.220	1.20159	2.8642	1.14355	3.6420	6
4.953	1.14638	2.3827	1.23128	3.3086	7
4.901	1.23728	3.7160	0.88104	4.5432	8
4.700	1.12601	3.7901	0.82327	4.5185	9
5.847	1.12354	3.9877	0.55722	4.8025	10

3.809	1.16362	2.3457	1.22827	3.0617	11
2.320	1.020876	3.2963	1.01790	3.7037	12
4.416	1.03429	4.1728	0.67082	4.7778	13
2.994	1.07238	3.4444	0.97183	3.9259	14
7.642	1.12765	2.4198	0.63465	4.5185	15
3.662	1.23466	2.9753	1.37852	3.7284	16
1.273	1.22789	3.3580	1.24176	3.6049	17
-1.133	1.05906	3.5802	1.15724	3.3827	18
5.483	0.94885	3.7284	0.82346	4.4938	19
-0.063	1.30005	2.9012	1.20416	2.8889	20
4.297	1.16190	2.2222	1.21424	3.0247	21
7.762	1.10777	3.5309	0.65781	4.6420	22
1.942	1.17076	2.3210	1.40743	2.7160	23
4.876	1.19580	3.0864	1.15644	3.9877	24
-0.124	1.31128	2.4074	1.23053	2.3827	25
7.878	1.05512	3.2469	0.80277	4.4074	26
7.010	1.07036	3.6790	0.61864	4.6420	27
2.526	1.20275	2.5802	1.16083	3.0494	28
1.873	1.32124	3.3210	1.27911	3.7037	29
6.354	1.18452	3.4938	0.77659	4.4938	30
7.850	1.00523	3.8025	0.60807	4.8272	31
3.169	1.12601	2.7901	1.25068	3.3827	32
9.460	1.09516	3.0247	0.79057	4.4444	33
4.407	1.05248	3.3580	1.05116	4.0864	34
2.075	1.14921	2.3210	1.19838	2.7037	35
1.929	1.24549	2.4568	1.51148	2.8765	36
4.988	1.30857	3.0123	1.27451	4.0247	37
-2.259	1.14018	2.1111	1.01258	1.7284	38

4.970	1.27160	3.6049	0.95015	4.4815	39
6.854	1.17352	3.5309	0.72222	4.5802	40
5.416	1.16402	3.0864	0.97468	4.0000	41
2.406	1.07238	2.5556	1.20927	2.9877	42
5.648	1.17628	2.9383	1.18842	3.9877	43
6.283	1.10735	3.5432	0.79252	4.4938	44
8.125	1.15162	3.5432	0.53949	4.6914	45
3.639	1.34141	2.9753	1.54450	3.8025	46
3.794	1.19231	2.4198	1.33032	3.1728	47

القيمة التائية الجدولية تساوي (1.96) عند مستوى (0.05) وبدرجة حرية (160).

أسلوب إرتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس :

يفترض هذا السلوب أن الدرجة الكلية للمستجيب على المقياس تُعد مؤشراً لصدق المقياس ، ويحاول الباحث عادةً إيجاد العلاقة الإرتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية (عيسوي ، 1974 : 50) ، (فان دالين ، 1977 : 448) ، لذلك تم إستعمال معامل إرتباط (بيرسون) لإستخراج معامل الإرتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لأفراد العينة على كل مقياس - الإستمارات الخاضعة للتحليل (300) إستمارة - وقد تبين أن جميع معاملات الإرتباط دالة إحصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية لمعامل إرتباط (بيرسون) (0.113) عند مستوى (0.05) وبدرجة حرية (298) ، كما موضح في جداول (4) و (5) .

جدول (4) قيم معاملات إرتباط

درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الغفران

الفقرة	قيمة معامل الإرتباط	الدالة	الفقرة	قيمة معامل الإرتباط	الدالة
1	0.188	دالة	10	0.460	دالة
2	0.301	دالة	11	0.259	دالة
3	0.441	دالة	12	0.391	دالة
4	0.214	دالة	13	0.307	دالة
5	0.273	دالة	14	0.434	دالة
6	0.401	دالة	15	0.224	دالة
7	0.245	دالة	16	0.337	دالة
8	0.543	دالة	17	0.267	دالة
9	0.239	دالة			

القيمة الجدولية لمعامل إرتباط (بيرسون) تساوي (0.113) عند مستوى (0.05) وبدرجة حرية (298)

جدول (5) قيم معاملات إرتباط

درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية

الفقرة	قيمة معامل الإرتباط	الدالة	الفقرة	قيمة معامل الإرتباط	الدالة	الفقرة	قيمة معامل الإرتباط	الدالة
1	0.262	دالة	14	0.144	دالة	27	0.485	دالة
2	0.234	دالة	15	0.465	دالة	28	0.291	دالة
3	0.322	دالة	16	0.198	دالة	29	0.148	دالة
4	0.195	دالة	17	0.316	دالة	30	0.260	دالة
5	0.342	دالة	18	0.260	دالة	31	0.323	دالة
6	0.276	دالة	19	0.423	دالة	32	0.424	دالة
7	0.307	دالة	20	0.295	دالة	33	0.427	دالة
8	0.281	دالة	21	0.436	دالة	34	0.128	دالة
9	0.320	دالة	22	0.422	دالة	35	0.352	دالة
10	0.369	دالة	23	0.138	دالة	36	0.381	دالة
11	0.231	دالة	24	0.350	دالة	37	0.509	دالة
12	0.187	دالة	25	0.438	دالة	38	0.185	دالة
13	0.283	دالة	26	0.239	دالة	39	0.270	دالة

القيمة الجدولية لمعامل إرتباط (بيرسون) تساوي (0.113) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (298) .

مؤشرات ثبات المقياسين :

يعني الثبات أن المقياس موثوق به ويُعتمد عليه في إعطاء النتائج نفسها عند تطبيقه أكثر من مرة (جابر ، وكاطم ، 1978 : 286) ، فالثبات يُعد من الخصائص السيكومترية المهمة للمقياس الجيد ، إذ يتناول تطابق درجات أفراد مجموعة معينة على إختبار (مقياس) معين كما في كل مرة يعاد إختبارهم ، إذ يشير إلى الإستقرار في درجات الفرد الواحد على الإختبار نفسه (عباس ، 1996 : 22) ، لذلك فقد تم التحقق من ثبات المقياسين عن طريق المؤشرات الآتية :

١ . طريقة الإختبار وإعادة الإختبار (الإتساق الخارجي):

إن طريقة الإختبار وإعادة الإختبار test-Retest تُعد من أفضل الطرائق في الحصول على ثبات المقياس ، وتقوم هذه الطريقة على إجراء الإختبار على مجموعة من الأفراد ثم إعادة إجراء الإختبار نفسه على

المجموعة نفسها بعد مضي مدة زمنية (السيد ، 1979 : 520) ، لذلك تم تطبيق المقياسين ، ثم أعيد التطبيق بفواصل زمني (أسبوعين) بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني على عينة مؤلفة من (50) طالباً وطالبة ، وعند مقارنة قيم الثبات مع قيمة معامل إرتباط (بيرسون) الجدولية (0.273) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (48) ، (الزاملي ، وآخرون ، 2009 : 482) فإن تلك القيم دالة إحصائياً ، وبذلك فقد توفر للمقياسين أحد مؤشرات الثبات ، وكما موضح في جدول (6) قيم ثبات المقياسين.

جدول (6) قيم ثبات المقياسين

المقياس	قيمة معامل الثبات	عينة التطبيق
الغفران	0.789	50
الصلابة النفسية	0.917	50

وبذلك أصبح مقياسي البحث بصيغتهما النهائية ، جاهزين للتطبيق (ملحق 2).

الوسائل الإحصائية :

تحقيقاً لأهداف البحث ، تم إستعمال الوسائل الإحصائية الآتية ، بوساطة برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الإجماعية Spss :

١. الإختبار التائي (t-test) لعينة واحدة: إختبار الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي لدرجات العينة على مقياسي البحث.
٢. الإختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لإستخراج القوة التمييزية لفقرات مقياسي البحث ، بإستعمال المجموعتين الطرفيتين.
٣. معامل إرتباط (بيرسون) ، لمعرفة العلاقة بين درجة كل فقرة من فقرات كل مقياس ودرجته الكلية ، وفي إستخراج الثبات بطريقة الإختبار وإعادة الإختبار ، والعلاقة الإرتباطية بين متغيري البحث.
٤. الإختبار الزائي.

نتائج البحث وتفسيرها :

١. الهدف الأول: تعرف الغفران لدى طلبة الجامعة:

لغرض تعرف وجود متغير الغفران لدى طلبة الجامعة ، فقد تم إستخراج المتوسط الحسابي ، والإنحراف المعياري ، والمتوسط الفرضي لدرجات الأفراد على المقياس ، وبإستعمال الإختبار التائي لعينة واحدة ، لإختبار الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي ، فقد تبين أن الفرق دال إحصائياً لصالح المتوسط الحسابي ، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية (1.96) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (299) ، أي أن أفراد العينة يتمتعون بـ (الغفران) كما موضح في جدول (7) :

جدول (7)

الإختبار التائي لدلالة الفروق بين المتوسط الحسابي
والمتوسط الفرضي لدى عينة البحث على مقياس الغفران

المقياس	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة
الغفران	55.9167	51	6.50364	13.094	1.96	دالة

٢. الهدف الثاني: تعرف الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة:

لغرض تعرف وجود متغير الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة ، فقد تم إستخراج المتوسط الحسابي ، والانحراف المعياري ، والمتوسط الفرضي لدرجات الأفراد على المقياس ، وبإستعمال الإختبار التائي لعينة واحدة ، لإختبار الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي ، فقد تبين أن الفرق دال إحصائياً لصالح المتوسط الحسابي ، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية (1.96) عند مستوى (0.05) وبدرجة حرية (299) ، أي أن أفراد العينة يتمتعون بـ (الصلابة النفسية) كما موضح في جدول (8) :

جدول (8)

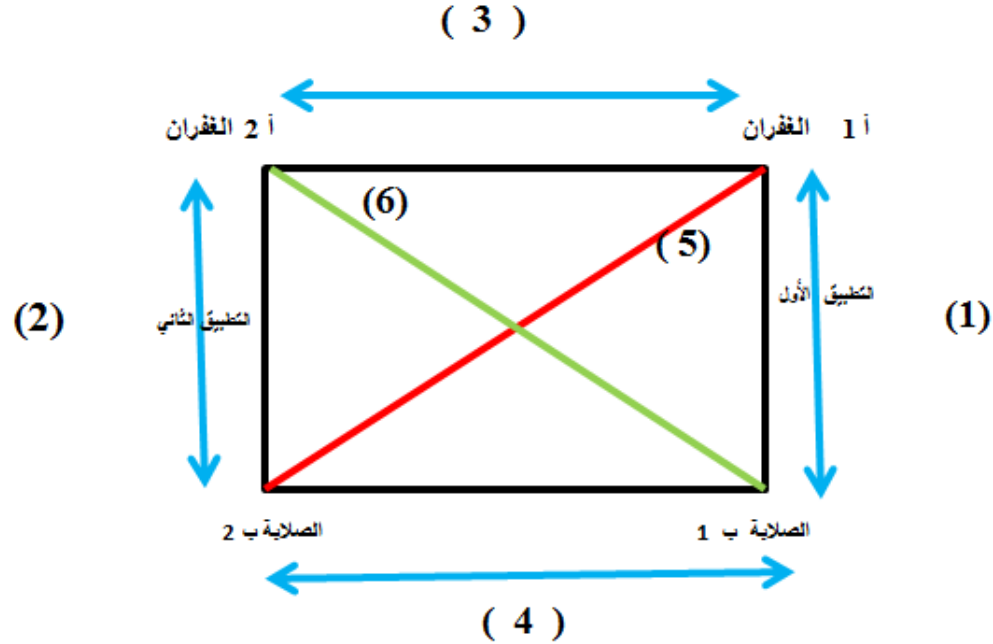
الإختبار التائي لدلالة الفروق بين المتوسط الحسابي
والمتوسط الفرضي لدى عينة البحث على مقياس الصلابة النفسية

المقياس	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة
الصلابة النفسية	142.6267	117	13.22815	33.555	1.96	دالة

٣. الهدف الثالث: تعرف العلاقة السببية بين متغيري (الغفران والصلابة النفسية) ، عبر الإجابة على التساؤلات الآتية:

هل أن الغفران يسبب الصلابة النفسية ؟ أم أن الصلابة تسبب الغفران ؟ أم أن العلاقة بينهما تبادلية التأثير؟

إن محاولة الإجابة على هذه التساؤلات يكمن في عملية المقارنة بين الإرتباطات الستة بين متغيري (الغفران والصلابة النفسية) وهذه الإرتباطات :



مخطط (1)

الإرتباطات الستة بين متغيري (الغفران والصلابة النفسية)

أولاً. معامل الإرتباط بين المتغير (أ 1 و أ 2) وبين المتغير (ب 1 و ب 2) ، تسمى الإرتباطات الذاتية (Auto-Correlation).

ثانياً. معاملات الإرتباط بين المتغير (أ 1 و ب 1) وبين المتغير (أ 2 و ب 2) تسمى الإرتباطات المتزامنة (Synchronous Coreelation) أو الإرتباطات التلازمية ، لأنه يتم الحصول على درجات عينة الأفراد فيهما في وقت واحد.

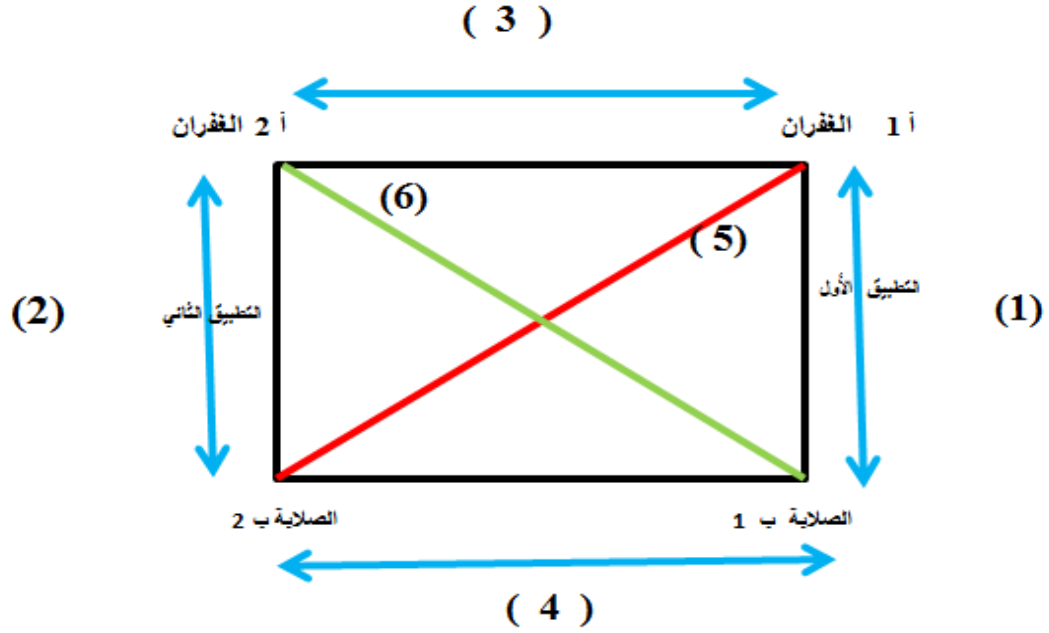
ثالثاً. معاملات الإرتباط المتقاطعة أي تلك التي بين درجات أفراد العينة في (أ 1 و ب 2) والتي بين درجات أفراد العينة بين (ب 1 و أ 2) تسمى ب الإرتباطات التنبؤية Predictive Coreelations وهي التي عن طريقها نتنبأ باتجاه العلاقة السببية بين المتغيرين (أ " الغفران " و ب " الصلابة النفسية ") وذلك بملاحظة الإرتباط الأكبر (الخزاعي، 2015 : 285).

إستناداً إلى البيانات المستحصلة نتيجة التطبيق الأول والتطبيق الثاني ، للمتغيرين (الغفران والصلابة النفسية) أظهرت نتائج معاملات الإرتباط المتفاوتة زمنياً :

أولاً . الإرتباطات المستقرة ، الإرتباطات التزامنية بين متغيرين في وقت واحد (أ 1 و ب 1) : الغفران في التطبيق الأول مع الصلابة النفسية في التطبيق الأول وقد بلغ معامل الإرتباط (0.383) ، وكذلك بين الغفران في التطبيق الثاني مع الصلابة النفسية في التطبيق الثاني (أ 2 و ب 2) ، وقد بلغ معامل الإرتباط (0.369) والقيمتان دالة إحصائياً عند مقارنتهما مع قيمة معامل إرتبط (بيرسون) الجدولية (0,273) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (48) (الزاملي ، وآخرون، 2009 : 482).

ثانياً. الإرتباطات الحركية ، وهي إرتباطات ذاتية بمتغير واحد يختبر في فترتين زمنيتين (أ 1 و أ 2) الغفران في التطبيق الأول ، والغفران في التطبيق الثاني ، فقد بلغ معانل الإرتباط (0.789) وكذلك (ب 1 و ب 2) ، التطبيق الأول للصلابة النفسية مع التطبيق الثاني للمتغير ذاته ، وقد بلغ معامل الإرتباط بينهما (0.917) ، والإرتباطان دالان عند مقارنتهما بقيمة معامل إرتباط (بيرسون) الجدولية (0,273) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (48) (الزاملي ، وآخرون، 2009 : 482). وهذا يعني أن المتغيرين يرتبطان بعلاقة سببية .

ثالثاً. الإرتباطات المتفاوتة زمنياً ، أي الإرتباطات المتقاطعة التي يتحدد على أساسها إتجاه السببية (أ 1 و ب 2) أي العلاقة بين الغفران في التطبيق الأول ، والصلابة النفسية في التطبيق الثاني ، وقد بلغ معامل إرتباط (0.310) ، والعلاقة بين (أ 2 و ب 1) الغفران في التطبيق الثاني ، والصلابة النفسية في التطبيق الأول ، وقد بلغ معامل الإرتباط بينهما (0.337) .



نتائج معاملات الارتباط المتفاوتة زمنياً

ويهدف الإجابة عن تساؤل : هل أن العلاقة بين متغيري الغفران والصلابة النفسية ، هي علاقة متبادلة ؟ تم إجراء المقارنة بين معاملي الارتباط سالف الذكر عبر تحويلهما إلى قيم (فشر) لمعامل الارتباط ، إذ بلغت قيم فشر لمعامل الارتباط (0.310) تساوي (0.321) ، أما معامل الارتباط (0.337) تساوي (0.348) ، وعند مقارنة القيمتين بإستعمال الإختبار الزائبي كانت القيمة المحسوبة تساوي (0.183) ، وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية التي تبلغ (0.5714) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (48) ، وهذا يعني أن الفرق غير دال إحصائياً ، وأن الغفران (أ) لا يسبب الصلابة النفسية (ب) ، وأن الصلابة النفسية (ب) لا تسبب الغفران (أ) ، وبذلك فإن العلاقة متبادلة بين المتغيرين ، وإنهما متداخلان وغير ممكن تحديد نقطة البداية لكل منهما .

الإستنتاجات :

١. الغفران ليس سبباً في الصلابة النفسية.
٢. الصلابة النفسية ليس سبباً في الغفران.
٣. أن العلاقة بين الغفران والصلابة النفسية ، علاقة تبادلية التأثير.

التوصيات :

١. إشاعة الغفران والصلابة النفسية بين طلبة الجامعة بوصفهما متغيرين إيجابيين ينتميان إلى علم النفس الإيجابي الذي يسعى ويستهدف الإرتقاء بالسلوك الإنساني والحياة الإنسانية نحو الأفضل ، عن طريق الأنشطة الجامعية.

المقترحات:

١. إجراء دراسة إرتباطية سببية تتضمن متغيري البحث الحالي على عينات أخرى طلبة إعدادية أو متوسطة.
٢. الكشف عن العلاقة السببية بين الغفران والمناعة النفسية لدى طلبة الجامعة.
٣. الكشف عن العلاقة السببية بين الصلابة النفسية والصدود النفسي لدى أساتذة الجامعة.

المصادر :

١. أبو سمرة ، محمود أحمد ، والطيطي ، محمد عبدالإله (2020) : مناهج البحث العلمي بين التبيين والتمكين ، الأردن - عمان : دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.
٢. عثمان ،فاروق السيد (2001) القلق وإدارة الضغوط ، القاهرة - دار الفكر العربي.
٣. عطار،إقبال بنت أحمد (2007) الذكاء الإجتماعي وعلاقته بكل من مفهوم الذات والصلابة النفسية لدى طالبات الإقتصاد المنزلي بجامعة الملك عبدالعزيز ، مجلة كلية التربية / جامعة طنطا ، العدد السادس والثلاثون / المجلد الأول 2007 .
٤. الخزاعي ، علي صكر جابر (2015)العلاقة السببية بين قوة السيطرة المعرفية والذكاء الناجح لدى طلبة الجامعة، مجلة أورك ، جامعة المثنى ، كلية التربية - المجلد الثامن - العدد الثاني .
٥. مخيمر ، عماد محمد أحمد (2002) إستبيان الصلابة النفسية ، القاهرة - مكتبة الإنجلو المصرية .
٦. العكيلي، جبار وادي باهض (2011) الذكاء الشخصي وعلاقته بالإقناع الإجتماعي والإستهواء المضاد لدى الطلبة المتميزين ، إطروحة دكتوراه / كلية التربية / الجامعة المستنصرية.
٧. الزالملي، علي عبد جاسم ، والصارمي ، عبدالله بن محمد ، وكاظم ، علي مهدي (2009) مفاهيم وتطبيقات في التقويم والقياس التربوي ، الكويت - مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.
٨. حليلة ، شابي ، وآمال ، نواورية (2018) الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط لدى الطالبات المقيمت ، رسالة ماجستير /كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية /قسم علم النفس /جامعة 08 ماي 1945 الجزائر.
٩. جابر ، جابر عبدالحميد ، وكاظم ، أحمد خيرى (1978) مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، القاهرة - دار النهضة المصرية .
١٠. فن دالين ، ديوبولدب (1977) مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ترجمة : محمد نبيل نوفل ، وآخرون ، القاهرة - مكتبة الإنجلو المصرية .
١١. عيسوي ، عبدالرحمن (1974) القياس والتجريب في علم النفس والتربية ، بيروت - دار النهضة.
١٢. عباس ، فيصل (1996) الإختبارات النفسية : تقنياتها وإجراءاتها ، بيروت - دار الفكر العربي .
١٣. السيد ، فؤاد البهي (1979) علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري ، ط3 ، القاهرة - دار الفكر العربي.

المصادر الاجنبية

1. Abiona,Samson(2012): Forgiveness and Reconcciliation : a path to peaceful Fellowship,publish by Auther House.
2. Anderson, Maureen A. (2006): The Relationship among Resilience, forgiveness and , anger Expression in adolescencents, Doctor of Education the University of Maine.
3. Azarian, Alma& Farokhzadian, Ali Asghar & Habibi, Elahe (2016): Relationship between psychological Hardiness and Emotional Control Index: A Communicative Approach, International Journal of Medical Research & Health Sciences, 2016, 5, 5(S):216–221.
4. Crosson, Jennifer B. (2015): Moderating Effect of Psychological Hardiness on the Relationship between Occupational Stress and Self–Efficacy among Georgia School Psychologists, College of Social and Behavioral Sciences Walden University.
5. Diebl, Tara (2012): The Importance of forgiveness: Howcan psychological research inform, University of Southampton Doctoral programme in Educational psychology.
6. Doddy, the bigg (2011): BED TIMESTORIES TO Grandchildren, printed in the United States of American.
7. Eroz, Sibel Su& Onat, Emine(2018): PSYCHOLOGICAL HARDINESS: A SURVEY IN HOSPITALITY MANAGEMENT,Research Journal of Business and Management, Vol. 5(1), p.81–89.
8. Goetzen, Larissa R.(2002) : Conceptualizing Forgiveness within the Context of a Reversal Theory Framework : The Role of personality , Motivation, and Emotion, Doctor of philosophy at the University of Windsor.
9. Grove, Susan K. & Burns, Nancy& Gray, Jennifer R. (2013): The Practice of Nursing Research: Appraisal, Synthesis, and Generation of Evidence, ELSEVIER AUNDERS Library or Congress Cataloging –in–Publieation Data.

10. Harris, Alex H.S. & Thoresen, Carl E. (2005): Forgiveness , Unforgiveness, Health, and Disease , Chapter Nineteen (in : Handbook of forgiveness : Everett L. Worthington , Jr., Taylor & Francis Group, LLC (2005) , printed in the United States of American on acid –free paper.).
11. Hefferon, Kate (2013): Positive psychology and the Body : the Somatopsychic side to Flourishing , McGraw–Hill House.
12. Kowalski, Christopher M. (2018): Hardiness, perseverative cognition, anxiety, and health–related outcomes: A case for and against psychological hardiness, University of Western Ontario.
13. Lijo, Kochakadan joy (2018): forgiveness : Definitions, perspectives , Contexts and Correlates , Journal of psychology & Psychotherapy, Volume 8, Issue 3, 1000342 (p.1–5).
14. Luthans, Fred & Youssef–Morgan, Caroly M. & Avolio, Bruce J. (2015) Psychological Capital and Beyond, Oxford University press.
15. Maheshwari, Niah & Kumar, Vineeth V. (2016): Military psychology: Concepts, trends, and interventions, SAGE Publications Inc.
16. MALIK, SHABIR AHMAD (2017): STUDY OF PSYCHOLOGICAL HARDINESS, EMOTIONAL COMPETENCE AND ADJUSTMENT OF PRE–SERVICE TEACHER TRAINEES OF KASHMIR VALLEY, New Delhi–110025.
17. Marini, Irmo & Glover–Graf, Noreen M. & Millington, Michael Jay (2012): psychological Aspects of Disability, Insider perspectives and Counseling Strategies, Springer Publishing Company, LLC.
18. McCullough, Michael E. (2018): The psychology of forgiveness, Southern Methodist University, Hope College.
19. McCullough, Michael E. & Pargament, Kenneth I. & Thoresen, Carl E. (2000): Forgiveness: theory , Research, and practice, the GULFORD PRESS , NEW YORK LONDON.

20. MISTLER, BROOKE A. (2001): Forgiveness, PERFECTIONISM ,AND THE ROLE OF SELF –COMPASSION , DOCTOR OF PHILOSOPHY, UNIVERSITY OF FLORIDA.
21. Nanavaty, Karishma. N & Verma, Vaishnavi & Patki, Archana (2017): The Relationship between Psychological Hardiness, Coping Strategies and Perceived Stress among Working Adults, Indian Journal of Mental Health 2017; 4(1).
22. Norman, Kathi, (2017): Forgiveness: How it manifests in our Health , Wellbeing ,And Longevity ,Master of Applied positive psychology , university of pennsylvania.
23. Raj, Medha & Wiltermuth, Scott S. (2016): Barriers to forgiveness, University Southern California, Los Angeles, Social and Personality Psychology Compass , John Wiley & Sons Ltd.
24. Roberts, D.E. (2005): Dispositional Forgiveness of Self, Others, and Situations, Journal of Personality 73:2, 313–359.
25. Shaffer, Martin (1982) : Life after Stress, a Division of plenum publishing Corporation , New York, N.Y. I.O.O.D.
26. Thompson , L.Y., Snyder, C.R., Hoffiman , L ., Michael, S.T., Rasmussen, H.N., Billings, L.S., Heinze, L., Neufeld, J. E., shorey. H.S., Roberts , J.C., & Roberts &
27. Younger, Jarred W. & piferi, Rachel L. & Jobe, Rebecca L. & Lawler, Kathleen A. (2004): Dimensions of forgiveness : The views of laypersons, Journal of social and personal Relationships, Vol. 21(6): 837–855. DOI: 10.1177/02654047843.
28. Zinn, Jon Kabat (2013): Full Catastrophe Living (Revised Edition): Using the Wisdom of your Body and Mind to face stress, pain, and illness. Unified Buddhist Church inc, printed in the United States of America on acid –free paper.