



الخصائص السيكومترية لمقياس التعبير عن الامتنان لدى المراهقين

بحث مقدم ضمن متطلبات الحصول على

درجة الماجستير في التربية

(تخصص الصحة النفسية والإرشاد النفسي)

إعداد:

مروة السيد السيد أبوالجد

أ.د/ تحية محمد عبد العال

أ.د/ آمال إبراهيم الفقي

د/ إيمان رجب قنديل

العام الجامعي

٢٠٢٤-١٤٤٥ هـ

الخصائص السيكومترية لمقياس التعبير عن الامتنان لدى المراهقين مروة السيد السيد أبوالمجد

المستخلص:

هدف البحث الحالي التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التعبير عن الامتنان لدى المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) فردًا من المراهقين ممن تراوحت أعمارهم من (١٧-٢٠) عامًا، بمتوسط عمري (١٨.٥٧٦) عامًا، وانحراف معياري قدره (٠.٩٨٠)، وكانت أبعاد مقياس التعبير عن الامتنان هي: التعبير عن الامتنان لله، والتعبير عن الامتنان الشخصي، والتعبير عن الامتنان للآخرين، وقد أجرى الباحثون الأساليب الإحصائية التالية: أولاً الاتساق الداخلي والذي تم حسابه من خلال معاملات الارتباط بين درجة كل موقف من مواقف مقياس التعبير عن الامتنان والدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه الموقف، ثانيًا الصدق وقد تم حسابه من خلال صدق المحكمين، والصدق الظاهري، والصدق العاملي، وصدق البناء الكامن ثالثًا الثبات وقد تم حسابه من خلال طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة إعادة التطبيق، وكشفت نتائج البحث عن تمتع مقياس التعبير عن الامتنان بمعاملات اتساق وصدق وثبات مرتفعة، مما يؤكد على كفاءته في قياس التعبير عن الامتنان لدى المراهقين، والثقة في النتائج المترتبة على استخدامه.

الكلمات المفتاحية: الخصائص السيكومترية - التعبير عن الامتنان - المراهقين.

Psychometric Properties of The Gratitude Expression Scale for Adolescents

Abstract:

The current research objective is to verify the psychometric properties of a scale for expressing gratitude among adolescents, and the study sample consisted of (300) adolescent individuals whose ages ranged from (17-20) years, with an average age of (18.576) years, and a standard deviation of (0.980), and the dimensions of the Expression of Gratitude Scale were: expressing gratitude to God, expressing personal gratitude, and expressing gratitude to others. The researchers conducted the following statistical methods: First, internal consistency, which was calculated through correlation coefficients between the score of each position on the Expression of Gratitude Scale. Gratitude and the total score for the dimension to which the situation belongs. Secondly, honesty, which was calculated through the judges' honesty, apparent honesty, factorial honesty, and latent construct validity. Thirdly, reliability, which was calculated through the Cronbach's alpha method and the reapplication method. The results of the research revealed the enjoyment of the scale. The Expression of Gratitude has high consistency, validity, and stability coefficients, which confirms its efficiency in measuring the expression of gratitude among adolescents, and confidence in the results resulting from its use.

Keywords: psychometric Properties – Expressing Gratitude - Adolescents.

أولاً: مقدمة البحث:

تُعد مرحلة المراهقة مرحلة مهمة في حياة أي فرد؛ وذلك لكونها من المراحل النمائية التي يمر بها الإنسان ضمن أطواره المختلفة، والتي تتسم بالتجدد المستمر، والصعود في معارج الترقى الإنساني الرشيد، فهي - بلا شك - الميلاد النفسي الحقيق للفرد كذات فريدة، تحاول الانسلاخ عن الطفولة والتحرر من تبعيتها وخلع عباءتها، والولوج إلى عالم الكبار، والسعي قُدماً نحو الاستقلال وإثبات الذات.

وفي هذا الإطار، فمرحلة المراهقة من أهم مراحل حياة الإنسان فهي بداية لميلاد جديد للفرد ينتقل من خلالها من مرحلة الطفولة إلى الرشد، وتصحاح هذه المرحلة تغيرات فسيولوجية ونفسية وعقلية وانفعالية واجتماعية، فالمرهقون هم شباب المستقبل الذين يمثلون الركيزة الأساسية للتنمية الشاملة والمتكاملة (خيري حسين وآخرون، ١٦٧، ٢٠١٩).

وفضلاً عن ذلك، يُعد التعبير عن الامتتان عاطفة مهمة في مجتمعنا المعاصر إذا ما تمكن المرهقون من طلاب الجامعة أن يتصفوا به بكونه شئ أساسي في مشاعرهم وأحاسيسهم نحو الآخرين، فدراسة التعبير عن الامتتان قد يترتب عليه مساعدة المرهق على تقدير النعم التي يتلقاها من الله عز وجل، وشعوره بالرضا عن نفسه نتيجة إدراكه لكل ما هو إيجابي في حياته، وتقديره لكل من قدم له خدمة أو معروفًا، مما يساعد على تنظيم وترسيخ وتعزيز العلاقات الاجتماعية.

وفي نفس الصدد، يُعد التعبير عن الامتتان من المفاهيم التي تسهم في تعزيز الحالة النفسية للفرد وجعله أكثر تفاؤلاً وأكثر قدرة على مواجهة الحياة ومشكلاتها، كما يعد التعبير عن الامتتان عاطفة مهمة في مجتمعنا المعاصر إذا ما تمكن المرهقون من طلاب الجامعة على وجه الخصوص أن يتصفوا به بكونه شئ أساسي في مشاعرهم وأحاسيسهم نحو الآخرين وقد أكد على ذلك الفليسوف (Adam Smith) حين وصف التعبير عن الامتتان بأنه شئ أساسي في المجتمع يشجع على تقديم المساعدة بمبدأ المعاملة بالمثل حينما يكون الحافز غير موجود للعمل (Emmons & McCullough, 2004)، كما أطلق عليه وود (Wood 2010) جوهر السمات النفسية الإيجابية.

وجدير بالذكر، فالتعبير عن الامتتان هو الفضيلة الأعلى قيمة لدى الإنسان وعلى العكس من ذلك فإن التعبير عن نكران الجميل ينظر إليه بأقصى أشكال الانحطاط الأخلاقي وقد نقل عن الفليسوف "ديفيد هيوم" قوله إن الجحود هو أفظع الأمور غير السوية في الجرائم

جميعها، وفي الصدد نفسه، فإن الكتب الدينية والأخلاقية في العالم اجتمعت على أن الإنسان ملزم أن يشعر ويعبر عن الامتنان ردًا للجميل (Hume, 1988, 466). وما أكثر آيات الذكر الحكيم الدالة على ذلك كقوله تعالى {لئن شكرتم لأزيدنكم} (سورة ابراهيم، الآية ٧).

كما إن التعبير عن الامتنان يسهم في تشكيل شخصية المراهقين وذلك لأنه يساعد على العطاء المستمر، وتوطيد العلاقات الإنسانية، وتحقيق الرفاهية النفسية، وزيادة جودة العلاقات الاجتماعية (Berit & Neal, 2005; Charlotte et al., 2019).

ثانياً: مشكلة البحث:

انبثقت مشكلة البحث الحالي من خلال تعامل الباحثة مع طلاب الجامعة أثناء إعطائهم تطبيقات عملية لبعض المقررات الدراسية، فقد لاحظت انتقاد البعض منهم للمشاعر والاحترام واللطف في المعاملة مع الآخر وعدم الشعور بالذنب وعدم استنثار النعم صغيرة كانت أو كبيرة وشكر الله عليها، وكذلك شكر الآخرين وإظهار التعبير عن الامتنان لهم، فكان ذلك مدعاة للسعي نحو دراسة التعبير عن الامتنان لديهم خاصة في ظل طغيان الجانب المادي لدى البعض منهم على العواطف الإيجابية لديهم، وقد وجد الباحثون عدم وجود أداة عربية مقننة على عينة مستمدة من البيئة المصرية تناسب أهداف الدراسة وعينتها المراهقين، كما أن المقاييس الأجنبية المستخدمة غير مناسبة لتطبيقها في البيئة المصرية نظراً لكونها متشعبة بعوامل ثقافية تختلف عن ثقافة البيئة المصرية، ونتيجة لهذا القصور في مقاييس التعبير عن الامتنان قام الباحثون بإعداد أداة تتناسب مع معايير الدراسة.

وتحدد مشكلة البحث الحالي من خلال التساؤل الرئيسي التالي:

ما الخصائص السيكومترية لمقياس التعبير عن الامتنان لدى المراهقين؟

ويتفرع من السؤال الرئيسي الأسئلة الفرعية التالية:

١- ما مؤشرات الاتساق الداخلي لمقياس التعبير عن الامتنان لدى المراهقين؟

٢- ما مؤشرات الصدق لمقياس التعبير عن الامتنان لدى المراهقين؟

٣- ما مؤشرات الثبات لمقياس التعبير عن الامتنان لدى المراهقين؟

ثالثاً: أهداف البحث:

يحاول البحث تحقيق عدد من الأهداف على النحو التالي:

١- التحقق من مؤشرات الاتساق الداخلي لمقياس التعبير عن الامتنان لدى المراهقين.

- ٢- التحقق من مؤشرات الصدق لمقياس التعبير عن الامتتان لدى المراهقين.
٣- التحقق من مؤشرات الثبات لمقياس التعبير عن الامتتان لدى المراهقين.

رابعاً: أهمية البحث:

أولاً: الأهمية النظرية:

- ١- يثري البحث المكتبة العربية بمتغير التعبير عن الامتتان.
٢- قلة وجود مقاييس تقيس التعبير عن الامتتان في البيئة العربية.
٣- يعمق البحث مفهوم التعبير عن الامتتان داخل الثقافة المصرية.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

- ١- تتمثل الأهمية التطبيقية في إعداد مقياس لقياس التعبير عن الامتتان لدى المراهقين بما يتناسب مع البيئة المصرية، حيث إنه قد يسهم في قياس التعبير عن الامتتان لدى المراهقين.
٢- كما أن البحث الحالي يمهد الطريق للباحثين في تصميم برامج تساعد المراهقين على تنمية التعبير عن الامتتان لديهم.

خامساً: المفاهيم الإجرائية للبحث:

أ- المراهقون Adolescents:

هم مجموعة من طلاب الفرقة الأولى -بكلية التربية- جامعة بنها بمحافظة القليوبية وتراوح أعمارهم من (١٧-٢٠) عامًا.

ب- التعبير عن الامتتان Expressing Gratitude:

عرف الباحثون التعبير عن الامتتان على أنه هو شعور إيجابي لدى الفرد بالرضا عن نفسه والشكر والعرفان لنعم الله عز وجل ولمن قدم له خدمة أو معروفًا، ويتضمن هذا الشعور ثلاثة أبعاد وهي التعبير عن الامتتان لله، والتعبير عن الامتتان الشخصي، والتعبير عن الامتتان للآخرين.

وتعرف إجرائياً: الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس التعبير عن الامتتان المستخدم في الدراسة.

ج- الخصائص السيكومترية Psychometric Properties:

١. الاتساق الداخلي: "هو ارتباط كل بند من بنود المقياس مع المقياس ككل، وهو مدى ارتباط الوحدات أو البنود مع بعضها البعض داخل المقياس" (سعد عبد الرحمن، ١٨٤، ٢٠٠٨).

٢. صدق المقياس: "أن يقيس الاختبار ما وضع لقياسه، أو يقصد به صلاحية الاختبار في قياس ما وضع لقياسه، وهو يعد أهم الخصائص السيكمترية للاختبار" (على ماهر، ١٩٢، ٢٠٠١).

٣. ثبات المقياس: "هو الدرجة الحقيقية التي تعبر عن أداء الفرد على اختبار ما" (صفوت فرج، ٢٩٥، ٢٠٠٧).

سادساً: الإطار النظري ودراسات سابقة:

• مفهوم التعبير عن الامتنان *Expressing Gratitude*:

نكر شويتزر (١٩٦٩) أن التعبير عن الامتنان "سر الحياة"، وواصل قوله إن أعظم شيئاً في الحياة هو تقديم الشكر من أجل كل شيء، والشكر على كل شيء، والشخص الذي عرف ذلك يعرف معنى الحياة، أما مفهوم التعبير عن الامتنان **Gratitude** مشتق من الكلمة اللاتينية **Gratia** (أي النعمة)، وكل مشتقات هذه الكلمة اللاتينية تتناول العطف، الكرم السخاء، المنح والعطاء، الأخذ، الحصول على شيء بلا مقابل (برويز ١٩٧٦) ويعني التعبير عن الامتنان الشعور بالعجب، الشكر، التقدير للفوائد المستلمة، ويمكن تقديمه على مستوى الفرد أو الجماعة (لله، للطبيعة، للكون) ولذلك لا يمكن تقديمه للذات (McCullough et al., 2002).

وفضلاً عن ذلك، يعد التعبير عن الامتنان تقييماً معرفياً وجدانياً إيجابياً يقوم به الفرد تجاه ما يمنح أو يقدم إليه من خدمات، في ضوء ما يدركه الفرد من تقدير لهذه الخدمات والفوائد التي يحصل عليها، مما يؤدي إلى استعداده للتصرف بإيجابية وشكر المحسنين ومحبة الغير (هاني محمد، ١٤٨، ٢٠١٤).

ولا مناص من القول، بأن التعبير عن الامتنان هو انفعال إيجابي ناتج عن وعي الفرد بالخبرات الجيدة التي تحدث له خلال حياته فيعبر عنها بأقوال أو أفعال تحمل معاني الشكر والفضل إما لله - عز وجل - أو لشخص معين أو لموقف ما (سارة مصطفى، ٢٠١٦).

فالتعبير عن الامتنان يعد سمة من سمات الشخصية التي تحفز الفرد على شكر وتقدير الحياة لما فيها من نعم بشكل عام، والأفراد والأحداث التي تحمل معني إيجابي لهم بشكل خاص وقدرة الفرد على الاعتراف بذلك (فاطمة السيد، شروق الزهراني، ٦٥، ٢٠٢٣).

ويعرف الباحثون التعبير عن الامتنان بأنه هو شعور إيجابي لدى الفرد بالرضا عن نفسه والشكر والعرفان لنعم الله عز وجل ولمن قدم له خدمة أو معروفًا، ويتضمن هذا الشعور ثلاثة

أبعاد هما البعد الأول هو التعبير عن الامتنان لله وهو الذي يشير إلى شكر وتقدير الفرد للمولى - عز وجل - على نعمه وفضله، أما البعد الثاني فهو التعبير عن الامتنان الشخصي الذي يدفع الفرد للتصرف بطريقة متوافقة اجتماعيًا حينما يفعل الفرد شيئًا جيدًا فيشعر بالرضا عن نفسه نتيجة إدراكه وتقديره لكل ما هو إيجابي في حياته وكذلك يساعد الفرد على الاستمرار في ممارسة الامتنان حتى إذا لم يبادل الآخرون ذلك، أما البعد الثالث فهو التعبير عن الامتنان للآخرين الذي يرتبط بأوجه التقدير والشكر الموجهة من الشخص إلى أشخاص آخرين قدموا له خدمات أو مساعدات.

➤ خصائص الأفراد ذوي المستوى المرتفع من التعبير عن الامتنان:-

١- إن الفرد الممتن يتميز ببعض الصفات، وهي: أن يكون بحالة إيجابية؛ فالأفراد الممتنون يجب أن يكون لديهم شعور بالوفرة، أن يُقدر مساهمة الآخرين بالنسبة لرفاهيته النفسية، أن يقدر أبسط أنواع المتعة والسرور، أن يعترف بأهمية خوض تجربة الامتنان والتعبير عنها (فيصل الربيع، كوكب عباينه، ٦٥٤، ٢٠١٨).

٢- كذلك يتميز الأفراد ذوي المستوى المرتفع من التعبير عن الامتنان بالرضا عن الحياة وعن الآخرين، والميل إلى مساعدة الآخرين، فضلًا عن أنه يكون أكثر اندماجًا في السلوكيات الاجتماعية، مع تجنب السلوكيات الهدامة، وتقدير الأشياء البسيطة في الحياة اليومية، وتقدير إسهام الآخرين في سعادته، وامتلاك تصورات إيجابية عن البيئة، والتقدير المرتفع للإنجازات الشخصية.

٣- يتسم الأفراد ذوي المستوى المرتفع من التعبير عن الامتنان بتعزيز العلاقات الاجتماعية وبناء الدعم الاجتماعي، ودحض الانفعالات السلبية، وتحسين مستوى تقدير الذات، فضلًا عن التصورات الإيجابية، والتقدير المرتفع للإنجازات التي يقومون بها، وتقدير نعم الله - عز وجل - عليه، وتقدير الحياة بصورة إيجابية (هشام على، ١٨٥، ٢٠٢٠).

➤ أبعاد التعبير عن الامتنان:

تعددت وجهات نظر الباحثين في تحديد أبعاد التعبير عن الامتنان، وقد حدد واتكينز وزملاؤه ثلاثة أبعاد للتعبير عن الامتنان وهما:

١- الشعور بالوفرة أو الرخاء: ويقصد به شعور الطلاب وإحساسهم بعدم الحرمان في الحياة والشعور بالدعم والمساندة، والتقدير الذين حصلوا عليه من الآخرين، والشعور بأن أمور حياتهم جيدة، وقد حصلوا فيها على الكثير من النعم مما يجعل الحياة لديهم تكون جديرة بأن تعاش.

- ٢- التقدير البسيط: ويقصد به شعور الطلاب وإحساسهم بالتقدير لله عز وجل، وجمال الطبيعة، والاستمتاع بالنعم والملاذات الموجودة في الطبيعة، والتي تتوافر لدى الغالبية العظمى من الناس، وتقدير أهميتها وفوائدها بالنسبة لهم.
- ٣- تقدير الآخرين: ويقصد به شعور الطلاب بالوفاء والعرفان لكل من مد يد العون والمساندة والدعم لهم سواء كانوا من أفراد الأسرة أو الأصدقاء أو المعلمين أو الآخرين المحيطين بهم والاعتراف بفضل هؤلاء في مساعدتهم على النجاح في الدراسة أو في الحياة على حد سواء (Watkins et al., 2003).

بينما اقترح فيتزجيرالد (١٩٩٨) ثلاث أبعاد للتعبير عن الامتنان:

- ١- الإحساس الدافئ بتقدير شخص ما أو شيء ما.
 - ٢- الإحساس بالنية الحسنة نحو هذا الشخص أو الشيء.
 - ٣- الاستعداد للتصرف بإيجابية، وبهذا الإحساس ينبع التقدير والنية الحسنة، ويدرك الشخص الممنون الحصول على منفعة أو فائدة من شخص آخر (هاني محمد، ١٥٠، ٢٠١٤).
- وأيضًا أشارت إيمان عبد العظيم (٢٠٢٠، ٦٠) إلى أن التعبير عن الامتنان يتضمن أربعة أبعاد:

- ١- الشكر لله: هو الشعور بالرهبة وإن ما نملكه من نعم هو من فضل الله علينا.
 - ٢- حب اللحظة الحالية: استمتع بحياتي كما هي والاستمتاع باللحظة الحالية.
 - ٣- تقدير الناس: هو رد فعل عاطفي لدى تلقي هدية ما.
 - ٤- المقارنات الاجتماعية الإيجابية: وهو مقارنة الشخص نفسه بأشخاص أقل حظ مما يجعله يشعر بالرضا والتعبير عن الامتنان.
- واتفق الباحثون من وجهة نظرهم وعلى ما تقدم أن التعبير عن الامتنان يتكون من ثلاثة أبعاد وهي:

البعد الأول: التعبير عن الامتنان لله:

هو شعور الفرد بالشكر والعرفان تجاه النعم التي يتلقاها من الله عز وجل، كالشعور بجمال الطبيعة والصحة والرزق؛ فالامتنان هو سلوك العقل والقلب معًا، مما يجعل الإنسان يعبر عن امتنانه لله ويعترف بعبائه وبفضله في حياته.

البعد الثاني: التعبير عن الامتنان الشخصي:

هو شعور الفرد بالرضا عن نفسه نتيجة إدراكه وتقديره لكل ما هو إيجابي في حياته، كما يساعده على الاستمرار في ممارسة التعبير عن الامتنان حتى إذا لم يبادلّه الآخرون ذلك.

البعد الثالث: التعبير عن الامتنان للآخرين:

هو شعور الفرد بالعرفان والتقدير لمن ساعده، مما يساهم في خلق بيئة إيجابية و متراحمة تساعد على بناء علاقات شخصية وتنمية العواطف الإيجابية التي تعكس تعبير الفرد على العطاء والكرم.

➤ بعض النظريات المفسرة للتعبير عن الامتنان:**➤ نظرية العزو Attribution theory**

اقترح (Weiner, 1986) في هذه النظرية أن الأشخاص الذين لديهم ميول ممتنة يميلون إلى عزو النتائج الإيجابية إلى جهود أشخاص آخرين ولا يعزون توفيقهم ونجاحاتهم إلى جهودهم الشخصية أو خصائصهم الشخصية الإيجابية وبالتالي يكونون أكثر عرضة للصعوبات النفسية المرتبطة بالنمط العزوي بوجود عوامل خارجية، ولكن حقيقة أن الأفراد الممتنين يميلون إلى الاعتراف بإحسان الآخرين في نتائجهم الإيجابية لا يعني أنهم يقللون من جهودهم السببية، ولكن ما يميز هؤلاء الأفراد هو القدرة على تحديد عزوهم ليشمل مدى واسع من الأشخاص الذين يسهمون في رفاهيتهم النفسية؛ لذلك يزداد الشعور بالامتنان من خلال تركيز الممتنين على الخبرات الإيجابية التي يمرون بها ويقومون بعزو هذه الخبرات الإيجابية إلى عوامل خارجية مثل كرم الآخرين أو مساعدة الآخرين أو دعم المجتمع (Weiner, 1986).

➤ نظرية التوسع والبناء للانفعالات الإيجابية Broaden and Build theory

تقدم (Fredrickson, 2013) من خلال هذه النظرية تصورًا ينص على أن الانفعالات الإيجابية كالحب والتسامح والفخر توسع من منظومة الأفعال والأفكار التي يعايشها الفرد، والتي بدورها تدعم وتزيد من قوى الفرد البدنية والعقلية والاجتماعية. وحيث إن التعبير عن الامتنان واحد من هذه الانفعالات الإيجابية، فخبرة التعبير عن الامتنان كاستجابة لتلقي فائدة أو هبة يمكن أن تخلق لدى الفرد رغبة في أن يتصرف بطريقة لائقة تجاه الآخرين، ومن ثم فإن الانفعالات الممتنة تبعث لدى الفرد احتمالات لتوسيع نمط التفكير لديه فيفكر بالطريقة التي من شأنها أن يفيد بها الآخرين فيبني علاقات وروابط قوية و صداقات ممتدة، كما أوضحت فريدريكسون في نظريتها عن توسيع المشاعر الإيجابية وبنائها؛ أن الامتنان كأحد الانفعالات

الإيجابية مثله مثل الفرح والرضا يتم بناؤه وتطويره مع مرور الوقت، كما يمكن استغلاله في أوقات المحن والشدائد، وكذلك في أوقات النمو والارتقاء، فالشعور بالامتنان مصدر إيجابي داخلي، فهو يرجع إلى قوي الشخصية الإيجابية التي لها دور كبير في تشكيل الخبرات الاجتماعية الإيجابية؛ ويعد الامتنان واحدًا من هذه القوى والفضائل الشخصية، والذي يسهم في تحسين مستوى الهناء النفسي والجسمي والاجتماعي. فخبرة الامتنان كاستجابة لتلقي فائدة أو هبة من الممكن أن تخلق الرغبة في أن يتصرف الفرد بطريقة اجتماعية لائقة تجاه المُحسن أو تجاه الآخرين، وبالتالي فالانفعالات المُمتنة لديها احتمال أن توسع نمط التفكير لدى الفرد حيث تقوده إلى التفكير في الطريقة التي يمكنه بها أن يفيد الآخرين، وبمرور الوقت فإن هذه الخبرات الموسعة تحمل إمكانية أن تؤدي إلى بناء علاقات اجتماعية جديدة (Fredrickson, 2013).

➤ نظرية أَلجو Algoe theory

تقدم هذه النظرية تفسيرًا مختلفًا يوضح الطريقة التي يدعم بها التعبير عن الامتنان العلاقات الابينشخصية، حيث تشير إلى أن مشاعر التعبير عن الامتنان نحو شخص ما (المُحسن) تجعل الشخص المُمتن الذي يقدم الشكر على وعي ودراية بالسمات الجيدة ذات القيمة لدى الشخص المحسن. وهنا تركز النظرية على عامل التذكير بكل ما هو جيد لدى ذلك الشخص مما يدعم العلاقة الوجدانية بين الشخصين المُحسن والمُمتن ولذلك فقد أطلق أيضًا على هذه النظرية نظرية (يجد- يتذكر- يربط) (Algoe, 2012).

➤ نظرية فريدريكسون Fredrickson

فسرت (Fredrickson, 2004) التعبير عن الامتنان من خلال نظرية المشاعر الإيجابية حيث قد يساعد الفرد في بناء علاقات مع الآخرين أساسها المشاعر الإيجابية وهذا ما يفسر كون بعض الأفراد دائمًا متفائلين ويشعرون بالحيوية (Fredrickson, 2004).

يتضح من عرض نظريات التعبير عن الامتنان أنها جميعًا تضع التعبير عن الامتنان في تصور مفاهيمي كعاطفة أخلاقية، ويتفق هذا التصور مع وظائف التعبير عن الامتنان التي حددها كلا من بولاك وماكلو (Polak & McCullough, 2006) وهي الوظيفة الأولى تتضح في أنه مقياس أخلاقي يعكس رد فعل الفرد تجاه أفعال خيرة قد قدمت له، فالتعبير عن الامتنان استجابة انفعالية للفعل المُحسن لفاعل أخلاقي، الوظيفة الثانية أنه يعد دافع أخلاقي حيث إنه يدفع الفرد إلى الاستجابة بطريقة إيجابية ولائقة اجتماعية نحو من قدم له خدمة، أما الوظيفة الثالثة للتعبير عن الامتنان فتتضح في أهميته كمعزز أخلاقي لأنه بمثابة مكافأة اجتماعية

تشجع صانع المعروف على تقديم أشكال أخرى من السلوكيات الاجتماعية الإيجابية في المستقبل، وهذه الوظائف توجز أهمية التعبير عن الامتحان وقيمه بالنسبة لكل من الفرد والمجتمع.

سابعاً: الإجراءات المنهجية للبحث:

١- **منهج البحث:** يعتمد البحث على المنهج الوصفي؛ وهو أنسب المناهج لهذا البحث؛ لأن الهدف الرئيس هو التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التعبير عن الامتحان لدى المراهقين.

٢- **مجتمع البحث:** يتألف مجتمع البحث من بعض المراهقين من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية-جامعة بنها.

٣- **عينة البحث:** تكونت عينة البحث من (٣٠٠) فرداً من المراهقين، وتراوحت أعمارهم من (١٧-٢٠) عاماً، بمتوسط عمري (١٨,٥٧٦) عاماً، وبانحراف معياري قدره (٠,٩٨٠) حيث أنه تم التطبيق إلكترونياً.

٤- **أداة البحث:** مقياس التعبير عن الامتحان لدى المراهقين (إعداد الباحثون).

➤ هدف المقياس:

قياس أو تشخيص التعبير عن الامتحان لدى المراهقين.

➤ مبررات إعداد المقياس:

قام الباحثون ببناء مقياس التعبير عن الامتحان وذلك لندرة وجود أداة تقيس التعبير عن الامتحان لدى المراهقين، كما وجد الباحثون أن كثير من الدراسات التي اطلعت عليها وكانت تقيس التعبير عن الامتحان لدى المراهقين قد استعانت بمقاييس التعبير عن الامتحان، ولكنها تدرس فئات أخرى، وهناك دراسات تناولت إعداد مقياس التعبير عن الامتحان، ولكن في بيئات اجتماعية أخرى غير المجتمع المصري.

➤ خطوات بناء المقياس:

قام الباحثون بإعداد هذا المقياس وفقاً للخطوات التالية:

- الاطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة.

- الاطلاع على ما توفر لدى الباحثة لبعض المقاييس بالتعبير عن الامتحان مثل ما أشارت إليه كل من حليلة الفليكاوي (٢٠١٩) إلى أن التعبير عن الامتحان يتكون من ثلاثة أبعاد هي: الامتحان لله، الامتحان إلى الآخرين، الامتحان إلى الأشياء، بينما أشارت ناهد وراد (٢٠٢٠) إلى

أن التعبير عن الامتحان يتكون من بعدين هما: الامتحان للآخرين، الامتحان لله، وأشارت جيهان محمود (٢٠٢٠) إلى أن التعبير عن الامتحان يتكون من ثلاثة أبعاد هي: الامتحان لله، الامتحان للأسرة، الامتحان للآخرين، وأشار كل من (Lin & Yeh, 2011) ترجمة مريم الزيات (٢٠٢٠) إلى أن التعبير عن الامتحان يتكون من خمسة أبعاد هي: الشكر لله، الشكر للآخرين، تقدير الضائقة، الاعتزاز باللحظة، الاعتزاز بالنعمة.

➤ وصف المقياس:

- تكون المقياس في صورته الأولية من (٢٨) موقف.
- تكون المقياس في صورته النهائية من (٢٧) موقف، مقسمة على (٣) أبعاد هم: التعبير عن الامتحان لله ويتكون من (٩) موقف، التعبير عن الامتحان الشخصي ويتكون من (٨) مواقف التعبير عن الامتحان للآخرين ويتكون من (١٠) مواقف، وتم تطبيق هذه المواقف على بعض المراهقين من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية جامعة بنها في صورة (٣) استجابات أ، ب، ج.

➤ حساب الخصائص السيكومترية:

للإجابة على تساؤلات البحث تم اتباع الآتي:
للإجابة على التساؤل الأول والذي ينص على ما مؤشرات الاتساق الداخلي لمقياس التعبير عن الامتحان؟

قام الباحثون بالقيام بالعمليات الإحصائية التالية:

أولاً: صدق المقياس: تم حساب صدق المقياس باستخدام صدق المحكمين، والصدق الظاهري والصدق العاملي الاستكشافي، والصدق العاملي التوكيدي، وصدق المفردات، وفيما يلي توضيح ذلك:

(١) صدق المحكمين:

تم عرض المقياس في صورته الأولية على ثلاثة عشر محكمًا من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس؛ للحكم على المقياس، وعلى مدى مناسبه لعينة الدراسة، ومدى صلاحية مفردات المقياس للتطبيق، والحكم على نقة الصياغة، واقتراح التعديلات اللازمة، ويلخص الجدول الآتي النسب المئوية لاتفاق السادة المحكمين:

جدول (١)

نسب اتفاق السادة المُحكِّمين على مقياس التعبير عن الامتنان لدى المراهقين

التعبير عن الامتنان للاخرين		التعبير عن الامتنان الشخصي		التعبير عن الامتنان لله	
نسبة الاتفاق	رقم العبارة	نسبة الاتفاق	رقم العبارة	نسبة الاتفاق	رقم العبارة
%٩٢,٣١	١	%١٠٠	١	%١٠٠	١
%١٠٠	٢	%١٠٠	٢	%٩٢,٣١	٢
%١٠٠	٣	%٨٤,٦٢	٣	%١٠٠	٣
%٩٢,٣١	٤	%٨٤,٦٢	٤	%١٠٠	٤
%٩٢,٣١	٥	%١٠٠	٥	%٨٤,٦٢	٥
%١٠٠	٦	%١٠٠	٦	%٩٢,٣١	٦
%٨٤,٦٢	٧	%٩٢,٣١	٧	%١٠٠	٧
%١٠٠	٨	%٩٢,٣١	٨	%١٠٠	٨
%١٠٠	٩			%٩٢,٣١	٩
%٨٤,٦٢	١٠				
%١٠٠	١١				

يتضح من جدول (١) أن نسب اتفاق السادة المحكمين على مقياس التعبير عن الامتنان وصلت جميعها إلى نسبة عالية، لا تقل عن (٨٤,٦٢%) في جميع العبارات، ولذا أبقَت الباحثة على جميع العبارات، ولم تستبعد أية عبارة؛ وبالتالي فقد أصبح عدد عبارات المقياس بعد التحكيم كما هو (٢٨) عبارة.

(٢) الصدق الظاهري:

قامت الباحثة بتطبيق مقياس التعبير عن الامتنان على عينة الكفاءة السيكومترية، والتي بلغ قوامها (٣٠٠) فردًا من المراهقين، وتراوح أعمارهم من (١٧-٢٠) عامًا، بمتوسط عمري (١٨,٥٧٦) عامًا، وبانحراف معياري قدره (٠,٩٨٠)، واتضح للباحثة أن التعليمات الخاصة بالمقياس واضحة ومحددة، وأن العبارات تتصف أيضًا بالوضوح التام وسهولة الفهم؛ مما يؤكد أن مقياس التعبير عن الامتنان يتمتع بالصدق الظاهري.

(٣) صدق التكوين الفرضي (الكشف عن البنية العاملية للمقياس):

تم التحقق من ملائمة عينة الدراسة لإجراء التحليل العائلي الاستكشافي باستخدام اختبار (K.M.O (Kaiser-Meyer-Oklin) وبلغت قيمته (٠,٧٤٦) وتشير هذه النتيجة إلى

كفاية العينة وملائمتها لإجراء التحليل العاملي الاستكشافي، كما بلغت قيمة اختبار الكروانية Bartlett (١٧٩٨,١٥٥) عند درجات حرية (٣٧٨) وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)، وتشير هذه النتائج إلى ملائمة المصفوفة الارتباطية لإجراء التحليل العاملي الاستكشافي. ووفقًا لذلك تم إجراء التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية والتدوير المتعامد بطريقة Varimax، مع تحديد العوامل التي يكون الجذر الكامن (*) لها يزيد عن (١)، واستبعاد العبارات التي يقل تشبعها عن (٠,٣). والجدول التالي يوضح نتائج ذلك:

جدول (٢)

نتائج التحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية والتدوير المتعامد بطريقة Varimax لمقياس التعبير عن الامتنان (ن=٣٠٠).

العامل الأول		العامل الثاني		العامل الثالث	
العبارات	التشبع	العبارات	التشبع	العبارات	التشبع
١٠	٠,٥٧٣	١	٠,٤٨٧	٧	٠,٤٨١
١١	٠,٧١٥	٢	٠,٧٥٠	٨	٠,٥١١
١٤	٠,٥٢٧	٣	٠,٧٢٨	٩	٠,٤٧٥
١٩	٠,٣٩٥	٤	٠,٣٤٥	١٣	٠,٥٢٢
٢٠	٠,٣٦٢	٥	٠,٥٣٤	١٦	٠,٤٧٤
٢٤	٠,٤١٨	٦	٠,٧٣٤	١٨	٠,٥٥٠
٢٥	٠,٤٠٠	١٢	٠,٥٣٠	٢١	٠,٥٨٩
٢٦	٠,٤١٥	١٥	٠,٤٧٧	٢٣	٠,٤٧٢
٢٧	٠,٥٥٠	١٧	٠,٣٦٢		
٢٨	٠,٧٧٤				
الجذر الكامن	٣,٣٤١	٣,٢٧٨		٢,٤٣١	
نسبة التباين العاملي	١١,٩٣٤	١١,٧٠٥		٨,٦٨٣	
التباين الكلي	٣٢,٣٢٢				

ومن الجدول (٢) يتضح تشبع جميع عبارات المقياس على ثلاثة عوامل، فيما عدا العبارة رقم (٢٢) حيث لم تتشبع على أي من العوامل لذا تم حذفها، والعوامل الثلاثة هي:

(*) يلاحظ أن قيمة الجذر الكامن الموجودة بالجدول السابق لا تساوي مجموع مربعات تشبعات العبارات بالعامل لأن هناك تشبعات أخرى غير دالة تم حذفها وتدخل في حساب الجذر الكامن وهي التشبعات التي تقل عن ٠,٣.

العامل الأول: وتشبعت به (١٠) عبارات وامتدت قيم التشبعت من ٠,٣٦٢ للعبارة (٢٠) إلى ٠,٧٧٤ للعبارة (٢٨)، وبفحص المضمون النفسي لهذه العبارات نجد أنها تتضمن شعور الفرد بالعرفان والتقدير لمن ساعده، مما يساهم في خلق بيئة إيجابية ومتراحة تساعد على بناء علاقات شخصية وتنمية العواطف الإيجابية التي تعكس تعبير الفرد على العطاء والكرم وعلى ذلك يمكن تسمية هذا العامل "التعبير عن الامتنان للآخرين". ويفسر هذا العامل نحو ١١,٩٣٪ من التباين الكلي.

العامل الثاني: وتشبعت به (٩) عبارة وامتدت قيم التشبعت من ٠,٣٤٥ للعبارة (٤) إلى ٠,٧٥٠ للعبارة (٢)، وبفحص المضمون النفسي لهذه العبارات نجد أنها تركز على شعور الفرد بالشكر والعرفان تجاه النعم التي يتلقاها من الله عز وجل، كالشعور بجمال الطبيعة والصحة والرزق؛ فالامتنان هو سلوك العقل والقلب معاً، مما يجعل الإنسان يعبر عن امتنانه لله ويعترف بعطائه وفضله في حياته وعلى ذلك يمكن تسمية هذا العامل "التعبير عن الامتنان لله". ويفسر هذا العامل نحو ١١,٧١٪ من التباين الكلي.

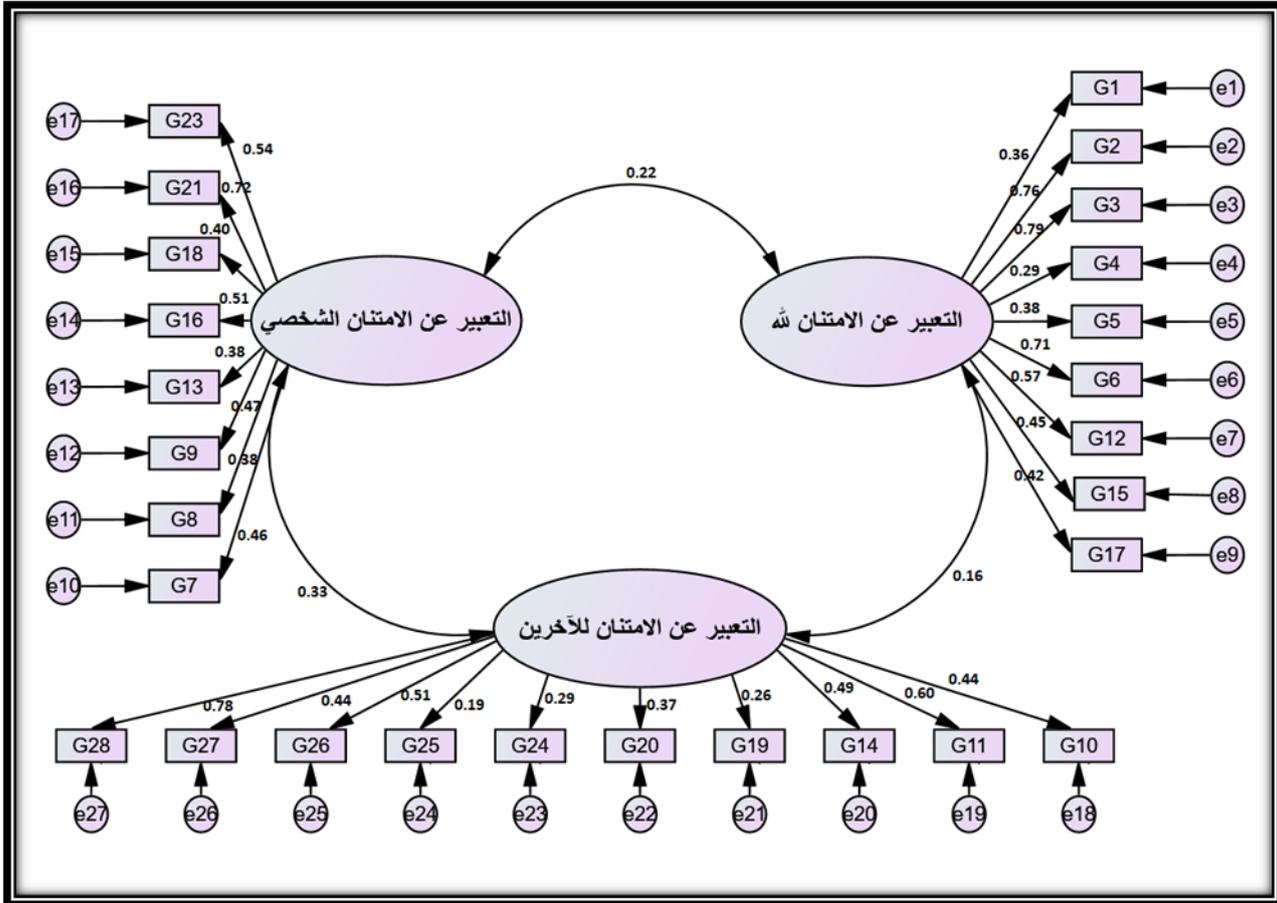
العامل الثالث: وتشبعت به (٨) عبارة وامتدت قيم التشبعت من ٠,٤٧٢ للعبارة (٢٣) إلى ٠,٥٨٩ للعبارة (٢١)، وبفحص المضمون النفسي لهذه العبارات نجد أنها تتضمن شعور الفرد بالرضا عن نفسه نتيجة إدراكه وتقديره لكل ما هو إيجابي في حياته، كما يساعده على الاستمرار في ممارسة التعبير عن الامتنان حتى إذا لم يبادل الآخرون ذلك وعلى ذلك يمكن تسمية هذا العامل "التعبير عن الامتنان الشخصي". ويفسر هذا العامل نحو ٨,٦٨٪ من التباين الكلي. وبلغت نسبة التباين الكلي للمقياس (٣,٣٢٪).

(٤) الصدق العاملي:

تم التحقق من الصدق العاملي أو صدق البناء الكامن للمقياس عن طريق استخدام أسلوب التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory Factor Analysis باستخدام برنامج AMOS لدى عينة من المراهقين بلغ عددها (١٥٠ طالباً وطالبة)، وقد تم إجراء التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الأولى حيث تم افتراض أن جميع عبارات المقياس (٢٧ وعددها) عبارة بعد حذف العبارة رقم ٢٢ وفقاً لنتائج التحليل العاملي الاستكشافي) تنتظم حول ثلاثة عوامل كامنة تمثل أبعاد المقياس وهي: التعبير عن الامتنان لله، والتعبير عن الامتنان الشخصي، والتعبير عن الامتنان للآخرين. والشكل (١) يوضح ذلك.

شكل ١

نموذج التحليل العائلي التوكيدي من الدرجة الأولى لمقياس التعبير عن الامتنان.



وقد حظي نموذج التحليل العائلي التوكيدي للمقياس على مؤشرات حسن مطابقة جيدة، حيث إن قيم مربع كاي غير دالة، وأن قيم جميع المؤشرات وقعت في المدى المثالي لكل مؤشر، مما يدل على مطابقة النموذج الجيدة للبيانات موضع الاختبار (عزت عبد الحميد محمد حسن، ٢٠١٦، ٣٧٤-٣٧٥). والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)

مؤشرات حسن المطابقة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس التعبير عن الامتنان (ن) =
١٥٠.

م	اسم المؤشر	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر
١	الاختبار الإحصائي كا ^٢ X2 درجات الحرية df مستوى دلالة كا ^٢	٢٩٧,٠٩٤ ٢٨٥ ٠,٢٩٩	أن تكون قيمة كا ^٢ غير دالة إحصائياً
٢	نسبة كا ^٢ / df X2 / df	١,٠٤٢	(صفر) إلى (٥)
٣	مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٨٨١	(صفر) إلى (١)
	مؤشر حسن المطابقة المصحح AGFI	٠,٨٤٣	(صفر) إلى (١)
٤	جذر متوسط مربعات البواقي RMSR	٠,٠١٨	(صفر) إلى (٠,١)
٥	جذر متوسط خطأ الاقتراب RMSEA	٠,٠١٧	(صفر) إلى (٠,١)
٦	مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٩٨٥	(صفر) إلى (١)
٧	مؤشر المطابقة التزايدى IFI	٠,٩٨٦	(صفر) إلى (١)
٩	مؤشر توكر لويس TLI	٠,٩٨٢	(صفر) إلى (١)

جدول (٤)

تشبعات عبارات مقياس التعبير عن الامتنان بالعوامل الكامنة الثلاثة من الدرجة الأولى،
مقرونه بخطأ القياس وقيمة ت ومستوى الدلالة.

العامل الكامن	العبارات	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري اللامعيارى	خطأ القياس	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
التعبير عن الامتنان لله	١	٠,٣٦٠	١	-	-	٠,٠١
	٢	٠,٧٦١	١,٢٧٠	٠,٢٨٢	٤,٥٠٥	٠,٠١
	٣	٠,٧٩٤	١,٤٩٩	٠,٣٥٥	٤,٤٧٢	٠,٠١
	٤	٠,٢٩٣	٠,٨٧٧	٠,٣٠٧	٢,٨٥٨	٠,٠١
	٥	٠,٣٨٤	١,٠٤٠	٠,٢٩٨	٣,٤٩٢	٠,٠١
	٦	٠,٧١٥	١,١٧٠	٠,٢٦٥	٤,٤١٢	٠,٠١

العامل الكامن	العبارات	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري اللامعاري	خطأ القياس	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
	١٢	٠,٥٧٢	١,١١٩	٠,٢٩٣	٣,٨١٩	٠,٠١
	١٥	٠,٤٤٦	٠,٨٠٥	٠,٢٢٤	٣,٥٩٨	٠,٠١
	١٧	٠,٤٢٣	١,٢٢٨	٠,٣٤٠	٣,٦١٢	٠,٠١
التعبير عن الامتحان الشخصي	٧	٠,٤٥٦	١	-	-	٠,٠١
	٨	٠,٣٧٨	١,٢٤٢	٠,٣٦٠	٣,٤٥٣	٠,٠١
	٩	٠,٤٧٠	١,٤٢٤	٠,٣٦٨	٣,٨٧٠	٠,٠١
	١٣	٠,٣٨٠	١,٢٣٨	٠,٣٧٠	٣,٣٤٥	٠,٠١
	١٦	٠,٥١٢	١,٨٤٨	٠,٤٥١	٤,٠٩٧	٠,٠١
	١٨	٠,٤٠٢	١,٠٢٨	٠,٢٩٢	٣,٥١٥	٠,٠١
	٢١	٠,٧١٧	١,٠٤٨٠	٠,٢٢٥	٤,٦٤٨	٠,٠١
	٢٣	٠,٥٤١	١,٢٧٨	٠,٢٩٨	٤,٢٨٣	٠,٠١
	١٠	٠,٤٤٣	١	-	-	٠,٠١
	١١	٠,٥٩٨	٠,٤٨١	٠,١٠٠	٤,٨٢٣	٠,٠١
التعبير عن الامتحان للآخرين	١٤	٠,٤٨٧	١,٠٤٣	٠,٢٥٩	٤,٠٣٠	٠,٠١
	١٩	٠,٢٦٤	٠,٥٠٦	٠,١٩٥	٢,٥٨٨	٠,٠١
	٢٠	٠,٣٦٧	٠,٦٢٢	٠,١٨٧	٣,٣٢٤	٠,٠١
	٢٤	٠,٢٩٢	٠,٥٧٦	٠,٢٠٢	٢,٨٤٦	٠,٠١
	٢٥	٠,١٩٣	٠,٦٦٢	٠,٣١٤	٢,١١٠	٠,٠٥
	٢٦	٠,٥١١	١,١٧١	٠,٢٨٩	٤,٠٥٦	٠,٠١
	٢٧	٠,٤٣٨	٠,٧٧١	٠,٢١٩	٣,٥١٧	٠,٠١
	٢٨	٠,٧٨١	١,٢٦٩	٠,٢٨٣	٤,٤٨٧	٠,٠١

يتضح من الجدول (٤) أن كل معاملات الصدق أو تشبعات عبارات المقياس بالعوامل الكامنة الثلاثة من الدرجة الأولى دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) فيما عدا العبارة رقم (٢٥) حيث كانت دالة عند مستوى (٠,٠٥)، مما يدل على صدق جميع عبارات مقياس التعبير عن الامتحان.

(٥) صدق المفردات:

تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس التعبير عن الامتحان والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، والجدول التالي يوضح نتائج ذلك.

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس التعبير عن الامتحان والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة (بعد الحذف) (ن = ٣٠٠).

التعبير عن الامتحان للآخرين		التعبير عن الامتحان الشخصي		التعبير عن الامتحان لله	
معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة
**٠,٥١٦	١٠	**٠,٤٣٤	٧	**٠,٣٨٣	١
**٠,٥٤٣	١١	**٠,٥١٢	٨	**٠,٦٢٥	٢
**٠,٥٣٧	١٤	**٠,٥٣٤	٩	**٠,٦٢١	٣
**٠,٤٨٨	١٩	**٠,٥٦٩	١٣	**٠,٦٠٣	٤
**٠,٤٤٥	٢٠	**٠,٥٧٠	١٦	**٠,٥٩٣	٥
**٠,٤٨٦	٢٤	**٠,٥٢٤	١٨	**٠,٥٨١	٦
**٠,٥٦٥	٢٥	**٠,٥١٤	٢١	**٠,٥٨١	١٢
**٠,٤٦٢	٢٦	**٠,٤٦٩	٢٣	**٠,٤٧٧	١٥
**٠,٥٣٦	٢٧			**٠,٥٧٣	١٧
**٠,٦٤٤	٢٨				

* دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١).

يتضح من جدول (٥) أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس التعبير عن الامتحان، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة (بعد الحذف) دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١)، وتشير هذه النتائج إلى صدق مفردات مقياس التعبير عن الامتحان.

(ب) ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة ألفا كرونباخ، وإعادة التطبيق، عن طريق برنامج (SPSS 18) وذلك على النحو الآتي:
 > طريقة ألفا كرونباخ:

تم حساب معامل الثبات للمقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha)، لكل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية، والجدول (٦) يوضح نتائج ذلك.

جدول (٦) معاملات ألفا كرونباخ لمقياس الامتحان (ن = ٣٠٠).

البعد	عدد المفردات	معامل ألفا كرونباخ
التعبير عن الامتحان لله	٩	٠,٧٠١
التعبير عن الامتحان الشخصي	٨	٠,٧٢١
التعبير عن الامتحان للآخرين	١٠	٠,٦٧١
المقياس ككل	٢٧	٠,٧٧٤

يتضح من جدول (٦) أن جميع قيم معاملات ألفا كرونباخ للأبعاد والمقياس ككل قيم مرتفعة ويمكن الوثوق فيها، وتشير إلى ثبات المقياس.

➤ طريقة إعادة التطبيق:

وتقوم هذه الطريقة على أساس تطبيق المقياس على عينة الكفاءة السيكومترية مرتين متتاليتين، يكون الفاصل بينهما فترة كافية لا تساعد الفرد على تذكر مفردات المقياس، ويدل الارتباط بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني على معامل استقرار (ثبات) الاختبار، وعليه قامت الباحثة بتطبيق مقياس التعبير عن الامتحان على عينة الكفاءة السيكومترية البالغ عددها (٣٠٠) فردًا من المراهقين، وبعد مضي أسبوعين تم إعادة تطبيقه مرة أخرى على نفس العينة، ثم قامت الباحثة بتفريغ الدرجات، وباستخدام معامل الارتباط (بيرسون) بين نتائج التطبيقين ظهرت قيمة معامل الثبات، ويتضح ذلك من خلال الجدول الآتي:

جدول (٧)

معاملات الثبات بطريقة إعادة تطبيق الاختبار لمقياس التعبير عن الامتحان

(ن = ٣٠٠)

البعد	التعبير عن الامتحان لله	التعبير عن الامتحان الشخصي	التعبير عن الامتحان للآخرين	الدرجة الكلية
معامل الارتباط	**٠,٨٣٥	**٠,٨٣٩	**٠,٨٩١	**٠,٨٩٥

(** قيمة معامل الارتباط دالة عند مستوى ٠,٠١)

يتضح من جدول (٧) أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في كل بعد من أبعاد المقياس، وكذلك في المقياس ككل جميعها مرتفعة ودالة عند مستوى دلالة (٠.٠١)، وهذا يؤكد أن المقياس على درجة عالية من الثبات، وبناء عليه يمكن الوثوق والاطمئنان إلى نتائج المقياس في الدراسة الحالية.

(ج) الاتساق الداخلي لمفردات المقياس: حيث تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس التعبير عن الامتحان والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، ويوضح الجدول (٧) نتائج ذلك.

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس التعبير عن الامتحان والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة (ن = ٣٠٠).

التعبير عن الامتحان للآخرين		التعبير عن الامتحان الشخصي		التعبير عن الامتحان لله	
معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة
**٠,٥١٢	١٠	**٠,٤٣٤	٧	**٠,٥٨٣	١
**٠,٥٤٧	١١	**٠,٥٥٤	٨	**٠,٦١١	٢
**٠,٥٤٨	١٤	**٠,٥٥٩	٩	**٠,٦١٦	٣
**٠,٤٩٧	١٩	**٠,٥٧٢	١٣	**٠,٥٦١	٤
**٠,٤٦٠	٢٠	**٠,٥٨٩	١٦	**٠,٥٨٣	٥
**٠,٥١٣	٢٤	**٠,٥٢٦	١٨	**٠,٥٨٦	٦
**٠,٥٧٣	٢٥	**٠,٥١٢	٢١	**٠,٥٤٧	١٢
**٠,٤٨٨	٢٦	**٠,٥٠٥	٢٣	**٠,٤٦٩	١٥
**٠,٥٣٧	٢٧			**٠,٥٥٠	١٧
**٠,٦٥٥	٢٨				

** دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١).

يتضح من جدول (٢) أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس التعبير عن الامتحان، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١)، وتشير هذه النتائج إلى الاتساق الداخلي لمفردات المقياس.

ومن هذه الإجراءات السابقة تأكد للباحثة صدق وثبات مقياس التعبير عن الامتتان، ومن ثم صلاحيته للاستخدام في الدراسة الحالية.

وبناء على ما سبق فقد تم حذف عبارة واحدة فقط من البعد الثالث، وهي العبارة رقم (٢٢)، وبالتالي فقد وصل العدد النهائي لعبارات المقياس (٢٧) عبارة، حيث تضمن البعد الأول (التعبير عن الامتتان لله) تسع عبارات هي: (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠)، وتضمن البعد الثاني (التعبير عن الامتتان الشخصي) ثماني عبارات هي: (١١، ١٢، ١٣، ١٤، ١٥، ١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٣)، وتضمن البعد الثالث (التعبير عن الامتتان للآخرين) عشر عبارات هي: (٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٢٩، ٣٠، ٣١، ٣٢، ٣٣).

➤ ملخص النتائج:

- ١- أسفرت النتائج عن أن الاتساق الداخلي للمقياس مرتفع وظهر ذلك من خلال معاملات الارتباط مرتفعة بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس التعبير عن الامتتان والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة.
- ٢- يتمتع المقياس بمؤشرات صدق عالية ودالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) فيما عدا العبارة رقم (٢٥) حيث كانت دالة عند مستوى (٠,٠٥)، مما يدل على صدق جميع عبارات مقياس التعبير عن الامتتان.
- ٣- تم التأكد من الثبات من خلال ألفا كرونباخ واتضح أن جميع معاملات الثبات مرتفعة، ومن ذلك تخلص الباحثة إلى أن مقياس التعبير عن الامتتان لدى المراهقين يعد ذو خصائص سيكومترية تطمئن الباحثين لاستخدامه في الدراسات السيكولوجية.
- يتكون هذا المقياس من (٢٧) موقف موزعة على (٣) أبعاد هم التعبير عن الامتتان لله، والتعبير عن الامتتان الشخصي، والتعبير عن الامتتان للآخرين، وعدد الاستجابات (٣) استجابات هي أ-ب-ج.

➤ قائمة المراجع:

- إيمان محمد عبد العظيم. (٢٠٢٠). البنية العاملية والخصائص السيكومترية لمقياس الامتحان لدي طلاب الجامعة. *مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية*، ١٧(١٢٥)، ٥٥-٧٧.
- حليمة إبراهيم أحمد الفيلكاوي. (٢٠١٩). التسامح والامتحان بين الزوجين وعلاقته بالشعور بالرفاهة النفسية للأسرة. *مجلة العلوم التربوية*، جامعة القاهرة، ٢٧(١)، ٤٨-١.
- جيهان عثمان محمود. (٢٠٢٠). رأس المال النفسي والامتحان كمتغيرين وسيطين في العلاقة بين جودة حياة العمل المدركة والهناء الذاتي لدى المعلمين بالمرحلة الإعدادية. *المجلة التربوية لكلية التربية*، جامعة سوهاج، ٧٥(٧٥)، ٩٩-١٧٦.
- خيري أحمد حسين، نجوى إبراهيم رفاعى، عادل محمد الصادق. (٢٠١٩). السيكومترية لمقياس المرونة الإيجابية لدى الطلاب المراهقين. *مجلة كلية التربية*، جامعة بينها، ٣٠(١١٩)، ١٦٥-١٨٤.
- سارة حسام الدين مصطفى. (٢٠١٦). برنامج إرشادي تكاملي باستخدام إرادة الحياة وأثره على العفو والامتحان والإستمتاع بالحياة لدى عينة من الشباب الجامعي. *رسالة دكتوراه*، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- هانى سعيد محمد. (٢٠١٤). الإسهام النسبي للتسامح والإمتنان في التنبؤ بالسعادة لدى طلاب الجامعة. *دراسة في علم النفس الإيجابي*، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٢٤(٢)، ١٤٣-١٨٤.
- سعد عبد الرحمن. (٢٠٠٨). *القياس النفسي (النظرية والتطبيق)* (ط٥). الجيزة: هبة النيل العربية للنشر والتوزيع.
- صفوت فرج. (٢٠٠٧). *القياس النفسي* (ط٦). مكتبة الأنجلو المصرية. القاهرة.
- علي ماهر خطاب. (٢٠٠١). *القياس والتقويم في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية* (ط٢). مكتبة الأنجلو المصرية. القاهرة.
- فاطمة خليفة السيد، شروق غرم الله الزهراني. (٢٠٢٣). الخصائص السيكومترية والبناء العامل لمقياس الامتحان في العلاقة الزوجية لدى المتزوجين بالمملكة العربية السعودية. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، ٥٧، ١٤٨-٨٦.

فيصل خليل الربيع، كوكب يوسف عبابنه.(٢٠١٨). الامتحان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات. مجلة دراسات العلوم التربوية، ٤٥،(٤)، ٦٥٣-٦٧٢.

مريم عواد الزيادات. (٢٠٢٢). مستوى الامتحان وعلاقته بالضغط النفسي المُدرك والتكيف مع الحياة الجامعية لدى طلبة السنة الأولى في الجامعات الأردنية. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، ٣٥،(٤)، ٢٠٩-٢٤٦.

ناهد محمد وراذ.(٢٠٢٠). النموذج السببي للعلاقة بين الرفاهية النفسية وإرادة الحياة والتسامح والامتحان لدى المسنين. مجلة البحث العلمي في التربية، جامعة عين شمس، ٢١،(١٢)، ٢٣٤-٢٦٨.

هشام محمد علي.(٢٠٢٠). التعاطف والامتحان كمحددات للإيثار لدى عينة من الطلاب المتفوقين دراسياً. مجلة البحث في التربية وعلم النفس، جامعة المنيا، ٣٥،(١)، ١٦٨-٢٣٦.

Algoe, S. B. (2012). Find, remind, and bind: The functions of gratitude in everyday relationships. *Social and personality psychology compass*, 6(6), 455-469.

Berit, I.D., & Neal,K.(2005).Self- Forgiveness A Component of Mental Health in Later Life. *Sage Publications, Research on Aging*,27(3),267-289.

Charlotte, v. O. W., Fallon, J. R., Lindsey M. R. L., &Daryl R. V.T. (2019). Gratitude predicts hope & happiness: A two-study assessment of traits & states. *The Journal of Positive Psychology*, 14,(3), 271-282.

Emmons,R.,&McCullough,M.(2004). *The Psychology of gratitude*:New York: Oxford University Press.

Fredrickson, B. L. (2004). Gratitude, like other positive emotions, broadens and builds. *The psychology of gratitude*, 145, 166.

Fredrickson, B. L. (2013). Positive emotions broaden and build. *In Advances in experimental social psychology* ,47, 1-53. Academic Press.

Hume , D, (1988) , *A treatise of human nature* , Oxford ; clarendon.

McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *Journal of personality and social psychology*, 82(1), 112.

- Polak, E. L., & McCullough, M. E. (2006). Is gratitude an alternative to materialism?. *Journal of Happiness Studies*, 7, 343-360.
- Watkins, P. C., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R. L. (2003). Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well-being. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 31(5), 431-451.
- Weiner, B. (1986). *An Attribution Theory of Motivation and Emotion*, New York: Springer-Verlag.
- Wood, A. M., Froh, J. J., & Geraghty, A. W. (2010). Gratitude and well-being: A review and theoretical integration. *Clinical psychology review*, 30(7), 890-905.

صياغة المقياس في صورته النهائية

➤ عنوان المقياس: مقياس التعبير عن الامتنان لدى المراهقين.

➤ معدين المقياس:

أ.د/ تحية محمد عبد العال أستاذ بقسم الصحة النفسية والتربية الخاصة -كلية التربية- جامعة
بنها.

أ.د/ آمال إبراهيم الفقي أستاذ بقسم الصحة النفسية والتربية الخاصة -كلية التربية- جامعة
بنها.

د/ إيمان رجب قنديل مدرس بقسم الصحة النفسية والتربية الخاصة -كلية التربية- جامعة بنها.
مروة السيد السيد أبوالمجد معيدة بقسم الصحة النفسية والتربية الخاصة -كلية التربية- جامعة
بنها، "تخصص صحة نفسية وإرشاد نفسي".

➤ مواقف المقياس:

١- إذا ذهبْتُ في رحلة مع زملائي / زميلاتي للتنزه، وفي أثناء الرحلة أعجبني ما رأيته من
مناظر طبيعية خلابة، فإنني:

أ: تملأني مشاعر الشكر لله سبحانه وتعالى.

ب: أشعر بالراحة والاطمئنان.

ج: أغفل عن استشعار هذه النعم.

٢- إذا كنتُ أسير في الطريق، ولم أكن منتبهاً، وكنتُ على وشك التعرض لحادث أليم،
ونجاني الله منه، فإنني:

- أ: أفكر في سبب نجاتي من الحادث.
 ب: أحمد الله على نجاتي من هذا الحادث.
 ج: أتابع سيرتي، ولا أهتم بما حدث.
- ٣- إذا تعرضت لوعكة صحية وشفاني الله، فإنني:
 أ: أتضرع إلى الله بالدعاء والحمد على فضله.
 ب: أحاول أن أحافظ على صحتي.
 ج: أرى أن الشفاء بسبب التزامي بأخذ الدواء.
- ٤- إذا مرض زميلي / زميلتي وذهبت لزيارته في المستشفى، فإنني:
 أ: لا يتبادر إلى ذهني شكر الله.
 ب: أوصيه أن يتبع تعليمات الطبيب.
 ج: أشكر الله على معافاته لي من المرض.
- ٥- إذا مررتُ بظروف صعبة أثناء امتحاناتي، فإنني:
 أ: أشعر ببعض الاستياء مما حدث.
 ب: أعتقد أن الحياة قد ظلمتني.
 ج: أشكر الله سبحانه وتعالى في السراء والضراء.
- ٦- إذا اجتزتُ اختبارًا كنت أظن أنني سوف أرسب فيه، فإنني:
 أ: أصلي لله وأحمده على نجاحي.
 ب: تغمرني مشاعر السعادة.
 ج: أعتقد أنني نجحت بسبب جهدي وحدي.
- ٧- إذا قدمتُ مساعدة لزملائي / لزميلاتي ولم يشكروني، فإنني:
 أ: أشعر بالفخر والامتنان لمساعدتي لهم.
 ب: أفكر في عدم تقديم المساعدة لهم مرة أخرى.
 ج: ألوم نفسي وأتوقف عن مساعدة الآخرين.
- ٨- عند حصولي على درجة غير جيدة في الامتحان بالرغم من المجهود الذي بذلته فإنني:
 أ: أقنع بما حققته.
 ب: ألوم نفسي على ذلك.

- ج: أمتن لنفسي على نجاحي وأسعي لتحقيق الأفضل.
- ٩- عند تحقيقي لهدف شخصي كنتُ أسعي إليه، فإنني:
أ: أشعر بقيمه نجاحي وأعبر عن امتناني لنفسي.
ب: أحافظ على ما حققته من نجاح.
ج: أرى أن الظروف خدمتني.
- ١٠- إذا استدعيتُ أحد زملائي / زميلاتي لمساعدتي في حل مشكلة لي وقام بحلها، فإنني:
أ: تحدثتني نفسي بأنه ما فعل إلا الواجب.
ب: أستعين به إذا واجهني مشاكل آخري.
ج: أقر له بفضلته على مساعدتي.
- ١١- إذا نسيْتُ حقيقتي في وسيلة المواصلات أثناء عودتي من الجامعة إلى بيتي، وأعادها لي السائق، فإنني:
أ: أخذ منه حقيقتي وأفكر في مكافأته.
ب: أقدم له الشكر والامتنان على ذلك وأكافئه.
ج: أقول في نفسي هذا واجبه.
- ١٢- إذا سمعتُ صوت المطر أثناء استذكارى لبعض الدروس، فإنني:
أ: أشكر الله على نعمة المطر وأن يرزقني العلم النافع.
ب: أستمتع بمشاهدة تساقط الغيث.
ج: لا أبالي بالأمر.
- ١٣- إذا كُلفتُ بعمل نشاط عليه نسبة من درجات أعمال الفصل، وأنجزته بنجاح، فإنني:
أ: تملأني مشاعر الرضا عن نفسي.
ب: أشعر بأنه أمر عادي.
ج: أفكر في مكافأة نفسي.
- ١٤- أثناء ذهابي لتصوير بعض الاوراق من المكتبة، ولم أجد معي فائضًا من المال، وطلبت من زميلي وأعطاني، فإنني:
أ: أشكره على ذلك وأشعر بالامتنان نحوه.
ب: أتردد في تقديم الشكر له؛ لأن هذا واجبه تجاهي.
ج: أرى أن تصرفه عادي وطبيعي.

- ١٥- إذا كنت في المكتبة ووجدتُ كتابًا أنا في أمس الحاجة إليه، وهو غير متوفر، واستطعت استعارته، فإنني:
- أ: أعتقد بأنني شخص محظوظ جدًا.
- ب: أحمد الله أنه وفقني في حصولي على هذا الكتاب.
- ج: أعتزف أنني وصلت إليه بفضل مجهودي.
- ١٦- إذا تخطيتُ مشكلة ما تعرضتُ لها في الجامعة، فإنني:
- أ: أقدر نفسي على نجاحي في مواجهتها.
- ب: أعتقد بأنني شخص محظوظ.
- ج: لا أبالي بالأمر.
- ١٧- إذا شاهدتُ أحد المعاقين في الطريق أثناء عودتي إلى المنزل، فإنني:
- أ: أستشعر نعمة العافية وأحمد الله عليها.
- ب: أساعده بما أراه مناسبًا.
- ج: أسير في طريق آخر.
- ١٨- إذا طلب مني زميلي / زميلتي أن أعطيه بعض المحاضرات التي لم يحضرها لمرضه، ووافقت، فإنني:
- أ: أفتخر بنفسي أنني ساعدته.
- ب: أحاول تقديم بعض المساعدة له.
- ج: أشعر بالأسف أنني أعطيته مجهودي.
- ١٩- إذا استعرتُ من زميلي كتابًا كنت أحتاجه، فإنني:
- أ: أشكره وأقدر موقفه النبيل.
- ب: أعطيه كتبي إذا احتاجها.
- ج: أخذه ولا أهتم بالأمر.
- ٢٠- عندما أرى تعب والداي لتوفير وسائل الراحة والعيش لي فإنني:
- أ: أدرك أن والداي بذلاً الكثير من أجلي وأشكرهما وأدعو لهما.
- ب: أحاول المحافظة على ما قدمه لي والداي.
- ج: لا أنشغل بتقديم الشكر والامتنان لهما.
- ٢١- أثناء سيرتي في الطريق شاهدتُ أحد المسنين يحتاج أن يعبر الطريق، فإنني:

- أ: أساعده وأشعر بالرضا عن نفسي لما قمت به.
 ب: أنادي على شخص آخر لمساعدته.
 ج: أتركه دون مساعدة، وأمضي في طريقي.
- ٢٢- إذا شرحتُ لزميلي / لزميلتي بعض الدروس التي لا يفهمها، فإنني:
 أ: أترك له بعض النقاط ليفهمها بنفسه.
 ب: لا ينتابني أي شعور تجاه ذلك.
 ج: أشعر بالرضا لأنني تمكنت من استخدام قدراتي في مساعدة زميلي.
- ٢٣- إذا صدر عني سلوك غير لائق، وقدم لي أستاذي النصيحة بهدوء، فإنني:
 أ: أبتسم له وأشكره بامتنان.
 ب: أشعر بالقليل من الخجل.
 ج: لا أبالي وأتهرب من ذلك.
- ٢٤- إذا ظهرت النتيجة، وفوجئت بأن تقديراتي مرتفعة، فإنني:
 أ: أرجع نجاحي لاجتهادي وتعبتي.
 ب: أفكر في الاتصال بأساتذتي لشكرهما إذا حانت الظروف.
 ج: أدين بالشكر لأساتذتي وأقر لهما بالفضل.
- ٢٥- إذا شعرتُ بتعب شديد، ووجدتُ والداي بجواري، فإنني:
 أ: تغمرني مشاعر الحب والامتنان لهما.
 ب: أقدم لهما القليل من الشكر على وجودهما بجواري.
 ج: أرى أن هذا واجبهم نحوي.
- ٢٦- إذا لبي أستاذي طلبي بشرح جزء من المقرر، فإنني:
 أ: أبدي القليل من الشكر لأن هذا واجبه تجاهي.
 ب: أعبر عن امتناني له وأشكره على الشرح.
 ج: أغادر دون شكره.
- ٢٧- إذا قدم لي أحد أصدقائي المقربين هدية بمناسبة عيد ميلادي، فإنني:
 أ: لا اكرث بذلك.
 ب: أبدي بعض الإعجاب لما قدمه لي.
 ج: أبتهج وأشكره على الهدية.