



كلية التربية****
قسم علم النفس التربوي

نموذج بنائي للشفقة بالذات وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب الجامعة

رسالة مقدمة من الطالب
محمود سعيد عطية إبراهيم
المدرس المساعد بقسم علم النفس التربوي

للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية
(تخصص علم نفس تربوي)

إشراف

أ.د/ حسين حسن طاحون

أستاذ علم النفس التربوي
كلية التربية- جامعة عين شمس

أ.د/ محمود أحمد عمر

أستاذ علم النفس التربوي
كلية التربية- جامعة عين شمس



كلية التربية
قسم علم النفس التربوي

صفحة العنوان

عنوان الرسالة: : نموذج بنائي للشفقة بالذات وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية

لدى طلاب الجامعة

اسم الطالب: محمود سعيد عطيه إبراهيم محمد.

الدرجة العلمية: دكتوراه.

القسم التابع له: علم النفس التربوي.

اسم الكلية: كلية التربية.

الجامعة: عين شمس.

سنة التخرج: ٢٠٠٧

سنة المنح: ٢٠١٨



كلية التربية
قسم علم النفس التربوي

رسالة دكتوراه

اسم الطالب: محمود سعيد عطية إبراهيم محمد.

عنوان الرسالة: نموذج بنائي للشفقة بالذات وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية
لدى طلاب الجامعة

لجنة الإشراف:

١- أ.د/ محمود أحمد عمر

أستاذ علم النفس التربوي
كلية التربية- جامعة عين شمس

٢- أ.د/ حسين حسن طاحون

أستاذ علم النفس التربوي
كلية التربية- جامعة عين شمس

تاريخ المناقشة: / / ٢٠١٨م

الدراسات العليا

ختم الإجازة

أجيزت الرسالة بتاريخ

/ / ٢٠١٨م

/ / ٢٠١٨م

موافقة مجلس الجامعة

موافقة مجلس الكلية

/ / ٢٠١٨م

/ / ٢٠١٨م



كلية التربية
قسم علم النفس التربوي

شكر

أشكر السادة الأساتذة الذين قاموا بالإشراف على الرسالة وهم:

١- أ.د/ محمود أحمد عمر
أستاذ علم النفس التربوي
كلية التربية- جامعة عين شمس

٢- أ.د/ حسين حسن طاحون
أستاذ علم النفس التربوي
كلية التربية- جامعة عين شمس

ثم السادة الذين تعاونوا معي في البحث وهم:

د. مجدي شعبان أمين
مدرس بقسم علم النفس التربوي
كلية التربية- جامعة عين شمس

أ.ريهام عطية نصر
مدرس مساعد بقسم علم النفس التربوي
كلية التربية- جامعة عين شمس

أ. محمد محمود نبيل مبروك
معيد بقسم اللغة العربية، والدراسات الإسلامية
كلية التربية- جامعة عين شمس

وكذلك الهيئات الآتية:

- قسم علم النفس التربوي- كلية التربية – جامعة عين شمس.
- لجنة المناقشة والحكم على الرسالة.

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على المبعوث رحمة للعالمين سيدنا محمد ﷺ وعلى آله وصحبه ومن سار على نهجه واقتفى أثره إلى يوم الدين، وبعد:

فأحمد الله عز وجل على ما منَّ به عليَّ من إتمام هذه الرسالة، ومن تمام شكري لله تعالى على هذه النعمة أن أتقدم بوافر الشكر والتقدير والعرفان لكل من ساهم في إنجاز هذا العمل، وأشكر في مقدمة هؤلاء بكل إجلال وتقدير أستاذي ومعلمي الأستاذ الدكتور / **محمود أحمد عمر**، أستاذ علم النفس التربوي بكلية التربية - جامعة عين شمس لتفضله بالإشراف على هذه الرسالة، وما بذله من جهد وعناء مع الباحث طوال فترة إعداد هذه الرسالة من أجل إخراج هذا العمل إلى حيز الوجود، فهو أستاذ معروف بدمائة الخلق والعلم الوفير، فتعلمت من سيادته الإتيان والدقة والمثابرة، وسهّل لي جميع العقبات التي واجهتني حتى أنني هذا العمل، ولم يؤثر في الدراسة فحسب، ولكن أثر - أيضًا - في شخصية الباحث وأخلاقه، ولن أوفيه حقه؛ فهو الأب الحنون الذي تبناني منذ البداية، فجزاه الله عني خير الجزاء وتمعه بموفور الصحة والعافية.

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى الأستاذ الدكتور / **حسين حسن طاحون**، أستاذ علم النفس التربوي بكلية التربية جامعة عين شمس، لتفضله بالإشراف على هذه الرسالة، والذي لم يبخل بأي جهد أو وقت، فقد خصني بكل نصيح وتوجيه وإرشاد، وكان مخلصًا في عمله، أمينًا في قراءاته؛ مما كان له عظيم الأثر، وبما أفاد الدراسة والباحث، فجزاه الله عني خير الجزاء، وبارك الله له في صحته وذريته.

كما يسعدني أن أتوجه بخالص الشكر والتقدير إلى الأستاذة الدكتورة / **شيرين محمد دسوقي**، أستاذة علم النفس التربوي، ووكيلة كلية التربية - جامعة بورسعيد، الذي شرفت بقبولها مناقشة هذه الرسالة، رغم أعبائها العلمية، فجزاها الله عني خير الجزاء، وتمتعها بموفور الصحة والعافية.

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى الأستاذة الدكتورة / **صفاء أحمد عفيفي**، أستاذة علم النفس التربوي بكلية التربية - جامعة عين شمس، التي وافقت على مناقشة هذه الرسالة، رغم أعبائها العلمية، فلها مني أسمى آيات الشكر والتقدير.

كما أتوجه بخالص الشكر والتقدير لكل أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس التربوي بكلية التربية - جامعة عين شمس، وأخص بالشكر الأستاذة الدكتورة / **سهير أنور محفوظ** والتي لم تتوان عن مساعدتي طوال فترة إعداد الرسالة فجزاها الله عني خير الجزاء.

كما أتقدم بالشكر والتقدير لأخي وصديقي العزيز الدكتور / **مجدي شعبان أمين** على تعاونه الصادق معي في مواقف كثيرة.

كما أتوجه بالشكر والتقدير إلى السادة المحكمين الذين قاموا بتحكيم أدوات الدراسة، وإلى طلاب عينة الدراسة وكل من مد لي يد العون.

كما أتقدم بخالص شكري وتقديري إلى والدتي أمد الله في عمرها ومتعها بالصحة والعافية لما قدمته لي من تضحيات من أجل وصولي لهذا المقام، وإلى أشقائي الأعمام ، وأخص بالذكر أخي العزيز محمد، فجزاهم الله عني خير الجزاء.

كما أتوجه بالشكر والتقدير لهذا الجمع الكريم ، وكل من كلف نفسه عناء الحضور وبادر بتشريفني في هذا اليوم.

ولا أنسى في النهاية أن أهدي هذا العمل المتواضع إلى روح والدي رحمه الله تعالى، وأسأل الله العظيم أن يجعلني امتداداً لعمله الصالح، وأن يسكنه فسيح جناته وأن يجزيه عني خير الجزاء إنه ولي ذلك والقادر عليه.

وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين

الباحث

مستخلص الدراسة

أسم الطالب: محمود سعيد عطية ابراهيم محمد.

عنوان الرسالة: نموذج بنائي للشفقة بالذات وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب الجامعة

هدفت الدراسة الحالية إلى فهم وتفسير العلاقات السببية بين الشفقة بالذات، وبعض المتغيرات النفسية المتمثلة في تقدير الذات، والهناء الذاتي، والهناء النفسي لدى طلاب الجامعة. وتكونت عينة الدراسة من ٤٤٤ طالبًا وطالبة (١٠٣ ذكراً، ٣٤١ أنثى)، من تخصصات أكاديمية مختلفة من طلاب كلية التربية - جامعة عين شمس، وتمثلت أدوات الدراسة في (مقياس الشفقة بالذات، ومقياس تقدير الذات، ومقياس الرضا عن الحياة، ومقياس الوجدان الموجب والوجدان السالب، ومقياس الهناء النفسي). وأشارت نتائج نمذجة المعادلة البنائية إلى تطابق النموذج المقترح للعلاقات بين الشفقة بالذات (كمتغير مستقل) في تقدير الذات (كمتغير وسيط)، والهناء الذاتي والهناء النفسي (كمتغيرات تابعة) مع بيانات عينة الدراسة. وتم تفسير نتائج الدراسة في ضوء الإطار النظري والدراسات والبحوث ذات الصلة، وتم أيضاً- تقديم مجموعة من التوصيات والبحوث.

الكلمات المفتاحية:

الشفقة بالذات، تقدير الذات، الهناء الذاتي، الرضا عن الحياة، الوجدان الموجب، الوجدان السالب، الهناء النفسي.

Abstract

A Structural Model of Self-Compassion and its relationship to some Psychological Variables among University Students

The current study aimed to understanding and Explaining the causal relationships between self-compassion and some psychological variables represented in self-esteem, subjective well-being and psychological well-being among university students. The study sample consisted of (444) students (103 male, 341 female) from different academic departments in the faculty of education, Ain Shams University. The study tools consisted of Self-Compassion Scale, Self-Esteem Scale, Life with Satisfaction Scale, Positive and Negative affect Scale and Psychological Well-being Scale. The results of structure equation modeling indicated that the proposed structural model for relationships between self-compassion (as independent variable), self-esteem (as a mediator variable) , subjective well-being and psychological well-being (as dependent variables) fits with the study sample data. The results were discussed and interpreted in light of the theoretical framework, studies and researches related to the subject of the study. And also the study presented a set of recommendations and proposed researches.

Key words:

Self-compassion, Self-esteem, Subjective well-being, Life satisfaction, Positive affect, Negative affect and Psychological well-being

قائمة المحتويات

الصفحات	الموضوع
١٢-١	الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة.
٤-٢	• مقدمة.
٧-٤	• مشكلة الدراسة.
٨-٧	• أهداف الدراسة.
٨	• أهمية الدراسة.
١٢-٨	• مصطلحات الدراسة.
١٢	• محددات الدراسة.
١٠٥ - ١٣	الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات ذات الصلة.
٣٩-١٦	المحور الأول: الشفقة بالذات
١٧ - ١٦	أولاً: تعريف الشفقة
١٨-١٧	ثانياً: مكونات الشفقة
١٩-١٨	ثالثاً: تعريف الشفقة بالذات
٢١-١٩	رابعاً: أبعاد الشفقة بالذات
٢٤ - ٢٢	خامساً: الشفقة بالذات والمفاهيم ذات الصلة
٣٩ - ٢٤	سادساً: قياس الشفقة بالذات
٦٥ - ٤٠	المحور الثاني: تقدير الذات.
٤٥-٤٠	أولاً: تعريف تقدير الذات
٥١-٤٥	ثانياً: أنواع تقدير الذات
٤٧-٤٥	١. تقدير الذات الشامل ومحدد المجال
٤٧	٢. تقدير الذات كسمة وتقدير الذات كحالة
٤٨-٤٧	٣. تقدير الذات المشروط وتقدير الذات الحقيقي
٤٩-٤٨	٤. تقدير الذات الحقيقي والكاذب
٤٩	٥. تقدير الذات الصريح، والضمني

تابع قائمة المحتويات

٥٠-٤٩	٦. أنواع تقدير الذات وفقاً لنظرية الهوية الاجتماعية
٥٠	٧. الأنواع الرئيسة لتقدير الذات
٥٤-٥١	ثالثاً: تشكيل وتنمية تقدير الذات
٥٣-٥١	١. النموذج المعرفي لتقدير الذات (من أسفل إلى أعلى)
٥٤-٥٣	٢. النموذج الوجداني لتقدير الذات (من أعلى إلى أسفل)
٥٧-٥٤	رابعاً: قياس تقدير الذات
٦٥-٥٧	خامساً: الشفقة بالذات وتقدير الذات
٨٣-٦٦	المحور الثالث: الهناء
٦٧-٦٦	أنواع الهناء بشكل عام
٧٣-٦٧	أولاً: منظور الهناء الذاتي
٧٠-٦٨	١. تعريف الهناء الذاتي
٧٣-٧٠	٢. أبعاد الهناء الذاتي.
٧٢-٧٠	أ. المكون الوجداني (الوجدان الموجب، والوجدان السالب).
٧٣-٧٢	ب. المكون المعرفي (الرضا عن الحياة).
٧٣	٣. قياس الهناء الذاتي
٨٣-٧٤	ثانياً: منظور الهناء النفسي
٧٨-٧٤	١. تعريف الهناء النفسي
٨١-٧٨	٢. أبعاد الهناء النفسي
٨٢-٨١	٣. الهناء النفسي والمفاهيم ذات الصلة
٨٣-٨٢	تعليق عام على الهناء الذاتي والنفسي
٩١-٨٤	الشفقة بالذات والهناء الذاتي والنفسي
٩٣-٩١	تأثير الشفقة بالذات على الهناء في ضوء النظريات المفسرة للهناء
١٠٠-٩٣	تقدير الذات والهناء الذاتي والنفسي
١٠٢-١٠٠	تعليق عام على الإطار النظري والدراسات السابقة
١٠٤-١٠٣	النموذج المقترح

تابع قائمة المحتويات

١٠٤	فرض الدراسة
١٦١-١٠٥	الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات.
١٠٩-١٠٦	أولاً: العينة.
١٦٠-١٠٩	ثانياً: أدوات الدراسة.
١٦١-١٦٠	ثالثاً: إجراءات الدراسة.
١٨٢-١٦٢	الفصل الرابع: نتائج الدراسة ومناقشتها.
١٨١-١٦٣	نتائج التحقق من فرض الدراسة
١٨١	توصيات الدراسة.
١٨٢	البحوث المقترحة.
٢٠٢-١٨٣	المراجع.
٢٢٤ -٢٠٣	الملاحق.
	ملخصات الدراسة.
٢٢٧-٢٢٦	أولاً: ملخص باللغة العربية.
1-4	ثانياً: ملخص باللغة الإنجليزية.

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
١	الإسهامات الرئيسة لتنمية مفهوم تقدير الذات	٤٥
٢	أوجه الشبه والاختلاف بين الشفقة بالذات وتقدير الذات (إعداد الباحث)	٦٤-٦٥
٣	بعض أوصاف كلمة eudaimonia	٧٥-٧٧
٤	توزيع أفراد عينة إعداد الأدوات وفقاً لمتغيري التخصص الأكاديمي، والجنس.	١٠٦
٥	توزيع طلاب العينة الأساسية وفقاً لمتغير التخصص الأكاديمي، والجنس.	١٠٧
٦	تعديلات صياغة بعض مفردات مقياس الشفقة بالذات في ضوء آراء المحكمين	١١١
٧	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف أثر المفردة من البعد لمقياس الشفقة بالذات.	١١٢
٨	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف أثر المفردة من البعد، وكذلك معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية لمقياس الشفقة بالذات، وذلك بعد حذف المفردات السيئة.	١١٣
٩	الأوزان المعيارية وغير المعيارية لتشبعات المفردات على العوامل الكامنة لمقياس الشفقة بالذات والنتيجة من التحليل العملي التوكيدي.	١١٤-١١٥
١٠	مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المقترح لبنية مقياس الشفقة بالذات وتفسيرها.	١١٥
١١	قيم التشبعات المعيارية ودلالاتها لكل مفردة على العامل العام والعامل الخاص المرتبط بها بمقياس الشفقة بالذات.	١٢٠
١٢	معاملات ألفا لأبعاد مقياس الشفقة بالذات.	١٢١
١٣	معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لأبعاد مقياس الشفقة بالذات.	١٢١
١٤	معامل الارتباط بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني لمقياس الشفقة بالذات.	١٢٢
١٥	تعديلات صياغة مفردات مقياس تقدير الذات في ضوء آراء المحكمين.	١٢٥
١٦	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات بعد حذف أثر المفردة من الدرجة الكلية	١٢٥

تابع قائمة الجداول

١٢٦	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات بعد حذف أثر المفردة من الدرجة الكلية وذلك بعد حذف المفردة ذات الارتباط غير الدال	١٧
١٢٧	الأوزان المعيارية وغير المعيارية لتشبعات المفردات على العوامل الكامنة لمقياس تقدير الذات والنااتجة من التحليل العاملي التوكيدي	١٨
١٢٨	مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المقترح لبنية مقياس تقدير الذات وتفسيرها.	١٩
١٣٣	تعديلات صياغة بعض مفردات مقياس الهناء النفسي في ضوء آراء المحكمين.	٢٠
١٣٤	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف أثر المفردة من البعد لمقياس الهناء النفسي	٢١
١٣٦	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف أثر المفردة من البعد، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس الهناء النفسي، وذلك بعد حذف المفردات السيئة	٢٢
١٣٧- ١٣٨	الأوزان المعيارية وغير المعيارية لتشبعات المفردات على العوامل الكامنة لمقياس الهناء النفسي والنااتجة من التحليل العاملي التوكيدي	٢٣
١٣٩	مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المقترح لبنية مقياس الهناء النفسي وتفسيرها	٢٤
١٣٩	معاملات ألفا لأبعاد مقياس الهناء النفسي	٢٥
١٤٠	معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لأبعاد مقياس الهناء النفسي	٢٦
١٤١	معامل الارتباط بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني لمقياس الهناء النفسي	٢٧
١٤٤	تعديلات صياغة مفردات مقياس الرضا عن الحياة في ضوء آراء المحكمين.	٢٨
١٤٥	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة بعد حذف أثر المفردة من الدرجة الكلية	٢٩

تابع قائمة الجداول

١٤٥	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة بعد حذف أثر المفردة من الدرجة الكلية وذلك بعد حذف المفردات ذات الارتباط السالب.	٣٠
١٤٦	الأوزان المعيارية وغير المعيارية لتشبعات المفردات على العوامل الكامنة لمقياس الرضا عن الحياة والنتيجة من التحليل العاملي التوكيدي	٣١
١٤٧	مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المقترح لبنية مقياس الرضا عن الحياة وتفسيرها.	٣٢
١٥٣	تعديلات المحكمين على مقياس الوجدان الموجب والوجدان السالب	٣٣
١٥٤	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف أثر المفردة من البعد وذلك لمقياس الوجدان الموجب والسالب.	٣٤
١٥٦	المصفوفة العاملية لمقياس الوجدان الموجب والسالب	٣٥
١٥٧	الأوزان المعيارية وغير المعيارية لتشبعات المفردات على العوامل الكامنة لمقياس الوجدان الموجب والسالب والنتيجة من التحليل العاملي التوكيدي	٣٦
١٥٨	مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المقترح لبنية مقياس الوجدان الموجب والسالب وتفسيرها.	٣٧
١٦٤	نتائج التحليل الإحصائي لنموذج المعادلة البنائية المقترح للعلاقات بين متغيرات الدراسة	٣٨
١٦٥	مؤشرات جودة المطابقة لنموذج المعادلة البنائية المقترح للعلاقات بين متغيرات الدراسة، وتفسيرها.	٣٩
١٦٥	التأثيرات غير المباشرة المعيارية وغير المعيارية لمتغير الشفقة بالذات على أبعاد متغير الهناء النفسي، ودلالاتها الإحصائية اعتماداً على طريقة البوتستراپ .Bootstrap	٤٠

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
١٤	مخطط لعناصر الإطار النظري (الشفقة بالذات، تقدير الذات)	١
١٥	مخطط لعناصر الإطار النظري (الهناء)	٢
٢١	العلاقة التبادلية الثلاثية بين أبعاد الشفقة بالذات	٣
٣٤	مقارنة بين نموذج ثنائي العوامل (الصورة العليا)، ونموذج التحليل العاملي من الدرجة الثانية (الصورة السفلى)	٤
٥٢	النموذج المعرفي (من أسفل إلى أعلى) لتشكيل وأداء تقدير الذات	٥
٥٤	النموذج الوجداني (من أعلى إلى أسفل) لتشكيل وإداء تقدير الذات	٦
١٠٣	النموذج البنائي المقترح	٧
١١٦	المدى المثالي لمؤشرات جودة المطابقة للنموذج المقترح لبنية مقياس الشفقة بالذات	٨
١١٧	نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الشفقة بالذات	٩
١١٩	النموذج ثنائي العوامل المفترض للشفقة بالذات.	١٠
١٢٩	نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس تقدير الذات	١١
١٤٨	نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الرضا عن الحياة	١٢
١٥٥	مخطط الانتشار الناتج من التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس الوجدان الموجب والسالب	١٣
١٥٩	نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الوجدان الموجب والسالب	١٤
١٦٣	النموذج البنائي المقترح للعلاقات بين متغيرات الدراسة	١٥