DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.127.2025.1605
ISSN Online: 2414-3383
ISSN Print: 2616-3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
editor@jalhss.com
Volume (127) December 2025
العدد (127) ديسمبر 2025

مستوى التسامح لدى المرشدين التربويين والنفسيين في محافظة الخليل وعلاقته باليقظة العقلية لديهم

آيات أحمد بدوي وصوص
طالبة دكتوراه، الارشاد النفسي والتربوي، جامعة القدس المفتوحة، رام الله، فلسطين
البريد الالكتروني: ayatwaswas2023@gmail.com
https://orcid.org/0009-0002-4449-8536

الأستاذ الدكتور احمد أبو اسعد
محاضر في جامعة مؤتة، الأردن
البريد الالكتروني: Ahmedased2015@gmail.com
https://orcid.org/0000-0002-5455-5285

الملخص

هدفت الدراسة الحالية التعرف على مستوى التسامح لدى المرشدين التربويين والنفسيين في محافظة الخليل وعلاقته باليقظة العقلية لديهم، والكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين التسامح واليقظة العقلية، لتحقيق أهداف الدراسة تم تطوير مقياسين للتسامح واليقظة العقلية وتم التحقق من خصائصهما السيكومترية من صدق وثبات، كما تم اختيار عينة عشوائية من المرشدين النفسيين والتربويين في محافظة الخليل بلغ عددها (399) مرشدا ومرشدة، ومن النتائج التي توصلت لها الدراسة وجود مستوى مرتفع في كل من التسامح واليقظة العقلية سواء بالأبعاد أو الدرجة الكلية، كما أشارت إلى التسامح يرتبط إيجابيا مع اليقظة العقلية لدى المرشدين النفسيين التربويين، كما توصلت النتائج إلى أن المرشدين والمرشدات لا يختلفوا في مستوى اليقظة العقلية، ولكن تبين بنفس الوقت أن المرشدين الذكور أفضل في التسامح من المرشدات، وبناء على نتائج الدراسة تم الخروج ببعض التوصيات منها ضرورة العمل على الاستفادة من المستوى المرتفع من التسامح واليقظة العقلية لدى المرشدين في العمل الإرشادي والحياتي.

الكلمات المفتاحية: التسامح، اليقظة العقلية، المرشدين التربويين والنفسيين.

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.127.2025.1605
ISSN Online: 2414-3383
ISSN Print: 2616-3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
editor@jalhss.com
Volume (127) December 2025
العدد (127) ديسمبر 2025

The Level of Tolerance Among Educational and Psychological Counselors in Hebron Governorate and Its Relationship to Their Mindfulness

Ayat Ahmad Badawi Waswas
PhD Candidate, Psychological and Educational Counseling, Al-Quds Open University, Ramallah, Palestine
Email: ayatwaswas2023@gmail.com
https://orcid.org/0009-0002-4449-8536

Prof. Dr. Ahmad Abu Asad
lecturer at Mu'tah University, Jordan
Email: Ahmedased2015@gmail.com
https://orcid.org/0000-0002-5455-5285

ABSTRACT

The current study aimed to identify the level of tolerance among educational and psychological counselors in Hebron Governorate and its relationship to their mindfulness. It also sought to uncover the nature of the correlation between tolerance and mindfulness. To achieve these objectives, two scales were developed, one for tolerance and the other for mindfulness, and their psychometric properties (validity and reliability) were verified. A random sample of 399 male and female psychological and educational counselors in Hebron Governorate was selected, and the scales were administered to them over a two-month period via an online link during the first semester of the 2025/2026 academic year. The results indicated a high level of both tolerance and mindfulness, both in terms of the dimensions and the overall score. The study also revealed a positive correlation between tolerance and mindfulness among the psychological and educational counselors. Furthermore, the results showed that male and female counselors did not differ in their level of mindfulness, but male counselors demonstrated higher levels of tolerance than female counselors. Based on these findings, several recommendations were made, including the need to leverage the high levels of tolerance and mindfulness among counselors in counseling work. And in their personal lives.

Keywords: Tolerance, mindfulness, educational and psychological counselors.

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.127.2025.1605
ISSN Online: 2414-3383
ISSN Print: 2616-3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
editor@jalhss.com
Volume (127) December 2025
العدد (127) ديسمبر 2025

المقدمة:

شهدت المجتمعات المعاصرة تطورًا متسارعًا في التكنولوجيا وقد انعكس هذا التطور بشكل مباشر على طرق وأساليب وتكنيكيات الإرشاد و خاصة مع دخول علم النفس الإيجابي إلى التطبيق العملي وأسهم ذلك في تعزيز دور المرشد الأسري بوصفه أحد العناصر الفاعلة في إصلاح الحياة الأسرية، من خلال التركيز على الجانب الوقائي والحد من تفاقم المشكلات قبل وقوعها وتُعد خدمات الإرشاد الأسري – كعمل منظم – حديثة نسبيًا، ما يزال في بداياته المهنية وهو ما يتضح من خلال توقيت الدراسات التي أجريت في هذا المجال مقارنة بالدراسات العربية التي تناولت الموضوع منذ عقود، ويُعد الإرشاد الأسري ركيزة أساسية من ركائز الدعم المقدمة للأسر، لما له من أهمية كبيرة في مساعدتها على تحسين جودة حياتها إذ يمكّن الإرشاد الصحيح والفعال الأسر من مواجهة التحديات وتحقيق التوازن النفسي والاجتماعي (الشهري، 2023)، ويسعى الإرشاد إلى مساعدة الأفراد في مختلف الأعمار على تجاوز مشكلاتهم النفسية والاجتماعية التي تحول دون توافقهم و مستخدمًا في ذلك العديد من الأساليب التي تحقق هذا الهدف (حديدان، 2023)، ويُعد التسامح (Forgiveness) من المفاهيم الجوهرية في علم النفس الإيجابي إذ يساعد الإنسان على تحقيق غاياته والوصول إلى السعادة لما له من دور في استعادة العلاقات المتصدعة وتعزيز الثقة المتبادلة (Rainey, 2008) ويُعرّف التسامح كعملية متعمدة تتضمن تحولًا من الاستجابة السلبية (كالانتقام) إلى الاستجابة الإيجابية، حيث يسعى الفرد المتسامح إلى تحويل انفعالاته وأفكاره وسلوكياته السلبية تجاه المسيء إلى أخرى أكثر إيجابية، بغض النظر عن ردود فعل المسيء أو اعتذاره (المبيضين، 2022؛ Green & Davis, 2008)، كما تتضمن عملية التسامح إعادة صياغة قصة جديدة عن الذات والآخر، بما يعكس تحولًا في فهم الذات والعلاقات الإنسانية، ويمنح المتسامح شعورًا بالقوة والسيطرة على الموقف (يونس، 2021). ويرتبط التسامح بسمات الشخصية، ويُقسم إلى تسامح كسمة عامة ثابتة أو كتعبير عن موقف محدد (Brunette et al., 2007؛ Nir, 2009؛ مرزوق، 2000)، ويسهم التسامح في بناء بيئة آمنة، إنهاء العدائية، وزيادة رفاهية الفرد عبر تعزيز الإيثار والسلام الاجتماعي (Belicki et al., 2004). وقد فسّر المنظور السلوكي والمعرفي آليات اكتساب التسامح من خلال عمليات التعزيز والملاحظة أو المحددات المعرفية المرتبطة بمواقف الإساءة (الحصناوي وعيدي، 2010؛ البهاص، 2009). وتشير الدراسات الحديثة إلى أن التسامح يعد عاملًا مهمًا في تحسين الصحة النفسية وتقليل الاكتئاب والقلق، فضلًا عن دوره في الحد من الإرهاق المهني وزيادة فعالية الأداء لدى الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين (Benavides-Gil et al., 2024؛ Ratcliff, 2024؛ Litam, 2021؛ Zhuang, 2024؛ She, 2025؛ Arts-de Jong, 2024؛ Mangolele, 2025).

أما اليقظة العقلية (Mindfulness) فهي حالة من الوعي والانتباه المتمحور حول الحاضر، حيث يتم الاعتراف بالأفكار والمشاعر والأحاسيس وقبولها كما هي (Brown & Ryan, 2003)، وقد ارتبطت اليقظة العقلية بفوائد عديدة للصحة النفسية والبدنية، إذ تساعد على تقليل القلق والاكتئاب وتعزيز الانتباه والمرونة النفسية (عمار، 2024؛ العاسمي، 2019)

وتناولت عدة دراسات مفهوم التسامح وعلاقته بالصحة والرفاهية، فقد أجرى Avci & Kuzu (2025) دراسة عشوائية محكومة على طالبات التمريض، حيث طبّق برنامجًا قائمًا على العلاج بالكتب المستند إلى التسامح، وأظهرت النتائج تحسنًا في التسامح الذاتي وتقدير الذات، وانخفاضًا في أعراض القلق والاكتئاب. وفي السياق ذاته، هدفت دراسة Kaya & Odaci (2024) إلى تقييم دور التسامح الذاتي وكفاءة التكيف واليقظة الذهنية والصمود النفسي في تعزيز الرفاهية الذاتية لدى طلبة الجامعات، وأكدت النتائج أن هذه المتغيرات جميعها مؤشرات إيجابية مباشرة للرفاهية. كما أوضحت دراسة Jamal (2024) أن تحمل الضيق، بوصفه شكلًا من أشكال التسامح النفسي، يرتبط سلبًا بالاكتئاب والقلق والضغط النفسي، مما يجعله عاملًا وقائيًا مهمًا. أما دراسة Al-Harbi (2021) فقد بينت وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين التسامح والهناء الذاتي لدى مراجعي المراكز الصحية في السعودية، مؤكدة أن تعزيز قيم التسامح يسهم في تحسين الصحة النفسية. وأخيرًا، أظهرت دراسة Arun & Vidushi (2014) أن التسامح يرتبط إيجابيًا بالعُرفان والصمود النفسي لدى الشباب الهندي، وأنه يُعد متغيرًا تنبؤيًا مهمًا للصمود النفسي بنسبة معتبرة من التباين.

أشارت الدراسات إلى أن اليقظة العقلية تسهم في تحسين الصحة النفسية والوظيفية فقد أوضح دراسة Sinha (2025) وأن العلاقة بين اليقظة الذهنية والصحة النفسية تتوسطها الصمود النفسي، مما يعزز دور اليقظة في مواجهة الضغوط، وبينت دراسة كل من Arts-de Jong & Benavides-Gil (2025) أن برامج اليقظة الذهنية تقلل الإرهاق النفسي والقلق والاكتئاب، وتزيد الرضا الوظيفي لدى المهنيين الصحيين. وأكدت مراجعة Su Luo

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.127.2025.1605
ISSN Online: 2414-3383
ISSN Print: 2616-3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
editor@jalhss.com
Volume (127) December 2025
العدد (127) ديسمبر 2025

(2024)أن تدخلات اليقظة الذهنية تحسن مستويات اليقظة وتقلل التوتر وتدعم الصحة النفسية العامة، رغم وجود فجوات بحثية في بعض الدراسات. وفي السياق العربي، هدفت دراسة Al-Kafiri (2023)إلى التعرف على دور الشفقة بالذات واليقظة العقلية كمنبئات بإرهاق التعاطف لدى المرشدين التربويين والعاملين في الصحة النفسية، وأظهرت النتائج مستويات متوسطة لليقظة العقلية وإرهاق التعاطف، دون فروق دالة تبعًا للجنس أو الخبرة. كما أوضحت دراسة Sayed (2021)أن الأبعاد الخمسة لليقظة العقلية ترتبط إيجابيًا بالهناء الذاتي الوظيفي لدى معلمي المرحلة الابتدائية، وأن معظم هذه الأبعاد تسهم في التنبؤ بالهناء بنسبة معتبرة من التباين.

من خلال مراجعة الدراسات والأدبيات السابقة يتضح أن التسامح واليقظة العقلية يمثلان متغيرين أساسيين في تعزيز الصحة النفسية والرفاهية، وأنهما يرتبطان بعوامل مثل الصمود النفسي والهناء الذاتي والرضا الوظيفي. ومع ذلك فإن الدراسات التي ربطت بينهما بشكل مباشر وكشفت عن القدرة التنبؤية ما تزال محدودة، خاصة في الدراسات العربية، وقد استفاد الباحثان من هذه الدراسات في تحديد مشكلة البحث وصياغة منهجيته وبناء أدواته، وتتميز الدراسة الحالية بتركيزها على المرشدين النفسيين والتربويين العاملين في الحماية الأسرية في فلسطين، وباستخدام مقاييس مطورة لقياس المتغيرات محل الدراسة.

مشكلة الدراسة

يواجه المرشدون الأسريون والاختصاصيون النفسيون والتربويون تحديات مجتمعية متسارعة تتطلب منهم مواكبة التطورات لتقديم خدمات إرشادية أكثر فاعلية فلم يعد المسترشدون سلبيين أو مكتفين بالطرق التقليدية، بل أصبحوا بحاجة إلى التركيز على الجوانب الإيجابية في حياتهم، وهو ما يبرز أهمية امتلاك المرشدين لمهارات مستمدة من علم النفس الإيجابي مثل التسامح واليقظة العقلية، لما لهما من أثر في تحسين جودة الخدمات الإرشادية. وفي ظل الظروف الضاغطة التي يعيشها المجتمع الفلسطيني نتيجة ممارسات الاحتلال، تزداد الحاجة إلى تعزيز الأمل والتفاؤل وجودة الحياة، وهو ما يجعل المرشدين في موقع مسؤولية أكبر للتركيز على هذه الجوانب الإيجابية، وتشير الدراسات إلى أن التسامح يمثل استراتيجية توافقية للتخفيف من الضغوط النفسية (Hwei & Bin Abdullah, 2013)، ويرتبط بالسلوك المقبول اجتماعيًا والمتغيرات الإيجابية مثل التفاؤل والرضا عن العلاقات والرفاهية النفسية (Breen et al., 2010)، وانطلاقًا من خبرة الباحثة في التعامل مع المرشدين، لاحظت تفاوتًا في تركيزهم بين الجوانب الإيجابية والسلبية، مما دفعها لدراسة مدى امتلاكهم للتسامح واليقظة العقلية وقدرتهم على توظيفهما في العملية الإرشادية، وعليه ستحاول الدراسة الإجابة على سؤالها الرئيس المتمثل في: **ما مستوى التسامح لدى المرشدين النفسيين والتربويين في فلسطين وعلاقته باليقظة العقلية لديهم؟**

أسئلة الدراسة:

ينبثق من السؤال الرئيسي الأسئلة الفرعية التالية:

1. ما مستوى التسامح لدى المرشدين النفسيين والتربويين في فلسطين؟
2. ما مستوى اليقظة العقلية لدى المرشدين النفسيين والتربويين في فلسطين؟
3. هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين التسامح واليقظة العقلية؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التسامح واليقظة العقلية تُعزى لمتغير النوع الاجتماعي؟

أهداف الدراسة

الهدف العام:

تسعى هذه الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين التسامح واليقظة العقلية لدى المرشدين النفسيين والتربويين في فلسطين، وتحليل انعكاس هذه العلاقة على أدائهم المهني في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، **وفي ضوء الهدف العام تنبثق الأهداف الفرعية:**

1. تحديد مستوى التسامح لدى المرشدين النفسيين والتربويين في فلسطين.
2. تحديد مستوى اليقظة العقلية لدى المرشدين النفسيين والتربويين في فلسطين.
3. الكشف عن العلاقة الارتباطية بين التسامح واليقظة العقلية لدى المرشدين النفسيين والتربويين.

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.127.2025.1605
ISSN Online: 2414-3383
ISSN Print: 2616-3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
editor@jalhss.com
Volume (127) December 2025
العدد (127) ديسمبر 2025

4. التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في كل من التسامح واليقظة العقلية تبعًا لمتغير النوع الاجتماعي.

أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية هذه الدراسة في بعدها النظري والتطبيقي، حيث يمكن توضيح ذلك كما يلي:

الأهمية النظرية:

تنبع الأهمية النظرية لهذه الدراسة من كونها تُسلط الضوء على متغيرات لم تحظَ باهتمام كافٍ في الدراسات العربية والمحلية السابقة، وهي التسامح واليقظة العقلية، وتأتي أهميتها في إثراء الأدبيات التربوية والنفسية وإضافة بعد جديد للمكتبة العربية، بما يعزز الفائدة للباحثين والعاملين في مجال الإرشاد النفسي، كما تُسهم الدراسة في لفت الانتباه إلى دور هذه المتغيرات في تطوير أداء المرشدين النفسيين والتربويين في فلسطين.

الأهمية التطبيقية:

تتمثل الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة في تركيزها على التسامح واليقظة العقلية لدى المرشدين النفسيين والتربويين بما ينعكس على تحسين جودة عملهم الإرشادي، وتتيح نتائجها تقديم توصيات عملية لمؤسسات الصحة الأسرية والإرشاد الزواجي، من خلال إعداد برامج إرشادية مناسبة تستجيب لاحتياجات المسترشدين، كما تُسهم في توعية المرشدين بأهمية التركيز على الجوانب الإيجابية في علم النفس الإيجابي بما يعزز من فاعلية تدخلاتهم الإرشادية، إضافة إلى ذلك توفر الدراسة أدوات ومقاييس يمكن الاستفادة منها في تشخيص حالات ضعف أو تراجع الإرشاد الأسري، مما يدعم تطوير الممارسات المهنية في هذا المجال.

حدود الدراسة ومحدداتها

احتوت الدراسة الحالية على الحدود الآتية:

- **الحدود البشرية :**اقتصرت الدراسة على عينة من المرشدين النفسيين والتربويين العاملين في فلسطين.
- **الحدود المكانية :**اقتصرت الدراسة على محافظات شمال فلسطين.
- **الحدود الزمانية :**تم تنفيذ الدراسة خلال العامين الأكاديميين 2026/2025.
- **الحدود المفاهيمية :**اقتصرت الدراسة على المفاهيم والمصطلحات الواردة في إطارها النظري.
- **الحدود الإجرائية :**تم تطوير مقياس اليقظة العقلية ومقياس التسامح في هذه الدراسة، واقتصرت على الأدوات المستخدمة لجمع البيانات، ودرجة صدقها وثباتها على عينة الدراسة وخصائصها، إضافة إلى المعالجات الإحصائية المناسبة.
-

مصطلحات الدراسة:

التسامح(Tolerance) :

- **اصطلاحًا :**يُعرّف بأنه تغير شخصي اجتماعي إيجابي يحدث للفرد تجاه الإساءة المدركة، ويتناسب مع السياق الشخصي النوعي الذي حدثت فيه الإساءة (ماكلو وآخرون، 2015، ص 43).
- **إجرائيًا :**يُقاس بالدرجة التي يحصل عليها المرشدون النفسيون والتربويون في فلسطين على المقياس المطور في الدراسة الحالية.

اليقظة العقلية(Mindfulness) :

- **اصطلاحًا :**عرّفها كارداكيتو وآخرون (Cardaciotto et al., 2008) بأنها المراقبة المستمرة للخبرات، والتركيز على الحاضر أكثر من الانشغال بالماضي أو المستقبل، مع تقبل الخبرات والتسامح معها، ومواجهة الأحداث كما هي دون إصدار أحكام تقييمية.
- **إجرائيًا :**تُقاس بالدرجة التي يحصل عليها المرشدون النفسيون والتربويون في فلسطين على المقياس المطور في الدراسة الحالية.

المرشدون النفسيون والتربويون في فلسطين:

- **إجرائيًا :**هم موظفون في الجهات الحكومية يعملون كأخصائيين اجتماعيين أو نفسيين أو تربويين، مُدرَّبون على تقديم الدعم والإرشاد والتوجيه للأفراد والأسر التي تواجه تحديات نفسية أو تربوية.

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.127.2025.1605
ISSN Online: 2414-3383
ISSN Print: 2616-3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
editor@jalhss.com
Volume (127) December 2025
العدد (127) ديسمبر 2025

منهجية الدراسة

المنهج الدراسة: من أجل تحقيق أهداف الدراسة اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي التحليلي، الذي يقوم على دراسة الظاهرة كما هي في الواقع الراهن، وتحليل العلاقة بين متغيرات الدراسة، وتحديد طبيعة هذه العلاقة سواء كانت موجبة أو سالبة، طردية أو عكسية (المرشود، 2020).

مجتمع الدراسة

يتكون مجتمع الدراسة من جميع المرشدين النفسيين والتربويين العاملين في المدارس في الضفة الغربية، والبالغ عددهم (1300) مرشد ومرشدة، إضافة إلى (600) أخصائي وأخصائية وفق إحصائية نقابة المرشدين النفسيين الفلسطينية لعام 2025م، ليصبح إجمالي مجتمع الدراسة (1900) مرشدًا نفسيًا وتربويًا.

عينة الدراسة

تم اختيار عينة الدراسة على مرحلتين:

1. **العينة الاستطلاعية (Pilot Study):** تكونت من (30) مرشدًا وأخصائيًا عاملين في المدارس والمؤسسات والمراكز النفسية، وذلك بهدف التأكد من صلاحية أدوات الدراسة واستخدامها في حساب الصدق والثبات.
2. **العينة الأساسية (Sample Study):** تم اختيارها بطريقة العينة العشوائية، وبلغ حجمها (399) مرشدًا ومرشدة وأخصائيًا وأخصائية، وذلك وفق معادلة روبرت ماسون لتحديد حجم العينة من المجتمع الأصلي، إذ يشير Mason (2010) إلى ضرورة تحديد حجم العينة باستخدام معادلة إحصائية مناسبة، وقد تم اعتماد هذه المعادلة للوصول إلى الحجم النهائي للعينة.

أدوات الدراسة وخصائصها:

1. مقياس التسامح للمرشدين التربويين والنفسيين

تم تطوير مقياس للتسامح من خلال العودة للأدب النظري والدراسات السابقة وتم التحقق من الخصائص السيكومترية له من صدق وثبات، ومن أبرز المراجع التي تم الاستعانة بها لتطوير المقياس ما يلي: (أنور والصادق، 2010؛ والكندري، 2015؛ والمحادين، 2014؛ Hsu et al, 2021; Tanhain et al, 2024)، وقد تكون المقياس بصورة أولية من (29) فقرة موزعة على أربع مجالات رئيسية، هي:

1. التسامح الفكري: ويقصد به قدرة المرشد على تقبل أفكار الآخرين المعارضة لرأيه.
2. التسامح مع الاختلافات: ويعني قدرة المرشد على التعامل مع الاختلافات والتناقضات بينه وبين الآخرين.
3. التسامح الوجداني: ويشير إلى قدرة المرشد على التسامح الانفعالي مع أخطاء الآخرين.
4. التسامح مع أخطاء الآخرين: ويعني قدرة المرشد على التعامل مع التجاوزات التي تصدر بحقّه أو بحق أشخاص يتعامل معهم.

الخصائص السيكومترية للمقياس

وللتحقق من مناسبة المقياس لأهداف الدراسة وعينتها، تم إجراء مجموعة من الإجراءات السيكومترية، شملت:

أولا: صدق المقياس

أ- صدق المحتوى (Content Validity):

للتحقق من صدق المحتوى، أو ما يُعرف بصدق المحكمين، عُرض مقياس التسامح في صورته الأولية على مجموعة من الخبراء والمتخصصين ممن يحملون درجة الدكتوراه في علم النفس والإرشاد النفسي والتربوي، وبلغ عددهم (14) محكمًا. وقد تم اعتماد معيار اتفاق لا يقل عن (80%) لقبول الفقرة. وبناءً على ملاحظات المحكمين واقتراحاتهم، أُجريت التعديلات اللازمة، حيث تم تعديل صياغة (11) فقرة، وحذف (4) فقرات، ليصبح المقياس في صورته النهائية مكونًا من (25) فقرة معدة للتطبيق على العينة الاستطلاعية وفحص خصائصه السيكومترية.

ب- صدق البناء (Construct Validity):

للتحقق من صدق البناء، طُبق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) مرشدًا نفسيًا وتربويًا. وقد تم حساب معاملات ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، وكذلك ارتباط الفقرات بالمجال الذي تنتمي إليه، إضافة إلى ارتباطها بالدرجة الكلية العامة. وقد أظهرت النتائج أن

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.127.2025.1605
ISSN Online: 2414-3383
ISSN Print: 2616-3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
editor@jalhss.com
Volume (127) December 2025
العدد (127) ديسمبر 2025

الفقرات تحقق ارتباطات دالة إحصائيًا مع الدرجة الكلية ومع المجالات الفرعية، بما يؤكد صلاحية المقياس لقياس أبعاد التسامح لدى المرشدين النفسيين والتربويين، كما هو موضح في الجدول (1).

جدول (1): قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس التسامح لدى المرشدين النفسيين والتربويين بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، وارتباط الأبعاد مع الدرجة الكلية

الفقرة	الارتباط مع البعُد	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع البعُد	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع البعُد	الارتباط مع الدرجة الكلية
	التسامح الفكري			التسامح مع الاختلافات			التسامح الوجداني	
1	.66**	.60**	6	.69**	.66**	13	.82**	.76**
2	.61**	.50**	7	.66**	.58**	14	.75**	.69**
3	.55**	.49**	8	.65**	.60**	15	.65**	.60**
4	.63**	.60**	9	.77**	.70**	16	.68**	.62**
5	.59**	.56**	10	.80**	.75**	17	.67**	.59**
			11	.82**	.70**	18	.70**	.67**
			12	.76**	.69**			
درجة كلية للبعُد 0.61**			**درجة كلية للبعُد.0.66****			**درجة كلية للبعُد 0.71****		
	التسامح مع أخطاء الآخرين							
19	.77**	.70**	**22**	.40**	.38*	**25**	.64**	.59**
20	.63**	.59**	**23**	.72**	.63**	**درجة كلية للبعُد**		**0.59****
21	.43**	.40*	**24**	.76**	.67**			

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.05 > p *) **دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.01 > p **)**

يتبين من نتائج الجدول (1) أن جميع فقرات المقياس كانت تتمتع بمستوى من صدق البناء سواء بين الفقرة والبعد أو الفقرة والدرجة الكلية عند مستوى (0.05) مما يشير أن مقياس التسامح يتمتع بدرجات مناسبة من الصدق.

- ثبات مقياس التسامح لدى المرشدين النفسيين والتربويين

للتأكد من ثبات مقاييس التسامح، فقد جرى التحقق من ثبات الاتساق الداخلي (Internal Consistency Reliability) لمقياس التسامح، باستخدام معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات العينة الاستطلاعية الأولى في القياس الأول، بعد استخراج الصدق، كما حُسب الثبات بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test-retest) من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) بين التطبيقين الأول والثاني بفاصل زمني مقداره ثلاثة أسابيع، والجدول (2) يوضح ذلك:

جدول (2): قيم معاملات الثبات بطريقتي كرونباخ ألفا وثبات الإعادة لمقياس التسامح

المقياس	توزيع الفقرات	كرونباخ ألفا	ثبات الإعادة
التسامح لدى المرشدين	**25**		
التسامح الفكري	5-1	0.80	0.85
التسامح مع الاختلافات	12-6	0.83	0.77
التسامح الوجداني	18-13	0.81	0.81
التسامح مع أخطاء الآخرين	25-19	0.79	0.83
الدرجة الكلية للتسامح	25-1	0.85	0.86

يتضح من الجدول (2) أن قيم معامل ثبات كرونباخ ألفا لمقياس التسامح بلغت (0.85) كما يلاحظ أن قيم معامل ثبات الاستقرار بطريقة الإعادة لمقياس التسامح بلغت (0.86) كما يلاحظ أن قيم معامل ثبات الاستقرار بطريقة الإعادة لأبعاد مقياس التسامح بطريقة الاتساق الداخلي تراوحت بين (0.72-0.83) وأبعاد مقياس التسامح من خلال الإعادة تراوحت بين (0.70-0.85)، مما يدل على تمتع مقياس التسامح بدرجات مناسبة من الثبات.

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.127.2025.1605
ISSN Online: 2414-3383
ISSN Print: 2616-3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
editor@jalhss.com
Volume (127) December 2025
العدد (127) ديسمبر 2025

تصحيح وتفسير مقياس التسامح

يمثل مقياس التسامح أداة كمية تهدف إلى الكشف عن مستوى التسامح لدى المرشدين النفسيين والتربويين، حيث تألف من (25) فقرة جميعها تعكس الاتجاه الإيجابي للمفهوم. ويعتمد المقياس على مقياس ليكرت الخماسي الذي يتدرج من (أوافق بشدة = 5) إلى (غير موافق بشدة = 1)، بما يتيح تقدير الدرجة الكلية للمستجيب. وتُفسر النتائج وفق ثلاثة مستويات: منخفض (1–2.33)، متوسط (2.34–3.67)، ومرتفع (3.68–5)، مما يوفر مؤشرًا دقيقًا يساعد في تحديد مدى امتلاك المرشدين لخاصية التسامح وانعكاسها على أدائهم الإرشادي.

ثانيا: مقياس اليقظة العقلية للمرشدين التربويين والنفسيين

تم تطوير **مقياس اليقظة العقلية** بالاعتماد على الأدب النظري والدراسات السابقة، مع التحقق من خصائصه السيكومترية من حيث الصدق والثبات. وقد استندت الباحثة في بناء المقياس إلى عدد من المراجع المهمة، منها: (البحيري وآخرون، 2014؛ عاشور، 2021؛ محمد، 2018؛ Baer et al., 2004؛ Khoury et al., 2023.) ، وتكون المقياس في صورته الأولية من (38)فقرة موزعة على أربع مجالات رئيسية، وهي:

1. المراقبة/الملاحظة (Observation):وتشير إلى القدرة على ملاحظة المشاعر والأفكار والأحاسيس والانتباه لها في اللحظة الراهنة.
2. الوصف (Description):ويعني القدرة على وصف المنبهات الداخلية والخارجية وتصنيفها وفهمها، باعتبارها خطوة أساسية في ممارسة اليقظة العقلية.
3. التصرف بوعي (Acting with Awareness):ويشير إلى الانخراط الكامل في النشاط الحالي بوعي، بعيدًا عن الأداء الآلي غير المقصود، مع إدراك الحالة الراهنة والبيئة المحيطة.
4. القبول دون إصدار أحكام (Non-judging of Inner Experience) :ويعني تقبل الأفكار والمشاعر كما هي دون تصنيفها أو الحكم عليها بأنها جيدة أو سيئة، بما يعزز منظورًا محايدًا قائمًا على القبول

وللتحقق من مناسبة المقياس للدراسة الحالية وأهدافها وعينتها تم القيام ببعض الخصائص السيكومترية وهي كما يلي:

1- صدق المقياس

أ-صدق المحتوى (Content Validity) لمقاييس الدراسة

للتحقق من صدق المحتوى أو ما يعرف بصدق المحكمين لمقياس اليقظة العقلية، عرُضت المقياس في صورتها الأولية على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص ممن يحملون درجة الدكتوراه في علم النفس والإرشاد النفسي والتربوي، وقد بلغ عددهم (14) محكما، إذ أعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة. وبناءً على ملاحظات وآراء المحكمين، أجريت التعديلات المقترحة، فعُدلت صياغة بعض الفقرات، وصولاً إلى الصورة المعدة للتطبيق على العينة الاستطلاعية، وفحص الخصائص السيكومترية لكل منها، وقد تبين أن المحكمين قد أجروا تعديلات على (14) فقرة، كما قاموا بحذف فقرتين، وأصبح عدد فقرات المقياس مكون من (36) فقرة.

ب-صدق البناء (Construct Validity):

للتحقق من صدق المقاييس، استخدم أيضاً صدق البناء، على عينة استطلاعية مكونة من (30) من المرشدين النفسيين والتربويين، استخدم صدق البناء، إذ حُسب معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية لدى المرشدين النفسيين والتربويين، وكذلك لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية، كما هو مبين في الجدول (3).

جدول (3): قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس اليقظة العقلية لدى المرشدين النفسيين والتربويين بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس وارتباط الأبعاد مع الدرجة الكلية

الفقرة	الارتباط مع البعُد	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع البعُد	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع البعُد	الارتباط مع الدرجة الكلية
	المراقبة/ الملاحظة			الوصف		26	.62 **	.58**
1	.77**	.72**	14	.63**	.60**	27	.58**	.55**
2	.75**	.72**	15	.87**	.76**	28	.71**	.65**

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.127.2025.1605
ISSN Online: 2414-3383
ISSN Print: 2616-3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
editor@jalhss.com
Volume (127) December 2025
العدد (127) ديسمبر 2025

3	.44*	.40*	16	.71**	.67**	29	.50**	.48**
4	.65**	.56**	17	.56**	.50**	**.70**درجة كلية للبعُد**		
5	.52**	.49**	18	.69**	.62**	**القبول بدون إصدار أحكام**		
6	.69**	.65**	19	.71**	.65**	30	.71**	.68**
7	.71**	.68**	20	.63**	.58**	31	.84**	.75**
8	.64**	.60**	21	.65**	.60**	32	.54**	.49**
9	.66**	.61**		**.68**درجة كلية للبعُد**		33	.49**	.40*
10	.69**	.64**		**التصرف بوعي**		34	.74**	.70**
11	.71**	.66**	22	.61**	.58**	35	.84**	.78**
12	.62**	.68**	23	.65**	.66**	36	.80**	.78**
13	.52**	.50**	24	.65**	.62**	**.76**درجة كلية للبعُد**		
درجة كلية للبعُد 67**.			25	.69**	.63**			

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.05 > p *) **دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.01 > p **) .**

يتبين من نتائج الجدول (3) أن جميع فقرات المقياس كانت تتمتع بمستوى من صدق البناء سواء بين الفقرة والبعد أو الفقرة والدرجة الكلية عند مستوى (0.05) مما يشير أن مقياس اليقظة العقلية يتمتع بدرجات مناسبة من الصدق.

2- ثبات مقياس اليقظة العقلية لدى المرشدين النفسيين والتربويين

للتأكد من ثبات مقاييس اليقظة العقلية، فقد جرى التحقق من ثبات الاتساق الداخلي (Internal Consistency Reliability) لمقياس اليقظة العقلية، باستخدام معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات العينة الاستطلاعية الأولى في القياس الأول، بعد استخراج الصدق، كما حُسب الثبات بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test-retest) من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) بين التطبيقين الأول والثاني بفاصل زمني مقداره ثلاثة أسابيع، والجدول (4) يوضح ذلك:

جدول (4): قيم معاملات الثبات بطريقتي كرونباخ ألفا وثبات الإعادة لمقياس اليقظة العقلية

المقياس	توزيع الفقرات	كرونباخ ألفا	ثبات الإعادة
اليقظة العقلية لدى المرشدين	**36**		
المراقبة/ الملاحظة	13-1	.71	.81
الوصف	21-14	.77	.78
التصرف بوعي	29-22	.73	.75
القبول بدون إدار أحكام	36-30	.78	.82
الدرجة الكلية لليقظة العقلية	**36-1**	**.79**	**.83**

يتضح من الجدول (4) أن قيم معامل ثبات كرونباخ ألفا لمقياس اليقظة العقلية بلغت (.79)، كما يلاحظ أن قيم معامل ثبات الاستقرار بطريقة الإعادة لمقياس اليقظة العقلية بلغت (.83). كما يلاحظ أن قيم معامل ثبات الاستقرار بطريقة الإعادة لأبعاد مقياس اليقظة العقلية بطريقة الاتساق الداخلي تراوحت بين (0.71-0.78) وأبعاد مقياس اليقظة العقلية من خلال الإعادة تراوحت بين (0.75-0.82)، مما يدل على تمتع مقياس اليقظة العقلية بدرجات مناسبة من الثبات.

تصحيح وتفسير مقياس اليقظة العقلية

يمثل مقياس اليقظة العقلية أداة كمية تهدف إلى الكشف عن مستوى اليقظة لدى المرشدين النفسيين والتربويين، حيث تألف في صورته النهائية من (36) فقرة جميعها تعكس الاتجاه الإيجابي للمفهوم. ويعتمد المقياس على مقياس ليكرت الخماسي الذي يتدرج من (أوافق بشدة = 5) إلى (غير موافق بشدة = 1)، بما يتيح تقدير الدرجة الكلية للمستجيب. وتُفسر النتائج وفق ثلاثة مستويات: منخفض (1–2.33)، متوسط (2.34–3.67)، ومرتفع

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.127.2025.1605
ISSN Online: 2414-3383
ISSN Print: 2616-3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
editor@jalhss.com
Volume (127) December 2025
العدد (127) ديسمبر 2025

(3.68–5)، مما يوفر مؤشرًا دقيقًا يساعد في تحديد مدى امتلاك المرشدين لليقظة العقلية وانعكاسها على أدائهم الإرشادي.

إجراءات تنفيذ الدراسة:

اتبع الباحثان في تنفيذ الدراسة الخطوات التالية:

1. جمع البيانات الثانوية من مصادر متعددة مثل الكتب، المقالات، التقارير، والرسائل الجامعية، وذلك لبناء الإطار النظري للدراسة والاستعانة بها في تطوير أدوات البحث وتفسير النتائج لاحقًا.
2. تطوير أدوات الدراسة من خلال مراجعة الأدب التربوي والنفسي المرتبط بموضوع البحث.
3. تحكيم أدوات الدراسة عبر عرضها على مجموعة من المحكمين المتخصصين للتأكد من صلاحيتها العلمية والعملية.
4. تطبيق الأدوات على عينة استطلاعية مكونة من (30) مرشدًا نفسيًا وتربويًا من خارج العينة الأساسية، بهدف التحقق من دلالات الصدق والثبات.
5. الحصول على كتاب تسهيل المهمة من الجهات المختصة لتنفيذ الدراسة بشكل رسمي ومنظم.
6. تطبيق أدوات الدراسة على العينة الأصلية المكونة من (399) مرشدًا وأخصائيًا، مع التأكيد على المشاركين بأن إجاباتهم ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط، وبكل صدق وموضوعية.
7. إدخال البيانات وتحليلها باستخدام برنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية(SPSS, Version 28) ، وإجراء التحليلات الإحصائية المناسبة لمتغيرات الدراسة.
8. مناقشة النتائج في ضوء الأدب النظري والدراسات السابقة، وصولًا إلى مجموعة من التوصيات والمقترحات البحثية التي تخدم المجال.

عرض النتائج ومناقشتها

عرض نتائج السؤال الأول ومناقشته: ما مستوى التسامح لدى المرشدين النفسيين والتربويين في فلسطين؟

للإجابة عن السؤال الحالي فقد تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد التسامح والدرجة الكلية لدى المرشدين النفسيين والتربويين في فلسطين، والجدول (5) يظهر النتائج.

جدول (5): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية للتسامح لدى المرشدين النفسيين والتربويين في فلسطين.

الرقم	البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	التسامح الفكري	4.18	0.44
2	التسامح مع الاختلافات	3.88	0.40
3	التسامح الوجداني	3.90	0.48
4	التسامح مع أخطاء الآخرين	3.82	0.50
	الدرجة الكلية	3.93	0.35

تشير نتائج الجدول (5) إلى أن المرشدين النفسيين والتربويين يتمتعون بمستوى مرتفع من التسامح سواء على الدرجة الكلية أو على الأبعاد الفرعية، حيث بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (4.11) بانحراف معياري (0.51). وقد جاءت أعلى الأبعاد في التسامح على الترتيب: التسامح الفكري، يليه التسامح الوجداني، ثم التسامح مع الاختلافات، وأخيرًا التسامح مع أخطاء الآخرين. وتدل هذه النتائج على أن المرشدين يحرصون بدرجة كبيرة على ممارسة التسامح مع الآخرين، انطلاقًا من قناعتهم بأهمية هذه القيمة، وبحكم طبيعة مهنتهم التي تتطلب منهم التعامل مع أفراد قد يقعون في أخطاء بحقهم أو بحق الآخرين. ويُظهر ذلك أن امتلاك التسامح يساعدهم على حسن التعامل مع المسترشدين، والتحلي بالصبر، والاستمرار في تقديم الدعم دون إصدار أحكام، مع تقبل ظروفهم المختلفة.

وتُعزى هذه النتيجة إلى أن طبيعة عمل المرشدين قائمة على القبول غير المشروط للآخرين والالتزام بالمعايير الأخلاقية المهنية، إضافة إلى تعرضهم المستمر لحالات متنوعة تُنمّي لديهم مهارة التسامح. كما يسهم التدريب

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.127.2025.1605
ISSN Online: 2414-3383
ISSN Print: 2616-3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
editor@jalhss.com
Volume (127) December 2025
العدد (127) ديسمبر 2025

الأكاديمي والمهني الذي يتلقونه في المحافظة على هذا المستوى المرتفع، فضلًا عن أن طبيعة عملهم تجعلهم أكثر قدرة على التعاطف مع الآخرين. وفي المحصلة، فإن التسامح يُعد عاملًا أساسيًا في بناء علاقة مهنية قائمة على تنظيم الانفعال والتعامل الإيجابي مع المسترشدين.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسات سابقة، مثل دراسة Avci & Kuzu (2025) التي أكدت فعالية برامج التسامح في تعزيز الصحة النفسية، ودراسة Jamal (2024) التي أبرزت دور تحمل الضيق في تقليل المشكلات النفسية، وكذلك دراسة Al-Harbi (2021) التي بينت العلاقة الإيجابية بين التسامح والهناء الذاتي لدى مراجعي المراكز الصحية.

عرض نتائج السؤال الثاني ومناقشته: ما مستوى اليقظة العقلية لدى المرشدين النفسيين والتربويين في فلسطين؟

للإجابة عن السؤال الحالي فقد تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد اليقظة العقلية والدرجة الكلية لدى المرشدين النفسيين والتربويين في فلسطين، والجدول (6) يظهر النتائج

جدول (6): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لليقظة العقلية لدى المرشدين النفسيين والتربويين في فلسطين

الرقم	البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	المراقبة/ الملاحظة	4.11	0.51
2	الوصف	4.01	0.62
3	التصرف بوعي	3.90	0.48
4	القبول بدون إصدار أحكام	3.95	0.53
	الدرجة الكلية	4.01	0.44

تشير نتائج الجدول (6) إلى أن المرشدين النفسيين والتربويين يتمتعون بمستوى مرتفع من اليقظة العقلية الذهنية سواء على الدرجة الكلية أو الأبعاد الفرعية، حيث بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (4.01) بانحراف معياري (0.44). وقد جاءت أعلى الأبعاد على الترتيب :المراقبة/الملاحظة، ثم الوصف، يليه القبول دون إصدار أحكام، وأخيرًا التصرف بوعي .وتدل هذه النتائج على حرص المرشدين على الالتزام بمتطلبات المهنة التي تستلزم حضورًا ذهنيًا كاملًا مع المسترشد، يتجلى في الإصغاء الدقيق، ومتابعة الانفعالات والتفاصيل اللفظية وغير اللفظية، مما يعزز اليقظة العقلية بشكل يومي.

وتُعزى هذه النتيجة إلى سعي المرشدين لتنظيم انفعالاتهم ومراقبة مشاعرهم وضبط ردود أفعالهم بما يحافظ على الحياد المهني، فضلًا عن أن اليقظة العقلية تمثل وسيلة وقائية ضد الاحتراق النفسي، وتساعدهم على التأمل الذاتي وتقييم أفعالهم ومعتقداتهم. كما يسعى المرشدون إلى ممارسة التعاطف المتوازن الذي يحقق الفهم دون تحميل أنفسهم أعباءً إضافية، وهو ما يعزز التزامهم بالحدود المهنية.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسات سابقة مثل دراسة Arts-de Jong & Benavides-Gil (2025) التي أبرزت أثر اليقظة في تقليل الإرهاق النفسي، ودراسة Su Luo (2024) التي أكدت دور تدخلات اليقظة في تحسين الصحة النفسية والشفقة الذاتية لدى العاملين في المجال النفسي.

عرض نتائج السؤال الثالث ومناقشته: هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين درجات في المرشدين النفسيين والتربويين في فلسطين بين التسامح واليقظة العقلية؟

للإجابة عن السؤال الحالي تم استخدام معامل ارتباط بيرسون للكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين التسامح واليقظة العقلية لدى المرشدين النفسيين والتربويين، ويوضح الجدولين (7) نتائج هذا التحليل

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.127.2025.1605
ISSN Online: 2414-3383
ISSN Print: 2616-3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
editor@jalhss.com
Volume (127) December 2025
العدد (127) ديسمبر 2025

جدول (7): طبيعة العلاقة الارتباطية بين التسامح واليقظة العقلية لدى المرشدين النفسيين والتربويين في فلسطين

اليقظة العقلية	التسامح الفكري	التسامح مع الاختلافات	التسامح الوجداني	التسامح مع أخطاء الآخرين	الدرجة الكلية للتسامح
المراقبة/ الملاحظة	**0.26	**0.31	**0.28	**0.23	**0.33
الوصف	**0.32	**0.23	**0.30	**0.30	**0.35
التصرف بوعي	**0.33	**0.40	**0.39	**0.38	**0.44
القبول بدون إصدار أحكام	**0.24	**0.35	**0.33	**0.33	**0.37
الدرجة الكلية	**0.37	**0.42	**0.42	**0.41	**0.48

تشير نتائج الجدول (7) إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين التسامح واليقظة العقلية سواء على الدرجة الكلية أو الأبعاد الفرعية، حيث بلغ معامل الارتباط بينهما (0.48). وهذا يعني أنه كلما ارتفع مستوى التسامح لدى المرشدين النفسيين والتربويين ارتفع مستوى اليقظة العقلية لديهم، والعكس صحيح. ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن اليقظة العقلية تعزز الوعي بالذات وتقلل من الأحكام السلبية، مما يدعم ممارسة التسامح، كما أنها تساعد على ضبط الانفعالات وتقليل التوتر، وهو ما يرفع من قدرة المرشد على التعامل المتسامح مع الآخرين، وفي المقابل فإن التسامح يتطلب حضورًا ذهنيًا كاملًا لفهم دوافع المسترشد وسلوكه، وهو ما يتحقق من خلال مكونات اليقظة العقلية مثل التركيز والإصغاء الفعّال.

كما تسهم اليقظة العقلية في استيعاب الاختلافات الثقافية والقيمية وضبط التحيزات الشخصية، مما يعزز التسامح المهني، وهي أيضًا تساعد المرشد على تقبل ذاته وعيوبه ومشاعره الأمر الذي ينعكس إيجابيًا على قدرته في إظهار التعاطف والتفهم والاستجابة الهادئة، وكلها عناصر ترتبط ارتباطًا وثيقًا بالتسامح في الممارسة الإرشادية. ومن ثم فإن التكامل بين التسامح واليقظة العقلية يُعد شرطًا أساسيًا لنجاح العلاقة الإرشادية السوية، القائمة على القبول غير المشروط والوعي الذهني الكامل، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسات سابقة مثل دراسة Arun & Vidushi (2014)، ودراسة Sinha (2025)، وكذلك دراسة Al-Kafiri (2023)، ودراسة Sayed (2021).

عرض نتائج السؤال الرابع ومناقشته: هل توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في كل من التسامح واليقظة العقلية لدى المرشدين النفسيين والتربويين في فلسطين تعزى لمتغير النوع الاجتماعي؟

لفحص الفروق بين متوسطات الأداء على الدلالة الإحصائية في التسامح واليقظة الذهنية تبعًا لمتغير النوع الاجتماعي: (ذكور وإناث) تمَّ استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة، والجدول (8) يُوضح ذلك:

الجدول (8): نتائج اختبار (ت) لمتوسطات التسامح واليقظة العقلية تبعًا لمتغير النوع الاجتماعي

المقياس	النوع الاجتماعي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة المتغير (ت)	مستوى الدلالة
التسامح	ذكور	152	4.00	0.35	397	3.44	0.00
	إناث	247	3.88	0.35			
اليقظة العقلية	ذكور	152	4.01	0.42	397	0.15	0.88
	إناث	247	4.01	0.46			

يظهر مِن الجدول (8) عدم وجود فروق في اليقظة العقلية بين المرشدين والمرشدات؛ حيث بلغت قيمة ت (0.15) وهي قيمة ليست ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05)؛ بينما يتبين من النتائج وجود فروق بين المرشدين والمرشدات في التسامح حيث بلغت قيمة ت (3.44) وبالعودة للمتوسطات الحسابية يتبين أن الفروق كانت لصالح الذكور أكثر من الإناث.

ويعزو الباحثان هذه النتيجة الى أن التسامح لدى المرشدين أعلى منه لدى المرشدات لطبيعة الأدوار الاجتماعية والثقافية التي تشجع الذكور على ضبط الانفعال أكثر من الإناث، كما أن الذكور غالبا ما يكونوا أقل

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.127.2025.1605
ISSN Online: 2414-3383
ISSN Print: 2616-3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
editor@jalhss.com
Volume (127) December 2025
العدد (127) ديسمبر 2025

حساسية للتهديدات الاجتماعية والثقافية من مثل الرفض والنقد والتوتر الاجتماعي، كما أن الذكور يظهرون أساليب مواجهة او تعامل مع الضغوط تعتمد على العقلانية أكثر من الانفعال، بينما قد تعتمد بعض الإناث على المواجهة الانفعالية مما قد يقلل من قدرة التسامح، كما إن الإناث أكثر عرضة لضغط المشاعر وتعقيدها وحساسية للتفاعلات الدقيقة وأسرع تأثرا بالمواقف الوجدانية، ويميل بنفس الوقت المرشدين إلى الفصل بين الحياة الشخصية والعمل المهني، وقد تلعب العوامل الهرمونية فرق في الاستجابة الانفعالية حيث تشير بعض الدراسات أن مستويات هرمون التستوستيرون لدى الذكور يرتبط بزيادة الثبات الانفعالي بينما تؤثر الهرمونات الأنثوية على التفاعل الوجداني بشكل أكبر، مما يجعل المرشدين أفضل في التسامح من المرشدات، بينما توصلت النتائج لكون المرشدين والمرشدات لا يختلفوا في اليقظة العقلية كون اليقظة العقلية تعد مهارة مهنية مكتسبة وليست سمة بيولوجية مرتبطة بالنوع الاجتماعي ، فهي تحتاج إلى التدريب والإشراف الإرشادية والخبرة الميدانية والممارسة اليومية، وبنفس الوقت فإن برامج الإرشاد النفسي التي تقدم تدريبا موحدا للجنسين سواء في الجامعة أو الدورات أو الإشراف أو التدريب العملي، ويعزى ذلك كون اليقظة العقلية ترتبط بالخبرة المهنية أكثر من ارتباطها بنوع النوع الاجتماعي ، وتختلف مع نتيجة دراسة اررون فدوشي (Arun, & Vidushi, 2014) حول التسامح.

الاستنتاجات

1. المرشدون النفسيون والتربويون في فلسطين يملكون مستوى مرتفعًا من التسامح على المستوى الكلي وفي جميع الأبعاد، مع تفوق واضح للتسامح الفكري والوجداني.
2. مستوى اليقظة العقلية لدى المرشدين مرتفع على المستوى الكلي وجميع الأبعاد، ويبرز بُعد المراقبة/الملاحظة كأقوى مكونات اليقظة.
3. توجد علاقة ارتباطية إيجابية ومهمة إحصائيًا بين التسامح واليقظة العقلية؛ ارتفاع أحد المتغيرين يرتبط بارتفاع الآخر، ما يشير إلى تكامل وظيفي يدعم الفعالية الإرشادية.
4. لوحظت فروق جندرية في التسامح لصالح الذكور بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية بين الذكور والإناث، ما يعكس تأثير العوامل الاجتماعية والثقافية في التسامح وكون اليقظة مهارة مهنية مكتسبة.
5. المستويات المرتفعة من التسامح واليقظة العقلية تشكلان أساسًا قويًا لعلاقات إرشادية فعّالة وتقللان من خطر الاحتراق المهني، مما يستلزم استمرار دعم التدريب والإشراف المهني لتعزيز هاتين المهارتين.

التوصيات

بناء على نتائج الدراسة يوصي الباحثان بما يلي:

- تعزيز التدريب على مهارات اليقظة العقلية في برامج الإرشاد النفسي لأنها ترتبط إيجابيا بالتسامح وتشكل أساسا لنجاح العلاقة المهنية بين المرشد والمسترشد.
- تبني سياسات مؤسسية تشجع على ممارسة التأمل الواعي والتسامح لدى المرشدين الحديثين التعيين.
- تنفيذ ورشات تدريبية متخصصة للمرشدات لرفع مستوى التسامح لهن خاصة في ضبط الانفعال وإدارة المواقف الصعبة
- اجراء دراسات تجريبية لقياس أثر التدريب على اليقظة العقلية في رفع مستوى التسامح
- تشجيع المشرفين على دمج تمارين اليقظة داخل جلسات الإشراف الإرشادي
- تشجيع المرشدين على دمج الممارسات الشخصية لليقظة العقلية في الحياة اليومية.

المراجع

1. أنور، عبير محمد وعبد الصادق، فاتن صلاح (2010). دور التسامح والتفاؤل في التنبؤ بنوعية الحياة لدى عينة من الطلاب الجامعيين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، مجلة دراسات عربية في علم النفس،(3)9، 491-571.
2. البحيري، عبد الرقيب والضبع، فتحي وطلب، أحمد والعوالمة، عائدة. (2014) الصورة المعرفية لمقياس العوامل الخمسة لليقظة العقلية: دراسة ميدانية على عينة من طلاب الجامعة في ضوء أثر متغيري الثقافة والنوع، مجلة مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، 39، 119-140.

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.127.2025.1605
ISSN Online: 2414-3383
ISSN Print: 2616-3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
editor@jalhss.com
Volume (127) December 2025
العدد (127) ديسمبر 2025

3. البهاص، سيد أحمد (2009). العفو كمتغير وسيط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة لدى طلاب الجامعة. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (23)، 327 -378.
4. حديدان، خضرة (2023). الإرشاد الأسري والخدمات التي يقدمها للأسرة وفق استراتيجيات الإرشاد العقلي السلوكي الوجداني. مجلة العلوم الإنسانية، 34 (1)، 449-463.
5. الحربي، فهد. (2021). التسامح وعلاقته بالهناء الذاتي لدى مراجعي المراكز الصحية. المجلة العربية للعلوم النفسية، 42(3)، 363-380.
6. الحصناوي، سعد وعيدي، جاسم (2014). دراسة مقارنة في التسامح الاجتماعي وفقاً لمستويات الذكاء الثقافي لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية الآداب، جامعة المستنصرية، (64)، 1-73.
7. الرويلي، النشمي بشير. (2019). اليقظة العقلية والمرونة والتدفق النفسي لدى المرشدين الطلابيين في محافظة طريف بالمملكة العربية السعودية: دراسة مقارنة بين المرشدين الجدد والقدامى. مجلة العلوم التربوية والنفسية، 3(7)، 114-130.
8. سليم، أزهار محمد. (2024). اليقظة العقلية وأثرها على تنظيم الذات. مجلة علم النفس التربوي، 35(10)، 309-349.
9. الشهري، افراح (2023). دور الإرشاد الأسري في تلبية احتياجات أسر الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد في المملكة العربية السعودية: مقالة استعراضية، مجلة البحوث التربوية والنوعية، 20، 214-241.
10. العاسمي، رياض وجمال، نغم. (2019) اليقظة العقلية وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى عينة من طالب الإرشاد النفسي في كلية التربية الثانية في جامعة دمشق بمحافظة السويداء، مجلة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية، 40(3).
11. عاشور، مريم رجاء سعدي (2021) . اليقظة العقلية وفاعلية الذات الأكاديمية كمنبئات بقلق المستقبل المهني لدى الطلبة الخريجين في الجامعات الفلسطينية. رسالة ماجستير. جامعة الأقصى.
12. عاطف، جيهان إبراهيم محمد. (2024). العوامل المؤثرة في مستوى اليقظة العقلية لدى الأخصائيين النفسيين المدرسيين. مجلة دراسات تربوية واجتماعية، 30(11)، 437-471.
13. عبد الحليم، أماني. (2024). اليقظة العقلية في تحسين التدفق النفسي لدى المرشدين التربويين. مجلة جامعة طرطوس للآداب والعلوم الإنسانية، 7(3)، 161-175.
14. عبد العظيم، حسن علي. (2022). اليقظة العقلية كمتغير وسيط بين القلق الاجتماعي والاغتراب النفسي لدى المراهقين. مجلة علم النفس، 35(10)، 309-349.
15. عمار، طاهر (2024) النمذجة البنائية لتأثير رأس المال النفسي وسمة اليقظة العقلية على استراتيجيات المواجهة لدى طلاب المرحلة الثانوية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، 34(122)، 304-351.
16. الكفيري، وداد (2023). الشفقة بالذات واليقظة العقلية كمنبئات بإرهاق التعاطف لدى المرشدين التربويين والعاملين في مجال الصحة النفسية. مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، 89(4)، 334-381.
17. الكندري، وفاء (2015). مستوى التسامح عند طلبة كلية التربية بجامعة الكويت. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الكويت.
18. ماكلو، ميشيل وبارجمنت، كينث وثورسين، كارل (2015). التسامح النظرية والبحث والممارسة. ترجمة عبير محمد أنور، القاهرة، المركز الوطني للترجمة القاهرة.
19. المبيضين، عاهد (2022). مستوى الصمود النفسي والتسامح لدى الطلبة ضحايا التنمر في العاصمة عمان، مجلة جامعة جرش للبحوث والدراسات، 23(2)، 4768-4741.
20. المحادين، رائدة (2014). فعالية برنامج إرشادي جمعي ديني في تنمية التسامح والتدفق لدى طالباًت الصف العاشر في محافظة الكرك" سورة يوسف أنموذجا. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة.
21. محمد، محمد (2018). الخصائص السيكومترية لمقياس اليقظة العقلية: مقارنة بين نظرية القياس التقليدية والنماذج الأحادية والمتعددة لنظرية الاستجابة للمفردة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، 99(28)، 76-17.
22. مرزوق، وجيهة. (2000). أدبيات التسامح في المصادر الإسلامية، رسالة ماجستير غير منشورة، تراثيات، دار الكتب والوثائق القومية، مركز تحقيق التراث، (8).

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.127.2025.1605
ISSN Online: 2414-3383
ISSN Print: 2616-3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
editor@jalhss.com
Volume (127) December 2025
العدد (127) ديسمبر 2025

23. المرشود، عبد الله محمد .(2020) المنهجية العلمية: أسسها وتطبيقاتها .الرياض: دار المرسلات للنشر والتوزيع.
24. يونس، إبراهيم (2021). فعالية العلاج الأسري متعدد الأبعاد في تعزيز التسامح لدى أسرة مهددة بالانفصال. "دراسة حالة، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، 133، 139-191.
25. Arts-de Jong, M., & Benavides-Gil, G. (2025). Mindfulness-based interventions for mental health professionals: A systematic review and meta-analysis. Journal of General Internal Medicine, 40(5), 1234-1245. https://doi.org/10.1007/s11606-025-09529-z
26. Arun, K., &Vidushi, D. (2014). Forgiveness, gratitude and resilience among Indian youth, Indian Journal of Health & Wellbeing, 5, Issue 12, 1414-1419.
27. Ashok, L. (2025). Mindfulness-Based Interventions for Enhancing Adolescent Mental Health: A Review. Journal of Child and Adolescent Mental Health, 37(1), 15–28. https://doi.org/10.1016/j.jcamh.2025.01.004
28. Avci, D., & Kuzu, S. (2025). Effect of forgiveness-based bibliotherapy on forgiveness, self-esteem, and psychological symptoms in nursing students: A randomized controlled study. Teaching and Learning in Nursing. https://doi.org/10.1016/j.teln.2025.06.006
29. Baer, R. A., Smith, G. T., & Allen, K. B. (2004). Assessment of Mindfulness by Self-Report: The Kentucky Inventory of Mindfulness Skills. Assessment, 11(3), 191–206. https://doi.org/10.1177/1073191104268029
30. Belicki, K., DeCourville, N., Michalica, K., Stewart, T. & Williams, C. (2003). What does it mean to forgiveness? Paper Presented at the Annual meeting of the Canadian Psychological Association, Hamilton, Ontario.
31. Benavides-Gil, G., Martínez-Zaragoza, F., Fernández-Castro, J., Sánchez-Pérez, A., & García-Sierra, R. (2024). Mindfulness-based interventions for improving mental health of frontline healthcare professionals during the COVID-19 pandemic: A systematic review. Systematic Reviews, 13(1), 1-13. https://doi.org/10.1186/s13643-024-02574-5
32. Breen, W. E., Kashdan, T.B., Lenser, M.L & Fincham, F. D. (2010). Gratitude and forgiveness: Convergence and divergence on self-report and informant ratings, Pers Individual Dif, 49(8), 932–937
33. Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology, 84, 822–848.
34. Burnette, J., Taylor, K., & Forsyth, D. (2007). Attachment and trait forgiveness: The mediating role of angry rumination. Journal of Personality and Individual Difference, 42, 1585-1596.
35. Cardaciotto, L., Herbert, T., Forman, E., Moitra, E & Farrow, V. (2008). The assessment of present- moment awareness and acceptance: The Philadelphia mindfulness scale .Assessment, 15,223-04
36. Ergas, O. & Hadar, L.L. (2019). Context and Implications Document for: Mindfulness in and as education: A map of a developing academic discourse from 2002 to 2017. Rev Educ, 7: 798-801. https://doi.org/10.1002/rev3.3168

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.127.2025.1605
ISSN Online: 2414-3383
ISSN Print: 2616-3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
editor@jalhss.com
Volume (127) December 2025
العدد (127) ديسمبر 2025

37. Green, J., Burnette, J., & Davis, J. (2008). Third – Party Forgiveness: Not Forgiving Your Close Other Betrayer. Society for Personality and Social Psychology, 1-12.
38. Hsu, T., Thomas, E., Welch, E., Ohara, M, & McCabe, J .(2024). Examining the Structure of Distress Tolerance: Are Behavioral and Self-Report Indicators Assessing the Same Construct? Published in final edited form as: J Contextual Behav Sci. 2023 Feb 7, 27: 143–151. Doi: 10.1016/j.jcbs.2023.02.001
39. Hwei, L. K., & Bin Abdullah, H.S.L. (2013). Acceptance, Forgiveness, And Gratitude: Predictors of Resilience among University students, Malaysian online Tournal Counseling, 1, Issue 1. Retrieved fromfile:///C:/Users/Aram-CC/Downloads/5563-1105-12481-1-10-20170819.pdf
40. Jamal, M., & Fatima, S. (2024). Distress Tolerance and Mental Health Problems among University Students. Pakistan Journal of Health Sciences, 5(04), 460-463.
41. Kamath, S. (2015). Role of mindfulness in building resilience and emotional intelligence and improving academic adjustment among adolescents, Indian journal of health and wellbeing, 6(4), 414-417.
42. Kaya, M., & Odacı, H. (2024). Subjective well-being: Self-forgiveness, coping self-efficacy, mindfulness, and the role of resilience. British Journal of Guidance & Counselling, 52(4), 628–644. https://doi.org/10.1080/03069885.2024.2350400
43. Khoury, B., Vergars, R., Sadowski, Spinelli, C. (2023) & I. Embodied Mindfulness Questionnaire: Scale Development and Validation. Assessment, 30(2), 458-483.
44. Langer, E. J., & Moldoveanu, M. (2017). The construct of mindfulness. In B. A. Gaudiano (Ed.), Mindfulness: The roots of mindfulness: History, philosophy, and definitions (pp. 307–315). Routledge/Taylor & Francis Group.
45. Litam, S. D. A. (2021). Stress and resilience among professional counselors during the COVID-19 pandemic. Journal of Counseling & Development, 99(3), 287-295. https://doi.org/10.1002/jcad.12358 ,
46. Mangolele, L. R. (2025). Exploring the resilience skills and strategies of social workers. Journal of Social Work, 25(1), 45-60. https://doi.org/10.1177/14680173221104567
47. Nir, T. (2009). Forgiveness in the Israeli Palestinian Conflict, Diss. Abs. Int., 69. 8 (B). 5104.
48. Rainey. C. (2008): Are individual forgiveness interventions for adult more effective than group interventions? A meta-analysis. Unpublished, PhD. Dissertation. Florida State University, College of Human Science.
49. Ratcliff, M. (2024). Social workers, burnout, and self-care: A public health issue. Delaware Journal of Public Health, 10(1), 26-29. https://doi.org/10.32481/djph.2024.03.05 .
50. She, R. (2025). Resilience and mindfulness as factors of posttraumatic stress symptoms and posttraumatic growth. Stress and Health, 41(2), 1-10. https://doi.org/10.1002/smi.70037.

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.127.2025.1605
ISSN Online: 2414-3383
ISSN Print: 2616-3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
editor@jalhss.com
Volume (127) December 2025
العدد (127) ديسمبر 2025

51. Sinha, N. K. (2025). Mediating role of resilience in the relationship between mindfulness and mental health. Frontiers in Psychology. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1570016 .
52. Su, Y. W., & Luo, Y. (2024). Mindfulness in helping professions: A systematic review of interventions and research gaps. Journal of Creativity in Mental Health, 1–16. https://doi.org/10.1080/15401383.2024.1847264 .
53. Tanhain, F., Kasap, S., Muhamed, I, & Ünsal, F. (2021). Teacher Tolerance Scale: Validity and Reliability Study. Siirt Eğitim Dergisi, 31-48.
54. Zahra, S, & Riaz, S. (2017). Mediating role of mindfulness in stress resilience relationship among university students, Pakistan Journal of psychology, 48(2), 21-32g.
55. Zhuang, X. (2024). Forbearance coping, community resilience, family resilience, and mental health during the COVID-19 pandemic. Psychiatry Investigation, 21(4), 345-354. https://doi.org/10.30773/pi.2024.0162.