

الامتتان و السعادة محددان للعفو لدى طلبة الجامعة

أ.د/حمدي محمد ياسين .^١ أ.د. /وفاء مسعود الحديني^٢

الباحثة

دعاء عبد الرحمن سيد احمد علي.^٣

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الكشف عن قدرة كل من الامتتان و السعادة في التنبؤ بالعفو لدى طلبة الجامعة، وكذلك الكشف عن أثر تباين العفو و الامتتان و السعادة بتباين المتغيرات الديموجرافية (العمر - النوع - المستوى الإقتصادي و الإجتماعي)، فقد تم تطبيق مقياس العفو ، مقياس الامتتان، مقياس السعادة، (و جميعهم من إعداد الباحثين) ، على عينة من طلبة الجامعة كلية الآداب جامعة عين شمس (ن=١٠٤) ممن تتراوح أعمارهم (١٩-٢٤) ، و أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للمتغيرات الديموجرافية (العمر - النوع - المستوى الإقتصادي و الإجتماعي) لطلبة الجامعة على مقياس (العفو -الامتتان- السعادة) ، كما تبين عدم قدرة كل من (الامتتان- السعادة) على التنبؤ بالعفو .

الكلمات المفتاحية: العفو و الامتتان و السعادة.

^١ أستاذ علم النفس كلية البنات - جامعة عين شمس hamdyyassin012@gmail.com

ت / ٠١٠٠٥١٠٧٥٤٨

^٢ أستاذ علم النفس كلية الآداب جامعة حلوان aa.hedenyl@gmail.com

ت / ٠١٠٦٦٢٣٤٤١٧

^٣ الباحثة doaa87207@gmail.com ت / ٠١٢٨٧٤٩٤٨٠٠

الامتنان والسعادة محددان للعفو لدى طلبة الجامعة

أ.د/حمدي محمد ياسين .^٤ أ.د/وفاء مسعود الحديني^٥

الباحثة / دعاء عبد الرحمن سيد احمد على.^٦

مدخل الدراسة

يعتبر الامتنان فعل فريد من نوعه يختلف عن السعادة او الألتزام، فهو يعتبر مقياس أخلاقي و دافع مهم للسلوك الإجتماعي ، و انه مستمد من المشاعر الإيجابية بين الأشخاص .

(Hlava, Elfers, & Offringa, 2014, p. 1)

فى حين يُعرف بعض الباحثين السعادة بإحدى الطريقتين إما عاطفة " فى حالة الفرح " أو الإستجابة المعرفية : فى حالة الرضا"

(McCabe, Bray, Kehle, Theodore, & Gelbar , 2011, pp. 180-181)

اما العفو فهو عملية داخلية تحدث على مر الزمن و تؤدي إلى تناقص المشاعر السلبية و استبدال الأفكار و السلوكيات السلبية بأفكار و سلوكيات إيجابية نحو الشخص المُعتدى.

(Szcześniak, Vitali, & Rondón, 2012, p. 199)

مشكلة الدراسة: كل دراسة علمية تنطلق من الإحساس بالمشكلة، ثم السعى لتحديدها و الكشف عن ماهيتها ،و بالتالى رسم خطوات حلها، من خلال تحليل الأدبيات و تنفيذ التراث، حيث نبع الإحساس بمشكلة هذه الدراسة من روافد عدة يأتى فى صدارتها الإطلاع على الدراسات المعنية بطلبة الجامعة ، و المشكلات التى يعانون منها ، و كانت النتيجة أن العامل الرئيسى الذى يكمن خلف العديد من مشكلاتهم أن الذى يمتلك درجة مرتفعة من العفو ، يكون أكثر امتناناً و سعادة، و يكون أقل عرضة للإضطرابات النفسية التى تؤثر على المستوى

^٤ أستاذ علم النفس كلية البنات - جامعة عين شمس hamdyyassin012@gmail.com

ت / ٠١٠٠٥١٠٧٥٤٨

aa.hedeny1@gmail.com

^٥ أستاذ علم النفس كلية الآداب جامعة حلوان

ت / ٠١٠٦٦٢٣٤٤١٧

ت / ٠١٢٨٧٤٩٤٨٠٠

doaa87207@gmail.com

^٦ الباحثة

== أ.د / حمدي محمد ياسين & أ.د/ وفاء محمد الحديني & الطالبة /دعاء عبد الرحمن سيد==

الدراسي ، في حين ان من يقل لديه العفو ، يكون أقل امتناناً و سعادةً ، و غالباً ما يكون عرضة للإضطرابات النفسية و الأمراض الجسمية.

و يمكن تناول مشكلة الدراسة من خلال متغيراتها عبر المحورين التاليين:

الامتنان و السعادة محددان للعفو:

أسفرت دراسة(Safaria, 2014)التي هدفت معرفة العلاقة بين العفو والامتنان والسعادة لدى طلاب الجامعة ،طبق مقياس العفو و مقياسي السعادة و الامتنان ،على (ن=٨١) ٢٤ ذكور و٥٧ إناث)، و أظهرت النتائج عن وجود ارتباط إيجابي بين الامتنان و السعادة، و أشارت إلى عدم وجود علاقة بين العفو و السعادة. كما كشفت دراسة (Ammons, 2018) على (ن=١٨٥) من طلاب الجامعة ، عن وجود ارتباط إيجابي بين العفو و التعلق الأمن بالوالدين و لا يوجد علاقة بين الامتنان و التعلق الأمن بالوالدين.

و في مجال الدراسات التنبؤية كانت دراسة (Datu, 2014)و التي هدفت الكشف عن العفو و الامتنان كمنبئان بالرضا عن الحياة و الرفاهية النفسية، على (ن=٢١٠) من طلاب الجامعة الفلبينيين ، و توصلت النتائج ان الامتنان و العفو منبئان للرفاهية النفسية.

اما دراسة(Kumari & Madnawat, 2016) فقد كشفت عن وجود علاقة قوية إيجابية بين الامتنان و العفو و بين الرفاهية، وهذا ما أكدت عليه دراسة (Toussaint & Friedman, 2008)فقد أسفرت النتائج عن وجود ارتباط قوى بين العفو و الامتنان و الرفاهية، و كذلك دراسة (Rijavec, Jurčec, & Mijočević, 2010) و قد أشارت النتائج أن الدافع للانتقام و التجنب كان مؤشراً هاماً للاكتئاب لدى الذكور ، في حين ان الدافع للانتقام كان مؤشراً هاماً للاكتئاب لدى الإناث ، ولا يوجد علاقة بين الدافع للانتقام و التجنب و بين السعادة .

وفي نفس السياق جاءت دراسة (Karduz, Firdevs, & Saricam, 2018) وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة سلبية بين العفو و الانتقام ، كما توجد علاقة إيجابية بين العفو و السعادة ، و أشارت ايضاً إلى كلما ارتفع درجة العفو و السعادة يؤدي ذلك إلى الحد من الانتقام.

و كذلك دراسة (Uysal & Satıcı, 2014)و التي أكدت على أن السعادة توسطت جزئياً في العلاقة بين الانتقام و العفو ، و مع ذلك السعادة لم تخفض من الارتباط السلبى بين العفو و الانتقام ، فضلاً عن وجود علاقة سلبية بين العفو و السعادة و الانتقام.

و كذلك دراسة(Llao & Wei, 2015) والتي أكدت على وجود علاقة قوية بين العفو عن

== المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٨ المجلد الثلاثون - يولية ٢٠٢٠ (١٠٥)؛

الذات و العفو عن الآخرين ، و وجود علاقة سلبية بين العفو و بين الاكتئاب ، و وجود ارتباط قوى بين الاكتئاب و القلق.

و دراسة (هانى سعيد محمد، ٢٠١٤) التى توصلت إلى وجود علاقة بين التسامح و الامتنان و السعادة ، و ان التسامح و الامتنان منبئان بالسعادة ، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث فى التسامح لصالح الإناث ، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث فى الامتنان لصالح الذكور، فى حين لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث فى السعادة .

اما دراسة (Rensburg&Raubenheimer , 2015) فقد أشارت إلى وجود علاقة سلبية بين العفو و التمر ، و أظهرت أن المراهقين الذين حققوا درجات عالية فى مقياس العفو يكونوا أكثر صحة نفسية ، و عن العلاقة بين العفو و التعاطف و معرفة الفروق بين الجنسين، أشارت نتائج دراسة (Kmiec, 2009) إلى أن الذكور يتمتعون بالعفو أكثر من الإناث ، و أن الإناث يتمتعون بدرجات عالية من التعاطف، و وجود علاقة إيجابية قوية بين العفو و التعاطف ، و كذلك دراسة (Naiemi, Mohsenzadeh, Pirsaghi, & Maleki, 2016) التى أظهرت علاقة قوية بين الانبساطية و الأنفتاح على الخبرة و المقبولية الإجتماعية و صحة الضمير و البناء الأسرى و بين العفو ، مع عدم وجود ارتباط بين العفو و العصائية ، و دراسة (Wu, Sun, 2011) و Miao, Yu, & Wang, 2011) التى أكدت على ثمة ارتباط إيجابى بين الالتزام بالعفو و بين انخفاض الأفكار الغاضبة، كما كشفت النتائج على وجود ارتباط قوى بين الصمود و العفو، و وجود ارتباط سلبى بينهما و بين التعبير عن الغضب فقد تبين ان المراهقين الذين لديهم درجات صمود و عفو منخفض لديهم درجات عالية فى التعبير عن الغضب ، و لا يوجد تأثير لكل من العمر و الجنس على التعبير عن الغضب .

و دراسة (Lin, Enright, & Klatt, 2013) و التى أسفرت عن فعالية العفو فى تحسين الشعور بالأمن و انخفاض القلق و تحسين تقدير الذات و الأمل ، و فى ضوء ما تقدم نطرح السؤال التالى:

١- ما مدى إسهام كل من الامتنان و السعادة للتنبؤ بالعفو ؟

اما عن تباين كل من العفو و الامتنان و السعادة بتباين المتغيرات الديموجرافية : ففى هذا المقام نشير لعينة من الدراسات على النحو التالى :

أ- العفو و متغيراته الديموجرافية : تشهد الأطر السيكولوجية بحضور قوى للدراسات المعنية فى علاقة العفو بالمتغيرات الديموجرافية ، فقد تنوعت الدراسات، ولا سيما تلك التى تدور فى فلك متغيرات (العمر و النوع و المستوى الإقتصادى و الإجتماعى) و يلاحظ أن نتائج هذه الدراسات جاءت بين مؤيد و معارض ، و فى هذا دعوه للباحثين لإجراء المزيد من البحوث .

لقد توصلت دراسة (Taysi & Orcan, 2017) إلى أن العفو يختلف بإختلاف (الأطفال و المراهقين)، و أن مستوى العفو يزداد لدى الأطفال مقارنة بالمراهقين ، كما أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين العفو و العمر. كما توصلت دراسة (Wernli, 2001) إلى أن العفو لا يختلف بإختلاف النوع و العمر، وكذلك دراسة (Russell, 2013) و التى توصلت لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للنوع و العمر و المستوى الإقتصادى و الإجتماعى على مقياس العفو و الغضب ، فقد أشارت دراسة (كنز منصور، ٢٠١٦) أن لا يختلف العفو بإختلاف العمر و النوع و المستوى التعليمى، فى حين أشارت نتائج (سيد البهاص، ٢٠٠٩) إلى عدم وجود تأثير لك من العمر و النوع على متغيرى العفو و السعادة، كما بينت نتائج دراسة (Duncan, 2008) أن الأكبر سناً يتميزون بمستويات عالية من العفو، و لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النوع و المستوى الإقتصادى و الإجتماعى فى متغير العفو، و التوافق الزوجى، كما توصلت دراسة (Mugrage, 2014) أن العفو لا يختلف بإختلاف العمر، و تؤكد نتائج دراسة كل من (Vansteenwegen, Orathinkal , & Burggraeve, 2008) أن العفو لدى الإناث أعلى بكثير مقارنة بالذكور ، كما أكدت دراسة (Boone , 2017) بأن يختلف العفو بإختلاف العمر و المستوى التعليمى، بينما لا يختلف العفو بإختلاف المستوى الإقتصادى و الإجتماعى ، و تشير نتائج دراسة (Kmiec, 2009) أن الرجال أعلى مستويات من حالة العفو مقارنة بالنساء .

ب- الامتتان و المتغيرات الديموجرافية : و فى هذا السياق تشير لبعض الدراسات و منها دراسة (Kirmani, 2015) و التى أظهرت نتائجها أن الإناث أكثر امتتان و عفو من الذكور، اما دراسة (Dlaz & Meixueiro, 2016) فقد توصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المستوى الإقتصادى و بين الامتتان حيث كلما زاد دخل الأسرة زاد الامتتان والعكس صحيح ، و عن دراسة (Khadim & Shahid, 2017) فقد أشارت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين الامتتان و الإيثار و الرفاهية النفسية، و أن الامتتان و الإيثار منبئان بالرفاهية النفسية ، و لا يختلف الامتتان بإختلاف النوع ، و توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث فى الرفاهية النفسية لصالح الإناث، و عن دراسة (Amin, Khalid,, Ashraf, Khan, &

(Pervaiz, 2018) فقد توصلت النتائج على عدم وجود علاقة ارتباطية بين الثقة بالنفس و الامتنان ، و عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث فيما يتعلق بالامتنان و الثقة بالنفس ، و فى نفس السياق تؤكد دراسة (Chopik, Newton, Ryan, Kashdan, & Jarden, 2017) على ان الامتنان يرتفع عند كبار السن أكثر من منتصف العمر و سن المراهقة ، و أن الإناث أكثر امتنان من الذكور ، و فى نفس السياق تأتي دراسة (Browning, 2012) و أشارت النتائج على وجود علاقة إيجابية بين الامتنان و الرفاهية النفسية، و أن الإناث اعلى امتنان من الذكور ، و كذلك دراسة (Robustelli & Whisman, 2018)و التى أكدت على وجود علاقة إيجابية بين الامتنان و الرضا عن الحياة ، وان مرتفعى المستوى الإقتصادى و الإجتماعى يكونوا أكثر امتنانا من منخفضى المستوى الإقتصادى و الإجتماعى ، كما وجد ان المشاركين من الولايات المتحدة اعلى امتنان و رضا عن الحياة من المشاركين اليابانيين ، و ان الإناث من الولايات المتحدة أكثر امتنان من الذكور ، و دراسة (Wood, Maltby, Stewart, & Joseph, 2008) التى أشارت إلى انه لا يختلف الامتنان باختلاف العمر ، و فى نفس السياق تأتي دراسة (Kashdan, Mishra, Breen, & Froh, 2009)فقد أظهرت لا يختلف الامتنان باختلاف العمر ، و ان الإناث أكثر امتنان من الذكور .

ج-السعادة و المتغيرات الديموجرافية: كشفت دراسة (Malekjah, 2004) أنه لا توجد فروق تعزى لمتغير النوع و العمر و المستوى الإقتصادى و الإجتماعى، هنا ما اكده دراسة (Batik, Bingöl, Kodaz, & Hosoglu, 2017) انه لا يختلف العفو و السعادة باختلاف النوع و الإقامة، و دراسة (Langevin, 2013) و التى اكده ان تختلف السعادة باختلاف العمر و النوع و المستوى الإقتصادى و الإجتماعى، اما دراسة (Abbasi, Timareh, Ziapour, & Kianipour, 2018) و التى توصلت إلى ان السعادة تختلف باختلاف النوع فالإناث اكثر سعادة من الذكور كما تختلف ايضا باختلاف العمر فالأكبر سناً اكثر سعادة من الأصغر سناً، و تأتي دراسة (Goodarzi, Rajabi, Yousefi, & Mansoor, 2008) و التى أشارت النتائج إلى ان السعادة تختلف باختلاف النوع فالإناث اكثر سعادة من الذكور، و اشارت نتائج دراسة (Moljord, Eriksen, Moksnes, & Espnes, 2011) إلى ان الذكور أكثر سعادة من الإناث، و لا تختلف السعادة باختلاف العمر.

و فى ضوء ما تقدم نطرح السؤال الثانى:

٢- ما مدى تباين كل من الامتنان و السعادة و العفو بتباين المتغيرات الديموجرافية (العمر - النوع - المستوى الإقتصادى و الإجتماعى)؟

أهداف الدراسة: و في ضوء السؤالين السابقين ن صوغ الأهداف بصورة إجرائية على النحو التالي:

- 1- تحديد إسهام كُُل من الامتتان و السعادة في التنبؤ بالعفو بطلبة الجامعة.
- 2- الكشف عن تباين كُُل من المتغيرات الدينامية (العفو، الامتتان ، السعادة) بتباين المتغيرات الديموجرافية (العمر – النوع – المستوى الإقتصادي و الإجتماعي).
- محددات الدراسة: نتحدد نتائج الدراسة في ضوء المتغيرات التالية:
 - 1-أسئلة الدراسة: و قد سبق الإشارة إليها أثناء تناول مشكلة الدراسة .
 - 2-عينة الدراسة: تعد العينة من المحددات الرئيسية لنتائج الدراسات، واعتمدت هذه الدراسة على عينة من طلاب الجامعة من الجنسين، و سوف نوضح ذلك لاحقا عند الإشارة لوصف العينة و خصائصها ومبررات اختيارها.
 - 3-أدوات الدراسة :-اعتمدت الدراسة على الأدوات التشخيصية التالية : (مقياس الامتتان ، و مقياس السعادة ، و مقياس العفو ، وجميعها من إعداد الباحثين.
 - 4- الإطار الزمني: - يقصد بها الفترة الزمنية التي تستغرق في تطبيق الأدوات السيكومترية، حيث طُبقت في شهر مايو، و ذلك في عام ٢٠١٩ .
 - 5- الإطار المكاني:-تم إجراء الدراسة في جامعة عين شمس ,كلية الآداب.
 - 6- منهج الدراسة: - تتحدد نتائج اى دراسة في ضوء نوعية المناهج المستخدمة، و قد اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي، و سنوضح ذلك لاحقا.
 - 7- المعالجة الإحصائية :- و تعد من المحددات الجوهرية لنتائج الدراسات، و قد تم اختيار عدد من الأساليب الإحصائية و ذلك في ضوء (حجم العينة ، نوعية الفروض المطروحة، و طبيعة الأدوات) و من خلال استخدام برنامج التحليل الإحصائي للعلوم الإجتماعية (spss) Statistical Package Social Sciences الإصدار ٢٢,٠، للتحقق من صحة الفروض و سيتضح ذلك بصدد كل فرض من فروض الدراسة .

أهمية الدراسة: تتبثق أهمية الدراسة من عدة مقومات نستعرض أهمها فيما يلي :

- 1-يمثل الامتتان و السعادة و العفو من المفاهيم المحورية في علم النفس الإيجابي الذي يسطع بقوة و لاسيما في الحقبة الحالية .
- 2- توفر هذه الدراسة مجموعة من الأدوات التشخيصية التي تم بناءها بما يلائم خصائص عينة الدراسة (مقياس الامتتان ، مقياس السعادة ، مقياس العفو)نترى المكتبة السيكومترية العربية.

- ٣- الحدائة النسبية لمتغيرات الدراسة المتمثلة فى (الامتتان و السعادة و العفو) و ندرة تناولها فى البحوث العربية مقارنة فى البحوث الأجنبية ، خاصة لدى طلبة الجامعة.
- ٤- كما تتبع أهمية الدراسة من بعدين الأول نظرى ، إذا سيتم مراجعة الأطار النظرى الخاص بمشكلة الدراسة ، و الذى يتناول المفاهيم الأساسية للدراسة ، و هما الامتتان و السعادة و العفو ، و من جهة أخرى ، تمثل نتائج الدراسة وصفاً تحليلياً لمتغيرات مشكلة الدراسة، و هذا يثرى المكتبة العربية ايضاً و يفتح المجال لدراسات أخرى مستقبلية.
- ٥- تعد مرحلة الشباب من اهم مراحل النمو؛ إذ يواجه الفرد ضغوط متزايدة و صراعات شديدة، مما يستوجب دراسة العفو لديهم فى موجهة كل هذه التحديات و الضغوط.

تعريفات الإجرائية للمفاهيم الأساسية :

اولاً:العفو **Forgiveness**:فى ضوء تعريف الأطار النظرية و التعريفات الإجرائية فى دراسة (Russell, (Freedman & Knupp, 2003)؛(Peterson & Seligman, 2004)؛ (Lavafpour Noori F, Zaharakar K, & Sanai Zaker ؛(Taysi & Orcan, 2017)؛2013)؛ B, 2012)؛(Rainey, 2008)؛(Harris , 2006)؛(Hill, 2012)؛ و كذلك تحليل مكونات مقاييس لكل من (Orathinkal, Vansteenwegen, Enright, & Stroobants, 2007)؛(McCullough, Rachal, Sandage, Worthington , Brown, & Hight, 1998)؛(Boonyarit, (Thompson, et al., 2005)؛(Subkoviak, et al., 1992)؛(Rye, Loiacono, ؛Chuawanlee, Macaskill, & Supparerkchaisakul, 2013)؛(Folck, Olszewski, Heim, & Madia, 2001)؛ و بحساب معامل الشيوخ للمفردات الناتجة عن الروافد سالفة الذكر، الذى بلغ (٠.٨) فأكثر ، نستخلص التعريف الإجرائى التالى(إستجابة الفرد لمثيرات وجدانية، معرفية، سلوكية ، يتم فيها استبدال المشاعر ، و الأفكار، و السلوكيات السلبية، بمشاعر و أفكار و سلوكيات إيجابية ، تجاه الشخص المسيء)و يتمثل ذلك فى الدرجة التى يحصل عليها الفرد على المقياس المعد لذلك.

ثانياً: الامتتان **Gratitude**:فى ضوء تعريف الأطار النظرية و التعريفات الإجرائية فى دراسة

- (Bartlett & ؛(Dlaz & Meixueiro, 2016)؛(Wood, Froh, &Geraghty, 2010)؛ Desteno, 2006)؛(Wood , Maltby, Stewart, Linley , & Joseph, 2008)؛ (McCullough, Emmons, Kilpatrick, & ؛(Emmons & Crumpler, 2000)؛ Larson, 2001)؛(Tsang, 2006)؛(Tsang2002)؛ (McCluogh , Emmons , & Tsang2002)؛

(Lambert, Graham, & Fincham, 2009)؛ (Khadim & Shahid, 2017)؛ (Adler & Fagley,) ؛ (Froh, Sefick, & Emmons, 2008)؛ (McGuire, 2016) 2005) ؛ (Peterson & Seligman, 2004)؛ (Hoy, 2011) ؛ (Roberts, 2004)؛ وكذلك تحليل مكونات مقاييس لكل من ؛ (Watkins , Woodward , Stone , & Kolts , 2003) ؛ (Hlava, Elfers, & Offringa, 2014)؛ (Anas, Husain, Khan, & Aijaz, 2016) (Yüksel & Oğuz Duran, 2012)؛ ((Morgan, Gulliford,, & Kristjansson, 2017 ؛ (McCluogh , Emmons , & Tsang , 2002) ؛ (Adler & Fagley, 2005)؛ (Lowen, 2017) ؛ (Cohen, 2012) ، و بحساب معامل الشيوخ للمفردات الناتجة عن الروافد سالفة الذكر، الذي بلغ (٠.٨) فأكثر ، نستخلص التعريف الإجرائي التالي (إستجابة الفرد لمثيرات معرفية ووجدانية و سلوكية التي تتضمن وجود أفكار و مشاعر و سلوكيات إيجابية نحو الأشخاص و الأماكن و الأشياء) و يتمثل ذلك في الدرجة التي يحصل عليها الفرد على المقياس المعد لذلك.

ثالثاً: السعادة Happiness: في ضوء تعريف الأطر النظرية و التعريفات الإجرائية في دراسة

(Lyubomirsky, Diener, & ؛ (Veenhoven, 2009) ؛ (Lubomirsky, 2008) ؛ (King, 2005) ؛ (Barber, 2010)؛ (Taylor, 1988) ؛ (Seligman, Steen,, Park, & ؛ (McCabe, Bray, ؛ (Sarang, Shitole, & Karnam, 2019) ؛ Peterson, 2005) ؛ (Argyle, 2001) ؛ (Fleming, 2006) ؛ Kehle, Theodore, & Gelbar, 2011) (Joseph, Linley, Harwood, Lewis, & McCollam, ؛ (Gupta & Kumar, 2010) 2004) ؛ (Sharma & Malhoraf, 2010) ؛ و كذلك تحليل مكونات مقاييس لكل من؛ (Barber, 2010)؛ (Lewis, 1999)؛ (Pourmousa, Mohammadifar, Pesand, & ؛ (Springer & Hauser, 2006) ؛ Rezaei, 2018) الناتجة عن الروافد سالفة الذكر، الذي بلغ (٠.٨) فأكثر ، نستخلص التعريف الإجرائي التالي إستجابة الفرد لمثيرات (معرفية و وجدانية و اجتماعية إيجابيه) و يتمثل ذلك في الدرجة التي يحصل عليها الفرد على المقياس المعد لذلك.

الإطار النظري و الدراسات السابقة : يتضمن الإطار النظري متغيرات الدراسة على النحو

التالى :

المحور الأول :العفوForgiveness:

بالإطلاع على الدراسات و الأدبيات النفسية التى تناولت مفهوم العفو نجدها متنوعة و عديدة ، رغم ندرة انتشارها على الصعيدين المحلى و الإقليمي فى العالم العربى .
العفو و مفاهيم متداخلة : ينبغى التفريق بين مفهوم العفو و بعض المفاهيم التى تتداخل معه ؛ مثل المفاهيم التالية:

التسامح Tolerance:التساهل فى العقاب ، و اللجوء إلى العقاب البسيط دون الشديد.

(السيد منصور ، ٢٠٠٩)

الصفح Condoning: تبرئة المسمى من فعل الإساءة.

التبرير Excusing: تعنى أن المسمى لديه المبرر الحقيقى لأرتكاب الإساءة.

النسيان Forgetting: تعنى أن تذكرُ الإساءة يتناقص تدريجياً من الوعى الشعورى للفرد .

الإنكار Denying: ويعنى ببساطة عدم رغبة المُساء إليه فى إدراك الأذى الجائر الذى تعرض له.

التصالح Reconciliation: يعنى إستعادة العلاقة بين المسمى و المساء إليه.

(McCullough, Pargament, & Thoresen, 2000)

المغفرة : و تعنى ستر الذنب و مسامحته و التخفف منه .

(Rye, et al.,)

(2000)

آليات تنمية العفو و مراحلها :و من أهمها الآليات التالية:

اولاً) نموذج إنرايتEnright process Model of forgivenessاستخدم هذا النموذج لسنوات طويلة و فى بحوث متعددة أجنبية و يتكون من عشرون خطوة موزعة على أربع مراحل:

مرحلة الكشف Uncovering Phase،مرحلة القرار Decision phase، مرحلة العمل work Phase، مرحلة النتائج Outcome Phase . (Baskin & Enright , 2004)

ثانياً) نموذج ورثجتونWorthington's REACH Model

و يحتوى على خمس خطوات لتنمية العفو و هى :

مرحلة الاستدعاء(Recall (R)، مرحلة التعاطف(Empathy (E)، مرحلة الإيثار (Altristic(A)، مرحلة الالتزام (Commit(C) .

(Wade & Worthington, 2005)

و في هذا الصدد نشير إلى الدراسات التي تناولت العفو :

دراسة (Toussaint & Jorgensen, 2008) بعنوان أثار القلق مدى الحياة على الصحة النفسية و الجسمية لدى المراهقين ، طُبِقَ مقياس العفو و مقياس القلق على (ن=١٤٨) و كشفت النتائج أنه يوجد ارتباط سلبي بين العفو و بين تدهور الصحة النفسية و العقلية، أى كلما قل العفو زاد تدهور الصحة الجسمية و النفسية ، و وجود ارتباط سلبي بين الأشخاص الأكثر عفواً و بين القلق و تدهور الصحة الجسمية و النفسية.

و عن دراسة (McIntyre, 2004) و التي هدفت الكشف عن العلاقة بين العفو و الصحة النفسية و الغضب و الطقوس الدينية لدى المراهقين ، فقد طُبِقَ مقياس العفو و مقياس الصحة النفسية و مقياس الغضب و الطقوس الدينية على عينة (ن=٨٨) مراهقاً ممن تتراوح أعمارهم من (١٦-١٨) عام ، و توصلت النتائج إلى أنه يوجد ارتباط إيجابي بين العفو و الصحة النفسية و الطقوس الدينية ، و يوجد ارتباط سلبي بين العفو و الغضب .

و للكشف عن العلاقة بين تقدير الذات و العفو بين المراهقين في سياق علاقات الصداقة طبق (Wernli, 2006) أدواته مقياس العفو و مقياس تقدير الذات على (ن=٢٠٠) مراهقاً ممن تتراوح أعمارهم بين (١٦-٢٢) عام ، و أظهرت النتائج أن لا توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات و العفو .

أما دراسة (Neto, Ferreira, & Pinto, 2006) فقد هدفت الكشف عن العلاقة بين العفو من الله و العفو عن الآخرين و بعض المتغيرات الدينية لدى المراهقين ، بُيّنَت النتائج أن وجود ارتباط ضعيف بين العفو عن الآخرين و بين التدين ، و وجود ارتباط قوى بين العفو من الله و بين التدين ، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العفو و العمر لصالح كبار السن .

و في دراسة (LaTurner, 2005) و التي هدفت الكشف عن أثار برنامج لتنمية العفو لخفض الانتقام و العدوان لدى المراهقين ، حيث كان برنامج مختصر لمدة ثلاث جلسات على العينة التجريبية (ن=١٢) من المدارس في وسط ولاية أنداينا و العينة الضابطة (ن=٤٥) طالب من المدارس في شمال غرب في ولاية أوهايو ، توصلت النتائج إلى إنخفاض كبير في مواقف الانتقام و العدوان لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة و زيادة المشاعر الإيجابية لدى المجموعتين.

أما عن العلاقة بين العفو و بين الشعور بالذنب و العمر، فقد تناولته دراسة (Leonard, Yung,

(2015, Cairns & ، على عينة من المراهقين ، و كشفت النتائج أن الأكبر عمراً أكثر عفواً من المراهقين ، و وجود علاقة قوية بين العفو و الشعور بالذنب .

المحور الثاني: الامتنان Gratitude:

الامتنان و المفاهيم المتداخلة: و من هذه المفاهيم ما يلي :
الشكر: و يعنى عرفان الإحسان و نشره، فهو مقابلة النعمة بالقول و الفعل و النية، الشكر يكون عن يد.

الحمد: نقيض الذم ، يكون عن يد و عن غير يد.

(صالح العلى الصالح وأمينه الأحمد، ١٤٠١هـ، ص١٣١:

٣٠٩)

الثناء و شكر النعمة.

العرفان: التقدير و الاعتراف و شكر صانعه. (احمد مختار عمر، ٢٠٠٨، ص٥٥٦-

١٤٨٦)

مكونات الامتنان: يصنف (1998) Fitzgerald أن الامتنان له ثلاثة مكونات :

١-الشعور بالتقدير تجاه شخص أو شيء ما.

٢-الشعور بحسن النية تجاه هذا شخص أو هذا الشيء.

٣- و التصرف بطريقة إيجابية تتبع من هذا التقدير. (Hoy, 2011, p.

22)

النظريات النفسية المفسرة للامتنان:

١-نظرية المشاعر الأخلاقية: أكد (1976) Adam Smith أن المشاعر الإنسانية وضعت لتزويد الأفراد بتوجيهات للحكم الأخلاقي و السلوك الأخلاقي ، و أقترح أن الامتنان من المشاعر الإجتماعية الأساسية، و يرى أن الامتنان هو احد الدوافع الرئيسية للسلوك الخيري ، و يرى أيضا ان من الممكن الشعور بامتنان لحيوان قدم خدمة لشخص، و يكون شعور الامتنان قوى عندما يقدم شخص ما خدمة لآخر دون إنتظار المقابل.

(McCullough, Emmons, Kilpatrick, & Larson, 2001, p. 250)

٢- النظرية الوجدانية المعرفية للامتنان: يفترض(1958) Heider أن الناس يشعرون بالامتنان عندما يلتقون فائدة من شخص ما ، و ان القصد المتصور من الفائدة هو العامل الأكثر أهمية فى تحديد شعور الشخص بامتنان بعد تلقى المنفعة، و يرى ايضا أن المواقف الذى يفرض فيها مقدم الخدمة على المتلقى الخدمة بان يكون ممتناً ، ذلك يؤدى إلى تأثير معاكس ، و ان الأشخاص

يفضلون ان يعزى امتنانهم إلى الدوافع الداخلية ، بدلاً من الدوافع الخارجية .

و اما نظرية(Ortony, Clore, and Collins (1988) ترى أن الوجدان هي نتاج نظام إدراكي (يتكون من المعايير و المواقف) التي تُشكل فهم الناس للأحداث التي تحدث لهم ، و ترى أن الامتتان هو مزيج من الأعجاب و الفرح الذي ينتج تجاه شخص مقدم خدمة ما، و يرى Lazarus (1994) ان الامتتان يأتي من الإحساس بحسن نية الآخرين و تقدير أعمالهم السخية الكريمة، و ان الامتتان نوع من العاطفة الإيجابية نتيجة تقدير خدمة ما مقدمة من شخص .

(McCullough, Emmons, Kilpatrick, & Larson, 2001, pp. 251-252)

٣- نظرية ألجو (Algoe theory): تركز هذه النظرية أن مشاعر الامتتان تجاه شخص ما (المحسن) تجعل الشخص (الممتن) على وعى و درايه بالسلمات ذات القيمة عند هذا الشخص المحسن. (Q'Connell , O'Shea , & Gallagher, 2016)

٤- نظرية العزو (Attribution Theory): أن الأشخاص الممتنين يميلون إلى الاعتراف بإحسان الآخرين في نتائجهم الإيجابية لا يعنى انهم يقللون من جهودهم ، و لكن يميزهم أنهم قادرون على تحديد عزوهم ليشمل مدى واسع من الأشخاص الذي يساهمون في رفاهيتهم .

(McCluogh , Emmons , & Tsang , 2002)

و فى هذا الصدد نشير إلى بعض الدراسات التي تناولت الامتتان :

تتاولت دراسة (Dlaz & Meixueiro, 2016) الكشف عن العلاقة بين الامتتان و الرضا عن الحياة لدى عينة من البالغين المكسيك ، طبق مقياس الامتتان و الرضا عن الحياة ، على (ن=١٢٠٠) (ن=٥٩١ إناث، ن=٦٠٩ ذكور) ممن تتراوح أعمارهم بين (١٨-٨٩)، و توصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المستوى الإقتصادي و بين الامتتان حيث كلما زاد دخل الأسرة زاد الامتتان والعكس صحيح ، فضلاً عن وجود علاقة إيجابية بين الامتتان و الرضا عن الحياة .

و دراسة (Khadim & Shahid, 2017) و التي هدفت الكشف عن علاقة الامتتان بكل من و الإيثار و الرفاهية النفسية بين المراهقين من الأردن ، طبق مقياس الامتتان و مقياس الإيثار مقياس الرفاهية النفسية ، على (ن=٢٠٠، ن=١٠٠ ذكور ، ن=١٠٠ إناث) ممن تتراوح أعمارهم بين (١٤-١٧)، فقد أشارت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين الامتتان و الإيثار و الرفاهية النفسية، و أن الامتتان و الإيثار منبئان بالرفاهية النفسية ، ولا يختلف الامتتان باختلاف النوع و توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث فى الرفاهية

النفسية لصالح الإناث.

و دراسة (Tulbure, 2015) و التي هدفت الكشف عن العلاقة بين الامتنان والاكنتاب و التدنين ، على(ن=١١٣) من البالغين الرومان ممن تتراوح أعمارهم بين(١٨-٦٨)، طُبِق مقياس الاكنتاب (DBI) و مقياس الاكنتاب(GQ-6) و مقياس التدنين ، و أظهرت النتائج وجود علاقة سلبية بين الاكنتاب وبين التدنين و الامتنان ، و وجود علاقة إيجابية بين التدنين و الامتنان.

و دراسة (Lai, 2014) التي هدفت الكشف عن تأثير الامتنان على الرفاهية النفسية ، على (ن=١٠٨، ن=٦٢ إناث، ن=٤٦ ذكور) طلاب جامعة ممن تتراوح أعمارهم بين (١٨-٣٦)، طُبِق مقياس الامتنان و مقياس الرفاهية النفسية، و أشارت النتائج ان لا يوجد تأثير للامتنان على الرفاهية النفسية .

و عن دراسة (Amin, Khalid, Ashraf, Khan, &Pervaiz, 2018) و التي هدفت تحديد العلاقة بين الامتنان و الثقة بالنفس لدى طلاب الجامعة ، على (ن=٦٠) ممن تتراوح أعمارهم بين (١٨-٢١)، طُبِق مقياس الامتنان (GQ-6) و مقياس الثقة بالنفس ، و توصلت النتائج على عدم وجود علاقة ارتباطية بين الثقة بالنفس و الامتنان ، و عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث فيما يتعلق بالامتنان و الثقة بالنفس.

و في نفس السياق تأتي دراسة (Browning, 2012) و التي هدفت تحديد العلاقة بين الرفاهية النفسية و بين الامتنان ، على (ن=١٢٢) طالب ماجستير و دكتوراه من الولايات المتحدة ، طُبِق ثلاثة مقاييس للامتنان و ثلاثة مقاييس للرفاهية النفسية ، و أشارت النتائج على وجود علاقة إيجابية بين الامتنان و الرفاهية النفسية، و أن الإناث اعلى امتنان من الذكور .

أما دراسة (Subandi, Achmad, Kurniati, & Febri, 2014) فقد هدفت تحديد العلاقة بين الامتنان و الأمل و التدنين بالنمو ما بعد الصدمة لدى عينة من الناجون من إنفجار جبل ميربي عام ٢٠١٠ في أندونيسيا ، على (ن=٩٠) ممن تتراوح أعمارهم بين (١٨-٥٥) ، طُبِق مقياس نمو ما بعد الصدمة و مقياس الامتنان و الأمل و التدنين ، و أشارت النتائج انه يمكن التدنين التنبؤ بالنمو ما بعد الصدمة و لا توجد علاقة بين الامتنان، و الأمل، و بين النمو ما بعد الصدمة .

و عن دراسة (Robustelli & Whisman, 2018) التي هدفت الكشف عن العلاقة بين الامتنان و الرضا عن الحياة في اليابان و الولايات المتحدة ، على (ن=٩٤٥) من الشباب و

== أ.د / حمدي محمد ياسين & أ.د/ وفاء محمد الحديني & الطالبة /دعاء عبد الرحمن سيد==

كبار السن ، طُبّق مقياسي (الامتتان و الرضا عن الحياة) ، و أسفرت النتائج عن وجود علاقة إيجابية بين الامتتان و الرضا عن الحياة ، وان مرتفعي المستوى الإقتصادي و الإجتماعي يكونون أكثر امتناناً من منخفضي المستوى الإقتصادي و الإجتماعي ، و وجود ان المشاركين من الولايات المتحدة اعلى امتتان و رضا عن الحياة من المشاركين اليابانيين ، و ان الإناث من الولايات المتحدة أكثر امتناناً من الذكور .

المحور الثالث: السعادة Happiness:

السعادة و المفاهيم المتداخلة: و من هذه المفاهيم ما يلي:

السُرور: هو لذة في القلب عند حصول نفع أو توقعه أو اندفاع ضرر وقيل حقيقة السُرور التلذذ وانشراح يحصل في القلب فقط من غير حصول أثره في الظاهر، وقيل هو حالة فسافية تعرض عند حصول شيء لذيق.

الخبور: الجمال والبهاء وأثر النعمة.

الهناء: ما أتاك بلا مشقة.

الرضا: العلم الواصل إلى القلب فإذا باشر القلب حقيقة العلم أداه إلى الرضا.

(هدى الزبير، ٢٠٠٤)

مكونات السعادة: يرى(١٩٩٥)Myers &Diener ان للسعادة ثلاثة مكونات هي :

وجود مشاعر إيجابية ، غياب المشاعر السلبية ، الرضا عن الحياة.

(عبد الله الحارثي، ٢٠١٥، ص٤٠)

النظريات النفسية المفسرة للسعادة:

١-نظرية التناقضات المتعددة Michalo's Multiple Discrepancies Theory:حيث

يفترض هذا التوجه ان الرضا عن الحياة هو ما لدى الفرد و ما يريد تحقيقه من الحياة .

٢-نظريةVeenhoven's Two Component Theory of Happiness:افترضت ان

السعادة هي التقدير الشامل عن حياة الفرد ككل .

3-نظرية النشاطActivity Theory: تنظر إلى السعادة بأنها نتاج ثانوي للأنشطة الهامة .

٤-نظرية من القمة إلى القاعThe Bottom-Down Theory:عندما يحكم الفرد على أن

حياته سعيدة فإنه يعبر عن وجهة نظر مشرقة و نظرة متفائلة لتراكم الخبرات الإيجابية المتركمة في حياته.

٥- النظرية الارتباطيةassociatiionistic theory:تركز هذه النظرية على المبادئ المعرفية

و الذاكرة، حيث يختلف الأفراد الذي يرون انفسهم سعداء عن غير السعداء نتيجة للأساليب

== المجلة المصرية لدراسات النفسية العدد ١٠٨ المجلد الثلاثون- يولية ٢٠٢٠ (١١٧)؛

المعرفية التي يستخدمونها . (Taylor, 1988, pp.

15-18)

و فى هذا الصدد نشير إلى بعض الدراسات التى تناولت السعادة:

و عن دراسة (Malekjah, 2004) فقد هدفت الكشف عن العلاقة بين السعادة و تقدير الذات فى ولاية كاليفورنيا ، على (ن=101، 83 إناث ، 17 ذكور) من طلاب الجامعة ممن تتراوح أعمارهم بين (18-40) عام، طُبِق مقياسي (مقياس اكسفورد للسعادة (OHQ) ، و مقياس تقدير الذات) ، و أسفرت النتائج عن وجود علاقة إيجابية بين السعادة و تقدير الذات .

و دراسة (Francis, Robbins, & White, 2003) و التى هدفت تحديد العلاقة بين الدين و السعادة فى الولايات المتحدة ، على (ن=89) طالباً، ممن تتراوح أعمارهم بين (20-21) عاماً، طُبِق عليهم مقياسي (مقياس اكسفورد للسعادة (OHQ) ، و مقياس التدين) ، و اسفرت النتائج عن وجود علاقة إيجابية بين السعادة و التدين.

و عن دراسة (Batik, Bingöl, Kodaz, & Hosoglu, 2017) و التى هدفت الكشف عن العلاقة بين العفو و السعادة فى تركيا، على (ن=828) طالب جامعي، متوسط أعمارهم (20) عاماً، طُبِق عليهم مقياسي (العفو و السعادة)، و أشارت النتائج إلى وجود علاقة ضعيفة بين العفو و السعادة ، و ان لا يختلف العفو و السعادة باختلاف النوع و الإقامة .

كما هدفت دراسة (Langevin, 2013) بيان العلاقة بين السعادة و الأداء الاكاديمي فى أمريكا ، على (ن=78) طلاب جامعة ، ممن تتراوح أعمارهم بين (20-40) عام ، طُبِق عليهم مقياسي (مقياس اكسفورد للسعادة (OHQ) ، و مقياس الأداء الاكاديمي) ، اسفرت النتائج ان لا توجد علاقة بين السعادة و الإنجاز الاكاديمي .

و حول الهدف ذاته اجرى دراسة (Barber, 2010) و التى هدفت تناول العلاقة بين السعادة و الأداء الاكاديمي لدى طلاب الجامعة الامريكان، على (ن=139) ، ممن تتراوح أعمارهم بين (18-53) عام ، طُبِق مقياسي (مقياس اكسفورد للسعادة (OHQ) ، و مقياس الأداء الاكاديمي)، و اسفرت النتائج عن وجود علاقة إيجابية بين السعادة و الأداء الاكاديمي .

و عن دراسة (Ali & Bozorgi, 2016) و التى هدفت تحديد العلاقة بين السلوك الإيثاري و الشعور التعاطفي و المسؤولية الإجتماعية بالسعادة لدى طلاب جامعة آزاد الإسلامية، على (ن=300) ممن تتراوح أعمارهم (18-44) عام، طُبِق عليهم مقياس (السلوك الإيثاري، و الشعور التعاطفي، و المسؤولية الإجتماعية، و مقياس اكسفورد للسعادة (OHQ))،

== أ.د. / حمدي محمد ياسين & أ.د. / وفاء محمد الحديني & الطالبة / دعاء عبد الرحمن سيد ==

فقد اشارت النتائج عن وجود علاقة إيجابية بين السلوك الإيثاري و الشعور التعاطفي و المسئولية الإجتماعية بالسعادة.

و في نفس السياق كانت دراسة (Abdel-Khalek, 2013) و التي هدفت إلى تناول العلاقة بين التدين و الصحة و السعادة و الرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين القطريين ، على (ن=372) يتراوح متوسط أعمارهم (١٥) عام، طُبِق عليهم مقياس (التدين ، و الصحة ، و السعادة، و الرضا عن الحياة)، أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين التدين و الصحة و السعادة و الرضا عن الحياة.

اما دراسة (Siahpush, Spittal, & Singh, 2008) و التي هدفت بيان تأثير السعادة و الرضا عن الحياة على الصحة لدى الأمريكان ، على (ن=9981)، ممن تتراوح أعمارهم (١٨) فيما فوق ، طُبِق مقياس (السعادة ، و الرضا عن الحياة)، و أشارت النتائج ان الأكثر سعادة هم اكثر رضا عن الحياة و أفضل صحة.

و عن دراسة (Karduz, Firdevs, & Saricam, 2018) و التي هدفت الكشف عن العلاقة بين العفو و السعادة و الانتقام لدى طلاب الجامعة في تركيا ، على (ن=330، ١٦٧) إناث، ١٦٣ ذكور) ، ممن تتراوح أعمارهم بين (٢٢-٣٩) ، طُبِق مقياس (العفو ، و مقياس اكسفورد للسعادة (OHQ)، الانتقام)، و اشارت النتائج عن وجود علاقة سلبية بين الانتقام وبين العفو و السعادة، و وجود علاقة إيجابية بين العفو و السعادة .

وفيما يتصل بدراسة (Maltby, Day, & Barber, 2005) التي هدفت تحديد العلاقة بين العفو و السعادة لدى طلاب الجامعة في الولايات المتحدة ، على (ن=224)، ممن تتراوح أعمارهم بين (١٨-٥٦) عام ، طُبِق مقياس (العفو ، و اكسفورد للسعادة (OHQ)) و اظهرت النتائج وجود علاقة ضعيفة بين العفو و السعادة .

فروض الدراسة: يتم صياغتها في ضوء أسئلة الدراسة و أهدافها و نتيجة تحليل الدراسات السابقة كما يلي :

١- الامتتان و السعادة منبئان اساسيان للعفو لدى طلبة الجامعة.

٢- يتباين كل من (العفو ، الامتتان ، السعادة) بتباين المتغيرات الديموجرافية.

منهج الدراسة وإجراءاتها :

اولاً: **منهج الدراسة:** اعتمدت هذه الدراسة على "المنهج الوصفي الإرتباطي" ، لكونه أكثر موائمة لتحقيق أهداف الدراسة و الإجابة على أسئلتها و التحقق من فروضها من خلال الفنيات

== المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٨ المجلد الثلاثون - يولية ٢٠٢٠ (١١٩)؛

السيكومترية التي تم تفصيلها بما يتناسب مع العينة في ضوء المتغيرات المختارة ، كتحديد مستوى العفو ، و الامتنان و السعادة لدى طلبة الجامعة ، و الكشف عن الفروق في العمر و النوع و المستوى الإقتصادي و الإجتماعي لطلبة الجامعة على متغيرات الدراسة (العفو و الامتنان و السعادة)، و تحديد مدى إسهام هذه المتغيرات في التنبؤ بالعفو لدى عينة الدراسة .
ثانياً: خصائص العينة و منطق إختيارها: تتكون عينة الدراسة (ن=١٠٤) من طلبة الجامعة .

جدول (١) وصف العينة السيكومترية

المتغيرات	العدد(ن)	النسبة المئوية %
العمر	٢١-١٩	76.9
	٢٤-٢٢	23.1
النوع	ذكور	50.0
	إناث	50.0
المستوى الإقتصادي و الإجتماعي	أقل من متوسط	49.0
	أعلى من متوسط	51.0

مبررات إنتقاء العينة في ضوء الخصائص السابقة : للأسباب التالية :

- ١- يقدر عدد العينة (١٠٤) لجمع البيانات الديموجرافية و التحقق من الكفاءة السيكومترية ، لأدوات الدراسة ، و الإجابة على الأسئلة ، و التحقق من الفروض .
- ٢- تضمنت العينة ذكور و إناث ، و أعمار مرتفعة و منخفضة ،تضمنت ايضا مرتفعي و منخفضي المستوى الإقتصادي و الإجتماعي لحسم الجدول بين نتائج الدراسات السابقة حول وجود فروق أو عدم وجود فروق تعزى للنوع ، و العمر ، و المستوى الإقتصادي و الإجتماعي لحسم الجدول بين نتائج الدراسات السابقة، حيث نجد دراسة (Taysi&Orcan, 2017) فقد توصلت إلى أن العفو يختلف باختلاف (الأطفال و المراهقين)، و أن مستوى العفو يزداد لدى الأطفال مقارنة بالمراهقين، كما توصل (Wernli, 2001) إلى أن العفو لا يختلف باختلاف النوع و العمر، كما بينت نتائج دراسة (Duncan, 2008) أن الأكبر سناً يتميزون بمستويات عالية من العفو، و لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النوع و المستوى الإقتصادي و الإجتماعي في متغير العفو، و التوافق الزوجي، نجد دراسة (Kirmani, 2015) و التي أظهرت نتائجها أن الإناث أكثر امتنان و عفو من الذكور ، و دراسة (Dlaz & Meixueiro, 2016) التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المستوى الإقتصادي و بين الامتنان حيث كلما زاد دخل الأسرة زاد الامتنان والعكس صحيح، و في نفس السياق تأتي دراسة (Chopik, Newton, Ryan, Kashdan, & Jarden, 2017) هدفت إلى معرفة تأثير الامتنان و الرفاهية النفسية عبر العمر ، و أسفرت النتائج ان الامتنان يرتفع عند كبار السن

== أ.د. / حمدي محمد ياسين & أ.د. / وفاء محمد الحديني & الطالبة / دعاء عبد الرحمن سيد ==

أكثر من فئة منتصف العمر و فئة سن المراهقة ، و أن الإناث أكثر امتنان من الذكور، كما كشفت دراسة (Malekjah, 2004) أن لا توجد فروق تعزى لمتغير النوع و العمر و المستوى الإقتصادي و الإجتماعي في الامتتان.

أدوات الدراسة: و تتضمن ما يلي:

أولاً: أدوات تحقيق التجانس: هي الأدوات التي يقصد بها ضبط العوامل الدخيلة، نوضحها فيما يلي:

١- قائمة المستوى الإقتصادي و الإجتماعي :تم تصميم قائمة المستوى الإقتصادي و الإجتماعي و تقديمها للمكاتب كأداة حديثة تناسب ظروف المجتمع و تركيبته الإقتصادي و الإجتماعي و ذلك لحساب التجانس بين أفراد العينة ، نظراً لأهمية المستوى الإقتصادي و الإجتماعي كمتغير ديموجرافي و دوره في خلق فروق و علاقات بين المتغيرات النفسية ، و قد تم الإطلاع على بعض الدراسات السابقة، و المقاييس، لبناء قائمة تحديد المستوى الإقتصادي و الإجتماعي، و العمل على تحليل مضمونها و الكشف عن مكوناتها و قد تم بناء القائمة مروراً بعدة مراحل تمثلت في الإطلاع على البحوث و الدراسات السابقة : التي تضمنت المستوى الإقتصادي و الإجتماعي المرتبط بمستوى العفو و الامتتان و السعادة لدى أفراد العينة، و من ثم الإطلاع على ما أتيج من القوائم السابقة و تحليل مضمونها، و الكشف عن مكوناتها، و قد تم إضافة بعض الأسئلة، ثم تحكيم القائمة من خلال عرضها على متخصصين في علم النفس، فقد طلب من المحكمين إبداء ملاحظاتهم حول قدرة كل فقرة على قياس المكون ، و بالتالي تم تعديل بعض المفردات لتصبح أكثر وضوحاً و ملائمة ، كما تم إضافة بعض المفردات التي من شأنها إثراء القائمة ، كما تم حذف بعض المفردات لعدم ملائمتها ، و من ثم أصبحت القائمة في صورتها النهائية، ثم تصحيح القائمة : توجد امام كل عبارة عدة بدائل للأجابة ، و تم تصحيح القائمة وفقاً لتلك البدائل ، و تشير الدرجة المرتفعة على ارتفاع المستوى الإقتصادي و الإجتماعي لدى افراد العينة و العكس صحيح ، و لا يوجد وقت محدد للإجابة على بنود هذه القائمة.

التحقق من الكفاءة السيكومترية : تم التحقق من الكفاءة السيكومترية على النحو التالي :

١- ثبات القائمة : تم حساب ثبات المقياس بأكثر من طريقة ، و يمكن توضيح ذلك فيما يلي :

١- معامل الثبات باستخدام الفا لكرنباخ ، و قد بلغت قيمته (٠,٦٧٦).

٢- معامل الثبات باستخدام التجزئة النصفية ، و بلغت قيمته (٠,٧٤٤) .

و بالنظر لقيم معامل الثبات بطرقتي الفا لكرنباخ و التجزئة النصفية يتضح أن القائمة تتمتع

== المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٨ المجلد الثلاثون - يولية ٢٠٢٠ (١٢١)؛

بمعامل ثبات مرتفع وهذا يؤكد على صلاحيتها في قياس و تحديد المستوى الإقتصادي و الإجتماعي.

٢- صدق القائمة : و قد تم التحقق من الصدق بطريقتين مختلفتين :

١- صدق المحكمين (الصدق الظاهري): يعد صدق المحكمين من طرائق الصدق الهامة و التي يصعب الإستغناء عنها ، و لذلك فقدتم عرض القائمة فى صورتها الأولية على مجموعة من أساتذة و خبراء علم النفس ، و بناء على ما أبدوه من ملاحظات أخذت جميعها فى الاعتبار ، و فى ضوء ذلك تصبح القائمة صادقة من وجهة نظر المحكمين.

ب- الصدق المنطقي (صدق البناء): و يعنى حسن تمثيل المقياس للظاهرة موضوع القياس ، ولقد تم اختيار قائمه المستوى الإقتصادي و الإجتماعي من خلال الأطر النظرية المعنية، والإستفاده من الإستبانات والقوائم السابقه،بالإضافة إلى تعديل و حذف بعض بنود هذه القائمة بما يتناسب مع طبيعة الدراسة و خصائص العينة وهذا بمجمله يضيف صدقاً للمفردات التي تكونت من الروافد التي تم الإطلاع عليها، وتصبح القائمة صادقه من حيث محتواها.

ثانياً : الأدوات التشخيصية (السيكومترية):

اولاً: مقياس العفو : تم إعداده بهدف توفير مقياس يلائم طلبة الجامعة، و خصائصهم المختلفة ، بالإضافة إلى اثناء مكتبة القياس النفسى ، بمقاييس جديدة مستمدة من البيئة و الثقافة العربية، و تم إعداده وفق المراحل التالية:

المرحلة الأولى:تم إستقراء و حصر الأدبيات السيكولوجية و الأطر النظرية المعنية بالعفو بشكل عام ، و ذلك بهدف معرفة وجهات النظر المختلفة في تفسير هذه الظاهرة النفسية ، و التوصل إلى فهم عميق لمضمون هذا المفهوم ، و ذلك للوقوف على تعريف إجرائى خاص به يُمكننا من ملاحظته و قياسه.

المرحلة الثانية:التي تضمنت تحديد مكونات المقياس ، و تم ذلك عن طريق عدة مصادر تمثلت فى ، تطبيق إستبانته مفتوحة على عدد من أساتذة علم النفس اللذين طُلب منهم تحديد مضمون و مكونات مفهوم العفو ، و السمات و السلوكيات التي يتميز بها الشخص العفو ، فضلاً على مراجعة مقاييس العفو على المستويين العربى و الأجنبى لدراسة مكوناتها والإستفاده منها فى إعداد المقياس .

المرحلة الثالثة: فى ضوء تحليل نتائج المرحلتين السابقتين تم تحديد مكونات المقياس فى ثلاثة مكونات(الإستجابة الوجدانية -الإستجابة المعرفية - الإستجابة السلوكية)، كما تم صياغة كل مكون مع مراعاة شروط صياغة البنود ؛ فقد تمت الصياغة بلغة عربية واضحة ، و سهلة ،

== أ.د. / حمدي محمد ياسين & أ.د. / وفاء محمد الحديني & الطالبة / دعاء عبد الرحمن سيد ==

بعيدة عن النفي والإيجاب ، و تضمنت الصورة الأولية للمقياس (٣٥ بنداً) .
المرحلة الرابعة :تحديد بدائل الإستجابة من خلال مراجعة المقاييس السابقة المعنية بتقدير العفو
تم إختيار بدائل الإستجابة الثلاثة (موافق ، محايد ، غير موافق) بوصفها الأنسب لعينة الدراسة
،و ذلك لان شكل الإستجابة الرباعي او الخماسي يؤدي إلى تشتت المفحوص نظراً لكثرة البدائل
المفتوحة أمامه، في حين أن الأختيارين (نعم ، لا) يجعل المفحوص مقيد بإختيار واحدة منهما و
ذلك على غير رغبته.

المرحلة الخامسة: تحكيم المقياس :تم عرض المقياس على (ن=٥) من خبراء علم النفس ، و قد
اسفر التحكيم عن عدة نتائج من أهمها انه تم الإتفاق على البنود التي اجمع عليها المحكمين ، و
تعديل و حذف بعض البنود، ليتكون المقياس في صورته النهائية من (٣٠) عبارة موزعة على
ثلاثة مكونات.

المرحلة السادسة:التحقق من الكفاءة السيكومترية، و سنوضح ذلك فيما يلي :
اولاً: ثبات المقياس :تم حساب ثبات المقاس باستخدام طرفتي (الفا لكرونباخ- التجزئة
النصفية)و يمكن توضيح ذلك فيما يلي :

جدول(٢) طرق حساب معاملات ثبات مقياس العفو (ن=١٠٤)

طريقي حساب الثبات	معاملات ثبات الفا لكرونباخ	معاملات ثبات التجزئة النصفية بعد التصحيح
المقياس و مكوناته		
الإستجابة الوجدانية	٠,٧٢١	٠,٦٢٦
الإستجابة المعرفية	٠,٦٢٢	٠,٦٠٦
الإستجابة السلوكية	٠,٥٩٠	٠,٤٨٢
الدرجة الكلية للمقياس	٠,٨٣٥	٠,٦٦٨

و يلاحظ من الجدول السابق انه معاملات ثبات المقياس ككل و مكوناته بطريقة الفا لكرونباخ
قد تراوحت بين (٠,٥٩٠-٠,٨٣٥)، بينما تراوحت قيم معاملات الثبات باستخدام طريقة التجزئة
النصفية بعد التصحيح بين (٠,٤٨٢-٠,٦٦٨)، و ان معاملات ثبات المقياس ككل تراوحت بين
(٠,٦٦٨-٠,٨٣٥) ؛ مما يعني أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات مرتفع.

ثانياً: صدق المقياس: تم التحقق منه عن طريق صدق المحكمين و سبقت الإشارة إليه في
المرحلة الخامسة من مراحل بناء المقياس ، كما تم حساب صدق البناء و التكوين : و يقصد به
مدى تمثيل المقياس للظاهرة التي يضطلع لقياسها، و لتحقيق هذا النوع من الصدق فقد تمت
صياغة بنود المقياس و عباراته في ضوء تحليل و دراسة المقاييس التي اعدت لقياس العفو ، و

المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٨ المجلد الثلاثون- يولية ٢٠٢٠ (١٢٣)؛

كذلك فى ضوء توصيف الأطر النظرية و الكتابات السيكولوجية المتعلقة بالمغبر موضوع الدراسة ، و التى سبق الإشارة إليه.

ثانياً : مقياس الامتنان: و قد تم إعداده من قِبل الباحثين ، بهدف توفير مقياس يلائم عينة الدراسة (طلبة الجامعة) ، بكل ما تنطوى عليه من خصائص معرفية و وجدانية و سلوكية تميزها عن غيرها من عينات، بالإضافة إلى إثراء مكتبة القياس النفسى بمقاييس جديدة مستمدة من البيئة و الثقافة العربية ، و يتكون المقياس من (٣٣) عبارة وزعت على ثلاثة مكونات فرعية تشير لها متبوعة بتعريفاتها الإجرائية.

الإستجابة المعرفية: وجود أفكار إيجابية مثل(حسن النية - الدوافع الأخلاقية الإيجابية - التقدير لأفعال الآخرين)،

الإستجابة الوجدانية: وجود مشاعر إيجابية مثل (الشعور بإحسان الآخرين - الرضا - السعادة - التعاطف - الأمل - الرحمة - الشعور بكرم الآخرين - العفو - الشعور بالرخاء - الرفاهية).

الإستجابة السلوكية: وجود سلوكيات إيجابية مثل(تقديم الشكر للآخرين - الإعتراف بالجميل - التدين - الامتنان للآخرين).

و قد تم تحديد بدائل الإستجابة من خلال مراجعة المقاييس السابقة المعنية بتقدير الامتنان تم إختيار بدائل الإستجابة الثلاثة(دائماً، أحياناً، أبداً) بوصفها الأنسب لعينة الدراسة ، و قد تم حساب الخصائص السيكومترية للمقياس من خلال حساب الثبات نوضحها فيما يلى :

أولاً: ثبات المقياس : تم حسابه عن طريق معامل الفا لكرونباخ و نوضح ذلك فى الجدول (٣):

جدول(٣) طرق حساب معاملات ثبات مقياس الامتنان(ن=١٠٤)

معاملات ثبات التجزئة النصفية بعد التصحيح	معاملات ثبات الفا لكرونباخ	طريقتى حساب الثبات
٠,٤٩٥	٠,٤٦٥	المقياس و مكوناته
٠,٧٠٦	٠,٥٠٢	الإستجابة المعرفية
٠,٧١٢	٠,٦٠٢	الإستجابة الوجدانية
٠,٦٦٣	٠,٧٦٧	الإستجابة السلوكية
		الدرجة الكلية للمقياس

== أ.د / حمدي محمد ياسين & أ.د/ وفاء محمد الحديني & الطالبة /دعاء عبد الرحمن سيد==

ويلاحظ من الجدول (٣) انه بلغ معامل الثبات (٠,٧٦٧)، و كذلك عن طريق التجزئة النصفية و بلغ معامل الثبات (٠,٦٦٣) للمقياس ككل ، مما يعنى ان المقياس يتمتع بمعامل ثبات جيد.

ثانياً: صدق المقياس: تم التحقق منه عن طريق صدق المحكمين ، و كذلك صدق البناء و التكوين (و قد سبق الإشارة إليه): و يقصد به مدى تمثيل المقياس للظاهرة التي يضطلع لقياسها، و لتحقيق هذا النوع من الصدق فقد تمت صياغة بنود المقياس و عباراته فى ضوء تحليل و دراسة المقاييس التي اعدت لقياس الامتتان ، و كذلك فى ضوء توصيف الأطر النظرية و الكتابات السيكلوجية المتعلقة بالمتغير موضوع الدراسة ، و التي سبق الإشارة إليه.

ثالثاً: مقياس السعادة :و قد تم إعداده من قِبل الباحثين ، بهدف توفير مقياس يلائم عينة الدراسة طلبة الجامعة، بكل ما تتطوى عليه من خصائص معرفية و وجدانية و سلوكية تميزها عن غيرها من عينات، بالإضافة إلى إثراء مكتبة القياس النفسى بمقاييس جديدة مستمدة من الثقافة العربية ، و يتكون المقياس من (٣٤) عبارة وزعت على ثلاثة مكونات فرعية تشير لها متنوعة بتعريفاتها الإجرائية:

الإستجابة المعرفيه:- إستجابة الفرد للأفكار الإيجابية التي تتمثل فى (التوقعات الإيجابية - تقدير الحياة - كفاءة الذات-الحكمة- تقدير الذات - ادراك الإيجابيات).

الإستجابة الوجدانية :- إستجابة الفرد للمشاعر الإيجابية التي تتمثل فى(الرضا عن الحياة- الفرح - البهجة - الطمأنينة - السرور- الحب -الامتتان- الانشراح- التعاطف - العفو - الرفاهية - الهناء- السكينة -الأمن - التدين - الثقة بالنفس - الأمل - النفاؤل - الايثار).

الإستجابة إجتماعية:- إستجابة الفرد للسلوكيات الإجتماعية المتمثلة فى (العلاقات الإيجابية مع الآخرين - التفاعل الإجتماعى— تقبل الآخر - التواصل الفعال- الكفاءة الاجتماعية - الدعم الإجتماعى).

و قد تم تحديد بدائل الإستجابة من خلال مراجعة المقاييس السابقة المعنية بتقدير السعادة تم إختيار بدائل الإستجابة الثلاثة(نعم، احياناً، لا) بوصفها الأنسب لعينة الدراسة ، و قد تم حساب الخصائص السيكلومترية للمقياس من خلال حساب الثبات نوضحها فيما يلى :

اولاً : ثبات المقياس :تم حسابه عن طريق معامل الفا لكرونباخ ، و نوضح ذلك فى جدول (٤) :

جدول (٤) طرق حساب معاملات ثبات مقياس السعادة (ن=١٠٤)

معاملات ثبات التجزئة النصفية بعد التصحيح	معاملات ثبات الفا لكترونياخ	طريقتى حساب الثبات
٠,٦٩٨	٠,٧٢٢	المقياس و مكوناته
٠,٦٦٧	٠,٦٥٤	الإستجابية المعرفية
٠,٧١٨	٠,٧١٦	الإستجابية الوجدانية
٠,٨٢١	٠,٨٦٢	الإستجابية الإجتماعية
		الدرجة الكلية للمقياس

و يلاحظ من الجدول السابق انه بلغ معامل الثبات (٠,٨٦٢)، و كذلك عن طريق التجزئة النصفية و بلغ معامل الثبات (٠,٨٢١) للمقياس ككل ، مما يعنى ان المقياس يتمتع بمعامل ثبات جيد.

ثانياً: صدق المقياس: تم التحقق منه عن طريق صدق المحكمين ، و كذلك صدق البناء و التكوين : و يقصد به مدى تمثيل المقياس للظاهرة التى يضطلع لقياسها، و لتحقيق هذا النوع من الصدق فقد تمت صياغة بنود المقياس و عباراته فى ضوء تحليل و دراسة المقاييس التى اعدت لقياس السعادة ، و كذلك فى ضوء توصيف الأطر النظرية و الكتابات السيكلوجية المتعلقة بالمتمغير موضوع الدراسة ، و التى سبق الإشارة إليه.

نتائج الدراسة و مناقشاتها على النحو التالى :

الفرض الأول و نصه: "الامتحان و السعادة منبئان اساسيان للعفو لدى طلبة الجامعة" و للتحقق من صحة الفرض عُولجت إستجابيات العينة (ن=١٠٤) بإستخدام معامل الإنحدار الخطى المتعدد Multiple Linear Regression و نوضح ذلك فى الجدول (٥):

جدول (٥) نتائج تحليل الانحدار للمتغيرات الامتحان و السعادة المنبئة بالعفو

المتغير التابع	المتغير المستقل	معامل الانحدار (B)	معامل الانحدار القياسى (Beta)	قيمة "t"	مستوى الدلالة	معامل الارتباط (R)	معامل التحديد R-Square	قيمة "F"	مستوى الدلالة
العفو	الامتحان	.261	.179	1.627	.107	.315	.100	5.581	.005
	السعادة	.180	.184	1.679	.096				
	ثابت الانحدار	٢٥,٥٢٠	---	2.176	.032				

يلخص الجدول السابق نموذج الانحدار المتعدد بطريقة Enter ، و يتضح من هذا الجدول أن مربع معامل الارتباط (معامل التحديد R-Square) يساوى (٠.١٠٠) و هو يمثل

== أ.د. / حمدي محمد ياسين & أ.د. / وفاء محمد الحديني & الطالبة / دعاء عبد الرحمن سيد ==

نسبة التباين المفسر في درجات المتغيرات المستقلة بواسطة المتغير التابع ، وهذا يعني ان (الامتنان و السعادة) يفسران ١٠% من التباين الكلي في درجات المتغير التابع (العفو) و هي قيمة (منخفضة) من التباين المفسر بواسطة المتغيرات المستقلة، فقد بلغت قيمة "t" لمعامل تنبؤ العفو من خلال الامتنان (١,٦٢٧) ومن خلال السعادة (١,٦٧٩) و هي غير دالة إحصائياً.

و في ضوء ما تقدم فإن هذا الفرض لم يتحقق ، و انه لا يمكن التنبؤ بالعفو من خلال الامتنان و السعادة على عينة الدراسة ، تتفق هذه النتيجة مع دراسة (Safaria, 2014) أشارت إلى عدم وجود علاقة بين العفو و السعادة، و دراسة (Batik, Bingöl, 2017) أشارت النتائج إلى وجود علاقة ضعيفة بين العفو و السعادة، في حين تأتى دراسة (Maltby, Day, & Barber, 2005) و التي أظهرت وجود علاقة ضعيفة بين العفو و السعادة، و دراسة (Uysal & Satıcı, 2014) فقد أظهرت النتائج أن السعادة توسطت جزئياً في العلاقة بين الانتقام و العفو ، و مع ذلك السعادة لم تخفض من الارتباط السلبي بين العفو و الانتقام ، و وجود علاقة سلبية بين العفو و السعادة و الانتقام، في حين اختلفت نتائج هذا الفرض مع دراسة كل من دراسة (Datu, 2014) و توصلت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية قوية بين الامتنان و العفو و بين الرفاهية النفسية ، و الامتنان و العفو كمنبئان للرفاهية النفسية، اما دراسة (Kumari & Madnawat, 2016) و كشفت النتائج عن وجود علاقة قويه إيجابية بين الامتنان و العفو و بين الرفاهية، و عن دراسة (Toussaint & Friedman, 2008) و أسفرت النتائج عن وجود ارتباط قوى بين العفو و الامتنان و الرفاهية، دراسة (Karduz, Firdevs, & Saricam, 2018) و أسفرت النتائج عن وجود علاقة سلبية بين العفو و الانتقام ، كما توجد علاقة إيجابية بين العفو و السعادة .

الفرض الثاني و نصة: "يتباين كل من (العفو ، الامتنان ، السعادة) بتباين المتغيرات الديموجرافية (العمر ، النوع ، المستوى الإقتصادي و الإجتماعي).

و من هذا الفرض تتفرع الفروض الفرعية التالية :

١- تتباين كل من (العفو ، الامتنان ، السعادة) بتباين (العمر).

== المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٨ المجلد الثلاثون - يولية ٢٠٢٠ (١٢٧)؛

للتحقيق من هذا الفرض تمت معالجة إستجابات العينة على اختبار (ت) للعينتين المسينقتين، والجدول التالي يبين نتائج هذه المعالجة:

جدول (٦) قيمة (ت) لدلالة الفروق وفقاً للفئة العمرية

من (19-21) عام ، و من (22-24) عام بصدد متغيرات الدراسة

القيم الإحصائية المتغيرات	الفئة العمرية بالعام	العدد ن	المتوسط م	الإحراف المعياري (ع)	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	حجم التأثير
العفو	21-19	80	61.85	9.898	.٠٤٥	.٩٦٤	.000 ضعيف
	24-22	24	61.75	7.958			
الامتحان	21-19	80	84.25	5.995	٨٢٨،	.٤١٠	.007 ضعيف
	24-22	24	83.00	7.951			
السعادة	21-19	80	80.21	9.721	.٤٤٥	.٦٥٧	.002 ضعيف
	24-22	24	79.21	9.605			

يتضح من الجدول السابق انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى إختلاف العمر ،سواء في متغير العفو، و الامتحان، و السعادة ، فقد بلغت قيمة "ت" للعفو (٠.٠٤٥)، و بلغت قيمة "ت" للامتحان (٠.٨٢٨)، و ايضاً بلغت قيمة "ت" للسعادة (٠.٤٤٥) و يلاحظ أنها جميعاً غير دالة إحصائياً و هذا يعني انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الفئات العمرية الفئة الأولى (١٩-٢١) و الفئة الثانية (٢٢-٢٤) على مقياس كُلى من (العفو ، و الامتحان، و السعادة)، و عليه فإن كل من (العفو، و الامتحان، و السعادة) لا يختلف بإختلاف العمر لدى عينة الدراسة.

اولاً: لا يختلف العفو بإختلاف الفئات العمرية، نلاحظ ان هذه النتيجة تتفق مع دراسة كُلى من (Orcutt, 2006)؛ (Taysi & Orcan, 2017)؛ (Russell, 2013)؛ (سيد البهاص، ٢٠٠٩)؛ (Wernli, 2001)؛ (كنز منصور، ٢٠١٦)، و هذه النتائج تتعارض مع النموذج السيكلوجى الذى يوضح ان الاتجاه إلى العفو يتضح من بداية مرحلة المراهقة و يستمر حتى مرحلة الشيخوخة و أن الأفراد الأكبر سناً يكونون أكثر ميلاً للعفو و اقل ميلاً للإنتقام مقارنة بالأصغر سناً .
(عاطف الحسينى ، ٢٠١٣)

فى حين اختلفت نتائج هذا الفرض مع دراسة كُلى من (Lawler-Row & Piferi,

== أ.د / حمدي محمد ياسين & أ.د/ وفاء محمد الحديني & الطالبة /دعاء عبد الرحمن سيد==

2006؛(Mugrage, 2014)؛ (Duncan, 2008)؛ (Boone , 2017) و قد توصلت هذه الدراسات إلى أن العفو يختلف باختلاف الفئات العمرية.

ثانياً: لا يختلف الامتحان باختلاف الفئات العمرية، نلاحظ ان هذه النتيجة تتفق مع دراسة كل من دراسة (Kashdan, Mishra, ؛ (Wood, Maltby, Stewart, & Joseph, 2008) ؛ (Breen, & Froh, 2009) ، في حين اختلفت نتائج هذا الفرض مع دراسة كل من (Chopik ، (Newton, Ryan, Kashdan, & Jarden, 2017) التي توصلت إلى أن الامتحان يختلف باختلاف الفئات العمرية.

ثالثاً: لا تختلف السعادة باختلاف الفئات العمرية، نلاحظ ان هذه النتيجة تتفق مع دراسة كل من (Malekjah, 2004) ؛ (Abbasi, Timareh, Ziapour, & Kianipour, 2018) ؛ (Moljord, Eriksen, Moksnes, & Espnes, 2011) ، في حين اختلفت نتائج هذا الفرض مع دراسة (Langevin, 2013) التي توصلت إلى أن السعادة تختلف باختلاف الفئات العمرية.

٢- تتباين كل من (العفو، الامتحان، السعادة) بتباين (النوع).

للتحقيق من هذا الفرض تمت معالجة إستجابات الذكور و الإناث على اختبار(ت)للعينتين المسيقتين، والجدول التالي يبين نتائج هذه المعالجة:

جدول (٧) قيمة (ت) لدلالة الفروق بين الذكور و الإناث، بصدد متغيرات الدراسة

القيم الإحصائية	النوع	العدد ن	المتوسط م	الإحتراف المعياري (ع)	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	حجم التأثير
العفو	ذكور	52	60.17	8.886	-1.804	.074	.031 ضعيف
	إناث	52	63.48	9.787			
الامتحان	ذكور	52	83.44	6.521	-.816	.416	.006 ضعيف
	إناث	52	84.48	6.455			
السعادة	ذكور	52	79.60	10.271	-.405	.687	.002 ضعيف
	إناث	52	80.37	9.086			

بقراءة القيم الإحصائية الواردة في الجدول أعلاه نستخلص انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى إختلاف النوع ، سواء في متغير العفو ومتغير الامتحان ومتغير السعادة ، فقد بلغت قيمة "ت" للعفو (-1.804)، و بلغت قيمة "ت" للامتحان (-.٨١٦)، و ايضاً بلغت قيمة "ت" للسعادة (-.٤٠٥)، وان جميع القيم السابقة غير دالة إحصائياً، و هذا يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات (الذكور و الإناث) على مقياس كل من (العفو و

الامتنان و السعادة)، و عليه فإن كل من (العفو و الامتنان و السعادة) لا يختلف باختلاف النوع بصدد عينة الدراسة .

اولاً: لا يختلف العفو باختلاف النوع، نلاحظ ان هذه النتيجة تتفق مع دراسة كل من؛(كنز منصور، ٢٠١٦)؛(Toussaint & Webb, 2005)؛(Berry, Thompson, et al., 2005)؛(Wernli, 2001)؛(Worthington, Parrott, O'Connor, & Wade, 2001)؛(Russell, 2013)؛ (Duncan, 2008).

اصل الأخلاق أحكام مطلقة لا تختلف باختلاف الجنس، و يستوى في هذا الأمر الذكر و الأنثى، و على هذا المبدأ انزل الله شريعته ، حيث قال في كتابة : ﴿ فَاسْتَجَابَ لَهُمْ رَبُّهُمْ أَنِّي لَا أُضِيعُ عَمَلَ عَامِلٍ مِنْكُمْ مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ بَعْضُكُمْ مِنْ بَعْضٍ فَالَّذِينَ هَاجَرُوا وَأُخْرِجُوا مِنْ ديارِهِمْ وَأُودُوا فِي سَبِيلِي وَقَاتَلُوا وَقُتِلُوا لَأُكَفِّرَنَّ عَنْهُمْ سَيِّئَاتِهِمْ وَلَأُدْخِلَنَّهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ ثَوَابًا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الثَّوَابِ ﴾ (ال عمران : ١٩٥)

في حين اختلفت نتائج هذا الفرض مع دراسة كل من؛ (Vansteenwegen, Orathinkal , & Burggraeve, 2008) و التي أكدت على أن مستويات العفو لدى الإناث أعلى بكثير مقارنة بالذكور ؛ودراسة(عبير انور وفاتن عبد الصادق ، ٢٠١٠) ؛(Lawler-؛(Tedesco, 2010)؛(Row & Piferi, 2006)؛(Kmiec, 2009)؛(Girard & Mullet, 1997)التي توصلت إلى وجود تأثير لمتغير النوع على العفو، و بناء عليه فإن نتائج الدراسات لم تحسم هذه العلاقة.

ثانياً: لا يختلف الامتنان باختلاف النوع، نلاحظ ان هذه النتيجة تتفق مع دراسة كل من (Amin, Khalid,, Ashraf, Khan, & Pervaiz, ؛ (Khadim & Shahid, 2017) (2018)،في حين اختلفت نتائج هذا الفرض مع دراسة كل من(Kirman, 2015) ؛ (Chopik, ؛ (Robustelli ؛ (Browning, 2012) ؛ Newton, Ryan, Kashdan, & Jarden, 2017) ؛ (Kashdan, Mishra, Breen, & Froh, 2009) ؛ (Whisman, 2018) التي توصلت إلى وجود تأثير لمتغير النوع على الامتنان.

ثالثاً: لا تختلف السعادة باختلاف النوع، نلاحظ ان هذه النتيجة تتفق مع دراسة كل من(Malekjah, 2004) ؛ (Batik, Bingöl, Kodaz, & Hosoglu, 2017) ؛ في حين اختلفت نتائج هذا الفرض مع دراسة كل من؛(Langevin, 2013) ؛ (Abbasi, Timareh, ؛ Ziapour, & Kianipour, 2018) ؛ (Goodarzi, Rajabi, Yousefi, & Mansoor, 2018)

== أ.د / حمدي محمد ياسين & أ.د/ وفاء محمد الحديني & الطالبة /دعاء عبد الرحمن سيد==

(2008) ؛ (Moljord, Eriksen, Moksnes, & Espnes, 2011) و قد توصلت هذه الدراسات إلى أن السعادة تختلف باختلاف النوع.

٣- تتباين كل من (العفو ، الامتنان ، السعادة) بتباين (المستوى الإقتصادي و الإجتماعي).

عُولجت إستجابات عينة الدراسة (ن = ١٠٤) على مقاييس الدراسة بإستخدام إختبار "ت" لعينتين مستقلتين ، و الجدول (٨) يوضح ذلك:

جدول (٨) قيمة (ت) لدلالة الفروق بين المستوى الإقتصادي و الإجتماعي (اقل من المتوسط) و المستوى الإقتصادي و الإجتماعي (اعلى من المتوسط) بصدد متغيرات الدراسة

القيم الإحصائية	المستوى الإقتصادي و الإجتماعي	العدد ن	المتوسط م	الإحراف المعياري (ع)	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	حجم التأثير
العفو	اقل من المتوسط	51	62.00	9.178	.182	.856	.000 ضعيف
	اعلى من المتوسط	53	61.66	9.788			
الامتنان	اقل من المتوسط	51	83.94	5.955	-.031	.975	.000 ضعيف
	اعلى من المتوسط	53	83.98	7.001			
السعادة	اقل من المتوسط	51	79.71	10.019	-.283	.777	.001 ضعيف
	اعلى من المتوسط	53	80.25	9.385			

تشير النتائج في الجدول (٨) انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى إختلاف المستوى الإقتصادي و الإجتماعي ، سواء في متغير العفو و متغير الامتنان و متغير السعادة ، فقد بلغت قيمة "ت" للعفو (٠.١٨٢) ، و بلغت قيمة "ت" للامتنان (-٠.٠٣١) ، و أيضاً بلغت قيمة "ت" للسعادة (-٠.٢٨٣) ، و يلاحظ أن جميعها غير دالة إحصائياً، و هذا يعني انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات العينة في المستوى الإقتصادي و الإجتماعي (اقل من المتوسط) و المستوى الإقتصادي و الإجتماعي (اعلى من المتوسط) على مقياس كل من (العفو و الامتنان و السعادة) ، و عليه فإن كل من (العفو و الامتنان و السعادة) لا يختلف باختلاف المستوى الإقتصادي و الإجتماعي لدى طلبة الجامعة .

اولاً: لا يختلف العفو باختلاف المستوى الإقتصادي و الإجتماعي، نلاحظ ان هذه النتيجة تتفق مع دراسة كل من؛(شيماء دلى، ٢٠١٤)؛(سعود القثامي، ٢٠١٦)؛ (Duncan, 2008)؛(Russell, 2013)؛(Boon , 2017).

فى حين تختلف هذه النتيجة مع النموذج السيكولوجى و يؤكد(1966)Lapsley أن عدم العفو يأتى نتيجة التجاوزات التى تتبع من داخل الفرد نفسة و ذلك نتيجة للتنشئة و القوانين التى تربي عليها الفرد .

(McCullough M. E., 1995, p. 7)

ثانياً: لا يختلف الامتحان باختلاف المستوى الإقتصادي و الإجتماعى، نلاحظ ان هذه النتيجة تتفق مع دراسة كل من؛(فيصل الربيع و كوكب عباينة ، ٢٠١٨) ، فى حين اختلفت نتائج هذا الفرض مع دراسة كل من؛(Dlaz & Meixueiro, 2016)؛ ، (Robustelli & Whisman, 2018) ؛ و قد توصلت هذه الدراسات إلى أن الامتحان يختلف باختلاف المستوى الإقتصادي و الإجتماعى.

ثالثاً: لا تختلف السعادة باختلاف المستوى الإقتصادي و الإجتماعى، نلاحظ ان هذه النتيجة تتفق مع دراسة كل من؛(Malekjah, 2004) ، فى حين اختلفت نتائج هذا الفرض مع دراسة كل من؛(Langevin, 2013)و قد توصلت هذه الدراسات إلى أن السعادة تختلف باختلاف المستوى الإقتصادي و الإجتماعى .

ملخص النتائج: يمكن إجمالها فيما يلى:

- ١-عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للمتغيرات الديموجرافية (العمر - النوع - المستوى الإقتصادي و الإجتماعى) لطلبة الجامعة على مقياس (العفو -الامتحان- السعادة).
- ب-عدم قدرة كل من (الامتحان- السعادة) على التنبؤ بالعفو .

بحوث مقترحة: تشير فيما يلى لبعض الدراسات على النحو التالى :

- ١-الامتحان مدخل لخفض الاكتئاب لدى طلبة الجامعة .
- ٢- العفو مدخل لخفض اضطراب المعارض المتحدى لدى المراهقين.
- ٣- الرأفة بالذات كمحدد للسعادة لدى طلبة الجامعة .
- ٤- العفو مدخل لخفض الضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة.

توصيات الدراسة: بمعايشية موضوع الدراسة و بمراجعة ما تخمضت عنه من نتائج توصى بالتوصيات التالية:

== أ.د / حمدي محمد ياسين & أ.د/ وفاء محمد الحديني & الطالبة /دعاء عبد الرحمن سيد==

- ١- عقد دورات علمية لاثراء العفو و الامتنان و السعادة لدى طلبة الجامعة.
- ٢- عقد دورات تدريبية بالجامعة بهدف تدريب الطلبة على التأمل و تشجيعهم على حل المسائل بعدة طرق و ذلك من خلال مواقف تعليمية مقصودة.
- ٣- عقد ورش عمل لتبصير الطلبة بعوامل تعزيز العفو و الامتنان و السعادة.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- أحمد مختار عمر. (٢٠٠٨). معجم اللغة العربية المعاصرة. مج ١، ط١: القاهرة.
 - السيد كمال الشربيني منصور . (٢٠٠٩). العفو و علاقته بكل من الرضا عن الحياة و العوامل الخمسة الكبرى للشخصية و الغضب. دراسات عربية فى التربية و علم النفس - السعودية، ٣ (٢)، الصفحات ٢٩-١٠١.
 - سعود سعد محمد القتامى. (٢٠١٦). العفو و الرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة ام القرى فى ضوء بعض المتغيرات. رسالة ماجستير ، كلية التربية : جامعة ام القرى.
 - سيد احمد البهاص. (٢٠٠٩). العفو كمتغير وسيط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة لدى طلاب الجامعة. مجلة الارشاد النفسى، ٢٣ ، الصفحات ٣٢٧-٣٧٨.
 - شيماء محمد دल्ली. (٢٠١٤). العفو مدخل للتحكم بالغضب و هرمون الادرينالين لدى طلاب الجامعة. رسالة دكتوراة ، كالية البنات للاداب و العلوم و التربية : جامعة عين شمس .
 - صالح العلي الصالح، و أمينة الشيخ سليمان الأحمد. (١٤٠١هـ). المعجم الصافي في اللغة العربية. الرياض.
 - عاطف مسعد الحسينى . (٢٠١٣). القيمة التنبؤية لعوامل الشخصية الخمسة الكبرى و العفو في السلوك الاجتماعي الإيجابي لدى طلاب الجامعة. دراسات عربية فى التربية
- المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٨ المجلد الثلاثون- يولية ٢٠٢٠ (١٣٣)؛

تو علم النفس، ٣(٣٧)، الصفحات ٥٠-٩٧.

- عبد الله عوض الله الحارثي. (٢٠١٥). الشغف وعلاقته بالسعادة لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة. رسالة ماجستير غير منشورة.

- عبير محمد انور ، و فاتن صلاح عبد الصادق . (٢٠١٠). دور التسامح و التفاؤل في التنبؤ بنوعية الحياة لدى عينة من الطلاب الجامعيين في ضوء بعض المتغيرات الديمجرافية. ٩(٣)، الصفحات ٤٩١-٥٧١.

- فيصل خليل الربيع ، و كوكب يوسف عبانه . (٢٠١٨). الامتحان و جودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات. دراسات - العلوم التربوية، ٤٥، الصفحات ٦٥٣-٦٧٢.

- كنز حسن على منصور. (٢٠١٦). تنمية العفو كمدخل لتحسين الحب الأسرى لدى عينة من حديثي الزواج. رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية البنات للآداب و العلوم و التربية: جامعة عين شمس.

- هانى سعيد حسن محمد. (٢٠١٤). الإسهام النسبي للتسامح و الامتحان في التنبؤ بالسعادة لدى طلاب الجامعة. دراسات نفسية، ٢(٢٤)، الصفحات ١٤٣-١٨٤.

- هدى حمد عثمان الزبير. (٢٠٠٤). السعادة من منظور إسلامي. رسالة دكتوراة غير منشورة.

ثانياً : المراجع الأجنبية:

- Abbasi, P., Timareh, M., Ziapour, A., & Kianipour, N. (2018). A study of the components of happiness and the role of demographic variables among the students at Kermanshah University of Medical Sciences. *Journal of Postgraduate Medical Institute*, 32(2), pp. 178-173.
- Abdel-Khalek, A. (2013). Religiosity, health and happiness: Significant relations in adolescents from Qatar. *International Journal of Social Psychiatry*, 60(7), pp. 656-661.
- Adler, M. G., & Fagley, N. S. (2005). Appreciation: Individual differences in finding value and meaning as a unique predictor of subjective well-being. *Journal of Personality*, 73, pp. 79-114.

- Ali, R. M., & Bozorgi, Z. D. (2016). The Relationship of Altruistic Behavior, Empathetic Sense, and Social Responsibility with Happiness among University Students. *Clinical Psychology*, 4(1), pp. 51-56.
- Amin, A., Khalid, Z., Ashraf, Z., Khan, H., & Pervaiz, S. (2018). Gratitude & self esteem among college students. *Journal of Psychology and Clinical Psychiatry*, 4, pp. 335-339.
- Ammons, C. (2018). *Parental Attachment and Adult Attachment: The Moderating Role of Dispositional Forgiveness and Gratitude*. the College of Education & Psychology, The University of Southern Mississippi: M.S.
- Anas, M., Husain, A., Khan, S., & Aijaz, A. (2016). Development And Standardization Of The Gratitude Scale. *Journal Of Educational , Health And Community Psychology*, 5(3), pp. 1-14.
- Anderson, M. (2006). *The relationship among resilience, forgiveness, and anger expression in adolescents*. Ph.d, University of Maine.
- Argyle, M. (2001). *The psychology of happiness*. London and New York: Rutledge Taylor and Francis group.
- Barber, J. (2010). *An examination of happiness and its relationship to community college students' coping strategies and academic performance* . Ph.D :Morgan State University.
- Bartlett, M., & Desteno, D. (2006). Gratitude And Prosocial Behavior. *Association For Psychological Science*, 17(4), pp. 319-325.
- Baskin , T. W., & Enright , R. D. (2004). Intervetion Studies on forgiveness :A Meta - Analysis. *Journal Of Counselinc& Development*, 82, pp. 79-90.
- Batik, M. V., Bingöl, T. Y., Kodaz, A. F., & Hosoglu, R. (2017). Forgiveness and Subjective Happiness of University Students. *International Journal of Higher Education*, 6, pp. 149-162.
- Berry, J. W., Worthington, E. L., Parrott, L., O'Connor, L., & Wade, N. G. (2001). Dispositional Forgiveness: Development and Construct Validity of the Transgression Narrative Test of Forgiveness (TNTF). *the Society for Personality and Social Psychology*, 27, pp. 1277-1290.
- Boone , J. E. (2017). *The Impact Of Fater Involvement Levels And Demographic Factors On Forgiveness In Africana AmerIcan Adult Sons*. Ph.D, Texas Southem University .
- Boonyarit, I., Chuawanlee, W., Macaskill, A., & Supparerkchaisakul, N. (2013). psychometric analysis of the workplace forgiveness scale. *Europe's Journal of Psychology*, 9(2), pp. 319-338.
- Browning, B. (2012). *The Relationship Between Gratitude and Well-Being*

- in *Graduate Level Counselors-in-Training*. the Graduate Faculty, Auburn University: Ph.D.
- Chopik, W., Newton, N., Ryan, L., Kashdan, T., & Jarden, A. (2017). Gratitude across the life span: Age differences and links to subjective well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 3(14292-302).
 - Cohen, A. (2012). *Does gratitude promote reciprocity in response to all benefits, or just those rendered by novel relationship partners? Testing the role of gratitude in the establishment of reciprocal relationships*. Submitted to the Faculty, Ph.D: Of the University Of Miami.
 - Datu, J. A. (2014). Forgiveness, gratitude and subjective well-being among Filipino adolescents. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 36(3), pp. 262-273.
 - Dlaz, R., & Meixueiro, G. (2016). An Exploration Of The Relationships Between Gratitude ,Life Satisfaction , and Importance Of Helping Others Among A Representative Sample Of The Adult Population Of Mexico. *Cogent Psychology* , pp. 1-7.
 - Duncan, G. D. (2008). *The Relationship Between Trait Forgiveness And Marital Adjustment In eTrossexual Individuals*. Ph,D, Capella university.
 - Emmons , R., & Crumpler, C. (2000). Gratitude As A Human Strength : Appraising The Evidennce. *journal Of Social And Clinical Psychology*, 19, pp. 56-69.
 - Fleming, A. W. (2006). *Positive Psychology "Three Good Things in Life"and Measuring Happiness, Positive and Negative Affectivity, Optimism/Hope, and Well-Being*. Counselor Education Master's Theses, The College at Brockport: State University of New York.
 - Francis, L. J., Robbins, M., & White, A. (2003). Correlation between religion and happiness: A replication. *Psychological Reports*, 92, pp. 51-52.
 - Freedman, S. R., & Knupp, A. (2003). The impact of forgiveness on. *Journal of Divorce and Remarriage*, 2(39), pp. 135-164.
 - Froh, J., Sefick, W., & Emmons, R. (2008). Counting blessings in early adolescents: An experimental study of gratitude and subjective well-being. *Journal of School Psychology*, pp. 213-233.
 - Girard, M., & Mullet, e. (1997). Forgiveness in adolescents, young, middle-aged, and older adults. *Journal of Adult Development*, 4(4), pp. 209-220.
 - Goodarzi, M., Rajabi, R., Yousefi, B., & Mansoor, S. (2008). A comparative study of happiness among male and female athlete students in university of Tehran. *World Journal of Sport Sciences*,

- 1(1), pp. 61-64.
- Gupta, S., & Kumar, D. (2010). Psychological correlates of happiness. *Indian Journal of Social Science Researches*, 7(1), pp. 60-64.
 - Harris , A. S. (2006). Effects Of Group Forgiveness Intervention On Forgiveness , Perceived Stress , and Trait- anger. *Journal Of clinical Psychology*, 62(6), pp. 715-733.
 - Hill, J. (2012). *Forgiveness and loneliness: Stress and anxiety's correlates in a student and clinical HIV-positive population*. University of North Texas.
 - Hlava, P., Elfers, J., & Offringa, R. (2014). Atranscendent View Of Gratitude:The Transpersonal Gratitude Scale. *International Journal Of Transpersonal Studies*, 33(1), pp. 1-14.
 - Hoy, B. (2011). *Links between Parents' and Children's Levels of Gratitude, Life Satisfaction, and Hope*. College of Education, University of South Florida: Education Specialis.
 - Joseph, S., Linley, A., Harwood, J., Lewis, A., & McCollam, P. (2004). Rabid assessment of well- being: The short depression- happiness scale". *Psychology & Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 77(4), pp. 463-478.
 - Karduz, A., Firdevs, F., & Saricam, H. (2018).The Relationships between Positivity, Forgiveness, Happiness, and Revenge. *Romanian Journal for Multidimensional Education*, 4, pp. 1-22.
 - Kashdan, T. B., Mishra, A., Breen, W. E., & Froh, J. J. (2009). Gender differences in gratitude: Examining appraisals, narratives, the willingness to express emotions, and changes in psychological needs . *Journal of personality*, 77(3), pp. 691-730.
 - Khadim , U., & Shahid, A. (2017). Gratitude And Altruism As Of Predictors Of Psycholocial Well -Being Among Adolescents. *3rd Multi-Disciplinary Student Research Conference (MDSRC-2017)*. Pakistan: Kohat.
 - Kirmani, M. N. (2015). Gratitude, Forgiveness and Subjective-well-being among college going students. *International Journal Of Public Mental Health And Neurosciences*, 2(2), pp. 1-11.
 - Kmiec, S. M. (2009). *An analysis of sex differences in empathy and forgiveness*. master of Arts in clinical psychology, East Carolina university.
 - Kumari, M. H., & Madnawat, A. S. (2016). Gratitude and forgiveness as a predictor of well-being among female college students. *Indian Journal of Positive Psychology* , 7(4), pp. 511-514.
 - Lai, S. (2014). *The Efficacy of Gratitude Practice on Well-Being: A Randomized Controlled Trial*. School of Natural Sciences,

University of Stirling: M.S.

- Lambert, N., Graham, S., & Fincham, F. (2009). A prototype analysis of gratitude: Varieties of gratitude experiences. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35, pp. 1193-1207.
- Langevin, E. (2013). *Undergraduate student happiness and academic performance: A correlation study.*, Ph.D, School of Advanced Studies: University of Phoenix.
- LaTurner, A. J. (2005). *The effects of a psychoeducation program on forgiveness, revenge, and aggression in middle school adolescents.* Ph.D: Ball state University.
- Lavafpour Noori F, Zaharakar K, & Sanai Zaker B. (2012). A study of effectiveness of group forgiveness therapy in reducing aggression among 11-13 year old male adolescents in city of dezfoul. *J Shahid Sadoughi Univ Med Sci*, 20(4), pp. 489-500.
- Lawler-Row, K., & Piferi, R. (2006). The forgiveness personality :Describing a life well lived? *Personality and Individual Differences*, 41, pp. 1009-1020.
- Leonard, M. A., Yung, S. M., & Cairns, E. (2015). Predicting intergroup forgiveness from in-group identification and collective guilt in adolescent and adult affiliates of a Northern Irish cross-community organization. *Journal of Peace Psychology*, 21(2), pp. 155-167.
- Lewis, C. A. (1999,). The Depression—Happiness Scale: Test-Retest Data over Two Weeks. *Psychological Reports*. *Psychological Reports*, 85, pp. 889-892..
- Liao, K. H., & Wei, M. (2015). Insecure attachment and depressive symptoms: Forgiveness of self and others as moderators. *Personal Relationships*, 22(2), pp. 216-229.
- Lin, W. N., Enright, R. D., & Klatt, J. S. (2013). A forgiveness intervention for Taiwanese young adults with insecure attachment. *An International Journal*, 35(1), pp. 105-120.
- Lowen, J. (2017). *The Relationship between Gratitude and Health Behaviors.* the Faculty of the, George Fox University: Ph.D.
- Lubomirsky, S. (2008). *The how of happiness.* New York: The penguin press.
- Lyubomirsky, S., Diener, E., & King, L. (2005). The Benefits of Frequent Positive Affect:Does Happiness Lead to Success? *Psychological Bulletin*, 6, pp. 803–855.
- Malekjah, R. (2004). *A study of the relationship of happiness and self-esteem among college students* . Long Beach, Ph.D: California State University.
- 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), pp. 1-13.
- McCabe, K., Bray, M., Kehle, T., Theodore, L., & Gelbar, N. (2011). Promoting Happiness and Life Satisfaction in School Children. *Canadian Journal of School Psychology*, 3, pp. 177-192.
 - McCullough, M., Emmons, R., & Tsang, J. (2002). The Grateful Disposition : A Conceptual And Empirical Topography. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 82(1), pp. 112-127.
 - McCullough, M. E. (1995). *Forgiveness as altruism: A social-psychological theory of forgiveness and tests of its validity*. Ph.D: Virginia Commonwealth University.
 - McCullough, M. E., Pargament, K. I., & Thoresen, C. E. (2000). *Forgiveness: Theory, research, and practice*. Guilford Press.
 - McCullough, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S. J., Worthington, J. L., Brown, S. W., & Hight, T. L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships: II. Theoretical elaboration and measurement. *Journal of personality and social psychology*, 75(6), pp. 1586-1603.
 - McCullough, M., Emmons, R., Kilpatrick, S., & Larson, D. (2001). Is Gratitude a Moral Affect? *Psychological Bulletin*, 127(2), pp. 249-266.
 - McGuire, A. (2016). *Impact of Situational Context on Gratitude and its Affective Outcomes*. Phd, School of Psychology, Family, & Community: Seattle Pacific University.
 - McIntyre, S. (2004). *Forgiveness and its effect on the emotional health of the late adolescent*. Capella University Adviser, Ph.D: Patricia Wolskee.
 - Moljord, I. Q., Eriksen, L., Moksnes, U. K., & Espnes, A. G. (2011). Stress and happiness among adolescents with varying frequency of physical activity. *Perceptual and motor skills*, 2, pp. 631-646.
 - Morgan, B., Gulliford, E., & Kristjansson, K. (2017). A new approach to measuring moral virtues: The multicomponent. *Personality and Individual Differences*, 107, pp. 79-189.
 - Mugrage, M. S. (2014). *The relationship Between Emotional Intelligence And Forgiveness*. The Faculty Of The Chicago School Of Professional Psychology .
 - Naiemi, G., Mohsenzadeh, F., Pirsaghi, F., & Maleki, T. (2016). Role of personality characteristics and family of origin in anticipation of forgiveness.. *Journal of Research & Health*, 6(1), pp. 145-152.
 - Neto, F., Ferreira, A., & Pinto, M. (2006). Forgiveness of others, forgiveness by God, and religiosity among adolescents. *Psicologia*

- Educacao Cultura*, 10(2), pp. 387-406.
- Orathinkal, J., Vansteenwegen, A., Enright, R. D., & Stroobants, R. (2007). Further validation of the Dutch version of the Enright Forgiveness Inventory. *Community mental health journal*, 43(2), pp. 109-128.
 - Orcutt, H. (2006). The prospective relationship of interpersonal forgiveness and psychological distress symptoms among college women. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), pp. 350-361.
 - Peterson, c., & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook*. American Psychological Association.
 - Pourmousa, H., Mohammadifar, M., Pesand, S., & Rezaei, A. (2018). The effectiveness of intimacy training with cognitive-behavioral approach on couples' life quality and happiness. *Electron J Gen Med*, 15(6), pp. 95-104.
 - Q'Connell , B., O'Shea , D., & Gallagher, S. (2016). Mediating Effects Of Loneliness On The Gratitude -Health link. *Personality And Individual Differences*, 98, pp. 183-197.
 - Rainey, C. A. (2008). *Are Individual Forgiveness Interventions for Adults More Effective Than Group Interventions?: A Meta-analysis*. Ph.D, college of human Sciences: Florida state university.
 - Rensburg , E. J., & Raubenheimer , J. (2015). Does forgiveness mediate the impact of school bullying on adolescent mental health?van. *Child Adolesc Ment Health*, 27(1), pp. 25-39.
 - Rijavec, M., Jurčec, L., & Mijočević, I. (2010,). Gender Differences in the Relationship between Forgiveness and Depression/Happiness. *Psihologijske teme/Psychological Topics*, 19(1), pp. 187-202.
 - Roberts, C. (2004). *The blessings of gratitude: A conceptual analysis*. In R. A. Emmons & M. E. McCullough (Eds.), *The psychology of gratitude*. Oxford, UK: Oxford University Press.
 - Robustelli , B., & Whisman, M. (2018). Gratitude And Life Satisfaction In The United States And Japan. *Journal of Happiness Studies*, 19, pp. 41-55.
 - Russell, J. (2013). *Instrument Development: Youth Anger, Youth Forgiveness, and Youth Emotional Support*. Ph.D, The University of Wisconsin-Milwaukee.
 - Rye, M. S., Pargament, K. I., Ali, M., Beck, G. L., Dorff, E. N., Hallisey, C., et al. (2000). Religious perspectives on forgiveness. In *Forgiveness: Theory, research, and practice*(Vol. 20, pp. 17-40).
 - Rye, M., 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), pp. 260-277.
 - Safaria, T. (2014). Forgiveness, Gratitude, and Happiness among College

Students. *International Journal of Public Health Science*, 3(4), pp. 241-245.

- Sarang, S. D., Shitole, R. B., & Karnam, A. G. (2019). To investigate the association between sleep and happiness among nurses with different personality traits: A cross-sectional study. *Indian J Occup*, 51, pp. 3-7.
- Seligman, M. P., Steen,, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive Psychological Progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60(5), pp. 410-421.
- Sharma, A., & Malhoraf, D. (2010). Social- psychological correlates of happiness in adolescents. *European Journal of Social Science*, 12(4), pp. 651-662.
- Siahpush, M., Spittal, M., & Singh, G. (2008). Happiness and Life Satisfaction Prospectively Predict Self-Rated Health, Physical Health, and the Presence of Limiting, Long-Term Health Conditions. *American Journal of Health Promotion*, 23(1), pp. 18-26.
- Springer, K., & Hauser, R. (2006). An Assessment Of The Construct Validity Of Ryff's Scales Of Psychological Well- Being : Method Mode and Measurement Effects. *Social Science Research*, 35(4), pp. 1079-1110.
- Subandi, M., Achmad, T., Kurniati, H., & Febri, R. (2014). Spirituality, gratitude, hope and post-traumatic growth among the. *Australasian Journal of Disaster and Trauma Studies*, 18(1), pp. 19-26.
- Subkoviak, M. J., Enright, R. D., Wu, C. R., Gassin, E. A., Freedman, S., Olson, L. M., et al. (1992). Measuring interpersonal forgiveness in late adolescence and middle adulthood. *Journal of adolescence*, 18(6), pp. 641-655.
- Szcześniak, M., Vitali, M., & Rondón, G. (2012). The foremost gift or the impossible ideal to reach? Valorial components of forgiveness among Italian adolescents. *Polish Psychological Bulletin*, 43(3), pp. 199-209.
- Taylor, C. (1988). *Assessment of happiness among young adults: A construct validation study*. Ph.D, Faculty in Partial Fulfillment: Iowa State University.
- Taysi, E., & Orcan, F. (2017). The conceptualisation of forgiveness among

Turkish children and adolescents. *International journal of psychology*, 6, pp. 473-481.

- Tedesco, R. P. (2010). *The Roles Of Family Fogiveness An Spirituality In Adolescent Moral Functioning*. Ph.D, Loyola University Maryland .
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., et al. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of personality*, 73(2), pp. 313-360.
- Toussaint, L., & Jorgensen, K. M. (2008). Inter-parental conflict, parent-child relationship quality, and adjustment in Christian adolescents: Forgiveness as a mediating variable. . *Journal of Psychology and Christianity*, 27(4), pp. 337-346.
- Toussaint, L., & Friedman, P. (2008). Forgiveness, Gratitude, and Well-Being: The Mediating Role of Affect and Beliefs. *Journal of Happiness Studies*, 10(6), pp. 635-654.
- Toussaint, L., & Webb, J. R. (2005). Gender differences in the relationship between empathy and forgiveness. *Journal of Social Psychology*, 145(6), pp. 673-685.
- Tulbure, B. (2015). Appreciating the positive protects us from negative emotions: The relationship between gratitude, depression and religiosity. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 187, pp. 475 – 480.
- Uysal, R., & Satici, S. A. (2014). The Mediating and Moderating Role of Subjective Happiness in the Relationship between Vengeance and Forgiveness . *Educational Sciences: Theory and Practice*, 14(6), pp. 2097-2105.
- Vansteenwegen, A., Orathinkal , R. B., & Burggraeve, R. (2008). Are Demographics Important For Forgiveness? *The Family Journal*, 1(16), pp. 20 -27<https://doi.org/10.1177/1066480707309542>.
- Veenhoven, R. (2009). Greater happiness for a greater number: Is that possible? If so how? In K. Sheldon, T. Kashdan, & M. Steger (Eds.). In *Designing positive psychology: Taking stock and moving forward* (pp. 396-409). New York: Oxford University Press.

- Wade, N. G., & Worthington, E. L. (2005). In Search of A Common Core :A Content Analysis Of Interventions To Promote Forgiveness. *Psychotherapy : Theory ,Research,Practice,Traning*, 42(2), pp. 160-177.
- Watkins , P., Woodward , K., Stone , T., & Kolts , P. (2003). Gratitude And Happiness: Development Of A Measure Of Gratitude ,And Relationships With Subjective Well-Being. *Social Behavior And Personality*, 31(5), pp. 431-452.
- Wernli, M. A. (2001). *Interpersonal forgiveness in adolescent friendships*. Unpublished Master's thesis: University of Nebraska at Omaha.
- Wernli, M. A. (2006). *Interpersonal Forgiveness In Close Peer Relationships During Adolescence An Examination Of The Role Of Relational Self - Worth And Transgression History*. Ph.D , The Faculty Of The Graduate College : University Of Nebraska.
- Wood, A. M., Maltby, J., Stewart, N., & Joseph, S. (2008). Conceptualizing gratitude and appreciation as a unitary personality trait . *Personality and individual differences*, 44(3), pp. 621-632.
- Wood, A., Froh, J., & Geraghty, A. (2010). Gratitude And Well-Being : A Review And Theoretical Integration. *Clinical Psychology Review*, pp. 1-16.
- Wu, J., Sun, S., Miao, T., Yu, L., & Wang, F. (2011). Higher ruminative tendency of anger in trust-forgiveness young adults. *In International Conference on Social Science and Humanity*, 5, pp. 511-514.
- Yüksel, A., & Oğuz Duran, N. (2012). Turkish adaptation of the Gratitude Questionnaire. *Egitim Arastirmaları-Eurasian Journal of Educational Research*, 46, pp. 199-216.

Gratitude and Happiness are Specific to the Forgiveness of University Students.

Prof.Dr / Hamdy Mohamed Yassin.

Professor of Psychology

Women's Faculty For Science, Literatures And Education

Ain Shams University

Prof.Dr / Wafaa Masoud El hedeny.

Professor of Psychology Faculty of Arts

Helwan University

Abstract

The researcher/ Doaa Abd Elrahman Sayed Ahmed Ali.

This study aimed to detect the ability of both gratitude and happiness to predict for the Forgiveness of University Students, Detecting the variation of both (forgiveness, Gratitude and Happiness) depending on variations of demographical variables (age, gender and Social and Economic status), researchers in this study, applied measure of forgiveness, Gratitude and Happiness. The study's Sample consisted of (N=104) of University Students, the ages ranged from (19-24) years. The results of the study verify that the forgiveness, Gratitude and Happiness do not vary depending on the demographical variables (age ,gender and Social and Economic status) for university students, It also showed the inability of both (gratitude - happiness) to predict the Forgiveness.

Key words: the forgiveness, Gratitude and Happiness