



كلية التربية

مجلة شباب الباحثين



جامعة سوهاج

## الخصائص السيكومترية لقياس التعاطف مع الذات لدى المراهقين المكفونين

إعداد

د/ سلمى محمد الأنصاري  
أستاذ الصحة النفسية المتفرغ  
بكلية التربية - جامعة أسوان

أ.د/ خيرى أحمد حسين  
أستاذ الصحة النفسية ووكيل كلية التربية  
لشؤون التعليم والطلاب  
بكلية التربية - جامعة أسوان

أ/ أميرة عبد الغني أحمد  
باحثة دكتوراه

قسم الصحة النفسية - كلية التربية - جامعة أسوان

- تاريخ قبول النشر: ٢٦ يوليو ٢٠٢٣ م

تاريخ استلام البحث : ٢٢ يونيو ٢٠٢٣ م

## مستخلص البحث

هدفت الدراسة إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التعاطف مع الذات إعداد الضبع (٢٠١٣) على المراهقين المكفوفين من خلال قياس ثبات وصدق المقياس على المكفوفين. وتكونت عينة الدراسة من (٣٥) طالباً وطالبة من المراهقين المكفوفين بمتوسط عمر (١٤.٣٠)، وانحراف معياري (١.٠٦) بهدف حساب الصدق والثبات لمقياس التعاطف مع الذات إعداد الضبع (٢٠١٣)، وتم التحقق من صدق المقياس من خلال صدق التجانس الداخلي، كما تم التحقق من الثبات باستخدام طريقة إعادة تطبيق المقياس واستخدام معادلة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية. وتوصلت نتائج الدراسة إلى تمتع مقياس التعاطف مع الذات بالصدق والثبات بدون حذف أي عبارة، وتوافر الشروط السيكومترية للمقياس. الكلمات المفتاحية: الخصائص السيكومترية، التعاطف مع الذات، المراهقون المكفوفون.

**Psychometric properties of the self-compassion scale for visually impaired adolescence**

**Prof. Khairy Ahmed Hussein**  
faculty of Education  
Aswan University

**Dr. Salma Mahmoud Hassan**  
faculty of Education  
Aswan University

**Amira Abdelghany Ahmed Osman**  
PhD researcher

**Mental Health Department - faculty of Education- Aswan University**

**Abstract**

The study aimed to verify the stability and validity of the psychometric properties of the self-compassion scale prepared by El-Dabaa (٢٠١٣) on blind adolescents. The study sample consisted of (٣٥) male and female blind adolescent students with an average age of (١٤.٣٠) and a standard deviation of (١.٠٦) to calculate the validity and reliability of the self-compassion scale. The validity of the scale was verified through the internal consistency of the scale.

and the stability was verified by using the Test-retest reliability, Cronbach's alpha, and the split half method. The results of the study concluded that the self-compassion scale has validity and stability without deleting any sentence, and the availability of psychometric conditions for the scale.

**Keywords:** Psychometric characteristics, self-compassion, visually impaired adolescence.

## مقدمة وأدبيات الدراسة::

المراهقة كمرحلة نمائية يمر بها جميع الأفراد دون استثناء سواء كانوا أفراد عادين أو أفراد ذوي احتياجات خاصة، وقد أجريت العديد من الدراسات الأبحاث التي سعت إلى التعرف على هذه المرحلة النمائية لدى هاتين الفئتين، وذلك من حيث الخصائص المميزة لكل فئة سواء على صعيد الخصائص الانفعالية، أو الاجتماعية، أو الفيزيولوجية، أو الأكاديمية (محمد، ٢٠٠٧).

ويقع المراهق الكفيف في العديد من المشكلات، وذلك راجع إلى نقص الإثارة البيئية وما ينتابهم من مخاوف، وعدم الشعور بالأمن من حين إلى آخر، وقد يلجأ بعض أفراد هذه الفئة إلى المزاح للتعويض عن فقدان البصر، وشعورهم بالضعف لكي يصبحوا أكثر تقبلاً لدى من حولهم من الناحية الاجتماعية، كما أن فرص التنافس والنجاح لديهم أقل مما عليه العاديين (العزة، ٢٠٠٢).

وقد دلت العديد من آيات القرآن على حاسة البصر، حيث قال الله تعالى: "إِنَّ فِي ذَلِكَ لَعِبْرَةً لِّأُولِي الْأَبْصَارِ" (١٣ آل عمران)، كما قال الله تعالى "قُلْ أَرَأَيْتُمْ إِنْ أَخَذَ اللَّهُ سَمْعَكُمْ وَأَبْصَارَكُمْ" (٤٦ الأنعام)، كذلك قال الله تعالى "قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الْأَعْمَىٰ وَالْبَصِيرُ أَفَلَا تَتَفَكَّرُونَ" (٥٠ الأنعام).

والكفيف هو ذلك الشخص الذي فقد القدرة على الرؤية بالعين المجردة أو باستخدام النظارة الطبية، ولا يستطيع اكتساب المعرفة عن طريق العين، بل بالاعتماد على حواس أخرى، ويمكنه تعلم القراءة والكتابة بطريقة برايل، أما المعاق جزئياً؛ فهو ذلك الشخص الذي يعاني من فقدان بصري محدود لإدراكه البصرية المتبقية تمكنه من تطوير مهاراته باستخدام العدسات الطبية (الشريف، ٢٠١١).

ويواجه ذوو الإعاقة البصرية صعوبات في عملية التكيف الاجتماعي المرتبطة بالحياة سواء كانت تلك الصعوبات تتعلق بعملية التواصل والتفاعل الاجتماعي مع أقرانهم بصفة خاصة أو مع المحيط الاجتماعي بصفة عامة، أو صعوبات تتعلق بوجود أنشطة طلابية تناسب قدراتهم وإمكانياتهم البصرية، وكذلك بعض الصعوبات المتعلقة بالمهارات الأكاديمية اللازمة للأنتماء العملية للتعليم (عبدالرازق، ٢٠٢٣).

ويُعد التعاطف مع الذات مفهوم جديد نسبياً في مجال العلاج النفسي، حيث استخدم لسنوات طويلة كاستراتيجية علاجية ناجحة من خلال تنمية التعاطف لدى الأفراد كاستراتيجية نمائية تحسن من الصحة النفسية، وتقلل من فرصة التعرض لصدمة نفسية، ويوفر لهم وسيلة للعلاج نابعة من ذاتهم، وتعلم كيفية معاملة أنفسهم بطريقة أكثر محبة ولطفًا، ويشير التعاطف مع الذات إلى اهتمام الفرد بنفسه بالطريقة التي يهتم بها لشخص يحبه، فهو يخفف من تأثير الأحداث السلبية، فهو ممارسة يتعلم فيها الفرد أن يكون صديقًا جيدًا لذاته وليس عدوًا لنفسه، (Engel, ٢٠١٥; Marotta, ٢٠١٣; Neff, & Germer, ٢٠١٨). وأجريت معظم الكتابات المبكرة عن التعاطف في سياق العادات والطقوس الدينية، وعلى الرغم من أن وجهات النظر حول التعاطف تختلف قليلاً بين الأديان، وحتى بين النصوص ضمن نفس التراث، فإن التعاطف مسلم به عالمياً تقريباً ليعني تعاطفًا عميقًا في مواجهة المعاناة، سواء كانت خاصة أو معاناة شخص آخر، جنبًا إلى جنب مع دافع أو التزام لتخفيف الضيق (Germer, ٢٠٠٩).

فهو من أحدث المفاهيم النفسية الإيجابية المرتبطة بالذات، وهو يمثل اتجاهًا صحيًا للتعامل مع الذات. ويرجع الفضل إلى (Neff, ٢٠٠٣) التي تعمل كأستاذ مشارك في التنمية البشرية بجامعة تكساس في تقديمها لهذا المفهوم على بساط البحث النفسي في الدراسات الأجنبية، حيث كشفت عن طبيعته، وأبعاده، وارتباطاته، وتأثيراته في الشخصية، كما قدمت أول مقياس لقياسه وتقديره في الشخصية. وقد انطلقت في دراسات من فرضية: إلى أي مدى يتعامل الناس برفق مع ذواتهم، وأن التهوين على أنفسنا، وتقبل عيوبنا ربما يكون الخطوة الأولى في طريق صحة أفضل (الضبع، ٢٠١٣).

والتعاطف مع الذات يعني الاهتمام بنفسك بنفس الطريقة التي تهتم بها لشخص تحبه. ويمكنك بسهولة أن ترى تعاطفك الطبيعي والفطري مع نفسك في كيفية إمساك رأسك عندما يكون لديك صداع أو كيف تعانق نفسك عندما تبكي. ويخفف من تأثير الأحداث السلبية ويقلل من ميلك إلى الهوس عندما تشعر بالسوء تجاه نفسك. وعندما تسمح بتدفق التعاطف مع الذات، فإن مشاعر مثل الكراهية والغضب والاستياء تتلاشى (Marotta, ٢٠١٣).

وينظر التعاطف مع الذات للنجاح والفشل بأنهما خبرات يتعرض لهما الفرد باستمرار. ومعرفة أن هذه الخبرات غير مرتبطة بتقدير الفرد لذاته، كما تمكنه من التعامل مع خبراته بشكل أفضل (Neff, ٢٠١١).

فعندما يكون لدى الفرد تعاطفًا مع ذاته، فإنه يعلم أنه يستحق الحب تمامًا كما هو. وتظهر الأبحاث أن التعاطف مع الذات يدعم كلاً من نقاط القوة والضعف، فهو يجعل الفرد يشعر بالاستقرار في الاستجابة إما للثناء أو اللوم، ويمكنه من أن يكون منفتحًا ومسالماً، لأنه يتبنى حقيقة أن جميع الفرد يمرون بذلك، وأن المعاناة جزء إنسانيتنا المشتركة (Neff et al., ٢٠٠٧).

ويتيح التعاطف مع الذات للفرد التخلي عن نفسه والاسترخاء، والتخلص من الدفاعات الشخصية، واستكشاف طبيعته التي تتكشف. وتفسر نيف التعاطف الذاتي على أنه "طريقة للتواصل مع سر من نحن" (Neff, ٢٠١١).

يتضمن التعاطف مع الذات معاملة الفرد لنفسه بالطريقة التي يعامل بها صديقًا يمر بوقت عصيب - حتى لو كان هذا الصديق في حالة من العجز أو الشعور بعدم كفاية - أو كان يواجه تحديًا صعبًا في الحياة. وتركز الثقافة الغربية بشكل كبير على أن يكون الأشخاص لطفاء مع أصدقائهم وعائلاتهم وجيرانهم الذين يكافحون في مواجهة الضغوط. وليس الأمر كذلك عندما يتعلق الأمر بنظرة الفرد إلى ذاته عند مواجهة الموافق الضاغطة (Neff & Germer, ٢٠١٨).

وعرفا سليم وأبو حلاوة (٢٠١٨، ١٤٧) التعاطف مع الذات بأنه توجه الشخص نحو الرحمة بذاته وتواضعه معها على أساس ثلاث تكوينات نفسية أساسية هي اللطف بالذات والشفقة بها، والحس الإنساني، والتنبيه واليقظة العقلية، مع الالتزام الذاتي بتصويتها وتجويد نوعية وجودها.

فالتعاطف مع الذات هو ممارسة يتعلم فيها الفرد أن يكون صديقًا جيدًا لذاته عندما يكون في أمس الحاجة إليها - ليصبح حليفًا داخليًا وليس عدوًا داخليًا. لكن في العادة لا يتعامل الفرد مع نفسه كما يتعامل مع أصدقائه، حيث يعتمد المفهوم القاعدة الذهبية "عامل الآخرين كما تحب أن يعاملوك" (Neff, & Germer, ٢٠١٨).

وعرّفه الضبع (٢٠١٨) بأنه شكلٌ من أشكال المساندة الذاتية للفرد تجاه معوقاته، وأزماته، وضغوطه، أو أنه الدعم الموجه من الذات للذات **Self to Self** أثناء الأزمات، والذي يتمثل في الحنو على الذات، والرفق بها، والبعد عن النقد الذاتي، والتعامل مع الأزمات بموضوعية، ورؤيتها في إطار خبرات إنسانية مشتركة، والوعي بالأفكار والمشاعر والانفعالات، ومراقبتها بانفتاح وتفهم دون إصدار أحكام تلقائية سلبية.

ويشير التعاطف مع الذات إلى الميل إلى أن تكون واعياً ومتفهماً للذات وليس النقد القاسي أو الحكم على الذات والعيوب الشخصية والظروف غير الملائمة تعامل بدقة وتفهم، ونبرة انفعالية تستخدم نحو الذات تكون لينة وداعمة بدلاً من نقد أنفسنا بلا هوادة لكوننا غير ملائمين فإن التعاطف مع الذات تعني قبول حقيقة أننا غير كاملين، بالمثل عندما تكون الظروف الحياتية صعبة فإن الناس المتعاطفين مع الذات يتجهون للداخل لمواساة أنفسهم بدلاً من القسوة عليها (الكيال، ٢٠١٨).

ويُعرف التعاطف مع الذات بالقدرة على تحويل طبيعتنا المهمة والداعمة بحذر تجاه أنفسنا، وقد ثبت أن نضالاتنا تعزز المرونة والشجاعة، حتى في مواجهة أصعب تحديات الحياة، ويحتوي التعاطف الذاتي على عدد قليل من العناصر المختلفة، تشمل العناصر الأساسية الواعي والانتباه، والفهم، والتحفيز والالتزام بالعمل (Silberstein-Tirch، ٢٠١٩).

وعلى الرغم من اهتمام علماء النفس في الغرب مؤخرًا بمفهوم التعاطف، واعتقادهم بأنه يتضمن مشاعر الاهتمام **caring**، والرعاية **concern**، والمشاركة الوجدانية **sympathy** للأفراد الذين يمرون بخبرات معاناة، إلا أنه يمكن القول إن هذا المفهوم ترجع أصوله إلى الفلسفات والتقاليد الشرقية التي تقرر أن التعاطف يتجه إلى الآخر، أو إلى الذات، وأن التعاطف مع الذات يعد الأساس الذي يبني عليه التعاطف مع الآخرين (الضبع، ٢٠١٣). وتتكون أبعاد التعاطف مع الذات من:

- الحنو على الذات **Self-kindness** مقابل النقد القاسي وإصدار الأحكام **harshly critical and judgmental**: الذي يشير إلى اهتمام الفرد بذاته بقدر اهتمامه بالآخرين. فبدلاً من أن يكون منتقد بشدة عند ملاحظة أوجه القصور الشخصية، فإنه يعمل على دعم وتشجيع والسعي نحو حماية ذاته من الأذى. وبدلاً

من مهاجمة نفسه وتوبيخها لكونه غير كفؤ، فإنه يعمل على تقديم الدفاء والقبول غير المشروط لذاته. وبالمثل، عندما تكون ظروف الحياة الخارجية صعبة وتشعر الفرد بصعوبة تحملها، فإنه يهدئ ذاته ويحاول إشعار ذاته بالراحة. وهذا في مقابل الأفراد الذين عندما يرتكبون خطأ أو يفشلون بطريقة ما، فمن المرجح أن يضربوا أنفسهم أو بمعنى آخر يقسون على أنفسهم أنفسنا بدلاً من وضع ذراع داعمة لذاته (Neff, & Germer, ٢٠١٨). فهو يشير إلى فهم الفرد لنفسه في مواقف عدم الكفاءة الذاتية أو المعاناة بدلاً من إصدار أحكام قاسية عليها، كما يتضمن هذا البعد الفهم والدفاء العاطفي نحو الذات وخاصة عندما يواجه الفرد معاناة معينة أو الفشل في تحقيق هدف ما وذلك بدلاً من نقد أو لوم الذات، فهو قدرة الفرد على فهم أسباب فشله، واعترافه بأوجه النقص والقصور والصعوبات التي لا مفر منها، والتي يمكن أن تحدث في هذه الحياة، واعتبارها أحداث طبيعية ينبغي عدم مقاومتها، كالقيام بمحاكمة ولوم الذات (النقد الذاتي)، أو إنكارها (كالتفادي والتجنب)، ومحاولة تهدئة النفس عند مواجهة التجارب المؤلمة (ضبط الذات)، والاستعاضة عن تلك المشاعر السلبية بالمشاعر الدافئة والمتعاطفة مع الذات، والتقبل الذاتي (النواجحة، ٢٠١٨؛ المنشاوي، ٢٠١٦).

- الإنسانية المشتركة **Common Humanity** مقابل الشعور بالوحدة والعزلة **feeling isolated and alienated**: يشير إلى رؤية الفرد لخبراته الخاصة على أنها جزء من الخبرة الإنسانية الكبيرة بدلاً من رؤيتها معزولة ومنفصلة عن رؤية الآخرين، فإن جميع البشر لديهم معاناة، وهذه المعاناة إنسانية عامة وعندما لا يعترف الشخص إلا بمعاناته لوحده في هذا العالم فإن معاناته هذه تعني الموت أو العزلة، فإذا كان من شأن الألم في العادة أن يقربنا من الآخرين فذلك لأن شفاء الفرد ينكشف لنا بكل قسوة في لحظة تألمه وبالتالي نجد أنفسنا مدفوعين إلى مشاركة الآخرين في آلامهم مشاركة إيجابية مباشرة (الركابي والجرفي، ٢٠١٩).

- اليقظة العقلية **Mindfulness** في مقابل تجاهل الألم والمبالغة فيه **Ignoring our Pain or Exaggerating it**: اليقظة العقلية تعني أن تكون مدركاً للخبرة اللحظية بطريقة واضحة ومتوازنة. واليقظة العقلية تعني الانفتاح على واقع اللحظة



الحالية، والسماح لجميع الأفكار والمشاعر والأحاسيس بالدخول إلى الوعي دون مقاومة أو تجنب، فاليقظة العقلية عنصر أساسي في التعاطف مع الذات؛ لأن الفرد بحاجة إلى أن يكون قادراً على الرجوع والاعتراف عندما يعاني، أي أن "يكون" مع ألمه لفترة كافية للاستجابة بعناية ولطف. في حين أنه قد يبدو أن المعاناة واضحة للغاية، إلا أن الكثير من الناس لا يعترفون بمدى الألم الذي يعانون منه، خاصة عندما يكون هذا الألم ناتجاً عن نقدهم الذاتي. أو عند مواجهة تحديات الحياة، غالباً ما ينشغل الأفراد في وضع حل المشكلات لدرجة أنهم لا يتوقفون مؤقتاً للنظر في مدى صعوبة الأمر في الوقت الحالي. وتقوض اليقظة العقلية الميل إلى تجنب الأفكار والمشاعر المؤلمة، مما يسمح لهم بمواجهة حقيقة لتجاربيهم، حتى عندما تكون غير سارة. وفي الوقت نفسه، فإن اليقظة العقلية تمنعهم من الاستغراق في الأفكار أو المشاعر السلبية و"الإفراط في التعريف بها"، ومن الانشغال بردود انفعالاتهم السلبية. والاجترار Ruminatoin يضيق تركيز الفرد ويضخم من نتائج تجاربه الشخصية مثل: لم أفضل فقط، بل "أنا فاشل". لم أشعر بخيبة أمل فقط، بل "حياتي مخيبة للآمال". فعندما يلاحظ الفرد آلامه بوضوح، يمكنه الاعتراف بمعاناته دون المبالغة فيها، مما يسمح له باتخاذ منظور أكثر حكمة وموضوعية تجاه ذاته وحياته. ولكي يكون الفرد متعاطف مع ذاته، فإن اليقظة هي في الواقع الخطوة الأولى التي يجب أن يتخذها- فهو في حاجة إلى وجود العقل للاستجابة بطريقة جديدة (Germer, ٢٠٠٩; Neff, & Germer, ٢٠١٨).

وبعد عقود من البحث، ميز بول جيلبرت ست سمات (أو صفات) من التعاطف يتم تحديدها جميعاً في سياق الدفاء الانفعالي Emotional Warmth. فالدفاء مهم لأنه يحول شيئاً يمكن أن يكون مفهوماً فكرياً بحثاً إلى شيء له صدى انفعالي أكبر بكثير. وتختلف السمات الست عن بعضها البعض، لكنها أيضاً مرتبطة ارتباطاً وثيقاً ومتكاملة. وجميعها يساعد على بناء ثقة الفرد بنفسه (Welford, ٢٠١٣)، وهي كالاتي:

- العناية الرفاهية Care for Well-Being:
- الحساسية للضغوط Sensitivity to Distress:
- الشفقة Sympathy:

- التقمص العاطفي Empathy:

- عدم الحكم (تأجيل الحكم) Nonjudgment:

- تحمل الضغوط Distress Tolerance:

ويشير الضبع (٢٠١٣) إلى أن نيف Neff (٢٠٠٣) تنظر إلى أن التعاطف مع الذات كاستراتيجية مفيدة للتنظيم الانفعالي تتيح للفرد الوعي بالمشاعر المؤلمة أو المحزنة بشيء من الرفق والفهم بدلاً من تجنبها وإنكارها، ورؤيتها على أنها قاسم مشترك بين البشر بعيداً عن اقتصارها على فرد ما. وبالتالي يتم تحويل المشاعر السلبية إلى حالة أكثر إيجابية تتيح للفرد فرصة تغيير ذاته، وبيئته بطرق أكثر فاعلية. ولهذا السبب يعد التعاطف مع الذات أحد أبعاد الذكاء الانفعالي والذي ينطوي على قدرة الفرد على قراءة مشاعره وانفعالاته الخاصة بمهارة تتيح له إمكانية توجيه تفكيره وسلوكه بإيجابية.

وتنوعت الدراسات التي حاولت بناء أو ترجمة مقياس التعاطف مع الذات، حيث أجرى الضبع (٢٠١٣) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين التعاطف مع الذات وأسلوب الحياة الصحي لدى طلاب الجامعة، والكشف عن الفروق بين الجنسين في التعاطف مع الذات، وأسلوب الحياة الصحي، والتعرف على إمكانية التنبؤ بأسلوب الحياة الصحي من خلال أبعاد التعاطف مع الذات. وتكونت عينة البحث من (٢٠٧) طالب وطالبة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية بسوهاج. واشتملت العينة على (٨٩) من الذكور، (١١٨ من الإناث)، بمتوسط عمري قدره (١٢,٢٠) سنة، وانحراف معياري قدره (٨٩,١). وأعدَّ الباحث مقياس التعاطف مع الذات، وقد اشتمل على (٢٤) عبارة موزعة على (٦) أبعاد فرعية بواقع (٤) عبارات لكل بعد، وهي: (الحنو على الذات، والحكم الذاتي، والإنسانية المشتركة، والعزلة، واليقظة العقلية، والتوحد المفرط). كما قام الباحث بترجمة وتعديل مقياس أسلوب الحياة الصحي من إعداد (Taymoori et al., ٢٠١٢)، ويتكون المقياس من (٣٦) عبارة موزعة على ستة أبعاد، وهي: تقدير قيمة الحياة، والمسئولية الصحية، والطعام الصحي، والمساندة الاجتماعية، والنشاط البدني، وإدارة الضغوط. وأشارت نتائج البحث إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث لصالح الذكور في التعاطف مع الذات، ولصالح الإناث في أسلوب الحياة الصحي، ووجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين التعاطف مع الذات وأبعاد أسلوب الحياة الصحي ودرجته الكلية.

وأن أبعاد التعاطف مع الذات تعد منبأً جيداً بالدرجة الكلية لأسلوب الحياة الصحي، وأبعاده الفرعية مع اختلاف نسب إسهام كل بعد منها، وجاء بعد اليقظة العقلية كأقوى أبعاد التعاطف مع الذات، حيث تنبأ بجميع أبعاد أسلوب الحياة الصحي والدرجة الكلية له.

وهدفت دراسة صفحي (٢٠١٩) إلى التعرف على مستوى التعاطف الأكاديمي مع الذات واستراتيجيات التنظيم الانفعالي الأكاديمي الأكثر انتشاراً لدى أفراد عينة الدراسة من طلاب برنامج الإعاقة البصرية بجامعة الملك خالد بالإضافة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين التعاطف مع الذات واستراتيجيات التنظيم الانفعالي الأكاديمي، وفحص مدى إسهام التعاطف مع الذات في التنبؤ باستراتيجيات التنظيم الانفعالي الأكاديمي. وتكونت عينة الدراسة من (٢٩) طالباً، متوسط أعمارهم الزمنية (٢١.٤١) سنة بانحراف معياري (١.٣٠)، وتم اختيارهم من الطلاب منخفضي الإنجاز الأكاديمي، والذين تقل معدلاتهم الأكاديمية عن (٢.٥)، واستخدمت الدراسة مقياس التعاطف الأكاديمي مع الذات إعداد كرواس (Krause, ٢٠١١)، واستبيان التنظيم الانفعالي الأكاديمي إعداد بيوريك وأخرين (Buric, ٢٠١٦)، والمقياسان من ترجمة الباحث. وكشفت نتائج الدراسة عن ارتفاع مستوى التعاطف مع الذات لدى أفراد عينة الدراسة، كذلك وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التعاطف مع الذات واستراتيجيات التنظيم الانفعالي الأكاديمي، ويمكن التنبؤ باستراتيجيات التنظيم الانفعالي الأكاديمي من خلال بعض أبعاد التعاطف مع الذات، وأن بعد التوحد يسهم في التنبؤ باستراتيجية تجنب المواقف، وبعد اليقظة العقلية يسهم في التنبؤ باستراتيجيات تنمية القدرات، وإعادة توجيه الانتباه، وإعادة التقييم، أما بعد التحكم الذاتي فيسهم في التنبؤ باستراتيجية القمع، والتنفيس، وبعدي الحكم الذاتي والحنو على الذات يسهمان في التنبؤ باستراتيجية التنفس، وبعد الإنسانية المشتركة فقط يسهم في التنبؤ باستراتيجية

كمت هدفت دراسة شعيب (٢٠٢٢) إلى التعرف على الإدراك الانفعالي لدى أطفال ASD من خلال تعبيرات الوجه، بالإضافة على التعرف على التعاطف والتنظيم لديهم في ضوء نظرية العقل. واعتمدت الدراسة على عينة من أطفال ASD المقيدون بفصول دار التربية الفكرية بمدينة شبين الكوم وبعض المراكز التي تتعامل ASD عينة من أطفال مع حالات الأوتيزم بلغ عددهم ٣٦ طفلاً من الجنسين (١٩ ذكراً، ٧ إناث) تتنوع فيهم شدة الإصابة بالأوتيزم من بسيطة (٧) إلى معتدلة (٢٥) إلى شديدة (٢) حيث بلغ متوسط

أعمارهم ٨.٦ سنة. كما أعدت الدراسة لقياس الإدراك الانفعالي اختبار تعبيرات الوجه، اختبار (Auyenung et al., ٢٠٠٩) لقياس نسبة التعاطف (EQ) ونسبة التنظيم (SQ) تعريب الدراسة الحالية. وتوصلت الدراسة إلى لانخفاض كل من التعاطف والتنظيم لديهم، كما لم تظهر فروق جوهرية في كل من التعاطف والتنظيم ترجع لعامل الجنس أو شدة إصابة الطفل بالأوتيزم.

كما هدفت دراسة الغامدى (٢٠٢٢) إلى معرفة علاقة التعاطف مع الذات بكل من الكمالية التوافقية واللاتوافقية وبعض أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة، وأيضاً الفروق في التعاطف مع الذات وفقاً لمتغير النوع، وتكونت عينة الدراسة من (٢٨٠) طالباً وطالبة، وتمثلت الأدوات في مقياس التعاطف مع الذات ، إعداد (Naff, ٢٠١١) وترجمة الباحث، ومقياس أساليب الضغوط النفسية من إعداد Carver (١٩٩٧) وترجمه (المنصوري) (٢٠١٤)، ومقياس الكمالية التوافقية واللاتوافقية إعداد جاهين (٢٠١٠)، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين أبعاد التعاطف مع الذات والكمالية التوافقية، في حين وجدت علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين أبعاد التعاطف مع الذات والكمالية اللاتوافقية، كما وجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين التعاطف مع الذات وبعض الأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط النفسية، في حين وجدت علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين التعاطف مع الذات وبعض الأساليب السلبية لمواجهة الضغوط النفسية.

وهدفت دراسة المحضار (٢٠٢٢) إلى دراسة العلاقات الارتباطية بين التعاطف مع الذات بأبعاده الإيجابية وأبعاده السلبية وبين درجة القلق والمشاعر الإيجابية والسلبية لدى طلبة الجامعات السعودية خلال فترة جائحة فيروس كورونا في عام ٢٠٢٠. أجاب (٦٠٠) طالب وطالبة في مرحلة البكالوريوس عن أسئلة الاستبانة، وتكونت أدوات البحث من مقياس التعاطف مع الذات وفقاً لتصور نيف (Neff: ٢٠٠٣) ، ومقياس التقييم الذاتي للقلق (NA)، (Human Resources) ومقياس الشعور السلبي والإيجابي (Watson et al, ١٩٨٨)، وأظهرت النتائج وجود علاقات ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الأبعاد الإيجابية للتعاطف مع الذات والشعور الإيجابي، وعلاقات سالبة دالة إحصائياً بين الأبعاد السلبية للتعاطف مع الذات مع الشعور الإيجابي. بينما وجدت علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الأبعاد الإيجابية للتعاطف مع الذات وكل من القلق والشعور السلبي، ووجدت علاقات

موجبة دالة إحصائياً بين الأبعاد السلبية للتعاطف مع الذات وكل من القلق والشعور السلبي، كما وجدت علاقات ارتباطية موجبة دالة بين الدرجة الكلية للتعاطف مع الذات والشعور الإيجابي، وعلاقات ارتباطية سالبة دالة بين الدرجة الكلية للتعاطف مع الذات والقلق والشعور السلبي.

كما هدفت دراسة محمد ومحسن (٢٠٢٢) إلى قياس التعاطف الذاتي، والفرق بين الجنس والتخصص في التعاطف الذاتي لدى طلبة الجامعة، واعتمد الباحثان على المنهج الوصفي الارتباطي وقام الباحثان ببناء مقياس على وفق نظرية نيف (Neff, ٢٠٠٣)، وتكون المقياس من (٢٣) فقرة موزعة على ثلاث مجالات، وتم التحقق من صدق وثبات المقياس، وتألقت عينة البحث من (٤٠٠) طالب وطالبة موزعين على ثمان كليات بالتساوي، إذ أظهرت النتائج تمتع طلبة الجامعة بالتعاطف الذاتي، وعدم وجود فروق بينهما في الجنس والتخصص.

وهدف دراسة محمد ونمر (٢٠٢٢) إلى التعرف على التعاطف لدى طلبة الجامعة، وهل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في التعاطف لدى طلبة الجامعة وفقاً لمتغيرات (الجنس، التخصص). وتحقيقاً لأهداف البحث قامت الباحثة بإعداد مقياس التعاطف، وتحققت الباحثة من الخصائص القياسية لأدوات البحث بوساطة تطبيقها إلكترونياً على عينة مكونة من (٤٥٠) طالباً وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية نظراً لظروف جائحة كورونا، وبعد تطبيق أدوات البحث وتحليل البيانات توصلت الباحثة إلى أن عينة البحث لديهم تعاطف، ويوجد فرق دال إحصائياً لدى عينة البحث في التعاطف على وفق الجنس (ذكور، إناث) ولصالح الإناث ولا توجد فروق دالة إحصائية في التعاطف لدى عينة البحث في التخصص (علمي، إنساني) والتفاعل بين الجنس (ذكور، إناث) والتخصص (علمي، إنساني).

وهدف دراسة السميح (٢٠٢٣) لفحص الخصائص السيكومترية لمقياس التعاطف مع الذات (نييف) وتقنيته على البيئة السعودية تحديداً طلبة جامعة الملك سعود بالرياض. تم تطبيق المقياس على عينة قوامها (٤٣٨) طالب وطالبة من التخصصات الإنسانية، العلمية والطبية. تم حساب الصدق والثبات للمقياس عن طريق ألف كرونباخ والاتساق الداخلي كما تم استخدام التحليل العاملي التوكيدي للتحقق من العوامل الستة الأساسية المكونة للتعاطف الذاتي؛ اللطف مع الذات مقابل نقد الذات، الإنسانية المشتركة مقابل العزلة، اليقظة الذهنية

مقابل التوحد المفرط. وقد أكدت النتائج العوامل الستة المكونة للمقياس كما أسفرت عن صدق وثبات جيد للمقياس حيث بلغ معامل ثبات ألف كرونباخ (أعلى من ٠.٧). كذلك درجة الاتساق الداخلي للمقياس (٠.٧) بينما تراوحت معاملات الارتباط ما بين درجة كل فقرة ودرجة البعد الذي تنتمي له ما بين (٠.٥٣٠-٠.٨٥٤) أيضا تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس (٠.٥١٣-٠.٧٩٤). هذه الدرجة من الثبات والصدق قد تكون مؤشر يتيح تطبيقه على مجموعات مماثلة لعينة الدراسة (طلبة الجامعة).

كما هدفت دراسة حسن (٢٠٢٣) إلى التحقق من العلاقة بين اجترار الأفكار والتعاطف مع الذات لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (٣٣٧) طالبا وطالبة، وقسمت العينة إلى (١٤٣) من الذكور، و (١٩٤) من الإناث، تراوحت أعمارهم ما بين ١٨- ٢١ سنة بمتوسط عمر قدره ١٩.٣ سنة، وانحراف معياري قدره ٠.٩٢، استخدمت الدراسة عدة أدوات منها مقياس اجترار الأفكار (إعداد وتعريب الباحثة)، ومقياس التعاطف مع الذات (إعداد وتعريب الباحثة)، خلصت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب وطالبات الجامعة في اجترار الأفكار لصالح الإناث، كما توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب وطالبات الجامعة في التعاطف مع الذات، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين اجترار الأفكار وأبعاده الفرعية، والتعاطف مع الذات وأبعاده الفرعية الموجبة (الحنو على الذات، الإنسانية المشتركة، واليقظة العقلية)، بينما توجد علاقة ارتباطية موجبة بين اجترار الأفكار وأبعاده الفرعية، والتعاطف مع الذات وأبعاده الفرعية السالبة (الحكم الذاتي، العزلة، التوحد المفرط)، وتوصلت الدراسة كذلك إلى أن بعض أبعاد اجترار الأفكار تنبئ دون غيرها بالتعاطف مع الذات لدى طلاب وطالبات الجامعة.

ومما سبق من عرض للدراسات السابقة أن عينات الدراسات انحصرت في طلاب الجامعة، فيما عدا دراسة شعيب (٢٠٢٢) التي تكونت عينة البحث فيها من أطفال مع حالات الأوتيزم، كما تنوعت طرق قياس التعاطف مع الذات، فقد أعدَّ الضيع (٢٠١٣) مقياس التعاطف مع الذات، كما قام صفحي (٢٠١٩) باستخدام مقياس التعاطف الأكاديمي مع الذات إعداد كرواس (Krause, ٢٠١١)، كما استخدم شعيب (٢٠٢٢) اختبار (Auyenung, et al., ٢٠٠٩) لقياس نسبة التعاطف (EQ)، في حين استخدم الغامدى

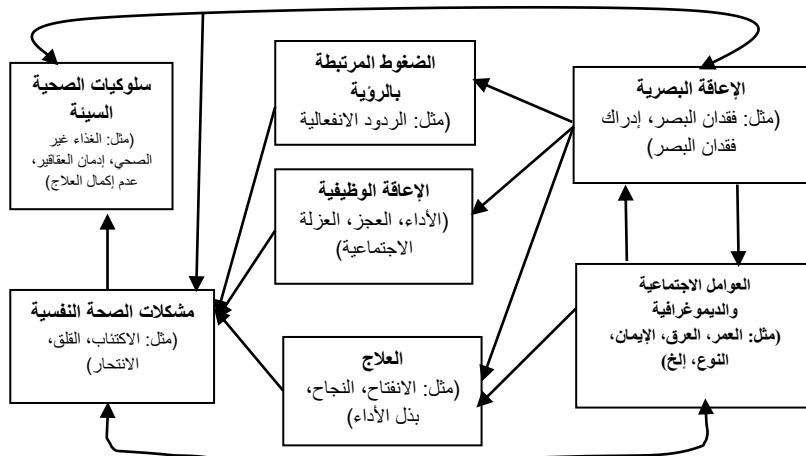
(٢٠٢٢) مقياس التعاطف مع الذات من إعداد (Neff, ٢٠١١) وترجمته، كما اعتمدت دراسة المحضار (٢٠٢٢) على مقياس التعاطف مع الذات وفقاً لتصور نيف (Neff: ٢٠٠٣)، في حين قام محمد ومحسن (٢٠٢٢) ببناء مقياس على وفق نظرية نيف (Neff, ٢٠٠٣)، كذلك دراسة محمد ونمر (٢٠٢٢) قامت بإعداد مقياس التعاطف، في حين هدفت دراسة السميح (٢٠٢٣) لفحص الخصائص السيكومترية لمقياس التعاطف مع الذات (نييف) وتقنيته على البيئة السعودية، كما قامت دراسة حسن (٢٠٢٣) بإعداد وتعريب مقياس التعاطف مع الذات.

وانطلاقاً من دور الباحثة في مساعدة الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة، وخاصة المراهقين المكفوفين لتكوين شخصية إيجابية وتهيئته للتفاعل مع المجتمع المحيط، يتضح ضرورة التحقق من كفاءة مقياس التعاطف مع الذات إعداد الضبع (٢٠١٣) على المراهقين المكفوفين.  
مشكلة الدراسة:

تؤثر الإعاقة البصرية بشكل كبير على نوعية حياة الأفراد. فهناك ٢٨٥ مليون شخص يعانون من إعاقة بصرية. (Sari, ٢٠١٠). يعيش ٩٠٪ منهم في البلدان النامية، و٣٪ من الأطفال (World Health Organization, ٢٠٢٣)

و غالباً ما يؤدي فقدان البصر إلى إعاقة كبيرة ويرتبط بعبء اقتصادي كبير، وانخفاض جودة الحياة، ومشكلات طبية، ومشكلات صحية وعقلية، وارتفاع معدلات الاكتئاب والقلق بين الأشخاص الذين يعانون من إعاقات بصرية. علاوة على ذلك، قد يكون الأفراد ذوو الحالة الاجتماعية والاقتصادية المنخفضة معرضين لخطر متزايد لضعف البصر ومشاكل الصحة العقلية اللاحقة. وتظهر التدخلات النفسية والاجتماعية الحالية لتحسين الصحة النفسية لدى الأشخاص الذين يعانون من إعاقة بصرية بعض الأمل، ولكنها محدودة بسبب التقيد المنخفض وتفتقر إلى التعميم. وهناك حاجة إلى فهم أفضل للآليات التي تربط بين ضعف البصر والصحة النفسية السيئة. سيكون من الضروري أيضاً تطوير تدخلات أكثر فعالية وتوسيع نطاق الوصول إلى الخدمات لتحسين اكتشاف ومعالجة مشاكل الصحة النفسية لدى هذه الفئة من الأفراد (Demmin, & Silverstein, ٢٠٢٠).

كما أن هناك علاقة مباشرة بين ضعف البصر والعديد من مشاكل الصحة النفسية كما يوضح شكل (١) التالي.



### التفاعل ثنائي الاتجاه بين ضعف البصر ومشاكل الصحة النفسية (Demmin, & Silverstein, ٢٠٢٠)

فالأفراد الذين يعانون من ضعف البصر والإعاقات الأخرى أو الاحتياجات التعليمية الخاصة على أنهم أكثر عرضة للإصابة باضطراب نفسي وفق تقدير الوالدين بنسبة (٣٠٪) وتقدير المعلمين (٢٢٪)، وتشير الأبحاث على المستوى الوطني للأطفال إلى أن الأطفال الذين يعانون من تأخر في النمو، أو مرض مزمن أو إعاقة، والذين لديهم احتياجات تعليمية خاصة هم أكثر عرضة من الأطفال غير المعاقين لعرض مجموعة من السلوكيات المرتبطة بالاضطرابات النفسية، بما في ذلك السلوكيات "الداخلية" و "الخارجية" (Harris, & Lord, ٢٠١٦).

وبناءً على ما سبق، فقد أثارت مشكلة الدراسة في ذهن الباحثة ضرورة التحقق من كفاءة مقياس التعاطف مع الذات إعداد الضبع (٢٠١٣) على المراهقين المكفوفين، ويمكن تحديد مشكلة الدراسة فيما يلي:

- ما إجراءات التحقق من صدق مقياس التعاطف مع الذات لدى المراهقين المكفوفين؟
- ما إجراءات التحقق من ثبات مقياس التعاطف مع الذات لدى المراهقين المكفوفين؟



## أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التعاطف مع الذات إعداد الضبع (٢٠١٣) على المراهقين المكفوفين.

أهمية الدراسة:

أ- الأهمية النظرية:

- ١- تقديم اطار نظري لمتغير التعاطف مع الذات.
- ٢- توجه الاهتمام نحو الدراسات التي تعمل على كشف وفهم وتقبل المكفوفين.
- ٣- ندرة الدراسات -في حدود علم الباحثة- التي تناولت إعداد التحقق من كفاءة المقاييس على المراهقين المكفوفين في العالم العربي.

ب- الأهمية التطبيقية:

- ١- التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التعاطف مع الذات على المراهقين المكفوفين.
  - ٢- إمكانية استخدام مقياس التعاطف مع الذات لدى المكفوفين في دراسات أخرى.
- مصطلحات الدراسة:

- التعاطف مع الذات Self-compassion:

وتتبنى الباحث تعريف الضبع (٢٠١٣) للتعاطف مع الذات بأن "الرفق بالذات والإحساس بها في خبرات المعاناة، والمواقف المؤلمة، والانفتاح عليها بوعي وتركيز في اللحظة الراهنة، ورؤيتها في سياق إنساني مشترك، وليست تجربة قاصرة على الفرد ذاته". ويعرف التعاطف مع الذات-إجرائياً- بأنه الدرجة التي يحصل عليها الكفيف عند تطبيق مقياس التعاطف مع الذات المستخدم في الدراسة الحالية.

- المراهقين المكفوفين visually impaired adolescence :

الشخص الذي فقد قدرته البصرية بالكامل أو الذي يستطيع ادراك الضوء فقط يفرق بين الليل والنهار ولذا فإن عليه الاعتماد على الحواس الأخرى للتعلم (العنزي، ٢٠١١).

## محددات الدراسة:

١ - المحددات بشرية: المراهقين المكفوفين بمدرسة المكفوفين بمحافظة أسوان.

٢ - المحددات المكانية: محافظة أسوان.

الطريقة والإجراءات:

منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي.

عينة الدراسة:

تم استخراج عينة تكونت من (٣٥) طالباً وطالبة (١٩ ذكور، ١٦ إناث) بمدرسة

النور للمكفوفين بمحافظة أسوان بمتوسط عمر (١٤.٣٠)، وانحراف معياري (١.٠٦) بهدف

حساب الصدق والثبات لمقياس التعاطف مع الذات.

أداة الدراسة:

- مقياس التعاطف مع الذات من إعداد الضبع (٢٠١٣):

أعدّ الضبع (٢٠١٣) مقياس التعاطف مع الذات وفقاً لتصور نيف (٢٠٠٣) Neff

عن هذا المفهوم، وقد تكون المقياس في صورته النهائية من (٢٤) عبارة موزعة على ستة

أبعاد. يأخذ البعد الأول (الحنو على الذات) العبارات أرقام (١٩،١٣،٧،١)، ويأخذ البعد الثاني

(الحكم الذاتي) العبارات أرقام (٤،١٠،١٦،٢٢)، ويأخذ البعد الثالث (الإنسانية المشتركة)

العبارات أرقام (١٥،٩،٣،٢١)، ويأخذ البعد الرابع (العزلة) العبارات أرقام (٦،١٢،١٨،٢٤)،

ويأخذ البعد الخامس (اليقظة العقلية) العبارات أرقام (٢٣، ٥،١١،١٧)، ويأخذ البعد السادس

(التوحد المفرط) العبارات أرقام (٢،٨،١٤،٢٠).

ويجاب عن عبارات المقياس في ضوء تدرج خماسي يتراوح بين (تنطبق تماماً)-لا

تنطبق مطلقاً)، وعند التعامل مع الأبعاد الفرعية للمقياس تكون كل العبارات موجبة، ويتم

تقدير الدرجات بـ(١،٢،٣،٤،٥)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع درجة الصفة التي

يقيسها كل بعد فرعي، وفي حالة التعامل مع الدرجة الكلية للمقياس، تكون عبارات الأبعاد

أرقام (٢،٤،٦) سالبة، ويتم تقدير الدرجات بـ (٥،٤،٣،٢،١) على الترتيب.

وقد تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس في البيئة المصرية على عينة

قوامها (١٢٠) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية بجامعة سوهاج. وأسفرت النتائج عن

وجود اتساق داخلي جيد للمقياس من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة

والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه، وبلغت قيم معاملات الارتباط لعبارات البعد الأول (٠,٣٩)، (٠,٦٢، ٠,٥٧، ٠,٤٨)، ولعبارات البعد الثاني (٠,٥١، ٠,٣٧، ٠,٦٩، ٠,٥٨)، ولعبارات البعد الثالث (٠,٦٥، ٠,٧١، ٠,٥٩، ٠,٦١)، ولعبارات البعد الرابع (٠,٣١، ٠,٤٧، ٠,٦٤، ٠,٥٣)، ولعبارات البعد الخامس (٠,٧١، ٠,٦٥، ٠,٦٠، ٠,٧٣)، ولعبارات البعد السادس (٠,٤٨، ٠,٦٤، ٠,٥٩، ٠,٣٦)، وجميعها دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١). ويشير ما سبق إلى ارتباط جميع بنود مقياس التعاطف مع الذات بالأبعاد التي تنتمي إليها.

كما كان للمقياس صدق عاملي جيد؛ حيث أسفرت نتائج التحليل العاملي بعد تدوير العوامل عن تشبع أبعاد المقياس على عاملين بنسبة تباين إجمالية قدرها (٥٧,٦٧%)، ويستوعب العامل الأول (٣٥,١٦%) من التباين الكلي، وبجذر كامن (٢,١١)، وتشبعت عليه الأبعاد الإيجابية، وهي: الحنو على الذات، والإنسانية المشتركة، واليقظة العقلية، ويمكن تسمية هذا العامل بعامل التعاطف مع الذات، وكانت تشبعت الأبعاد على الترتيب (٠,٧٢)، (٦٩، ٧٩)، ويستوعب العامل الثاني (٢٢,٥١%) من التباين الكلي، وبجذر كامن (١,٣٥)، وتشبعت عليه الأبعاد السلبية، وهي أبعاد: الحكم الذاتي، والعزلة، والتوحد المفرط، وكانت تشبعت الأبعاد على الترتيب (٠,٧٦، ٨١، ٠,٦٥)، ويمكن تسمية هذا العامل بعامل القسوة على الذات

نتائج الدراسة:

السؤال الأول ونتائجه: ما إجراءات التحقق من صدق مقياس التعاطف مع الذات لدى المراهقين المكفوفين؟

تحققت الباحثة من الخصائص السيكومترية لصدق مقياس التعاطف مع الذات على النحو الآتي:

صدق التجانس الداخلي للمقياس:

تم حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات كل بعد من أبعاد مقياس التعاطف مع الذات، والدرجة الكلية لنفس البعد، ويوضح جدول (١) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس التعاطف مع الذات.

جدول (١) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس التعاطف مع الذات

العبارة	١	٧	١٣	١٩	الحنو على الذات
معامل الارتباط	**٠,٧٤	**٠,٧٦	**٠,٧٢	**٠,٧٣	
العبارة	٢	٨	١٤	٢٠	الحكم الذاتي
معامل الارتباط	**٠,٧٥	**٠,٧٧	**٠,٧٢	**٠,٧٤	
العبارة	٣	٩	١٥	٢١	الإنسانية المشتركة
معامل الارتباط	**٠,٧٦	**٠,٧٨	**٠,٧١	**٠,٧٩	
العبارة	٤	١٠	١٦	٢٢	العزلة
معامل الارتباط	**٠,٧٢	**٠,٧٤	**٠,٧٧	**٠,٧٦	
العبارة	٥	١١	١٧	٢٣	اليقظة العقلية
معامل الارتباط	**٠,٧١	**٠,٧٧	**٠,٧٨	**٠,٧٢	
العبارة	٦	١٢	١٨	٢٤	التوحد المفرط
معامل الارتباط	**٠,٧٧	**٠,٧٧	**٠,٧٣	**٠,٧٩	

\*\* دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من جدول (١) أن جميع معاملات ارتباط كل عبارة مع الدرجة الكلية للبعد نفسه دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، كما تم حساب معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد المقياس بالدرجة الكلية كما يوضح جدول (٢).

## جدول (٢) معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية لمقياس التعاطف مع الذات

م	الأبعاد	الدرجة الكلية
١	الحنو على الذات	**٠.٨٩
٢	الحكم الذاتي	**٠.٨٧
٣	الإنسانية المشتركة	**٠.٨٨
٤	العزلة	**٠.٨٨
٥	اليقظة العقلية	**٠.٨١
٦	التوحد المفرط	**٠.٨٧

\*\* دالة عند مستوى (٠,٠١)

ويتضح من جدول (٢) أن معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس كانت دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

وتتفق النتائج مع نتائج دراسة الضبع (٢٠١٣) حيث تمتع المقياس بالاتساق الداخلي، فقد أسفرت النتائج عن وجود اتساق داخلي جيد للمقياس من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه، وبلغت قيم معاملات الارتباط لعبارات البعد الأول (٠,٣٩، ٠,٦٢، ٠,٥٧، ٠,٤٨)، ولعبارات البعد الثاني (٠,٥١، ٠,٣٧، ٠,٦٩، ٠,٥٨)، ولعبارات البعد الثالث (٠,٦٥، ٠,٧١، ٠,٥٩، ٠,٦١)، ولعبارات البعد الرابع (٠,٣١، ٠,٤٧، ٠,٦٤، ٠,٥٣)، ولعبارات البعد الخامس (٠,٧١، ٠,٦٥، ٠,٦٠، ٠,٧٣)، ولعبارات البعد السادس (٠,٤٨، ٠,٦٤، ٠,٥٩، ٠,٣٦)، وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١). ويشير ما سبق إلى ارتباط جميع بنود مقياس التعاطف مع الذات بالأبعاد التي تنتمي إليها.

وهذه النتائج توضح وجود اتساق داخلي بدرجات مرتفعة لدى عينة الدراسة الحالية من المكفوفين، حيث قام الضبع (٢٠١٣) بالاعتماد على أبعاد التعاطف لدى الذات وفق نموذج نيف أو من إعدادها (Naff, ٢٠١١)، وهو ما اعتمدت عليه الدراسات التي قامت بترجمة مقياس التعاطف مع الذات أو بناء مقياس جديد (حسن، ٢٠٢٣؛ السميح، ٢٠٢٣؛ شعيب، ٢٠٢٢؛ صفحي، ٢٠١٩؛ الغامدي، ٢٠٢٢؛ المحضار، ٢٠٢٢؛ محمد ومحسن، ٢٠٢٢؛ محمد ونمر، ٢٠٢٢).

السؤال الثاني ونتائجه: ما إجراءات التحقق من ثبات مقياس التعاطف مع الذات لدى المراهقين المكفوفين؟

تحققت الباحثة من الخصائص السيكومترية لثبات مقياس التعاطف مع الذات على النحو الآتي:

(١) ثبات المقياس:

(أ) طريقة إعادة تطبيق المقياس:

تم إجراء التطبيق الأول للمقياس ثم بعد فاصل زمني يتم تطبيق المقياس مرة أخرى على نفس المجموعة الأولى، وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للمقياس للتأكد من معامل الارتباط (٣٤٧، ٢٠١١، Goodwin)، حيث كانت قيمة معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني (٠,٨٤) وهى قيمة داله إحصائيا عند مستوى (٠,٠٠١).

(ب) استخدام معادلة ألفا كرونباخ:

تم حساب معامل ثبات ألفا كرونباخ للأبعاد الفرعية والدرجة الكلية على مقياس كما يوضح جدول (٣).

جدول (٣) معاملات ثبات أبعاد مقياس التعاطف مع الذات والدرجة الكلية للمقياس بطريقة ألفا كرونباخ

م	الأبعاد	معامل ألفا كرونباخ
١	الحنو على الذات	٠.٨٨
٢	الحكم الذاتي	٠.٨١
٣	الإنسانية المشتركة	٠.٨٧
٤	العزلة	٠.٨٨
٥	اليقظة العقلية	٠.٨٢
٦	التوحد المفرط	٠.٨٨
	الدرجة الكلية	٠.٨٩

(ج) طريقة التجزئة النصفية:

تم حساب ثبات مقياس بطريقة التجزئة النصفية ويوضح جدول (٤) نتائج ذلك.

## جدول (٤) معاملات ثبات أبعاد مقياس التعاطف مع الذات بطريقة التجزئة النصفية

التجزئة النصفية		الأبعاد	م
طريقة سبيرمان- براون	طريقة جتمان		
٠.٨١	٠.٨١	الحنو على الذات	١
٠.٨٣	٠.٨٣	الحكم الذاتي	٢
٠.٨٦	٠.٨٥	الإنسانية المشتركة	٣
٠.٨١	٠.٨١	العزلة	٤
٠.٧٧	٠.٧٦	اليقظة العقلية	٥
٠.٨٢	٠.٨٢	التوحد المفرط	٦
٠.٨٥	٠.٨٤	الدرجة الكلية	

تشير النتائج الواردة في جدول (٤) إلى أن معاملات الثبات الخاصة بأبعاد مقياس التعاطف مع الذات بطريقة سبيرمان-براون، متقاربة مع مثلتها بطريقة جتمان قيم مرتفعة، مما يشير إلى ثبات المقياس.

وتتفق النتائج مع نتائج دراسة الضبع (٢٠١٣) حيث تمتع المقياس بثبات معاملات ألفا كرونباخ، فقد أسفرت نتائج دراسة الضبع (٢٠١٣) عن وجود ثبات معاملات ألفا كرونباخ بقيمة مرتفعة للمقياس، فقد بلغت قيمة ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس (٠.٧٣)، (٠.٦٥، ٠.٧٩، ٠.٦١، ٠.٧٥، ٠.٧١)، وهي قيم مرتفعة.

ومما سبق، يمكن القول إن مقياس التعاطف مع الذات يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة من حيث الصدق والثبات.  
توصيات الدراسة:

- في ضوء نتائج الدراسة، خلصت الباحثة إلى التوصيات الآتية:
- استخدام مقياس التعاطف مع الذات على المكفوفين في دراسات أخرى.
  - التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التعاطف مع الذات على عينات أخرى مثل المعاقين سمعياً.
  - التوسع في بناء وتقنين والتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس أخرى، نظراً لحاجة المكفوفين لإجراء المزيد من الأبحاث.

**المراجع:****المراجع العربية:**

القرآن الكريم.

الركابي، وحيدة حسين، والجرفي، جواد نعمة كاطع. (٢٠١٩). الشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة. مجلة نسق، ٢٣، ٢٢٧-٢٥٣.

سليم، عبدالعزيز إبراهيم، وأبو حلاوة، محمد السعيد عبدالجواد. (٢٠١٨). أصالة الشخصية وعلاقتها بكل من الشفقة بالذات والتوجه الروحي في الحياة لدى طلاب الدراسات العليا المتفوقين دراسيا بكلية التربية جامعة دمنهور. مجلة الإرشاد النفسي، ٥٥، ١٣٣-٢٢٣.

الشريف، عبد الفتاح عبد المجيد. (٢٠١١). التربية الخاصة وبرامجها العلاجية. مكتبة الأنجلو المصرية.

الضبع، فتحي عبدالرحمن. (٢٠١٣). التعاطف مع الذات كمنبئ بأسلوب الحياة الصحي لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية بالوادي الجديد، جامعة أسيوط.

عبدالرازق، أسماء شهاب محمد. (٢٠٢٣). المشكلات التي تحد من التكيف الاجتماعي للطلاب المعاقين بصريًا. مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية، ٣١، ١٩٣-٢٢٠.

العزة، سعيد حسني. (٢٠٠٢). المدخل إلى التربية الخاصة للأطفال وي الحاجات الخاصة المفهوم- التشخيص- أساليب التدريس. الدار الدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة.

الكيال، مختار أحمد السيد، علي، أحمد جاب الله إبراهيم، وطاحون، حسين حسن حسين. (٢٠١٨). الشفقة بالذات وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة. مجلة العلوم التربوية، ٣٧، ٥١-٧٤.

محمد، قتيبة محمد. (٢٠٠٧). الخصائص الشخصية لدى المراهقين المعاقين بصريا في مراكز الإقامة الداخلية والنهارية والمبصرين دراسة مقارنة [رسالة ماجستير غير منشورة]. كلية التربية - جامعة دمشق.

المنشاوي، عادل محمود محمد. (٢٠١٦). نموذج سببي للعلاقات المتبادلة بين الشفقة بالذات وكل من الإرهاق والصمود الأكاديمي لدى الطالب المعلم. مجلة كلية التربية، ٢٦(٥)، ١٥٣-٢٢٥.

النواجحة، زهير عبدالحميد. (٢٠١٩). الشفقة بالذات لدى أمهات أطفال متلازمة داون في قطاع غزة. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، ٢٧(٤)، ٢١٧-٢٣٩.

الضبع، فتحي عبد الرحمن. (٢٠١٨). التعاطف مع الذات كمدخل لخفض الشعور بالخزي الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية بأسيوط- مصر، ٣٤(٣)، ٥٦٩-٦٣٩.



- صفحي، محمد بن يحيى. (٢٠١٩). التعاطف الأكاديمي مع الذات وعلاقته باستراتيجيات التنظيم الانفعالي الأكاديمي لدى طلاب برنامج الإعاقة البصرية منخفضي الإنجاز الأكاديمي. مجلة جامعة جازان للعلوم الإنسانية، ٨(٢)، ١٠٧-١٢٨.
- شعيب، علي محمود علي. (٢٠٢٢). الإدراك الانفعالي في علاقته بالتعاطف والتنظيم في ضوء نظرية العقل لدى عينة من أطفال الأوتيزم. علم النفس، ٣٥(١٣٢)، ٤٥-٧٠.
- الغامدي، خالد بن عبدالرزاق. (٢٠٢٢). التعاطف مع الذات وعلاقته بالكمالية التوافقية واللاتوافقية وبعض أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة في ضوء الفروق في النوع. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، ٦٦، ١٧-١١٠.
- المحضر، أريج سالم. (٢٠٢٢). التعاطف مع الذات وعلاقته بالقلق والشعور الإيجابي والسلبي في ظل جائحة كورونا المستجد "COVID19" لدى طلبة الجامعة. مجلة جامعة الملك خالد للعلوم الإنسانية، ٩(١)، ١٢٧-١٦٣.
- محمد، حسين ناصر، ومحسن، عبدالكريم غالي. (٢٠٢٢). قياس التعاطف الذاتي لدى طلبة الجامعة. مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية، ٤٧(١)، ٤٤٦-٤٦٣.
- محمد، قتيبة محمد. (٢٠٠٧). الخصائص الشخصية لدى المراهقين المعاقين بصريا في مراكز الإقامة الداخلية والنهارية والمبصرين دراسة مقارنة [رسالة ماجستير غير منشورة]. كلية التربية - جامعة دمشق.
- محمد، مروة جلال حسين، ونمر، سهام كاظم. (٢٠٢٢). التعاطف لدى طلبة الجامعة على وفق بعض المتغيرات. مجلة البحوث التربوية والنفسية، ٧٤، ٧٠٠-٧٢٧.
- السميح، منيرة محمد. (٢٠٢٣). الخصائص السيكومترية لمقياس التعاطف مع الذات لدى طلبة جامعة الملك سعود. دراسات تربوية ونفسية، ١٢١، ٤٦٧-٤٩٥.
- حسن، إيمان محمد. (٢٠٢٣). اجترار الأفكار وعلاقته بالتعاطف مع الذات لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة كلية الآداب، ١٥(١)، ٢٨٧-٣٤٨.

### ثانياً المرجع الأجنبية:

- Demmin, D. L., & Silverstein, S. M. (٢٠٢٠). Visual impairment and mental health: unmet needs and treatment options. *Clinical Ophthalmology*, ٤٢٢٩-٤٢٥١.
- Engel, B. (٢٠١٥). *It wasn't your fault: Freeing yourself from the shame of childhood abuse with the power of self-compassion*. New Harbinger Publications.
- Germer, C. (٢٠٠٩). *The mindful path to self-compassion: Freeing yourself from destructive thoughts and emotions*. Guilford Press.

- Harris, J., & Lord, C. (٢٠١٦). Mental health of children with vision impairment at ١١ years of age. *Developmental Medicine & Child Neurology*, ٥٨(٧), ٧٧٤-٧٧٩.
- Marotta, J. (٢٠١٣). *Mindful Steps to Self-esteem: Everyday Practices for Cultivating Self-acceptance and Self-compassion*. New Harbinger Publications.
- Neff, K. D. (٢٠١١). Self-compassion, self-esteem, and well-being. *Social and personality psychology compass*, ٥(١), ١-١٢.
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L., & Rude, S. S. (٢٠٠٧). Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of research in personality*, ٤١(١), ١٣٩-١٥٤.
- Neff, K., & Germer, C. (٢٠١٨). *The Mindful Self-Compassion Workbook: A Proven Way to Accept Yourself, Build Inner Strength, and Thrive*. Guilford Publications.
- Silberstein-Tirch, L. R. (٢٠١٩). *How to Be Nice to Yourself\_ The Everyday Guide to Self-Compassion\_ Effective Strategies to Increase Self-Love and Acceptance*-Althea Press
- Welford, M. (٢٠١٣). *The power of self-compassion: using compassion-focused therapy to end self-criticism and build self-confidence*. New Harbinger Publications.
- World Health Organization. (٢٠١٢). *Disability and health*. [cited ٢٠٢٣ Jun ١]. Available from: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs٣٥٢/en/index.html>