

الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي

بحث مسئل من رسالة ماجستير في التربية
إعداد

محمود سيد محمود إسماعيل
(تخصص صحة نفسية وارشاد نفسي)
تحت إشراف

أ.م. د/ عبد العزيز محمود عبد العزيز
أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي المساعد
كلية تربية جامعة عين شمس
د/ صابر فاروق محمد
مدرس الصحة النفسية والارشاد النفسي
كلية تربية جامعة عين شمس
ملخص:

هدف البحث الحالي إلى إعداد أداة لقياس الازدهار النفسي لدى الشباب الجامعي، وقد اعتمد البحث على المنهج الوصفي. وتم تطبيقه على عينة من طلاب الجامعة، وكان عددهم (٢١٠) من طلاب كلية تربية جامعة عين شمس (٨٣) من الذكور (١٢٧) من الاناث بمتوسط عمري قدره (٢٠,٤١) وانحراف معياري قدره (١,٧٥)، وتم تصميم الصورة المبدئية لمقياس الازدهار النفسي من (٣٥) عبارة موزعة على خمسة ابعاد وهما (المشاعر الإيجابية، الاندماج الأكاديمي، العلاقات الاجتماعية، الإحساس بمعنى الحياة، الانجاز الأكاديمي) وقد تم التحقق من الكفاءة السيكومترية للمقياس من خلال التحليل العاملي التوكيدي والاتساق الداخلي. للتحقق من صدق المقياس. كما قام الباحث بحساب ثبات المقياس بطريقتين: طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية لأبعاد المقياس. كما أظهرت النتائج أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات وصلاحيته للتطبيق على العينة المعنية بالبحث.

الكلمات المفتاحية

القياس، الخصائص السيكومترية، الازدهار النفسي

The Psychometric Properties of psychological flourishing among a sample of university youth

Abstract:

This study aimed to prepare the scale of psychological flourishing among a sample of university youth. The study sample consisted of (210) male and female students from the Faculty of Education - Ain Shams University, (83) males and (127) females, with an average age of (20.41) and a standard deviation of (1.57) The study used the psychological Flourishing(Prepared by the researcher) and the scale consisted of (5) dimensions which are.(Positive emotion (7) items - Academic integration (7) items- Social relations (7) items- A sense of the meaning of life(7) items- Academic achievement (7)items) the psychometric efficiency of the Scale has been verified by confirmatory factor analysis and internal consistency. The psychometric properties of the scale were verified using confirmatory factor analysis and internal consistency to verify the validity of the scale. The researcher also calculated the reliability of the scale by two ways: Cronbach's alpha method and the split-half method for the dimensions of the scale. The results also showed that the scale has a high degree of reliability and its validity for application to the sample concerned for the research.

Keywords: Measurement - Psychometric properties – psychological flourishing

الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي

بحث مسئل من رسالة ماجستير في التربية
إعداد

محمود سيد محمود إسماعيل
(تخصص صحة نفسية وارشاد نفسي)
تحت إشراف

أ.م. د/ عبد العزيز محمود عبد العزيز
أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي المساعد
كلية تربية جامعة عين شمس

د/ صابر فاروق محمد
مدرس الصحة النفسية والارشاد النفسي
كلية تربية جامعة عين شمس

أولاً: مقدمة:

ان الحياة الجامعية بجوانبها الاكاديمية والاجتماعية والنفسية والسلوكية تمثل مصدر للضغوط؛ حيث يتعرض طلاب الجامعات على المستوى العام للعديد من المشاكل الحياتية الضاغطة؛ والتي تستهلك طاقتهم وقدرتهم وتمنعهم من الوصول إلى مستوى الاداء الامثل في سلوكياتهم بسبب ما تتركه من تأثيرات سلبية على جوانب الشخصية النفسية والاجتماعية، مما يجعلهم عرضة للاضطراب والوهن النفسي، لان كل مرحلة عمرية لها خصائص مميزة ومواقف ضاغطة وطلبة الجامعات يعانون من مواقف وأزمات عديده تتمثل في مواجهة الامتحانات والعلاقات مع الزملاء والاساتذة والمنافسة من أجل النجاح والمشاكل العاطفية والتعامل مع مقتضيات البيئة الجامعية وأنظمتها وقوانينها .

يعد فحص ازدهار الطلاب النفسي أمرا مهما، حيث أظهرت الأبحاث أن الازدهار النفسي يرتبط بشكل إيجابي بالأداء الأكاديمي للطلاب (Locke and Schippers 2018)، بينما يرتبط ضعف الصحة العقلية بتناقص الازدهار (Schotanus-Dijkstra 2017, et al. 2016). بالإضافة إلى ذلك فقد تبين أن الشباب الذين تتراوح أعمارهم بين (١٨- ٢٤) عاما يعانون من مشاكل الصحة العقلية أكثر من أي فئة عمرية أخرى (National Institute of Mental Health)، أثبتت نتائج الدراسات السابقة وجود روابط بين سمات الازدهار النفسي والشخصية (Kern, Della Porta and Friedman, 2013)، أو سلوكيات الأبوة والأمومة (Rothenberg et al, 2018)، أو

الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي

السلوك الاستباقي. وبالمثل، أثبتت أبحاث أخرى وجود علاقة بين الأمراض العقلية والإدراك

وأظهرت أن الإدراك السلبي يتنبأ باكتئاب الطلاب وقلقهم (Miles et al, 2021)

ويعد الازدهار النفسي من المفاهيم الحديثة نسبياً والى تناولتها دراسات علم النفس الإيجابي وهو الى امتلاك الفرد للمشاعر الايجابية والعلاقات الايجابية مع الاخرين والاندماج النفسي ومعنى الحياة والإنجاز (Seligman, 2011, 60).

فالطلاب المزهرون نفسياً لديهم مستويات عالية من جودة الحياة الوجدانية والاجتماعية والقدرة على الاستفادة من الصعوبات التي تواجههم، كما ان الازدهار مفهوم أكثر عمومية ورقى من الرفاهية لأنه لا يقتصر على الجوانب والعناصر الذاتية، بل يشمل الجوانب الاجتماعية والأخرى، كما تم تحديد الازدهار النفسي انه بنية أحادية واختصرت في ثمانية مفردات وهما "العلاقات الداعمة المجزية – المساهمة في سعادة الاخرين، احترام الاخرين، قبول الذات، امتلاك معنى وهدف في الحياة، الانخراط في الأنشطة، الشعور بالكفاءة، التفاؤل، الشعور بالكفاءة والقدرة على تعبير الذات (Diener et al, 2010, 164).

ويعد الازدهار النفسي متعددة العناصر فهو يشمل المشاعر الإيجابية في حياة الطلاب، ويساهم في قياس كل عنصر على حده من خلال التقرير الذاتي، ويرتبط بدرجة كبيرة بالعلاقات الإيجابية الداعمة للأخرين.

ثانياً: مشكلة الدراسة:

تتحدد مشكلة الدراسة في إعداد مقياس الازدهار النفسي للشباب الجامعي والتحقق من صدق وثبات هذا المقياس للتعرف على الازدهار النفسي واهميته وابعاده. ودرجة تأثيرها بصورة أكثر دقة ووضوح، حيث ان الازدهار النفسي مفهوم من مفاهيم علم النفس الإيجابي يهدف الى تدعيم النمو الإنساني، على الرغم من أن الأبحاث قد أكدت أهمية ازدهار الطلاب لتحقيق الإنجازات الأكاديمية، إلا أن العديد من الدراسات تشير إلى أنه منذ السنة الأولى في الجامعة، يتعرض الطلاب لأحداث مرهقة مختلفة، والشعور بالوحدة،

ونقص الدعم الاجتماعي والعاطفي من المؤسسات التعليمية، مما قد يؤدي في النهاية إلى التسرب أو تدهور الصحة.

ويدلنا علم النفس الإيجابي، على أن الازدهار النفسي هو مفهوم واسع مع العديد من التعريفات الدراسات السابقة. يشير بعض الباحثين إلى أن المستويات العالية من الرفاهية العاطفية والنفسية والاجتماعية وغياب المرض العقلي يمكن وصفها بأنها مزدهرة أسس نظرية شاملة للازدهار، والتي بموجبها يعني الازدهار التفاعل واحترام الذات العالي، والعيش بشكل هادف وحياة ذات معنى، والمساهمة في سعادة الآخرين، والمشاركة والاهتمام بأنشطة الفرد، ووجود تفاعلات اجتماعية داعمة ومجزية، والشعور بالتقدير من قبل الآخرين، والشعور بالكفاءة والقدرة على إنجاز مهام المرء (Diener et al, 2009).

وقد اشارت نتائج الدراسات السابقة مثل: دراسة (العبيدي، ٢٠٢٠؛ Schettino et al, 2022) ان الطلاب المزدهرون نفسياً لديهم مستويات مرتفعة من الأداء والتحصيل الدراسي، وان الطلاب الذين لديهم ارتفاع على مؤشر الازدهار يميلون التركيز على نمو الشخصية، والتغلب على التجارب الحياتية المختلفة، فهم لديهم قدرة على مواجهة الضغوط الحياتية، ولديهم قدرة على تكوين علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين. كما يحقق الازدهار النفسي حالة من التوازن بين الشعور بالأداء الجيد والتعاطف مع الذات والآخرين، فلا أحد يستطيع ان يزدهر طوال الوقت، يجب تشجيع الطلاب لكي يكونوا أكثر ازدهاراً وليس فقط السعادة الطالب ذاته (Keyes,2016).

وبعد الاطلاع على التعريفات السابقة فقد تبين ان الازهار النفسي يمثل بالنسبة للطلاب الجامعيين عن مجموعة من العناصر مرتبطة ببعضها، قد تكون مليئة بالتفاعل والحب والرضا، ويسعى من خلالها الطالب الجامعي الى وضع خطط واهداف مستقبلية.

وهنا تتبلور مشكلة الدراسة الحالية في إعداد أداة مناسبة لقياس الازدهار النفسي بما يتناسب مع خصائص العينة

ومن ثم تتحدد مشكلة الدراسة في الإجابة على التساؤلات الآتية:

ماهي الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي؟

الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي

- ما مستوى دلالة الصدق لمقياس الازدهار النفسي؟

- ما مستوى دلالة الاتساق الداخلي لمقياس الازدهار النفسي؟

- ما مستوى الثبات لمقياس الازدهار النفسي؟

ثالثاً: هدف الدراسة:

هدفت الدراسة إلى إعداد مقياس للازدهار النفسي للشباب الجامعي يتمتع بالصدق والثبات باستخدام أساليب احصائية مناسبة .

رابعاً: أهمية الدراسة: تتبلور أهمية الدراسة في جانبين:

١- الأهمية النظرية:

أ- تناولت الدراسة متغير مهم في مجال الصحة النفسية وعلم النفس الإيجابي.

ب- أهمية الفئة التي تهتم بها الدراسة وهم الشباب الجامعي، وهم فئة تستحق الاهتمام من جانب المختصين في مجال علم النفس

٢- الأهمية التطبيقية:

أ- إمكانية الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في عمل ورش للطلاب وتوعيتهم بأهمية الازدهار النفسي في مجالات الحياة.

ب- توفير أداة موثوقة لقياس الازدهار النفسي لفئة الشباب الجامعي

خامساً: محددات الدراسة:

• محددات بشرية: هم طلاب كلية تربية جامعة عين شمس، وتراوح أعمارهم من (١٨-٢٣)

سنة، بمتوسط عمري قدره (٢٠,٤١) وانحراف معياري قدره (١,٧٥)

• محددات المكانية: بعض اقسام كلية التربية وهي اقسام: (العلوم البيولوجية والجيولوجية- الكيمياء – الفلسفة والاجتماع – التاريخ).

• محددات زمانية: ٢٠٢٣-٢٠٢٤

سادساً: مصطلحات الدراسة:

الازدهار النفسي Psychological Flourishing:

يعرف إجرائياً الازدهار النفسي بأنه عبارته عن مفهوم متطور للصحة النفسية في العلوم الاجتماعية والبيولوجية، ويدفع الطالب الجامعي الى الاستغراق في الأنشطة الاكاديمية

والاستمتاع بها، والمشاركة في أشياء متعددة تسعد الآخرين، والتفاعل مع الآخرين لاكتساب الخبرات التي تشعره بقيمه ذاته التي تؤدي الى الاستمتاع بالحياة، والافصح عن مشاعره الداخلية الإيجابية، ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس الازدهار النفسي المستخدم في الدراسة من خلال الابعاد الخمسة الآتية:

أبعاد الازدهار النفسي: (أعداد الباحث)

المشاعر الايجابية: هي شعور الطالب الجامعي بالنشاط والحيوية ومشاعر الحب والسعادة والراحة والاطمئنان تجاه نفسه والآخرين.

الاندماج الأكاديمي: انشغال الطالب في الاعمال والأنشطة الاكاديمية والاستمتاع بها، والتعلم كبذل الجهد والمثابرة والاهتمام المعرفي، يكون لدى الحماس والاهتمام التي يقوم بها، وعدم إحساسه بالملل أو الوقت اثناء قيامه بتلك الاعمال، مما يقلل من عملية التوتر والقلق.

العلاقات الاجتماعية: تعد أحد الابعاد الأساسية في حياة الانسان، له تأثير على حياة الطالب الجامعي على إقامة علاقات اجتماعية ايجابية، تنسم بالمودة والمحبة؛ في الاسرة وجماعة الاقران والأساتذة، وتعمل على تعزيز صحته النفسية

الإحساس بمعنى الحياة: الاستمتاع بالدراسة وتحمل المسؤولية والتفؤل للمستقبل الالتزام في الحياة وثقة الفرد بنفسه والشعور بالتمتع بصحة جيدة.

الانجاز الأكاديمي: معرفة الطالب لقدرته وإمكاناته والسعي لتطوير شخصيته تأهيله للحصول على الدرجات، كما تساهم في اتخاذ القرارات المناسبة، واكتساب وتعلم خبرات جديدة.

الإطار النظري للدراسة:

اولاً: تعريف الازدهار النفسي Psychological Flourishing:

الازدهار النفسي هو مفهوم أساسي في مجال علم النفس الإيجابي الذي يركز على تقييم أداء الفرد لتعزيز نقاط القوة الشخصية والعلاقات الاجتماعية الإيجابية، ويتم وصف الازدهار أيضاً على أنه يتمتع بمستوى عالٍ من المتعة، أي التعامل مع المتعة والسعادة،

الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي

والرفاهية السائدة؛ التعامل مع الإمكانيات البشرية والمعنى والغرض من الحياة Kim et al (2022, 200).

ولقد أهتم علم النفس الإيجابي بدراسة الأفكار والمشاعر الإيجابية للأشخاص، وتطوير نقاط القوة في شخصيتهم والبحث في كل ما يجعل حياة الانسان أفضل وأكثر قيمة مما يؤثر ايجابياً على حياة الفرد وصحته النفسية وتوافق مع نفسه والبيئة المحيطة به، حيث تعدد تعريفات مفهوم الازدهار النفسي، حيث أشار Martin Seligman الذي يعد الاب الروحي لعلم النفس الإيجابي ورئيس الجمعية الامريكية لعلماء النفس ركز في تعريفه لمفهوم الازدهار النفسي، هو أن يمتلك الفرد من المشاعر الإيجابية والعلاقات الإيجابية مع الجماعات، والاندماج النفسي، ومعنى الحياة، والانجاز وجد أن أكثر الأشخاص الذين يشعرون بالرضا والتفاؤل هم أولئك الذين اكتشفوا واستغلوا التركيبة الفريدة في شخصيتهم من خلال نقاط القوة المميزة لديهم مثل الإنسانية (van Zyl & Stander, 2014, 110). ويتصف الافراد المزدهرين نفسياً بأن لديهم مستويات عالية من (الرفاهية النفسية والرفاهية الاجتماعية)، كما يشعرون بالسعادة والرضا عن الحياة ويميلون إلى رؤية حياتهم المستقبلية ويشعرون بدرجة عالية من الاتقان والكفاءة في أعمالهم ويتقبلون كل جوانب شخصيتهم ولديهم شعور ينمو الشخص بمعنى؛ إنهم ذوو إحساس دائم بالتطوير والتغيير ولديهم شعور بالاستقلال (Keyes & Simoes, 2012, 142).

ثانياً: خصائص الافراد الذين يتمتعون بالازدهار النفسي:

- الأشخاص الذين لديهم مستويات مرتفعة من الازدهار النفسي، يجاهدون في التركيز على نمو الشخصية، ويميلون الى ما وراء تجارب الحياة العصبية، وقد تكون لديهم القدرة على اكتساب المعرفة ورؤى جديدة حول مفهوم الذات، ولديهم القدرة على التعامل مع الضغوط سواء كانت (اجتماعية- اكااديمية - مهنية)، ولديهم القدرة على استخدام اساليب فعالة، والقدرة على تكوين علاقات ناجحة مع الاخرين
- كما أن الشخصية المتمتعة بالازدهار النفسي قد يكون انفعالاته إيجابية، والسعي الدائم حول التنظيم والكفاءة في حياته، وقد يكون لديه مستويات منخفضة من التوتر والقلق والاكتئاب

• في حين أوضحت بعض الدراسات ان الافراد المتمتعون بالازدهار النفسي لديهم القدرة على تحقيق أهدافهم ورؤية مستقبلية، واكتساب المعرفة وتحمل المسؤولية، والمقدرة على وضع خطط وبدائل للتعامل مع المواقف الصعبة (Schettino et al, 2022).

ثانياً: أهمية الازدهار النفسي:

1. الازدهار النفسي هو يساعد الفرد على الشعور بأفضل حالة ممكنة ويساعد الفرد على الصمود وتحقيق الذات والتكيف مع متطلبات الحياة.
2. ينعكس الازدهار النفسي للأفراد على الصحة العامة، والقدرات الإنتاجية، والابداعية، والسلام النفسي، والتكافل الاجتماعي.
3. الازدهار النفسي يقلل من المشاكل الصحية والجسدية والنفسية فضلا عن تأثيراته الإيجابية من خلال تصورات الفرد وأفكاره وسلوكياته
4. ارتفاع مستوى الازدهار النفسي يؤدي الى تحسن الصحة الجسدية، والنفسية

(Keyes& Seligman,2012,216).

رابعاً: النظريات المفسرة للازدهار النفسي:

ظهرت عدة تصورات لنظرية لمفهوم الازدهار النفسي من أهمها:

1. تصور Seligman ٢٠٠٠:

قدم مارتن سيلجمان الهدف الأساسي لعلم النفس الإيجابي؛ نظرية السعادة الحقيقية، تساهم في ازدهار أو الاداء الأمثل للأشخاص والمجموعات والمؤسسات من الإيجابية في علم النفس ثم تطوير نظرية السعادة الحقيقية هي قياس الرضا عن الحياة، كهدف رئيسي لعلم النفس الإيجابي (Kainulainen,2020).

وقد وضع نظرية في الفضائل الإنسانية، تتضمن أربعة وعشرين موطن قوى موزعة على ستة فضائل، تساهم في بناء مكونات الازدهار وتم تسميتها باسم (PERMA) لأنها الأكثر تفسيراً وتوضيحاً للازدهار النفسي، وكذلك الأكثر استخداماً في الدراسات الحديثة ويتم عرضها على النحو التالي: خمسة عناصر للسعادة وجودة الحياة تتمثل في: المشاعر

الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي

الإيجابية، المشاركة أو الانخراط، العلاقات، المعنى، إنجازات (Seligman,2011,2397).

P – Positive Emotion المشاعر الإيجابية

وهي العنصر الرئيسي الاول للسعادة التي كتبها مارتن سيلجمان في كتابه بعنوان السعادة الحقيقية، وتشير المشاعر الإيجابية الى مشاعر السعادة الممتعة؛ مثل الشعور بالذات والرضا والبهجة (Forgeard et al,2011, 82)، وعندما يتم استخدام نقاط القوة الشخصية، يتم اختبار أعلى المشاعر الإيجابية، فالمشاعر الإيجابية ليست ضرورية فقط للرفاه الوجداني للشخص، ولكنها تؤثر أيضا على حالة الصحة الجسدية (Holdsworth,2019,11). ووقال Seligman ٢٠١١، نحتاج الى شعور إيجابي في حياتنا للعيش بشكل جيد، فالمشاعر الإيجابية مثل الالتزام والسعادة والامل والحب والهدوء تجدد طاقتنا وتجدد شبابنا (Ayse,2018). وعادة ما ترتبط المشاعر بالرفاه، مثل الفرح والامتنان والصفاء والهبة والحب والفخر والالهام والامل (Seligman,2011,2018) وتعزز المشاعر الإيجابية الأداء في العمل وتعزز الصحة البدنية وتقوى العلاقات وتخلق التفاؤل والامل في المستقبل (محمد أبو حلاوة ، ٢٠١٤ ، ١٤).

E – Engagement المشاركة أو الانخراط

وهي حالة من الانشغال والتدفق النفسي أثناء قيام الفرد بالعمل، وذلك تعنى الإيجابية، وذلك حيث يتبنى الفرد شعار؛ افعل ما تريد وإنشغل به حتى ولم تكافئ عليه طالما أنك تحبه

R – Relationships العلاقات

وذلك يشير إلى قدرة الفرد على عمل علاقات جيدة وناجحة مع الآخرين، وتكون علاقات متقبلة من الطرفين (Huppert, F, 2013, 847) فالإنسان بطبيعته اجتماعي يسعى للتفاعل مع الآخرين طوال الوقت، ويفضل وجود شركاء له، مما يسهم في سلامة صحته النفسية

M – Meaning المعنى

أن يشعر الإنسان أن له اهداف ورؤية يجب الوصول إليها وأنها ذات معنى، تكون السعادة هي سر النجاح لتحقيق الأهداف، أن يكون للفرد مثلا أعلي يقلده، ويتساءل عن

أفعاله ليحذو حذوه، تجعل كل شيء يفعل المرء له هدف ومعنى فكل هدف يتحقق يقود الفرد لهدف اعلي وأسمى منه فيسعد الفرد (Dien r& M, Chan,2011,37).

المحور الخامس إنجازات **A – Accomplishments**

شعور الفرد بأنه دائماً في نجاح وتحقيق إنجازاته بحيث تشعره بالسعادة النفسية، وبخاصة عند تقدير الآخرين لذلك الإنجاز؛ فيشعره ذلك بالقوة، والقبول (Butler & Kern, 2016,10).

٢. اقتراح ٢٠٠٠ Diener

وقدم Diener مقياساً مُختصراً، تم استخداًه بشكل كبير في البحوث والدراسات السابقة (Huppert & So, 2013:839)، هذا المقياس يوصف الازدهار من خلال إشباع الفرد للحاجات التالية، وجود معنى وهدف للحياة وتكوين علاقات إيجابية مع الآخرين، والشعور بالكفاءة، وتقدير الذات، والاندماج الإيجابي، والإسهام في هناء الآخرين (Santini, 2019: 258).

٣. نموذج 2018 Mesurado

تناول هذا النموذج الازدهار النفسي على يد (Mesurado,2018) كمجموع للشعور بالرضا عن الحياة والتصرف بفعالية، وهو المستوى المرتفع من الرفاهة النفسية، ويتكون الازدهار النفسي في هذا النموذج من ثلاثة أبعاد:

أ. الرفاهية الاجتماعية **social well - being** وتشمل ما يلي:

- ١- تصور الفرد كونه عضو مهم في المجتمع.
- ٢- الشعور بالاقتراب من أعضاء المجتمع الآخرين.
- ٣- القيام بمعالجة المشكلات التي يوجهها المجتمع.
- ٤- الشعور بمساهمة الفرد في العمل والتقدم الاجتماعي.

ب. الرفاهة النفسية **Psychological well - being** وتشمل ما يلي:

- ١- تصور الأشخاص للمعنى والهدف في الحياة.
- ٢- الانخراط في الأنشطة الشخصية والاجتماعية.

الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي

٣- تصور مستقر وعام للحياة الاسرية والعمل.

ج. الرفاهية الوجدانية **emotional well-being**:

الشعور بالاتجاهات الإيجابية والسلبية (عبد العزيز محمود، ٢٠٢٢، ٢٢٩).

٤. **تصور 2002، Keyes**

وهو يتكون من ثلاثة ابعاد هو: الهناء الوجداني الذي قام بتقديمه (Diener, 2000) قدم العديد من المقاييس والاختبارات الخاصة بمفهوم الهناء الوجداني، والهناء الشخصي تتبلور هذا الاتجاه عن طريق (Ryff, 1989)، الذي اهتم بمراجعة الدراسات والنظريات السابقة في مجال علم النفس، والهناء الاجتماعي (Keyes, 1998). وقد اعطى اهتماماً لإضافة البعد الاجتماعي في الازدهار النفسي، وذلك بعد مراجعته للعديد من نظريات والدراسات وعلم النفس الاجتماعي (فادية علوان، 2016، 11).

دارسات سابقة:

هدفت دراسة **Nurcahyo & Valentina (2024)** إلى تقييم الخصائص السيكومترية للنسخة الإندونيسية من مقياس الازدهار والتي تشمل الموثوقية والبنية الداخلية والصلاحية المتقاربة، وتكونت عينة الدراسة (١١٢٩)، التي تشمل المعنى والغرض في الحياة، والمشاركة في الأنشطة، والعلاقات الاجتماعية، ومشاعر الكفاءة مقياس الازدهار ومقياس التجربة الإيجابية والسلبية (SPANE) واستبيان صحة المريض (PHQ-9). وقد اشارت معاملات ألفا كرونباخ إلى اتساق داخلي جيد لمقياس الازدهار النفسي. كما أكدت نتيجة تحليل العوامل التأكيدية أن بنية العامل الواحد لمقياس الازدهار تتناسب مع البيانات. وقد أظهرت نتيجة تحليل العوامل التأكيدية متعدد المجموعات ثبات القياس عبر عينتين فرعيتين. أظهرت نتائج اختبار الارتباط وجود ارتباط كبير بين مقياس الصحة النفسية واختبار SPANE الى ان واختبار PHQ-9. وبالنظر إلى كليهما، اولمن اعتبار النسخة الإندونيسية من مقياس الصحة النفسية أداة موثوقة وصالحة لقياس الصحة النفسية للمجتمع الإندونيسي.

توصلت دراسة (Stripp et al (2024) الى ان اختبار مؤشر الازدهار المكون من (١٠) بنود ومؤشر الازدهار الأمن المكون من (١٢) بنداً في عينة ملائمة من البالغين الدانماركيين، وتكونت عينة الدراسة من (٣٢٥) مشاركاً في مسحاً مقطعيًا، وقد تم استخدام تحليل العوامل التأكيدية في إطار نمذجة المعادلات الهيكلية لتحديد الصلاحية الهيكلية من خلال مقارنة أربعة نماذج مختلفة محددة مسبقاً للمؤشرات. بالإضافة إلى ذلك، تم فحص الاتساق الداخلي والصلاحية المتقاربة والتزايدية وموثوقية إعادة الاختبار. وقد أظهرت نماذج FI صلاحية هيكلية متفوقة مقارنة بنماذج مماثلة لـ SFI، على الرغم من أن جميع النماذج كانت جيدة التطابق. كانت الاتساقات الداخلية مع أوميغا ماكدونالدز ٠,٨٩ و ٠,٨٧ لـ FI و SFI، على التوالي. وكانت المجالات الخمسة (FI) أو الستة (SFI) هي السعادة والرضا عن الحياة، والصحة العقلية والجسدية، والمعنى والغرض، والشخصية والفضيلة، والعلاقات الاجتماعية الوثيقة، والاستقرار المالي والمادي (-0.51 = 0.91). كما دعمت اختبارات الصلاحية المتقاربة والتزايدية الفرضيات المحددة مسبقاً، أظهرت تحليلات إعادة الاختبار باستخدام FI و SFI درجة عالية من موثوقية إعادة الاختبار. بناءً على الأدلة النفسية المذكورة في هذه الدراسة، يبدو مؤشر الازدهار الدانماركي ومؤشر الازدهار الأمن مناسبين للاستخدام مع البالغين الدانماركيين الأصحاء. يأمل المؤلفون أن يحفز هذا التقييم النفسي القياسي لـ FI و SFI البحث في الأنماط والنتائج الصحية والاقتصادية والتنبؤات بالازدهار البشري في الدانمارك.

هدفت دراسة أمنية جمال خالد (٢٠٢٤) إعداد أداة لقياس الازدهار النفسي لدي من طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة (٥٧٥) طالباً وطالبة من جامعة المنيا، وتوصلت نتائج الدراسة الى ان الصورة النهائية التي تكونت من (٣٤) عبارة موزعة على خمسة ابعاد أساسية هي (تنظيم المهام، والطاقات الإبداعية، والعلاقات الاجتماعية، والإنجازات، والمشاعر الذاتية الإيجابية) كما توصلت نتائج الدراسة الى وجود ارتفاع لكل من صدق وثبات المقياس والتي كانت جميعها دالة عند مستوى (٠,١) مما يدل على صدق وثبات المقياس.

الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي

كما اهتمت دراسة الاعاء نور الدين محمود (٢٠٢٢) الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي والتعرف على صدق وثبات مقياس، تكونت عينة الدراسة من (٣٥٦) طالبا وطالبة، وكانت الصورة المبدئية للمقياس (٤٣) عبارة موزعة على (٥) ابعاد (البعد الاجتماعي، البعد الشخصي، البعد الوجداني، البعد الأكاديمي، البعد الروحاني) وقد تم التحقق من صدق المقياس بالصدق الظاهري، والصدق العاملي، وصدق المقارنة الطرفية. وتم التحقق من ثبات المقياس بطريقة ألفا كرو نباخ، وطريقة التجزئة النصفية. وبعد المعالجة الإحصائية للمقياس أصبح في صورته النهائية مكون من (٤٣) عبارة موزعة (٥) وابعاد وهي (البعد الاجتماعي، البعد الشخصي، البعد الوجداني، البعد الأكاديمي، البعد الروحاني).

كما هدفت دراسة محمد جاد محمد (٢٠٢٣) الى إعداد وتدرج مقياس الازدهار النفسي وفقا لنموذج مقياس التقدير لأندريش متعدد التدرج، تكونت عينة الدراسة من (٥٢٨) عضو هيئة بحثية بالمراكز القومية للبحوث، وتوصلت نتائج الدراسة الى أن قيمة تمييز مفردات مقياس الازدهار النفسي (١,٥٣٤) تدل على ارتفاع تمييز مفردات المقياس بين مستويات أفراد العينة، وبلغت قيمة ثبات معامل صعوبة مفردات مقياس الازدهار النفسي (٠,٩٨٧) وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات تقديرات معامل الصعوبة لمفردات المقياس، كما أظهرت النتائج تمتع مقياس الازدهار النفسي بخصائص سيكومترية جيدة وأن دالة معلومات الاختبار لنموذج مقياس التقدير لأندريش كانت جيدة حيث بلغت أعلى قيمة لها (٣٨).

منهج وإجراءات الدراسة:

استخدم الباحث المنهج الوصفي الإحصائي باعتباره المنهج الملائم لتساؤلات وأهداف الدراسة والذي تم يتم من خلاله جمع المعلومات عن الظاهرة موضع الدراسة، ومن ثم توصيفها وتحليلها.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٢١٠) طالب وطالبة (٨٣ ذكر، ١٢٧ إناث) بمتوسط عمري قدره (٢٠,٤١) وانحراف معياري قدره (١,٧٥)، وكان الهدف من هذه العينة هو التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

مقياس الازدهار النفسي للشباب الجامعي، حيث تمثلت عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية لأدوات الدراسة من (٢١٠) طالب وطالبة من الشباب الجامعي.

خطوات اعداد مقياس الازدهار النفسي:

قام الباحث بالاطلاع على العديد من المصادر الرئيسية والأطر النظرية والأدبية والدراسات السابقة والمقاييس المرتبطة بمجال الازدهار النفسي ومنها:

- Diener et al 2010 (العلاقات الايجابية الاجتماعية، الهدف في الحياة، الرضا عن الحياة، الانشغال الإيجابي، الاستمتاع بالأنشطة اليومية، تقدير الذات، الكفاءة، التفاؤل، المساهمة في رفاهة الاخرين)
 - Seligman 2011 (المشاعر الايجابية، المشاركة، العلاقات الايجابية ن معنى الحياة، الإنجاز)
 - Mesurado et al 2018 (الهناء الاجتماعي، الهناء الشخصي، الهناء الوجداني)
 - Saeed abdulelah 2021 (العلاقات، احترام الذات، معنى الحياة، التفاؤل، الرضا عن الحياة)
- وصف المقياس:**

يتكون المقياس من (٥) ابعاد وكل بعد يتضمن عدداً من العبارات (٧) عبارة بحيث يصبح العدد الكلي لعبارات المقياس (٣٥) عبارة، وقد اهتم الباحث بالدقة في صياغة أبعاد وعبارات المقياس، بحيث لا تحمل العبارة أكثر من معنى، وأن تكون محددة وواضحة ومفهومة للشباب الجامعي، مع مراعاة صياغة العبارات في الاتجاه الموجب والتي اشتمل (٥) ابعادهما كالتالي:

جدول (١) ابعاد المقياس

م	أبعاد المقياس	عدد العبارات	العبارات
١	المشاعر الإيجابية	٧ عبارات	٧-٦-٥-٤-٢-٢-١
٢	الاندماج الأكاديمي	٧ عبارات	١٤-١٣-١٢-١١-١٠-٩-٨
٣	العلاقات الاجتماعية	٧ عبارات	٢١-٢٠-١٩-١٨-١٧-١٦-١٥
٤	الإحساس بمعنى الحياة	٧ عبارات	٢٨-٢٧-٢٦-٢٥-٢٤-٢٣-٢٢
٥	الانجاز الأكاديمي	٧ عبارات	٣٥-٣٤-٣٣-٣٢-٣١-٣٠-٢٩

الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي

الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي

مؤشرات صدق البنية لمقياس الازدهار النفسي:

قام الباحث بحساب مؤشرات صدق البنية لمقياس الازدهار النفسي باستخدام التحليل العاملي التوكيدي عن طريق برنامج AMOS20، ويوضح جدول (٢) معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس والنسبة الحرجة ومستوى الدلالة لتشبع كل مفردة على أبعاد مقياس الازدهار النفسي:

جدول (٢) تشبعات مفردات أبعاد مقياس الازدهار النفسي باستخدام التحليل العاملي التوكيدي

المفردة	الوزن الانحدار المعيارية	الوزن الانحداري	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة	البعد
٧	٠,٧٧	٠,٧٩	٠,٠٦	١٣,٩٦	٠,٠١	المشاعر الإيجابية
٦	٠,٨٧	١,٠٥	٠,٠٦	١٧,٠٩	٠,٠١	
٥	٠,٧١	٠,٦٨	٠,٠٦	١٢,١٦	٠,٠١	
٤	٠,٨٣	١,٠٢	٠,٠٧	١٥,٧٦	٠,٠١	
٣	٠,٨٢	٠,٩٦	٠,٠٦	١٥,٥	٠,٠١	
٢	٠,٨٦	٠,٩٧	٠,٠٦	١٦,٧	٠,٠١	
١	٠,٨٦	١	-	-	-	
١٤	٠,٧٤	١,٠٦	٠,١١	١٠,٠٨	٠,٠١	الاندماج الأكاديمي
١٣	٠,٦٨	٠,٩٧	٠,١	٩,٣٢	٠,٠١	
١٢	٠,٨	١,٢٩	٠,١٢	١٠,٨٤	٠,٠١	
١١	٠,٧٥	١,١٢	٠,١١	١٠,٢٢	٠,٠١	
١٠	٠,٨٥	١,٦٢	٠,١٤	١١,٣٦	٠,٠١	
٩	٠,٨١	١,٣١	٠,١٢	١٠,٩٧	٠,٠١	
٨	٠,٦٧	١	-	-	-	
٢١	٠,٧٥	١,٢٩	٠,١١	١١,٥٦	٠,٠١	العلاقات الاجتماعية
٢٠	٠,٧٧	١,٠٦	٠,٠٩	١١,٨٦	٠,٠١	
١٩	٠,٧٩	١,١٤	٠,٠٩	١٢,٢٣	٠,٠١	
١٨	٠,٧٨	١,٠٦	٠,٠٩	١٢,٠٨	٠,٠١	
١٧	٠,٧٨	١,٢٨	٠,١١	١٢,١٥	٠,٠١	
١٦	٠,٦٨	١,٠٤	٠,١	١٠,٣١	٠,٠١	
١٥	٠,٧٥	١	-	-	-	
٢٨	٠,٧٨	١,٠٥	٠,٠٩	١١,٧٤	٠,٠١	الإحساس

محمود سيد محمود إسماعيل

مستوى الدلالة	النسبة الحرجة	خطأ القياس	الوزن الاتحادي	الوزن الانحدار المعياري	المفردة	البعد
٠,٠١	١١,٢٥	٠,٠٨	٠,٩	٠,٧٥	٢٧	بمعنى الحياة
٠,٠١	١٢,٤٩	٠,٠٧	٠,٩١	٠,٨٣	٢٦	
٠,٠١	١١,٧٤	٠,٠٩	١,٠٦	٠,٧٨	٢٥	
٠,٠١	١٢,١٧	٠,٠٨	١,٠٢	٠,٨١	٢٤	
٠,٠١	١٠,٥٧	٠,١١	١,١٩	٠,٧١	٢٣	
-	-	-	١	٠,٧٥	٢٢	
٠,٠١	٤,٥	٠,٠٨	٠,٣٦	٠,٣٢	٣٥	الانجاز الأكاديمي
٠,٠١	٤,٨٥	٠,٠٩	٠,٤٢	٠,٣٥	٣٤	
٠,٠١	٤,٧	٠,٠٩	٠,٤١	٠,٣٤	٣٣	
٠,٠١	٥,٩٣	٠,٠٨	٠,٥	٠,٤٢	٣٢	
٠,٠١	٥,٨٢	٠,٠٩	٠,٥٢	٠,٤١	٣١	
٠,٠١	١٢,٩٤	٠,٠٧	٠,٨٦	٠,٨٤	٣٠	
-	-	-	١	٠,٨	٢٩	

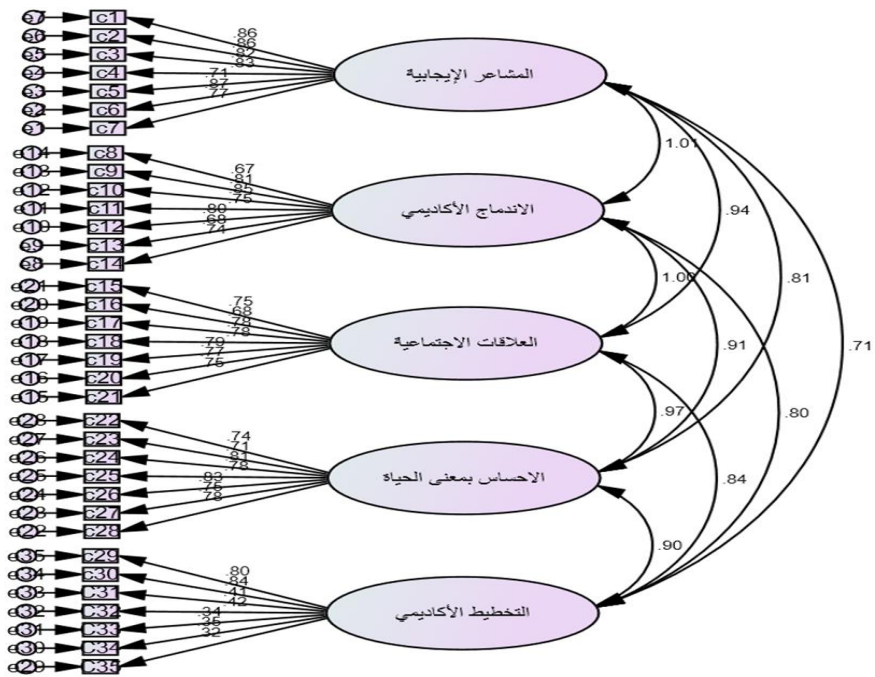
اتضح من جدول (٢) أن جميع مفردات مقياس الازدهار النفسي كانت دالة عند مستوى ٠,٠١، وقام الباحث بحساب مؤشرات صدق البنية لأبعاد مقياس الازدهار النفسي. ويوضح جدول (٣) مؤشرات صدق البنية لمقياس الازدهار النفسي:

جدول (٣) مؤشرات صدق البنية لمقياس الازدهار النفسي

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
Chi-square (CMIN)	١٢٣٧,٥٢	
مستوى الدلالة	دالة إحصائياً عند ٠,٠١	
DF	٥٥٠	
CMIN/DF	٢,٢٥	أقل من ٥
GFI	٠,٩٦	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوي ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
NFI	٠,٩٧	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوي ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
IFI	٠,٩٧	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوي ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
CFI	٠,٩٨	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوي ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
RMSEA	٠,٠٤	من (صفر) إلى (٠,١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.

الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي

اتضح من جدول (٣) أن مؤشرات النموذج جيدة حيث كانت قيمة χ^2 للنموذج = ١٢٣٧,٥٢ بدرجات حرية = ٥٥٠ وهي دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، وكانت النسبة بين قيمة χ^2 إلى درجات الحرية = ٢,٢٥، ومؤشرات حسن المطابقة (GFI=0.96)، مطابقة جيدة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الازدهار النفسي. ويمكن توضيح نتائج التحليل العاملي التوكيدي لبنية أبعاد الازدهار النفسي من خلال الشكل التالي:



الشكل رقم (١) البناء العاملي لمقياس الازدهار النفسي

حساب الاتساق الداخلي للمقياس:

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

محمود سيد محمود إسماعيل

جدول (٤) معاملات الارتباط بين كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه المفردة لمقياس الازدهار النفسي

المشاعر الإيجابية		الاندماج الأكاديمي		العلاقات الاجتماعية		الإحساس بمعنى الحياة		الإنجاز الأكاديمي	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٦٣	٨	**٠,٥٥	١٥	**٠,٦٧	٢٢	**٠,٦٢	٢٩	**٠,٥٧
٢	**٠,٤٧	٩	**٠,٥٣	١٦	**٠,٥٤	٢٣	**٠,٥٠	٣٠	**٠,٦٦
٣	**٠,٤٤	١٠	**٠,٤٨	١٧	**٠,٥٨	٢٤	**٠,٥٧	٣١	**٠,٦٨
٤	**٠,٥٢	١١	**٠,٥١	١٨	**٠,٧١	٢٥	**٠,٦٩	٣٢	**٠,٦٩
٥	**٠,٦٠	١٢	**٠,٥٧	١٩	**٠,٦٣	٢٦	**٠,٦١	٣٣	**٠,٧٣
٦	**٠,٦٩	١٣	**٠,٧١	٢٠	**٠,٥٢	٢٧	**٠,٧٩	٣٤	**٠,٤٩
٧	**٠,٥٨	١٤	**٠,٦٤	٢١	**٠,٥٥	٢٨	**٠,٦١	٣٥	**٠,٥٣

** دالة عند ٠,٠١

اتضح من جدول (٤) أن جميع مفردات أبعاد المقياس كانت دالة عند مستوى ٠,٠١، والذي يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس، كما تم حساب الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٥) معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	البعد
**٠,٧٩	المشاعر الإيجابية
**٠,٨٢	الاندماج الأكاديمي
**٠,٨١	العلاقات الاجتماعية
**٠,٧٦	الإحساس بمعنى الحياة
**٠,٨٥	الإنجاز الأكاديمي

اتضح من جدول (٥) أن الأبعاد تتسق مع المقياس ككل حيث تتراوح معاملات الارتباط بين: (٧٦,٠ - ٠,٨٥) وجميعها دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى أن هناك اتساقاً بين جميع أبعاد المقياس، وأنه بوجه عام صادق في قياس ما وضع لقياسه. حسبت قيمة الثبات للأبعاد الفرعية باستخدام معامل ألفا كرونباخ و المقياس ككل، والجدول التالي يوضح هذه المعاملات:

جدول (٦) ثبات أبعاد مقياس الازدهار النفسي والمقياس ككل

العامل	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية (سيبرمان براون)
المشاعر الإيجابية	٠,٧٢	٠,٧١
الاندماج الأكاديمي	٧٤,٠	٧٢,٠
العلاقات الاجتماعية	٠,٧٥	٠,٧٤
الإحساس بمعنى الحياة	٠,٧٠	٠,٦٩
الإنجاز الأكاديمي	٠,٧٣	٠,٧٢
المقياس ككل	٠,٨٥	٠,٨٢

الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي

اتضح من الجدول السابق (٦) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات المقياس وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرو نباخ كانت مرتفعة، وبذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق والثبات ويمكن استخدامها علمياً.

نتائج الدراسة:

قد تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس باستخدام التحليل العاملي التوكيدي والاتساق الداخلي للتحقق من صدق المقياس ومعامل ألفا كرو نباخ والتجزئة النصفية للتحقيق من الثبات، كما أوضحت النتائج تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق والثبات، وبذلك أثبت المقياس قيمته العملية من حيث أداءه تشخيصية ذات صدق وثبات ويستطيع أن يستخدمها الممارسين في مجال العلاج والتشخيص النفسي لتقييم مستوى الازدهار النفسي بالإضافة الى انه أداءه صالحة للاستخدام في المجال الأكاديمي والبحوث العلمية.

المراجع العربية

- ١- آلاء نور الدين محمود. (٢٠٢٢). الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي وعلاقته بالتحصيل في بيئة التعلم الهجين بين طلاب الجامعة. المجلة التربوية، ج١٠١، ٣٣٧ - ٣٧٥.
- ٢- أمينة جمال، نرمين محمود، ياسمين صلاح. (٢٠٢٤) الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي وعلاقته لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية جامعة بنى سوف جمهورية مصر العربية. ج٣، ص١٦٢-١٨٨.
- ٣- عبد العزيز محمود عبد العزيز. (٢٠٢٢). الاسهام النسبي لرأس المال النفسي والذكاء الوجداني في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، جمهورية مصر العربية. مج٤٦، ع١، ٢١١ - ٢٨٨.
- ٤- عفراء إبراهيم خميل العبيدي. (٢٠١٩). الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة فى ضوء بعض المتغيرات، المجلة الجزائرية للأبحاث والدراسات، مج(٨)، ع (٢)، الجزائر. ص ص ٣٧ -٥٢.
- ٥- فادية علوان. (٢٠١٦). تطور مفهوم السعادة من الخير إلى الازدهار، دراسات نفسية، ٢٦، ص ص١-٦.
- ٦- محمد السعيد عبد الجواد أبو حلاوة. (٢٠١٤). علم النفس الإيجابي ماهيته ومنطلقاته النظرية وآفاقه المستقبلية، الاصدار الملكي لمؤسسة العلوم النفسية العربية، ع (٣٤)، تونس. ص ص٢-٤٢.
- ٧- محمد جاد محمد محمد. (٢٠٢٣). استخدام نموذج مقياس التقدير لأندريش في تقدير الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي. المركز القومي للبحوث التربوية والتنمية مج٦، ع ١١، ص ص ١٠٢٢-١٠٩٩.
- ٨- مها إبراهيم محمد. (٢٠٢٢). الأبداع الانفعالي وعلاقته بكل من حل المشكلات والرفاهية النفسية والطموح الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. جامعة الأزهر - كلية الدراسات الإنسانية. ع ٢٩ ١٢١٤

- 9- Butler, J., & Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profler: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), P.p. 1-48.
- 10- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social indicators research*, 97, 143-156.
- 11- Huppert, F. A., & So, T. T. (2013). Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining well-being. *Social indicators research*, 110, 837-861.
- 12- Kainulainen, S. (2020). Flourishing within the Working-Aged Finnish Population. *Applied Research in Quality of Life*, 15(15), P.p. 187–205
- 13- Keyes, C. L. (2014). Happiness, flourishing, and life satisfaction. *The Wiley Blackwell encyclopedia of health, illness, behavior, and society*, 747-751.
- 14- Kim, H. K., Seo, J. H., & Park, C. H. (2022). The mediating effect of self-efficacy and coping strategy in relation to job stress and psychological well-being of home-visiting care workers for elderly during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 12164
- 15- Knoesen, R., & Naudé, L. (2018). Experiences of flourishing and languishing during the first year at university. *Journal of Mental Health*, 27(3), 269-278.
- 16- Mesurado, B., Crespo, R. F., Rodríguez, O., Debeljuh, P., & Carlier, S. (2018). The Development and Initial Validation of oA Multidimensional Flourishing Scale. *Current Psychology*, 1-10.
- 17- Miles, A., Andiappan, M., Upenieks, L., & Orfanidis, C. (2022). Using prosocial behavior to safeguard mental health and foster emotional well-being during the COVID-19 pandemic: A registered report of a randomized trial. *PloS one*, 17(7), e0272152.
- 18- Nurcahyo, F. A., & Valentina, T. D. (2024). The Indonesian Version of the Flourishing Scale: Is it Reliable and Valid for Indonesian People? *Evaluation & the Health Professions*, 47(1), 32-40.
- 19- Rothenberg, W. A., Lansford, J. E., Bornstein, M. H., Uribe Tirado, L. M., Yotanyamaneewong, S., Alampay, L. P., ... & Steinberg, L. (2021). Cross-cultural associations of four parenting behaviors with child flourishing: Examining cultural specificity and commonality in cultural

normativeness and intergenerational transmission processes. *Child development*, 92(6), e1138-e1153.

20- Santini, Z. I., Meilstrup, C., Hinrichsen, C., Nielsen, L., Koyanagi, A., Krokstad, S., Keyes, C. L. M. & Koushede, V. (2019). Formal volunteer activity and psychological flourishing in Scandinavia: Findings from two cross-sectional rounds of the European social survey. *Social Currents*, 6(3), P.p. 255-269

21- Schettino, G., Marino, L., & Capone, V. (2022). The impact of university-related variables on students' perceived employability and mental well-being: An Italian longitudinal study. *Sustainability*, 14(5), 2671.

22- Schotanus-Dijkstra, M., Drossaert, C. H. C., Pieterse, M. E., Boon, B., Walburg, J. A., and Bohlmeijer, E. T. 2017. "An early intervention to promote wellbeing and flourishing and reduce anxiety and depression: A randomized controlled trial." *Internet Interventions* 9: 15–24. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2017.04.002>.

23- Seligman, M. E. (2011). *Flourish: A new understanding of happiness and well-being-and how to achieve them.* (No Title). Thomas B. (2017). *THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONCEPT RELATED FACTORS AND*. California State University, Long Beach ProQuest, pp. 1-107.

24- Stripp, T. A., Cowden, R. G., Wehberg, S., Ahrenfeldt, L. J., Hvidt, N. C., & Lee, M. T. (2024). Salutogenic health measures: Psychometric properties of the Danish versions of the Flourish Index and the Secure Flourish Index. *Scandinavian Journal of Psychology*.

25- Van Zyl, L. E., & Stander, M. W. (2014). *Flourishing Interventions: A Practical Guide to Student Development.* Melinda Coetzee: (Eds.), *The Wiley Blackwell Encyclopedia of Health, Illness, Behavior, And Society* pp.747- 751

الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي

مقياس الازدهار النفسي

الاسم:

النوع: (ذكر/أنثى).....

الفرقة:

التخصص: (علمي/أدبي).....

رقم الهاتف:

تهدف العبارات إلى التعرف على رايك الشخصي ووجه نظرك في المواقف التالية، والمطلوب منك وضع علامة () في إحدى الخانات التي تتناسب مع رأيك بعد قراءة العبارات بدقة.

م	العبارات	موافق	أحياناً	غير موافق
١	أشارك مشاعر أصدقائي			
٢	أتحكم في انفعالاتي بشكل إيجابي			
٣	أتحكم في انفعالاتي عندما أتعرض لضغوط خارجية			
٤	التعبير عن حبي للأخرين بشكل عفوي			
٥	أرى الناس خيرون رغم مشاكلهم			
٦	يصعب عليا التحكم في انفعالاتي السلبية			
٧	أشعر بالسعادة أثناء تواجدي مع الآخرين			
٨	أفقد الإحساس بالوقت أثناء القيام بنشاطي المفضل			
٩	أشعر بالراحة وأعيش حياة جيدة			
١٠	أركز انتباهي فيما أقوم به من أعمال			
١١	أفعل الأشياء تلقائياً دون تفكير			
١٢	أشعر بالاستغراق التام عند الوقوف بجانب أصدقائي			
١٣	أشعر بشعور رائع عندما أنتهي من التكليف المخصص لي			
١٤	أشارك بحماس أصدقائي في الأنشطة الصيفية			
١٥	أسعى لتكوين صداقات جديدة			
١٦	علاقتي مع الآخرين سطحية			
١٧	علاقتي بزملائي جيدة			
١٨	يساندني أهلي عند احتياجي إليهم			
١٩	أشارك أصدقائي المناسبات الاجتماعية			
٢٠	تتصف علاقتي بالآخرين بالمودة			
٢١	عندما يحدث لي شيء جيد لدي شخص يريد مشاركة الأخبار السارة في حياتي			
٢٢	أفهم المعنى الحقيقي للحياة			
٢٣	أنا أستحق أن أعيش حياتي الرائعة			
٢٤	طموحاتي في الحياة لا حصر لها			
٢٥	سأفعل كل ما بوسعي لتحقيق هدفي			
٢٦	أشعر ان حياتي ثمينة لها معنى			
٢٧	أعجز ان أعيش حياتي بالصورة التي أريدها			
٢٨	انخرط في الأنشطة المتعلقة بالحياة الأكاديمية			
٢٩	أضع خطوط عريضة تساعد على تنظيم الأفكار			
٣٠	اطلع على أكثر من مرجع للتعرف على الأفكار الهامة			
٣١	استفيد بشكل جيد من الوقت الذي أخصه للمذاكرة			
٣٢	أهتم بالجوانب التطبيقية في أي مقرر			
٣٣	أشعر بقيمة الحياة عندما أحقق إنجازي الأكاديمي			
٣٤	أحاول ربط المحتويات المقررة ببعضها			
٣٥	أنظر إلى إنجازاتي بإيجابية			