



العلاقة بين الصمود النفسي والرفاهية النفسية لدي المراهقين

بحث مقدم لاستكمال متطلبات الحصول على درجة دكتوراة الفلسفة في التربية
تخصص علم النفس الإرشادي

الباحث

ساهر سامي فهمي سراج الدين

أ.د/ منال عبد النعيم محمد طه

أستاذ ورئيس قسم علم النفس الإرشادي

أ.د/ محمد السيد صديق

أستاذ متفرغ بقسم علم النفس الإرشادي

المستخلص:

هدف البحث الي استكشاف العلاقة الارتباطية بين الصمود النفسي والرفاهية النفسي لدي عينة من المراهقين، تكونت العينة من (٣٠٠) مراهق يتراوح أعمارهم بين (١٣-١٨) سنه تقريبا بمتوسط عمري قدره ١٤,٦ وانحراف معياري قدره ٠,٧٩، استخدم الباحث الأدوات التالية: مقياس الصمود النفسي (إعداد الباحث)، مقياس الرفاهية النفسية (اعداد سميرة شند) وقد اشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة ارتباطية موجبه داله احصائياً بين الصمود النفسي والرفاهية النفسية لدي المراهقين.

العلاقة بين الصمود النفسي والرفاهية النفسية لدى المراهقين

إعداد

الباحث /ساهر سامي فهمي سراج الدين

أ.د/ منال عبد النعيم محمد طه

أ.د/ محمد السيد صديق

أستاذ ورئيس قسم علم النفس الإرشادي

أستاذ متفرغ بقسم علم النفس الإرشادي

مقدمة البحث:

المراهقة هي مرحلة انتقال من الطفولة إلى الرشد والنضج، فهي مرحلة تأهب لمرحلة الرشد، وتمتد في العقد الثاني من حياة الفرد أي من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريبا أو قبل ذلك بعام أو عامين. وتنقسم المراهقة إلى ثلاثة مراحل وهي:

مرحلة المراهقة المبكرة (١٢، ١٣، ١٤) سنة، وتقابل المرحلة الإعدادية.

مرحلة المراهقة الوسطى (١٥، ١٦، ١٧) سنة، وتقابل المرحلة الثانوية.

مرحلة المراهقة المتأخرة (١٨، ١٩، ٢٠) سنة، وتقابل المرحلة الجامعية.

ويري علاء الدين كفاقي (١٩٩٩) أن مرحلة المراهقة هي مرحلة الصراعات الداخلية، وهذا الصراع ينتج من رغبة المراهق في الاستقلال عن والديه وفي نفس الوقت عن حاجته إليها، ويتولد أيضا الصراع بين رغبته في الانطلاق والتحرر وبين ضرورة خضوعه للمجتمع وتقاليده وقيمه.

ويري محمد أبو العلا (١٩٩٣) المراهقة مرحلة مكملة لفترة البلوغ وغير منفصلة، ولكنها تسير بالمراهقة نحو اكتمال النضج بالتدرج وهي مرحلة تطور تدريجي ونمو شامل بجميع مكونات الشخصية الجسمية والعقلية والدور الذي يعطي للفتي والفتاة، من حيث المسؤولية والاستقلال الذاتي.

مشكلة البحث:

تعتبر مرحلة المراهقة إحدى المراحل المتعلقة بالنمو وتظهر لدى المراهقين خصائص انخفاض مستوي الوعي بالذات والكفاءة الذاتية وغير قادرين على تكوين صداقات مع أقرانهم بسهولة، و عدم القدرة على تحمل المسؤولية ومن خلال الدراسة النظرية للأبحاث السابقة التي تهتم بالصمود النفسي رأيت

الباحث ضرورة دراسة العلاقة بين أبعاد الصمود النفسي و أبعاد الرفاهية النفسية لدي عينه من المراهقين ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١٣-١٨) سنة ففي حدود إطلاع الباحث هناك ندرة في الدراسات التي تناولت العلاقة بين الصمود النفسي و الرفاهية النفسية لدي المراهقين و هذا ما يهدف اليه البحث الحالي. ومن ثم تتحدد صياغة مشكلة البحث في التساؤل التالي:

١- ما العلاقة بين الصمود النفسي و الرفاهية لدي المراهقين؟

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي الي استكشاف العلاقة بين الصمود النفسي و الرفاهية النفسية لدي المراهقين.

أهمية البحث:

أ- من الناحية النظرية:

١- نظراً لقلّة البحوث والدراسات العربية التي تناولت العلاقة بين الصمود النفسي و الرفاهية النفسية لدي المراهقين.

٢- تسلط الضوء على مفهوم الصمود النفسي لدي المراهقين.

ب- الأهمية التطبيقية:

١- تساعد الدراسة القائمين على التعامل مع المراهقين في تعزيز الصمودهم النفسي لديهم.

٢- توفير أدوات قياس نفسية في البيئة المصرية لقياس الصمود النفسي.

٣- تفيد نتائجها من معرفة مدى العلاقة بين الصمود النفسي و الرفاهية النفسية لدي المراهقين في تعزيز الدعم النفسي لديهم.

مصطلحات البحث:

تتضمن الدراسة الحالية مصطلحين رئيسيين هم: الصمود النفسي – الرفاهية النفسية وفيما يلي عرض لهذه المصطلحات.

١- الصمود النفسي Psychological Resilience

يرجع الباحث بالبحث عن المصطلح لغويا تبين ان المصطلح قد تم استخدامه في عدة مصطلحات لغوية مشابهة له مثل: المرونة النفسية وكفاءة المواجهة وقد اختار الباحث الصمود النفسي.

وهي عملية ونتائج التكيف الناجح مع تجارب الحياة الصعبة أو تحدياتها، خاصة من خلال المرونة العقلية والعاطفية والسلوكية والتكيف مع المتطلبات الخارجية والداخلية. يساهم عدد من العوامل في مدى تكيف الناس مع المحن، والتي تسود فيما بينها (أ) الطرق التي ينظر بها الأفراد إلى العالم ويتفاعلون معها، (ب)

توافر الموارد الاجتماعية وجودتها، و (ج) استراتيجيات محددة للتكيف. يوضح البحث النفسي أن الموارد والمهارات المرتبطة بالتكيف أكثر إيجابية (أي مرونة أكبر) يمكن صقلها وممارستها. (APA,2015,910).

ويعرف إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل على المفحوص على مقياس الصمود النفسي للمراهقين وأبعاده (التواصل مع الآخرين – الوعي بالذات – الفعالية الذاتية – التعاطف-التفاوض-حل المشكلات).

٢- الرفاهية النفسية Psychological Well-being

الرفاهية الجيدة هي نوع السعادة أو الرضا التي تتحقق من خلال تحقيق الذات ووجود هدف هادف في حياة المرء. (APA,2015,387).

هي أحد المؤشرات التي تعكس الوظيفة النفسية الإيجابية، وهي أكبر من مجرد الصحة النفسية فهي تحدد علاقة الفرد بذاته من تقبلها وتفرداها والوعي بها بما يحقق استقلاليتها رغم تمتعه بعلاقات جيدة بالآخرين مشبعة بالأمن والاحترام المتبادل، ساعياً لتحقيق أهداف ومقاصد حياتيه يتبناها من خلال استغلاله لكافة الفرص البيئية وتغله على ما يواجهه من معوقات بما يحقق له التقدم والاستمرارية والنضج الشخصي (سميرة شند واخرون، ٢٠١٣)

وتعرف إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل على المفحوص على مقياس الرفاهية النفسية للمراهقين.

الإطار النظري:

تناقش في الجزء التالي الإطار النظري والمفاهيم الأساسية التي تدور حولها الدراسة وهي (الصمود النفسي-الرفاهية النفسية).

أولاً: الصمود النفسي: Psychological Resilience

تعريف الصمود النفسي:

وهي عملية ونتائج التكيف الناجح مع تجارب الحياة الصعبة أو تحدياتها، خاصة من خلال المرونة العقلية والعاطفية والسلوكية والتكيف مع المتطلبات الخارجية والداخلية. يساهم عدد من العوامل في مدى تكيف الناس مع المحن، والتي تسود فيما بينها:

(أ) الطرق التي ينظر بها الأفراد إلى العالم ويتفاعلون معها.

(ب) توافر الموارد الاجتماعية وجودتها.

(ج) استراتيجيات محددة للتكيف. يوضح البحث النفسي أن الموارد والمهارات المرتبطة بالتكيف أكثر

إيجابية (أي مرونة أكبر) يمكن صقلها وممارستها. (APA, 2015, 910)

تعرف شبكة المملكة المتحدة للصمود والشيخوخة الصحية بان الصمود هو عملية التفاوض والإدارة والتكيف مع المصادر الهامة للتوتر أو الصدمة. الأصول والموارد داخل الفرد وحياته وبيئته تسهل هذه القدرة على التكيف و"الارتداد" في مواجهة الشدائد عبر مسار الحياة"(Windle,2010).

يعرف (Rutter: 2007) الصمود بأنه مقاومة المواقف الضاغطة والخبرات القاسية، والنهوض بفاعلية والتغلب على المصائب والضغوط والأزمات الخطيرة.

يذكر (عبد الرزاق، ٢٠١٢: ٥٠٤) بأنه نمط من أنماط التوافق الإيجابي مع الضغوط الأكاديمية، وتتمثل في قدرة الشخص على التكيف بنجاح مع المحن التي يتعرض لها وأن يتجاوز مرحلة الصمود أمام تلك المحن الي استخدام استراتيجيات إيجابية لمواجهتها.

يعرف كلا من (Newman.2005,227: bonanno,2004.20) الصمود علي انه القدرة علي التكيف واستعادة التوازن مرة اخري بعد المحن والمواقف الصعبة والمحافظة علي مستوي ملائم للصحة الجسمية والنفسية.

تعقيب الباحث:

ان الصمود النفسي هو القدرة على مواجهة الحياة بطريقه أكثر فاعلية وإيجابية ويعتبر القدرة على التوافق مع التغيرات البيئية حيث يتسم الفرد ذو درجات الصمود النفسي العالية انه متفائل ومرن ولديه الاعتقاد بأنه يستطيع ان يتصرف في موقف معين بطريقة صحيحة ولديه القدرة على التعافي من الصدمات بشكل جيد ويسهل عليه التكيف مع متطلبات الحياة وصدماها.

ثانيا: الرفاهية النفسية Psychological Well-being:

مقدمة:

تعريف الرفاهية النفسية:

تتكون الرفاهية الذاتية من تقييم الأفراد لحياتهم. هذا التقييم الذي قد يكون سلبي أو إيجابي بتضمين مشاعر وأحكام حول مدى الرضا عن الحياة، الاهتمامات وردود الأفعال الانفعالية تجاه أحداث الحياة مثل الفرح والحزن، والرضا عن بعض مظاهر الحياة مثل العمل، العلاقات الاجتماعية، الصحة، الابتكار، المعنى والهدف.

ويشير (Diener، ٢٠٠٠) إلى الرفاهية النفسية باعتباره مصطلح نفسي الذي يشار إليه في لحياتهم، حيث أن كل الحديث المرتبط بالسعادة، ويركز البناء الذاتي على تقييم الأفراد الذاتي فرد يكون حكم عن حياته بشكل عام وكذلك عن الجوانب المختلفة لهذه الحياة.

ويعرف (Simsek، ٢٠٠٨) الرفاهية النفسية بأنها تقييم وتنظيم الأنشطة العقلية تجاه خبرات الحياة في الماضي والحاضر والمستقبل معرفيا ووجدانيا.

وتشير (Novo، ٢٠١٠) أن الرفاهية النفسية تعني الشعور بالمشاعر جيدة وصحة نفسية جيدة كأساس لجودة الحياة، ومن هذه الواجهة فإن الرفاهية النفسية تتضمن طريقة الأشخاص في تقييم حياتهم في الماضي والحاضر، وهذه التقييمات تشمل ردود الأفعال الانفعالية للأشخاص تجاه الأحداث الحياتية والأمزجة والأحكام المتعلقة بالطريقة التي يعيش بها الأشخاص حياتهم الخاصة، فالرفاهية النفسية عامة تشتمل على ثلاثة أبعاد هي البعد العضوي، والبعد النفسي والبعد الاجتماعي.

وتشير (Kapikiran، ٢٠١١) الرفاهية النفسية تعتبر أحد المؤشرات الهامة للرضا عن الحياة ويعتبرها البعض مرادفاً للسعادة، وإن كان البعض الآخر يرى أن السعادة والرفاهية ذاتية مترادفين، والرفاهية النفسية هي شعور عام بالسعادة طبقاً لنموذج ريف يتكون من ستة أبعاد فرعية وهما الاستقلالية وتقبل الذات والعلاقات الإيجابية مع الآخرين والهدف في الحياة، والنضج الشخصي.

تعرف (Styman & Sutherland، ٢٠١٢) الرفاهية النفسية بأنها «حالة وجودية دالة لتمكن الشخص من تحقيق قدراته وإمكانياته وإشباع حاجاته النفسية الأساسية الأمر الذي يجعله على درجة مرتفعة من تقبل الذات وتقبل الآخرين والرضا العام عن الحياة والتفاؤل والاستبشار في المستقبل، فضلاً عن الالتزام الأخلاقي والعمل على ترقية نوعية حياة الآخرين وتجويدها»

ويعرف (Francois.Sayer، ٢٠١٨) الرفاهية النفسية بأنها "التطابق المدرك بين رغبات الشخص وحالته البيولوجية والنفسية والاجتماعية" ولتحقيق ذلك التطابق ونقله من الإدراك إلى الوجود الفعلي يحتاج الشخص إلى قدرة على التكيف الناجح مع المتغيرات

ويرى بيرتون سينجر وكارول ريف (١٩٩٨) أن الرفاهية النفسية تتطلب صحة العقل والجسد معاً، وبالتالي فإن القياس الأمثل والشامل للصحة الإيجابية يتطلب اشتغال المكونات النفسية والبدنية والكيفية التي يؤثر كل منهما في الآخر، والحقيقة التي لا جدال فيها هي أن التي تشكل الملامح الأساسية من الأسس الفسيولوجية للحالة الإيجابية التي يكون عليها العقل لتفسير الميكانيزمات التي تتضمن الصحة الإنسانية الإيجابية.

يتبنى الباحث تعريف كارول ريف الرفاهية النفسية: هي أحد مؤشرات التي تعكس الوظيفة النفسية الإيجابية تتطلب صحة العقل والجسد مما تعدد علاقة الفرد بذاته من تقبلها وتفرداها والوعي بها بما يحقق استقلاليتها رغم تمتعه بعلاقات جيدة مع الآخرين مشبعة بالأمن والاحترام المتبادل، ساعياً لتحقيق أهداف ومقاصد حياتية يتبناها من خلال استغلاله لكافة الفرص البيئية وتغلبه على ما يواجهه من معوقات بما يحقق له التقدم والاستمرارية والنضج الشخصي (Ryff : ١٩٩٨)

ويعرف الرفاهية النفسية بأنها حالة من الفرح، والبهجة، والراحة النفسية، يعيشها الفرد، وهذه الحالة نتيجة لخبرات الفرد الإيجابية في الحياة اليومية كالعمل والأسرة والنجاح فيها بدرجة معقولة، وتمتعه بالصحة

البدنية، وخلوه من الاضطرابات النفسية والعقلية، الأمر الذي يجعل الفرد راضيا عن حياته مقيما لها تقييما إيجابيا.

الرفاهية النفسية بصورة عامة بأنه " شعور الشخص بالعافية وحسن الحال والرضا عن الذات وعن الحياة، وقدرته على أداء مهام وأنشطة الحياة بهمة وحيوية ذاتية، وتعايشه مع الآخرين بصورة قائمة على التقبل والتواد والتراحم، والتزامه بالمعايير والقيم الاجتماعية"، ان الرفاهية النفسية تتضمن وجود المشاعر الإيجابية والرضا عن الحياة والانجاز والاداء الوظيفي الإيجابي ويتضمن الرفاهية النفسية بهذا المعنى بعدين أساسيين:

الأول: الرفاهية الذاتي "طيب الحياة الذاتية" "الهناء الذاتي أو الشخصي" ويقصد به "رضا الشخص عن الحياة (تقييم الشخص لحياته)، وزيادة معامل المشاعر الإيجابية، وانخفاض معامل المشاعر السلبية، فضلاً عن شعوره بأن لحياته معنى ومغزى إيجابي".

الثاني: الرفاهية الموضوعي "طيب الحياة الموضوعية" ويعتمد على الافتراضات المتعلقة بمدى إشباع الشخص للحاجات الإنسانية الأساسية وتلبية حقوقه الإنسانية العادية: الغذاء المناسب، المسكن الملائم، الصحة البدنية، التعليم، الأمن، ويمكن أن يقاس التنعم الموضوعي أو طيب الوجود الموضوعي عن طريق المقاييس التي تعتمد على طريقة التقرير الذاتي من خلال سؤال الناس عن ظروفهم الحياتية، أو يقاس بمقاييس موضوعية ممثل معدلات انتشار الأمراض ومعدلات الوفيات والظروف السكنية والخدمات (شين لوبيز، شين، سنايدر. ك. ر: ٢٠١٣).

يعد نموذج كارول رايف عن الرفاهية النفسية من أهم نماذج وصف وتفسير وأكد على أهمية دراسة الارتقاء الوظيفي الإنساني المثالي، وبناء على ذلك استفادت بصورة مباشرة من التأصيل النظري للصحة النفسية وصياغة نموذج نظري الرفاهية النفسية، نظر فيه إلى الرفاهية النفسية تركيب نفسي متعدد الأبعاد يتضمن ستة أبعاد أساسية تتمثل فيما يلي:

أبعاد الرفاهية النفسية:

(١) **الاستقلالية:** أن الاستقلالية تعني الشعور باستقلال وتفرد الذات، وأن يكون الفرد قادرة على مواجهة الضغوط الاجتماعية والتفكير والتصرف بطرق خاصة به، وقدرته على تنظيم سلوكه من داخله وتقييم ذاته تبعاً لمعايير شخصية، والاستقلالية بهذا المعنى تشير إلى تفرد الذات وتقرير المصير (أسبينول، ج. ليزا. ستودينجز.م. أرسولا: ٢٠٠٦).

(٢) **تقبل الذات:** أن تقبل الفرد لذاته يعني أن يتقبلها بإيجابياتها وسلبياتها وألا يرفضها أو يكرهها لأن رفض الذات أو كراهيتها يترتب عليه عجز الفرد عن تقبل الآخرين وتقبل حقيقة، وتقبل الفرد لذاته لا يعني بالطبع الرضا السلبي عن الذات بل أن هذا التقبل لا يمنع من نقد الفرد لذاته ومحاسبتها وأن يقيم سلوكه باستمرار إلى أن يصل بالفرد لحالة من تطوير الذات، وهي تعنى ألا بل عليه أن يحاول تحسينها وتطويرها والتحسين والتطوير يحدث بتأكيد جوانب القوة ومحاولة التغلب على الناقص ومناطق الضعف والتخلص من العيوب يقنع الفرد بتقبل ذاته كما هي والتقليل من أثرها على الأقل فتقبل الذات بداية لتحسينها لأن من يرفض ذاته لن يحاول تطويرها (أسبينول، ج. ليزا. ستودينجز.م. أرسولا.: ٢٠٠٦).

(٣) **الهدف في الحياة:** أن الهدف في الحياة من أهم المؤشرات الدالة على الصحة النفسية والرفاهية النفسية، ويتضمن هذا المتغير معتقدات الشخص حول هدفه في الحياة ومعنى حياته، كما أن مفهوم النضج يؤكد على الفهم العميق الهدف في الحياة وكذلك الشعور بالتوجه والقصد.

(٤) **العلاقات الاجتماعية الإيجابية بالآخرين:** أن العلاقات الإيجابية بالآخرين من أهم مؤشرات ومعالج الصحة النفسية والرفاهية النفسية حيث تشير العديد من النظريات إلى أهمية العلاقات البين شخصية الدافئة والموثوق فيها والأشخاص المؤكدين لذواتهم يوصفوا بأنهم يمتلكون مشاعر قوية من التعاطف والحب لكل الكائنات البشرية، كما أنهم يمتلكون صداقات حميمة وهي أحد محكات النضج.

(٥) **التمكن من البيئة:** القدرة على اختيار وخلق البيئة الملائمة لظروف الفرد وقيمه النفسية من أهم المؤشرات المحددة للصحة النفسية، ومن المعروف أن الشخص الناجح يستلزم المشاركة في مجالات وأنشطة ذات معنى ودلالة تتخطى الذات، وتتطلب عملية النمو مدى الحياة القدرة على إدارة والتحكم في بيئة معقدة تشمل عددا كبيرا من الأنشطة الخارجية.

(٦) **النضج الشخصي:** أن النضج الشخصي من أهم المؤشرات الدالة على الرفاهية النفسية والصحة النفسية والوظيفة الإيجابية، ويعني الشعور المستمر بالنمو ونضج الذات وامتدادها والانفتاح على الخبرات الجديدة وإدراك الفرد لإمكاناته والتحسين المستمر في الذات والسلوك بمرور الوقت بما يعكس فعالية الذات (أسبينول، ج. ليزا. ستودينجز.م. أرسولا.: ٢٠٠٦).

ثالثاً: مرحلة المراهقة

يعرف محمد زهران (١٩٩٩) المراهقة بأنها: مرحلة انتقال من الطفولة إلى الرشد والنضج، فهي مرحلة تأهب لمرحلة الرشد، وتمتد في العقد الثاني من حياة الفرد أي من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريباً أو قبل ذلك بعام أو عامين. وتنقسم المراهقة إلى ثلاثة مراحل وهي:

مرحلة المراهقة المبكرة (١٢، ١٣، ١٤) سنة، وتقابل المرحلة الإعدادية.

مرحلة المراهقة الوسطى (١٥، ١٦، ١٧) سنة، وتقابل المرحلة الثانوية.

مرحلة المراهقة المتأخرة (١٨، ١٩، ٢٠) سنة، وتقابل المرحلة الجامعية.

ويري علاء الدين كفاقي أن مرحلة المراهقة هي مرحلة الصراعات الداخلية، وهذا الصراع ينتج من رغبة المراهق في الإستقلال عن والديه وفي نفس الوقت عن حاجته إليها، ويتولد أيضا الصراع بين رغبته في الانطلاق والتحرر وبين ضرورة خضوعه للمجتمع وتقاليد وقيمه (علاء كفاقي، ١٩٩٩)

ويري محمد أبو العلا المراهقة مرحلة مكملة لفترة البلوغ وغير منفصلة، ولكنها تسير بالمراهقة نحو اكتمال النضج بالتدرج وهي مرحلة تطور تدريجي ونمو شامل بجميع مكونات الشخصية الجسمية والعقلية والدور الذي يعطي للفتي والفتاة، من حيث المسؤولية والإستقلال الذاتي (محمد ابو العلا، ١٩٩٣).

تعريف الباحث:

يعرف الباحث مرحلة المراهقة من خلال التعريفات السابقة بانها مجموعة من التغيرات الكثيرة التي تشمل كافة نواحي النمو الجسمية والعقلية والإنفعالية والاجتماعية ولا شك أن هذه التغيرات يصاحبها تغيرات في نواحي النمو النفسية والاجتماعية للمراهق كالميل إلى الإستقلال والاعتماد على النفس والرغبة في العزلة.

دراسات سابقة:

دراسة حسين سوري، تراج حسنياد (٢٠١١) بعنوان العلاقة بين الصمود النفسي والتفاؤل والرفاهية النفسية لدى طلاب الطب الهدف من الدراسة الحالية هو فحص العلاقات بين الصمود والتفاؤل والرفاهية النفسية. تم اختيار أربع مائة وأربعة عشر طالباً في الطب (٢١٣ ذكوراً و١٩١ إناثاً) باستخدام أخذ العينات العنقودية وطلب منهم ملء مقياس Ryff للرفاهية النفسية (RSPWB) و Connor-Davidson (CD-RISC) (Resilience Scale) و and Scheier اختبار توجيه الحياة في كارفر (LOT). كشفت النتائج أن الصمود النفسي قادرة على التنبؤ بالرفاهية النفسية، ولعب التفاؤل دوراً بسيطاً في الوساطة في العلاقة بين الصمود والرفاهية النفسية. أشارت النتائج إلى أن الرفاه النفسي يتأثر بالخصائص الشخصية مثل الصمود، وأن تفاؤل الفرد بغض النظر عن درجة مرونته يمكن أن يوفر إلى حد ما الرفاه النفسي

دراسة (Sagoni،Elvira (2014) بعنوان العلاقات بين الرفاه النفسي والصمود لدى المراهقين في منتصف العمر والمتأخر كان الهدف هو فحص العلاقات بين أبعاد الرفاهية النفسية (وفقاً لمنظور Ryff)

والصمود (فيما يتعلق بنموذج Wagnild and Young) في عينة من ٢٢٤ مراهقاً متوسطاً ومتأخراً. استخدمنا مقياس الرفاهية النفسية مع ١٨ عنصراً مجمعة في ستة أبعاد (الاستقلالية، والإتقان البيئي، والهدف في الحياة، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والنمو الشخصي، والقبول الذاتي) وإصدار ١٠ عناصر من مقياس الصمود النفسي. أظهرت النتائج علاقات إيجابية بين PWB (إتقان البيئة، والنمو الشخصي، وقبول الذات) والصمود: كلما تمكن المراهقون من اختيار السياقات المناسبة للاحتياجات الشخصية، ورؤية أنفسهم على أنهم ينمون ويتوسعون، وأن ينظروا إلى أنفسهم على أنهم راضون عن أنفسهم، كلما كانوا أكثر صموداً. أعرب الأولاد عن رفاهية أكبر (إتقان بيئي وقبول ذاتي) أكثر من الفتيات والمراهقين المتأخرين الذين أظهروا رفاهية أكبر (نمو شخصي وهدف في الحياة) من المتوسط. يمكن أن تعمق الأبحاث المستقبلية العلاقات بين الكفاءة الذاتية والرفاهية النفسية.

دراسه (2015) Degenhardt, Buchker بعنوان آثار الترفيه الخارجي لسكان المدن المجاورة لرفاهيتهم وقدرتهم النفسية على الصمود. هدفت الدراسة الي معالجه هذه الفجوة البحثية من خلال التحقيق في سلوك الاستجمام الخارجي القريب في ثلاث مناطق حضرية في سويسرا، ولكل منها ثقافة ولغة سائدة مختلفة (تحدث الألمانية والفرنسية والإيطالية). تم إرسال استبيان موحد لعينة عشوائية من السكان (N = 1200) في كل منطقة. دعم الانحدار التدريجي الفرضية القائلة بأن الاستجمام المنتظم في الهواء الطلق القريب له تأثير هام ولكنه هامشي على رفاهية المستجيبين وصمودهم النفسي، حتى عندما يتم التحكم فيها بشكل منهجي. ومع ذلك، تم العثور على أحجام تأثير مماثلة، لا سيما من حيث الصمود النفسي، مع الأنشطة الترفيهية الأخرى. بشكل عام، وجدنا أن الرفاهية والصمود النفسي تتأثران بعوامل مختلفة، وأن زيادة الصمود النفسي يتطلب أساساً فترة طويلة من الاستجمام أو الأنشطة الترفيهية.

دراسة سيدي أحمد ساتيسي (٢٠١٦) بعنوان الضعف النفسي والصمود والرفاهية الذاتية: الدور الوسيط للأمل

هدفت الدراسة الحالية تناول دور الوسيط للأمل في الارتباط بين الضعف النفسي والصمود والوجود الذاتي. يشمل المشاركون ٣٣٢ طالباً جامعياً (١٩٥ إنثاءً و١٣٧ ذكوراً) من جامعتين في تركيا. تم جمع البيانات باستخدام مقياس الضعف النفسي، ومقياس الصمود الموجز، ومقياس الأمل الخاص بالتخلص، ومقياس الرضا عن الحياة، وجدول التأثير الإيجابي والسلبي. أشارت **نتائج** نمذجة المعادلة إلى أن الأمل توسط بشكل كامل في تأثير الصمود على الرفاهية الذاتية وأن هذا الأمل توسط جزئياً في تأثير الضعف النفسي على الرفاهية الذاتية. علاوة على ذلك، كشف إجراء التمهيد عن روابط مهمة من الضعف النفسي والصمود إلى الرفاهية الذاتية من خلال الأمل. أشارت النماذج البديلة إلى دعم مختلط للترتيب المتغير في

النموذج الهيكلي. تساهم هذه النتائج في الطبيعة المعقدة للعلاقة بين العوامل النفسية والرفاهية الذاتية. تمت مناقشة التفسيرات والقيود المحتملة.

دراسة (Perduba،Gongora (2017 بعنوان الصمود والمسارات التثقيفية الكامنة وراء الرفاهية النفسية للشباب المهاجرين هدف إلى ربط رفاهية هؤلاء الشباب بالخبرات المميزة للمهاجرين المرتبطة بخلفياتهم الثقافية، أي الجاذبية النسبية. من خلال الجمع بين الرؤى من منظور الصمود والثقافة في ضوء منظور علم الأحياء، قمنا باختبار الفرضية القائلة بأن الموارد المجتمعية (على سبيل المثال، المدرسة) والفردية (على سبيل المثال، الاستقلالية) التي تسلط الضوء على الثقافة السائدة وقيم الاستقلالية تؤدي أيضاً إلى رفاهية الشباب المهاجرين، خاصة عندما يكون هؤلاء الشباب متقدمين في تبني الثقافة السائدة. كشفت دراسة استقصائية بين طلاب المدارس المهنية المهاجرين وغير المهاجرين في بلجيكا (العدد = ٢٩٠) أن ليس فقط الترابط، ولكن أيضاً مشاركة المدرسة والاستقلال الذاتي كانا ينبئان برفاهية عالية لشباب المنح، ولا سيما أولئك الذين تبنوا الثقافة السائدة. تشير النتائج إلى أنه في السياقات الثقافية المختلفة يعتمد الشباب المثقف على موارد متعددة للتعامل مع المحن الاجتماعية واستخدام توجهات الثقافة لتعظيم الاستفادة من هذه المصادر

دراسة (Graeme،Smith (2017 بعنوان الإجهاد والصمود والرفاهية النفسية لدى طلاب التمريض الجامعيين الصينيين

هدفت الدراسة لفحص العلاقة بين الإجهاد والصمود على الرفاه النفسي في مجموعة من الممرضات الصينيين من طلاب البكالوريوس. التصميم / المشاركون: أجريت دراسة باستخدام الانحدار اللوجستي متعدد المتغيرات والتحليل الإحصائي الوصفي في ثلاث مدارس تمريض صينية. شارك في الدراسة ما مجموعه ١٥٣٨ من طلاب التمريض، واستكملوا ثلاثة استبيانات تم التحقق منها ذاتياً.

أشارت النتائج الي ان طلاب التمريض في سنتهم الأخيرة عن أعلى درجات استبيان الصحة العامة والإجهاد في درجات طالب التمريض، تمت الإشارة إلى مستويات متوسطة من الصمود عبر جميع السنوات الأربع لبرامج تدريب التمريض. كانت درجات مقياس الصمود مرتبطة سلباً بمتوسط الدرجة الكلية للتوتر وترتبط إيجابياً بالرفاهية النفسية.

فروض البحث:

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة ونتائجها يمكن صياغة فروض البحث الحالي كما يلي:

١- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الصمود النفسي والرفاهية النفسية لدي المراهقين.

منهج البحث وإجراءاتها

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الارتباطي التنبؤي وذلك بهدف وصف العلاقة بين المتغيرات ودرجة الارتباط بينها وهي (الصمود النفسي، الرفاهية النفسية).
عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة من المراهقين بمختلف عدد من مراكز الشباب والأندية الشبابية بمحافظة القاهرة و الجيزة في السنة ٢٠٢٣/٢٠٢٤ تكونت العينة من (٣٠٠) مراهق و يتراوح أعمارهم بين (١٣-١٨) سنة تقريباً بمتوسط عمري قدره ١٤,٦ وانحراف معياري قدره ٠,٧٩ و ذلك للتأكد من توفر الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

أدوات البحث:

تتضمن الدراسة الحالية الأدوات التالية:

مقياس الصمود النفسي (إعداد الباحث)

مقياس الرفاهية النفسية (إعداد سميرة شند)

إجراءات إعداد المقياس:

يهدف هذا المقياس الي تقييم الرفاهية النفسية لدي المراهقين، نظراً لما اوضحته نتائج الدراسات السابقة أن الرفاهية النفسية لها دور محوري وحيوي في التخفيف عن الضغوطات وذلك تمهيداً لأجراء مزيد من الدراسات حول هذا الموضوع.

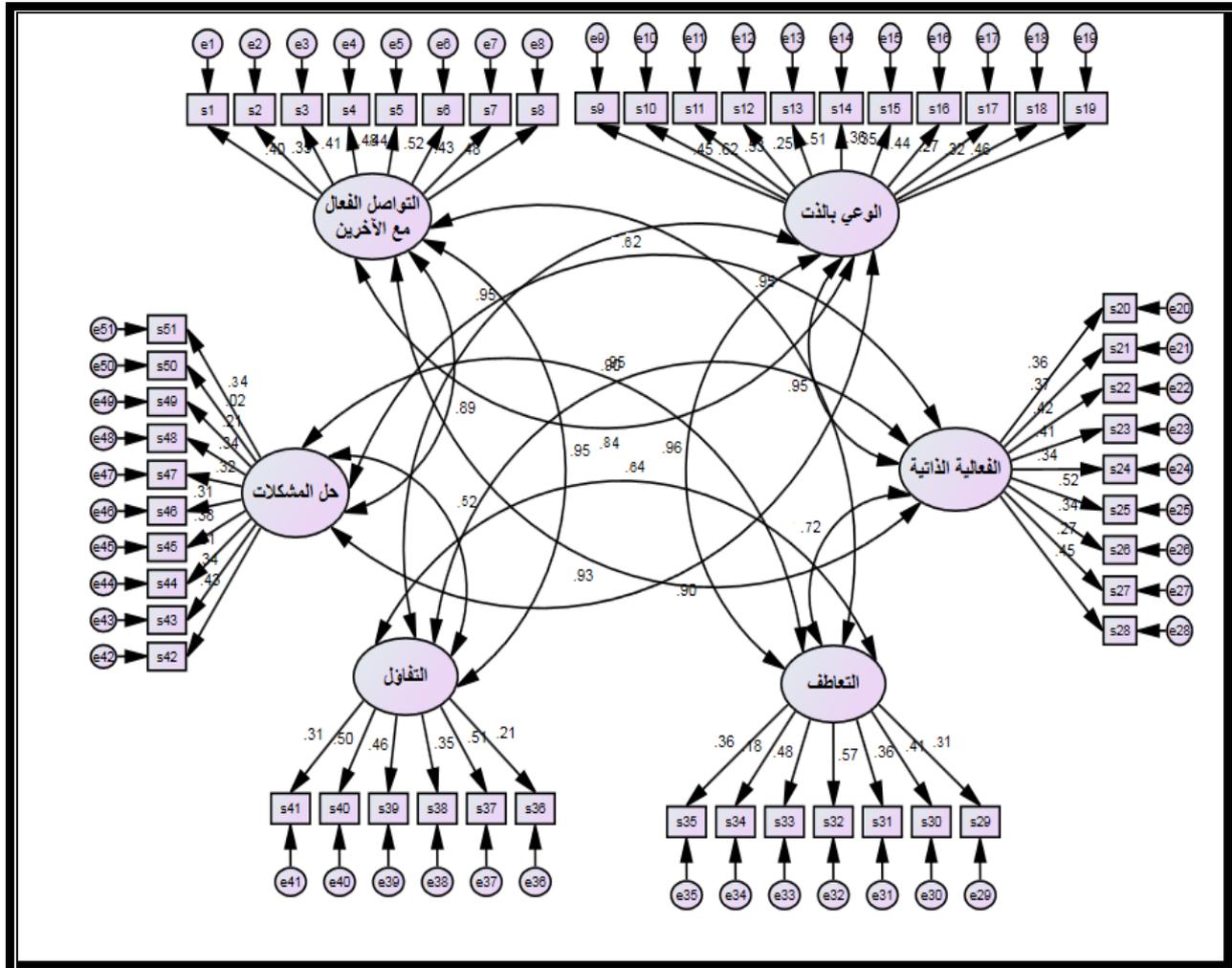
أولاً: الخصائص السيكومترية لمقياس الصمود النفسي:

أولاً: الصدق

تم حساب صدق المقياس عن طريق ما يلي:

١- التحليل العاملي التوكيدي:

نظراً لأن الباحث قام ببناء المقياس بعد الاطلاع على الدراسات والبحوث السابقة التي استهدفت قياس الصمود النفسي وتحديد أبعاده، واتفق معظم الدراسات والبحوث السابقة حول بنية هذا المفهوم والذي يتكون من ستة أبعاد، وبالتالي فإن البنية الأساسية للمقياس محددة مسبقاً في ضوء ما اتفقت عليه هذه الدراسات والبحوث، لذا استخدم الباحث التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج AMOS. V.24 للتأكد من صدق البنية العاملية للمقياس، والشكل التالي يوضح النموذج المستخرج من التحليل العاملي التوكيدي بعد تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية والمكونة من (٣٠٠) مشاركاً من المراهقين:



شكل (١) مسار التحليل العائلي التوكيدي لمقياس الصمود النفسي

كما تم حساب كل من معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية، والخطأ المعياري، والقيمة الحرجة ودالاتها كما في الجدول التالي:

جدول (١)

معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية لمقياس الصمود النفسي

رقم العبارة	البعد	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	مستوى الدلالة
١	التواصل	٠،٤٠٠	١			
٢	الفعال مع	٠،٣٥٢	١،٢٨٥	٠،٢٧٦	٤،٦٦١	***

رقم العبار ة	البعد	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	مستوى الدلالة
٣	الآخرين	٠،٤١٢	١،٢١٦	٠،٢٣٧	٥،١٣٧	***
٤		٠،٤٧٩	١،٨٠٢	٠،٣٢٣	٥،٥٧٦	***
٥		٠،٤٣٧	١،٣٠٤	٠،٢٤٦	٥،٣١٣	***
٦		٠،٥١٦	١،٦٠٣	٠،٢٧٧	٥،٧٧٩	***
٧		٠،٤٣٢	١،٤٦٨	٠،٢٧٨	٥،٢٨١	***
٨		٠،٤٨٤	١،٨٦٩	٠،٣٣٤	٥،٦٠٣	***
٩	الووعي بالذات	٠،٤٥٢	١			
١٠		٠،٦١٧	١،٤٣٤	٠،٢٠٦	٦،٩٦٦	***
١١		٠،٥٣	١،٠٨٤	٠،١٦٨	٦،٤٣٨	***
١٢		٠،٢٤٦	٠،٤٤٨	٠،١٢٠	٣،٧٢٢	***
١٣		٠،٥١٣	١،٢	٠،١٩٠	٦،٣٢٣	***
١٤		٠،٣٦٥	٠،٧٩٤	٠،١٥٦	٥،٠٨٠	***
١٥		٠،٣٥٥	٠،٧٣٦	٠،١٤٨	٤،٩٧٨	***
١٦		٠،٤٤٠	٠،٩٠٣	٠،١٥٧	٥،٧٦٥	***
١٧		٠،٢٧٢	٠،٥٧٩	٠،١٤٣	٤،٠٥٠	***
١٨		٠،٣٢٤	٠،٦١٤	٠،١٣٢	٤،٦٤٨	***
١٩		٠،٤٥٥	١،٠٣	٠،١٧٥	٥،٨٩١	***
٢٠	الفعالية الذاتية	٠،٣٥٨	١			
٢١		٠،٣٧٠	١،١٦٩	٠،٢٦٠	٤،٤٩٢	***
٢٢		٠،٤١٨	١،١٦٣	٠،٢٤٣	٤،٧٨٩	***
٢٣		٠،٤١١	١،٠٩٩	٠،٢٣٢	٤،٧٤٩	***
٢٤		٠،٣٤٢	١،٢٩٥	٠،٣٠١	٤،٢٩٧	***
٢٥		٠،٥١٦	١،٦٥٥	٠،٣١٥	٥،٢٥٤	***
٢٦		٠،٣٤٢	١،١٠٩	٠،٢٥٨	٤،٢٩٢	***

رقم العبارة	البعد	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الدرجة	مستوى الدلالة
٢٧		٠،٢٦٨	٠،٧٤٧	٠،٢٠٤	٣،٦٦١	***
٢٨		٠،٤٥٤	١،٣٤٥	٠،٢٧٠	٤،٩٨٠	***
٢٩		٠،٣٠٩	١			
٣٠		٠،٤٠٧	١،٩٤٢	٠،٦٥٠	٢،٩٨٧	***
٣١		٠،٣٦٤	١،٢٥٧	٠،٤٢٠	٢،٩٩٣	***
٣٢	التعاطف	٠،٥٧٢	١،٣١٦	٠،٤٣٣	٣،٠٣٩	***
٣٣		٠،٤٨٣	١،٧٤٣	٠،٥٤٦	٣،١٩٢	***
٣٤		٠،١٧٩	٢،١٤٤	١،٣٨٧	١،٥٤٦	غير دالة
٣٥		٠،٣٥٩	١،٣٧٠	٠،٤٦١	٢،٩٧١	***
٣٦		٠،٢٠٩	١			
٣٧		٠،٥٠٦	٢،٦٥٣	٠،٨٠٥	٣،٢٩٥	***
٣٨		٠،٣٤٧	١،٥٩٩	٠،٥٢٧	٣،٠٣٦	***
٣٩	التفاؤل	٠،٤٥٧	٢،٠٠٨	٠،٦٤٢	٣،٢٣٨	***
٤٠		٠،٤٩٨	٢،٢٧٠	٠،٦٩١	٣،٢٨٦	***
٤١		٠،٣٠٦	١،٤٧١	٠،٥٠٤	٢،٩٢٠	***
٤٢		٠،٤٢٦	١			
٤٣		٠،٣٤٤	٠،٩١٧	٠،١٩٧	٤،٦٥٨	***
٤٤		٠،٥٠٧	١،٤٠٤	٠،٢٣٨	٥،٩١	***
٤٥	حل المشكلات	٠،٣٧٨	١،٠٠٧	٠،٢٠٢	٤،٩٧١	***
٤٦		٠،٣١١	٠،٨٦٣	٠،١٩٩	٤،٣٣٦	***
٤٧		٠،٣١٧	٠،٧٨٠	٠،١٧٧	٤،٣٩٧	***
٤٨		٠،٣٣٨	٠،٩٧١	٠،٢١١	٤،٦٠٠	***

رقم العبارة	البعد	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	مستوى الدلالة
٤٩		٠,٢١٠	٠,٥٠٢	٠,١٥٩	٣,١٥٩	***
٥٠		٠,٠١٩	٠,٠٤٤	٠,١٤٥	٠,٢٩٩	غير دالة
٥١		٠,٣٤٠	٠,٥٠٢	٠,١٤٧	٣,٤١٤	***

يتضح من جدول (١) أن جميع قيم معاملات الانحدار اللامعيارية جاءت دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٠١) وذلك باستثناء العبارتين أرقام (٥٠-٣٤) حيث جاءت القيمة الحرجة لهما غير دالة إحصائياً، وبالتالي تم حذفها وأصبح عدد عبارات المقياس (٤٩) عبارة.

كما تم حساب قيم مؤشرات المطابقة للتأكد من حسن مطابقة النموذج كما في الجدول التالي:

جدول (٢)

مؤشرات مطابقة نموذج التحليل العامل التوكيدي لمقياس الصمود النفسي

م	مؤشرات المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المقبول للمؤشر	القرار
١	النسبة بين X^2 ودرجات الحرية CMIN /DF	١,٧٥٠	أقل من (٥)	مقبول
٢	جذر متوسطات مربع البواقي (RMR)	٠,٠٣١	الاقتراب من الصفر	مقبول
٣	مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠,٧٩١	صفر إلى ١	مقبول
٤	مؤشر حسن المطابقة المصحح بدرجات الحرية (AGFI)	٠,٧٧١	صفر إلى ١	مقبول
٥	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٧٤٥	صفر إلى ١	مقبول
٦	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٧٤٦	صفر إلى ١	مقبول
٧	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	٠,٧٧٨	صفر إلى ١	مقبول
٨	مؤشر توكر لويس (TLI)	٠,٨٤٣	صفر إلى ١	مقبول
٩	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٨٧١	صفر إلى ١	مقبول
١٠	جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)	٠,٠٤٠	٠,٠٨ فأقل	مقبول

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم مؤشرات المطابقة جاءت في المدى المقبول مما يدل على مطابقة نموذج التحليل العملي التوكيدي لمقياس الصمود النفسي مع بيانات العينة الاستطلاعية.

ثانياً: الاتساق الداخلي

قام الباحث بتطبيق المقياس على (٣٠٠) مشاركاً من مشاركاً من المراهقين، وذلك لحساب الاتساق الداخلي لعبارة المقياس عن طريق:

- حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة وكل من درجة البعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية للمقياس:

جدول (٣)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة وكل من درجة البعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي

العبارة	ارتباطها بالبعد						
١	*.٠٤٧٨	٣٥	*.٠٥٧٦	١٨	*.٠٤٠٧	٣٥	*.٠٤٩٩
٢	*.٠٥٢٤	٣٦	*.٠٤٣٥	١٩	*.٠٣٩٠	٣٦	*.٠٤١٤
٣	*.٠٥١٥	٣٧	*.٠٦٤٦	٢٠	*.٠٤١٩	٣٧	*.٠٥١٣
٤	*.٠٥٧٠	٣٨	*.٠٤١٤	٢١	*.٠٤٩٢	٣٨	*.٠٣٧٠
٥	*.٠٥١٣	٣٩	*.٠٥٤٩	٢٢	*.٠٤٢٩	٣٩	*.٠٤٦٩
٦	*.٠٥٩٥	٤٠	*.٠٦٠٧	٢٣	*.٠٥٠٧	٤٠	*.٠٤٨٩
٧	*.٠٥٣٠	٤١	*.٠٥٤٥	٢٤	*.٠٤٤٧	٤١	*.٠٤١٨

العبار ة	ارتباطها بالبعد	ارتباطها بالدرجة الكلية	العبار ة	ارتباطها بالبعد	ارتباطها بالدرجة الكلية	العبار ة	ارتباطها بالبعد	ارتباطها بالدرجة الكلية
	*						*	
٨	* ٠,٥٩٩	* ٠,٤٦٧	٢٥	* ٠,٥٨٥	* ٠,٥١٤	٤٢	* ٠,٤٧٤	** ٠,٤٣٣
٩	* ٠,٥٣٠	* ٠,٤٧٥	٢٦	* ٠,٤٨٥	* ٠,٣٥٩	٤٣	* ٠,٤٤٩	** ٠,٣٥٤
١٠	* ٠,٦٣٧	* ٠,٥٩٩	٢٧	* ٠,٤١٨	* ٠,٤٠٥	٤٤	* ٠,٤٧٧	** ٠,٥٠٦
١١	* ٠,٥٥٧	* ٠,٥١٧	٢٨	* ٠,٤٩٣	* ٠,٤٣٩	٤٥	* ٠,٥١٣	** ٠,٣٩٧
١٢	* ٠,٣٦٥	* ٠,٣٥٧	٢٩	* ٠,٣٦٩	* ٠,٣٤٧	٤٦	* ٠,٤٣١	** ٠,٣٤٠
١٣	* ٠,٥٨٤	* ٠,٥١٥	٣٠	* ٠,٥٤٤	* ٠,٤٢٧	٤٧	* ٠,٤٤٠	** ٠,٣٣٥
١٤	* ٠,٤٩٢	* ٠,٣٩٠	٣١	* ٠,٤٢٣	* ٠,٣٨٣	٤٨	* ٠,٤٤٤	** ٠,٣٣٥
١٥	* ٠,٤٧٤	* ٠,٤٠٢	٣٢	* ٠,٥٨٥	* ٠,٥٦٠	٤٩	* ٠,٣٥٦	** ٠,٣٥٥
١٦	* ٠,٤٨٢	* ٠,٤٣٨	٣٣	* ٠,٥٧٤	* ٠,٥٠٦	٥٠	حذفت في التحليل العاملي	
١٧	* ٠,٣٩٦	* ٠,٣٢٣	٣٤	حذفت في التحليل العاملي		٥١	* ٠,٤٠٣	** ٠,٣١٧

يتضح من جدول (٣) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة وكل من درجة البعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية للمقياس دالة احصائياً عند مستوى (٠,٠١)، مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

- حساب معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد مع بعضها البعض والدرجة الكلية للمقياس كما في الجدول التالي:

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين الأبعاد وبعضها والدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي

الأبعاد	بعد ١	بعد ٢	بعد ٣	بعد ٤	بعد ٥	بعد ٦	الدرجة الكلية
التواصل الفعال مع الآخرين	-						
الوعي بالذات	* ٠,٦٩٤	-					
الفعالية الذاتية	* ٠,٥٩٨	* ٠,٦٣٧	-				
التعاطف	* ٠,٥٢٢	* ٠,٥٨٢	* ٠,٥٨٤	-			
التفاؤل	* ٠,٥٦٨	* ٠,٥٨٦	* ٠,٥٩٠	* ٠,٥٢٣	-		
حل المشكلات	* ٠,٥٠٩	* ٠,٥٩١	* ٠,٥٢٥	* ٠,٤٨٥	* ٠,٥٧٩	-	
الدرجة الكلية	* ٠,٨٢١	* ٠,٨٦٠	* ٠,٨١٦	* ٠,٧٦٦	* ٠,٧٤٨	* ٠,٧٥٣	-

يتضح من جدول (٤) أن جميع معاملات الارتباط بين الأبعاد وبعضها البعض وبين الأبعاد والدرجة الكلية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وهذا يدل على الاتساق الداخلي للمقياس.

ثالثاً: الثبات

تم حساب ثبات المقياس عن طريق ما يلي:

أ- التجزئة النصفية:

قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين نصفي المقياس بعد تطبيقه على (٣٠٠) مشاركاً المراهقين، وذلك لحساب ثبات المقياس (الأبعاد والدرجة الكلية) باستخدام التجزئة النصفية، ويوضح الجدول التالي معامل ثبات المقياس باستخدام التجزئة النصفية قبل التصحيح وبعد التصحيح بمعادلة سبيرمان وبراون:

جدول (٥)

ثبات مقياس الصمود النفسي باستخدام التجزئة النصفية

معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية		أبعاد المقياس
بعد التصحيح	قبل التصحيح	
٠,٧٣٣	٠,٥٧٩	التواصل الفعال مع الآخرين
٠,٧٤٧	٠,٥٩٤	الوعي بالذات
٠,٧٢٩	٠,٥٧٢	الفعالية الذاتية
٠,٧١٥	٠,٥٤٧	التعاطف
٠,٧٢٠	٠,٥٤٣	التفاؤل
٠,٧٣٧	٠,٥٨١	حل المشكلات
٠,٨٦٦	٠,٧٦٤	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٥) أن معاملات الثبات بعد التصحيح لأبعاد المقياس تراوحت بين (٠,٧١٥ - ٠,٧٤٧)، وللدرجة الكلية بلغت (٠,٨٦٦) وهي قيم مقبولة إحصائياً، مما يدل على ثبات المقياس.

ب- ألفا كرونباخ:

قام الباحث باستخدام معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس، وذلك بعد تطبيق المقياس على (٣٠٠) مشاركاً من المراهقين، ويوضح الجدول التالي معامل الثبات لكل بعد من أبعاد مقياس الرفاهة النفسية والدرجة الكلية:

جدول (٦)

معاملات ثبات ألفا للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي

م	الأبعاد	معامل الثبات
١	التواصل الفعال مع الآخرين	٠,٧٥٢
٢	الوعي بالذات	٠,٧٦١
٣	الفعالية الذاتية	٠,٧٣٩
٤	التعاطف	٠,٧٤٩
٥	التفاؤل	٠,٧٦٤
٦	حل المشكلات	٠,٧٥١

-	الدرجة الكلية	٠،٨٩٥
---	---------------	-------

يتضح من جدول (٦) أن معاملات الثبات لأبعاد المقياس تراوحت بين (٠،٧٣٩ - ٠،٧٦٤)، وللدرجة الكلية بلغت (٠،٨٩٥)، وجميعها معاملات ثبات مقبولة إحصائياً، مما يشير إلى الثقة في النتائج التي يمكن التوصل إليها من تطبيق المقياس.

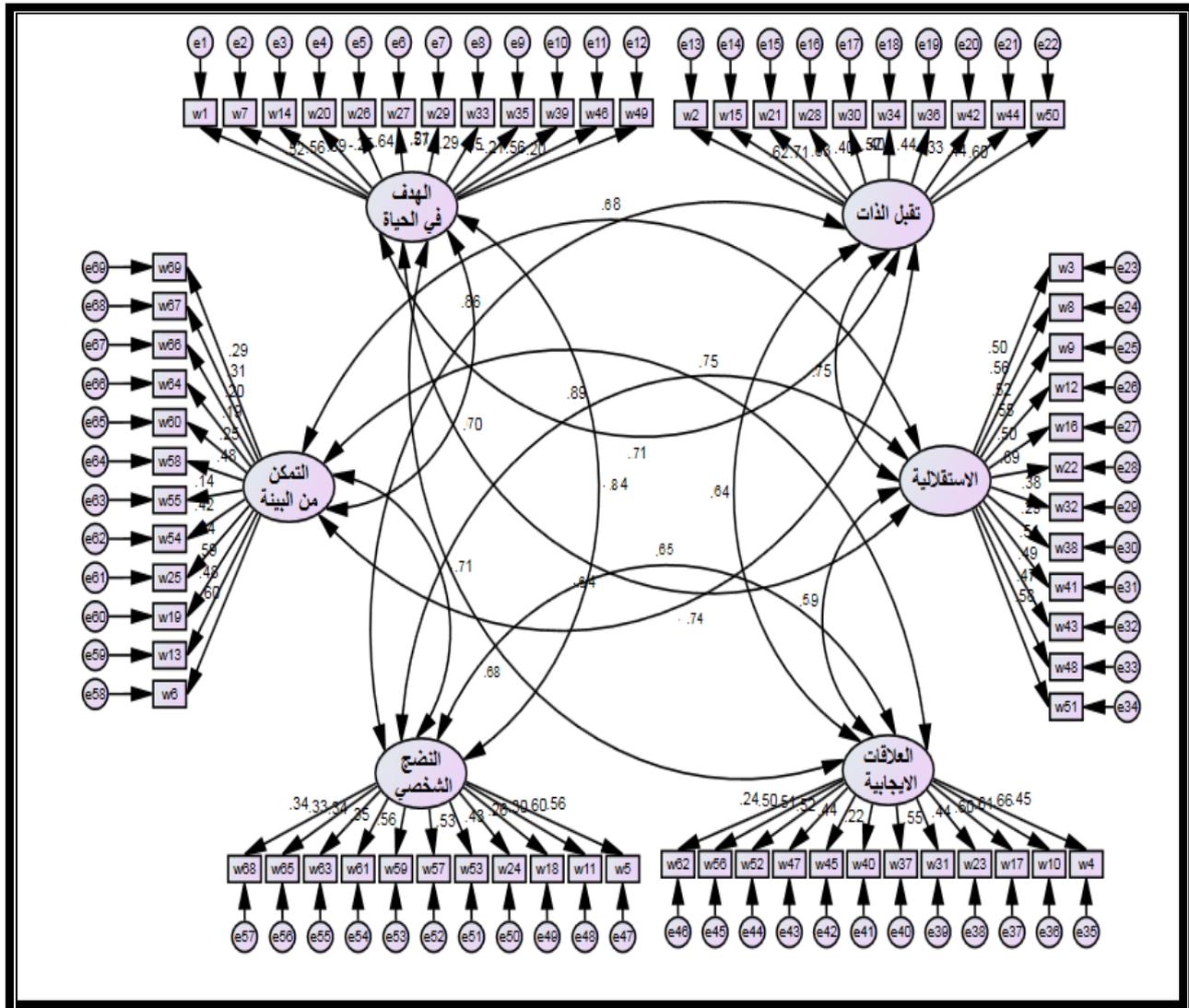
ثانياً: الخصائص السيكومترية لمقياس الرفاهية النفسية:

أولاً: الصدق

تم حساب صدق المقياس عن طريق ما يلي:

١- التحليل العاملي التوكيدي:

نظراً لأن الباحث تبنى مقياس الرفاهية النفسية (إعداد: سميرة شند وآخرون، ٢٠١٣)، والذي يتكون من ستة أبعاد، وبالتالي فإن البنية الأساسية للمقياس محددة مسبقاً من قبل معد المقياس، لذا استخدم الباحث التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج AMOS. V.24 للتأكد من صدق البنية العملية للمقياس، والشكل التالي يوضح النموذج المستخرج من التحليل العاملي التوكيدي بعد تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية والمكونة من (٣٠٠) مشاركاً من المراهقين:



شكل (٢) مسار التحليل العائلي التوكيدي لمقياس الرفاهية النفسية

كما تم حساب كل من معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية، والخطأ المعياري، والقيمة الحرجة ودالاتها كما في الجدول التالي:

جدول (٧)

معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية لمقياس الرفاهية النفسية

رقم العبارة	البعد	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	مستوى الدلالة
١	الهدف في الحياة	٠,٥٢٥	١			
٧		٠,٥٥٥	١,١٦٣	٠,١٧	٦,٨٣٨	***
١٤		٠,٥٩٢	١,٣٢٨	٠,١٨٧	٧,١٠٧	***

رقم العبار ة	البعد	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الدرجة	مستوى الدلالة
٢٠		٠,٢٤٧	٠,٧٧٥	٠,٢١٤	٣,٦١٧	***
٢٦		٠,٦٣٩	١,٥٩٢	٠,٢١٥	٧,٤١٩	***
٢٧		٠,٢٠٧	٠,٧٢٨	٠,٢٣٦	٣,٠٨٦	***
٢٩		٠,٥٦٦	١,٢٨٥	٠,١٨٦	٦,٩١٧	***
٣٣		٠,٢٩١	٠,٩٧٧	٠,٢٣٣	٤,١٩١	***
٣٥		٠,٦٥٤	١,٥٩٧	٠,٢١٣	٧,٥١٠	***
٣٩		٠,٢٠٥	٠,٦٦٦	٠,٢١٨	٣,٠٥٧	***
٤٦		٠,٥٥٩	١,٤٦٦	٠,٢١٤	٦,٨٦٣	***
٤٩		٠,٢٠٢	٠,٦٦٦	٠,٢٢١	٣,٠١٤	***
٢	تقبل الذات	٠,٦١٦	١			
١٥		٠,٧٠٩	١,٠٥٢	٠,١٢٤	٨,٥٠٢	***
٢١		٠,٦٢٧	٠,٦٥٢	٠,٠٨٤	٧,٧٢٧	***
٢٨		٠,٣٩٥	٠,٣٩٦	٠,٠٧٦	٥,١٩٦	***
٣٠		٠,٥٢٢	٠,٦٩١	٠,١٠٤	٦,٦٤٦	***
٣٤		٠,٤٠٢	٠,٤٠٥	٠,٠٧٧	٥,٢٨٣	***
٣٦		٠,٤٣٦	٠,٤٤٨	٠,٠٧٩	٥,٦٨٢	***
٤٢		٠,٣٢٨	٠,٢٩٣	٠,٠٦٧	٤,٣٧٨	***
٤٤		٠,٤٤٤	٠,٣٨٦	٠,٠٦٧	٥,٧٧٣	***
٥٠		٠,٦٠٠	٠,٦٠٥	٠,٠٨١	٧,٤٦٢	***
٣	العلاقات	٠,٥٠٤	١			
٨	الإيجابية	٠,٥٦٠	١,١٨	٠,١٩٩	٥,٩٣٢	***
٩	بالآخرين	٠,٥١٨	٠,٩٧٤	٠,١٧٢	٥,٦٥	***

رقم العبار ة	البعد	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	مستوى الدلالة
١٢		٠,٥٤٦	١,١٩٢	٠,٢٠٤	٥,٨٤٤	***
١٦		٠,٥٠٢	٠,٦٩١	٠,١٢٥	٥,٥٣٤	***
٢٢		٠,٦٩١	١,٤٨١	٠,٢٢٢	٦,٦٨٣	***
٣٢		٠,٣٨٢	٠,٤٥٤	٠,١٠٠	٤,٥٤٣	***
٣٨		٠,٢٨٧	٠,٤٨٣	٠,١٣٥	٣,٥٨٥	***
٤١		٠,٥٣٨	١,٠٧٤	٠,١٨٥	٥,٧٩١	***
٤٣		٠,٤٨٩	٠,٩٢٣	٠,١٧	٥,٤٣٨	***
٤٨		٠,٤٦٩	٠,٨٤٤	٠,١٦٠	٥,٢٧٩	***
٥١		٠,٥٨	١,١٠٦	٠,١٨٢	٦,٠٦١	***
٤		٠,٤٥٢	١			
١٠		٠,٦٦٠	١,٤٦٣	٠,٢٣٨	٦,١٦٠	***
١٧		٠,٦١٢	١,١٨	٠,١٩٨	٥,٩٤٧	***
٢٣		٠,٦٠١	٠,٩١٤	٠,١٥٥	٥,٨٩٤	***
٣١		٠,٤٤١	٠,٥٨٢	٠,١١٨	٤,٩٥١	***
٣٧	النضج الشخصي	٠,٥٥١	٠,٨٠٠	٠,١٤٢	٥,٦٤١	***
٤٠		٠,٢١٦	٠,٢٨٩	٠,١٠٢	٢,٨٤٢	***
٤٥		٠,٤٤٣	٠,٦١	٠,١٢٣	٤,٩٦١	***
٤٧		٠,٥١٦	١,٠٠٣	٠,١٨٤	٥,٤٣٩	***
٥٢		٠,٥١٣	٠,٨٨١	٠,١٦٢	٥,٤٢٦	***
٥٦		٠,٤٩٩	٠,٨٧٢	٠,١٦٣	٥,٣٣٩	***
٦٢		٠,٢٣٩	٠,٤١٧	٠,١٣٤	٣,١٠٢	٠,٠٠٢
٥	التمكن البيئي	٠,٥٦١	١			
١١		٠,٥٩٨	١,٢٥٦	٠,١٨٤	٦,٨٢٩	***
١٨		٠,٣٠٠	٠,٤٣٢	٠,١١١	٣,٨٩٣	***

رقم العبار ة	البعد	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرية	مستوى الدلالة
٢٤		٠,٢٦٤	٠,٢٧٩	٠,٠٨١	٣,٤٥٩	***
٥٣		٠,٤٢٦	٠,٦٠١	٠,١١٤	٥,٢٦٥	***
٥٧		٠,٥٣١	٠,٧٧٣	٠,١٢٣	٦,٢٦٨	***
٥٩		٠,٥٥٥	٠,٧٤٩	٠,١١٦	٦,٤٧٧	***
٦١		٠,٣٥٥	٠,٤٦٨	٠,١٠٤	٤,٥١٥	***
٦٣		٠,٣٤٠	٠,٣٦٩	٠,٠٨٥	٤,٣٥٤	***
٦٥		٠,٣٣٥	٠,٣٦٩	٠,٠٨٦	٤,٢٩١	***
٦٨		٠,٣٤١	٠,٦٣٣	٠,١٤٥	٤,٣٦٤	***
٦		٠,٦٠١	١			
١٣		٠,٤٨١	٠,٦١١	٠,٠٩٣	٦,٥٨٧	***
١٩		٠,٥٩٠	٠,٦٣٣	٠,٠٨١	٧,٧٨١	***
٢٥		٠,٣٣٨	٠,٣١٨	٠,٠٦٦	٤,٨٢٤	***
٥٤		٠,٤٢٠	٠,٣٧٤	٠,٠٦٤	٥,٨٥٩	***
٥٥		٠,١٣٩	٠,١١٥	٠,٠٦٦	١,٧٤٢	غير دالة
٥٨		٠,٤٨٣	٠,٤٨٩	٠,٠٧٤	٦,٦١٠	***
٦٠		٠,٢٥٣	٠,٣١	٠,٠٨٤	٣,٦٨١	***
٦٤		٠,١٩٤	٠,١٧٥	٠,٠٦١	٢,٨٥٠	***
٦٦		٠,١٩٩	٠,١٦٧	٠,٠٥٧	٢,٩١٧	***
٦٧		٠,٣٠٨	٠,٣١٧	٠,٠٧٢	٤,٤٢٥	***
٦٩		٠,٢٨٨	٠,٢٦٨	٠,٠٦٤	٤,١٦٦	***

يتضح من جدول (٧) أن جميع قيم معاملات الانحدار اللامعيارية جاءت دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٠٠١) وذلك باستثناء العبارة رقم (٥٥) حيث جاءت القيمة الحرجة لها غير دالة إحصائياً، وبالتالي تم حذفها وأصبح عدد عبارات المقياس (٦٨) عبارة.

كما تم حساب قيم مؤشرات المطابقة للتأكد من حسن مطابقة النموذج كما في الجدول التالي:

جدول (٨)

مؤشرات مطابقة نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الرفاهية النفسية

م	مؤشرات المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المقبول للمؤشر	القرار
١	النسبة بين X^2 ودرجات الحرية CMIN /DF	٢,١٥٩	أقل من (٥)	مقبول
٢	جذر متوسطات مربع البواقي (RMR)	٠,٠٥٤	الاقتراب من الصفر	مقبول
٣	مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠,٧١٤	صفر إلى ١	مقبول
٤	مؤشر حسن المطابقة المصحح بدرجات الحرية (AGFI)	٠,٧٤٥	صفر إلى ١	مقبول
٥	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٧١٦	صفر إلى ١	مقبول
٦	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٦٨٣	صفر إلى ١	مقبول
٧	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	٠,٧٩١	صفر إلى ١	مقبول
٨	مؤشر توكر لويس (TLI)	٠,٧٦٥	صفر إلى ١	مقبول
٩	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٨٠١	صفر إلى ١	مقبول
١٠	جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)	٠,٠٤٧	٠,٠٨ فأقل	مقبول

يتضح من جدول (٨) أن جميع قيم مؤشرات المطابقة جاءت في المدى المقبول مما يدل على مطابقة نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الرفاهية النفسية مع بيانات العينة الاستطلاعية.

ثانياً: الاتساق الداخلي

قام الباحث بتطبيق المقياس على (٣٠٠) مشاركاً من مشاركاً من المراهقين، وذلك لحساب الاتساق

الداخلي لعبارات المقياس عن طريق:

- حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة وكل من درجة البعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية

للمقياس:

جدول (٩)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة وكل من درجة البعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية

لمقياس الرفاهية النفسية

العبار ة	ارتباطها بالبعد	ارتباطها بالدرجة الكلية	العبار ة	ارتباطها بالبعد	ارتباطها بالدرجة الكلية	العبار ة	ارتباطها بالبعد	ارتباطها بالدرجة الكلية
١	*.٤٩٠	**٠.٤٢٥	٢٤	**٠.٤٦٢	**٠.٤٥٩	٤٧	*.٥٨٠	**٠.٥٠٩
٢	*.٦٥٦	**٠.٦٠٨	٢٥	**٠.٥٨٦	**٠.٥٥٤	٤٨	*.٥٧٧	**٠.٥٤٣
٣	*.٤٩٦	**٠.٥٣٣	٢٦	**٠.٥٩٨	**٠.٤٨٧	٤٩	*.٥٥٦	**٠.٤٦٩
٤	*.٥٧٠	**٠.٥٣٥	٢٧	**٠.٣٦٢	**٠.٣١٤	٥٠	*.٥٨٨	**٠.٥٧٢
٥	*.٦٢٧	**٠.٥٨٧	٢٨	**٠.٦٣٦	**٠.٥٨٨	٥١	*.٥٤٧	**٠.٥٢٦
٦	*.٦٧٤	**٠.٦٠١	٢٩	**٠.٦١٠	**٠.٥٢٥	٥٢	*.٥٤٢	**٠.٥١٤
٧	*.٥٨٨	**٠.٥١٦	٣٠	**٠.٦٤٠	**٠.٥٨٩	٥٣	*.٥٦٠	**٠.٥٩١
٨	*.٦٦٤	**٠.٦٠٧	٣١	**٠.٤٧١	**٠.٤٦٠	٥٤	*.٥٨٦	**٠.٤٩٥
٩	*.٦٧٦	**٠.٦٦١	٣٢	**٠.٥٠١	**٠.٤٦٣	٥٥	حذفت في التحليل العاملي	
١٠	*.٦٢٠	**٠.٦٢٤	٣٣	**٠.٥٩٤	**٠.٥٨٨	٥٦	*.٥٣٨	**٠.٤٧٥
١١	*.٥٣٢	**٠.٤٩٣	٣٤	**٠.٦٥٤	**٠.٦٢١	٥٧	*.٥٦٩	**٠.٥٣٥

ارتباطها بالدرجة الكلية	ارتباطها بالبعد	العبارة	ارتباطها بالدرجة الكلية	ارتباطها بالبعد	العبارة	ارتباطها بالدرجة الكلية	ارتباطها بالبعد	العبارة
**٠,٦٠٤	*٠,٦١١ *	٥٨	**٠,٥١٨	**٠,٥٨٥	٣٥	**٠,٥٦٥	*٠,٥٤٤ *	١٢
**٠,٥١٢	*٠,٥٢٩ *	٥٩	**٠,٥٣١	**٠,٦٠٣	٣٦	**٠,٤٨٣	*٠,٥٨١ *	١٣
**٠,٥٧٦	*٠,٥٩٧ *	٦٠	**٠,٥٤٥	**٠,٥٩٥	٣٧	**٠,٤٩٠	*٠,٥٧٢ *	١٤
**٠,٤٨٧	*٠,٥٣٩ *	٦١	**٠,٥٢٠	**٠,٥٦٥	٣٨	**٠,٥٩٣	*٠,٦٤٤ *	١٥
**٠,٣٥٩	*٠,٣٤٩ *	٦٢	**٠,٤٦٩	**٠,٥٠١	٣٩	**٠,٤٣٩	*٠,٤٧٨ *	١٦
**٠,٤٩٢	*٠,٥٦٠ *	٦٣	**٠,٣٥٧	**٠,٤٢٦	٤٠	**٠,٦١٧	*٠,٦٥٩ *	١٧
**٠,٣٢٤	*٠,٣١٨ *	٦٤	**٠,٤٣٧	**٠,٥٠٤	٤١	**٠,٥٦٧	*٠,٦٠٦ *	١٨
**٠,٥٩٩	*٠,٦١٤ *	٦٥	**٠,٤٧٣	**٠,٤٩٨	٤٢	**٠,٤٤٥	*٠,٥٢٤ *	١٩
**٠,٣١٧	*٠,٣٢٩ *	٦٦	**٠,٤١٧	**٠,٥٠٥	٤٣	**٠,٥١٠	*٠,٥٩٨ *	٢٠
**٠,٣٤٢	*٠,٣٢٨ *	٦٧	**٠,٤٥٢	**٠,٤٩٥	٤٤	**٠,٤١٢	*٠,٤٤٨ *	٢١
**٠,٥٨٨	*٠,٥٦٠ *	٦٨	**٠,٤٩٦	**٠,٥٠٠	٤٥	**٠,٥٧٩	*٠,٦٢١ *	٢٢
**٠,٣٢٣	*٠,٣٤٣ *	٦٩	**٠,٣٧٣	**٠,٣٤٦	٤٦	**٠,٤١٣	*٠,٤٥٢ *	٢٣

يتضح من جدول (٩) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة وكل من درجة البعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية للمقياس دالة احصائياً عند مستوى (٠,٠١)، مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس،

- حساب معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد مع بعضها البعض والدرجة الكلية للمقياس كما في الجدول التالي:

جدول (١٠)

معاملات الارتباط بين الأبعاد وبعضها والدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي

الأبعاد	بعد ١	بعد ٢	بعد ٣	بعد ٤	بعد ٥	بعد ٦	الدرجة الكلية
الهدف في الحياة	-						
تقبل الذات	*٠,٦٣٣	-					
الاستقلالية	*٠,٦١٤	*٠,٦٩٣	-				
العلاقات الايجابية الآخرين	*٠,٦٠٥	*٠,٧١٨	*٠,٦٧١	-			
النضج الشخصي	*٠,٧٢١	*٠,٦٨٥	*٠,٧١٩	*٠,٦٦٥	-		
التمكن من البيئة	*٠,٧٠٦	*٠,٧٣١	*٠,٦٨٥	*٠,٦٢٩	*٠,٧٢٦	-	
الدرجة الكلية	*٠,٨٦٢	*٠,٨١١	*٠,٨٤٣	*٠,٨٢٩	*٠,٧٩٤	*٠,٨٠٦	-

يتضح من جدول (١٠) أن جميع معاملات الارتباط بين الأبعاد وبعضها البعض وبين الأبعاد والدرجة الكلية دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وهذا يدل على الاتساق الداخلي للمقياس،

ثالثاً: الثبات

تم حساب ثبات المقياس عن طريق ما يلي:

أ- التجزئة النصفية:

قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين نصفي المقياس بعد تطبيقه على (٣٠٠) مشاركاً المراهقين، وذلك لحساب ثبات المقياس (الأبعاد والدرجة الكلية) باستخدام التجزئة النصفية، ويوضح الجدول التالي معامل ثبات المقياس باستخدام التجزئة النصفية قبل التصحيح وبعد التصحيح بمعادلة سبيرمان وبراون:

جدول (١١)

ثبات مقياس الصمود النفسي باستخدام التجزئة النصفية

معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية		أبعاد المقياس
بعد التصحيح	قبل التصحيح	
٠،٨٣١	٠،٧١١	الهدف في الحياة
٠،٧٥٥	٠،٦٠٧	تقبل الذات
٠،٧٥٧	٠،٦٠٩	الاستقلالية
٠،٧٢٦	٠،٥٧١	العلاقات الايجابية الآخرين
٠،٧٣٦	٠،٥٨٣	النضج الشخصي
٠،٧٩٣	٠،٦٥٦	التمكن من البيئة
٠،٨٣٩	٠،٧٢٤	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (١١) أن معاملات الثبات بعد التصحيح لأبعاد المقياس تراوحت بين (٠،٧٢٦) - (٠،٨٣١)، وللدرجة الكلية بلغت (٠،٨٣٩) وهي قيم مقبولة إحصائياً، مما يدل على ثبات المقياس.

ب- ألفا كرونباخ:

قام الباحث باستخدام معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس، وذلك بعد تطبيق المقياس على (٣٠٠) مشاركاً من المراهقين، ويوضح الجدول التالي معامل الثبات لكل بعد من أبعاد مقياس الرفاهة النفسية والدرجة الكلية:

جدول (١٢)

معاملات ثبات ألفا للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الرفاهية النفسية

م	الأبعاد	معامل الثبات
١	الهدف في الحياة	٠،٨٠٣
٢	تقبل الذات	٠،٧٧٨
٣	الاستقلالية	٠،٧٦٩

٤	العلاقات الايجابية الآخرين	٠,٧٣٥
٥	النضج الشخصي	٠,٧٤٥
٦	التمكن من البيئة	٠,٧٩٣
-	الدرجة الكلية	٠,٩٢٢

يتضح من جدول (١٢) أن معاملات الثبات لأبعاد المقياس تراوحت بين (٠,٧٣٥ - ٠,٨٠٣)، وللدرجة الكلية بلغت (٠,٩٢٢)، وجميعها معاملات ثبات مقبولة إحصائياً، مما يشير إلى الثقة في النتائج التي يمكن التوصل إليها من تطبيق المقياس.

نتائج البحث:

نتائج الفرض الأول ينص عليه أن " توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الصمود النفسي والرفاهية النفسية لدي المراهقين".

وللتحقق من صحة الفرض قام الباحث بحساب معاملات الارتباط بيرسون لتحديد العلاقة بين درجات الصمود النفسي والرفاهية النفسية ويمكن عرض ما توصل إليه الباحث من نتائج من خلال جدول (١٣):
جدول (١٣) يوضح معاملات الارتباط بين أبعاد الصمود النفسي والرفاهية النفسية (ن=٣٠٠)

م	الأبعاد	معامل الارتباط بالرفاهية النفسية
١	التواصل الفعال مع الآخرين	**٢,٩١٨
٢	الوعي بالذات	**٢,٦١٢
٣	الفعالية الذاتية	**٢,٦١٠
٤	التعاطف	**٢,٩٢٣
٥	التفاؤل	**٢,٦٠٣
٦	حل المشكلات	**٢,٧٠٥

** دالة عند ٠,٠١

يتضح في جدول (١٣) ما يلي: توجد علاقة ارتباطية دالة وموجبة بين أبعاد الصمود النفسي والدرجة الكلية للرفاهية النفسية وكانت جميع الارتباطات دالة عند مستوي ٠,٠١، ويتضح أنه كلما زاد مستوي

الصمود النفسي ازداد مستوى الرفاهية النفسية لدي المراهقين، ويعزي الباحث هذه العلاقة الطردية حيث أن ارتفاع مستوى الصمود النفسي يكون دافعاً الي ارتفاع مستوى الرفاهية لدي المراهقين.

المراجع

- أنس شكشك (٢٠١٠) **كيف نفهم ألعاب الأطفال**. دار الشروق للنشر والتوزيع. عمان. الأردن.
- جابر عبد الحميد جابر (١٩٩٠): **نظريات الشخصية**، دار النهضة العربية.
- حامد عبد السلام زهران (١٩٩٩)، **علم نفس النمو – الطفولة والمراهقة**، عالم الكتاب للنشر، القاهرة.
- حسن شحاته (٢٠٠٨). **تصميم المناهج وقيم التقدم في العالم العربي**. القاهرة، الدار المصرية اللبنانية.
- سلامه مرعي (٢٠١١) **علم النفس الإيجابي**. القاهرة. مكتبة الانجلو المصرية.
- سميرة شند (٢٠١٣). **مقياس الرفاهة النفسية للشباب الجامعي**، مجلة الارشاد النفسي، جامعة عين شمس.
- صفاء الاعسر. (٢٠١٠) **الصمود من منظور علم النفس الإيجابي**، المجلة المصرية للدراسات النفسية والجمعية المصرية للدراسات النفسية، ٢٠ (٦٦) و ٢٥-٢٩.
- علاء الدين كفاي(١٩٨٩): **تقدير الذات في علاقته بالتنشئة الوالدية والأمن النفسي**، المجلة العربية للعلوم الإنسانية مج ٩).
- فيوليت فؤاد ابراهيم (٢٠٠٤). **سيكولوجية النمو الطفولة والمراهقة**. القاهرة: مكتبة كلية التربية
- ليزا ج. إسبينول، أورسولا م. ستودينجر (٢٠٠٦) **سيكولوجية القوى الإنسانية: تساؤلات أساسية وتوجهات مستقبلية لعلم النفس الإيجابي**، ترجمة صفاء الاعسر، نادية شريف، عزيزة محمد، علاء كفاي. مترجم. القاهرة. المجلس القومي للترجمة.
- ماجد الزيودي (٢٠١٥) **الانعكاسات التربوية لاستخدام الأطفال للألعاب الإلكترونية كما يراها معلم وأولياء أمور طلبة المدارس الابتدائية بالمدينة المنورة**، المجلد العاشر، العدد ١ (١٥-٣١).
- محمد أبو العلا (١٩٩٣): **علم النفس الاجتماعي**. مكتبة عين شمس، القاهرة.
- محمد احمد صالحة (٢٠١٠) **علم نفس اللعب ط٣**. دار المسيرة للنشر والتوزيع. عمان. الأردن.
- محمد عطية خميس، (٢٠١٥). **مصادر التعلم الالكتروني (الجزء الأول، الافراد والوسائط)**. القاهرة، دار السحاب للطباعة والنشر والتوزيع.
- محمد مختار المرادني، (٢٠١٥) **أثر التفاعل بين نمط تقديم الدعم التعليمي المباشر وغير مباشر في بيئات التعلم في تنمية التحصيل ومهارات التنظيم اذاتي لدي المتعلمين الصم**. الجمعية المصرية لتكنولوجيا التعليم.

- محمد مصطفى عبد الرازق (٢٠١٢). الصمود النفسي مدخل لمواجهة الضغوط الاكاديمية لدي عينة من طلاب الجامعة المتفوقين عقليا. مجلة الارشاد النفسي، ٣٢، ٤٩٩-٥٧٩.
- مها الشحروري (٢٠٠٨) الألعاب الالكترونية في عصر العولمة مالها وما عليها، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان.
- هيام صابر شاهين. (٢٠١٣) الأمل والتفاؤل مدخل لتنمية الصمود النفسي لدي عينة من المراهقين ضعاف السمع، مجلة العلوم التربوية والنفسية، ١٤ (٤)، ٦١٣ - ٦٥٣.
- B. (2005). APA's Resilience Initiative. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(3), 227-229.
- A. (2010). Appreciation as audience response: & Bartsch, M. B., Oliver entertainment gratifications beyond hedonism. *Human Exploring*, 36(1), 53-81.
2013. Perceived, J., Riley, N., Crowell, E., Yearwood, C., Shumaker, K., support in undergraduate nursing students' educational stress and social 419-424, experiences. *Nurse Educ. Today* 33
- G. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 307-321.
- G. (2014). The winner, & Bente, L., Frischlich, J., Kneer, T., Wulf, D., Rieger need satisfaction on mood repair takes it all: The effect of in-game success and 281-286, 39, and enjoyment. *Computers in Human Behavior*
- Masten, Rutter M. Psychosocial resilience and protective mechanisms. In: Rolf J editors. Risk and protective factors in the development of psychopathology. Cambridge; New York: 1990. pp. 181-214.
- competence and coping. *Child Abuse & Neglect*, M. (2007). Resilience, Rutter 205-209, 31(3)

-
- M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24(2), 335-344.
- B. (2003). Flourishing under fire: Resilience as a positive prototype of challenged thriving. In C. L. M. Keyes & J. Haidt (Eds.) *Positive Psychology and the Life Well-Lived* (pp. 15–36). Washington DC: APA.
- G. (2013). *E-activities: The key to active online learning*. Routledge.
- R. (2018). Treatment Adherence in ABA: Practices and Opinions of Behaviour Analysts. *Journal on Developmental Disabilities*, 23(2), 119-119.
- [Jan](#) (2012) Promoting the wellbeing of toddlers within Europe. In: 22nd EECERA Conference: Pre-birth to Three: Identities within Europe. Portugal. (Unpublished). Diversities; Oporto.
- Sweetser, P and Wyeth, P (2005) GameFlow: A Model for Evaluating Player Experience. *ACM Computers in Entertainment*, No. 3, Vol. 3.
- A. (2010). Defining media enjoyment as the satisfaction of intrinsic needs. *Journal of Communication*, 60(4), 758–777.
- A. (2011). Media enjoyment as need satisfaction: The contribution of hedonic and nonhedonic needs. *Journal of Communication*, 61(6), 1025–1042.
- L. (2012). Zwei Prozess Modelle der Unterhaltung im Schnittbereich hedonischer und non-hedonischer Unterhaltungserlebens: Bedürfnisbefriedigung. In L. Reinecke & S. Trepte (Eds.) *hedonischer neuen Medien. Perspektiven zur Rezeption und Wirkung von Unterhaltung in interaktiven Unterhaltungsformaten* (pp. 12–29). Köln: von Online-Medien und Halem.
-

