البحث السابع :

الخصائص السيكومترية لمقياس التفاؤل والتشاؤم لدى مرضى السرطان

إعداد :

أ. غدير سالم عايد الفليت

قسم علم النفس- كلية الآداب والعلوم الإنسانية

جامعة الملك عبد العزيز المملكة العربية السعودية

الخصائص السيكومترية لمقياس التفاؤل والتشاؤم لدى مرضى السرطان

أ. غدير سالم عايد الفليت

قسم علم النفس- كلية الآداب والعلوم الإنسانية

جامعة الملك عبد العزيز المملكة العربية السعودية

• **المستخلص**:

هدفت الدراسة الحالية إلى إعداد مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى مرضى السرطان ، و التحقق من خصائصه السيكومترية، و تكونت عينة الدراسة (٢٠٤) مريض ومريضة بالسَّرطان، طبق عليهم مقياس التفاؤل والتشاؤم، وتكون المقياس في صورته النهائية (٥٥) فقرة، موزَّعة على خمسة أبعاد، هي: البعد النَّفسي، الاجتماعي، والصحي، والأسري، وأخيرًا البعد الديني وحصل المقياس على معاملات ثبات جيدة بعدة طرق، وظهر اتساق داخلي جيد للعبارات، أما الثبات فقد تم التحقق منه باستخدام معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن مقياس التفاؤل والتشاؤم يتمتع بدلالات صدق وثبات مناسبة لعينة الدراسة، وأوصت الدراسة بتنمية النظرة التفاؤلية، مع التركيز على زيادة الوعي بمرض السَّرطان في المجتمع، والاستفادة من مقياس التفاؤل والتشاؤم لتقييم حالتهم .

كلمات مفتاحية: - خصائص سيكومترية - التفاؤل والتشاؤم - مرضى السرطان

Psychometric properties of the Optimism and Pessimism Scale among Cancer Patients

Ghadeer Salem Ayed Alfilit

Abstract:-

The current study aimed to prepare the scale of Optimism and Pessimism among Cancer Patients , and to verify its psychometric properties, The study sample consisted of (204) cancer patients, the results indicated that the scale consisted of (55) items distributed five dimensions psychological, social , health, family, and finally the religious dimension . The scale obtained good reliability coefficients in several ways, and good internal consistency appeared for the statements. Reliability was verified using Cronbach's alpha coefficient and split-half. The results of the study indicated that the optimism and pessimism scale has appropriate validity and reliability for the study sample. The study recommended developing an optimistic outlook, with a focus on increasing awareness of cancer in society, and making use of the optimism and pessimism scale to evaluate their condition.

Keywords: psychometric properties- Optimism and Pessimism, Cancer Patients.

• **مقدِّمة**:

أظهرت آخرُ الإحصائيات الصادرة عن تقرير السِّجلِّ السعودي للأورام - الذي أصدره المجلسُ الصحي السعودي في المملكة العربية السعودية لعام ٢٠١٦ - ارتفاعَ

حالات السَّرطان؛ إذ بلغ إجماليُّ عدد حالات السَّرطان المكتشفةِ، والمسجَّلةِ من مختلِف المرافق الصحية الحكومية والخاصَّة بالمملكة العربية السعودية (١٦٨٥٩) حالة، وهذه الإحصائيات والأرقام تُوجِبُ علينا التعريفَ بهذا المرض، وتسليط الضَّوء عليه، ومن هنا أصدرت منظمة الصحة العالمية (٢٠١٣) تعريفا لمرض السَّرطان؛ فعرَّفتْه بأنه: "اصطلاحٌ يُستخدم للدلالة على التكاثُر الخبيث الذاتي والعشوائي للخلايا، يؤدِّي إلى تشكيل الأورام التي يُمكِنها أن تغزُو الأعضاءَ المجاورة أو البعيدة؛ وتَحِل محل الأنسجة السليمة لتزاحُمها حول استخدام الأغذية والأكسجين"

وأظهرت كثيرُ من الدراسات الاهتمامَ بمرضى السَّرطان، ولكنها ركَّزت أكثر على الناحية الطبِّية، أمَّا الجانب النَّفسي وربطه ببعض المتغيّرات النَّفسية لدى مرضى السَّرطان، فلم يتطرَّق إليه إلا عددٌ محدود من الدراسات، خصوصًا في المملكة العربية السعودية كدراسة سعد وصافي (٢٠١٩)، وتمام (٢٠١٩).

وذكرت بسيوني (٢٠١١) أنه على الرغم من قِدَم مصطلحيّ التفاؤل والتشاؤم من الناحية الفلسفية، فإن خضوعهما للدراسات النَّفسية المتعمِّقة لم يتجاوز العقود الثلاثة الأخيرة من القرن العشرين، وذلك بعد قيام شيرر وكارفر عام (١٩٨٠) بإعداد مقياس التوجُّه نحو الحياة؛ وذلك لمعرفة العمليات المسبِّبة للسلوك والمبنية على اعتقادهما بأنَّ سلوكيات الفرد تتأثَّر بتوقُّعاته حول نتائج هذه السلوكيات.

والتفاؤل والتشاؤم ليس مجرد اتجاه الفرد نحو نزعة ما، تغلُب عليه أو تحكُم سلوكه وتبدو في مظاهره، بل يمتدُّ تأثيرهما على حياة الفرد؛ فهو مرتبط عضويًا ونفسيًا، فالتشاؤم يؤثر على الصحة النَّفسية والجسمية للفرد؛ فهو مرتبط بالقلق والاكتئاب واليأس أو العجز (عبد الخالق، ٢٠٠٠).

وذكر عثمان (١٩٩٨) أن هناك صِلَةً بين صحَّة الجسد وخُلوِّه من المرض وبين ما يعتريه من تفاؤل أو تشاؤم؛ فالخُلوُّ من المرض يكسُو الإنسان ثوبًا من النشاط والتجدُّد والتطلُّع إلى آفاق الحياة، وسِمَة التطلُّع هذه وثيقة الصِّلة بالتفاؤل والأمل في حيازة كلِّ الأهداف التي تتراءى للإنسان من بعيد، الأمرُ الذي يدعونا إلى القول بأنَّ صحَّة الجسد ربَّما كانت عاملا مساعدًا في استشراف رُوح التطلُّع عند الإنسان ومَدِّه بعزيمة تُتَّخذ من صحة الإنسان ونشاطه وقوَّته وطاقته، وأنَّ المرض - بجميع صُوَره ومستوياته - مثبِّط للهمَّة، ومبدِّدٌ للأمل، من ثم يُعَدُّ بابًا يَلِجُ منه التشاؤمُ والقنوط إلى داخل الإنسان.

وأكَّدت أكثرُ الدارسات الحديثة ارتباطَ التفاؤل بالسعادة والصحَّة، والمثابرة والإنجاز، والنظرة الإيجابية للحياة، أمَّا التشاؤمُ فيرتبط باليأس والإخفاق والمرض، والنظرة السلبية للحياة (الأنصاري وكاظم، ٢٠٠٧).

• **مشكلة الدراسة وتساؤلاتها**:

انطلاقا من واقع الشعور بهذه المشكلة، ومن خلال التعاون مع الأخصائيات في مستشفى الملك فيصل التخصصي بمدينة جدة، بصفة تطوعيّة؛ لتقديم الدورات الترفيهية وكذلك البرامج التعليمية جمعت الباحثة عددًا من المتطوِّعات من الطالبات الجامعيات؛ لتقديم الدَّعم النفسي، وتعزيز الدَّعم الديني لدى المرضى، والحوار معهم للخروج من إطار اليأس والحزن والألم الذي يعيشونه.

استلهمت الباحثة تسليط الضوء على هذه المشكلة؛ من واقع الألم الذي شهدته في المرضى وعائلاتهم من خلال الحديث معهم؛ إذ أظهر كمًّا كبيرًا من الألم الجسدي والنَّفسي؛ جرّاء الصراع لسنواتٍ مع السَّرطان، وأظهر كذلك انخفاض التفاؤل، وارتفاع مستوى النظرة التشاؤمية والخوف من الموت؛ يتبعهُ تدنٍ في التوافق النَّفسي والاجتماعي، تمثَّل في عُزلةٍ يعيشونها.

"بطبيعة الحال يمرُّ الشخص الذي يتم تشخيصه بالسَّرطان بعدّة مستويات من الضغوط النَّفسية والإجهاد العصبي والتقلبات العاطفية، والقلق والجزع والخوف من الموت، والتغيُّرات الجسدية أو تغير الشكل البدني وتغير النظرة إلى الذات والتغير في الموقع والوضع الاجتماعي وطريقة الحياة، وكذلك الاعتبارات المالية والوظيفية، كل هذه القضايا في غاية الأهمية عند أي إنسان يصاب بالسَّرطان، والشعور بالحزن والأسى أمرٌ عادي وتفاعلٌ طبيعي أثناء هذه الأزمة" (جمعية آدم لسرطان الطفولة، ٢٠٠٧، ص. ١).

كما تتأثر شخصية الفرد بالمواقف والظروف التي يتعرض لها من العوامل الاجتماعية والثقافية والتعليمية؛ إذ إن الضغوط النَّفسية لم يسلم منها فردٌ ولا مجتمع ولا شعب من الشعوب، ومن هنا ارتبط مفهوم الصحة النَّفسية بسمتيّ التفاؤل والتشاؤم (الأنصاري وكاظم، ٢٠٠٧).

لوحِظ أنَّ أغلب الدراسات كدراسة كرسوع (٢٠١٢)، قد تطرَّقت لمرضى السَّرطان من الجانب الطبي والدوائي وليس من المنظور النَّفسي ورفع الروح المعنوية، من هنا تنطلق الباحثة استكمالا للتوصيات السابقة القليلة في هذا المجال.

ونظراً إلى أهمية متغير التفاؤل والتشاؤم لدى مرضى السرطان، ولندرة المقاييس في المملكة العربية السعودية خصوصا – في حدود إطلاع الباحثة على قواعد المعلومات والبيانات العربية والأجنبية – تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في إعداد مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى مرضى السرطان ، والتحقق من الخصائص السيكومترية ويتضح مما سبق الحاجة إلى إعداد مقياس عربي لقياس التفاؤل والتشاؤم لدى مرضى السرطان ، حيث تتحدد أسئلة الدراسة فيما يلي :

- هل يتمتع مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى عينة من مرضى السرطان بمؤشرات صدق مقبولة ؟

- هل يتمتع مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى عينة من مرضى السرطان بمؤشرات ثبات مقبولة ؟

• **أهداف الدراسة**:

تهدف الدراسة الحالية إلى إعداد مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى مرضى السرطان والتحقق من خصائصه السيكومترية ، ومدى صلاحيته لقياس التفاؤل والتشاؤم لدى مرضى السرطان

• **أهمية الدراسة**:

تكمن أهمية الدراسة الحالية في جانبين هما:

• **أولا: الأهمية النظرية**

- تستمد الدراسة الحالية أهميتها من أهمية المتغير التي تتناوله وهو التفاؤل والتشاؤم والذي يعد من المتغيرات المهمة لدى مرضى السرطان. وتسليط الضوء على فئة مهمة من المجتمع؛ لكثرة المصابين بمرض السَّرطان، الذي أصبح داءَ العصر.
- تساعد الدراسة الحالية في إمداد المؤسَّسات الصحية والتربوية والاجتماعية بمعلومات وافية ومدروسة عن مظاهر التفاؤل والتشاؤم، وكيفية التخفيف عن المرضى، من خلال قياس التفاؤل والتشاؤم لديهم.
- العودة بالفائدة على المهتمين بمجال القياس النفسي من خلال الاسهام النسبي في منهجية القياس، وذلك من خلال إعداد مقياس التفاؤل والتشاؤ.

• **ثانيا: الأهمية التطبيقية**

- تسهم في تزويد الميدان النَّفْسي بالمقاييس المستخدمة من خلال تصميم مقياس جديد للتفاؤل والتشاؤم لقياس الحالة النَّفْسية للمرضى، ومدى تحسن التوافق النَّفسي لديهم، والوصول بهم إلى مرحلة التوازن النَّفسي، الذي يكون له أثَر واضحٌ في التخفيف عنهم قبل وأثناء وبعد العلاج.
- تسهم الدراسة في إمداد المؤسَّسات للتعرف على المرضى الذين يعيشون هذه القضية، ومن ثمَّ العمل على مساعدتهم في التغلب على محنتهم؛ عن طريق إقامة دورات توعوية بالمرض، وكيفية الاحتواء النَّفْسي والاجتماعي لهم، وتوفير برامج ترفيهية لهم ولذويهم.

• **تعريف متغيرات الدراسة** :

• **التفاؤل**:

أشار Scheier& Carver (2010) أن التفاؤل سمة من السمات الشخصية وحالة تتصف بالثبات خلال مواجهة الموقف، ويعُد التفاؤل هو المحرك الأساسي للحياة، ومعنى ذلك أنه قد يكون الفرد متفائلًا نحو أي موقف فتقع حادثة مفاجئة تجعل منه شخصًا متشائمًا نحو هذا الموقف.

إذ إن شعورنا بالأمل والتفاؤل -إن كان بإدراكنا أم لا - هو الأساس لمدى إدراكنا للواقع ونجاحنا بكل مجالات حياتنا، إن كانت نفسية أو اجتماعية أو عاطفية أو فكرية أو حتى المجالات العملية (عبد الكريم والدوري، ٢٠١٠).

يُعرف بأنه: "نظرةُ استبشارٍ نحو المستقبل، تَجعَل الفردَ يتوقَّع الأفضلَ، ويَنتظر حدوثَ الخير ويرنُو إلى النجاحَ، ويتَّسم بالأمل" (مخيمر وعبد المعطي، ٢٠٠٢، ص. ٧).

هناك عِدَّةُ تعريفات لمفهوم التفاؤل يربط بينها جميعًا حدوثُ الخَير أو توقُّعُ حدوث الخير، ومن هنا عرَّفتْ بسيوني (٢٠١١) التفاؤُلَ بأنه: "الطريقة التي ينظر بها الفردُ للمستقبل حيث يتوقَّع الأفضلَ، ويتطلَّع للنَّجاحِ ويسعى لتحقيق الأهداف" (ص. ٧٤).

ويؤكِّد على ذلك القضاة (٢٠٠٣) إذ يرى أنه: "الشُّعورُ بالرضا والفرَح والسرور ثم السعادة، وما ينعكس عنه من أثرٍ إيجابي على كسْب الإنسان، وعلى عمله وتوجُّهه نحو فِعل الخير" (ص. ١٢٧).

من خلال ما سبق من تعريفات التفاؤل يُمْكن القولُ: إن أكثر الباحثين قد أجمعوا على أنَّ التفاؤل نظرة استبشارٍ وسعادة وتوقُّعٌ للخير وما هو أفضل، كما أنهم اتَّفقوا على أن التشاؤم توقُّعٌ سلبي؛ إذ إنه مفهومٌ يعبِّر عن حدوثِ نتائجَ سلبيةٍ؛ بناءً على التوقعات والأفكار السلبية التي تَصِل بالإنسان إلى اللاسواء.

- **التشاؤم**:

عرَّف كلٌّ من نبيل وشويعل (٢٠١٤) التشاؤمُ بأنه: "توقُّعُ الفردِ العامُّ لوقوع أحداثٍ سلبية في المستقبل، بدلًا من حدوث أحداث إيجابية، وهو لا يقوم ببذل الجهود في سبيل تحقيق أهدافه؛ لاعتقاده بأنَّ الفشل سيكون حَليفه" (ص. ١٥٢).

من خلال ذلك تعرفه الباحثة بأنه: القول أو الفعل المنفِّر وتوقُّع الشَّر أو حدوث المِحن في كلِّ لحظة، وكذلك النظرة التشاؤمية المسيطرة على عقل الشخص المتشائم وتفكيره.

ويعرَّف التفاؤل والتشاؤم إجرائيًّا بأنهما: الدرجة الكلية التي يحصل عليه المفحوص، على مقياس التفاؤل والتشاؤم المستخدم في هذه الدراسة إعداد الباحثة.

- **مرضى السَّرطان**:

عرَّف القرالة (٢٠٠٧) مرض السَّرطان بأنه: "النُّموُّ والانقسامُ غيرُ المقيَّد للخلية، والخارجُ عن الضوابط الخلويَّة المنظمة لعمليات النُّموِّ والتكاثر، والذي يعطي خلايا تختلف في شكلها وطبيعتها عن الخلايا العادية الطبيعية في الجسم، وتعمل هذه الخلايا على إصابة الخلايا الأخرى في النسيج أو في الأنسجة الأخرى؛ بما يُنبئ بتكوُّن شبكةٍ من خلايا تدميرية ذاتِ نُمو غير عادي" (ص. ١٢).

وفي الدراسة الحالية هم الذين يكون تشخيصهم بمرض السَّرطان من قِبَل أخصائي الأورام أو الأطباء المتخصِّصين، من خلال فحوصاتٍ إكلينيكية ومخبرية.

• **الإطار النظري**:

تاريخ الاهتمام بدراسة التفاؤل والتشاؤم بدأ -على أقصى تقدير - في العقود الثلاثة الأخيرة من القرن العشرين؛ فقد نُشِرت في السبعينات من القرون الماضية دراساتٌ قليلة ومتفرقة حتى ظهور أول كتاب أسهم في بلورة هذا المجال، وكان تحت عنوان (التفاؤل بيولوجية الأمل) لمؤلفه تايجر (١٩٧٩) ثم تزايدت البحوث في السنوات اللاحقة على المستوى العالمي، أما على المستوى العربي فالاهتمام بدأ في عام ١٩٩٥ (القحطاني، ٢٠١٣).

سلطت دراسة نجم (٢٠١٩) الضوء على مستوى التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى الشباب الجامعي، كما اشتملت على عيِّنة من طلبة الجامعة الإسلامية، وكان من أهم النتائج التي أسفرت عنها: وجود علاقة موجبة بين التفاؤل وجميع أبعاد الرضا عن الحياة، كما تكمن العلاقة السالبة بين التشاؤم وأبعاد الرضا عن الحياة.

من خلال ما سبق من التعريفات عن التفاؤل والتشاؤم يتَّضح أنه لكي يعيشَ الإنسان بصحَّة نفسية معتدلة وتفاؤل مرتفع - إذ يؤثِّر هذا إيجابيًّا على شخصيَّته وحياته وتحقيق أهدافه - ينبغي أن يَصِلَ إلى مرحلةٍ من التوازن النَّفسي، وهذه المرحلة يَصِلها عن طريق التوافق وأبعاده المختلفة؛ كالتَّوافق النَّفسي والتوافق الاجتماعي، وكذلك المِهْني والدِّيني والصِّحي، وهذا ينطبق على جميع فئات المجتمع، ويقينًا يظلُّ المرْضى في احتياجٍ دائم إلى التفاؤل والتوافق معًا لرفع الرُّوح المعنوية لديهم، وكذلك إلى التفكير الإيجابي، والنظر من زاوية أشدَّ تفاؤلا.

• **الصِّفات التي يتميَّز بها المتفائلون والمتشائمون**:

يتميَّز كلٌّ من المتفائلين والمتشائمين بمجموعةٍ من المميزات، يمكِن من خلالها التنبُّؤ بتوجُّهاتهم نحو الحياة المستقبلية، ولا يُشترط لهذه المميزات أن تكون مجتمِعة لديهم، كما أنها تَظهر عند الأفراد بدرجاتٍ متفاوتة.

وقد ذكر جولمان (٢٠٠٠) سمات المتفائِل عمومًا بما يلي:

- الثِّقة بالنَّفْس والقدرة على خَوض المخاطر المدروسة للوصول إلى تحقيق الأهداف.
- المرونة في اختيار السُّبُل المناسبة للوصول إلى تحقيق الرغبات، وتغيير الأهداف التي يَعجَز عن تحقيقها، وتقسيم المهامِّ إلى أجزاءَ بسيطةٍ؛ حتى يمكِن التعاملُ معها.

- عدم الاستسلام للقلق والضغوط، وتجنُّب المواقف الانهزامية.
- المتفائل أقْدَرُ على التكيُّف الفعَّال مع مواقف الحياة الضاغطة، ولديه القدرةُ على اتِّباع أساليبَ مباشرةٍ ومرِنة لحلِّ المشكلات التي تواجهه.
- المتفائل أشدُّ تركيزًا في نمط تفكيره، وأشدُّ إصرارًا على اجتيازها، وأكثرُ استخدامًا لأساليب المواجهة الفعَّالة التي تركز على المشكلة.
- كما يزداد لجوءُ المتفائل إلى التخطيط في المواقف الضاغطة، والاستفادة من الخبرات السابقة، ولديه قدرةٌ عالية على الضَّبط الداخلي، وعلى إعادة التغيير الإيجابي للمواقف المحيطة.

كما ذكر أنه يكون لدى المتشائمين مجموعة من الخصائص، يمكِن من خلالها التنبُّؤُ بتوجُّهاتهم نحو الحياة وأحداثها، وهذا بيانُها:

- انخفاض درجة الضَّبط الداخلي، وإرجاع إخفاقهم إلى عواملَ خارجيةٍ.
- انخفاض تقدير الذات، وانعدام الكفاءة.
- تَغلِب على المتشائمين مشاعرُ الإخفاق والانهزامية في مواجهة المواقف الضاغطة.
- استخدام أسلوب مواجهةٍ يرتكز على الانفعالات؛ لِمَا يتضمَّنه ذلك من هروبٍ عن طريق الانغماس في الذات، والبحث عن المساعدة من الآخَرين، والتجنُّب السلبي.
- استخدام أساليبَ غير مرنة وغير متكيِّفةٍ في مواجهة الإحباطات.
- تَغلِب عليهم النظرة السَّوْداوية نحو الحياة المستقبلية (بوقفة، ٢٠٠٦).

- **النظريات التي فسَّرت التفاؤل والتشاؤم**:

تعدَّدت النظرياتُ التي تحدَّثتْ عن التفسيرات المختلفة للتفاؤل والتشاؤم؛ إذ وُضعتْ هذه التفسيرات تبعًا لاختلاف المنهج الذي اتَّبعه كلُّ باحث في تناوله للسلوك الإنساني وتفسيره له، وفيما يلي نستعرض بعضًا من هذه النظريات.

- **أولًا- الاتجاه التحليلي**:

ويتَّفق إريكسون Erikson مع فرويد Freud في أنَّ المرحلة الفميَّة الحِسِّية قد تشكل لدى الرضيع الإحساسَ بالثقة الأساسية، أو الإحساسَ بعدم الثقة، والذي يظلُّ المصْدرَ الذاتيَّ لكل من الأمل والتفاؤل أو اليأس والتشاؤم خلال بقيَّة الحياة، فحين تستجيب الأمُّ لِجُوع الطفل بالتغذية المناسبة والعطف يتعلَّم بعضَ الارتباطات بين حاجاته والعالم الخارجي، وهذا هو الشعورُ الأوَّليُّ بالثقة، أمَّا إذا ما أهملت الأمُّ احتياجاتِ وليدها فإنه يتولَّد لديه ما أسْماه Erikson بالشَّك، وإذا ما كان المعدِّلُ السيكولوجي بين هذَين المتغيِّرَين (الثقة وعدم الثقة) كبيرًا لصالح الشك، فمعنى هذا أنَّ يؤدِّي بالطفل إلى عدم التكيُّف فيما بعدُ والاتِّصافِ بالتشاؤم، ويتحقق العكسُ إذا كانت درجة الثقة أقوى؛ فإنَّ الطفل يتعلَّم رؤية

العالم بتفاؤلٍ وأمل، وتمتُّعُ الأنا بهذه الإيجابية وتكيُّفُها يساعده على النُّموِّ خلال بقيَّة حياته (عبد الرحمن، ١٩٩٨).

• **ثانيًا- الاتجاه السلوكي**:

يرى السُّلوكيون أنَّ التفاؤل والتشاؤم - كغَيره من أنواع السُّلوك - يمكِن أن يتشكَّل من خلال الاقتران، أو على أساس الفعل المنعكس الشَّرطي، ويمكن عدُّ التفاؤل والتشاؤم من الاستجابات المكتسَبة الشرطية؛ فتَكرارُ ظهور مثيرٍ ما في حادثٍ سيِّئ لشخصٍ ما، أو تَكرارُ حدوث هذا المثير، قد يؤدِّي إلى التشاؤُم، أمَّا ارتباطُ مثيرٍ ما بشيءٍ سارٍ فيترتَّب عليه التفاؤلُ عند شخصٍ آخر(محيسن، ٢٠١٢).

كما ورد في دراسة السنهوري (٢٠١٣) أن سكنر يَعُدُّ الإنسان بطبيعته متفائلًا؛ ذلك بأنَّ له الحقَّ في تغيير محيطه وتعديله، وإدخال أيِّ شيء يرغب فيه أو يراه مناسبًا. وفي هذه الحالة يكون الفردُ مُراقِبًا، وعلى الرَّغم من أن سكنر يرى أنَّ الناس يعملون كما تعمل الآلات، وأنهم نِتاجُ التعلُّم والممارسة، فإنه يرى أنهم قادرون على بناء محيطهم ومستقبلهم، وعلى الرَّغم من أنَّ الناس مُراقَبون بمحيطهم فإنهم مسؤولون عن تصميمه؛ كما أنهم ينتجون الثقافة واللُّغة والعادات والتقاليد، وكلُّ هذه الإنجازات هي في الحقيقة لصالح البَشَر وخدمتهم، فمن هذه الناحية يكون الفردُ مُراقِبًا ومُراقَبًا في الوقت نفسه.

• **ثالثًا- العجز المتعلَّم لمارتن سليجمان**:

مارتِن سليجمان (seligman) هو الأبُ الرُّوحي لعلِم النَّفْس الإيجابي ومؤسِّسُه؛ إذ يركِّز على فكرة الإيجابية، وعلى كلِّ ما يمْكِن أن يخلق السعادة البشرية، لا على التوقُّف على كلِّ ما هو سلبيٌّ أو مكسور داخلَ الفرد.

من هنا يرى Martin (2000) أنَّ الآليَّة المسؤولة عن اكتساب التفاؤل والتشاؤم إنما تعود إلى أسلوب التفكير الذي يمارسه الفردُ في مواجهة المواقف المزْعِجة والمفرِحة، وهو ما يسمَّى بالأسلوب التفسيري التفاؤلي والأسلوب التفسيري التشاؤمي.

كما لُوحظ ارتباطَ التفاؤل والتشاؤم بالأسلوب التفسيري، وهي الطريقةُ التي يفسِّر بها الأشخاصُ كيفيةَ الأحداث وأسبابها بالطريقة التي يريدونها؛ ففي هذا النموذج التفسيري تؤثِّر التفسيراتُ السلبية للأشخاص، والمتعلقة بأحداث الماضي، على توقعاتهم الخاصَّة بالسَّيطرة على الأحداث المستقبلية، ومن ثَمَّ تؤثِّر التفسيراتُ على المشاعر والسلوك.

ومن خلال هذه النظرية طوَّر مؤسِّسُها برنامجًا لتصحيح التفسيرات المتشائمة للمشكلات والأحداث السلبية، إضافة لبرنامجٍ فعَّالٍ جدًّا في تحويل المفكِّرين المتشائمين ليكونوا مفكِّرين متفائلين.

مِن هنا نستخلص أنَّ هذه النظرية ركَّزتْ على إعادة هيكلة نموذج العجْز المتعلم الذي يهتمُّ بأسلوب الإسنادات التي يؤدِّيها أو يسلكها الناسُ تجاه الأحداث السلبية في الحياة، وإعادة التفكير والتفسير بطريقة إيجابية تقودُ إلى التفاؤل

• **رابعًا- التفسير البيولوجي للتفاؤل والتشاؤم**:

ذكرت الشريف (٢٠٠٥) أنه لم يُتعرَّف إلي الآن على منشأ التفاؤل والتشاؤم تعرُّفًا تامًّا؛ وأن الباحثين قد أشاروا إلى تناقض هذَين المفهومَين لغويًّا، وأنهما يقعان على قطبٍ واحد كالانبساط والانطواء، ويرى (ميدو وأليفارس وجون) أنهما سِمَتان تتوزَّعان على بُعدَين مختلفين حتى لو كانتا على علاقة.

وخلاصةُ القول - كما ذكرها القبيسي (٢٠١٠) - أنَّ التفاؤل والتشاؤم، وإنْ كان هناك جزءٌ منه موروثًا، فإنَّ جوانبَ التربية والخبرة في سنِّ الطفولة تؤدِّي دَورًا مهمًّا في تكوين السِّمَات التفاؤلية والتشاؤمية؛ فالتفاؤلُ يتأثَّر بالجيناتِ، وتشاؤم الوالدين، والنَّقدِ المتشائم من قِبَل الآباء والمعلمين، والتَّجارِبِ التي تُشيع داخل الفردِ العجزَ وفقدانَ السيطرة.

• **خامسًا- نظرية السِّمات**:

ترى هذه النظرية أن الشخصيةَ عبارة عن مجموعةً من السِّمات، وهذه السِّماتُ تُعَدُّ صفاتٍ ثابتةً نسبيًّا، وهي تؤثِّر على سلوك الفرد وتميِّزه عن غيره من الأفراد؛ لذا فهي تدلُّ ضِمنًا على ثباتِ السلوك وعموميَّته، وتتوقَّف هذه السِّماتُ على عواملَ وراثيةٍ وجسدية متعلقة بالجهاز العصبي للفرد، كما تتوقَّف على عوامل البيئة؛ وخاصَّة التعلُّمَ والاكتساب. ومن رُوَّاد هذه النظرية جوردن آلبرت، وكاتيل (حسن، ٢٠٠٨).

ويذكر عبد الواحد (٢٠١٠) رؤية كاتيل للسِّمَة حيث أنها اللَّبِنةَ الأساسية في بناء الشخصية، وتُعَدُّ السِّمة واحدة من أبرز المفاهيم في نظريته، وقد كانت أكثرُ بحوثه في سِماتِ الشخصية، فأنكر أنَّ بعض السِّمات تُحدَّد وراثيًّا؛ فمثلًا أنْ يكونَ الفردُ ذا مِزاج حاد وعصبي، كما رأى أنَّ بعضَ السِّمات تنشأ من خلال البيئة وتأثيرها ومواقفها، وتتأثَّر تأثُّرًا شديدًا بثقافة الإنسان، ومن هذه السِّمات التفاؤلُ والتشاؤم. وقد أكد كاتيل أن هذه السِّمات التي تتأثَّر بثقافة الإنسان يمكن أن تتأثَّر وتتغيَّر باختلاف استجابات الأفراد للمواقف؛ فمثلًا أحدُ الأفراد يكون متفائلًا في إحدى الاستجابات، ولكنه يميل إلى التشاؤم في موقفٍ ما، ولذلك تكون هذه السِّماتُ غيرَ مستقرَّة وعُرْضة للتبديل والتغيير.

• **سادسًا- النظرية المعرفية**:

أشارت اليحفوفي (٢٠٠٢) في دراستها إلى أنَّ اللُّغة والذاكرة والتفكير تكون إيجابية بصورةٍ انتقائيَّة لدى المتفائلين؛ إذ يستخدم الأفرادُ المتفائلون نسبة أعلى من الكلمات الإيجابية مقارَنةً بالكلمات السلبية؛ سواءٌ كانت في الكتابة، أو الكلام، أو التذكُّر الحرِّ؛ فهُم يتذكَّرون الأحداثَ الإيجابية قبل السَّلبية.

إنَّ أسلوب تفكير الشخص يحدِّد ما إذا كان متفائلًا أمْ متشائمًا؛ لأنَّ الإنسان المتشائم يعاني من نظرته وأفكاره السلبية عن الحياة، وهذا يعرِّضه للحُزْن والقلق والاكتئاب، لذا يحمي الشخصُ المتفائل نفسَه من هذه المشاعر بأفكاره ونظرته الإيجابية للحياة (السهل والعبد الله، ٢٠٠٩).

- **سابعًا- نظرية التعلُّم الاجتماعي**:

يرى السليم (٢٠٠٦) أنَّ التفاؤل والتشاؤم مكتسَبان من البيئة عن طريق مُحاكاته واندماجه وانفعاله معها، وتقليده للغَير عند وجود الدافعيَّة لذلك.

حيث يرى أصحابُ نظرية التعلُّم الاجتماعي أنَّ التقويمَ المعرفي، والكفاءةَ الذاتية، وتوقعاتِ النتائج، جميعُها يمثِّل استجاباتٍ تقتصر على موقفٍ معيَّن، وليست مُيُولًا أو ما يُشْبه السِّماتِ الشخصية. وهذا يعني - من وجهة نظرهم - أنَّ أيَّ فرد قد يكون متفائلًا في بعض المواقف، ومتشائمًا في الوقت نفسه في مواقفَ أخرى (محمد، ٢٠٠٢).

ومن بين الآراء التي قدَّمها أصحابُ نظرية التعلُّم الاجتماعي أنَّ بقاء شخصية الفرد يتوقف على التوقعات والأهداف والطموحات وفعالية الذات؛ إذ تَعمل هذه الأبنية تفاعُليًّا عن طريق التعلُّم بالملاحظة، ولذلك يرتبط سلوك الفرد بتاريخ التدعيم في بعض المواقف، وبناءً على ذلك قد ينجح بعضُ الأفراد في أداء بعض المَهامِّ في بعض المواقف، ومن ثَمَّ تتكوَّن لديهم توقعاتٌ سلبية تجاه هذه الأمور والمواقف، وكثيرًا ما يَغلِب عليهم التشاؤمُ، وبهذا يختلف الأفرادُ في توقعاتهم للنجاح والإخفاق إزاءَ أحداث الحياة المستقبلية، ومن ثَمَّ تَظهر الرابطة الواضحة بين التوقعات المستقبلية والتفاؤل والتشاؤم على أساس نظرية التعليم الاجتماعي (المقبول، ٢٠١٧).

- **ثامنًا- تنظيم الذات**:

وضع مايكل شاير، وشارلز كارفر Charles Carver & Michael Scheier في عام (١٩٨٥) نموذجًا يفسِّر كيف يمْكن للتفاؤل أن يؤثِّرَ على السلوك؛ وكانا وَجَدَا أنه كلَّما صار الأفرادُ أنْجح في مواجهة التحديات كانوا أشدَّ تفاؤلًا بشأن قدرتهم على التعامل مع المشكلات؛ ذلك أنَّ الفرد المتفائل قادرٌ على تنظيم ذاته أو التحكم في مرضه، وسوف يسعى جاهدًا للمحافظة على صحَّته، وللإيمان بأنَّ تحدِّيات المستقبل سوف يكون لها نتائجُ إيجابيةٌ. وعلى النقيض من ذلك يُخفِق المتشائمُ في التعامل مع الصعوبات؛ فحين يواجه مشكلة ما ينسحب أو لا يواجهها، لهذا يكون التفاؤلُ أشدَّ مُلاءمةً ونفعًا للمُحافِظ على سلامة الذَّات عند إصابته بمرضٍ مزمنٍ؛ كمرض السُّكري.

من هنا يمكن القول أنه كلَّما كان للفرد قدرةٌ على التصدِّي ومواجهةِ كلِّ ما هو سلبيٌّ، وما يعوق طريقه إلى النجاح أو المضيِّ قدُمًا، كان نصيبُه من التفاؤل

أكبرَ، أمَّا إذا وصل إلى مرحلةٍ من الاستسلام واليأس، والعجز عن التصدِّي، أو عن الوصول إلى تحقيق ذاته أو متطلباته، أو اجتياز الظروفِ الصَّعبة والمواقف المؤْلِمة، فسوف تكون النتيجة حتمًا الوصولَ إلى التشاؤم والحزن، والسلبية في التفكير والسلوك والانفعالات.

• **ثانيًا- الدراسات السابقة**:

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة ذات الصِّلة بموضوع التفاؤل والتشاؤم تبيَّن أنَّ هناك عددًا من الدراسات المتنوِّعة التي تدور حول التفاؤل والتشاؤم من حيث علاقتُها بمتغيِّراتٍ مختلفة ،تعرض على النحو التالي:

أجرى (Krypel, 2010) دراسةً هدفتْ إلى استكشاف المعاني التي يُضفِيها طلابُ المرحلة الجامعية على تعليمهم، وعلاقتها بالتفاؤل والضغوط النَّفْسية، واستكشاف العلاقة بين التفاؤل والضغوط النَّفْسية،وقد تكوَّنت عيِّنة الدراسة من (٣٠٩) من طلاب جامعة ميدويسترن منهم (١٠٥) من الذُّكور، و(٢٠٤) من الإناث، وقد شارك الطلابُ طَوْعًا في الدراسة، وكانوا من ضمن الملتحِقين بدَورة مقدِّمة في علم النَّفْس، كما استخدمت الدراسة مقياسَ كوهين للضغوط النَّفْسية المحسوسة (Cohen, 1983) ، وتَبَعًا لذلك طَبَّقتْ أيضًا اختبارَ التوجُّه نحو الحياة لشير (Scheie, 1994)؛ لقياس التفاؤل والتشاؤم لدى أفراد العيِّنة، نتائجها عن وجودِ علاقة ارتباطيَّة سلبية بين التفاؤل والضغوط النَّفْسية؛ الطلبةُ الأكثرُ تفاؤلًا أقلَّ عُرْضة للضغوط النَّفْسية، وجودَ فروق في مستوى الضغوط النَّفْسية - تعزى إلى متغيِّر الجنس - لصالح الذكور، وعدمَ وجود فروق في مستوى التفاؤل تعزى إلى متغيِّر الجنس، وكذلك وجودَ علاقة ارتباطيَّة موجبة بين التفاؤل واستراتيجيات حلِّ المشكلات،

كما هدفت دراسة (المجدلاوي، ٢٠١٢) إلى معرفة مدى شيوع التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة والأعراض النفسجسمية، لدى موظفي الأجهزة الأمنية الذين تركوا مواقع عملهم بسبب الخلافات السياسية في قطاع غزة، و العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم و الرضا عن الحياة والأعراض النفسجسمية، ومعرفة الفروق في متغيرات الدراسة تبعا للمتغيرات الديموغرافية (العمر، والدخل، وسنوات الخدمة). وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٥) من موظفي الأجهزة الأمنية، كما استخدم الباحث مقياس التفاؤل والتشاؤم ومقياس الرضا عن الحياة ومقياس الأعراض النفسجسمية، من إعداده، نتج عنها تباين مستوى كل من التفاؤل والتشاؤم لدى أفراد العينة، و وجود علاقة سالبة بين التشاؤم والرضا عن الحياة، ولا توجد علاقة بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة وبين الأعراض النفسجسمية، وعدم وجود فروق في مقياس التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة تبعاً للمتغيرات الديموغرافية، وجدت الفروق في مقياس الأعراض النفسجسمية تبعا للمتغيرات الديموغرافية؛ إذ تبين أن الأفراد الذين تكون أعمارهم كبيرة

ويتمتعون بارتفاع في الدخل وزيادة عدد سنوات الخبرة، ترتفع لديهم الأعراض النفسجسمية .

وأوضحت دراسة (محيسن، ٢٠١٢) إلى الكشف عن التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة الأقصى بغزة وعلاقتهما بالتديّن، ودرجة اختلاف الفروق في التفاؤل والتشاؤم باختلاف الجنس، والتخصص، ومكان السكن، والحالة الاجتماعية، كما تكوّنت عينة الدراسة من (٢٦٣) من طلبة جامعة الأقصى بغزة، ولتحقيق أهداف الدراسة اتّبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي، حيث استخدم مقياس التفاؤل والتشاؤم، من إعداد الباحث، ونتج عنها وجود علاقة إيجابية بين تفاؤل الطالب ودرجة تديّنه، وعلاقة سلبية بين التشاؤم ودرجة التديّن، وعدم وجود فروق في التفاؤل والتشاؤم تُعزى إلى متغير الجنس، ووجدت الفروق في التفاؤل والتشاؤم تبعًا لمتغير الحالة الاجتماعية؛ إذ إن المتزوجين أقل تشاؤمًا من غير المتزوجين.

وكشفت دراسة (المقبول، ٢٠١٧) عن العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم ومهارات التواصل الاجتماعي لدى ضعاف السَّمع بولاية الخرطوم، وكذلك معرفةِ الفروق الإحصائية حسَب كلِّ متغيِّر (النَّوع، والعُمر، والحالة الاجتماعية)، وقد اتَّبعت الباحثةُ المنهجَ الوصفي، وبلغ حجمُ العيِّنة (١٠٠)؛ منهم (٥٠) ذكرًا و(٥٠) أنثى، اختيروا بالطريقة العشوائية البسيطة، كما طُبِّق مقياسُ التفاؤل والتشاؤم، ومقياس مهارات التواصل الاجتماعي، واستُخدمت الأساليبُ الإحصائية لتحليل التباين (ألفا كرونباخ)، وتحليل التباين الأحادي (أنوفا)، ومعامل ارتباط بيرسون، واختبار (ت) لمجتمع واحد، واختبار (ت) لعيِّنتَين مستقلتَين، والحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS). هذا، وقد أسفرتْ نتائجُ الدراسة عن ارتفاعِ التفاؤل لدى ضِعاف السَّمع مقابلَ انخفاض معدَّل التشاؤم لديهم، وعدمِ وجود علاقة بين التفاؤل والتشاؤم ومهارات التواصل الاجتماعي، ووجودِ فروقٍ ذاتِ دلالة إحصائية في التفاؤل والتشاؤم تبعًا لمتغيِّر النَّوع، وعدمِ وجود فروق ذاتِ دلالة إحصائية في مهارات التواصل الاجتماعي تبعًا لمتغيِّر الحالةَ الاجتماعية والعُمر.

وهدفت دراسة (نجم، ٢٠١٩) إلى التعرُّف على مستوى التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرِّضا عن الحياة لدى الشباب الجامعي، وقد اعتمدت الباحثةُ المنهجَ الوصفي التحليلي، واشتملت عيِّنة الدراسة على (٣٣٥) طالبًا وطالبة من الجامعة الإسلامية المسجَّلين في الفصل الصيفي. أمَّا عن الأداة فقد استخدمت الباحثةُ استبانةً من إعدادها؛ لقياس الرِّضا عن الحياة، كما استخدمت مقياسَ التفاؤل والتشاؤم من تعريب الدكتور مجدي الدسوقي. وقد أسفرت نتائجُ الدراسة عن حصول بُعد التفاؤل على المرتبة الأولى، بوزن نسبي قدرُه (٧٠,٠١٪)، وحصول بُعد التشاؤم على المرتبة الثانية، بوزن نسبي قدرُه (٤٨,٨١٪)، كما أظهرت النتائجُ وجودَ علاقة ارتباطية موجبة بين التَّفاؤل وجميع أبعاد الرِّضا عن الحياة والدرجة

الكُلِّية، ووجودَ علاقة سالبة بين التشاؤم وأبعاد الرِّضا عن الحياة، وعدمَ وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى متغيِّرات (الجنس، والحالة الاجتماعية، والتخصُّص، والمستوى الدراسي، والمعدَّل التراكمي).

في السِّياق نفْسه هدفت دراسة (الديابي وآخرين، ٢٠١٩) إلى الكشف عن التفاؤل في ضوء نموذج التوجُّه نحو الحياة وعلاقته بالكفاءة الذاتية والسعادة، لدى طلبة جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية، ولتحقيق هدف الدراسة استُخدم مقياسُ التفاؤل (Carve& Scheier, 1994) ، ومقياسُ الكفاءة الذاتية العامَّة (Schwarzer& Jerusalem, 1995)، وقائمة أكسفورد للسعادة، وتكوَّنتْ عيِّنةُ الدراسة من (٣٥٨) طالبًا وطالبة، اختيروا بالطريقة المتيسِّرة، وأظهرت النتائجُ وجودَ علاقة ارتباطية دالَّة إحصائية بين التفاؤل والكفاءة الذاتية من جهة، والتفاؤل والسعادة من جهة أخرى، أمَّا عن اختلاف التفاؤل وَفْقًا للجنس فقد أظهرت الدراسةُ عدمَ وجود فروق تعزى إلى للجنس وللتخصُّص، كما أوضحت وجودَ فروقٍ في درجات الكفاءة الذاتية وَفقًا للجنس لصالح الذكور، كما أظهرت فروقًا في درجات السعادة وَفْقًا للجنس والتخصُّص لصالح الإناث والكليات العلمية.

- **إجراءات الدراسة** :

- **مجتمع الدراسة**:

حيث يشتمل مجتمع الدراسة الحالي على جميع مرضى السَّرطان - من الذكور والإناث - بمستشفى الملك فيصل التخصصي، وكذلك المستشفى الجامعي، وجمعية مُتعافي لمرضى السَّرطان بمدينة جدة.

- **العيِّنة الفعلية للدراسة**:

جاء اختيار أفراد العيِّنة عشوائيًا، في مدينة جدة، وفي ثلاث جهات تمثل مجتمع الدراسة، وهي: مستشفى الملك فيصل التخصصي، والمستشفى الجامعي، وجمعية متعافي، وعليه فإن العيِّنة الفعلية بلغت (٢٠٤)، منهم (١٠١) ذكور و(١٠٣) إناث. ويوضح الجدول رقم (١) توزيع المقياس على أفراد العينة تبعًا للجهة.

جدول (١) توزيع المقياس على أفراد العينة تبعًا للجهة

الجهة	المستشفى التخصصي	المستشفى الجامعي	جمعية متعافي	المجموع
إناث	٤٨	٢٩	٢٦	١٠٣
ذكور	٤٠	٣٠	٣١	١٠١
مجموع	٨٨	٥٩	٥٧	٢٠٤

- **خطوات إعداد المقياس**

- **وصف المقياس وخطوات بنائه**:

تم الاطلاع على مقاييس متعدِّدة في موضوع التفاؤل والتشاؤم؛ للاستفادة منها في إعداد أداة الدراسة؛ مثل: مقياس التفاؤل والتشاؤم للباحث "ديمبر" (١٩٨٩)،

والمترجم من قبل "مجدي الدسوقي" (٢٠٠١)، ومقياس التفاؤل والتشاؤم لـ"عبد الخالق" (١٩٩٦)، وأيضًا من خلال الاطلاع على الإطار النظري والدراسات السابقة، وكذلك الاستفادة من المقابلات الشخصية مع بعض مرضى السَّرطان؛ إذ أُقيمت دروات وبرامج تطوعية وترفيهية توعوية للمرضى ولذويهم المرافقين لهم، بالإضافة إلى مشاركتهم بمقال اجتماعي بعنوان (التكافل الاجتماعي) لدعمهم معنويًّا ونفسيًّا.

- **طريقة التصحيح**:

تمت صياغة فقرات المقياس في صورته الأولية، حيث تكون من (٥٦) عبارة، كان توزيع العبارات على خمسة أبعاد مختلفة للتفاؤل والتشاؤم، لدى مرضى السَّرطان، جاء اشتقاقها من الإطار النظري، ومفاهيم الدراسة، وطبيعة مرض السَّرطان، وقد صُمم المقياس لتقدير سمتي التفاؤل والتشاؤم كل على حدة، للراشدين.

- **كما وُضِعت ثلاثة استجابات للمقياس على درجاتٍ متدرجة، كما يلي**:

جاء تقدير الدرجات على أساس أن تُعطى للمفحوص درجةٌ واحدةٌ إذا كانت إجابته: (لا تنطبق)، ودرجتان إذا كانت إجابته: (تنطبق إلى حد ما)، وثلاث درجات إذا أجاب بـ(تنطبق تمامًا). بحيث تُمثَّل الدرجة الكلية على المقياس لكلِّ بُعدٍ على حِدَة، بعد التفاؤل بدرجته الكلية، وكذلك بعد التشاؤم بدرجته الكلية؛ لأنه مقياسٌ حديٌّ.

حيث تم تصحيحه بناءً على العبارات الخاصة الموضحة برقم العبارة لمحور التفاؤل وكذلك هناك عبارات موضحه برقم العبارة لمحور التشاؤم، وبذلك تحسب درجةٌ واحدةٌ إذا كانت إجابته: (لا تنطبق)، ودرجتان إذا كانت إجابته: (تنطبق إلى حد ما)، وثلاث درجات إذا أجاب بـ(تنطبق تمامًا).

كما عُرِض المقياسُ على لجنة محكَّمين من مختلف الجامعات، وعددهم (٨) محكَّمين، وبناءً على الآراء ونسبة الاتِّفاق بينهم جاء تعديل بعض العبارات وإعادة الصياغة، وحذف عبارة (٢) في البُعد الأول في الصورة الأولية، وأصبح المقياس في صورته النهائية (٥٥) عبارة موزَّعة بين التفاؤل والتشاؤم.

وكانت العبارات أو الفقرات التي تمثِّل محور التفاؤل على المقياس (٣٤) عبارة، أرقامها هي:

(١ -٤ -٥ -٩ -١٠ -١١ -١٢ -١٣ -١٦ -١٧ -١٨ -٢٠ -٢١ -٢٤ - ٢٥ -٢٧ -٣١ -٣٢ -٣٤ -٣٥ -٣٧ -٣٨ -٣٩ -٤١ -٤٤ -٤٦ -٤٧ -٤٨ - ٤٩ -٥٠ -٥١ -٥٣ -٥٤ -٥٥).

أما العبارات أو الفقرات التي تمثِّل محور التشاؤم على المقياس، فكانت (٢١) عبارة، أرقامها هي: (٢ -٣ -٦ -٧ -٨ -١٤ -١٥ -١٩ -٢٢ -٢٣ -٢٦ - ٢٨ -٢٩ -٣٠ -٣٣ -٣٦ -٤٠ -٤٢ -٤٣ -٤٥ -٥٢).

• **أبعاد المقياس**:

جاء تعريف الأبعاد الخمسة إجرائيًّا على النحو التالي:

- البُعد النَّفْسي: يتمثَّل في مدى تأثير التفاؤل والتشاؤم على الجانب النَّفْسي للشخص، ويشمل: تقلب المزاج، والحزن أو الفرح في بعض الأوقات، واستقرار الحالة العصبية، وسرعة البكاء، والشعور بالضيق والاكتئاب، والشعور بالراحة النَّفْسية.
- البُعد الاجتماعي: يتمثَّل في مدى تأثير التفاؤل والتشاؤم لدى مرضى السَّرطان، على الجانب الاجتماعي والعلاقات الاجتماعية، في مكان الدراسة أو مكان العمل أو مع الأصدقاء أو في أماكن تلقي العلاج، وأيضًا المشاركة في النشاطات الاجتماعية، أو عدم الرغبة في المشاركة، ومدى الانسجام مع الأصدقاء والتكيُّف مع بيئة العمل والآخرين.
- البُعد الصِّحي: يتمثَّل في مدى تأثير التفاؤل والتشاؤم لدى مرضى السَّرطان على صحة الفرد، ومدى تحمُّله، وكيفية تقبُّله للمرض، سواءٌ من زاوية إيجابية أو سلبية، والتكيُّف مع الجلسات العلاجية؛ كجلسات العلاج الكيماوي أو العلاج الإشعاعي، وتوقع الأسوأ أو الأفضل في حالته الصحية، والقلق على ما يهدِّد حياته.
- البُعد الأسري: يتمثَّل في مدى تأثير التفاؤل والتشاؤم على المريض من ناحية أسرته وعلاقته معها، وكيفية التكيُّف مع الأسرة رغم ظروف مرضه، ومدى توفير الأسرة الجو الملائم للمريض، والمشاكل الأسرية، وحضور الجلسات العائلية ومستوى التوافق بين المرضى وأسَرهم، والشعور بالحبِّ والدَّعم من داخل الأسرة.
- البُعد الديني: يتمثَّل في مدى تأثير التفاؤل والتشاؤم على المرضى من الناحية الروحانية والالتزام الديني، ومدى تقبُّل هذا الابتلاء من الله، والرضا أو الجزع في هذه المصيبة، والشعور بالطمأنينة عند أداء العبادات، وزيادة أو ضعف الوازع الديني بعد الإصابة بالمرض، والدعاء والحرص على الأذكار.

• **صدق المقياس**:

كان الاعتمادُ على ثلاثة أنواع من الصِّدق، وهي:

• **الصِّدق الظاهري (صدق المحكَّمين)**:

ويقصد به "المظهر العام للاختبار أو الصورة الخارجية له من حيث نوع المفردات وكيفية صياغتها ومدى نضوجها" (الغريب، ١٩٨١، ص. ٦٨٠).

حيث عُرِضَ المقياس على عددٍ من المحكّمين والمتخصِّصين، الذين بلغ عددهم (٨) محكّمين؛ لإبداء آرائهم حول المقياس من حيث وضوح تعليماته، ومدى ملاءمة الأبعاد لقياس مستوى التفاؤل والتشاؤم، ومدى ملاءمة كلِّ عبارة للبعد الخاص بها، ودرجة الوضوح والدقة في صياغة كل عبارة، إضافةً إلى مدى كفاية العبارات الخاصة بقياس كل بعد من الأبعاد.

أشار بعض السادة المحكَّمين إلى إجراء بعض التعديلات الخاصة ببعض العبارات؛ حتى يكون أكثر وضوحًا، وقد أجرت الباحثة جميع التعديلات المطلوبة؛ إذ كان المقياس بصورته الأولية (٥٦) فقرة، حُذِفت الفقرة رقم (٢) في البعد الأول من الصورة الأولية للمقياس؛ نظرًا لعدم موافقة المحكَّمين عليها بنسبة (٨٠٪)؛ ليصبح المقياس في صورته النهائية (٥٥) فقرة، موزَّعة على خمسة أبعاد، هي: البعد النَّفسي، والبعد الاجتماعي، والبعد الصحي، والبعد الأسري، وأخيرًا البعد الديني.

كما أنَّ الجدول التالي يوضِّح نسب اتِّفاق المحكَّمين على عبارات المقياس، كما يلي:

جدول (٢) نسبة اتِّفاق المحكَّمين على عبارات مقياس التفاؤل والتشاؤم

م	نسبة الاتِّفاق	م	نسبة الاتِّفاق	م	نسبة الاتِّفاق	م	نسبة الاتِّفاق	م	نسبة الاتِّفاق
١	١٠٠٪	١٢	١٠٠٪	٢٣	٩٠٪	٣٤	٨٠٪	٤٥	١٠٠٪
٢	٢٠٪	١٣	١٠٠٪	٢٤	١٠٠٪	٣٥	١٠٠٪	٤٦	١٠٠٪
٣	١٠٠٪	١٤	١٠٠٪	٢٥	١٠٠٪	٣٦	١٠٠٪	٤٧	١٠٠٪
٤	١٠٠٪	١٥	١٠٠٪	٢٦	٩٠٪	٣٧	٩٠٪	٤٨	١٠٠٪
٥	١٠٠٪	١٦	١٠٠٪	٢٧	١٠٠٪	٣٨	١٠٠٪	٤٩	١٠٠٪
٦	١٠٠٪	١٧	١٠٠٪	٢٨	٩٠٪	٣٩	١٠٠٪	٥٠	١٠٠٪
٧	١٠٠٪	١٨	٩٠٪	٢٩	٩٠٪	٤٠	١٠٠٪	٥١	١٠٠٪
٨	١٠٠٪	١٩	٨٠٪	٣٠	٩٠٪	٤١	١٠٠٪	٥٢	١٠٠٪
٩	١٠٠٪	٢٠	٨٠٪	٣١	٨٠٪	٤٢	١٠٠٪	٥٣	١٠٠٪
١٠	٩٠٪	٢١	١٠٠٪	٣٢	١٠٠٪	٤٣	٩٠٪	٥٤	١٠٠٪
١١	٨٠٪	٢٢	١٠٠٪	٣٣	١٠٠٪	٤٤	٨٠٪	٥٥	١٠٠٪
								٥٦	١٠٠٪

ويوضِّح الجدول رقم (٣) نسب اتِّفاق المحكَّمين على عبارات مقياس التفاؤل والتشاؤم، كما يلي:

جدول (٣) نسب اتِّفاق المحكَّمين على عبارات مقياس التفاؤل والتشاؤم

م	أوجه التحكيم	النسبة المئوية للاتِّفاق
١	مدى ملاءمة الأبعاد لقياس مستوى التفاؤل والتشاؤم	١٠٠٪
٢	ملاءمة كل عبارة للبعد الخاص بها	٩٠٪
٣	درجة الوضوح والدقة في صياغة العبارات	٩٠٪
٤	كفاية العبارات الخاصة بقياس كل بعد من الأبعاد	١٠٠٪

يتضح من الجدول رقم (٣) أن نسبة اتِّفاق السادة المحكَّمين تراوحت بين (٨٠٪ - ١٠٠٪)، وهي تعدُّ نسبة اتِّفاق مناسبة لمثل هذا النوع من أدوات القياس.

وكما يتضح من الجدول رقم (٣)، فإنَّ نسبة اتِّفاق المحكَّمين على مدى ملاءمة العبارات ودرجة وضوحها ودقتها وكفايتها لقياس كلِّ بعد، تراوحت بين (٩٠٪ - ١٠٠٪).

- **صدق المقارنة الطرفية (الصِّدق التمييزي):**

تم حساب صدق المقارنة الطرفية؛ للتحقُّق من القدرة التمييزية لمقياس التفاؤل والتشاؤم، وما إذا كان المقياس يميز (تمييزًا فارقًا) بين المستوى الميزاني القوي والمستوى الميزاني الضعيف، وقد أجريت الخطوات التالية:

- ترتيب درجات أفراد العيِّنة الاستطلاعية وعددهم (٧٠) فردًا ترتيبًا تنازليًا.
- تحديد الأرباعي الأدنى من العدد الكلى للدرجات من أول الترتيب التنازلي ومن آخره، أي حُدِّد أول (١٨) فردًا من الترتيب بوصفهم أفراد المستوى الميزاني المرتفع، وآخر (١٨) فردًا من الترتيب، بوصفهم أفرادَ المستوى الميزاني المنخفض.
- حساب دلالة الفرق بين متوسِّطي رتب درجات الأفراد في مستوى الميزانين عن طريق استخدام اختبار "*Mann-Whitney U*" للعينات المستقلة؛ إذ إن حجم العيِّنة صغير، وتتضح النتائج في الجدول التالي:

جدول (٤) قيمة (Z) لدلالة الفروق بين مجموعة الميزان المرتفع والمنخفض لمقياس التفاؤل والتشاؤم

المجموعة	العدد	المتوسِّط الرتبى	مجموع الرتب	Mann-Whitney U	قيمة "Z"	الدلالة	مستوى الدلالة
المستوى الميزاني المرتفع	١٨	٢٧,٥٠	٤٩٥	٠,٠٠٠	٥,١٤٢-	٠,٠٠٠	دالّة عند مستوى ٠,٠١
المستوى الميزاني المنخفض	١٨	٩,٥٠	١٧١				

يتضح من الجدول السابق أن الفرق بين الميزانين المرتفع والمنخفض دالّ إحصائيًّا عند مستوى (٠,٠١)، وفى اتجاه المستوى الميزاني المرتفع؛ مما يعني تمتُّع المقياس بصدق تمييزي قوى.

- **الصِّدق الذاتي:**

حَسَبت الباحثة الصِّدق الذاتي عن طريق الثبات، باستخدام معامل ألفا كرونباخ؛ وذلك عن طريق المعادلة:

معامل الصِّدق الذاتي = الجذر التربيعي لمعامل الثبات

ويوضِّح الجدول رقم (٥) معاملات الصِّدق الذاتي عن طريق الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ، كما يلي:

جدول (٥) معاملات الصِّدق الذاتي عن طريق الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ

المحاور	الأبعاد	ألفا كرونباخ	معامل الصِّدق الذاتي
التفاؤل	النَّفسي	٠,٨٦٥	٠,٩٣
	الاجتماعي	٠,٧٥٦	٠,٨٦
	الصحي	٠,٨٢٦	٠,٩٠
	الأسري	٠,٩١٢	٠,٩٥
	الديني	٠,٧٦٦	٠,٨٧
	الدرجة الكلية لمحور التفاؤل	٠,٩٣٨	٠,٩٧
التشاؤم	النَّفسي	٠,٨٤٥	٠,٩٢
	الاجتماعي	٠,٥٩٠	٠,٧٧
	الصحي	٠,٧٦١	٠,٨٧
	الأسري	٠,٧٥٨	٠,٨٧
	الديني	٠,٥٦٩	٠,٧٥
	الدرجة الكلية لمحور التشاؤم	٠,٨٩٥	٠,٩٥

يتضح من الجدول السابق أن قِيَم معاملات الصِّدق الذاتي مرتفعة لكلّ الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس؛ مما يدلُّ على درجة مرتفعة لصدق المقياس.

- **الاتساق الداخلي للمقياس**:

حيث جاء استخدام حساب قيمة الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي يوضِّح النتائج:

جدول (٦) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	٠,٥٢١**	٢٠	٠,٣١٣**	٣٩	٠,٥٣٠**
٢	٠,٢٩٩**	٢١	٠,٥٣٠**	٤٠	٠,٣٨٠**
٣	٠,٣٣٥*	٢٢	٠,٢٧٢*	٤١	٠,٦١٢**
٤	٠,٤٩٧**	٢٣	٠,٤٩٠**	٤٢	٠,٥٤٢**
٥	٠,٥٦٢**	٢٤	٠,٤٢٧**	٤٣	٠,٤١٠*
٦	٠,٤٧٦**	٢٥	٠,٤٦٩**	٤٤	٠,٤٩٤**
٧	٠,٢٧٣*	٢٦	٠,٣٢١**	٤٥	٠,٢٦٣*
٨	٠,٤٦٧**	٢٧	٠,٤٢٩**	٤٦	٠,٤٨٥**
٩	٠,٣٦٨**	٢٨	٠,٣٤١**	٤٧	٠,٢٥٦*
١٠	٠,٣٥٦**	٢٩	٠,٢٩١*	٤٨	٠,٢٥٥*
١١	٠,٤٨٩**	٣٠	٠,٢٩١*	٤٩	٠,٣٦٧**
١٢	٠,٢٨٨*	٣١	٠,٤٨٠**	٥٠	٠,٥٠٣**
١٣	٠,٢٤٦*	٣٢	٠,٦٠٨**	٥١	٠,٤٣٠**
١٤	٠,٤٢٧**	٣٣	٠,٤٨٩*	٥٢	٠,٥٦٥**
١٥	٠,٤٢٣**	٣٤	٠,٥٦٤**	٥٣	٠,٤١٨**
١٦	٠,٤٤٠**	٣٥	٠,٥٢١**	٥٤	٠,٣٧٦**
١٧	٠,٣٤٨**	٣٦	٠,٣٢٣**	٥٥	٠,٥٢٢**
١٨	٠,٤٧٨**	٣٧	٠,٥٥٨**		
١٩	٠,٤٢٠**	٣٨	٠,٥٦٨**		

** دالّة عند مستوى دلالة ٠,٠١ * دالّة عند مستوى دلالة ٠,٠٥

كما يتضح من الجدول السابق أن قِيَم معاملات الارتباط دالَّة إحصائيًّا عند مستوى (٠,٠١)، مستوى (٠,٠٥).

كما استُخرِجت معاملات الارتباط بين كل عبارة ودرجة البُعد المنتمية إليه، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (٧) قِيَم معاملات الارتباط بين كل عبارة والبعد المنتمية إليه

المحاور	الأبعاد	م	قيم معامل الارتباط	م	قيم معامل الارتباط	م	قيم معامل الارتباط	م	قيم معامل الارتباط	م	قيم معامل الارتباط
التفاؤل	النَّفْسي	١	◆◆٠,٨٤٢	٢	◆◆٠,٨٠٨	٣	◆◆٠,٧٣٧	٤	◆◆٠,٧٠١	٥	◆◆٠,٧١٨
		٦	◆◆٠,٨٣٤								
	الاجتماعي	١	◆◆٠,٦٤٢	٢	◆◆٠,٦٥٥	٣	◆◆٠,٥٨١	٤	◆◆٠,٧١٠	٥	◆◆٠,٧٦٤
		٦	◆◆٠,٤٥٨	٧	◆◆٠,٦٦٠						
	الصحي	١	◆◆٠,٨٠٧	٢	◆◆٠,٨٣٣	٣	◆◆٠,٦٩٤	٤	◆◆٠,٦٩٣	٥	◆◆٠,٨١٦
	الأسري	١	◆◆٠,٨٠٤	٢	◆◆٠,٨٢٩	٣	◆◆٠,٨٥٠	٤	◆◆٠,٧٩٤	٥	◆◆٠,٨٨٥
		٦	◆◆٠,٨٢٤	٧	◆◆٠,٦٨٩						
	الديني	١	◆◆٠,٧٤٣	٢	◆◆٠,٥٤١	٣	◆٠,٢٦٩	٤	◆◆٠,٥٢٣	٥	◆◆٠,٧٣٠
		٦	◆◆٠,٧٢١	٧	◆◆٠,٦٧٢	٨	◆◆٠,٥٢٣	٩	◆◆٠,٦٤٥		
التشاؤم	النَّفسي	١	◆◆٠,٦٩٤	٢	◆◆٠,٧٣٣	٣	◆◆٠,٨٢٧	٤	◆◆٠,٨٤٦	٥	◆◆٠,٨٤٨
	الاجتماعي	١	◆◆٠,٦١٤	٢	◆◆٠,٥٣٤	٣	◆◆٠,٤٤٨	٤	◆◆٠,٦٥٩		
	الصحي	١	◆◆٠,٧٠٨	٢	◆◆٠,٥٣٨	٣	◆◆٠,٦٦٩	٤	◆◆٠,٧٦٤	٥	◆◆٠,٦٦٨
		٦	◆◆٠,٧٢٧								
	الأسري	١	◆◆٠,٧٤٨	٢	◆◆٠,٧٩٨	٣	◆◆٠,٧٨٣	٤	◆◆٠,٦٠٢		
	الديني	١	◆◆٠,٨٤٣	٢	◆◆٠,٧٢٠						

◆◆ دالَّة عند مستوى ٠,٠١ ◆ دالَّة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق أن جميع قِيَم معاملات الارتباط دالَّة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (٠,٠١)، (٠,٠٥)؛ مما يدلُّ على صدق الاتساق الداخلي لبنود المقياس.

كما استُخرِجت معاملات الارتباط بين درجة كلِّ بُعد والدرجة الكلية للمحور الذي يتبعه، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (٨) قِيَم معاملات الارتباط بين درجات أبعاد مقياس التفاؤل والتشاؤم والدرجة الكلية للمحور التابعة له

المحور	البعد	قيم معامل الارتباط
التفاؤل	النَّفسي	◆◆٠,٨٣٠
	الاجتماعي	◆◆٠,٨٠٨
	الصحي	◆◆٠,٨٢٩
	الأسري	◆◆٠,٨٥١
	الديني	◆◆٠,٧٣٢
التشاؤم	النَّفسي	◆◆٠,٨٦٩
	الاجتماعي	◆◆٠,٦٧٦
	الصحي	◆◆٠,٨٤٧
	الأسري	◆◆٠,٨٢٤
	الديني	◆◆٠,٦٥٥

◆◆ دالَّة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع قِيَم معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمحور المنتمية إليه، دالة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (٠,٠١)؛ مما يدل على تمتُّع المقياس بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي.

كما حُسِبت مصفوفة الارتباط لكلِّ بُعدٍ من أبعاد مقياس التفاؤل والتشاؤم، بعضها ببعض، والجدول التالي يوضِّح مصفوفة الارتباط:

جدول (٩) مصفوفة ارتباط كل بعد من أبعاد مقياس التفاؤل والتشاؤم بالأبعاد الأخرى

المحاور	الأبعاد	النفسي	الاجتماعي	الصحي	الأسري	الديني
التفاؤل	النفسي	١	٠,٦٤٧**	٠,٧١٥**	٠,٥٧٢**	٠,٤٦٤**
	الاجتماعي	٠,٦٤٧**	١	٠,٥٩٩**	٠,٥٥٢**	٠,٤٩٦**
	الصحي	٠,٧١٥**	٠,٥٩٩**	١	٠,٦٤١**	٠,٤٥٧**
	الأسري	٠,٥٧٢**	٠,٥٥٢**	٠,٦٤١**	١	٠,٥٨٠**
	الديني	٠,٤٦٤**	٠,٤٩٦**	٠,٤٥٧**	٠,٥٨٠**	١
التشاؤم	النفسي	١	٠,٤٣٠**	٠,٦٨٣**	٠,٥٧٣**	٠,٥٥٧**
	الاجتماعي	٠,٤٣٠**	١	٠,٤٢٨**	٠,٥٤٣**	٠,٤٤٥**
	الصحي	٠,٦٨٣**	٠,٤٢٨**	١	٠,٦٢١**	٠,٣٧٩**
	الأسري	٠,٥٧٣**	٠,٥٤٣**	٠,٦٢١**	١	٠,٤٩٧**
	الديني	٠,٥٥٧**	٠,٤٤٥**	٠,٣٧٩**	٠,٤٩٧**	١

ويتضح من الجدول السابق أن قِيَم معاملات الارتباط الداخلية بين أبعاد المقياس بعضها ببعض منخفضة نسبيًّا؛ الأمر الذي يسمح بإمكانية التعامل مع درجة كلِّ بعد من أبعاد المقياس بصورة مستقلة.

- **ثبات مقياس التفاؤل والتشاؤم**:

كان حساب معامل الثبات للمقياس بحساب قيمة معامل ألفا لمحاور المقياس وللأبعاد، والجدول التالي يوضِّح النتائج:

جدول (١٠) معامل ثبات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لمحاور المقياس وللأبعاد (عدد العبارات = ٥٥)

المحور	الأبعاد	قيمة معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
			سبيرمان براون	جتمان
التفاؤل	النفسي	٠,٨٦٥	٠,٨٣٩	٠,٨٣٧
	الاجتماعي	٠,٧٥٦	٠,٧٢٣	٠,٧٠٨
	الصحي	٠,٨٢٦	٠,٦٩٩	٠,٦٧٩
	الأسري	٠,٩١٢	٠,٩٠٥	٠,٨٨٧
	الديني	٠٧٦٦	٠,٨٠٩	٠,٨٠٧
	الدرجة الكلية لمحور التفاؤل	٠,٩٣٨	٠,٨١٧	٠,٨١٥
التشاؤم	النفسي	٠٨٤٥	٠,٨٩٤	٠,٨٦٥
	الاجتماعي	٠,٥٩٠	٠,٥٧٣	٠,٥٦٣
	الصحي	٠٧٦١	٠,٧٨١	٠,٧٧٩
	الأسري	٠,٧٥٨	٠,٧٥٣	٠,٧٤٣
	الديني	٠,٥٦٩	٠,٥٦٤	٠,٥٦١
	الدرجة الكلية لمحور التشاؤم	٠,٨٩٥	٠,٨٦٩	٠,٨٦٨

كما كان حسابُ ثبات العبارات بحساب قيمة ألفا كرونباخ بعد حذف العبارة، والجدول التالي يوضِّح النتائج:

جدول (١١) حساب ثبات العبارات بحساب قيمة ألفا كرونباخ بعد حذف العبارة لمحوري المقياس

محور التفاؤل (٠,٩٣٨)							
العبارة	Cronbach's Alpha if Item Deleted	العبارة	Cronbach's Alpha if Item Deleted	العبارة	Cronbach's Alpha if Item Deleted	العبارة	Cronbach's Alpha if Item Deleted
١	٠,٩٣٥	١٠	٠,٩٣٧	١٩	٠,٩٣٥	٢٨	٠,٩٣٩
٢	٠,٩٣٦	١١	٠,٩٣٥	٢٠	٠,٩٣٥	٢٩	٠,٩٣٨
٣	٠,٩٣٦	١٢	٠,٩٣٨	٢١	٠,٩٣٤	٣٠	٠,٩٣٦
٤	٠,٩٣٦	١٣	٠,٩٣٦	٢٢	٠,٩٣٥	٣١	٠,٩٣٧
٥	٠,٩٣٧	١٤	٠,٩٣٦	٢٣	٠,٩٣٦	٣٢	٠,٩٣٧
٦	٠,٩٣٥	١٥	٠,٩٣٦	٢٤	٠,٩٣٥	٣٣	٠,٩٣٨
٧	٠,٩٣٨	١٦	٠,٩٣٧	٢٥	٠,٩٣٧	٣٤	٠,٩٣٩
٨	٠,٩٣٨	١٧	٠,٩٣٧	٢٦	٠,٩٣٦		
٩	٠,٩٣٨	١٨	٠,٩٣٥	٢٧	٠,٩٣٧		
محور التشاؤم (٠,٨٩٥)							
١	٠,٨٩١	٧	٠,٨٩١	١٣	٠,٨٨٨	١٩	٠,٨٨٦
٢	٠,٨٨٧	٨	٠,٨٩٥	١٤	٠,٨٨٩	٢٠	٠,٨٩٢
٣	٠,٨٨٦	٩	٠,٨٩٤	١٥	٠,٨٨٧	٢١	٠,٨٩١
٤	٠,٨٨٦	١٠	٠,٨٩٢	١٦	٠,٨٨٩		
٥	٠,٨٨٤	١١	٠,٨٩٥	١٧	٠,٨٨٨		
٦	٠,٨٩٥	١٢	٠,٨٩٠	١٨	٠,٨٩٠		

يتضح من الجدول السابق أنَّ جميع العبارات صالحة، وتبقى بالمقياس، وأن حذف أي عبارة لن يؤثر على درجة الثبات؛ ومن ثمَّ يُطبَّق المقياسُ بجميع عباراته دون حذف أي عبارة.

كما كان حسابُ ثبات العبارات بحساب قيمة ألفا كرونباخ، بعد حذف العبارة لكلٍّ بعد من أبعاد محوري المقياس، والجدول التالي يوضِّح النتائج:

جدول (١٢) حساب ثبات العبارات بحساب قيمة ألفا كرونباخ بعد حذف العبارة لأبعاد محوري المقياس

المحاور	الأبعاد	العبارة	Cronbach's Alpha if Item Deleted	العبارة	Cronbach's Alpha if Item Deleted	العبارة	Cronbach's Alpha if Item Deleted
التفـــاؤل	البعد الأول (٠,٨٦٥)	١	٠,٨٢٥	٢	٠,٨٣٧	٣	٠,٨٤٨
		٤	٠,٨٦٢	٥	٠,٨٥٢	٦	٠,٨٢٧
	البعد الثاني (٠,٧٥٦)	١	٠,٧٤٠	٢	٠,٧٢٦	٣	٠,٧٣٧
		٤	٠,٧٠٨	٥	٠,٦٨٩	٦	٠,٧٥٦
		٧	٠,٧٢١				
	البعد الثالث (٠,٨٣٦)	١	٠,٧٧٣	٢	٠,٧٦٥	٣	٠,٨١٠
		٤	٠,٨٢٦	٥	٠,٧٧٣		
	البعد الرابع (٠,٩١٢)	١	٠,٩٠٠	٢	٠,٨٩٦	٣	٠,٨٩٣
		٤	٠,٩٠٠	٥	٠,٨٨٨	٦	٠,٨٩٨
		٧	٠,٩١٢				
	البعد الخامس (٠,٧٦٦)	١	٠,٧١٣	٢	٠,٧٥٨	٣	٠,٧٧٢
		٤	٠,٧٥٥	٥	٠,٧٢٠	٦	٠,٧٣٢
		٧	٠,٧٢١	٨	٠,٧٥٥	٩	٠,٧٤٢
التشـــاؤم	البعد الأول (٠,٨٤٥)	١	٠,٨٤٤	٢	٠,٨٤١	٣	٠,٧٩٦
		٤	٠,٧٨٩	٥	٠,٧٨٧		
	البعد الثاني (٠,٥٩٠)	١	٠,٥٨٨	٢	٠,٥٨٧	٣	٠,٥٩٠
		٤	٠,٥٨١				
	البعد الثالث (٠,٧٦١)	١	٠,٧٣٦	٢	٠,٧٥٧	٣	٠,٧٢٣
		٤	٠,٦٩٣	٥	٠,٧٢٤	٦	٠,٧١٨
	البعد الرابع (٠,٧٥٨)	١	٠,٦٢٥	٢	٠,٦٦٨	٣	٠,٦٧٩
		٤	٠,٧٥٣				
	البعد الخامس (٠,٥٦٩)	١	٠,٥٦٦	٢	٠,٥٦١		

يتضح من الجدول السابق أن جميع العبارات صالحةٌ، وتبقى بالمقياس، وأن حذف أي عبارة لن يؤثر على درجة الثبات؛ ومن ثمَّ يطبَّق المقياس بجميع عباراته، دون حذف أي عبارة.

• مراجـــع الدراسة:

• المراجع العربية.

- الأنصاري، بدر وكاظم، علي. (٢٠٠٧). التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة دارسة ثقافية مقارنة بين الطلبة الكويتيين والعمانيين. مجلة العلوم التربوية والنَّفسية. جامعة البحرين، ٩(٤)، ١٠٧-١٣٢.
- بوقفة، جمعي. (٢٠٠٦). العلاقة بين أنماط التفكير والتفاؤل والتشاؤم [رسالة ماجستير غير منشورة]. قسم علم النَّفس وعلوم التربية، جامعة الحاج لخضر، باتنة.
- تمام، محمود عبد الجابر. (٢٠١٩). التفاؤل والتشاؤم كمتغيُّرات منبئة بالاكتئاب لدى عيِّنة من مرضى السَّرطان. بحوث ومقالات. جامعة سوهاج، كلية الآداب، ٢(٥١)، مصر.
- جمعية أدم لسرطان الطفولة. (٢٠٠٧). الاكتئاب لدى مرضى السَّرطان.
- حسن، محمد نعمة. (٢٠٠٨). التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بتحقيق الأهداف والهوية الرياضية والإنجاز لدى لاعبي كلية التربية الرياضية.
- الديابي، خلدون والديابي، رابعة وعبد الرحمن، عبد السلام. (٢٠١٩). التفاؤل وعلاقته بالكفاءة الذاتية والسعادة لدى طلبة جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية. مجلة العلوم التربوية، (٢)، ملحق (٢)، الأردن.
- سعد، أحمد عبد المعطي وصليفي، أحمد عمر. (٢٠١٩). التوافق النَّفْسي والاجتماعي لدى مريضات سرطان الثدي بمحافظة غزة. مخبر علم نفس الصحة والوقاية ونوعية الحياة، بحوث ومقالات، (١٠)، جامعة الجزائر.
- سليجمان، مارتن. (٢٠٠٦). السعادة الحقيقة. مكتبة جرير، الرياض.
- السليم، هيلة. (٢٠٠٦). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عيِّنة من طالبات جامعة الملك سعود [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة الملك سعود، المملكة العربية السعودية.
- السهل، راشد والعبد الله، يونس محمد. (٢٠٠٩) التفاؤل والتشاؤم لدى عيِّنة من الشباب الجامعي في بعض دول مجلس التعاون الخليجي (الكويت، قطر، البحرين). المجلة التربوية، ٢٣(٦١)، مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت.
- الشريف، ناهد سعود. (٢٠٠٥). قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاؤل والتشاؤم [رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية جامعة دمشق]. الجمهورية العربية السورية.
- عبد الخالق، أحمد. (٢٠٠٠). التفاؤل والتشاؤم عرض لدراسات عربية. مجلة علم النَّفْس، (٤٦)، ٢٧-٦.
- عبد الكريم، إيمان والدوري، ريا. (٢٠١٠). التفاؤل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طالبات كلية التربية. مجلة البحوث التربوية والنَّفسية. ٢٦، ٢٧.
- عثمان، إبراهيم بخيت. (١٩٩٨). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما ببعض المتغيرات. بحث منشور، دار الحكمة للطباعة والنشر، القاهرة.
- القبيسي، علي خليل. (٢٠١٠). قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاؤل والتشاؤم لدى طلاب المستوى الأول بجامعة الملك خالد بأبها [رسالة دكتوراه، جامعة أم درمان الإسلامية]. السودان.
- القحطاني، عبد الهادي. (٢٠١٣). الضغوط النَّفسية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيّرات المدرسية لدى عيِّنة من طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة الخبر بالمنطقة الشرقية في المملكة العربية السعودية [رسالة ماجستير، جامعة البحرين]. البحرين.

- القرالة، عبد الناصر. (٢٠٠٧). بناء برنامج إرشادي معرفي سلوكي وقياس أثره في التخفيف من حدة القلق والاكتئاب لدى والدي الأطفال المصابين بالسَّرطان [رسالة دكتوراه، جامعة عمان العربية للدراسات العليا]. الأردن.
- القضاة، أمين محمد. (٢٠٠٣). التفاؤل والتشاؤم في الحديث النبوي: دراسة موضوعية. مجلة الشريعة والدراسات الإسلامية، جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي، ١٨(٥٢).
- كرسوع، مريم عيسى. (٢٠١٢). مرض السَّرطان في قطاع غزة [رسالة ماجستير منشورة، كلية الآداب، الجامعة الإسلامية]. غزة.
- المجدلاوي، ماهر يوسف. (٢٠١٢). التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة والأعراض النَّفسجسمية لدى موظفي الأجهزة الأمنية في قطاع غزة. مجلة الجامعة الإسلامية، كلية التربية، جامعة الأقصى، بحوث ومقالات، ٢٠(٢)، غزة. فلسطين.
- محمد، السيد. (٢٠٠٢). أحداث الحياة الضاغطة ومستويات الإدراك والاستجابة الشخصية نحوها لدى عيِّنة من طلاب الجامعة. المجلة المصرية للدراسات النَّفسية، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- محيسن، عون. (٢٠١٢). التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة الأقصى بغزة في ضوء بعض المتغيّرات، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنَّفسية، ٢٠(٢)، ٩٣-٥٣.
- مخيمر، هشام وعبد المعطي، محمد. (٢٠٠٢). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما ببعض المتغيّرات النَّفْسية لدى عيِّنة من طلاب الجامعة. مجلة الدراسات التربوية والاجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان: ٦(٣) ١-٤١.
- المقبول، نجوى. (٢٠١٧). التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بمهارات التواصل الاجتماعي لدى ضعاف السمع بمراكز ولاية الخرطوم [رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة النيلين]، السودان.
- نبيل، بحري وشويعل، يزيد. (٢٠١٤). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بمركز الضبط وأساليب التعامل مع الضغط النَّفسي. مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية. (٢)، ١٤٥-١٧١.
- نجم، أمل عدنان. (٢٠١٩). التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى الشباب الجامعي: دراسة ميدانية على عيِّنة من طلبة الجامعة الإسلامية بغزة. مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت، ٣٣(١٣٢).

• **المواقع الإلكترونية**:
- جمعية متعافي. http: //motaafi.org.sa/home/about
- موقع المستشفى الجامعي. https: //hospital.kau.edu.sa/Default-599-AR
- موقع مستشفى الملك فيصل التخصصي بجدة.
https: //www.kfshrc.edu.sa/ar/home/careers

• **المراجع الأجنبية**:
- American cancer society. (14/4/2016). *Anxiety, Fear and Depression*. Available from: http: //www.cancer.org/treatment/treatmentsandsideeffects/emotionalsideeffects/anxiety-fear depression-and-cancer.
- Krypel, M. N., Henderson-King, D. (2010). Stress, coping styles, and optimism: Are they related to meaning of education in students' lives? *Social Psychology of Education*, 13 (3) , 409-424.
- Scheier, C. & Carver, S. (1985). Optimism coping and health Assessment and Implications of generalized outcome expectancies. *health Psychology*, 4 (1) , 219- 247.
- Scheier, C. & Carver, segerstrom,s.c (2010). Optimism clinical psychology, *Journal of research in personality review* ,30 (7) ,479-889.

مقياس التفاؤل والتشاؤم

الرقم	البعد والعبارات	ينطبق تمامًا	ينطبق إلى حد ما	لا ينطبق
المحور الأول				
١	بصفة عامة تبدو لي الحياة جميلة			
٢	لدي اتجاهات سلبية نحو ذاتي			
٣	يراودني شعور بالوحدة			
٤	أشعرُ بالرضا عن الحياة			
٥	الغد حتمًا سيكون يومًا مشرقًا			
٦	أشعرُ أن المصائب تلاحقني			
٧	تبدو لي الحياة كئيبة			
٨	أشعرُ بفقدان الأمل في كل شيء			
٩	أشعر بالحيوية أغلب الوقت			
١٠	إذا واجهتني أزمات سوف أكون قادرًا على تخطيها			
١١	أستطيع التغلب على الحزن			
المحور الثاني				
١٢	أشارك في النشاطات الاجتماعية			
١٣	علاقتي بأصدقائي جيدة جدًا			
١٤	أخجل من مواجهة الآخرين والحديث معهم			
١٥	أتجنب الضحك مع الآخرين لأنه سيلحق بي الأذى			
١٦	أشعرُ بالسعادة حينما يزورني أحد أصدقائي			
١٧	أشعرُ بالرضا عند تعاملي مع الآخرين			
١٨	أفكر في الأحداث الاجتماعية السعيدة			
١٩	حظي سيء عند انتقاء أصدقائي			
٢٠	أتعامل مع الآخرين بكل حب			

الرقم	البعد والعبارات	ينطبق تمامًا	ينطبق إلى حد ما	لا ينطبق
٢١	أتوقع الأفضل من الآخرين			
٢٢	يُخيفني ما يمكن أن يحدث في مستقبل علاقاتي الاجتماعية			
	المحور الثالث			
٢٣	ينتابني قلق على المستقبل بسبب ظروفي الصحية			
٢٤	أتوقع بأني سأستمتع بصحة جيدة مستقبلًا			
٢٥	أشعر أن حالتي الصحية تتحسن			
٢٦	أُفضل الموت عن الحياة في ظل ظروفي الصحية			
٢٧	لدي إحساس بأن المشكلات الصحية ستُفرج قريباً			
٢٨	أشعر أن حالتي الصحية تسير من سيء إلى أسوء			
٢٩	ينتابني اليأس من الحياة بسبب مرضي			
٣٠	أتوقع حدوث الأسوء في صحتي			
٣١	أتقبل وضعي الصحي الحالي			
٣٢	أنظر إلى المرض من زاوية أكثر إيجابية			
٣٣	أشعرُ دائمًا بالرغبة الشديدة في البكاء بسبب حالتي الصحية			
	المحور الرابع			
٣٤	يتوافر الحب والود داخل أسرتي			
٣٥	أسرتي يدعمونني نفسيًا وهم مصدر قوتي			
٣٦	أشعرُ أن مرضي سبب الكثير من المشاكل لأسرتي			
٣٧	أنا راض عن الحياة مع أسرتي			

الرقم	البعد والعبارات	ينطبق تمامًا	ينطبق إلى حد ما	لا ينطبق
٣٨	أسرتي تقف بجانبي دائمًا			
٣٩	علاقتي مع أفراد أسرتي وثيقة وصادقة			
٤٠	أشعر أنني عالة على أسرتي			
٤١	أسرتي توفر لي الجو الهادئ والمُريح			
٤٢	أرى أني أسوأ شخص في أسرتي بسبب ظروفي الصحية			
٤٣	أعاني من وجود الكثير من المشاكل داخل أسرتي			
٤٤	أؤمن بأن وضعي الأسري سيكون أفضل في المستقبل			
المحور الخامس				
٤٥	أجزع عندما تصيبني المحن			
٤٦	أشعر بالطمأنينة والروحانية عندما أصلي			
٤٧	ابتلاني الله بهذا المرض ليختبر صبري			
٤٨	إذا وقعت في مصيبة أحمد الله وأستغفره			
٤٩	أؤمن بأن من أحبه الله ابتلاه			
٥٠	إصابتي بهذا المرض زادت الوازع الديني لدي			
٥١	أحرص على الأذكار دومًا			
٥٢	ضعُف الجانب الديني لدي بعد إصابتي بالمرض			
٥٣	أدعو الله في الرخاء والشدة			
٥٤	لدي حسن ظن بالله دائمًا			
٥٥	أحاول تذكير المرضى معي بالله والصبر على ما أصابهم			

*****