

إعداد مقياس التفاؤل غير الواقعي لدى عينة من الطلبة والطالبات في الكويت

د. بدر محمد الأنصاري

قسم علم النفس - كلية العلوم الاجتماعية - جامعة الكويت

* نشر مجلة دراسات نفسية (2001) ، مجلد 11، ع 2 ، ص ص 194-243 ، رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية ، مصر

تم دعم هذا العمل عن طريق جامعة الكويت ، إدارة الأبحاث ، رقم المنحة APO39

*إعداد مقياس التفاؤل غير الواقعي لدى عينة من الطلبة والطالبات في الكويت ** بدر محمد الأنصاري

ملخص :

اهتم الباحثون في الشخصية بمفهوم التفاؤل غير الواقعي على المستوى العالمي في وقت متأخر لا يزيد عن العقدين الأخيرين . وفي حدود علم الباحث لا يوجد أي بحث محلي أو عربي في هذا المجال. وهدفت هذه الدراسة إلى تقديم مفهوم التفاؤل غير الواقعي بوصفه سمة في الشخصية ، ووضع أداة لقياسه ، وتحديد معالمه السيكومترية وفحص ارتباطاته بمتغيرات الشخصية .

وعرف التفاؤل غير الواقعي نظرياً بأنه اعتقاد الفرد بقدرته على التفاؤل إزاء الأحداث دون مبررات منطقية أو وقائع تؤدي إلى هذا المعتقد حيث يتوقع الفرد غالباً حدوث الأشياء الإيجابية أكثر مما يحدث في الواقع ، ويتوقع حدوث الأشياء السلبية أقل مما يحدث في الواقع . مما قد يتسبب أحياناً في حدوث النتائج غير المتوقعة ، والتي قد تعرضه بدورها لمخاطر عدة أهمها المخاطر الصحية ، على حين يعرف التفاؤل غير الواقعي إجرائياً بأنه " استجابة يقوم بها الفرد لمدى توقعه غالباً لحدوث أحداث إيجابية متنوعة أكثر مما يحدث في الواقع وتوقع حدوث الأحداث السلبية أقل مما يحدث في الواقع التي تضمنتها أداة البحث ، وهذه الاستجابة تقاس بمقياس متدرج ذي ثمانية مستويات من الاحتمالات من : 10% إلى 80% .

وضع الباحث مقياساً للتفاؤل غير الواقعي معتمداً على المجتمع الكويتي على نحو خاص ، ثم قاس الفروق الفردية والفروق بين الجنسين في التفاؤل غير الواقعي ، وحدد طبيعة العلاقة بين التفاؤل غير الواقعي وبعض متغيرات الشخصية (التفاؤل ، التشاؤم ، اليأس ، الاكتئاب ، القلق ، الذنب ، الخزي ، الوسواس القهري ، الشكاوي الجسمية ، التفكير الانتحاري) .

استخدمت في هذه الدراسة عينات متعددة من طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب ومن طلاب جامعة الكويت بواقع سبعة عينات وبواقع (270) من طلاب الجامعة لإجراء السؤال المفتوح لجمع عينة بنود المقياس و(425) طالباً وطالبة لحساب الثبات والصدق العاملي ، و(644) فرداً لفحص الفروق بين الجنسين و(360) فرداً ، و(85) فرداً و(162) طالباً وطالبة لبيان ثبات الاتساق الداخلي لمقياس التفاؤل غير الواقعي لاستخلاص الارتباطات المتبادلة بين متغيرات الشخصية ، و (274) فرداً من طلاب جامعة الكويت لحساب معاملات ثبات مقاييس الشخصية.

وقد أسفرت نتائج الدراسة عن تمتع مقياس التفاؤل غير الواقعي بخصائص قياسية جيدة من ناحية الثبات والصدق . فقد تراوحت معاملات الثبات بطريقة القسمة النصفية لدى الذكور والإناث منفصلين بين 0.76 ، 0.88 ، على حين تراوحت معاملات ألفا للثبات

بين 0.72 ، 0.89 . كما تراوحت معاملات ثبات الاستقرار بين 0.83 و 0.89 . وفيما يتعلق بالصدق فقد تم حساب صدق التكوين بثلاث طرق (الاتساق الداخلي ، والتحليل العاملي ، والصدق التقاربي والتمييزي) فقد تراوحت معاملات الارتباط المتبادلة بين كل بند والدرجة الكلية على المقياس بين 0.35 ، و0.61 وقد كشفت نتائج التحليل العاملي عن استخلاص عاملين (الأحداث السارة والأحداث المفجعة) . وقد ارتبط التفاؤل غير الواقعي ارتباطات جوهرية موجبة مع التفاؤل ، على حين ارتبط بارتباطات جوهرية سالبة مع كل من التشاؤم والقلق والوسواس القهري والذنب والخزي والشكاوي الجسمية واليأس والاكتئاب و التفكير الانتحاري.

وأخيرا أسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق جوهرية بين الجنسين في التفاؤل غير الواقعي ، وقدم الباحث عدداً من المعايير لمقياس التفاؤل غير الواقعي (المتوسطات ، والمئينيات ، والدرجات التائية) كما وضع الباحث عدداً من التوصيات للبحوث المقترحة .

* تم دعم هذا البحث عن طريق جامعة الكويت ، إدارة الأبحاث ، رقم المنحة APO39
** أستاذ مساعد (Associate prof.) ، قسم علم النفس ، كلية العلوم الاجتماعية ، جامعة الكويت

The Development and Validation of Unrealistic Optimism Scale Among College Students From Both Sexes in Kuwait . *

Bader M. Alansari, Ph.D
Psychology Department,
College of Social Sciences .
Kuwait University, Kuwait.

The objectives of this study were: a) to introduce unrealistic optimism in the Arabic literature as a distinctive personality trait, b) to develop an unrealistic optimism scale in order to assess unrealistic optimism in Kuwaiti society to be used as a diagnostic tool and in research, c) to assess unrealistic optimism among Kuwaiti college students and b) to examine its correlates with some personality variables such as shame, hopelessness, depression, anxiety, guilt, obsession, somatic complaints, suicidal ideation, life orientation, optimism, and pessimism. Seven independent samples from Kuwait University and from the Public Authority for Applied Education and Training from both sexes were used in this study in order to achieve the study objectives. The first sample consists of (270) students answered to an open-ended question procedure, the second sample consists of (425) students administered the Unrealistic Optimism Scale in order to assess its item analysis, validity, and gender differences. The third, fourth, fifth, sixth, and the seventh samples consist of (360), (185), (162), (644) students, respectively in order to assess the scales, internal consistency, and to assess the correlation between unrealistic optimism and some personality variables, and (274) students to assess the personality scales internal consistency. The study findings are:

- 1 - The Scale has satisfactory psychometric properties in different samples.
- 2 - The scales, internal consistency ranged from .72–.89 across four different samples.
- 3 - Regarding the factor structure of the Unrealistic Optimism scale, two factors

have been extracted across two different samples.

4 - Unrealistic optimism significantly positive correlation with optimism, and negatively correlated with hopelessness, depression, anxiety, guilt, shame, obsession, somatic complaints, pessimism, and suicidal ideation.

5 – No significant gender difference was detected in unrealistic optimism.

The potential usefulness of the Unrealistic Optimism Scale in therapeutic, school, athletic, business, and research settings was proposed discussed.

-
- *This work was supported by the Kuwait University Research Administration Grant No . APO39.*

إعداد مقياس التفاؤل غير الواقعي لدى عينة من الطلبة والطالبات في الكويت المصطلحات الأساسية:

التفاؤل غير الواقعي ، الخصائص السيكومترية ، الفروق بين الجنسين ، المكونات
العاملية، قياس الشخصية ، التفاؤل ، التشاؤم ، الاكتئاب ، اليأس ، الذنب ، القلق ، الأفكار
الانتحارية.

مقدمة :

ورد التفاؤل والتشاؤم ومشتقاته (كالفال وتفاعلت بكذا) ، والشؤم (مثل تشاءم بالأمر والمشامة
في المعاجم العربية القديمة مثل لسان العرب لابن منظور ، وتاج اللغة وصحاح العربية للجوهري ،
والقاموس المحيط للفيروز آبادي ... وغيرهم ، واستخدم لفظ " التفاؤل " في أحاديث للرسول صلى الله
عليه وسلم . كما أن استخدام كلمتي التفاؤل والتشاؤم من قبل غير المتخصصين يعد استخداما قديما جدا
، حيث يمكن أن يشار بهما - على الأقل - إلى ثلاثة معان كما يلي : توجه في الحياة Life Orientation
بوجه عام ، صفة يمكن أن يوصف بها مختلف الأفراد ، حالة نفسية تتأثر بظروف داخل الشخص أو
خارجه .

وعلى الرغم من هذا الاستخدام القديم للكلمتين من قبل غير المتخصصين ، فإن الاهتمام
بالمفهومين ودراستهما بشكل مفصل في إطار علم النفس لم يحدث بشكل منظم إلا في أواخر السبعينيات
(صدر أول كتاب متخصص في هذا الموضوع باللغة الانجليزية عام 1979) . ومع ذلك لم تصل لنا حتى
كتابه هذا البحث معلومات عن كتاب عربي عن هذا الموضوع باستثناء كتاب بدر الأنصاري (1998)
عن التفاؤل والتشاؤم يعرض فيها للمفهوم والقياس والمتعلقات بشكل مفصل ، برغم أهمية مفهومي
التفاؤل والتشاؤم في بحوث الشخصية .

ويعرف التفاؤل Optimism بأنه "نظرة استبشار نحو المستقبل ، تجعل الفرد يتوقع
الأفضل ، وينتظر حدوث الخير ، ويرنو إلى النجاح ، ويستبعد ماخلا ذلك . " (بدر
الأنصاري ، 1998) . على حين يعرف التشاؤم Pessimism بأنه توقع سلبي للأحداث
القادمة ، يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ ، ويتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل . ويستبعد
ما عدا ذلك إلى حد بعيد " (بدر الأنصاري ، 1998) .

ويعد مفهوم التفاؤل غير الواقعي ذو علاقة وثيقة بمفهومي التفاؤل والتشاؤم ، ويعرف "
Unrealistic) التفاؤل غير الواقعي Taylor & Brown, 1988 تايلور ، وبراون ")
بأنه شعور الفرد بقدرته التفاؤل إزاء الأحداث دون مبررات منطقية أو وقائع أو مظاهر Optimism
تؤدي إلى هذا الشعور ، مما قد يتسبب أحيانا في حدوث النتائج غير المتوقعة ، وبالتالي يصبح الفرد في
قمة الإحباط مما قد يعرضه للمخاطر والإصابة بالأمراض كالإيدز على سبيل المثال ، وذلك كما ظهر من
، حيث يعتقدون أن التوقعات غير الواقعية (Tayler et al., 1992) دراسة " تايلور " وزملائه

للأفراد إزاء أحداث المستقبل (وبخاصة في الأمور الصحية) قد تدفع بهم إلى عدم ممارسة السلوك الصحي الجيد . وقد قدم " واينشتاين " تعريفا للتفاؤل غير الواقعي كما يلي : " يعتقد الناس أن الحوادث السلبية يقل احتمال حدوثها لهم بالمقارنة إلى الآخرين ، ويعتقدون أيضا أن الحوادث الإيجابية . على العكس من (Weinstein, 1980, 1983) يزداد احتمال حدوثها لهم بالنسبة إلى الآخرين مفهوم التفاؤل غير الواقعي ، قدم بعض الباحثين مفهوم التفاؤل غير الواقعي . وقد قدم " دولنسي ، جرومسي ، وزاويزا " تعريفا له كما يلي : يواجه كل فرد حتما خطرا في أن يصبح ضحية لحادث أو مرض مستعص غير قابل للشفاء، أو طوفان أو زلزال أو غير ذلك (بدر الأنصاري ، 1998 : 30) .

ولقد قدم " واينشتاين " (Weinstein, 1980) مفهوم " التفاؤل غير الواقعي " ، وأورد تقريرا هدف إلى الكشف عن نزعة الأفراد إلى التفاؤل غير الواقعي لأحداث الحياة في المستقبل ، وذلك من خلال دراستين ، حيث تكونت عينة الدراسة الأولى من (1258) طالبا وطالبة من جامعة " روتجرز " في ولاية " نيوجيرسي " الأميركية . واستخدم في هذه الدراسة مقياس أحداث الحياة ، الذي يشتمل على (42) حدثا ، (18) حدثا إيجابيا و(24) حدثا سلبيا ، وكان يجب عن كل بند على ضوء أحد عشر اختيارا يتراوح بين " لا فرصة للحدوث " و " فرصة حدوث أكثر من 80% " . وكشفت الدراسة الأولى عن تقدير الأفراد للأحداث الإيجابية بمعدل فوق المتوسط ، على حين كان تقديرهم للأحداث السلبية بمعدل أقل من المتوسط ، كما أظهرت الدراسة أيضا تأثر درجة التفاؤل بعوامل أخرى مثل : الخبرة الذاتية ، والدافعية ، والقوالب النمطية ، والتحكم في الملاحظة .

أما الدراسة الثانية فقد أجريت على (120) طالبة من الجامعة السابقة نفسها ، وهدفت إلى التحقق من الفكرة القائلة بأن الأفراد ذوي التفاؤل غير الواقعي يتفائلون نتيجة توجيههم إلى العوامل التي تساعدهم على تحقيق مطالبهم المرغوبة في المستقبل . واستخدم في هذه الدراسة كتيب يحتوى على الأحداث نفسها التي استخدمت في الدراسة الأولى ، ولكن تم تقسيمها في الدراسة الثانية إلى ثلاثة أقسام متساوية يمكن أن تثير التفاؤل غير الواقعي ، وعلى كل مفحوص أن يذكر العوامل التي قد تزيد من احتمال حدوث تلك الأحداث لديهم أو تقلل منها ، وكان الهدف من هذا الإجراء تقليل درجة التفاؤل غير الواقعي أو التحكم فيها . وبالفعل أظهرت هذه الدراسة أن استخدام هذا الإجراء قد خفض من معدل التفاؤل غير الواقعي بشكل ملحوظ بالنسبة للأحداث ذاتها التي تم تحديدها في الدراسة الأولى . ومع ذلك فإن هذا الإجراء لم ينف ظاهرة اللاواقعية في التفاؤل (Weinstein, 1983) .

وحيث إن مفهوم التفاؤل غير الواقعي يشير إلى تقليل الأفراد من " تقديراتهم أو توقعاتهم من الأحداث التي سوف تواجههم في المستقبل ، فقد تساءل " ماكيننا " (Mckenna , 1993) : هل يرجع ذلك إلى مفهوم التفاؤل غير الواقعي أو إلى الشعور الزائف بالقدرة على التحكم Husion of control . وللإجابة عن هذا التساؤل استخدم المنهج التجريبي ، وبلغ حجم العينة (99) فرداً من أعضاء هيئة التدريس والموظفين والطلاب بجامعة " ريدنج " في إنجلترا بواقع (58) ذكرا و (41) أنثى ، ممن تراوحت أعمارهم من 18 إلى 68 عاما . وكانت أداة البحث عبارة عن استبانة تتكون من سؤاليين كما يلي :

السؤال الأول : مقارنة بالسائقين الآخرين ، ما هو توقعك (في اعتقادك) بأنك سوف تتعرض لحادثة مرورية أثناء قيادتك للسيارة ؟

السؤال الثاني : مقارنة بالسائقين الآخرين ، ما توقعك (في اعتقادك) بأنك سوف تتعرض لحادثة مرورية عندما تكون مرافقا وليس سائقا للسيارة ؟

وكانت فئات الإجابة عبارة عن خمسة اختيارات ، وكشفت نتائج الدراسة عن عدم توقع السائقين الحوادث المرورية عندما يقومون هم بقيادة السيارة ، على حين كانت توقعاتهم أكثر بالإصابة في حادثة مرورية عندما يكونون مرافقين وليسوا سائقين . وقد فسر الباحث نتائج الدراسة بعدم وجود علاقة بين التفاؤل وتوقع تلك الأحداث ، وفسرها بأنها ناجمة عن خداع الضبط أو التحكم .

ويذكر " واينشتاين " (Weinstein, 1982) دراسة قدمت لمائة طالب جامعي من الجنسين قائمة تضم 45 مشكلة صحية تشتمل على عنصرين فرعيين : الأمراض وأسباب الوفاة مثل : الإدمان ، الانتحار ، الصرع ، أزمة قلبية ، القرحة ، سرطان الرئة ، التهاب الكبد الوبائي ، نقص الفيتامين ، عدوى الكلى ، تصلب الشرايين ، السكر ، الصمم ، ضربة الشمس ، الربو ، القتل . وتلا كل مشكلة مقياس تقدير من سبع نقاط يضم الاختيارات الآتية : أقل من المتوسط بكثير ، أقل من المتوسط ، أقل من المتوسط قليلا ، المعدل نفسه لبقية طلاب جامعتك من جنسك نفسه ، أعلى من المتوسط قليلا ، أعلى من المتوسط ، أعلى من المتوسط كثيرا . وقام كل طالب بوضع تقديرين: فرص إصابته بهذه المشكلات الصحية والمشكلات المهددة للحياة ، وفرص زملائه في الجامعة نفسها .

وكشفت النتائج أن لدى الطلاب تفاؤلا متحيزا مرتفعا ، فقد عدوا فرصة إصابتهم بالمشكلات الصحية أقل من فرصة أقرانهم . كما ظهر أن العوامل التي تميل إلى أن تزيد من التفاؤل غير الواقعي تتمثل في : إمكانية التحكم في المرض أو سبب الوفاة كما يدركها الطلاب ، نقص الخبرة السابقة ، الاعتقاد بأن المشكلة الصحية تظهر خلال الطفولة . وبينت هذه الدراسة أيضا أن التفاؤل غير الواقعي يضعف الاهتمام بتخفيض احتمالات خطر الإصابة بالأمراض ، ويكون ذلك بطريقة غير مباشرة إذ يخفض القلق .

وقد قدم " واينشتاين " تعريفا لاحتياز التفاؤل غير الواقعي كما يلي : " يعتقد الناس أن الحوادث السلبية يقل احتمال حدوثها لهم بالمقارنة إلى الآخرين . كما يعتقدون أن الحوادث الإيجابية يزداد احتمال حدوثها لهم بالنسبة إلى الآخرين " . وتتاح دراسات كثيرة تؤيد هذه الظاهرة . ومع ذلك لا تتاح دراسة تفحص هذه الظاهرة في الحالات التي يكون فيها الخطر شائعا وشديدا وفوريا وحقيقيا .

ويعرف " تايلور وبراون " (Taylor & Brown, 1988) التفاؤل غير الواقعي بأنه شعور الفرد بقدرته على التفاؤل إزاء الأحداث دون مبررات منطقية أو وقائع أو مظاهر تؤدي إلى هذا الشعور ، مما قد يتسبب أحيانا في حدوث النتائج غير المتوقعة ، وبالتالي يصبح الفرد في قمة الإحباط مما قد يعرضه للمخاطر والإصابة بالأمراض النفس الجسمية على سبيل المثال ، وذلك كما ظهر من دراسة " تايلور " وزملائه (Tayler et al., 1992) ، حيث يعتقدون أن التوقعات غير الواقعية للأفراد إزاء أحداث المستقبل (وبخاصة في الأمور الصحية) قد تدفع بهم إلى عدم ممارسة السلوك الصحي الجيد .

ويفرق كل من " هاريس ، ميديلتون " (Harris & middleton, 1994) بين كل من التفاؤل والتفاؤل المقارن والتفاؤل غير الواقعي باعتبار أن التفاؤل " عبارة عن نزعة داخل الفرد للتوقع العام لحدوث الأشياء الايجابية بدلا من حدوث الأشياء السلبية " ، على حين يعرفان التفاؤل المقارن باعتباره " نزعة داخل الفرد للتوقع العام لحدوث الأشياء الايجابية لنفسه أكثر من حدوثها للآخرين ، وتوقع حدوث الأشياء السلبية للآخرين أكثر من حدوثها له " ، على حين يعرف التفاؤل غير الواقعي " بأنه عبارة عن نزعة داخل الفرد غالبا لتوقع حدوث الأشياء الايجابية أكثر مما يحدث فعلا وتوقع حدوث الأشياء السلبية اقل مما يحدث فعلا .

وتشير إحدى الدراسات التي أجريت في الولايات المتحدة إلى أن أكثر من 44% من أفراد العينة التي شملتها الدراسة كانوا متشائمين عندما سئلوا عن توقعاتهم عما سوف يحل ببلادهم في المستقبل ، كما كان حوالي 60% منهم متشائمين عندما سئلوا عن أشياء تتعلق بأمور حياتهم ، وظهر أيضا أن 4% تقريبا من أفراد العينة توقعوا الأسوأ في جميع الأمور ، علما بأن 80% من أفراد العينة توقعوا الأفضل فيما يتعلق بتنبؤاتهم الخاصة والعامة (Smith, 1983) .

ويرى عدد من الباحثين (Kirscht et al., 1966; Harris & Robertson, 1977; Larwood 1978; Guten, 1979) أن الأفراد الذين لديهم تفاؤل غير واقعي هم الذين يعتقدون بأن احتمالات حدوث الأسوأ من الأحداث أو الأفضل من الأحداث بمعدل أقل من المتوسط بوجه عام .

ويحدث التفاؤل غير الواقعي عندما يخفض الأفراد تقديراتهم أو توقعاتهم الشخصية أو الذاتية لمواجهة الأحداث السيئة . ولا يحدث التفاؤل غير الواقعي فقط عندما يقلل الأفراد من احتمالات حدوث الأسوأ من الأحداث ، وإنما أيضا عند زيادة توقع الأحداث الإيجابية (Mckenna, 1993) .

وينظر بعض الباحثين إلى التفاؤل غير الواقعي بإعتباره أحد الميكانيزمات (الآليات) الدفاعية التي يستخدمها الأنا لخفض القلق (Kirsch et al, 1966)، على حين يفسر باحثون آخرون (Jones & Nisbett 1971; Ross et al., 1977;) (Lachendro 1982) التفاؤل غير الواقعي بوصفه نزعة الأفراد الأتانية بطبيعتهم والتي تؤثر في معتقداتهم تجاه التقليل من احتمالات وقوعهم في الخطر علما بأنهم يعتقدون بأن تلك الأحداث قد تحدث للآخرين دونهم . كما يفسر كل من (Kahneman & Tversky 1972) التفاؤل غير الواقعي نتيجة للخطأ المعرفي الذي قد يقع فيه الفرد ، فعلى سبيل المثال قد يكون لدى بعض الأفراد صور ذهنية خاصة عن ضحايا الأزمات

القلبية ، فإذا كان الفرد ذاته يعتقد لا تنطبق مع صورته الذهنية عن ضحايا أزمات القلب فإنه يستبعد احتمال تعرضه لأزمة قلبية بعكس الأفراد الذين يعانون من أزمات قلبية والذين يتوقعون احتمالات الإصابة بها .

ويفسر بعض الباحثين (Morison, 1985) التفاؤل غير الواقعي بأنه نتيجة لانخفاض الذكاء أو افتقار الفرد لبعض المهارات العقلية مما يدفع الفرد إلى إساءة التقدير للمخاطر المحتملة أو الأحداث السيئة التي يحتمل أن يتعرض لها .

ومن خلال العرض السابق يمكن أن نستنتج أن التفاؤل عبارة عن نظرة استبشار نحو المستقبل ، تجعل الفرد يتوقع الأفضل ، وينتظر حدوث الخير ، على حين يمكن تعريف التفاؤل غير الواقعي بأنه اعتقاد الفرد بقدرته على التفاؤل إزاء الأحداث دون مبررات منطقية أو وقائع تؤدي إلى هذا المعتقد حيث يتوقع الفرد غالبا حدوث الأشياء الإيجابية أكثر مما يحدث في الواقع ويتوقع حدوث الأشياء السلبية أقل مما يحدث في الواقع . مما قد يتسبب أحيانا في حدوث النتائج غير المتوقعة ، والتي قد تعرضه بدورها لمخاطر عدة أهمها المخاطر الصحية ، ولذلك فإن المفهوم الأخير جدير بالدراسة ، وهو ما اضطلعت به في هذه الدراسة .

وامتدادا للمحاولات التي قام بها بعض الباحثين للتوصل إلى تعريف مقبول للتفاؤل غير الواقعي ، فإننا نضع تعريفا إجرائيا للتفاؤل غير الواقعي في الدراسة الحالية هو " استجابة يقوم بها الفرد لمدى توقعه غالبا لحدوث أحداث إيجابية متنوعة أكثر مما يحدث في الواقع وتوقع حدوث الأحداث السلبية أقل مما يحدث في الواقع كما يقاس بالبنود التي تضمنتها أداة البحث ، وهذه الاستجابة تقاس بمقياس متدرج ذي ثمانية مستويات من الاحتمالات هي : 10% ، 20% ، 30% ، 40% ، 50% ، 60% ، 70% ، 80% .

الدراسات السابقة :

إن المتتبع للدراسات الأجنبية والعربية التي تناولت مفهوم التفاؤل غير الواقعي يلاحظ أنها قليلة جدا بالمقارنة لدراسات التفاؤل والتشاؤم وغيرها من متغيرات الشخصية ومع ذلك فقد تناولت هذه الدراسات التفاؤل غير الواقعي في أربعة محاور : قياس التفاؤل غير الواقعي وتحديد طبيعة علاقته ببعض متغيرات الشخصية ، ودراسات التفاؤل غير الواقعي وعلاقته بالمشكلات الصحية ، والدراسات التي تناولت خفض التفاؤل غير الواقعي المتعلق بالقابلية للمرض ، دراسات ثقافية مقارنة في التفاؤل غير الواقعي ، ونظرا لقلّة عدد الدراسات في كل اتجاه فإننا سوف نعرض في الجزء التالي لهذه الدراسات السابقة في ضوء التصنيف الذي أشرنا إليه مؤخرا و حسب التسلسل التاريخي لها من الأقدم إلى الأحدث .

التفاؤل غير الواقعي ومتغيرات الشخصية :

أجريت دراسة " ماهاتاني ، جونستون " (Mahatone & Johnston, 1989) على عينة قوامها (60) طالب من طلاب كلية الطب في إحدى الجامعات البريطانية طبق عليها استبيان التفاؤل غير الواقعي و الذي يدور حول مدى تعرضهم لاحتمال الإصابة بعدد (18) مرض منها أمراض عقلية مقارنة بأقربائهم . كما طبق عليهم استبيان عن الاتجاهات نحو المرض العقلي . وقد كشفت نتائج هذه الدراسة عن وجود ارتباط جوهري سالب بين التفاؤل غير الواقعي والاتجاه السلبي نحو المرض ووجود ارتباط جوهري موجب بين التفاؤل الواقعي والاتجاهات الإيجابية نحو المرض .

درس " ديبيري " وصحبه (Dewberry et al., 1990) " القلق والتفاؤل غير الواقعي " ، فيذكرون أنه عندما يُقدر الناس احتمال تورطهم في حادث معين من حوادث الحياة فإنهم يميلون إلى أن يكونوا متفائلين بشكل غير واقعي ، فهم يعتقدون مثلا أن الحوادث السلبية يقل احتمال حدوثها لهم بالمقارنة إلى الآخرين ، كما أنهم يعتقدون أن الحوادث الإيجابية يزداد احتمال حدوثها لهم بالنسبة لغيرهم من الناس . فعندما يُطلب

منهم مثلاً أن يقدروا احتمال أن يصبحوا ضحية في حادث تصادم في السكة الحديد ، فالغالب أنهم سيذكرون أن احتمال كونهم ضحية سيكون أقل من أقرانهم . وتتوافر الأدلة على هذه الظاهرة . إلا أن بعض الدراسات برهنت على أن أثر التفاؤل غير الواقعي يصبح معكوساً أحياناً ، بحيث يصبح الناس متشائمين بشكل غير واقعي ، ويكون ذلك في ظروف معينة (كما سنبين في فقرة لاحقة) .

وقدّمت تفسيرات معرفية للتغير في مستويات التفاؤل والتشاؤم التي يجربها ويخبرها الشخص حيال الأحداث . وفحصت العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم والقلق ، والقلق هنا متغير مرتبط بكل من النواحي الانفعالية والمعرفية في هذه الدراسة . واستُخرج ارتباط سلبي بين معدل القلق الذي تشعر به الطالبات الإنجليزيات بالنسبة لأحداث سلبية معينة ومدى التفاؤل غير الواقعي لديهم بالنسبة لحدوث هذه الأحداث، و هي:

أن تصبح الفتاة ضحية اغتصاب، حدوث سرطان ثدي، العدوى بفيروس الإيدز، أن تصبح الفتاة ضحية اعتداء بقصد السرقة، أن تكون عاقراً، أن تطلق خلال خمس سنوات من الزواج، أن تصاب في حادث سيارة، العدوى بأمراض تناسلية، المعاناة من اكتئاب شديد، أن يسرق اللصوص سيارتك، أن تفصل من الوظيفة، أن تفصل من الكلية، أن تصاب بأزمة قلبية قبل سن الأربعين.

وقد استخلص الباحثون أن درجة القلق التي يمر بها الفرد ويخبرها تجاه حادث سلبي معين يمكن أن تؤثر في مستوى التفاؤل أو التشاؤم غير الواقعي تجاهه .

أما دراسة " سباركس ، شابردي ، ويرنجا ، زيمرمان " (Sparks, Shepherd, Wieringa & Zimmermanns, 1995) التي أجريت بهدف التعرف على طبيعة علاقة التفاؤل غير الواقعي بتغير نظام الحماية وإدراك التحكم في السلوك وذلك على عينة قوامها (612) من المراهقين الانجليز أعمارهم تتراوح بين 12 - 17 عاما طبق عليها مقياس احتمال حدوث بعض الأحداث السلبية والإيجابية المرتبطة بسلوك

نظام الحماية . وقد كشفت النتائج أن التفاؤل غير الواقعي تجاه المخاطر الصحية المرتبطة بنظام الحماية يزيد لدى الأفراد الذين يستهلكون الأغذية الصحية الجيدة بالمقارنة بالأفراد الذين يستهلكون الأغذية غير الصحية أو الضارة .

وفي دراسة " هورينز " (Hoorens, 1995) التي أجريت بهدف الكشف عن طبيعة علاقة التفاؤل غير الواقعي ببعض متغيرات الشخصية وذلك على عينة قوامها (90) طالب وطالبة من إحدى المدارس الثانوية الألمانية بواقع (45) من الإناث و(47) من الذكور تراوحت أعمارهم بين 15 - 18 عاما ، طبق عليهم مقياس للتفاؤل غير الواقعي تم تطويره من مقياس " وينشتاين " بحيث أصبح يتكون من (34) بنداً بواقع (17) بنداً إيجابياً و(17) بنداً سلبياً ، يجاب عنها بمقياس متدرج من (9) نقاط ، كما طبق على أفراد العينة عدد من مقاييس الشخصية (خداع الذات ، الشعور الزائف بالقدرة على التحكم ، السلوك الاجتماعي ، السعادة ، الاتزان الوجداني ، تقدير الذات) . وكشفت نتائج الدراسة عن وجود ارتباطات جوهرية موجبة بين التفاؤل غير الواقعي وكل من خداع الذات ($r = 0.51$) والشعور الزائف بالقدرة على التحكم ($r = 0.35$) وتقدير الذات ($r = 0.67$) والسلوك الاجتماعي ($r = 0.40$) والسعادة ($r = 0.38$) والاتزان الانفعالي ($r = 0.34$) .

أما دراسة " ريجان ، سنايدر ، كاسين " (Regan, Snyder, & Kassin, 1995) التي أجريت على عينة من طلاب الجامعة قوامها (60) طالبا وطالبة بهدف الكشف عن التفاؤل غير الواقعي وذلك عن طريق تطبيق مقياس " وينشتاين " للتفاؤل غير الواقعي ، وقد طلب من المفحوصين تقدير احتمال حدوث بعض الحوادث الإيجابية والسلبية لأنفسهم وأخوتهم وأصدقائهم . وقد كشفت النتائج عن أن المفحوصين كانوا أكثر تفاؤلاً غير واقعيًا بالنسبة لأنفسهم وأخوتهم عن أصدقائهم ، أي أنهم يعتقدون بأن الأحداث السلبية يقل احتمال حدوثها لهم ولأخوتهم ، كما يعتقدون أيضا بأن الحوادث الإيجابية يزداد احتمال حدوثها لهم ولأخوتهم بالنسبة إلى أصدقائهم .

وفي دراسة " شيبيرد ، كويلتي ، فيرنانديز " (Shepperd, Quелlette & Fernandez, 1996) التي أجريت بهدف تقدير التفاؤل غير الواقعي على عينة من طلاب إحدى الجامعات الأمريكية قوامها (82) طالب بواقع (31) من طلاب السنة الثانية و(22) من طلاب السنة الثالثة و (29) من طلاب السنة الرابعة ، طبق عليهم مقياس لقياس التفاؤل غير الواقعي وذلك بسؤالهم عن توقعهم عن الوظيفة التي سوف يشغلونها في المستقبل القريب بعد التخرج فضلا عن الدخل السنوي العائد من تلك الوظيفة لهم ، وقد كشفت نتائج الدراسة عن زيادة التفاؤل غير الواقعي لدى طلاب السنة الثانية عن الثالثة والرابعة ، حيث ينخفض التفاؤل غير الواقعي لدى طلاب السنة الرابعة مقارنة بطلاب السنة الثالثة والثانية على التوالي .

التفاؤل غير الواقعي والمشكلات الصحية :

في دراسة أجراها " واينشتاين " (Weinstein, 1982) على " التفاؤل غير الواقعي المتعلق بالقابلية للمشكلات الصحية " ، يذكر في مقدمته : يُحث الناس دائما على أن يحموا أنفسهم من المرض والحوادث والجرائم والأخطار البيئية ، وحتى إذا لم تكن الاحتياطات والتدابير الوقائية الواجب اتباعها معروفة جيدا فإن المعلومات عنها متاحة عادة . ومع ذلك فكثيرا ما يفشل الناس في إتباع هذه التدابير الوقائية والاحتراقات ، فهم يعانون من المرض ، ويتعرضون للأذى البدني والآلام النفسية التي كان في الإمكان تجنبها .

ولدى غير المتخصصين تفسير بسيط لذلك ، إذ يفترض أن الناس يميلون إلى التفكير في أنهم محصنون غير معرضين للأذى Invulnerable ، فيفشلون في التصرف لأنهم يتوقعون لسوء الطالع أن يلم بغيرهم من الناس وليس بهم أنفسهم .

وعلى الرغم من توافر الأدلة على أن الاعتقادات المتصلة بالقابلية للمرض منبئات مهمة بالسلوك الوقائي للصحة فإننا نعرف القليل عن أصل هذه الاعتقادات ومدى دقتها .

وهدفت دراسة " واينشتاين " فحص هذه الاعتقادات المتعلقة بالقابلية للمرض لدى عينة من طلاب الجامعة لهم صحة جيدة بوجه عام ، حيث قام بفحص التفاؤل غير الواقعي بالنسبة للقابلية للمرض .

وقد فسر اعتقاد الناس بأن احتمال وقوعهم في الأخطار أقل من المتوسط (وسمى التفاؤل غير الواقعي كذلك تحيز التفاؤل Optimistic bias) تفسيرات عدة منها : أولاً أنه شكل من أشكال السلوك الدفاعي لأننا Ego defensive behavior ، أو أنه مقاومة ضد الاعتراف بأنهم غير محصنين ، لأن التهديد الضار يمكن أن يولد القلق ، ولكن هذا التفسير واجه نقداً كثيراً . كما فسر التفاؤل غير الواقعي - - ثانياً - بأنه أخطاء معرفية Cognitive errors حيث يميل الناس مثلاً إلى أن يكونوا متمركزين حول أنفسهم ، وتكون لديهم صعوبة في تقبل وجهة نظر الآخرين . ونتيجة لذلك فقد ننسى أن العوامل نفسها التي تجعلنا نشعر أن حادثة معينة لا يحتمل أن تحدث لنا يمكن أيضاً أن تجعل الناس الآخرين يشعرون أنها لا يحتمل أن تحدث لهم . فقد نفكر في أن احتمال وقوعنا في خطر الإصابة بمرض في القلب أقل من المعدل لأننا نقوم بتمرينات رياضية ونتجنب الدهون المشبعة ، وننسى أن أناساً آخرين يفعلون كما نفعل أو أكثر مما نفعل ، ويصابون بهذا المرض .

كما أنه نتيجة لتمركزنا حول ذواتنا فإن أي عامل يؤثر في اعتقاداتنا عن احتمال إصابتنا بمرض ما ، يترتب عليه أخطاء في الأحكام المقارنة التي نصدرها عن احتمال وقوعنا في هذا الخطر . ومثال ذلك أن نقص الخبرة بمشكلة صحية قد يجعلنا نشعر أنها لا يحتمل أن تحدث لنا ، بحيث يصبح احتمال وقوعنا تحت هذا الخطر أقل من المعدل .

ومن ناحية أخرى فقد أكدت البحوث وجود عامل آخر مختلف ، متصل بالخطأ المعرفي ، وينتج عنه تحيز التفاؤل (أو التفاؤل المتحيز) ، ففي بعض المشكلات كالأزمات القلبية مثلا يكون لدى الناس صورة عقلية نمطية Stereotypic mental image عن الضحية ، وإذا لم ير الناس أنفسهم على أنهم متطابقون مع هذه الصورة ، فمن المحتمل أن يستنتجوا أن المشكلة لن تحدث لهم ، وذلك حتي لو كانوا مختلفين عن هذه الصورة فقط في جوانب لا علاقة لها بخطر الإصابة بهذا المرض .

ويذكر " واينشتاين " (Weinstein, 1982) دراسة قدمت لمائة طالب جامعي من الجنسين قائمة تضم (45) مشكلة صحية تشتمل على عنصرين فرعيين : الأمراض وأسباب الوفاة ، مثل : الإدمان ، الانتحار، الصرع، أزمة قلبية ، القرحة ، سرطان الرئة ، التهاب الكبد الوبائي ، نقص الفيتامين ، عدوى الكلي، تصلب الشرايين ، السكر ، الصمم ، ضربة الشمس ، الربو ، القتل . وتلا كل مشكلة مقياس تقدير من سبع نقاط يضم الاختيارات الآتية : أقل من المتوسط بكثير ، أقل من المتوسط ، أقل من المتوسط قليلاً ، المعدل نفسه لبقية طلاب جامعتك من جنسك نفسه ، أعلى من المتوسط قليلاً ، أعلى من المتوسط ، أعلى من المتوسط كثيراً . وقام كل طالب بوضع تقديرين : فرص إصابته بهذه المشكلات الصحية والمشكلات المهددة للحياة ، وفرص زملائه في الجامعة نفسها . وكشفت النتائج أن لدى الطلاب تفاؤلاً متحيزاً مرتفعاً ، فقد عدوا فرصة إصابتهم بالمشكلات الصحية أقل من فرصة أقرانهم . كما ظهر أن العوامل التي تميل إلى أن تزيد من التفاؤل غير الواقعي تتمثل في : إمكانية التحكم في المرض أو سبب الوفاة كما يدركها الطلاب ، نقص الخبرة السابقة ، الاعتقاد بأن المشكلة الصحية تظهر خلال الطفولة . وبينت هذه الدراسة أيضا أن التفاؤل غير الواقعي يضعف الاهتمام بتخفيض احتمالات خطر الإصابة بالأمراض ، ويكون ذلك بطريقة غير مباشرة إذ يخفض القلق .

أما دراسة " ريبوكي وصحبه " (Reppucci et al., 1991) التي أجريت على عينة قوامها (54) مدخن وأخرى قوامها (304) من غير المدخنين من المراهقين بهدف

عقد مقارنة المدخنين وغير المدخنين في التفاؤل غير الواقعي وذلك بتطبيق استبانة تدور حول معتقدات المراهقين نحو احتمال إصابتهم ببعض الأمراض البدنية الناتجة عن التدخين مثل سرطان الرئة والأزمة القلبية وأمراض انتفاخ الرئة وغيرها . وتشير النتائج بوجه عام إلى اعتقاد المدخنين باحتمال إصابتهم بسرطان الرئة والأزمة القلبية بمعدل يزيد عن المراهقين من غير المدخنين ، كما يعتقد المدخنون أيضا بأنهم يحتمل أن يتعرضوا لضغوط بمعدل أكبر من غير المدخنين .

وهدفت دراسة " ماجي ، كيرنز " (McGee & Cairns, 1994) إلى قياس التفاؤل غير الواقعي لدى عينة من طلاب كلية الطب قوامها (257) فرداً من الأيرلنديين ، طلب منهم أن يقدروا الدرجة التي يتوقعون فيها إصابتهم بعدد من المشاكل الصحية وقوامها (17) مشكلة صحية . وكشفت النتائج عن فروق بين الجنسين في التفاؤل غير الواقعي في ثلاث مشكلات صحية فقط . كما كشفت النتائج بوجه عام أن المشكلات الصحية يقل احتمال حدوثها لهم مقارنة للآخرين .

أما عن دراسة " هاريس ، ميدلتون " (Harris & Middleton, 1994) التي هدفت إلى قياس التفاؤل والمقارن والتفاؤل غير الواقعي وعلاقتها بالصحة وذلك على عينة قوامها (192) فرداً من طلاب إحدى الجامعات البريطانية بواقع (133) من الذكور و(59) من الإناث ، متوسط أعمارهم 21 عاماً ± 3.33 عاماً ، طبقت عليهم قائمة تتكون من (15) مرض عضوي مثل : قرحة المعدة ، البدانة ، تلف الكبد، الإيدز ، سرطان الرئة، البواسير ... الخ) ، وقد طلب منهم تقدير احتمالات الإصابة بتلك الأمراض في المستقبل . وقد كشفت النتائج أن أفراد العينة يعتقدون أن الحوادث السلبية يقل احتمال حدوثها لهم بالمقارنة إلى الآخرين .

أما دراسة " كوهن ، ماكفارلين ، يانيز ، إماي " (Cohn, Macfarlane, Yanez, & Imai, 1995) التي هدفت إلى قياس التفاؤل غير الواقعي لدى عينة من

المراهقين وقوامها (376) وعينة من الراشدين قوامها (160) فرداً بهدف المقارنة بينهم في التفاؤل غير الواقعي ، حيث سنلوا عن مدى احتمال تعرضهم لعدد من الأحداث السلبية مثل " حالة السكر ، محالة الانتحار ، الطرد من الكلية ، ضحية حادث سطو ، الإصابة بالسرطان، التعرض لحادث مروري ... إلخ " . وقد كشفت النتائج عن وجود فروق بين المراهقين والراشدين في التفاؤل غير الواقعي حيث مال المراهقون إلى أن يكونوا أقل تفاؤلاً غير واقعيًا من الراشدين .

و في دراسة " ستريتشر ، كريتر ، كوبرين " (Strecher, Kreuter & Kobrin, 1995) التي أجريت بهدف التعرف على التفاؤل غير الواقعي لمدخني السجائر تجاه إصابتهم بأمراض القلب أو السرطان أو أزمة قلبية وذلك على عينة من المدخنين قوامها (2785) مدخن في ولاية شمال كارولينا الأمريكية . وقد تم توجيه استبانة إليهم عن مدى احتمال إصابتهم بالسرطان وبعض أمراض القلب مقارنة بغيرهم من غير المدخنين والمدخنين ، وقد كشفت النتائج أنه على الرغم من أنهم يعتقدون بأنه يزداد احتمال حدوثها لهم بالنسبة إلى غير المدخنين ، إلا أنهم يعتقدون بأنه يقل احتمال حدوثها لهم بالنسبة إلى المدخنين منهم .

أجرى كل من " روتر ، وكوين ، وألبري " (Rutter, Quine & Albery, 1998) دراسة هدفت إلى قياس التفاؤل غير الواقعي لدى قائدي الدرجات الهوائية وذلك على عينة قوامها (723) فرداً ، طبق عليهم استبيان عن مدى تعرضهم للإصابة ببعض الحوادث السلبية نتيجة قيادة الدراجة الهوائية . وقد كشفت نتائج الدراسة عن ميل الأفراد إلى الاعتقاد بأن الحوادث السلبية الناتجة عن قيادة الدراجة الهوائية يقل احتمال حدوثها لهم بالمقارنة إلى القائدين الآخرين للدراجة الهوائية ، كما كشفت نتائج الدراسة أيضاً عن وجود فروق بين قائدي الدرجات الهوائية ممن لديهم خبرة طويلة وممن لديهم خبرة قصيرة في قيادة الدرجات الهوائية ، حيث يميل الأفراد ذوي الخبرة

القصيرة في القيادة إلى أن يكونوا أكثر تفاؤلاً غير واقعيًا بمعنى أنهم يعتقدون أن الحوادث السلبية يقل احتمال حدوثها لهم بالنسبة إلى القائدين الآخرين .

أما عن دراسة كل من " موريسون ، وآجير ، ويلوك " (Morrison, Ager, Willock, & Willock, 1999) عن التفاؤل غير الواقعي لدى عينة قوامها (120) فرداً من الراشدين من مقاطعة "ملاوي" في أفريقيا والتي تنتشر فيها بعض الأمراض الوبائية مثل الملاريا والكوليرا والتيفويد وغيرها . وقد وجه لأفراد العينة استبيان عن احتمال إصابتهم بتلك الأمراض الوبائية ، وقد كشفت نتائج الدراسة عن اعتقاد المفحوصين بأن الأمراض الوبائية يقل احتمال حدوثها لهم مقارنة بالآخرين ، مما يؤكد نزعتهم للتفاؤل غير الواقعي .

أما دراسة " توديسكو ، وهيلمان " (Todesco & Hillman, 1999) التي أجريت على عينة قوامها (74) طالب وطالبة من طلاب إحدى الجامعات الأمريكية في ولاية "ميتشيجان" الأمريكية بهدف قياس التفاؤل غير الواقعي وذلك من خلال مقياس يتكون من قائمة من الأنشطة التي تهدد صحة الفرد والمرتبطة على سبيل المثال بقيادة السيارة ، واحتساء الكحول ، و تعاطى الحشيش ، والتدخين ، وممارسة الجنس بصورة غير مشروعة . وقد سئلوا عن مدى احتمال تعرضهم لتلك المخاطر ، وأسفرت النتائج عن اعتقاد المفحوصين بأن فرص إصابتهم بمشكلات صحية نتيجة ممارساتهم أو سلوكهم أكبر مما كانت عليها عندما كانوا في مرحلة الطفولة المتأخرة .

خفض التفاؤل غير الواقعي المتعلق بالقابلية للمرض :

يذكر " واينشتاين " (Weinstein, 1983) أن معظم المعالجات النظرية لسلوك الصحة والمرض تتضمن إدراك الفرد لقابليته للإصابة بالضرر بوصفه متغيراً تفسيرياً أساسياً . وتؤكد بعض الدراسات أن القابلية للإصابة بالمرض كما يدركها الفرد تعد منبئاً لطائفة عريضة من السلوكيات التي تحمي الصحة . وتتوافر الأدلة على أن الاعتقادات المتعلقة بالحصانة الشخصية (ضد الأمراض) أي عدم القابلية للإصابة بها تعد خاطئة في غالب الأحوال وبشكل متسق ، أي أنها متفائلة بشكل غير واقعي .

ويميل الناس إلى الاعتقاد - بالنسبة لمعظم المشكلات الصحية والأفكار التي تهدد الإنسان - بأن احتمال حدوثها لهم أقل من غيرهم من المحيطين بهم . فإذا قال شخص ما : إن فرص إصابته بمرض معين أقل من المتوسط ، فقد يكون صائباً تماماً ، ولكن لا يمكن أن يكون كل فرد أقل من المتوسط في احتمال تعرضه لخطر الإصابة . وإذا كان عدد الأشخاص الذين يعلنون أن فرصهم في الإصابة أقل من المتوسط يفوق بكثير أولئك الذين يقررون أن فرصتهم أعلى من المتوسط ، فإن المجموعة ككل تبرهن على تحيز التفاؤل . ويبدو أن التفاؤل المتطرف يظهر بوجه عام لأن الناس يعطون أنفسهم ثقة في العوامل التي تعد في صالحهم ، ولكنهم يفشلون في أن يعطوا الآخرين الحق نفسه .

و قد وضع " واينشتاين " خطة للتدخل مصممة لخفض التفاؤل غير الواقعي ، وأجريت الدراسة على طلاب جامعيين ، طلب منهم أن يصدروا أحكاماً على خطر وقوعهم في أحد عشر مشكلة صحية وخطراً مثل : مرض السكري ، أزمة قلبية ، مشكلة إدمان ، محاولة انتحار ، سرطان الرئة ، إصابة في حادث سيارة ، ضغط دم مرتفع ، قرحة ، سقوط الأسنان ... الخ ، وطلب منهم أيضاً تقدير مدى قلقهم بالنسبة لإصابتهم بكل مشكلة أو خطر مما سبق . وطبق عليهم اختبار لتحديد مدى تقبلهم

لاتباع احتياطات جديدة تقلل من خطر إصابتهم . كما تم تحديد عوامل الخطر Risk Factors لكل مشكلة من الأحد عشر مشكلة، مثال ذلك عوامل الخطر المتعلقة بالأزمة القلبية في : عدد السجائر التي تدخن في الأسبوع، عدد أفراد الأسرة الذين أصيبوا بمرض في القلب، الشخصية المتشددة مقابل المتساهلة، عدد الساعات التي تقضى في التدريب الرياضي كل أسبوع، عدد البيض الذي يتناوله الفرد كل أسبوع، عدد الوجبات التي يأكل فيها الفرد لحماً أحمر كل أسبوع.

وقد تلقى الطلاب معلومات عن موقف الطالب النمطي على عوامل الخطورة هذه قبل أن يقوم بأحكامه المقارنة على عوامل الخطورة . وأسفرت التجربة عن تخفيض تحيز التفاؤل بالنسبة للمشكلات التي تثير الأحكام المتحيزة عادة ، ولكنها لم تؤثر في الأحكام المتصلة ومشكلات لا تثير عادة التفاؤل غير الواقعي .

التفاؤل غير الواقعي والثقافة :

أجرى كل من " بيترز ، وكاميرت ، وسيزابينسكي " (Peeters, Cammaert, & Czapinski' 1997) دراسة بهدف التعرف على الفروق الثقافية في التفاؤل غير الواقعي والتي أجريت على (19) عينة من البلجيكين والمغربيين والبولنديين بواقع (670) بولندي و(337) بلجيكي و (112) مغربي تراوحت أعمارهم بين 17 - 35 عاما ، طبق عليهم مقياس " وينشتاين " للتفاؤل غير الواقعي ، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق ثقافية في التفاؤل غير الواقعي ، حيث حصل البولنديون على أعلى المعدلات يليهم البلجيكين ثم المغربيين .

أما دراسة " هاينى و ليهمان " (Heine & Lehman, 1995) التي أجريت بهدف عقد مقارنة ثقافية بين الكنديين واليابانيين في التفاؤل غير الواقعي وذلك على عينة يابانية قوامها (196) فرداً من طلاب الجامعة بواقع (130) من الإناث و (66)

من الذكور وعينة كندية قوامها (314) فرداً من طلاب الجامعة بواقع (167) من الذكور و(147) من الإناث تراوحت أعمارهم بين 18 و 25 عاما . طبق عليهم مقياس "وينشتاين " للتفاؤل غير الواقعي الذي يتكون من (18) بندا إيجابيا و(24) بندا سلبيا يجاب عنها بمقياس متدرج من 8 نقاط . وكشفت نتائج الدراسة عن فروق ثقافية في التفاؤل غير الواقعي ، حيث حصل الكنديون على متوسط أعلى من اليابانيين في التفاؤل غير الواقعي .

تعقيب على الدراسات السابقة :

- 1 - يتاح عدد من المقاييس لقياس التفاؤل غير الواقعي مثل مقياس "وينشتاين" لقياس التفاؤل غير الواقعي وسلسلة من المقاييس المطورة عنه .
- 2 - عدم توفر مقاييس لقياس التفاؤل غير الواقعي صالحة للاستخدام في المجتمع الكويتي في حدود علمنا المتواضع .
- 3 - كشفت نتائج الدراسات الارتباطية عن وجود علاقة إيجابية جوهرية بين التفاؤل غير الواقعي وكل من المتغيرات التالية : الاتجاه السلبي نحو المرض ، خداع الذات ، الشعور الزائف بالقدرة على التحكم ، تقدير الذات ، السلوك الاجتماعي ، السعادة ، الاتزان الانفعالي ، على حين كشفت نتائج الدراسات الارتباطية عن وجود علاقة سلبية بين التفاؤل غير الواقعي والقلق .
- 4 - لم يتمكن من الوقوف على دراسات ارتباطية أو عاملية أجريت في المجتمع الكويتي بهدف تحديد طبيعة علاقة التفاؤل غير الواقعي بعدد من متغيرات الشخصية .
- 5 - لم يتمكن من الوقوف على دراسات عربية أو أجنبية بهدف تحديد الفروق بين الذكور والإناث في التفاؤل غير الواقعي .

6 - كشفت نتائج الدراسات عن وجود علاقة بين العمر والتفاؤل غير الواقعي ، حيث يقل مدى التفاؤل غير الواقعي بزيادة العمر ويزيد بانخفاض العمر لدى الشباب الجامعي .

7 - لمفهوم التفاؤل غير الواقعي علاقة وثيقة بالمشكلات الصحية والأمراض ، حيث إنه يزيد من معدلات الإصابة بالأمراض مثل السرطان والإيدز والبدانة وقرحة المعدة والأمراض الوبائية مثل الملاريا والكوليرا وغيرها وذلك نتيجة لنقص الخبرة السابقة ، والاعتقاد بأن المشكلة الصحية تظهر في سن متقدم من العمر ، بالإضافة إلى أن التفاؤل غير الواقعي يضعف الاهتمام بتخفيض احتمالات خطر الإصابة بالأمراض ، ويكون ذلك بطريقة غير مباشرة إذ يخفف القلق . وتؤكد بعض الدراسات أن القابلية للإصابة بالمرض كما يدركها الفرد تعد منبئاً لطائفة عريضة من السلوكيات التي تحمي الصحة . وتتوافر الأدلة على أن المعتقدات المتعلقة بالأمراض من ناحية عدم القابلية للإصابة بها تعد خاطئة في الغالب ، أي أنها متفائلة بشكل غير واقعي .

8 - وجود فروق ثقافية في التفاؤل غير الواقعي حيث يميل الكنديون إلى أن يكونوا أكثر تفاؤلاً غير واقعيًا من اليابانيين ، كما يميل البولنديون إلى أن يكونوا أكثر تفاؤلاً غير واقعيًا من البلجيكيين والمغربيين .

موجز القول أن كثيرا من الدراسات في هذا المجال أسفرت عن وجود علاقة بين التفاؤل غير الواقعي والصحة الجسمية ، حيث أن شعور الفرد بقدرته على التفاؤل إزاء الأحداث دون مبررات منطقية تؤدي إلى هذا الشعور ، قد يتسبب أحيانا في حدوث النتائج غير المتوقعة وبالتالي تجعل الفرد مستهدفاً للإصابة بالأمراض أو تعرضه لبعض المخاطر أو قد تدفع به إلى ممارسة السلوك الصحي الجيد .

وفي ضوء ما سبق برزت أهمية القيام بهذه الدراسة ، سواء أكان ذلك من الناحية النظرية أم التطبيقية في قياس التفاؤل غير الواقعي كإستعداد نفسي قياسا موضوعيا ، خاصة في ظل غياب هذا النوع من المقاييس في المجتمع الكويتي ، وفي الكشف عن الفروق بين الجنسين في التفاؤل غير الواقعي ، وأخيرا في إلقاء الضوء على علاقة التفاؤل غير الواقعي ببعض سمات الشخصية . وننتقل فيما يلي إلى عرض منهج هذه الدراسة وإجراءاتها .

مشكلة الدراسة :

لا توجد دراسة محلية أو عربية فيما نعلم تناولت مفهوم التفاؤل غير الواقعي سوى دراسة نظرية واحدة قام بها كاتب هذه السطور والتي تعد أول دراسة نظرية متخصصة باللغة العربية عن التفاؤل والتشاؤم ، وهي دراسة مهمة قسمت إلى ثلاثة فصول فرعية عن : المفهوم والقياس والمتعلقات . ويعرض الجزء الأول منها للمعنى اللغوي للتفاؤل والتشاؤم ، وكذلك التعريف السيكولوجي ، وموقع مفهوم التفاؤل والتشاؤم في بحوث الشخصية ، ومفهوم التفاؤل غير الواقعي وعلاقته بكل من القلق والمشكلات الصحية ، وخفض التفاؤل غير الواقعي المتعلق بالقابلية للمرض ، ثم مفهوم التشاؤم غير الواقعي .

أما الجزء الثاني من هذه الدراسة النظرية فيعرض لقياس التفاؤل والتشاؤم ، ويقدم مقاييس عدة كلها استخبارات ، ومنها المقياس المعدل للتوقعات العامة للنجاح ، واختبار التوجه نحو الحياة من وضع " شاير ، وكارفر " وهو من أشهر الاستخبارات التي تقيس هذا المفهوم ، ومقياس التفاؤل والتشاؤم المشتق من قائمة منيسوتا ، واستخبار التفاؤل والتشاؤم الفمي (اعتمادا على تقسيم " فرويد " لمرحل النمو الثلاث : النفسية الجنسية في الطفولة وأولها المرحلة الفمية) ، ومقياس " ديمبار " وزملائه للتفاؤل والتشاؤم ، ومقياس أحداث الحياة من وضع " واينشتاين " ، ومقياس أحداث الحياة من وضع " أندرسون " وزملائه ، ومقياس اليأس من وضع " بيك " وزملائه ، والقائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم ، واختبار التفاؤل والتشاؤم للأطفال .

ويعرض الجزء الثالث من الدراسة النظرية لمتعلقات التفاؤل والتشاؤم ، ويبدأ بتقديم الارتباط بين التفاؤل والتشاؤم وبعض متغيرات الشخصية ومنها : العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وتقدير الذات ، والتوافق والمرض، والدافعية وطرق المواجهة ، والقلق والاكتئاب ، والخوف من النجاح ومن الفشل ، وعلاقتها بكل من الديانة والعمر والأداء الوظيفي والأكاديمي . ويختتم الكتاب باستنتاجات ختامية وملخص

. وتتبع أهمية هذه الدراسة النظرية في تقديم مفهومي التفاؤل والتشاؤم للباحث العربي في علم النفس بوجه عام والتفاؤل والتفاؤل غير الواقعي بوجه خاص ، على الرغم من توفر بعض الدراسات الأجنبية التي قدمت بعض المقاييس لقياس التفاؤل غير الواقعي . ومن ثم كان هذا الدافع إلى إجراء هذه الدراسة .

ومن ثم ، فإن الحاجة قائمة لإجراء الدراسات التي يمكن أن تسهم في فهم طبيعة مفهوم التفاؤل غير الواقعي وقياسه وبيان السياق الذي يظهر فيه ، وتفسير بعض المتعلقات المرتبطة به ، وذلك اعتماداً على عينات من مجتمعات لم تجرى عليها دراسة مناظرة من قبل .

وإذا كان من الممكن تفسير التغير في نسب انتشار التفاؤل غير الواقعي في المجتمعات المختلفة ، باختلاف أنماط ثقافتها، كيف تكون استجابة الأفراد في المجتمع الكويتي مقياس التفاؤل غير الواقعي؟ وتأسيساً على هذا يمكن تحديد مشكلة هذه الدراسة وأهدافها فيما يلي :-

- 1 - إعداد مقياس التفاؤل غير الواقعي لدى الراشدين .
- 2 - تحديد أهم المعالم القياسية لهذه الأداة الجديدة .
- 3 - بيان التركيب العائلي للمقياس .
- 4 - التعرف إلى الفروق بين الجنسين في التفاؤل غير الواقعي .
- 5 - فحص الارتباطات بين التفاؤل غير الواقعي وبعض متغيرات الشخصية .
- 6 - وضع معايير للمقياس (متوسطات - درجات مئوية - درجات تائية) .

منهج الدراسة

العينات

استخدمت في هذه الدراسة عينات متعددة من طلاب جامعة الكويت و الهيئة العامة للتعليم التطبيقي و التدريب من الجنسين بواقع سبعة عينات و بواقع (270) من طلاب الجامعة من الجنسين لإجراء السؤال المفتوح لجمع عينة بنود المقياس و (425) طالبا و طالبة من طلاب جامعة الكويت من الجنسين لحساب الثبات و الصدق العاملي، (644) فردا لفحص الفروق بين الجنسين و (360) فردا من طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي و التدريب من الجنسين، و (85) فردا من طلاب جامعة الكويت من الجنسين و (162) طالبا و طالبة من طلاب جامعة الكويت لبيان ثبات الاتساق الداخلي لمقياس التفاؤل غير الواقعي لاستخلاص الارتباطات المتبادلة بين متغيرات الشخصية و (274) طالبا و طالبة من طلاب جامعة الكويت من الجنسين لحساب ثبات مقاييس الشخصية، علما بأن جميع عينات هذه الدراسة هي عينات (عمدية) من الطلاب الكويتيين المقيدون بجامعة الكويت في الفصل الدراسي الأول والثاني والصيفي للعام الجامعي 1999/98 و العام الجامعي 2000/99 و المتاحين للباحث من مختلف كليات الجامعة المسجلين في مقرر مدخل في علم النفس والذي يعد مقراً اختيارياً لجميع طلاب جامعة الكويت من جميع كلياتها (الحقوق ، والآداب ، والعلوم ، والطب ، والهندسة والبتترول ، والطب المساعد ، والتربية ، والشريعة والدراسات الإسلامية ، والعلوم الإدارية ، والصيدلة ، وطب الأسنان ، العلوم الاجتماعية) علما بأن معظم المقيدون في هذا المقرر ليسوا من الطلاب المختصين في علم النفس أو حتي الراغبين في التحويل إليه ولذلك عادة ما يسجل في هذا المقرر مجموعة متنوعة من طلاب المرحلة الجامعية الأولى والثانية من جميع التخصصات ، كما أن طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب كانوا من طلاب وطالبات كلية التربية الأساسية المقيدون في مقرر مدخل في علم النفس ، ولم تتح لنا الفرصة لسحب عينات من كلية الدراسات التجارية وكلية العلوم الصحية وكلية

الدراسات التكنولوجية . أن طريقة اختيار عينات الدراسة الحالية تمت بشكل عمدي من طلاب المقرر اعتقاداً منا بأن هؤلاء الطلاب يمثلون تمثيلاً جيداً مجتمع طلاب جامعة الكويت وطلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب و قد راعى الباحث في خطواته و التي تتفق مع ما أورده " فاروق موسى " (1990 : 182) .

1 - العمر : حيث إن 95% من أفراد العينة تتراوح أعمارهم بين 17 - 22 عاماً علماً بأن 5% من أفراد العينة تتراوح أعمارهم بين 27 - 35 عاماً وذلك في جميع العينات وبالتالي يمكن القول بأن غالبية أفراد العينة ينتمون لنفس الفئة العمرية مما لا يؤثر على نتائج الدراسة وبالتحديد في متغير التفاؤل غير الواقعي .

2 - النوع : تمت مراعاة متغير النوع وذلك نظراً لأهمية هذا المتغير وأثره في التفاؤل غير الواقعي وعليه فقد عمدنا اختيار أعداد من الذكور ومن الإناث ، ومن ثم تم إجراء التحليلات الإحصائية على الذكور والإناث بشكل مستقل .

3 - الجنسية : وقد قمنا باختيار جميع أفراد العينة من الكويتيين فقط وذلك حتى لا تتأثر نتائج الدراسة بمتغير الجنسية أو الثقافة .

4 - تاريخ التقنين : قمنا بتطبيق أدوات الدراسة بين العام الدراسي 1999/98 و 2000/99 بجامعة الكويت وبالهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب وعليه تم جمع البيانات الخاصة بالدراسة في تلك الفترة ونحن نعتقد بأن بيانات التقنين وأن كانت تعد تقنياً مبدئياً فإنها حديثة تتناسب والجانب التشخيصي لأهداف المقياس .

5 - حجم العينة : روعي في هذه الدراسة أن تكون أعداد العينات كبيرة إلى حد ما وذلك حسب إمكانيات الباحث والميزانية المقررة للبحث وفقاً للاعتبارات التالية :

أ - استقرار النتائج فإذا كان عدد الأفراد صغيرا فإننا لا يمكن أن نثق كثيرا في النتائج (الثبات ، والصدق ، والمعايير) لأن جماعة أخرى مكونة من نفس عدد الأفراد قد تؤدي إلى نتائج مختلفة تماما .

ب - تمثيل الأفراد المتطرفين في السمة في المجتمع بحيث يجب ألا يقل عدد الأفراد عن مائة فرد وخاصة في المعايير إذا أريد الحصول على مدى كامل من المئينيات وقد راعينا ذلك في عينات الدراسة الحالية .

الأدوات

استخدمت في هذه الدراسة مقاييس متعددة لقياس متغيرات الشخصية كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول (1) المقاييس المستخدمة في حساب الصدق التقاربي والتمييزي

| مسلسل | اسم المقياس | اسم المؤلف أوالمعرب وسنة النشر | المكونات عدد البنود×عدد بدائل الإجابة | الثبات |
|-------|---|--|---|--------------------------|
| 1 | مقياس التفاؤل غير الواقعي | بدر الأنصاري (2000) | 8 × 24 | انظر ملحق : 4،6 |
| 2 | مقياس التفاؤل | بدر الأنصاري (2000) | 5×30 | انظر ملحق: 4،6 |
| 3 | مقياس التشاؤم | بدر الأنصاري (2000) | 5×30 | انظر ملحق: 4،6 |
| 4 | مقياس التفاؤل المتفرع من القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم | أحمد عبد الخالق(1996) | 5×15 | انظر ملحق : 5 |
| 5 | مقياس التشاؤم المتفرع من القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم | أحمد عبد الخالق (1996) | 5×15 | انظر ملحق : 5 |
| 6 | مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة (التفاؤل) | Scheier & Carver,(1985) تعريب بدر الأنصاري(2000) | 5×12 | انظر ملحق : 6 ، 4 |
| 7 | مقياس اليأس BHS | Beck et al.(1974) تعريب بدر الأنصاري(2000) | 2×20 | انظر ملحق : 6 ، 5 ، 4 |
| 8 | مقياس الذنب | بدر الأنصاري (2000) | 5× 18 | انظر ملحق : 6 ، 4 |
| 9 | مقياس الخزي | بدر الأنصاري (2001) | 5× 18 | انظر ملحق: 4،6 |
| 10 | قائمة "بيك" للاكتئاب BDI | Beck & Steer,(1993) تعريب : بدر الأنصاري (1997) | 4×21 | انظر ملحق : 5 |
| 11 | مقياس القلق المتفرع من قائمة القلق : الحالة والسمة STAI-T Form Y | Spielberger et al., (1983) تعريب أحمد عبد الخالق (1992) | 4×20 | انظر ملحق : 5 |
| 12 | المقياس العربي للوسواس القهري | أحمد عبد الخالق(1992) | 2×32 | انظر ملحق : 4 |
| 13 | مقياس الشكاوي الجسمية المتفرع من اختبار PAI- وصف الشخصية- SOM | تأليف(1991) Morey, تعريب: مصري حنوره(1998) | 4×24 | انظر ملحق : 4 |
| 14 | مقياس التفكير الانتحاري المتفرع من اختبار | تأليف: Morey,(1991) | 4×12 | انظر ملحق : 4 |

| الوثبات | المكونات عدد البنود×عدد بدائل الإجابة | اسم المؤلف أوالمعرب وسنة النشر | اسم المقياس | مسلسل |
|---------|---|-----------------------------------|-------------------------|-------|
| | | تعريب : مصري حنوره (1998) | وصف الشخصية -PAI SUI | |

* جميع معاملات ثبات الاتساق الداخلي (بطريقة معامل ألفا وبطريقة القسمة النصفية) مقبولة لجميع المقاييس الواردة في الجدول .

ولجميع المقاييس الواردة في الجدول السابق ثبات اتساق داخلي مقبول وذلك على عينات كويتية استخدمت في الدراسة الحالية ، علما بأن جميع معاملات الثبات مقبولة لانها تزيد عن 0.70 فضلا أن غالبيتها مرتفع ، مما يؤيد الركون إلى اتساق استجابات المفحوصين وثباتها في هذه المقاييس . كما جعلنا نطمئن إلى جمع بيانات هذا البحث اعتمادا على هذه المقاييس ، فضلا عن الثقة فيما سيقدمه لنا من نتائج ، ومن ثم استخدامها في المجالات التطبيقية .

الإجراءات

إعداد مقياس التفاؤل غير الواقعي للمجتمع الكويتي :

يعرض هذا القسم لإجراءات إعداد مقياس التفاؤل غير الواقعي ، ويشمل وصفا عاما لطريقة إعداد البنود ، والصدق والثبات والمعايير ، والفروق بين الجنسين ؛ فضلا عن استخدامات المقياس .

أولا : إعداد البنود

اتبع في بناء مقياس التفاؤل غير الواقعي خطوات عدة متتالية ، كان أولها توجيه سؤال مفتوح النهاية إلى طلاب المدخل في علم النفس ، كان هذا نصه : " فكر في بعض الحوادث الإيجابية التي يزيد احتمال حدوثها لك في الواقع وبعض الحوادث

السلبية التي يقل احتمال حدوثها لك في الواقع ، ثم اكتب عشر حوادث إيجابية وأخرى سلبية .

ولتوضيح كيفية الإجابة إليك المثال التالي لحدث إيجابي " أمتك شركة كبيرة للمقاولات" . وقد وضع سؤال ثانٍ مناظر ولكنه متعلق بحدث سلبي ، وكان المثال المقدم له عن الأحداث السلبية كما يلي : " أصاب بأزمة قلبية " .

وقد وجه هذان السؤالان إلى عينة من طلاب جامعة الكويت المقيدين بمقرر مدخل في علم النفس ، قوامها (270) طالبا وطالبة ، بواقع (110) طالبا و (160) طالبة ، تراوحت أعمارهم بين 18 ، 25 عاما ، بمتوسط قدره 20.12 ± 1.98 عاما . وصدر عن الطلاب عدد كبير جدا من الاستجابات ، تم حذف المكرر وغير المرتبط بالموضوع منها بادئ ذي بدء ، و قام الباحث بوضع عدد غير قليل من البنود ، ثم روجعت البنود جميعا ، وأعيدت صياغة كثير منها . واشتمل مقياس التفاؤل غير الواقعي على عدد (33) بنداً بواقع (15) بنداً للأحداث الإيجابية و (18) بنداً للأحداث السلبية ، ويجاب عن كل منها على أساس مقياس متدرج من (8) نقاط . ثم طبقت الاستبانة على عينة قوامها (425) فرداً من طلاب مقرر مدخل في علم النفس بواقع (195) من الذكور و(230) من الإناث .

نتائج الدراسة

أجرى التحليل العاملي لدرجات العينة الكلية وقوامها (425) فرداً وذلك اعتماداً على مصفوفة معاملات الارتباط بين بنود المقياس وعددها (33) بنداً وتسمى العوامل المستخرجة بعوامل الرتبة الأولى ، وتجدر الإشارة هنا إلى أن الارتباطات المتبادلة بين البنود حللت عاملياً بطريقة " هوتلينج " : المكونات الأساسية، واستخدم محك " جتمان " : الحدود الدنيا ، وذلك لتحديد عدد العوامل بحيث يعد العامل جوهرياً إذا كانت قيمة الجذر الكامن ≤ 1.0 ، ثم أديرت العوامل المستخرجة تدويراً متعامداً بطريقة الفاريماكس (من وضع كايزر) ، وقد عُد التشعب الجوهري للبعد العامل بأنه ≤ 0.45 ، على أن تكون هناك ثلاثة تشعبات جوهرياً لكل عامل على الأقل ، بالإضافة إلى محك الجذر

الكامن للعامل . حيث أسفر التحليل العاملي للعينة الكلية عن استخلاص عاملين استوعبا 54.6% من التباين الكلي ، وذلك وفق المحكات المتبعة في الدراسة . وقد سمي العامل الأول بالأحداث المفجعة وقد تشعب به عدد (12) بنداً ، استوعب 36.8% من التباين الكلي ، وكان الجذر الكامن يساوي 9.86، في حين سمي العامل الثاني بالأحداث السارة حيث تشعب به عدد (12) بنداً ، استوعب 17.8% من التباين الكلي ، وكان جذره الكامن يساوي 8.82 . وبناء على نتائج التحليل العاملي فقد تم الاحتفاظ بعدد (12) بنداً من العامل الأول والتي تدور حول الأحداث المفجعة وأيضاً (12) بنداً من العامل الثاني والذي يدور حول الأحداث السارة ليصبح طول المقياس (24) بنداً ، وبناء على ذلك فقد تم استبعاد البنود التي يقل تشعبها بأحد العوامل عن 0.45 ومن ثم تم استبعاد عدد (9) بنود في المقياس ليصبح طوله (24) بنداً ، ويمثل هذا العدد من البنود الصيغة النهائية للمقياس ، يجاب عن كل منها على أساس مقياس ثماني (أنظر ملحق 1) . ويبدأ التصحيح بجمع الدرجة داخل الدوائر بالنسبة للأحداث السارة والتي تشتمل على البنود التالية : 1 ، 2 ، 4 ، 6 ، 8 ، 10 ، 12 ، 14 ، 16 ، 17 ، 18 ، 21 ، أما بقية البنود والتي تدور حول الأحداث المفجعة (وهي رقم : 3 ، 5 ، 7 ، 9 ، 11 ، 13 ، 15 ، 19 ، 20 ، 22 ، 23 ، 24 ، فإنها تصحح بشكل معكوس ثم تجمع مع بنود الأحداث السارة حتى تُستخرج الدرجة الكلية للمقياس . وبهذا فقد تحقق الهدف الأول من هذه الدراسة وهو اعداد مقياس للتفاوت غير الواقعي .

ثانياً : الصدق

تم حساب صدق التكوين لمقياس التفاؤل غير الواقعي بالطرق التالية : الاتساق الداخلي (الارتباط بين البند والدرجة الكلية على المقياس الفرعي) ، والتحليل العاملي (الصدق العاملي)، ووالارتباطات مع مقاييس أخرى (الصدق التقاربي والاختلافي) . علماً بأن هذا الإجراء يعد إجراء أساسياً للتحقق من الهدف الثاني من الدراسة وهو التعرف على المعالم السيكومترية للمقياس .

أ - صدق البنود

طبق مقياس التفاؤل غير الواقعي في دراستين على عينتين عموديتين مستقلتين بهدف التحقق من مدى اتساق النتائج على عينات مختلفة وعبر فترات زمنية مختلفة ، حيث كانت العينة في الدراسة الأولى قوامها (360) فردا بواقع (157) من طلبة الهيئة و(203) من طالبات الهيئة المقيدين بالهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب في الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي 1999/98 ، المتاحين من مختلف أقسام الهيئة ، حيث بلغ متوسط أعمارهم 21.57 ± 2.03 عاما ، على حين كانت العينة في الدراسة الثانية قوامها (644) فردا بواقع (231) طالبا من طلبة الجامعة و(413) طالبة من طالبات الجامعة المقيدين بجامعة الكويت في الفصل الدراسي الصيفي للعام الجامعي 1999/98 ، المتاحين من مختلف كليات الجامعة حيث بلغ متوسط أعمارهم 21.40 ± 1.96 عاما ، وقد طبق المقياس في جلسات قياس جمعية في قاعة المحاضرات بالكلية ، ضم كل منها عددا متوسط من الطلاب بواقع (40) طالب وطالبة تقريبا في كل جلسة ، وبمعدل زمني قدره (30) دقيقة . ويمكن أن نعد الارتباط بين البند والدرجة الكلية دليلا على صدق البنود (Guilford 1954) وترى " أناستازي " (Anastasi, 1988) أن هذه الطريقة تحدد الاتساق الداخلي Internal consistency للاختبار ، وهو أحد طرق حساب صدق التكوين Construct validity . واعتمادا على ذلك فقد حسب ارتباط كل بند في مقياس التفاؤل غير الواقعي بالدرجة الكلية على المقياس ذاته بعد استبعاد هذا البند من الدرجة الكلية ؛ أي ارتباط البند بالدرجة الكلية على بقية البنود Item-remainder correlation ، ويبين جدول (2) نتيجة هذا التحليل على مقياس التفاؤل غير الواقعي .

جدول (2) معاملات ارتباط البند بالدرجة الكلية على بقية البنود في مقياس التفاؤل غير الواقعي

| م | نص البنود | الدراسة الأولى | | الدراسة الثانية | |
|----|---|----------------|-------|-----------------|-------|
| | | ذكور | إناث | ذكور | إناث |
| | | ن=157 | ن=203 | ن=231 | ن=413 |
| 1 | أمتلك سيارة فاخرة . | ,45 | ,43 | ,39 | ,42 |
| 2 | أحصل على جائزة نوبل . | ,39 | ,35 | ,39 | ,52 |
| 3 | أفقد جميع ممتلكاتي الشخصية | ,39 | ,37 | ,44 | ,35 |
| 4 | أتزوج من امرأة ثرية . | ,45 | ,35 | ,36 | ,39 |
| 5 | أنقلب في سيارتي . | ,35 | ,37 | ,36 | ,37 |
| 6 | أسافر إلى أوروبا وأمريكا . | ,36 | ,33 | ,38 | ,50 |
| 7 | أصاب بالصلع المبكر . | ,34 | ,38 | ,38 | ,46 |
| 8 | أعيش حتى سن الثمانين . | ,36 | ,39 | ,34 | ,58 |
| 9 | أصاب بأحد أمراض السرطان . | ,43 | ,39 | ,45 | ,38 |
| 10 | أربح مبلغ وقدره مائة ألف (100.000) دولار أمريكي | ,45 | ,52 | ,39 | ,51 |
| 11 | يبتر جزء أو طرف من أطراف جسمي . | ,35 | ,40 | ,39 | ,35 |
| 12 | أمتلك منزل خاص كبير أو قصر . | ,36 | ,53 | ,56 | ,61 |
| 13 | أطلق شريكة حياتي بعد فترة قصيرة من الزواج . | ,49 | ,35 | ,37 | ,45 |
| 14 | تنشر الصحف اليومية عن انجازاتي وتحصيلي | ,62 | ,50 | ,35 | ,53 |

| | | | | | |
|----|--|-----|-----|-----|-----|
| 15 | أفقد قواى العقلية أو أصاب بالجنون . | ,37 | ,39 | ,47 | ,37 |
| 16 | أكون رجل أعمال ناجح . | ,60 | ,44 | ,56 | ,61 |
| 17 | أعمل في مجال يناسب قدراتي واهتماماتي . | ,35 | ,52 | ,59 | ,42 |
| 18 | انجب طفلا موهوبا عقليا . | ,52 | ,54 | ,46 | ,52 |
| 19 | أكون ضحية اختلاس أو نصب . | ,37 | ,35 | ,45 | ,44 |
| 20 | أصاب بنوبة قلبية قبل بلوغ سن الأربعين عاماً . | ,37 | ,39 | ,40 | ,35 |
| 21 | يتضاعف دخلى السنوي كل خمسة سنوات . | ,35 | ,39 | ,39 | ,41 |
| 22 | أطرد من العمل . | ,35 | ,40 | ,69 | ,37 |
| 23 | أحاول الانتحار . | ,39 | ,35 | ,41 | ,39 |
| 24 | أصاب بتشوهات من جراء حادث تصادم مروري . | ,36 | ,39 | ,54 | ,39 |

يتضح من جدول (2) أن معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية بعد التصحيح في مقياس التفاؤل غير الواقعي تتراوح بين 0.35 و 0.69 لدى عينات الدراسة الأولى والثانية ، وعلى الرغم من أن جميع معاملات الارتباط جوهريّة ، أي تفوق مستوى الدلالة الإحصائية المقبول بكثير إلا أن مستويات الدلالة ينظر إليها بتحفظ خاصة مع العينات الكبيرة حيث عادة تفوق معاملات الارتباط المنخفضة مستوى الدلالة الإحصائية المقبول بكثير . وعلى كل حال يمكن قبول معاملات الارتباط التي تزيد عن 0.30 لمثل هذه الأغراض البحثية (Mischel, 1968) . ولم نقم بحذف بعض البنود بهدف أن نحافظ على العدد الكلي للبنود (24) بنداً بواقع (12) بنداً للأحداث السارة و(12) بنداً للأحداث المفجعة .

ب - الصدق العاملي

يستخدم التحليل العاملي بوصفه أحد الطرق التي تحدد صدق التكوين ، ويستخرج منه الصدق العاملي Factorial validity للاختبار (انظر : Anastasi, 1988, pp. 154 – 155) .

يستخدم التحليل العاملي بهدف التعرف إلى مجموعات البنود التي ترتبط بدرجة كبيرة مع بعضها ، ولكنها ترتبط بدرجة منخفضة أو لا ترتبط تماما مع مجموعات أخرى من البنود . وتجدر الإشارة هنا إلى أن الارتباطات التي تحسب في هذه الطريقة تكون بين البنود المفردة وليس الدرجة على المقياس ، لذلك استخرجت معاملات الارتباط المتبادلة بين بنود المقياس وحللت عامليا بطريقة " هوتلينج " : المكونات الأساسية ، واستخدم محك " جتمان " الحدود الدنيا ، وذلك لتحديد عدد العوامل بحيث يعد العامل جوهريا إذا كانت قيمة الجذر الكامن ≤ 1.0 ثم أدريت العوامل المستخرجة تدويرا متعامدا بطريقة " كايزر " : الفاريماكس ، وقد عُد التشيع الجوهري للبيد بالعامل بأنه ≤ 0.45 على أن تكون هناك ثلاثة تشبعات جوهرية لكل عامل على الأقل بالإضافة إلى محك الجذر الكامن ≤ 0.1 لمقياس التفاؤل غير الواقعي (انظر جدول : 3).

جدول (3) العاملان المستخرجان بعد التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس ومضمونها
وتشبعاتها المقبولة لدى الدراسة الأولى والدراسة الثانية

| م | البنود | الدراسة الأولى (ن=360) | | الدراسة الثانية (ن=644) | |
|----|---|------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|
| | | العامل الأول الأحداث المفجعة | العامل الثاني الأحداث السارة | العامل الأول الأحداث السارة | العامل الثاني الأحداث المفجعة |
| 1 | أمتلك سيارة فاخرة . | | ,63 | ,58 | |
| 2 | أحصل على جائزة نوبل . | | ,50 | ,60 | |
| 3 | أفقد جميع ممتلكاتي الشخصية | ,47 | | | ,51 |
| 4 | أتزوج من امرأة ثرية . | | ,45 | ,55 | |
| 5 | أنقلب في سيارتي . | ,78 | | | ,75 |
| 6 | أسافر إلى أوروبا وأمريكا . | | ,52 | ,65 | |
| 7 | أصاب بالصلع المبكر . | ,48 | | | ,52 |
| 8 | أعيش حتى سن الثمانين . | | ,51 | ,50 | |
| 9 | أصاب بأحد أمراض السرطان . | ,81 | | | ,57 |
| 10 | أربح مبلغ وقدره مائة ألف (100.000) دولار أمريكي | | ,64 | ,65 | |
| 11 | بيتر جزء أو طرف من أطراف جسمي . | ,82 | | | ,72 |
| 12 | أمتلك منزل خاص كبير أو قصر . | | ,65 | ,72 | |
| 13 | أطلق شريكة حياتي بعد فترة قصيرة من الزواج . | ,45 | | | ,55 |
| 14 | تنتشر الصحف اليومية عن انجازاتي وتحصيلي | | ,76 | ,75 | |
| 15 | أفقد قواى العقلية أو أصاب بالجنون . | ,71 | | | ,69 |
| 16 | أكون رجل أعمال ناجح . | | ,75 | ,79 | |
| 17 | أعمل في مجال يناسب قدراتي واهتماماتي . | | ,67 | ,61 | |
| 18 | انجب طفلا موهوبا عقليا . | | ,70 | ,65 | |
| 19 | أكون ضحية إختلاس أو نصب . | ,56 | | | ,68 |
| 20 | أصاب بنوبة قلبية قبل بلوغ سن الأربعين عاما . | ,55 | | | ,66 |
| 21 | يتضاعف دخلى السنوي كل خمسة سنوات . | | ,47 | ,59 | |
| 22 | أطرد من العمل . | ,70 | | | ,64 |
| 23 | أحاول الانتحار . | ,72 | | | ,50 |
| 24 | أصاب بتشوهات من جراء حادث تصادم مروري . | ,79 | | | ,75 |
| | الجذر الكامن | 5.11 | 4.31 | 6.09 | 5.83 |
| | تباين العامل | %31.3 | %28.1 | %34.3 | %21.4 |
| | التباين الكلي | %59.4 | | %55.7 | |

ويلاحظ من الجدول (3) أنه تم استخلاص عاملين جوهريين إيجابيين كل منهما أحادي القطب من الدراسة الأولى والدراسة الثانية ، حيث إن جميع البنود تشبعت بأحد

العوامل . فالعامل الأول في الدراسة الأولى يشمل جميع البنود التي تصف الأحداث المفجعة ، لذلك تم تسميته بالأحداث المفجعة . أما العامل الثاني في الدراسة الأولى (الأحداث السارة) فيشمل جميع البنود الخاصة بالأحداث السارة . كما تم أيضا استخلاص عاملين من الدراسة الثانية ، حيث سمي العامل الأول بالأحداث السارة وتشبعت به جميع البنود التي تدور حول الأحداث الإيجابية أو السارة ، على حين سمي العامل الثاني بالأحداث المفجعة ، وقد تشبعت به البنود التي تدور حول الأحداث السلبية بتشبعات جوهرية موجبة . ومن هنا نجد أن نتائج التحليل العاملى متسقة بين الدراستين مما يؤكد ثبات التركيب العاملى لمقياس التفاؤل غير الواقعي .

وتراوحت قيم الجذر الكامن (مجموع مربعات تشبعات كل البنود على كل عامل على حدة من عوامل المصفوفة) بين 5.11 ، 4.31 للدراسة الأولى وبين 6.09 ، 5.83 للدراسة الثانية ووصلت النسبة الكلية للعوامل جميعا إلى 59.4% للدراسة الأولى على حين وصلت إلى 55.7% للدراسة الثانية وهى تشير إلى أن العوامل المستخرجة تكفي لاستيعاب قدر مقبول من التباين .

ويرى الباحث الاكتفاء بهذا التعليق على نتيجة هذا التحليل العاملى - سواء كان على مستوى العوامل أم البنود - مراعاة لحدود هذه الدراسة ، حيث يمكن التوسع في استخلاص دلالات النتائج العاملية من هذا المقياس في دراسات تالية . وبهذا تم التحقق من الهدف الثالث للدراسة وهو تحديد التركيب العاملى لمقياس التفاؤل غير الواقعي.

ج - الصدق التقاربي والتمييزي

حسب الصدق التقاربي والتمييزي ، وذلك من خلال حساب الارتباطات المتبادلة بين مقياس التفاؤل غير الواقعي وعدد من مقاييس الشخصية (انظر جدول : 1) وذلك في ثلاثة دراسات مستقلة ضمت أعداداً مختلفة من طلاب جامعة الكويت ومن طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي من الجنسين (انظر الجداول : 4 ، 5 ، 6).

وضعت مقاييس الدراسة في كتيب واحد وطبقت في جلسات قياس جمعية ، ضم كل منها عدداً متوسطاً من الطلاب المقيدون في مقرر مدخل في علم النفس بواقع (40) طالباً وطالبة تقريباً في كل جلسة وبمعدل زمني قدره (75) دقيقة في كل جلسة قياس بالنسبة لكل دراسة ، وتم التطبيق في قاعات الدراسة في وقت المحاضرات وذلك بالترتيب مع المحاضر ، وبعد الانتهاء من عملية التطبيق تمت مراجعة المقاييس المجمعة واستبعدت المقاييس التي كان بها نقص في الإجابة .

ويوضح جدول (4) نتائج الدراسة الأولى التي أجريت بهدف التحقق من الصدق التقاربي والاختلافي لمقياس التفاؤل غير الواقعي على عينة قوامها (360) طالب وطالبة من طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب ، كان متوسط أعمارهم 21.57 ± 2.03 عاماً .

جدول (4) معاملات الارتباط المتبادلة بين مقياس التفاؤل غير الواقعي وبعض متغيرات الشخصية

لدى عينة من طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي من الجنسين

| المتغيرات | "ر" مع التفاؤل غير الواقعي | |
|---------------------------------------|----------------------------|----------------|
| | ذكور (ن = 157) | إناث (ن = 203) |
| التفاؤل | ** ,50 | ** ,48 |
| التشاؤم | ** ,39- | ** ,33 - |
| التوجه الإيجابي نحو الحياة(تفاؤل) LOT | ** ,35 | ** ,51 |
| اليأس BHS | ** ,47- | ** ,49- |
| الذنب | * ,29- | ** ,38- |
| الخرى | * ,27- | * ,28- |

| | | |
|-----------------------|---------|---------|
| الوسواس القهري | ** ,33- | ** ,39- |
| الشكاوي الجسمية PAI | * ,26- | * ,32- |
| التفكير الانتحاري PAI | ** ,38- | ** ,36- |

* جوهريّة عند مستوى 01,

** جوهريّة عند مستوى 001,

وتشير النتائج الموضحة في جدول (4) إلى أن التفاؤل غير الواقعي يرتبط إيجابياً بالتفاؤل والتوجه نحو الحياة ، ويرتبط سلباً بالتشاؤم واليأس والذنب والخزي والوسواس القهري والشكاوي الجسمية والتفكير الانتحاري . وتتفق هذه النتائج في مجملها مع ما ورد في عدد من الدراسات السابقة التي استخدمت فيها مقاييس مشابهة في بنائها لمقاييس هذه الدراسة مثل (Dewberry et al., 1990; Weinstein 1982; Hoorens, 1995) .

ويوضح جدول (5) نتائج الدراسة الثانية التي أجريت بهدف التحقق من الصدق التقاربي والتمييزي لمقياس التفاؤل غير الواقعي وذلك على عينة قوامها (644) فرداً من طلاب جامعة الكويت من الجنسين ومن المقيدين في مقرر مدخل في علم النفس ، بلغ متوسط أعمارهم 21.40 ± 1.96 عاماً .

جدول (5) معاملات الارتباط بين مقياس التفاؤل غير الواقعي وبعض متغيرات الشخصية

لدى عينة من طلاب جامعة الكويت من الجنسين

| المتغيرات | "ر" مع التفاؤل غير الواقعي * | |
|--|------------------------------|--------------|
| | ذكور (ن=231) | إناث (ن=413) |
| التفاؤل | ,61 | ,60 |
| التشاؤم | ,42- | ,54- |
| التوجه الإيجابي نحو الحياة (تفاؤل) LOT | ,64 | ,58 |
| اليأس BHS | ,57- | ,62- |
| سمة القلق STAI-T | ,39- | ,52- |
| الاكتئاب BDI | ,47- | ,48- |

* جميع الارتباطات جوهرية عند مستوى 0,001.

كما تشير النتائج الموضحة في جدول (5) أيضاً إلى أن التفاؤل غير الواقعي يرتبط إيجابياً مع التفاؤل والتوجه الإيجابي نحو الحياة ، على حين يرتبط سلبيًا مع كل من التشاؤم واليأس والقلق والاكتئاب .

ويوضح جدول (6) نتائج الدراسة الثالثة التي أجريت بهدف التحقق من الصدق التقاربي والتمييزي للمقياس وذلك على عينة من طلاب جامعة الكويت المقيدون في مقرر مدخل في علم النفس وقوامها (162) فرداً بواقع (58) من الذكور و(104) من الإناث من الكويتيين كان متوسط أعمارهم 21.26 ± 3.21 .

جدول (6) معاملات الارتباط المتبادلة بين مقياس التفاؤل غير الواقعي وبعض متغيرات الشخصية لدى عينة من طلاب جامعة الكويت (ن = 162)

| المتغيرات | "ر" مع التفاؤل غير الواقعي * |
|-----------------------|------------------------------|
| التفاؤل | ,49 |
| التشاؤم | ,47- |
| التوجه نحو الحياة LOT | ,33 |
| اليأس BHS | ,49- |
| الذنب | ,34- |
| الخرى | ,30- |

* جميع الارتباطات جوهرية عند مستوى 0,001.

وتشير النتائج الموضحة في جدول (6) إلى أن التفاؤل غير الواقعي يرتبط إيجابيا مع التفاؤل والتوجه الإيجابي نحو الحياة ، على حين يرتبط سلبا بكل من التشاؤم واليأس والذنب والخرى .

وبوجه عام ، تشير الارتباطات الجوهرية الموجبة بين التفاؤل غير الواقعي والتفاؤل والتوجه الإيجابي نحو الحياة إلى الصدق التقاربي أو الاتفاقي لهذا المقياس وذلك اعتمادا على افتراض أن كلا من التفاؤل غير الواقعي والتفاؤل يرتبطان نظريا وإحصائيا . ومن جهة أخرى تشير الارتباطات الجوهرية السالبة بين التفاؤل غير الواقعي وكل من التشاؤم واليأس والقلق والوسواس القهري والشكاوي الجسمية والتفكير الانتحاري والاكتئاب والذنب والخرى إلى الصدق الاختلافي أو الافتراقي لمقياس التفاؤل غير الواقعي ، وتؤكد البيانات الواردة في الجداول (رقم : 4 ، 5 ، 6) هذه النتيجة ، وبالتالي تؤيد الصدق التقاربي والتمييزي لمقياس التفاؤل غير الواقعي . وبهذه النتيجة فقد تحقق الهدف الثاني والهدف الخامس من هذه الدراسة .

ثالثاً : الثبات

حُسب ثبات المقياس بطريقة معاملات ألفا من وضع " كرونباخ " بعد تطبيق واحد لصيغة واحدة لمقياس التفاؤل غير الواقعي ، وذلك لبيان مدى الاتساق الداخلي في الاستجابات لجميع بنود المقياس الفرعي الواحد . ويعطي معامل ألفا درجة " اتساق ما بين البنود " ، وبطريقة القسمة النصفية بعد تطبيق واحد ولصيغة واحدة من المقياس وذلك باستخدام معادلة " سييرمان - براون " بعد التصحيح ، ويمدنا هذا النوع من الثبات بمقياس لاتساق عينات محتوى المقياس ، فضلا عن طريقة إعادة التطبيق بعد أسبوع من الزمن والتي تمدنا بمقياس لاستقرار النتائج ، وذلك على عينات من الدراسة الأولى وقوامها (360) فرداً من طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي ، والدراسة الثانية وقوامها (644) فرداً ، والدراسة الثالثة وقوامها (162) فرداً من طلاب جامعة الكويت من الجنسين ، والدراسة الرابعة وقوامها (85) فرداً من طلاب جامعة الكويت من الجنسين كما هو موضح في جدول (7) وذلك حتى نصل إلى نتائج قابلة للتعميم .

جدول (7) معاملات ثبات مقياس التفاؤل غير الواقعي

| طرق حساب الثبات | الدراسة الأولى | | الدراسة الثانية | | الدراسة الثالثة | | الدراسة الرابعة | |
|-----------------|----------------|---------------|-----------------|---------------|-----------------|---------------|-----------------|--------------|
| | ذكور ن=157 | إناث ن=203 | ذكور ن=231 | إناث ن=413 | ذكور ن=58 | إناث ن=104 | ذكور ن=35 | إناث ن=50 |
| معامل ألفا | ,75 | ,89 | ,81 | ,84 | ,72 | ,81 | ,78 | ,86 |
| القسمة النصفية | ,79 | ,88 | ,78 | ,86 | ,76 | ,83 | ,79 | ,87 |
| إعادة التطبيق | - | - | - | - | - | - | ,83 | ,89 |

ويلاحظ من جدول (7) بوجه عام أن معاملات ثبات الاتساق الداخلي والاستقرار معاملات مقبولة بوجه عام لمقياس التفاؤل غير الواقعي لدى عينات الذكور والإناث في جميع الدراسات الأربع .

وبوجه عام يعد معامل الثبات الذي يساوي أو يزيد عن 0.70 مقبولا في مقاييس الشخصية (أحمد عبد الخالق ، 2000 : 129) وبالتالي فإن معاملات الثبات المستخرجة من مقياس التفاؤل غير الواقعي تعد مقبولة لأنها تزيد عن 0.70 .

واعتمادا على اتساق نتائج الثبات بين العينات في أربع دراسات مستقلة فمن الممكن أن ينصح باستخدام هذا المقياس في المجال التوجيهي أو الإرشادي والإكلينيكي ، وبهذه النتائج فقد تم التحقق من الهدف الثاني للدراسة.

رابعا : المعايير

تكونت عينة التقنين من مجموعة أفراد الدراسة الأولى ومجموعة أفراد الدراسة الثانية والتي استخدمت في حساب الثبات والصدق حيث تمثل العينة الأولى طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب وقوامها (360) طالبا بواقع (157) من الذكور و(203) من الإناث ، كان متوسط أعمارهم 21.57 ± 2.03 عاما ، على حين تمثل عينة الدراسة الثانية طلاب جامعة الكويت وقوامها (644) طالبا وطالبة بواقع (231) طالبا و(413) طالبة من طلاب جامعة الكويت . وقد كان متوسط أعمارهم جميعا 21.40 ± 1.96 عاما لجميع أفراد العينة .

وقد حُسبت المعايير في هذه الدراسة اعتماداً على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجات المئينية والدرجات التائية لمقياس التفاؤل غير الواقعي .

أ - المتوسطات والانحرافات المعيارية

يبين جدول (8) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التفاؤل غير الواقعي لدى طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي وطلاب جامعة الكويت .

جدول (8) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التفاؤل غير الواقعي

| المعايير | طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي | | طلاب الجامعة | |
|-------------------|--|-----------------|-----------------|-----------------|
| | ذكور (ن=157) | إناث (ن=203) | ذكور (ن=231) | إناث (ن=413) |
| المتوسط | 131.51 | 127.27 | 130 | 130.98 |
| الانحراف المعياري | 16.77 | 19.23 | 21.26 | 21.35 |
| الوسيط | 127 | 126 | 133 | 129 |
| المنوال | 124 | 127 | 121 | 117 |
| المدى | 74 | 104 | 102 | 130 |
| أعلى درجة | 175 | 181 | 170 | 186 |
| أدنى درجة | 101 | 77 | 68 | 56 |

ب - المئنيات

يبين جدول (9) الرتب المئنية لمقياس التفاؤل غير الواقعي لطلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي و التدريب وطلاب الجامعة من الجنسين كل على حدة .

جدول (9) الرتب المئينية المقابلة للدرجات الخام لمقياس التفاؤل غير الواقعي

لدى طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي وطلاب الجامعة

| الرتب المئينية | الدرجات الخام | | | |
|----------------|-------------------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| | طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي | | طلاب الجامعة | |
| | ذكور (ن=157) | إناث (ن=203) | ذكور (ن=231) | إناث (ن=413) |
| 5 | 107 | 99 | 69 | 100 |
| 10 | 112 | 103 | 105 | 105 |
| 15 | 116 | 109 | 108 | 110 |
| 20 | 118 | 111 | 113 | 113 |
| 25 | 122 | 116 | 117 | 117 |
| 30 | 123 | 118 | 119 | 119 |
| 35 | 124 | 120 | 121 | 123 |
| 40 | 125 | 121 | 123 | 125 |
| 45 | 126 | 124 | 126 | 127 |
| 50 | 127 | 126 | 133 | 129 |
| 55 | 131 | 127 | 135 | 132 |
| 60 | 134 | 129 | 137 | 135 |
| 65 | 136 | 133 | 141 | 139 |
| 70 | 138 | 136 | 144 | 142 |
| 75 | 140 | 139 | 146 | 145 |
| 80 | 146 | 142 | 152 | 149 |
| 85 | 152 | 148 | 153 | 153 |
| 90 | 156 | 153 | 156 | 158 |
| 95 | 167 | 162 | 160 | 171 |
| 99 | 175 | 181 | 170 | 181 |

ج - الدرجات التائية

يبين جدول (10) الدرجات التائية المقابلة للدرجات الخام لمقياس التفاؤل غير الواقعي لدى طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي وطلاب الجامعة من الجنسين كل على حدة .

جدول (10) الدرجات التائية المقابلة للدرجات الخام لمقياس التفاؤل غير الواقعي لدى طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي وطلاب جامعة الكويت

| الدرجات التائية | الدرجات الخام | | | |
|-----------------|-------------------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| | طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي | | طلاب الجامعة | |
| | ذكور (ن=157) | إناث (ن=203) | ذكور (ن=231) | إناث (ن=413) |
| 10 | 64 | 51 | 45 | 46 |
| 20 | 81 | 70 | 66 | 67 |
| 30 | 98 | 89 | 87 | 88 |
| 40 | 115 | 108 | 108 | 109 |
| 50 | 132 | 127 | 129 | 130 |
| 60 | 149 | 146 | 150 | 151 |
| 70 | 166 | 165 | 171 | 172 |
| 80 | 183 | 184 | 192 | 193 |
| 90 | - | - | - | - |

وبهذا فقد تحقق الهدف السادس من الدراسة وهو وضع معايير للمقياس .

خامسا : الفروق بين الجنسين

ولتحقيق الهدف الرابع للدراسة وهو التعرف على الفروق بين الجنسين في التفاؤل غير الواقعي يوضح جدول (11) الفروق بين الذكور والإناث في مقياس التفاؤل غير الواقعي لدى مجموعة طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي وطلاب جامعة الكويت كل على حدة .

وتشير النتائج الواردة في جدول (11) إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في التفاؤل غير الواقعي بوجه عام في عينة طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب وأيضا عينة طلاب الجامعة ، علما بأن هناك فروقا بين الجنسين في بعض الأحداث السارة والمفجعة في كل عينة ، ففي عينة طلاب الهيئة من الذكور نجد أنه يزيد احتمال توقعهم بالسفر إلى أوروبا وأمريكا وأيضا أن يكونوا رجال أعمال ناجحين فضلا عن أنه يقل احتمال إصابتهم بالجنون ومحاولة الانتحار ، في حين نجد أن الإناث يزيد احتمال ربهم بمسابقة بمبلغ مائة ألف دولار أمريكي ويقل احتمال تعرضهم للإصابة بالصلع المبكر ، وفي مجموعة طلاب الجامعة ، نجد أنه يزيد احتمال الذكور في الحصول على جائزة نوبل والسفر إلى أوروبا وأمريكا وأي ينجبوا طفلا موهوبا فضلا وأن يكونوا رجال أعمال ناجحين ، في حين نجد أن الإناث يقل احتمال تعرضهم لانقلاب في السيارة والإصابة بالصلع المبكر والإصابة بالجنون والطرده من العمل فضلا عن يكونوا ضحية حالات اختلاس أو نصب . وبوجه عام ، تشير النتائج إلى تشابه الجنسين في توقع الأحداث السارة والمفجعة في الواقع . وبهذا فقد تحقق الهدف الرابع من الدراسة الحالية .

استخدامات المقياس

يمكن القول استناداً إلى النتائج الموضحة في الدراسة الحالية أن مقياس التفاؤل غير الواقعي يتمتع بخواص سيكومترية جيدة ، حيث يتوفر له قدر مرتفع من الثبات والصدق . ويمكن استخدامه في مجالات عديدة منها على سبيل المثال لا الحصر علم نفس الشخصية ، علم نفس الصحة ، علم النفس الإكلينيكي والإرشادي ، علم النفس الصناعي ، وعلم النفس عبر الحضاري .

بحوث مقترحة

التفاؤل غير الواقعي من السمات المهمة في الشخصية ، والتي ترتبط - إيجابيا أو سلبيا - بكثير من السمات الأخرى سواء أكانت سوية أو مرضية . وتشير النتائج التي أوردت في هذه الدراسة أن مقياس التفاؤل غير الواقعي عبارة عن أداة تتسم بخصائص جيدة . ومن ثم يوصى بمواصلة البحث في التفاؤل غير الواقعي بواسطة وبخاصة أن الدراسات العربية في هذا المجال غير متاحة حسب معلوماتنا .

وتقترح النقاط البحثية التالية :

- 1 - العلاقة بين التفاؤل غير الواقعي وبقية سمات الشخصية التي لم تبحث في هذه السلسلة من الدراسات ، مثل : تقدير الذات ، ومفهوم الذات ، والسعادة ، ومصدر الضبط ، والعوامل السبعة الكبرى ... إلخ
- 2 - الارتباط بين التفاؤل غير الواقعي والمتغيرات المتصلة بالصحة والمرض : النفسي والجسمي .
- 3 - الفروق بين الأسوياء والمرضى (جسماً أو عقلياً) في التفاؤل غير الواقعي .
- 4 - الفروق بين المجموعات العمرية في التفاؤل غير الواقعي .

- 5 - الفروق بين طلاب الجامعة في عدد من الدول العربية في التفاؤل غير الواقعي .
- 6 - العلاقة بين التفاؤل غير الواقعي وبين المتغيرات الاجتماعية .
- 7 - طرق التنشئة الوالدية المسهمة في تطوير التفاؤل غير الواقعي .
- 8 - وضع برنامج علاج سلوكي معرفي للتقليل من التفاؤل غير الواقعي .

المراجع

1. أحمد محمد عبد الخالق (1992) دليل تعليمات قائمة القلق : الحالة والسمة . الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية .
2. أحمد محمد عبد الخالق (1993) دليل تعليمات المقياس العربي للوسواس القهري ، القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية .
3. أحمد محمد عبد الخالق (1996) . دليل تعليمات القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم . الاسكندرية : دار المعرفة الجامعية .
4. أحمد محمد عبد الخالق (2000) استخبارات الشخصية . الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية ، ط 3 .
5. بدر محمد الأنصاري (1997) دليل تعليمات الصورة الكويتية لقائمة " بيك " للاكتئاب . الكويت : مكتبة المنار الإسلامية .
6. بدر محمد الأنصاري (1998) التفاؤل والتشاؤم : المفهوم والقياس والمتعلقات . مجلس النشر العلمي - جامعة الكويت .
7. بدر محمد الأنصاري (2000) قياس الشخصية . الكويت : دار الكتاب الحديث .
8. بدر محمد الأنصاري (2001) بناء مقياس للذنب وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية لدى عينة من طلاب جامعة الكويت . مركز دراسات الخليج والجزيرة العربية . مجلس النشر العلمي ، جامعة الكويت (عدد خاص) .
9. فاروق عبد الفتاح موسى (1990) . القياس النفسي والتربوي للأسوياء والمعوقين . القاهرة : مكتبة النهضة المصرية .
10. مصرى عبد الحميد حنورة (1998) الشخصية والصحة النفسية . القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية .

11. Anastasi, A. (1988) *Psychological testing*. New York: Macmillan,6th ed .
12. Cohn, L.D., Macfarlane,S., Yanez,C., & Imai, W.k. (1995).Risk-perception: Differences between adolescents and adults. *Health Psychology*, 14,3,217-222.
13. Dewberry, C.K., Ing, M., James,S. Nixon, M., & Richardson, S. (1990). Anxiety and unrealistic optimism. *Journal of Social Psychology*, 130, 731-738.
14. Guilford,J.P.(1954). *Psychometric methods* . New York: McGraw-Hill,2nd ed.
15. Harris, P.& Middleton, W.(1994). The illusion of control and optimism about health: on being less at risk but no more in control . *British Journal of Social Psychology*,33,369-386.
16. Heine, S.J.,& Lehman,D.R.(1995). Cultural variation in unrealistic optimism: Does the west feel more invulnerable than the east? *Journal of Personality and Social Psychology*, 68,4,595-607.
17. Hoorens,V.(1995). Self-favoring biases self-presentation,and self-other asymmetry in social comparison. *Journal of Personality*, 63,4,793-817.
18. Johnes,E.E.& Nisbett,R.E.(1971). The actor and the observer: Divergent perceptions of the causes of behavior. In E.E.Jones et al. (Eds.), *Attribution: perceiving the causes of behavior*. Morristown, N.J.: General Learning Press.
19. Kahneman, D.,& Tversky,A.(1972). Subjective probability: A judgment of representativeness. *Cognitive Psychology*,3,430-454.
20. Kirscht, J.P., Haefner, D.P. Kegeles, S.S.& Rosenstock, I.M.(1966). A national study of health beliefs. *Journal of health and Human Behavior*,7,248-254.
21. Mahatane,J.,& Johnston, M.(1989). Unrealistic optimism and attitudes towards mental health . *British Journal of Clinical Psychology*, 28,181-182.

22. McGee,H.M.& Cairns,J.(1994). Unrealistic optimism: A behavioural sciences classroom demonstration project . *Medical Education*, 28,6,513-516.
23. McKenna,F.P.(1993). It won't happen to me : Unrealistic optimism or illusion of control? *British Journal of Psychology*,84,39-50.
24. Mischel,W.C (1968). *Personality and Assessment*. New York: Wiley.
25. Morrison,V., Ager, A., & Willock,J.(1999). Perceived risk of tropical diseases in Malawi: Evidence of unrealistic pessimism and the irrelevance of beliefs of personal control. Psychology, *Health and Medicine*, 4,4,361-368.
26. Peeters,G., Cammaert,M.,& Czapinski,J.(1997). Unrealistic optimism and positive-negative asymmetry: A conceptual and cross-cultural study of interrelationships between optimism, pessimism,and realism. *International Journal of Psychology*, 32,1,23-34.
27. Regan,P.C., Snyder,M.,& Kassin, S.M.(1995). Unrealistic optimism: self- enhancement or person Positively. *Personality and Social Psychology Bulletin*,21,10,1073-1082.
28. Reppucc,J., D., et.al.(1991). Unrealistic optimism among adolescent smokers and nonsmokers. *Journal of Primary Prevention*,11,3,227-236.
29. Rutter, D.R., Quine, L.,& Albery, I.P:(1998). Perceptions of risk in motorcyclists: Unrealistic optimism, relative realism and predictions of behavior, *British Journal of Psychology*, 89, 4,681-696.
30. Shepperd, J.A, Ouellette, J.A., & Fernandez, J.K.(1996). Abandoning Unrealistic Optimism: Performance estimates and the temporal proximity of self-relevant feedback. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 4,844- 855.
31. Sparks,P., Shepherd,R., Wieringa, N., & Zimmermanns,N.(1995). Perceived behavioural control , unrealistic optimism and dietary change: An exploratory study. *Appetite*, 24,3,243-255.

32. Strecher, V.J., Kreuter, M.W., & Kobrin, S.C. (1995). Do cigarette smokers have unrealistic perceptions of their heart attack, cancer, and stroke risks. *Journal of Behavioral Medicine*, 18, 1, 45-54.
33. Taylor, S.E., & Brown, J.D. (1988). Illusion and well-being : A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193-210.
34. Taylor, S.E., Kemeny, M.E., Aspiwall, L.G., Schneider, S.G., Rodriguez, R., & Herber, M. (1992). Optimism, coping, psychological distress, and high-risk sexual behavior among men at risk for AIDS. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 460-473.
35. Todesco, P., & Hillman, S.B. (1999). Risk perception: unrealistic optimism or realistic expectancy. *Psychological Reports*, 84, 731-738.
36. Weinstein, N.D. (1980). Unrealistic optimism about future life events. *Journal of Personality and Social Psychology*. 39, 806-820.
37. Weinstein, N.D. (1982). Unrealistic optimism about susceptibility to health problems *Journal of Behavioral Medicine*, 5, 441-460.
38. Weinstein, N.D. (1983). Reducing unrealistic optimism about illness susceptibility, *Health Psychology*, 2, 11-20.
39. Weinstein, N.D., & Lachendro, E. (1982). Egocentrism as a source of unrealistic optimism. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 8, 195-200.

ملحق (1) الصورة الأولى لمقياس التفاؤل غير الواقعي

| العبارات | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
|---|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| تعليمات : فيما يلي مجموعة من الأحداث السارة والمفجعة التي يحتمل أن يتعرض الإنسان لبعض منها في حياته اليومية .اقرأ من فضلك كل عبارة جيدا ثم حدد مدى احتمال تعرضك لكل حدث عن هذه الأحداث في الواقع ، وذلك بوضع دائرة حول نسبة مئوية واحدة من النسب التالية لكل عبارة. | | | | | | | | |
| 1- أحب مهنة ما بعد التخرج . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 2- أضطجع مريضا في فراشي لمدة شهر . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 3- يبدأ راتبي من عشرة آلاف (10.000) دولار أمريكي . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 4- أطرده من الجامعة . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 5- امتلك سيارة فاخرة . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 6- اخطأ في اختيار مستقبلي المهني . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 7- أحصل على جائزة نوبل . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 8- أفقد جميع ممتلكاتي الشخصية. | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 9- أتزوج من امرأة ثرية . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 10- أنقلب في سيارتي . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 11-أسافر أوروبا وأمريكا . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |

| | | | | | | | | |
|--|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| | % | % | % | % | % | % | % | % |
| 12- أصاب بالصلع المبكر . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 13- أعيش حتى سن الثمانين . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 14- أصاب بأحد أمراض السرطان . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 15- أربح في مسابقة مبلغ قدره مائة ألف (100.000) دولار أمريكي . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 16- يبتر طرف من أطراف جسمي . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 17- امتلك منزل خاص كبير (قصر) . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 18- أطلق شريكة حياتي بعد امضاء فترة قصيرة عن الزواج . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 19- تنشر الصحف اليومية عن انجازاتي وتحصيلي . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 20- أفقد قواي العقلية أو أصاب بالجنون . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 21- أكون رجل أعمال ناجح . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |

تابع ملحق (1)

| | | | | | | | | |
|--|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 22- أعمل في مجال يناسب قدراتي واهتمامي | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 23- أنجب طفلا موهوبا عقليا . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 24- أكون ضحية إختلاس أو نصب . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 25 - لا أتردد إلى المستشفيات خلال فترة خمس (5) سنوات . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 26- اتعاطى حبوبا مخدرة (مخدرات) . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 27- أحافظ على وزني الحالي طوال عشرة سنوات متتالية . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 28- أصاب بنوبة قلبية قبل بلوغ سن الأربعين عاما. | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 29- يتضاعف دخلي السنوي كل خمس سنوات. | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 30- أطرده من العمل . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 31- أحاول الانتحار . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 32- أصاب بتشوهات من جراء حادث تصادم مروري . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 33- أصاب بصداع مزمن . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |

ملحق (2)

العوامل المستخرجة من التحليل العاملي بعد التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس لمقياس التفاؤل غير الواقعي في صورته الأولية على عينة من طلاب جامعة الكويت قوامها (425) فرداً

| العبارات | ع 1 الأحداث المفجعة | ع 2 الأحداث السارة |
|---|---------------------------|--------------------------|
| 1- أحب مهنة ما بعد التخرج . | ,19 | ,35 |
| 2- أضطجع مريضاً في فراشي لمدة شهر. | ,38 | ,07 |
| 3- يبدأ راتبي من عشرة آلاف (10.000) دولار أمريكي . | ,02 | ,35 |
| 4- أطرده من الجامعة . | ,44 | ,09 |
| 5- امتلك سيارة فاخرة . | ,03 | ,56 |
| 6- اخطأ في اختيار مستقبلي المهني . | ,44 | ,11 |
| 7- أحصل على جائزة نوبل . | ,10 | ,60 |
| 8- أفقد جميع ممتلكاتي الشخصية. | ,52 | ,14 |
| 9- أتزوج من امرأة ثرية . | ,12 | ,54 |
| 10- أنقلب في سيارتي . | ,74 | ,12- |
| 11- أسافر أوروبا وأمريكا . | ,06 | ,61 |
| 12- أصاب بالصلع المبكر . | ,48 | ,12 |
| 13- أعيش حتى سن الثمانين . | ,13 | ,51 |
| 14- أصاب بأحد أمراض السرطان . | ,54 | ,05 |
| 15- أربح في مسابقة مبلغ قدره (100.000) دولار أمريكي . | ,05 | ,65 |
| 16- يبتتر طرف من أطراف جسمي . | ,68 | ,07 |
| 17- امتلك منزل خاص كبير أو قصر . | ,16 | ,70 |

| | | |
|--|------|------|
| 18- أطلق شريكة حياتي بعد امضاء فترة قصيرة عن الزواج . | ,57 | ,02 |
| 19- تنشر الصحف اليومية عن انجازاتي وتحصيلي . | ,03 | ,73 |
| 20- أفقد قواى العقلية والاخلاقية أو أصاب بالجنون . | ,70 | -,04 |
| 21- أكون رجل أعمال ناجح. | -,07 | ,79 |
| 22- أعمل في مجال يناسب قدراتي واهتماماتي . | ,12 | ,71 |
| 23- أنجب طفلا موهوبا عقليا . | ,15 | ,65 |
| 24- أكون ضحية إختلاس أو نصب أو احتيال. | ,67 | -,07 |
| 25 - لا أتردد إلى المستشفيات خلال فترة خمس (5) سنوات . | ,15- | ,35 |
| 26- اتعاطى حبوبا مخدرة (مخدرات) . | ,44 | ,08- |
| 27- أحافظ على وزني الحالي طوال عشرة سنوات متتالية . | ,14- | ,32 |
| 28- أصاب بنوبة قلبية قبل بلوغ سن الأربعين عاما. | ,65 | ,06- |
| 29- يتضاعف دخلي السنوي كل خمس سنوات. | ,04- | ,59 |
| 30- أطرده من العمل . | ,64 | ,09 |
| 31- أحاول الانتحار . | ,48 | ,10 |
| 32- أصاب بتشوهات من جراء حادث تصادم | ,73 | ,01 |

| | | |
|------------------------|-------|-------|
| مروري . | | |
| 33- أصاب بصداع مزمن . | ,44 | ,05 |
| الجذر الكامن | 9.86 | 5.82 |
| تباين العامل | %36.8 | %17.8 |
| التباين الكلي للعاملين | %54.6 | |

ملحق (3) الصورة الأخيرة لمقياس التفاؤل غير الواقعي

تعليمات : فيما يلي مجموعة من الأحداث المهمة التي يحتمل أن يتعرض الفرد لبعض منها في حياته اليومية ، وبعض هذه الأحداث سار وبعضها مفرح . اقرأ من فضلك كل عبارة جيداً ، ثم حدد من وجهة نظرك مدى احتمال تعرضك لكل حدث من هذه الأحداث في الواقع ، وذلك بوضع دائرة حول نسبة مئوية واحدة من النسب التالية لكل عبارة . وتذكر أن تجيب عن كل عبارة .

| العبارات | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
|-------------------------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 1- أمتلك سيارة فاخرة . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 2- أحصل على جائزة نوبل . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 3- أفقد جميع ممتلكاتي الشخصية | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 4- أتزوج من امرأة ثرية . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 5- أنقلب في سيارتي . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 6- أسافر إلى أوروبا وأمريكا . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 7- أصاب بالصلع المبكر . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 8- أعيش حتى سن الثمانين . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 9- أصاب بأحد أمراض | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |

| | | | | | | | | |
|--|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| السرطان . | % | % | % | % | % | % | % | % |
| 10- أرباح في مسابقة مبلغ وقدره مائة ألف (100.000) دولار أمريكي | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 11-بيتر جزء أو طرف من أطراف جسمي. | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 12- أمتلك منزل خاص كبير أو قصر . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 13- أطلق شريكة حياتي بعد فترة قصيرة من الزواج . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 14- تنشر الصحف اليومية عن انجازاتي وتحصيلي | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 15- أفقد قواي العقلية أو أصاب بالجنون . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 16- أكون رجل أعمال ناجح . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 17- أعمل في مجال يناسب قدراتي واهتماماتي . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 18- انجب طفلا موهوبا عقليا . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |

| | | | | | | | | |
|--|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 19- أكون ضحية إختلاس أو نصب . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 20- أصاب بنوبة قلبية قبل بلوغ سن الأربعين عاماً . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |

| | | | | | | | | |
|--|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 21- يتضاعف دخلي السنوي كل خمسة سنوات . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 22- أطررد من العمل . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 23- أحاول الانتحار . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |
| 24- أصاب بتشوّهات من جاء حادث تصادم مروري . | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % |

ملحق (4) معاملات ثبات " ألفا والقسمة النصفية لمقاييس الشخصية لدى عينة من طلاب الهيئة العامة للتعليم التطبيقي قوامها (360) طالبا وطالبة بواقع (157) من الذكور و(203) من الإناث

| المقاييس | معامل " ألفا " كرونباخ | القسمة النصفية) سبيرمان - براون) بعد تصحيح الطول |
|---|------------------------|---|
| التفاؤل غير الواقعي * | ,78 | ,80 |
| (8×24) | | |
| التفاؤل (5 × 30) | ,96 | ,92 |
| التشاؤم (5 × 30) | ,98 | ,94 |
| التوجه نحو الحياة (التفاؤل) (5×12) Lot | ,71 | ,69 |
| اليأس (2×20) BHS | ,89 | ,85 |
| الذنب (5 × 18) | ,80 | ,76 |
| الخرى (5 × 18) | ,92 | ,90 |
| الوسواس القهري (32) × (2) | ,77 | ,72 |
| الشكاوي الجسمية (24) PAI-SOM (4× | ,82 | ,83 |
| التفكير الانتحاري (4×12) PAI-SUI | ,75 | ,72 |

* يوضح ما بين القوسين عدد البنود المكونة للمقياس مضروبا بعدد بدائل الإجابة .

ملحق (5)

معاملات ثبات " ألفا " والقسمة النصفية لمقاييس الشخصية على عينة قوامها (274) طالب من طلاب جامعة الكويت بواقع (98) من الذكور و (176) من الإناث

| المقاييس | معامل " ألفا " كرونباخ | القسمة النصفية (سبيرمان - براون) بعد تصحيح الطول |
|--------------------------------|------------------------|---|
| التفاؤل (5 × 15) | ,93 | ,90 |
| التشاؤم (5 × 15) | ,94 | ,91 |
| اليأس (2×20) BHS | ,78 | ,70 |
| الاكتئاب (4×21) BDI | ,89 | ,82 |
| سمة القلق (4×20) STAI-T Form-y | ,87 | ,80 |

* يوضح ما بين القوسين عدد البنود المكونة للمقياس مضروباً بعدد بدائل الإجابة

ملحق (6)

معاملات ثبات " ألفا " والقسمة النصفية لمقاييس الشخصية على عينة قوامها (162) طالبا من طلاب جامعة الكويت من الجنسين بواقع (58) من الذكور و(104) من الإناث

| المقاييس | معامل " ألفا " مرونباخ | القسمة النصفية) سبيرمان - براون) بعد تصحيح الطول |
|---|------------------------|---|
| التقاؤل غير الواقعي * (8×24) | ,88 | ,81 |
| التقاؤل (5 × 30) | ,96 | ,93 |
| التشاؤم (5 × 30) | ,98 | ,96 |
| التوجه نحو الحياة (التقاؤل) (5×12) Lot | ,74 | ,71 |
| اليأس (2×20) BHS | ,90 | ,87 |
| الذنب (5 × 18) | ,77 | ,71 |
| الخرى (5 × 18) | ,92 | ,89 |

* يوضح ما بين القوسين عدد البنود المكونة للمقياس مضروبا بعدد بدائل الإجابة .