

الامتنان وعلاقته بجودة الحياة لدى اعضاء الهيئات التدريسية في المدارس الثانوية

الباحثة: الاء هادي خريبط

أ.د. علي شاكر الفتلاوي

كلية الاداب / جامعة القادسية

xffn261@gmail.com

Alishakir66fa@gmail.com

تاريخ استلام البحث : ٢٠٢٠/٦/١٠

تاريخ قبول البحث : ٢٠٢٠/٧/٢٥

الملخص:

استهدف البحث الحالي معرفة العلاقة بين الامتنان Gratitude وجودة الحياة Quality Of Life لدى المدرسين في محافظة الديوانية ، فالامتنان يمكن أن يرفع معنويات الأفراد ويساعدهم في العثور على بعض الصفات الإيجابية في الحياة خلال الأوقات السيئة. الأفراد الذين لا يتصفون بالامتنان ستذهب المنفعة التي حصلوا عليها دون أن يلاحظوها ولا يقودهم للشعور بالنعم في حياتهم وسيزيد ذلك من شعورهم بالحرمان وسيشعرون بأن الحياة لم تهبهم الفوائد التي يستحقونها فكلما انخفض الامتنان زاد شعور الفرد بالحرمان في الحياة ، وهكذا فإن الامتنان يضخم حياة المرء ، وأن انخفاض مستوى جودة الحياة لدى الأفراد عموماً يشير حتماً الى تدني مستوى تقدير الفرد لذاته واحساسه بعدم الجدارة أو الكفاءة الشخصية ، وانخفاض مستوى فاعلية الذات . بصورة اخرى ، فإن امتلاك التدريسيين شعوراً مرضياً بجودة حياتهم وكفاءتها يصب في مصلحة العملية التعليمية ويسهم في تنمية استجابات المدرسين وتقديمها، وقد اثبتت الدراسات أن ارتفاع مستوى الشعور بالامتنان يرتبط بانخفاض مستويات القلق والتوتر والاكنتاب وارتفاع الكفاءة الذاتية والقبول والرضا والاحساس بجودة الحياة. بمعنى ان ارتباط الامتنان وجودة الحياة ، بصورة موجبة ، يترك اثره الفعال على اعضاء الهيئات التدريسية.

لقد هدف البحث الحالي الى:

- ١- تعرف الامتنان لدى اعضاء الهيئات التدريسية في المدارس الثانوية في مدينة الديوانية .
 - ٢- تعرف جودة الحياة لدى اعضاء الهيئات التدريسية في المدارس الثانوية في مدينة الديوانية .
 - ٣- ايجاد العلاقة الارتباطية بين متغيري الامتنان وجودة الحياة لدى اعضاء الهيئات التعليمية في مدينة الديوانية وقد تحدد البحث الحالي بالهيئات التدريسية من كلا الجنسين ذكور وإناث في المدارس الثانوية في مدينة الديوانية .
- وفيما يخص الإطار النظري فقد عرضت الباحثة عدداً من النظريات التي تناولت متغيري البحث ، تم تبني نظرية ويتكنز Watkins للامتنان ، ونظرية فلوفيد Fallowfield لجودة الحياة .

تم بناء مقياسين الأول لمفهوم الامتنان تألف من (٢٩) فقرة والثاني لمفهوم جودة الحياة تألف من (٤٤) فقرة بصيغتهما النهائية وتم وضع خمسة بدائل للإجابة على فقرات المقياسين . تم اجراء التحليلات الإحصائية لاستخراج الخصائص السايكومترية للمقياسين ، إذ تم استخراج أنواعاً من الصدق لهما مثل الصدق الظاهري والصدق بأسلوب المجموعتين المتطرفتين ، وأسلوب العلاقة الارتباطية بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس وارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال وكذلك ارتباط درجة المجال بدرجات المجالات الاخرى وارتباط درجة المجال بدرجة المقياس الكلية . كما تم استخراج الثبات بطريقتين وهي : أسلوب الاتساق الخارجي (اعادة الاختبار) ، وأسلوب الاتساق الداخلي (معامل الفاكرونباخ) ، ثم تم تطبيق المقياسين على عينة بلغت (٤١٣) مدرس ومدرسة. تمت معالجة بيانات البحث بالوسائل الإحصائية التي تتلاءم مع طبيعة وأهداف البحث عن طريق الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، كانت أهم نتائج البحث هي :

١- ان المدرسين يتسمون بالامتنان .

٢- ان المدرسين يتسمون بجودة الحياة.

٣- توجد هنالك علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين الامتنان وجودة الحياة .

الكلمات المفتاحية : الامتنان ، السعادة ، الحب ، جودة الحياة ، الرضا عن الحياة ، الهيئة التدريسية

Gratitude and its Relationship to the Quality of Life of Members of the Teaching Staff in Secondary schools.

Prof. Ali Shaker al-Fatlawi Alaa hadi Khuraibet
College of Arts / Al-Qadisiyah University

Alishakir66fa@gmail.com

xffn261@gmail.com

Date received: 10/ 6/2020

acceptance date : 25/ 7/2020

Abstract

This study aimed at finding out the relationship between the Gratitude and the Quality of Life among teachers in Al-Diwaniyah Governorate, gratitude can boost people's morale and help them find out some positive features in their life during the bad times. Individuals without gratitude they will lose the benefits they have got without noticing them, it does not lead them to feel the blessings in their life, it will increase their sense of deprivation, and they will feel that life has not been denoted them the benefits they deserve. The less grateful the person grows, he will feel more deprived in life. So gratitude amplifies one's life, and that the low quality of life for individuals in general indicates an inevitable decline of the level of self-esteem of the individual and his sense of lack of worthiness or personal competence, and the low level of Self efficacy. In contrast, if the teachers have got the feelings of satisfactory on the quality of their life and efficiency will make great impact on the educational process and contributes to the development of teacher responses and progress, As well as recent studies have proven a higher level of gratitude associated with lower levels of anxiety, stress, depression , high level of self-efficacy, acceptance, satisfaction and sense of quality of life. This means that gratitude and quality of life are connected positively ,then it leaves its effective impact on the members of the academic staff. The study has aimed at:

- 1- Measuring the feeling of gratitude of the teaching staff members in secondary schools in Al-Diwaniyah city.
- 2- Measuring the quality of life of the teaching staff members in secondary schools in Al-Diwaniyah city.
- 3- Finding out the correlation- efficient between gratitude and the quality of life of the teaching staff members in the city of Diwaniyah.

The current research has determined the teaching staff of both males and females in secondary schools In Al-Diwaniyah city as community of the study.

Concerning the theoretical framework, the researcher presented a number of theories that dealt with the two variables of the study. The researcher has adopted Watkins' theory of gratitude, and the Fallow field s' theory for the quality of life.

The researcher built two scales, the first for the concept of gratitude consisted of (30) items and the second for the concept of quality Life consisted of (44) items as financial forms for both, each scale has five alternatives.

The researcher has done the statistical analyzes to extract psychometric properties for the two scales, as well as she extracted types of validity for them, such as face- validity and internal - validity in two methods : two extremes groups, the correlation- efficient between the score of the item and the overall scale of the scale, and the correlation- efficient between the score of the item with the score of the field, as well as the correlation- efficient of the scores of field to the scores of other fields.

The researcher extracted reliability in two methods: the external reliability method (test and retest), and the internal reliability (coefficient) alpha Cronbach), then the researcher applied the two scales to a sample of 413 teachers (male & female).

In order to achieve the objectives of the study.

The research data was processed by the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) program.

The most important findings of the search are:

- 1- The teachers feel grateful.
- 2- The teachers feel of the quality of life.
- 3- There is a statistically positive correlation between gratitude and quality of life.

Key words: gratitude, happiness, love, quality of life, life satisfaction ,teaching staff.

الاطار العام للبحث

يعد عضو هيئة التدريس ركنا اساسيا في العملية التربوية ، اذ أنه المزود الرئيس لمعارف التلاميذ وخبراتهم ، والموجه المهم لميولهم واتجاهاتهم ، لذا فأن إمكانات عضو الهيئات التدريسية النفسية والشخصية حاسمة في استكمال دوره ، فضلا عن مهاراته وخبراته التخصصية ، ولعل افتقار المدرس وهو يؤدي دوره الحيوي في المدرسة ،الى الشعور بالرضا وخروجه عن دائرة الامتحان ، يجعله في احيان كثيرة نموذجا سلبيا يمكن ان يتمثله الطلبة ويحاكونه بأستجابات سلوكية ترمي فيما بعد بضلالها الفاتمة على حياتهم من خلال تفاعلاتهم البيئية واستجاباتهم العملية ، الامر الذي يجعل من شعور المدرس بدرجة من الامتحان وشعوره بجودة حياته امران حيويان لأمتلاك التوازن النفسي والاجتماعي ، ((اذ هنالك ادلة عملية متنامية تشير الى ان الامتحان والحالات الوجدانية المرتبطة به يمكن ان تؤثر على الوظائف الفسيولوجية والصحة النفسية (ابو يونس ، ٢٠١٣ : ٥)

فلامتحان خاصة غاية في الاهمية لتحديد مستوى حياة الفرد ، فحدث شيء جديد ايجابي في حياة الفرد مرهون الى حد ما بشعوره بالامتحان بوصفه تجربة دافعة منفتحة نحو الحياة ((اسلوب الحياة)) توفر له سعادة اضافية ، وتعطيه منظورا زمنيا متكاملأ بين فعل الماضي والتوجه الموجب نحو المستقبل .(لويز هاي ، ٢٠٠٨ : ١٨٨)

ويعد مفهوم جودة الحياة Quality Of Life مفهوماً ديناميكياً يتضمن الكثير من المكونات الذاتية والاجتماعية والنفسية ، وينظر إليه على انه مظلة عامة تدرج تحتها عناصر الصحة النفسية جميعها ، وترتبط بمحاولة رصد كيف يدرك الأفراد مختلف جوانب حياتهم النفسية ، وفي ضوء الاتجاهات المتعددة لدراسة مفهوم جودة الحياة يرى دونفان (Donvan) أن جودة الحياة تتضمن الوظائف الجسمية المتمثلة في انجاز الأنشطة اليومية ، والوظائف النفسية المتمثلة في الأفكار والانفعالات ، والنشاط الاجتماعي والبيئي ، والرضا عن الحياة بشكل عام. (فرحان ، ٢٠١٢ : ١٣)

فأن امتلاك التدريسيون شعورا مرضيا بجودة حياتهم وكفاءتها يصب في مصلحة العملية التعليمية ويسهم في تنمية استجابات المدرسين وتقديمها، وقد اثبتت الدراسات أن ارتفاع مستوى الشعور بالامتحان يرتبط بأنخفاض مستويات القلق والتوتر والاكنتاب وأرتفاع الكفاءة الذاتية والقبول والرضا والاحساس بجودة الحياة. (Virani,2017:13)

بمعنى ان ارتباط الامتحان وجودة الحياة ، بصورة موجبة في الشخصية ، يترك اثره الفعال على اعضاء الهيئات التدريسية ،ولعل احساس الباحثين من خلال مزاوله العمل ضمن البيئة التربوية ومؤسساتها ، بأن هنالك تمايزاً يحصل في اداء اعضاء الهيئة التدريسية ، تفترضه طبيعة او نوع الحياة التي يعيشون ومقدار الشعور بالامتحان في دواخلهم ويسهم في طبيعة ادائهم لدورهم، هذا الاحساس دفع الى البحث عن اجوبة علمية لتساؤلات مثل : مامستوى شعور المدرسين بالامتحان ؟ وما مستوى جودة الحياة لديهم ؟ وما درجة العلاقة وإتجاهها في سلوك المدرسين بين الامتحان وجودة حياتهم وما طبيعة واتجاه تلك العلاقة ؟

أهمية البحث

ان دراسة الامتحان لدى المدرسين والتوعية على ضرورة توافر مستوى عالي منه في سلوكهم ، يمكن ان يزيد من زخم الوصول الى تحقيق اهداف العملية التربوية ((أذ اثبتت دراسة هاريس Harris 2016 دور الامتحان في تحسين انخراط الطلاب والتحصيل الدراسي والحضور ، فقد اوضحت هذه الدراسة التي طبقت على عينة من (١٤١) طالب وطالبة ، ان التدريب على الامتحان يزيد من الانخراط المدرسي للطلاب وتحصيلهم الدراسي واقبالهم على الحضور للمدرسة وعمل الواجبات بشكل اكبر)) .وجود الحياة لدى الفرد ، تشير الى البناء الكلي الذي يتكون من مجموعة المتغيرات التي تهدف الى اشباع الحاجات الاساسية للأفراد الذين يعيشون في نطاق هذه الحياة ، بحيث يمكن قياس هذا الاشباع بمؤشرات موضوعية تقيس الامكانات المتدفقة على الفرد ومؤشرات ذاتية تقيس قدر الاشباع الذي تحقق (الغندور ، ١٩٩٩: ٢٨)

ولقد تبلورت اهمية دراسات جودة الحياة والامتحان ، حينما اوضحت مطلباً انسانياً ملحاً ، أفرزته طروحات علم النفس الايجابي ، لاسيما منذ سبعينات القرن الماضي على يد مارتن سيلجمان Martin Seligman الذي خلاصته ان الاصل هو الصحة وليس المرض ، وأن الانسان يستطيع ان يتكيف مع مجتمعه اذا ماركز على الجوانب الايجابية او المضيئة في حياته ، وبث الامل والتفاؤل Optimism والسعادة Happiness والرضا او الصمود النفسي Resilience (عكاشة وسليم ، ٢٠١٠: ٤-٥) ، وأن انجاز هذا البحث يرمي الى دراسة مستوى الامتحان وجودة الحياة لدى المدرسين لفهم شيء من واقع هذه الشريحة الاجتماعية والمهنية المهمة ، ولتمكين المؤسسات ذات العلاقة من توظيف نتائجه ، ويمكن بيان اهمية البحث الحالي في :

أ- الأهمية النظرية :

أولاً- تناول الدراسة الحالية متغيرات على درجة من الحيوية لأستبصار مجتمع البحث المدروس .

ثانياً- توفير مقاييس تهتم بتقدير مستوى الامتحان وجودة الحياة لدى المدرسين في المجتمع المحلي .

ثالثاً- الاسهام بتتابع الدراسات التي تهتم بالجانب الايجابي من الشخصية الانسانية (شخصية المدرسين)

ب- الأهمية التطبيقية :

أولاً- اسهام نتائج البحث الحالي بإمكانية استكمال (بروفيات واقعية) عن خصائص المدرسين ، وتقدير الحاجة الى برامج تدريبية وأرشادية في هذا الخصوص .

ثانياً- من خلال نتائج البحث الحالي يمكن التأكيد على توصيات عملية يمكن لها ان تزيد من فرص تحقيق الطلبة والمدرسين لأهدافهم

ثالثاً : اهداف البحث : يستهدف البحث الحالي:

١- تعرف الامتحان لدى اعضاء الهيئات التدريسية في المدارس الثانوية في مدينة الديوانية .

- ٢- تعرف جودة الحياة لدى اعضاء الهيئات التدريسية في المدارس الثانوية في مدينة الديوانية .
- ٣- ايجاد العلاقة الارتباطية بين متغيري الامتحان وجودة الحياة لدى اعضاء الهيئات التدريسية في مدينة الديوانية
- رابعا: حدود البحث :يتحدد البحث الحالي بأعضاء الهيئات التدريسية في المدارس الثانوية في محافظة الديوانية(مركز المحافظة) ، للدراسة الصباحية ، للعام الدراسي (٢٠١٩ - ٢٠٢٠) ولكلا الجنسين من المدرسين والمدرسات .
- خامساً : تحديد المصطلحات

اولا - الامتتان Gratitude

- واتكنز watkins (2014) : ((سمة تجعل الفرد على استعداد للاعتراف بحصوله على شيء جيد او منفعة قدمت له من قبل فرد اخر او مصدر خارجي (مصدر المنفعة غالبا) ، ويتجسد ذلك في حدوث شيء ايجابي له او غياب احداث سلبية متوقع حدوثها.)) (Watkins , 2014 :76)
- التعريف النظري :- تم تبني تعريف ويتكنز 2003 Watkins تعريفاً نظرياً للبحث الحالي .

- التعريف الاجرائي :- وهو الدرجة التي يحصل عليها عضو هيئة التدريس من اجابته على فقرات مقياس الامتتان .

ثانيا :- جودة الحياة Quality Of Life

- فالوفيلد Fallowfield 1990 : ((شعور الفرد بقدرته على تحقيق حاجاته الحياتية الرئيسة ، من خلال إحساسه بالرضا والسعادة عن ممارسات حياته اليومية وعن الخدمات التي يتلقاها في المجالات النفسية والصحية والبيئية والاجتماعية والعاطفية والاقتصادية والمهنية))، وبما ينسجم مع طروحات نظرية فالوفيلد في مؤشرات جودة الحياة (Fallowfield,1990).
- التعريف النظري :- تم تبني تعريف فالوفيلد 1990 Fallowfield تعريفاً نظرياً للبحث الحالي
- التعريف الاجرائي :- وهو الدرجة التي يحصل عليها عضو هيئة التدريس من اجابته على مقياس جودة الحياة

اطار نظري ودراسات سابقة

١- الامتتان Gratitude:

بعض النظريات التي تناولت مفهوم الامتتان

- ١- نظرية العاطفة الأخلاقية للامتتان لماكولو وكيلباتريك وايمونز ولارسون

Moral Affect Theory of Gratitude for McCullough, Kilpatrick, Emmons and Larson (2001).

أكدت النظرية على طبيعة الامتتان وتفترض إن للامتتان ثلاث وظائف أخلاقية معينة وهي وظيفة المقياس الأخلاقي ووظيفة الدافع الأخلاقي ووظيفة المعزز الأخلاقي ويحدث ذلك (عندما يُعبر الآخريين عن عواطفهم من خلال الكلمات أو المواقف) (Froh et al. , 2011,p.312)

الوظيفة الأولى: الامتحان كمقياس أخلاقي Moral Barometer

ويعنى ذلك أن الامتحان هو قراءات عاطفية حساسة إلى نوع معين من التغيير في علاقة المرء الاجتماعية- توفير فائدة من خلال عامل أخلاقي آخر يعزز رفاهية المرء. ويعتمد الامتحان على المساهمة المعرفية. وتفترض النظرية أن الناس هم أكثر عرضة للشعور بالامتحان عندما: (أ) يتلقوا فائدة ذات قيمة معينة و (ب) عندما تبذل جهود عالية ومُكلفه لأجلهم و(ج) عند انفاق الجهد لهم بشكل مقصود وليس من قبيل الصدفة و(د) بذل الجهد لصالحهم يكون من غير سبب (أي غير محدد بوجود علاقة بين دور المُتبرع والمُستفيد) (Mccullogh et al.,2001,p.251)

الوظيفة الثانية: الامتحان كدافع أخلاقي Moral Motive

الامتحان لا يعمل فقط على تنميط العاطفة التي يجربها الأشخاص عندما يدركون إن شخصاً ما، قد تصرف عمداً من أجل رفاهيتهم، ولكن قد تكون لعاطفة الامتحان قيمة تحفيزية، فانه يدفع الناس الممتنين إلى أن يتصرفوا بشكل اجتماعي بأنفسهم، وعلى وجه الخصوص، أن الناس الذين قد اعرّبوا عن امتنانهم بسبب العمل الذي قام به احد المُتبرعين هم أكثر عرضة للمساهمة في رفاهية ذلك المتبرع (أو لطرف ثالث: شخص آخر ليس له علاقة) في المستقبل. فضلاً عن ذلك أيضاً إن الشخص الذي ابدى امتنانه بسبب تصرفات المتبرع اتجاهاً هو أيضاً أكثر عرضة إلى أن يكبح الدوافع السيئة تجاه المُتبرعين. (Emmons & Mccullogh,2004,p.128)

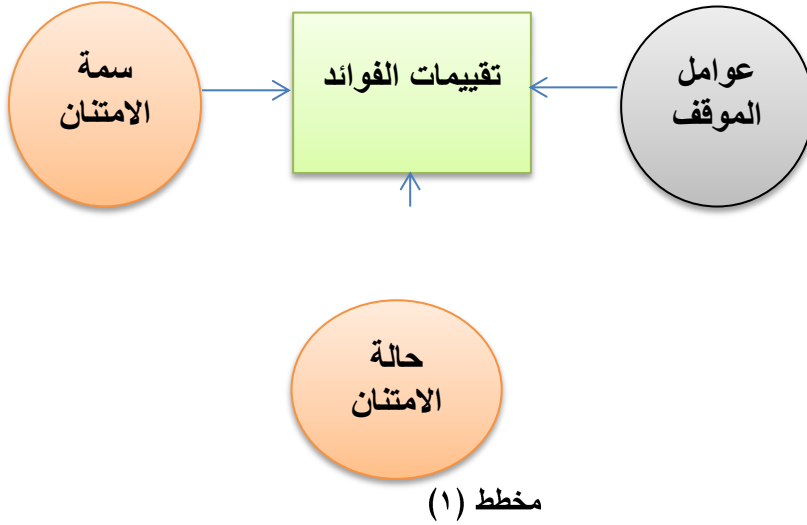
الوظيفة الثالثة: الامتحان كمعزز أخلاقي Moral Reinforce

يُعد الامتحان بمثابة معزز للسلوك، وذلك لأن التعبير عن الامتنان بسبب أفعال اجتماعية إيجابية قام بها شخص ما، وسينتج جهوداً كبيرة من جانب المستفيد ليتصرف بشكل أخلاقي في المستقبل. مما يجعل الامتنان لدى المرء إحساساً بتكيف عالي للتعبير. فعندما يعبر الشخص المُستفيد عن الامتنان سواءً بالقول "شكراً لك" أو الاعتراف بالجميل، فإن هذا من شأنه يُعزز فعل الخير لديه. ومن ثم سيقوم المستفيد على الأغلب بفعل مثل هذه السلوكيات الخيرة في المستقبل. وفي الواقع أن بعض الأفراد لديهم حافز للمشاركة في جزء من السلوك الاجتماعي الإيجابي، لأنهم يجدون التعبير عن الامتنان وأنواع أخرى من الموافقة الاجتماعية معززة إلى حد كبير، وعلى العكس فإن الشخص الجحود يشعر بالغضب والاستياء وانخفاض الرغبة في المشاركة في السلوك الاجتماعي الإيجابي في التفاعلات المستقبلية. (حسن، ٢٠١٧، ص٤٢-٤٣)

٢- الأتموزج المعرفي الاجتماعي لود ومالتبي وستيوارت ولينلي وجوزيف

A Social-Cognitive Model of Gratitude for Wood, Maltby, Stewart, Linley and Joseph (2008).

أكد هذا الأتموزج على أسباب الامتنان، هذا الأتموزج هو في الأساس اجتماعي - معرفي لأنه يدمج المواقف الاجتماعية والفروق الفردية والآليات المعرفية التي توسطتهما. إذ اقترح هذا الأتموزج، الموضح في مخطط (١) بأن تقييمات الفوائد لها تأثير سببي على حالة الامتنان وانه يتوسط العلاقة بين مختلف المواقف وسمة الامتنان (Wood et al.,2008,p.23)



يوضح النموذج المعرفي الاجتماعي للامتحان (Wood et al., 2008, p.25)

وتؤدي هذه التقييمات الدور الحاسم في العلاقة بين حالة وسمة الامتحان والموقف الموضوعي. وأكد النموذج على أن الفروق الفردية في سمة الامتحان والعوامل الظرفية أو الموقفية هي التي تقود إلى تقييمات الفائدة، ومن ثم فإن تقييمات الفائدة تقود إلى تجربة حالة الامتحان. إن الوساطة تستند إلى افتراض خطية العلاقات بين المتغيرات (على سبيل المثال، فالامتحان مرتبط بقوة بالقدر نفسه مع تقييمات الفوائد بغض النظر عما إذا كان الشخص لديه امتنان عالي أو متوسط أو منخفض). (Wood et al., 2008, p.282)

وهكذا فإنه عندما يتلقى اثنين من الناس المساعدة في موقف متماثل، فمن البديهي أن الشخص المرتفع في سمة الامتحان سيشعر بمزيد من حالة الامتحان مقارنة بالشخص الأقل امتناناً. والسبب هو التحيزات التفسيرية المميزة لدى الفرد في تقييم المواقف الاجتماعية التي تتوسط العلاقة بين سمة ومستويات حالة الامتحان. ومن خلال عدة دراسات تحقق النموذج من الافتراضات الآتية:

أولاً: بعد أن يتم تقديم المساعدة إلى الشخص، سيضيف الشخص العديد من الصفات حول طبيعة المساعدة، وفي نفس الوقت فإن هذه الصفات هي التي تشكل تقييم الفوائد.

ثانياً: إن تقييمات الفوائد هي التي تُسبب تجربة حالة الامتحان.

ثالثاً: إن هذا التحيز التفسيري المميز يدفع الأفراد المرتفعين في سمة الامتحان لإجراء تقييمات أكثر إيجابية للفائدة.

رابعاً: إن التقييمات الأكثر إيجابية للفائدة هي التي تفسر لماذا يوجد اتصال بين سمة ومستويات حالة الامتحان.

وأكد النموذج على أن الصفات التي تشكل تقييم الفوائد هي: (أ) قيمة المساعدة و(ب) تكلفتها على المتبرع و(ج) مدى خلو هذه المساعدة من الدوافع الخفية أو مدى تقديمها بإخلاص. إن جزء من هذه الصفات ناجم من الموقف

الموضوعي، وان هذه التقييمات ليست مُستقلة، ولكن ربما قد تكون جزء من تقييم أوسع للمنافع مع أسباب مختلفة واتجاهات عمل مرتبطة بها، لذا يرتبط الامتتان بالتحيزات التفسيرية المميزة في تقييم المنافع، وأن الناس الذين يشعرون بالكثير من الامتتان في الحياة لديهم ميول تقييم محددة تقودهم إلى تقييم مميز وبشكل أكثر إيجابية لمواقف تقديم المساعدة مقارنةً بالأشخاص الأقل امتناناً. وأن الغالبية العظمى من الاختلاف بين الأفراد في تقييمات المنافع يعود إلى سبب (الموقف) بدلاً من الشخص ثم إلى الفروق الفردية. ويبدو أن حالة الامتتان تحدها إلى حد كبير المواقف (وتفسيراتها) مع وجود سمة امتنان بسيطة ولكن الحالة حُددت بقوة من خلال توسط آلية تقييم المنافع). (Wood et al., 2008, p.288)

٣- نظرية التضخيم للامتتان لواتكنز

Amplification Theory of Gratitude for Watkins (2003-2014).

أكدت النظرية على وظيفة الامتتان، إذ يؤكد واتكنز (2001) Watkins على أن الامتتان مُشبع بالإدراك، وهذا يعني أن لدى المرء الممتن نمط فعال من العزو Attribution حول الحدث وهذا النمط يؤدي به إلى الامتتان. وأوجز واتكنز بحوثه عن الإدراك بامتتان من خلال الإشارة إلى "الاعترافات Recognitions الأربعة للامتتان. التي أثبتت أهميتها في تجربة الامتتان.

وقد استعرض أربع "اعترافات" مميزة تجعل الفرد يشعر بالامتتان. وأكد على مصطلح الاعتراف لأنه يُجسد أفضل طبيعة للإدراك وهذه الاعترافات هي مؤسسة للامتتان. ويشير واتكنز إلى أن قبل عرضه لهذه الاعترافات، لابد من توضيح ما هو الاعتراف:

أولاً: الاعتراف هو معرفي في الأساس ومن خلال التأكيد على الاعترافات الأربعة للامتتان تبرز أهمية الإدراك في تجربة الامتتان.

ثانياً: احدى التعريفات الحرفية للاعتراف هو التأكيد أو صحة التقدير، أو تحديد شخص أو شيء أو موقف ما بعدما تتم عملية الإدراك. وبهذه الطريقة فإن العمليات المعرفية الأساسية للامتتان تشبه إلى حد كبير الاعترافات، فهي تُحدد نمطاً مألوفاً من الأحداث، وهي تأكيدات وصحة التقدير لبعض الجوانب الهامة من الموقف.

ثالثاً: إن اعتراف المرء إجرائياً، هو ممارسة "إعادة إدراك". فعندما يقوم الفرد بتقييم الحدث الذي سيؤدي به إلى الامتتان، سيضيف شيئاً معيناً حول الحدث، ولكن يجب القول إن هناك أيضاً بعض أنواع إعادة الإدراك أو إعادة التفكير (مع عدم إضافة شيء معين حول الحدث) يقود الفرد للشعور بالامتتان أيضاً. وإذا كان الفرد لا يقوم بمعالجة استلام الفائدة بمثل هذه الطريقة (أي من دون تأكيد أو اعتراف) سيتسبب له بتجاهل أو عدم ملاحظة الحدث، حتى لو أن الفائدة قد تُثير الامتتان لديه، لكنه سوف لن يشعر بالامتتان.

رابعاً: إن اعتبار العلوم المعرفية بأن الاعتراف نوع من مهام الذاكرة يزودنا بالمعلومات عن نوع من العمليات المعرفية التي تنطوي على الامتتان. ففي موضوعات اختبارات تعرف الذاكرة، تُحفظ عدد من الكلمات ومن ثم يعرض على المشاركين مجموعة جديدة من الكلمات، بعضها كلمات دروسها سابقاً وبعضها لم يسبق لها مثيل من قبل. ومهمة المشاركين في هذه الاختبارات هي التعرف على الكلمات القديمة والجديدة. أن هذه المهمة للذاكرة كثيراً ما تتناقض مع الاستدعاء الحر، ففي الاستدعاء الحر يُطلب ببساطة من الأشخاص تذكر كل الكلمات التي درسوها فقط. لذلك الاعتراف هو أكثر دقة، وأكثر حساسية، وأقل جهداً، وينطوي على المزيد من العمليات المعرفية التلقائية من الاستدعاء الحر. ومن ناحية أخرى، من المحتمل أن ينطوي الاستدعاء الحر على المزيد من العمليات الإدراكية المتعمدة والمسيطر عليها. وبهذه الطريقة، تميل

اعترافات الامتنان إلى أن تكون سريعة إلى حد ما، وأقل تعمدًا وأقل جهدًا من العمليات المعرفية الأخرى. لذا أن الإدراكات التي تُنتج انفعال الامتنان اعترافات حقيقية وسريعة إلى حد ما، وبجهد أقل. وهذا لا يعني أن المعالجة المُتعَمدة أو المُسيطر عليها لا تتطوي على نسبة امتنان، إلا أن الإدراكات التي تُنتج الامتنان لا تميل إلى أن تتسم بالتفكير الدقيق والتفكير المتعمد والتفكير التحليلي . (حسن، ٢٠١٧، ص٤٤-٤٧)

ثانيا : جودة الحياة

• بعض النظريات التي تناولت مفهوم جودة الحياة

أولا : التحليل النفسي

• سيجموند فرويد Sigmund Freud (١٨٥٦ - ١٩٣٩) تُعد نظرية التحليل النفسي التي وضعها فرويد عام (١٨٨١) من أقدم النظريات وأبرزها التي فسحت المجال للكثير من علماء النفس للدراسات النظرية والتجريبية، إن الإطار الفلسفي الذي انطلق منه فرويد في نظريته كان من أسس بيولوجية وذلك يرجع لطبيعة العمل الذي عمل فيه وهو مجال الطب ، وقد ظهر واضحا في نظريته في مجال الغرائز ، وقد فسر فرويد الحياة النفسية لكل فرد على إتجاهين : الأول يتمثل في البناء الجسمي والعضوي للإنسان، وذلك عن طريق الجهاز العصبي .

أما الثاني فيتعلق بالأفعال الشعورية لدى الفرد، وإما ما يكون فهو المجهول في منطقة اللاشعور. وقد ذكر فرويد أن جودة الحياة هي شعور الفرد بالسعادة وتخفيف الآلام وهي هدف أساسي للسلوك البشري وكذلك تعني إشباع الغرائز ، إذ إن مبدأ اللذة هو المبدأ المسيطر على عمليات الجهاز النفسي ، كما أشار فرويد إلى أن الحياة مليئة بالإلام والتوترات نتيجة ضعف قدرة الفرد على إشباع حاجاته مما يتولد عن ذلك من صراعات وتوترات نفسية متعددة ، وأعتقد أيضاً إن غريزة الحياة هي الدافع لديمومة الحياة والرضا عنها وأضاف إن خبرات الطفولة بشقيها المؤلم والساار مهمة في التأسيس للحياة مستقبلاً

• الفرد ادلر Alfred adler (١٨٧٠ _ ١٩٣٧)

يُعد أدلر من الفرويدون الجدد الذين ثاروا على مدرسة التحليل النفسي الفرويدي ، أطلق أدلر على نظريته اسم (علم النفس الفردي) لأنه ركز على فردية كل شخص ، فكل فرد في رأيه هو أساساً مخلوق إجتماعياً وليس بيولوجياً ، وشخصياتنا صاغت بنااتنا الإجتماعية الفردية والتفاعلات ولم تصغها حاجاتنا البيولوجية ولماحاولاتنا المستمرة لإرضائها . آمن أدلر بوجود الإرادة لدى الفرد والتي تسمح لكل فرد من أن يبتدع أسلوب حياة يكون أكثر ملائمة من القابليات والتجارب التي أعطتها إياه الوراثة والبيئة). (رمضان ، ٢٠١٢ : ٢٧-٢٨)

وأوضح أدلر أن الهدف النهائي لنشاط الإنسان وكفاحه هو أن يحقق التفوق والتفوق هذا يأتي على نوعين

الأول : يتخذ شكل الرغبة في القوة والسيطرة على الآخرين ، وهو هدف خاطئ يُمارسه الفرد العصابي .

الثاني : يتخذ شكل الكفاح من أجل التفوق نحو الكمال بطريقة تحقيق جودة الحياة والسعادة فيها وهو هدف صحيح يمارسه الأفراد الأصحاء.(صالح، ١٩٩٨: ٩٥-٩٦)

• اريك فروم E. fromm (١٩٠٠ - ١٩٨٠)

وقد أشار فروم الى أن الناس يخلقون طبائعهم ورفض فكرة إننا نتقوّل بشكل مستسلم بالقوى الإجماعية، قائلا " بأننا نحن أنفسنا نقوّل القوى الإجماعية ، هذه القوى تعمل بدورها للتأثير في الشخصية " . واعتقد فروم أن الأمراض النفسية تنتج عن الصراع القائم بين سعي الإنسان المشروع لتحقيق أهدافه في الحياة وبين النظم والقوانين القائمة في مجتمعه التي تعارض هذا السعي ، وأشار الى أن جودة حياة الإنسان تنشأ من إنتاجه وإحساسه بالواقع الملموس وإتحاده مع غيره مع إحتفاظه بخصائص شخصيته في آن واحد، وتعني كذلك إحساس الفرد بالطاقة الحيوية الفياضة التي تنجم عن إرتباطه بالعالم الخارجي إرتباطاً منتجاً ، كما أكد فروم على إن الجانب الإجماعي للإنسان هو الأساس لجودة الحياة وسعادة الإنسان إذ قال إن الإنسان إجماعي بطبعه وإن غالبية مشكلاته ناتجة عن إفتصاليه وتفردّه في مجتمعه ، والشخصية السوية هي الشخصية الإجماعية المنتجة التي توفر المتعة النفسية. (الجميل ، ٢٠٠٨، ص ٢٧-٢٨)

ثانيا : النظرية الإنسانية

إبراهام ماسلو A. Maslow (١٩٠٨ - ١٩٧٠)

تبلور الاتجاه الإنساني الذي ترعّمه ماسلو كقوة ثالثة بين الإتجاه التحليلي والإتجاه السلوكي ، والمنطلق الرئيسي لهذا الإتجاه هو إن الإنسان بطبيعته مدفوع لفعل الخير وإنه ينطوي على دافعاً رئيسياً للنمو والارتقاء والإبداع وتحقيق الذات ، ولهذا أوضح علماء النفس الإنساني إن وظيفة عالم النفس هي أن يساعد البشر على أن يكتشف كل منهم إمكانياته الحقيقية وإعانتة على تحقيقها عن طريق التوجيه والإرشاد. وأكد ماسلو في نظريته (نظرية الحاجات) أن هناك مجموعة حاجات أساسية ومجموعة حاجات ثانوية وضعها بشكل هرمي متصاعد حسب الأهمية ، فالحاجات الواقعة أسفل الهرم حاجات فسيولوجية (كالحاجة للطعام والشراب والجنس والأمن) يجب أن تُشبع قبل أن تُشبع تلك الحاجات التي تقع في قمة الهرم (كالحاجة للحب والإتتماع والحاجة لإعتبار الذات والحاجة لتقدير الذات) وإن الحاجات الكائنة في قمة الهرم لم تظهر إلا بعد أن تُشبع الأدنى منها في الهرم ولو جزئياً.

وقد وهب ماسلو مايقرب من (٢٠ عاما) من حياته ليثبت أن إمكانيات الإنسان وحاجاته العليا هي التي تدفعه للسلوك الهادف نحو تحقيق الذات كما أوضح ماسلو إن جودة الحياة تتوقف على مستوى إشباع تلك الحاجات العليا وإن هذا الإشباع يؤدي بالإنسان الى الشعور بالسعادة العميقة وسمو في العقل وإثراء حياة الفرد الداخلية. (رمضان ، ٢٠١٢، ص ٢٩)

ثالثاً : نظرية رايف Ryff

يرى " رايف Ryff " من خلال دراساته الكثيرة أن هناك مجموعة أبعاد تمثل نقاط التقاء لحالة السعادة وجودة الحياة لدى الفرد وهي :-

١- النمو الشخصي :

وهو محاولة الفرد تطوير قابلياته وإمكاناته من النواحي كافة العقلية والنفسية ، والاجتماعية و الخ ، وأن الفرد في هذا البعد يحاول أدراك طاقاته في نموه الشخصي الذي يعني الارتقاء والتقدم المستمر ونمو الذات وهي تتطور وتتوسع ويكون منفتحاً ومستعداً لتلقي خبرات جديدة تضاف إلى رصيده من الخبرات التي تساهم في ذلك التطور ، وأن لديه الإحساس بالواقعية ، بعدها سيجد الفرد نفسه قد تطور بمرور الزمن وتقدم إحداثه .

٢- العلاقة مع الآخرين Relation With other

أكد " رايف Ryff " في هذا البعد على أهمية العلاقات الشخصية الايجابية مع الآخرين التي تتسم بالعمق ، والدفع ، والثقة المتبادلة ، والقدرة على الحب ، وتعد من أهم العناصر الأساسية في الصحة النفسية . ويرى أيضاً أن الأشخاص الذين يمتلكون مشاعر وأحاسيس قوية في الحب والحنان هم أقرب إلى تحقيق ذواتهم من غيرهم ، وأن العلاقات الإيجابية القائمة على الود والحب والعمق تعد معيار للنضج والصحة النفسية والتوافق .

٣-الاستقلالية :

يرى " رايف Ryff " أن هذا البعد يعني قدرة الفرد على تنظيم سلوكه من الداخل ، وقدرته على تحقيق أو تقرير مصيره بنفسه ويكون مستقلاً بذاته ، يتخذ القرارات دون تردد ودون الاعتماد على الآخرين ، كما أن الاستقلالية توفر مقاومة للضغوط الاجتماعية .

٤- التمكن البيئي Environ Mental Mastry

وفي هذا البعد يؤكد " رايف Ryff " على إن الفرد قادراً على اختيار البيئة المناسبة أو خلقها ، بعبارة أخرى تتغير البيئة على وفق رؤياه وما يتناسب مع طموحاته وحالته النفسية وتعد هذه الصفة سمة من سمات الصحة النفسية والقدرة على التجديد والابتكار والفصل ، فالتمكن البيئي هو الإحساس بالكفاية والقدرة على إدارة البيئة والتحكم بها مستفيداً - أي الفرد - من خبراته الماضية والحاضرة وما يتوفر له من فرص يتم الاستفادة منها في تحقيق أهدافه في حياته

٥- الغرض من الحياة :

يرى " رايف Ryff " أن الشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية يحمل هدفاً وأفكاراً توفر له معنى لحياته ، فالفرد الذي يمتلك أيماناً بفعله الماضي والحاضر وتوجهه نحو مستقبله بثقة تجعل منه مدركاً لغرض حياته التي يحاول من خلالها إيجاد المعنى (الجميل ، ٢٠٠٨ ، ص ٣٥-٣٦)

رابعا : نظرية فينهوفن (Veenhoven,1984)

يرى فينهوفن أن حاجات الإنسان يمكن إكتشافها عن طريق دراسة خصائص المجتمع ، ويفترض أن المجتمع السعيد هو المجتمع الذي تتم فيه تلبية اغلب حاجات الإنسان ، وقد ميز فينهوفن في نظريته إمكان العيش (Livability theory) بين أربع مؤشرات يمكن من خلالها الاستدلال على جودة الحياة وهي :-

١. إمكان العيش في البيئة Livability of the environment : (وتتمثل في توفر الفرص البيئية المناسبة ، وتوفر رأس المال ... الخ)

٢. القدرة الشخصية Life-ability of the person : وتتمثل في القدرات الفردية والقدرة على مواجهة المشاكل ، وإمكانية التكيف .

٣. الغرض من الحياة Utility of Life : وجود هدف في الحياة ، التصور بأن الحياة جيدة.

٤. الرضا عن الحياة Satisfaction with life

(Veenhoven,2006,p:3-4)

كما يرى فينهوفن أن بعض المجتمعات أكثر حيوية ونشاطاً من المجتمعات الأخرى ؛ وذلك بتحقيقها للمتطلبات الإنسانية ، وأن هناك علاقة ما بين الدخل الذي يحصل عليه الفرد وشعوره بالسعادة وجودة الحياة.

فكل الأفراد لديهم احتياجات بايولوجية أساسية ، مثل : الطعام والماء ، ويتوقع أن الناس سوف يكونون سعداء إلى الحد الذي يجعل الدخل الذي يحصلون عليه يساعدهم في تلبية هذه الإحتياجات ومن الممكن أن تتعدى احتياجات الأفراد الأساسية (البايولوجية) وتتوسع إلى حد تشكل احترام الذات والمكانة الإجتماعية .
 وطبقاً لرأي فينهوفن فإن الأفراد لديهم حاجات بايولوجية أساسية كالتعام والماء ، وتتوسع هذه الحاجات إلى حاجات أسمى هي المكانة الاجتماعية ، واحترام الذات وتحقيقها ، والمجتمع السعيد كما يرى فينهوفن هو المجتمع الذي يتمكن من تلبية حاجات الإنسان ، فالشعور بالسعادة وجودة الحياة مرتبط بإشباع الفرد لحاجاته وتحقيقه لذاته أو هويته .(فرحان، ٢٠١٢، ص٥١)

علاقة الامتتان بجودة الحياة

نظرا للحياة الجافة المليئة بالصراعات والمشاحنات والضغوط النفسية نتيجة لزيادة متطلبات الحياة في مجتمعنا وحاجة الكثيرين إلى الاستزادة منها ، ادى هذا الى وجود خلل سلوكي واجتماعي لدى الافراد تمثل في هجرهم لكثير من المفاهيم الايجابية مثل الشعور بالامتتان والسعادة وقد ادى هذا لتفكك المجتمع والى تسارع خطواته لتباعد الجميع عن بعضهم البعض راكضين وراء سراب التقدم والتكنولوجيا والالكترونيات ، لذا فإنه في دراسة هذه المفاهيم الايجابية في علاقتها بجودة الحياة قد يؤثر على هذه المفاهيم الايجابية وسيقوم بالمساعدة في التعرف على اسباب هجر هذه السلوكيات الجميلة التي تبعث على الاتجاه نحو اسلوب افضل للحياة ، وتسهم في التعرف على مدى تواجدها عند افراد المجتمع وذلك على اختلاف مراحلهم العمرية حتى نستطيع التوصل الى الاسباب والطرق الخاصة بكل عمر وبكل مرحلة ، فمرحلة المراهقة تختلف عن مرحلة الرشد وتختلف عن مرحلة الشيخوخة ... وهكذا . (محمد ، ٢٠١٣: ص١١)

ويعمل الامتتان على تعزيز العلاقات الاجتماعية والمساعدة في بناء الثقة في العلاقات الاجتماعية والمحافظة على الموارد وبناء الدعم الاجتماعي ، ويوفر الامتتان فرصة للحصول على اكبر مقدار من الرضا والسعادة في المواقف الايجابية ، كما انه قد يحجب ظهور المشاعر السلبية ، لذا فإن التعبير عن الامتتان يعتبر بمثابة استراتيجية لتحويل الصعاب الى نظرة ايجابية ويفقد الى زيادة الشعور الايجابي وتقليل الشعور السلبي وزيادة الرضا عن الحياة ، لذا يشير ايمونز وماكولو الى ان العلاقة بين الامتتان والسعادة يبدو ان تكون سببية ، حيث ان الافراد الممتنين يظهرون صفات معينة تدل على السعادة كما يعد الامتتان بشكل واسع مركزا للسعادة . (محمد ، ٢٠١٣: ص٥-٦)

دراسات سابقة

أولاً: دراسات في الامتتان

- دراسة سيف عدنان حسن ٢٠١٧

((الامتتان وعلاقته بالمرونة النفسية لدى النازحين))

استهدفت الدراسة معرفة العلاقة بين الامتتان والمرونة النفسية لدى النازحين ،تعرف الفروق في الامتتان لدى النازحين تبعاً لمتغير: الجنس (ذكور- إناث)، والفئة العمرية:(١٨ - ٣٤) سنة، (٣٥ - ٥٠) سنة، والتحصيل الدراسي (لا يقرأون ولا يكتبون، يقرأون ويكتبون، خريجي ابتدائية)، (خريجي متوسطة، خريجي إعدادية)، (دبلوم، بكالوريوس، دراسات عليا)، قياس المرونة النفسية لدى النازحين، تعرف الفروق في المرونة النفسية لدى النازحين تبعاً لمتغير:الجنس، والفئة العمرية،

والتحصيل الدراسي، تعرف العلاقة الارتباطية بين الامتتان والمرونة النفسية لدى النازحين. وقد اعتمد منهج البحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية وفق الاسلوب المتناسب على عينة عددها (٤٠٠) نازح ونازحة عمر (١٨ - ٥٠) سنة وبمختلف تحصيلهم الدراسي الذين اختيروا من مخيمات محافظة بغداد من حيث متغير الجنس والفئة العمرية. وكانت نتائج البحث لدى النازحين مستوى دال إحصائياً في الامتتان والمرونة النفسية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الامتتان تبعاً لمتغيرات البحث الديمغرافية (الجنس والفئة العمرية والتحصيل الدراسي) وظهرت فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة النفسية تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث وفروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير الفئة العمرية لصالح فئة (٣٥-٥٠) سنة ولا توجد فروق تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي. وظهر إن هناك علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين الامتتان والمرونة النفسية. (حسن، ٢٠١٧، ص: ٢٩-٣٠)

ثانياً :- دراسات في جودة الحياة

• دراسة طعمة ٢٠١٦

((الحاجات الإرشادية واستراتيجيات إشباعها وعلاقتها بالإحساس بجودة الحياة لدى الأيتام))

استهدفت هذه الدراسة إنَّ الطلبة الأيتام في المدارس المتوسطة يعانون من نقص الحاجات الإرشادية في المجالات الخمسة لنظرية ماسلو المتمثلة في (الحاجات الفسيولوجية ، الامنية ، الاجتماعية ، تقدير الذات ، تحقيق الذات) . إنَّ استراتيجيات اشباع حاجات الطلبة الأيتام وسائل هامة حظيت بتأييد الطلبة الأيتام لأشباع نقص حاجاتهم الإرشادية بمجالاتها الخمسة . وكذلك وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الاحساس بجودة الحياة وكل مجال من مجالات الحاجات الإرشادية لدى الطلبة الأيتام ووجود علاقة طردية بين كل من الاحساس بجودة الحياة واستراتيجيات اشباع الحاجات لدى الطلبة الأيتام . وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الطلاب الأيتام الذكور في مجالات الاحساس بجودة الحياة في كل من (الصحة العامة) (الصحة النفسية) ، (التعليم) . ولا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين كل من الطلاب والطالبات الأيتام في مجالي (الاجتماعية) و (العواطف) . ووجود اسهام عكسي للحاجات الإرشادية في الاحساس بجودة الحياة . وكذلك وجود اسهام طردي لأستراتيجيات اشباع الحاجات في الإحساس بجودة الحياة . (طعمة ، ٢٠١٦، ك)

منهجية البحث واجراءاته

منهج البحث

اولاً :مجتمع البحث: Research Population

يحدد مجتمع البحث الحالي باعضاء الهيئات التدريسية للمدارس الثانوية في مركز محافظة الديوانية للعام الدراسي 2019 - 2020 / الدراسة الصباحية / والبالغ عددهم (1744) مدرساً و مدرسة موزعين على (45) مدرسة و بواقع (662) مدرساً ، و(1082) مدرسة
ثانياً. عينة البحث:

تم اختيار عينة للبحث بالطريقة الطبقيّة العشوائية (Stratified Random Sample) ذات الأسلوب المتناسب بلغت (413) مدرساً ومدرسة ، وبنسبة (23.681%) من مجتمع البحث ، ويعد هذا الحجم مناسباً في بناء المقاييس النفسية (الزوبعي وآخرون، ١٩٨١:٧٣) ، وبواقع (153) مدرساً و (260) مدرسة . وقد بلغت نسبة الذكور (37.064%) ، في حين بلغت نسبة الإناث (62.953%) من عينة البحث .

ثالثاً: اداتا البحث:

اولاً: مقياس الامتنان : تم بناء مقياس الامتنان على وفق نظرية واتكنز watkins (2014)، و بعد الاطلاع على العديد من الأدبيات والدراسات والمقاييس الأجنبية والعربية والأطر النظرية السابقة ذات العلاقة، خلصت إلى تبني تعريف (واتكنز watkins (2014)، تعريفاً نظرياً للامتنان ،تكون المقياس من (٤٤) فقرة موزعة على ثلاث مجالات ، وتتسق مع التعريف النظري لهذا المتغير وعينة البحث، كذلك حددت بدائل الإجابة(تنطبق عليّ تماماً، تنطبق عليّ كثيراً، تنطبق عليّ أحياناً، لا تنطبق عليّ كثيراً، لا تنطبق عليّ تماماً) قبل أن تقوم بتحديد صلاحيتها من خلال عرضها على الخبراء.

تحديد متغير الامتنان نظرياً : تم تحديد التعريف النظري من خلال تبني تعريف واتكنز (Watkins , 2014) ((سمة تجعل الفرد على استعداد للاعتراف بحصوله على شيء جيد او منفعة قدمت له من قبل فرد اخر او مصدر خارجي (مصدر المنفعة غالباً) ، ويتجسد ذلك في حدوث شيء ايجابي له او غياب احداث سلبية متوقع حدوثها.)) والذي سبقت الاشارة اليه في الفصل الاول

صدق المقياس : تحقق الصدق الظاهري لبعض فقرات المقياس فأصبحت عدد فقراته (٣٦) فقرة والجدول (١) يوضح ذلك ، ثم تم اجراء التحليل الإحصائي لغرض التحقق من صدق بناء المقياس بطريقة المجموعتين الطرفيتين كما موضح في جدول (٣) ، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس كما موضح في الجدول (٥)، فأصبحت عدد فقراته في صيغتها النهائية (٢٩) فقرة .

اراء المحكمين في فقرات مقياس الامتنان

جدول(١)

المعارضون		الموافقون		العدد	ارقام الفقرات
النسبة	التكرار	النسبة	التكرار		
صفر%	صفر	١٠٠ %	١ ٢	٣ ٠	١،٢،٣،٤،٥،٦،٧،٨،١٠ ١١،١٢،١٣،١٤،١٥،١٦،١٧،١٨،٢٠ ٢١،٢٣،٢٤،٢٥،٢٦،٢٧،٢٨ ٢٩،٣٠،٣٢،٣٣
٣٣،٣ %	٤	٦٦،٦ %	٨	٤	٢٢،٣١،٣٤،١٩
٤١،٦ %	٥	٥٨،٣ %	٧	٣	٩،٣٥،٣٦

ثانياً: مقياس جودة الحياة: بعد الاطلاع على الادبيات السابقة ذات العلاقة بالموضوع ، تم بناء مقياس جودة الحياة على وفق نظرية فالوفيلد Fallowfield وتكون المقياس من (٤٤)فقرة موزعة على اربعة مجالات وتتم الاجابة على هذه الفقرات وفقاً لخمس بدائل (تنطبق عليّ تماماً، تنطبق عليّ كثيراً، تنطبق عليّ أحياناً، لا تنطبق عليّ كثيراً، لا تنطبق عليّ تماماً) تحديد مفهوم متغير جودة الحياة نظرياً : إذ تم تحديد التعريف النظري من خلال تبني نظرية فلوفيلد (Fallowfield) ((شعور الفرد بقدرته على تحقيق حاجاته الحياتية الرئيسية ، من خلال إحساسه بالرضا والسعادة عن ممارسات حياته اليومية وعن الخدمات التي يتلقاها في المجالات النفسية والصحية والبيئية والاجتماعية والعاطفية والاقتصادية والمهنية ((، الذي سبقته الاشارة اليه في الفصل الاول.

صدق المقياس : تحقق الصدق الظاهري لبعض فقرات المقياس فأصبحت عدد فقراته (٤٦) فقرة والجدول (٢) يوضح ذلك ، ثم تم اجراء التحليل الإحصائي لغرض التحقق من صدق بناء المقياس بطريقة المجموعتين الطرفيتين كما موضح في جدول (٤) ، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس كما في جدول (٦) ، فأصبحت عدد فقراته في صيغتها النهائية (٤٤) فقرة .

جدول (٢)

ارقام الفقرات	العدد	الموافقون		المعارضون	
		التكرار	النسبة	التكرار	النسبة
١١،١٠،٩،٨،٧،٦،٥،٤،٣،٢،١، ٢٠،١٩،١٨،١٧،١٦،١٥،١٤،١٣،١٢، ٢٨،٢٧،٢٦،٢٥،٢٤،٢٣،٢٢،٢١، ٣٦،٣٥،٣٤،٣٣،٣٢،٣١،٣٠، ٤٦،٤٥،٤٤،٤٣،٤٢،٤١،٤٠،٣٩،٣٨	٤٤	١٢	١٠٠%	صفر	صفر%
٣٧	١	٨	٦٦،٦%	٤	٣٣،٣%
٢٩	١	٧	٥٨،٣٣%	٢	١٦،٦%

جمع فقرات المقياس: لأستكمال قياس استجابات افراد عينة البحث الحالي ، تم اجراء عملية جمع واعداد فقرات مقياس جودة الحياة ، من خلال الاطلاع على عدد من المقاييس والدراسات السابقة التي استهدفت قياس مكونات جودة الحياة السلوكية نظريا وعمليا، اذا تم إعداد استبيان مفتوح مكون من اربعة اسئلة ، وزعت على (٥٠) مدرس ومدرسة من (٦ مدارس) في مدينة الديوانية المركز اذ كانت الاجابات عن الاسئلة مقالية مفتوحة ، تمت قرائتها وتصنيفها ضمن المجالات الرئيسية التي ركزت عليها اجابات المدرسين كونها الحاجات الاساسية المرتبطة بنوع الميدان الذي سعى المدرسين الى يرتكز فيه نوع المفردات الحياتية وجودتها . التي تحولت الى فقرات في مقياس البحث الحالي .وعليه تم اختيار (٤٦) فقرة لقياس جودة الحياة لدى اعضاء الهيئة التدريسية في مدينة الديوانية . توزعت على اربعة ابعاد هي : جودة الحياة النفسية

وعدد فقراته (١١) فقرة، جودة الصحة العامة والبيئة : وعدد فقراته (١٢) فقرة، جودة الحياة الاجتماعية والعاطفية وعدد فقراته (١١) فقرة، جودة الحياة الاقتصادية والمهنية : عدد فقراته (١٢) فقرات ، وتتم الإجابة على هذه الفقرات وفقاً لطريقة ليكرت في الإجابة على بدائل مقياس جودة الحياة وهذه البدائل (تنطبق على تماماً، تنطبق على ، محايد، لا تنطبق على، لا تنطبق على تماماً). اي أن الفقرات الإيجابية حددت لها الدرجات (1,2,3,4,5) في حين يصبح التصحيح عكسياً للفقرات السلبية (5,4,3,2,1) التي تتوجه سلبياً عن كل عامل من العوامل.

- اجراء التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الامتنان وجودة الحياة :

١- القوة التمييزية للفقرات (المجموعتين الطرفيتين (Contrasted Groups):

ولحساب القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات المقياسين (الامتنان ، وجودة الحياة)، تم سحب عينة عشوائية بالطريقة الطبقيّة ذات التوزيع التناسبي، وبلغت عينة التحليل (٤١٣) مدرساً ومدرسة، وبعد ترتيب الدرجات الكلية لمقياسي البحث تنازلياً، وتم اختيار نسبة (27%) من أعلى وادنى هذه الدرجات لتشكل لنا مجموعة عليا ومجموعة دنيا بواقع (١١١) استمارة لكل مجموعة، ومن ثم استعمل الاختبار التائي (t. test) لعينتين مستقلتين، لتعرف دلالة الفروق بين متوسط المجموعتين العليا والدنيا لدرجات كل فقرة من فقرات أدوات البحث. ويوضح جدول(٣) القوة التمييزية لمقياس لامتنان، في حين يوضح جدول(٤) القوة التمييزية لمقياس جودة الحياة .

٢- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياسين، وعلاقة الفقرة بدرجة المجال : تم استخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation)، لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية لـ (413) استمارة (مستجيب)، وهي الاستمارات ذاتها التي خضعت لتحليل الفقرات في ضوء المجموعتين الطرفيتين، واتضح أن قيم معاملات الارتباط لجميع الفقرات دالة إحصائياً عند مقارنتها بقيمة معامل الارتباط الحرجة البالغة (0.098) درجة، ومستوى دلالة (0.05) درجة، ودرجة حرية (٤١١) درجة، ما عدا الفقرة (١٦) في مقياس الامتنان، والفقرات (٤، ١١، ١٧، ١٨، ٢١، ٣٦) في مقياس جودة الحياة ، إذ كانت هذه الفقرات غير دالة إحصائياً وتم استبعادها من المقياسين، ويوضح جدول (٥) درجات الاتساق الداخلي لمقياس الامتنان، في حين يوضح جدول (٦) الاتساق الداخلي لفقرات مقياس جودة الحياة .

جدول (٣) القوة التمييزية لمقياس الامتنان بطريقة المجموعتين الطرفيتين وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وعلاقة الفقرة بدرجة المجال.

جدول (٣) القوة التمييزية لفقرات مقياس الامتحان بطريقة المجموعتين الطرفيتين

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة المحسوبة الثانية للنتيجة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	3.7963	1.00242	2.6944	1.17972	دالة احصائية 7.397
٢	2.9815	1.07635	2.5926	1.24583	دالة احصائية 2.455
٣	3.9537	1.02660	2.8148	1.17726	دالة احصائية 7.577
٤	4.0370	0.88525	2.5556	1.13840	دالة احصائية 10.676
٥	4.3241	0.86282	2.7037	1.19390	دالة احصائية 11.432
٦	4.0833	0.98707	2.9722	1.15571	دالة احصائية 7.597
٧	4.5833	0.67152	3.6481	1.12170	دالة احصائية 7.434
٨	4.3333	0.72344	2.7870	1.03265	دالة احصائية 12.745
٩	4.2037	0.80604	3.1759	1.05749	دالة احصائية 8.033
١٠	2.7963	1.14189	2.0370	1.11007	دالة احصائية 4.955
١١	4.2963	1.07876	3.3981	1.23000	دالة احصائية 5.705
١٢	3.9815	1.15993	3.2315	1.30854	دالة احصائية 4.457
١٣	4.7407	0.53600	3.7315	1.11579	دالة احصائية 8.473
١٤	4.2685	1.03767	3.0833	1.29069	دالة احصائية 7.437
١٥	4.8611	0.42047	4.2037	1.10867	دالة احصائية 5.762
١٦	2.6944	1.13942	2.4167	1.22379	غير دالة 1.726
١٧	4.7593	0.72176	4.2963	0.92987	دالة احصائية 4.087
١٨	4.4444	0.96995	3.5278	1.16377	دالة احصائية 6.288

دالة احصائيا	7.542	1.01848	3.9907	0.63332	4.8611	.١٩
دالة احصائيا	6.952	0.91637	3.9630	0.73783	4.7500	.٢٠
دالة احصائيا	8.037	1.13516	3.3981	0.88069	4.5093	.٢١
دالة احصائيا	5.926	0.89632	4.0185	0.80022	4.7037	.٢٢
دالة احصائيا	4.105	1.05014	4.0000	2.86049	5.2037	.٢٣
دالة احصائيا	8.701	1.12325	3.8333	0.61957	4.9074	.٢٤
دالة احصائيا	3.157	1.13551	2.9815	1.31487	3.5093	.٢٥
دالة احصائيا	7.807	1.15320	2.8148	1.07651	4.0000	.٢٦
دالة احصائيا	9.361	1.09512	3.1574	0.81840	4.3889	.٢٧
دالة احصائيا	7.859	1.15061	3.8241	0.48542	4.7685	.٢٨
دالة احصائيا	8.212	1.00823	3.9537	0.41351	4.8148	.٢٩
دالة احصائيا	7.502	1.11350	3.5556	0.82409	4.5556	.٣٠

القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (220) تساوي (1,96)

جدول (4) القوة التمييزية لفقرات مقياس جودة الحياة بطريقة المجموعتين المتطرفتين

النتيجة	القيمة المحسوبة التائية	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		رقم الفقرة
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
دالة	7.751	1.14337	3.3981	0.72392	4.4074	.١
دالة	7.624	1.05946	2.2130	1.06471	3.3148	.٢
دالة	8.823	1.13322	3.0741	0.95702	4.3333	.٣
غير دالة	0.959	1.26239	2.2963	1.29287	2.4630	.٤
دالة	8.514	1.13608	2.7130	1.08516	4.0000	.٥

دالة	4.740	1.10644	2.4907	1.18878	3.2315	٦
دالة	10.006	1.20171	2.7037	0.94551	4.1759	٧
دالة	4.154	1.14246	2.1759	1.15061	2.8241	٨
دالة	7.796	1.06011	3.7500	0.58265	4.6574	٩
دالة	12.135	0.97777	2.8148	0.78339	4.2778	١٠
غير دالة	1.631	1.14914	2.6852	1.34599	2.9630	١١
دالة	10.331	0.89516	2.7593	0.89632	4.0185	١٢
دالة	2.440	1.18386	2.9815	1.37424	3.4074	١٣
دالة	8.052	1.09985	2.6204	1.06304	3.8056	١٤
دالة	9.027	1.01814	2.8056	0.97116	4.0278	١٥
دالة	2.964	1.29658	2.8981	1.40980	3.4444	١٦
غير دالة	0.519	1.06304	1.8056	1.28495	1.8889	١٧
غير دالة	0.185	1.06666	1.7593	1.14427	1.7870	١٨
دالة	4.933	1.15275	2.1296	1.50052	3.0278	١٩
دالة	6.088	1.32745	2.5648	1.33255	3.6667	٢٠
غير دالة	1.047	1.25703	2.0926	1.21214	2.2685	٢١
دالة	6.921	1.27521	3.0000	1.13942	4.1389	٢٢
دالة	7.209	1.08272	3.6204	0.63386	4.4907	٢٣
دالة	9.384	1.29096	3.1574	0.71689	4.4907	٢٤
دالة	4.591	1.28774	2.6204	1.29126	3.4259	٢٥
دالة	7.816	1.03051	3.8519	0.52655	4.7222	٢٦
دالة	8.399	1.30748	3.1389	0.90898	4.4259	٢٧

دالة	11.807	1.15725	3.3148	0.61838	4.8056	٢٨.
دالة	7.470	1.04366	3.5648	0.75499	4.4907	٢٩.
دالة	9.742	1.00776	3.7778	0.50233	4.8333	٣٠.
دالة	9.045	0.99827	3.6481	0.56889	4.6481	٣١.
دالة	14.318	1.06011	2.9167	0.59652	4.5926	٣٢.
دالة	10.247	0.95208	3.4907	0.63713	4.6204	٣٣.
دالة	8.319	0.99931	3.5370	0.69033	4.5093	٣٤.
دالة	9.777	1.23337	3.0463	0.77490	4.4167	٣٥.
غير دالة	1.058	1.11175	2.2500	1.20066	2.4167	٣٦.
دالة	9.855	1.11112	3.2130	0.77941	4.5000	٣٧.
دالة	11.261	1.14337	2.8981	0.81027	4.4167	٣٨.
دالة	5.855	1.31135	2.6667	1.29166	3.7037	٣٩.
دالة	2.113	1.28935	2.3981	1.28693	2.7685	٤٠.
دالة	5.637	0.94990	3.9352	0.72505	4.5833	٤١.
دالة	8.951	1.09879	3.6296	0.61220	4.7130	٤٢.
دالة	8.878	1.13790	3.4352	0.67358	4.5648	٤٣.
دالة	4.533	0.98430	1.7222	1.14155	2.3796	٤٤.

القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (220) تساوي (1,96)

•علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية للمجالات الأخرى والدرجة الكلية للمقياسين (الاتساق الداخلي):

ولتحقيق ذلك تم اعتماد (٤١٣) استمارة، وأشارت النتائج إلى أن معاملات ارتباط درجة كل مجال بالدرجة الكلية دالة إحصائياً عند مقارنتها بقيمة معامل الارتباط الحرجة البالغة (0.098) درجة، ومستوى دلالة (0.05) درجة، ودرجة حرية (٤١١) في المقياسين والجدول (٥) و(٦) يوضح ذلك

جدول (5) معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل مجال من الامتحان والمجالات الاخرى والدرجة الكلية للمقياس نفسه

الدرجة الكلية	تقدير الآخرين	المتع البسيطة	الشعور بالوفرة	المجالات
0.722	0.275	0.188	1	الشعور بالوفرة
0.643	0.272	1	-	المتع البسيطة
0.744	1	-	-	تقدير الآخرين
1	-	-	-	الدرجة الكلية

جدول (6) معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل مجال من جودة الحياة والمجالات الاخرى والدرجة الكلية للمقياس نفسه

الدرجة الكلية	جودة الحياة المهنية	جودة الحياة الاجتماعية	جودة الصحة العامة	جودة الحياة النفسية	المجالات
0.779	0.443	0.434	0.466	١	جودة الحياة النفسية
0.634	0.290	0.208	١	-	جودة الصحة العامة
0.780	0.545	١	-	-	جودة الحياة الاجتماعية
0.763	١	-	-	-	جودة الحياة المهنية
١	-	-	-	-	الدرجة الكلية

• مؤشرات الثبات:

من اجل استخراج صدق ثبات المقاييس، طبق المقياسين على عينة بلغت (30) مدرساً ومدرسة من تربية القادسية، مركز محافظة الديوانية، واستعمل في إيجاد الثبات الطريقتين الآتيتين:

1. طريقة الاختبار - إعادة الاختبار: ولقد عمل على تطبيق مقياس الامتتان وجودة الحياة على عينة الثبات ، ومن ثم إعادة تطبيق هذه المقاييس على ذات العينة بعد مرور أسبوعين من التطبيق الأول، وباستعمال معامل ارتباط بيرسون بين درجات الأفراد في كلا التطبيقين، تبين أن معامل الثبات في إعادة الاختبار لمقياس الامتتان (الشعور بالوفرة (0،901) ، (المتع البسيطة (0،916))، (تقدير الاخرين (0،927))، وثبات مقياس جودة الحياة (جودة الحياة النفسية (0،906)) ، جودة الصحة العامة (0،922) ، جودة الحياة الاجتماعية (0،904) ، جودة الحياة المهنية (0،914) ، وقد عدت هذه القيمة مؤشراً على استقرار استجابات الأفراد على الامتتان، إذ أن معامل الثبات الذي يمكن الاعتماد عليه كما يرى ليكرت (Likert) يكون من (0.62 - 0.93) (Lazarous,1963: 228)، في حين يشير كرونباخ إلى أنه إذا كان معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني (0.70) فأكثر، فأن ذلك يعد مؤشراً جيداً لثبات الاختبار (عيسوي، 1985: 58).

2. معادلة ألفا كرونباخ: تم استعمال معادلة ألفا كرونباخ للثبات، ووجد أن ثبات مقياس الامتتان (الشعور بالوفرة (0،729) ، المتع البسيطة (0،701) ، تقدير الاخرين (0،720) ، وثبات مقياس جودة الحياة: جودة الحياة النفسية (0،708) ، جودة الصحة العامة (0،745) ، جودة الحياة الاجتماعية (0،745) ، جودة الحياة المهنية (0،704) وهو ثبات جيد إحصائياً عند مقارنته بالمعيار السابق.

الوسائل الإحصائية **Statistical Means** : تم الاستعانة بالحقبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss)، في معالجة البيانات إحصائياً بالحاسبة الإلكترونية، وباستعمال الوسائل الإحصائية الآتية:

1. الاختبار التائي لعينة واحدة للتعرف على دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياسي الامتتان وجودة الحياة .

2. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاستخراج القوة التمييزية لفقرات مقاييس البحث بأسلوب المجموعتين الطريقتين. واستخراج الفروق على مقياسي الامتتان وجودة الحياة وفق متغير النوع (ذكور - اناث)

3. معامل ارتباط بيرسون، لتحقيق الآتي:

أ. إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياسي البحث.

ب. إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة ودرجة المجال لمقياسي البحث.

ج. إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل مجال والمجالات الاخرى والدرجة الكلية لكل من مقياسي البحث.

هـ. لاستخراج الثبات بطريقة إعادة الاختبار لمقاييس البحث.

و. إيجاد العلاقة الارتباطية بين الامتتان وجودة الحياة.

4. معادلة ألفا كرونباخ للثبات في استخراج الصدق الداخلي لمقياسي البحث

5. معادلة تحليل الانحدار المتعدد (Multiple Regression) لتعرف مدى إسهام جودة الحياة في ظهور الامتتان لدى المدرسين.

عرض نتائج البحث وتفسيرها ومناقشتها

الهدف الاول : تعرف الامتحان لدى أعضاء الهيئة التدريسية في مدينة الديوانية:

ظهر أن المتوسط الحسابي لاستجابات المدرسين على مقياس الامتحان يبلغ (110.9734) درجة و انحراف معياري قدره (11.91095) درجة، فيما كان المتوسط الفرضي يبلغ (87) درجة وعند مقارنة المتوسط الحسابي لاستجابات عينة البحث بالمتوسط الفرضي للمقياس وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة . ظهر ان القيمة التائية المحسوبة يساوي (40.903) درجة ، وهي أكبر من القيمة الجدولية (1,96) درجة وتشير تلك النتيجة الى وجود فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) و بدرجة حرية(412) ،وان استجابات افراد عينة البحث على مجالات المقياس الثلاثة ، الشعور بالوفرة بلغ متوسطها الحسابي (33,486) درجة ، فيما كان المتوسط الفرضي يبلغ (30) درجة ، وأن القيمة التائية لاختبار دلالة الفرق الاحصائي بلغت (11,706) درجة ،وفي مجال المتع البسيطة بلغ المتوسط الحسابي (37,230) درجة ، في حين كان المتوسط الفرضي يبلغ (27) درجة ، وأن القيمة التائية لاختبار دلالة الفرق الاحصائي قد بلغت (41,199) درجة ، وان المتوسط الحسابي في مجال تقدير الآخرين يبلغ (40,256) درجة ، في حين المتوسط الفرضي للمقياس يبلغ (30) درجة ، وأن القيمة التائية لأختبار دلالة الفرق الاحصائي بلغت (35,864) درجة ، وأن جميع القيم التائية المحسوبة كانت اعلى من القيمة الجدولية البالغة (1,96) درجة ، وجدول (٧) يوضح ذلك .

جدول(٧)

القيمة التائية لعينة واحدة لأستخراج الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لأستجابات عينة البحث على مقياس الامتحان

المتغير	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى دلالة
					المحسوبة	الجدولية		
الامتحان	413	110.9734	11.91095	87	40.903	1,96	412	دالة
الشعور بالوفرة	413	33.486	6.0530	30	11.706	1,96	412	دالة
المتع البسيطة	413	37.230	5.0461	27	41.199	1,96	412	دالة
تقدير الآخرين	413	40.256	5.8119	30	35.864	1,96	412	دالة

			4		4	7		
--	--	--	---	--	---	---	--	--

ومعنى ذلك ان افراد عينة البحث من المدرسين والمدرسات ، يتسمون بمستوى جيد من الشعور بالامتنان . ولعل ذلك يشير الى ان وعي الدور الذي يؤديه يجعل من المدرسين ينغمسون في فهم الامتنان ، فلا بد لهم من ادراك الشعور بمعنى تقدير الاخرين وهم يؤدون واجباتهم التربوية والمكانة الاجتماعية التي تتشكل من جراء ذلك . وأن فضيلة الامتنان أفضل وأقدر على ادراكها من يؤمن بتقاليد رد الجميل والفضل ، وذلك مايمكن ان يكون سلوكاً شائعاً في المؤسسات الاكاديمية والتربوية ، اذ يشعر المدرسون بالوفرة كونهم يتأملون من تلاميذهم مشاعر الشكر والثناء والامتنان .

اتفقت هذه الدراسة مع دراسة حسن (٢٠١٧) عن الامتنان وعلاقته بالمرونة النفسية لدى النازحين على عينة تتراوح اعمارها بين (١٨-٥٠) سنة .

الهدف الثاني: تعرف دلالة الفرق الاحصائي على الامتنان لدى أعضاء الهيئة التدريسية وفقاً لمتغير النوع (ذكور - اناث) :

ظهر أن المتوسط الحسابي لأستجابات المدرسين على مقياس جودة الحياة بلغ (135.961) درجة ، وانحراف معياري قدره (16.969) درجة ، فيما كان المتوسط الفرضي يبلغ (١١١) درجة ، وعند مقارنة المتوسط الحسابي لعينة البحث بالمتوسط الفرضي للمقياس وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة لأختبار الدلالة الاحصائية ، ظهر ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (26.301) درجة ، وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) درجة ، وتشير تلك النتيجة الى وجود فرق ذا دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) بدرجة حرية (٤١٢)، وجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

القيمة التائية لعينة واحدة لأستخراج الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لأستجابات عينة البحث على مقياس جودة الحياة

المتغير	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى دلالة ٠,٠٥
					المحسوبة	الجدولية		
جودة الحياة	413	135.961	16.969	111	26.301	1,96	412	دالة

ومن الجدول اعلاه يتضح بأن المدرسين يتسمون بجودة الحياة ، ويمكن تفسير هذه النتيجة على ان هذه الشريحة الاجتماعية المهمة ، تشعر بالرضا عن مفردات الحياة ، بدافع من وعيها بطبيعة المحددات الاجتماعية والاقتصادية والنفسية والبيئية التي تحيط بهم الامر الذي يجعلهم يؤمنون بالواقع المعيش ولعلمهم يرون انه يمكن ان يكون افضل في تجربتهم المستقبلية القادمة .

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الجميل (٢٠٠٨) التي أشارت إلى تمتع أفراد العينة بمستوى عالٍ من جودة الحياة، كما اتفقت مع دراسة حمزة (٢٠١٧) الحاجات الارشادية واستراتيجيات اشباعها وعلاقتها بالاحساس بجودة الحياة لدى الايتام ، التي تشير الى ان الطلبة الأيتام في المدارس المتوسطة يتمتعون بنوع من الأحساس بجودة الحياة .

الهدف الثالث : ايجاد العلاقة الاحصائية بين الامتحان وجودة الحياة لدى أعضاء الهيئة التدريسية في مدينة الديوانية : لأيجاد العلاقة الارتباطية بين درجات المدرسين على مقياس الامتحان ودرجاتهم على مقياس جودة الحياة ، تم استعمال معامل ارتباط بيرسون، وظهرت قيمة معامل الارتباط (٠,٥٦١) درجة ، ومن أجل اختبار دلالة هذا المعامل ، استعمل الاختبار التائي التي ظهرت قيمته المحسوبة تساوي (١٣,٧٤) درجة ، و أن هذه القيمة تؤشر الدلالة الاحصائية لها عند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية التي تساوي (١,٩٦) درجة ، ومستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٤١١) وهذا يشير الى وجود علاقة احصائية قوية موجبة ودالة احصائيا بين الشعور بالامتحان وجودة الحياة في استجابات افراد عينة البحث .

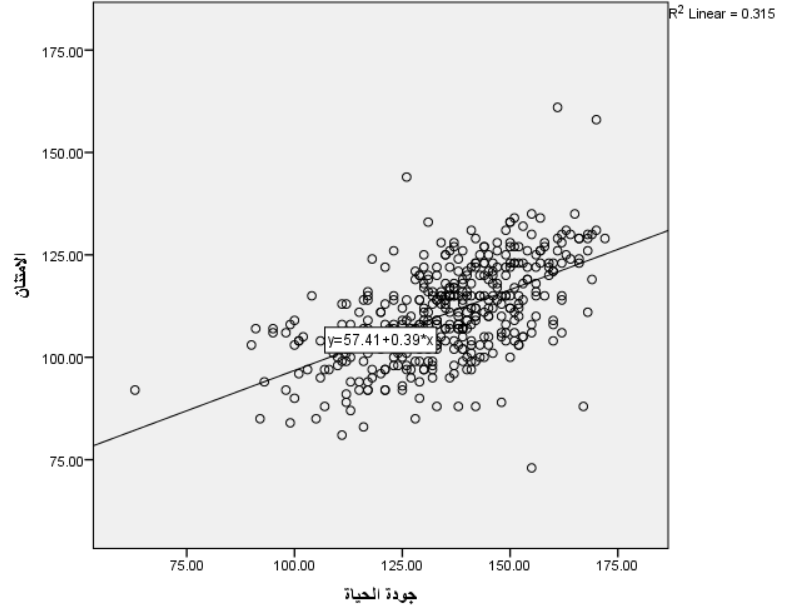
كذلك فإن العلاقة الارتباطية بين مجالات الامتحان وجودة الحياة اثبتت ايضا قوة هذه العلاقة واتجاهها الموجب ، اذ بلغ معامل الارتباط بين الشعور بالوفرة وجودة الحياة (0,543) ، وبين المتع البسيطة وجودة الحياة (0,266) ، وبين تقدير الآخرين وجودة الحياة (0,354) وكلها دالة احصائيا حسب القيم التائية المستخرجة ، وجدول (٩) يوضح ذلك

جدول (٩)

يوضح معامل الارتباط والقيم التائية المحسوبة والجدولية لدرجات الامتحان وجودة الحياة لدى المدرسين

متغيري العلاقة	معامل الارتباط	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	درجات الحرية	مستوى الدلالة
الامتحان - جودة الحياة	0.561	13.74	1.96	411	دالة
الشعور بالوفرة - جودة الحياة	0.543	13.11	1.96	411	دالة
المتع البسيطة - جودة الحياة	0.266	5.59	1.96	411	دالة
تقدير الآخرين - جودة الحياة	0.354	7.67	1.96	411	دالة

والشكل الآتي يوضح مخطط الانتشار في العلاقة الارتباطية بين متغيري البحث:



شكل (1)

يوضح مخطط الانتشار في العلاقة الارتباطية بين متغيري البحث ولعل هذه النتيجة تشير الى ان احساس الفرد بقدر من الرضا عن طبيعة الحياة التي يعيشها في مجالاتها المختلفة ، يمكن لها ان تشجع على شعور الفرد بأنه يقدر ما يلقاه من مثيرات اجتماعية ودينية واقتصادية .

الاستنتاجات

- ١- يتسم المدرسين بمستوى جيد من الشعور بالامتنان.
- ٢- عدم وجود فرق بين الذكور والاناث على مقياس الامتنان المتع البسيطه و تقدير الاخرين في حين يوجد فرق على مجال الشعور بالوفره لصالح الذكور
- ٣- وجود فرق ذا دلالة احصائية لمستوى جودة الحياة على وفق متغيري الجنس (ذكور - اناث) لصالح الذكور
- ٤- توجد هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين متغيري الامتنان وجودة الحياة في استجابات افراد عينة البحث.

التوصيات

بناءً على ما توصل اليه البحث من نتائج توصي الباحثة بالاتي :

- ١- اقامة برامج ارشادية وتربوية حول متطلبات جودة الحياة لدى المدرسين بهدف رفع مستوى جودة الحياة لديهم .

- ٢- الاستفادة من مقياس الامتحان للبحث الحالي في الكشف عن الفروق الفردية بين المدرسين وتعزيز الجوانب الايجابية في شخصياتهم وذلك لما لهذا المقياس من صدق وثبات عبر اغلب المجتمعات والثقافات .
- ٣- الاستفادة من مقياس جودة الحياة للبحث الحالي وتطبيقه في الميادين التربوية كونه يتمتع بصدق وثبات عاليين .
- ٤- اجراء المزيد من الدراسات حول الامتحان و جوده الحياه وعلاقتها بمستوى الفروق لدى المدرسين واثرها في الحياه التعليميه لدى المدرسين.
- ٥- تضمين برامج تعليميه ترتبط بمتغيرات الامتحان وجوده الحياه بالاضافه الى متغيرات ذات الصله بحياه المدرسين.
- ٦- اجراء المزيد من الدراسات حول الامتحان وجوده الحياه لدى المدرسين واثرها في الحياه التعليميه للطلبة.
- ٧- الاستفادة من مقاييس البحث في الدراسات المستقبلية للتعرف على مستوى الامتحان ، وجودة الحياة لدى شرائح اجتماعية مختلفة .

المقترحات

تقترح الباحثة اجراء البحوث الاتية التي استقرها خلال انجاز البحث لأتمام الاستفادة منها :

- ١- اجراء دراسته للتعرف على مستوى الامتحان وجوده الحياه لدى طلبة الجامعة
- ٢- اجراء دراسته عن الامتحان وعلاقته بالسعادة
- ٣- اجراء دراسته عن الامتحان وعلاقته بالرضا عن الحياه
- ٤- اجراء دراسته مشابهه للدراسة الحالية لكن تكون على عينات مختلفه كعينة طلاب المدارس او الجامعات
- ٥- اجراء دراسة مشابهة للدراسة الحالية لمتغيرات البحث على عينات اخرى من المدرسين في محافظات اخرى

الملاحق

ملحق (١) مقياس الامتحان (بصورته النهائية)

ت	الفقرات	تنطبق عليّ تماماً	تنطبق عليّ	محايد	لا تنطبق عليّ	لا تنطبق عليّ تماماً
١	أعتقد أن حياتي التي عشتها كانت عادلة معي .					
٢	يبدو أن الآخرين يحصلون على منافع أكثر مني.					
٣	اشعر ان الناس من حولي يدفعوني نحو النجاح والاستقرار.					
٤	اجد نفسي محظوظ جدا .					

٥	كافأنتي الحياة على التزامي ومثابرتي.
٦	حصلت على مزايا لم يحصل عليها الآخرون.
٧	اشعر اني مدين لأفراد اسرتي ، بسعادتي.
٨	أجد حياتي تسير نحو الأفضل باستمرار .
٩	أتوقع ان تجلب لي حياتي القادمة مزايا جديدة .
١٠	حدثت لي اشياء سيئة كثيرة في حياتي .
١١	أستمتع حينما انظر لجمال مشهد غروب الشمس.
١٢	اجد نفسي غارقاً في جمال قطعة موسيقية اسمعها.
١٣	اقدر كل يوم اجد نفسي فيه على قيد الحياة .
١٤	استمتع تغير الوان واوراق الشجر في الخريف
١٥	اشعر بالفرح حينما اشاهد شوارع مدينتي نظيفة .
١٦	يجذبني اللون الاخضر للأشجار في الربيع
١٧	عندما أشاهد الزهور أتوقف حتى أشم رائحتها
١٨	يُسعدني مشاهدة زوجين كبيرين في السن مُترافقين .
١٩	يُشعرني منظر السماء الصافية بالتفاؤل .
٢٠	انا ممتن لأصدقائي .
٢١	أقدر عميقا الاشياء التي قام بها الآخريين من اجلي في حياتي.
٢٢	انا ممتن للرعاية الوالدية التي تلقيتها .
٢٣	اجد نفسي محظوظا اني ولدت في اسرتي التي نشأت فيها .
٢٤	أجد نفسي غير مدين لمساعدة الآخريين لي .
٢٥	ساعدني الكثير من الناس حتى وصلت الى ما أنا عليه.
٢٦	أتذكر كيف ساهم الآخرون في نجاحي وأقدر ذلك .
٢٧	يشعرني بالفخر أن اشكر استاذي ومعلمي .
٢٨	اقدم شكري لمن ساعدني او ارشدني يوماً .
٢٩	أخبر طلابي عن تجربتي في الحياة ، ومن ساعدني

خلالها .

ملحق (٢) مقياس جودة الحياة (بصورته النهائية)

ت	الفقرات	تنطبق عليّ تماماً	تنطبق عليّ	محايد	لا تنطبق عليّ	لا تنطبق عليّ تماماً
١	أجد من يساندني في حياتي.					
٢	أجد نفسي مسترخياً باستمرار .					
٣	أتفاعل بالمستقبل .					
٤	يقلقتني الموت .					
٥	أخذ قراراتي بسهولة ودون تردد.					
٦	حياتي مليئة بالحزن .					
٧	أواجه مواقف الحياة بإرادة وهدوء أعصاب .					
٨	أشعر بالقلق					
٩	لدي ثقة عالية بنفسي .					
١٠	أجد نفسي سعيداً .					
١١	أمراض عديدة تصيبني باستمرار .					
١٢	أشعر بحيوية ونشاط عاليين .					
١٣	أشعر بالغثيان باستمرار .					
١٤	أحصل على قسط جيد من النوم يومياً .					
١٥	لدي صحة جيدة .					
١٦	أعاني من ضعف في الرؤية والسمع .					
١٧	أشعر بالغضب من الحال السيء لشوارع مدينتي					
١٨	يقلقتني الغبار والأتربة في مدينتي .					
١٩	أشعر أنني أعيش في بيئة نظيفة .					
٢٠	أفتخر بنظافة الحي الذي اسكنه .					
٢١	تضايقتني درجات الحرارة المرتفعة في مدينتي					
٢٢	أنا راض عن المكان الذي اسكن فيه .					
٢٣	أستمتع بتناول وجبات غذائي					
٢٤	أشعر بالرغبة العاطفية مع شريكتي (شريكي).					

				أشعر بالوحدة والفراغ .	٢٥
				أثق بأفراد أسرتي .	٢٦
				لديّ اصدقاء مخلصين .	٢٧
				علاقتي بزوجي (زوجتي) طيبة .	٢٨
				أندمج بسهولة حين أتعامل مع الاخرين .	٢٩
				أشعر بسعادة مع أبنائي وأخواني .	٣٠
				أشارك زملائي أفراحهم وأحزانهم .	٣١
				أشعر بالرضا عن طبيعة حياتي العاطفية .	٣٢
				أشعر بمتعة الاندماج مع أصدقائي .	٣٣
				أجد نفسي محبوبا من الاخرين حولي .	٣٤
				أشعر بالرضا عن مدخولي الشهري .	٣٥
				أشعر بالقلق من قدرتي على توفير احتياجات عائلتي .	٣٦
				أذهب الى عملي اليومي برغبة وحب.	٣٧
				اشعر ان عملي اليومي يحقق طموحاتي المهنية	٣٨
				لدي القدرة على السفر للسياحة سنوياً.	٣٩
				أشعر ان دخلي المادي لا يكفي .	٤٠
				أحتفظ بعلاقات طيبة مع زملائي في العمل .	٤١
				أوفر لأبنائي متطلبات حياتهم الدراسية بشكل جيد.	٤٢
				أقضي أوقاتي بمتعة في عملي .	٤٣
				أشعر أن العالم الذي أعيشه غير عادل.	٤٤

References

• Arab sources

Hafez, Salam Hashem, and Matroud, Maytham Matroud (2019): Bilateral Thinking and Its Relation to Dimensions of Empathy for Educational Advisers, Al-Qadisiyah Journal for the Humanities, Volume (22), Issue (3), pp. 159-185, <http://qu.edu.iq/journalart/index.php/QJHS/article/view/44>

Hussein, Nagham Hadi, and Abdul-Hussein, Falah Abdul-Hussein (2019): The exploitative personality and its relationship to self-control among the employees of the departments in the province of Najaf, Al-Qadisiyah Journal for the Humanities, Volume (22), Issue (3), pp. 186-217,

<http://qu.edu.iq/journalart/index.php/QJHS/article/view/45>

Abu Yunus, Iman Mahmoud (2013): Social Intelligence and its Relation to Critical Thinking and Quality of Life among Basic Education Teachers in Khan Yunis Governorate

Al-Jamil, Nadia Jawdat (2008): Quality of life and its relationship to self-acceptance among university students, (unpublished master's thesis), University of Baghdad, College of Education for Girls, Iraq

Hassan, Saif Adnan (2017): Gratitude and its Relation to Psychological Resilience among the Displaced, (Unpublished Master Thesis), University of Baghdad, College of Arts, Iraq

Ramadan, Noha Najah (2012): The Impact of a Counseling Program on Improving Quality of Life for University Students, (Unpublished Master Thesis), University of Baghdad, College of Education, Iraq.

Al-Arif Billah, Muhammad Al-Ghandour (1999), The method of problem-solving and its relationship to the quality of life, Sixth International Conference: Quality of life is a national trend for the twenty-first century (66-82), for the Psychological Counseling Center - Ain Shams University, 10-12 November.

Okasha, Mahmoud Fathi and Salim, Abdel Aziz Ibrahim (2010): The relationship between the quality of psychological life and linguistic disability, the seventh scientific conference of the Faculty of Education on April 13-14, Kafr El-Sheikh University, pp. 02-21.

Al-Essawi, Abdel-Rahman: (1985), Studies in Social Psychology, Beirut, Lebanon, House of Social Knowledge.

Farhan, Muhammad Al-Halfi (2012): A comparative study of the quality of life according to the identity formation of middle school students, (unpublished master's thesis), Al-Mustansiriya University, College of Arts, Iraq.

Muhammad, Rasha Essam El-Din (...): Quality of life and its relationship to both gratitude, happiness, tolerance, (unpublished master's thesis), Tanta University, Faculty of Arts, Egypt.

Hi, Louise and Her Friends (2008): Gratitude is a way of life, first Arabic edition, translated by the translation department at Dar Al-Farouk, Giza, Egypt.

Foreign sources.

Da Silva, M., (2007). Forgiveness, personality and gratitude. Personality _ and Individual Differences.



- _ Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (Eds.).(2004). **The psychology of Gratitude**. United States of America: Oxford University Press.
- _ Froh, J. J., Fan, J., Emmons, R. A., Bono, G., Huebner, E. S., & Watkins, P. (2011). Measuring gratitude in youth: Assessing the psychometric properties of adult gratitude scales in children and adolescents. **Psychological Assessment**,(23), 311–324.
- _ McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R. A., & Larson, D. B. (2001). Gratitude as moral affect. **Psychological Bulletin**, 127, 249–266.
- _ Singh, K. & Jha, D. (2008). Positive and negative affect and grit as predictors of happiness and life Satisfaction. *Journal of the indian academy of applied psychology*,34,40,45.
- _ Tsang, J., Carpenter, T., Roberts, J., Frisch, M. & Carlisle, R. (2014). Why are materialists less happy? The role of gratitude and need satisfaction in the relationship between materialism and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 64, 62–66.
- _ Watkins (2014)*Gratitude and the Good Life: Toward a Psychology of Appreciation*. New-York: Springer.
- _ Wood, A. M., Maltby, J., Stewart, N., Linley, P. A., & Joseph, S. (2008). A social-cognitive model of trait and state levels of gratitude. *American Psychological Association*, **Emotion**, 8, 281–290.