

الخصائص السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

مقدم من الباحثة

منة الله عماد عبد الرؤوف طه

معيدة بقسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي

بحث مستل من رسالة ماجستير فى التربية

(تخصص صحة نفسية وإرشاد نفسي)

إشراف

د/ اميرة محمد امام

مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي

كلية التربية - جامعة عين شمس

أ.د/ ايمان فوزى شاهين

أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي

كلية التربية - جامعة عين شمس

مستخلص:-

هدف البحث التحقق من الكفاءة السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية لدى عينة من طلاب الجامعة، وتكونت العينة من (٣٠١) طالب وطالبة بكلية التربية جامعة عين شمس، وتكون المقياس من ستة أبعاد هم (الحيوية البدنية، الحيوية الانفعالية، الحيوية العقلية، الحيوية الروحية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية الاكاديمية). وقد تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس باستخدام الاتساق الداخلى والتحليل العاملى التوكيدى للتحقق من صدق المقياس، ومعامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية للتحقق من ثبات المقياس، كما أوضحت النتائج تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق والثبات وصلاحيته للتطبيق على عينة البحث.

الكلمات المفتاحية: الخصائص السيكومترية- الحيوية الذاتية- الشباب الجامعى

Abstract:-

The study aimed to verify the psychometric efficacy of the subjective vitality scale among a sample of university students. The sample consisted of (301) male and female students at the Faculty of Education, Ain Shams University. The scale consisted of six dimensions: (physical vitality, emotional vitality, mental vitality, spiritual vitality, Social vitality, and academic vitality). The psychometric properties of the scale were verified using internal consistency and confirmatory factor analysis to verify the validity of the scale, and Cronbach's alpha coefficient and split-half to verify the stability of the scale. The results also showed that the scale has a high degree of validity and stability and its validity for application to the research sample.

Keywords: psychometric properties - subjective vitality - university youth

الخصائص السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

مقدم من الباحثة

منة الله عماد عبد الرؤوف طه

معيدة بقسم الصحة النفسية والإرشاد النفسى

بحث مستل من رسالة ماجستير فى التربية

(تخصص صحة نفسية وإرشاد نفسى)

إشراف

د/ اميرة محمد امام

مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسى

كلية التربية - جامعة عين شمس

أ.د/ ايمان فوزى شاهين

أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسى

كلية التربية - جامعة عين شمس

مقدمة:-

إن طلاب الجامعة يشكلون فئة متميزة فى أى مجتمع فهم أكثر فئات المجتمع حيوية وحركة ونشاط ومصدر من مصادر التغيير الاجتماعى فهذه الفئة مؤهلة لبناء المجتمع والنهوض به وهم العمود الفقري لأى مجتمع والذي يُبنى على أساسه مجتمع حضارى متقدم فى كافة الجوانب وعلى أعلى مستوى من الرقي لانهم يمتلكون الكثير من الحماس والطاقة الايجابية ويقوموا بتوظيفها بما يعود بالنفع عليهم وعلى مجتمعهم.

والحيوية هي وقود الحياة اليومية المتاحة للجميع، وهي ليست عبارة عن نشاط جسدى فقط ولكنها فى نفس الوقت تحتفظ بالحماس، وتسرع الشفاء من الاضطرابات الجسديه، تعزز الاداء البدنى، علاوة على ذلك، فإن للحيوية عواقب عديدة للتمتع بالصحة النفسية ، مثل انخفاض القلق، وزيادة الثقة بالنفس، وتساعد على زيادة أداء الأفراد في ضبط النفس والإبداع(Lavrusheva, 2020:1).

ولذا فإن الحيوية الذاتية ترتبط بوظائف نفسية وإدراكية أفضل فضلاً عن أنها تعزز حل المشكلات، والتركيز، والأداء، والاستعداد الأكبر لمواجهة التحديات الجديدة. (Padhy & et al, 2021:7). وترتبط أيضاً باليقظة والنشاط، والتعامل مع الضغوط بشكل فعال ، وامتلاك المزيد من الطاقة لأداء الأنشطة وتحسين الصحة العقلية (Akin & et al,2016:517).

الخصائص السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

مشكلة البحث:-

يواجه الشباب اليوم العديد من التحديات والمشكلات التي تقف أمامهم كعائق عن تحقيق أهدافهم مثل (الخوف من المستقبل، وعدم وجود هدف معين يسعون اليه، والقلق، والتوتر، وغيرها من المشكلات)، وقد يستسلم بعض الشباب لهذه المشكلات ولا يستطيعوا مواجهتها، وهنا يشعر الفرد بأن المستقبل غامض بالنسبة له و يشعر بالتشاؤم نحو المستقبل، وعلى النقيض هناك شباب قادره على مواجهة هذه التحديات و يبذلوا أقصى جهد للوصول الى أهدافهم، و يرجع هذا الى الطاقة الذاتية التي تتبع من داخل الفرد و قوة العزيمة و الاراده لديه. فالحيوية الذاتية تشير إلى أن يكون الفرد منيقظ وملئ بالطاقة والحماس والنشاط وقادر على القيام بالأنشطة دون تعب أو ملل، فعندما تكون الحيوية الذاتية عالية المستوى يكون لدى الفرد طاقه كافيه للقيام بالأنشطه بشكل جيد، ولكن عندما تكون الحيوية الذاتية فى مستوى أدنى سينشأ التعب والإجهاد ولا يستطيع الفرد القيام بالأنشطه ولا يستطيع تحقيق أهدافه، والحيوية الذاتية طاقة تتبع من داخل الفرد وليست طاقة ناتجة عن تهديد معين من البيئة الخارجية (fini & et al. 2010:150-151).

ومن هنا تتبلور مشكلة الدراسة الحالية فى إعداد أداة مقننة لقياس الحيوية الذاتية لدى

طلاب الجامعة تتناسب مع خصائص العينة

هدف البحث:-

هدف البحث الحالي إلى إعداد مقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة والتحقق من كفاءته السيكومترية باستخدام أساليب إحصائية مناسبة

أهمية البحث:-

وتنقسم الى:

الاهمية النظرية:

التعرف على مفهوم الحيوية الذاتية وأبعاده

الاهمية التطبيقية:-

١- تسعى هذه الدراسة الى الاستفادة من النظريات والمفاهيم العلمية والدراسات السابقة فى توفير أداة سيكومترية مقننة لقياس الحيوية الذاتية لطلاب الجامعة والذي يمكن أن يمثل إضافة لمكتبة المقاييس النفسية فى مجال التخصص

٢- قد تسهم هذه الدراسة فى توجيه انظار المهتمين بفئة الشباب الجامعى إلى إعداد برامج

لتنمية الحيوية الذاتية لديهم

مصطلحات البحث:-

الحوية الذاتية **subjective vitality**:

عرفت الباحثة الحوية الذاتية إجرائيا بأنها:- شعور الفرد انه يمتلك قدر من الطاقه البدنية التى تمكنه من تحقيق أهدافه دون الشعور بالملل او التعب و أملاكه قدر من اللياقه العقلية التى تمكنه من التفكير المرن ومواجهة ما يقابله من ضغوط و مشاكل و أملاكه قدر من اللياقه الاجتماعيه التى تمكنه من بناء علاقات ناجحه مع الاخرين على اساس من الود و المحبة و الثقة المتبادله وامتلاكه قدر من اللياقه الانفعالية التى تساعده على أن يكون لديه حماس و دافعيه عاليه تمكنه من تحقيق اهدافه وامتلاكه قدر من اللياقة الاكاديمية التى تمكنه من مواجهة التحديات والعوائق التى يواجهها الفرد أثناء التعليم و تقاس من خلال الدرجة التى يحصل عليها الفرد على مقياس الحيوية الذاتية المُعد للبحث الحالي.

الإطار النظرى:-

يعد مفهوم الحويه الذاتيه من المفاهيم الحديثه فى علم النفس الايجابى و هي مظهر من مظاهر الصحة و يعرفها بيترسون و سليجمان انها هي شعور الفرد بالنشاط و الحماس اتجاه أي أنشطة يختارون المشاركة فيها. (Peterson & Seligman, 2004:274) أطلق عليه اليابانيون KI، وهو ما يعنى الطاقة التى تحافظ على الصحة البدنية والنفسية للفرد. بينما استخدم الهنود كلمة "Prana" التى تشير إلى قوة الحياة. فى حين أشارت لها الحضارة الصينية القديمة، اسم "Jingo"، والتى تعني شعورًا مليئًا بالطاقة العقلية (Garg & Sarkar, 2020:322-323). أما المفهوم الصيني القديم Chi، يمثل القوة أو الطاقة الحيوية التى تكون مصدر للحياة والإبداع والعمل الصحيح والوئام. بينما أشار المعالجون الباليون إلى مفهوم bayu ، وهو قوة روحية أو حياة حيوية تكمن وراء النمو ومقاومة المرض. (Peterson & Seligman, 2004:275).

الخصائص السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

وعرفت الحيوية الذاتية على أنها هي امتلاك الفرد لمقومات التحمس للحياة والاقبال عليها بهمة وفاعلية وقدرته على ضبط وتنظيم انفعالاته وسلوكه وتجعله يشعر بالقدرة على التأثير في مسار الاحداث الحياتية والاندماج في الحياة بنشاط وفاعلية(فاطمة عادل، ٢٠٢٢: ٣٤٤).

ويرى Peterson & Seligman (2004:274) بأنها هي شعور الفرد بالنشاط والحماس اتجاه أي أنشطة يختارون المشاركة فيها ويوضح Ryan and Bernstein : على أنها حالة نفسية تجعل الشخص يشعر أن أفعاله لها معنى وهدف(Wizior ,2020:6).

وعرفت ايضا انها حالة إيجابية تزداد عندما ينخرط الأشخاص في سلوكيات يشعرون فيها بالاستقلالية أو الدافع الذاتي ، وتنخفض عندما يشعر الناس بالسيطرة والقمع من قبل الاخرين(Deniz & Satici, 2017:219).

ويضيف عبد العزيز ابراهيم(٢٠١٦: ١٨٢):- انها حالة من الشعور الايجابي بالحياة والطاقة التي تعرب عن نفسها في صورة التحمس والامتلاء بالحياة والاحساس بالقوة والشعور بالافتقار ويعتقد بأنها تجسيد لمشاعر الكفاءة والانتعاش وكون الفرد فعال ومنتج و نشيط.

وترى سارة حسام الدين(٢٠١٨: ٤٥):- انها هي امتلاء الفرد بالطاقة والقوة التي تدفعه للاستمرار في حياة ذات معنى وهدف تصل به لما يسمى بالرفاهه النفسية.

في حين عرفها رايان وفريدريك:- على أنها الشعور الواعي بالطاقة الإيجابية والحوية والروح، لذلك يكون الشخص خال من الصراعات والقيود الخارجية، مع وجود قدر من الطاقة لتحقيق الهدف المنشود، وتكون الحيوية الذاتية مرتفعة عندما يشعر الفرد بالاستقلالية و التكامل وعكس ذلك تكون الحيوية الذاتية منخفضة عندما ينظر الشخص الى الخلافات والمطالب على أنها تهديد للذات(Gocet Tekin & Satici, 2014:2064).

بينما توضح نورا محمد عرفة(٢٠٢١: ١٥٣):- بأنها ظاهرة دينامية ترتبط بقدرة وكفاءة الفرد على تحمل المتاعب والضغوط في جميع أنشطة حياته اليومية مع وجود طاقة

أو يقظة عقلية كافية للتفكير والتعامل مع المشكلات وأداء المهام بفاعلية وإقامة العلاقات وقدرة الانا على تحقيق الارتقاء والتوافق والانتماء والتأثير الايجابي فى الاخرين وتحدد إجرائيًا بالدرجة التى يحصل عليها المفحوص فى مقياس الحيوية الذاتية.

وعرفها محمود محمد أحمد(٢٠٢٣ : ١٨٤):- بأنها شعور الطالب الجامعى بالايجابية وجودة الحياة والطاقة والحماس والشعور بالاقتدار والفاعلية والانتاجية مما يساعده على الاقبال على الحياة بهمة ونشاط.

والحيوية الذاتية هي شعور إيجابي بوجود طاقة ذاتية تعكس الرفاهية الجسدية والنفسية للفرد وتتبع هذه الرفاهية من منظور ديناميكي eudemonic الذي يهتم بالقيم والمعتقدات ، بدلاً من منظور المتعة الذي يركز على تحقيق السعادة، لذلك ترتبط الحيوية الذاتية بشكل إيجابي بالدافع المستقل وترتبط سلبًا بالدافع الخاضع للرقابة(Chu & et al,2018:3).

أبعاد مفهوم الحيوية الذاتية:

البعد الاول: الحيوية الجسمية:

يشير هذا البعد الى شعور الفرد بالنشاط والحماس عند سعيه لتحقيق أهدافه فيكون سليم من الناحية الصحية ولا يعانى من أي أمراض أو إصابات تعيقة عن تحقيق هذه الأهداف.

البعد الثانى: الحيوية العقلية:-

يشير هذا البعد الى شعور الفرد بالمرونة والتكيف مع المواقف الضاغطة وقدرته على وضع الكثير من الحلول البديلة للمشكلات التى يواجهها وذلك من أجل الوصول الى الهدف الذى يريده.

البعد الثالث: الحيوية الروحية:-

يشير هذا البعد الى قدرة الفرد على التعلق بكل ما هو خير وجدير بالقيمة والتقدير فى العالم والكون وقول الصدق دائما والدفاع عن الحق والعدل.

البعد الرابع: الحيوية الانفعالية:-

يشير هذا البعد الى نضج الفرد انفعاليا وتتضح فى مستوى كفاءة الانفعالية وما يكمن وراءها من مهارات الضبط الانفعالى والتعبير الانفعالى على المستويين اللفظى و غير

الخصائص السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

اللفظى فضلا عن تبنى الفرد لأتجاهات نفسية إيجابية نحو الحياة تجعله مبتهج و متحمس وراضى مع شعوره بالسكينة وراحة البال بغض النظر عن الظروف الصعبة فى الحياة.

البعد الخامس: الحيوية الاجتماعية:-

يشير هذا البعد الى قدرة الفرد على تكوين صداقات بسهولة واكتساب حب وتقدير الاخرين.

البعد السادس: الحيوية الاكاديمية:-

يشير هذا البعد الى قدرة الفرد على التكيف مع التحديات والعوائق التي يواجهها أثناء التعليم، والشعور بالكفاءة الذاتية والتمكين في مواجهة التحديات، وتقليل القلق والاكنتاب، والشعور بالمسؤولية عند التعامل مع المهام الأكاديمية، وتحقيق نجاح أكاديمي أفضل.

سمات الافراد ذوى الحيوية الذاتية:-

الشخص الحيوى هو الشخص الذي يتم التعبير عن حيويته وروحه ليس فقط في الإنتاجية الشخصية والنشاط بل ايضًا بتنشيط الافراد الذين يتصلون بهم) (Peterson & Seligman, 2004:273-274).

والحيوية الذاتية هي مفهوم ديناميكي بارز بشكل متزايد في علم النفس الإيجابي، تشير إلى شعور الأفراد بالحياة وامتلاك الطاقة، فالحيوية الذاتية هي الطاقة الجسدية والعقلية التي تنشأ من التوجيه الذاتي والدعم والاستقلالية والدوافع الذاتية؛ تمثل هذه الطاقة مورداً قوياً يساعد الأفراد على تنظيم الأعمال الهادفة ويكون الأشخاص الذين يتمتعون بحيوية ذاتية عالية أكثر نشاطاً وإنتاجية ، ولديهم قدرة أفضل على التعامل مع التحديات ، ويتمتعون بدرجة كبيرة من الصحة النفسية والرفاهية (Arslan, 2021:18).

وتعتبر الحيوية الذاتية مزيج من الحالات النفسية (مثل الشعور بالسعادة) والجسدية (مثل أن تكون بصحة جيدة). فالشعور بالحيوية الذاتية تجعل الفرد يتحرر من الضغوط والصراعات، ليكون قادراً على أداء الأعمال بمفرده ، ولديه القوة والطاقة للقيام بها(Barešyté, 2021:6).

وتظهر الحيوية الذاتية من العوامل الداخلية مثل احترام الذات والقدرة المتصورة والمشاعر الإيجابية وما إلى ذلك، ويمكن استخدام الطاقة التي يمتلكها الشخص الحيوى

بشكل فعال لزيادة الإنتاج والإجراءات الهادفة فالحيوية الذاتية تساعد في الانغماس بعمق في المهام التنظيمية والمشاركة في العمل، وبذل المزيد من الجهد لتحقيق الاهداف وزيادة الانتاج(Sood & Bakhshi, 2015:57).

دراسات سابقة:

قامت دراسة عفرأ ابراهيم خليل العبيدي (٢٠٢٠)، ببناء مقياس الحيوية الذاتية المكون من (٢٠) فقرة وقد روعى فى صياغتها أن تكون بصيغة المتكلم وقابلة لتفسير واحد، وتكونت عينة الدراسة من (١٢٠) طالب وطالبة (٦٠ من الذكور و ٦٠ من الاناث)، وقد تم التحقق من صدق المقياس باستخدام الصدق الظاهرى وذلك بالعرض على المحكمين والاتساق الداخلى للمقياس، وتم التحقق من الثبات باستخدام الفا كرونباخ وإعادة الاختبار، وبعد التحقق من الخصائص السيكمترية أظهرت النتائج أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات.

بينما قامت دراسة فاطمة الزهراء محمد المصرى (٢٠٢٠)، ببناء مقياس الحيوية الذاتية يتكون من (٦٢) مفردة موزعة على خمسة أبعاد هم: (الحيوية البدنية، الحيوية الذهنية، الحيوية الانفعالية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية الروحية)، وتكونت العينة من (١٤٠) طالب وطالبة، وقد تم التحقق من صدق المقياس باستخدام صدق المحتوى وذلك بالعرض على المحكمين وصدق التكوين الفرضى(البناء الداخلى للمقياس) والصدق التلازمى وصدق المجموعات المضادة، وتم التحقق من الثبات باستخدام الفا كرونباخ والتجزئة النصفية، وبعد التحقق من الخصائص السيكمترية أظهرت النتائج أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات.

فى حين قامت دراسة ايمان محمد عباس، وحنان السيد السيد(٢٠٢١)، ببناء مقياس للحيوية الذاتية ويتكون من (٢٠) مفردة موزعة بالتساوى على خمسة أبعاد وهم: (الحيوية الذهنية، الحيوية الجسمية، الحيوية الانفعالية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية الدينية)، وتكونت العينة من (١٨٣) عضو (٥٩ من الذكور و ١٢٤ من الاناث)، وقد تم التحقق من صدق المقياس باستخدام التحليل العاملى الاستكشافى، وتم التحقق من الثبات باستخدام الفا كرونباخ

الخصائص السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

واعادة التطبيق، وبعد التحقق من الخصائص السيكومترية أظهرت النتائج أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات.

كما قامت دراسة فاتن على أكبر، ونانسي بسام محمود (٢٠٢١) ببناء مقياس للحيوية الذاتية يتكون من (٣٢) فقرة موزعة بالتساوي على أربعة مجالات هي: (الحيوية البدنية، الحيوية المعرفية، الحيوية الانفعالية، الحيوية الاجتماعية)، وتكونت عينة البحث من (٢٠٠) طالب وطالبة من التربية الرياضية في جامعة كرميان، وقد تم التحقق من صدق المقياس باستخدام نوعين من أنواع الصدق هما: صدق المحتوى والصدق التمييزي، وتم التحقق من الثبات باستخدام الفا كرونباخ والتجزئة النصفية، وبعد التحقق من الخصائص السيكومترية أظهرت النتائج أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات.

أيضاً قامت دراسة باسمه عمر عبد الله مفتاح، وهادي ظافر كيرري (٢٠٢٢)، بإعداد مقياس للحيوية الذاتية ويتكون من (٣٨) عبارة موزعة على أربعة أبعاد هم: (الحيوية الانفعالية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية العقلية، الحيوية البدنية)، وتكونت عينة الدراسة من (٢٤١) موظفة من موظفات جامعة جازان تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وقد تم التحقق من صدق المقياس باستخدام التحليل العاملي وصدق المحكمين، وتم التحقق من الثبات باستخدام الفا كرونباخ، وبعد التحقق من الخصائص السيكومترية أظهرت النتائج أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات.

في حين قامت ريم سالم على الكريديس (٢٠٢٢)، بإعداد مقياس للحيوية الذاتية، يتكون من (٢٢) عبارة موزعة على أربعة أبعاد هم: (الضبط الانفعالي، الثقة بالنفس، الرضا عن الحياة، السعادة)، وتكونت العينة من (٢٤٠) طالبة، وقد تم التحقق من صدق المقياس باستخدام التحليل العاملي التوكيدي والاتساق الداخلي، وتم التحقق من الثبات باستخدام الفا كرونباخ والتجزئة النصفية، وبعد التحقق من الخصائص السيكومترية أظهرت النتائج أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات.

بينما قامت دراسة (Kasikci & Peker(2022 باستخدام مقياس Ryan& Frederich المكون من سبعة مفردات، وتكونت العينة من (٥١٩) طالب جامعي، وقد تم

أ.منة الله عماد عبد الرؤوف طه

التحقق من صدق المقياس باستخدام التحليل العاملي التوكيدي والاتساق الداخلي، وتم التحقق من الثبات باستخدام الفا كرونباخ، وبعد التحقق من الخصائص السيكمترية أظهرت النتائج أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات.

وأيضًا قامت دراسة **داليا سامى العبد (٢٠٢٣)**، ببناء مقياس للحبوية الذاتية، يتكون من (٤٠) مفردة موزعة بالتساوى على خمسة أبعاد هم: (الحبوية البدنية، الحبوية الذهنية، الحبوية الانفعالية، الحبوية الاجتماعية، الحبوية الروحية)، وتكونت العينة من (١٥٠) معلمًا ومعلمة تراوحت أعمارهم الزمنية بين (٣٣ - ٤٧) سنة، وقد تم التحقق من صدق المقياس باستخدام التحليل العاملي التوكيدي والاتساق الداخلي، وتم التحقق من الثبات باستخدام الفا كرونباخ، وبعد التحقق من الخصائص السيكمترية أظهرت النتائج أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات

أداة البحث:-

قامت الباحثة بإعداد مقياس الحبوية الذاتية لدى طلاب الجامعة. واتبعت فى إعداده عدة خطوات هي:

- ١- الإطلاع على الإطار النظرى والدراسات السابقة ذات الصلة بالحبوية الذاتية بهدف صياغة المفاهيم الخاصة بالمقياس.
- ٢- الإطلاع على مجموعة من المقاييس العربية والأجنبية التى تناولت الحبوية الذاتية وذلك للتعرف على أبعادها وبنودها.

ومن المقاييس التى تم الاستعانة بها ما يلي:

جدول (١)

م	مقياس	إعداد	السنة	عدد العبارات	الأبعاد	طريقة التصحيح
١	الحبوية الذاتية	Rayan & Fredrek	١٩٩٧	٧	—	ليكرت
٢	الحبوية الذاتية	فاطمة الزهراء محمد المصري	٢٠٢٠	٦٢	الحبوية البدنية، الحبوية الروحية، الحبوية الذهنية، الحبوية الانفعالية، الحبوية الاجتماعية.	ليكرت
٣	الحبوية	نورا محمد عرفه	٢٠٢١	٣٢	الجانب الجسمي، الجانب	ليكرت

الخصائص السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

الذاتية				العقلي، الجانب النفسي الانفعالي.	
الحيوية الذاتية	٤	٢٠٢١	٤٨	الطاقة البدنية، اليقظة المعرفية، اللياقة الانفعالية، الفاعلية الاجتماعية.	ليكرت
الحيوية الذاتية	٥	٢٠٢٠	٢٠	الحيوية الجسدية، الحيوية الذهنية، الحيوية الانفعالية، الحيوية الروحية، الحيوية الاجتماعية	ليكرت
الحيوية الذاتية	٦	٢٠٢٢	٢٦	الحيوية الذهنية، الحيوية الانفعالية، الحيوية البدنية، الحيوية الاجتماعية	ليكرت
الحيوية الذاتية	٧	٢٠٢٢	٣٨	الحيوية الانفعالية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية العقلية، الحيوية البدنية	ليكرت
الحيوية الذاتية	٨	٢٠٢٢	٢٢	الضبط الانفعالي، الثقة بالنفس، الرضا عن الحياة، السعادة	ليكرت
الحيوية الذاتية	٩	٢٠٢١	٣٢	الحيوية البدنية، الحيوية المعرفية، الحيوية الانفعالية، الحيوية الاجتماعية.	ليكرت
الحيوية الذاتية	١٠	٢٠٢١	٢٠	الحيوية الذهنية، الحيوية الدينية، الحيوية الجسمية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية الانفعالية	ليكرت
الحيوية الذاتية	١١	٢٠٢٢	٣٠	الوجدان الموجب، الاصرار والمثابرة، الوجدان السالب	ليكرت

٣- قُسم المقياس الى ستة أبعاد وهم:

- البعد الأول: الحيوية الجسمية
- البعد الثاني: الحيوية العقلية
- البعد الثالث: الحيوية الروحية
- البعد الرابع: الحيوية الانفعالية
- البعد الخامس: الحيوية الاجتماعية
- البعد السادس: الحيوية الاكاديمية

٤- وضع المقياس في صورته المبدئية

٥- الخصائص السيكومترية للمقياس (الصدق- الثبات)

٦- صياغة المقياس في صورته النهائية

وصف المقياس:

تكون المقياس في صورته المبدئية من (٤٨) عبارة موزعة على (٦) أبعاد هم (الحيوية البدنية، الحيوية الانفعالية، الحيوية العقلية، الحيوية الروحية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية الاكاديمية). ويوضح جدول (١) توزيع أبعاد وعدد عبارات مقياس الحيوية الذاتية في صورته المبدئي:

جدول (٢)

توزيع أبعاد وأرقام عبارات مقياس الحيوية الذاتية في صورته المبدئية

م	الأبعاد	أرقام العبارات	أرقام العبارات العكسية	عدد العبارات
١	الحيوية الجسمية	١-٧-١٣-١٩-٢٥-٣١-٣٧-٤٣	١٣-٤٣	٨
٢	الحيوية العقلية	٢-٨-١٤-٢٠-٢٦-٣٢-٣٨-٤٤-٤٩	٢-٣٨	١٠
٣	الحيوية الروحية	٣-٩-١٥-٢١-٢٧-٣٣-٣٩-٤٥-٥١	٣-٢١	٨
٤	الحيوية الانفعالية	٤-١٠-١٦-٢٢-٢٨-٣٤-٤٠-٤٦-٥٢	١٦-٢٨	٨
٥	الحيوية الاجتماعية	٥-١١-١٧-٢٣-٢٩-٣٥-٤١-٤٧-٥٣	١١-٢٩	٨
٦	الحيوية الاكاديمية	٦-١٢-١٨-٢٤-٣٠-٣٦-٤٢-٤٨-٥٤	١٨-٣٠	٦
٤٨	اجمالي عدد العبارات			٤٨

طريقة الاستجابة وتصحيح المقياس:

يتم الإجابة على المقياس من خلال اختيار إجابة واحدة من ثلاث بدائل على مقياس مُتدرج من (موافق، أحياناً، غير موافق) ويتم إعطاء الدرجات كالتالي تأخذ "موافق" ثلاث درجات و"أحياناً" درجتان و"غير موافق" ثلاث درجات أما في حالة العبارات العكسية تأخذ "موافق" درجة واحدة و"أحياناً" درجتان و"غير موافق" ثلاث درجات وتدل الدرجة المرتفعة على المقياس على الحيوية الذاتية

الخصائص السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

الخصائص السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية:-

أ- مؤشرات صدق البنية لمقياس الحيوية الذاتية:

قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لمقياس الحيوية الذاتية باستخدام التحليل العاملى التوكيدى عن طريق برنامج AMOS20، و يوضح جدول (٣) معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس و النسبة الحرجة و مستوى الدلالة لتشبع كل مفردة على أبعاد مقياس الحيوية الذاتية

جدول (٣)

تشبعات مفردات أبعاد مقياس الحيوية الذاتية باستخدام التحليل العاملى التوكيدى

المستوى الدلالة	النسبة الحرجة	خطأ القياس	الوزن الاتحداري	الوزن الاتحداري المعيارى	المفردة	البعد
-	-	-	١	٠,٦١	١	الحيوية الجسمية
٠,٠١	٨,٨٦	٠,٢	١,٧٢	٠,٦٨	٧	
٠,٠١	٧,٦٢	٠,١٥	١,١٢	٠,٥٥	١٣	
٠,٠١	٧,٩٧	٠,١٥	١,٢١	٠,٥٨	١٩	
٠,٠١	٧,٨٣	٠,١٦	١,٢٥	٠,٥٧	٢٥	
٠,٠١	٧,٧٨	٠,١٧	١,٣٥	٠,٥٦	٣١	
٠,٠١	٦,٧٩	٠,١٥	١,٠٣	٠,٤٨	٣٧	
٠,٠١	٦,٩٧	٠,١٣	٠,٩٢	٠,٤٩	٤٣	
-	-	-	١	٠,٥٩	٢	الحيوية العقلية
٠,٠١	٨,٣٢	٠,١	٠,٨	٠,٥٩	٨	
٠,٠١	٨,٢٤	٠,١	٠,٧٨	٠,٥٨	١٤	
٠,٠١	٨,٦٢	٠,١١	٠,٩٧	٠,٦١	٢٠	
٠,٠١	٩,٤٥	٠,١١	١,٠١	٠,٧	٢٦	
٠,٠١	٨,٦٨	٠,١١	٠,٩٢	٠,٦٢	٣٢	
٠,٠١	٧,٧٤	٠,١١	٠,٨٧	٠,٥٣	٣٨	
٠,٠١	٨,٦٢	٠,١	٠,٨٣	٠,٦١	٤٢	
٠,٠١	٧,٤٧	٠,١١	٠,٨٣	٠,٥١	٤٤	
٠,٠١	٨,٢٢	٠,٠٩	٠,٧٣	٠,٥٨	٤٨	
-	-	-	١	٠,٤٩	٣	الحيوية الروحية
٠,٠١	٧,١	٠,٠٩	٠,٦٦	٠,٥٥	٩	

أ. منة الله عماد عبد الرؤوف طه

المستوى الدلالة	النسبة الدرجة	خطأ القياس	الوزن الاتحداري	الوزن الاتحداري المعياري	المفردة	البعد
٠,٠١	٦,٧٥	٠,١	٠,٦٤	٠,٥	١٥	
٠,٠١	٩,٠٥	٠,١٦	١,٤٩	٠,٩١	٢١	
٠,٠١	٧,٤١	٠,٠٥	٠,٣٨	٠,٥٩	٢٧	
٠,٠١	٨,٥	٠,١٦	١,٣٧	٠,٧٧	٣٣	
٠,٠١	٨,٩٥	٠,١٥	١,٣٢	٠,٨٨	٣٩	
٠,٠١	٨,٥٥	٠,١٧	١,٤٩	٠,٧٨	٤٥	
٠,٠١	٦,٦٦	٠,١٦	١,٠٦	٠,٥٥	٤٦	الحيوية الانفعالية
٠,٠١	٧,٣٥	٠,٢٢	١,٦٤	٠,٦٧	٤٠	
٠,٠١	٧,٥٨	٠,٢١	١,٦٢	٠,٧١	٣٤	
٠,٠١	٥,٦٧	٠,٢	١,١٢	٠,٤٣	٢٨	
٠,٠١	٥,٦٦	٠,١٧	٠,٩٤	٠,٤٣	٢٢	
٠,٠١	٦,٠٦	٠,١٩	١,١٦	٠,٤٧	١٦	
٠,٠١	٦,٨٨	٠,١٨	١,٢٤	٠,٥٨	١٠	
-	-	-	١	٠,٤٨	٤	
٠,٠١	٧,٨٦	٠,٠٩	٠,٧١	٠,٥٦	٤٧	الحيوية الاجتماعية
٠,٠١	٧,٨١	٠,٠٧	٠,٥٨	٠,٥٦	٤١	
٠,٠١	٧,٨٩	٠,١٣	١,٠٥	٠,٥٧	٣٥	
٠,٠١	٩,٠٦	٠,١٦	١,٤٥	٠,٦٩	٢٩	
٠,٠١	٩,١٩	٠,١٢	١,١٢	٠,٧	٢٣	
٠,٠١	٨,١٧	٠,١	٠,٨٣	٠,٥٩	١٧	
٠,٠١	٨,٤٨	٠,١٢	١,٠٥	٠,٦٣	١١	
-	-	-	١	٠,٥٩	٥	
٠,٠١	٩,٣١	٠,١٣	١,١٨	٠,٦٨	٣٦	الحيوية الأكاديمية
٠,٠١	٨,١٢	٠,١١	٠,٨٩	٠,٥٦	٣٠	
٠,٠١	٨,٩	٠,١٢	١,٠٤	٠,٦٤	٢٤	
٠,٠١	٩,٣٢	٠,١٤	١,٢٩	٠,٦٨	١٨	
٠,٠١	٩,٦٦	٠,١٤	١,٣١	٠,٧١	١٢	
-	-	-	١	٠,٦١	٦	

الخصائص السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

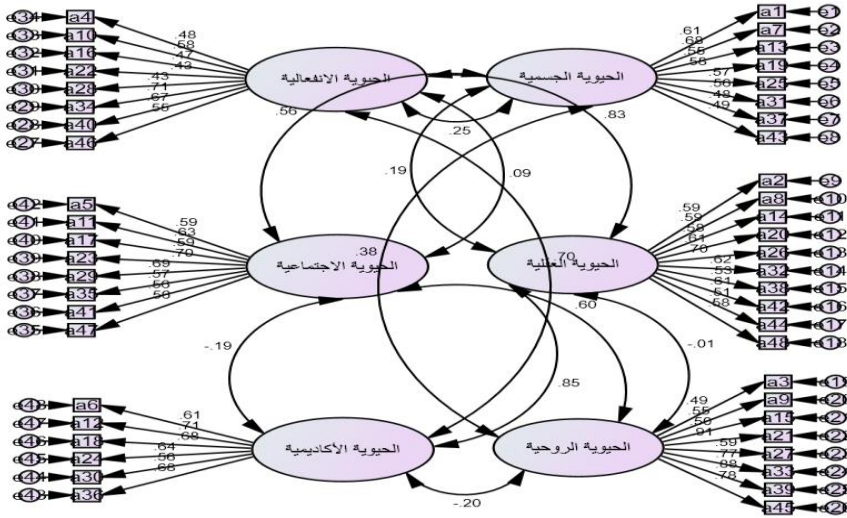
يتضح من جدول (٣) أن جميع مفردات مقياس الحيوية الذاتية كانت دالة عند مستوى ٠,٠١، وقامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لأبعاد مقياس الحيوية الذاتية. ويوضح جدول (٣) مؤشرات صدق البنية لمقياس الحيوية الذاتية:

جدول (٤)
مؤشرات صدق البنية لمقياس الحيوية الذاتية

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
Chi-square(CMIN)	٣٣٤٩,٣٨	
مستوى الدلالة	٠,٠٠٠ (دالة عند ٠,٠١)	
DF	١٦٩٥	
CMIN/DF	١,٩٨	أقل من ٥
GFI	٠,٩٢	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أالتى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
NFI	٠,٩١	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أالتى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
IFI	٠,٩٢	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أالتى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
CFI	٠,٩٣	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أالتى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
RMSEA	٠,٠٨	من (صفر) إلى (٠,١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.

ويتضح من جدول (٤) أن مؤشرات النموذج جيدة حيث كانت قيمة χ^2 للنموذج = ٣٣٤٩,٣٨ بدرجات حرية = ١٦٩٥ وهى دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، وكانت النسبة بين قيمة χ^2 إلى درجات الحرية = ١,٩٨، ومؤشرات حسن المطابقة (GFI= ٠,٩٢، NFI= ٠,٩١، IFI= ٠,٩٢، CFI= ٠,٩٣، RMSEA= 0.08)، مما يدل

على وجودة مطابقة جيدة لنموذج التحليل العامل التوكيدي لمقياس الحيوية الذاتية. ويمكن توضيح نتائج التحليل العامل التوكيدي لبنية الحيوية الذاتية من خلال الشكل التالي :



شكل (١) البناء العامل لمقياس الحيوية الذاتية

الإتساق الداخلي للمقياس :

تم حساب الإتساق الداخلي للمقياس ، وذلك بإيجاد معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه ، والجدول التالي يوضح هذه المعاملات

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة لمقياس الحيوية الذاتية

الحياة الأكاديمية		الحياة الاجتماعية		الحياة الانفعالية		الحياة الروحية		الحياة العقلية		الحياة الجسمية	
معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة
**،٠٦٢	٦	**،٠٧٨	٥	**،٠٧٧	٤	**،٠٧٥	٣	**،٠٧٥	٢	**،٠٧٤	١
**،٠٦٦	١٢	**،٠٥٨	١١	**،٠٧١	١٠	**،٠٧٣	٩	**،٠٦٦	٨	**،٠٥٥	٧
**،٠٧٧	١٨	**،٠٦٤	١٧	**،٠٦٢	١٦	**،٠٥٧	١٥	**،٠٦٦	١٤	**،٠٦٠	١٣
**،٠٦٤	٢٤	**،٠٥٥	٢٣	**،٠٥٠	٢٢	**،٠٦٦	٢١	**،٠٦١	٢٠	**،٠٤٠	١٩
**،٠٦١	٣٠	**،٠٦١	٢٩	**،٠٥٧	٢٨	**،٠٦٨	٢٧	**،٠٥٥	٢٦	**،٠٤٤	٢٥
**،٠٦٧	٣٦	**،٠٥٣	٣٥	**،٠٦٩	٣٤	**،٠٦٩	٣٣	**،٠٥٣	٣٢	**،٠٥٢	٣١
		**،٠٤٩	٤١	**،٠٦١	٤٠	**،٠٧٣	٣٩	**،٠٤٨	٣٨	**،٠٦٠	٣٧
		**،٠٥٨	٤٧	**،٠٧٩	٤٦	**،٠٤٩	٤٥	**،٠٥١	٤٢	**،٠٦٩	٤٣
								**،٠٥٧	٤٤		
								**،٠٧١	٤٨		

** دال عند مستوى دلالة ٠,٠١

الخصائص السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

يتضح من جدول (٥) أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠,٠١ وهذا يوضح الاتساق الداخلي للمقياس. وتم حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية للمقياس و الدرجة الكلية للمقياس و كانت النتائج كما بالجدول التالي :

جدول(٦)

معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الحيوية الذاتية والدرجة الكلية

الدرجة الكلية للمقياس	البعد
**٠,٨٦	الحيوية الجسمية
**٠,٨٣	الحيوية العقلية
**٠,٨٩	الحيوية الروحية
**٠,٨٢	الحيوية الانفعالية
**٠,٨٠	الحيوية الاجتماعية
**٠,٨٤	الحيوية الأكاديمية

** دال عند مستوى دلالة ٠,٠١

ويتضح من جدول (٦) أن الأبعاد تتسق مع المقياس ككل حيث تتراوح معاملات الارتباط بين: (٠,٨٠ - ٠,٨٩) وجميعها دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى أن هناك اتساقا بين جميع أبعاد المقياس، وأنه بوجه عام صادق في قياس ما وضع لقياسه. ثبات مقياس الحيوية الذاتية :

قامت الباحثة بحساب قيمة الثبات للأبعاد الفرعية باستخدام معامل ألفا كرونباخ و التجزئة النصفية و المقياس ككل، والجدول التالي يوضح هذه المعاملات :

جدول(٧)

معاملات الثبات لأبعاد مقياس الحيوية الذاتية والمقياس ككل

التجزئة النصفية (سبيرمان براون)	معامل ألفا كرونباخ	البعد
٨٢.٠	٨٤.٠	الحيوية الجسمية
٧٩.٠	٨١.٠	الحيوية العقلية
٨٥.٠	٨٦.٠	الحيوية الروحية
٨٤.٠	٨٨.٠	الحيوية الانفعالية
٨١.٠	٨٣.٠	الحيوية الاجتماعية
٨٠.٠	٨٢.٠	الحيوية الأكاديمية
٨٨.٠	٩٠.٠	المقياس ككل

ويتضح من الجدول السابق (٧) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات المقياس وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرونباخ كانت مرتفعة، وبذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق والثبات ويمكن استخدامها علمياً.

خلاصة وتعقيب:-

هدف البحث الى التحقق من الكفاءة السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية لدى عينة من طلاب الجامعة، وتكونت العينة من (٣٠١) طالب وطالبة بكلية التربية جامعة عين شمس، ومن أجل إعداد المقياس تم الاطلاع على الأطر النظرية ومجموعة من المقاييس العربية والاجنبية التي تناولت الحيوية الذاتية. وقد تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس باستخدام التحليل العاملى التوكيدى والاتساق الداخلى للتحقق من صدق المقياس، ومعامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية للتحقق من ثبات المقياس، كما أوضحت النتائج تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق والثبات؛ حيث بلغ معامل ألفا كرونباخ (٩٠.٠)، وطريقة التجزئة النصفية (٨٨.٠)، وبذلك أثبت المقياس قيمته العملية من حيث أنه أداة تشخيصية ذات صدق وثبات يستطيع أن يستخدمها الممارسين فى مجال العلاج والتشخيص النفسى لتقييم مستوى الحيوية الذاتية بالإضافة الى أنه أداة صالحة للاستخدام فى المجال الاكاديمى يستطيع الباحثون اللاحقون استخدامه فى أغراض البحث العلمى.

الخصائص السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

المراجع

- ١- أثير بنت محمد بن علي النجعي(٢٠٢٢)، الحيوية الذاتية وعلاقتها بالضغوط الناتجة عن جائحة فيروس كورونا لدى طالبات جامعة جازان، رسالة ماجستير، كلية التربية جامعة جازان، ١-٨٠.
- ٢- ايمان محمد عباس، حنان السيد السيد(٢٠٢١)، التنبؤ بإدارة الازمات من خلال كل من الصمود النفسي والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الاسكندرية، مجلة كلية التربية جامعة الاسكندرية، مج ٣١، ع ٤٤، ج ٢، ١٤٩-١٩٢.
- ٣- باسمة بنت عمر عبد الله مفتاح، هادي بن ظافر كريري(٢٠٢٢)، الحيوية الذاتية وعلاقتها بالصلابة المهنية لدى موظفات جامعة جازان، مجلة الارشاد النفسي، ع ٧٢، ج ٣، ١-٤١.
- ٤- داليا سامي العبد(٢٠٢٣)، الخصائص السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية لدى عينة من معلمي التربية الخاصة، مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، مج ٤٧، ع ٣، ٣٥٩-٣٩٠.
- ٥- ريم سالم على الكريديس(٢٠٢٢)، التنظيم الانفعالي كمتغير وسيط بين الحيوية الذاتية والازدهار النفسي لدى عينة من الطالبات المقبلات على التخرج، مجلة التربية، ع ١٩٦، ج ٢، ٤٥٣-٤٩٦.
- ٦- سارة حسام الدين مصطفى(٢٠١٨)، فاعلية برنامج ارشادي انتقائي لتنمية الحيوية الذاتية لدى عينة من الشباب الجامعي، مجلة الارشاد النفسي، جامعة عين شمس، ع ٥٦، ٣٣-١١٢.
- ٧- ضياء نمر جاسم، أزهار محمد مجيد نصيف(٢٠٢١)، الحيوية الذاتية لدى طلبة السادس الاعدادي، مجلة الاداب، كلية الاداب جامعة بغداد، ٢٠٣-٢٢٨.
- ٨- عادل السعيد البنا طارق محمد الحفناوي(٢٠٢٢)، الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالحيوية الذاتية لدى التلاميذ ضعاف السمع، مجلة الدراسات التربوية والانسانية، كلية التربية جامعة دمنهور، مج ١٤، ع ٢، ١٠٣-١٥٣.
- ٩- عبدالعزيز إبراهيم(٢٠١٦)، الحيوية الذاتية وعلاقتها بسمات الشخصية الاجتماعية الإيجابية والتفكير المفعم بالأمل لدى معلمي التربية الخاصة. مجلة الإرشاد النفسي، ع ٤٧، ١٧١ - ٢٦٢.
- ١٠- عفراء ابراهيم خليل العبيدي(٢٠٢٠)، الحيوية الذاتية لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات، المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية، مج ٢، ع ١، ٢٠-٤٤.

- ١١- فاتن على أكبر، نانسي بسام محمود الشوملى(٢٠٢١)، بناء مقياس الحيوية الذاتية لدى طلبة كليات التربية الرياضية فى جامعة كرميان، *المجلة الدولية للعلوم النفسية والرياضية*، ٨٤، ١٣٤-١٥٣.
- ١٢- فاطمة الزهراء محمد المصرى(٢٠٢٠)، الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة حلوان فى ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية(دراسة سيكومترية كLINIكية)، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، مج ٣٠، ع ١٠٦، ٢٣٧-٢٨٦.
- ١٣- فاطمة عادل داخل(٢٠٢٢)، الحيوية الذاتية وعلاقتها بالإبداع الإرشادي لدى المرشدين التربويين، *مجلة ميسان للدراسات الأكاديمية*، مج ٢١، ع ٤٢٤، ٣٤٣-٣٥٥.
- ١٤- محمود محمد أحمد عبد الرحيم(٢٠٢٣)، المرونة المعرفية وعلاقتها بالحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة، *مجلة القراءة والمعرفة*، ع ٢٥٥، ١٧١-٢١٦.
- ١٥- نورا محمد عرفه(٢٠٢١)، الحيوية الذاتية واليقظة العقلية وعلاقتها بتقدير الجسم لدى عينه من المراهقين بالمرحلة الثانوية، *مجلة الارشاد النفسى*، مركز الارشاد النفسى جامعة عين شمس، ٦٨٤، ١٤٥-٢٤٨.

16- Akin, U., Akin, A., & Uğur, E. (2016). Mediating role of mindfulness on the associations of friendship quality and subjective vitality. *Psychological reports*, 119(2), 516-526.

17- American Psychological Association. (2009). *APA Concise Dictionary of Psychology*. Washington, DC:APA.

18- Arslan, G. (2021). Loneliness, college belongingness, subjective vitality, and psychological adjustment during coronavirus pandemic: Development of the College Belongingness Questionnaire. *Journal of Positive School Psychology*, 5(1), 17-31.

19- Bareišytė, L. (2021). Using Virtual Reality to Improve Subjective Vitality: Design and Pilot Study for a Virtual Nature Environment (Master's thesis, University of Twente).

20- Chu, T. L., Zhang, T., & Hung, T. M. (2018). Motivational profiles in table tennis players: Relations with performance anxiety and subjective vitality. *Journal of sports sciences*, 36(23), 2738-2750

21- Deniz, M. E., & Satıcı, S. A. (2017). The relationships between big five personality traits and subjective vitality. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 33(2), 218-224.

- 22- Fini, A. A. S., Kavousian, J., Beigy, A., & Emami, M. (2010). Subjective vitality and its anticipating variables on students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 150-156.
- 23- Garg, N., & Sarkar, A. (2020). Vitality among university students: exploring the role of gratitude and resilience. *Journal of Organizational Effectiveness: People and Performance*, 7(3), 321-337.
- 24- Gocet Tekin, E., & Satici, B. (2014). An investigation of the predictive role of authenticity on subjective vitality. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 14(6), 2063-2070.
- 25- Kasikci, F., & Peker, A. (2022). The Mediator Role of Resilience in the Relationship between Sensation-Seeking, Happiness and Subjective Vitality. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 9(1), 115-129
- 26- Lavrusheva, O. (2020). The concept of vitality. Review of the vitality-related research domain. *New Ideas in Psychology*, 56, 100752.
- 27- Padhy, M., Hariharan, M., Mutnury, S. L., & Mukherjee, O. (2021). Flourishing: Role of Perseverance and Passion for Long-Term Goals in Relation to Subjective Vitality.
- 28- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Washington, DC: American Psychological Association; New York: Oxford University Press.
- 29- Ryan, R. M., & Frederick, C. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of personality*, 65(3), 529-565.
- 30- Sood, S., & Bakhshi, A. (2015). Psychological Capital as predictor of subjective vitality in bank employees. *Journal of Indian*, 56.
- 31- Wizior, K. (2020). *Exploring the Influence of Social Interactions on Subjective Vitality: A Daily Diary Study* (Doctoral dissertation, Pace University).