

## التواضع لدى مرشدي مدارس بغداد

أ.د. أزهار عبود حسون

[Azharshmal333@gmail.com](mailto:Azharshmal333@gmail.com)

الجامعة المستنصرية، كلية التربية، قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

### الملخص

يستهدف البحث الحالي قياس التواضع لدى مرشدي مدارس بغداد، ومعرفة دلالة الفروق في التواضع وفقا لمتغيري الجنس ومدة الخدمة، وتحقيقا لذلك تم الاعتماد على مقياس (حسن، 2022) الذي بني وفقا لنظرية سليجمان والمكون من (23) فقرة، موزعة على ثلاثة عوامل هي؛ عامل تقبل الذات (10 فقرات)، عامل العطف والكرم (8 فقرات)، وعامل التفاعل الايجابي (5 فقرات)، صيغت الفقرات بأسلوب العبارات التقريرية وامام كل فقرة (5) بدائل متدرجة للاجابة، طبق المقياس على (200) مرشد ومرشدة، وقد تم التحقق من صدق المقياس للبحث الحالي بمؤشري؛ الصدق الظاهري وصدق بناء المقياس، من خلال حساب علاقة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وعلاقة كل فقرة بالعامل الذي تنتمي اليه، وتم التحقق من ثبات المقياس بطريقة تحليل التباين باستعمال معادلة الفا كرونباخ وبلغ (0.86) ولكل عامل بلغ (0.75)(0.75)(0.68) على التوالي، وأظهرت نتائج البحث؛ ان مرشدي مدارس بغداد متواضعون في تعاملهم باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة، وللتعرف على دلالة الفروق في التواضع وعوامله وفقا لمتغيري الجنس ومدة الخدمة، استعمل تحليل التباين التائي ANOVA الذي اظهر فروقا ذات دلالة احصائية وفقا لمتغير الجنس، لصالح المرشدين.

الكلمات المفتاحية: التواضع، المرشدين التربويين، قياس

## Humility of Counselors In Baghdad Schools

Prof. Azhar Abood Hasoon (Ph.D.)

[Azharshmal333@gmail.com](mailto:Azharshmal333@gmail.com)

University of Al-Mustansiriyah ,College of Education ,Psychological Counseling and Educational Guidance Department

### Abstract

The present study seeks to assess the level of humility among school counselors in Baghdad and examine the importance of variations in humility based on gender and years of experience. In order to accomplish this objective, the investigation utilizes the scale developed by Hassan (2022), which is rooted in Seligman's theory and comprises 23 items categorized into three dimensions: self-acceptance (10 items), compassion and generosity (8 items), and positive interaction (5 items). The scale items are presented in a declarative format with five response options for each item. A total of 200 counselors (both male and female) participate in the scale administration. The validity of the scale in the current study is established through face validity and construct validity, involving the computation of the correlation between each item and the total score of the scale, as well as the factor it represents. The scale's reliability is ascertained through the analysis of variance using Cronbach's alpha equation, yielding an overall reliability coefficient of 0.86, with individual reliabilities for each factor being 0.75, 0.75, and 0.68, respectively. The findings of the study indicate that school counselors in Baghdad exhibit humility in their interactions, as demonstrated by the one-sample t-test. To explore the significance of variations in humility and its dimensions based on gender and years of experience, a two-way ANOVA is conducted, revealing statistically significant differences with respect to the gender variable, favoring male counselors.

**Keywords :** humility , counselors , measurement

## مشكلة البحث

هناك اعتقاد عند بعض الافراد ان التواضع Humility يؤدي بان يكون الفرد ضعيفاً ، ويفتقر الى الثقة بالنفس، وسلبى ويقل احترامه لذاته ، ويؤدي به الى الاذلال، مما يثير الخجل او الاحراج من الذات، غير ان التواضع لا يعني بالضرورة مثل هذه الآراء السلبية عن الذات، وفي الواقع ان الافراد المتواضعين يمكن ان يكون لديهم آراء ايجابية عن انفسهم، اذا استندوا في احساسهم بقيمتهم وصفاتهم الجيدة (Seligman, 2002, p. 162)، و لفهم التواضع لا بد من الاخذ بالاعتبار ان التواضع لا ينطوي على السلبية او اهانة الذات والانتقاص من قيمتها، وانما يتضمن النظرة الموضوعية لها، ورغبة الفرد في رؤية ذاته بدقة ، وفهمه لنفسه فهماً حقيقياً من غير مبالغة او تقليل لإمكاناته وقدراته (Peterson & Seligman, 2004, p. 463) .

ونتيجة لسيادة الجوانب المادية مقابل القيم الانسانية والاخلاقية ، ونتيجة للفهم غير الصحيح لهذه الجوانب، وتداخلها مع المفاهيم الخاطئة بعضها بالبعض الآخر، فقد بدأ ينظر الى الفرد الذي يعفو عن الذين أساؤا اليه ، بأنه لا يستطيع الانتقام وانه ضعيف ، وليس له اهمية وان آراءه غير مقبولة ، وفي الحقيقة ان الانتقام يدل على الضعف ، لان التواضع يعكس فهم الفرد لنفسه فهماً حقيقياً ، من غير مبالغة لإمكاناته او تحقيرها ، فضلاً عن فهم الفرد المتواضع لجوانب ضعفه و قوته ، الذي يؤدي الى جودة علاقات الفرد مع افراد المجتمع (Leary & Guadagno, 2011, p. 137).

فقد اظهرت دراسة جانكاوسكي وزملائه التي اجريت على عينة من طلبة الدراسات العليا ، ان الفرد المتواضع اقل تعرضاً للاكتئاب ولديه شعور بالهناء الذاتي والرفاهية النفسية والرضا عن الحياة، و ان تواضع الفرد يسهل من التحكم الذاتي، و يعزز التسامح في العلاقات الاجتماعية الإيجابية ، ووجود اثر للجنس في التواضع لصالح الذكور مقابل الاناث (Jankowski, Sandage, Bell, Ruffing, & Adams, 2018) ، في حين اظهرت دراسة (مصطفى ، 2022) ان التوكيدية والرضا عن الحياة تنتبأ بالتواضع لدى الشباب في المجتمع المصري ، وعدم وجود اثر للجنس في التواضع بين الشباب والشابات في مصر، واظهرت دراسة ( احمد، مصطفى، و محمد، 2021) لا وجود اثر لمدة الخدمة بين معلمي ومدرسي مدارس اسبوت بمصر في التواضع . وبما ان عمل المرشدين في المدارس ينطوي على العمل على مساعدة المسترشدين تربوياً ونفسياً واجتماعياً ، لذا جاء البحث الحالي لقياس التواضع لدى مرشدي مدارس بغداد لما له من تأثير في حياتهم المهنية والشخصية ، فضلاً عن التعرف على دلالة الفروق في التواضع على وفق متغيري الجنس ومدة الخدمة.

## اهمية البحث

اكد الفلاسفة والمفكرين أن التواضع فضيلة اخلاقية وانسانية ،وهي نقيض النرجسية والغطرسة والغرور، و أهتم علماء النفس الإيجابي بسمه التواضع Humility Trait وعدها قوة مشرقة ومضيئة في الإنسان، اذ تتضمن هذه السمة معاني عديدة كالحب واحترام الآخرين والاعتزاز بقيمتهم ، و يمنح التواضع الفرد الطيبة وحب إقامة العلاقات مع الآخرين واحترام الأديان والثقافات الأخرى ونبذ التعصب والعنف والتكبر، و قبول الفرد بعيوبه وعيوب الآخرين، ويظهر التواضع في نظرة الفرد لنفسه ، وبالرغم من المهارات التي قد يظهرها الافراد فان المتواضعين غالباً ما يرون انفسهم بوصفهم افراد عاديين، ولا يرون انفسهم افضل من غيرهم، وهذا ما اكد عليه وونغ ( wong,2011) بان للتواضع فوائد نفسية عديدة ، فضلاً عن توجه الفرد المتواضع نحو الخير، وان الدراسات بعلم النفس الايجابي وجدت ان التواضع يقوم على الحد من الاكتئاب والقلق والخوف ، وتقليل العدوان والصراع والغضب ، وزيادة الشعور بالسعادة و التفاؤل، و اقامت العلاقات الاجتماعية ، والانفتاح على الخبرات الجديدة ، والمزيد من التعاطف والايثار والرحمة ، وزيادة الشعور بالرضا المهني (العبودي و صالح، 2015، الصفحات 113-115).

ويعزز التواضع الانفتاح على التعلم وبناء المجتمع ، فالأفراد المتواضعون يمتلكون روحاً قابلة للتعلم ،وهم يعترفون بأخطائهم ويتقبلون آراء الآخرين وافكارهم ، ويتقبلون الاخطاء بأنها جزء من طبيعة الانسان ، ولا يمانعون في قبول مساعدة الآخرين ، لذا فالتواضع يتطلب فهماً للذات وايماناً بأن الآخرين لهم قيمة (Means , Wilson, Sturm, Biron, & Bach, 1990, pp. 211-214) .

وتزايد الاهتمام بدراسة التواضع باعتباره احد مصادر المواجهة Confrontation ، والتخفيف من الآثار السلبية لضغوط الحياة التي يعيشها الفرد، و توجد مبررات منطقية تؤكد على ان الفرد المتواضع يكون قادراً على التعامل بشكل اكثر فاعلية مع الاحداث، وان احداث الحياة الضاغطة تؤثر في مقدرة الفرد على حل المشكلات التي يواجهها، و يمكن ان يلجأ الى طلب المساعدة من

الآخرين، وقد تجعله هذه الاحداث يشعر بالحرج ، وهذا يمكن ان يضعف ثقة الفرد بنفسه، غير ان الفرد المتواضع تكون لديه المقدرة على تجاوز مثل هذا الشعور، لأنه يدرك ان جميع الافراد لديهم محددات و سلبيات ، وان اعتراف الفرد بهذه المحددات والقيود والسلبيات، تعد خطوة ضرورية في طلب المساعدة من الآخرين، ونتيجة لذلك يميل المتواضعين الى قبول الدعم اكثر من غيرهم، وبالتالي تعزيز النمو الشخصي لديهم ، فضلا عن مقدرتهم على ادارة الغضب تجاه الآخرين، وذلك من منطلق انه يزداد لديهم الاعتراف بالخطأ الذي يعد خطوة اساسية و مهمة في تحقيق التسامح (Kruse, Pargament, Hill, & Ironson, 2016, pp. 499-510).

ويمكن تلخيص اهمية البحث الحالي بما يأتي:

- ندرة الدراسات المحلية والعربية في تناول مفهوم التواضع سيكولوجياً، اذ يشوب هذا المفهوم بعض الغموض والتعقيد والذي يحمل معناه جوانب كثيرة تحتاج الى دراسة.
- التواضع له دور كبير في توافق المرشدين مع انفسهم و مع البيئة المحيطة بهم اثناء ممارستهم العمل الارشادي في المدرسة من اجل تحقيق اهداف العملية الارشادية.
- اهمية المرشدين التربويين في المؤسسات التربوية عموماً، كونهم عناصر فاعلة في تحقيق الاهداف التربوية بإعداد الطلبة ومساعدتهم في تحقيق توافقهم النفسي والاجتماعي.

#### اهداف البحث

يهدف البحث الحالي الى :

- قياس التواضع وعوامله لدى مرشدي مدارس بغداد.
- تعرف دلالة الفروق في التواضع وعوامله، على وفق متغيري الجنس ومدة الخدمة لدى مرشدي مدارس بغداد.

#### حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بالمرشدين والمرشدات التربويات العاملين في المدارس التابعة للمديريات العامة للتربية الست في محافظة بغداد (الكرخ و الرصافة) للعام الدراسي 2023- 2024 م .

#### تحديد المصطلحات

عرف كلا من بيترسون و سليجمان التواضع Humility بأنه "سمة ثابتة و مستقرة نسبياً من وجهة نظر ذاتية مفادها ان شيئاً اعظم من الذات موجود ، وان التواضع يتمثل بالقيمة الانسانية ، واحترام الآخرين ، والمصلحة العامة" (Peterson و Seligman, 2004، صفحة 460)، و قد اعتمد هذا التعريف كتعريف نظري للبحث الحالي. اما التعريف الاجرائي للتواضع فهو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المرشد التربوي بإجابته على فقرات مقياس التواضع الذي اعدته دراسة (حسن، 2022) الذي اظهرت دراسته ان للتواضع ثلاثة عوامل ، لذا فان التعريفات الاجرائية لكل عامل في مقياس التواضع هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المرشد بالإجابة على الفقرات الخاصة بكل عامل.

#### اطار نظري

اكاد كانات ان مفهوم التواضع درس في اربعة تخصصات هي؛ دراسات علم الاديان، والدراسات الفلسفية، والدراسات الانسانية، والدراسات النفسية (Greenberg, 2007, p. 622)، فقد درس التواضع على نطاق واسع ضمن الابحاث الدينية ، في الديانات اليهودية والمسيحية والاسلامية والبوذية ، فالمسيحيون يؤكدون ان المسيح هو رمز التواضع ، والبوذيين يؤكدون على التواضع من خلال تقبل الذات وانكارها لتطهير الروح ، اما الفلاسفة فان لكل منهم وجهة نظر يؤكد عليها في التواضع ، فالبعض يؤكد على التقييم الدقيق للذات، او قلة الاهتمام بالنفس، او الحياء، او من خلال معرفة حدود الفرد وقيوده ، وكل فيلسوف اكد على جانب في تفسيره للتواضع ، ودرس التواضع في علم نفس الشخصية بعده سمة Trait، ففي انموذج عوامل الشخصية الخمسة الكبرى، يتكون عامل المقبولية من ستة جوانب احدها التواضع، الذي يقصد به وفقاً لهذا الانموذج بانه هو الفرد الذي يتسم سلوكه بعدم العجرفة او النرجسية

، من غير ان يشعر الفرد بقلّة الثقة بنفسه ،ويتسم تعامله بالرقى والتوازن دون كبرياء ،ومن غير مقارنة الفرد بالآخرين ، وبصورة عامة هناك جدل واسع حول مفهوم التواضع ، غير انه يوجد اتفاق على انه احد الفضائل الايجابية المهمة ، وانه احد قوى الشخصية الايجابية (Baumeister & Liko, 1995, p. 199) .

ويعد سليجمان ( Seligman,1998 ) مؤسس علم النفس الايجابي ، الذي ظهر في مواجهة الهيمنة المرضية في دراسات علم النفس ، والذي بدأ يتطور من خلال تركيزه على سعادة الانسان، باستعمال ما يمتلكه من قدرات عقلية وجسمية ، فالشعور بالسعادة عامل اساسي لحياة ذات صحة نفسية وجسمية (عبد الله، 2013، صفحة 323).

و درس علماء النفس الايجابي في ابحاثهم الاخيرة سمة التواضع بوصفها سمة مرغوب فيها ، فهي فضيلة وقوة انسانية ، تقوم على تواضع الفرد لنفسه وبالوقت نفسه احترام الآخرين واعطاء الافراد صبغة انسانية ،وان البشرية لن تتقدم اذا اتسم سلوكها بالتكبر والغرور ، لان الاهتمام سيكون في المصالح الشخصية الخاصة فقط، مما يؤدي الى انغلاق المجتمع (Seligman و Peterson, 2004، صفحة 460).

ويعد التواضع احدى قوى الشخصية لدى سليجمان في انموذجه الذي اكد على التواضع يندرج ضمن فضيلة الاعتدال التي ترتبط بقدرة الفرد على ضبط ذاته طوعيا ، فهو يعفو ولا ينتقم ، ولا يتكبر ، ولا يتحدث عن نفسه ، وانما يترك افعاله وتصرفاته تتحدث عنه ، ويحاول ان يتجنب الاضواء ولا يحب الشهرة (Park, Peterson, & Sligman, 2004, p. 604).

و يجب التمييز بين التواضع والحياء Modesty ، فقد يلجأ الفرد الى التواضع في بعض المواقف الاجتماعية من اجل الاعراف الاجتماعية او من اجل التلاعب بتصورات الآخرين ليظهر بمظهر حسن امام الآخرين ، وليس لأنه شخص متواضع ، لذا فإن محاولات تقييم وقياس التواضع اكثر صعوبة بسبب الخلط بين التواضع و الحياء (Seligman و Peterson, 2004، الصفحات 464-465) ، وكذلك يجب التمييز بين التواضع و التدين Religiosity ، فالتدين يعمل على تعزيز التواضع من خلال سمو الذات Self – Transcendence الذي يتكون لدى الفرد ، اذ يرتبط التواضع بصورة كبيرة مع الديانات ؛اليهودية والمسيحية والاسلامية ، تواضع الفرد بخضوعه الى الله ، غير ان الشعور بالخضوع او التبعية او الشعور بالضآلة يمكن ان لا يكون كافيا لشعور الفرد بالسلامة ،ويمكن ان يكون الاحساس المستمر بالضعف يؤدي الى الشعور بعدم الاهمية او الشعور بالخزي، و قد تكون برامج تنمية الشخصية وتدخلات العلاج النفسي فعالة لزيادة وتنمية التواضع لدى الافراد ،ومع ذلك لا توجد دراسات تجريبية في هذا الصدد ،اذ بالرغم من قلة البيانات التجريبية فإن النظرية الايجابية النفسية تشير الى بعض الاستراتيجيات التي قد تعمل على دراسة التواضع مثل؛ تعزيز التقييم الذاتي الدقيق للفرد ، و النمو الذاتي ،وينبغي تزويد الفرد بتغذية راجعة حول نقاط ضعفهم وقوتهم ، ويبدأ ذلك بعمر مبكر من حياة الفرد (Seligman و Peterson, 2004، الصفحات 475-476) .

ويعد الشعور بالأمن احد مقومات تنمية التواضع ،غير ان الشعور بالأمن غير كافٍ لتنمية وتعزيز التواضع لدى الفرد ، اذ قد يكون الفرد الذي لديه شعور عالي بالأمن وهو متعجرف ومغرور واناني ،لذا فانه على الفرد ان يتعلم من الصغر من خلال ملاحظاته لنموذج الابوين الايجابية و المعلم والمناهج التربوية والتعليمية من خلال الابتعاد عن الثناء و النقد المفرط ، والابتعاد عن التركيز على اداء الفرد ومقارنته بمعايير اداء تتصف بالكمال ، والابتعاد عن مقارنة الفرد بأقرانه او اخوته مصحوبة برسائل تؤكد على التنافس (Seligman و Peterson, 2004، الصفحات 471-475).

وحدد سليجمان اسباب و دوافع تجعل الفرد متواضعاً غير متعالياً على الآخرين في سلوكه بشكل عام ؛ اولها عدم شعور الفرد بالنقص Inferiority فالإنسان الكامل يتواضع للآخرين ويشعر ان جميع البشر متساوون وليس له على الآخرين فضلا و لا منة ، وثانيهما المرتبة فقد ينظر الفرد الى نفسه بانه اعلى طبقة من الآخرين وعلى الآخرين ان لا يصلوا اليه مباشرة ويجب ان يكون هناك وساطة بينه وبين الآخرين وكذلك تعظيم نفسه ،وثالث سبب هو ثقافة الفرد فالشخص المتعفف يتواضع بتعامله مع الآخرين ، ويعد الجهل احد اسباب الاخلاق السيئة وعدم التواضع ، والسبب الاخير هو الحسب والنسب Prestige & Relatives فقد يتولد التعالي وعدم التواضع من خلال التباهي بأسرة الفرد الكبيرة والمعروفة سواء بالمال او العلم او الجاه (Peterson & Seligman, 2004، p. 466).

## دراسات سابقة :

دراسة سومتري (2016): استهدفت تعرف التواضع والتسامح و علاقتهما بالسعادة النفسية ،وتحقيقاً لذلك طبق مقياس ناشوري (Nashori,2015) الذي يتألف من (28) فقرة لقياس التواضع مع مقياسي التسامح والسعادة النفسية على (92) مسلم في احدى قرى اندونيسيا بعمر (17-29) سنة ، وأظهرت النتائج ان التواضع والتسامح يسهمان بنسبة (26.1%) من التباين الكلي للسعادة النفسية (Sumatri, 216, pp. 765-772) .

دراسة كروس وزملائه(2016) : استهدفت تعرف التواضع وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة والسعادة ،وتحقيقاً لذلك طبق مقياس بولنكر وزملائه ( Bollinger, et al ,2006) لقياس التواضع مع مقياسي الاحداث الضاغطة والسعادة على (3010) امريكي بعمر (18) سنة فأكثر، وأظهرت النتائج وجود علاقة طردية بين التواضع والسعادة ،ووجود علاقة عكسية بين التواضع واحداث الحياة الضاغطة (Hill, Pargament, Kruse, و Ironson, 2016، الصفحات 499-510) .

دراسة سيزغن و اردوغان (2018): استهدفت تعرف التواضع والتسامح كمنبئات لفاعلية الذات لدى المدرسين ، وتحقيقاً لذلك اعتمد مقياس ايليوت ( Elliot , 2010) لقياس التواضع والمكون من (13) فقرة وبعد ترجمة المقياس من اللغة الانكليزية الى التركية ، طبق مقياس التواضع مع مقياسي التسامح وفاعلية الذات على عينة البحث والمكونة من (303) مدرس ومدرسة في انقرة، وأظهرت النتائج ان التواضع يفسر (14%) من التباين الكلي لفاعلية الذات ، وان التسامح يفسر (29%) من التباين الكلي لفاعلية الذات لدى المدرسين (Sezgin & Erdogan, 2018, pp. 120-128).

دراسة مصطفى(2020): استهدفت تعرف التوكيدية والرضا عن الحياة كمنبئات للتواضع لدى عينة من الشباب ،تكونت العينة من (400) شاب وشابة في مصر، ولقياس التواضع استعمل مقياس بولينكر (Bollinger,2006) الذي يتكون من (36) فقرة ، موزعة على خمسة ابعاد هي ؛ (تقييم الذات الدقيق ، واللباقة الشخصية ، ووجهة نظر العالم ، وانخفاض التركيز حول الذات ، ومعرفة الحدود)،و بعد ترجمة المقياس الى اللغة العربية ،طبق المقياس مع مقياسي التوكيدية والرضا عن الحياة على عينة البحث ،وأظهرت النتائج ان التوكيدية والرضا عن الحياة تنتبأ بالتواضع لدى الشباب ،ولا يوجد اثر لجنس الشاب وتخصصه الاكاديمي (علمي -انساني) في كل بعد من الابعاد الخمسة للتواضع ، وللتواضع ككل (مصطفى ، 2022، الصفحات 375-491) .

دراسة احمد وزملائه (2021): استهدفت الدراسة بناء انموذج لتوضيح تأثير التواضع الفكري والتسامح ، تكونت العينة من (315) معلم ومدرس في اسيوط بمصر من الذكور والاناث ، واستعمل مقياس التواضع الفكري الذي اعده الفانو وزملائه (Alfano et al, 2017) ، وبعد ترجمة المقياس الى اللغة العربية طبق المقياس مع مقياس التسامح على عينة البحث ، وأظهرت النتائج وجود تأثير للعمر في التواضع الفكري والتسامح ، بينما لا توجد فروق للتواضع الفكري وفقاً لمتغير مدة الخدمة (احمد، مصطفى، و محمد، 2021، الصفحات 40-58) .

## اجراءات البحث

## منهجية البحث:

اعتمد البحث الحالي المنهج الوصفي كونه أكثر ملائمة لتحقيق أهداف البحث ، إذ يهتم بوصف الظاهرة وصفاً دقيقاً ويعبر عنها كيفياً او كمياً فالتعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها، أما التعبير الكمي فيعطينا وصفاً رقمياً ليوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها ودرجات إرتباطها مع الظواهر الأخرى (عبيدات، عدس، و كايد، 1996).

## مجتمع البحث:

يتألف مجتمع البحث الحالي من المرشدين والمرشدات التربويات في المديرية العامة للتربية في محافظة بغداد، الكرخ والرافقة ، للعام الدراسي (2023-2024)، وبذلك يتكون المجتمع الإحصائي من (1924) مرشد ومرشدة، موزعين بحسب الجنس بواقع (642) مرشداً ، و(1282) مرشدة، والجدول (1) يوضح ذلك.

الجدول (1):مجتمع البحث موزعا بحسب مديريات التربية وجنس المرشد

المجموع	رصافة			كرخ			المديرية الجنس
	ثالثة	ثانية	اولى	ثالثة	ثانية	اولى	
642	96	117	99	149	87	94	ذكور
1282	110	235	264	206	260	207	اناث
1924	206	352	363	355	347	301	المجموع

## عينة البحث:

تضمنت عينة البحث (200) مرشداً ومرشدة ،اختيروا عشوائياً ، فقد اختيرت عشوائياً من مديريات الكرخ ، مديرية الكرخ الثالثة ، واختيرت من مديريات الرصافة عشوائياً مديرية الرصافة الاولى، اما فيما يتعلق بمتغير جنس المرشد ، فقد اختيروا عشوائياً وفقاً بما يتناسب تقريباً مع عددهم في مجتمع البحث ، و فيما يتعلق بمتغير مدة الخدمة فتم اختيارها عشوائياً ، ولتحديد فئات مدة الخدمة بمدى زمني معين، فقد تم الاعتماد على أن تكون مدة الخدمة للمرشدين التربويين عشرية ،(10 سنوات فأقل) و ( 11-20 سنوات) و (21 سنة فأكثر) على التوالي ، والجدول (2) يوضح حجم عينة البحث .

الجدول (2):عينة البحث موزعة بحسب الجنس وفئات مدة الخدمة

المجموع	21 سنة فأكثر	20-11 سنة	سنوات فأقل 10	مدة الخدمة
				الجنس
67	3	23	41	ذكور
133	11	29	93	اناث
200	14	52	134	المجموع

## اداة البحث

لتحقيق أهداف البحث اعتمد على مقياس (حسن ،2022) لقياس التواضع لدى المرشدين ، الذي تم بنائه وفقاً لنظرية سليجمان، يتكون مقياس التواضع بصيغته النهائية من (23) فقرة مصاغة بأسلوب العبارات التقريرية وأمام كل فقرة خمسة بدائل متدرجة للإجابة هي ؛(وافق بشدة، اوافق بدرجة متوسطة، اوافق قليلاً، لا اوافق ،لا اوافق بشدة) ، تعطى لها عند التصحيح الدرجات (1,2,3,4,5)على التوالي، وتحققت دراسة (حسن ،2022) من صدق المقياس بمؤشري؛ الصدق الظاهري وصدق البناء من خلال التحقق من ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس (صدق الفقرات) ، و تحققت من الصدق العامي للمقياس، الذي افرز ثلاثة عوامل للمقياس هي:-

عامل تقبل الذات Self-Acceptance "هو تقييم الفرد لنفسه وشعوره بالاحترام والقيمة والكفاءة" ، وضم عشرة فقرات وتسلسلها بالمقياس هو؛ (7,20,21,14,23,15,18,16,17,19).

عامل العطف و الكرم Kindness & Generosity "هو قيام الفرد بالأفعال والاعمال الحسنة للآخرين والعمل على مساعدتهم ورعايتهم" ، وضم ثمانية فقرات وتسلسلها بالمقياس هو ؛(8, 2, 3, 4, 5, 6, 9).

عامل التفاعل الايجابي Positive Interaction "هو ميل الفرد لبناء علاقات ايجابية مع الاخرين تتسم بالمودة لتحقيق الصالح العام" ، وضم خمسة فقرات وتسلسلها بالمقياس هو ؛(10,22,13 , 11,12).

وتحققت دراسة (حسن ،2022) من ثبات المقياس بطريقة الاتساق الداخلي باستعمال معادلة الفا كرونباخ وبلغ معامل الفا لمقياس التواضع ككل ( 0.949) ، في حين بلغت معاملات الثبات لكل عامل (0.89) و(0.86) و ( 0.80) على التوالي.

## صدق المقياس Validity of the Scale

يتعلق صدق المقياس بما يقيسه وجودة قياسه، ويبين ما يمكن الاستدلال به من درجات المقياس ، وان جميع الاجراءات لتحديد صدق المقياس تتعلق بالعلاقات القائمة بين الاداء على المقياس وحقائق تتعلق بخصائص السلوك الملاحظ موضع المقياس (انستازي

و يوربيناً، 2015). وقد تم التحقق من صدق مقياس التواضع للبحث الحالي، بمؤشرين هما؛ الصدق الظاهري وصدق البناء، وفيما يأتي توضيح اجراءات التحقق منهما:

#### الصدق الظاهري Face Validity :

تم التحقق من صدق المقياس للبحث الحالي بعرض فقرات مقياس التواضع باستبانة على عدد من المحكمين المتخصصين في علم النفس، طلب من كل محكم فحص فقرات كل عامل من عوامل المقياس، وبناءً على آرائهم لم تستبعد او تعدل اية فقرة في المقياس، فقد حظيت جميع الفقرات البالغة (23) بموافقة جميع المحكمين بنسبة 100%، إذ تم الاعتماد على نسبة الاتفاق ( 80%) فأكثر معياراً لصلاحية الفقرة في قياس ما وضعت من أجل قياسه.

#### صدق البناء Construct Validity

طبّق مقياس التواضع، على عينة البحث البالغة (200) مرشد و مرشدة، في مديرتي الكرخ الثالثة و الرصافة الاولى، وبعد تصحيح إجاباتهم على المقياس ، تم التحقق من الخصائص القياسية لفقرات المقياس وكما يأتي:

#### علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (صدق الفقرات):

تم استعمال معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة بين درجات افراد العينة في كل فقرة من فقرات التواضع، ودرجاتهم الكلية ، واتضح ان جميع الفقرات ذات دلالة احصائية عند مستوى(0.001) لان جميع قيم معاملات الارتباط المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية (0.235) بدرجة حرية (198) ، والجدول (3) يوضح ذلك .

الجدول (3) : قيم معاملات ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت
0.545	19	0.274	13	0.464	7	0.326	1
0.361	20	0.556	14	0.59	8	0.481	2
0.536	21	0.35	15	0.47	9	0.498	3
0.532	22	0.481	16	0.6	10	0.606	4
0.483	23	0.545	17	0.447	11	0.485	5
		0.492	18	0.557	12	0.6	6

#### علاقة درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للعامل الذي تنتمي اليه :

تم استعمال معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة بين درجات افراد العينة في كل فقرة من فقرات المقياس ودرجاتهم الكلية للعامل الذي تنتمي اليه ، واتضح ان جميع الفقرات ذات دلالة احصائية عند مستوى(0.001) لان قيم معاملات الارتباط المحسوبة جميعها أكبر من القيمة الجدولية (0.235) بدرجة حرية (198) ، و الجدول (4) يوضح ذلك .

الجدول (4) : قيم معاملات ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للعامل الذي تنتمي اليه

عامل التفاعل الايجابي		عامل العطف والكرم				عامل تقبل الذات			
معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت
0.736	12	0.57	9	0.695	8	0.424	23	0.528	19
0.68	11	0.676	6	0.536	2	0.422	14	0.444	17
0.595	13	0.558	5	0.638	3	0.445	21	0.421	16
0.638	22			0.42	1	0.35	20	0.329	18
0.658	10			0.698	4	0.402	7	0.37	15

## ثبات المقياس Reliability of the scale

يشير ثبات المقياس بمعناه الواسع الى المدى الذي تعزى فيه الفروق في درجات المقياس الى فروق حقيقية في الخاصية المراد قياسها، والمدى الذي تعزى فيه الى اخطاء الصدفة ( انستازي و يورينا، 2015: 113)، و الثبات احد الشروط الواجب توافرها في المقاييس النفسية ، ويمثل مدى قياس المقياس للمقدار الحقيقي للسمة التي يرمي إلى قياسها ، وخلق المقياس من الأخطاء غير المنتظمة التي قد تشوب القياس (علام، 2000)، وتم التحقق من ثبات مقياس التواضع وعوامله للبحث الحالي ، بطريقة تحليل التباين باستعمال معادلة ألفا كرونباخ ، على عينة البحث البالغة (200) مرشد و مرشدة ، وقد بلغ معامل ألفا كرونباخ للمقياس (0.86)، ولعوامل المقياس كما في الجدول (5) .

الجدول (5) : قيم معاملات ثبات مقياس التواضع وعوامله

المقياس وعوامله	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
مقياس التواضع	23	0.86
عامل تقبل الذات	10	0.75
عامل العطف و الكرم	8	0.75
عامل التفاعل الايجابي	5	0.68

وجميع قيم معاملات الثبات (ألفا) ذات مؤشرات جيدة ، وتدل على وجود اتساق داخلي بين فقرات المقياس ، وبين فقرات كل عامل من عوامل المقياس الثلاثة .

## الوسائل الإحصائية :

من اجل تحقيق اهداف البحث الحالي تمت الاستعانة بالبرنامج الاحصائي الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وكما يأتي :

- 1- معامل ارتباط بيرسون Person Correlation Coefficient : استعمل لحساب معاملات ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، و استعمل لحساب معاملات ارتباط كل فقرة بالعامل الذي تنتمي اليه.
- 2- معادلة ألفا كرونباخ Alfa Cronbach : استعملت لحساب معاملات ثبات المقياس وعوامله الثلاثة.
- 3- الاختبار التائي لعينة واحدة t-test for one sample : استعمل لمعرفة دلالة الفرق بين متوسط الدرجات لعينة البحث، والمتوسط النظري للمقياس ولكل عامل .
- 4- تحليل التباين التائي Two -way ANOVA : استعمل للتعرف على دلالة الفرق في التواضع و لكل عامل من العوامل تبعا لمتغيري الجنس ومدة الخدمة .

## عرض النتائج وتفسيرها :

## نتائج الهدف الاول :

للتحقق من الهدف الاول للبحث الحالي الذي ينص على ، "تعرف التواضع وعوامله لدى مرشدي مدارس بغداد"، استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة ، وأظهرت النتائج ان متوسط درجات التواضع لعينة البحث البالغة (200) مرشد ومرشدة ، يساوي (89.845) وبانحراف معياري (7.8951) ، وللتعرف على دلالة الفرق بين هذا المتوسط ، والمتوسط النظري للمقياس البالغ (69) ، اتضح ان الفرق كان بدلالة احصائية عند مستوى (0.001) ، اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (37.339) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (3.291) بدرجة حرية (199) ، أما عامل تقبل الذات، فقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (19.918) ، وعامل العطف والكرم، بلغت القيمة التائية المحسوبة (27.349) ، وعامل التفاعل الايجابي، بلغت القيمة التائية المحسوبة (28.449) ، وجميعها أكبر من القيمة التائية الجدولية (3.291) عند مستوى دلالة (0.001) بدرجة حرية (199) ، والجدول (6) يبين ذلك .

الجدول (6): قيم الاختبار التائي لعينة واحدة لدرجات المرشدين على المقياس وعوامله

مستوى الدلالة	القيمة التائية		درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط النظري	المقياس وعوامله
	الجدولية	المحسوبة					
0.001	3.291	37.339	199	7.8951	89.845	69	مقياس التواضع
0.001	3.291	19.918		3.4898	34.915	30	عامل تقبل الذات
0.001	3.291	27.349		3.5991	30.96	24	عامل العطف والكرم
0.001	3.291	28.449		2.1972	19.42	15	عامل التفاعل الايجابي

نتائج الهدف الثاني :

للتحقق من الهدف الثاني للبحث الذي ينص "تعرف دلالة الفروق في التواضع وعوامله لدى مرشدي مدارس بغداد، تبعا لمتغيري الجنس و مدة الخدمة" ، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للدرجات المتحققة للمرشدين على كل عامل وللمقياس ككل وفقاً لمتغيري البحث، والجدول (7) يبين ذلك.

الجدول(7): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المرشدين وفقاً لمتغيري البحث

المتغيرات	العدد	مقياس التواضع		عامل تقبل الذات		عامل العطف والكرم		عامل التفاعل الايجابي	
		متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري
ذكور	67	93.403	7.4061	35.851	3.2517	32.119	3.6826	20.269	2.129
أناث	133	88.053	7.5421	34.444	3.5386	30.376	3.4236	18.992	2.1124
10 سنة فأقل	134	89.425	8.2784	34.552	3.7488	30.672	3.5046	19.478	2.2165
11-20 سنة	52	90.712	7.4894	35.538	3.0644	31.615	3.9015	19.327	2.1577
21 سنة فأكثر	14	90.643	5.2419	36.071	1.2067	31.286	3.1968	19.214	2.2931

بعدها استخرجت نتائج تحليل التباين الثنائي والتفاعلات ( 2x3 ) ANOVA للمقياس و لكل عامل من العوامل الثلاثة المكونة للمقياس ، وكما يأتي:-

## التعرف على دلالات الفروق في التواضع :

توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.01) على وفق متغير الجنس، إذ بلغت النسبة الفائية المحسوبة (9.003) ، وهي اكبر من النسبة الفائية الجدولية (6.76) بدرجتي حرية (1 , 194)، لصالح الذكور المرشدين ، إذ بلغ متوسط درجاتهم (93.403) مقابل متوسط درجات الاناث الذي بلغ (88.053) ، في حين لم تظهر فروق ذات دلالة احصائية وفقاً لمتغير مدة الخدمة والتفاعلات، إذ كانت النسب الفائية المحسوبة اصغر من النسبة الفائية الجدولية ، والجدول (8) يوضح ذلك.

الجدول (8) : نتائج تحليل التباين الثنائي لمقياس التواضع

مستوى الدلالة Sig	النسبة الفائية F		متوسط المربعات MS	درجات الحرية	مجموع المربعات SS	مصدر التباين
	الجدولية	المحسوبة				
0.01	6.76	9.003	501.525	1	501.525	الجنس
غير دالة	3.04	0.382	21.302	2	42.605	مدة الخدمة
غير دالة	3.04	2.5	139.245	2	278.49	جنس*مدة الخدمة
			55.708	194	10807.272	الخطأ
				199	12404.195	الكلي

التعرف على دلالات الفروق في عامل تقبل الذات :

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) على وفق متغيري الجنس ومدة الخدمة والتفاعلات، اذ كانت جميع النسب الفئوية المحسوبة اصغر من النسب الفئوية الجدولية ، والجدول (9) يوضح ذلك.

الجدول (9) : نتائج تحليل التباين الثنائي لعامل تقبل الذات

مستوى الدلالة Sig	النسبة الفئوية F		متوسط المربعات MS	درجات الحرية	مجموع المربعات SS	مصدر التباين
	الجدولية	المحسوبة				
غير دالة	3.89	2.211	25.324	1	25.324	الجنس
غير دالة	3.04	1.341	15.353	2	30.707	مدة الخدمة
غير دالة	3.04	2.767	31.684	2	63.368	جنس *مدة الخدمة
			11.452	194	2221.784	الخطأ
				199	2423.555	الكلي

التعرف على دلالات الفروق في عامل العطف والكرم :

توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) على وفق متغير الجنس، اذ بلغت النسبة الفئوية المحسوبة (5.806) وهي اكبر من النسبة الفئوية الجدولية (3.89) بدرجتي حرية (1 , 194)، لصالح الذكور المرشدين ، اذ بلغ متوسط درجاتهم (32.119) مقابل متوسط درجات الاناث الذي بلغ (30.376) ، في حين لم تظهر فروق ذات دلالة احصائية وفقا لمتغير مدة الخدمة والتفاعلات، اذ كانت النسب الفئوية المحسوبة اصغر من النسبة الفئوية الجدولية ، والجدول (10) يوضح ذلك.

الجدول (10) : نتائج تحليل التباين الثنائي لعامل العطف والكرم

مستوى الدلالة Sig	النسبة الفئوية F		متوسط المربعات MS	درجات الحرية	مجموع المربعات SS	مصدر التباين
	الجدولية	المحسوبة				
0.05	3.89	5.806	71.862	1	71.862	الجنس
غير دالة	3.04	0.938	11.616	2	23.232	مدة الخدمة
غير دالة	3.04	0.724	8.955	2	17.911	جنس *مدة الخدمة
			12.377	194	2401.167	الخطأ
				199	2577.68	الكلي

التعرف على دلالات الفروق في عامل التفاعل الايجابي :

توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.01) على وفق متغير الجنس، اذ بلغت النسبة الفئوية المحسوبة (7.663) وهي اكبر من النسبة الفئوية الجدولية (6.76) بدرجتي حرية (1 , 194)، لصالح الذكور المرشدين ، اذ بلغ متوسط درجاتهم (20.269) مقابل متوسط درجات الاناث الذي بلغ (18.992) ، في حين لم تظهر فروق ذات دلالة احصائية وفقا لمتغير مدة الخدمة والتفاعلات، اذ كانت النسب الفئوية المحسوبة اصغر من النسبة الفئوية الجدولية ، والجدول (11) يوضح ذلك.

الجدول (11) : نتائج تحليل التباين الثنائي لعامل التفاعل الايجابي

مستوى الدلالة Sig	النسبة الفئوية F		متوسط المربعات MS	درجات الحرية	مجموع المربعات SS	مصدر التباين
	الجدولية	المحسوبة				
0.01	6.76	7.663	34.225	1	34.225	الجنس
غير دالة	3.04	0.857	3.828	2	7.655	مدة الخدمة
غير دالة	3.04	1.974	8.818	2	17.637	جنس *مدة الخدمة
			4.466	194	866.474	الخطأ
				199	960.72	الكلي

تشير نتائج البحث الحالي ان مرشدي مدارس بغداد متواضعون ومتقبلون لذواتهم ويشعرون بالعطف اتجاه الاخرين ويتميزون بتعالهم الايجابي ، ويستطيعون تحديد نقاط القوة والضعف لديهم دون مبالغة او التقليل منها ، ويسعون الى التعرف على ذواتهم وعلى العالم المحيط بهم ، وهذا يعمل على ان يجعل المرشد يقوم بمهامه الارشادية اتجاه المسترشدين بكفاءة ومهنية ، مما يعمل على تحقيق الاهداف المرجوة من عمله الارشادي . ووفقا لنظرية سليجمان فأن سمة التواضع تجعل الفرد يعمل على توسيع وتعزيز التعلم و بناء علاقات اجتماعية بناءة وواسعة ، وان جوهر التواضع هو معرفة الفرد لذاته وتقبله لها، اذ تجعل سمة التواضع لدى الافراد ان يكون لديهم تقديرا ذاتيا ، ولديهم تقويم ذاتي دقيق ، فهم يرغبون في التعاون عندما يعملون ، ويضحون من اجل الآخرين ، ويتميزون بأخلاق حسنة ، ويلتزمون بالوعود التي يقطعونها ، وهم غير انانيين، ويرفضون الاستغلال ،ولا يفضلون الحياة الصاخبة والمعقدة ،و يتميزون بأنهم لا يتأثرون بأراء الآخرين ، التي تحاول ان تشعرهم باليأس وعدم القبول (Peterson و Seligman، 2004، صفحة 460).

ويمثل تقبل الذات للفرد نتاج الخبرات التي يمر بها وتقويمه لذاته يتكون من الطفولة وينمو تدريجياً مع الرغبة في تحقيق الذات المثالية التي يحلم بها وغالبا ما يسعى الفرد الى تحقيقها، فقد اكد سليجمان ان الفرد يحاول باستمرار التعرف على ذاته، وتحديد معالمها في مرحلة المراهقة، ويستمر ويتطور بقية الحياة تبعاً لما يمر به وعلى بيئته من تغيير، و ان فكرة الفرد عن نفسه تتميز بالتفرد، ولكنها دائماً عرضة للتعديل بتأثير الظروف البيئية والاجتماعية التي تحيط بالفرد (Peterson و Seligman، 2004، صفحة 212) ، وفيما يتعلق بالعطف والكرم فهو من الصفات الاساسية للتواضع، اذ يعترف الفرد بقيمة الاخرين واهمية آرائهم وافكارهم، والعمل على مساعدة الغير، وان يكون الفرد عطوفاً وكرماً مع الاخرين، ويقدم خدماته للآخرين، و يستمتع بفعل الخير للغير، ويهتم بمصالحهم كأنها مصالحه الشخصية، يشعر بمسؤولياته نحوهم، سواء كانوا من الاقارب او الاصدقاء او الزملاء او حتى الغريباء (Peterson و Seligman، 2004، صفحة 190) ، ويعطي التفاعل الايجابي للفرد فرصاً كثيرة في تكوين علاقات جيدة مع الاخرين، وان الافراد الايجابيون ناجحون في مجال عملهم، قادرون على احداث توازن جيد بين الافراد ، كل فرد يعرف اهمية ذلك وامكانية التعامل بشكل لائق ومفيد، ووفقا للنظرية المعتمدة (Peterson و Seligman، 2004) فأن احد خصائص الفرد المتفاعل ايجابياً ، أنه صاحب نظرة عميقة داخل نفسه ومنظماً ومنهجياً ويحب العمل ويعيش الواقع بحواسه ولا يحب الخيال و ودوداً وعطوفاً وله ولاء وضمير حي بصورة فطرية ويفضل خدمة الاخرين على مصلحته الشخصية، ويجيد فن التعامل مع الناس ،اذ يتعامل مع كل فرد بما يناسبه ،الصغير والكبير، والغني والفقير، ويتقن التعامل مع الوجهاء واصحاب المكانة الاجتماعية ، ولا يتغير او يتلون وهو واضح ومستقيم ، وهادئ الطباع وصلب من الداخل وقوي ولا يخدعه احد، ويعرف اعماق الاخرين، وصاحب مبدأ ومنظم وقدرته عالية على الإنجاز ، ويراعي في اتخاذ القرار مشاعر الاخرين وردود أفعالهم .

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه دراسة (Hill، Pargament، Kruse، Ironson، 2016) وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة احصائياً بين التواضع والسعادة، ودراسة (Sumatri، 2016) ان طلبة الجامعة يتمتعون بالتواضع، ودراسة (Sezgin و Erdogan، 2018) ان المعلمين يتمتعون بالتواضع في تركيا.

وقد اظهرت نتائج البحث بوجود فروق بين المرشدين و المرشدات في مدارس بغداد في التواضع ، وان المرشدين الذكور لديهم تواضع اكثر من المرشدات ، وقد يعزى ذلك الى طبيعة التنشئة الاجتماعية التي تجعل الذكور يكتسبون خبرات اكثر من الاناث ، اذ لديهم مجالات اوسع في الحياة ، ويتعرضون الى الكثير من المواقف والخبرات الاجتماعية والاتصال بالآخرين ، فهناك ابواب كثيرة مفتوحة لهم يرتادوها ،فضلا عن بعض القيود التي يفرضها المجتمع على الاناث ، لذا فان الحرية التي يتمتع بها الذكور تساعدهم في تكوين شبكة علاقات اجتماعية اوسع تجعلهم يتعرضون الى الكثير من المواقف الاجتماعية التي يمكن ان تعمل على ان يكونوا متواضعين في تعاملهم مع الآخرين . واختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (Ruffing، Bell، Sandage، Jankowski، Adams، 2018) ودراسة (حنون و شاكر، 2018) بانه لا توجد فروق التواضع وفقا لمتغير الجنس، و اظهرت نتائج دراسات كلا من (مصطفى، 2022) و (احمد، مصطفى، و محمد، 2021) ان الاناث اكثر تواضعا من الذكور عكس نتيجة الدراسة الحالية . وفيما يتعلق بفئات مدة الخدمة فقد ظهر ان كلا من المرشدين والمرشدات بمختلف مدة خدمتهم سواء كانت قليلة او كثيرة متواضعون في تعاملهم مع المسترشدين عند ادائهم لعملمهم الارشادي في المؤسسات التربوية ، اذ ان طبيعة وكيفية اعداد المرشدين تؤكد على مساعدة المسترشدين تربوياً ونفسياً واجتماعياً ، مما يجعلهم متواضعين في تعاملهم مع الآخرين. وقد اتفقت نتيجة البحث الحالي مع دراسة (احمد، مصطفى، و محمد، 2021) بعدم وجود اثر لمدة الخدمة بين معلمي ومدربي مدارس اسبوت بمصر في التواضع .

## التوصيات

من نتائج البحث الحالي توصي الباحثة ما يلي:

- اقامة ندوات في مديريات التربية للمرشدين الجدد ، حول اهمية التواضع في عملهم الارشادي لتعزيز الجوانب النفسية والاجتماعية والانسانية للمرشدين في المؤسسات التربوية ، لتنمية وتعزيز التواضع وخاصة لدى المرشدين في المدارس بوصفه احدى قوى الشخصية الايجابية ، من خلال دورات تقييمها مديريات التربية ، لزيادة مقدرتهن على الانفتاح على المعلومات الجديدة وزيادة التعلم فضلا عن تقديرها لوجهات النظر المختلفة .
- التوعية من خلال وسائل الاعلام المختلفة على فعالية التواضع في اقامة علاقات الانسانية البناءة بين افراد المجتمع ، والعمل على سيادة الجوانب الانسانية والاخلاقية مقابل الجوانب المادية.

## المقترحات

استكمالاً للبحث الحالي تقترح الباحثة بأجراء الدراسات الاتية:

- دراسة التواضع وفقاً لثقافة مجتمعاتنا العربية ، لندرة الدراسات عنه .
- دراسة سمات الشخصية المتواضعة ، والعمل على التفريق عند دراسة التواضع بينه وبين بعض المفاهيم غير الصحيحة مثل الدونية ... وغيرها .
- إجراء دراسة مماثلة للبحث الحالي في محافظات عراقية اخرى ومقارنة نتائجها بنتائج البحث الحالي .
- بناء برنامج ارشادي لتعزيز التواضع لدى المرشدين في مدارس بغداد.
- اجراء دراسة مماثلة للبحث الحالي على معلمي ومدرسي مدارس بغداد ، والمحافظات الاخرى.
- اجراء دراسة مماثلة للتعرف على اثر متغيرات ديمغرافية اخرى في التواضع مثل العمر والتخصص الاكاديمي (ارشاد نفسي ، علم نفس ، علم اجتماع).... وغيرها.

## المصادر

- العبودي ط. م. & ، صالح ، ع. ع. (2015). علم النفس الايجابي رؤى معاصرة .بيروت :معالم الفكر .
- انستازي ، ا. & ، يورينا ، س. (2015). القياس النفسي). ص. م. علام (Ed.) ، عمان :دار الفكر .
- حسن ، ف. ك. (2022). التواضع و دافعية الاتقان وعلاقتها بالابداع الانفعالي لدى المرشدين التربويين .طروحة دكتوراه غير منشورة ، الجامعة المستنصرية ، كلية التربية . بغداد ، العراق .
- حنون ، ع. & ، شاكر ، ن. (2018). الذكاء الاداري وعلاقته بالتواضع لدى مديري الاقسام .مجلة الاداب جامعة بغداد-338 pp. , 365.
- عبد الله ، م. ا. (2013). مقدمة في علم النفس الايجابي . القاهرة : دار المعرفة الجامعية.
- عبيدات ، ذ. ، عدس ، ع. & ، كايد ، ع. (1996). البحث العلمي ومفهومه وأدواته وأساليبه . عمان :دار الفكر .
- علام ، ص. م. (2000). القياس والتقويم التربوي والنفسى ، اساسياته وتطبيقاته توجهاته المعاصرة . القاهرة : دار الفكر العربي .
- مصطفى ، س. ح. (2022). التوكيدية والرضا عن الحياة كمنبئات للتواضع لدى عينة من الراشدين .مجلة كلية التربية جامعة عين شمس . 379-491 pp. ,

## References

- Al-Ubaidi, T. M., & Saleh, A. A. (2015). *Positive psychology: Contemporary perspectives*. Beirut: Maalem Al-Fikr.
- Anastasi, A., & Urbina, S. (2015). *Psychological testing* (S. M. Allam, Ed.). Amman: Dar Al-Fikr.
- Abdullah, M. A. (2013). *Introduction to positive psychology*. Cairo: Dar Al-Maarifa Al-Jami'iyah.
- Allam, S. M. (2000). *Educational and psychological measurement and evaluation: Basics, applications, and contemporary trends*. Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Baumeister, R., & Liko, S. (1995). Shallow gratitude : public and private acknowledgement of external help in accounts of success . *Basic and applied social psychology* , pp. 191-209.
- Greenberg, J. (2007, 3). Precipice of Kant and the ethics of humility :A story dependence ,corruption and virtue . *Philosophy and phenomenological research* , pp. 622-623.
- Hanoon, A., & Shaker, N. (2018). *Administrative intelligence and its relationship to humility among department heads*. Journal of Arts, University of Baghdad, 338-365.
- Hassan, F. K. (2022). *Humility and mastery motivation and their relationship to emotional creativity among educational counselors*. Unpublished doctoral dissertation, Al-Mustansiriya University, College of Education, Baghdad, Iraq.
- Jankowski, P., Sandage, S., Bell, C., Ruffing, E., & Adams, C. (2018). Humility relational spirituality and well - being among religious leaders : A moderated meditation model. *The journal of religion and health*, pp. 1-21.
- Kruse, N., Pargament, K., Hill, P., & Ironson, G. (2016, 11 5). Humility ,stressful life events and psychological well- being findings from the landmark spirituality and health survey. pp. 499-510.
- Leary, M., & Guadagnolo, G. (2011). The role of hypo-egoic self- processes in optimal functioning and subjective well-being. In M. Kennon, B. Todd, & F. Micallef, *Designing positive psychology: Taking stock and moving forward* (p. 137). New York: Oxford university.
- Means , J. R., Wilson, G. L., Sturm, C., Biron, J. E., & Bach, P. J. (1990, 3 2). Theory and practice :Humility as a psychotherapeutic formulation. *Counseling Quart*, pp. 211-215.
- Mustafa, S. H. (2022). *Assertiveness and life satisfaction as predictors of humility among a sample of adults*. Journal of the Faculty of Education, Ain Shams University, 379-491.
- Obeidat, D., Adas, A., & Kayed, A. (1996). *Scientific research: Its concept, tools, and methods*. Amman: Dar Al-Fikr.
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. (2004). Strengths of Character and Well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, p. 230.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues : A handbook and classification* . New York: Oxford university APA.
- Seligman, M. E. (2002). *Authentic happiness:Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Simon & Schuster.
- Sezgin, F., & Erdogan, O. (2018, 13 4). Humility and forgiveness as predictors of teacher self-efficacy. *Educational Research and Reviews*, pp. 120-128.
- Sumatri, D. (2016). The Relationship of Humility and Forgiveness on Students' Psychological Well-Being. *Psychology Forum*, pp. 765-772.

الملحق

مقياس التواضع بصيغته النهائية

عزيزي المرشد...عزيزتي المرشدة...

فيما يلي مجموعة من العبارات تتناول كيف تشعر اتجاه نفسك وحياتك، يرجى بعد الاطلاع على كل عبارة الاشارة بعلامة ( √ ) تحت البديل الذي ترى انك تتفق معه اكثر من غيره ، علما انه لا توجد اجابات صحيحة او خاطئة، وان اجابتك تستعمل لأغراض البحث العلمي فقط ولا داعي لذكر الاسم، والرجاء ان تكون هناك اجابة واحدة لكل عبارة وعدم ترك أية عبارة بدون اجابة.

مع التقدير

الجنس : ذكر  
مدة الخدمة : سنة  
مديرية التربية : كرخ  
انثى  
رصافة

ت	ال فقرات	اوافق بشدة	اوافق بدرجة متوسطة	اوافق قليلا	لا اوافق	لا اوافق بشدة
1	لدي المقدرة على تحقيق النجاح في اغلب مجالات الحياة.					
2	لدي احساس ممنوع وجيد تجاه المسترشد.					
3	اساهم في اتخاذ القرارات في المدرسة					
4	اشعر ان دوري في المدرسة ذو مكانة واهمية كبيرة.					
5	اقابل الاخرين بابتسامه ووجه بشوش.					
6	ارى ان عملي الارشادي يساهم ويؤثر في تطوير العملية التربوية.					
7	مهنتي كمُرشد تقدم خدمة مهمة للمجتمع.					
8	اتشارك في تبادل العناية والاهتمام مع زملاء العمل.					
9	استمع الى وجهات نظر الاخرين واختر افضلها.					
10	اتعاون مع زملائي لتحقيق المصلحة العامة.					
11	لدي احساس بان زملائي يشعرون بمودتي.					
12	افصح المجال للمسترشد لاتخاذ القرار المناسب.					
13	اجيد فنية عكس المشاعر على المسترشد.					
14	سلوكي في العمل يتسم بالود والاحترام.					
15	اتخذ قرارات ذات رؤى مستقبلية.					
16	معظم زملائي يروني ودوداً وعطوفاً.					
17	اتبادل الآراء مع الزملاء واحترمها.					
18	اسعى لتقديم افضل ما لدي للمسترشد.					
19	امتلك توجه ايجابي نحو المسترشد.					
20	اجد نفسي متفق مع ادارة المدرسة ومنسجم معهم.					
21	اعمل على تحسين علاقتي في العمل خدمة للصالح العام.					
22	اتقبل صعوبات العمل دون ملل واحاول التغلب عليها.					
23	عملي الارشادي يهتم بشؤون الطلبة ومساعدتهم في ايجاد حلول لمشكلاتهم.					