

نموذج بنائي للعلاقات بين النزعة للتسامح واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى الطلاب المعلمين

د. عادل محمود المنشاوي *

المقدمة

يعد التسامح او العفو Forgiveness واحدا من المفاهيم الانسانية الايجابية الذي بدا في جذب انتباه الباحثين في مجال علم النفس خلال العقد الماضي، حيث يعد التسامح احد سمات الشخصية الايجابية، واحد المتغيرات المهمة في مجال علم النفس الايجابي، وفي هذا السياق يؤكد (Seligman: 2002) ان التسامح احد الركائز الاساسية لعلم النفس الايجابي، فهو يسير ويمهد لحدوث الانفعالات الإيجابية كالأمن، والتفائل، والابتكار والحب، كما يسهم بدرجة كبيرة في تحقيق التوافق النفسي وتكامل الذات والشعور الذاتي بالسعادة والحب والإيثار.

كما يعد التسامح واحداً من المفاهيم التي تعددت بشأنه وتنوعت الاتجاهات والآراء؛ ذلك لأنه يعد قيمة إنسانية إسلامية هامة، كما العدل، والأمانة، و الكرم، والصدق، ويشير كل من (Ranganadhan, & Todorov : 2010) ان التسامح بناء نفسي متعدد الواجهه بدا الاهتمام المتزايد بدراسته في الفترة الاخيرة ويفترض كل من (Bumette et al :2007) ان التسامح يشتمل على الانماط السلوكية البناءة والانفعالات الايجابية نحو المسيء، وبغض النظر عن الكيفية التي يعرف بها التسامح، او الدلالة اللفظية لمفهوم التسامح فقد تبين ان للتسامح تاثيرات ايجابية على الفرد تتمثل في زيادة الثقة والعلاقات الايجابية بين الافراد، وتحسين الصحة النفسية والصحة الجسمية وتقليل

* استاذ علم النفس التربوي المساعد كلية التربية - جامعة دمنهور

الوجدان السالب ، وزيادة الوجدان الموجب ، في حين يتصف الافراد الاقل تسامحا بالقلق والاعراض العصائية ، ويؤكد كل من (Lopez&Synder: 2002) على اهمية بعض المتغيرات النفسية التي تسهم في تدعيم التسامح مثل التعاطف Empathy ، والامل ، والتنظيم الانفعالي Emotional Regulation ، ويشير كل من (Fincham et al:2002) ان الافراد من ذوي النزعة المرتفعة من التسامح اكثر تعاطفا ، كما يرتبط التسامح ايجابيا مع الرفاهة النفسية للفرد وتؤكد نتائج دراسة (Thoresen et al :2000) ان التسامح يؤدي الى زيادة التفكير المتفائل Optimistic Thinking وتدعيم فعالية الذات ، وزيادة الدعم الاجتماعي والانفعالي ، وتقليل الياس لدى الافراد ، ويصف (Enright, 2001) التسامح بانه تحول من تاثير التشاؤم على الوعي والانتباه والسلوك الى تاثير التفاؤل على السلوك والتفكير ، حيث يتضمن التسامح استبدال الانفعالات المتشائمة بالانفعالات المتفائلة والتي تتضمن اللطف وحسن النية ، ويعرف (Sutton : 2014) التسامح بانه عمليات ازالة او استبدال الحالة العقلية غير السارة والمعقدة والتي يطلق عليها عدم التسامح ، والتي تشتمل على مجموعة معقدة من الانفعالات السالبة ، والافكار والدوافع السالبة ويتفق هذا التعريف مع تعريف (Mullet: 2003) للتسامح على انه مجموعة من التغيرات المعرفية والوجدانية والسلوكية الايجابية داخل الفرد نحو الشخص المسيء والتي تتمثل في تناقص المدركات والانفعالات السالبة ، وتناقص التجنب والدافعية للانتقام ، وزيادة في النزعة للخير بصورة واضحة . وقد اشار الباحثون الى وجود انواع متعددة من التسامح ، وفي هذا السياق يرى كل التسامح بناء نفسي متعدد الابعاد يشتمل على ثلاثة انواع هي : التسامح مع الذات Self - Forgiveness ، و التسامح مع الاخر Others - Forgiveness و التسامح مع المواقف

Situations- Forgiveness ، في حين يرى (Trainer:1981) ان هناك ثلاثة انواع من التسامح هي : التسامح كدور متوقع Role-Expected Forgiveness والتسامح كوسيلة Expedient Forgiveness ، والتسامح الداخلي ، في حين يشير (Worthington et al :2004) بانه يمكن النظر الى التسامح من خلال خصائصه الى التسامح كاستجابة Forgiveness as Response ، و التسامح كنزعة شخصية Personality Disposition ، والتسامح كجودة للوحدات الاجتماعية Quality of Social Units ويلعب التنظيم المعرفي الانفعالي Cognitive Emotion Regulation دورا مهما لدى الفرد ، خاصة وان الفرد يتعرض خلال حياته اليومية لكثير من الاحداث والضغوط والمشكلات والتي تفرض عليه اسلوبا معينيا في مواجهتها ، وفي هذا السياق يؤكد (Nelis et al :2011) ان التنظيم المعرفي الانفعالي الجيد من قبل الفرد يساعده في تحديد الاستجابات السلوكية المحددة ، والى زيادة الدقة والسرعة في عمليات اتخاذ القرار ، وفي اطار بحث العلاقة بين التسامح و التنظيم المعرفي الانفعالي ، ومن حيث ان التسامح عملية تستبدل فيها الانفعالات السالبة بانفعالات ايجابية ، مما يتطلب ان يكون لدى الفرد مجموعة من استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ، وفي هذا السياق يؤكد كل من (Butt et al :2013) ان التسامح لا يمكن ان يحدث بدون التنظيم المعرفي والانفعالي من قبل الفرد ، وكلما كان الفرد اكثر قدرة على التنظيم المعرفي الانفعالي ، كان اكثر تسامحا ، كما توصلت نتائج دراسة قام بها كل من (Wadlinger & Isaacowitz :2011) الى ان التنظيم الانفعالي يعمل على تقليل الانفعالات الموجهة نحو الشخص المسيء ، واكدت نتائج دراسة كل من (Manzi & González :2007) ان المتغيرات الانفعالية هي اكثر المتغيرات ارتباطا بالتسامح ، وفي دراسة

قام بها كل من (Butt et al :2013) والتي استهدفت الكشف عن تأثير التنظيم المعرفي الانفعالي على التسامح ، حيث اشارت النتائج الى امكانية التنبؤ بالتسامح من خلال استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ، كما اكدت نتائج دراسة كل من (Garnefski & Kraai:2006b) ان الافراد الذين يستخدمون استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي مثل استراتيجيات اعادة التقييم الايجابي Positive Reappraisal يكونون اكثر تسامحا او اتقانا للخبرات الحياتية السلبية .

وقد حظيت دراسة الشخصية في مجال علم النفس باهتمام كبير من قبل العلماء والباحثين ، وقد تناولت العديد من الدراسات سمات الشخصية باختلاف المنطلقات والاطر النظرية لها ، ويعد نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية Big Five Personality Factors من اهم النماذج واحداثها التي فسرت سمات الشخصية ، كما يعتبر من اكثر النماذج اتساقا في تقييم الشخصية والتنبؤ بها ، ويفترض هذا النموذج وجود خمسة عوامل لوصف الشخصية وهذه العوامل هي الانبساط Extraversion ، والعصابية Neuroticism ، والانفتاح على الخبرة Openness on Experience ، والمقبولية Agreeableness ، وبقظة الضمير Conscientiousness ، وفي هذا السياق يؤكد كل من (Burnette, et al: , 2007) ان التسامح يرتبط بسمات الشخصية ؛ لذا فإنه يتضمن مجموعة من المشاعر والسلوكيات التي تدفع الفرد للتسامح أو الصفح من خلال ترويض النفس على تقبل الإساءة وتجاوز أثارها السلبية خاصة مشاعر الغضب والاستياء والكدر والعداء الذي ينوي الفرد المساء إليه توجيهه إلى من أساء في حقه.، ولهذا فإن بعض عوامل الشخصية الإيجابية يمكن أن تكون دافعة للفرد في اتخاذه لسلوك التسامح ، وأن التسامح بمكوناته

(التسامح مع الذات، أو مع الآخر أو مع المواقف) يرتبط إيجابياً بصحة الفرد النفسية؛ حيث ينقله من حالة التمزق النفسي، والرغبة في الانتقام إلى حالة من حالات الهناء والرضا والشعور بالسعادة .

مشكلة الدراسة

يواجه المعلم أثناء عمله مع الطلاب كثيراً من الضغوط والمشكلات والاحداث والتي تحدث له في بيئة التعلم سواء كانت ناتجة من الطلاب والتعامل معهم ، او المناخ المدرسي العام المتواجد فيه ، الامر الذي يحتم على المعلم ان يتوافر لديه مجموعة من الخصائص والسمات التي تمكنه من اداء دوره بكفاءة وفاعلية ، وتساعده على تنظيم انفعالاته بطريقة جيدة ومواجهة الانفعالات السلبية ، اضافة لذلك يعيش المجتمع المصري في الوقت الحاضر سلسلة من التغيرات السياسية والاجتماعية والاقتصادية ، والتي انعكست بشكل او باخر على سلوك الافراد وتوجهاتهم نحو بعضهم البعض وزيادة التباين في الرؤى والخلافات الفكرية وعدم تقبل الآخر وعدم الرغبة للتسامح بين الافراد على الرغم من اهمية هذا المتغير سواء بالنسبة لشخصية الفرد او في علاقة الفرد بالآخرين .

وتشير نتائج الدراسات التي اجريت حول التسامح الى ارتباطه بكثير من المتغيرات ، فقد توصلت نتائج دراسة قام به (Maltby et al :2001) الى وجود علاقة موجبة ودالة بين الرفاهة النفسية والتسامح مع الذات ، و التسامح مع الآخر ، والتسامح مع المواقف ويتصف الافراد الاكثر تسامحا بانهم اقل قلقا واكتئابا وغضبا ، وان التسامح احد المتغيرات المهمة في الحفاظ على الصحة النفسية للافراد ، كما توصلت نتائج دراسة قام بها (Barnes et al :2010) ان الافراد الاكثر استعدادا للتسامح هم اكثر انتماء ، و اشارت نتائج دراسة قام بها كل من (Mc Cullough & Witvliet :2002) الى ان التسامح

يسهم من ٢٥-٤٩% من التباين الكلي في التنبؤ بالرفاهة النفسية ، كما اكدت نتائج الدراسات ان درجات الافراد على مقاييس النزعة للتسامح ترتبط ايجابيا بالصحة النفسية والرفاهة النفسية ، و اشارت نتائج دراسة قام بها كل من (Orathinkal & Vansteenwegen: 2006) الى ان التسامح يمكن ان يؤدي الى زيادة في الانفعالات الايجابية والى تحسين العلاقات الصحية والايجابية بين الافراد . وفي اطار بحث العلاقة بين التسامح وسمات الشخصية متمثلة في نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، فقد جاءت نتائج الدراسات متباينة ، ويؤكد (Hafnidar:2013) الى ان الدراسات الحديثة في التسامح اشارت الى ان العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والقيم الروحية تلعب دورا مهما في التسامح ، وتوصلت دراسة قام بها كل من (Kashdan & Fincham :2002) الى وجود علاقة موجبة و دالة احصائيا بين التسامح والانفتاح على الخبرة ، في حين وجدت علاقة سالبة ودالة احصائيا بين التسامح والعصابية ، بينما لم توجد علاقة بين التسامح وبقية عوامل الشخصية الاخرى ، بينما اشارت نتائج دراسة (Walker & Gorsuch, 2002) الى وجود علاقة دالة وسالبة بين التسامح مع الاخر والانفتاح على الخبرة ، في حين اشارت نتائج دراسة (Ross et al: 2004) الى ان المقبولية ترتبط ايجابيا بالتسامح المستقبل من الاخرين في حين لم ترتبط بتسامح الفرد مع الاخرين ، بينما توصلت الدراسة التي قام بها (Worthington: 2006) الى وجود علاقة موجبة ودالة بين التسامح والمقبولية ، كما اشارت النتائج الى ان العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تفسر حوالي ٤٣% من التباين الكلي في النزعة للتسامح ، وتوصلت دراسة قام بها (Brown' :2003) الى وجود علاقة دالة وموجبة بين التسامح مع الاخر والانبساطية ، بينما اشارت نتائج دراسة قام بها كل من (Al-Sabeelah et al : 2014) الى

وجود علاقة موجبة ودالة بين التسامح وكل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، و توصلت دراسة (McCullough, et al :2001) ان الافراد من ذوي الدرجة المرتفعة في الرغبة في الانتقام اكثر عصابية واقل تسامحا واقل مقبولية . كما اشارت نتائج دراسة قام بها كل من (Kamat et al : 2006) الى ان الافراد التي تعاني من الوحدة والرفض اقل تسامحا ، والى وجود علاقة موجبة ودالة بين التسامح مع الذات وقيمة الذات .

ومن جهة اخرى تباينت نتائج الدراسات التي تناولت الفروق بين الجنسين في النزعة للتسامح ، وفي هذا السياق تباينت نتائج الدراسات عن الفروق بين الجنسين في التسامح ، وفي هذا السياق تشير نتائج دراسات كل من (Barber et al , 2005 و Brown & Phillips, 2005) انه لا يوجد دليل قوي عن وجود فروق بين الجنسين في التسامح ، في حين تشير دراسات كل من (Worthington et al:2000 ، (Walker & Gorsuch:2002 ، Miller et al :2008) ، (تحية محمد احمد ، مصطفى على مظلوم :٢٠١٣) الى ان البنات اكثر تسامحا من البنين ، في حين اشارت نتائج دراسة (Neto & Mullet :2004) الى ان البنين اكثر تسامحا من البنات ، بينما توصلت دراسة (Ranganadhan, & Todorov :2010) الى عدم وجود فروق بين الجنسين في التسامح مع الذات وعلى الرغم من ان الدراسات التي تناولت العلاقة بين التسامح واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي قليلة الا ان نتائجها تؤكد على اهمية هذه الاستراتيجيات لدى الفرد وفي تشكيل التسامح لديه ، حيث تساعد استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي الجيد من قبل الفرد في تحديد الاستجابات السلوكية المحددة ، والى زيادة الدقة والسرعة في عمليات اتخاذ القرار (Nelis et al :2011) وفي اطار بحث العلاقة بين التسامح

واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ، ومن حيث ان التسامح عملية تستبدل فيها الانفعالات السالبة بانفعالات ايجابية مما يتطلب ان يكون لدى الفرد مجموعة من استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعال ، وفي هذا السياق يؤكد كل من (Butt et al :2013) ان التسامح لا يمكن ان يحدث بدون التنظيم المعرفي والانفعالي من قبل الفرد ، وكلما كان الفرد اكثر قدرة على التنظيم المعرفي الانفعالي كلما كان اكثر تسامحا ، كما توصلت نتائج دراسة قام بها كل من (Wadlinger & Isaacowitz 2011) الى ان التنظيم الانفعالي يعمل على تقليل الانفعالات الموجهة نحو الشخص المسيء ، واكدت نتائج دراسة كل من (Manzi & González :2007) ان المتغيرات الانفعالية هي اكثر المتغيرات ارتباطا بالتسامح ، وفي دراسة قام بها كل من (Butt et al :2013) والتي استهدفت الكشف عن تاثير التنظيم المعرفي الانفعالي على التسامح ، حيث اشارت النتائج الى امكانية التنبؤ بالتسامح من خلال استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ، كما اكدت نتائج دراسة كل من (Garnefski & Kraai:2006b) ان الافراد الذين يستخدمون استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي مثل استراتيجية اعادة التقييم الايجابي يكونون اكثر تسامحا او اتقانا للخبرات الحياتية السلبية .

وفي ضوء ما تم عرضه ومن خلال تباين نتائج الدراسات السابقة التي اجريت حول النزعة للتسامح والتي تباينت نتائجها من حيث علاقة النزعة للتسامح وسمات الشخصية ، وعلاقتها باستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ، والتي اكدت اهمية هذه الاستراتيجيات في النزعة للتسامح ، كما ان هذه الدراسات قد تناولت العلاقة بين التسامح و كل من استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ، وسمات الشخصية ، بطريقة منفصلة ، وليست بطريقة اجمالية ، ولم تتناول دراسة اطار عمل يضم

متغيرات الدراسة الحالية معا في علاقتها ببعضها البعض للتعرف على الاسهام النسبي لهذه المتغيرات في التنبؤ بالنزعة للتسامح ، ومن ثم فان الدراسة الحالية تحاول دراسة مسار العلاقات بين تلك المتغيرات بعضها ببعض في اطار نموذج بنائي يفترض الباحث في هذا النموذج طبقا لما توصلت اليه نتائج الدراسات الى وجود علاقة بين النزعة للتسامح وكل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ، ومن ثم يمكن صياغة مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات التالية :

- ١- هل تختلف النزعة للتسامح (التسامح مع الذات ، التسامح مع الاخر ، التسامح مع المواقف ، التسامح ككل) بين البنين والبنات؟
- ٢- هل توجد علاقات دالة احصائيا بين النزعة للتسامح (التسامح مع الذات ، و التسامح مع الاخر ، و التسامح مع المواقف) وكل من استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ؟
- ٣- ما الاسهام النسبي لكل من استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية في التنبؤ بالنزعة للتسامح (التسامح مع الذات ، التسامح مع الاخر ، التسامح مع المواقف ، التسامح ككل ؟
- ٤- ما النموذج البنائي الذي يوضح علاقات التاثير في اطار العلاقات القائمة بين النزعة للتسامح وكل من استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية؟

اهداف الدراسة

تسعى الدراسة الحالية الى :

- الكشف عن الفروق في النزعة للتسامح وفقا للنوع (بنين / بنات)
- تحديد نوع ودلالة العلاقات بين النزعة للتسامح (التسامح مع الذات ، التسامح مع الاخر ، التسامح مع المواقف ، التسامح ككل) وكل من استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية
- تحديد الاسهام النسبي لكل من استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية في التنبؤ بالنزعة للتسامح (التسامح مع الذات ، التسامح مع الاخر ، التسامح مع المواقف ، التسامح ككل)
- التوصل الى نموذج بنائي يحكم مسارات العلاقات بين النزعة للتسامح وكل من استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية

اهمية الدراسة

- تستمد الدراسة الحالية اهميتها من الاعتبارات التالية :
- تتناول الدراسة الحالية احد المفاهيم التي بدا الاهتمام بدراستها في مجال علم النفس الايجابي في الفترة الاخيرة وهو مفهوم التسامح ، حيث يعتبر التسامح ظاهرة عالمية موجودة في جميع المجتمعات وكل الاديان والثقافات ، والملاحظ لما يحدث في المجتمع المصري بصفة عامة ، وبين طلاب الجامعات بصفة خاصة ، من عنف وعدم تقبل الاخر يصبح من المهم دراسة نزعة الطلاب الى التسامح والكشف عن علاقته ببعض المتغيرات النفسية الاخرى
- تعد عوامل الشخصية والمتمثلة في العصابية ، والانبساطية ، والمقبولية والانفتاح على الخبرة وبقظة الضمير من اكثر العوامل

ارتباطا بالتسامح ، ومن هنا تبرز اهمية دراسة اسهام نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في التنبؤ بالتسامح لدى الطلاب المعلمين

- تهتم الدراسة الحالية بدراسة الجانب الانفعالي لدى الفرد متمثلا في استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي لما له من اهمية في تشكيل نزعة الفرد للتسامح ، والكشف عن الاسهام النسبي وتأثير هذه الاستراتيجيات في نزعة الافراد للتسامح
- تباين نتائج الدراسات السابقة التي تناولت عوامل الشخصية في علاقتها بالتسامح من جهة ، وقلة الدراسات التي تناولت العلاقة بين التسامح واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي من جهة اخرى
- ندرة الدراسات العربية التي تناولت متغيرات الدراسة الحالية في اسهامها في التسامح لدى الطلاب المعلمين
- تقدم الدراسة الحالية اطارا نظريا يوضح علاقات التأثير بين متغيرات الدراسة الحالية ، كما يقدم مجموعة من الادوات الموضوعية لقياس متغيرات الدراسة الحالية والتي يمكن استخدامها في الدراسات التكميلية لهذه الدراسة
- تتناول الدراسة الحالية عينة من طلاب كلية التربية الذين يمثلوا معلموا المستقبل ، حيث يتعرض المعلم لكثير من المواقف الضاغطة والتي تتطلب منه استراتيجيات متعددة لتنظيم انفعالاته والى سمات شخصية معينة يمكن ان تسهم في تشكيل نزعته للتسامح ، فدراسة نزعة الطالب المعلم للتسامح والعوامل المرتبطة بها تعتبر على قدر كبير من الاهمية ، حيث يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية في توجيه القائمين على اعداد الطالب المعلم بافضل الطرق والاساليب التي تنمي لدي الطلاب النزعة للتسامح .

المصطلحات الاجرائية الدراسة

١- النزعة للتسامح : Dispositional Forgiveness

يتبنى الباحث تعريف كل من (Thompson , et al.: 2005) للنزعة للتسامح في الدراسة الحالية وفي ضوء المقياس المستخدم ، حيث تشير النزعة للتسامح بانها " استبدال الفرد للمشاعر السلبية باخرى حيادية او ايجابية ازاء ذاته او الاخرين او عبر المواقف بصورة يرضى عنها الفرد "، ويقاس اجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في مقياس هارتيلان Heartlan للتسامح

٢- استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي :

Cognitive Emotion Regulation Strategies

يعرف الباحث استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي في الدراسة الحالية بانها مجموعة من الاساليب التي يستخدمها الفرد لمواجهة الاحداث والانفعالات الحياتية غير السارة ، وحدد كل من (Garnefski et al:2001) انماط استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي على النحو التالي :

- **لوم الذات** Self - Blame وتشير الى التفكير من قبل الفرد في وضع اللوم لما حدث من احداث سيئة على الفرد نفسه ، وتقاس اجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في هذه الاستراتيجية
- **لوم الاخرين** Others-Blame وتشير الى التفكير في وضع اللوم لما حدث للفرد على البيئة او شخص او اشخاص اخرين ، وتقاس اجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في هذه الاستراتيجية
- **الاجترار** Rumination ويشير الى التفكير طوال الوقت في المشاعر والافكار المرتبطة بالاحداث السلبية التي مرت بالفرد ، وتقاس اجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في هذه الاستراتيجية

- **الفرع او الكارثية Catastrophizing** وتشير الى الافكار الصريحة لدى الفرد التي تؤكد فزعه مما حدث ، وتقاس اجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في هذه الاستراتيجية
 - **التقليل من اهمية الاحداث** التي تواجه الفرد ، وتقاس اجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في هذه الاستراتيجية
 - **اعادة التركيز Refocusing** وتشير الى التفكير في الخبرات او الاحداث الايجابية بدلا من الاحداث الواقعية او السلبية التي مرت بالفرد ، وتقاس اجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في هذه الاستراتيجية
 - **اعادة التقييم الايجابي Positive Reappraisal** وتشير الى اعطاء معاني ايجابية للاحداث من حيث النمو الشخصي ، وتقاس اجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في هذه الاستراتيجية
 - **القبول Acceptance** يشير الى التفكير في استسلام الفرد لنفسه لما حدث او التسليم بما حدث ، وتقاس اجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في هذه الاستراتيجية
 - **التخطيط Planning** يشير الى التفكير في الخطوات التي يجب اتخاذها مع الاحداث السلبية وكيفية التعامل معها ، وتقاس اجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في هذه الاستراتيجية
- ٣- **العوامل الخمسة الكبرى للشخصية: Big Five Personality Factors**
- **الانبساطية (E) Extraversion** : ويشمل التفضيل للمواقف الاجتماعية والتعامل معها ، والاستقلالية والتفتح الذهني ، والدرجة المرتفعة على هذا العامل تدل على ان الافراد مرتفعي الانبساطية يكونون نشطين وبيحثون عن الجماعة ، في حين تدل الدرجة المنخفضة على الانطواء والتحفظ ، وحدد كل من

- (Costa & McCare :1995) السمات المميزة لهؤلاء الافراد في الدفء والمودة ، والاجتماعية وتوكيد الذات ، والبحث عن الاثارة والانفعالات الايجابية ، ويقاس هذا العامل اجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في المقياس المستخدم في الدراسة الحالية
- **العصابية (N) Neuroticism** : وتعني الميل الى الافكار والمشاعر السلبية او الحزينة ، وتدل الدرجة المرتفعة على هذا العامل على تميز الافراد بالعصابية فهم اكثر عرضة لعدم الامان والاحزان ، في حين تدل الدرجة المنخفضة على تميز الافراد بالاستقرار الانفعالي ولديهم مرونة اكثر واقل عرضة للاحزان وعدم الامان ، وحدد Costa & McCare :1995 السمات المميزة لهؤلاء الافراد في القلق ، والغضب ، والعدائية والاكتئاب والاندفاع وعدم القدرة على تحمل الضغوط ، ويقاس هذا العامل اجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في المقياس المستخدم في الدراسة الحالية .
- **المقبولية (A) Agreeableness** : ويعكس هذا العامل كيفية الفاعل مع الاخرين ، وتشير الدرجة المرتفعة على ان الافراد اهل ثقة ويتميزون بالود والتعاون والايثار والتعاطف والتواضع والحرص والمحافظة ويحترمون مشاعر وعادات الاخرين ، بينما تشير الدرجة المنخفضة على العدوانية وعدم التعاون ، وحدد (Costa & McCare:1995) السمات المميزة لهؤلاء الافراد في الثقة والاستقامة ، والايثار والقبول والتواضع ، واعتدال الراي ، ويقاس هذا العامل اجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في المقياس المستخدم في الدراسة الحالية
- **الانفتاح على الخبرة (O) Openness to Experience** : ويعني النضج العقلي والاهتمام بالثقافة ، والتفوق ، وحب الاستطلاع وسرعة البديهة ، والسيطرة ، والطموح والمنافسة ، وتدل الدرجة

المرتفعة على هذا العامل على ان الافراد خياليون ، وابتكاريون ويبحثون عن المعلومات بانفسهم ، بينما تدل الدرجة المنخفضة على ان الافراد يولون اهتماما اقل بالفن وانهم عمليون في الطبيعة ، وحدد Costa & McCare :1995 السمات المميزة لهؤلاء الافراد في الخيال ، والاستقلالية في الحكم ، والقيم ، والمشاعر والافكار ، ويقاس هذا العامل اجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في المقياس المستخدم في الدراسة الحالية

- **يقظة الضمير (C) Conscientiousness** : ويشمل المثابرة والتنظيم لتحقيق الاهداف المرجوة ، وتدل الدرجة المرتفعة على ان الفرد منظم ويؤدي واجباته باستمرار وباخلاص ، بينما تدل الدرجة المنخفضة على ان الفرد اقل حذرا واقل تركيزا اثناء ادائه للمهام المختلفة ، وحدد (Costa & McCare :1995) السمات المميزة لهؤلاء الافراد في الاقتدار والكفاءة ، والتاني وضبط الذات ، والايثار والتسامح والتعاطف والتعاون والتواضع والدقة والرحمة والصدق ، ويقاس هذا العامل اجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في المقياس المستخدم في الدراسة الحالية

الاطار النظري للدراسة

سوف يقوم الباحث بعرض تاصيلا نظريا لمفاهيم الدراسة الحالية والمتمثلة في النزعة التسامح ، واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ، والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وفيما يلي عرضا تفصيليا لذلك:

أولا : النزعة للتسامح Dispositional Forgiveness

يعد التسامح احد سمات الشخصية الايجابية ، واحد المتغيرات المهمة في مجال علم النفس الايجابي ، وقد اهتمت الدراسات في الفترة الاخيرة بدراسة التسامح في علاقته ببعض متغيرات الشخصية ، مثل الرفاهة النفسية Psychological Well - Being ، والامل ، والقلق ،

وغيرها من المتغيرات ، ويؤكد (Lopez&Synder: 2002.) على اهمية بعض المتغيرات في تدعيم التسامح مثل التعاطف ، والامل ، والتنظيم الانفعالي ، ويصف (Enright, 2001) التسامح بأنه تحرك من تأثير التثاؤم على الوعي والانتباه والسلوك الى تأثير التفاوض على السلوك والتفكير ، حيث يتضمن التسامح استبدال الانفعالات المتشائمة بالانفعالات المتفائلة والتي تتضمن اللطف وحسن النية ، ويشير كل من (Butt et al :2013) الى التسامح بأنه عملية اتخاذ قرار بعدم تانيب الضمير ومحاولة تهدئة الانفعالات ، وينظر اليه ايضا كاجراءات دافعية ، ويفترض الباحثون ان التسامح يشتمل على الانماط السلوكية البناءة والانفعالات الايجابية نحو المسيء ، وبغض النظر عن الكيفية التي يعرف بها التسامح ، فقد تبين ان للتسامح فوائد متعددة مثل زيادة الثقة والمصالحة في العلاقات بين الافراد ، وتحسين كل من الصحة النفسية والصحة الجسمية وتقليل الوجدان السالب ، في حين يتصف الافراد الاقل تسامحا بالقلق والاعراض العصابية (Bumette et al :2007)

وقد ميز بعض العلماء بين التسامح وبعض المفاهيم الاخرى ، فالتسامح يختلف عن الاعتذار Pardonning وهو مفهوم قانوني ، وعن التجاوز Condoning الذي يتضمن تبرير الاساءة ، والصفح Excusing والذي يشير ضمنيا الى تهدئة الاوضاع ، وعن النسيان Forgetting الذي يشير الى ان الصفحة يضمحل ويخرج عن دائرة الوعي الشعوري ، وعن الانكار Denial الذي يشير ضمنيا الى عدم الرغبة على ادراك الاذى الضار الذي يتعرض له الفرد ، كما يختلف التسامح عن المصالحة Reconciliation وهو يشير الى اصلاح العلاقات بين الافراد

مفهوم التسامح

اختلفت تعريفات ورؤى الباحثين في مجال علم النفس حول مفهوم وطبيعة التسامح ، وسوف يعرض الباحث الرؤى المختلفة لمفهوم التسامح كما يلي :

اولا : التسامح كاحد اساليب المواجهة او التكيف الايجابي :
يرى بعض الباحثين ان التسامح احد اساليب المواجهة او التكيف الايجابي ، وفي هذا السياق يرى كل من (Maltby et al : 2007) التسامح باعتباره عملية تكيف ايجابية تتطلب من الفرد التخلي عن مشاعر وسلوك الاستياء تجاه الشخص المسيء وتدعيم مشاعر الترحام والكرم وحسن النية بين الافراد ، ويرى كل من (Droll :1985, Malcom & Greenberg :2000) ان التسامح هو سمة او سلوك توافقي Adaptive Trait ، في حين يرى كل من (Rasmussen & Lopez :2000) ان التسامح اسلوب مواجهة Coping Style ولذلك فهو يرتبط بالرفاهة النفسية Psychological Well- Being ، وفي المقابل فان عدم التسامح يرتبط بالقلق والامراض النفسية ، في حين يرى (Enright :2001) ان التخلي عن الغضب والاستياء احد الركائز الرئيسية في مفهوم التسامح ، وذهب كل من (Maltby , et al., 2007) إلى أن التسامح يمكن أن يشكل ميكانيزماً وقائياً يعمل كمتغير وسيط في حالة توجيه إساءة إلى شخص ما، فعندما يتجه هذا الشخص للتسامح عن المسيء ، أو تسامح مع من أخطأ في حقه فإن حالته الصحية والعقلية تتحسن، ويشعر بالرفاهة النفسية نتيجة تحرره من المشاعر السلبية كالقلق، والاكتئاب بالإضافة إلى ضبط مشاعر الغضب لديه (أو كفها) ، وإن كان ذلك يتوقف على خصائص شخصية المساء إليه ودرجة علاقته بالمسيء أيضاً. وقد اشار بعض الباحثين مثل

(2000: Wortuington, 2000: McCullough) ان المتسامح يجب ان يطور مشاعره نحو الخير او يشعر بالدهشة نحو الاخطاء او الاثام Transgression ، وفي دراسة قام بها كل من (Worthington et al:2007) توصل منها الى ان التسامح هو انفعال يعمل على تركيز اساليب المواجهة التي يمكن ان تقلل من الاخطار الصحية وتدعم المرونة الصحية ، وان التسامح يمكن ان يؤدي الى التأثير في الظروف الطبيعية من خلال الدعم الاجتماعي والعلاقات والقيم بين الافراد ، ويرى كل من (Worthington et al :2004) انه يوجد نوعان من التسامح هما : التسامح القراري Decisional Forgiveness والذي يشير الى قرار الفرد في التحكم في سلوكه نحو الشخص المسيء ، والتسامح الانفعالي Emotional Forgiveness حيث يعرف بانه استبدال انفعالي حيث تستبدل الانفعالات السلبية بانفعالات ايجابية كالتعاطف والمشاركة الوجدانية والحب والرحمة ضد انفعالات سلبية من عدم التسامح ، ومن ثم يمكن استخدام التسامح الانفعالي كاستراتيجية مواجهة انفعالية لتقليل ردود الافعال الضاغطة نحو العدوان

ثانيا : التسامح كعملية استبدال للانفعالات : ركز بعض الباحثين في تعريف التسامح على استبدال الانفعالات السالبة بالانفعالات الموجبة ، وفي هذا السياق يعرف كل من (Enright et al: 2001) التسامح كعملية تستبدل من خلالها الافكار والمشاعر والسلوكيات السلبية تجاه المسيء بافكار ومشاعر وسلوكيات ايجابية ، ويرى ان التسامح كاستجابة نفسية تشتمل على ست مكونات هي : غياب الوجدان الموجب ، والحكم Judgment ، والسلوك نحو المسيء ، ووجود الانفعال الموجب ، والحكم ، والسلوك نحو نفس الشخص ، ويعرف كل من (Thompson, et at.: 2005) التسامح بانه " ترك المشاعر والأفكار

والسلوكيات السلبية واستبدالها بأخرى حيادية أو إيجابية تجاه الذات والآخرين". ويشير كل من (Bono, McCullough, & Root :2008) الى التسامح بأنه اختزال للدوافع السلبية وزيادة للدوافع الايجابية نحو الشخص المسيء ، وان التسامح احد ميكانيزمات التنظيم الذاتي ، ويعرف كل من (Fincham, Paleari, & Regalia : 2002) التسامح بأنه التحول من دافع البحث عن الانتقام وتجنب الصراع مع المسيء الى زيادة دافع الاستماع للمسيء، ويعرفه كل من (Rye & Pargament: 2002) بأنه استجابة الفرد نحو الشخص المسيء تتضمن نبذ العدوان السلبي (مثل العدائية) ، والمعرفة السلبية (مثل افكار الانتقام) والسلوك السلبي (مثل العدوان اللفظي) باستجابات ايجابية قد تتضمن الرحمة والشفقة نحو الشخص المسيء ، كما يعرفه كل من (Green & Davis, 2008) بأنه: "عملية متعمدة تتضمن حدوث تحول من الاستجابة السلبية (الانتقام من المسيء) إلى الاستجابة الإيجابية"، فالفرد المتسامح يحاول بشكل فعال أن يحول انفعالاته وأفكاره وسلوكياته السلبية تجاه المسيء إلى انفعالات وأفكار وسلوكيات أكثر إيجابية وذلك بغض النظر عن ردود أفعال المسيء، كاعتذار المسيء عما صدر منه بحق من أساء إليه ، في حين يعرف (Sutton : 2014) التسامح بأنه عمليات ازالة الحالة العقلية غير السارة والمعقدة والتي يطلق عليها عدم التسامح ، ويتضمن عدم التسامح على مجموعة معقدة من الانفعالات السالبة ، والافكار والدوافع السالبة

ثالثا : التسامح كمجموعة من التغيرات : يعرف كل من (McCullough etal:2007) التسامح بأنه مجموعة من التغيرات البيئشخصية والمدعمة اجتماعيا في دوافع الفرد نحو المسيء ، حيث يصبح الفرد اقل تجنباً واقل انتقاماً وقد يتصف بالتعاطف ، كما ان التسامح تركيب غير اعتيادي في علم النفس ، لانه ليس حالة بل عملية

تغيير بحد ذاتها حيث يصبح الفرد بواسطتها ميال بشكا ايجابي اكثر ومستعد بشكل سلبي اقل نحو الفرد الذي اذاه في بعض المواقف في الماضي ، و يعرف كل من (Younger ,Pirferi,Jobe & Lawler :2004) التسامح كعملية علاقية مع الاخرين من خلال حل التأثيرات السالبة من اجل الحفاظ او الابقاء على العلاقات ، كما اشار بعض الباحثين الى التسامح بانه مجموعة من التغيرات الدافعية التي تحدث للفرد نحو الشخص المسيء ، فقد عرف (Mullet: 2003) التسامح على انه مجموعة من التغيرات المعرفية والوجدانية والسلوكية الايجابية داخل الفرد نحو الشخص المسيء والتي تتمثل في تناقص المدركات والانفعالات السالبة ، وتناقص التجنب والدافعية للانتقام وزيادة في النزعة للخير بصورة واضحة ، في حين يرى كل من (McCullough, Worthington, and Rachal :1997) التسامح مجموعة من التغيرات الدافعية بحيث تصبح واحدا من : تناقص دوافع الانتقام نحو الشخص المخالف ، تناقص دوافع القطيعة مع المخالف ، الى زيادة دوافع حسن النية والتوفيق للمخالف ، في حين عرف (Crandell: 2008) التسامح بأنه تعديل ادراكات الفرد السلبية المتعلقة بفعل الاساءة واعادة صياغتها بحيث تتحول الادراكات السلبية الى ايجابية ، حيث تتضمن تلك الإدراكات السلبية استجابة المساء إليه تجاه من أساء في حقه، كذا تجاه فعل الإساءة ذاته، والعواقب المترتبة على هذا الفعل؛ حيث قد ينظر المساء إليه لفعل الإساءة على أنه حادث قـدري، أو كارثة طبيعية أو ابتلاء (في تحية محمد احمد ، مصطفى على مظلوم :٢٠١٣)

رابعاً : التسامح كشكل من اشكال التعلق : يقدم كل من (Burnette et al :2007) تفسيراً للتسامح في ضوء نظرية التعلق Attachment Theory والتي قدمها Bowlby ، حيث يشير الى ان

نمط التعلق كسمة يمكن ان يكون مفيدا في فهم الفروق بين الافراد في الاستعداد للتسامح ، فهناك اوجه تشابه بين التعلق والتسامح فكلاهما يتضمن مجموعة مركبة من التغيرات النفسية المركزة على الذات وعلى الشخص المسيء ، فلكي يصل الافراد الى التسامح فانهم يعتادون على استجابة مصحوبة بتعاطف وكذلك التغلب على مشاعر الذنب والغضب ، هذه العمليات في المواقف المهددة يمكن ان تتداخل مع العمليات المكبوتة بواسطة التعلق غير الامن ، وتؤدي اهتمامات الفرد من ذوي التعلق غير الامن من عدم ضبط انفعالاته السلبية ، ومن ثم يحدث اعاقا للتسامح ، وفي المقابل فان احساس الفرد من ذوي التعلق الامن يقلل الحاجة الى حماية الذات وتعزيز الذات ويسمح للفرد بتنظيم نفاعلاته واتخاذ منظور الاخرين وهي الميكانيزمات الرئيسية للتسامح ، وفي دراسة قام بها كل من (Burnette et al :2007) لكشف العلاقة بين التعلق وسمة التسامح ، اشارت النتائج الى ان الافراد من ذوي نمط التعلق الامن اكثر نزعة الى التسامح من الافراد من ذوي نمط التعلق غير الامن

انواع التسامح

ميز الباحثين في دراسة التسامح الى وجود انواع عدة من التسامح ، وفي هذا الصدد يشير كل من (McCullough,et al:2002) الى التسامح بانه بناء نفسي متعدد الابعاد يشتمل على : التسامح مع الذات -Self Forgiveness ، و التسامح مع الاخر Others-Forgiveness و التسامح مع المواقف Situations-Forgiveness ، ويرى كل من (Strelan & Covic: 2006) ان التسامح مع الذات يحدث عندما يتوقف الفرد عن القاء اللوم على نفسه عن الاخطاء التي ارتكبها ، ويحدد كل من (Hall & Fincham :2005) ثلاثة خطوات اساسية في التسامح مع الذات تتمثل في : الاعتراف بارتكاب اخطاء ضد الذات وقبول المسؤولية

عن تلك الاخطاء ، وشعور الفرد بالندم والذنب ، والتغلب على المشاعر السالبة (التسامح مع الذات) واكتساب خبرات دافعية بعيدا عن عقاب الذات ، وقدم (Fehr et al, 2010) نموذجا ثلاثيا للتسامح ، ويتضمن هذا النموذج ثلاثة جوانب للتسامح هي : جانب معرفي ويتضمن فهم الفرد لاراء وسلوك الاخرين ، ويؤثر الجانب المعرفي في اتخاذ قرار بالتسامح لانه يساعد الفرد في فهم افعال المسيء في موقف ما ، والجانب الوجداني ويشير الى كيفية شعور الضحايا عندما يعاملون بطريقة غير عادية ، فاذا كانت هذه المشاعر لا تحتمل ، او اذا كان هناك تعبئة للفرد بالكراهية يمكن ان يؤثر ذلك على استعداد الفرد للتسامح ، كذلك يؤثر الاستقرار الانفعالي للفرد في الاستعداد للتسامح ، ايضا كلما كان الفرد اكثر غضبا كلما كان اقل احتمالية للتسامح ، اما الجانب الثالث في هذا النموذج فهي القيود Constraints والتي تصف العوامل التي تقف وراء التسامح ، والتي يمكن ان تؤثر على الضحية مثل الاستعداد للتسامح والعلاقات الايجابية مع المسيء ، والوضع الاجتماعي والاخلاقي والقيم الدينية وتوصلت نتائج دراسة قام بها كل من (Fisher and Exline :2006) ان النزعة للتسامح مع الذات ترتبط سلبا بادانة الذات self-condemnation ، كما اكدت نتائج دراسة كل من (Thompson et al.: 2005) ان النزعة للتسامح مع الذات ترتبط ايجابيا بالرضا عن الحياة ، وجودة الحياة ، في حين اكدت نتائج دراسة (Toussaint & Webb :2007) ان النزعة للتسامح مع الذات ترتبط سلبيا مع القلق والاكتئاب والعصابية ، وتشير نتائج دراسة قام بها (Maltby et al, 2001) الى ان الافراد تميل الى اصدار احكام قاسية نحو انفسهم مقارنة بالاخرين ، حيث يبدو الافراد اكثر انفتاحا في اصدار الاحكام العادلة على الاخرين مقارنة باصدار الاحكام على انفسهم ، ومن ثم يكون الفرد قاسي في التسامح مع ذاته ، ويرى

(Ross et al, 2004) ان التسامح مع الاخر يعتمد على سمات شخصية الفرد ، فكلما كان الفرد لديه ثقة وتعاطف مع الاخرين كلما كان اكثر تسامحا ، في حين يرى كل من (Hall & Fincham, 2005) انه كلما كان لدى الفرد درجة عالية من المقبولية والانيساطية كان اكثر تسامحا ، في حين اشار كل من (Jones, Kamat & Row 2006) ان الافراد التي تشعر بالوحدة والرفض من قبل الاخرين تكون اقل تسامحا . بينما يحدد (Trainer :1981) ان هناك ثلاثة انواع من التسامح هي :التسامح كدور متوقع Role-Expected Forgiveness ويعرف بأنه المظهر العلني للسلوك المتسامح والذي يتصف بالخوف والقلق والاستياء ، والتسامح كوسيلة Expedient Forgiveness وهو مظهر من مظاهر السلوك المتسامح لدى الفرد باعتباره وسيلة لتحقيق غاية ما ولكن بالتعالي والعداء ، والتسامح الداخلي Intrinsic Forgiveness ويحدث عندما يكون هناك تغيرا ايجابيا داخليا في الاتجاهات والمشاعر نحو الاخرين فضلا عن وجود السلوك الخير نحو الاشخاص بينما يشير (Worthington et al :2004) بأنه يمكن النظر الى التسامح من خلال خصائصه ، على انه استجابة او كنزعة شخصية ، او كجودة للوحدات الاجتماعية ، ويشير التسامح كاستجابة Forgiveness as Response الى التغيرات الايجابية الاجتماعية التي تحدث للشخص في التفكير والانفعالات والسلوك تجاه الشخص المسيء ، في حين يشير التسامح كنزعة شخصية Personality Disposition الى نزوع الفرد للتسامح مع الاخرين خلال ظروف متنوعة من العلاقات الشخصية ، وفي ضوء هذا المعنى يمكن قياس التسامح على طول متصل من التسامح - عدم التسامح ، بينما التسامح كجودة للوحدات الاجتماعية Quality of Social Units حيث يشير التسامح كصفة مميزة تتصف بها الوحدات الاجتماعية كالمودة والثقة او الالتزام ، حيث تتصف بعض

الابنية الاجتماعية كالزواج والاسرة بدرجة مرتفعة من التسامح في حين تتصف وحدات اخرى بدرجة منخفضة من التسامح

وباستقراء العرض النظري السابق للتسامح يمكن استخلاص ما يلي:

- ان التسامح احد متغيرات الشخصية الايجابية ، حيث يضيف على الشخصية الانسانية عدة صفات ايجابية مثل التغاضي عن الاخطاء ، والانفعالات السلبية كالغضب والعدوان ، ويعمل على تعزيز صفات ايجابية في شخصية المتسامح
- يتضمن التسامح مجموعة من التغيرات المعرفية والوجدانية والسلوكية التي تحدث داخل الفرد ، ويتضمن التسامح تناقص المشاعر السلبية ودافعية الانتقام نحو المسيء والاتجاه نحو المشاعر الايجابية كالثقة والايثار
- اهمية التسامح كمتغير مهم في شخصية الفرد لما له من علاقات وناثيرات في كثير من متغيرات الشخصية ، حيث يرتبط التسامح ايجابيا بخصائص الشخصية الايجابية مثل الرفاهة النفسية ، والامل وجودة الحياة ، والسعادة ، كما يرتبط سلبا مع الخصائص السلبية مثل القلق والاكتئاب والوحدة والعزلة النفسية
- اختلاف الباحثين في تعريفات التسامح ، حيث ركز بعض الباحثين مثل (Worthington et al: 2004) ، (Maltby et al :2007) ، (Droll:1985, Malcom&Greenberg :2000) في تعريف التسامح كاستراتيجية تكيف او اسلوب مواجهة) ، في حين ركز البعض الاخر مثل (Enright et al: 2001) ، (McCullough, & Root :2008) على ان التسامح عملية استبدال للدوافع والانفعالات السالبة بدوافع وانفعالات ايجابية ، في حين يرى

- كل من (McCullough,et al :2002) ان التسامح بناء نفسي متعدد الابعاد يشتمل على التسامح مع الذات ، و التسامح مع الاخر ، والتسامح مع المواقف ، بينما يرى Trainer:1981 انواعا اخرى للتسامح هي التسامح كاستجابة ، والتسامح كنزعة شخصية والتسامح كجودة للعلاقات الاجتماعية
- ارتباط التسامح بسمات الشخصية مثل المقبولية والانبساطية والعصابية وان اختلفت نتائج الدراسات حول نوع ودلالة هذا الارتباط
 - العوامل المرتبطة بالتسامح :** اشارت نتائج الدراسات التي اجريت حول تحديد العوامل المرتبطة بالتسامح الى عدد من العوامل هي :
 - **العمر الزمني :** اشارت نتائج الدراسات الى تباين النتائج حول علاقة العمر الزمني بالنزعة للتسامح ، فقد اشارت نتائج دراسة قام بها كل من (Walker & Gorsuch:2002) الى زيادة النزعة للتسامح بزيادة العمر الزمني ، في حين اكدت نتائج دراسة (Hui et al. :2006) ان العمر يرتبط بالتسامح الحقيقي لدى المراهقين في حين لم يرتبط عند الراشدين ، في حين توصلت دراسة قام بها كل من (Vansteenwegen & Burggraeve : 2008) الى عدم وجود اي علاقة بين العمر الزمني والنزعة للتسامح ،
 - **النوع :** تباينت نتائج الدراسات عن الفروق بين الجنسين في التسامح ، وفي هذا السياق تشير نتائج دراسات كل من (Barber et al , 2005) (Brown & Phillips, 2005) انه لا يوجد دليل قوي عن وجود فروق بين الجنسين في التسامح ، في حين تشير دراسة Worthington et al:2000 ، ودراسة (Walker&Gorsuch:2002) ، ودراسة (Miller et al :2008) الى ان البنات اكثر تسامحا من البنين ، في حين اشارت نتائج

دراسة (Neto & Mullet :2004) الى ان البنين اكثر تسامحا من البنات

- **الالتزام الديني** : Religious Commitment حيث اشارت نتائج الدراسات كل من Berry et al. :2001 ، Exline et al. :2004 الى وجود علاقة دالة وموجبة بين الالتزام الديني والنزعة للتسامح .
- **السمات النفسية للفرد** Psychological Characteristics حيث توصلت دراسة قام بها (Worthington : 2006) الى وجود مجموعة من العوامل ترتبط بالنزعة للتسامح مثل تقدير الذات ، والتعلق ، ولتنظيم الانفعالي ، والمقبولية والتوافق بين الفرد والآخرين .

ثانيا : استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي

Cognitive Emotional Regulation Strategy

يواجه الفرد في حياته اليومية كثيرا من الاحداث الحياتية غير السارة والتي تتطلب منه مواجهات واستخدام استراتيجيات فعالة لمواجهة هذه التحديات والمشكلات ، وكذا يتعرض الفرد لبعض المشكلات انفعالية التي يتحتم عليه مواجهتها ، ويقترح كل من (Steinberg & Morris : 2003) ان فهم استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي يمكن ان يساعد في فهم الفروق الفردية في التوافق النفسي ، والمشكلات السلوكية ، وتعد استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي احد الطرق التي يمكن ان يستخدمها الفرد في تنظيم انفعالاته والتحكم فيها ، ويشير مفهوم التنظيم المعرفي الانفعالي الى الوعي والطريقة المعرفية في التعامل مع معلومات الاثارة الانفعالية (Garnefski, Kraaij, & Spinhoven, 2001) ، ومن اوائل الباحثين الذين قدموا مفهوم استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي Thompson حيث عرفه بانه كل العمليات الداخلية والخارجية المسؤولة عن مراقبة وتقييم وتعديل ردود الافعال الانفعالية لانجاز اهداف الفرد Garnefski,

وقد اشارت نتائج الدراسات التي (Kraaij, & Spinhoven, 2001) ، اجراها كل من (van den Garnefski et al., 2001; Garnefski) ان التنظيم الانفعالي بالمعرفة او التفكير لاينفصلان بل يرتبطان مع حياة الفرد وتساغه في التحكم في انفعالاته اثناء وبعد خبرات التهديد او الاحداث السالبة التي يمر بها الفرد ، ويشير كل من (Garnefski et al., 2007) ان مفهوم التنظيم المعرفي الانفعالي يرتبط بقوة مع مفهوم المواجهة المعرفية Cognitive Coping ، لكن يوجد فرق بينهما ويتمثل في التركيز على ابعاد المشكلة التي يواجهها الفرد ، حيث تعتمد نظرية التنظيم المعرفي الانفعالي على ان التفكير والفعل يشيران الى عمليات مختلفة ، ومن ثم يمكن اعتبار الاسـتراتيجيات المعرفية من الناحية المفاهيمية طرق خالصة ومنفصلة عن الاسـتراتيجيات السلوكية Garnefski, van den Kommer et al.: ، Garnefski et al : 2001 (2002)

ويحدد كل من (Garnefski et al : 2001) انماط استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي على النحو التالي :

- **لوم الذات Self - Blame** وتشير الى التفكير من قبل الفرد في وضع اللوم لما حدث من احداث سيئة على الفرد نفسه.
- **لوم الاخرين Others-Blame** وتشير الى التفكير في وضع اللوم لما حدث للفرد على البيئة او شخص او اشخاص اخرين .
- **الاجترار Rumination** ويشير الى التفكير طوال الوقت في المشاعر والافكار المرتبطة بالاحداث السلبية التي مرت بالفرد.

- **الفرع او الكارثية Catastrophizing** وتشير الى الافكار الصريحة لدى الفرد التي تؤكد فزعه مما حدث.
 - **الوضع في المنظور Putting into Perspective** ويشير الى التقليل من اهمية الاحداث
 - **اعادة التركيز Refocusing** وتشير الى التفكير في الخبرات او الاحداث الايجابية بدلا من الاحداث الواقعية او السلبية التي مرت بالفرد
 - **اعادة التقييم الايجابي Positive Reappraisal** وتشير الى اعطاء معاني ايجابية للاحداث من حيث النمو الشخصي
 - **القبول Acceptance** يشير الى التفكير في استسلام الفرد لنفسه لما حدث او التسليم بما حدث
 - **التخطيط Planning** يشير الى التفكير في الخطوات التي يجب اتخاذها مع الاحداث السلبية وكيفية التعامل معها
- وقد اشارت نتائج الدراسات التي اجريت حول استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي الى وجود علاقات متباينة في النوع (موجبة / سالبة) بين استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والمشكلات الانفعالية مثل القلق والاكتئاب والضغط والغضب
- Jermann, Van der Linden et al :2006 ، وفي دراسة اجراها كل من (Garnefski et al., 2007) توصلت الى وجود علاقة بين استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي وبعض المشكلات الانفعالية لدى الاطفال والمتمثلة في القلق والاكتئاب و اشارت نتائج دراسة قام بها كل من (Martin & Dahlen : 2005) الى امكانية التنبؤ بالقلق والاكتئاب من خلال استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ، و توصلت دراسة قام

بها (Pena & Pacheco:2012) الى ارتباط استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي سلبيا بكل من العدوان اللفظي والجسدي والاكتئاب ، كما اكدت نتائج دراسات كل من (Garnefski & Kraai :2006b) ان الافراد الذين يستخدمون استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي مثل استراتيجية اعادة التقييم الايجابي يكونون اكثر تسامحا ، و اتقانا للخبرات الحياتية السلبية التي مروا بها .

ثالثا : العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية :

The Big Five Factors of Personality

تعد دراسات الشخصية من المحاور المهمة في علم النفس ، وقد ركز علماء النفس في البحوث والدراسات التي تناولت الشخصية على اهمية السمات Traits التي من شأنها ان تميز شخصا عن اخر ، وتساعد معرفتها وتحديدها في التنبؤ بما سيكون عليه الفرد ازاء ما يواجهه من مواقف متعددة في حياته ، وقد اعتبرت السمات الوحدة الاساسية في بناء الشخصية في كثير من النظريات مثل نظرية كاتل Cattell وايزنك Eysench والبورت Allport ، وقام علماء نفس الشخصية بدراسات متعددة ، ومن خلال هذه الدراسات تكررت خمس سمات في الشخصية اطلق عليها Goldberg اسم العوامل الخمس الكبرى ، ويشير (Saucier:2002) الى هذا النموذج بانه نموذجا شاملا يهتم بوصف وتصنيف العديد من المصطلحات او المفردات التي تصف سمات الشخصية التي يتباين فيها الافراد ، ويهدف هذا النموذج الى تجميع اشقات السمات المتناثرة في فئات اساسية ، وهذه الفئات مهما اضعفنا اليها وحذفنا منها تبقى محافظة على وجودها كفئات او عوامل ولا يمكن لاستغناء عنها باي حال في وصف الشخصية الانسانية ، ويشير كل من (Linden et al :2010) الى ان من اشهر النماذج التي تناولت عوامل الشخصية الخمسة نموذج Digman :1990 ، ونموذج Goldberg: 1981

، ونموذج 1999: Costa & McCrae ، ويعد نموذج العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية من اهم النماذج والتصنيفات التي فسرت سمات الشخصية في الوقت الحاضر ، بالاضافة الى انه يكون نموذجا يتصف بالثبات العالي والشمولية، ويتضمن نموذج العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية خمسة عوامل هي :

- **العصابية (N) Neuroticism** : يعكس هذا العامل الى ان الافراد يميلون بصورة كبيرة الى عدم الاستقرار العاطفي وعدم الرضا عن الذات وصعوبة التوافق مع متطلبات الحياة كما يرتبط هذا العامل بالقلق ، والغضب ، والعدائية والشعور بالذنب والاندفاع وانخفاض تقدير الذات (Zang:2006)

- **الانبساطية (E) Extraversion** : يعد هذا العامل ثنائي القطب حيث يمكن تسميته الانبساط / الانطواء ويتسم الشخص الانبساطي بانه شخص اجتماعي محب للاختلاط يتوافق مع المعايير الاجتماعية يوجه اهتمامه الى خارج الذات ، يحب العمل مع الاخرين ، ويحترم التقاليد والسلطة ، بينما يتسم الشخص الانطوائي بانه يوجه اهتماماته من افكار ومشاعر الى داخل الذات وليس تجاه العالم الخارجي (Zang:2006)

- **الانفتاح على الخبرة (O) Openness to Experience** ويعكس هذا العامل مدى تقبل الفرد لقيم ومعتقدات الاخرين والاهتمام بالافكار الجديدة غير التقليدية ، ويتضمن هذا العامل العديد من السمات كالخيال والتفتح العقلي وقوة البصيرة والتسامح ، والاشخاص ذوي الدرجات المرتفعة على هذا البعد يظهرون فضولا للعالم الخارجي والداخلي وهم على استعداد للنظر في افكار وقيم اصيلة مبتكرة (Bruk & Allen:2003)

- **المقبولية : (A) Agreeableness** يعد هذا العامل الاكثر ارتباطا بالعلاقات الشخصية ، والمقبولية تجعل الفرد قادرا على مواجهة مشكلات الحياة وضغوطها ، وتعكس المقبولية الفروق الفردية في الاهتمام العام لتحقيق الواجبات الاجتماعية ، ويتسم الذين يتصفون بهذه السمات بالتسامح والثقة وحسن الطباع والتعاون والقبول بحث يحترمون ويقدرن الآخرين (DeRead:2000)
- **يقظة الضمير : (C) Conscientiousness** ويتضمن هذا العامل الفروق الفردية في التخطيط والتنظيم وتنفيذ المهام وثبات الاداء ، وهي عبارة عن ملامح مشتركة تشمل مستويات عالية من التفكير مع التحكم في الانفعالات ، ويشير هذا العامل الى تميز الفرد بقوة الارادة والسعي للانجاز وضبط الذات والالتزام بالواجبات والاحساس بالمسؤولية ، كما يعكس هذا العامل المثابرة والتنظيم لتحقيق الاهداف (Zang :2006)
- وفيما يلي جدول يتضمن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والسمات الممثلة لها طبقا لكل من Costa & McCrae والذي اعده بدر الانصاري :٢٠٠٢

جدول (١) العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والسمات المميزة لها

| السمات | العوامل الكبرى |
|--|--|
| القلق ، الغضب ، العدائية Hostility ، الاكتئاب ، الشعور Self - consciousness بالذات ، الاندفاع Impulsiveness ، الضغوط والقابلية للانجرار Vulnerability & Stress | Neuroticism العصائية |
| الدفء Warmth ، الاجتماعية ، Gregariousness ، توكيد الذات ، Assertiveness ، النشاط ، البحث عن الاثارة Excitement seeking | الانبساطية Extraversion |
| الخيال Fantasy ، الجمال Aesthetics ، المشاعر ، Felling ، الأفكار ، Ideas ، القيم Values | الانفتاح على الخبرة Openness to Experience |
| الثقة Trust ، الاستقامة ، Straightforwardness ، الايثار ، التواضع . Modesty | المقبولية Agreeableness |
| الكفاءة Competence ، الالتزام بالواجبات ، Dutifulness ، ضبط الذات ، Self-Discipline ، التاني والرؤية Deliberation | يقظة الضمير Conscientiousness |

دراسات سابقة تناولت التسامح في علاقته ببعض المتغيرات :
يعرض الباحث في هذا الجزء مجموعة من الدراسات السابقة التي اجريت حول التسامح في علاقته ببعض المتغيرات ذات الصلة بالدراسة الحالية ، حيث امكن الاستفادة منها في بلورة الاطار النظري للدراسة الحالية وصياغة فروضه ، وكذا الاستفادة منها في تفسير نتائج الدراسة الحالية ومن هذه الدراسات :

- دراسة قام بها (Mullet et al :2003) تناولت العلاقة بين النزعة للتسامح والرضا عن الحياة وتكونت العينة من ٨١٠ من المراهقين الذين يعيشون في فرنسا واستخدم مقياس النزعة للتسامح ، واطهرت النتائج وجود علاقة ضعيفة بين ابعاد النزعة للتسامح

- والمتمثلة في (الاستياء الدائم و الاستعداد الشامل للتسامح والحساسية للظروف والرضا عن الحياة).
- وفي دراسة قام بها كل من (Thompson, et al.: 2005) لكشف العلاقة بين الميل إلى التسامح والرضا عن الحياة، والتي أجريت على عينة من طلبة الجامعة بلغ قوامها (٥٠٤)، وتم تطبيق مقياس التسامح لهارتلاند (HFS) Heartland and Forgiveness Scale ، وقائمة غضب الحالة والسمة، ومقياس القلق الحالة والسمة ومقياس الرضا عن الحياة ، وقد توصلت نتائج هذه الدراسة إلى أن التسامح مع الذات، والتسامح مع المواقف كلاهما يساهم بدرجة دالة في التنبؤ بسمة الغضب، وعلى هذا فان التسامح المرتفع ينبئ بانخفاض مستوى الاكتئاب والغضب والقلق، والرضا عن الحياة.
- كما قام (Tangney :2005) بدراسة هدفت الى التعرف على النتائج النفسية والاجتماعية للتسامح مع الذات ، وكذا كشف العلاقة بين التسامح مع الذات و التسامح مع الاخر ، وتكونت العينة من ٤٥٠ طالبا من طلاب الجامعة ، ومن اهم ما توصلت اليه نتائج الدراسة ميل الافراد الى التسامح مع الاخر ، مع امتلاكهم قدرة عالية لضبط الذات ، كما ان الافراد سريعي التسامح مع ذواتهم ، اكثر قسوة في ردود انفعالهم مع تجاوزات الاخرين
- كما قام السيد الشرييني (٢٠٠٩) بدراسة استهدفت تحديد الفروق بين النوع (الجنس) في العفو ، وتحديد العلاقة الارتباطية بين أبعاد العفو والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، ومدى إسهام هذه المتغيرات في تفسير أبعاد العفو، وقد أجريت هذه الدراسة على عينة بلغت (٣٣٠) من طلبة الجامعة (١٦٠) طالبة، (١٧٠) طالبا بقسم التربية الخاصة بكلية التربية جامعة الطائف بالمملكة العربية السعودية ، و استخدم في هذه الدراسة مجموعة من الأدوات منها مقياس العفو

(إعداد تومبسون وآخرين) ، وقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (إعداد كوستا وكري)، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أنه توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات الإناث والذكور في العفو عبر المواقف، والدرجة الكلية للعفو وكانت الفروق لصالح الذكور، كما وجدت علاقات ارتباطية دالة إحصائية بين الدرجة الكلية للعفو والرضا عن الحياة وبين أبعاد كل من (العصابية، والمقبولية) ، في حين لا توجد علاقة ارتباطية دالة بين الدرجة الكلية للعفو وكل من (الانبساطية، والانفتاح على الخبرة، ويقظة الضمير وارتباطات سلبية دالة إحصائية بين الدرجة الكلية للعفو وحالة وسمة الغضب

- **وقامت كل من عبير محمد أنور، وفاتن صلاح عبد الصادق (٢٠١٠) بدراسة لمعرفة دور التسامح والتفاؤل في التنبؤ بنوعية الحياة لدى عينة من الطلاب الجامعيين في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، وذلك بهدف الكشف عن التسامح والتفاؤل في التنبؤ بنوعية الحياة لدى عينة من طلاب الجامعة الذين ينتمون إلى كليات نظرية وعملية، كما تهدف إلى التحقق من وجود فروق بين الطلاب الأكثر تسامحاً وتفاؤلاً، والأقل تسامحاً وتفاؤلاً في نوعية الحياة، وكذلك الكشف عن مدى الفروق وعلاقتها بعدد من المتغيرات الديموجرافية ، والتي أجريت على (٣٦٧) طالباً من الطلاب الجامعيين الذكور ، وقد توصلت النتائج إلى وجود علاقة دالة موجبة بين التسامح ومكونيه الفرعيين، وكل من نوعية الحياة ومكوناتها الفرعية، والتفاؤل، وكان التفاؤل أكثر تنبؤاً بنوعية الحياة لدى الطلاب تلاه التسامح الكلي تم التسامح مع الذات، كما ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية بين الأكثر تسامحاً وتفاؤلاً، والأقل تسامحاً وتفاؤلاً في نوعية الحياة بمكوناتها الفرعية في اتجاه الأكثر تسامحاً (سواء كان في التسامح مع الذات أو التسامح مع الآخر أو في التسامح الكلي)**

- **وفي دراسة قام (Loraine :2010) والتي هدفت الى التنبؤ** بالتسامح الانفعالي والتسامح القراري من خلال بعض العوامل مثل تقدير الذات ، التنظيم الانفعالي ، والمقبولية ، وتكونت العينة من ٣٠٨ طالبا من طلاب الجامعة في الصين ، وتوصلت النتائج الى ارتباط التسامح القراري بكل من العمر الزمني والدين والمقبولية ، في حين يرتبط التسامح الانفعالي بتقدير الذات والتنظيم الانفعالي .
- **واستهدفت دراسة قام بها كل من (Ntezar et al :2011) لكشف** العلاقة بين التسامح وكل من الذكاء الانفعالي والرضا الزوجي وامكانية التنبؤ بالرضا الزوجي من خلال كل من التسامح والذكاء الانفعالي ، وتكونت العينة من ٢٠٠ زوج وزوجة في ايران وشارت النتائج الى وجود علاقة دالة وموجبة بين التسامح وكل من الذكاء الانفعالي والرضا الزوجي
- **وفي دراسة قام بها (Hafnidar :2013) وهدفت الى كشف العلاقة** بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والقيم الروحية Spirituality والتسامح مع الذات ، والتسامح مع الاخر ، وتكونت العينة من ١٠٠ طالبا وطالبة من طلاب الجامعة باندونسيا وتراوح العمر الزمني للعينة من ٢٢-٤٥ عاما وتوصلت الدراسة الى وجود علاقة موجبة ودالة بين القيم الروحية وكل من التسامح مع الذات و التسامح مع الاخر ، كما اشارت النتائج الى وجود علاقة دالة وموجبة بين كل من المقبولية والانبساطية وبقظة الضمير والتسامح مع الذات و التسامح مع الاخر
- **وقام كل من (Maltby et al :2007) بدراسة تناولت التسامح في** علاقته باستراتيجيات المواجهة الانفعالية وتكونت العينة من ١٦٨ امرأة ، ١٦٦ رجلا وشارت النتائج الى وجود علاقة دالة و موجبة بين التسامح واستراتيجية المواجهة الانفعالية ، في حين وجدت علاقة دالة و سالبة بين التسامح واستراتيجية التجنب واطهرت

- النتائج ان الرجال من ذوي التسامح المرتفع اقل استخداما لاستراتيجية المواجهة الانفعالية ويبحثون اكثر عن الدعم الاجتماعي واقل تعبيراً عن انفعالاتهم ، كما اشارت النتائج الى وجود فروق بين الرجال والنساء في التسامح ، لصالح النساء
- **واجرى كل من (Orth et al :2008)** دراسة استهدفت كشف العلاقة بين التسامح والتوافق النفسي وتكونت العينة من ٣٤٧ فرداً من الذين تعرضوا لاساءات شخصية في وقت حديث وقد اشارت النتائج الى ان التوافق النفسي من العوامل الميسرة للتسامح ، وان التسامح متغير منبىء بالتوافق النفسي
- وفي دراسة قام بها (Ranganadhan, & Todorov : 2010) والتي استهدفت معرفة دور كل من الخجل والمعصية والتعاطف والسلوك التصالحي كاحد المتغيرات الشخصية ، على التسامح مع الذات وتكونت العينة من ٩١ طالبا وطالبة من طلاب الفرقة الاولى بالجامعة (٧٠ بنات ، ٢١ بنين) وتم استخدام مقياس هارتيلاند للتسامح مع الذات ، وقد اشارت النتائج الى ان الافراد من ذوي التعاطف المنخفض اقل تسامحا مع الذات ، وان الخجل يسهم في تفسير ١٨ % من التباين الكلي للتسامح مع الذات ، كما توصلت النتائج الى عدم وجود فروق بين الجنسين في التسامح مع الذات .
- **واجرى كل من (Butt et al :2013)** دراسة استهدفت الكشف عن تاثير التنظيم المعرفي الانفعالي على التسامح وتكونت العينة من ١٠٠ طالبا وطالبة من طلاب الجامعة حيث تراوحت الاعمار الزمنية من ٢٠-٣٠ عاما وتم استخدام مقياس هارتيلاند Heartland للتسامح ومقياس التنظيم المعرفي الانفعالي Cognitive Emotional Regulation Questionnaire (CERQ) وتوصلت النتائج الى امكانية التنبؤ بالتسامح من خلال التنظيم المعرفي الانفعالي .

- **وفي دراسة قام بها (Cardak :2013)** والتي استهدفت كشف العلاقة بين التسامح والتواضع Humility لدى طلاب الجامعة ، وتكونت العينة من ٣٤٦ طالبا من طلاب الجامعة وتم تطبيق مقياس هارتييلاند لتسامح ، وتوصلت النتائج الى وجود علاقة موجبة ودالة بين ابعاد التواضع والتسامح وامكانية التنبؤ بالتواضع من خلال التسامح
- **وقام كل من (Mohammad pour & Balaghat : 2013)** بدراسة استهدفت كشف العلاقة بين خصائص شخصية المعلم والتسامح ، وتكونت العينة من ١٢٠٠ معلم وتم تطبيق مقياس هارتييلاند للتسامح ومقياس الشخصية متعدد الواجه ، وتوصلت النتائج الى امكانية التنبؤ بالتسامح من خلال سمات الشخصية لدى المعلم .
- **وفي دراسة قامت بها كل من (تحية محمد احمد ، مصطفى على مظلوم :٢٠١٣)** والتي استهدفت كشف العلاقة بين الاستمتاع بالحياة والسعادة والتسامح وتكونت العينة من ١٥٠ طالبا وطالبة من طلاب الدراسات العليا بكلية التربية ، اشارت النتائج الى وجود علاقة موجبة ودالة بين الاستمتاع بالحياة والسعادة وكل من التسامح مع الذات والتسامح مع الاخر ، والتسامح مع المواقف ، كما وجدت فروق دالة احصائيا بين الطلاب والطالبات في التسامح بكل ابعاده لصالح الطالبات
- **وقام (محمد اسماعيل سيد حميدة :٢٠١٣)** بدراسة استهدفت بحث العلاقة بين الهناء الذاتي والتسامح مع الذات والرجاء والتعاطف وتقدير الذات ، وتكونت العينة من ٢٠٠ طالبا وطالبة من طلاب كلية التربية ، ومن اهم النتائج التي توصلت اليها الدراسة اسهام التسامح مع الذات في التنبؤ بالوجدان السالب ، كما وجدت

- فروق دالة احصائيا بين مرتفعي ومنخفضي التسامح مع الذات في الوجدان السالب لصالح منخفضي التسامح مع الذات
- **واجرى (بدر فلاح العريبي : ٢٠١٤)** دراسة استهدفت كشف العلاقة بين التسامح وابعاد الهناء الذاتي (الاجتماعي ، والانفعالي والنفسي) وكذا معرفة الفروق في التسامح وفقا للمرحلة العمرية ، وتكونت العينة من ٧٠٦ من مراجعي المراكز الصحية بحائل بالمملكة العربية السعودية ، وتم تطبيق مقياس هارتيلاندر للتسامح ، وظهرت النتائج وجود علاقة دالة وموجبة بين التسامح و ابعاد الهناء الذاتي ووجود فروق دالة احصائيا في التسامح طبقا للفئة العمرية ،
- **وقام كل من (Al-Sabeelah et al : 2014)** بدراسة والتي استهدفت كشف العلاقة بين التسامح وسمات الشخصية المتمثلة في نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، والصحة النفسية ، وتكونت العينة من ٤٥٠ طالبا وطالبة من طلاب الجامعة بالاردن وتوصلت الدراسة الى وجود علاقة دالة وموجبة بين التسامح وكل من العصابية ، والانبساطية والانفتاح على الخبرة والمقبولية ويقظة الضمير، والى وجود فروق دالة احصائيا بين الجنسين في التسامح لصالح الطالبات
- **وهدف دراسة قام بها (Azadi et al :2015)** الى كشف العلاقة بين التعلق بالله وانواع التسامح لدى عينة من المراهقين تكونت من ٨٠ مراهقا ، وتوصلت النتائج الى وجود علاقة موجبة ودالة بين التعلق بالله وكل من التسامح المعرفي والتسامح الانفعالي .

تعقيب على الدراسات السابقة

باستقراء وتحليل الدراسات التي تناولت النزعة للتسامح في علاقتها بعدد من المتغيرات يمكن التوصل الى :

- تأكيد هذه الدراسات على أهمية متغير التسامح في تكوين الشخصية الايجابية لارتباطه بالعديد من متغيرات الشخصية الايجابية مثل الرفاهة النفسية والرضا عن الحياة والصحة النفسية والتواضع والتعلق بالله والسعادة والاستمتاع بالحياة
- تباين نتائج الدراسات التي تناولت العلاقة بين التسامح والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية فقد توصلت دراسة كل من (Kashdan & Fincham: 2002) الى وجود علاقة موجبة ودالة احصائيا بين التسامح والانفتاح على الخبرة ، في حين وجدت علاقة سالبة ودالة احصائيا بين التسامح والعصابية ، بينما لم توجد علاقة بين التسامح وبقية عوامل الشخصية الاخرى ، بينما اشارت نتائج دراسة (Walker & Gorsuch, 2002) الى وجود علاقة دالة وسالبة بين التسامح مع الاخر والانفتاح على الخبرة ، في حين اشارت نتائج دراسة (Ross et al: 2004) الى ان المقبولية ترتبط ايجابيا بالتسامح المستقبلي من الاخرين في حين لم ترتبط بتسامح الفرد مع الاخرين ، بينما توصلت الدراسة التي قام بها (Worthington: 2006) الى وجود علاقة موجبة ودالة بين التسامح والمقبولية
- تباين نتائج الدراسات التي تناولت الفروق بين الجنسين في التسامح فقد اشارت نتائج دراسات كل من (Maltby et al :2007) (Al-Sabeelah et al : 2014) الى وجود فروق دالة احصائيا بين البنين والبنات في النزعة للتسامح ، حيث يظهر البنات نزعة اكبر للتسامح من البنين بينما اكدت نتائج دراسة (Neto & Mullet :2004) الى ان البنين اكثر تسامحا من البنات ، بينما اكدت نتائج دراسة كل من (تحية محمد احمد ، مصطفى على مظلوم :٢٠١٣) الى تفوق

البنات عن البنين في التسامح ، في حين توصلت دراسة (Rangganadhan, & Todorov :2010) الى عدم وجود فروق بين

الجنسين في التسامح مع الذات

- اهمية استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي لدى الفرد في التسامح ، وهذا ما اكدته دراسات كل من

(Manzi & González:2007) ، (Wadlinger&Isaacowitz:2011) ،

(Butt et al :2013) ،

- تناولت الدراسات السابقة النزعة للتسامح في علاقته بمتغيرات

الدراسة الحالية كل على حدة ولم يتوصل الباحث الى دراسة تناولت

متغيرات الدراسة الحالية مجتمعة معا والوصول الى معادلة تنبؤية

تحكم متغيرات الدراسة الحالية

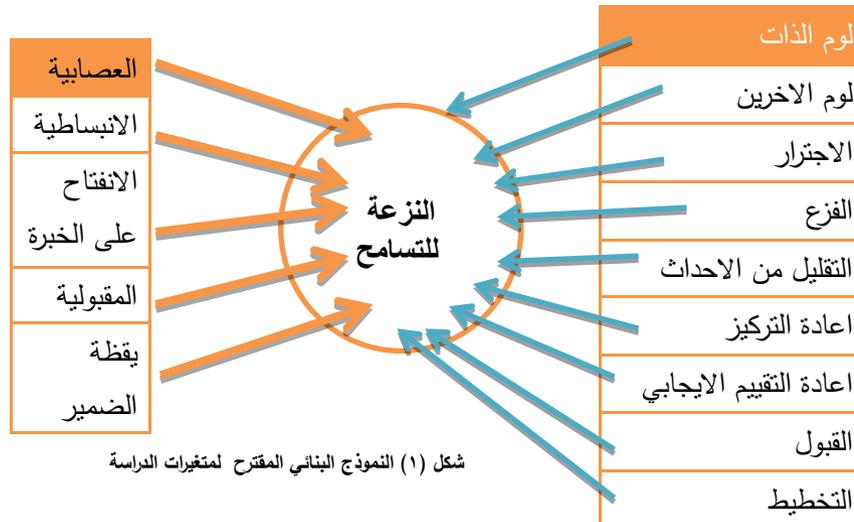
- ندرة الدراسات العربية التي تناولت متغيرات الدراسة الحالية بصفة

عامة والنزعة للتسامح بصفة خاصة

وفي ضوء نتائج الدراسات السابقة ومن خلال الاطار النظري الذي تم

عرضه يمكن تصور النموذج الذي يربط متغيرات الدراسة الحالية من

خلال الشكل التالي :



فروض الدراسة

في ضوء التاصيل النظري لمتغيرات الدراسة الحالية وفي ضوء ما توصلت اليه نتائج الدراسات السابقة المرتبطة بالدراسة الحالية ، يمكن صياغة فروض الدراسة على النحو التالي :

- ١- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين البنين والبنات في النزعة للتسامح (التسامح مع الذات ، و التسامح مع الاخر ، و التسامح مع المواقف ، والنزعة للتسامح ككل)
- ٢- توجد علاقات متباينة النوع (موجبة / سالبة) ومتباينة الدلالة (دالة / غير دالة) بين النزعة للتسامح (التسامح مع الذات، و التسامح مع الاخر، والتسامح مع المواقف ، والنزعة للتسامح ككل) وكل من استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية
- ٣- يمكن التنبؤ بالنزعة للتسامح (التسامح مع الذات ، التسامح مع الاخر ، التسامح مع المواقف ، والنزعة للتسامح ككل) من خلال متغيرات استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية
- ٤- يمكن التوصل الى نموذج بنائي يفسر علاقات التأثير بين النزعة للتسامح وكل من متغيرات استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية

اجراءات الدراسة

اولا : عينة الدراسة

تكون مجتمع الدراسة الحالية من جميع طلاب كلية التربية جامعة دمهور والمقيدين في العام الجامعي ٢٠١٤ / ٢٠١٥ م ، وتم اختيار عينة الدراسة الحالية من طلاب الفرقة الرابعة عام ، وبلغ حجم عينة حساب المؤشرات السيكومترية لادوات الدراسة ٢٥٠ طالبا وطالبة

(١٠٠ طالب ، ١٥٠ طالبة) بمتوسط عمر زمني ١٨.٢٤ عاما وانحراف معياري قدره ١.١٢ ، وبلغ حجم العينة الاساسية للدراسة ٤١٠ طالبا وطالبة (١٦٥ طالبا ، ٢٤٥ طالبة) بمتوسط عمر زمني قدره ١٩.٢٥ عاما وانحراف معياري قدره ٠.٩٨

ثانيا : ادوات الدراسة

١- مقياس هارتيلاند للتسامح Heartland Forgiveness Scale اعداد

كل من (Thompson et al :2005) ترجمة واعداد الباحث

وصف المقياس : يتكون المقياس من ١٨ مفردة تقيس النزعة للتسامح لدى الافراد ويقاس التسامح مع الذات والذي يشير الى نزعة الفرد للتسامح مع ذاته ، وتقيسها ارقام المفردات من ١-٦ ، و التسامح مع الاخر والذي يشير الى نزعة الفرد للتسامح مع الاخرين ، وتقيسها ارقام المفردات من ٧-١٢ ، والتسامح مع المواقف والذي يشير الى نزعة الفرد للتسامح مع الظروف والاحداث السالبة والمواقف التي لا يستطيع الفرد التحكم فيها ، وتقيسها ارقام المفردات من ١٣-١٨ ، وامام كل مفردة سبعة اختيارات وتتراوح الدرجات على المقياس من ١٨-١٢٦ ، ويحدد المقياس مستويات للنزعة للتسامح كما يلي :

من ١٨-٥٤ مستوى منخفض للنزعة للتسامح ، من ٥٥-٨٩ مستوى متوسط ، ومن ٩٠ الى ١٢٦ مستوى مرتفع من النزعة للتسامح

الخصائص السيكومترية للمقياس :

في البيئة الاجنبية : تم استخدام مقياس هارتيلاند للتسامح في كثير من الدراسات الاجنبية وتم ترجمته الى بعض اللغات كالتركية ، وقد قام معدو المقياس بحساب الثبات له عن طريق الفا كرونباخ واعادة التطبيق حيث تراوحت معاملات الثبات بين ٠.٨ - ٠.٨٣ ، وتم التحقق من الصدق بطريقة التحليل العامل الاستكشافي الذي اسفر عن وجود ثلاثة

عوامل للتسامح هي التسامح مع الذات ، و التسامح مع الاخر والتسامح مع المواقف ، كما تم التحقق من الصدق من خلال الارتباط الايجابي مع مقاييس المرونة المعرفية ، والوجدان الموجب ؛ والارتباط السلبي مع الاجترار Ruminaton والوجدان السالب (Thompson et al :2005)

في الدراسة الحالية : قام الباحث بترجمة المقياس الى اللغة العربية ، وتم التحقق من سلامة الترجمة وذلك بعرض الترجمة العربية مع المقياس الاجنبي على اثنين من المتخصصين في اللغة الانجليزية وعلم النفس التربوي للتحقق من سلامة الصياغة والترجمة

التحقق من الصدق : تم التحقق من صدق المقياس عن طريق الصدق العملي الاستكشافي وذلك بتطبيق المقياس على عينة حساب الخصائص السيكومترية والتي بلغ عددها ٢٥٠ طالبا وطالبة ، ويوضح جدول (١) النتائج الخاصة بالتحليل العملي لمقياس النزعة للتسامح

جدول (٢) نتائج التحليل العملي الاستكشافي لمقياس النزعة للتسامح

| العبارات | التشبعات | العبارات | التشبعات | العبارات | التشبعات |
|------------------|----------|--------------------|----------|--------------------|----------|
| التسامح مع الذات | ١ | التسامح مع الاخرين | ١٣ | التسامح مع المواقف | ٠.٥٩ |
| ٠.٤٩ | ٧ | ٠.٥٨ | ١٤ | ٠.٥٨ | ٢ |
| ٠.٥١ | ٨ | ٠.٥٤ | ١٥ | ٠.٤٧ | ٣ |
| ٠.٤٩ | ٩ | ٠.٤٩ | ١٦ | ٠.٥٥ | ٤ |
| ٠.٥٥ | ١٠ | ٠.٦١ | ١٧ | ٠.٦١ | ٥ |
| ٠.٥٨ | ١١ | ٠.٦٢ | ١٨ | ٠.٥٨ | ٦ |
| ٠.٥٦ | ١٢ | ٠.٥٩ | | ٠.٥٨ | |

وتشير نتائج جدول (٢) الى وجود ثلاثة عوامل لمقياس النزعة للتسامح العامل الاول التسامح مع الذات وتمثلها ارقام المفردات من ١-٦ ، والعامل الثاني التسامح مع الاخر وتمثله ارقام المفردات من ٧-١٢ ، والعامل الثالث التسامح مع المواقف وتمثله ارقام المفردات من ١٣-١٨ ، وبلغت قيم تشبعات المفردات على العوامل اكبر من ٠.٤ مما يدل على سلامة البناء العملي لمقياس النزعة للتسامح

الثبات : تم حساب ثبات مقياس النزعة للتسامح بطريقتين هما الفا كرونباخ والتجزئة النصفية ويوضح جدول (٣) نتائج حساب ثبات مقياس النزعة للتسامح

جدول (٣) معاملات الثبات لمقياس النزعة للتسامح

| الابعاد | الفا كرونباخ | التجزئة النصفية |
|--------------------|--------------|-----------------|
| التسامح مع الذات | ٠.٧٨. | ٠.٨١ |
| التسامح مع الاخر | ٠.٧٧ | ٠.٧٩ |
| التسامح مع المواقف | ٠.٧٩ | ٠.٨٢ |
| المقياس ككل | ٠.٨١ | ٠.٨٤ |

وتشير نتائج جدول (٣) الى ارتفاع معاملات الثبات لمقياس النزعة للتسامح سواء لابعاده التي يتكون منها او المقياس ككل مما يؤكد صلاحيته للاستخدام في الدراسة الحالية

الاتساق الداخلي : تم حساب تم حساب الاتساق الداخلي من خلال معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد التي تنتمي اليه بعد حذف درجة المفردة ، وقد تراوحت معاملات الارتباط من ٠.٦٨ - ٠.٧٩ في التسامح مع الذات ، وتراوحت من ٠.٧٢-٠.٧٦ في التسامح مع الاخر وتراوحت من ٠.٧٦-٠.٨١ في التسامح مع المواقف التي تنتمي اليه ومن ثم الى سلامة الاتساق الداخلي للمقياس

٢-مقياس استراتيجيات التنظيم الذاتي الانفعالي :
Cognitive Emotion Regulation Quataisnare (CERQ)

اعداد (Garnefski, & Kraai (ترجمة واعداد الباحث

تم اعداد مقياس استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي CERQ عام ٢٠٠١م بواسطة كل من (Garnefski, & Kraaij) لقياس استجابات الافراد المعرفية التي تصف اسلوب الفرد في استجابته للاحداث الحياتية الضاغطة ، بالاضافة الى الاستراتيجيات المعرفية المستخدمة في المواقف والاحداث الخاصة للفرد ، ويتكون المقياس من تسعة

استراتيجيات تتضمن كل استراتيجية اربعة مفردات لقياسها وامام كل مفردة تقسيم خماسي يبدأ من ١ (تقريباً ابدا) الى ٥ (تقريباً دائما ، وقد اجريت على المقياس في البيئة الاجنبية دراسات للتأكد من الخصائص السيكومترية له ، حيث بلغ معامل الثبات عن طريق الفا كرونباخ ٠.٧ وفي دراسات اخرى وصل ٠.٨ وتم التحقق من الصدق عن طريق الصدق العاملي حيث يتمتع المقياس بتشبعات عاملية مرتفعة على ابعاده (Garnefski, & Kraaij , :2006)

في الدراسة الحالية : قام الباحث بترجمة المقياس الى اللغة العربية ، وتم التحقق من سلامة الترجمة وذلك بعرض الترجمة العربية مع المقياس الاجنبي على اثنين من المتخصصين في اللغة الانجليزية للتحقق من سلامة الصياغة والترجمة

التحقق من الصدق : تم التحقق من الصدق عن طريق التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج ليزرر LESEREL ، ويوضح جدول (٣) نتائج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي

جدول (٤) نتائج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي

| الابعاد | التشبع على العامل الكامن الواحد | الخطا المعياري لتقدير التشبع | قيمة " ت " |
|------------------------|---------------------------------|------------------------------|------------|
| لوم الذات | ٠.٦٥٧ | ٠.٤٤١ | * ٦.٥٢١ |
| لوم الاخرين | ٠.٧٥٤ | ٠.٣٦٥ | * ٥.٨٦٧ |
| الاجترار | ٠.٨٢٤ | ٠.٤٣٢ | * ٧.٥٢١ |
| الفرع | ٠.٧٧٩ | ٠.٣٦٥ | * ٦.٥٦٩ |
| التقليل من الاحداث | ٠.٦٨٩ | ٠.٣٧٨ | * ٥.٦٥٧ |
| اعادة التركيز | ٠.٨٣٥ | ٠.٤٥١ | * ٦.٨١٩ |
| اعادة التقييم الايجابي | ٠.٧٧٢ | ٠.٣٦٤ | * ٧.٥٠٦ |
| القبول | ٠.٦٩٧ | ٠.٣٥٨ | * ٦.٥٨٢ |
| التخطيط | ٠.٧٧٤ | ٠.٤٠٥ | * ٦.٤٠٨ |

• قيمة " ت " دالة احصائيا عند مستوى ٠.٠١

وبلاحظ من جدول (٤) ان نموذج العامل الكامن حاز على قيم جيدة لمؤشرات حسن المطابقة حيث كانت كا ٢ غير دالة احصائيا ، وان معاملات الصدق (التشيع على العامل الكامن الواحد) دالة احصائيا عند مستوى ٠.٠١ ، وتشير هذه النتائج الى ارتفاع معاملات الصدق للمقياس ومن ثم يمكن استخدامه في الدراسة الحالية

الثبات : تم حساب ثبات مقياس استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي بطريقتين الاولى معامل الفا كرونباخ ، والثانية بالتجزئة النصفية ويوضح جدول (٥) معاملات الثبات لمقياس استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي

جدول (٥) معاملات الثبات لمقياس استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي

| الابعاد | معامل الفا كرونباخ | التجزئة النصفية |
|------------------------|--------------------|-----------------|
| لوم الذات | ٠.٦٥١ | ٠.٧٧٨ |
| لوم الاخرين | ٠.٦٦٤ | ٠.٧٧٤ |
| الاجترار | ٠.٧٨٦ | ٠.٨١٢ |
| الفرع | ٠.٧٢١ | ٠.٧٥٦ |
| التقليل من الاحداث | ٠.٦٦١ | ٠.٦٨٩ |
| اعادة التركيز | ٠.٧٧٥ | ٠.٨١٢ |
| اعادة التقييم الايجابي | ٠.٥٥٨ | ٠.٦٦١ |
| القبول | ٠.٦٠٢ | ٠.٦٦٨ |
| التخطيط | ٠.٥٩٩ | ٠.٦٣٢ |

وتشير نتائج جدول (٥) الى ارتفاع معاملات ثبات المقياس ، ومن ثم يمكن الوثوق في استخدامه في الدراسة الحالية

الاتساق الداخلي : تم حساب تم حساب الاتساق الداخلي من خلال معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد التي تنتمي اليه بعد حذف درجة المفردة ، وقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين ٠.٦٧٤ - ٠.٧٨٩ ، مما يشير الى ارتباط

المفردات بالبعد التي تنتمي اليه ، ومن ثم الى الوثوق في سلامة الاتساق الداخلي للمقياس واستخدامه في الدراسة الحالية

٣- قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية : اعداد كل من (Costa & McCrae:1992)

ترجم هذه القائمة بدر محمد الانصاري :١٩٩٧ في البيئة الكويتية ، وتمشيا مع اهداف الدراسة الحالية يتم استخدامها لكونها قائمة عالمية ومطبقة في كثير من المجتمعات والدول ، كما تستخدم لدى شرائح اجتماعية مختلفة وتتوافر للقائمة مؤشرات سيكومترية مرتفعة من صدق وثبات ، وقد تحقق بدر الانصاري :١٩٩٧ من مدى كفاءة القائمة في المجتمع الكويتي .

وتتكون القائمة من ٦٠ مفردة تم اشتقاقها من العديد من اختبارات الشخصية وتشتمل على خمسة مقاييس فرعية هي العصابية ، والانبساطية ، والانفتاح على الخبرة والمقبولية وبقطة الضمير ويشتمل كل مقياس على ١٢ مفردة ، وامام كل مفردة خمسة اختيارات تبدأ من موافق بشدة (٥درجات) الى غير موافق بشدة (درجة واحدة) وذلك على المفردات الموجبة ، في حين يتم احتساب الدرجات بطريقة عكسية على المفردات السالبة ويبين جدول (٦) توزيع مفردات قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية على الابعاد المختلفة

جدول (٦) توزيع مفردات قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

| العامل | المفردات الموجبة | المفردات السالبة |
|---------------------|------------------------|----------------------------|
| العصابية | ٥٦-٥١-٤١-٣٦-٢٦-٢١-١١-٦ | ٤٦-٣١-١٦-١ |
| الانبساطية | ٥٢-٤٧-٣٧-٣٢-٢٢-١٧-٧-٢ | ٥٧-٤٢-٢٧-١٢ |
| الانفتاح على الخبرة | ٥٨-٥٣-٤٣-٣٨-١٣ | ٤٨-٣٨-٣٣-٢٣-١٨-٨-٣ |
| المقبولية | ٤٩-٣٤-١٩-٤ | -٤٤-٣٩-٢٩-٢٤-١٤-٩ ٥٩-٥٤ |
| يقظة الضمير | ٦٠-٥٠-٤٠-٣٥-٢٥-٢٠-١٠-٥ | ٥٥-٤٥-٣٠-١٥ |

الخصائص السيكومترية لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في الدراسة الحالية :

الصدق : تم التحقق من الصدق عن طريق التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج ليزرر LESEREL ، ويوضح جدول (٧) نتائج التحليل العاملي التوكيدي لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية جدول (٧) نتائج التحليل العاملي التوكيدي لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

| الابعاد | التشبع على العامل الكامن الواحد | الخطا المعياري لتقدير التشبع | قيمة " ت " |
|---------------------|---------------------------------|------------------------------|------------|
| العصابية | ٠.٧١٢ | ٠.٣٢١ | * ٧.٥٢٤ |
| الانبساطية | ٠.٧٠٦ | ٠.٣٦٥ | * ٦.٥٨٤ |
| الانفتاح على الخبرة | ٠.٦٨٩ | ٠.٤٥١ | * ٧.٤٦٩ |
| المقبولية | ٠.٦٩٩ | ٠.٢٨٩ | * ٦.٦٦٧ |
| يقظة الضمير | ٠.٧٤٥ | ٠.٤٠١ | * ٧.١٢٤ |

*قيمة " ت " دالة عند ٠.٠١

وبلاحظ من جدول (١٧) ان نموذج العامل الكامن حاز على قيم جيدة لمؤشرات حسن المطابقة حيث كانت كا ٢ غير دالة احصائيا ، وان معاملات الصدق (التشبع على العامل الكامن الواحد) دالة احصائيا عند مستوى ٠.٠١ ، وتشير هذه النتائج الى ارتفاع معاملات الصدق لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، ومن ثم يمكن استخدامها في الدراسة الحالية

الثبات : تم حساب ثبات القائمة بطريقتين هما معامل الفا كرونباخ والتجزئة النصفية ، ويوضح جدول (٨) معاملات الثبات لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

جدول (٨) معاملات الثبات لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

| العامل | معامل الفا كرونباخ | التجزئة النصفية |
|---------------------|--------------------|-----------------|
| العصابية | ٠.٦٥٤ | ٠.٦٨٩ |
| الانبساطية | ٠.٥٥٩ | ٠.٦٦٥ |
| الانفتاح على الخبرة | ٠.٧١٠ | ٠.٧٤١ |
| المقبولية | ٠.٧٤١ | ٠.٧٥٩ |
| يقظة الضمير | ٠.٦٥٩ | ٠.٧١١ |

وتشير نتائج جدول (٨) الى ارتفاع معاملات الثبات لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومن ثم يمكن الوثوق في استخدامها في الدراسة الحالية

الاتساق الداخلي : تم التحقق من الاتساق الداخلي لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية عن طريق معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد التي تنتمي اليه بعد حذف درجة المفردة وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط على ابعاد القائمة ما بين ٠.٥٤٢ - ٠.٦٩٧ وهي معاملات ارتباط مرتفعة مما يدل على سلامة الاتساق الداخلي للقائمة ومن ثم صلاحية استخدامها في الدراسة الحالية

نتائج الفروض وتفسيرها :

نتائج الفرض الاول وينص على :

" لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطي درجات البنين والبنات في مقياس النزعة للتسامح (التسامح مع الذات ، والتسامح مع الاخر ، والتسامح مع المواقف ، والتسامح ككل) ، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" وتوضح نتائج جدول (٩) قيم "ت" لمقياس النزعة للتسامح

جدول (٩) قيم " ت " لدلالة الفروق بين متوسطي البنين والبنات في النزعة للتسامح

| الابعاد | البنين (ن=١٦٥) | | البنات ن=٢٤٥ | | الادالة |
|--------------------|----------------|------|--------------|------|----------------|
| | م | ع | م | ع | |
| التسامح مع الذات | ٣٣.٢٦ | ٣.٢٥ | ٣٣.٨١ | ٤.٢١ | ١.٢٠١ غير دالة |
| التسامح مع الاخر | ٣٦.١٣ | ٤.٢٥ | ٣٥.٣٤ | ٥.١٢ | ١.٥٠٩ غير دالة |
| التسامح مع المواقف | ٤٢.٤٥ | ٤.٦٥ | ٤١.٩٥ | ٤.١٥ | ١.١٦٢ غير دالة |
| التسامح ككل | ١١٠.٢٥ | ٦.٤٥ | ١١١.٥٤ | ٦.٢٨ | ١.٨٩٥ غير دالة |

يتضح من جدول (٩) بانه لا توجد فروق دالة احصائيا بين البنين والبنات في النزعة للتسامح سواء على ابعاد المقياس او على الدرجة الكلية للمقياس ، وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت اليه نتائج دراسة كل (Ranganadhan, & Todorov :2010) من عدم وجود فروق دالة بين الجنسين في التسامح مع الذات ، في حين تختلف هذه النتيجة مع نتائج الدراسات التي توصلت الى وجود فروق بين الجنسين لصالح البنات في التسامح مثل نتائج دراسات كل من Maltby et al :2007 ، (Al-Sabeelah et al :2014) ، (Walker & Gorsuch:2002) حيث اكدت هذه النتائج على ان البنات اكثر تسامحا من البنين . وتؤكد نتائج دراسات كل من (Barber et al , 2005) (Brown & Phillips, 2005) على انه لا يوجد دليل قوي عن وجود فروق بين الجنسين في التسامح ، في حين يرى كل من (Miller et al :2008) ان الفروق بين الجنسين في التسامح تتوقف على طبيعة العينة المستخدمة في الدراسة ، والهدف من التسامح ، والمقاييس المستخدمة في قياس التسامح ، و ثقافة المجتمع ويرى الباحث تفسيراً لهذه النتيجة التي توصلت اليها الدراسة الحالية من عدم وجود فروق دالة احصائيا بين البنين والبنات في النزعة للتسامح ، ان طبيعة العينة التي تتكون من الطلاب المعلمين قد يكون لها

مواصفات خاصة ، حيث يتشابه نمط الثقافة السائدة في المجتمع ،
وانه من الممكن ان تكون تربية الافراد تعتمد على غرس ثقافة التسامح
لدى الافراد وهو ما يتسم به غالبية افراد المجتمع المصري ، ومن ثم لم
تظهر فروق بينهم في النزعة التسامح سواء على ابعاد المقياس او
المقياس ككل ، والدليل على ذلك تقارب المتوسطات لدى كل من
البنين والبنات على المقياس المستخدم
نتائج الفرض الثاني :

وينص على " توجد علاقات ارتباطية متباينة النوع
(موجبة / سالبة) ومتباينة الدلالة (دالة / غير دالة) بين النزعة
للتسامح وكل من استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل
الخمس الكبرى للشخصية ، ولتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام

معاملات ارتباط بيرسون ، ويوضح جدول (١٠) نتائج هذا التحليل

جدول (١٠) معاملات الارتباط بين النزعة للتسامح واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي

والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية (ن = ٤١٠)

| النزعة للتسامح | | | | المتغيرات |
|----------------|--------------------|------------------|------------------|------------------------|
| الدرجة الكلية | التسامح مع المواقف | التسامح مع الاخر | التسامح مع الذات | |
| ٠.٥٢١- | ٠.٤١٢- | ٠.٣٠٩- | ٠.٤٢١- | لوم الذات |
| ٠.٤٢١ | ٠.٣٢١ | ٠.٤٣٦- | * ٠.٠٠٧ | لوم الاخرين |
| ٠.٤٤٣- | ٠.٤٠٢- | ٠.٣٦٧- | ٠.٥٣٢- | الاجترار |
| ٠.٥٣٢ | ٠.٣٢٤ | * ٠.٠٠٩ | ٠.٣٦٧ | الفرع |
| ٠.٥٦٧ | ٠.٤١٨ | ٠.٣٦٨ | * ٠.٠٦٢ | التقليل من الاحداث |
| ٠.٥٢٣ | ٠.٤٤٧ | ٠.٤٣٢ | ٠.٥٦٢ | اعادة التركيز |
| ٠.٤٨٧ | ٠.٣٦٩ | ٠.٤٤٢ | ٠.٥٦٤ | اعادة التقييم الايجابي |
| ٠.٤١٨ | ٠.٣٠٩ | ٠.٣٩٨ | ٠.٤٦٩ | القبول |
| ٠.٤٣٥ | ٠.٣٩٨ | ٠.٤٠٨ | ٠.٤٤٩ | التخطيط |
| ٠.٣٤٢- | * ٠.٠٠٧- | ٠.٤٢١- | ٠.٣٦٩- | العصابية |
| ٠.٥٧٧ | ٠.٤٨٨ | ٠.٥٢١ | ٠.٤٦٣ | الانبساطية |
| ٠.٤٥٩ | ٠.٣٩٩ | ٠.٤٣٢ | ٠.٤٤٦ | الانفتاح على الخبرة |
| ٠.٥٤٨ | ٠.٣٨٨ | ٠.٣٦٩ | ٠.٤٥٣ | المقبولية |
| ٠.٥٦٧ | ٠.٣٩٩ | ٠.٤٤٢ | ٠.٥٢١ | يقظة الضمير |

*معاملات ارتباط غير دالة

يتضح من جدول (١٠) ما يلي :

اولا : بالنسبة للعلاقة بين النزعة للتسامح (التسامح مع الذات ،
التسامح مع الاخر ، التسامح مع المواقف) واستراتيجيات التنظيم
المعرفي الانفعالي :

- وجود علاقة سالبة ودالة احصائيا عند ٠.٠١ بين لوم الذات وكل من التسامح مع الذات ، و التسامح مع الاخر و التسامح مع المواقف والنزعة للتسامح ككل
- وجود علاقة سالبة ودالة احصائيا عند ٠.٠١ بين لوم الاخرين و التسامح مع الاخر ، في حين وجدت علاقة موجبة ودالة احصائيا عند ٠.٠١ بين لوم الاخرين وكل من التسامح مع المواقف والنزعة للتسامح ككل ، في حين لم توجد علاقة بين لوم الاخرين والتسامح مع الذات
- وجود علاقة سالبة ودالة احصائيا عند ٠.٠١ بين الاجترار وكل من التسامح مع الذات ، و التسامح مع الاخر و التسامح مع المواقف والنزعة للتسامح ككل
- وجود علاقة موجبة ودالة احصائيا عند ٠.٠١ بين الفزع وكل من التسامح مع الذات ، و التسامح مع المواقف والنزعة للتسامح ككل ، في حين لم توجد علاقة بين الفزع و التسامح مع الاخر
- وجود علاقة موجبة ودالة احصائيا عند ٠.٠١ بين التقليل من الاحداث وكل من التسامح مع الاخر و التسامح مع المواقف والنزعة للتسامح ككل ، في حين لم توجد علاقة بين التقليل من الاحداث والتسامح مع الذات
- وجود علاقة موجبة ودالة احصائيا عند ٠.٠١ بين اعادة التركيز وكل من التسامح مع الذات ، و التسامح مع الاخر و التسامح مع المواقف والنزعة للتسامح ككل

- وجود علاقة موجبة ودالة احصائيا عند ٠.٠١ بين اعادة التقييم الايجابي وكل من التسامح مع الذات ، و التسامح مع الاخر و التسامح مع المواقف والنزعة للتسامح ككل
 - وجود علاقة موجبة ودالة احصائيا عند ٠.٠١ بين القبول وكل من التسامح مع الذات ، و التسامح مع الاخر و التسامح مع المواقف والنزعة للتسامح ككل
 - وجود علاقة موجبة ودالة احصائيا عند ٠.٠١ بين التخطيط وكل من التسامح مع الذات ، و التسامح مع الاخر و التسامح مع المواقف والنزعة للتسامح ككل
- وتتفق هذه النتائج بوجه عام مع ما اكدت عليه نتائج دراسة (Butt et al :2013) ان التسامح لا يمكن ان يحدث بدون التنظيم المعرفي والانفعالي من قبل الفرد ، وكلما كان الفرد اكثر قدرة على التنظيم المعرفي الانفعالي كلما كان اكثر تسامحا ، مما يؤكد على وجود علاقة موجبة ودالة احصائيا بين استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والتسامح ، وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت اليه نتائج دراسة قام بها كل من (Wadlinger & Isaacowitz 2011) الى ان التنظيم الانفعالي يعمل على تقليل الانفعالات السالبة الموجهة نحو الشخص المسيء ، و نتائج دراسة (Manzi & González :2007) ان المتغيرات الانفعالية هي اكثر المتغيرات ارتباطا بالتسامح ، ومع ما توصلت اليه دراسة (Maltby et al 2007) من وجود علاقة موجبة ودالة بين استراتيجيات المواجهة الانفعالية والتسامح ، كما تتفق مع ما اكدته نتائج دراسة كل من (Garnefski & Kraai :2006b) ان الافراد الذين يستخدمون استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي مثل استراتيجية اعادة التقييم الايجابي يكونون اكثر تسامحا ، كما اكدت نتائج دراسة قام بها كل من (Worthington et al:2007) الى ان التسامح هو انفعال

يعمل على تركيز اساليب المواجهة التي يمكن ان تقلل من الاخطار الصحية وتدعم المرونة الصحية ، وان التسامح يمكن ان يؤدي الى التأثير في الظروف الطبيعية من خلال الدعم الاجتماعي والعلاقات والقيم بين الافراد

ويمكن تفسير تباين نتائج العلاقات بين استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والنزعة للتسامح في ضوء طبيعة هذه الاستراتيجيات والهدف منها ، فهناك بعض الاستراتيجيات الايجابية التي تعمل على مواجهة الاحداث الانفعالية السلبية بايجابية والتفكير بطريقة ايجابية في الاحداث التي يتعرض لها الفرد ، مثل استراتيجيات اعادة التقييم الايجابي ، واعداد التركيز والتخطيط والقبول ، وهذه الاستراتيجيات ارتبطت ايجابيا بالنزعة للتسامح بصفة عامة ، حيث انعكست في نزعة الفرد للتسامح ، في حين الاستراتيجيات السلبية مثل لوم الذات ، ولوم الاخرين ، والاجترار نجده ارتبط سلبا بالنزعة للتسامح ككل حيث تعتمد هذه الاستراتيجيات في تفكير الفرد طوال الوقت عن الاحداث السلبية التي مر بها ومن ثم تنعكس في نزعته للتسامح سواء مع ذاته او مع الاخرين او خلال المواقف التي يمر بها

ثانيا : بالنسبة للعلاقة بين النزعة للتسامح (التسامح مع الذات ، التسامح مع الاخر ، التسامح مع المواقف) والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية :

- وجود علاقة سالبة ودالة احصائيا عند ٠.٠١ بين العصابية وكل من التسامح مع الذات ، و التسامح مع الاخر والنزعة للتسامح ككل ، في حين لم توجد علاقة بين العصابية و التسامح مع المواقف
- وجود علاقة موجبة ودالة احصائيا عند ٠.٠١ بين الانبساطية وكل من التسامح مع الذات ، و التسامح مع الاخر ، و التسامح مع المواقف والنزعة للتسامح ككل

- وجود علاقة موجبة ودالة احصائيا عند ٠.٠١ بين الانفتاح على الخبرة وكل من التسامح مع الذات ، و التسامح مع الاخر ، و التسامح مع المواقف والنزعة للتسامح ككل
 - وجود علاقة موجبة ودالة احصائيا عند ٠.٠١ بين المقبولية وكل من التسامح مع الذات ، و التسامح مع الاخر ، و التسامح مع المواقف والنزعة للتسامح ككل
 - وجود علاقة موجبة ودالة احصائيا عند ٠.٠١ بين يقظة الضمير وكل من التسامح مع الذات ، و التسامح مع الاخر ، و التسامح مع المواقف والنزعة للتسامح ككل
- وتتفق هذه النتائج بوجه عام مع النتائج التي توصلت اليها دراسات كل من **Ross et al 2004** ، **(Worthington: 2006)** ، **(Al-Sabeelah et al : 2014)** حيث اشارت نتائج هذه الدراسات الى وجود علاقة بين التسامح والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، كما تتفق نتائج الدراسة الحالية جزئيا مع نتائج دراسة **(Kashdan & Fincham :2002)** التي توصلت الى وجود علاقة موجبة ودالة بين التسامح والانفتاح على الخبرة ، والى وجود علاقة سالبة ودالة بين التسامح والعصابية ، بينما تختلف نتائج الدراسة الحالية مع نتائج هذه الدراسة في بقية عوامل الشخصية حيث توصلت النتائج الحالية الى وجود علاقة موجبة ودالة بين النزعة للتسامح بمكوناته المختلفة وكل من الانبساطية والمقبولية ويقظة الضمير .
- ويرى الباحث تفسيراً لهذه النتائج في ضوء السمات التي يستوعبها كل عامل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، والتي تتمثل في ان الفرد المنبسط يتميز بالدفء والمودة ، والاجتماعية وتوكيد الذات ، والبحث عن الاثارة والانفعالات الايجابية ، بينما تشمل المقبولية الثقة والاستقامة ، والايثار والقبول والتواضع ، واعتدال الراي ، ويشمل الانفتاح على

الخبرة الخيال ، والاستقلالية في الحكم ، والقيم ، والمشاعر والافكار ، ويشمل يقظة الضمير الاقتدار والكفاءة ، والثاني وضبط الذات ، والايثار والتسامح والتعاطف والتعاون والتواضع والدقة والرحمة والصدق ، وكلها صفات ايجابية تساعد الفرد في بناء علاقات ايجابية مع ذاته ومع الاخرين ، وتساعد في استبدال الانفعالات السالبة بانفعالات ايجابية لذلك نجد ان هذه العوامل قد ارتبطت ايجابيا بالتسامح ، وفي المقابل نجد ان العصابية والتي تشمل القلق والعدائية والاكتئاب والاندفاعية وكلها صفات سلبية تؤدي الى اضطراب العلاقات الاجتماعية وتقلل من نزعة الفرد الى التسامح سواء مع ذاته او مع الافراد المحيطين به او مع المواقف او الاحداث التي يتعرض لها الفرد ، لذلك نجد ان العصابية ارتبطت سلبيا بنزعة الفرد للتسامح

نتائج الفرض الثالث :

والذي ينص على " يمكن التنبؤ بالنزعة للتسامح (التسامح مع الذات ، و التسامح مع الاخر ، و التسامح مع المواقف ، والنزعة للتسامح ككل) من خلال متغيرات استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي (لوم الذات ، ولوم الاخرين ، والاجترار ، والكارثية ، والوضع في المنظور ، واعادة التركيز ، واعادة التقييم الايجابي ، والقبول والتخطيط) والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية (العصابية ، والانبساطية ، والانفتاح على الخبرة ، والمقبولية ويقظة الضمير) وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد ويوضح جدول (١١) نتائج تحليل الانحدار للمتغيرات المنبئة بالنزعة للتسامح

جدول (١١) نتائج تحليل الانحدار للمتغيرات المنبئة بالنزعة للتسامح

| المتغيرات المستقلة | المتغير التابع | الثابت | قيمة "ف" | R | R2 | بيتا | ت | |
|--------------------|--------------------|--------|----------|-------|-------|------------------------|--------|-------|
| لوم الذات | التسامح مع الذات | ١٢.٦٥ | ٢٠.٥٨٩ | ٠.٧٥٦ | ٠.٥٧١ | ٠.٣٥٦- | ٣.٦٨٤ | |
| | | | | | | لوم الاخرين | ٠.٢٤٧- | ١.٢٣٤ |
| | | | | | | الاجترار | ٠.٣٥٤- | ٤.٥٢٣ |
| | | | | | | الفرع | ٠.٠٠٥ | ٠.٨٩٤ |
| | | | | | | التقليل من الاحداث | ٠.٤٥٧ | ٣.٥٦٩ |
| | | | | | | اعادة التركيز | ٠.٥٤٧ | ٤.٢٦٤ |
| | | | | | | اعادة التقييم الايجابي | ٠.٣٥٦ | ٣.٢١٤ |
| | | | | | | القبول | ٠.٢٦٥ | ٤.٢٦٨ |
| | | | | | | التخطيط | ٠.٢٤٧ | ٣.٥٨٢ |
| | | | | | | العصائية | ٠.٢٣٤- | ١.٦٩٤ |
| | | | | | | الانبساطية | ٠.٤٢١ | ٤.٢٥٦ |
| | | | | | | الانفتاح على الخبرة | ٠.٤٥٢ | ١.٢٣٤ |
| | | | | | | المقبولية | ٠.٣٣٩ | ٦.٢٣١ |
| يقظة الضمير | ٠.٢٤١ | ٤.٢٣١ | | | | | | |
| لوم الذات | التسامح مع الاخرين | ٢٤.٢٥٦ | ٣٤.٢٥٦ | ٠.٨٢٤ | ٠.٦٧٨ | ٠.٢١٤ | ٣.٥٦٤ | |
| | | | | | | لوم الاخرين | ٠.٤٣٢ | ٤.٥٦٢ |
| | | | | | | الاجترار | ٠.٥٢١- | ٥.٢٣١ |
| | | | | | | الفرع | ٠.٣٢٤- | ٤.٢٥٤ |
| | | | | | | التقليل من الاحداث | ٠.٠٥٤- | ٠.٩٥٤ |
| | | | | | | اعادة التركيز | ٠.٢١٣ | ١.٢٦٥ |
| | | | | | | اعادة التقييم الايجابي | ٠.٥٤٢ | ٤.٢٦٧ |
| | | | | | | القبول | ٠.٣٦٩ | ١.٢١٢ |
| | | | | | | التخطيط | ٠.١٢٤ | ١.٥٣٢ |
| | | | | | | العصائية | ٠.٤٣٥- | ٣.٢٦٨ |

| | | | | | | | |
|-------|--------|-------|-------|--------|--------|--------------------|------------------------|
| ٥.٢٩٨ | ٠.٤٢٨ | | | | | | الانبساطية |
| ٦.٣٢٤ | ٠.٥٤٣ | | | | | | الانفتاح على الخبرة |
| ٥.٢٦٩ | ٠.٥٦٣ | | | | | | المقبولية |
| ٤.٩٨٢ | ٠.٤٢٣ | | | | | | يقظة الضمير |
| ٣.٢٦٥ | ٠.٢٢١ | | | | | | لوم الذات |
| ١.٥٦٥ | ٠.٣٥٦ | | | | | | لوم الاخرين |
| * | | | | | | | |
| ٥.٢٣١ | ٠.٢٥٦- | ٠.٦٣٦ | ٠.٧٩٨ | ٣٤.٥٦٤ | ٢٧.٢٣١ | التسامح مع المواقف | الاجترار |
| ٤.٢٦٥ | ٠.٢٤٣- | | | | | | الفرع |
| ٥.٢٣١ | ٠.٢٣١- | | | | | | التقليل من الاحداث |
| ١.٢٣٦ | ٠.٢٥٦ | | | | | | اعادة التركيز |
| * | | | | | | | |
| ٥.٢٣٦ | ٠.٤٥٢ | | | | | | اعادة التقييم الايجابي |
| ١.٢٣٣ | ٠.٣٦٢ | | | | | | القبول |
| * | | | | | | | |
| ٦.٣٢١ | ٠.٥٦٢ | | | | | | التخطيط |
| ٥.٢٣٦ | ٠.٢٥٦- | | | | | | العصابية |
| ٥.٢٣٦ | ٠.٥٢٣ | | | | | | الانبساطية |
| ٠.٨٩٦ | ٠.٢٣١ | | | | | | الانفتاح على الخبرة |
| * | | | | | | | |
| ٥.٢٣٦ | ٠.٥٣٢ | | | | | | المقبولية |
| ١.٢٦٤ | ٠.٢٣١ | | | | | | يقظة الضمير |
| * | | | | | | | |
| ٦.٢٣٥ | ٠.٥٣٢ | | | | | | لوم الذات |
| ٥.٢٣٦ | ٠.٤٢٣ | | | | | | لوم الاخرين |
| ٦.٥٤١ | ٠.٥٢٤- | | | | | | الاجترار |
| ١.٢٣١ | ٠.٢٣١- | | | | | | الفرع |
| * | | | | | | | |
| ١.٢٣٤ | ٠.٢١٤- | ٠.٧٢٩ | ٠.٨٥٤ | ٣٥.٥٦١ | ٦٥.٤٦١ | التسامح ككل | التقليل من الاحداث |
| * | | | | | | | |
| ١.٢٣٥ | ٠.١٢٤ | | | | | | اعادة التركيز |
| * | | | | | | | |
| ٦.٣٢١ | ٠.٢٥٦ | | | | | | اعادة التقييم الايجابي |
| ٥.٣٢١ | ٠.٤٥٣ | | | | | | القبول |
| ٤.٢١٣ | ٠.٢٣١ | | | | | | التخطيط |

| | | | | | | | |
|-------|--------|--|--|--|--|--|---------------------|
| ٤.٢٦٥ | ٠.٢٣٥- | | | | | | العصائية |
| ٥.٦٥٤ | ٠.٣٤٦ | | | | | | الانيساطية |
| ٦.٩٨١ | ٠.٤٥٧ | | | | | | الانفتاح على الخبرة |
| ٦.٣٢٤ | ٠.٥٦١ | | | | | | المقبولية |
| ٥.٢٣٦ | ٠.٣٤١ | | | | | | يقظة الضمير |

• قيم غير دالة

يتضح من جدول (١١) ما يلي :

اولا : بالنسبة للتسامح مع الذات

يوجد دلالة احصائية عند ٠.٠١ لمعاملات انحدار استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي المتمثلة في (لوم الذات ، الاجترار ، اعادة التركيز ، اعادة التقييم الايجابي ، القبول والتخطيط) في حين لم توجد دلالة احصائية لمعاملات انحدار كل من لوم الاخرين ، والفرع والتقليل من الاحداث في المنظور ، كما يوجد دلالة احصائية عند ٠.٠١ لمعاملات انحدار العوامل الخمسة الكبرى للشخصية المتمثلة في الانبساطية والمقبولية ويقظة الضمير ، في حين لم توجد دلالة احصائية لمعاملات انحدار كل من العصائية والانفتاح على الخبرة ، وكانت $R^2 = 0.571$ اي ان هذه المتغيرات تفسر ما يوازي ٥٧.١ % من التباين الكلي للتسامح مع الذات ، اما النسبة الباقية والتي تبلغ حوالي ٤٢.٩ % فترجع الى متغيرات اخرى خارجة عن نطاق الدراسة الحالية ، ومن ثم يمكن كتابة معادلة التنبؤ بالتسامح مع الذات كما يلي :

التسامح مع الذات = $١٢.٦٥ - ٠.٣٥٦ X$ لوم الذات - $٠.٣٥٤ X$ الاجترار + $٠.٥٤٧ X$ اعادة التركيز + $٠.٤٥٧ X$ التقليل من الاحداث + $٠.٣٥٦ X$ اعادة التقييم الايجابي + $٠.٣٦٥ X$ القبول + $٠.٣٤٧ X$ التخطيط + $٠.٤٢١ X$ الانبساطية + $٠.٣٣٩ X$ المقبولية + $٠.٣٤١ X$ يقظة الضمير

ثانيا : بالنسبة للتسامح مع الاخرين

يوجد دلالة احصائية عند ٠.٠١ لمعاملات انحدار استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي المتمثلة في لوم الذات ، ولوم الاخرين ، والاجترار والتقليل من الاحداث ، واعادة التقييم الايجابي ، في حين لم توجد دلالة احصائية لمعاملات انحدار كل من الفزع ، واعادة التركيز والقبول والتخطيط ، كما وجدت دلالة احصائية عند ٠.٠١ لمعاملات انحدار العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والمتمثلة في العصابية والانبساطية ، والانفتاح على الخبرة ، والمقبولية ويقظة الضمير ، وكانت $R^2 = 0.678$ اي ان هذه المتغيرات تفسر ما يوازي ٦٧.٨ % من التباين الكلي للتسامح مع الاخرين والنسبة الباقية والتي تساوي ٣٢.٢ % ترجع الى متغيرات اخرى تخرج عن نطاق الدراسة الحالية ، ويمكن كتابة معادلة التنبؤ للتسامح مع الاخرين كما يلي :

$$\begin{aligned} \text{التسامح مع الاخر} &= ٢٤.٢٥٦ + ٠.٣١٤ X \text{ لوم الذات} + \\ & ٠.٤٣٢ X \text{ لوم الاخرين} - ٠.٥٣١ X \text{ الاجترار} - ٠.٣٢٤ X \\ & \text{الفزع} + ٠.٥٤٣ X \text{ اعادة التقييم الايجابي} - ٠.٤٣٥ X \\ & \text{العصابية} + ٠.٤٣٨ X \text{ الانبساطية} + ٠.٥٤٣ X \text{ الانفتاح على} \\ & \text{الخبرة} + ٠.٤٢٣ X \text{ المقبولية} + ٠.٤٣٣ X \text{ يقظة الضمير} \end{aligned}$$

ثالثا : بالنسبة للتسامح الموقفي

يوجد دلالة احصائية عند ٠.٠١ لمعاملات انحدار استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي المتمثلة في لوم الذات والاجترار ، والفزع ، واعادة التقييم الايجابي ، والتخطيط ، في حين لم توجد دلالة احصائية لمعاملات انحدار كل من لوم الاخرين ، والتقليل من الاحداث ، والقبول ، والتخطيط ، كما وجدت دلالة احصائية عند ٠.٠١ لمعاملات انحدار العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والمتمثلة في العصابية والانبساطية والمقبولية في حين لم توجد دلالة احصائية لمعامل انحدار يقظة الضمير

، والانفتاح على الخبرة ، وبلغت قيمة $R^2 = 0.636$ اي ان هذه المتغيرات تفسر ما يوازي ٦٣.٦ % من التباين الكلي للتسامح الموقفي ، اما النسبة الباقية وقيمتها ٣٦.٤ % ترجع الى متغيرات اخرى تخرج عن نطاق الدراسة الحالية ، ويمكن كتابة معادلة التنبؤ ب التسامح مع المواقف كما يلي :

$$\begin{aligned} & \text{التسامح مع المواقف} = ٢٧.٢٣١ + ٠.٣٢١ X \text{ لوم الذات} + \\ & ٠.٣٥٦ X \text{ لوم الاخرين} - ٠.٣٥٦ X \text{ الاجترار} - ٠.٢٤٣ X \\ & \text{الفرع} - ٠.٣٣١ X \text{ التقليل من الاحداث} + ٠.٤٥٣ X \text{ اعادة} \\ & \text{التقييم الايجابي} + ٠.٥٦٢ X \text{ التخطيط} - ٠.٣٥٦ X \text{ العصابية} \\ & + ٠.٥٣٢ X \text{ الانبساطية} + ٠.٥٣٢ X \text{ المقبولية} \end{aligned}$$

رابعا : بالنسبة للنزعة للتسامح ككل

يوجد دلالة احصائية عند ٠.٠١ لمعاملات انحدار استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي المتمثلة في لوم الذات ، ولوم الاخرين ، والاجترار ، واعداد التقييم الايجابي ، والقبول ، والتخطيط في حين لم توجد دلالة احصائية لمعاملات انحدار كل من اوالتقليل من الاحداث ، واعداد التركيز ، كما وجدت دلالة احصائية عند ٠.٠١ لمعاملات انحدار العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والمتمثلة في العصابية والانبساطية والانفتاح على الخبرة والمقبولية وبقظة الضمير ، وكانت قيمة $R^2 = 0.830$ وهذا يشير الى قوة متغيرات النموذج على تفسير ما يوازي ٦٨.٩ % من التباين الكلي للنزعة للتسامح اما النسبة الباقية وقيمتها ٢٦.١ % ترجع الى متغيرات اخرى تخرج عن نطاق الدراسة الحالية ، ويمكن كتابة معادلة التنبؤ بالنزعة للتسامح كما يلي :

$$\begin{aligned} & \text{النزعة للتسامح} = ٦٥.٤٦١ + ٠.٥٣٢ X \text{ لوم الذات} + ٠.٤٢٣ X \\ & \text{لوم الاخرين} - ٠.٥٢٤ X \text{ الاجترار} + ٠.٣٥٦ X \text{ اعادة التقييم} \\ & \text{الاجباري} + ٠.٤٥٣ X \text{ القبول} + ٠.٣٣١ X \text{ التخطيط} - ٠.٢٣٥ X \end{aligned}$$

X العصائية + 0.346 X الانبساطية + 0.457 X الانفتاح
 على الخبرة + 0.561 X المقبولية + 0.341 X يقظة الضمير
 ويمكن تلخيص نتائج تحليل الانحدار في الجدول التلخيصي التالي :

جدول (١٢) تلخيص للمتغيرات المنبئة بالتسامح

| وصف المتغير | التسامح ككل | التسامح مع الموافق | التسامح مع الاخر | التسامح مع الذات | المتغيرات المستقلة |
|------------------------|-------------|--------------------|------------------|------------------|--------------------|
| لوم الذات | X | X | X | X | |
| لوم الاخرين | X | X | X | | |
| الاجترار | X | X | X | X | |
| الفرع | - | X | X | - | |
| التقليل من الاحداث | - | X | - | X | |
| اعادة التركيز | - | - | - | X | |
| اعادة التقييم الايجابي | X | X | X | X | |
| القبول | X | | - | X | |
| التخطيط | X | X | - | X | |
| العصائية | X | X | X | - | |
| الانبساطية | X | X | X | X | |
| الانفتاح على الخبرة | X | | X | | |
| المقبولية | X | X | X | X | |
| يقظة الضمير | - | - | X | X | |
| نسبة الاسهام | 68.9% | 63.6% | 67.8% | 57.1% | |

يتضح من جدول (١٢) التلخيصي ما يلي :

- ان كل من متغيرات استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي المتمثلة في : لوم الذات ، والاجترار ، واعادة التقييم الايجابي ، ومتغيرات العوامل الخمسة الكبرى للشخصية المتمثلة في : والانبساطية ، والمقبولية من العوامل العامة المسهمة في تشكيل النزعة للتسامح سواء التسامح مع الذات ، او التسامح مع الاخر او التسامح مع الموافق ، ومن ثم يشير الى قوة هذه المتغيرات في تشكيل النزعة للتسامح

- هناك متغيرات خاصة او طائفية مثل لوم الاخرين ، و الفرع ، والتقليل من الاحداث واعادة التركيز والتخطيط والقبول والعصايبية والانفتاح على الخبرة وبقظة الضمير اسهمت في تشكيل النزعة للتسامح
- اظهرت المعادلات التنبؤية للتسامح مع الذات و التسامح مع الاخر و التسامح مع المواقف اسهام استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي في تشكيل النزعة للتسامح ، وتتفق هذه النتيجة مع ما اكده (Butt et al :2013) ان التسامح لا يمكن ان يحدث بدون التنظيم المعرفي والانفعالي من قبل الفرد ، وكلما كان الفرد اكثر قدرة على التنظيم المعرفي الانفعالي كلما كان اكثر تسامحا ، الانفعالي يعمل على تقليل الانفعالات الموجهة نحو الشخص المسيء ، كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كل من (Manzi & González :2007) التي اشارت الى ان المتغيرات الانفعالية هي اكثر المتغيرات ارتباطا بالتسامح ، ومع نتائج دراسة (Butt et al :2013) حيث اشارت النتائج الى امكانية التنبؤ بالتسامح من خلال استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ، ومع نتائج دراسة كل من (Garnefski & Kraai:2006b) التي اشارت الى ان الافراد الذين يستخدمون استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي مثل استراتيجية اعادة التقييم الايجابي يكونون اكثر تسامحا ، ويرى الباحث تفسيراً لهذه النتيجة ان استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي تعمل على مساعدة الفرد في تنظيم انفعالاته ومواجهة الاحداث الحياتية السلبية والعمل على مواجهتها بطريقة ايجابية ، ومن خلال النظر الى التسامح كعملية تستبدل فيها الانفعالات السلبية باخرى ايجابية فان ذلك يتطلب من الفرد

استراتيجيات من التنظيم المعرفي الانفعالي وهذا ما اكدته نتائج
الدراسة الحالية

- اظهرت المعادلات التنبؤية للتسامح مع الذات و التسامح مع الاخر
والتسامح مع المواقف اسهام متغيرات العوامل الخمسة الكبرى
للشخصية في تشكيل النزعة للتسامح وتتفق هذه النتيجة مع نتائج
دراسات كل من (Ross et al 2004) ، (Worthington: 2006) ،
(Mohammadpour & Balaghat : 2013) ، (Al-Sabeelah et al : 2014) ،
حيث اشارت نتائج هذه الدراسات الى وجود علاقة بين التسامح
والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، ويرى الباحث قوة نموذج
العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في التنبؤ بالنزعة للتسامح ، مما
يدلل ان النزعة للتسامح يمكن ان تكون نزعة او سمة شخصية لدى
الفرد ، ويفسر الباحث هذه النتائج في ضوء السمات التي يستوعبها
كل عامل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، والتي تتمثل في
ان الفرد المنبسط يتميز بالدفء والمودة ، والاجتماعية وتوكيد الذات
، والبحث عن الاثارة والانفعالات الايجابية ، بينما تشمل المقبولية
الثقة والاستقامة ، والايثار والقبول والتواضع ، واعتدال الراي ،
ويشمل الانفتاح على الخبرة الخيال ، والاستقلالية في الحكم ، والقيم
، والمشاعر والافكار ، ويشمل يقظة الضمير الاقتدار والكفاءة ،
والتاني وضبط الذات ، والايثار والتسامح والتعاطف والتعاون
والتواضع والدقة والرحمة والصدق ، وكلها صفات ايجابية تساعد
الفرد في بناء علاقات ايجابية مع ذاته ومع الاخرين ، وتساعد في
استبدال الانفعالات السالبة بانفعالات ايجابية لذلك نجد ان هذه
العوامل قد اسهمت ايجابيا في التنبؤ بالتسامح ، وفي المقابل نجد
ان العصائية والتي تشمل القلق والعدائية والاكتئاب والاندفاعية وكلها
صفات سلبية تؤدي الى اضطراب العلاقات الاجتماعية وتقلل من

نزعة الفرد الى التسامح سواء مع ذاته او مع الافراد المحيطين به او مع المواقف او الاحداث التي يتعرض لها الفرد ، لذلك نجد ان العصابية ارتبطت سلبيا بنزعة الفرد للتسامح ، ومن ثم اسهمت سلبيا في التنبؤ بالتسامح

نتائج الفرض الرابع وينص على :

" يمكن التوصل الى نموذج بنائي يجمع بين المتغيرات التالية النزعة للتسامح ، واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية "

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل المسار Path Analysis ويوضح جدول (١٢) نتائج تحليل المسار بعد استبعاد التأثيرات غير الدالة احصائيا

جدول (١٢) نتائج تحليل المسار لمتغيرات استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية

| R2 | قيمة ت " | الخطا المعياري لتقدير التأثير | التاثير | المتغيرات المستقلة |
|-------|----------|-------------------------------|---------|------------------------|
| ٠.٦٨٧ | ٣.٢١٤ | ٠.١٢١ | ٠.١٤٥- | لوم الذات |
| | ٤.٤٥٦ | ٠.١٠١ | ٠.١٠٣- | لوم الاخرين |
| | ٣.٥٤١ | ٠.١٣٥ | ٠.٢٤٣- | الاجترار |
| | ٤.٣٥٢ | ٠.١٥٣ | ٠.٢٥٤ | اعادة التقييم الايجابي |
| | ٥.٢٦٧ | ٠.١٤٥ | ٠.٢٥٧ | التخطيط |
| | ٦.٥٦٤ | ٠.١٢٤ | ٠.٣٥٣- | العصابية |
| | ٦.٦٥١ | ٠.٢١٣ | ٠.٣٥٦ | الانبساطية |
| | ٥.٢٣٤ | ٠.١٢٤ | ٠.٣٢١ | الانفتاح على الخبرة |
| | ٥.٢٣١ | ٠.١٢١ | ٠.٢٥٦ | المقبولية |
| | ٤.٦٨٩ | ٠.١٤١ | ٠.٢٥٨ | يقظة الضمير |

ويتضح من جدول (١٢) ما يلي :

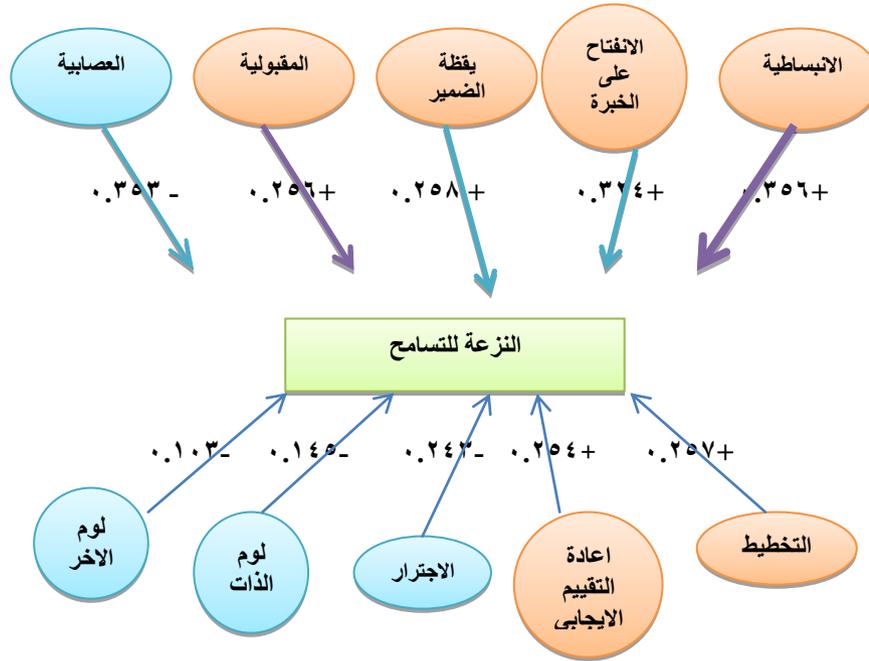
- وجود تاثير موجب و دال احصائيا عند ٠.٠١ على النزعة للتسامح ، وترتيب هذا التاثير على النحو التالي : الانبساطية

(٠.٣٥٦) ، الانفتاح على الخبرة (٠.٣٢١) ، وبقظة الضمير
 (٠.٢٥٨) ، والمقبولية (٠.٢٥٦) ، والتخطيط (٠.٢٥٧) ،
 واعادة التقييم الايجابي (٠.٢٥٤)
 - وجود تأثير سالب ودال احصائيا عند ٠.٠١ على النزعة للتسامح ،
 وترتيب هذا التأثير على النحو العصابية (-٠.٣٥٣) ، الاجترار
 (-٠.٢٤٣) ، و لوم الذات (٠.١٤٥) ، و لوم الاخرين (٠.١٠٣) ،
 ويمكن صياغة المعادلة البنائية على النحو التالي :

$$\begin{aligned} \text{النزعة للتسامح} &= ٢٢.١٢ + ٠.٣٥٦ X \text{ الانبساطية} + ٠.٣٢١ X \\ &X \text{ الانفتاح على الخبرة} + ٠.٢٥٨ X \text{ يقظة الضمير} + ٠.٢٥٦ X \\ &X \text{ المقبولية} + ٠.٢٥٧ X \text{ التخطيط} + ٠.٢٥٤ X \text{ اعادة التقييم} \\ &\text{الاجباري} - ٠.٣٥٣ X \text{ العصابية} - ٠.٢٤٣ X \text{ الاجترار} - \\ &٠.١٤٥ X \text{ لوم الذات} - ٠.١٠٣ X \text{ لوم الاخرين} \end{aligned}$$

كما بلغت قيمة معامل التحديد للمعادلة البنائية $R^2 = 0.687$ مما
 يشير الى ان المتغيرات المستقلة المتمثلة في الانبساطية ، والعصابية ،
 والانفتاح على الخبرة والمقبولية ، واعادة التقييم الايجابي ، ولوم الذات
 ولوم الاخرين تفسر ما يوازي 68.7 % من التباين الكلي في النزعة
 للتسامح مما يشير الى نجاح النموذج المقترح في تفسير العلاقات بين
 النزعة للتسامح وكل من استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل
 الخمسة الكبرى للشخصية ، ويوضح شكل (٢) التأثيرات للمتغيرات
 المستقلة (استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ، والعوامل الخمسة
 الكبرى للشخصية) على النزعة للتسامح ، وتتفق هذه النتائج مع نتائج
 المعادلات التنبؤية التي اكدت فوة متغيرات استراتيجيات التنظيم المعرفي
 الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية في التنبؤ بالنزعة للتسامح ،
 كما تؤكد ايضا المعادلة البنائية على قوة تأثير هذه المتغيرات والتي
 تاتي في مقدمتها متغيرات العوامل الخمسة الكبرى للشخصية متمثلة في

الانبساطية ثم الانفتاح على الخبرة ثم يقظة الضمير والمقبولية والتي تؤثر ايجابيا في النزعة للتسامح ويليها العصابية والذي يؤثر سلبيا في النزعة للتسامح ، ثم تأتي بعد ذلك تاثير متغيرات استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي متمثلة في التخطيط ثم اعادة التقييم الايجابي حيث يؤثران ايجابيا في النزعة للتسامح ويأتي الاجترار ثم لوم الذات ولوم الاخرين بتاثيرهم السلبي في النزعة للتسامح ، ويوضح شكل (٢) النموذج البنائي لمتغيرات الدراسة



شكل (٢) النموذج البنائي للعلاقات بين متغيرات الدراسة

مضامين تربوية

في ضوء ما توصلت اليه الدراسة الحالية من نتائج ، وفي ضوء تاصيل مفهوم التسامح من منظور علم النفس الذي يعد احد السمات الايجابية التي يجب ان تتوافر لدى الفرد لما له من تاثيرات ايجابية سواء على الفرد ذاته او المحيطين بالفرد ، توصي الدراسة الحالية بما يلي :

- تقديم البرامج الارشادية والتوجيهية للطلاب المعلمين لنشر ثقافة التسامح بين الافراد واكساب الطلاب النزعة للتسامح خاصة في تعاملهم مع طلابهم في المستقبل
- تدريب الطلاب المعلمين في مواقف تدريبيه على التسامح، وتقبل الآخر المختلف في الرأي وحب العفو والمسامحة، وعدم الكراهية للآخر حتى في حالات الاختلاف في الرأي والرؤى، والإساءة، وإبداء الرغبة في التسامح
- يراعى ان تتضمن البرامج والمقررات الدراسية بعض الموضوعات التي تعزز التسامح بين الافراد وتعلي من شأنه حتى ينعكس ذلك ايجابا مع سلوك الطلاب ونعمل على تقليل بعض السلوكيات غير المقبولة كالعدوان
- التدريب على مهارات التسامح لما لها من اهمية كبيرة في مواجهة الاحداث والانفعالات السلبية ، والقدرة على تنظيم الذات وتوظيف الامكانيات والقدرة على التخطيط لانجاز الاهداف
- تدريب الطلاب المعلمين على كيفية مواجهة الاحداث الحياتية الضاغطة والسلبية وكيفية مواجهتها بطرق او استراتيجيات ايجابية مثل استراتيجيات اعادة التقييم الايجابي ، والتخطيط ، وذلك من خلال عمل ورش عمل او ندوات للطلاب
- تهيئة المواقف التدريسية التي تتيح للطلاب ممارسة التسامح من خلال مواقف افتراضية يوضع فيها الطلاب

البحوث المستقبلية

نظرا لاهمية موضوع الدراسة الحالية ونظرا لتكثيف البحوث المتعلقة بالتسامح وعلاقته بمتغيرات اخرى لم تتناولها الدراسة الحالية ، فان الباحث يقترح القيام بالبحوث المستقبلية التالية

- تكرار الدراسة الحالية على عينات اخرى في مناطق مختلفة وذات خصائص مختلفة حتى يمكن الخروج بتصور نظري عن طبيعة التسامح في المجتمع المصري
- اجراء دراسات تجريبية تتعلق بعمل برامج لتنمية التسامح لدى عينات من الطلاب في مراحل تعليمية مختلفة
- اجراء دراسات تتناول فعالية برامج تدريبية قائمة على التسامح في اختزال سلوك العنف لدى الطلاب
- اجراء دراسات تتناول العلاقة بين التسامح وتقدير الذات والرفاهة النفسية والقلق
- اجراء دراسات للكشف عن البنية العاملية للتسامح في ضوء مقاييس الشخصية المختلفة

المصادر والمراجع

٠. السيد الشربيني منصور (٢٠٠٩): العفو وعلاقته بكل من الرضا عن الحياة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية والغضب، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ٣، ٢ : ٢٩-١٠١
١. بدر محمد الانصاري (١٩٩٧) : مدى كفاءة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في المجتمع الكويتي ، مجلة دراسات نفسية ، ٢ ، ٧ : ٢٧٧-٣١٠
٢. بدر محمد الانصاري (٢٠٠٢) : المرجع في مقاييس الشخصية - تقنين على المجتمع الكويتي ، القاهرة ، دار الكتاب الحديث
٣. بدر فلاح الحربي (٢٠١٤) : التسامح وعلاقته بالهناء الذاتي لدى مراجعي المراكز الصحية التابعة لمنطقة حائل . ماجستير غير منشورة كلية التربية - جامعة ام القرى - المملكة العربية السعودية
٤. تحية محمد احمد عبد العال ، مصطفى على رمضان مظلوم (٢٠١٣) : الاستمتاع بالحياة في علاقته ببعض متغيرات الشخصية الايجابية (دراسة في علم النفس الايجابي) . مجلة كلية التربية - جامعة بنها ، ٩٣ ، ٢ : ٧٨-١٦٤
٥. عبير محمد أنور، فاتن صلاح عبدالصادق (٢٠١٠): دور التسامح والتفائل في التنبؤ بنوعية الحياة لدى عينة من الطلاب الجامعيين في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، مجلة دراسات عربية في علم النفس، ٩، ٣ : ٤٩١-٥٧١
٦. محمد اسماعيل سيد حميدة (٢٠١٣) : الهناء الذاتي وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية لدى طلاب الجامعة . المجلة المصرية للدراسات النفسية - الجمعية المصرية للدراسات النفسية ٢٢، ٧٩، : ٢٥٥-٣٣١ .

7. Al-Sabeelah ,A, Alraggad,F & Abu Ameerh,O(2014) : The Relationship between Forgiveness and Personality Traits, Mental Health among Sample Jordanian University Students. **International Journal of Education and Research,2,9 : 217-228.**
8. Azadi ,S , Habibollahi ,S & Eisazadeh ,J (2015) : An Investigation into the Relationship between Attachment to God and Different Kinds of Forgiveness among Teenage Boys . **Journal of Applied Environmental and Biological Sciences .4,12S,71-75.**
9. Barber, L., Maltby, J., & Macaskill, A. (2005): **Angry Memories and Thoughts of Revenge The Relationship between Forgiveness and Anger Rumination.** Personality and Individual Differences, 39: 253–262.
10. Barnes ,C , Carvallo ,M & Brown ,R (2010) : **Forgiveness and the Need to Belong .** Personality and Social Psychology Bulletin 36,9 : 1148-1160
11. Berry, J., Worthington, E., Parrott, L., O'Connor, L.. & Wade, N(2001) : **Dispositional Forgivingness: Development and Construct Validity of the Transgression Narrative Test of Forgivingness (TNTF).** Personality and Social Psychology Bulletin, 27: 1277-1290
12. Bono, G., McCullough, M., & Root, L.. (2008). **Forgiveness, Feeling Connected to Others, and Well-being: Two Longitudinal Studies.** Personality and Social Psychology Bulletin,34: 182-195
13. Brown, R.P., & Phillips, A. (2005). **Letting Bygones be Bygones: Further Evidence for the Validity of the Tendency to Forgive Scale.** Personality and Individual Differences, 38 : 627-638.

14. Brown, R.: (2003). **Measuring Individual Differences in the Tendency to Forgive: Construct Validity and Links with Depression.** Personality and Social Psychology Bulletin, 29: 759-771
15. Burnette, J., Taylor, K. Worthington, E.. ; Forsyth, D.. (2007): **Attachment and Trait Forgiveness: The Mediating Role of Angry Rumination,** Personality and Individual Differences ,42: 1585-1596
16. -Butt ,M , Sanam ,F & Gulzar,S (2013) : Cognitive Emotional Regulation and Forgiveness. **Journal of Contemporary Research in Business,4,12:769-792.**
17. -Çardak .M (2013) : **The Relationship between Forgiveness and Humility: A Case Study for University Students.** Educational Research and Reviews ,8,8:425-430
18. -Hall, J & Fincham, F.: (2005). Self-Forgiveness: The Stepchild of Forgiveness Research. **Journal of Social and Clinical Psychology, 24: 621–637.**
19. -Enright, R, Santos, M., & Al-Mabuk, R. (1989).: The Adolescent as Forgiver . **Journal of Adolescence, 12, 95-110**
20. Enright, R. (2001): **Forgiveness is a Choice: A Step-by-Step Process for Resolving Anger and Restoring Hope.** Washington, D.C.: APA Life Tools.
21. Entezar,R , Othman,N & Kosnin,A (2011) : Relation between Emotional Intelligence and Forgiveness with Marital Satisfaction **.International Journal of Fundamental Psychology & Social Sciences .1,2:21-25.**

22. Exline J., Baumeister, R., Bushman, B., & Campbell, W. (2004) : To Proud To let Go: Narcissistic Entitlement as a Barrier to Forgiveness. **Journal of Personality and Social Psychology, 87: 894-912.**
23. Fayombo, G. (2010): The Relationship between Personality Traits and Psychological Resilience Among the Caribbean Adolescents. **International Journal of Psychological Studies. 2,2: 105 – 116**
24. Fehr, R., Gelfand, M. & Nag, M. (2010): **The Road to Forgiveness: A Meta-Analytic Synthesis of Its Situational and Dispositional Correlates.** Psychological Bulletin, 136: 894-914.
25. Fincham, F., Paleari, G., & Regalia, C. (2002): **Forgiveness in Marriage: The Role of Relationship Quality, Attributions, and Empathy.** Personal Relationships, 9: 27-37
26. Garnefski, N & Kraaij, V (2006a) : **Cognitive Emotion Regulation Questionnaire – Development of a short 18-item version (CERQ-short)** . Personality and Individual Differences 41:1045-1053.
27. Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006b). **Relationships Between Cognitive Emotion Regulation Strategies and Depressive Symptoms . A comparative Study of Five Specific Samples.** Personality and Individual Differences, 40: 1659–1669
28. Garnefski, N & Kraaij, V (2007) : The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire . Psychometric Features and Prospective Relationships with Depression and Anxiety in Adults . **European Journal of Psychological Assessment; 23,3: 141–149**

29. Garnefski, N., van den Kommer, T., Kraaij, V., Teerds, J., Legerstee J., & Onstein, E. (2002):. The Relationship Between Cognitive Emotion Regulation Strategies and Emotional Problems. **European Journal of Personality ,16:403-420**
30. Garnefski, N , Rieffe ,C , Jellesma ,F (2007) : **Cognitive Emotion Regulation Strategies and Emotional Problems in 9–11-year-Old Children .** European Child & Adolescent Psychiatry. 16, 1:1-9
31. Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001): **Negative life Events, Cognitive Emotion Regulation and Depression.** Personality and Individual Differences, 30, 1311–1327
32. Green, J., & Davis, J. (2008): **Third- Party Forgiveness: Not Forgiving Your Close Other Betrayer.** Society for Personality and Social Psychology, 1-12
33. Hafnidar, L (2013) : The Relationship among Five Factor Model of Personality Spirituality, and Forgiveness . **International Journal of Social Science and Humanity, . 3, 2 :167-170**
34. Hui, E., Watkins, D., Wong, T, & Sun, R : (2006). **Religion and Forgiveness from a Hong Kong Chinese Perspective.** Pastoral Psychology, 55 : 183-195
35. Jermann, F., Van der Linden, M., d'Acremont, M., & Zermatten A. (2006): Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) : Confirmatory factor analysis and psychometric properties of the French translation, **European Journal of Psychological Assessment, 22, 126–131**
36. Manzi, J. & González, G. (2007): **Forgiveness and Reparation in Chile: The Role of Cognitive and Emotional Intergroup antecedents.** Peace and Conflict, 13,1: 71-91

37. Martin ,R & Dahlen ,E (2005) : **Cognitive Emotion Regulation in the Prediction of Depression, Anxiety, Stress, and Anger** . Personality and Individual Differences 39: 1249–1260
38. Maltby, J., Macaskill, A., & Day, L. (2001): **Failure to Forgive Self and Others: A replication and Extension of the Relationship between Forgiveness, Personality Social Desirability and General Health.** Personality and Individual Differences ,30::881-885
- 39.--Maltby,J , Macaskill ,A & Gillett ,R (2007) : The Cognitive Nature of Forgiveness: Using Cognitive Strategies of Primary Appraisal and Coping to Describe the Process of Forgiving . **Journal of Clinical Psychology ,63,3 : 555–566**
40. McCullough, M., Worthington, E. & Rachal, K. (1997): Interpersonal Forgiving in Close Relationships. **Journal of Personality and Social Psychology, 73: 321-336**
41. McCrae , R & Costa , P (1998) : Cross – Cultural Assessment of the Five – Factor Model : The Revised NEO Personality Inventory , **Journal of Cross- Cultural Psychology ,29 ,1 : 171-188**
42. McCullough, M., Bellah, C., Kilpatrick, S., & Johnson, J (2001). **Vengefulness Relationships with Forgiveness, Rumination, Well-being, and the Big Five.** Personality and Social Psychology Bulletin, 27, 601-610
43. Mc Cullough, M.; Bono, G.; Root, L..(2007): Rumination, Emotion , and Forgiveness: Three longitudinal Studies, **Journal of Personality and Social Psychology,92,3: 490-505**
44. Miller, A. ,Worthington, E., & McDaniel, M.: (2008). Gender and Forgiveness: A meta-analytic Review and Research Agenda. **Journal of Social & Clinical Psychology, 27: 843-876**

45. Mohammadpour ,R & Balaghat ,S (2013) : The Study of Relationship between Teachers' Personal Characteristics and Their Forgiveness . **European Journal of Humanities and Social Sciences. 22.,1: 1160- 1173**
46. Mullet ,E ,Sastre ,M & Neto,F (2003) : Forgiveness and Satisfaction with Life . **Journal of Happiness Studies ,4 :323-335**
47. Nelis ,D & Hansenne ,M (2011) : **Measuring Individual Differences In Emotion Regulation : The Emotion Regulation Profile- Revised (ERP-R)** . Psychologica Belgic ,51.1 : 49-91
48. Neto, F, & Mullet, E. (2004). Personality, Self-esteem, and Self-construal as Correlates of Forgiveness. **European Journal of Personality, 18: 15-30**
49. Loraine ,P (2010) : **External and Internal Factors Predicting Decisional and Emotional Forgiveness among Chinese adolescents and college students** . Personality and Individual Differences ,27,2:1152-1205.
50. -Kamat, V., Jones, W., & Row, K. (2006): **Assessing Forgiveness as a Dimension of Personality**. Individual. Differences Research. 4 ,5: 322-330
51. -Kashdan, T., & Fincham, F.. (2002): **Elaborating the Nomological Network of Forgiveness**. Unpublished Manuscript, University at Buffalo, State University of New York
52. Orathinkal J, Vansteenwegen A (2006): **The Effect of Forgiveness on Marital Satisfaction in Relation to Marital Stability** . Contemporary Family Therapy,28,2 251-260

53. Orth ,U , Berking.M & Walker ,N (2008) : Forgiveness and Psychological Adjustment Following Interpersonal Transgressions A longitudinal analysis. **Journal of Research in Personality 42: 365–385**
54. Pena,L & Pacheco , N (2012) : **Physical-Verbal Aggression and Depression in Adolescents: The Role of Cognitive Emotion Regulation Strategies** . Universities Psychologica ,11,4 : 1245-1254.
55. Ranganadhan,A & Todorov ,N (2010) : Personality and Self –Forgiveness :The Role of Shame , Guilt ,Empathy and Conciliatory Behavior. **Journal of Social and Clinical Psychology, . 29,. 1: 1 -22**
56. Ross, S., Kendall A. & Matters, K: (2004). A Personological Examination of Self and Other Forgiveness in the Five Factor Model. **Journal of Personality Assessment, 82(2), 207-210**
57. Rye ,M & Pargament ,K (2002) : Forgiveness and Romantic Relationships in College : Can it Heal the Wounded Heart ? .**Journal of Clinical Psychology ,58 : 419-441.**
58. Seligman, M. (2002). **Positive Psychology, Positive Prevention and Positive Therapy**. New York: Oxford University Pres
59. Snyder, C., & Lopez, S.. (2002: **Hand book of Positive Psychology**. New York: Oxford University Press .
60. Strelan, P., & Covic, T. (2006). A Review of Forgiveness Process Models and a Coping Framework to Guide Future Research . . **Journal of Social & Clinical Psychology, 25,10 : 1059-1085**
61. Steinberg, L. & Morris, A. (2003): **Adolescents Emotion Regulation in Daily Life: Links to Depressive Symptoms and Problem Behavior**. Child Development, 74,6: 1869-1880

- 62.-Sutton ,G (2014) : Psychology of Forgiveness: An Overview of Recent Research Linking Psychological Science and Christian Spirituality. **Journal for Pentecostal Ministry , 11 : 1-9.**
- 63.Tangney ,J (2005): **Forgiving the Self: Conceptual is Use and Empirical Findings "** Ed. Handbook of Forgiveness , .143-158, George Mason University
- 64.Thompson, L., Snyder, C., Hoffman, L.& Michael, S(2005) : Dispositional Forgiveness of Self, Others, and Situations. **Journal of Personality, 73: 313–360.**
- 65.Thompson, L., Snyder, C., Hoffman, L., Michael, S., Rasmussen, H., Billings, L., Heinze, L Neufeld, J., Shorey, H., Roberts, J. & Roberts, D.. (2005): Dispositional Forgiveness of Self, Others, and Situations. **Journal of Personality, 73: 313-359**
- 66.-Thoresen, C., Harris, A., & Luskin, F. (2000). **In M.E. McCullough, K.I. Pargament, and C.E. Thoresen (Eds) Forgiveness: Theory, Research, and Practice (. 254-280).** New York: Guilford Press
- 67.Toussaint, L., & Webb, J. (2007): **Theoretical and Empirical Connections between Forgiveness Mental Health and Well-being.** In E. L. Worthington (Ed.), Handbook of forgiveness : 349-362, New York: Routledge
- 68.Trainer, M (1981): **Forgiveness: Intrinsic, Role-expected, Expedient in the Context of Divorce.** Boston: Boston University
- 69.-Wadlinger, H.. & Isaacowitz, D: . (2011). **Fixing our Focus: Training Attention to Regulate Emotion.** Personality and Social Psychology Review, 15: 75-102
- 70.Walker, D. & Gorsuch, R: (2002). **Forgiveness within the Big Five Personality Model .** Personality and Individual Differences, 32 : , 1127-1138

- 71.-Wohi,M . Pychyl,T & . Bennett,S (2010) : **I Forgive Myself, Now I Can Study: How self-Forgiveness for Procrastinating Can Reduce Future Procrastination** . Personality and Individual Differences 48: 803–808
- 72.Worthington, E., Scherer, M., Hook, J.&Davis, D (2007) :. **Adapting a Secular Forgiveness Intervention to Include Religion and Spirituality.** Counseling and Spirituality, 26, 171-186
- 73.Worthington ,E &, Scherer, M (2004) : **Forgiveness is an Emotional -Focused Coping Strategy that can Reduce Health ,Risks and Promote Health Resilience Theory ,Review and Hypotheses** . Psychology and Health ,19,3 : 385-405
- 74.Worthington, E.. (2006): **Forgiveness and Reconciliation: Theory and Application.** New York: Brunner-Rutledge .
- 75.Worthington, E. Sandage, S., & Berry, J. (2000): **Group interventions to Promote Forgiveness: What Researchers and Clinicians Ought to Know.** In M.E . McCullough, K.I Pargament, & C.E. Thoresen (Eds.), Forgiveness: Theory, Research, and Practice (228-253) New York, NY: Guilford

مقياس النزعة التسامح Heartland Forgiveness Scale

اعداد (Thompson et al:2005)

ترجمة واعداد

د/ عادل محمود المنشاوي

استاذ علم النفس التربوي المساعد

كلية التربية / جامعة دمنهور

بيانات اولية :

الاسم (اختياري) : العمر :

عزيزي الطالب / الطالبة :

في سياق حياتنا قد تحدث اشياء سلبية بسبب افعالنا او تصرفات الاخرين ، او بسبب ظروف خارجة عن ارادتنا ، وفي بعض الاوقات قد يكون لدينا افكار سلبية او مشاعر حول انفسنا او الاخرين او المواقف ، فكر تماما كيفية الاستجابة لهذه الاحداث السلبية من خلال قراءتك للعبارات التالية وضع علامة (X) تحت الرقم الذي يعبر عن تصرفك بكل صدق ولا توجد اجابة صحيحة واجابة خاطئة

| ٧ | ٦ | ٥ | ٤ | ٣ | ٢ | ١ |
|---------------------------|------------------------|--------------------------------|--------------|--------------------------------|------------------------|---------------------------|
| صحيحة تماما بالنسبة لي | صحيحة بالنسبة لي | صحيحة في كثير من الاحيان | غير متأكد | خاطئة في كثير من الاحيان | خاطئة بالنسبة لي | خاطئة تماما بالنسبة لي |

وشكرا لتعاونكم معنا

الباحث

مقياس النزعة للتسامح

| ٧ | ٦ | ٥ | ٤ | ٣ | ٢ | ١ | المفردات |
|---|---|---|---|---|---|---|--|
| | | | | | | | ١- على الرغم من شعوري بالضيق في البداية عندما اكون في ورطة ، لكن مع مرور الوقت استطيت ان اعطي لنفسى بعض المبررات |
| | | | | | | | ٢- احمل ضغائن ضد نفسى لاعمال سلبية فعلتها |
| | | | | | | | ٣- يساعدينى التعلم من الاعمال السلبية التي فعلتها |
| | | | | | | | ٤- من الصعب حقا بالنسبة لى ان اقبل نفسى مرة واحدة حين اقوم بعمل فاسد |
| | | | | | | | ٥- مع مرور الوقت ، استطيت ان افهم الاخطاء التي ارتكبتها ضد نفسى |
| | | | | | | | ٦- لا اتوقف عن نقد ذاتى لاعمال سلبية فعلتها او قلتها او شعرت بها |
| | | | | | | | ٧- استمر في معاقبة الشخص الذي عمل عملا اعتقد انه خطأ |
| | | | | | | | ٨- مع مرور الوقت افهم اخطاء الاخرين التي ارتكبوها |
| | | | | | | | ٩- استمر في ان اكون صعبا مع الافراد الذين اذوني |
| | | | | | | | ١٠- على الرغم من اساءة الاخرين لى في الماضى الا اننى انظر لهم الان كافراد طبيين |
| | | | | | | | ١١- اذا كان الاخرين يسيئون معاملتى ، فانا اعتقد انهم سيئون |
| | | | | | | | ١٢- عندما يشعرني احد الاشخاص بالحزن يمكنني التحرك اليه |
| | | | | | | | ١٣- عندما تسوء الامور لاسباب لايمكن التحكم فيها ، اتمسك بالافكار السلبية حولها |
| | | | | | | | ١٤- مع مرور الوقت استطيت فهم الظروف السيئة في حياتى |
| | | | | | | | ١٥- اذا شعرت بخيبة امل بسبب ظروف لا يمكن السيطرة عليها في حياتى استمر في التفكير سلبا نحوها |
| | | | | | | | ١٦- افضل صناعة السلام مع الاحداث السيئة في حياتى |
| | | | | | | | ١٧- من الصعب حقا بالنسبة لى قبول المواقف السلبية التي ليست خطأ ل احد |
| | | | | | | | ١٨- اخيرا اسمحو لى ان اذهب من الافكار السلبية حول الظروف السيئة التي هي خارجة عن اى شخص |

مقياس استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي
Cognitive Emotion Regulation Questionnaire
اعداد (Garnefski, Kraaij, & Spinhoven, 2006)

ترجمة د/ عادل محمود المنشاوي
استاذ علم النفس التربوي المساعد
كلية التربية / جامعة دمنهور

بيانات اولية :

الاسم (اختياري) : الجنس : (ذكر / انثى)

العمر :

عزيزي الطالب / الطالبة :

لديك مجموعة من العبارات التي تصف اسلوبك عندما تتعرض لبعض
الاحداث والانفعالات السلبية في الحياة ، اقرا هذه العبارات بدقة واختار
درجة انطباقها عليك كما يلي :

| ٥ | ٤ | ٣ | ٢ | ١ |
|-------------|-------|-----------|----------|----------------|
| تتطبق تماما | تتطبق | غير متأكد | لا تتطبق | لا تتطبق تماما |

واعلم انه لا توجد اجابة صحيحة واجابة خاطئة ، ولا تترك عبارة دون
الاجابة عليها

وشكرا لتعاونكم معنا

الباحث

مقياس استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي

| المفردات | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ |
|---|---|---|---|---|---|
| لوم الذات Self-blame | | | | | |
| ١- اشعر بانني من اللوم نفسي كثيرا | | | | | |
| ٢- اشعر بانني مسؤول عما يحدث لي | | | | | |
| ٣- افكر في الاخطاء التي ارتكبتها | | | | | |
| ٤- اعتقد بان السبب الاساسي في المشكلات التي تحدثت لي يكمن في ذاتي | | | | | |
| القبول Acceptance | | | | | |
| ١- اعتقد انني اقبل بما يحدث لي | | | | | |
| ٢- اعتقد انني اقبل بالمواقف التي اتعرض لها | | | | | |
| ٣- اعتقد بانه لا يمكنني تغيير اي شيء | | | | | |
| ٤- اعتقد انني يجب ان اتعلم كي اواجه الاحداث | | | | | |
| الاجترار Focus on thought/rumination | | | | | |
| ١- غالبا ما افكر في داخلي حول ما حدث لي من احداث في الحياة | | | | | |
| ٢- انا مشغول بما افكر به واشعر بما امتلكه من احداث | | | | | |
| ٣- احاول ان افهم سبب تركيز تفكيري في الاحداث التي مرت بي | | | | | |
| ٤- استرجع الانفعالات التي مرت بي في مواقف سابقة | | | | | |
| اعادة التركيز الايجابي Positive refocusing | | | | | |
| ١- اعتقد انه من الاشياء الجميلة ، ما لدي من احداث | | | | | |
| ٢- افكر في الاشياء الممتعة التي ليس لها علاقة بي | | | | | |
| ٣- افكر في الاشياء الجميلة بدلا مما الاحداث السلبية | | | | | |
| ٤- افكر في الخبرات الممتعة | | | | | |
| اعادة التركيز على التخطيط Refocus on planning | | | | | |
| ١- افكر في ما يمكنني ان اقوم به بطريقة افضل | | | | | |
| ٢- افكر كيف يمكنني التعامل مع المواقف بشكل افضل | | | | | |
| ٣- افكر في كيفية تغيير المواقف | | | | | |
| ٤- افكر في خطة لما يمكنني القيام به بطريقة افضل | | | | | |
| اعادة التقييم الايجابي Positive reappraisal | | | | | |
| ١- اعتقد انه بامكاني ان اتعلم من المواقف | | | | | |
| ٢- اعتقد انه بامكاني ان اصبح اقوى شخص نتيجة ما حدث لي | | | | | |
| ٣- اعتقد ان المواقف التي امر بها بها جوانب ايجابية | | | | | |
| ٤- انظر الى الجوانب الايجابية في الموضوعات | | | | | |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|
| | | | | | التقليل من الاحداث Putting into perspective |
| | | | | | ١- اعتقد ان كل شيء كان يمكن ان يكون اسوا بكثير |
| | | | | | ٢- اعتقد ان الافراد تتعلم من خلال التجارب السيئة |
| | | | | | ٣- اعتقد بانني لست سينا مقارنة بالآخرين |
| | | | | | ٤- اقول لنفسى بان هناك اشياء سيئة في الحياة |
| | | | | | الفرع او الكارثية Catastrophizing |
| | | | | | ١- كثيرا ما اعتقد بان ما مررت به اسوا مما مر به الآخرون |
| | | | | | ٢- افكر كثيرا في الاحداث الرهيبة التي مرت علي |
| | | | | | ٣- اعتقد ان ما حدث لي من خبرات سيئة لم يحدث لشخص اخر |
| | | | | | ٤- افكر باستمرار في كيفية حدوث الاحداث السيئة |
| | | | | | لوم الآخرين Other-blame |
| | | | | | ١- اعتقد ان الآخرين يلوموني |
| | | | | | ٢- اعتقد ان الآخرين مسؤولين عما يحدث |
| | | | | | ٣- افكر في اخطاء الآخرين التي ارتكبوها في الموضوعات |
| | | | | | ٤- اشعر انه في الاساس الآخرين هم السبب في المشكلة |

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة الى الكشف عن الاسهام النسبي لمتغيرات استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي (لوم الذات ، ولوم الاخرين ، والاجترار ، واعادة التقييم الايجابي ، والفرع ، والتقليل من الاحداث ، والقبول والتخطيط) ومتغيرات العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (العصابية ، والانبساطية ، والمقبولية ، والانفتاح على الخبرة وبقظة الضمير) في التنبؤ بالنزعة للتسامح ، وكذا التوصل الى نموذج بنائي يوضح علاقات التأثير بين متغيرات الدراسة الحالية وتكونت العينة من ٤١٠ طالبا وطالبة من طلاب الفرقة الرابعة عام بكلية التربية / جامعة دمنهور واعتمدت الدراسة على الادوات التالية :

- مقياس هارتيلاند للتسامح Heartland Forgiveness Scale اعداد (Thompson et al :2005) ترجمة واعداد الباحث
- مقياس استراتيجيات التنظيم الذاتي الانفعالي : Cognitive Emotion Regulation Quataisnare (CERQ) اعداد (Garnefski, & Kraai 2001) ترجمة واعداد الباحث
- مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية اعداد كل من Costa & McCrae:1992 (ترجمة بدر الانصاري : ١٩٩٧)
- ومن اهم النتائج التي توصلت اليها الدراسة ما يلي :
- عدم وجود فروق بين الجنسين في النزعة للتسامح
- تسهم متغيرات استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ، ومتغيرات العوامل الخمسة الكبرى للشخصية على تفسير ما يوازي ٥٧.١% من التباين الكلي في التسامح مع الذات ، وفي تفسير ما يوازي ٦٧.٨% من التباين الكلي في التسامح مع الاخر ، وفي تفسير ما يوازي ٦٣.٦% من التباين الكلي في التسامح مع المواقف وفي تفسير ٦٨.٩% من التباين الكلي في النزعة للتسامح ككل مما يدل على

نجاح هذه المتغيرات في التنبؤ بالنزعة للتسامح ، كما توصلت
الدراسة الى نموذج بنائي يوضح علاقات التاثير بين متغيرات الدراسة

**الكلمات المفتاحية : النزعة للتسامح - استراتيجيات التنظيم المعرفي
الانفعالي - العوامل الخمسة الكبرى للشخصية**