

الإسهام النسبي لكل من الامتحان والعفو في التنبؤ بالحكمة لدى عينة من طلبة الجامعة

د. هاني فؤاد سيد محمد سليمان**

أ.م.د/ رمضان عاشور حسين سالم*

المستخلص

هدف البحث إلى التعرف على درجة إسهام كل من الامتحان والعفو في التنبؤ بالحكمة، وتكونت عينة البحث من عدد (٢٥٦) من طلبة كلية التربية بالتخصصات العلمية والأدبية جامعة حلوان، واعتمد البحث على المنهج الوصفي الارتباطي التحليلي، وتم تطبيق الأدوات الآتية؛ مقياس الامتحان لطلبة الجامعة إعداد الباحثان، مقياس العفو لطلبة الجامعة إعداد الباحثان ومقياس الحكمة لطلبة الجامعة إعداد الباحثان، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين درجات الطلبة على مقياس الامتحان ودرجاتهم على مقياس الحكمة، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين درجات الطلبة على مقياس العفو ودرجاتهم على مقياس الحكمة، كذلك أظهرت النتائج أن الامتحان والعفو يسهمان إسهاماً دالاً احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) في التنبؤ بالحكمة، حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة (101.072)، كما بلغت قيمة معامل التحديد (R^٢) (٠.709)، أي أن الامتحان والعفو يفسران نحو (٧١%) من أداء أفراد العينة على متغير الحكمة.

الكلمات المفتاحية: الإسهام النسبي، الامتحان، العفو، الحكمة، طلبة الجامعة.

مقدمة البحث:

تعتبر الحكمة من المفاهيم الحديثة نسبياً في علم النفس لا سيما علم النفس الإيجابي؛ وذلك على الرغم من كونها من المفاهيم المتأصلة في الثقافات والحضارات لاسيما القديم منها؛ حيث استخدمتها تلك الثقافات لوصف فئة معينة من أفرادها التي تتسم بسمات محددة، وظل مفهوم الحكمة على مر التاريخ وصفاً يطلق على ذلك الشخص الذي يتمتع بصفات معينة يحددها ذلك المجتمع أو تلك الثقافة.

وفي العصر الحديث ومع تطور علم النفس المعرفي بدأ الباحثون في تناول الحكمة على اعتبار أنها قدرة عقلية عليا، بل ذهب البعض إلى اعتبارها قدرة القدرات؛ حيث يرى Erikson (1986) أن الحكمة هي نتاج المراحل الثماني من النمو عبر حياة الإنسان، حيث تعقب مرحلة "تكامل الأنا في مقابل الشعور باليأس"، وليس معني ذلك أن الحكمة لا يمكن أن تنضج في مراحل سابقة؛ ولكنه اعتبرها ناتج طبيعي لنجاح الفرد في تلك المرحلة وتحقيق تكامل الأنا والسيطرة على الأنا من اليأس، والذي يحدث عادة في مرحلة متأخرة من حياة الفرد. (Ardelt, 2003; Sternberg., & jordan, 2005).

كما يُعد الامتحان والعفو من المفاهيم الأساسية الحديثة في علم النفس الإيجابي كذلك؛ فهما من المفاهيم التي تساعد الفرد على تحقيق أهدافه في الحياة وأن يسلك بصورة إيجابية في مختلف مواقف

*أستاذ مساعد الصحة النفسية "تربية خاصة"- كلية التربية- جامعة حلوان

**مدرس علم النفس التربوي- كلية التربية- جامعة حلوان

البريد الإلكتروني: dr_hanyfouad@hotmail.com

الحياة اليومية، كما أن الامتنان والعفو يسهمان في أن تسود روح العفو في المجتمعات؛ الأمر الذي ينعكس إيجابياً علي سلامة واستقرار المجتمع.

ومصطلح الامتنان Gratitude مشتق من الكلمة اللاتينية Gratia (أي النعمة)، وكل مشتقات الكلمة اللاتينية تتضمن العطف، الكرم، السخاء، المنح والعطاء، ويعني الامتنان الشعور بالشكر والتقدير للفوائد التي يحصل عليها الفرد، فالامتنان يعتبر مقياس أخلاقي يزود الفرد بقراءة وجدانية تصاحب عملية الإدراك بأن شخصاً ما قد عاملني بما هو لائق اجتماعياً ويستحق الشكر والتقدير، وأن الامتنان كحافز أخلاقي يدفع الفرد للتصرف بطريقة متوافقة اجتماعياً، فالامتنان يُعد مُعززاً أخلاقياً يشجع على ما هو مقبول اجتماعياً (Emmons.,& McCullough, 2004).

ويُعد الامتنان من أهم السمات الإيجابية التي تساعد الأفراد على تعزيز مستويات أدائهم الشخصي والاجتماعي؛ فالمجتمعات التي يسودها الامتنان تكون أكثر إيجابية حيث تقدم تصوراً مهماً للرفي والاستقرار النفسي والاجتماعي (Gallagher.,& Lopez, 2019).

وهذا ما أشارت إليه نتائج دراسة زهراء محمد فريد (٢٠١٩) من أن الامتنان يؤثر تأثيراً مباشراً على كل من الأمل والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة. وكذلك ذكر (Emmons 2008) أن الامتنان يتطلب من الفرد أن يدرك وجود شيء إيجابي في حياته، وأن يدرك أيضاً أن مصدر هذا الشيء من خارجه، وذكر كل من (Lopez, Pedrotti and Snyder 2018) أن الامتنان يتطلب من الفرد استرجاع الأحداث الماضية، وقد يكون موجهاً نحو الأشخاص أو الخالق عز وجل؛ فحتى يشعر الفرد بالامتنان يتطلب ذلك أن يتم تقديم الخدمات أو المنافع أو المكاسب بصورة قصدية إيثارية دون وجود أي مصلحة شخصية لمقدم الخدمة على أن تكون ذات قيمة وفائدة بالنسبة للفرد، ويكون تقديمها بصورة اختيارية حرة دون أي إجبار، وذكر إكرام حمزة السيد (٢٠١٨) أن الامتنان يتطلب الإحساس الدافئ بتقدير شخص ما أو شيء ما، والإحساس بالنية الحسنة نحو هذا الشخص أو الشيء، والاستعداد للتصرف بإيجابية وبهذا الإحساس ينبع التقدير والنية الحسنة، ويدرك الفرد الممتن الحصول على منفعة أو فائدة من شخص آخر.

ويشير كل من (Emmons and Kneezel 2005) إلى أهمية الامتنان كسلوك إيجابي في تحقيق مستويات عالية من الصحة النفسية للفرد وتنمية مهاراته في التفاعل الإيجابي مع المحيطين، حيث أشار إلى ارتباط الامتنان بالمستويات العالية من التفاؤل والرضا عن الحياة والمستويات المنخفضة من الاكتئاب ومشاعر الغضب. وذكر (Emmons et al. 2004) أن للامتنان ثلاثة عناصر؛ كونه شعور دافئ من التقدير لشخص ما أو شيء ما، والنوايا الحسنة تجاه هذا الشخص أو الشيء والتصرف الحسن الذي ينبع من التقدير وحسن النية.

أما بالنسبة للعفو Forgiveness يُعد خطوة رئيسة في مساعدة الفرد على استعادة علاقته الاجتماعية المتصدعة، فهو يشعره بالثقة المتبادلة مع الآخرين، حيث أوضح (McCullough 2000) العفو من وجهة النظر النفسية من خلال اقتراضه أن الأفراد يميلون إلى أن يكون لديهم ثلاثة دوافع أولية وهي؛ تجنب المسئء نفسيًا وشخصيًا، واتجاههم إلى الخير تجاه من أساء إليهم أو السعي للانتقام ممن أساء إليهم. وذكر كل من (Maltby, Macaskill and Day 2001) أن العفو قد يكون سمة من سمات شخصية الفرد؛ فيتصف بالعفو في كل مواقف الحياة اليومية بصرف النظر عن أي ظروف أخرى، وقد

يكون حالة موقفه لدى الفرد حيث يتخذ فيه الفرد القرار بالعمو حسب الموقف من حيث طبيعة الإساءة وحجم الضرر الناجم عنها، وأوضحت زينب محمود شقير (٢٠١٢) أن الفرد الذي يتميز بالعمو من خلال ما يملك من معارف ووجدانيات وسلوكيات تجعله يشعر بالتقبل لأفكاره ومعتقداته، راضياً عن نفسه، وجديراً بمحاسبتها ومتساهلاً معها، يمتلك السيطرة على نزعاته وشهواته متحكماً في انفعالاته وتوازنه الانفعالي، متحملاً للضغوط والمحن، قادراً على تحمل الألم النفسي والبدني، محترماً ومقدراً آراء ومعارضات ووجهات نظر الآخرين بشيء من العمو وسعة الصدر واللين والود، مراعيًا لقيم العقيدة والأخلاق والمجتمع والقانون.

وأوضح علاء الدين كفاي (٢٠٠٥) أن الأفراد الذين يتميزون بالعمو؛ هم من يتقبلون ذواتهم، وإن كانوا مخطئين، وكذلك من يبادرون بالصفح استجابة لأمر الله عز وجل ورغبة منهم في الحصول على ثواب العافين عن الناس، وكذلك من يعفو نتيجة ضغوط الآخرين عليه أو تقديم المسمى له اعتذار، وكذلك من تدفعه حقوق الصداقة للعمو عن المخطئ؛ ففي كل هذه الأحوال إذا حدث واتخذ الفرد قرار العمو فإنه غالباً ما يشعر بالتوازن الوجداني حيث تتغلب المشاعر الإيجابية المتمثلة في العمو والصفح وضبط النفس على المشاعر السلبية المتمثلة في الغضب والحزن والقلق والاستياء، ومن ثم الشعور بالراحة النفسية والسعادة، وذكر السيد كامل الشربيني (٢٠١١) أن العمو يبسر حدوث الانفعالات الإيجابية المرتبطة بالحب والايثار، ويحقق درجة مرتفعة من الانسجام والتوافق فهو يضم الجراح بين الفرد المسمى والمساء إليه، ويسهم في بناء بيئة نفسية سوية ومستوى عالي من الصحة النفسية والجسدية وإنهاء الخصومة والعداية بين الأفراد.

والعمو يتضمن مظهرين أولهما؛ تخلي المساء إليه عن المشاعر والأفكار والسلوكيات السلبية كالغضب والغيظ والاستياء، والرغبة في الثأر وإيقاع الأذى بالمسمى، وثانيهما نمو الانفعالات والأفكار والسلوكيات الإيجابية تجاه المسمى كالشفقة والمودة والرحمة وإبداء السلوكيات الخيرية تجاهه (ميشيل، كينث وكارل، ٢٠١٥، ١١).

وفي ضوء ما تقدم جاء هذا البحث للكشف عن الإسهام النسبي لكل من العمو والامتنان في التنبؤ بالحكمة لدى طلبة الجامعة.

مشكلة البحث:

تعد الحكمة أحد الركائز الأساسية التي تلعب دوراً مهم في جعل حياة الإنسان تسير بشكل جيد؛ فهي تمد الإنسان بالاستبصارات، وتُرشده فيما يتعلق بالأسئلة المرتبطة بالحياة وطبيعتها، ومن ثم فهي تقوده إلى حياة ذات معنى (Stange., & Kunzmann 2008, 23).

وتمثل الحكمة إطاراً شاملاً يتضمن عديد من القدرات المعرفية إلى جانب سمات الشخصية؛ والحكمة قديمة قدم الإنسان ذاته؛ حيث يؤرخ للحكمة على أنها ظهرت في كتابات المصريين القدماء، وذلك في العام (٣٠٠٠) قبل الميلاد؛ حيث ظهرت في كتابات "بتاح حتب"، وقد كانت مزيجاً من النصائح التي اكتسبها الآخرون ويحاولون نقلها للأبناء، وكانت الحكمة في معظمها مجموعة نصائح إجرائية تسعى لحل المشكلات الاجتماعية التي تواجه الفرد -لاسيما الحاكم- والمساعدة في إعداده بشكل جيد للحكم (Ferrari., & potworowski, 2008).

وأوضح (Kazdin 2000) أن الحكمة شكل من أشكال السلوك الإنساني النموذجي، وتتضمن استنباط المعرفة عن الذات وعن العالم، والقدرة على إصدار أحكام صحيحة، وذكر Asadi, Amiri, Molavi and Noaparast (2011) أن الحكمة حالة عقلية سلوكية تتضمن التكامل والتوازن بين الجوانب العقلية والتأملية والوجدانية، فهي تمثل أعلى مستوى من المعرفة بالأهداف في الحياة. فالحكمة هي المعرفة المتراكمة والتعلم المنظم والحكم بين الخير والشر، والقدرة على حل المشكلات وفهم مبادئ العقل واختيار النمط الأفضل للحياة بعقلانية (Atarodi Beimorghi, Hariri., & Babalhavaeji, 2017).

حيث عرف طريف شوقي (٢٠٠٧، ٣٥٩-٣٦١) الحكمة على أنها "القدرة على فهم الطبيعة البشرية والمعرفة الخبيرة بأساليب الحياة العملية وسبل إدارتها والتخطيط لها ومراجعتها والاستنباط بالوسائل والغايات المؤدية للنجاح فيها، وتفهم الآخر وإسداء النصح والمشورة والحكم، والوعي بحدود المعرفة وإضفاء معنى على الحياة وتوظيف تلك المعرفة لحسن حال الفرد والآخرين.

وبهذا المعنى فإن الحكمة تمثل بلورة لكافة الخبرات والسمات الإيجابية التي يتسم بها الإنسان، والتي تتمثل في: المعرفة بالذات، القدرة على إصدار الأحكام الصحيحة، التعلم المنظم، القدرة على حل المشكلات، تفهم الآخر.

ومن ثم يمكن القول بأنه يمكن التنبؤ بالحكمة من خلال عديد من السمات الإيجابية، وكذلك القدرات المعرفية حيث اتفقت عديد من الدراسات السابقة العربية على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين الحكمة وكل من مهارات التفاوض، الذكاء الاجتماعي، أحداث الحياة الضاغطة، الصمود النفسي، الدافعية الأخلاقية، أساليب اتخاذ القرار (هيام صابر صادق، ٢٠١٢؛ فاتن فاروق عبدالفتاح، شيري مسعد حلیم، ٢٠١٤؛ وفاء محمد عبدالجواد، ٢٠١٥؛ هناء محمد ذكي، ٢٠١٧؛ حسنى زكريا السيد، ٢٠١٨). وأوضحت دراسة خالد ناهس العتيبي (٢٠١٧) وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائياً بين الاحتراق النفسي والحكمة الشخصية لدى المعلمين.

كذلك أشارت عديد من الدراسات على قدرة العفو على التنبؤ بالجوانب الإيجابية في الشخصية ومنها التنبؤ بجودة الحياة، مستويات الصحة النفسية، المناعة النفسية، السعادة، الرضا عن الحياة والتوازن الوجداني (يزيد محمد حسن، ٢٠١٥؛ محمد محبوب أحمد ومحمود محمد محمود، ٢٠١٦؛ جبار وادي باهض العكيلي، ٢٠١٧؛ سيد أحمد البهاص، ٢٠٠٩).

كذلك اتفقت عديد من الدراسات على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين العفو وكل من نوعية الحياة، السعادة، الانبساطية، المقبولية الاجتماعية، يقظة الضمير، الرضا عن الحياة، تقدير الذات، الثقة بالنفس، الرضا عن الحياة، المناعة النفسية (رشا عصام الدين محمد، ٢٠١٣؛ هاني سعيد حسن، ٢٠١٤؛ سيد أحمد البهاص، ٢٠٠٩؛ السيد كامل الشربيني، ٢٠٠٩؛ صافية فتح الباب، ٢٠١٣؛ شيماء عبدالمنعم عبد الحافظ، ٢٠١٥؛ يزيد محمد حسن، ٢٠١٥؛ سعود القثامي، ٢٠١٦؛ جبار وادي باهض العكيلي، ٢٠١٧)، واتفقت دراسة كل من (سيد أحمد البهاص، ٢٠٠٩؛ السيد كامل الشربيني، ٢٠٠٩؛ إيمان محمد سعد، ٢٠١٢) على وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائياً بين العفو وكل من العصابية، سمة الغضب.

وتظهر تلك النتائج وجود رابط بين الحكمة والامتنان والعفو؛ حيث توضح تلك النتائج بشكل غير مباشر على أن الإنسان لكي يصل إلى الحكمة لابد وأن يمتلك القدرة على العفو، وكذلك الشعور بالامتنان بشكل عام، ومن ثم يمكن تحديد مشكلة البحث في الأسئلة الآتية:

١- ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين درجات عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياسي الامتنان والحكمة ومكوناتهما الفرعية؟

٢- ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين درجات عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياسي العفو ومكوناته الفرعية والحكمة ومكوناتهما الفرعية؟

٣- ما إسهام كل من الامتنان والعفو في التنبؤ بالحكمة لدى عينة من طلبة الجامعة؟

أهداف البحث:

١- الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين درجات الطلبة على مقياس الامتنان ودرجاتهم على العوامل والدرجة الكلية لمقياس الحكمة لدى عينة من طلبة كلية التربية بالتخصصات العلمية والأدبية بجامعة حلوان.

٢- الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين درجات الطلبة على العوامل والدرجة الكلية لمقياس العفو ودرجاتهم على العوامل والدرجة الكلية لمقياس الحكمة لدى عينة من طلبة كلية التربية بالتخصصات العلمية والأدبية بجامعة حلوان.

٣- الكشف عن درجة الإسهام النسبي لكل من الامتنان والعفو في التنبؤ بالحكمة لدى عينة من طلبة كلية التربية بالتخصصات العلمية والأدبية بجامعة حلوان.

أهمية البحث: تتضح أهمية البحث من خلال الأهمية النظرية والتطبيقية.

الأهمية النظرية:

١- تتضح الأهمية النظرية من أهمية الموضوع الذي يتناوله البحث؛ وهو الإسهام النسبي لكل من الامتنان والعفو في التنبؤ بالحكمة لدى طلبة كلية التربية بالتخصصات العلمية والأدبية بجامعة حلوان؛ حيث أنهم رأس المال البشري فهم معلمي المستقبل الذين سوف يؤثرون في المجتمع بأكمله فهم المسئول الأول عن تربية أطفال المستقبل، وتتضح أيضاً أهمية الدراسة النظرية من طبيعة العينة؛ وهم طلبة الجامعة حيث مدى أهمية متغيرات الامتنان والعفو والحكمة في تشكيل سمات شخصياتهم في هذه المرحلة العمرية الحرجة.

٢- تسليط الضوء على متغيرات علم النفس الإيجابي الحديثة؛ الامتنان، العفو والحكمة والتي تعتبر من المتغيرات ذات التأثير الإيجابي في الشخصية.

الأهمية التطبيقية:

١- تحديد مقدار الإسهام النسبي لكل من الامتنان والعفو سوف يُساعد المعلمين والمربين بشكل عام على العمل على تنمية الحكمة لدى طلابهم من خلال التركيز على سلوكيات العفو والامتنان.

٢- توفير معادلة للتنبؤ بالحكمة من خلال متغيرات الدراسة تُساعد المربين على التعرف على مفهوم الحكمة وطبيعته والعوامل المؤثرة فيه، مما يُساعد على تنميته وتطويره.

٣- إثراء المكتبة العربية والمهتمين بمجال علم النفس الإيجابي بمقاييس الامتنان والعفو والحكمة لطلبة الجامعة تتحقق فيها الخصائص السيكومترية للقياس في البيئة العربية.

٤- بناء برامج إرشادية تهدف إلى تنمية الامتنان والعفو والحكمة لدى طلبة الجامعة وعينات مختلفة، وذلك في ضوء النتائج التي يوفرها البحث الحالي.

مصطلحات البحث:

أولاً الامتنان: Gratitude

ويُعرفه الباحثان بأنه "سمة إيجابية واعية معرفية انفعالية سلوكية تُعبر عن استعداد لدى الفرد يظهر من خلال ردود أفعاله واستجاباته للتقديم والاعتراف بالشكر والتقدير للآخرين أو الأشياء أو الحياة؛ نتيجة الحصول على منفعة أو خدمة أو مساعدة سواء أدرك الفرد المصدر أم لم يدركها"

ويُعرفه الباحثان إجرائياً بأنه "مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب على مقياس الامتنان المستخدم في الدراسة الحالية والذي يتكون من عامل واحد وهو الامتنان".

ثانياً العفو: Forgiveness

ويُعرفه الباحثان بأنه "عملية وجدانية معرفية سلوكية إيجابية تتمثل في عدم رغبة الفرد المُساء إليه في الانتقام، ومحو الشعور بالغضب والكراهية والأفكار السلبية وسوء النية تجاه المُسيء، وقدرة الفرد المُساء إليه على استعادة مشاعر الحب والثقة والصفح والتعاطف واستبدال المشاعر والسلوكيات السلبية بأخرى أكثر إيجابية".

ويُعرفه الباحثان إجرائياً بأنه "مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب على العوامل الفرعية والدرجة الكلية لمقياس العفو المستخدم في البحث الحالي، والذي يتكون من خمسة عوامل هي:

العامل الأول العفو عن الآخرين: ويُقصد به ميل الطالب لتجاوز وتجنب عقاب من أساء إليه، والشعور بالرضا وراحة البال وعدم الرغبة في الانتقام والعفو عن المُسيء.

العامل الثاني وجود الأفكار والانفعالات والسلوكيات السلبية: ويُقصد به شعور الطالب بالأفكار والانفعالات والسلوكيات السلبية تجاه المُسيء، وعدم الرغبة في العفو عنه.

العامل الثالث العفو عن الذات: ويُقصد به ميل الطالب لتجنب انتقاد ولوم وجلد ذاته وتقبلها والتفهم والاعتراف بأخطائه.

العامل الرابع وجود الأفكار والانفعالات والسلوكيات الإيجابية: ويُقصد به شعور الطالب بالأفكار والانفعالات والسلوكيات الإيجابية تجاه من تسبب له في الإساءة، والرغبة في العفو عنه.

العامل الخامس العفو عبر المواقف: ويُقصد به ميل الطالب للعفو عبر مواقف الحياة اليومية، وتفهمه للظروف والمواقف السلبية سواء التي تقع تحت سيطرته أو تخرج عن سيطرته، والتصرف حيالها بصورة إيجابية.

ثالثاً الحكمة: Wisdom

ويُعرفها الباحثان بأنها "مزيج من القدرات المعرفية والسمات الشخصية للفرد تتبلور في قدرة الفرد على اتخاذ أصوب القرارات وإصدار الأحكام والسلوكيات وإحداث التوازن بين الأهداف الجيدة الشخصية والعامة على النحو الأفضل في ضوء الإدراك الجيد للواقع بكافة معطياته".

ويُعرفها الباحثان إجرائياً بأنها "مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب على العوامل الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الحكمة المستخدم في البحث الحالي؛ والذي يتضمن العوامل الستة الآتية:

العامل الأول إصدار الأحكام: ويُقصد بها إدراك الطالب العميق لكافة الظروف والمعطيات للمواقف المختلفة. وتوظيف خبراته وقدراته الشخصية للوصول إلى أفضل القرارات.

العامل الثاني معرفة الذات: ويُقصد بها إدراك الطالب لاهتماماته وسماته الشخصية، ونقاط القوة والضعف لديه.

العامل الثالث معارف الحياة: ويُقصد بها توظيف الطالب الجيد لمعلوماته وأفكاره الشخصية في تحقيق الفهم العميق للقضايا المحيطة وإدراك العلاقات بينها.

العامل الرابع فهم الآخرين: وتعني فهم الطالب العميق للآخرين في سياقات ثقافية متنوعة، وإدراك اهتماماتهم واحتياجاتهم، والقدرة على مشاركتهم القضايا والموضوعات المختلفة.

العامل الخامس مهارات الحياة: وتعني قدرة الطالب على فهم النظم والسياقات الثقافية المختلفة، والمواجهة الفعالة للمشكلات الحياتية باستراتيجيات حل ناجحة.

العامل السادس: الرغبة في التعلم: وتعني رغبة الطالب في المشاركة وقدرته على اكتساب المعرفة، عندما يواجه الأنشطة والناس.

محددات البحث:

تحدد تعميم نتائج البحث الحالي بالمحددات الآتية:

١- **محددات بشرية:** تحدد البحث بعينة من طلبة كلية التربية بالتخصصات العلمية والأدبية بجامعة حلوان.

٢- **محددات موضوعية:** تناول البحث دراسة الإسهام النسبي للامتنان والعفو في التنبؤ بالحكمة لدى عينة من طلبة كلية التربية بالتخصصات العلمية والأدبية بجامعة حلوان، من خلال الأدوات التي استخدمت في البحث، كما تتمثل المحددات الموضوعية باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي، والأساليب الإحصائية المناسبة لتحليل بيانات البحث ومعالجته.

٣- **محددات مكانية:** تم تطبيق البحث الحالي بكلية التربية جامعة حلوان.

٤- **محددات زمنية:** تم تطبيق أدوات البحث الحالي خلال الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي ٢٠١٩/٢٠٢٠م.

إطار نظري ودراسات سابقة للبحث:

أولاً الامتنان: Gratitude

مفهوم الامتنان:

الامتنان في اللغة مرادف للشكر والعرفان بالإحسان، وقد أورد العلماء للشكر تعريفات عدة، وأهمها ما ورد عن بعضهم (الشكر: هو عكوف القلب على محبة المنعم "الله سبحانه وتعالى"، والجوارح على طاعته وجريان اللسان بذكره والثناء عليه) (ابن القيم، ١٩٧٣، ٢٤٤). وعرف Emmons and Crumpler (2000) الامتنان بأنه حالة انفعالية واتجاه نحو الحياة التي تعمل على تعزيز علاقات الفرد الشخصية والهناء النفسي للفرد. وعرف كل من McCullough, Emmons and Tsang (2002) الامتنان بأنه ميل معمم للإدراك والاستجابة الانفعالية الإيجابية التي تتضمن التقدير والشكر لدور العطاء الذي يقدمه الآخرون أثناء الخبرات الحياتية الإيجابية والتجارب التي يمر بها الفرد؛ وكذلك المحصلات التي حصل عليها الفرد. وذكر Watkins, Woodward, Stone and Kolts (2003) أن الامتنان هو شعور الفرد بالشكر والتقدير تجاه هدية سواء كانت منفعة ملموسة من شخص ما، أو لحظة سعادة ناتجة عن جمال الطبيعة. فالامتنان شعور بالعرفان والشكر والتقدير والسعادة نتيجة الحصول على منفعة، سواء كانت منفعة ملموسة من شخص ما أو نتيجة للحظة من لحظات الاطمئنان (Emmons et al., 2004) وعرفه Seligman (2004) بأنه الوعي بالأشياء الحسنة التي تحدث للفرد دون اعتبارها من قبيل الأمر الواقع، فهو استعداد الفرد لتقديم الشكر والتقدير لمن يستحقه، فهو تقدير لتمييز شخص آخر في سمة روحية أو أخلاقية.

ويرى Chen and Kee (2008) أن الامتنان هو تقدير الفرد للمكاسب والمنافع التي يتلقاها من فرد آخر، مع الاعتراف والشكر للفرد المسئول عن هذه المنافع والمكاسب. وعلى جانب آخر يعرف Tsang (2006) الامتنان بأنه ردود الأفعال الانفعالية الإيجابية الناتجة عن الشعور بالنعمة الحسنة من الآخرين.

وعرفه كل من Wood, Joseph and Maltby (2009) بأنه عاطفة تظهر بعدما يتلقى الفرد منفعة أو مساعدة وفيها إثارة. وعرف Toussaint and Friedman (2009) الامتنان بأنه شعور الفرد بالشكر والامتنان لله، وللآخرين والظروف الحياتية، ولما يمتلكه من قدرات ومهارات ومواهب، وما تلقاها من الآخرين. وذكر Wood, Froh, and Geraghty (2010) أن الامتنان يُقصد به رد فعل الفرد المعرفي والانفعالي الناتج عن الملاحظة وتقدير المنافع التي يتلقاها؛ حيث يتضمن استعداد عام نحو إدراك وتقدير كل ما هو إيجابي في الحياة، وتقديم الشكر والتقدير للإيجابيات التي تحدث للفرد أثناء مواقف الحياة المختلفة. وعرفه هاني سعيد حسن (٢٠١٤، ١٤٨) بأنه "تقييم معرفي وجداني إيجابي، يقوم به الفرد تجاه ما يمنح له أو يقدم من خدمات، في ضوء ما يدركه الفرد من تقدير لهذه الخدمات، والفوائد التي يحصل عليها، مما يؤدي إلى استعداده للتصرف بإيجابية والشكر للمحسنين ومحبة الغير". وعرفه Brandtjen (2014) بأنه ملاحظة الفرد واعترافه بالمنفعة التي حصل عليها سواء كان مصدرها الخالق عز وجل، أو شخص آخر، وشعور الفرد بالشكر والامتنان للجهود والتضحيات التي قام بها الطرف الآخر. وعرفته كوكب يوسف عبيانة (٢٠١٥) بأنه المشاعر التي يبديها الفرد تجاه من يقدم له خدمة مفيدة. وعرفته رشا عادل عبد العزيز (٢٠١٩، ٣٧١) بأنه "مكون معرفي وجداني إيجابي يقوم به الفرد تجاه ما يمنح له أو

يقدم إليه من الآخرين من منافع وهدايا، مما يؤدي إلى استعداده للتصرف بإيجابية والاعتراف والتقدير لجهود الآخرين". وعرفته حليلة إبراهيم أحمد (٢٠١٩، ٩) بأنه "سمة شخصية لها طابعها الروحاني تحفز الفرد بأحداث سارة وأشخاص رائعين لتقدير وشكر الحياة والطبيعة لما فيها وتوجه نحو الابتهاج للخالق".

ومن خلال التعريفات السابقة يتضح أن الامتنان سمة إيجابية واعية معرفية انفعالية سلوكية؛ تتضمن استعدادات الفرد التي تظهر من خلال ردود أفعال الفرد واستجاباته لتقديم الشكر والتقدير للآخرين أو الأشياء أو الحياة التي تتضمن لحظات سعادة ناتجة عن جمال الطبيعة؛ نتيجة الحصول على منفعة سواء أدرك الفرد مصدر المنفعة أم لم يدركها، وذلك خلال الخبرات الحياتية الإيجابية أو التجارب والمواقف التي يمر بها الفرد خلال حياته، فيساعد ذلك الفرد المساء إليه على استعادة العلاقات الاجتماعية مع المساء من جانب، ومن جانب آخر مع باقي أفراد المجتمع، ويتطلب الامتنان الشعور الداخلي بالشكر والتقدير وأيضاً الاعتراف بالشكر لمن يستحق الشكر والتقدير، والانتباه والادراك لجهود الآخرين وتضحياتهم وتذكر من قدم له تضحيات أو خدمات في الماضي والشعور والاعتراف بتقديم الشكر والتقدير له.

النظريات المفسرة للامتنان:

نظرية التوسع والبناء للانفعالات الإيجابية: أوضحت (Fredrickson 2013) في نظريتها عن توسيع المشاعر الإيجابية وبناءها؛ أن الامتنان كأحد الانفعالات الإيجابية مثله مثل الفرح والاهتمام والرضا والحب يتم بناؤه وتطويره مع مرور الوقت ويُمكن استغلاله في أوقات الشدائد والمحن 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؛ ويعتبر الامتنان واحداً من هذه القوى والفضائل الشخصية، والذي يُسهم في تحسين مستوى الهناء النفسي والجسمي والاجتماعي. فخبرة الامتنان كاستجابة لتلقي فائدة أو هبة يمكن أن تخلق الرغبة في أن يتصرف الفرد بطريقة اجتماعية لائقة تجاه المُحسن أو تجاه الآخرين، وبالتالي فالانفعالات المُمتنة لديها احتمال أن توسع نمط التفكير بالفعل 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 وصدقات دائمة (Ma, Kibler., & Sly, 2013; Hasemeyer, 2013).

نظرية العزو: ذكر (McCullough et al. 2002) أن العزو مفهوم مركزي في دراسة الامتنان، فالأفراد الذين يشعرون بالامتنان يميلون إلى عزو النتائج الإيجابية إلى جهود الأفراد الآخرين، ويكونوا أقل احتمالاً أن يعزو نجاحهم وحظهم الحسن إلى جهودهم الذاتية أو خصائصهم الشخصية الإيجابية، وليس معني اعترافهم وعزوهم نتائجهم الإيجابية للآخرين أنهم يقللون من جهودهم السببية في هذه النتائج الإيجابية، ولكن ما يميز هؤلاء الأفراد هو قدرتهم على تحديد عزوهم ليشمل مدى واسع من الأفراد الذين يسهمون في الهناء النفسي الذاتي لهم، ولذا يزداد الشعور بالامتنان من خلال تركيز الأفراد الممتنين على الخبرات الإيجابية التي يمرون بها، ويقومون بعزو هذه الخبرات الإيجابية إلى عوامل خارجية كالكرم والمساعدة التي يتم الحصول عليها من الآخرين والمجتمع.

نظرية يجد- يتذكر- يربط لألجو: **Find- Remind- Bind Theory** وتذكر هذه النظرية أن مشاعر الامتنان تجاه شخص ما وهو المُحسن أو مُقدم الخدمة والمساعدة تجعل الشخص المُمتن على وعي ودراية بالسمات الجديدة ذات القيمة عند هذا الشخص المُحسن، ويمثل هذا عامل تذكير بكل ما هو جيد عند هذا الشخص المُحسن، مما يؤدي إلى الترابط بين الشخصين المُحسن والمُمتن، فهذه النظرية توضح الطريقة التي يُعزز بها الامتنان العلاقات البينشخصية. (Algoe, 2012)

العوامل المكونة للامتنان:

حسب دراسة (McCullough et al. (2002) فقد قام بإعداد مقياس الامتنان السداسي The Gratitude Questionnaire- 6 (GQ-6) وطبقاً للمقياس فإن الامتنان يتكون من عامل واحد وهو الامتنان، أما دراسة (Watkins et al. (2003) فقام بإعداد مقياس الامتنان والتقدير وانتقاء الشعور بالحرمان (GRAT) ويتكون الامتنان من ثلاثة عوامل تتمثل في الشعور بالوفرة، تقدير الآخرين، الامتنان البسيط؛ وطبقاً لوجهة نظرهم فإن الأفراد الممتنين لديهم شعور بالوفرة ويقدرون إسهامات الآخرين في جودة حياتهم، ولديهم استعداد لتقدير المتع البسيطة في الحياة، كما يقدرون أهمية التعبير عن الامتنان، أما دراسة تامر شوقي إبراهيم (٢٠١٦) فأظهرت أن الامتنان يتكون من عاملين هما: الإحساس بعدم الحرمان من الحياة والامتنان لله عز وجل، أما دراسة حواء إبراهيم إبلش (٢٠١٦) فأظهرت أن الامتنان يتكون من عاملين هما: تقدير إسهامات الآخرين وتقدير المتع البسيطة، أما دراسة إكرام حمزة السيد (٢٠١٨) فقد أوضحت أن الامتنان يتكون من ثلاثة عوامل هي: تقدير الآخرين، الامتنان البسيط والشعور بالوفرة، أما دراسة رشا عادل عبدالعزيز (٢٠١٩) فأظهرت أن الامتنان يتكون من عامل واحد وهو الامتنان، وحسب دراسة حسام الدين محمود، نرمين مصطفى مصباح، سارة حسام الدين مصباح (٢٠١٩) فإن الامتنان يتكون من عاملين هما: الامتنان لله سبحانه وتعالى والامتنان لمن أسدوا إلينا خدمة من البشر. وحسب دراسة حليلة إبراهيم محمد (٢٠١٩) فإن الامتنان يتضمن ثلاثة عوامل هي: العامل الأول الامتنان إلى الله ويُقصد به الشعور بالشكر والتقدير نحو الخالق في أنه وهبني الحياة والصحة والمال والأسرة وذلك بالقول والعمل، والعامل الثاني وهو الامتنان للآخرين وهو الشعور بالشكر والتقدير والثناء على أفعال وأقوال الآخرين لما يقدموه لي من كلمات شكر وثناء وهدايا ومساعدات، والعامل الثالث وهو الامتنان إلى الأشياء وهو الشعور بالشكر والتقدير لجميع الأشياء التي حولي مثل الطبيعة والشمس والأدوات والمنزل والملابس وممتلكاتي الخاصة.

ومن خلال ما سبق فإن الباحثان قام بتبني وجهة النظر القائمة على أن الامتنان يتكون من عامل واحد (McCullough et al. (2002) وهو الامتنان وتمت صياغة مفردات المقياس وإجراء التحليل العاملي مع طلب التشعب على عامل واحد.

سمات الأفراد ذوي الامتنان العالي:

يتميز الأفراد ذوي الامتنان العالي بعدة خصائص نُجملها كالآتي؛ تمتع الفرد بسمات شخصية أكثر إيجابية، وتقديره العالي لذاته وانجازاته الشخصية، والميل إلى مساعدة الآخرين، انخفاض الاهتمام بالجانب المادي، يدرك جيداً ما يقدمه الآخرون له من خدمات ومكاسب ومنافع ويعترف بذلك سواء في قرارة نفسه أو لمن قدم له الخدمة، فيقوم بعزو مصدر المنفعة إلى الآخرين، الاندماج الاجتماعي في السلوكيات التي تهدف إلى خدمة المحيطين به، وتجنب السلوكيات والأفكار السلبية والهدامة، تقدير

لحظات الاطمئنان والاستمتاع البسيطة التي يمر بها في حياته اليومية، تقدير إسهام الآخرين له في تحقيق سعادته والهناء النفسي الذاتي، تقدير نعم الله عز وجل عليه، تقدير الحياة بصفة عامة بصورة إيجابية، الاستمتاع باللحظات العابرة التي تتضمن السعادة في حياته اليومية والشعور بالرضا عن نفسه وعن حياته وعلاقاته الشخصية والاجتماعية (Wood et al., 2002; Emmons et al., 2004; McCullough et al., 2009; Froh, Yurkewicz, & Kashdan, 2009; Toussaint et al., 2009)

وتأسيساً على ما سبق يتضح أن الامتتان من المتغيرات التي تؤثر في تكوين شخصية الفرد بصورة أكثر إيجابية حيث أظهرت دراسة كل من Tsang, Carpenter, Roberts, Frisch and Carlisle (2014) وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائياً بين الامتتان والمادية، وأن الامتتان يتوسط العلاقة بين المادية والرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة، وكذلك دراسة (Lau and Cheng (2013) فقد أظهرت أن طلاب الجامعة الأكثر شعوراً بالامتتان أظهروا شعوراً أقل بقلق الموت؛ حيث أشارت النتائج أن تأثير الامتتان محددًا لقلق الموت لدى طلاب الجامعة. وأشارت دراسة كل من (رشا عصام الدين محمد، ٢٠١٣؛ هاني سعيد حسن، ٢٠١٤) عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين الامتتان وكل من السعادة ونوعية الحياة لدى طلاب الجامعة.

ثانياً العفو: Forgiveness

يعرف العفو لغوياً كما في المعجم الوجيز (٢٠٠٥، ٤٢٥) بأنه " (عَفَا) الأثر - عَفْوًا، وَعَفَاءً: زال وَاَمْحَى. وَالرَّيْحُ الأَثْرُ: محته ودرستهُ، وله بماله: أعطاه مما زاد عن نفقته- وعن ذنبه، عَفْوًا: لم يعاقبه عليه، و(العَفْوُ) الكثيرُ العفو وفي القرآن الكريم "وكان الله عَفْوًا غَفُورًا". وعرفه قاموس ويبستر (2002) Neufeldt بأنه عملية عقلية وروحية لوقف الشعور بالغضب والاستياء والكراهية تجاه شخص آخر نتيجة ارتكابه خطأ أو اعتداء منه. وعرفه (Hargrave and Sells (1997 بأنه قدرة الفرد على استعادة مشاعر الحب والثقة والصفح في العلاقات؛ لكي تتمكن الضحايا من أن يضعوا نهاية لدائرة الدمار التي يعيشونها. وعرفه (Enright and Fitzgibbons (2000 بأنه استعداد الفرد للتخلي عن حقه تجاه من أساء إليه مرتكرًا على المبادئ الأخلاقية المتمثلة في الكرم والحب والعطف. وعرفه McCullough (2001 بأنه تغيرات اجتماعية معقدة في دافعية الفرد تجاه الإساءة الموجهة إليه من الآخرين التي تؤدي إلى عدم بحثه عن الانتقام منهم. وعرفه (Pelayo (2002 بأنه عملية انفعالية ومعرفية وسلوكية للتغلب على الغضب والكراهية تجاه المُسِيء وتتضمن انخفاض الرغبة في الانتقام ومشاعر الكراهية والغضب.

وعرفه (Rye, Loiacono, Folck, Olszewski, Heim and Madia (2001 بأنه مجموعة التغيرات الإيجابية المعرفية والوجدانية والسلوكية التي تحدث للفرد المُساء إليه وتتمثل في محو المشاعر والسلوكيات السلبية تجاه الفرد المُسِيء. ويرى (Berry, Worthington, O'Connor, Parrott and Wade (2005 أن العفو يعني استبدال الفرد لانفعالاته السلبية غير الرحيمة بمشاعر وانفعالات إيجابية تتسم بالإيجابية والرحمة؛ فهو الميل للعفو تجاه الانتهاكات التي تحدث بين الأفراد عبر مواقف الحياة اليومية. وعرفه (Thompson, Snyder, Hoffman, Michael, Rasmussen, Billings and Roberts (2005 بأنه استبدال الفرد المُساء إليه للمشاعر السلبية بأخرى إيجابية تجاه ذاته أو المُسِيء، أو أشخاص أو عبر المواقف.

وعرفه (Bono and McCullough (2006 على أن العفو عن الذات والآخر وعبر المواقف. وعرفه عبدالمعتمد عبدالله السيد ونبيلة عبد الرؤوف عبدالله (٢٠٠٨، ١٣٦) بأنه "مجموعة من التغيرات

المعرفية والوجدانية والسلوكية الإيجابية داخل الفرد نحو المُسيء؛ والتي تتمثل في تناقص وغياب كل من المدركات والمشاعر السلبية والدافعية للانتقام، مع تزايد النزعة لعمل الخير بصورة واضحة". وعرفه سيد أحمد البهاص (٢٠٠٩، ٣٣١) بأنه "ترك الانفعالات السلبية والأفكار الانتقامية والسلوكيات العدائية المصاحبة لحالة الغضب والاستياء والبغض الموجه نحو الذات أو الشخص المُسيء". وعرفته زينب محمود شقير (٢٠١٠) بأنه مكون معرفي سلوكي نحو الذات والآخر والمواقف، متمثلاً في مجموعة من المعارف والمعتقدات والمبادئ والمشاعر والسلوكيات التي تدفع صاحبها للتصالح مع ذاته ومع الآخر، وتجعله متصفاً بالعفو في مواقف الحياة المختلفة. وعرفته عبير أنور الشرقاوي (٢٠١٠) بأنه تعديل الإدراكات السلبية المتعلقة بفعل الإساءة وإعادة صياغتها، بحيث تتحول الإدراكات السلبية إلى إدراكات إيجابية. وعرفته هيام صابر صادق (٢٠١٢، ٢٣٢) بأنه "العملية النفسية التي تتضمن تغيير الأفكار والمشاعر والسلوكيات السلبية التي كونها الفرد تجاه من أخطأ في حقه مع استبدالها بأخرى أكثر إيجابية، بهدف وقف الشعور بالغضب والاستياء".

وذكر (Davis, Worthington, Hook and Hill (2013) أن العفو تغيير اجتماعي إيجابي تجاه الإساءة المدركة، ويتضمن تقليل الدوافع والانفعالات والأفكار السلبية تجاه الشخص المُسيء، والتي يُمكن أن تحدث تغييراً في السلوك، ويميزوا بين العفو كسمة وكحالة، فالعفو كسمة يُعبر عن ميل الفرد إلى أن يعفو عن الآخرين في المواقف والعلاقات الاجتماعية المختلفة في الحياة اليومية، أما العفو كحالة فيُعبر عن درجة العفو لدى الفرد نحو الإساءة في موقف محدد؛ ويتضمن إدراك الفرد للإساءة وطبيعة العلاقة مع الشخص المُسيء. وعرفته صافية فتح الباب (٢٠١٣، ١١) بأنه "تحرر الفرد من المشاعر السلبية كالكرهية والغضب والغيظ والأفكار السلبية كالتفكير في الانتقام والتفكير في سوء النية وعدم نسيان الإساءة، والسلوك السلبي تجاه المُسيء كالتجنب وإنهاء العلاقة، مع استبدال ذلك بمشاعر إيجابية كالتعاطف والشفقة، وأفكار إيجابية كالتفهم والتماس العذر وسلوك إيجابي كالمبادرة بالتصالح وتقديم المساعدة". وعرفته وفاء محمد عبدالجواد (٢٠١٤، ٦٥٦) بأنه "عملية تتضمن جوانب معرفية ووجدانية وسلوكية؛ تتحدد من خلال إدراك كل من الموقف المُسيء ودوافع الشخص مصدر الإساءة والتعاطف معه والتفكير من منظوره وكذلك العمل على إيقاف التفكير في موقف الإساءة وخفض دوافع ومشاعر الانتقام، والعزم على استعادة التعامل مع الشخص المُسيء". وعرفه (Scully (2015) بأنه عملية مستقلة يعبر فيها الفرد المُساء معاملة مشاعر الرحمة نحو الفرد المُسيء بهدف محو العواقب النفسية والاجتماعية للإساءة، ويحدث بدون اعتذار من جانب المُسيء. وعرفه يزيد محمد حسن (٢٠١٥، ٢٩٤) بأنه "العملية التي تتم داخل الفرد متضمنة حدوث تغيير إيجابي تجاه الفرد المُسيء مع تجاوز الإساءة، بل وقد ترتقي هذه العملية بقدرة الفرد على الإحسان إلى من أساء إليه". وعرفته هدى إبراهيم عبدالحميد (٢٠١٧، ١٨٦) بأنه "عملية نفسية يتم من خلالها تحول الأفكار والمشاعر والسلوكيات السلبية تجاه المُسيء إلى أخرى أكثر إيجابية". وعرفه كل من سلسبيل ممدوح عبدالمنعم، حسين حسن طاحون، محمد إسماعيل سيد (٢٠١٩، ٧) بأنه "سلوك إيجابي يتخذه الفرد بعد فترة من التفكير في الإساءة المدركة، وتكوين مشاعر مترتبة عليها، وبالتالي إصدار استجابة إما إيجابية أو محايدة، ويعفو الفرد مع قدرته على رد الإساءة وإظهار المشاعر الإيجابية تجاه الشخص، واتخاذ قرار العفو، فهو بالنهاية تحول معرفي ووجداني وسلوكي يوجه الفرد نحو التركيز على ما هو جيد في الفرد المُسيء".

وتأسيساً على ما سبق يفرق الباحثان بين العفو كسمة والعفو كحالة؛ فالعفو كسمة يتمثل في أن الفرد يتميز بالعفو كسمة من سماته الشخصية حيث يعفو بصورة مستمرة عن ذاته وعن الآخرين وعبر

المواقف بصرف النظر عن أي ظروف أخرى تتعلق بالفرد المُسئ، أما العفو كحالة فيتمثل في أن قرار الفرد بالعفو يتوقف على عدة عوامل حسب موقف الإساءة ومنها حجم وخطورة الضرر الناجم عن الإساءة، وطبيعة العلاقات بين الفرد المُساء إليه والمُسئ، ومن الملاحظ من خلال التعريفات السابقة أن العفو يتضمن مجموعة من التغيرات الانفعالية والمعرفية والسلوكية التي تحدث داخل الفرد المُساء إليه تجاه المُسئ، فالعفو يُعني انخفاض المشاعر السلبية، وانخفاض الرغبة في الانتقام لدى المُساء إليه تجاه المُسئ، واستبدال هذه الانفعالات السلبية بانفعالات أكثر إيجابية ليصل الفرد إلى اتخاذ قرار العفو متوقفاً على طبيعة الموقف التي حدثت فيه الإساءة، وحجم الإساءة، وخطورتها، وإمكانية معالجة الضرر الناجم عن الإساءة.

العفو والمصطلحات الأخرى المتداخلة:

وجد الباحثان اختلاف بين بعض الباحثين باللغة العربية في ترجمة مصطلح Forgiveness فالبعض ترجمه على أنه العفو والبعض الآخر ترجمه على أن التسامح؛ في حين أن الدراسات التي ترجمته على أنه التسامح قد عملت على نفس عوامل العفو المعمول بها في دراسات العفو، أما الدراسات الأجنبية فلم تختلف حول المصطلح، ولذا فإن الباحثان تناول Forgiveness على أنه العفو، ولمزيد من توضيح الاختلاف بين العفو وبعض المتغيرات الأخرى يعرض الباحثان الآتي:

التسامح Tolerance: يختلف العفو Forgiveness عن التسامح Tolerance، حيث يُعرف التسامح في ذخيرة علوم النفس على أنه "اتجاه تحرر أو عدم تدخل فيما يتعلق بسلوك وآراء واعتقادات الآخرين، أو أي ممارسات تختلف عما لدينا نحن أو عما يستنكره المرء ويغض من شأنه، أو الاتجاه نحو عدم التدخل، وكذلك قدرة تكبد ظرف إيذاء معين ليس به ضرر جسيم (كمال الدسوقي، ١٩٩٠، ١٥١٠).

وذكر ماجد الغرابوي (٢٠٠٨، ١١) أن التسامح يُقصد به "هو التعايش مع الآخر وتقبله أياً كان الاختلاف بيننا وبينه سواء كان ثقافياً أم اجتماعياً، وخلق الانسجام ونبذ الصراعات والمواجهات بين الأفراد لدرجة تسمح لكافة الأفراد بالاندماج داخل المجتمع".

التصالح Reconciliation: التصالح يختلف العفو؛ فيُعرف التصالح بأنه استعادة الثقة في العلاقة مع الآخر من خلال قيام الطرفين المتنازعين بسلوكيات متبادلة جديرة بالثقة تجاه بعضهما، فيجتمع المُسئ بالمُساء إليه، ويلتزم كل منهما بأداء بعض الواجبات للآخر، فيتضمن التصالح رغبة طرفي العلاقة في أن يعملوا معاً، ويعيشوا معاً في جو من الثقة، وعلى الرغم من أن العفو يصاحبه غالباً محاولات للتصالح، فإن المفهومين مستقلان عن بعضهما بعضاً، فيمكن أن يحدث العفو على نحو مستقل عن التصالح، فقد يرغب الناس في الاعتذار أو منح العفو للآخرين دون أن يسعوا على إقامة علاقة معهم أو استعادتها، والعكس صحيح بمعنى أن يتصلح المُساء إليه مع المُسئ لوجود تفاصيل حياتية مشتركة بينهما، دون أن يحدث عفو، وقد يعزز التعبير عن العفو من قبل الفرد المُساء إليه، وإبداء التوبة من قبل الفرد المُسئ حدوث التصالح، ولكنهما عمليتان غير مكافئتين له، إذن فالعفو والتصالح عمليتان مستقلتان، لأن العفو قد يحدث في ظل غياب التصالح، فالعفو عملية أحادية بمعنى أن المُساء إليه يعفو بغض النظر عن ردود فعل المُسئ معه، كإبدائه الاعتذار أو تعبيره عن ندمه وتوبته، بينما التصالح عملية متبادلة بين الطرفين المتخاصمين (ميشيل، كينث وكارل، ٢٠١٥، ١٢).

النسيان Forgetting: ويُعني زوال الوعي بالإساءة من ذاكرة المُساء إليه بإرادة حرة منه.

الإنكار Denail: ويتمثل في عدم رغبة الفرد في إدراك الإساءة التي قام بها شخص ما، وإنكارها تمامًا.
الصفح Condoning: ويتضمن التوقف عن التفكير في الإساءة بتبرير ذنب المسمى، وإبداء الرغبة في العفو (Emmons et al., 2004).

العوامل المكونة للعفو:

حسب دراسة (Rye et al. (2001) فمن خلال التحليل العاملي أظهرت أن العفو تجاه المسمى يتكون من عاملين وهما؛ تدني الانفعالات السلبية ووجود الانفعالات الإيجابية، أما احتماليه العفو فتقريب ميول الفرد أو نزعتة للعفو عبر المواقف فتكونت من عامل واحد وهو العفو. وقد حدد Worthington (2001) (٥) خطوات للعفو تتمثل في أن يستدعي المسمى إليه الإساءة ويقر بالأذى الذي لحق به من قبل المسمى، ثم يبدأ الفرد المسمى إليه في وضع نفسه مكان المسمى ويدرك أنه قد أساء إلى الآخرين من قبل وهنا يزداد الشفقة، ثم يبدأ الفرد المسمى إليه في السلوك تجاه المسمى، ثم يأخذ الفرد المسمى إليه قرار العفو، ثم يتمسك بقراره بالعفو ويستمر فيه.

وأوضحت دراسة (Wernli (2006) عدة أشكال للعفو؛ فالعفو الأجوف Forgiveness Hollow ويتضمن تعبير الفرد المسمى إليه عن العفو بصورة لفظية، ولكنه يظل يشعر داخليًا بالإساءة وتأثيرها عليه، أما العفو الصامت Forgiveness Silent ويتضمن تخلي المسمى إليه عن مشاعر الاستياء نحو المسمى ولكنه لا يعبر عن ذلك بصورة لفظية للفرد المسمى، أما العفو الكلي Total Forgiveness فيضمن محو مشاعر الاستياء والكرهية والرغبة في الانتقام من المسمى وكذلك التعبير اللفظي بالعفو عن شخص المسمى، أما النمط الأخير فهو عدم العفو No Forgiveness ويتضمن احتفاظ المسمى إليه بمشاعر الإساءة والكرهية والرغبة في الانتقام وأيضًا عدم التعبير اللفظي بالعفو عن الشخص المسمى.

ويصنفه البعض على أنه يتضمن عاملين؛ أولهما العفو الإيجابي؛ ويتضمن شعور الفرد بالرغبة في العفو والتعاطف وانخفاض مستوى الشعور بالغضب تجاه المسمى والشعور بالسلام الداخلي مع النفس، وثانيهما العفو السلبي ويتضمن استمرار الفرد في الاحتفاظ بمشاعر الكراهية والرغبة في الانتقام تجاه الشخص المسمى (Fincham, Beach., & Davila, 2004; Worthington, Hook, Utsey, Williams., & Neil, 2007).

وقام (Thompson et al. (2005) بإعداد مقياس للعفو Heartland Forgiveness Scale؛ وهو استبيان تقرير ذاتي يقيس ميل الفرد للعفو (الميل العام للعفو) أكثر من مجرد اتجاه نحو حدث أو شخص أو موقف معين؛ ويتكون من ثلاثة عوامل فرعية هي العفو عن الذات، العفو عن الآخرين، العفو عبر المواقف والظروف مثل الأمراض والكوارث الطبيعية. وحسب دراسة (Neto, Pinto and Mullet (2007) فإن العفو يتكون من ثلاثة عوامل هي؛ استمرار الشعور بالاستياء، الحساسية للظروف والرغبة في العفو، وذكر عبدالمنعم عبدالله حسيب وآخرون (٢٠٠٨، ١٣٦ - ١٣٧) أن العفو يتكون من ثلاثة عوامل هي؛ العامل الأول استمرار الشعور بالاستياء ويُقصد به أن الفرد قد اتخذ قرار بالعفو عن أساء إليه، وعفا بالفعل عنه لكنه مازال يشعر ببعض الاستياء، ويحمل بعض المشاعر السلبية تجاه المسمى، أي أن هذا العامل يمثل أولى مراحل العفو أو العفو غير الكامل، أما العامل الثاني فهو الحساسية للظروف ويُعني أن الفرد قد يعفو عن أساء إليه أو لا يعفو وفقًا لمجموعة من الظروف المختلفة: حجم الإساءة،

مدى الضرر النفسي أو المادي الناجم عنها، وهل هذا الضرر يمكن أن تزول آثاره، أم أنه سوف يترك ندوبًا لا تمحى، فضلاً عن مدى علاقته بالمُسيء، واعتذار المُسيء أو عدم اعتذاره، والضغوط المختلفة التي تمارس على الفرد من الأصدقاء والأهل وغيرهم، لكي يعفو أو لا يعفو، أما العامل الثالث فهو الرغبة في العفو أي أن العفو يمثل سمة من سمات الشخصية لدى الفرد، فهو يميل دائماً للعفو عن أساء إليه في كل المواقف والأزمات بصرف النظر عن أي اعتبار آخر.

وحسب نتائج دراسة سيد أحمد البهاص (٢٠٠٩) فإن العفو يتكون من ثلاثة عوامل هي؛ العامل الأول فهو دوافع العفو ويتمثل في الدوافع الدينية والضغوط الاجتماعية وحقوق الصداقة وحجم الإساءة والأضرار الناتجة عنها، والعامل الثاني هو العفو عن الذات ويتمثل في تقبل الذات المخطئة والتصالح مع الذات والتماس الأعذار للذات والعزم على تكرار الخطأ، والعامل الثالث هو العفو عن الآخرين ويتمثل في العفو عن المخطئ وتفهم أسباب إساءته وحسن الظن بالآخرين والمبادرة بالعفو مع الشعور بالاستياء، أما دراسة عبير أنور الشرقاوي (٢٠١٠) فإن العفو يتكون من عاملين؛ العامل الأول هو العفو عن الذات ويُقصد به الميل لتجنب اللوم الذاتي المفرط والشعور بالذنب، فالفرد الذي يتميز بالعفو مع ذاته يعترف بأخطائه ويتوقف عن الاستياء الذاتي، والعامل الثاني وهو العفو عن الآخر وهو عملية تسوية نزاع ويتضمن مجموعة من التغيرات الوجدانية والمعرفية والسلوكية للمساء إليه تجاه فعل الإساءة من المُسيء، ويتفاعلان معا من جديد، وعندما يحدث العفو مع الآخر يحدث العفو مع الذات كعملية داخلية، وقامت زينب محمود شقير (٢٠١٠) بقياس العفو على عينات عمرية مختلفة؛ المراهقين، الراشدين، متوسطي العمر ومن مراحل تعليمية مختلفة وعاملين بالجامعة على عينة مكونة من (٥٤٠)، وتضمنت نتائج عملية التقنين أن العفو يتكون من ثلاثة عوامل هي؛ العفو عن الذات، العفو عن الآخر، العفو عبر المواقف.

وحسب دراسة Boonyarit, Chuawanlee, Macaskill and Supparerkchaisakul (2013) فإن من خلال التحليل العملي للعفو في مجال العمل على عينة من الممرضات يتكون من أربعة عوامل هي التغلب على الأفكار السالبة، المشاعر تجاه المُسيء والسعي نحو فهم أسباب الإساءة، تعزيز الاتجاهات الإيجابية تجاه المُسيء، التفكير في إيجابيات العفو، في حين تناولت صافية فتح الباب (٢٠١٣) العفو عن الآخرين فقط، فمن خلال التحليل العملي على عينة من طلاب الجامعة؛ أظهرت أن العفو عن الآخرين يتكون من خمسة عوامل هي؛ العامل الأول الإحسان إلى الشخص المُسيء، العامل الثاني الرغبة في الانتقام والتعامل بعنف مع المُسيء، العامل الثالث سرعة استعادة المودة مع المُسيء، العامل الرابع الشعور بالضيق والغضب وتجنب مقابلة المُسيء والعامل الخامس وهو الإصرار على معاقبة المُسيء، وذكر ميشيل وآخرون (٢٠١٥) أن العفو يتكون من ثلاثة مكونات هي: المكون الأول وهو المكون المعرفي (أو العقلي)؛ ويتمثل في اتخاذ الفرد الذي أُسيء إليه قرارًا بالعفو مع من أساء إليه، ويتضمن كل الأفكار الإيجابية التي تشكلت لديه بعد اتخاذه قرار العفو، والمكون الثاني وهو المكون الوجداني؛ ويتمثل في كل المشاعر الإيجابية التي يشعر بها الفرد الذي أُسيء إليه بعد اتخاذه قرار العفو، أما المكون الثالث فهو المكون السلوكي؛ ويتمثل في كل السلوكيات الإيجابية التي يقوم بها الفرد الذي أُسيء إليه تجاه المُسيء إليه كحسن معاملته، وإكرامه واحترامه، وحسب دراسة سلسبيل ممدوح عبدالمعتم وأخرون (٢٠١٩) فقد أظهر التحليل العملي التوكيدي على عينة من (٣٠٠) من طلبة جامعة، أن العفو يتكون من ثلاثة عوامل هي، العامل الأول المكون المعرفي (إدراك الإساءة)؛ ويشير إلى الأفكار المرتبطة بإدراك الفرد لإساءة ما في حقه، سواء من الآخرين أو تجاه نفسه، واستمرار الفرد في التفكير في هذه الإساءة، والعامل الثاني المكون الوجداني (تكوين المشاعر المرتبطة بالعفو)؛ وتشير إلى المشاعر والانفعالات

المرتبطة والمترتبة على الإساءة لدى الفرد، والعامل الثالث المكون السلوكي (قرار العفو)؛ ويشير إلى تحول وجداني ومعرفي يتجلى في صورة سلوك واستجابة أخلاقية يظهر فيها الفرد مشاعر الرحمة والإحسان إلى المُسئ، فهو يتمثل في قدرة الفرد على رد تلك الإساءة ولكنه يتخلى عن حقه في الانتقام تجاهها طواعية وبلا شرط.

ومن خلال ما سبق يتضح أن العفو يتكون من عدة عوامل كما تم تناولها في الدراسات السابقة وهي؛ تدني الانفعالات السلبية ووجود الانفعالات الإيجابية، العفو الإيجابي، العفو السلبي، العفو عن الذات، العفو عن الآخرين، العفو عبر المواقف والظروف، استمرار الشعور بالاستياء، الحساسية للظروف، الرغبة في العفو، دوافع العفو، ولخصها ميشيل وآخرون (٢٠١٥) بأنها ثلاثة مكونات المعرفي والوجداني والسلوكي، وهناك من ذهب إلى قياس العفو عبر مقياسين إحداهما للعفو والآخر لاحتمالية العفو.

ثالثاً الحكمة: Wisdom

مفهوم الحكمة:

الحكمة لغةً هي معرفة أفضل الأشياء بأفضل العلوم، ويقال لمن يُحسِنُ دقائق الصناعات ويُتقنها: حَكِيمٌ (ابن منظور، ١٩٠٧). وتعرف الحكمة في قاموس أكسفورد بأنها "الخبرة، المعرفة، والقدرة على تطبيقهما، الحصافة وسلامة التفكير" (Sternberg., & jordan, 2005, 86).

أما مصطلح الحكمة من المنظور النفسي فيعد من أكثر المصطلحات التي اختلف الباحثون حولها؛ وربما يرجع ذلك إلى تأثير الحكمة بالإطار البيئي الثقافي للباحثين فيها، وما يترتب على ذلك من نسبية السلوكيات التي يمكن أن توصف بالحكمة، وكذلك طريقة تناول مفهوم الحكمة باعتباره مكوناً ذو عوامل متعددة، أو باعتباره مجموعة من المعتقدات في أذهان الناس، وأخيراً أن الحكمة لها طبيعة خاصة من حيث كونها تضم سمات شخصية إلى جانب قدرات عقلية، الأمر الذي شكل عائقاً في وجه تناول المفهوم وتطوره عبر السنوات الماضية.

وقد ترتب على ذلك أن سارت أبحاث الحكمة في عدة اتجاهات مختلفة، وربما تبعت على التشتت أكثر منها على ترتيب الأفكار وتنظيمها حول ما يتعلق بمفهوم الحكمة؛ فهناك بعض الدراسات التي اهتمت بتحليل آراء ومعتقدات الناس حول الحكمة وكيف يعرفونها، وهو ما يعرف بالنظريات الضمنية للحكمة وفق تعريف ستينبرج لها *Implicit Theories of Wisdom*، ويُعد ذلك الاتجاه هو السائد في مجال البحث في الحكمة، كما ظهر اتجاه آخر يتعلق بدراسة الحكمة كبناء متعدد المكونات، وهو اتجاه قائم على افتراض أن الحكمة بنية متعددة المكونات، وذلك بعيداً عن تعريف الناس لها، وهو ما يطلق عليه بالنظريات الصريحة للحكمة.

وعرف كل من (Baltes and Staudinger (2000, 124) الحكمة بأنها "المعرفة الخبيرة في معني وإدارة الحياة، وفي النظرة البرجماتية الخاصة بالحياة مثل: تخطيط الحياة، إدارة الحياة، ومراجعة الحياة".

كما عرفتتها (Ardelt (2000 باعتبارها مكون ذو ثلاثة عوامل؛ يتمثل في القدرة المعرفية على رؤية الحقيقة أو الواقع كما هو، التروي؛ حتى يكون الفرد واعياً ويتجاوز ذاتيته وإسقاطه الشخصي، وعاطفي

أو متعاطف مع الآخرين، وهذه المكونات الثلاثة تعزز بعضها البعض، وتكون الحكمة هي نتاج الدمج بين تلك المكونات الثلاثة.

ومن وجهة نظر عملية يرى (Sternberg, 2004) أن الحكمة هي ذلك الجانب التطبيقي للذكاء والخبرات التي يكتسبها الفرد، والتي تسعى إلى تحقيق الأهداف الجيدة المشتركة، وذلك من خلال تحقيق التوازن بين اهتمامات الفرد الشخصية والاجتماعية، وذلك على المدى القريب والبعيد عبر تحقيق التوازن بين التكيف والتشكيل للبيئة الحالية والانتقاء للبيئة الجديدة.

أما (Baltes and Smith, 2008) فيقدمان تعريفاً للحكمة على أنها "المعرفة المفيدة في التعامل مع مشكلات الحياة، وتتضمن الحكمة الوعي بالسياقات المختلفة للحياة، وكيف أنها تتغير عبر الزمن، وإدراك أن قيم الحياة وأهدافها تختلف بين الأشخاص والجماعات، والإقرار بوجود أشياء غامضة، والإلمام بطرق التعامل مع تلك الأشياء الغامضة.

وقام (Gluck, Bluck, Baron and McAdams, 2005) بمراجعة النظريات التي تناولت الحكمة، وبعد مراجعة خمس نظريات ضمنية للحكمة حددا خمس سمات أساسية للحكمة تمثلت في: القدرة المعرفية، الاستبصار، سلوك التروي، الاهتمام بالآخرين، المهارات العملية المرتبطة بالواقع الفعلي.

كما أشار (Dittmann-Kohli and Baltes, 1990) إلى أن الحكمة تعد صيغة متقدمة من التوظيف المعرفي. ويدعم ذلك فكرة أن الحكمة تتضمن مزيجاً من العمليات المعرفية العليا مثل: تنظيم الذات، وحل المشكلات، وكذلك الاستبصار القائم على فهم الذات، والذي يعد مكوناً رئيساً للحكمة، والذي يساعد في خلق إنسان أكثر عمقاً (Ferrari., & Weststrate, 2013).

وأشارت مراجعة الدراسات السابقة إلى أنه تم تناول الحكمة باعتبارها مفهوم متعدد العوامل؛ ويعد كل من البعد المعرفي، بعد التروي وكذلك البعد الانفعالي عوامل أساسية من عوامل الحكمة (Ardelt, 2003, 277). وهي عوامل تتفق مع طبيعة مفهوم الحكمة من حيث كونه مفهوم يتوسط علاقة الفرد بذاته وبالآخرين المحيطين به، فالحكمة لا يقتصر وجودها داخل الفرد فقط بل يجب أن تتعدى ذلك لتشمل علاقات الفرد بالأشخاص المحيطين، وما يتخلل ذلك من تفاعلات اجتماعية، لذا قام الباحثان ببناء مقياس الحكمة في ضوء ثلاثة عوامل رئيسية، هي: الجانب المعرفي، ويتمثل ذلك حدة الذكاء، القابلية للتغير، الانفتاحية، والجانب الانفعالي ويتمثل في المشاعر الإيجابية تجاه الآخرين، واحترام مشاعر الغير، وتقدير وجهات نظرهم، والجانب السلوكي، وهو ما يمزج بين البعدين السابقين ويحددتهما في صيغة سلوكية إجرائية قابلة للتطبيق، وهو الجانب السلوكي للحكمة.

نظريات الحكمة:

أولاً النظريات الضمنية:

وهي تلك النظريات التي تتناول وجهات نظر الأفراد في مفهوم الحكمة وتعريفاتهم لها، وتصور الأشخاص لها يعتمد بالأساس على فكرة أن الأفراد يحملون مفهوم الحكمة في أذهانهم، وهذا المفهوم المتعلق بمن وما هو الشخص الحكيم، والذي تشكل ليس عن طريق الدراسة المباشرة لما يقوله الفلاسفة، علماء النفس، أو القواميس، وإنما تشكل ببساطة عن طريق العيش في مجتمع ما وتعلم لغته ومعانيه لكي يستطيع الفرد أن يعبر عن نفسه ويفهم الآخرين، ومن ثم يكون هدف النظريات الضمنية هو رسم الملامح المشتركة للحكمة كما هي عالقة في أذهان مجموعات الأفراد، ويعد ستيرنبرج هو أحد أهم العلماء الذين

اهتموا بالنظريات الضمنية، ودراسة الحكمة في ضوء النظريات الضمنية (Gl ck., Bluck., Baron., & McAdams, 2005).

ولا تسعى تلك النظريات للوصول إلى حقيقة سيكولوجية، ولكن تسعى لدراسة أفكار الناس عن الحكمة بغض النظر عما إذا كانت هذه الأفكار والمعتقدات صحيحة أم خاطئة، ويعد Clayton (1975) من أوائل الباحثين الذين قاموا بدراسة الحكمة في إطار النظريات الضمنية، وذلك من خلال تقييم زوج الكلمات والتي ربما ترتبط بمفهوم الحكمة، وذلك من وجهة نظر ثلاثة عينات من الناس (صغار السن- متوسطي السن- كبار السن)، وكانت هذه الكلمات مثل: الخبرة، النفعية "البرجماتية"، الفهم، والقابلية للمعرفة (In: Sternberg, 2003, 149).

ثانياً: النظريات الصريحة:

وهذه النظريات تعمل على دراسة الحكمة كبناء متعدد المكونات، وهو اتجاه قائم على افتراض أن الحكمة بنية متعددة المكونات، وذلك بعيداً عن تعريف الناس لها، ومن أمثلتها:

أ- نموذج برلين للحكمة فقد قدم كل من Kunzmann and Baltes هذه النظرية، والتي تُعد إحدى النظريات الصريحة للحكمة، والتي طورها Baltes وتلاميذه في معهد ماكس بلانك بألمانيا، والتي تمثل النموذج الأوسع انتشاراً في دراسة الحكمة حتى الآن، ووفقاً لهذا النموذج فإن الحكمة يمكن أن تعرف علي أنها "المعرفة الخبيرة في معني وإدارة الحياة، وفي النظرة البرجماتية الخاصة بالحياة مثل: تخطيط الحياة، إدارة الحياة، ومراجعة الحياة، ووفقاً لهذا التصور (المعرفة المرتبطة بالحكمة) فإن تلك المعرفة تُقيم في ضوء خمسة محكات: المعرفة الحقيقية الثرية، المعرفة الإجرائية الثرية، سياق مدي الحياة، نسبية القيم، عدم اليقين (In: Sternberg., & jordan, 2005, 14).

ب- نموذج الحكم المتروي: والذي قام بتطويره Kitchener and Brenner (1990) ويصف هذا النموذج الحكمة باعتبارها نمو الإدراك المعرفي، اليقين للمعرفة، والمحك للمعرفة، ويوضح النموذج كيف أن الأفراد يتحركون من عدم الفهم حينما تكون القضايا واضحة إلى عملية الاستدلال حينما تكون القضايا غير واضحة، وتشير نتائج الدراسات المتعلقة بهذا النموذج إلى أن ذلك يحدث في سن مبكرة بعد الثلاثين في البيانات التي تتوفر فيها التربية الجيدة، ويعد أساس الحكم أو التقييم الذي يتسم بالحكمة هو القدرة علي القيام باستدلال مجرد وتجريدات. (In: Sternberg., & jordan, 2005, 23).

مكونات الحكمة:

تُقدم نظريات الحكمة الصريحة منها والضمنية مكونات متنوعة للحكمة، وذلك بغض النظر عما إذا كانت هذه المكونات هي خلاصة أفكار الناس عن الحكمة، أو أنها نتيجة دراسة عامله لمكونات الحكمة، وتتنوع تلك المكونات ما بين مهارات وقدرات عقلية وسمات شخصية، وفي هذا الإطار يري Sternberg (2003, 154) أن عملية اكتساب الحكمة تعتمد علي عدة نقاط هي؛ الترميز الانتقائي للمعلومات الجديدة المرتبطة بهدف الفرد في تعلمه عن بيئته، المقارنة الانتقائية لتلك المعلومة لمعرفة مدي ملائمتها للمعلومات القديمة، وكذلك الدمج الانتقائي لتلك المعلومة لتندمج مع البنية المعرفية ككل، ويؤكد ستيرنبرج كذلك علي عدة مهارات ضرورية للحكمة وهي؛

١- المعرفة؛ ولا يُقصد بها المعلومات المكتسبة في المدارس، وإنما المعلومات التي يكتسبها الفرد في مدرسة الحياة.

٢-المهارات التحليلية؛ وهي كذلك لا تعني المهارات التحليلية الصريحة التي تُعلم في المدرسة وتأس من خلال الاختبارات التحصيلية، وإنما المهارات التحليلية المتعلقة بتحليل المشكلات في العالم الواقعي، فمثلاً اختبار رافن للذكاء يعطي مؤشراً عن المهارات التحليلية المجردة للفرد، وإنما لا تستخدم تلك المهارات في تقديم حل لنزع فتيل الأزمة بين الهند وباكستان مثلاً، وتعد مهارة ما وراء المعرفة من أهم تلك المهارات التحليلية.

٣-الإبداع؛ فالحلول الحكيمة غالباً ما تكون لأشخاص مبدعين.

٤-التفكير العملي؛ ويعد أقرب أنواع مهارات التفكير إلى الحكمة، ولكنه ليس الحكمة، إذ أن الحكمة تُعد نوع خاصاً من التفكير العملي، فقد يكون الفرد مفكراً عملياً جيداً، ولكنه ليس بالضرورة حكيماً.

٥-الذكاء الاجتماعي؛ فالفرد الحكيم يجب وأن يتمتع بقدر مرتفع من الذكاء الاجتماعي.

نموذج براون لتطور الحكمة:

يندرج نموذج براون لتطور الحكمة ضمن النماذج الصريحة في دراسة الحكمة، ووفقاً لهذا النموذج يري (Brown 2004) أن الحكمة تتكون من ستة عوامل مترابطة؛ هي معرفة الذات، فهم الآخرين، إصدار الأحكام، معرفة حياتية، مهارات حياتية، والرغبة في التعلم، وتشير معرفة الذات-Self Knowledge إلى كيفية معرفة الشخص جيداً باهتماماته الشخصية، نقاط قوته وضعفه، وكذلك القيم، وتشير معرفة الحياة Life Knowledge إلى إدراك الترابط بين الناس والعالم المحيط، وأيضاً المقدرة على إلقاء نظرة على المعاني الموجودة في الحياة بشكل عام. وتتسم معارف الحياة بقدرتها الفرد على فهم القضايا الرئيسية، وأن يجد الشخص طريقه في الأوقات الصعبة، وفهم الحقائق الحياة، بينما تشير المهارات الحياتية Life Skills إلى الكفاءة العملية، والقدرة على فهم الأنظمة مواجهة المشكلات بأدوات واستراتيجيات ملائمة لاسيما مع السياقات الجديدة. وتشمل المهارات الحياتية القدرة على القيام بالمهام اليومية المتعددة والمسؤوليات بشكل فعال، بينما تعني الرغبة في التعلم Willingness to Learn اهتمام الفرد المستمر بالتعلم والمعرفة عن العالم. وتتطور الحكمة من خلال التعلم من الحياة، ويشير هذا النموذج إلى ثلاثة شروط تيسر تطور الحكمة بشكل مباشر، هي توجه الفرد نحو التعلم، الخبرات، والتفاعل مع الآخرين، هذه الشروط تجري في بيئة معينة، وفي سياق يؤثر على اتجاه الفرد نحو التعلم والتطور، ويشير التوجه نحو التعلم Orientation to Learning إلى اتجاه ومستوى مشاركة الفرد واحتماليه اكتساب المعرفة، عندما يواجه الأنشطة والناس، وقد يشمل هذا توجهاً عاماً نحو الحياة، وربما يتنوع بحسب المجالات أو المواقف الخاصة (Greene.,& Brown, 2009, 292-294).

فروض البحث:

١- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس الامتتان ودرجاتهم على العوامل والدرجة الكلية لمقياس الحكمة.

٢- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة الدراسة من طلبة الجامعة على العوامل الفرعية والدرجة الكلية لمقياس العفو ودرجاتهم على العوامل الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الحكمة.

٣- يُسهم كل من الامتتان والعفو بعواملهم الفرعية والدرجة الكلية في التنبؤ بالحكمة لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة.

منهج وإجراءات البحث:

(أ) **منهج البحث:** اقتضت طبيعة مشكلة البحث الحالي استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، والذي يقصد به "المنهج الذي يطبق بهدف دراسة وتحديد العلاقة بين متغيرين أو أكثر، ويسعى المنهج الوصفي الارتباطي نحو جمع بيانات حول الحالة الراهنة، وذلك بهدف تحديد ما إذا كانت هناك ثمة علاقة بين متغيرين أو أكثر وتحديد مقدار هذه العلاقة (علي ماهر خطاب، ٢٠٠٧، ٢٣٥).

(ب) **عينة البحث:** تكونت عينة البحث الأساسية من (٢٥٦)، وعينة حساب الخصائص السيكومترية من (٢٦٣) من طلبة كلية التربية بالتحصينات العلمية والأدبية بجامعة حلوان، بمتوسط عمري مقداره (٢٠.٥٧)، وانحراف معياري مقداره (٢.١٨)، كما هو موضح بجدول (١).

جدول (١) عينة حساب الخصائص السيكومترية والعينة الأساسية

عينة البحث					
عينة البحث الأساسية			عينة حساب الخصائص السيكومترية		
الفرقة	التخصص	الفرقة	الفرقة	التخصص	الفرقة
٦٩	لغة عربية عام	الثالثة	٧٧	لغة عربية عام	الثانية
٥٠	عربي أساسي		٥٢	عربي أساسي	
٧٩	دراسات اجتماعية	الرابعة	٧٦	دراسات اجتماعية	الرابعة
٢٣	كيمياء عربي		٣١	كيمياء عربي	
٣٥	فيزياء عربي		٢٧	فيزياء عربي	
٢٥٦	كلي أساسي		٢٦٣	كلي تقنين	

(ج) أدوات البحث:

أولاً مقياس الامتتان لطلبة الجامعة إعداد الباحثان:

مراحل بناء مقياس الامتتان لطلبة الجامعة:

قام الباحثان بالاطلاع على الأطر النظرية التي تناولت مفهوم الامتتان والدراسات السابقة العربية والأجنبية كما هو موضح في الإطار النظري والدراسات السابقة للبحث، ثم الاطلاع على المقاييس العربية والأجنبية التي استخدمت لقياس الامتتان وهي؛ مقياس الامتتان السداسي The Gratitude Questionnaire- 6 (GQ-6) إعداد (McCullough et al. (2002)، ويتكون من (٦) مفردات على عامل واحد، ومقياس الامتتان والتقدير وانتفاء الشعور بالحرمان Gratitude Resentment and Appreciation Test (GRAT) إعداد (Watkins et al. (2003) ويتكون من (٥٣) مفردة على ثلاثة عوامل، ومقياس الامتتان إعداد تامر شوقي إبراهيم (٢٠١٦) ويتكون من (١٣) مفردة على عاملين، ومقياس الامتتان إعداد حواء إبراهيم إبليش (٢٠١٦) ويتكون من (٢٧) مفردة على عاملين، مقياس الامتتان إعداد منال محمود محمد (٢٠١٨) ويتكون من (١٥) موقفاً على عامل واحد، ومقياس الامتتان إعداد إكرام حمزة السيد (٢٠١٨) والذي يتكون من (١٧) مفردة على ثلاثة عوامل للامتتان، ومقياس الامتتان لطالبات الجامعة إعداد رشا عادل عبدالعزيز (٢٠١٩) ويتكون من (٢٠) مفردة على عامل واحد، مقياس التعبير عن الامتتان في العلاقات الزوجية إعداد النابغة فتحي محمد (٢٠١٩) والذي يتكون من (١٤) مفردة على عامل واحد، مقياس الامتتان لطلبة الجامعة إعداد حسام الدين محمود عزب

وآخرون (٢٠١٩) والذي يتكون من (٣٠) مفردة على عاملين، مقياس الامتحان إعداد حليلة إبراهيم أحمد (٢٠١٩) ويتكون من (٢١) مفردة على ثلاثة عوامل.

وقد فضل الباحثان إعداد مقياس جديد للامتحان، ويرجع السبب في ذلك إلى محاولة بناء مقياس يناسب طبيعة العينة، يتناول الامتحان كعامل واحد فقط استناداً إلى مقياس الامتحان السداسي إعداد (McCullough et al. 2002)، فقام الباحثان بتحديد المفهوم الاجرائي للامتحان، ثم قام الباحثان بتصميم استبيان مفتوح يتضمن عدد من الأسئلة كالاتي: ما رد فعلك عندما يقدم لك زميل خدمة أو منفعة أو مساعدة؟، حدد انفعالاتك ومشاعرك تجاه من قدم لك خدمة أو منفعة أو مساعدة في الماضي أو في الحاضر؟، ما العبارات التي تقولها التي تعبر عن امتنالك للآخرين، ومن خلال تطبيق الاستبيان على عدد (٤٠) من طلبة كلية التربية بالتخصصات العلمية والأدبية بجامعة حلوان، ومن خلال تحليل محتوى الاستجابات تم الاستفادة منها في صياغة مفردات المقياس بأسلوب يناسب ثقافة العينة؛ فقد ساعد هذا الاستبيان في الحصول على مصدر إضافي لصياغة مفردات المقياس بما يتلائم مع ثقافة عينة الدراسة؛ ومن ثم فقد صاغ الباحثان مفردات المقياس بأسلوب مبسط وسليم يناسب طبيعة العينة، وتكون المقياس في صورته الأولية من (٣٠) مفردة، ثم قام الباحثان بعرض المقياس على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في الصحة النفسية وعلم النفس التربوي للتأكد من وضوح المفردات، وسلامتها اللغوية، وارتباطها بالمقياس، وقام الباحثان بإجراء بعض التعديلات بحذف بعض المفردات (٨، ١٦)، وتعديل بعض المفردات الأخرى حتى أصبح المقياس يتكون من (٢٨) مفردة، وقام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (١٣) من طلبة كلية التربية بالتخصصات العلمية والأدبية بجامعة حلوان، للتأكد من وضوح المفردات وفهمهم لمفردات المقياس دون حدوث غموض في فهم المفردات، وأسفرت عن حذف المفردة رقم (٢٠، ٢٢، ٢٣) وتعديل ثلاثة مفردات (٤، ٦، ١١) ليصبح المقياس (٢٥) مفردة، ثم قام الباحثان بحساب الخصائص السيكومترية للمقياس للتأكد من صدقة وثباته وكانت النتائج كالاتي:

الخصائص السيكومترية لمقياس الامتحان لطلبة الجامعة:

صدق مقياس الامتحان لطلبة الجامعة: (أ) صدق التحليل العاملي:

قام الباحثان بإجراء التحليل العاملي لمقياس الامتحان لطلبة الجامعة، وذلك علي عينة بلغت (٢٦٣) من طلبة كلية التربية بالتخصصات العلمية والأدبية بجامعة حلوان، وقد استخدم الباحثان طريقة المكونات الأساسية Principle Component، وتم إجراء التحليل العاملي باستخدام البرنامج الإحصائي (spss) الإصدار الثالث والعشرين، وتم استخدام محك كاييرز في تقدير العامل المستخلص كمؤشر للتوقف أو الاستمرار في استخلاص العوامل التي تمثل البناء الأساسي، حيث يتم الإبقاء على العوامل التي تزيد جذورها الكامنة على الواحد الصحيح، كما استخدم الباحثان قيمة (± 0.3) كمحك للتشعب الجوهري للمفردة على العامل، ومن ثم يعتبر التشعب للمفردة علي العامل دال إحصائياً عندما يبلغ (± 0.3) أو أكثر، وقد تم التحليل العاملي وفق الخطوات الآتية: تجهيز بيانات المقياس تمهيداً لمعالجتها إحصائياً، ثم حساب معامل ألفا-كرونباخ للمقياس ككل؛ وذلك بغرض الاطمئنان لعدم وجود مفردات ذات تأثير سلبي على التباين الكلي للمقياس، ثم إجراء التحليل العاملي لمفردات المقياس، ثم تحديد قيمة (± 0.3) كمحك للتشعب الجوهري للمفردة على العامل، ثم تدوير المفردات تدويراً متعامداً، وقد أسفر التحليل العاملي عن حذف المفردة رقم (٩)؛ وذلك نظراً لانخفاض معامل التشعب عن (0.03)، وفيما يأتي العامل المستخرج

وعوامل التشعب المفردات، والنتائج التي حصل عليها الباحثان بعد التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس (Varimax).

جدول (٢) العامل المستخرج من التحليل العاملي لمقياس الامتحان لطلبة الجامعة وتشعب المفردات

رقم المفردة	معامل التشعب	رقم المفردة	معامل التشعب	رقم المفردة	معامل التشعب
١	.358	١٠	.301	١٨	.415
٢	.413	١١	.359	١٩	.384
٣	.383	١٢	.539	٢٠	.414
٤	.303	١٣	.443	٢١	.450
٥	.447	١٤	.402	٢٢	.540
٦	.392	١٥	.577	٢٣	.494
٧	.556	١٦	.416	٢٤	.367
٨	.336	١٧	.412	٢٥	.422
الجذر الكامن					4.450
نسبة التباين المفسرة					17.801
نسبة التباين التراكمية					17.801
اختبار كايزر-ماير-أولكين = (٠.٧٥٧).					
اختبار بارتليت = (١٤٤٩.٠٣٢) دال عند مستوي ثقة (٠.٠١).					

ومن خلال ما سبق يتضح من نتائج جدول (٢) أنه تراوحت تشعبات المفردات بين (٠.٣٠١ - ٠.٥٧٧)، وقد استحوذ على (17.801) من التباين العاملي الكلي بعد التدوير، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (4.450)، ويتكون هذا العامل من (٢٤) مفردة، وتعكس مفردات هذا العامل وعي الفرد باستمرار بشعوره واعترافه بالشكر والتقدير للآخرين الذي يستحقون ذلك سواء قدموا له خدمة أو مساعدة أو منفعة في الحاضر أو الماضي، الشعور والاعتراف بالإيجابية والتقدير والعرفان تجاه تضحيات الآخرين في حياته واستجابات الفرد السلوكية التي تُعبر عن شكره وتقديره وامتنانه للآخرين؛ ولذا يُمكن أن نطلق على هذا العامل الامتحان.

(ب) صدق التجانس الداخلي لمقياس الامتحان لطلبة الجامعة:

قام الباحثان بحساب التجانس الداخلي؛ وذلك من خلال حساب معامل الارتباط الخطي البسيط لبيرسون بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس، وفيما يأتي النتائج التي حصل عليها الباحثان:

جدول (٣) معاملات ارتباط التجانس الداخلي لمقياس الامتحان لطلبة الجامعة

رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس
١	.431**	٩	.343**	١٧	.363**
٢	.465**	١٠	.411**	١٨	.347**
٣	.338**	١١	.480**	١٩	.450**
٤	.358**	١٢	.437**	٢٠	.358**
٥	.431**	١٣	.411**	٢١	.463**
٦	.464**	١٤	.560**	٢٢	.430**
٧	.498**	١٥	.440**	٢٣	.372**
٨	.346**	١٦	.382**	٢٤	.475**

(**) معامل الارتباط دال عند مستوي دلالة (٠.٠١)، (*) معامل الارتباط دال عند مستوي دلالة (٠.٠٥)؛ ومن ثم يتضح من نتائج جدول (٣) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، ويشير ذلك إلى تجانس مقياس الامتحان لطلبة الجامعة وصلاحيته للاستخدام في البحث الحالي.

ثبات مقياس الامتحان لطلبة الجامعة:

قام الباحثان بحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، والتي تقوم على تجزئة مقياس الامتحان لطلبة الجامعة إلى نصفين (فردى - زوجي) وحساب معامل الارتباط بينهما، وتطبيق معادلة تصحيح الطول (سبيرمان-براون)، وكذلك التجزئة النصفية بمعادلة "جوتمان" وألفا-كرونباخ كما يأتي:

جدول (٤) نتائج معاملات ثبات مقياس الامتحان لطلبة الجامعة

المتغير	عدد المفردات	معامل التجزئة "سبيرمان"	
		قبل التصحيح	بعد التصحيح
الامتحان	٢٤	.701	.824
معامل ألفا-كرونباخ			.788

ويتضح من نتائج جدول (٤) أن جميع معاملات ثبات مقياس الامتحان لطلبة الجامعة مرتفعة، وتشير تلك النتائج إلى صلاحية المقياس للاستخدام في البحث الحالي.

مفتاح تصحيح مقياس الامتحان لطلبة الجامعة: تكون المقياس في صورته النهائية من (٢٤) مفردة، يتم تصحيح المقياس وفقاً لطريقة ليكرت السباعي (لا أوافق بشدة- لا أوافق- لا أوافق نوعاً ما- محايد- أوافق نوعاً ما- أوافق بشدة) بحيث تأخذ المفردات الإيجابية (١-٢-٣-٤-٥-٦-٧)، والعكس صحيح بالنسبة للمفردة السلبية وهي (٣، ٦، ١٨، ٢٢، ٢٣)، وتصبح الدرجة العظمى للمقياس (١٦٨) درجة، والحد الأدنى من الدرجات (٢٤) درجة، وتشير الدرجة المرتفعة إلى أن المفحوص يشعر بدرجة مرتفعة

بالامتنان والشكر والتقدير والعرفان، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى أن المفحوص يشعر بدرجة منخفضة بالامتنان والشكر والتقدير والعرفان.

ثانياً مقياس العفو لطلبة الجامعة إعداد الباحثان:

مراحل بناء مقياس العفو لطلبة الجامعة:

قام الباحثان بالاطلاع على الأطر النظرية التي تناولت مفهوم العفو والدراسات السابقة العربية والأجنبية كما هو موضح في الإطار النظري والدراسات السابقة للبحث، والاطلاع على المقاييس العربية والأجنبية التي استخدمت لقياس العفو وهي؛ قائمة انريت للعفو Enright Forgiveness Inventory (EFI) إعداد Subkoviak, Enright, Wu, Gassin, Freedman, Olson and Sarinopoulos (1995)، مقياس العفو The Forgiveness Scale ويتكون من (١٥) مفردة على عاملين، ومقياس احتمالية العفو Forgiveness Likelihood Scale ويتكون من (١٠) مواقف لقياس ميل الفرد للعفو عبر المواقف على عامل واحد إعداد Rye et al. (2001)، ومقياس العفو Heartland Forgiveness Scale إعداد Thompson et al. (2005)، ومقياس العفو القراري Decisional Forgiveness Scale (EFS) والعفو الانفعالي Emotional Forgiveness Scale (EFS) إعداد Worthington et al. (2007)، ومقياس العفو إعداد Neto et al. (2007) والذي يتكون من (٢٠) مفردة على ثلاثة عوامل، مقياس العفو إعداد سيد أحمد البهاص (٢٠١٠) والذي يتكون من (٤٣) مفردة على ثلاثة عوامل، مقياس العفو إعداد زينب محمود شقير (٢٠١٠)، ومقياس العفو في مجال العمل Workplace Forgiveness Scale إعداد Boonyarit et al. (2013) والذي تكون من (٢٣) مفردة على أربعة عوامل، مقياس العفو عن الآخرين اعداد صفية فتح الباب (٢٠١٣) والذي تكون من (٥٧) مفردة على خمس عوامل.

وقد فضل الباحثان إعداد مقياس جديد للعفو لطلبة الجامعة، ويرجع السبب في ذلك إلى محاولة بناء مقياس يناسب طبيعة العينة، يتناول العفو كعدة عوامل، فقام الباحثان بتحديد المفهوم الاجرائي للعفو، ثم قام الباحثان بتصميم استبيان مفتوح يتضمن عدد من الأسئلة كالاتي: عندما تتعرض لموقف إساءة من زميل أو من المحيطين، ما رد فعلك؟، من وجهة نظرك ما السمات التي تتوفر في الشخص الذي يعفو عن الآخرين؟، ما الأفكار التي تدور في ذهنك الآن حول من أساء إليك من قبل؟، ما شعورك الآن تجاه الشخص الذي أساء إليك من قبل؟، فقد ساعد هذا الاستبيان في الحصول على مصدر إضافي لصياغة مفردات المقياس بما يتلائم مع ثقافة عينة الدراسة، ومن خلال تطبيق الاستبيان على عدد (٤٠) من طلبة كلية التربية بالتخصصات العلمية والأدبية بجامعة حلوان، ومن خلال تحليل محتوى الاستجابات تم الاستفادة منها في صياغة مفردات المقياس بأسلوب يناسب ثقافة العينة، ومن ثم صاغ الباحثان مفردات المقياس بأسلوب مبسط وواضح وخالي من الغموض يناسب طبيعة العينة، وتكون المقياس في صورته الأولية من (٤٠) مفردة، ثم قام الباحثان بعرض المقياس على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في الصحة النفسية وعلم النفس التربوي، للتأكد من وضوح المفردات وسلامتها اللغوية وارتباطها بالمقياس، وقام الباحثان بإجراء بعض التعديلات بحذف بعض المفردات (١٨، ٢٥) وتعديل بعض المفردات الأخرى حتى أصبح المقياس يتكون من (٣٨) مفردة، وقام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (١٣) من طلبة كلية التربية بالتخصصات العلمية والأدبية بجامعة حلوان، للتأكد من وضوح المفردات وفهمهم لمفردات المقياس دون حدوث غموض في فهم المفردات، وأسفرت عن حذف المفردة رقم (١٥)،

١٦، ١٧) وتعديل ثلاثة مفردات (٤، ٦، ١١) ليصبح المقياس (٣٥) مفردة، ثم قام الباحثان بحساب الخصائص السيكمترية للمقياس للتأكد من الخصائص السيكمترية وصلاحيته للاستخدام في البحث الحالي، وكانت النتائج كالتالي:

الخصائص السيكمترية لمقياس العفو لطلبة الجامعة:

صدق مقياس العفو لطلبة الجامعة: (أ) صدق التحليل العاملي: قام الباحثان بإجراء التحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية لمقياس العفو لطلبة الجامعة، وذلك على عينة بلغت (٢٦٣) من طلبة كلية التربية بالتحصينات العلمية والأدبية بجامعة حلوان، وقد استخلص الباحثان خمسة عوامل، وفيما يأتي العوامل المستخرجة بعد التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس (Varimax).

جدول (٥) العوامل المستخرجة من التحليل العاملي لمقياس العفو لطلبة الجامعة وتشبع المفردات على العوامل

رقم المفردة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس
١	.486				
٢		.438			
٣			.622		
٤				.559	
٥			.574		
٦	.357				
٧					.545
٨	.594				
٩			.538		
١٠		.616			
١١		.551			
١٢	.401				
١٣			.400		
١٤			.507		
١٥	.498				
١٦			.380		
١٧		.330			
١٨		.337			
١٩				.801	
٢٠					.409

رقم المفردة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس
٢١		.569			
٢٢				.433	
٢٣		.414			
٢٤				.796	
٢٥				.474	
٢٦			.435		
٢٧				.352	
٢٨		.590			
٢٩	.596				
٣٠				.366	
٣١	.607				
٣٢		.690			
٣٣				.583	
٣٤	.532				
٣٥	.523				
الجذر الكامن	3.536	3.291	2.893	2.774	1.599
نسبة التباين المفسرة	10.102	9.403	8.266	7.925	4.570
نسبة التباين التراكمية	10.102	19.505	27.772	35.697	40.266
اختبار كايزر-ماير-أولكين = (٠.٧٧٢)					
اختبار بارتليت = (٢٢٩٢.١٨٦) دال عند مستوي ثقة (٠.٠١).					

ومن خلال نتائج جدول (٥) يتضح أن:

العامل الأول: تراوحت تشبعات مفردات هذا العامل بين (٠.٣٥٧ - ٠.٦٠٧)، وقد استحوذ على (10.102) من التباين العملي الكلي بعد التدوير، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (3.536)، ويتكون هذا العامل من (٩) مفردات، وتعكس مفردات العامل ميل الطالب لتجاوز وتجنب عقاب من أساء إليه، والشعور بالرضا وراحة البال وعدم الرغبة في الانتقام والعفو عن المُسيء، ولذا يُمكن أن نطلق على هذا العامل العفو عن الآخرين.

العامل الثاني: تراوحت تشبعات مفردات هذا العامل بين (٠.٣٣٠ - ٠.٦٩٠)، وقد استحوذ على (9.403) من التباين العملي الكلي بعد التدوير، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (3.291)، ويتكون هذا العامل من (٩) مفردات، وتعكس مفردات هذا العامل شعور الطالب بالأفكار والانفعالات والسلوكيات السلبية تجاه

من أساء إليه، وعدم رغبتة في العفو عنه، ولذا يُمكن أن نطلق على هذا العامل وجود الأفكار والانفعالات والسلوكيات السلبية.

العامل الثالث: تراوحت تشبعات مفردات هذا العامل بين (٠.٣٨٠ - ٠.٦٢٢)، وقد استحوذ على (8.266) من التباين العاملي الكلي بعد التدوير، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (2.893)، ويتكون هذا العامل من (٧) مفردات، وتعكس مفردات العامل ميل الطالب لتجنب انتقاد ولوم وجلد ذاته وتقبلها والتفهم والاعتراف بأخطائه، ولذا يُمكن أن نطلق على هذا العامل العفو عن الذات.

العامل الرابع: تراوحت تشبعات مفردات هذا العامل بين (٠.٣٥٢ - ٠.٨٠١)، وقد استحوذ على (7.925) من التباين العاملي الكلي بعد التدوير، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (2.774)، ويتكون هذا العامل من (٦) مفردات، وتعكس مفردات هذا العامل شعور الطالب بالأفكار والانفعالات والسلوكيات الإيجابية تجاه من تسبب له في الإساءة، والرغبة في العفو عنه، ولذا يُمكن أن نطلق على هذا العامل وجود الأفكار والانفعالات والسلوكيات الإيجابية.

العامل الخامس: تراوحت تشبعات مفردات هذا العامل بين (٠.٤٠٩ - ٠.٥٤٥)، وقد استحوذ على (4.570) من التباين العاملي الكلي بعد التدوير، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (1.599)، ويتكون هذا العامل من (٤) مفردات، وتعكس مفردات هذا العامل ميل الطالب للعفو عبر مواقف الحياة اليومية، وتفهمه للظروف والمواقف السلبية سواء التي تقع تحت سيطرته أو تخرج عن سيطرته، والتصرف حيالها بصورة إيجابية، ولذا يُمكن أن نطلق على هذا العامل العفو عبر المواقف.

(ب) صدق التجانس الداخلي لمقياس العفو لطلبة الجامعة:

قام الباحثان بحساب التجانس الداخلي؛ وذلك من خلال حساب معامل الارتباط الخطي البسيط لبيرسون بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للعامل، والدرجة الكلية للمقياس، وفيما يأتي النتائج التي حصل عليها الباحثان:

جدول (٦) التجانس الداخلي لمقياس العفو لطلبة الجامعة (العامل الأول والثاني والثالث)

العامل الثالث		العامل الثاني			العامل الأول		المفردة	
معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للعامل	المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للعامل	المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس		معامل الارتباط بالدرجة الكلية للعامل
.405**	.641**	٣	.414**	.543**	٢	.276**	.528**	١
.433**	.605**	٥	.487**	.649**	١٠	.215**	.428**	٦
.396**	.491**	٩	.447**	.571**	١١	.285**	.562**	٨
.430**	.552**	١٣	.409**	.390**	١٧	.340**	.525**	١٢
.465**	.630**	١٤	.460**	.516**	١٨	.306**	.543**	١٥

العامل الثالث			العامل الثاني			العامل الأول		المفردة
معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للعامل	المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للعامل	المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للعامل	
.363**	.471**	16	.362**	.619**	٢١	.371**	.610**	٢٩
.419**	.516**	٢٦	.418**	.535**	23	.306**	.608**	٣١
			.415**	.546**	٢٨	.439**	.559**	٣٤
			.443**	.638**	٣٢	.393**	.613**	٣٥

(**) معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة (٠.٠١)، (*) معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ويتضح من نتائج جدول (٦) أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0,01).

جدول (٧) التجانس الداخلي لمقياس العفو لطلبة الجامعة (العامل الرابع والخامس)

العامل الخامس			العامل الرابع		
معامل الارتباط بالدرجة الكلية للعامل	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للبعد	المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للعامل	المفردة
.184**	.624**	٧	.257**	.570**	٤
.315**	.543**	٢٠	.444**	.795**	١٩
.323**	.451**	٢٢	.446**	.791**	٢٤
.441**	.616**	٢٥	.550**	.643**	٢٧
			.331**	.492**	٣٠
			.299**	.612**	٣٣

(**) معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة (٠.٠١)، (*) معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ويتضح من نتائج جدول (٧) أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0,01).

ثبات مقياس العفو لطلبة الجامعة:

قام الباحثان بحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، والتي تقوم على تجزئة مقياس العفو لطلبة الجامعة إلى نصفين (فردى - زوجي) وحساب معامل الارتباط بينهما، وتطبيق معادلة تصحيح الطول (سبيرمان-براون)، وكذلك التجزئة النصفية بمعادلة "جوتمان" وألفا-كرونباخ كما يأتي:

جدول (٨) نتائج معاملات ثبات مقياس العفو لطلبة الجامعة

المتغير	عدد المفردات	معامل التجزئة "سبيرمان"	
		قبل التصحيح	بعد التصحيح
العفو	٣٥	.714	.833
معامل ألفا-كرونباخ			.820

يتضح من نتائج جدول (٨) أن جميع معاملات ثبات مقياس العفو لطلبة الجامعة مرتفعة، وتشير تلك النتائج إلى صلاحية مقياس العفو لطلبة الجامعة للاستخدام في البحث الحالي.

مفتاح تصحيح مقياس العفو لطلبة الجامعة: تكون المقياس في صورته النهائية من (٣٥) مفردة، يتم تصحيح المقياس وفقاً لطريقة ليكرت السباعي (لا أوافق بشدة- لا أوافق- لا أوافق نوعاً ما- محايد- أوافق نوعاً ما- أوافق بشدة) بحيث تأخذ المفردات الإيجابية (١-٢-٣-٤-٥-٦-٧) والعكس صحيح بالنسبة للمفردة السلبية وهي (١، ٢، ٧، ٨، ١٠، ١١، ١٣، ١٦، ١٧، ١٨، ٢١، ٢٢، ٢٣، ٢٦، ٢٨، ٢٩، ٣٢، ٣٤) وتصبح الدرجة العظمى للمقياس (٢٤٥) درجة، والحد الأدنى من الدرجات (٣٥) درجة، وتشير الدرجة المرتفعة إلى أن المفحوص يشعر بدرجة مرتفعة بالعفو، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى أن المفحوص يشعر بدرجة منخفضة بالعفو.

ثالثاً مقياس الحكمة لطلبة الجامعة إعداد الباحثان:

مراحل إعداد مقياس الحكمة لطلبة الجامعة:

قام الباحثان بالاطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة العربية والأجنبية التي تناولت متغير الحكمة كما هو موضح بالإطار النظري والدراسات السابقة بالبحث، والاطلاع على المقاييس المختلفة التي استخدمت لقياس الحكمة وهي؛ ومقياس الحكمة ثلاثي العوامل Three- Dimensional Wisdom Scale (3D-WS) إعداد Ardelt (2003) والذي يتكون من (٣٩) مفردة على ثلاثة عوامل هي؛ البعد المعرفي، البعد التأملي والبعد الوجداني، مقياس التقدير الذاتي للحكمة Self- Assessed Wisdom Scale (SAWS) إعداد Webster (2003)، مقياس تطور الحكمة Wisdom Development Scale إعداد Brown and Greene (2006) والذي يتكون من (٦٦) مفردة، على ثمانية عوامل هي: المعرفة الذاتية، إدارة الانفعالات، الإيثار، المشاركة المهمة، إصدار الأحكام، معرفة الحياة، مهارات الحياة، الاستعداد للتعلم، مقياس السلوك الحكيم إعداد خالد محمد عبد الوهاب (٢٠٠٩) ويتكون من (٧٦) مفردة على سبعة عوامل هي؛ المعرفة الواسعة، النظرة الشاملة للأمور، القدرة على إصدار أحكام جيدة، القدرة على اتخاذ القرارات الفعالة، القيادة الفعالة لمختلف شؤون الحياة، القدرة على تحديد وحل المشكلات والضبط الذاتي، مقياس الحكمة إعداد يسرية أنور صادق (٢٠١٠) والذي تكون من (٥١) مفردة على ثلاثة عوامل هي؛ العامل الأول المكونات العقلية لدى الفرد الحكيم، العامل الثاني المكونات الوجدانية لدى الفرد الحكيم والعامل الثالث وهو الحكمة في التعامل مع الآخر، استبيان الحكمة الموجز Wise- Reasoning Questions إعداد Grossmann and Kross (2014)، مقياس الحكمة

في الحياة إعداد طلعت منصور غبريال، عبدالعزيز محمود عبدالعزيز، محمد إبراهيم عيد (٢٠١٦) والذي تكون من (٨٢) مفردة على ثماني عوامل هي: القدرة الرشيدة على حل المشكلات، مهارات التفاوض والإقناع، حكمة الاختيار والتخطيط للحياة، التنظيم الانفعالي، النزعة للخير والفضيلة، الحكم السديد، الانفتاح على الخبرة الجديدة والتأمل الذاتي، مقياس الحكمة إعداد محمد كمال أبو الفتوح (٢٠١٦) والذي يتكون من (٧٠) مفردة على سبعة عوامل هي؛ المعرفة والخبرات الحياتية، التنظيم الذاتي للانفعالات، التفكير التأملي/ الانعكاسي، التفتح الذهني (اتساع الأفق)، استخدام الفكاهة، القدرة على حل المشكلات والتعايش الاجتماعي، مقياس التقييم الذاتي للحكمة ومقياس الحكمة ثلاثي العوامل إعداد Taylor, Bates and Webster (2011)، مقياس الحكمة إعداد هيام صابر صادق (٢٠١٢) والذي تكون من (٥٣) مفردة على ثلاثة عوامل هي؛ المكون المعرفي، المكون الوجداني، المكون السلوكي، ثم قام الباحثان بتطبيق استبيان مفتوح على عينة من طلبة كلية التربية بالتخصصات العلمية والأدبية بجامعة حلوان؛ تكونت من (٤٠)، وتضمن الاستبيان أسئلة مفتوحة: من وجهة نظرك ما صفات الشخص الذي يتميز بالحكمة؟، ومن خلال تحليل محتوى الاستجابات تم الاستفادة منها في صياغة مفردات المقياس بأسلوب يناسب ثقافة العينة، ومن ثم صاغ الباحثان مفردات المقياس بأسلوب مبسط وواضح وخالي من الغموض يناسب طبيعة العينة.

ومن خلال ما سبق تم تحديد التعريف الاجرائي لمتغير الحكمة، وصياغة مفردات المقياس، وتكون المقياس في صورته الأولية من (٥٠) مفردة، وتم عرض المقياس على مجموعة من الأساتذة المحكمين في مجال الصحة النفسية وعلم النفس التربوي؛ لتحديد مدى صحة وسلامة مفردات المقياس وخلوها من الغموض وارتباطها بالمقياس وملائمتها لعينة البحث، وقد أسفرت عن تعديل بعض المفردات وحذف ثلاثة مفردات ليصبح المقياس (٤٧) مفردة، ثم قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (٤٠) من طلبة كلية التربية بالتخصصات العلمية والأدبية بجامعة حلوان، للتأكد من وضوح المفردات، وأسفرت هذه الخطوة عن حذف المفردات (١٨، ٣٨) وبذلك أصبح المقياس يتكون من (٤٥) مفردة، وتمت إعادة صياغة مفردات المقياس في ضوء ملاحظات السادة المحكمين، وتطبيق المقياس على عينة حساب الخصائص السيكومترية للتأكد من صدقه وثباته.

إجراءات حساب الخصائص السيكومترية لمقياس الحكمة لطلبة الجامعة:

أولاً: صدق المقياس: (أ) صدق التحليل العاملي:

قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة بلغت (٢٦٣) من طلبة كلية التربية بالتخصصات العلمية والأدبية بجامعة حلوان؛ وذلك بغرض إجراء التحليل العاملي للمقياس، ثم قام الباحثان بإجراء التحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية، واستخلص الباحثان ستة عوامل للمقياس، وقد تم حذف المفردات (٣-١٥)؛ وذلك نظراً لانخفاض معامل تشبعها عن (± 0.30)، وفيما يلي العوامل المستخرجة بعد التدوير المتعامد بطريقة الفارماكس (Varimax). والنتائج التي حصل عليها الباحثان:

جدول (٩) العوامل المستخرجة من التحليل العاملي لمقياس الحكمة لطلبة الجامعة وتشبع المفردات على العوامل

رقم المفردة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس
١		.395				
٢		.454				
٤			.490			
٥			.483			
٦					.301	
٧	.320					
٨				.635		
٩		.459				
١٠		.452				
١١		.365				
١٢	.533					
١٣					.332	
١٤						.507
١٦						.563
١٧		.586				
١٨						.421
١٩	.364					
٢٠			.374			
٢١	.545					
٢٢				.458		
٢٣		.308				
٢٤	.308					
٢٥			.490			
٢٦		.380				
٢٧			.454			
٢٨	.604					
٢٩						.380
٣٠				.659		

رقم المفردة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس
٣١				.431		
٣٢	.380					
٣٣	.601					
٣٤			.466			
٣٥			.372			
٣٦					.462	
٣٧					.523	
٣٨			.580			
٣٩	.463					
٤٠						.388
٤٢				.343		
٤٣					.475	
٤٤					.421	
٤٥					.388	
الجذر الكامن	2.865	2.802	2.769	2.218	1.854	1.826
نسبة التباين المفسرة	6.511	6.368	6.293	5.041	4.214	4.150
نسبة التباين التراكمية	6.511	12.880	19.173	24.214	28.428	32.577
اختبار كايزر-ماير-أولكين = (٠.٧٣٣).						
اختبار بارتليت = (١٩٢٤.٧٢٩) دال عند مستوي ثقة (٠.٠١).						

ومن خلال نتائج جدول (٩) يتضح أن:

العامل الأول: تراوحت تشبعات مفردات هذا العامل بين (٠.٣٠٨ - ٠.٦٠٤)، وقد استحوذ على (6.511) من التباين العاملي الكلي بعد التدوير، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (2.865)، ويتكون هذا العامل من (٩) مفردات، وتعكس مفردات هذا العامل إدراك الطالب العميق لكافة الظروف والمعطيات للمواقف المختلفة، وتوظيف خبراته وقدراته الشخصية للوصول إلى أفضل القرارات، ولذا يُمكن أن نطلق على هذا العامل إصدار الأحكام.

العامل الثاني: تراوحت تشبعات مفردات هذا العامل بين (٠.٣٠٨ - ٠.٥٨٦)، وقد استحوذ على (6.368) من التباين العاملي الكلي بعد التدوير، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (2.802)، ويتكون هذا العامل من

(٨) مفردات، وتعكس مفردات هذا العامل إدراك الطالب لاهتماماته وسماته الشخصية، ونقاط القوة والضعف لديه، ولذا يُمكن أن نطلق على هذا العامل معرفة الذات.

العامل الثالث: تراوحت تشبعات مفردات هذا العامل بين (٠.٣٧٢ - ٠.٥٨٠)، وقد استحوذ على (6.293) من التباين العاملي الكلي بعد التدوير، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (2.769)، ويتكون هذا العامل من (٨) مفردات، وتعكس مفردات هذا العامل توظيف الطالب الجيد للمعلومات والأفكار الشخصية في تحقيق الفهم العميق للقضايا المحيطة وإدراك العلاقات بينها، ولذا يُمكن أن نطلق على هذا العامل معارف الحياة.

العامل الرابع: تراوحت تشبعات مفردات هذا العامل بين (٠.٣٤٣ - ٠.٦٥٩)، وقد استحوذ على (5.041) من التباين العاملي الكلي بعد التدوير، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (2.218)، ويتكون هذا العامل من (٥) مفردات، وتعكس مفردات هذا العامل فهم الطالب العميق للآخرين في سياقات ثقافية متنوعة، وإدراك اهتماماتهم واحتياجاتهم، والقدرة على مشاركتهم القضايا والموضوعات المختلفة، ولذا يُمكن أن نطلق على هذا العامل فهم الآخرين.

العامل الخامس: تراوحت تشبعات مفردات هذا العامل بين (٠.٣٠١ - ٠.٥٢٣)، وقد استحوذ على (4.214) من التباين العاملي الكلي بعد التدوير، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (1.854)، ويتكون هذا العامل من (٧) مفردات، وتعكس مفردات هذا العامل قدرة الطالب على فهم النظم والسياقات الثقافية المختلفة، والمواجهة الفعالة للمشكلات الحياتية باستراتيجيات حل ناجحة، ولذا يُمكن أن نطلق على هذا العامل مهارات الحياة.

العامل السادس: تراوحت تشبعات مفردات هذا العامل بين (٠.٣٨٠ - ٠.٥٦٣)، وقد استحوذ على (4.150) من التباين العاملي الكلي بعد التدوير، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (1.826)، ويتكون هذا العامل من (٥) مفردات، وتعكس مفردات هذا العامل رغبة الطالب في المشاركة، وقدرته على اكتساب المعرفة، عندما يواجه الأنشطة والناس، ولذا يُمكن أن نطلق على هذا العامل الرغبة في التعلم.

(ب) صدق التجانس الداخلي لمقياس الحكمة لطلبة الجامعة:

قام الباحثان بحساب التجانس الداخلي؛ وذلك من خلال حساب معامل الارتباط الخطي البسيط لبيرسون بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للعامل، والدرجة الكلية لمقياس الحكمة لطلبة الجامعة، وفيما يأتي النتائج التي حصل عليها الباحثان:

جدول (١٠) التجانس الداخلي لمقياس الحكمة لدى طلبة الجامعة (العوامل الأول، الثاني، الثالث)

العامل الثالث			العامل الثاني			العامل الأول		المفردة
معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للبعد	المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للبعد	المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للبعد	
.320**	.514**	٣	.408**	.517**	١	.502**	.553**	٦
.374**	.507**	٤	.242**	.439**	٢	.336**	.526**	١١
.400**	.496**	١٨	.401**	.547**	٨	.334**	.457**	١٧
.478**	.576**	٢٣	.354**	.499**	٩	.519**	.612**	١٩
.367**	.529**	٢٥	.322**	.520**	١٠	.484**	.544**	٢٢
.399**	.521**	٣٢	.327**	.567**	١٥	.402**	.575**	٢٦
.431**	.524**	٣٣	.125*	.365**	٢١	.427**	.502**	٣٠
.371**	.613**	٣٦	.318**	.504**	٢٤	.449**	.592**	٣١
						.470**	.557**	٣٧

(**) معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة (٠.٠١)، (*) معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ويتضح من نتائج جدول (١٠) أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01).

جدول (١١) التجانس الداخلي لمقياس الحكمة لدى طلبة الجامعة (العوامل الرابع، الخامس، السادس)

العامل السادس			العامل الخامس			العامل الرابع		المفردة
معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للعامل	المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للعامل	المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للعامل	
.424**	.581**	١٣	.351**	.454**	٥	.357**	.636**	٧
.161**	.578**	١٤	.166**	.279**	١٢	.342**	.629**	٢٠
.430**	.602**	١٦	.251**	.456**	٣٤	.294**	.662**	٢٨
.319**	.522**	٢٧	.341**	.506**	٣٥	.333**	.513**	٢٩
.402**	.567**	٣٨	.271**	.502**	٤٠	.341**	.412**	٣٩
			.186**	.418**	٤١			
			.316**	.476**	٤٢			

(**) معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة (٠.٠١)، (*) معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ويتضح من نتائج جدول (١١) أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01)، مما يشير إلى صلاحية المقياس للاستخدام في البحث الحالي.

ثبات مقياس الحكمة لطلبة الجامعة:

قام الباحثان بحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، والتي تقوم على تجزئة مقياس الحكمة لطلبة الجامعة إلى نصفين (فردى - زوجي) وحساب معامل الارتباط بينهما، وتطبيق معادلة تصحيح الطول (سبيرمان-براون)، وكذلك التجزئة النصفية بمعادلة "جوتمان" وألفا-كرونباخ كما يأتي:

جدول (١٢) نتائج معاملات ثبات مقياس الحكمة لدى طلبة الجامعة

المتغير	عدد المفردات	معامل التجزئة "سبيرمان"	
		قبل التصحيح	بعد التصحيح
الحكمة	٤٢	.746	.855
معامل ألفا-كرونباخ			.822

يتضح من نتائج جدول (١٢) أن جميع معاملات ثبات مقياس الحكمة لطلبة الجامعة جاءت مرتفعة، وتشير تلك النتائج إلى صلاحية مقياس الحكمة لطلبة الجامعة للاستخدام في البحث الحالي.

مفتاح تصحيح مقياس الحكمة لطلبة الجامعة: تكون المقياس في صورته النهائية من (42) مفردة، يتم تصحيح المقياس وفقاً لطريقة ليكرت الخماسي (دائماً - غالباً - أحياناً - نادراً - أبداً)، بحيث تأخذ المفردات الإيجابية (٥ - ٤ - ٣ - ٢ - ١)، والعكس صحيح بالنسبة للمفردة السلبية وهي (١٢، ١٤، ١٥، ٤١) وتصحح الدرجة العظمى للمقياس (٢١٠) درجة، والحد الأدنى من الدرجات (٤٢) درجة، وتشير الدرجة المرتفعة إلى أن المفحوص يمتلك مستوى مرتفع من الحكمة، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى أن المفحوص يمتلك مستوى منخفض من الحكمة.

نتائج البحث وتفسيرها ومناقشتها:

اختبار صحة الفرض الأول؛ والذي ينص على أنه "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس الامتتان ودرجاتهم على العوامل والدرجة الكلية لمقياس الحكمة"، وللتحقق من صحة الفرض قام الباحثان باستخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون المتعدد، وفيما يأتي النتائج التي حصل عليها الباحثان:

جدول (١٣) معاملات الارتباط بين درجات طلبة الجامعة على مقياس الامتتان ودرجاتهم على العوامل الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الحكمة

المتغير	إصدار الأحكام	معرفة الذات	معارف الحياة	فهم الآخرين	مهارات الحياة	الرغبة في التعلم	الحكمة ككل
الامتتان	.635**	.498**	.593**	.491**	.454**	.445**	.799**

*معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة (٠.٠٥) **معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة (٠.٠١)

ومن خلال نتائج جدول (١٣) يتضح وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين درجات طلبة الجامعة على مقياس الامتتان ودرجاتهم على العوامل والدرجة الكلية لمقياس الحكمة، مما يعني تحقق صحة الفرض البحثي الأول.

ويفسر الباحثان وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين درجات الطلبة على مقياس الامتتان ودرجاتهم على مقياس الحكمة إلى طبيعة الامتتان كمتغير إيجابي يؤثر في شخصية الطلبة وسلوكهم واكتسابهم للخبرات المختلفة من خلال التفاعل مع مواقف الحياة المختلفة وتقديم الشكر والتقدير والاعتراف بالشكر والتقدير لمن قدم لهم خدمة أو مساعدة أو إساءة النصح والتوجيه والإرشاد، وهذا ما أظهره هاني سعيد حسن (٢٠١٤) حيث ذكر أن الامتتان من المتغيرات الإيجابية التي قد تسهم في تحقيق غايات وأهداف الفرد؛ حيث أنه يسهم في زيادة شعور الفرد بالرضا وجودة العلاقات الاجتماعية وقدرة الفرد على مواجهة التغيرات والتحديات والضغوط التي يتعرض لها في حياته، وأيضاً ما أيدته نتائج دراسة كوكب يوسف عبيانة (٢٠١٥) من وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين الامتتان والسعادة وجودة الحياة لدى طلاب الجامعة، وما أظهرته دراسات Singh, (2013; Sun, Kong, 2013; Jha, 2008) من وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين الامتتان وكل من السعادة والرضا عن الحياة والتأثير الإيجابي وجودة الحياة، وكذلك دراسة كل من Froh et al. (2014; Sun, Jiang, Chu., and Qian, 2009) فقد أظهرت وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين الامتتان والهناء النفسي الذاتي، فيرى الباحثان أن عامل تعرض الفرد لخبرات مختلفة إيجابية من العوامل التي تفسر طبيعة العلاقة الارتباطية بين الامتتان والحكمة، حيث تظهر دراسة كل من Wood et al. (2009) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين الامتتان والتحكم البيئي والنمو الشخصي والعلاقات الإيجابية والهدف من الحياة وقبول الذات.

وتتفق العديد من الدراسات السابقة العربية والأجنبية على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الامتتان والمتغيرات الإيجابية الأخرى لدى طلبة الجامعة وهو ما يفسر طبيعة العلاقة الارتباطية الموجبة بين الامتتان كأحد قوى الشخصية الإيجابية والحكمة، فقد اتفقت العديد من الدراسات السابقة على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الامتتان وكل من الهناء النفسي، التفاؤل، الرضا عن الحياة، نوعية الحياة، السعادة الذاتية. (Toussaint et al. 2009; Szcześniak, & Soares, 2011; Chan, 2013)

اختبار صحة الفرض الثاني؛ والذي ينص على أنه " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة الدراسة من طلبة الجامعة على العوامل الفرعية والدرجة الكلية لمقياس العفو ودرجاتهم على العوامل الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الحكمة"، وللتحقق من صحة الفرض قام الباحثان باستخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون المتعدد، وفيما يأتي النتائج التي حصل عليها الباحثان:

جدول (١٤) معاملات الارتباط بين درجات طلبة الجامعة على العوامل الفرعية والدرجة الكلية لمقياس العفو ودرجاتهم على العوامل والدرجة الكلية لمقياس الحكمة

المتغير	إصدار الأحكام	معرفة الذات	معارف الحياة	فهم الآخرين	مهارات الحياة	الرغبة في التعلم	الحكمة ككل
العفو عن الآخرين	.335**	.294**	.295**	.277**	.284**	.231**	.437**
وجود الأفكار والانفعالات والسلوكيات السلبية	.191**	.210**	.279**	.221**	.157**	.221**	.321**
العفو عن الذات	.396**	.222**	.274**	.284**	.224**	.248**	.425**
وجود الأفكار والانفعالات والسلوكيات الإيجابية	.657**	.496**	.571**	.480**	.451**	.414**	.791**
العفو عبر المواقف	.479**	.354**	.402**	.365**	.332**	.380**	.590**
العفو ككل	.533**	.410**	.479**	.425**	.373**	.385**	.667**

*معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.05. **معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.01.

ومن خلال نتائج جدول (١٤) يتضح وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين درجات طلبة الجامعة على العوامل الفرعية والدرجة الكلية لمقياس العفو ودرجاتهم على العوامل الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الحكمة، ما عدا عامل وجود الأفكار والانفعالات والسلوكيات السلبية مع مهارات الحياة عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، مما يعني تحقق صحة الفرض البحثي الثاني.

ويفسر الباحثان وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين درجات الطلبة على العوامل الفرعية والدرجة الكلية لمقياس العفو ودرجاتهم على العوامل الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الحكمة؛ بأنه يرجع إلى أهمية متغير العفو كأحد قوى الشخصية الإيجابية وما يتضمنه من عمليات إيجابية من عفو عن الذات وعن الآخرين وعبر المواقف والظروف البيئية وتبني الفرد للأفكار والمشاعر الإيجابية والابتعاد عن الأفكار والمشاعر السلبية والرغبة في الانتقام، كل ذلك من شأنه أن يساعد الفرد على امتلاك مستويات مرتفعة من الحكمة، حيث يكتسب الفرد المعرفة الخبيرة من خلال مروره بالمواقف الضاغطة ومواقف الإساءة التي تتطلب منه الصبر والتأني قبل اتخاذ قرار متهور إلى أن يصل إلى قرار العفو، حيث أشارت دراسة Belicki, DeCourville, Michalica, Stewart- (2003) Atkinson and Williams إلى أن العفو يساعد في بناء بيئة أكثر أمناً بين الأفراد، ويساعد على تنمية مشاعر الأمن والسلام الداخلي والخارجي والابتعاد عن الخصومات والإساءة. وأوضحت نتائج دراسة سلسبيل ممدوح عبدالمنعم وآخرون (٢٠١٩) أن الأهمية النفسية للعفو تتمثل في تقدير الذات والثقة بالنفس، وتكوين الانفعالات الإيجابية الناتجة عن قرار العفو وعملية التوافق النفسي والاجتماعي والانسجام بين الفرد المُسئ والمُساء إليه؛ فهو آليه نفسية يلجأ إليها الفرد لإعادة العلاقات المضطربة مع الآخرين وتحقيق التوافق بما يحقق له مستوى عالي من الصحة النفسية والابتعاد عن مشاعر القلق والخوف والتوتر. وقد أظهرت دراسة سالم محمد المفرجي وعبدالله علي عبد الله (٢٠١٥) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين العفو ومرونة الأنا، وهذا ما أظهرته دراسة Eaton, Struthers and Santelli (2006) من وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين العفو وتقدير الذات.

فالعفو يعزز مستوى الصحة النفسية من خلال الدعم الاجتماعي؛ حيث يسهم العفو في منع الانتقام، وتنمية الانفعالات الإيجابية المستندة على الحب والإيثار والرحمة، وعندما يفتقد الفرد إلى قرار العفو فإنه سوف يسلك بصورة عدائية رغبة في الانتقام، ويتميز بانفعالات الغضب والخوف والاستياء والكرهية، مما يؤدي إلى سوء التوافق النفسي والاجتماعي والشعور بمستوى أقل من الهناء النفسي والراحة النفسية؛ حيث أظهرت العديد من الدراسات وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين العفو وكل من الهناء النفسي، التفاؤل، الرضا عن الحياة، السعادة، الانبساطية ويقظة الضمير، المقبولية كأحد العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، الثقة بالنفس والاتزان الوجداني، تقدير الذات والضبط الذاتي، الهناء النفسي (Toussaint et al. 2009; Szcześniak.,& Soares, 2011; Chan, 2013; McCullough, Bellah, Kilpatrick.,& Johnson, 2001; McCullough.,& Hoyt, 2002; Sastre, Vinsonneau, Neto, Girard.,& Mullet, 2003; Karremans, Van Lange, Ouwerkerk.,& Kluwer, 2003; Neto.,& Mullet, 2004; Brown, 2004; Maltby, Day.,& Barber, 2005; Thompson et al. 2005; Berry et al. 2005; Bono, McCullough.,& Root, 2008; Egan.,& Todorov, 2009).

في حين اتفق عدد من الدراسات السابقة على وجود علاقة ارتباطية سلبية بين العفو وكل من أعراض الاكتئاب، العصابية، والدافع للانتقام، الغضب، العنف وهو ما يفسر طبيعة العلاقة الارتباطية الموجبة بين العفو والحكمة؛ فكلما زادت درجة الفرد على العفو زادت درجته على متغير الحكمة والعكس صحيح (McCullough, Bellah, Kilpatrick.,& Johnson, 2001; McCullough.,& Hoyt, 2002; Karremans et al. 2003; Brown, 2004; Thompson et al. 2005; Berry et al. 2005; Bono et al. 2008; Egan.,& Todorov, 2009).

وهذا ما بينته نتائج دراسة (Karremans et al. (2003 حيث أشارت إلى أن العفو يرتبط إيجابياً بالهناء النفسي لدى طلاب الجامعة، ويؤدي إلى التأثير المباشر في مستوى تقدير الذات، فالعفو مركز النمو الإنساني الصحي فهو يساعد في إعادة بناء العلاقات بين الأفراد بعد حدوث الإساءة. حيث أوضحت دراسة كل من (إيمان محمد سعد، ٢٠١٢؛ شيماء محمد دल्ली ٢٠١٥) أن العفو يرتبط سلبياً بالغضب لدى طلاب الجامعة، والعفو مدخل لخفض انفعال الغضب.

وأيضاً أشارت دراسة (Ross, Kendall, Matters, Mark, Rye and Wrobel (2004 أنه توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائياً بين العفو والعصابية، وعلاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين العفو والمقبولية الاجتماعية ويرجع ذلك إلى ارتفاع الثقة بالنفس والثقة في الآخرين والتعاطف من جانب المُساء إليه تجاه المُسيء.

وأشارت دراسة سيد أحمد البهاص (٢٠٠٩) إلى أن العفو يبسر حدوث الانفعالات الإيجابية كالأمل والتفاؤل والإيثار والحب، ويسهم بدرجة كبيرة في تحقيق التوافق النفسي، وتكامل الذات والشعور بالسعادة، فيعمل كميكانيزم وقائي من الانفعالات السلبية المصاحبة للإساءة النفسية والمادية وتحويلها إلى جوانب إيجابية، وهذا ما أظهرته دراسة (Rye et al. (2001 من أن العفو تجاه المُسيء والعفو يرتبطان بصورة موجبة دالة احصائياً مع التدين والأمل والتفاؤل والهناء النفسي والوجودي والمرغوبية الاجتماعية. وهذا ما أشارت إليه دراسة (Boonyarit (2017 فالعفو هو أحد استراتيجيات المواجهة الإيجابية التي تسهم في خفض النزاعات والصراعات البينشخصية؛ من خلال المساهمة في إعادة بناء

العلاقات السوية بين الأفراد والحفاظ على استمراريتها. حيث ذكرت عبير أنور الشراوي (٢٠١٠) بأن العفو يتضمن تعديل الإدراكات السلبية المتعلقة بفعل الإساءة وإعادة صياغتها، بحيث تتحول الإدراكات السلبية إلى إدراكات إيجابية، وتتضمن الإدراكات السلبية استجابة المُساء إليه تجاه من أساء إليه، وفعل الإساءة ذاته، والعواقب المترتبة على فعل الإساءة، فمثلاً قد ينظر المُساء إليه لفعل الإساءة على أنه حادث غير متحكم فيه كأن يتعامل معه على أنه كارثة طبيعية أو حادث قدرى أو مرض أو ابتلاء.

حيث يفيد العفو في استمرارية العلاقات الاجتماعية بين الأفراد وبعضهم البعض، والتغلب على الانفعالات السلبية ومشاعر الكراهية والرغبة في الانتقام التي تنشأ عن الصراعات بين الأفراد، فقد أشارت دراسة نيلسون (1992) Nielsen إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين خبرة أحداث الحياة والحكمة.

اختبار صحة الفرض الثالث، والذي ينص على أنه "يسهم كل من الامتنان والعفو بعواملهم الفرعية والدرجة الكلية في التنبؤ بالحكمة لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة"، وللتحقق من صحة الفرض قام الباحثان باستخدام أسلوب تحليل الانحدار المتعدد بطريقة الإدخال المتزامن، وفيما يأتي النتائج التي حصل عليها الباحثان:

جدول (١٥) نتائج تحليل التباين

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
الانحدار	14144.085	6	2357.348	101.072	.000 ^b
البواقي	5807.524	249	23.323		
الكل	19951.609	255			

يتضح من نتائج جدول (١٥) تحقق صحة الفرض البحثي الثالث؛ حيث بلغت قيمة ف (101.072)، وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة (٠.٠١).

جدول (١٦) نتائج تحليل الانحدار

المتغيرات المنبئة	الارتباط البسيط R	الاوزان الانحدارية Beta	معاملات الانحدار	اختبارات لمغنوية معامل الانحدار	ثابت الانحدار	معامل الارتباط المتعدد R	مربع معامل الارتباط المتعدد R ²
الامتنان	.799	.537	.217	7.108	66.768	.842 ^a	.709
العفو عن الآخرين	.437	.178	.230	3.014			
وجود الأفكار والانفعالات والسلوكيات السلبية	.321	.289	.268	4.310			
وجود الأفكار والانفعالات والسلوكيات الإيجابية	.791	.688	.726	7.589			
العفو عبر المواقف	.590	.159	.323	2.641			
العفو ككل	.667	-.794	-.248	-5.046			

يتضح من نتائج جدول (١٦) أن معامل الارتباط المتعدد بلغ (0.842^a)، بينما بلغ معامل التحديد (0.709). وهذا يعني أن المتغيرات المستقلة (الامتنان- العفو عن الآخرين- وجود الأفكار السلبية- وجود الأفكار الإيجابية- العفو عبر المواقف- العفو ككل) تفسر حوالي 71% من التباين الكلي لأداء أفراد عينة البحث على متغير الحكمة، بينما تشير قيم بيتا "الأوزان الانحدارية"، وكذلك معنويتها إلي أن العفو ككل هو أكثر المتغيرات إسهامًا في التنبؤ بالحكمة، وذلك بوزن انحداري مقداره (-0.794)، ثم يأتي متغير وجود الأفكار والانفعالات والسلوكيات الإيجابية في الترتيب الثاني من حيث الإسهام في التنبؤ بالحكمة بوزن انحداري (0.688)، ثم يليه متغير الامتنان بوزن انحداري (0.537)، ثم وجود الأفكار السلبية (0.289)، ثم العفو عن الآخرين (0.178)، وفي الترتيب الأخير جاء العفو عبر الظروف والمواقف بوزن انحداري (0.159).

ومن نتائج جدول (١٦) يمكننا استنتاج معادلة الانحدار كالاتي:

الصيغة العامة لمعادلة الانحدار المتعدد

$$ص = ١ س١ + ٢ س٢ + ٣ س٣ + ٤ س٤ + ٥ س٥ + ٦ س٦ + ٦ أ$$

حيث أن (ص) هي قيمة المتغير التابع وهو (الحكمة).

و(س١) هي قيمة المتغير المستقل الأول وهو (الامتنان).

و(ب١) معامل الانحدار للمتغير المستقل الأول و يبلغ (0.217).

و(س٢) هي قيمة المتغير المستقل الثاني وهو (العفو عن الآخرين).

و(ب٢) معامل الانحدار للمتغير المستقل الثاني و يبلغ (0.230).

و(س٣) هي قيمة المتغير المستقل الثالث وهو (وجود الأفكار السلبية).

و(ب٣) معامل الانحدار للمتغير المستقل الثالث و يبلغ (0.268).

و(س٤) هي قيمة المتغير المستقل الرابع وهو (وجود الأفكار الإيجابية).

و(ب٤) معامل الانحدار للمتغير المستقل الرابع و يبلغ (0.726).

و(س٥) هي قيمة المتغير المستقل الخامس وهو (العفو عبر المواقف).

و(ب٥) معامل الانحدار للمتغير المستقل الخامس و يبلغ (0.323).

و(س٦) هي قيمة المتغير المستقل السادس وهو (العفو ككل).

و(ب٦) معامل الانحدار للمتغير المستقل السادس و يبلغ (-0.248).

وقيمة (أ) = وهي ثابت الانحدار وتساوي (66.768) لتصبح معادلة التنبؤ كما يأتي: درجة الحكمة المتنبأ بها (ص) = 217. (الدرجة الكلية للامتنان) + 230. (درجة بعد العفو عن الآخرين) + 268. (درجة بعد وجود الأفكار السلبية) + 726. (درجة بعد وجود الأفكار الإيجابية) + 323. (درجة بعد العفو عبر المواقف) + 248. - (درجة العفو ككل) + 66.768

ويفسر الباحثان القدرة التنبؤية لكل من الامتنان والعفو بعواملهم الفرعية والدرجة الكلية بالحكمة لدى طلبة الجامعة، بأن ذلك يرجع إلى الطبيعة الإيجابية لمتغيري الامتنان والعفو، والحكمة ترتبط بسمات الشخصية الإيجابية حيث اتفقت دراسة كل من (Gasper., & Bramesfeld, 2006; Roháriková, Špajdel, Cviková., & Jagla, 2013) على أن الحكمة ترتبط بسمات الشخصية الإيجابية ومنها المهارات الشخصية وفهم توقعات الحياة والرضا عن الحياة، قوة الأنا، الحكم الخلقى الصحيح، مهارات التعامل مع الآخرين، مواجهة التوتر والقلق، وذكر (Barone, 2013) أن الحكمة مزيج من المعرفة والتأمل والعاطفة، فالحكمة تعبر عن نضج القدرات المعرفية والانفعالية والسلوكية مما يعطي الفرد القدرة على التكيف مع الحياة.

فالأفراد ذوي المستويات العالية من الحكمة يتميزون بنمط من التفكير الإجرائي التأملي المنطقي، فالحكمة عبارة عن تكامل طرق المعرفة المختلفة، فهي مجموعة القدرات التي ترتبط معاً بشكل خاص ويتصرف الفرد ويفكر وفق تلك القدرات. (Prewitt, 2003; Sternberg, 2003; Baltes, 2004).

وأوضح (Jordan and Sternberg, 2007) أن الحكمة قدرة الفرد على استخدام الذكاء والإبداع والمعرفة كوسيط بين القيم الشخصية لتحقيق المصلحة العامة من خلال تحقيق التوازن بين اهتماماته الشخصية واهتمامات الناس والاهتمامات المجتمعية بهدف تحقيق توافقه مع البيئة. فالحكمة تتضمن قدرة الفرد على إصدار الأحكام الصائبة، والعادات السلوكية الحسنة وأنماط الفعل القويم (فؤاد أبو حطب، ١٩٩٦، ٤٢١).

وتتفق نتيجة الفرض الحالي مع نتائج الدراسات السابقة الأجنبية التي أظهرت قدرة متغيري الامتنان والعفو على التنبؤ بنوعية الحياة، السعادة الذاتية (Toussaint et al. 2009; Chan, 2013) وكذلك اتفقت معها الدراسات العربية على القدرة التنبؤية العالية للامتنان والعفو على التنبؤ بنوعية الحياة، السعادة، الهناء النفسي (رشا عصام الدين محمد، ٢٠١٣؛ هاني سعيد حسن، ٢٠١٤؛ حليلة إبراهيم أحمد، ٢٠١٩).

وبالنسبة للعفو فهو يساعد على حدوث الانفعالات الإيجابية كالتفاؤل والحب والشعور بالأمن والابتكار والإيثار؛ مما يساهم في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والتكامل الذاتي والشعور بالهناء النفسي الذاتي والسعادة (تحية عبدالعال، مصطفى مظلوم ٢٠١٣؛ Seligman, ٢٠٠٤).

وأشارت دراسة (Maltby et al. 2005) إلى أن العفو يعمل كمتغير وقائي ففي حالة توجيه الإساءة إلى شخص ما، وعفو المُساء إليه يؤدي ذلك إلى تحسن الحالة الصحية والنفسية للمساء إليه؛ فيشعر المُساء إليه بالراحة والرضا والسعادة نتيجة تحرره من مشاعر الكراهية والعدائية والتجنب والرغبة في الانتقام ورد الإساءة. وذكرت هيام صابر صادق (٢٠١٢) أن العفو يحدث تغييرات إيجابية في الصحة النفسية والبدنية والجسمية، فيخلق شعوراً بالتمكن ويساعد على إعادة التوافق بين المُساء والمُساء إليه مما يساعد على محو الخبرات المؤلمة واستمرار العلاقات الاجتماعية. وهذا ما أشارت إليه

هدى إبراهيم عبد الحميد (٢٠١٧) فالعفو مهم لحماية الفرد من مشاعر الكراهية والحقد والحزن، لأن عدم قدرته على العفو تكون بداية الفشل في العلاقات الاجتماعية مما قد يؤدي إلى العديد من الاضطرابات النفسية، وهذا ما أشار إليه (McKenzie 1997) فالعفو يؤثر بصورة إيجابية على التعافي النفسي، فبالإضافة إلى أنه يؤثر في الصحة النفسية والجسمية للفرد، فهو يخلق إحساساً بالتمكن، ويعمل على إعادة التوافق وبناء العلاقات الإيجابية بين المُساء إليه والمُسيء، وكذلك محو الخبرات الأليمة في الماضي للمُساء إليه.

حيث أنه في حالة عدم قدرة الفرد المُساء إليه على اتخاذ قرار العفو فإنه يكون لديه دافعان أولهما وهو تجنب الفرد الذي تسبب في الإساءة، وثانيهما دافع الانتقام ممن تسبب في الإساءة، Rijavec, (Jurčec, & Mijočević, 2010). وهو ما يفسر قدرة العفو على التنبؤ بالحكمة؛ حيث أن الفرد الذي اتخذ قرار العفو لن يكون لديه أي مشاعر كراهية أو نبذ أو دافع للانتقام ممن تسبب في الإساءة إليه وبالتالي سوف يتصرف مع موقف الإساءة بحكمة؛ ويؤكد ذلك ما ذكرته عبير أنور الشرقاوي (٢٠١٠) من أن العفو يتمثل في ثلاثة مظاهر الاستياء المستمر ويظهر فيه الفرد صعوبة من التخلص من حالة العفو بالانتقام من المُسيء أو العفو عنه أو اختيار شكل آخر من أشكال السلوك الأخرى، والحساسية للأحداث وتظهر في تأثير المُساء إليه للضغوط التي يمارسها الآخرون عليه ليتخذ قرار العفو عن المُسيء أو عدم العفو عنه أو الاستجابة لاعتذار المُسيء، والمظهر الأخير وهو ميل عام للعفو أو للتأثر والانتقام من المُسيء.

ومما يفسر القدرة التنبؤية للعفو بالحكمة لدى طلبة الجامعة طبيعة العفو والسمات الشخصية التي يتميز بها الفرد الذي اتخذ قرار بالعفو مثل الحب والايثار والتصرف بهدوء والتفكير الإيجابي وكلها مكونات للحكمة حيث أشار كل من (Koutsos, Wertheim and Kornblum 2008) إلى أن الأفراد الأكثر عصابية أظهروا ميل أقل نحو اتخاذ قرار العفو؛ نتيجة عدم قدرتهم على التخلص من المشاعر السلبية كالكرهية والرغبة في الانتقام من الفرد المُسيء، وأيضاً كلما كان الفرد أكثر تديناً كلما كان أكثر عفواً. وأوضحت دراسة (Burnette, Taylor, Worthington, and Forsyth 2007) أن العفو يساعد على تعزيز الثقة في العلاقات الاجتماعية بين الأفراد وتحقيق التصالح وتسوية الخلافات وتحسين مستوى الصحة النفسية، والشعور بالهناء النفسي والسعادة وخفض الانفعالات السلبية المتمثلة في القلق والغضب وأعراض الاكتئاب. وهذا ما بينه (Worthington 2007) حيث أشار أن العفو يؤثر على الصحة النفسية والبدنية والروحية، وإعادة بناء العلاقات الاجتماعية مع المُسيء، واتخاذ الفرد قرار بعدم العفو يُعتبر خبرة ضاغطة حيث يشعر المُساء إليه بالعدائية والرغبة في الانتقام من المُسيء، فكثيراً ما يعاني المُساء إليه الذي لم يتخذ قرار بالعفو من تأثير سلبية على مستوى الصحة النفسية والبدنية والروحية، ومن أبرزها المشاعر السلبية كالغضب وأعراض الاكتئاب والقلق واستمرار الشعور بالاستياء والرغبة في الانتقام. حيث أشارت دراسة (Maltby et al. 2001) أن الفشل في العفو عن الذات وعن الآخرين لدى طلاب الجامعة أظهر درجات مرتفعة في الانطواء الاجتماعي، العصابية، القلق وأعراض الاكتئاب. حيث أشارت دراسة (Nelson 1992) أن العفو عملية داخلية تساعد الفرد على تقليل المشاعر السلبية نحو الآخرين الذين تسببوا له في الإساءة مما يساعد في إعادة بناء العلاقات الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين.

وبالنسبة للمرحلة العمرية يُمكن أن تفسر القدرة التنبؤية للعفو بالحكمة؛ حيث أن الحكمة من المتغيرات التي تنمو في مراحل عمرية متقدمة، وكذلك العفو يزداد مع تقدم الفرد في العمر وارتفاع حصيلة خبراته في الحياة، حيث أظهرت دراسة (Lawler-Row and Piferi, 2006) أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين العفو والعمر الزمني لدى عينة من الراشدين، حيث يزداد العفو مع التقدم في العمر الزمني.

وما يفسر أيضاً القدرة التنبؤية للعفو والامتنان على التنبؤ بالحكمة، هي طبيعة الصراعات التي تحدث للفرد خلال مواقف الحياة اليومية، ومروره بالخبرات المختلفة في التعامل مع الآخرين خلال مراحل العفو والامتنان للآخرين، ووصوله إلى قرار العفو والامتنان، فقد أظهرت دراسة Nielsen (1992) إلى أن خبرة الضغوط الناتجة عن أحداث الحياة اليومية تسهم في التنبؤ بالحكمة، وأشارت دراسة (Hartman, 2002) أن أحداث الحياة اليومية التي يمر بها الفرد في بداية رشده سواء كانت أحداث طبيعية أو انتقالية أو ضاغطة تسهم اسهاماً دال احصائياً في التنبؤ بالحكمة، وهذا ما أشارت إليه دراسة (Jennings, Aldwin, Levenson, Spiro, and Mroczek, 2006) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين معاشة الفرد للصراعات ونمو الحكمة، فالمستويات المتوسطة من الصراعات قد ارتبطت ايجابياً بمعدلات مرتفعة من الحكمة، كما أن إدراك فوائد هذه المواقف الضاغطة والتوافق معها ساهم في التنبؤ بالحكمة لدى البالغين. وأيضاً دراسة (Le, 2008) فقد أوضحت ان معاشة الفرد لخبرات الحياة اليومية قد ساهم في التنبؤ بمستويات الحكمة. وهذا ما أشار إليه William and Paul (2009) أن الحكمة لدى الفرد نتيجة للتفاعل بين الخبرات الحياتية والثقافة والجوانب الانفعالية والمعرفية لدى الفرد؛ فتظهر وتنمو في التفاعلات الاجتماعية وليس في العزلة، فما يتعرض له الفرد خلال مواقف الحياة اليومية من مشكلات وضغوط وصراعات في علاقته مع المحيطين تساعده على اكتساب الحكمة.

فالحكمة لا تنمو في فراغ، وإنما تنمو عبر مواقف الحياة اليومية التي تتضمن العديد من المواقف الضاغطة التي تتطلب التفاوض للوصول إلى التوافق مع الظروف الضاغطة والمشكلات المختلفة، كل ذلك من شأنه أن يساعد على نمو الحكمة، فكما أوضح (Webster, 2003) أن تراكم الخبرات العامة والخبرات الصعبة التي تتحدى قدرات الفرد وتحتاج إلى التفكير العميق هي التي تُظهر الحكمة لدى الفرد. لذا نستطيع القول بأن الأفراد الذين مروا بمواقف مختلفة تطلبت منهم اتخاذ قرار العفو والامتنان في إطار العلاقات الاجتماعية المختلفة الضاغطة منها والتي تتطلب العفو والمواقف والخبرات الحياتية العادية التي تتطلب الامتنان والشكر والتقدير للآخرين؛ أنهم يتميزون بالحكمة وهو ما يفسر القدرة التنبؤية للعفو والامتنان.

وتتفق نتيجة الفرض الحالي من حيث القدرة التنبؤية للامتنان مع عدد من الدراسات السابقة الأجنبية التي أظهرت القدرة التنبؤية للامتنان بكل من السعادة، الرضا عن الحياة، الهناء النفسي Singh (2014), (et al. 2008; Wood et al. 2009; Lin, 2014)، وكذلك اتفقت مع الدراسات السابقة العربية على القدرة التنبؤية للامتنان بكل من الرضا عن الحياة (حواء إبراهيم إبلش، ٢٠١٦؛ رشا عادل عبدالعزيز، ٢٠١٩). وكذلك دراسة هيام صابر صادق (٢٠١٢) التي أظهرت نتائجها أن الذكاء الاجتماعي وأحداث الحياة الضاغطة يسهمان اسهاماً دال احصائياً في التنبؤ بالحكمة لدى المعلمين. وهو ما يفسر قدرة الامتنان والعفو على التنبؤ بالحكمة لدى طلبة الجامعة، فقدرة الفرد على اتخاذ قرار العفو وقدرته على التعبير عن

الشكر والتقدير تنبع من الذكاء الاجتماعي، والعفو كذلك يتضمن مرور الفرد بمواقف وأحداث ضاغطة، فكل ذلك يدعم قدرة الامتنان والعفو في التنبؤ بالحكمة. وهو ما بينته دراسة حسنى زكريا السيد (٢٠١٨) من أن أساليب اتخاذ القرار يُمكنها التنبؤ بالحكمة لدى طلاب الجامعة. وفي اتجاه الذكاء الأخلاقي أشارت دراسة سماح محمود إبراهيم (٢٠١٦) إلى وجود تأثيرات بنائية سببية ومباشرة وكلية للذكاء الأخلاقي وعوامله (العدالة- الرقابة الذاتية- الاحترام- الضمير- التعاطف- التسامح) في عوامل الحكمة (الوجداني- التأمل- المعرفي)، وكذلك نتائج دراسة وليد حسن عاشور (٢٠١٧) حيث أظهرت وجود تأثيرات مباشرة موجبة دالة احصائياً لكل من يقظة الضمير والانبساط والتفتح على الخبرات كأحد العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في الحكمة لدى طلاب الجامعة.

وتتفق نتيجة الفرض الحالي من حيث القدرة التنبؤية للعفو مع عدد من الدراسات السابقة الأجنبية التي أظهرت القدرة التنبؤية للعفو بكل من السعادة، الرضا عن الحياة، انخفاض مستوى الاكتئاب والقلق، المرونة النفسية، الهناء النفسي (Maltby et al. 2005; Thompson et al. 2005; Abid., & Sultan, 2015; Bono et al. 2008). وهو ما يفسر القدرة التنبؤية لكل من الامتنان والعفو بعواملهم الفرعية والدرجة الكلية بالحكمة لدى طلبة الجامعة.

توصيات البحث:

- ١- تصميم برامج إرشادية لتنمية الامتنان والعفو لدى طلبة الجامعة، لمساعدتهم على الوصول لمستويات مرتفعة من الحكمة والسعادة والرضا عن الحياة.
- ٢- التأكيد على قيم الامتنان والعفو والحكمة في كل الأنشطة الجامعية، والتأكيد على استخدام طرق التدريس وأساليب التدريس من قبل الأساتذة التي تساعد على تنمية المفاهيم الإيجابية كالامتنان والعفو والحكمة لدى طلبة الجامعة.
- ٣- التأكيد على إثراء المقررات الدراسية الجامعية بما يساهم في ترسيخ الامتنان والعفو والحكمة وذلك وفقاً لطبيعة المقررات.
- ٤- تخصيص مقرر عام يدرس لجميع الطلبة بالجامعات يتضمن مفاهيم الامتنان والعفو والحكمة.
- ٥- تصميم برامج إرشادية لأولياء الأمور لتدريبهم على استخدام الامتنان والعفو والحكمة كمدخل والدية أسرية؛ وذلك من خلال الجامعة.
- ٦- عقد عدة ندوات إرشادية للطلبة وأولياء الأمور تحفز على التفكير والتصرف بالامتنان والعفو والحكمة خلال مواقف الحياة اليومية.
- ٧- التعاون بين التخصصات المختلفة في الجامعة وخاصة تخصصات الإعلام والتكنولوجيا وعلم النفس والصحة النفسية لإعداد مقاطع فيديو للتوعية بأهمية تصرف الطلبة بالامتنان وعفو وحكمة؛ على أن يتم تعميم هذه الفيديوهات على موقع الجامعة ومواقع التواصل الاجتماعي للطلبة سواء فيسبوك أو واتس آب أو تيك توك أو تويتر أو سناب شات.
- ٨- تطوير برامج تدريبية لأساتذة الجامعة لمساعدتهم على استخدام مدخل العفو والامتنان لمساعدة طلابهم على حل مشكلاتهم المختلفة.

البحوث المقترحة:

- ١- نمذجة العلاقات السببية بين العفو والهناء النفسي والحكمة لدى طلبة الجامعة.
- ٢- الإسهام النسبي لكل من الامتنان والعفو في التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى عينات مختلفة.
- ٣- فاعلية برنامج إرشادي قائم على الامتنان والعفو لتنمية الحكمة لدى طلبة الجامعة.
- ٤- فاعلية برنامج إرشادي قائم على الامتنان لتنمية التفكير الإيجابي لدى عينات مختلفة.
- ٥- نمذجة العلاقات السببية بين الامتنان والعفو والسعادة وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة.
- ٦- فاعلية برنامج إرشادي قائم على الامتنان والعفو لخفض التعصب الديني لدى طلبة الجامعة.
- ٧- فاعلية برنامج إرشادي قائم على الامتنان والعفو لتنمية الهناء النفسي لدى طلبة الجامعة.
- ٨- نمذجة العلاقات السببية بين الامتنان والعفو والأمن النفسي والمناعة النفسية لدى طلبة الجامعة.
- ٩- فاعلية برنامج إرشادي لتنمية العفو لدى طالبات الجامعة المطلقات.
- ١٠- فاعلية برنامج إرشادي قائم على العفو لخفض الغضب لدى طلبة الجامعة.
- ١١- الإسهام النسبي لكل من الامتنان والعفو في التنبؤ بالذكاء الروحي والأخلاقي لطلبة الجامعة.
- ١٢- نمذجة العلاقات السببية بين الامتنان والعفو والصمود النفسي لدى طلبة الجامعة.
- ١٣- العفو الصامت Forgiveness Silent والأجوف Forgiveness Hollow لدى طلبة الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات الديموجرافية.
- ١٤- نمذجة العلاقات السببية بين الامتنان والعفو والحكمة والذكاء الأخلاقي لدى طلبة الجامعة.

مراجع البحث

- ابن القيم الجوزية. (١٩٧٣). *مدرج السالكين*. (ط ٢)، الجزء الثاني، تأليف: محمد بن أبي بكر أيوب الزرعي ابن القيم الجوزية، تحقيق: محمد حامد الفقي، بيروت: دار الكتاب العربي.
- ابن منظور. (١٩٠٧). *لسان العرب*. بيروت: دار لسان العرب.
- إكرام حمزة السيد صهوان. (٢٠١٨). البناء العاملي لمقياس الامتنان GRAT لدى طلاب الجامعة باستخدام التحليل العاملي التوكيدي. *مجلة العلوم التربوية، كلية الدراسات العليا للتربية، جامعة القاهرة، ٢٦(٣)*، ١٠٦-١٧٩.
- إيمان محمد سعد الدوسري. (٢٠١٢). *العفو علاقته بانفعال الغضب لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى*. (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى).
- تامر شوقي إبراهيم. (٢٠١٦). النمذجة البنائية للتسامح النفسي في علاقته بكل من الامتنان وعوامل الشخصية الخمس الكبرى والهناء الذاتي لدى طلاب الجامعة. *مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٤٦(٣)*، ٢٣٢-٣٠٨.
- تحية عبدالعال، مصطفى مظلوم. (٢٠١٣). الاستمتاع بالحياة في علاقته ببعض المتغيرات الشخصية الإيجابية: دراسة في علم النفس الإيجابي. *مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ٩٣(٢)*، ٧٨-١٦٥.

جبار وادي باهض العكلي. (٢٠١٧). المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالوعي بالذات والعمق. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، رابطة التربويين العرب، (٨١)، ٤٢٣ - ٤٥٤.

حسام الدين محمود عزب، نرمن مصطفى مصباح، سارة حسام الدين مصطفى. (٢٠١٩). الكفاءة السيكومترية لمقياس الامتنان لدى عينة من طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، كلية التربية، جامعة عين شمس*، ٤٣(٢)، ١٥٤ - ١٩٠.

حسنى زكريا السيد (٢٠١٨). الاسهام النسبي لأساليب اتخاذ القرار والمرونة المعرفية وفعالية الذات الاجتماعية في التنبؤ بالحكمة لدى طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية، كلية التربية، جامعة بنها*، ٢٩(١١٣)، ٥٣٧ - ٦٠١.

حليمة إبراهيم أحمد الفيلكاوي. (٢٠١٩). التسامح والامتنان بين الزوجين وعلاقته بالشعور بالرفاهة النفسية للأسرة. *مجلة العلوم التربوية، كلية الدراسات العليا للتربية جامعة القاهرة*، ٢٧(١)، ١ - ٤٨.

حواء إبراهيم إبليش. (٢٠١٦). الإسهام النسبي للصدود النفسي والامتنان في التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى المراهقين الأيتام. (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس).

خالد محمد عبد الوهاب. (٢٠٠٩). عوامل السلوك الحكيم وعلاقتها بكفاءة الأداء الإداري. *مجلة دراسات عربية في علم النفس*، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ٨(٣)، ٤١٧ - ٤٦٧.

خالد ناهس الرقاص العتيبي. (٢٠١٧). النموذج البنائي للعلاقة بين الاحتراق النفسي والحكمة الشخصية والسعادة النفسية لدى عينة من المعلمين. *مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت*، مجلس النشر العلمي، ٤٥(٢)، ١٩٧ - ٢٢٢.

رشا عادل عبدالعزيز إبراهيم. (٢٠١٩). الإسهام النسبي لكل من الامتنان والتسامح في التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى طالبات الجامعة. *مجلة البحث العلمي في التربية، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس*، ١٣(٢٠)، ٣٧٦ - ٣٩٨.

رشا عصام الدين محمد. (٢٠١٣). نوعية الحياة وعلاقتها بكل من الامتنان، والسعادة والتسامح: دراسة نمائية. (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة طنطا).

زهراء محمد فريد حسن. (٢٠١٩). موضع الأمل في علاقته بكل من الكمالية والامتنان والرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة. (رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس).

زينب محمود شقير. (٢٠١٠). مستويات التسامح لدى شرائح عمرية متنوعة من الجنسين - مدخل لعلم النفس الإيجابي وجودة الحياة. *المؤتمر العلمي السابع، كلية التربية جامعة كفر الشيخ*، ١٢٧ - ١٣٧.

زينب محمود شقير. (٢٠١٢). التسامح كمنبئ للأمن النفسي لدى المتزوجين وغير المتزوجين من طلاب الدراسات العليا. *مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، رابطة التربويين العرب، ٢٤(٢)، ٣٤٣ - ٣٦١.

سالم محمد المفرجي، عبدالله عيل عبد الله. (٢٠١٥). العفو ومرونة الأنا لدى المرشدين الطلابيين في مدينة مكة المكرمة. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، رابطة التربويين العرب، (٥٩)، ٢١٥-٢٥٠.

سعود القثامي. (٢٠١٦). العفو وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة أم القرى في ضوء بعض المتغيرات. (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية).

سلسبيل ممدوح عبدالمنعم، حسين حسن طاحون، محمد إسماعيل سيد. (٢٠١٩). بعض الخصائص السيكومترية لمقياس العفو لدى عينة من طلبة كلية التربية جامعة عين شمس. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، كلية التربية، جامعة عين شمس* ٤٣(٤)، ٣٩-١.

سماح محمود إبراهيم. (٢٠١٦). النمذجة البنائية للعلاقات بين الحكمة والذكاء الأخلاقي والذكاء الشخص والذكاء الاجتماعي لدى طالبات المرحلة الجامعية. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، رابطة التربويين العرب، (٧٦)، ٦٩-١٠٩.

سيد أحمد أحمد البهاص. (٢٠٠٩). العفو كمتغير وسيط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة لدى طلاب الجامعة. *مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس*، ٢٣، ٣٢٧-٣٧٨.

سيد أحمد محمد البهاص. (٢٠١٠). *مقياس العفو كراسة التعليمات*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

السيد كامل الشربيني. (٢٠٠٩). العفو وعلاقته بكل من الرضا عن الحياة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية والغضب. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، رابطة التربويين العرب، (٣)، ٢٩-١٠١.

السيد كامل الشربيني. (٢٠١١). التقمص الوجداني وعلاقته بكل من الايثار والعفو. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، رابطة التربويين العرب، (٣)، ٣٣٧-٣٩٢.

شيماء عبدالمنعم عبد الحافظ. (٢٠١٥). العفو وعلاقته بالمناخ الأسري والثقة بالنفس لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا للتربية، جامعة القاهرة).

شيماء محمد دلي. (٢٠١٥). العفو كمدخل للتحكم بالغضب وهرمون الأدرينالين لدى طلبة الجامعة. (رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس).

طريف شوقي. (٢٠٠٧). *علم النفس والتنمية المعرفية المجتمعية*. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.

طلعت منصور غبريال، عبدالعزيز محمود عبدالعزيز، محمد إبراهيم عيد (٢٠١٦). الخصائص السيكومترية لمقياس الحكمة في الحياة. *مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس*، (٤٨)، ٢٣١-٢٥٠.

عبدالمنعم عبدالله حسيب، نبيلة عبد الرؤف عبدالله. (٢٠٠٨). العفو وعلاقته بالضبط الانتباهي والذكاء الاجتماعي لطلاب الجامعة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ٨(٥٩)، ١٣٢-١٨١.

عبير أنور الشرفاوي. (٢٠١٠). دور التسامح والتفؤل في التنبؤ بنوعية الحياة لدى عينة من الطلاب الجامعيين في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. *مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، رابطة التربويين العرب، ٩(٣)، ٨٨-١٢٢.

علاء الدين كفاي. (٢٠٠٥). *السعادة الحقيقية*. القاهرة: دار عين للنشر والتوزيع.

علي ماهر خطاب. (٢٠٠٧). *مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية*. (ط ٣)، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

فاتن فاروق عبدالفتاح، شيري مسعد حليم. (٢٠١٤). الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بكل من الحكمة وفاعلية الذات لديهم. *مجلة كلية التربية، كلية التربية، جامعة بورسعيد*، (١٥)، ٩٠-١٣٤.

فؤاد أبو حطب. (١٩٩٦). *القدرات العقلية*. (ط ٥) القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

كمال الدسوقي. (١٩٩٠). *نخيرة علوم النفس*. المجلد الثاني، القاهرة: مطابع الأهرام.

كوكب يوسف عبيانة. (٢٠١٥). *الامتنان والسعادة وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات*. (رسالة ماجستير غير منشورة، الأردن، كلية التربية، جامعة اليرموك).

ماجد الغرباوي. (٢٠٠٨). *التسامح ومناخ اللاتسامح*. العراق: الحضارية للطباعة والنشر.

محمد كمال أبو الفتوح (٢٠١٦). الحكمة في علاقتها بتشكيل هوية الأنا لدى طلاب الجامعة المتفوقين دراسياً في جمهورية مصر العربية والمملكة العربية السعودية. *مجلة كلية التربية، كلية التربية، جامعة أسيوط*، ٣٢(٢)، ٤٢٨-٤٩٠.

محمد محبوب أحمد، محمود محمد محمود. (٢٠١٦). العلاقة بين العفو ومؤشرات الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة. *المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية*، المؤسسة العربية للبحث العلمي والتنمية البشرية، (٣)، ١٢٣-١٥١.

المعجم الوجيز. (٢٠٠٥). *مجمع اللغة العربية*. طبعة خاصة بوزارة التربية والتعليم، مصر.

منال محمود محمد. (٢٠١٨). التحيز المعرفي والامتنان كمنبئات بالصمود الأكاديمي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية. *مجلة التربية، كلية التربية جامعة الأزهر*، ٢(١٨٠)، ٦٤٨-٧٠٨.

النايعة فتحي محمد. (٢٠١٩). أساليب الفكاهة والتعبير عن الامتنان كمنبئات بالتوافق الزوجي لدى عينة من المتزوجين. *دراسات نفسية*، رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية (رأثم)، ٢٩(١)، ٨٧-٩٠.

هاني سعيد حسن محمد. (٢٠١٤). الإسهام النسبي للتسامح والامتنان في التنبؤ بالسعادة لدى طلاب الجامعة: دراسة في علم النفس الإيجابي. *دراسات نفسية، رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية* (رأثم)، ٢٤(٢)، ١٤٣-١٨٤.

هدي إبراهيم عبدالحميد. (٢٠١٧). العفو كمتغير معدل للعلاقة بين الخلافات الزوجية وأعراض الاكتئاب لدى الزوجات العاملات وغير العاملات. *المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي، الجمعية المصرية للمعالجين النفسيين (جمعن)*، ٥(٢)، ١٨١-٢٢٨.

هناء محمد ذكي (٢٠١٧). مستوى الحكمة والدافعية الأخلاقية والعلاقة بينهما لدى عينة من طلبة الجامعة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية*، ٢٨(٩٨)، ١-٥٣.

هيام صابر صادق (٢٠١٢). إسهام كل من الذكاء الاجتماعي وأحداث الحياة الضاغطة في التنبؤ بالحكمة لدى معلمي مدارس التربية الفكرية. *مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين، مركز النشر العلمي*، ١٣(٢)، ٤٩٥-٥٣٠.

هيام صابر صادق. (٢٠١٢). تنمية العفو وضبط الغضب لدى عينة من المراهقين بطيئي التعلم. *دراسات نفسية، رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية* (رأثم)، ٢٢(٢)، ٢٢٥-٢٦٨.

وفاء محمد عبد الجواد. (٢٠١٤). فعالية برنامج إرشادي قائم على نموذج ورتنجتون REACH في تنمية العفو لدى عينة من طلاب كلية التربية. *دراسات تربوية واجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان*، ٢٠(٤)، ٦٩٢-٦٥١.

وفاء محمد عبدالجواد. (٢٠١٥). الحكمة وعلاقتها بمهارات التفاوض لدى عينة من طلاب الدراسات العليا بالإرشاد النفسي والتربية الخاصة. *مجلة التربية الخاصة، كلية علوم الإعاقة والتأهيل، جامعة الزقازيق*، ١٢(١)، ٧٥-١٢٦.

وليد حسن عاشور. (٢٠١٧). العلاقات السببية بين العوامل الخمسة للشخصية والحكمة والهناء النفسي لدى طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، كلية التربية، جامعة عين شمس*، ٤١(٤)، ٢٨٢-٣٢١.

يزيد محمد حسن. (٢٠١٣). العفو كمتغير وسيط بين جودة الحياة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية. *مجلة كلية التربية، كلية التربية، جامعة الأزهر*، ١٦٢(١)، ٢٨٣-٣٤٦.

يسرية أنور صادق. (٢٠١٠). البنية العاملية لمفهوم الحكمة كما تدركها الطالبات الجامعيات ببعض كليات جامعة الملك عبدالعزيز وعلاقته بطرق المعرفة لديهن. *مجلة كلية التربية، كلية التربية، جامعة الإسكندرية*، ٢٠(٣)، ٣٣٣-٣٧٧.

Abid, M., & Sultan, S. (2015). Dispositional Forgiveness as a Predictor of Psychological Resilience among Women: A Sign of Mental Health. *Journal on Educational Psych*

-
- Algoe, S. B. (2012). Find, remind, and bind: The functions of gratitude in everyday relationships. *Social and Personality Psychology Compass*, 6(6), 455-469.
- Ardelt, M. (2000). Intellectual versus wisdom-related knowledge: The case for a different kind of learning in the later years of life. *Educational Gerontology*, 26(8), 771-789.
- Ardelt, M. (2003). Empirical assessment of a three-dimensional wisdom scale. *Research on aging*, 25(3), 275-324.
- Asadi, S., Amiri, H., Molavi, S., & Noaparast, K. B. (2011). A cross-sectional study of self reported wisdom development: From adolescence through adulthood. *Interdisciplinary Journal of Contemporary Research in Business*, 4(2), 482-492.
- Atarodi Beimorghi, A., Hariri, N., & Babalhavaeji, F. (2017). Effect of wisdom and intellectuality on social health. *Journal of Research and Health*, 7(1), 624-636.
- Baltes, P. B. (2004). Wisdom as orchestration of mind and virtue Max Planck Institute for Human Development. *Berlin Book in preparation*. *Osoitteessa: www.mpib-erlin.mpg.de. Luettu, 23, 2009*.
- Baltes, P. B., & Smith, J. (2008). The fascination of wisdom: Its nature, ontogeny, and function. *Perspectives on psychological science*, 3(1), 56-64.
- Baltes, P. B., & Staudinger, U. M. (2000). Wisdom: A metaheuristic (pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence. *American psychologist*, 55(1), 122.
- Barone, C. E. (2013). *Late Life Identity: An Examination of the Relation Between Wisdom and Ethics of Care Enactments in Late Life* (Doctoral dissertation, The George Washington University).
- Belicki, K., DeCourville, N., Michalica, K., Stewart-Atkinson, T., & Williams, C. (2003). What does it mean to forgive. In *annual meeting of the Canadian Psychological Association, Hamilton, ON*.
- Berry, J. W., Worthington Jr, E. L., O'Connor, L. E., Parrott III, L., & Wade, N. G. (2005). Forgiveness, vengeful rumination, and affective traits. *Journal of personality*, 73(1), 183-226.
-

-
- Bono, G., & McCullough, M. E. (2006). Positive responses to benefit and harm: Bringing forgiveness and gratitude into cognitive psychotherapy. *Journal of cognitive psychotherapy*, 20(2), 147-158.
- Bono, G., McCullough, M. E., & Root, L. M. (2008). Forgiveness, feeling connected to others, and well-being: Two longitudinal studies. *Personality and social psychology bulletin*, 34(2), 182-195.
- Boonyarit, I. (2017). Assessing Forgiveness in Interpersonal Conflict Among Thai Emerging Adults: Development and Psychometric Properties of the Peer Forgiveness Scale (PFS). *The Journal of Behavioral Science*, 12(2), 1-18.
- Boonyarit, I., Chuawanlee, W., Macaskill, A., & Supparerkchaisakul, N. (2013). A psychometric analysis of the workplace forgiveness scale.
- Brandtjen, A. M. (2014). Attitude of Gratitude: Clinician Views on Fostering Gratitude in One Homecare and Hospice Agency, Master Thesis, University of Catherine.
- Brown, R. P. (2004). Vengeance is mine: Narcissism, vengeance, and the tendency to forgive. *Journal of research in Personality*, 38(6), 576-584.
- Brown, S. C. (2004). Where this path may lead: Understanding career decision-making for postcollege life. *Journal of College Student Development*, 45(4), 375-390.
- Brown, S. C., & Greene, J. A. (2006). The wisdom development scale: Translating the conceptual to the concrete. *Journal of College Student Development*, 47(1), 1-19.
- Burnette, J. L., Taylor, K. W., Worthington, E. L., & Forsyth, D. R. (2007). Attachment and trait forgivingness: The mediating role of angry rumination. *Personality and Individual Differences*, 42(8), 1585-1596.
- Chan, D. W. (2013). Subjective well-being of Hong Kong Chinese teachers: The contribution of gratitude, forgiveness, and the orientations to happiness. *Teaching and Teacher Education*, 32, 22-30.
- Chen, L. H., & Kee, Y. H. (2008). Gratitude and adolescent athletes' well-being. *Social Indicators Research*, 89(2), 361-373.
-

- Davis, D. E., Worthington Jr, E. L., Hook, J. N., & Hill, P. C. (2013). Research on religion/spirituality and forgiveness: A meta-analytic review. *Psychology of Religion and Spirituality*, 5(4), 233- 241.
- Dittmann-Kohli, F., & Baltes, P. B. (1990). Toward a neofunctionalist conception of adult intellectual development: Wisdom as a prototypical case of intellectual growth. In *Higher stages of human development: Perspectives on adult growth*(pp. 54-78). Oxford University Press.
- Eaton, J., Struthers, C. W., & Santelli, A. G. (2006). Dispositional and state forgiveness: The role of self-esteem, need for structure, and narcissism. *Personality and Individual Differences*, 41(2), 371-380.
- Egan, L. A., & Todorov, N. (2009). Forgiveness as a coping strategy to allow school students to deal with the effects of being bullied: Theoretical and empirical discussion. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28(2), 198-222.
- Emmons, R. A. (2008). *Thanks! How the New Science of Gratitude Can Make Happier*. Boston, MA: Houghton Mifflin.
- Emmons, R. A., & Crumpler, C. A. (2000). Gratitude as a human strength: Appraising the evidence. *Journal of social and clinical psychology*, 19(1), 56-69.
- Emmons, R. A., & Kneezel, T. T. (2005). Giving Thanks: Spiritual and Religious. *Journal of psychology and Christianity*, 24(2), 140-148.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (Eds.). (2004). *The psychology of gratitude*. Oxford University Press.
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. American Psychological Association.
- Ferrari, M., & Potworowski, G. (Eds.). (2008). *Teaching for wisdom: Cross-cultural perspectives on fostering wisdom*. Springer Science & Business Media.
- Ferrari, M., & Weststrate, N. M. (2013). The scientific study of personal wisdom. In *The scientific study of personal wisdom* (pp. 325-341). Springer, Dordrecht.

-
- Fincham, F. D., Beach, S. R., & Davila, J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of family Psychology, 18*(1), 72.
- Fredrickson, B. L. (2013). Positive emotions broaden and build. In *Advances in experimental social psychology* (Vol. 47, pp. 1-53). Academic Press.
- Froh, J. J., Yurkewicz, C., & Kashdan, T. B. (2009). Gratitude and subjective well-being in early adolescence: Examining gender differences. *Journal of adolescence, 32*(3), 633-650.
- Gallagher, M. W., & Lopez, S. J. (2019). *Positive Psychological Assessment: A Handbook of Models and Measures*. APA Books. Available from: American Psychological Association. 750 First Street NE, Washington, DC 20002.
- Gaspar, K., & Bramesfeld, K. D. (2006). Imparting wisdom: Magda Arnold's contribution to research on emotion and motivation. *Cognition and Emotion, 20*(7), 1001-1026.
- Glick, J., Bluck, S., Baron, J., & McAdams, D. (2005). The wisdom of experience: Autobiographical narratives across adulthood. *International Journal of Behavioral Development, 29*(3), 197-208.
- Greene, J. A., & Brown, S. C. (2009). The wisdom development scale: Further validity investigations. *The International Journal of Aging and Human Development, 68*(4), 289-320.
- Grossmann, I., & Kross, E. (2014). Exploring Solomon's paradox: Self-distancing eliminates the self-other asymmetry in wise reasoning about close relationships in younger and older adults. *Psychological science, 25*(8), 1571-1580.
- Hargrave, T. D., & Sells, J. N. (1997). The development of a forgiveness scale. *Journal of Marital and Family Therapy, 23*(1), 41-62.
- Hartman, P. S. (2002). *Women developing wisdom: Antecedents and correlates in a longitudinal sample*. Ph.D. University of Michigan.

-
- Hasemeyer, M. D. (2013). The relationship between gratitude and psychological, social, and academic functioning in middle adolescence. Gratitude Theses and Dissertation, University of South Florida.
- Jennings, P. A., Aldwin, C. M., Levenson, M. R., Spiro III, A., & Mroczek, D. K. (2006). Combat exposure, perceived benefits of military service, and wisdom in later life: Findings from the Normative Aging Study. *Research on Aging*, 28(1), 115-134.
- Jordan, J., & Sternberg, R. J. (2007). Wisdom in organizations: A balance theory analysis. *Handbook of organizational and managerial wisdom*, 3-19.
- Karremans, J. C., Van Lange, P. A., Ouwerkerk, J. W., & Kluwer, E. S. (2003). When forgiving enhances psychological well-being: The role of interpersonal commitment. *Journal of personality and social psychology*, 84(5), 1011.
- Kazdin, A. E. (2000). *Encyclopedia of psychology* (Vol. 8, p. 4128). Washington, DC: American Psychological Association.
- Koutsos, P., Wertheim, E. H., & Kornblum, J. (2008). Paths to interpersonal forgiveness: The roles of personality, disposition to forgive and contextual factors in predicting forgiveness following a specific offence. *Personality and Individual Differences*, 44(2), 337-348.
- Lau, R. W., & Cheng, S. T. (2013). Gratitude orientation reduces death anxiety but not positive and negative affect. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 66(1), 79-88.
- Lawler-Row, K. A., & Piferi, R. L. (2006). The forgiving personality: Describing a life well lived?. *Personality and Individual Differences*, 41(6), 1009-1020.
- Lawler-Row, K. A., & Piferi, R. L. (2006). The forgiving personality: Describing a life well lived?. *Personality and Individual Differences*, 41(6), 1009-1020.
- Le, T. N. (2008). Cultural values, life experiences, and wisdom. *The International Journal of Aging and Human Development*, 66(4), 259-281.
-

- Lin, C. C. (2014). A higher-order gratitude uniquely predicts subjective well-being: Incremental validity above the personality and a single gratitude. *Social Indicators Research*, 119(2), 909-924.
- Lopez, S. J., Pedrotti, J. T., & Snyder, C. R. (2018). *Positive psychology: The scientific and practical explorations of human strengths*. Sage Publications.
- Ma, M., Kibler, J. L., & Sly, K. (2013). Gratitude is associated with greater levels of protective factors and lower levels of risks in African American adolescents. *Journal of adolescence*, 36(5), 983-991.
- Maltby, J., Day, L., & Barber, L. (2005). Forgiveness and happiness. The differing contexts of forgiveness using the distinction between hedonic and eudaimonic happiness. *Journal of Happiness Studies*, 6(1), 1-13.
- Maltby, J., Macaskill, A., & Day, L. (2001). Failure to forgive self and others: A replication and extension of the relationship between forgiveness, personality, social desirability and general health. *Personality and Individual Differences*, 30(5), 881-885.
- McCullough, M. E. (2000). Forgiveness as human strength: Theory, measurement, and links to well-being. *Journal of social and clinical psychology*, 19(1), 43-55.
- McCullough, M. E. (2001). Forgiveness: Who does it and how do they do it?. *Current directions in psychological science*, 10(6), 194-197.
- McCullough, M. E., & Hoyt, W. T. (2002). Transgression-related motivational dispositions: Personality substrates of forgiveness and their links to the Big Five. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(11), 1556-1573.
- McCullough, M. E., Bellah, C. G., Kilpatrick, S. D., & Johnson, J. L. (2001). Vengefulness: Relationships with forgiveness, rumination, well-being, and the Big Five. *Personality and social psychology bulletin*, 27(5), 601-610.
- 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.

- McKenzie, J. S. (1997). *An exploration of the relationship between forgiveness, anger, and depression with prisoners in a drug abuse treatment program* (Doctoral dissertation, University of Northern Colorado).
- Nelson, M. K. (1992). A new theory of forgiveness. PhD, Dissertation, Purdue University.
- Neto, F., & Mullet, E. (2004). Personality, self-esteem, and self-construal as correlates of forgivingness. *European Journal of Personality, 18*(1), 15-30.
- Neto, F., Pinto, C., & Mullet, E. (2007). Seeking forgiveness in an intergroup context: Angolan, Guinean, Mozambican, and East Timorese perspectives. *Regulation & governance, 1*(4), 329-346.
- Neufeldt, V. (2002). *Webster's new world dictionary*. Simon and Schuster.
- Nielsen, S. T. P. (1992). Life events as determinants of wisdom in older adults. *Dissertation Abstracts International- A 53/07*, P. 2252.
- O'Connell, B. H., O'Shea, D., & Gallagher, S. (2016). Mediating effects of loneliness on the gratitude-health link. *Personality and Individual Differences, 98*, 179-183.
- Pelayo, S. L. (2002). *Forgiveness: Theory, Research, and Clinical Implications for Adolescent Offenders*, Unpublished Biolo University.
- Prewitt, V. R. (2003). *The Constructs of Wisdom in Human Development and Consciousness*. Department of Education, Office Of Educational Research.
- Rijavec, M., Jurčec, L., & Mijočević, I. (2010). Gender Differences in the Relationship between Forgiveness and Depression/Happiness. *Psihologijske teme/Psychological Topics, 19*(1), 189- 202.
- Roháriková, V., Špajdel, M., Cviková, V., & Jagla, F. (2013). Tracing the relationship between wisdom and health. *Activitas Nervosa Superior Rediviva, 55*(3), 95-102.
- Ross, S. R., Kendall, A. C., Matters, K. G., Mark S. Rye, M. S. R., & Wrobel, T. A. (2004). A personological examination of self-and other-forgiveness in the five factor model. *Journal of Personality Assessment, 82*(2), 207-214.

- Rye, M. S., Loiacono, D. M., Folck, C. D., Olszewski, B. T., Heim, T. A., & Madia, B. P. (2001). Evaluation of the psychometric properties of two forgiveness scales. *Current psychology, 20*(3), 260-277.
- Sastre, M. T. M., Vinsonneau, G., Neto, F., Girard, M., & Mullet, E. (2003). Forgiveness and satisfaction with life. *Journal of Happiness Studies, 4*(3), 323-335.
- Scull, N. C. (2015). Forgiveness, revenge, and adherence to Islam as moderators for psychological wellbeing and depression among survivors of the 1990 Iraqi invasion of Kuwait.
- Seligman, M. E. (2004). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Simon and Schuster.
- Seligman, M. E. (2004). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Simon and Schuster.
- Singh, K., & Jha, S. D. (2008). Positive and negative affect, and grit as predictors of happiness and life satisfaction. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, 34*(2), 40-45.
- Stange, A., & Kunzmann, U. (2008). Fostering wisdom: A psychological perspective. In *Teaching for wisdom* (pp. 23-36). Springer, Dordrecht.
- Sternberg, R. J. (2003). WICS as a model of giftedness. *High ability studies, 14*(2), 109-137.
- Sternberg, R. J. (2003). *Wisdom, intelligence, and creativity synthesized*. Cambridge University Press.
- Sternberg, R. J. (2004). What is wisdom and how can we develop it?. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science, 591*(1), 164-174.
- Sternberg, R., & Jordan, J. (Eds.). (2005). *A handbook of wisdom: Psychological perspectives*. Cambridge University Press.
- Subkoviak, M. J., Enright, R. D., Wu, C. R., Gassin, E. A., Freedman, S., Olson, L. M., & Sarinopoulos, I. (1995). Measuring interpersonal forgiveness in late adolescence and middle adulthood. *Journal of adolescence, 18*(6), 641-655.

- Sun, P., & Kong, F. (2013). Affective mediators of the influence of gratitude on life satisfaction in late adolescence. *Social indicators research*, 114(3), 1361-1369.
- Sun, P., Jiang, H., Chu, M., & Qian, F. (2014). Gratitude and school well-being among Chinese university students: Interpersonal relationships and social support as mediators. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 42(10), 1689-1698.
- Szcześniak, M., & Soares, E. (2011). Are proneness to forgive, optimism and gratitude associated with life satisfaction?. *Polish Psychological Bulletin*.
- Taylor, M., Bates, G., & Webster, J. D. (2011). Comparing the psychometric properties of two measures of wisdom: Predicting forgiveness and psychological well-being with the Self-Assessed Wisdom Scale (SAWS) and the Three-Dimensional Wisdom Scale (3D-WS). *Experimental Aging Research*, 37(2), 129-141.
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., ... & Roberts, D. E. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of personality*, 73(2), 313-360.
- Toussaint, L., & Friedman, P. (2009). Forgiveness, gratitude, and well-being: The mediating role of affect and beliefs. *Journal of Happiness Studies*, 10(6), 635.
- Tsang, J. A. (2006). BRIEF REPORT Gratitude and prosocial behaviour: An experimental test of gratitude. *Cognition & Emotion*, 20(1), 138-148.
- Tsang, J. A., Carpenter, T. P., Roberts, J. A., Frisch, M. B., & Carlisle, R. D. (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, 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.

-
- Webster, J. D. (2003). An exploratory analysis of a self-assessed wisdom scale. *Journal of Adult Development, 10*(1), 13-22.
- Wernli, M. A. (2006). *Interpersonal forgiveness in close peer relationships during adolescence: An examination of the role of relational self-worth and transgression history*. The University of Nebraska-Lincoln.
- William, J., & Paul, A. (2009). *Adult development & aging*. (6TH.ED). MC Graw Hill.
- 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.
- Wood, A. M., Joseph, S., & Maltby, J. (2009). Gratitude predicts psychological well-being above the Big Five facets. *Personality and Individual differences, 46*(4), 443-447.
- Worthington Jr, E. L. (Ed.). (2007). *Handbook of forgiveness*. Routledge.
- Worthington Jr, E. L., Hook, J. N., Utsey, S. O., Williams, J. K., & Neil, R. L. (2007). Decisional and emotional forgiveness. *International Positive Psychology Summit, Washington, DC*.
- Worthington, E. L. (2001). *Five steps to forgiveness: The art and science of forgiving*. Crown.

The relative contribution of gratitude and forgiveness in predicting wisdom for a sample of university students**Prepared by****Dr. Ramadan Ashour Hussein salem****Dr. hany foudad sayed Mohamed**Assistant Professor -Department of
Mental Health Faculty of Education
Helwan UniversityDoctor of educational Psychology
Faculty of Education
Helwan University**Abstract:**

The current research aimed to identify the degree of contribution for gratitude and forgiveness in predicting wisdom, and the research sample consisted of (256) students from Helwan University faculty of education with scientific and literary major, and the research used the descriptive analytical method, and The following tools were applied; A gratitude scale for university students preparing the researchers, forgiveness scale for university students preparing the researchers and wisdom scale for university students preparing the researchers The research resulted in there is a statistically significant positive correlation at the level of significance (0.01) between the students 'scores on the gratitude scale and their scores on the wisdom scale, there is a statistically significant positive correlation at the level of (0.01) between the scores of students on forgiveness scale and their scores on the wisdom scale, as well The results showed that both of gratitude and forgiveness make a statistically significant contribution at the level of significance (0.01) in predicting wisdom, as the value of the F calculated equal (101.072), and the value of the determination coefficient (R^2) (709), meaning that gratitude and forgiveness explain about (71%) of The performance of the sample on the wisdom variable.

Key words: relative contribution, gratitude, forgiveness, wisdom, university students.