

الخصائص السيكومترية لمقياس الشعور بالتفاؤل لدى عينة من المصابين بالتهاب الكبد الفيروسي "سى"

إعداد

أ. ندى الوليد كمال السعيد

باحثة ماجستير قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي

كلية التربية - جامعة عين شمس

أ.م.د./إيمان لطفي إبراهيم

د/نورا محمد عرفة

أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي المساعد مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي

كلية التربية - جامعة عين شمس كلية التربية - جامعة عين شمس

مستخلص :

يهدف هذا البحث إلى إعداد مقياس الشعور بالتفاؤل لدى عينة من المصابين بالتهاب الكبد الفيروسي "سى"، وقد تم إعداده بواسطة الباحثة ، وقد طبق مقياس الشعور بالتفاؤل على عينة قوامها (١٥٠) مصابًا بالتهاب الكبد الفيروسي "سى" تم جمعهم من ٤ مستشفيات تابعة للجنة القومية لمكافحة الفيروسات الكبدية؛ (٦٩) مصاب من المعهد القومي لأبحاث الأمراض المتوطنة والكبد تحت إشراف د/أمين محمد عبد الباقي؛(٤١) مصاب من مستشفى جامعة عين شمس (الدمرداش) تحت إشراف د/ مروة أحمد محمد محمد صقر؛(٢٧) مصاب من مستشفى المطرية التعليمية تحت إشراف د/السعيد السعيد محمد شعبان،(١٣) مصاب من مستشفى القصر العيني تحت إشراف د/ محمد إبراهيم نجم، وتكون المقياس(٤٤) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد هم : (التوجه الإيجابي نحو المستقبل، الرضا عن الحياة، القدرة على تحقيق الأهداف)، وقد تم التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الشعور بالتفاؤل باستخدام التحليل العاملي التوكيدي للتحقق من صدق المقياس ، واستخدام طريقة ألفا - كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية للتحقق من ثبات المقياس، وقد أسفرت النتائج أنه على درجة جيدة من الصدق والثبات والقابلية للتطبيق على العينة المعنية بالبحث.

مقدمة:

لقد تزايد الاهتمام في السنوات الأخيرة بدراسة الجوانب الإيجابية في الشخصية من عادات وسمات وخبرات إيجابية وذلك نتيجة ظهور اتجاه جديد منذ تسعينيات القرن الماضي على يد مارتن سليجمان يعرف بعلم النفس الإيجابي، وهو علم يهتم بالدراسة العلمية لفضائل ومكامن القوى في النفس البشرية والمهارات الإيجابية (الزهراء مصطفى، ٢٠١٩: ٣٧١).

ويعد التفاوض مفهوماً أساسياً في علم النفس الإيجابي، يلعب دوراً حيوياً ومهماً في حياتنا النفسية وفي سلوكياتنا وفي تفكيرنا وفي علاقاتنا بالآخرين، فالتفاوض يجلب العديد من الفوائد للأفراد مثل تحسين الصحة الجسدية، وتعزيز السعادة والنجاح كما أنه يرتبط ارتباطاً وثيقاً وإيجابياً بالمؤشرات الإيجابية للصحة النفسية (chen,et al.,2019:2).

ويعتبر التفاوض من الصفات الرئيسية لدى أي شخص ناجح لما له من دور مهم في الارتقاء بحياته وتحقيق رفاهيته وسعادته ورضاه عن عمله، فالتفاوض يعد حجر الزاوية الذي يُمكن الأفراد من رسم أهدافهم والتغلب على الصعاب التي تعترض حياتهم، فالفرد الذي يتسم بالسلوك التفاوضي يمتلك وسائل للتعامل مع المواقف الضاغطة والأزمات ويكون أقل عرضة للتعب البدني والاضطرابات النفسية (زينب كريم حميد، على حسين مظلوم، ٢٠١٩: ٥).

وتشير العديد من الدراسات مثل دراسة (أحمد محمد عبد الخالق، ٢٠٠٠؛ Charyton,et al.,2009؛ Kelloniemi,et al.,2005؛ Heinonen,et al.,2005؛ عوض يوسف محيسن، ٢٠١٢) إلى أن التفاوض يقلل من خطر التعرض للمشاكل الصحية وإلى إنعاش أسرع بعد الأحداث المهمة كالموت أو المرض، وأن المتقائلين أقل قلقاً وأكثر قدرة على تحمل الشدائد وأكثر ثقة وقدرة على اتخاذ القرار.

يؤكد (Mahasneh,et al (2013) وجود علاقة عكسية بين التفاوض والاضطرابات الجسمية والنفسية. بمعنى أن التفاوض يقود الإنسان إلى حياة أفضل وإلى تفسير مرغوب لأحداثها؛ ويدعم الصحة الجسدية الجيدة، وفي الوقت نفسه تؤدي الصحة الجسدية الجيدة إلى توقع أفضل في الحياة مما يعني وجود تفاعل بين الصحة والتفاوض.

ويؤكد (Moyano,2013:27) أن الأفراد المتقائلون يميلون عادة إلى الثقة والمتابعة حتى عند مواجهة الشدائد والتحديات ويتخذون خطوات سريعة للتعامل مع المخاطر وتجنبها، وبذل

الخصائص السيكومترية لقياس الشعور بالتناول

قصارى الجهد لتحقيق الأهداف، وأنهم يتوقعون نتائج جديدة لكنهم يدركون أن تحقيقها يعتمد على جهودهم في متابعتها.

أولاً: مشكلة الدراسة:

تكمن مشكلة الدراسة في تناولها للمصابين بالتهاب الكبد الفيروسي "سي"، ويعتبر التهاب الكبد الفيروسي "سي" المشكلة الصحية الأولى في العالم حيث أعلنت منظمة الصحة العالمية في ٢٨ يوليو ٢٠١٦ - يوم الاحتفال بالتهاب الكبد الفيروسي "سي" - أن إقليم الشرق المتوسط يشهد نحو ٤٠٠ ألف إصابة جديدة بذلك الفيروس ويصل نسبة المتعاشين به حوالي ١٦ مليون شخص؛ ويعتبر من أخطر الفيروسات التي تسبب للكبد مضاعفات خطيرة قد تصل إلي تليف أو تشمع أو سرطان في الحالات المتقدمة، ويعاني المصابون بهذا الفيروس الكثير من الأمراض النفسية كالإكتئاب بما يتضمنه من شعور بالتشاؤم والقلق والإحباط والتوتر وبالتالي تكوين مفهوم ذات سلبي نتيجة اكتشاف المرض بعد أن يكون الكبد قد أصيب بإضطرابات عديدة تؤدي إلي فشله في تأدية وظائفه.

وفقاً لتقارير المنظمة فإن (٨٠%) من المرضى المصابين بالفيروس يتطور لديهم التهاب الكبد الحاد إلى المزمن، ويعتبر هو السبب الرئيسي للوفاة من أمراض الكبد في جميع أنحاء العالم، وهو سبب ٢٥% من جميع سرطانات الكبد؛ وهو السبب لحوالي ٣٠% من جميع عمليات زراعة الكبد في البلدان المتقدمة (Thursz&Fontant,2014:28).

ويؤثر فيروس "سي" على بعض الأعضاء خارج الكبد خاصة الكلى (فيؤدي إلى حدوث التهاب الكبيبات الكلوي)، والبنكرياس (فيؤدي إلى ارتفاع مستوى السكر في الدم وخاصة النوع الثاني من مرض السكر غير المعتمد على الأنسولين) أو يحدث خلل في جهاز المناعة (فيحدث زيادة في نسبة بروتين الجلوبيولين المناعي المختلط)، أو في وظيفة الغدة الدرقية (فيسبب الخمول أو النشاط)، وقد يتأثر الجلد (فيحدث مرض الحمامي العقدي أو الحمامي متعدد الأشكال والأرتيكاريا والبروفيريا)، وقد يصيب الأوعية الدموية (فيحدث التهاب الشرايين المتعددة) (عصام عزوز، ٢٠١٦: ١٠٦-١٠٧).

تعتبر مصر أكثر دول العالم من حيث معدلات الإصابة وينتشر لديها النمط الجيني الرابع، ويعزو سبب ارتفاع العدوى في مصر إلى إعادة استخدام السرنجات لأكثر من مريض في فترة التطعيم بحقن الطرطر لمرضى البلهارسيا في فترة الستينيات والسبعينيات من القرن

أ. ندى الوليد كمال السعيد

الماضي وذلك قبل توفر الحقن البلاستيكية المعدة للاستخدام مرة واحدة (Thursz&Fontant,2014:29).

لذا؛ ترى الباحثة أن الشعور بالتفاؤل من أهم العوامل التي تساعد مريض التهاب الكبد الفيروسي "سي" على النظر إلى الحياة والذات بطريقة إيجابية واستغلال الفرص والإمكانيات المتاحة لتحقيق أهدافه، كما تساعده على التوجه المستقبلي الإيجابي، والرضا عن نفسه وحياته مما ينعكس على صحته النفسية والجسدية.

وتمثل مشكلة البحث في قلة الأدوات النفسية التي تقيس أو تتنبأ بالشعور بالتفاؤل لدى عينة من المصابين بالتهاب الكبد الفيروسي "سي"، لذا؛ حاولت الباحثة في الدراسة إعداد أداة لقياس الشعور بالتفاؤل لدى المصابين بالتهاب الكبد الفيروسي "سي" تتمتع بالكفاءة السيكمترية من الصدق والثبات.

تحدد مشكلة البحث الحالي في دراسة الخصائص السيكمترية لمقياس الشعور بالتفاؤل لدى عينة من المصابين بالتهاب الكبد الفيروسي "سي" من خلال الإجابة عن التساؤلات الآتية:

- ١- هل يتشبع مقياس الشعور بالتفاؤل على عدد من العوامل؟
- ٢- هل يتوفر لمقياس الشعور بالتفاؤل درجة من الصدق؟
- ٣- هل يتوفر لمقياس الشعور بالتفاؤل درجة من الثبات؟

ثانياً: أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى إعداد مقياس الشعور بالتفاؤل لدى المصابين بالتهاب الكبد الفيروسي "سي" والتعرف على عدد الأبعاد والعوامل التي تتشعب عليها عبارات المقياس، والتعرف على الخصائص السيكمترية له من صدق وثبات باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة.

ثالثاً: أهمية البحث:

يمكن إيجاز أهمية البحث الحالي في جانبي هما:

١- الأهمية النظرية:

أ- تتطرق إلى موضوع لم يلق الكثير من الاهتمام من قبل الباحثين وهو الشعور بالتفاؤل لدى المصابين بالتهاب الكبد الفيروسي "سي".

الخصائص السيكومترية لقياس الشعور بالتفاؤل

ب- تزويد المكتبة العربية بمعلومات نظرية حول الشعور بالتفاؤل وتأثيره على مختلف جوانب حياة الفرد لما للتفاؤل من أثر كبير في سلوك الفرد وحالته النفسية وخاصة في ظل وجود مرض مزمن.

٢- الأهمية التطبيقية:

أ- أداه مقننة لقياس الشعور بالتفاؤل تتخذ من البيئة المصرية والعربية منطلقاً لها، يمكن الوثوق بها وملاءمتها من الناحية السيكومترية لطبيعة وخصائص العينة في المجتمع المصري.

ب- الكشف عن أبعاد وعوامل مقياس الشعور بالتفاؤل لدى المصابين بالتهاب الكبد الفيروسي "سي".

ج- إمكانية تطبيق المقياس في المؤسسات الطبية التي تضم مرضى التهاب الكبد الفيروسي "سي".

د- الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية في التخطيط لإعداد برامج لتنمية التفاؤل لدى المصابين بالأمراض الجسدية وخاصة المزمنة منها.

د- تعتبر واحدة من الدراسات التي تقع في مفترق الطرق بين الصحة النفسية " Mental Health"، وعلم نفس الصحة "Health Psychology"، وعلم وظائف الأعضاء "Physiology"، وعلم العقاقير "Pharmacology" ومن ثم فإن ثراء التنوع يكمن في الأهداف والمعالجة وصولاً إلى ثراء النتائج وهو ما يمثل قيمة علمية تضاف للمكتبة البحثية العربية.

رابعاً: مصطلحات البحث

١- التفاؤل Optimism :

عرفه إسلام رمضان إبراهيم أحمد (٢٠١٩): إنه سمة شخصية، واستعداد داخل الفرد يتميز بتوقعات مستقبلية شخصية؛ وتوقع دائم بحدوث الأفضل؛ والجانب الإيجابي من الأشياء وإقبال على الحياة، وأن المستقبل سيحمل أشياء جيدة أكثر من الأشياء السيئة، وأن الأفراد المتفائلين في مواجهة الصعوبات يواصلون تحقيق أهدافهم؛ وتنظيم أنفسهم وأوضاعهم الشخصية؛ باستخدام استراتيجيات مواجهة فعالة.

تعرفه الباحثة التفاؤل إجرائياً بأنه سمة شخصية واستعداد كامن داخل المريض؛ يجعله يشعر بالرضا عن الحياة فيدرك الأشياء من حوله بطريقة إيجابية معتمداً على خبراته السابقة

أ. ندى الوليد كمال السعيد

وما لديه من إمكانيات، فيتكون لديه شعور دائم بأنه قادر على تحقيق طموحاته وأهدافه؛ مما يجعله يستمتع بحاضره ؛ ويحده الأمل في مستقبل أكثر إشراقاً؛ لذا؛ يشعر بالرضا عن واقعه والعالم من حوله، كما تمنحه الطاقة الإيجابية لمواجهة المشاكل والتحديات باستخدام إستراتيجيات مواجهة فعالة، وهي كما تقيسها عبارات مقياس التفاؤل المستخدم في البحث الحالي والذي يشمل الأبعاد التالية: (التوجه الإيجابي نحو المستقبل، الرضا عن الحياة، القدرة على تحقيق الأهداف).

أ-التوجه الإيجابي نحو المستقبل **Positive future orientation**:

هي سمة نفسية تتكون لدى المريض تتضمن مكونات معرفية ووجدانية وسلوكية تجاه ما حوله من أحداث، فتجعله يدرك الحاضر بطريقة موضوعية ويتمتع بقدر كبير من التوقعات الإيجابية نحو المستقبل ويتصف دائماً بالأمل في أن الغد أفضل وذلك بالانسحاب من الماضي أو الحاضر لصالح هيمنة المستقبل والوصول لمرحلة الشفاء.

ب- الرضا عن الحياة **Life satisfaction**:

هي سمة نفسية تتكون لدى المريض من خلال تقييمه لنوعية الحياة التي يعيشها في ضوء ما لديه من أفكار ومعتقدات وقيم تجعله يتمتع بإرادة قوية في مواجهة الأزمات وتمنحه درجة عالية من الصبر والتحمل والأمل حتى في المواقف الصعبة، وتظهر حالة الرضا لديه في سلوكياته التي تعبر عن تقبله لذاته وشعوره بالسعادة والأمن وطمأنينة النفس وقناعته بما يقدم إليه وإحساسه بالتقدير من الآخرين، وقدرته على التكيف مع المشكلات الصحية والمادية والاجتماعية التي تواجهه.

ج- القدرة على تحقيق الأهداف **Ability to achieve goals**:

الأهداف هي الغاية التي يضعها المريض لنفسه ويعمل على إنجازها وتحقيقها؛ فتدفعه إلى المضي قدماً وتمنحه درجة عالية من الصبر والتحمل وتجعل لديه إرادة قوية ويؤمن بأن ليس هناك طريقة واحدة للوصول إلى أهدافه وإنما إن لم تتحقق اليوم سوف تتحقق غداً؛ لذا؛ يسعى دائماً للأفضل ويفكر في البدائل والحلول ويضع خططاً مستقبلية لتحقيقها.

١- التهاب الكبد الفيروسي "سي" Viral Hepatitis C:

يعد أحد الالتهابات الفيروسية التي تصيب الكبد نتيجة الإصابة بفيروس "سي" بطريقة حادة أو مزمنة فتعيقه عن تأدية وظائفه بشكل سليم؛ وتؤدي إلى تليف الكبد أو تشمعه وفي الحالات المتقدمة يصل إلى سرطان الكبد.

خامساً الإطار النظري:

يعتبر التفاؤل من الموضوعات الحديثة في علم النفس فقد بدأ الحديث عنه مع الفيلسوف الفرنسي "voltaire" (1759)، ووضع عالم الأنثروبولوجيا (Tiger 2000) " أول تعريف له فهو أحد الظواهر الإيجابية للإنسان وأحد ثلاث مفاهيم أساسية ترتبط بالإشباع مع المفاضلة، أو القدرة على الاختيار الجيد، أو التكيف مع ظروف الحياة. (Freund&Balts,1998:540).

وقد افترض بدر محمد الأنصاري (٢٠١٤:٣٥٥) أن التفاؤل سمة trait في الشخصية وليس حالة state تختلف درجتها في الأفراد (الفروق الفردية)، وعلى الرغم من أن هذه السمة تتجه عادة إلى المستقبل إلا أنها تؤثر في سلوك الفرد في الحاضر، كما أن سمة التفاؤل ترتبط بالإيجابية في سلوك الإنسان وفي مختلف جوانب الشخصية، ويمكن أن تؤثر تأثيراً طيباً في الصحة النفسية والجسدية للفرد.

وعلى الرغم من أن التفاؤل ينظر إليه عادة على أنه سمة شخصية ثابتة أو جانب مستقر في الشخصية لا تقبل التغير بسهولة؛ إلا أن التوجهات المعاصرة في علم النفس الإيجابي يعرف التفاؤل كنتيجة للعمليات المعرفية التي يمكن تعلمها، فالتفاؤل نتاج للعمليات النفسية التي بمجرد أن يتعلمها الفرد يمكن أن يطبقها بوعي (o'gardy,2006:29)، ولا يمكن أن ننسى النكهة الانفعالية التي تغلفه، ومن الناحية الدفاعية هو دافع ومدفوع، دافع: (بمعنى أنه يدفع الإنسان نحو تحقيق هدف معين إي أنه وسيلة)، ومدفوع (بمعنى أنه غاية يسعى الناس لها بأساليب متعددة فكرية وسلوكية)، فالتفاؤل مكون ثلاثي من: "التوقع" كمكون عقلي يخطط لتحقيق الهدف، و"القوة" كمكون سلوكي أو نزوعي، و"الانفعالات الإيجابية" ممثلة في الأمل لتحقيق الهدف (جبر محمد جبر، ٢٠١١:٣٣٧).

أ. ندى الوليد كمال السعيد

وللتفاؤل تعريفات عدة ولكنها تدور حول معان مترابطة، فيُعرف في معجم "ويستر1991Webster": أنه "الميل إلى تبني وجهة نظر مفعمة بالأمل والتفكير في أن كل شيء سيؤول إلى الأفضل (webster:1991:704).

وعرفه (قاموس علم النفس الصادر عن APA): إنه الموقف المتمثل في أن الأشياء الجيدة ستحدث وأن رغبات الأشخاص أو أهدافهم ستحقق في النهاية، وأن المتفائلين هم أناس يتوقعون نتائج إيجابية سواء بالصدفة أو من خلال المثابرة والجهد (vandenBos,2015:757).

وتشير (منظمة الصحة العالميةWHO): إن التفاؤل هو عملية نفسية إرادية تولد أفكار ومشاعر للرضا والتحمل والأمل والثقة والأفكار الدالة على ذلك، وتُبعد في نفس الوقت أفكار ومشاعر اليأس والعجز (world Health Organization,2004).

وقد عرفه (Freres&Gillham,2006:316) بأنه: بناء معرفي يتضمن المعتقدات حول خبرات الفرد والمستقبل، فالأفراد المتفائلين لديهم توقعات إيجابية حول المستقبل والتي تنشأ من تفسيراتهم المتفائلة للأحداث في حياتهم، وإحساسهم بالمعنى أو الغرض من أهدافهم وقدرتهم على تحقيق هذه الأهداف.

أهمية التفاؤل:

لقد شهدت السنوات الأخيرة تقدماً كبيراً في فهم مساهمة العوامل النفسية والاجتماعية في الصحة النفسية والجسدية، وأحد هذه العوامل هو التفاؤل أو توقع النتائج الإيجابية فهو يرتبط بصحة جسدية أفضل، ومواجهة أكثر نجاحاً مع التحديات الصحية (Abdullah,2018:1).

وقد تطرح علاقة التفاؤل والتشاؤم بالصحة قضية العلاقة بين النفس والجسم التي شغلت الكثير من الفلاسفة والأطباء وعلماء النفس، وأخذت هذه القضية كثير من المناقشات الفلسفية والطبية والنفسية، وقد أسفرت عن مصطلح مشترك بين الطب وعلم النفس ألا وهو "نفسى جسمي" psychosomatic الذي يهتم بفحص العلاقة بين الحالة النفسية والاضطرابات البدنية وتفاعلهما أي العلاقة المتبادلة بين العمليات الفسيولوجية والخبرات السيكلوجية (أحمد محمد عبد الخالق، ٢٠١٦:٥٤٧).

الخصائص السيكومترية لقياس الشعور بالتفاؤل

ويؤثر التفاؤل والتشاؤم على الصحة بنفس درجة تأثير العوامل الفيزيائية، فيتصور معظم الناس أن الصحة البدنية هي مسألة جسدية بالكامل ناتجة عن الجينات وبنية الجسم والعادات الصحية وعدم التعرض للجراثيم، ولكن هذه النظرة خاطئة تغفل محددًا رئيسيًا للصحة وهو الطريقة التي نفكر بها (Seligman,2006:14)، حيث يتمتع المتفائلون بعادات صحية أفضل (إتباع نظام طعام صحي، وممارسة التمارين الرياضية باستمرار، وإجراء الفحوصات المنتظمة، وارتداء أحزمة الأمان عند القيادة)، كما أن نظام المناعة لديهم يعمل بشكل أفضل، فالمتفائلون يصابون بأمراض أقل من المتشائمون؛ كما إنهم يعيشون لفترات أطول، فالتفاؤل هو بالفعل أحد محددات الصحة الجيدة، ولكن يجب أن ينظر إليه على أنه جزء من شبكة معقدة من العمليات البيولوجية والنفسية والاجتماعية (Bennett,2015:20-21).

ومن الناحية البيولوجية فقد تم ربط التفاؤل بتحسين أداء الجهاز المناعي، ومن الناحية النفسية ينخرط الأشخاص المتفائلون بعادات وسلوكيات صحية، ومن الناحية الاجتماعية يتمتع المتفائلون باتصالات اجتماعية أفضل وأكثر تواترًا (Park,et al., 2016:203).

تذكر سناء محمد سليمان (٢٠١٤:٣٤) أن التفاؤل يرفع نظام مناعة الجسد ضد جميع الأمراض - بدءًا من الإنفلونزا وحتى السرطان-، وإنه من المؤكد أن الحالة النفسية لأي مريض وإرادة الشفاء بداخله من أهم مقومات شفائه وعلاجه؛ لأنهما من العوامل الأساسية التي تحفز جهاز المناعة بداخله لكي يتصدى ويقضى على المرض، فإحساس المريض بالهزيمة واليأس من شفائه يؤثر بالسلب على الجهاز العصبي المركزي وخاصة في الأمراض المزمنة مثل أمراض القلب والأورام وأمراض الكبد، وليس معنى التفاؤل محاولة رؤية الجانب المشرق فقط من الحياة ولكن أحاسيس الألم والخوف والتردد والأسف والشك مألوفة لدى المتفائل مثلها مثل مشاعر الفرح والبهجة والسعادة والرغبة في التمتع بالحياة.

ويوضح (Jenaabadi, et al.,2015:866) إلى أن ارتفاع التفاؤل يرتبط بانخفاض ضغط الدم، وأن الأفراد المتفائلين لديهم خلايا طبيعية مضادة للسرطان بدرجة أعلى مقارنة بالأفراد المتشائمين، كما أن لديهم خلايا مناعية ليمفاوية تائية بدرجة أعلى مقارنة بالمتشائمين. ويؤكد (Kim,et al.,2017,21:26) وجود ارتباطات قوية ذات دلالة إحصائية بين زيادة مستويات التفاؤل وانخفاض مخاطر الأمراض الصحية وتقليل خطر الوفيات الناجمة عن الأمراض المسببة للوفاة مثل أمراض القلب والأوعية الدموية والسكتة الدماغية وأمراض الجهاز

أ. ندى الوليد كمال السعيد

التنفسي والعدوى، كما ثبت أن التفاؤل يرتبط بمستويات أقل من علامات الالتهاب، ومستويات أعلى من مضادات الأكسدة في الدم.

فالتفاؤل يرتبط ارتباطاً إيجابياً بالسلوك الصحي وأداء أفضل لجهاز المناعة (Bharti&Rangnekar,2019:1021)، حيث يتمتع الأفراد ذوي المستويات المرتفعة من التفاؤل باستجابات مناعية أفضل، وأن التغييرات في مستويات التفاؤل تتنبأ بالتغيرات في الأداء المناعي بمرور الوقت (Kim,et al.,2017:27).

ويشير (Brydon,et al., 2009,811) أن الأشخاص المتفائلين يميلون إلى الانخراط في ممارسات صحية أكثر إيجابية مع مستويات أعلى من النشاط البدني، وانخفاض مستويات التدخين واستهلاك الكحول، واتباع نظام غذائي صحي.

وقد حدد عبد الدائم الكحيل (٢٠٠٩:٣٠) أهمية التفاؤل الكبيرة على النحو التالي:

- ١- يرفع مناعة الجسم ضد الأمراض.
 - ٢- يمنح الإنسان قدرة على مواجهة المواقف الصعبة واتخاذ القرار المناسب.
 - ٣- يحبب الناس إليك، فالبشر يميلون بشكل طبيعي إلى المتفائلين وينفرون من المتشائم.
 - ٤- التفاؤل يجعلك أكثر مرونة في علاقاتك الاجتماعية وأكثر قدرة على التأقلم مع الوسط المحيط بك.
 - ٥- يمنحك السعادة، سواء في البيت أو في العمل أو بين الأصدقاء.
 - ٦- مريح لعمل الدماغ! فإن تجلس وتفكر عشر ساعات وأنت متفائل، فإن الطاقة التي يبذلها دماغك أقل بكثير من إن تجلس وتتشاءم لمدة خمس دقائق فقط.
- ويتضح من ذلك أن الطريقة الخاصة في معالجة المشاكل والأزمات سواء كانت في محيط العمل أو الأسرة هي التي تميز الشخص ذو النظرة المتفائلة عن ذلك الشخص الذي لا يعرف كيف يتصرف، فالمتفائل يواجه أزمات ومواقف عصيبة من وقت لآخر ولكنه لا يسمح لنفسه في الانغماس في الشعور بالحسرة أو الأسى ولا يؤثر تأثيراً سلبياً على الآخرين، كما أنه لا ينتظر من الآخرين أن يقدموا إلى مساعدته أو يسارعون بحل مشاكله؛ فإنه هو الذي يثير في نفسه روح النشاط والقوة الإيجابية (سنا محمد سليمان، ٢٠١٤:٣٤).

أنواع التفاؤل:

(أ) التفاؤل الواقعي:

هو تفاؤل يبرره موقف أو خبرة سابقة ، وهو نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر حدوثه ويرنو إلى النجاح ويستبعد ماخلا ذلك وهو يهدف إلى النجاح (سنا محمد سليمان، ٢٠١٤: ٢٢).

(ب) التفاؤل غير الواقعي:

قدم مصطلح التفاؤل غير الواقعي (Weinstein, 1980: 806-807) ويشير إلى أنه ميل الأفراد إلى الاعتقاد بأنهم غير معرضين للخطر، كما أنهم يتوقعون أن الآخرين عندما يكونون ضحايا فإنهم ضحايا للمحنة وليس بسبب أنفسهم، ومثل هذه الأفكار لا تعنى مجرد نظرة متفائلة للحياة؛ بل خطأ في الحكم يمكن وصفه بالتفاؤل غير الواقعي.

ويُعرف أيضًا بأنه اعتقاد الفرد بقدرته على التفاؤل إزاء الأحداث دون مبررات منطقية أو خبرة سابقة ، حيث يتوقع الفرد غالبًا حدوث الأشياء الإيجابية أكثر مما يحدث في الواقع؛ ويتوقع حدوث الأشياء السلبية أقل مما يحدث في الواقع، مما يؤدي إلى نتائج غير متوقعة تعرضه للمخاطر (سنا محمد سليمان، ٢٠١٤: ٢٢).

(ج) التفاؤل الفعال

يعرفه "مور" بأنه: اتجاه ببناء نشط ذو قوة دافعة تعمل على إيجاد الشروط الملائمة للنجاح من خلال التركيز على الفرص المتوفرة والاحتمالات الممكنة، ويساعد التفاؤل الفعال على تفسير الخبرات تفسيرًا إيجابيًا، ويؤدي إلى نتائج إيجابية لهذه الخبرات، ويساعد على التغلب على المشكلات والصعوبات التي تواجهه عوضًا عن الهروب منها وذلك من خلال استخدام التفكير المنطقي والإيجابي (سوزان بنت صدقة بن عبد العزيز بسيوني، ٢٠١١: ٧٨-٧٩).

(د) التفاؤل المقارن

هو نزعة داخل الفرد لتوقع حدوث الأشياء الإيجابية لنفسه أكثر من حدوثها للآخرين ويتوقع حدوث الأشياء السلبية لنفسه أقل من حدوثها للآخرين (Schiling, 2021: 8; Harris & Middleton, 1994: 370).

أ. ندى الوليد كمال السعيد

هـ) التفاؤل المأساوي

حدد "فرانكل" مفهوم التفاؤل المأساوي بقوله إنه: "التفاؤل في مواجهة المأساة" ويعنى بأن كل الآلام التي يعاني منها الإنسان لا يمكن أن تجرده من إرادته الإنسانية وأمله الراسخ في معنى وقيمة الحياة (Devivere,2018:293).

وقد قام (Wong,2013:152) بتوسيع نموذج "فرانكل" عن "التفاؤل المأساوي" موضعاً كيف يمكن أن يعترف الناس بألمهم؛ من خلال التشبث بمصادر متجددة من الأمل، مشيراً إلى أن الأمل يمكن أن يستمر في خضم الكوارث؛ عن طريق إعادة التأكيد على تسخير القيمة الجوهرية للحياة الإنسانية، مع الاعتراف بالخبرات المتباينة التي يواجهها الفرد، وتجاوز المصلحة الذاتية بتكريس النفس لغرض أعلى وهدف أسمى؛ وتعزيز المعتقدات الروحية والشجاعة في مواجهة الشدائد.

وقد حدد "Wrong" عام (2007) المكونات الأساسية التي تشتمل على التفاؤل المأساوي

وهي:

١- التأكيد على معنى وقيمة الحياة بغض النظر عن الظروف.

٢- قبول ما لا يمكن تغييره.

٣- الإيمان والثقة بالله .

٤- الشجاعة في مواجهة الشدائد (Devivere,2018:294).

وهناك من قسم التفاؤل إلى:

١-تفاؤل غافل لاهي: يكون أقرب إلى الخيال منه إلى الواقع أو قد يكون ضرورياً متتالية

من الأحلام والأوهام.

٢-تفاؤل واع وجاد وقويم : يحمل صاحبه على النظرة الجادة الواقعية إلى نفسه وإلى

الأشياء والأشخاص وإلى الحياة كلها، وهو ليس عاطفة بدائية أو حالة نفسية يمكن أن تتناوب

أحياناً وتختفي أحياناً أخرى، وإنما هو موقف عقلي يختاره الإنسان بإرادته وتدعمها الثقة

بالنفس، والعلاقة بين الثقة بالنفس والتفاؤل علاقة متوازنة وقوية، فهو التفاؤل المنقذ الذي

يخلصك من الأفكار السوداء ويوجهك نحو العمل الإيجابي المثمر (سناء محمد

سليمان، ٢٠١٤: ٢٣).

كما يمكن تصنيف التفاؤل إلى التفاؤل العام والتفاؤل الخاص:

الخصائص السيكومترية لقياس الشعور بالتفاؤل

- ١- **التفاؤل العام**: هو توقع عام بحدوث أشياء جيدة، وتصور إيجابي للحياة بغض النظر عن الأحداث والظروف الخارجية، وهو سمة من سمات الشخصية والتي تتسم بالثبات النسبي وتبدو مستقرة عبر الزمن.
- ٢- **التفاؤل الخاص**: يشير إلى التفاؤل تجاه حدث أو موقف معين بغض النظر عن النظرة العامة والتوقع العام للحياة (Moyano,2013:27; Yim-Docky,2019:5).
- بينما فرق (kandemas(2006:128-129 بين نوعين من التفاؤل هما:
 - ١-**التفاؤل الشخصي personal optimism** الذي يوجه نحو المواقف الفردية؛ وأعتبر أن فاعلية الذات أحد مكونات التفاؤل الشخصي.
 - ٢-**والتفاؤل الاجتماعي social optimism** حيث يوجه هذا النوع من التفاؤل للمجتمع ككل. وقد ميز "Tiger" بين نوعين من التفاؤل هما:
 - ١- **التفاؤل الكبير Big Optimism**: الذي يُعبر عن موقف تجاه مسائل كبيرة مثل: حالة الاقتصاد أو نتيجة الصراع السياسي، أي أن هذا التفاؤل ينظر إلى الخارج وإلى الظروف التي تحدث في العالم الخارجي.
 - ٢-**التفاؤل الصغير Little Optimism**: الذي يُعبر عن المزيد من الآمال الشخصية مثل: العثور عن عمل أو التعافي من مرض؛ أي أن هذا التفاؤل هو النظرة المثالية إلى الداخل و إلى الظروف في حياة الفرد (Bennett,2015:5).

سادساً: دراسات وبحوث سابقة للمقاييس التي تناولت الشعور بالتفاؤل:

تتناولت الباحثة فيما يلي بعض المقاييس التي تناولت الشعور بالتفاؤل بالبحث والدراسة وهي كالتالي:

دراسة (Brown(2011 بعنوان: **فحص العلاقة بين قلق الموت والتفاؤل والاكتئاب والقلق**. هدفت الدراسة الحالية إلى فحص العلاقة بين التفاؤل وقلق الموت، والاكتئاب، والقلق، كما هدفت إلى فحص ما إذا كان الاكتئاب والقلق وسطاء في العلاقة بين قلق الموت والتفاؤل من خلال استخدام نمذجة المعادلات الهيكلية (SEM)، وتكونت عينة الدراسة من (٥٠١) طالب وطالبة؛ (١٩٣) طالباً؛ (٣٠٨) طالبات مقيدتين لكتابة بحث أو كتابة ورقة بحثية في قسم علم النفس في جامعة غرب تكساس الكبيرة، أعمارهم (٢٠-٢٩) عام، وقد استخدمت الدراسة الأدوات التالية: استمارة الحالة الديمجرافية، مقياس قلق الموت لـ Temper، مقياس الخوف

أ. ندى الوليد كمال السعيد

من الموت المعدل لـ Collett-Lester، ومقياس التفاؤل- والتشاؤم، اختبار التوجه نحو الحياة المعدل، مقياس الأمل، مقياس التوتر والقلق والاكتئاب، مقياس القلق العام، مقياس القلق الذاتي لـ Zung، ومقياس الاكتئاب الذاتي لـ Zung، مقياس الاكتئاب لمركز الدراسات البائية، ويتكون مقياس التفاؤل من (٥٦) عبارة موزعة على بعدين : التفاؤل والتشاؤم ،وتكون الاستجابة من (موافق جداً، موافق، معارض، معارض جداً)، وأظهرت نتائج الدراسة أن للتفاؤل تأثيراً مباشراً كبيراً في تقليل الاكتئاب والقلق، وكان للاكتئاب والقلق دور تأثير كبير على قلق الموت، كما أظهرت النتائج أيضاً أن التفاؤل ليس له تأثير كبير على قلق الموت عند السيطرة على الاكتئاب والقلق، وأن الاكتئاب والقلق يتوسطون بشكل كامل في العلاقة بين التفاؤل وقلق الموت.

دراسة (Atalaya 2012) بعنوان: متلازمة التفاؤل في الحياة العملية: بحث عن التفاؤل عند الأكاديميين في تركيا.

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى التفاؤل لدى الأكاديميين العاملين في كلية الاقتصاد والعلوم الإدارية جامعة دولوبينار، وتكونت عينة الدراسة من (٨٠) مشاركاً، وقد استخدمت الدراسة مقياس التفاؤل ، ويتكون مقياس التفاؤل من (١٢) عبارة وكانت الاستجابة ما بين (موافق جداً، موافق، محايد، معارض، معارض جداً)، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التفاؤل لدى الأكاديميين كان بدرجة عالية، كما أكدت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفاؤل باختلاف سنة العمل والوضع الإداري للأكاديميين، حيث إن الأكاديميين الذين عملوا من (٠ إلى ١١) شهراً فقط هم المجموعة الأكثر تفاؤلاً، في حين أن الأكاديميين الذين عملوا من (١ إلى ٥٥) سنوات هم المجموعة الأقل تفاؤلاً، ويمكن تفسير ذلك أن مستوى التفاؤل المرتفع عند بدء الحياة العملية في الجامعة ينخفض بسرعة خلال خمس سنوات ثم يعود إلى الحياة الطبيعية.

دراسة (Jerkovic, et al., 2014) بعنوان: عندما يكون الأقل هو الأكثر : نسخة قصيرة من مقياس التفاؤل الشخصي ومقياس التفاؤل بالكفاءة الذاتية.

هدفت الدراسة الحالية إلى دراسة الخصائص السيكومترية لمقياس مقياس التفاؤل الشخصي ومقياس التفاؤل بالكفاءة الذاتية تكونت عينة الدراسة من طلاب جامعة نوفي ساد في صربيا، تم تقسيمهم إلى عيّنتين، تكونت العينة الأولى من (٣٣٩) طالباً وطالبة؛ (٢١٤)

الخصائص السيكومترية لقياس الشعور بالتفاؤل

طالبة، (١٢٥) طالبًا، بينما تكونت العينة الثانية من (٣٨٩) طالبًا وطالبة؛ (٢٢٦) طالبة، (١٦٣) طالبًا، وقد استخدمت الدراسة مقياس التفاؤل الشخصي ومقياس التفاؤل بالكفاءة الذاتية ، وتكون مقياس التفاؤل الشخصي من (١٠) عبارات، وكان المقياس مكونًا من بعد واحد وهو التفاؤل، وكان الاستجابة ما بين (موافق جدًا، موافق، محايد، معارض، معارض جدًا)، وأظهرت نتائج الدراسة كفاءة مقياس التفاؤل الشخصي باعتبارها مقياسًا مناسبًا ودقيقًا لقياس التوقعات الإيجابية وتوصى الدراسة إلى إجراء أبحاث مستقبلية لتكرار هذه النتائج. دراسة (Millstein, et al. (2019) بعنوان: تطور مقياس حالة التفاؤل.

هدفت الدراسة الحالية إلى قياس حالة التفاؤل من خلال استبيان عبر الإنترنت على أربع عينات مختلفة في الولايات المتحدة الأمريكية لتحقيق أقصى قدر من التعميم واستهداف مجموعات التعافي من أمراض القلب وتعاطي المخدرات، وتكونت عينة الدراسة من ٧٦٣ مشاركًا؛ (٨١) لا يعانون من أي أمراض قلبية تم تجنّبهم عبر الإنترنت من خلال موقع Craigslist في نيو إنجلاند والموقع الإلكتروني التطوعي للدراسة البحثية لنظام الرعاية الصحية؛ (٥٥) طالبًا جامعًا في جنوب كاليفورنيا شاركوا في مقابل الحصول على اثنتان صحي؛ (٩٦) مريضًا بأمراض القلب تم جمع (٨٥) مريضًا عبر منتديات القلب عبر الإنترنت، والموقع الإلكتروني التطوعي للدراسة البحثية لنظام الرعاية الصحية، (١١) مريضًا تم جمعهم من مرضى القلب المترددين على المستشفيات؛ (٥٣١) مشاركًا من متعاطي المخدرات ويسعون إلى التعافي تم اختيارهم من مجتمعات التعافي عبر الإنترنت Smart recovery, In the room, Life ring، أعمارهم تزيد عن (١٨) عامًا، وقد استخدمت الدراسة مقياس التفاؤل المكون من (٧) عبارات وكان المقياس مكونًا من بعد واحد وهو التفاؤل، وكان الاستجابة ما بين (موافق جدًا، موافق، محايد، معارض، معارض جدًا)، وأظهرت نتائج الدراسة جودة وصلاحيّة مقياس التفاؤل وقابلية تطبيقه على بيئات مختلفة.

دراسة نسبية داؤد بحر الدين محمد (٢٠٢٠) بعنوان: التفاؤل وعلاقته بالكفاءة الذاتية لدى النساء المصابات بسرطان الثدي بالمركز القومي للعلاج بالأشعة بولاية الخرطوم.

هدفت الدراسة الحالية إلى دراسة التفاؤل وعلاقته بالكفاءة الذاتية لدى المصابات بسرطان الثدي بالمركز القومي للعلاج بالأشعة ، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) سيدة مصابة بسرطان الثدي، وقد استخدمت الدراسة مقياس التفاؤل (إعداد الباحثة)، ومقياس الكفاءة الذاتية

أ. ندى الوليد كمال السعيد

لـ "حياة أحمد محمد حسن"، ويتكون مقياس التفاؤل من (١٧) عبارة يقيس بعد واحد هو التفاؤل وكانت الاستجابة ما بين (نعم، أحياناً، لا)، وأظهرت نتائج الدراسة انخفاض التفاؤل لدى المصابات بسرطان الثدي، وارتفاع الكفاءة الذاتية لديهم، كما أثبتت عدم وجود علاقة ارتباطية بين التفاؤل والكفاءة الذاتية لديهم، كما أظهرت وجود فروق في التفاؤل تبعاً للحالة الاجتماعية لصالح المتزوجات، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً للعمر والمستوى التعليمي.

دراسة منار عباس لوباني (٢٠٢٠) بعنوان: **مستوى القلق وعلاقته بالتفاؤل لدى مرضى السرطان في الأردن**.

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة مستوى القلق وعلاقته بمستوى التفاؤل، وكذلك معرفة قدرة التفاؤل على التنبؤ بالقلق لدى مرضى السرطان في الأردن، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) مريض ومريضة من الراشدين المصابين بسرطان القولون والمستقيم في مركز الحسين للسرطان، وقد استخدمت الدراسة مقياس حالة وسمة القلق، ومقياس التفاؤل، ويتكون مقياس التفاؤل من (١٩) عبارة يقيس بعد واحد هو التفاؤل، وكانت الاستجابة ما بين (موافق جداً، موافق، موافق إلى حد ما، غير موافق، غير موافق مطلقاً) وقد أظهرت نتائج الدراسة أن (٧٣%) من المرضى لديهم مستوى منخفض من حالة القلق، و(٢٥%) منهم لديهم مستوى متوسط من حالة القلق، بينما أظهر (٢%) حالة مرتفعة من القلق، وكذا أظهرت نتائج الدراسة أيضاً أن (٨٨%) من المرضى لديهم مستوى مرتفع من التفاؤل بينما (١٢%) لديهم مستوى متوسط من التفاؤل، وكذا أن مستوى القلق لدى النساء كان أعلى من الرجال، وأن المرضى في مرحلة الرشد المبكر كانوا أكثر تفاؤلاً، بينما لا توجد فروق في مستوى التفاؤل والقلق تبعاً لحالة المرض، وقد أكدت نتائج الدراسة أن هناك علاقة عكسية بين التفاؤل والقلق، وأن للتفاؤل دوراً كبيراً في التنبؤ بمستوى القلق.

دراسة (Nishaat(2021) بعنوان: **تطوير مقياس التفاؤل الواقعي**.

تهدف الدراسة الحالية إلى تطوير مقياس لقياس التفاؤل الواقعي، وتكونت عينة الدراسة من (٩٤٣) طالب وطالبة جامعية؛ (١٤٤) طالب، (١١٦) طالبة؛ تم جمعهم من ثلاث جامعات في توكيو، وقد استخدمت الدراسة مقياس المرونة لـ "Saitou and Okayasu's"، ومقياس التفاؤل، وقد تكون مقياس التفاؤل من (١٢) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد هم: (التوجه

الخصائص السيكومترية لقياس الشعور بالتفاؤل

المستقبلي، والمرونة، والإرادة/الشجاعة)، أظهر المقياس صلاحية متقاربة حيث لوحظ وجود علاقة إيجابية معنوية بين عوامل مقياس التفاؤل الواقعي وعوامل مقياس المرونة. دراسة إيناس محمد سليمان على منصور. (٢٠٢٣) بعنوان: التفاؤل وعلاقته بتحقيق الذات لطلاب الجامعة.

يهدف الدراسة الحالية إلى معرفة طبيعة العلاقة بين التفاؤل، وتحقيق الذات، والكشف عن الفروق بين استجابة عينة الدراسة حول التفاؤل، وتحقيق الذات تبعاً لمتغير الجنس، تكونت عينة البحث من (٢٩٦) طالب وطالبة مقسمين إلى (١٤٦) طالب، و(١٥٠) طالبة، واستخدمت الدراسة مقياس التفاؤل، ومقياس تحقيق الذات، ويتكون مقياس التفاؤل من (٣٥) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد فرعية وهما (التوجه نحو المستقبل - تحقيق الآمال والطموحات والأهداف - الرضا عن الحياة)، بحيث تتكون استجابة الطالب ما بين (موافق، أحياناً، وغير موافق)، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين متغير التفاؤل، ومتغير تحقيق الذات، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث من الذكور والإناث في متغيرين التفاؤل وتحقيق الذات.

سابعاً: حدود البحث:

١ - منهج البحث:

استخدمت الباحثة في الدراسة الحالية المنهج الوصفي، من خلال استخدام الأسلوب العاملي والارتباطي وذلك نظراً لملانتهما لأهداف البحث الحالي، والهدف من استخدام الأسلوب العاملي هو التعرف على البنية العاملية للمقياس، أما الأسلوب الارتباطي فيوضح إلى أي مدى يمكن أن ترتبط متغيرات أو أكثر ببعضها أو اكتشاف علاقة البنية العاملية ببعض المتغيرات الأخرى.

٢ - عينة البحث :

تكونت عينة الدراسة من (١٥٠) مصاباً بالتهاب الكبد الفيروسي "سي" أعمارهم فوق (١٨) عاماً طبقت عليهم مقياس الشعور بالتفاؤل.

٣-أداة البحث :

مقياس الشعور بالتفاؤل إعداد / الباحثة.

أ. ندى الوليد كمال السعيد

٤- مبررات إعداد المقياس

- قلة المقاييس العربية في حدود إطلاع الباحثة التي اهتمت بالشعور بالتفاؤل لدى ذوى الأمراض المزمنة.

- إعداد مقياس للشعور بالتفاؤل لدى مصابين التهاب الكبد الفيروسي "سي" يتمتع بخصائص سيكومترية عالية من الصدق والثبات.

أ- الهدف من بناء المقياس:

هدفت الباحثة من خلال بناء مقياس الشعور بالتفاؤل لدى المصابين بالتهاب الكبد الفيروسي "سي" إلى تصميم أداة نفسية والتحقق من أنها ذات مستوى مرتفع من الصدق والثبات لقياس الشعور بالتفاؤل لدى المصابين بالتهاب الكبد الفيروسي "سي"، ويتكون المقياس من ثلاثة أبعاد هم: (التوجه الإيجابي نحو المستقبل، الرضا عن الحياة، القدرة على تحقيق الأهداف).

ب - المصادر التي أطلعت عليها الباحثة ي إعداد المقياس

اطلعت الباحثة على مجموعة من المقاييس العربية والأجنبية ويتضح ذلي فيما يلي:

١. مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى مرضى السرطان بمدينة جدة، إعداد غدير سالم عايد الفليت (٢٠٢٣)، ويتكون المقياس من (٥٦) عبارة موزعة على خمسة أبعاد هما: (البعد النفسي- البعد الاجتماعي- البعد الصحي - البعد الأسري- البعد الديني).

٢. مقياس التفاؤل لدى عينة من طلاب الجامعة، إعداد هدى السيد شحاتة السيد (٢٠٢١)، ويتكون المقياس من (٤٥) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد فرعية وهما (النظرة إلى الذات، النظرة إلى الأحداث والآخرين، النظرة إلى المستقبل).

٣. مقياس التفاؤل الواقعي، إعداد (Nashaat(2021)، يتكون المقياس من من (١٢) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد هم: (التوجه المستقبلي، والمرونة، والإرادة/الشجاعة).

٤. مقياس التفاؤل لدى المتفوقين دراسياً بالمرحلة الثانوية، إعداد مينا زكريا عزيز جاد السيد، (٢٠٢٠) ويتكون المقياس من (٤١) عبارة موزعة على بعد واحد وهو التفاؤل.

٥. مقياس التفاؤل لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، إعداد نجاة الظاهر أحمد الفرجاني (٢٠١٩)، ويتكون المقياس من يتكون مقياس التفاؤل من (٥٤) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد: (الرضا عن الحياة، النظرة الإيجابية للمستقبل، حسن الظن بالله وبالآخرين).

الخصائص السيكومترية لقياس الشعور بالتفاؤل

٦. مقياس التفاؤل لدى عينة من طلاب الجامعة، إعداد صابرين محمود أحمد جاد الكريم (٢٠١٩)، ويتكون المقياس من (٣٨) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد هما (التوجه المستقبلي الإيجابي، - الرؤية الإيجابية للحياة، المرونة في تحقيق الأهداف).
٧. مقياس حالة التفاؤل، إعداد Millstein, et al., (2019)، ويتكون المقياس من (٧) عبارات وكان المقياس مكون من بعد واحد وهو التفاؤل.
٨. مقياس التفاؤل لدى عينة من طلاب الجامعات، إعداد إسلام رمضان إبراهيم أحمد (٢٠١٩)، ويتكون المقياس من بعد واحد وهو التفاؤل.
٩. مقياس التفاؤل لدى من عينة من طلاب جنوب الوادي بقنا، إعداد سلمى محمود عابدين (٢٠١٩)، ويتكون المقياس من ثلاثة أبعاد هما: (النظرة الإيجابية للمستقبل، الثقة بالنفس التوجه نحو الحياة).
١٠. مقياس التفاؤل لدى عينة من طلاب الجامعة، إعداد شيماء سيد أحمد على (٢٠١٨)، ويتكون المقياس من (٣٢) عبارة موزعة على ثلاث أبعاد هما: (التوجه نحو الحياة - القدرة على الإنجاز - الرضا عن الحياة).
١١. مقياس التفاؤل الشخصي، إعداد Jerkovic, et al., (2014)، يتكون المقياس من (١٠) عبارات وكان المقياس مكوناً من بعد واحد وهو التفاؤل.
١٢. مقياس التوجه نحو الحياة النسخة الكندية - الفرنسية، إعداد Trotter, et al., (2008)، ويتكون المقياس من (١٠) وكان المقياس مكوناً من بعد واحد وهو التفاؤل.
١٣. مقياس التفاؤل، إعداد Darcia Narvaez (٢٠٠٦)، ويتكون المقياس من (١٠) عبارات، وكان المقياس مكون من بعد واحد هو التفاؤل.
١٤. مقياس التوجه نحو الحياة، إعداد Scheier, et al., (1994)، يتكون المقياس من (١٠) عبارة موزعة على بعدين التفاؤل والتشاؤم.
١٥. مقياس التفاؤل والتشاؤم، إعداد Dember, et al., (1989)، يتكون المقياس من (٥٦) عبارة موزعة على بعدين التفاؤل والتشاؤم.

ج- وصف المقياس:

تكون المقياس في صورته الأولية من (٤٤) عبارة، تقيس الشعور بالتفاؤل لدى المصابين بالتهاب الكبد الفيروسي "سي"، وقد روعي عند إعداد العبارات أن تكون العبارات واضحة وسهلة

أ. ندى الوليد كمال السعيد

في الفهم، أن تعبر كل عبارة عن البعد التي تقيسه أن تتناسب العبارات مع خصائص أفراد العينة، صياغة عبارات المقياس وفقا للتعريف الإجرائي، ثم عرض المقياس على السادة المشرفين بغرض تقييم العبارات ومعرفة مدى سلامتها وملاءمتها لعينة الدراسة وذلك في الصورة الأولية للمقياس، ويتكون مقياس الشعور بالتفاؤل من ثلاثة إبعاد هم (التوجه الإيجابي نحو الحياة، الرضا عن الحياة، القدرة على تحقيق الأهداف) ، ويمكن للمصاب بالتهاب الكبد الفيروسي "سي" الإجابة على المقياس باختيار واحدة من خمس استجابات (دائمًا، غالبًا، أحيانًا، نادرًا، أبدًا).

جدول رقم (١)

الاستجابات على مقياس مفهوم الذات

الاختيار	دائمًا	غالبًا	أحيانًا	نادرًا	أبدًا
الدرجة	٥	٤	٣	٢	١

الخصائص السيكومترية لمقياس الشعور بالتفاؤل

للتحقق من كفاءة مقياس الشعور بالتفاؤل قامت الباحثة بتطبيقه على (١٥٠) مصابًا بالتهاب الكبد الفيروسي "سي" وتم حساب معاملات الصدق والثبات بالطرق الآتية:
مؤشرات صدق البنية لمقياس الشعور بالتفاؤل :

قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لمقياس الشعور بالتفاؤل باستخدام التحليل العاملي التوكيدي عن طريق برنامج AMOS20، ويوضح جدول (٢) معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس والنسبة الحرجة ومستوى الدلالة لتشبع كل مفردة على أبعاد مقياس الشعور بالتفاؤل :

الخصائص السيكومترية لمقياس الشعور بالتفاؤل

جدول (٢) تشعبات مفردات أبعاد مقياس الشعور بالتفاؤل باستخدام التحليل العائلي التوكيدي

مستوى الدلالة	النسبة الحرجة	خطأ القياس	الوزن الانحداري	الوزن الانحداري المعياري	المفردة	البعد
٠,٠١	٥,١٧	٠,١٢	٠,٦٢	٠,٥٥	٤٢	التوجه الإيجابي نحو المستقبل
٠,٠١	٤,٨٣	٠,١٦	٠,٧٨	٠,٤٩	٣٩	
٠,٠١	٥,٤٦	٠,١٥	٠,٨٢	٠,٦١	٣٦	
٠,٠١	٥,٨	٠,١٢	٠,٧	٠,٧	٣٣	
٠,٠١	٦,٠٥	٠,١٥	٠,٩٣	٠,٧٧	٣٠	
٠,٠١	٤,٦	٠,١٧	٠,٧٧	٠,٤٥	٢٧	
٠,٠١	٦,٠٦	٠,١٦	٠,٩٦	٠,٧٨	٢٤	
٠,٠١	٦,١٧	٠,١٥	٠,٩	٠,٨٢	٢٢	
٠,٠١	٣,٧٤	٠,٢٢	٠,٨٣	٠,٣٤	١٩	
٠,٠١	٣,٥٩	٠,٢٤	٠,٨٥	٠,٣٢	١٦	
٠,٠١	٤,٣١	٠,٢٥	١,٠٨	٠,٤١	١٣	
٠,٠١	٥,٧٨	٠,١٨	١,٠١	٠,٦٩	١٠	
٠,٠١	٥,٤٨	٠,١٦	٠,٨٨	٠,٦١	٧	
٠,٠١	٤,٣٦	٠,٢١	٠,٩٢	٠,٤١	٤	
-	-	-	١	٠,٤٦	١	
٠,٠١	٦,٥	٠,٠٨	٠,٥٣	٠,٦٣	٤٣	الرضا عن الحياة
٠,٠١	٦,١٥	٠,٠٩	٠,٥٧	٠,٥٨	٤٠	
٠,٠١	٥,٢	٠,١٣	٠,٦٧	٠,٤٦	٣٧	
٠,٠١	٦,٦	٠,١٤	٠,٩٤	٠,٦٥	٣٤	
٠,٠١	٦,٨٧	٠,١	٠,٦٦	٠,٦٩	٣١	
٠,٠١	٦,١٣	٠,١٢	٠,٧٥	٠,٥٨	٢٨	
٠,٠١	٦,٧١	٠,١٣	٠,٨٦	٠,٦٧	٢٥	
٠,٠١	٧,٥٩	٠,١	٠,٧٦	٠,٨٣	٢٣	
٠,٠١	٥,٣١	٠,١٩	١	٠,٤٧	٢٠	
٠,٠١	٥,٧٥	٠,١٣	٠,٧٢	٠,٥٣	١٧	
٠,٠١	٥,٩٩	٠,٢١	١,٢٤	٠,٥٦	١٤	
٠,٠١	٦,٨٤	٠,١٣	٠,٩١	٠,٦٩	١١	
٠,٠١	٥,٨٨	٠,٢	١,١٧	٠,٥٥	٨	
٠,٠١	٤,٩٣	٠,١٧	٠,٨٣	٠,٤٣	٥	
-	-	-	١	٠,٥٤	٢	
٠,٠١	٦,٠٧	٠,٠٧	٠,٤	٠,٥٩	٤٤	القدرة على تحقيق الأهداف
٠,٠١	٦,٨٤	٠,٠٧	٠,٤٤	٠,٧	٤١	
٠,٠١	٦,٢٣	٠,٠٦	٠,٣٨	٠,٦١	٣٨	
٠,٠١	٦,٤	٠,١٣	٠,٨٤	٠,٦٣	٣٥	
٠,٠١	٦,٧	٠,٠٦	٠,٤	٠,٦٨	٣٢	
٠,٠١	٧,٠٤	٠,٠٩	٠,٦١	٠,٧٣	٢٩	
٠,٠١	٦,٤٩	٠,١١	٠,٧٢	٠,٦٥	٢٦	
٠,٠١	٧,٦٦	٠,٠٨	٠,٦١	٠,٨٥	٢١	
٠,٠١	٦,٤٧	٠,١٦	١,٠٤	٠,٦٤	١٨	
٠,٠١	٦,١٥	٠,١٦	٠,٩٧	٠,٦	١٥	
٠,٠١	٦,٥٨	٠,١١	٠,٦٩	٠,٦٦	١٢	
٠,٠١	٦,٤٦	٠,١	٠,٦٤	٠,٦٤	٩	
٠,٠١	٦,٥٨	٠,٠٧	٠,٤٧	٠,٦٦	٦	
-	-	-	١	٠,٥٦	٣	

يتضح من جدول (٢) أن جميع مفردات مقياس الشعور بالتفاؤل كانت دالة عند مستوى ٠,٠١، وقامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لأبعاد مقياس الشعور بالتفاؤل . ويوضح جدول (١٤) مؤشرات صدق البنية لمقياس الشعور بالتفاؤل :

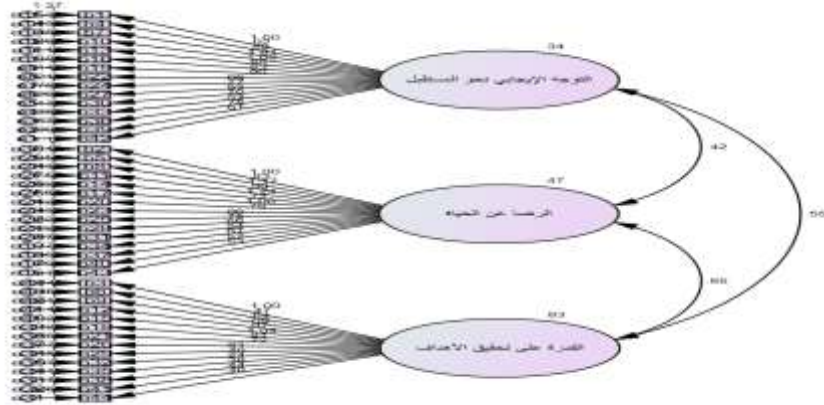
أ. ندى الوليد كمال السعيد

جدول (٣) مؤشرات صدق البنية لمقياس الشعور بالتفاؤل

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
Chi-square(CMIN)	٨٠٢,٧٩	
مستوى الدلالة	٠,٠٠ (دالة عند ٠,٠١)	
DF	٢٩٦	
CMIN/DF	٢,٧١	أقل من ٥
GFI	٠,٩٣	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أبالتى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
NFI	٠,٩٢	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أبالتى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
IFI	٠,٩٥	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أبالتى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
CFI	٠,٩٤	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أبالتى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
RMSEA	٠,٠٨	من (صفر) إلى (٠,١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.

يتضح من جدول (٣) أن مؤشرات النموذج جيدة حيث كانت قيمة χ^2 للنموذج = ٨٠٢,٧٩ بدرجات حرية = ٢٩٦ وهي دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، وكانت النسبة بين قيمة χ^2 إلى درجات الحرية = ٢,٧١، ومؤشرات حسن المطابقة (GFI= 0.93، NFI= 0.92، IFI= 0.95، CFI= 0.94 ، RMSEA= 0.08)، مما يدل على وجود مطابقة جيدة لنموذج التحليل العاظمي التوكيدي لمقياس الشعور بالتفاؤل .

ويمكن توضيح نتائج التحليل العاظمي التوكيدي لبنية الشعور بالتفاؤل من خلال الشكل التالي:



شكل (١) البناء العاظمي لمقياس الشعور بالتفاؤل

الخصائص السيكومترية لقياس الشعور بالتفاؤل

الاتساق الداخلي لمقياس الشعور بالتفاؤل :
تم حسابه عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين العبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه
والجدول التالي يوضح هذه المعاملات:

جدول (٤) الاتساق الداخلي لعبارات مقياس الشعور بالتفاؤل

القدرة على تحقيق الأهداف		الرضا عن الحياة		التوجه الإيجابي نحو المستقبل	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
**٠,٤٩	٣	**٠,٧٠	٢	**٠,٥٦	١
**٠,٤٥	٦	**٠,٤٩	٥	**٠,٤٧	٤
**٠,٧٢	٩	**٠,٥٦	٨	**٠,٤٨	٧
**٠,٤٨	١٢	**٠,٥١	١١	**٠,٥٣	١٠
**٠,٥٢	١٥	**٠,٣٩	١٤	**٠,٦٦	١٣
**٠,٥٠	١٨	**٠,٦١	١٧	**٠,٦٣	١٦
**٠,٥٧	٢١	**٠,٦١	٢٠	**٠,٦٨	١٩
**٠,٧١	٢٦	**٠,٦٣	٢٣	**٠,٥٠	٢٢
**٠,٧٨	٢٩	**٠,٦٨	٢٥	**٠,٦٠	٢٤
**٠,٦١	٣٢	**٠,٥٧	٢٨	**٠,٦٠	٢٧
**٠,٦٧	٣٥	**٠,٦٧	٣١	**٠,٥٠	٣٠
**٠,٦٤	٣٨	**٠,٥٦	٣٤	**٠,٤٩	٣٣
**٠,٧١	٤١	**٠,٦٤	٣٧	**٠,٤٣	٣٦
**٠,٥٢	٤٤	**٠,٧٤	٤٠	**٠,٥٢	٣٩
		**٠,٧٦	٤٣	**٠,٦١	٤٢

** دالة عند ٠,٠١

يتضح من جدول (٤) أن جميع مفردات أبعاد المقياس كانت دالة عند مستوى ٠,٠١ ،
و الذي يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس، كما تم حساب الارتباط بين الأبعاد الفرعية
والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (١٦) يوضح الاتساق الداخلي لمقياس الشعور بالتفاؤل (ن = ١١٢)

معامل الارتباط	البعد
**٠,٨٥	التوجه الإيجابي نحو المستقبل
**٠,٨٣	الرضا عن الحياة
**٠,٧٩	القدرة على تحقيق الأهداف

** دالة عند ٠,٠١

أ. ندى الوليد كمال السعيد

يتضح من الجدول السابق (٥) أن معاملات الارتباط دالة ومرتفعة مما يدل على الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الشعور بالتفاؤل .

ثبات مقياس الشعور بالتفاؤل :

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية

لأبعاد المقياس والمقياس ككل والجدول التالي يوضح معاملات الثبات:

جدول (٦) معاملات الثبات لأبعاد مقياس الشعور بالتفاؤل والمقياس ككل

البعد	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية (سبيرمان براون)
التوجه الإيجابي نحو المستقبل	٠,٧٩	٧٥.٠
الرضا عن الحياة	٠,٧٦	٧٢.٠
القدرة على تحقيق الأهداف	٠,٧٤	٧١.٠
المقياس ككل	٠,٨٢	٠,٧٨

يتضح من الجدول السابق (٦) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات مقياس الشعور بالتفاؤل وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية كانت مرتفعة، وبذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق والثبات ويمكن استخدامها علمياً .

ثامناً : المعالجة الإحصائية:

استعانَت الباحثة في الدراسة الحالية بالعديد من الأساليب الإحصائية من خلال استخدام

برنامج الحزم الإحصائية في العلوم الاجتماعية SPSS، وتوضح تلك الأساليب فيما يلي:

(١) الاتساق الداخلي للمقياس من خلال معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية

للأبعاد التي تنتمي إليها، وكذلك الارتباط للأبعاد والدرجة الكلية للمقياس .

(٢) التحليل العاملي للتحقق من الصدق العاملي للمقياس.

(٣) الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية.

تاسعاً : إجراءات البحث :

١- الاطلاع على المقاييس المرتبطة بالشعور بالتفاؤل.

١- وضع بنود المقياس.

٢- اختيار عينة الدراسة من مصابي التهاب الكبد الفيروسي "سي" .

٣- تطبيق المقياس في صورته الأولية على عينة الدراسة.

٤- تصحيح الاستجابات ورصد البيانات تمهيداً لإدخالها إلى الحاسب الآلي.

الخصائص السيكومترية لقياس الشعور بالتفاؤل

- ٥- معالجة البيانات إحصائياً وفقاً للأساليب الإحصائية المحددة.
- ٦- كتابة نتائج التحليل الإحصائي ونتائج الصدق والثبات.
- ٧- التوصل إلى صياغة نهائية للمقياس.

خلاصة النتائج:

تم التحقق من صدق المقياس من خلال صدق الاتساق الداخلي والتحليل العاملي التوكيدي والتحقق أيضاً من ثبات المقياس باستخدام معادلة ألفا - كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية. وتبين للباحثة بأن المقياس يتمتع بدرجة مرتفعة من الصدق والثبات ويمكن الاعتماد عليه في القياس والتطبيق العملي، وبذلك فقد تم التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الشعور بالتفاؤل.

الصورة النهائية لمقياس الشعور بالتفاؤل لدى المصابين بالتهاب الكبد الفيروسي سي"

البيانات الشخصية:

الاسم (إذا رغبت):

النوع: ذكر () أنثى ()

السن:

التعليمات:

المستجيب/ المستجيبة الكرام

تحية طيبة وبعد..

فيما يلي مجموعة من العبارات حول كيفية التصرف إزاء بعض المواقف التي يمر بها كل منا في حياته اليومية، أقرأ كلاً منها بعناية ثم أختار المناسب ورجاءً أجب عن كل الأسئلة ولا تترك سؤالاً. وأعلم أنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة، فالإجابة الصحيحة هي التي تعبر عن رأيك بصدق، مع ملاحظة أن ما تدلي به من معلومات سيحاط بالسرية التامة.

مثال:-

م	العبارات	دائمًا	غالبًا	أحيانًا	نادرًا	أبدًا
١	أشعر أن الزمن يُخبئ لي مفاجآت سارة.		√			

أ. ندى الوليد كمال السعيد

م	العبارة	دائمًا	غالبًا	أحيانًا	نادرًا	أبدأ
١	أشعر أن الزمن يُخبئ لي مفاجآت سارة.					
٢	أرى أنني موفق في حياتي.					
٣	أبحث عن البدائل الجديدة لمواجهة المشكلات التي تعوق أهدافي.					
٤	أتوقع أن تأتي الأحداث السارة في أعقاب الأحداث المؤلمة.					
٥	أعتقد أن الأمور الصعبة سحابة عابرة لا تستمر طويلًا.					
٦	يتطلب تحقيق طموحاتي وأهدافي صبرًا وعزيمة وإرادة قوية.					
٧	أتوقع حدوث الأفضل عندما تعترض حياتي بعض المشاكل.					
٨	أنا مقبل على الحياة وكلي أمل بأنني سأقاوم المرض.					
٩	أؤمن بأن ليس هناك طريقة حل واحدة للمشكلة.					
١٠	أؤمن أن آمالي وطموحاتي التي لم تتحقق اليوم سوف تتحقق غدًا.					
١١	أشعر أن حياتي مشرقة وملينة بالأمل.					
١٢	أرى أن الأهداف التي لم تتحقق اليوم لن تتحقق على الإطلاق.					
١٣	أعتقد أن المشكلات الصحية التي أعاني منها سوف تنتهي قريبًا.					
١٤	أشعر أن هناك أمورًا كثيرة في حياتي تمنحني الرضا.					
١٥	أرى أن الهدف الواضح والمحدد يحفز صاحبه على العمل والعطاء وبذل الجهد.					
١٦	أرى أن الحياة المستقبلية ستكون أفضل من الحاضر.					
١٧	أرى أن حياتي بها الكثير من الأشياء الجيدة التي تستحق أن أعيش من أجلها.					
١٨	أرى أن السعادة تكمن في السعي للوصول للهدف وليس عند الوصول إليه.					
١٩	أشعر بشكل كبير أن الأمور سوف تسير على ما يرام.					
٢٠	أشعر بأن ظروف في في تحسين مستمر.					
٢١	يصعب علي تحقيق الهدف الذي أسعى إليه دون تقدير العقبات.					
٢٢	أسعد لحظات حياتي سوف تكون في المستقبل.					
٢٣	أرى أن كافة الشر أرجح من كافة الخير.					
٢٤	يصعب علي تحقيق الهدف الذي أسعى إليه دون تقدير العقبات.					
٢٥	عندي ثقة كبيرة أن المستقبل سيحمل نجاحًا مبهزًا لي.					
٢٦	أرى أن الحياة سلسلة لا متناهية من المصاعب.					
٢٧	يساعد وضوح الهدف على إنجازه.					
٢٨	أتوقع أن هناك شيئًا جيدًا سوف يحدث لي.					

الخصائص السيكومترية لقياس الشعور بالتناؤل

٢٩	أشعر بالرضا عن كل شيء يحدث في حياتي.
٣٠	ليس للحياة قيمة إلا إذا وجدت هدفاً تتناضل من أجله.
٣١	أشعر بالطمأنينة على مستقبلي.
٣٢	تبدو الحياة جميلة بالنسبة لي رغم وجود هذا المرض.
٣٣	يساعد المرء قليلاً من الحرص على تحقيق أهدافه بشكل أفضل.
٣٤	يبدو لي أن المستقبل غير مضمون لكي أخطط لحياتي.
٣٥	أشعر بأنني من المحظوظين في هذه الحياة.
٣٦	يجب وضع خطط محكمة لإنجاز الهدف المرجو على أفضل نحو.
٣٧	ينتابني الشك والارتباك عندما أفكر في المستقبل.
٣٨	إذا قُدر لي أن أعيش من جديد فلن أبذل الكثير في حياتي.
٣٩	يصعب تحقيق أي هدف دون الالتزام بخطة واضحة.
٤٠	أشعر أن المستقبل أكثر تعاسة.
٤١	أشعر أن حياتي الآن أفضل من أي وقتاً مضى.
٤٢	أرى أنه يجب التركيز على التفاصيل البسيطة والدقيقة لكي يتحقق الهدف في النهاية.
٤٣	أفكر في كل ما حدث لي في الماضي وأهمل المستقبل.
٤٤	أعيش في مستوى حياة أفضل مما أتمناه أو أتوقعه.
٤٥	يصعب علي إنجاز الأهداف الصعبة.

المراجع :

١. أحمد محمد عبد الخالق (٢٠٠٠). التفاؤل والتشاؤم، عرض لدراسات عربية، الهيئة العامة المصرية للكتاب، مجلة علم النفس، (٥٦) ٦-٢٧.
٢. أحمد محمد عبد الخالق (٢٠١٦). علم نفس الشخصية. ط٢، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
٣. الزهراء مصطفى (٢٠١٩). التفاؤل لدى طفل ما قبل المدرسة وعلاقته بالأمل، مجلة الطفولة والتربية، جامعة عين شمس كلية البنات، ٤٠، (٣): ٣٦٩-٤٥١.
٤. إسلام رمضان إبراهيم أحمد (٢٠١٩). معنى الحياة والمرونة والتفاؤل كمنبئات لارتقاء ما بعد الصدمة لدى عينة من طلاب الجامعات. رسالة ماجستير، جامعة عين شمس، كلية تربية.
٥. إيناس محمد سليمان على منصور (٢٠٢٣). التفاؤل وعلاقته بتحقيق الذات لطلاب الجامعة، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، جامعة المنيا، كلية التربية، ٣٨، (٣): ٥٨١-٦٠٨.
٦. بدر محمد الأنصاري (٢٠١٤). المرجع في مقاييس الشخصية. ط٢. القاهرة: دار الكتاب الحديث.
٧. جبر محمد جبر (٢٠١١). علم النفس الإيجابي. القاهرة: الحنفى للطباعة والنشر.
٨. زينب كريم حميد، على حسين مظلوم المعموري (٢٠١٩). الشخصية الاستباقية وعلاقتها بالتفاؤل المتعلم لدى طلبة الدراسات العليا، مجلة العلوم الإنسانية، جامعة بابل، كلية التربية للعلوم الإنسانية، ٢٦ (٢): ١-٢٠.
٩. سلمى محمود عابدين (٢٠١٩). التفاؤل لدى عينة من طلاب جنوب الوادي بقنا في ضوء بعض المتغيرات، مجلة العلوم التربوية، جامعة جنوب الوادي، كلية التربية، ٢ (١): ٣١٨-٣٦٨.
١٠. سناء محمد سليمان (٢٠١٤). التفاؤل والأمل "من أجل حياة مشرقة ومستقبل أفضل". القاهرة : عالم الكتب.
١١. سوزان بنت صدقة بن عبد العزيز بسيوني (٢٠١١). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالإنجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات الجامعيات بمكة المكرمة. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، كلية التربية بنات، (٢٨)، ٦٩-١١٤.
١٢. شيماء سيد أحمد على (٢٠١٨). الأمل والتفاؤل محددات للصمود النفسي لعينة من طلبة الجامعة، مجلة البحث العلمي في التربية، جامعة عين شمس، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، ١٩ (٦): ٣٠٧-٣٣٤.

الخصائص السيكومترية لقياس الشعور بالتفاؤل

١٣. عبد الدائم الكحيل(٢٠٠٩). التفاؤل والصحة. مجلة الإعجاز العلمي. السعودية، العدد ٣٣: ٢٨-٣٠.
١٤. عصام عزوز(٢٠١٦). فيروس سي (القصة الكاملة بداية ونهاية الأسطورة). القاهرة: دار المعارف.
١٥. عون عوض يوسف محيسن(٢٠١٢). التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة الأقصى بغزة في ضوء بعض المتغيرات،مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، الجامعة الإسلامية-غزة عمادة شؤون البحث العلمي والدراسات العليا،٢(٢):٥٣-٩٣.
١٦. منار عباس لوباني (٢٠٢٠). مستوى القلق وعلاقتة بالتفاؤل لدى مرضي السرطان في الاردن. رسالة ماجستير، جامعة عمان العربية ، كلية العلوم التربوية والنفسية.
١٧. نجاة الطاهر أحمد الفرجاني(٢٠١٩). فعالية برنامج قائم على التفاؤل لتحسين الصمود النفسي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، مجلة البحث العلمي في التربية،جامعة عين شمس، كلية البنات،٢٠(١٥):١٤٨-١٧٧.
١٨. نسبية داؤد بحر الدين محمد (٢٠٢٠). التفاؤل وعلاقتة بالكفاءة الذاتية لدى النساء المصابات بسرطان الثدي بالمركز القومي للعلاج بالأشعة بولاية الخرطوم،رسالة ماجستير، كلية الاداب،جامعة النيلين،السودان.
١٩. هدى السيد شحاتة السيد(٢٠٢١). التفاؤل وعلاقتة بالمناعة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة،المجلة التربوية،جامعة سوهاج، كلية تربية٩٢(٩٢):١١٨٣-١٢٥٤.
20. Abdullah, M. (2018). Optimism pessimism and its relationship with locus of control among children and adolescents. **Mathews Journal of Psychiatry & Mental Health**, 3(1), 1-9.
21. Atalay, C, G. (2012). Optimism syndrome in business life: A research of optimism about academicians in Turkey, **social and behavioral science journal**, 58: 964-970.
22. -Bennett, O (2015). **Cultures of optimism: the institutional promotion of hope**. United Kingdom: Palgrave Macmillan.
23. Bhart, T., & Rangnekar, S. (2019). Employee optimism in India. **An International Journal**, 26(3), 1020-1032.
24. Brydon, L., Walker, C., Wawrzyniak, A., Chart, H., & Steptoe, A. (2009). Dispositional optimism and stress induced changes in immunity and negative mood. **Brain Behavior immunity**, 23(6), 810-816.

25. Brown, A.G. (2011). An examination of the relationship between death anxiety, optimism, depression, and anxiety, **doctoral thesis**, Texas tech university, graduate faculty.
26. Charyton, C. Hutchison, S. & Snow, L. (2009). Creativity as an attribute of positive psychology: the impact of positive and negative effect on the creative personality. **Journal of creativity in mental health**. 4 (1) 57 – 66.
27. Chen, Y., Su., J., Ren, Z., & Huo, Y. (2019). Optimism and mental health of minority students: Moderating effects of cultural Adoptability. **Frontiers in psychology**, 10(2545)1-14.
28. Darcia Narvaez (2006). **Guide for using the positivity scale**. University of Notre dame.
29. Dember, W.N., Martin, S.H., Hummer, M.K., Howe, S.R. & Melton, R.S. (1989). The measurement of optimism and pessimism. **Current Psychological Research and Reviews**, 8, 109-119. Reproduced with permission.
30. Devivere, B.V (2018). **Meaningful work: Viktor Frankl's legacy for the 21st century**. New York: Springer.
31. Freres, D., Gillham, J. (2006). **The promotion of optimism and health**. In M.E. Vollrath (Ed). Handbook of personality and health (pp.315-335) John Wiley & sons Ltd.
32. Freund, A. & Balts, P., (1998). Selection, optimization and compensation as strategies of life management: Correlation with subjective indicators of successful aging, **journal of psychology and Aging**. 13(4):531-543.
33. Harris, P. & Middleton. (1994). The illusion of control and optimism about health: on being less at risk but no more in control than others. **British journal of social psychology**. 33(4):369-386
34. Jenaabadi, H., Ahani, M., & Sabaghi, F. (2015). Examining the relationship of optimism and emotion regulation strategies with general health among students of university of Sistan and Baluchestan. **Journal of Health**, 7(7), 865-872.
35. Jerkovic, V.C., Jovanovic, V., Zuljevic, D., Brdaric, D. (2014). When less is more: A short version of the personal optimism scale and self-efficacy optimism scale, **journal of happiness studies**, 15(2):455-474.
36. Kandemas E.C. (2006). Self-efficacy, social support and well-being: the mediating role of optimism. **Journal of Personality and individual difference**. Vol.40:128-129.

37. Kim, E., Hagan, K., Grodstein, F., Demeo, D., Vivo, I., & Kubzasky, L. (2017). Optimism and cause-specific mortality: A prospective cohort study. **American Journal of Epidemiology**, 185(1), 21-29.
38. Heinonen, K., Raikkonen, K., & Keltikangas, L. (2005). Self-esteem in early and late adolescence predicts dispositional optimism – Pessimism in adulthood: A 21 year longitudinal study, **Journal of Personality and Individual Differences**, (39) (3) P. 511 – 521.
39. Kelloniemi H, Ek E, Laitinen J. (2005). Optimism, dietary habits, body mass index and smoking among young Finnish adults. **Appetite Journal**; 45: 169 - 176.
40. Millstein, R., Chung, W. J., Hoepner, B. B., Boehm, J., Legler, S. R., Mastromaro, C. A., Huffman, J. C. (2019). Development of the state optimism measure, **Journal of General Hospital Psychiatry**, 58: 83-93.
41. Moyano, L. M. (2013). The role of dispositional optimism on Agency when parenting a child with Autism Spectrum disorders, **Doctorate degree**, Nova southeastern university.
42. Mahasneh, A., Alzoubi, Z., Batayneh, O. (2013). The relationship between optimism- pessimism and personality traits among students in the Hashemite university, **Journal of International Education Student**, 6(81) 71-82.
43. Nishaat, A. (2021). Development of realistic optimism scales, **Journal of Contemporary Social Sciences**, 30(1): 145-159.
44. O'gardy, C. G. (2006). Cognitive optimism and professional pessimism in the large-firm practice of law: The optimistic associate. **Law & Psychology Review**. vol(3): p23-55.
45. Park, N., Peterson, C., Szvarca, D., Molen, R. J. V., Kim, E. S., Collon, K. (2016). Positive Psychology and Physical Health: Research and Applications, **American Journal of Lifestyle Medicine**. 10(3): 200-206.
46. Scheier, M. F., Carver, C. S., Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): a reevaluation of the Life Orientation Test, **Journal of Personality and Social Psychology**, 1063-1078.
47. Schilling, J. E. (2021). Threatening the self-concept: how grandiose and hypersensitive narcissism relate to comparative optimism, **Master degree**, Appalachian state university.
48. Seligman, M. E. (2006). **Learned Optimism : How to change your mind and your life**. New York: vintage BOOKS.

- 49.Thursz, M. and Fontanet, A.(2014). HCV Transmission in Industrialized Countries and Resource-Constrained Areas. **Nature Reviews Gastroenterology & Hepatology**.(11): 28-35.
- 50.Trottier, Mageau ,Pierre &Wayne (2008). Validation de la version Canadienne- Française du Life Orientation Test-Revised,Canadian Journal of Behavioural Science 40(4): 238–243.
- 51.VandenBos,G.(2015) **APA Dictionary of Psychology**. American Psychological Association (2ND ed) Washington.
- 52.Webster,N.(1991). **New international Dictionary of English Language**, Second edition, unabridged.
- 53.Weinstein, N.D.(1980). Unrealistic optimism about future life events, **Journal of personality and Social psychology**, 39(5):806-820.
54. Wong,P.T.(2013). **The human quest for meaning: Theories, research, and applications**. New York: Routledge.
- 55.World Health Organization(2004). The world health report.Avaliable at:
[www.who.int/healthinfo/global_burden_disease.s/2004_report_updatr\(17/4/2013-7,00pm\).](http://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease.s/2004_report_updatr(17/4/2013-7,00pm).)
- 56.Yim-Dockery,H.(2019). Optimism,Parentalself-efficiency, and externalizing behavior in children with developmental delay in early childhood, **Doctorate degree**, Oregon University.

Psychometric characteristics of feeling of optimism scale for hepatitis “c” virus patient

Abstract:

This research aimed to investigate the effectiveness of feeling of optimism scale(prepared by the researcher) The scale was applied among a sample of hepatitis” C” virus, consisted of (150) patient with hepatitis “C”,They were collected from 4 hospitals affiliated with the National Committee for Control of viral Hepatitis;(69) Infected from the National Institute for Endemic Diseases and Liver Research under the supervision of Dr. Amin Mohamed Abdel Baqi; (41) Infected from Ain Shams University Hospital (Demerdash) under the supervision of Dr. Marwa Ahmed Mohamed Mohamed Saqr; (27) Infected from El Matareya Teaching Hospital Under the supervision of Dr. Al-Saeed Al-Saeed Mohamed Shaaban, (13) injured from Al-Qasr Al-Aini Hospital under the supervision of Dr. Mohamed Ibrahim Negm,The Feeling of optimism scale consists of (44) item, divided into three sub-dimensions including (Positive future orientation, Life satisfaction, Ability to achieve goals).The study used some Statical methods as the confirmatory factor analysis(CFA) ,Half split factor, Cronbach Alpha factor .the psychometric characteristics of the scale has been tested ,and results proved it to be valid, stable and applicable to likes of the study sample, so The results verified the effectiveness of Moral values scale.