

# مقياس الإرادة

د / ساره محمد عبد الفتاح

اسم الكتاب : مقياس الإرادة

إعداد : د. / ساره محمد عبد الفتاح

الموزع : دار العلوم للنشر والتوزيع



العنوان : ١١ شارع منصور

ت : ٠٢/٢٧٩٣٠٣٦٠

ت : ٠١٢٢٦١٢٢٢٢١٢

البريد الالكتروني

daralaloom@hotmail.com

الموقع الالكتروني

www:darelaloom.com

الناشر : دار جوانا للنشر والتوزيع



العنوان : ٩٩ أبراج الأمل

الاوستراد - المعادي

ت : ٠١٠٠٣١٨٢٦١٥

ت : ٠١١٤٠٢٧٥٠٥٠

البريد الالكتروني

dar\_farha\_2020@yahoo.com

dargwana2050@yahoo.com

رقم الايداع : ٢٠١٨/٣١٨٠

الترقيم الدولي : 978- 977- 6469-3-81

عبد الفتاح ، ساره محمد

مقياس الإرادة ، سارة محمد عبد الفتاح : - القاهرة : - دار

جوانا للنشر والتوزيع ، ٢٠١٨

ص سم

تدمك : 978- 977- 6469-3-80

١- الإرادة

أ- العنوان

١٥٢

طبعة ٢٠١٨

## المحتويات

الصفحة	الموضوع
٥	مقدمة
٦	١- مفهوم الإرادة
١٠	٢- أنواع الإرادة
١٢	٣- أهمية الإرادة
١٤	٤- النماذج المفسرة للإرادة
١٤	أ- نموذج Otto Rank
١٨	ب- نموذج Leslie Farber
١٩	ج- نموذج Kuhl Julius
٢١	د- نموذج Skinner Theory
٢٢	٥- خطوات اعداد مقياس الإرادة
٢٢	الخطوة الأولى : تحديد أبعاد الإرادة
٢٢	الخطوة الثانية : عرض المقياس على المحكمين
٢٥	الخطوة الثالثة : الكفاءة السيكومترية للمقياس
٢٥	أ- الصدق العملي
٣٥	ب- الصدق التمييزي
٣٧	ج- ثبات المقياس
٣٩	الخطوة الرابعة : إعداد الصورة النهائية للمقياس

الصفحة	الموضوع
٣٩	- تعليمات تطبيق مقياس الارادة
٣٩	- طريقة التصحيح
٤٠	- استخدامات مقياس الإرادة للمراهقين
٤١	قائمة المراجع
٤١	أولاً : المراجع العربية
٤٣	ثانياً: المراجع الاجنبية
٤٦	كراسة الاسئلة

## مقدمة:

تاريخياً، كان يعتقد أن الدافعية لها مستويان، الأول هو "الإرادة" والذي يشير إلى آمال الفرد، ورغباته أو غاياته مع الاعتقاد إذا ما كانت تلك الآمال والرغبات تأتي ضمن قدرات الفرد على إشباعها، أو تحقيق أهدافها. بينما نجد أن المستوى الثاني هو عملية استخدام الإرادة أو "قوة الإرادة والاختيار" والتي تشير إلى عملية تحويل النوايا إلى أفعال. وفي بعض الحالات، يكون مجرد بروز للرغبات، وهي أسلوب آخر يعبر عن الدافعية القوية، وكاف لإحداث إجراءات آلية بشكل أو بآخر، كما أنه من الضروري أن يكون لدينا مجهود واعي تدعمه عزيمة أو متطلبات خارجية وذلك لتحويل النوايا إلى أفعال وإجراءات، وهو ما يعرف بقوة الإرادة. (Keller, J.M., 2008:84)

فالإرادة الواعية عادة ما تفهم بأحد الطريقتين. فمن الشائع التحدث عن الإرادة الواعية كشيء يتم اختباره حينما نقوم بالفعل، فقد نستشعر الإرادة تجاه الأفعال وقد لا نستشعرها، وهذا الشعور بالطواعية أو عمل شيء "عن قصد" يعتبر مؤشراً للإرادة الواعية. أيضاً، من الشائع التحدث عن الإرادة الواعية كقوة العقل، وهو مسمي للعلاقة السببية بين عقولنا وأفعالنا. وقد يفترض المرء أن عملية الفعل بإرادة واعية وأن سبب القيام بالفعل هو العقل الواعي للفرد هما نفس الشيء. لكن كما يتضح، أن كلا الأمرين مختلفان تماماً. ولذلك، سنحتاج إلى إلقاء نظرة على كل منهما على حده. أولاً، دراسة الإرادة على أنها تجربة أو خبرة ثم اعتبار الإرادة كقوة سببية. (Wegner, D.M., 2004:652)

ويذكر شوبنهاور أن الإرادة وحدها ولا شيء غيرها هي التي تعطى الفرد مفتاح وجوده الظاهري، بل وتكشف له عن دلالة هذا الوجود بل تؤدي إلى القوة الداخلية التي يتألف منها وجوده وأفعاله وحركاته. ولذلك ينفذ شوبنهاور من خلال ما سبق ليضع يده على جوهر الوجود الحقيقي، وهو اكتشاف الإرادة التي هي في نظره مركز الإشعاع الأولى في النظر إلى الوجود، فكل شيء يبدو واضحاً في مرآة الإرادة. (إبراهيم إبراهيم محمد، ٢٠١١: ب)

وبما أن الإرادة قوة فهذا السبب يحثنا على التفكير بأن التجربة الواعية للإرادة هي إدراك مباشر لقوة الإرادة. فالشعور بأن الشخص (وعن قصد) لا يتناول الكعك على سبيل المثال، يمكن اعتبارها بسهولة كإدراك فوري للعقل الواعي للشخص والمسبب لهذا الفعل المتمثل في التحكم في الذات. ويبدو أننا قد عشنا تجربة القوة التي بداخلنا والتي تبقى الكعك بعيداً عن متناولنا، لكن القوة ليست نفس الشيء كالخبرة. (Wegner D.M., 2004:665)

### ١- مفهوم الإرادة:

تتباين وجهات نظر علماء النفس وعلماء الإسلام والفلاسفة فيما يتصل بالإرادة وإن كان هناك اتفاق بين الجميع على أن للإرادة قوة نزوعيه محرّكة أي باعثة للسلوك أو الأداء أو الفعل. وتتباين الآراء حول المنبع والباعث الأساسي للإرادة، فعلماء النفس يرجعون المنبع والمصدر إلى عوامل حيوية ونفسية واجتماعية. ومن علماء الإسلام من يرى أن مصدر الإرادة الإنسانية الروح والقلب، بينما يرجع الفلاسفة حقيقة الإرادة إلى العقل والعلم. (عبد المجيد سيد أحمد - زكريا أحمد الشربيني، ٢٠٠١: ٨٨)

وأحياناً تعرف الإرادة بأنها " ملكة الوعي ، والتي تنطوي بشكل خاص على فعل متعمد " . أما عن كلمة " وعي " فإن ضرورة تضمينها في هذا التعريف قد يكون محل تساؤل . فبعض الأفعال التي تكون لا واعية تكون في الغالب تعبير عن الإرادة ، كما أن بعض الأفعال الإرادية تكون واعية بالتأكيد . وأن جميع الأفعال الإرادية تكون متعمدة بالتأكيد ، ولكن العكس ليس صحيح . ومن ثم يكون التعريف الأفضل للإرادة هو " قوة التوجيه الذاتي " .

وهذه القوة تعمل بالتزامن مع المشاعر والمعرفة ، ولكن لا يتم تحديدها من خلالهما كأحد عناصر التعريف . كما أنه يجب ألا نخلط بين القوة والرغبة ، ولا بينها وبين الحس الأخلاقي . فقد يستطيع الفرد الشعور دون إرادة ، وقد يقدم الفرد على شيء بإرادة معاكسة لمشاعره . ولذا فإن الإرادة قد تستمر سواء بمعرفة أو بعكس ذلك ، أو في الواقع بطريقة لا تتأثر أو تبالي بالمعرفة . وفي كثير من الأحيان عادة ما تصبح الرغبات التي لا تصاحبها أفعال إرادية ، وأيضاً حس أخلاقي هما الفرصة الوحيدة للتصرف بإرادة ، أو تجنب تلك الرغبات والأحاسيس بشكل إرادي أيضاً ، بغض النظر عن الاعتبارات الأخلاقية لهذا الأمر . (Channing, F.H., 2010:15)

وقد عرف كمال دسوقي ١٩٩٠ الإرادة بأنها أ - استطاعة الفعل بحرية واختيار ، القدرة على التحكم في بعض الدوافع وإطلاق البعض الآخر . ب - عموماً: الذات الفاعلة ككل . بالمعنى الاول الوظيفي الكائنة في الفعل الشعوري وبالمعنى الثاني جملة القوى الدافعة شعورية ولاشعورية . وبالاستعمال العام هي

النزوع إلى الفعل في كل خطوات أو مراحل تطوره. (كمال دسوقي، ١٩٩٠ :  
(١٥٩٥

بينما قام Hume, D. 2000 بتعريف الإرادة على أنها لا شيء غير الانطباع الداخلي الذي نشعر به أو نعيه حينما نقوم وبدراية بعمل أي حركة جديدة لأجسامنا، أو أي إدراك جديد لعقولنا. فالإرادة ليست مجرد سبب أو قوة أو دافع في الشخص، ولكنها الشعور الشخصي الواعي لهذا السبب والقوة والدافع. (Hume, D. et al., 2000: 5)

ويعرفها R. 2014Sasson هي القدرة على ضبط الدوافع غير الضرورية والمؤذية. فهي القدرة على التغلب على الكسل والمماطلة. وهي القدرة على الوصول إلى قرار ومتابعة تنفيذه بمثابرة حتى يحقق نتائجه بنجاح. فهي السلطة الداخلية التي تتغلب على الرغبة في الانغماس في عادات غير ضرورية وغير مفيدة، وهي القوة الداخلية التي تتغلب على العواطف الداخلية والمقاومة النفسية لاتخاذ إجراءات. فهي أحد المقومات الأساسية وحجر الأساس للنجاح، سواء على المستوى الروحي أو المادي. (Sasson, R., 2014: 1)

ويرى Channing, F.H. 2010 إن الإرادة هي طريقة يكون عليها الفرد ويتصرف وفقاً لها، ومن خلالها يتم توجيهه وتوجيه الجسم الذي تتحكم فيه. (Channing, F.H., 2010 :15)

كما عرفها Hazlitt, H.2012 بأنها القدرة على إبقاء رغبة نهائية حاضرة بشكل واضح في العقل ومن ثم لا يتم إشباع الرغبات الحالية التي تتداخل معها. (Hazlitt, H. 2012:16)

ويرى كمال دسوقي ١٩٩٠ ايضاً الإرادة بأنها التبنى الشعوري من قبل أحد الافراد لخط فعل ما، فاعلية شعور بالذات نحو غاية محددة، تتجلى أساساً في تصميم القرار ونية القصد، فكرة الغاية المقبول بها، مع فاعلية أو إيجابية شعورية إزاءه: أ- عملية التصميم على مجرى فعل ما. ب- أیه فاعلية إرادية، ج- في علم النفس التركيبي تعد الإرادة خبرة مركبة تتكون من أحاسيس حركيه بالجهد والصور الذهنية للهدف والغاية، وبنفس المعنى تكون الإرادة هي تصميم على القيام بفعل والبدء في ذلك من غير اجبار خارجي. كما انها نشاط إيجابي فعال بالإرادة والاختيار. (كمال دسوقي، ١٩٩٠ : ١٥٨٤)

بينما يرى عبد الرحمن بدوى ١٩٩٩ الإرادة بمعناها التقليدي أنها قوة نفسية تؤمر بالعقل وتصدر في أفعالها عن بواعث يملها. (عبد الرحمن بدوى، ١٩٩٩ : ١٩١)

وقد عرفها جميل صليبا ١٩٨٢ بأنها هي المبدأ الكلى للجهد الغريزي الذى يحقق به كل كائن مثل نوعه، ويناضل ضد الكائنات الأخرى لاستبقاء صورة الحياة الخاصة به. (جميل صليبا، ١٩٨٢ : ٦٠)

أما عبد المجيد سيد أحمد وذكريا أحمد الشربيني ٢٠٠١ فوجدوا أن الإرادة تمثل العملية النفسية التي ترمى إلى تكييف استجابة معينة مرجأة من الصراع القائم بين مجموعتين من الميول، وذلك بترجيح الميول التي تبدو في صورة أسمى عند الفرد. (عبد المجيد سيد أحمد - ذكريا أحمد الشربيني، ٢٠٠١ : ٨٨)

عرفها ناجى عباس إسماعيل ٢٠٠٢ بأنها استعداد لدى الشخص لبذل أقصى ما في وسعه للاستمتاع بجميع مباحج الحياة، والتغلب على الأزمات التي تقابله مع التخطيط للمستقبل مع النظر إلى الحياة نظرة تفاؤلية تدعو إلى التمسك بها والرغبة في البقاء لتحقيق أهداف معينة. (ناجى عباس إسماعيل، ٢٠٠٢ : ٧٨)

ويعرف محمد بيومي خليل ١٩٩٦ الإرادة بأنها تمتع الفرد بالقدرة على الرغبة في البقاء والتمتع بالقدرة على استخدام قوته في تحقيق أهدافه الحياتية، مع القدرة على مقاومة الضغوط الحياتية والتمتع بالأمل، مع القدرة على الاستمتاع بمتع الحياة، بشكل يجعل الحياة شيئاً ممتعاً يبعث الارتياح النفسي. (محمد بيومي خليل، ١٩٩٦ : ٩٣)

ومن خلال ما سبق يمكن تعريف الإرادة بأنها عملية نفسية وعقلية تجعل الفرد في حاله من الضبط الذاتي والتنظيم الانفعالي تمكنه من مواجهه المواقف الضاغطة من خلال استغلال قدراته وإمكاناته مع اليقين من أن رغبةً ما أو هدفاً معيناً سيتحقق وذلك بدافعية ذاتية دون إجبارٍ خارجي .

## ٢- أنواع الإرادة:

أ- إرادة القوة: يقصد بها المثابرة على القيام بعمل ما برغم العوائق والمصاعب التي تعترض القائم بالعمل، وكذلك القدرة على الاختيار الصعب. (فاخر عاقل، ١٩٨٥ : ١٢٢)

كما أنها هيئذل الجهد في تحقيق الأهداف اعتماداً على القوى الذاتية للفرد أيا كان مصدر القوة مادية- عملية- عضلية- نفسية- اجتماعية- روحية. (محمد بيومي خليل، ١٩٩٦ : ٩٣)

ب- إرادة المعنى: هي دافع أساسي أكبر من دافع اللذة أو التخفيف من التوتر أو القوة أو تحقيق الذات، وهو مبدأ يخالف مبدأ اللذة عند فرويد ويخلف أيضاً مبدأ إرادة القوة لإدلر، ولذا فإن الإنسان حين تتكون لديه الإرادة فإنه يصبح قادراً على أن يحيا وعلى أن يموت من أجل مثله وقيمه وطموحاته. وقد تتعرض إرادة المعنى عند الإنسان إلى الإحباط، وهو ما يعرف بالإحباط الوجودي. (محمد حسن غانم، ٢٠٠٧: ١٣٢)

ج- إرادة البقاء: التصميم على العيش رغم مواجهه مواقف تعارض هذا كالمريض الشديد أو الاضطراب الذي يؤدي إلى العجز، أو الحالات والظروف القاسية المتطرفة كنقص الطعام والماء. وثمة شواهد ملحوظة معظمها يستند إلى سرد الوقائع تشير إلى أن إرادة البقاء القوية تستطيع في بعض الحالات أن تزيد من فرص الفرد على الشفاء. (جابر عبد الحميد- علاء الدين كفاي، ١٩٨٨: ٤٢١٩)

د- إرادة المقاومة: يقصد بها القدرة الذاتية للفرد على تحدى العقبات والصعوبات التي تحول دون أهدافه دون خضوع أو استسلام.

هـ- إرادة الأمل: ويقصد بها وجود مشروع مستقبلي للفرد لتحقيق أهدافه على أن يتسم هذا المشروع بالواقعية التي تتناسب وقدراته بحيث لا يضيع الممكن في طلب المستحيل.

و- إرادة الاستمتاع بالحياة: ويقصد بها الرغبة في الاستمتاع المشروع بكل معطيات الحياة مع عدم هدر أي لحظة من لحظات العمر دون استمتاع وخلق المتعة من أي موقف أيا كان. (محمد بيومي خليل، ١٩٩٦: ٩٣)

### ٣- أهمية الإرادة:

أن إرادة القوة هي جوهر الوجود. ومن ثم فإن الوعي الإنساني يتشكل من خلال هذه الإرادة. (إبراهيم إبراهيم محمد، ٢٠١١: هـ)

وصاحب الإرادة القوية النافذة هو الذى يحيل الأمنيات إلى واقع. أما من سواه فيبقى مجترا للأمني ويلوك الأحلام ما استمرت به الحياة وتتابع الأيام، فالإرادة مقوم إنساني يتولد من جميع القوى المتوافرة للإنسان، والإرادة القوية هي التي تدفع النفس إلى تبنى معالي الأمور واحترام الذات وتقديرها. وتتصدى لنزوات النفس وشطحات الهوى وهبوط النزعات حتى يلتزم الإنسان بالإصلاح في كل منحى من مناحي حياته لا تزعزعه التحديات ولا تحركه الصعوبات. (شرين محمد إسماعيل، ٢٠٠٩: ٢)

وفي سياق الحياة نجد أن كل نموذج تتجلى فيه الإرادة العادية تكون مطلوبة وضرورية لتحقيق النجاح. وهذه النماذج هي: إرادة الاستمرار؛ إرادة المثابرة؛ إرادة الحث؛ الإرادة الديناميكية، إرادة الكبح، الإرادة المتفجرة، وإرادة الحسم.

إن إرادة الثبات، أو الإرادة المعاكسة، تشكل المصدر الأصلي للطاقة. فمثلما نجد القلب، والإضاءة، والحياة متجذرة في الشمس، فإن المصادر المتنوعة للإرادة تنطلق هي أيضاً من هذا المقر المركزي للطاقة، فتظهر الإرادة الديناميكية.

والإرادة المتفجرة تُظهر قدرة العقل على الاستدعاء السريع والمتقن لكافة قواه. فالاندفاع المفاجئ لكامل الروح إلى عمل ملح واحد يعكس أحياناً القدرة الكلية. (Channing, F.H., 2010:31)

فقوة الإرادة هي أحد أشكال القوى الداخلية التي يتم التعبير عنها من خلال التقرير، والحسم، والإصرار، كما أنها هي القدرة على القيام بعمل، وبذل النفس، رغم الكسل أو عدم الراحة. كما إن قوة الإرادة تمنح الحيوية والقدرة على تحمل العمل رغم المقاومة الداخلية أو العوائق الخارجية، وهي مفتاح نفيس وهام لكي يستطيع الفرد أن يكون ناجحاً في حياته. وهي أحد أكثر المهارات أهمية التي يجب أن يمتلكها كل فرد، وهي أحد المتطلبات الضرورية لاتباع سلوك فعال في حياة الفرد.

وهذه القدرة تعد هامة في المبادرة والبدء في التصرف، وتنفيذ الخطط ومتابعة أهداف الفرد، وأيضاً هامة في تجنب الإغراءات، وتجاهل الانحرافات، وإحداث تركيز عقلي. وامتلاك تلك القدرة يمنح الفرد التصميم والبدء في التصرف بشكل مباشر، وأيضاً يساعده في التغلب على المماطلة وتمكنه من تأكيد ذاته أينما كان ذلك ضرورياً.

وقوة الإرادة ليست ميزة يتميز بها فقط بعض الأفراد دون غيرهم، ولكنها مهارة يستطيع كل فرد تنميتها وتقويتها من خلال التدريب والممارسة، مثلها مثل أي مهارة أخرى (Sasson, R., 2014:7).

فمن الناحية العملية، فإن التدريب على قوة الإرادة يجعلنا أحراراً، حيث يسمح لنا بإيقاف نشاط تلقائي ومن ثم اختيار بشكل انعكاسي للأفعال أو للأعمال التي نقوم بها. فالقدرة على التغلب على العادات أو التصرفات التي على الأقل تكون غير ضرورية، أو تعطي نتائج عكسية، أو مؤلمة في الوقت الحالي، ومن ثم اختيار فعل أو تصرف وفقاً لأسس

عقلانية، هو من الأشكال الثمينة للإرادة. (Santas, A., 1988:11)

وهكذا تكون إرادة القوة بمثابة المبدأ الأول الذي يعتمد عليه الوجود. ذلك أن الحقيقة التي تعتمل في هذا الكون بأسره هي القوة المريدة التي توجه الكون شطر أهداف معينة. (يوسف ميخائيل أسعد، ١٩٩٩ : ٧)

#### ٤- النماذج المفسرة للإرادة:

أ- نموذج Otto Rank :

- مفهوم Rank عن الإرادة :

لكي نستطيع فهم إسهامات Rank في مجال علم نفس ما وراء الذات، من الضروري أن نبدأ بالتعرف على مفهومه عن الإرادة. يقول Rank " أعني بكلمة إرادة التنظيم الإرشادي الإيجابي وكذا تكامل الذات بحيث تستخدم، وأيضاً تمنع الدوافع الغريزية بشكل إبداعي ". (Rank, O., 1968:11) وهذا سيمثل قوة مستقلة لدى الفرد والتي لا تفضل أية دوافع بيولوجية أو اجتماعية محددة، ولكنها تشكل التعبير الإبداعي عن الشخصية بالكامل وتميز الفرد عن غيره. (Hofstein, S., 1978:66)

وفي توضيح أولي لهذا المفهوم عن الإرادة، بالإضافة إلى مكانها في علم نفس الذات، ربط إيرا بروجتوف بين كامل الإمكانيات الإبداعية للإرادة ومفهوم Jung عن الذات .

فالذات كما يراها Jung هي الإمكانيات النفسية التي تنشأ داخل شخصية كل فرد، بينما الإرادة كما يراها Rank هي القوة الحيوية التي من خلالها يتم التعبير

عن هذه الإمكانيات في العالم . (Progoff, I., 1973:207)

فالإرادة باعتبارها وسيط في هذه العملية تؤكد بشكل كبير على قوة الإرادة والوعي في تشكيل التعبير الخاص بتلك القوتين . ويرى Rank أن الإرادة تخدم استحضار الوعي، من خلال إطلاق التعبير ومنعه، والوعي بالذات والعالم والعلاقة بينهما . (Amundson, J., 1981:118)

وقام Assagioli, R. بتفصيل وتوضيح هذه العلاقة بين الإرادة والوعي حيث أوضح أن الإرادة / الذات / وما وراء الذات هم جميعا في نهاية المطاف تقريبا مرادفات لمفهوم واحد، بحيث إذا ما تم فصل الربط بينهم عند مستوى الاحتياجات والدوافع الأساسية، تكون للإرادة القدرة على التنظيم، والاختيار، والانتقاء، وإحداث تغير في الذات والظروف، والعمل من بعد آخر أو مستوى آخر للتعبير . (Assagioli, R., 1975:89)

وهذا المفهوم عن الإرادة يختلف تماماً عن الصورة الشائعة عن قوة الإرادة ومجهود الدفع/ الجذب . فهذه "الإرادة المضادة" تعد الوظيفة الدنيا للإرادة، وهي الإرادة كرد فعل أو في مواجهة إرادة الآخرين . وأحد المواقف التقليدية لهذه الصورة نجدها في مرحلة الطفولة، فهذا الصراع بين الإرادات لديه القدرة على أن يتطور، ويدفع للتطور، من خلال أمور تتعلق بتطور الأنا، وصراع الوجود، وفي نهاية المطاف، الوعي بما وراء الذات . وتكون الإرادة في بداية الأمر رغبة حياتية بسيطة في الحفاظ على الذات وبالتالي تؤدي إلى ما وصفه Rank بإرادة الخلود، ونجد أن الإرادة هي القدرة الديناميكية لربط الذات بالأعمال الداخلية، وربط الذات

بالآخرين، والذات بالعالم والذات بكل شيء آخر. (Amundson, J., 1981:118)

والوصول إلى شيء أكبر ينشأ من رحم احتياج الفرد للتوسع إلى ما هو أبعد من نطاق ذاته، وبيئته، وفي الواقع إلى ما هو أبعد من الحياة الأولى بمجد ذاتها. ومن هذا المنطلق، يصارع الفرد ليس فقط من أجل البقاء ولكن من أجل الوصول إلى شيء ما أبعد من ذلك، سواء كان شخصاً معيناً، أو مجموعة، أو سبب، أو معتقد يستطيع الفرد أن يخضع له. (Rank, O., 1958:194- 195)

#### - مفهوم Rank عن العصاب:

إن مفهوم Rank عن الذنب/العصاب نتج عن تعارض بين الدوافع تجاه التميز أو الوعي بما وراء الذات. والقلق الذي يرتبط بإحساس محدود بإمكانات الفرد. فمن ناحية نجد الإجماع على إضفاء معنى للذات بشكل متعمد من خلال ربط الذات بشيء أكبر من مجرد الشخصية، إلا أنه في الوقت نفسه يكون ناتجاً عن الارتباط بأي شيء أقل من "الخبرة الحيوية غير العقلانية فيما وراء علم النفس" ومن ثم يكون مآلها إثارة القلق. (Rank, O., 1958:290)

ولقد بدأ Rank تفسيره للقلق من واقع خبرة الانفصال التي يمر بها الفرد عبر مراحل حياته المختلفة، فصدمة الميلاد وما تؤديه من آلام الانفصال عن الأم وعن تلك المرحلة التي كان ينعم فيها الطفل بالسعادة، هي أهم الخبرات التي يمر بها الطفل في حياته والتي تستثير فيه أشد حالات القلق والاضطراب، وقد سمي Rank

هذا القلق الذي تثيره صدمة الميلاد بالقلق الأولي، ويستمر هذا القلق مع الإنسان فيما بعد، وتأخذ أجزاء منه في الانسياب طوال حياته. (محمد أحمد غالي- رجاء محمود أبو علام، ١٩٧٤: ١١٥)

كما يفسر Rank جميع حالات القلق التالية على أساس قلق الميلاد، فهي عبارة عن تنفيس أو تفرغ لانفعال القلق الأولي، والانفصال عن الأم هو الصدمة الأولي التي تثير القلق الأولي، ويصبح كل انفصال فيما بعد - من أي نوع كان- مسبباً لظهور القلق، فالفطام يثير القلق، لأنه يتضمن انفصلاً عن حضن الأم. والذهاب إلى المدرسة يثير القلق، لأنه يتضمن انفصلاً عن ثدي الأم. والزواج يثير القلق لأنه يتضمن الانفصال عن حياة الأسرة، فالقلق إذن في رأي Rank هو الخوف الذي تتضمنه هذه الانفصالات المختلفة.

كما يذهب Rank إلى أن القلق الأولي يتخذ صورتين يستمران مع الفرد في جميع مراحل حياته، وهما خوف الحياة وخوف الموت، وخوف الحياة هو قلق من التقدم والاستقلال الفردي، ويظهر هذا القلق عند احتمال حدوث أي نشاط ذاتي للفرد، وعندما يتجه الفرد بإمكانياته نحو إيجاد ابتكارات جديدة، أو العمل على إيجاد تغييرات جديدة في شخصيته، أو عندما يريد الفرد أن يكون علاقات جديدة مع الناس، ويظهر القلق في هذه الحالات، لأن تحقيق هذه الإمكانيات يهدد الفرد بالانفصال عن علاقاته وأوضاعه السابقة، وخوف الموت على عكس خوف الحياة، هو قلق من التأخر وفقدان الفردية إنه خوف من أن يضيع في المجموع، أو خوف من أن يفقد استقلاله الفردي ويعود إلى حالة الاعتماد على الغير.

ويعتقد Rank أن كل فرد يشعر بهذين القلقين، وهو دائم التردد بينهما، فأحياناً يشعر بقلق الحياة، وأحياناً يشعر بقلق الموت، والشخص العصابي في رأي Rank هو الشخص الذي لا يستطيع أن يحفظ التوازن بين هذين القلقين، فقلقه من النشاط الذاتي المستقل يمنعه من إثبات إمكاناته، وقلقه من الاعتماد على الغير يجعله عاجزاً عن مودة الناس وحبهم وصدقتهم. (سيجموند فرويد، ١٩٨٩ : ٣٥-٣٦)

### بـ نموذج Leslie Farber:

قام Farber بالتوسع في النظرية الديناميكية لـ Rank عن الإرادة فوصف وجود قدرة ثنائية، كتعبير ناضج: فهناك البعد النفعي وفي الوقت نفسه إمكانات أكثر سيولة أو تقبلاً. والإرادة النفعية، هي تلك التي تحركنا تجاه أهداف محددة بأسلوب يتسم بالوعي المتعمد ويتطلب بعض الجهد أو النية في مساعي معينة. بينما النوع الثاني من الإرادة يتسم بغياب المجهود الواعي، "فالعقل والجسم يرتبطان بسلاسة في مجملهما" (Farber, L., 1976:5) وهي خبرة تتسم بالانفتاح حيث تكون السمة السائدة هي الحرية. وتكون غير قابلة للاختراق أو تعجز عن الفحص العقلاني، فهي حالة من التدفق، والانفتاح على الممكنات وإمكانات اللحظة. وقد أطلق Faber على عصرنا هذا بعصر الإرادة المضطربة، حيث تكون الإرادة في النوع الأول، ذات طابع تقليدي ونفعي، تقوم بمهام كان من الأفضل أن تترك لنشاط الإرادة الخاص بالنوع الثاني. (Farber, L., 1976:32)

## - طبيعة النوع الثاني من الإرادة:

هذه الخبرة وتتضمن من الناحية البيولوجية والنفسية، الثقة في النشاط التنظيمي والتكاملي العفوي للكائن، وفي علاقته بالعالم وفي قدرتنا على الاستجابة بذكاء عفوي وحديسي للمهام والتحديات التي تواجهنا. ونحن بالتالي نكون قادرين على التعرف على ذاتنا وعلى العالم بشكل مباشر. وهذا يتضمن الانفتاح والتمركز للشخص كتعبير عن الثقة في قدرة ما هو بالداخل على التعامل مع ما هو بالخارج. والإرادة في كلا البعدين ضرورية لميلاد الوعي كما أنه من خلال التدريب الكامل على الإرادة يساق الفرد إلى "الخبرة الحيوية". (Amundson, J., 1981:120)

## ج- نموذج Kuhl Julius:

قام Kuhl في نظريته عن التنظيم الذاتي بطرح أسلوب شامل يتناول الكفاءات الإرادية المتنوعة التي يستخدمها الفرد لتنظيم الوظائف النفسية الأخرى. (Forstmeier, S. & Rüdell, H., 2008:66)

وتشكل هذه النظرية الجزء الإرادي من نظرية أكثر شمولاً عن تنظيم الأفعال الإرادية. (Kuhl, J., 2000:666)

فالإرادة تعد نموذج الضبط المركزي الذي ينسق العمليات النفسية والأنظمة الفرعية بطريقة يمكن معها تنفيذ النوايا بشكل مثالي. وأكثر الأنظمة الفرعية الخاصة بعلم النفس أهمية والتي يجب أن يتم تنسيقها وفقاً لأحد النوايا هي الاهتمام، والدافعية، والعاطفة، والتنشيط، والإدراك، والسلوك. وتنقسم الإرادة إلى عدة

كفاءات إرادية، والتي يمكن وصفها بأنها إما استراتيجيات يتم نشرها بصورة واعية أو آليات يتم التعبير عنها بصورة لا واعية. (Kuhl, J., 1992:98- 99)

وتأتي الكفاءات الإرادية في نموذجين أساسيين للإرادة: وهما التنظيم الذاتي والضبط الذاتي. يرى Kuhl مفهوم الضبط الذاتي أنه أحد أشكال الإرادة التي تنطوي على الانضباط الذاتي. في حين يتم كبح ومنع الأنظمة الفرعية مثل الدافعية أو العاطفة التي تكون متباينة مع النية الحالية. ويشكل الضبط الذاتي إعادة تجميع الأهداف، ومنع النسيان، ومهارة التخطيط، وضبط الدوافع، وضبط المبادرة. بينما يعد مفهوم التنظيم الذاتي أحد أشكال الإرادة التي تركز على التكامل الذاتي. وتتفاعل الأنظمة الفرعية ويتم تعديلها بهدف توحيد أكبر قدر ممكن من الأنظمة الفرعية خلف أحد النوايا. ويشكل التنظيم الذاتي تركيز الانتباه، والدافعية الذاتية، وتنظيم العاطفة، والتنشيط الذاتي، والاسترخاء الذاتي، وتنظيم القرارات، ومواجهة وتقبل الفشل. (Kuhl, J. &Goschke, T., 1994:96)

وتفترض نظرية Kuhl ستة استراتيجيات لضبط الأفعال (الإجراءات) والتي يمكن توظيفها بمجرد أن يصل الهدف (الميل للقيام بعمل ما) إلى حالة النوايا(العزم). وبعبارة أخرى، إن الالتزام بتحقيق هدف معين يعد أحد المتطلبات الأساسية لتوظيف مجموعة من استراتيجيات ضبط الأفعال، وهي كما يلي :-

- الانتباه الاختياري(الانتقائي): أيضاً يطلق عليه " الوظيفة الوقائية للإرادة " فهي تحمي النية الحالية عن طريق منع معالجة المعلومات الخاصة بتوجهات الأعمال المتنافسة.

- ضبط الترميز : وهو يسهل الوظيفة الوقائية للإرادة عن طريق التمييز الاختياري (الانتقائي) لتلك السمات الخاصة بالثيرات الواردة والتي ترتبط بالنية الحالية وتتجاهل السمات غير ذات الصلة .

- ضبط العاطفة : وهي إدارة الحالة العاطفية بحيث تسمح بتلك التي تدعم النية الحالية وتكبح غيرها، مثل الحزن أو الانجذاب، فيما يتعلق بالنوايا المتنافسة التي قد تقوضها .

- ضبط الدافعية : وهي الحفاظ وإعادة تأسيس أهمية النية الحالية ، خاصة عندما تكون قوة النزعة الأصلية غير كافية (يجب أن أقوم بهذا الشيء رغم أنني لا أريد القيام به بالفعل) .

- ضبط البيئة : توفير بيئة خالية من العوامل المشتتة للانتباه والخارجة عن السيطرة وعقد التزامات اجتماعية ، مثل إخبار الناس بما تخطط القيام به ، وهو ما يساعدك على حماية النية الحالية .

- معالجة المعلومات الشحيحة جداً : معرفة متى تتوقف ، وإصدار أحكام حول كمية المعلومات التي تكون كافية واتخاذ القرارات التي تحافظ على سلوكيات إيجابية تدعم النوايا الحالية . (Kuhl, J., 1985:125)

## د- نموذج Skinner Theory:

قدم Skinner ١٩٥٣ فصلاً عن الضبط الذاتي وشرح فيه صفات الشخص غير القادر على الضبط الذاتي قائلاً إن هذا الشخص يقع فريسة لكل المثيرات العاجلة حتى المثيرات المرتبطة بعقاب مؤجل ، وفي المقابل حدد صفات الشخص

القادر على الضبط الذاتي قائلاً " إن هذا الشخص يضع الأهداف ولديه قدرة كافية على تحقيقها فلديه مهارة تمكنه من تجنب المعززات التي تعوق تحقيقه للضبط الذاتي . وقد عرف Skinner ١٩٨٦ الضبط الذاتي بأنه " ممارسة الفرد لمهارات معينة تساعده على تجنب المعززات المرتبط بالبديل القريب وذلك للوصول إلى بديل بعيد ولكنه أفضل . (إسراء هاشم أحمد ، ٢٠٠٦ : ٢١ )

#### ٥- خطوات اعداد مقياس الإرادة:

بعد الاطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة في مجال الإرادة ، تم القيام بإعداد مقياس الإرادة ويتضح ذلك فيما يلي :

#### الخطوة الأولى – تحديد أبعاد الإرادة:

تم تحديد أبعاد الإرادة كما يتضمنها المقياس الحالي بناء على :  
الأطر النظرية والتعريفات المختلفة للإرادة ، والدراسات السابقة المتصلة به .  
ببعض المقاييس التي تناولت قياس الإرادة ، ومن أهم هذه المقاييس :  
- مقياس قوة الإرادة ٢٠٠٩ ( مروة نشأت معوض )

- Action Control Scale (ACS-90) (Kuhl, J. 1994)

وفى ضوء المصادر السابقة تم إعداد الصورة الأولية للمقياس والتي اشتملت على أربع أبعاد .

#### الخطوة الثانية : عرض المقياس على المحكمين:

تم عرض الصورة الأولية للمقياس على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم عشرة ، وهم من الأساتذة المتخصصين في الصحة النفسية وعلم النفس والتربية

الخاصة ، وقد اشتملت على التعريف الإجرائي ، وتعريف كل بعد من أبعاد المقياس وما يقيسه كل بعد . وطُلب من سادتهم الحكم على المقياس في ضوء ما يلي :

أ) ملائمة الأبعاد للمقياس .

ب) انتماء العبارات للبعد .

ج) الصياغة الملائمة للعبارات .

د) إبداء أي ملاحظات حول تعديل أو إضافة أو حذف ما يلزم .

وفي ضوء توجيهات السادة المحكمين أُجريت التعديلات التي أوصى بها المحكمون ، وأبقت على العبارات التي اتفق ٨٠٪ من المحكمين على اتفاقها مع التعريف الإجرائي الموضوع لكل بعد من أبعاد المقياس وإعادة صياغة بعض العبارات .

\* إيمان لطفى إبراهيم - أمانى سعيدة سيد - تهانى منيب الجبالى - حسام إسماعيل هيبه - سهير أنور محفوظ - عبدالرحمن سليمان - على سليمان - محمود زامر - محمود طنطاوى - نبيل عبدالفتاح حافظ .

ويتكون المقياس في صورته النهائية من ٤٩ عبارة موزعة على أربع أبعاد وهى :

**البعد الأول - الضبط الذاتي :** هو قدرة الفرد على التحكم في سلوكه من خلال مراقبة وتقييم وتوجيه هذا السلوك مما يؤدي إلى كف الدوافع الغير مرغوبه .

ويتكون هذا البعد من ١٣ عبارة وهى : ١-٥-٩-١٣-١٧-٢١-٢٥-٢٩-٣٣-٣٧-٤١-

٤٤-٤٧ .

البعد الثاني - التنظيم الانفعالي : هو قدرة الفرد على إدارة انفعالاته بشكل يساعده على مراقبة وتقييم وتعديل ردود الفعل العاطفية ومنع التأثير السلبي للانفعالات على التفكير .

ويتكون هذا البعد من ١٤ عبارة وهي : ١٠-٦-٢-١٤-١٨-٢٢-٢٦-٣٠-٣٨-٣٤-٤٢-٤٥-٤٨-٤٩ .

البعد الثالث - الأمل : هو اقتناع الفرد بأن أهدافه وطموحه يمكن تحقيقها مما يدفعه إلى المضي قدماً لتحقيق هذه الأهداف .

ويتكون هذا البعد من ١٠ عبارة وهي : ٣-٧-١١-١٥-١٩-٢٣-٢٧-٣١-٣٥-٣٩ .

البعد الرابع - الدافعية الذاتية : هي قدرة الفرد على تحقيق هدف أو رغبة معينة من منطلق قرار أو دافع داخلي للشخص وليس بتأثير أية عوامل خارجية .

ويتكون هذا البعد من ١٢ عبارة وهي : ٤-٨-١٢-١٦-٢٠-٢٤-٢٨-٣٢-٣٦-٤٠-٤٣-٤٦ .

ولكل عبارة من العبارات ثلاث استجابات هي (كثيراً - أحياناً - نادراً)

وتم تعريف الإرادة إجرائياً بأنها هي عملية نفسية وعقلية تجعل الفرد في حاله من الضبط الذاتي والتنظيم الانفعالي تمكنه من مواجهة المواقف الضاغطة من خلال استغلال قدراته وإمكاناته مع اليقين من أن رغبة ما أو هدفاً معيناً سيتحقق وذلك بدافعية ذاتية دون إجبار خارجي .

### الخطوة الثالثة- الكفاءة السيكومترية للمقياس :

تم تقنين المقياس باستخدام الصدق والثبات كما يلي :

حيث اشتملت عملية حساب الصدق على :

#### أ- الصدق العاملي Factorial Validity.

تم استخدام هذا الأسلوب وفقاً لطريقة المكونات الأساسية Principal Component التي وضعها Hotelling وتم تدوير المحاور تدويراً متعامداً بطريقة الفارماكس Varimax وفقاً لمحك كايزر Kaiser Normalization ، وطبقاً لما جاء في نتائج التحليل العاملي تم استخلاص مجموعة من الأبعاد التي يتكون منها مقياس الإرادة وهي كالآتي :

جدول (١) مصفوفة العوامل الناتجة من التحليل العاملي بعد التدوير المتعامد لمقياس الإرادة

العوامل				العبارات
٤	٣	٢	١	
			٠,٦٣١	٤٢C
			٠,٦٢٧	٢٦C
			٠,٦٠٩	٤٨C
			٠,٥٩٨	١٢C
			٠,٥٩٨	١٤C
			٠,٥٨٥	١٥C

العوامل				العبارات
٤	٣	٢	١	
			١,٥٥٢	١٧C
			١,٥٣٠	٦C
١,٤٩٠			١,٥٠٩	١C
			١,٥٠٥	١٨C
			١,٥٠١	٣٣C
			١,٤٦٩	٢١C
			١,٤٦٠	١٦C
١,٣٤٤			١,٤٤٥	٤٧C
			١,٤٣١	٤٤C
	١,٣٦٢		١,٤١٨	٥C
			١,٤١١	١٣C
			١,٣٦٤	٢٨C
			١,٣٠١	٢٩C
				٨C
		١,٦٥٣		٣٥C
		١,٥٧٢		٣٢C

العوامل				العبارات
٤	٣	٢	١	
	٠,٣٢٧	٠,٥٣٥		٢٤C
		٠,٥١٥		٤٦C
		٠,٥٠١		٤٣C
	٠,٤٥٢	٠,٤٩٤		٢٠C
		٠,٤٧٩		٣٩C
		٠,٤٦٨		٢٣C
		٠,٤٤٤		٢٧C
		٠,٣٨٢		٣١C
		٠,٣٧٥		٢٢C
		٠,٣٤٤	٠,٣٣٣	٢٥C
		٠,٣٣٣		٤١C
		٠,٣٢٥		٣٨C
				٣٦C
				٤٩C
	٠,٦٧٨			١٠C
	٠,٥٣٣	٠,٣٠٤		٤C

العوامل				العبارات
٤	٣	٢	١	
	٠,٥٠٤			١٩C
	٠,٥٠٠			٣C
	٠,٤٨٢			٧C
	٠,٤٧٦			١١C
	٠,٤٦٣			٤٠C
	٠,٤٠٥			٤٥C
٠,٧٠٦				٣٤C
٠,٦٧٢				٢C
٠,٦٣٧				٣٠C
٠,٤٧١				٩C
٠,٣٦٥				٣٧C
٢,٨٨٠	٣,٣٠٢	٣,٨٤٣	٥,٨٤٥	الجذر الكامن
٥,٨٧٧	٦,٧٣٩	٧,٨٤٢	١١,٩٢٩	نسبة التباين
٣٢,٣٨٨	٢٦,٥١١	١٩,٧٧٢	١١,٩٢٩	نسبة التباين التراكمية

يتضح من الجدول السابق وجود ٤ عوامل يفسرون ٣٢,٣٨٨٪ من التباين الكلي وفيما يلي تفسير هذه العوامل سيكولوجيا بعد تدوير المحاور تدويراً متعامداً.

## أ- العامل الأول :

أسفرت عملية التحليل العملي عن وجود ١٩ بنداً ذات تشبعات دالة على هذا العامل حيث تتراوح معاملات تشبع هذه البنود على هذا العامل ما بين (٠, ٦٣١)، (٠, ٣٠١) وبلغ جذره الكامن ٥, ٨٤٥، ويفسر هذا العامل ٩٢٩, ١١٪ من حجم التباين الكلي وفيما يلي جدول يوضح هذه العبارات .

جدول (٢) يوضح عدد البنود ذات التشبعات الدالة على العامل الأول ومعاملات تشبعات كل منها

م	رقم العبارة	العبارة	درجة التشبع
١	٤٢C	أفكر مراراً وتكراراً في الأشياء التي اغضبتني في الماضي .	٠, ٦٣١
٢	٢٦C	إذا رأيت شيئاً يقلقني أو يخيفني ، أظل أفكر بهذا الشيء لفترة طويلة .	٠, ٦٢٧
٣	٤٨C	عندما أرى أو أسمع عن حادث ما ، أتخيل موقفاً مشابهاً قد يحدث لي أو لأناس مقربين لي .	٠, ٦٠٩
٤	١٢C	يصيبني الإحباط بسهولة .	٠, ٥٩٨
٥	١٤C	أنفعل عندما أتذكر الذكريات أو (المواقف) الحزينة .	٠, ٥٩٨
٦	١٥C	أتوقع حدوث أشياء سيئة لي كل يوم .	٠, ٥٨٥
٧	١٧C	لا أستطيع أن أمنع نفسي من القيام ببعض الأشياء على الرغم	٠, ٥٥٢

م	رقم العبارة	العبارة	درجة التشبع
		من معرفتي بأنها خطأ .	
٨	٦C	أقول اشياء ثم أندم عليها .	٠,٥٣٠
٩	١C	أفقد أعصابي بسرعة .	٠,٥٠٩
١٠	١٨C	أغير رأبي بسرعه .	٠,٥٠٥
١١	٣٣C	بعض الناس يصفني بالمتسرع .	٠,٥٠١
١٢	٢١C	أقاطع من يتحدث .	٠,٤٦٩
١٣	١٦C	أنا شخص كسول .	٠,٤٦٠
١٤	٤٧C	أثورط في العديد من الخلافات والمشاجرات .	٠,٤٤٥
١٥	٤٤C	يصعب على أمر الانتظار .	٠,٤٣١
١٦	٥C	لدى صعوبة في قول " لا " للآخرين .	٠,٤١٨
١٧	١٣C	إذا سبني شخص ما(صديق على سبيل المثال) أرد عليه بالسب أيضاً .	٠,٤١١
١٨	٢٨C	لا أثق في قدراتي .	٠,٣٦٤
١٩	٢٩C	أجد صعوبة في الاستيقاظ مبكراً .	٠,٣٠١

يتضح من الجدول السابق أن معانٍ ومضامين هذه البنود تدور حول قدرة الفرد على التحكم في سلوكه من خلال مراقبة وتقييم وتوجيه هذا السلوك مما يؤدي إلى كف الدوافع الغير مرغوبة .

ومن ثم فإن هذه المعاني والمضامين تدعم إمكانية تسمية هذا العامل بعامل الضبط الذاتي .

#### ب- العامل الثاني :

أسفرت عملية التحليل العاملي عن وجود ١٤ بنداً ذات تشعبات دالة على هذا العامل حيث تتراوح معاملات تشيع هذه البنود على هذا العامل ما بين (٠, ٦٥٣) ، (٠, ٣٢٥) وبلغ جذره الكامن ٣, ٨٤٣ ، ويفسر هذا العامل ٧, ٨٤٢٪ من حجم التباين الكلي وفيما يلي جدول يوضح هذه العبارات .

جدول (٣) يوضح عدد البنود ذات التشعبات الدالة على العامل الثاني ومعاملات تشعبات كل منها

رقم العبارات	العبارة	درجة التشيع
٣٥C	أرى أن هناك العديد من الطرق لحل أية مشكلة .	٠, ٦٥٣
٣٢C	أقوم بالأعمال التي يوجد بها تحديات .	٠, ٥٧٢
٢٤C	أضع أهدافاً لِنفسي وأسعى للوصول إليها .	٠, ٥٣٥
٤٦C	أعمل بكل طاقتي حتى أتعب .	٠, ٥١٥
٤٣C	لدى رغبة قوية في النجاح .	٠, ٥٠١
٢٠C	يمكنني الاستمرار في العمل بمجهود كبير حتى وإن	٠, ٤٩٤

رقم العبارة	العبارة	درجة التشبع
	واجهت الصعاب .	
٣٩C	أفكر في العديد من البدائل للحصول على ما أريد .	٠,٤٧٩
٢٣C	ليس لدى هدف واضح في حياتي .	٠,٤٦٨
٢٧C	أشعر أن حياتي لها قيمة ومعنى .	٠,٤٤٤
٣١C	أشعر أن الفشل ما هو إلا خبرة يجب أن نتعلم منها .	٠,٣٨٢
٢٢C	أفكر ملياً قبل أن أفعل أي شيء .	٠,٣٧٥
٢٥C	أشعر بالكسل .	٠,٣٤٤
٤١C	أجد صعوبة في ادخار بعض المال .	٠,٣٣٣
٣٨C	عندما أتعرض للفشل أحاول أن أتخطى هذه المرحلة .	٠,٣٢٥

يتضح من الجدول السابق أن معانٍ ومضامين هذه البنود تدور حول قدرة الفرد على تحقيق هدف أو رغبة معينة من منطلق قرار أو دافع داخلي للشخص وليس بتأثير أية عوامل خارجية .

ومن ثم فإن هذه المعاني والمضامين تدعم إمكانية تسمية هذه العامل بعامل الدافعية الذاتية .

### ج- العامل الثالث :

أسفرت عملية التحليل العاملي عن وجود ٨ بنود ذات تشبعات دالة على هذا العامل حيث تتراوح معاملات تشبع هذه البنود على هذا العامل ما بين (٠, ٥٧٧)، (٠, ٤١٦) وبلغ جذره الكامن ٣,٣٠٢، ويفسر هذا العامل ٦,٧٣٩ % من حجم التباين الكلي وفيما يلي جدول يوضح هذه العبارات .

جدول (٤) يوضح عدد البنود ذات التشبعات الدالة على العامل الثالث ومعاملات تشبعات كل منها

م	رقم العبارة	العبارة	درجة التشبع
١	١٠C	لا أقبل الإهانة .	٠, ٦٧٨
٢	٤C	أتحمل مسؤولية ما اتخذته من قرارات .	٠, ٥٣٣
٣	١٩C	أستفيد من خبراتي السابقة عندما أخطط لمستقبلي .	٠, ٥٠٤
٤	٣C	أشعر أنني يوماً ما سأحقق ما أريد .	٠, ٥٠٠
٥	٧C	أؤمن بأن لكل مشكلة حل .	٠, ٤٨٢
٦	١١C	أحاول الاستمتاع بكل لحظة في حياتي .	٠, ٤٧٦
٧	٤٠C	لا أجبر نفسي على القيام بأشياء غير مقتنع بها .	٠, ٤٦٣
٨	٤٥C	أعبر عن رأي بصراحة حتى ولو أغضب الآخرين .	٠, ٤٠٥

يتضح من الجدول السابق أن معان ومضامين هذه البنود تدور حول اقتناع الفرد بأن أهدافه وطموحاته يمكن تحقيقها مما يدفعه إلى المضي قدماً لتحقيق هذه الأهداف .  
ومن ثم فإن هذه المعاني والمضامين تدعم إمكانية تسمية هذه العامل بعامل الأمل .  
د- العامل الرابع :

أسفرت عملية التحليل العملي عن وجود ٥ بنود ذات تشبعات دالة على هذا العامل حيث تتراوح معاملات تشبع هذه البنود على هذا العامل ما بين (٠,٧٠٦)، (٠,٣٦٥) وبلغ جذره الكامن ٢,٨٨٠ ، ويفسر هذا العامل ٨٧٧,٥ ٪ من حجم التباين الكلي وفيما يلي جدول يوضح هذه العبارات .  
جدول (٥) يوضح عدد البنود ذات التشبعات الدالة على العامل الرابع ومعاملات

#### تشبعات كل منها

م	رقم العبارة	العبارة	درجة التشبع
١	٣٤C	أحاول أن اكون هادئاً حتى وإن كنت سأنفجر من الغضب .	٠,٧٠٦
٢	٢C	أحاول اخفاء رد فعلي عندما يضايقني الآخرون .	٠,٦٧٢
٣	٣٠C	عندما أتعرض للإهانة أحاول أن احافظ على هدوئي .	٠,٦٣٧
٤	٩C	أتحكم في مشاعري من خلال عدم التعبير عنها .	٠,٤٧١
٥	٣٧C	إذا تشاجر معي شخص ما أتشاجر معه بالمثل .	٠,٣٦٥

يتضح من الجدول السابق أن معانٍ ومضامين هذه البنود تدور حول قدرة الفرد على إدارة انفعالاته بشكلٍ يساعده على مراقبة وتقييم وتعديل ردود الفعل العاطفية و منع التأثير السلبي للانفعالات على التفكير .  
ومن ثم فإن هذه المعاني والمضامين تدعم إمكانية تسمية هذه العامل بعامل التنظيم الانفعالي .

### **بـ الصدق التمييزي:**

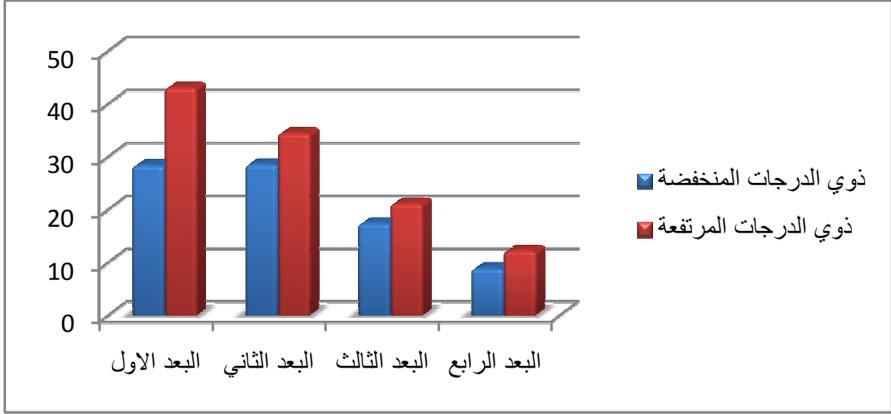
وهي من أهم الطرق التي تستخدم لبيان صدق المقياس وتقوم على حساب دلالة الفروق بين متوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة على مقياس الإرادة ومتوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة على نفس المقياس وعندما تصبح لتلك الفروق دلالة احصائية واضحة فهذا يشير الى صدق المقياس ثم تم حساب الفروق لكل بعد ثم بحساب الفروق للمقياس ككل كما يلي :

جدول (٦) دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على أبعاد مقياس الإرادة وفقا للنوع (ذوو الدرجات المنخفضة- ذوو الدرجات المرتفعة)(ن=٤٩)

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	ذوي الدرجات المرتفعة الإرباعي الأعلى		ذوي الدرجات المنخفضة الإرباعي الأدنى		المقاييس الفرعية
		ع	م	ع	المراد:	
دالة عند مستوى ٠,٠١	**١٤,٦٣٧	٣,٩٦٠	٤٣,١٦	٥,٨١٧	٢٨,٤٥	الضبط الذاتي
دالة عند مستوى ٠,٠١	**١٠,٨٣٠	٢,١٩٠	٣٤,٥٣	٣,١٢٠	٢٨,٦٣	التنظيم الانفعالي
دالة عند مستوى ٠,٠١	**٦,٨٠٩	١,٣٤٧	٢١,٢٤	٣,٦١٨	١٧,٤٩	الأمل
دالة عند مستوى ٠,٠١	**٧,٦٥٤	١,٨٥١	١٢,٣١	٢,٤٦١	٨,٩٤	الدافعية الذاتية
دالة عند مستوى ٠,٠١	**٢٠,٥١٨	٤,٣٤٢	١١١,٢٤	٨,٤٠٧	٨٣,٥١	الدرجة الكلية

(\*) دال عند ( $\alpha \geq ٠,٠٥$ ) (\*\*) دال عند مستوي ( $\alpha \geq ٠,٠١$ )

تم التوصل إلي وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة ومتوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة على المقاييس الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الإرادة.



شكل (١)

يوضح الفرق بين متوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة على مقياس

الإرادة ودرجات الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة على نفس المقياس

ومن خلال الفرق التي تماثلتوصل إليها في كل بعد على حده وفي مجموع

درجات الأفراد للمقياس ككل يتضح من ذلك صدق المقياس .

### ج- ثبات المقياس:

لحساب ثبات المقياس تم استخدام طريقة ألفا - كرونباخ، وطريقة التجزئة

النصفية، تعتمد معادلة ألفا كرونباخ على تباينات أسئلة الاختبار، وتشرط أن

تقيس بنود الاختبار سمة واحدة فقط، ولذلك تم حساب معامل الثبات لكل بعد

على انفراد .

أما في طريقة التجزئة النصفية فقد تم قياس معامل الارتباط لكل بعد بعد

تقسيم فقراته لقسمين (قسمان متساويان إذا كان عدد عبارات البعد زوجي - غير

متساويين إذا كان عدد عبارات البعد فردي) ثم إدخال معامل الارتباط في معادلة التصحيح للتجزئة النصفية لسيرمان براون

جدول (٧) قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية

الابعاد	عدد العبارات	معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ	معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية
الضبط الذاتي	١٩	٠,٧٨٣	٠,٧٧٩
التنظيم الانفعالي	١٤	٠,٨٢٩	٠,٨٤٥
الأمل	٨	٠,٨٠٦	٠,٨٩٩
الدافعية الذاتية	٥	٠,٦٢٤	٠,٦٩٤
الدرجة الكلية	٤٦	٠,٩١١	٠,٩١٥

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات ألفا مرتفعة، وكذلك قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية مما يجعلنا نثق في ثبات المقياس .

## الخطوة الرابعة : إعداد الصورة النهائية للمقياس :

بعد التأكد من كفاءة المقياس ، تم إعداد الصورة النهائية له .

### - تعليمات تطبيق مقياس الإرادة:

يمكن تطبيق المقياس فردياً أو على مجموعة كبيرة من الافراد، ويتضمن أربع ورقات- وهي نفسها اوراق الاجابة- تعليمات تتضمن طريقة الاجابة .

إذا طبق المقياس على فرد واحد يكفي أن يطلب منه قراءة التعليمات الواردة في ورقة الاسئلة ثم البدء في الاجابة .

وإذا طبق على مجموعة كبيرة من الأفراد، يمكن أن توزع أوراق الأسئلة، وعلى المفحوصين أن يقوموا بملء البيانات الاولية على الصفحة الأولى من ورقة الاجابة ويطلب من المفحوصين أن يقرأوا التعليمات الموجودة على ورقة الأسئلة لانفسهم بينما في نفس الوقت يتولى الفاحص قراءة هذه التعليمات بصوت عال يصل إلى كل المفحوصين .

### - طريقة التصحيح:

يعطى كل مفحوص درجة من صفر - ٢ لكل استجابة، بمعنى إذا كانت الإجابة كثيراً = ٢، أحياناً = ١، نادراً = صفر، ثم تجمع درجات كل بعد من الأبعاد الأربعة كل على حدة وبعدها يتم جمع أبعاد المقياس لتعطي الدرجة الكلية للإرادة .

## - استخدامات مقياس الإرادة :

يمكن ان يستخدم مقياس الإرادة فى الأوجه العلمىة الآتية :-

- كوسيلة سريعة لتقدير ما لدى الفرد من إرادة .

- تستخدم استجابات الفرد على عبارات المقياس كمادة أولية تبنى عليها مقابلات  
كلينىكية لاحقة .

- فى اجراء الدراسات والبحوث التى تهدف إلى دراسة العلاقة بين الإرادة والعديد  
من المتغيرات النفسىة .

- فى عمليات التقييم الكلىنىكى التى ترمى إلى دراسة أثر انواع مختلفة من العلاج  
النفسى للعديد من الاضطرابات النفسىة .

## قائمة المراجع

### أولاً : المراجع العربية :

- ١- إبراهيم إبراهيم محمد (٢٠١١). مفهوم الإرادة بين شوبنهاور ونيتشه دراسة نقدية مقارنة ، رسالة ماجستير ، كلية الآداب ، جامعة طنطا .
- ٢- إسرائ هاشم أحمد (٢٠٠٦). فعالية برنامج للتدريب على الضبط الذاتي في خفض السلوك العدواني لدى عينة من المراهقات، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق .
- ٣- جابر عبد الحميد - علاء الدين كفاي (١٩٨٨). معجم علم النفس والطب النفسي ، القاهرة : دار النهضة العربية .
- ٤- جميل صليبا (١٩٨٢). المعجم الفلسفي ، الجزء الأول، بيروت : دار الكتاب اللبناني .
- ٥- سيجموند فرويد ترجمة محمد نجاتي (١٩٨٩). ثلاث رسائل في نظرية الجنس ، القاهرة : دار الشروق .
- ٦- شيرين محمد إسماعيل (٢٠٠٩). التربية الإرادية والوجدانية في عهد الرسول صلي الله عليه وسلم وإمكانية الإفادة منها في الإصلاح التربوي ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة المنصورة .
- ٧- عبد الرحمن بدوى (١٩٩٩). شوبنهاور، بيروت : دار القلم .
- ٨- عبد المجيد سيد أحمد - زكريا أحمد الشرييني (٢٠٠١). السلوك الإنساني بين الجبرية والإرادية ، القاهرة : دار الفكر العربي .

- ٩- فاخر عاقل (١٩٨٥). معجم علم النفس ، لبنان : دار العلم للملايين .
- ١٠- كمال دسوقي (١٩٩٠). زخيرة علم النفس ، المجلد الأول ، القاهرة : مؤسسة الاهرام .
- ١١- محمد أحمد غالى - رجاء محمود أبو علام (١٩٧٤). القلق وأمراض الجسم ، القاهرة : الهيئة المصرية العامة للكتاب .
- ١٢- محمد بيومي خليل (١٩٩٦). المساندة النفسية الاجتماعية وإرادة الحياة ومستوى الألم لدى المرضى مرض مفض إلى الموت ، مجلة علم النفس ، العدد ٣٧ ، ص ٩٢-١١٩ .
- ١٣- محمد حسن غانم (٢٠٠٧). اتجاهات حديثة في العلاج النفسي ، القاهرة : مكتبة مدبولي .
- ١٤- مروة نشأت معوض (٢٠٠٩). فعالية برنامج إرشادي متعدد المداخل لتنمية الإرادة لدى عينة من طلاب الجامعة المكتئبين ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة كفر الشيخ .
- ١٥- ناجى عباس إسماعيل (٢٠٠٢). ديناميات العلاقة بين المساندة النفسية الاجتماعية وإرادة الحياة والاكئاب لدى مرضى الإيدز ، دراسة دكتوراه ، كلية الآداب ، جامعة عين شمس .
- ١٦- يوسف ميخائل أسعد (١٩٩٩). إرادة القوة ، القاهرة : دار نهضة مصر .

## ثانياً:- المراجع الاجنبية

- 1- Amundson, J. (1981). Will In The Psychology Of Otto Rank:A Transpersonal Perspective, **The Journal of Transpersonal Psychology**, 13 (2), 113-124.
- 2- Assagioli, R. (1975).**The Act of Will**,New York: Penguin.
- 3- Channing, F.H. (2010). **Power of Will** :Qontro Legacy.
- 4- Farber, L. (1976).**Lying, Despair, Jealousy, Envy, Sex, Suicide, Drugs and The Good Life**, New York : Harper and Row.
- 5- Forstmeier, S. &Rüddel, H. (2008). Measuring Volitional Competences: Psychometric Properties of a Short Form of The Volitional Components Questionnaire (VCQ) in a Clinical Sample,**The Open Psychology Journal**, 1, 66-77.
- 6- Hazlitt, H. (2012). **The Way To Will-power** :Nabu Press.
- 7- Hofstein, S. (1978).Will Choice and Fate Perspectives on Rankian Thought,**Journal of the Otto Rank Association**, 13, (1), 65-78.

- 8- Hume, D., Norton, D., Norton, M.J. (2000). **A Treatise of Human Nature** : Oxford University Press.
- 9- Keller, J.M. (2008).An Integrative Theory of Motivation, Volition, and Performance, **Technology, Instruction, Cognition, and Learning**, 6 (2) 79-104.
- 10- Kuhl, J. (2000).The Volitional Basis of Personality Systems Interaction Theory: Applications in Learning and Treatment Contexts,**International Journal of Educational Research**, 33 (7), 665–703.
- 11- Kuhl J. (1994). Action and State Orientation: Psychometric Properties of The Action Control Scales (ACS-90), In Kuhl J, Beckmann J, organizadores, **Volition and Personality: Action Versus State Orientation**, Göttingen (DE): Hogrefe, 47-59.
- 12- Kuhl, J. &Goschke, T.(1994). A Theory of Action Control: Mental Subsystems, Modes of Control, and Volitional Conflict-Resolution Strategies. In Kuhl J, Beckmann J, Eds. **Volition and Personality: Action Versus State Orientation**, Göttingen&Hogrefe, 93-124.

- 13- Kuhl, J. (1992). A Theory of Self-regulation: Action Versus State Orientation, Self-discrimination, and Some Applications, **Applied Psychology**, 41 (2), 97–129.
- 14- Kuhl, J. (1985). Volitional Mediators of Cognitive-Behavior-Consistency, Self-Regulatory Processes and Action Versus State Orientation, In Kuhl, J. & Beckmann, J. (Eds.), **Action Control: From Cognition to Behavior**, 101-128, Berlin: Springer.
- 15- Proffoff, I. (1973). **The Death and Rebirth of Psychology**, New York :McGraw-Hill.
- 16- Rank, O. (1968). **Will Therapy and Truth and Reality**, New York: Alfred.
- 17- Rank, O. (1958). **Beyond Psychology**, New York: Dover Publications.
- 18- Santas, A. (1988). Willpower, **International Journal of Applied Philosophy**, 4 (2), 9-16.
- 19- Sasson, R. (2014). **Strengthen Your Willpower and Self Discipline**: Published by SassonRemez.
- 20- Wegner, D.M. (2004). Précis of The Illusion of Conscious Will, **Behavioral and Brain Sciences**, 27, 649- 692.

## مقياس الإرادة

### كراسة الاسئلة

يتضمن هذا المقياس مجموعة من العبارات المطلوب منك الإجابة عليها في الخانة المناسبة، لا توجد إجابة خاطئة وأخرى صحيحة بل الأمر يتعلق بوجهة نظرك تجاه بعض المواقف، لذا نرجو منك أن تحدد إجابتك بصدق.

### البيانات الشخصية

من فضلك املأ البيانات التالية:

الاسم : .....

الجنس : ذكر ( ) الأنثى ( )

تاريخ الميلاد ..... / ..... / .....

نوع التعليم : .....

التعليمات :

ضع علامة (√) أمام العبارات التي ترى أنها تعبر فعلا عن رأيك واعلم أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة فالمطلوب منك أن تعبر عن رأيك بصراحة.

وإليك المثال التالي :

م	العبارات	كثيراً	احياناً	نادراً
١	لدى صعوبة في قول " لا " للآخرين .		√	

وأملّي بأن يجد منك هذا المقياس كل الاهتمام من خلال الإجابة على جميع الأسئلة وعدم ترك أي عبارة دون إجابة .

شكرا على تعاونكم

م	العبرة	كثيراً	احياناً	نادراً
١	أفقد أعصابي بسرعة .			
٢	أحاول إخفاء رد فعلى عندما يضايقني الآخرون .			
٣	أشعر أنني يوماً ما سأحقق ما أريد .			
٤	أتحمل مسؤولية ما اتخذته من قرارات .			
٥	لدى صعوبة في قول " لا " للآخرين .			
٦	أقول أشياء ثم أندم عليها .			
٧	أؤمن بأن لكل مشكلة حل .			
٨	أختار الطرق السهلة للوصول للأهداف التي أعددتها لنفسي .			
٩	أتحكم في مشاعري من خلال عدم التعبير عنها .			
١٠	لا اقبل الإهانة .			
١١	أحاول الاستمتاع بكل لحظة في حياتي .			
١٢	يصيبني الإحباط بسهولة .			
١٣	إذا سبني شخص ما(صديق على سبيل المثال)أرد عليه بالسب أيضاً .			
١٤	أنفعل عندما أتذكر الذكريات أو(المواقف) الحزينة .			
١٥	أتوقع حدوث أشياء سيئة لي كل يوم .			
١٦	أنا شخص كسول .			

م	العبارة	كثيراً	احياناً	نادراً
١٧	لا أستطيع أن أمنع نفسي من القيام ببعض الأشياء على الرغم من معرفتي بأنها خطأ .			
١٨	أغير رأيي بسرعة .			
١٩	استفيد من خبراتي السابقة عندما أخطط لمستقبلي .			
٢٠	يمكنني الاستمرار في العمل بجهد كبير حتى وإن واجهت الصعاب .			
٢١	أقاطع من يتحدث .			
٢٢	أفكر ملياً قبل أن أفعل أي شيء .			
٢٣	ليس لدى هدف واضح في حياتي .			
٢٤	أضع أهدافاً لنفسي وأسعى للوصول إليها .			
٢٥	أشعر بالكسل .			
٢٦	إذا رأيت شيئاً يقلقني أو يخيفني ، أظل أفكر بهذا الشيء لفترة طويلة .			
٢٧	أشعر أن حياتي لها قيمة ومعنى .			
٢٨	لا أثق في قدراتي .			
٢٩	أجد صعوبة في الاستيقاظ مبكراً .			
٣٠	عندما أتعرض للإهانة أحاول أن احافظ على هدوئي .			

م	العبارة	كثيراً	احياناً	نادراً
٣١	أشعر أن الفشل ما هو إلا خبرة يجب أن نتعلم منها .			
٣٢	أقوم بالأعمال التي يوجد بها تحديات .			
٣٣	بعض الناس يصفني بالمتسرع .			
٣٤	أحاول أن أكون هادئاً حتى وإن كنت سأنفجر من الغضب .			
٣٥	أرى أن هناك العديد من الطرق لحل أي مشكلة .			
٣٦	أتفادى المواقف المتعبة .			
٣٧	إذا تشاجر معي شخص ما أتشاجر معه بالمثل .			
٣٨	عندما أتعرض للفشل أحاول أن اتخطى هذه المرحلة .			
٣٩	أفكر في العديد من البدائل للحصول على ما أريد .			
٤٠	لا أجبر نفسي على القيام بأشياء غير مقتنع بها .			
٤١	أجد صعوبة في ادخار بعض المال .			
٤٢	أفكر مراراً وتكراراً في الأشياء التي اغضبتني في الماضي .			
٤٣	لدى رغبة قوية في النجاح .			
٤٤	يصعب على أمر الانتظار .			
٤٥	أعبر عن رأي بصراحة حتى ولو أغضب الآخرين .			
٤٦	أعمل بكل طاقتي حتى أتعب .			
٤٧	أتورط في العديد من الخلافات و المشاجرات .			

م	العبارة	كثيراً	احياناً	نادراً
٤٨	عندما أرى أو أسمع عن حادث ما ، أتخيل موقفاً مشابهاً قد يحدث لي أو لأناس مقربين لي .			
٤٩	أدعُ الجدل حتي ان كنت على حق .			