

التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات كمنبئات بالازدهار النفسي للأبناء

صفاء عبد الستار إدريس (*)

الملخص:

هدف هذا البحث إلى استكشاف العلاقة بين التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات وتأثيرهما في الازدهار النفسي للأبناء، بالإضافة إلى تحديد إمكانية التنبؤ بالازدهار النفسي للأبناء بناءً على هذه المتغيرات المتعلقة بالأمهات، واستخدم البحث المنهج الوصفي الارتباطي لتحليل البيانات التي تم جمعها من عينة مكونة من ٢٢٥ تلميذاً وتلميذة من المرحلة الإعدادية وأمهاتهم بمحافظة المنوفية خلال الفصل الدراسي الأول من العام ٢٠٢٤/٢٠٢٥؛ حيث تم إعداد ثلاثة مقاييس من قبل الباحثة لتقييم التواصل الرحيم لدى الأمهات، والحكمة لدى الأمهات، والازدهار النفسي لدى الأبناء، وأظهرت النتائج أن مستوى التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات كان جيداً، وكذلك مستوى الازدهار النفسي لدى الأبناء، مع تفوق في بُعد "المشاعر الإيجابية"، وتحديات في بُعد "المعنى من الحياة"، كما وجدت علاقة ارتباطية إيجابية بين التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات والازدهار النفسي للأبناء؛ حيث إن الأمهات اللاتي يتمتعن بمستوى أعلى من الحكمة والتواصل الرحيم يميل أبنائهن إلى التمتع بمستوى أعلى من الازدهار النفسي، وكشفت نتائج تحليل الانحدار أن بعض أبعاد التواصل الرحيم، مثل "التعبير الإيجابي عن المشاعر"، و"لغة حوار واضحة"، و"التعبير عن التقدير والامتنان"، لها تأثير معنوي على الازدهار النفسي للأبناء، بالإضافة إلى ذلك، تبين أن بُعد "التفهم والتعاطف مع الآخرين" في الحكمة له تأثير معنوي على الازدهار النفسي للأبناء، ولم تظهر فروق دالة إحصائية في الازدهار النفسي للأبناء حسب

(*) مدرس علم النفس كلية البنات للآداب والعلوم والتربية - جامعة عين شمس إرسال على الإيميل

Safaa.edries@women.asu.edu.eg

الترتيب بين الأخوة، ويشير النموذج المقترح إلى وجود علاقة سببية بين التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات والازدهار النفسي للأبناء، مما يؤكد أهمية هذه المتغيرات في تعزيز الصحة النفسية للأبناء.

الكلمات المفتاحية: التواصل الرحيم للأمهات - الحكمة لدى الأمهات - الازدهار النفسي للأبناء.

Compassionate Communication and Maternal Wisdom as Predictors of Children's Psychological Flourishing

Safaa Abdel Sattar Idris (*)

Abstract:

This research aimed to explore the relationship between compassionate communication and mothers' wisdom and their impact on children's psychological flourishing, in addition to determining the possibility of predicting children's psychological flourishing based on each used the these variables related to mothers, and the res correlational method to analyze the data collected from a-descriptive sample of 225 male and female students from the preparatory stage and their mothers in Menoufia Governorate during the first semester of the year 2024/2025, three scales were prepared by the researcher to assess the mothers' compassionate communication, mothers' wisdom, and children's psychological flourishing, and the results showed that the level of compassionate communication and wisdom of mothers e level of psychological flourishing of children, was good, as well as th with superiority in the “positive emotions” dimension and challenges in the “meaning of life” dimension, and there was a positive correlation between The results of the regression analysis revealed e dimensions of compassionate communication, such as that som

(*)Psychology Lecturer, Faculty of Girls for Arts, Sciences and Education, Ain Shams University

“egaugnal golaid raelc” dna “sgnileef fo noisserpxe evitisop”
“no tcapmi tnacifingis a evah” edutitarg dna noitaicerppa gnisserpxe
being of children, and the results of the -the psychological well
ession analysis revealed that some dimensions of compassionate regr
communication, such as “positive expression of feelings,” “clear
dialog language,” and “expressing appreciation and gratitude,” have a
the ‘being In addition-significant impact on psychological well
saw modsiw fo noisnemid” srehto rof yhtapme dna gnidnatsrednu
found to have a significant effect on children's psychological
flourishing, and there were no statistically significant differences in
siblings. The children's psychological flourishing by order among
proposed model indicates a causal relationship between mothers'
compassionate communication and wisdom and children's
psychological flourishing, which emphasizes the importance of these
.variables in promoting children's mental health

Keywords: Compassionate communication of mothers –
Wisdom for mothers – Children’s psychological flourishing.

مقدمة:

تهدف الدراسة الحالية إلى استكشاف العلاقة بين التواصل الرحيم
والحكمة لدى الأمهات وتأثيرهما في الازدهار النفسي للأبناء؛ حيث تعتبر
الأسرة اللبنة الأساسية في المجتمع؛ إذ تتكون من الزوجين والأبناء، وتمثل
النواة التي تدور حولها حياة الفرد، فهي بمثابة مجتمع صغير متكامل، تتفاعل
وظائفها مع وظائف الأنظمة المجتمعية الأخرى، فتؤثر فيها وتتأثر بها؛ كما
يُعد الاستقرار النفسي للأبناء مرهونًا بنجاح العلاقة الزوجية وسلامتها من أي
اضطرابات أو توترات، فالخلافات الزوجية تؤدي إلى خلق بيئة سلبية تدفع
الزوجين إلى الابتعاد عن بعضهما بعضًا وعن أبنائهما؛ مما ينعكس سلبًا على
السمات النفسية والشخصية للأبناء (محمد نور الدين، ٢٠٠٠، ٣).

كما أن العلاقة بين الزوجين هي المحرك الأساسي للعلاقات التي تربط
أفراد الأسرة ببعضهم بعضًا، فهي تحدد المناخ العاطفي الذي يسود الأسرة

ويؤثر بشكل مباشر في النمو النفسي للأطفال؛ حيث تشير صباح الرفاعي (٢٠١٨) إلى أن القدرة على التعبير عن المشاعر وتنظيمها، بالإضافة إلى فهم مشاعر الآخرين، تعتبر من أهم العوامل التي تساهم في بناء علاقات اجتماعية وزوجية ناجحة، وتسهيل التواصل والتفاعل الاجتماعي؛ مما يؤدي إلى تكيف الفرد نفسياً واجتماعياً مع محيطه.

وفي المقابل، فإن العلاقات الزوجية المضطربة تهدد استقرار الأسرة وتماسكها، وتؤثر سلباً في الأبناء؛ حيث تعيق الأم عن دورها في رعاية الأبناء، وهذا يؤكد ما ذكر بولبي (Bowlby, J, 1980)؛ حيث تعرض لمفهوم التعلق بصفة تتعارض مع الطرح السيكولوجي القائل بأن الارتباط بالأم هدفه إشباع الحاجات البيولوجية، معتبراً أن التعلق يُشبع بُعدين لدى الرضيع؛ البعد البيولوجي المتمثل في تلبية الحاجات، والبعد النفسي المتمثل في البحث عن الأمان، ورأى أن التعلق هو سياق فطري مشترك بين جميع البشر تكون فيه مجموع الميكانيزمات الأولية كالابتنسامة والاحتضان والبكاء التي تظهر بصفة جد مبكرة عند الرضيع كأساس قاعدي لبناء التعلق.

ونتيجة لما سبق يُعد مصطلح "التواصل الرحيم" الذي ظهر على يد "مارشال روزنبرج"، الذي أسس عام ١٩٨٤ مركزاً للتواصل اللاعنف، وهي مؤسسة عالمية غير ربحية تُعنى بتنظيم دورات تدريبية حول العالم لتعزيز التواصل الإنساني، وقد انصب اهتمام روزنبرج على دراسة العلاقة بين اللغة والعنف، وتساءل عن الأسباب التي تدفع بعض إلى تبني سلوكيات عنيفة، وكيف يتمكن بعضهم الآخر من الحفاظ على طبيعتهم الرحيمة حتى في أصعب الظروف؟ وقد قاده ذلك إلى تطوير نموذج للتواصل يقوم على الإصغاء والحديث بلطف ورحمة، بحيث ينبع التواصل من المشاعر الطيبة (Rosenberg, 2005, 2).

ويُعتبر التواصل الرحيم لغة أو نموذجاً ابتكره روزنبرج بالاستناد إلى أعمال المعالج ألبرت أليس، وعالم النفس كارل روجرز، والفيلسوف إريك فروم،

وفلسفة أهيمسا، ويهدف هذا النهج إلى تعزيز التواصل مع الذات والآخرين برفق ولين، وتجنب العنف بجميع أشكاله، كما يسعى إلى بناء علاقات تقوم على النمو المتبادل من خلال التركيز على الاحتياجات العالمية بدلاً من أنماط التواصل التي تغذي الخوف والشعور بالذنب والخجل.

ويرى روزنبرج أن الأحكام التي يطلقها الآخرون ما هي إلا تعبيرات عن احتياجاتنا غير الملباة، لذلك يدعو التواصل الرحيم إلى الانتقال من لغة الأحكام إلى لغة الاحتياجات والتعاطف مع الذات والآخرين (Bonnell, & Vanlingen, 2017, 8).

كما يرتبط بالتواصل الرحيم أحد المفاهيم التي يقوم عليها ذلك التواصل، وهو مفهوم الحكمة التي تعتبر مفهوماً مهماً في علم النفس الإيجابي، يحظى باهتمام متزايد في مجالات التنمية والتعليم وعلم النفس.

وقد أشارت العديد من الدراسات إلى أن الحكمة تتطور خلال مرحلتَي المراهقة والشباب، وتصل إلى درجتها القصوى في مرحلة الرشد، والتي تقابل مرحلة الأمومة لدى الزوجات.

حيث تتجلى أهمية الحكمة في قدرة الأفراد على تطوير أنفسهم والتفاعل بشكل إيجابي مع الآخرين، فهي تساعد الفرد على فهم ذاته، وموازنة رغباته مع أفكاره وعواطفه، وتتطلب الحكمة مهارات التأمل والتفكير المنطقي؛ مما يساعد الفرد على اكتساب القدرة على حل المشكلات واتخاذ القرارات المستقبلية (Sternberg, Jarvin & Grigorenko, 2009).

ولقد تباينت وجهات النظر حول مفهوم الحكمة؛ حيث سعى العديد من العلماء إلى تعريفه بطرق مختلفة؛ فقد عرّف كل من باسط، وجادو ونوفل، وباليس وسميث، وباليس وستيودنجر (Baltes & Smith, 1990; Jado & Nofal, 2014; Bassett, 2011; Baltes & Staudinger, 2000; Grossmann & Linden et al., 2019; Kung, 2018) الحكمة بأنها معرفة وخبرة حياتية تسمح بإصدار القرارات الصائبة والأحكام المناسبة في مختلف مواقف الحياة، بينما

نظر إليها بعضهم الآخر على أنها التكامل والتوازن الداخلي والخارجي للفرد، والتكامل التام بين المعرفة والشخصية والعقل والفضيلة، كما في (Ardel, 2000; Kramer, 2000; Kunzmann, 2000; Staudinger & Glück, 2011; Yang, 2000).

وفي المقابل، عرف كل من كالتون، والدوين، وجيفا (Clayton, 1983; Aldwin, 2009; Jifa, 2013; Walsh, 2015) الحكمة بأنها سمة شخصية تعكس درجة عالية من النضج الإدراكي والسلوكي والعاطفي، أو أنها قدرة الفرد على الاستبصار العميق والفهم الدقيق لذاته؛ مما يساعد على تنظيم أفضل للذات، ويحقق الصالح العام للفرد والآخرين. وعلى الرغم من عدم وجود تعريف موحد متفق عليه لمفهوم الحكمة، إلا أنه تم الاتفاق على أنه بناء معقد متعدد الأبعاد، مع العديد من المكونات الفرعية.

وقد أوضحت دراسة بانجين (Bangen et al., 2013) أن هناك ستة أبعاد للحكمة هي الأكثر شيوعاً في الدراسات السابقة، وهي: المعرفة العامة بالحياة وصنع القرار الاجتماعي، والتنظيم العاطفي والبصيرة (القدرة والرغبة في فهم الذات وتصرفات الفرد على مستوى عميق)، ونسبية القيم (التسامح مع القيم المتباينة)، والحسم (القدرة على اتخاذ قرارات سريعة وفعّالة)، والسلوكيات الاجتماعية الإيجابية (التعاطف والرحمة والإيثار).

ومن خلال استعراض وجهات النظر المختلفة حول مفهوم الحكمة، يتضح أن الأمهات يمتلكن مخزوناً فريداً من الحكمة، يجمع بين المعرفة والخبرة الحياتية، والنضج العاطفي، والفهم العميق للذات والآخرين؛ وهذه الحكمة المتراكمة، التي تتشكل عبر تجارب الحياة وتربية الأبناء، تُمكن الأمهات من اتخاذ قرارات صائبة في مختلف المواقف، وفهم احتياجات أبنائهن بعمق، وتقديم الدعم والتوجيه اللازمين لهم، فالأم بحكمتها تستطيع أن تحقق التوازن بين رعاية أسرتها وتطوير ذاتها، وأن تغرس في أبنائها قيماً إيجابية مثل التعاطف والرحمة والإيثار؛ حيث إن حكمة الأمهات تمثل رصيذاً ثميناً للأبناء،

بل للمجتمع ككل؛ حيث تُساهم في بناء أجيال واعية وقادرة على مواجهة تحديات الحياة.

فالحكمة، بهذا المعنى، لا تقتصر على الجانب المعرفي فقط، بل تتعداه لتشمل القدرة على اتخاذ قرارات صائبة وفعّالة، وهذه القدرة تتجلى في عدة أبعاد، منها المعرفة العامة بالحياة، والقدرة على اتخاذ القرارات الاجتماعية السليمة، والتنظيم العاطفي الذي يساعد الفرد على التعامل مع تقلبات الحياة، والبصيرة التي تعزز الفهم العميق للذات ودوافعها، بالإضافة إلى نسبية القيم التي تشجع على التسامح مع القيم المتباينة، والحسم في المواقف التي تتطلب قرارات سريعة، وأخيراً السلوكيات الاجتماعية الإيجابية التي تعكس التعاطف والرحمة والإيثار (عبد المنعم علي وآخرون، ٢٠٢٣، ٤٢٤)، فالأمهات اللواتي يتحلين بهذه الحكمة يمكنهن خلق بيئة منزلية داعمة تعزز النمو الشامل لأبنائهن، وتساعدنهم على تطوير هذه الأبعاد الحيوية في شخصياتهم، فمن خلال الحكمة، تستطيع الأم أن تكون القدوة في اتخاذ القرارات الصائبة، وفي التعامل مع المواقف الحياتية المختلفة بوعي وفهم، كما أنها تصبح أكثر قدرة على توجيه أبنائها ليكونوا أفراداً فاعلين في مجتمعاتهم، قادرين على التفكير النقدي وحل المشكلات بأسلوب بناء.

ويُعتبر الازدهار النفسي حالة إيجابية شاملة تتجاوز مجرد الشعور بالسعادة، فهو نتاج تفاعل الأفراد ومشاركتهم الفعّالة في الحياة، مما يجلب لهم الفرح والرضا من خلال تحقيق الأهداف والتواصل الإيجابي مع الآخرين. والازدهار النفسي ليس حالة ثابتة، بل هو مفهوم ديناميكي يمكن لأي شخص تحقيقه من خلال بذل الجهد والعمل على تطوير الذات.

فالازدهار النفسي يشمل أبعاداً أوسع من مجرد المكونات الذاتية للفرد، مثل الكفاءة والحيوية والتفاؤل والاندماج ومفهوم الذات، ليمتد ويشمل جوانب موضوعية واجتماعية أخرى، مثل العلاقات الاجتماعية الإيجابية والمساهمة الاجتماعية والحياة ذات المعنى (Eraslan-Capan, 2016).

وقد تطور مفهوم الازدهار النفسي من خلال تطوير مفهوم الرفاه النفسي والسلوكيات الإيجابية، بما في ذلك الإنتاجية والإبداع والعلاقات الجيدة والسلوك الاجتماعي والصحة النفسية الجيدة (أحمد مصطفى، ٢٠٢٠)؛ حيث يُنظر إلى الازدهار النفسي على أنه حالة الصحة النفسية المثالية التي ترتبط بمستويات عالية من الرفاهية النفسية والأداء الإيجابي، فالشخص المُزدهر يتمتع بصحة نفسية جيدة ويعيش حياة مميزة؛ حيث يشعر بمشاعر إيجابية تجاه الحياة، ويسعى دائماً لتحقيق إمكاناته وأهدافه وتطلعاته، كما يتسم الازدهار بالإبداع والاستكشاف وإقامة الروابط الاجتماعية والمرونة والتمتع بالمعرفة البيئية (Knoesen & Naude, 2018).

وعليه؛ يُعتبر الازدهار النفسي حالة إيجابية شاملة تتجاوز مجرد الشعور بالسعادة، فهو نتاج تفاعل الأفراد ومشاركتهم الفعالة في الحياة، مما يجلب لهم الفرح والرضا من خلال تحقيق الأهداف والتواصل الإيجابي مع الآخرين. والأبناء الذين يتمتعون بازدهار نفسي مرتفع، يكونون أكثر قدرة على مواجهة التحديات والصعوبات، وتحقيق النجاح في مختلف جوانب حياتهم.

حيث يعتبر الازدهار النفسي أمراً مهماً للأبناء لأنه يمثل شكلاً من أشكال الصحة النفسية المتكاملة، ويساعدهم على تحقيق قدراتهم ومهاراتهم الكامنة، كما أن الأبناء الذين يتمتعون بالازدهار النفسي يكونون أكثر قدرة على مواجهة تحديات الحياة والتعامل مع الضغوط، ويشعرون بالسعادة والرضا عن حياتهم (مرفت خضير، ٢٠٢٣). بالإضافة إلى ذلك، يرتبط الازدهار النفسي لدى الطلاب بوجود أهداف في الحياة؛ حيث تساعد هذه الأهداف في منحهم معنى لحياتهم وزيادة دافعيتهم (Knoesen & Naude, 2018). لذا، يمثل الازدهار النفسي ضرورة حتمية للأبناء في أي مجتمع؛ حيث يساعدهم على التوافق مع أنفسهم ومجتمعهم، وحل مشكلاتهم، والتعامل بإيجابية مع مواقف الحياة المختلفة؛ مما ينعكس بشكل إيجابي على جودة حياتهم.

وتكمن مشكلة البحث في تحديد العلاقة بين التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات وتأثير ذلك في الازدهار النفسي للأبناء، ففي ظل التغيرات

المجتمعية السريعة والتحديات التي تواجه الأسر، يبرز دور الأم كشخصية محورية في تنمية الأبناء وتعزيز صحتهم النفسية.

مشكلة البحث:

تُعد الأم الركيزة الأساسية في بناء شخصية الأبناء وتشكيل مستقبلهم، وتؤدي دورًا جوهريًا في تنمية صحتهم النفسية وتعزيز ازدهارهم. وفي هذا السياق، يبرز التواصل الرحيم والحكمة كمهارات أساسية يمكن للأمهات اكتسابها وتطبيقها لتهيئة بيئة أسرية داعمة ومحفزة لنمو الأبناء، كما أن التواصل الرحيم هو عملية تواصلية تهدف إلى بناء علاقات إيجابية ومثمرة من خلال التعبير عن المشاعر والاحتياجات بوضوح واحترام، والاستماع الفعال للآخرين بتعاطف وتفهم (Rosenberg, 2005)، ويقوم هذا النوع من التواصل على أربع خطوات رئيسية: الملاحظة، المشاعر، الاحتياجات، والطلبات. وقد أثبتت الدراسات أهمية التواصل الرحيم في تعزيز الرضا الزوجي (Alihosseini, Rangaan & Zadeh, 2014)، وتقليل العنف بين الأطفال (Qudsyi, Trimulyanings & Stueck, 2018)، وخفض التوجهات العدوانية بين الطلاب (Dzaferovic, 2018)، كما أشارت دراسة عمرو عطايا (٢٠٢٠) إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الآباء والأمهات في التواصل الرحيم مع الأبناء لصالح الأمهات، مما يؤكد أهمية دور الأم في تطبيق مهارات التواصل الرحيم داخل الأسرة.

ويُعد الازدهار النفسي حالة من الصحة النفسية الإيجابية، تتضمن الشعور بالسعادة والرضا والإنجاز والهدف في الحياة، وقد تناولته العديد من النظريات الحديثة، مثل نظرية بيرما (Seligman, 2011) ونظرية كيبس (Keyes, 2014). وقد أظهرت الدراسات أن الازدهار النفسي يرتبط بالعديد من العوامل، مثل البيئة وأماكن قضاء وقت الفراغ (Hemat, Gamal, Gamal, & Ahmed, 2020)، والتنوع الاجتماعي (Matud, López-Curbelo, & Fortes, 2019)، والانغماس في الطبيعة (Frost et al, 2022).

فالأُم التي تُمارس التواصل الرحيم تُنشئ بيئة آمنة وداعمة يشعر فيها الأبناء بالفهم والتقدير؛ مما يُعزز شعورهم بالانتماء والأمان النفسي، وهما من الركائز الأساسية للازدهار النفسي.

وقد أكدت دراسات عديدة أهمية التواصل الرحيم في سياقات مختلفة، بما في ذلك العلاقة بين الآباء والأبناء. فعلى سبيل المثال، أشارت دراسة عمرو عطايا (٢٠٢٠) إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الآباء والأمهات في التواصل الرحيم مع الأبناء لصالح الأمهات؛ مما يُبرز الدور المحوري الذي تؤديه الأمهات في تبني هذا النمط من التواصل، كما أن تطوير مقياس لمهارات التواصل الرحيم للأمهات من قبل سميرة أبو غزالة وآخرين (٢٠٢١) يُعد دليلاً على الاهتمام المتزايد بهذا المفهوم في الأبحاث النفسية والاجتماعية.

بالإضافة إلى ذلك، تُشير نتائج دراسات أخرى إلى أن التدريب على مهارات التواصل الرحيم يُحسن جودة العلاقات الزوجية ويُعزز الأمن النفسي للأبناء (أمل محمد، ٢٠٢٤؛ إبراهيم عبده، ٢٠٢٢)، مما يؤكد الأثر الإيجابي غير المباشر للتواصل الرحيم في محيط الأسرة على الصحة النفسية للأطفال. إن قدرة الأم على التعبير عن مشاعرها بإيجابية، واستخدام لغة حوار واضحة ومحترمة، وإظهار التفهم والتعاطف مع أبنائها، والتعبير الواعي عن طلباتها، والتعبير عن التقدير والامتنان لهم، كلها أبعاد أساسية للتواصل الرحيم (Salazar, 2013; Bruser, 2011; Wacker & Dziobek, 2018) وتُساهم بشكل مباشر في بناء أسس قوية للازدهار النفسي لدى الأبناء.

كما أظهرت الدراسات أن الحكمة ليست مجرد صفة ثابتة، بل هي مجموعة من القدرات التي يمكن تطويرها وتعزيزها من خلال التعلم والتجربة. وفي هذا السياق، تبرز أهمية الدور الذي تلعبه الأمهات في تعزيز مهارات الحكمة لدى أطفالهن، من خلال توفير بيئة تعليمية داعمة، وتقديم إرشادات واضحة ومبنية على الأدلة، وتعزيز التفاعلات الإيجابية التي تدعم تطوير حس

الذات لدى الأطفال؛ حيث أشارت دراسة (Dosman et al, 2023) إلى أن الأمهات يمكنهن تعزيز مهارات التنظيم الذاتي والارتباط العاطفي لدى أطفالهن من خلال تقديم إرشادات واضحة ومبنية على الأدلة، كما كشفت دراسة (Mazloom & Ardel, 2023) عن العلاقة بين حكمة الأمهات وخصائص التنمية الاجتماعية والعاطفية لدى المراهقين، وأظهرت أن حكمة الأمهات لها تأثير إيجابي خاص على الفتيات؛ حيث تعزز ذكاءهن الاجتماعي وكفاءتهن العاطفية، وتوصلت دراسة (Płóciennik, 2018) إلى العلاقة بين إبداع الأطفال وحكمتهم، وأشارت إلى أن الأنشطة التعليمية التي تحفز التفكير الإبداعي يمكن أن تعزز من حكمة الأطفال، كما أكدت العديد من الدراسات، مثل دراسة عمرو عمر وآخرين (٢٠٢٢) ومحمد الحوراني وفاطمة الغزبواوي (٢٠٢٠)، على وجود علاقة بين المشكلات الزوجية وضعف مهارات التواصل الاجتماعي، وعدم القدرة على حل المشكلات؛ مما يؤدي إلى تفاقم الخلافات وتصدع العلاقة الزوجية.

كما أشارت بعض الدراسات إلى الدور المهم للحكمة في التنمية النفسية والاجتماعية للأبناء، فعلى سبيل المثال، كشفت دراسة Mazloom & Ardel (2023) عن وجود علاقة إيجابية بين حكمة الأمهات وخصائص التنمية الاجتماعية والعاطفية لدى المراهقين؛ حيث وُجد أن حكمة الأمهات تُعزز بشكل خاص الذكاء الاجتماعي والكفاءة العاطفية لدى الفتيات، كما أن قدرة الأمهات على تعزيز مهارات التنظيم الذاتي والارتباط العاطفي لدى أطفالهن من خلال تقديم إرشادات واضحة ومبنية على الأدلة (Dosman et al., 2023) تُعد تجلياً للحكمة العملية في التربية. بالإضافة إلى ذلك، فإن توفير بيئة تعليمية داعمة، تُعزز التفكير الإبداعي لدى الأطفال، وهو ما يرتبط بدوره بتنمية الحكمة (Płóciennik, 2018)، يُؤكد أهمية الدور الذي تؤديه الأمهات في رعاية النمو الشامل لأبنائهن.

إن المهارات التي تتضمنها الحكمة، مثل المعرفة الذاتية، ومهارات الحياة، وإصدار الأحكام، والتنظيم الانفعالي، والإيثار (Brown & Green, 2009)، كلها تُساهم في خلق بيئة أسرية مُغذية تُعزز من قدرة الأبناء على الازدهار النفسي والتغلب على صعوبات الحياة بثقة ومرونة.

وعلى الرغم من أهمية التواصل الرحيم والحكمة في تعزيز الازدهار النفسي للأبناء، إلا أن هناك نقصًا في الدراسات التي تبحث في العلاقة بين هذه المتغيرات؛ وبالتالي، يسعى البحث الحالي إلى استكشاف العلاقة بين التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات والازدهار النفسي للأبناء، ويهدف إلى تحديد ما إذا كان التواصل الرحيم والحكمة يمكن أن يتنبأ بالازدهار النفسي للأبناء، وذلك من خلال الإجابة عن الأسئلة التالية:

١. ما طبيعة العلاقة بين التواصل الرحيم لدى الأمهات والازدهار النفسي لدى أبنائهن؟
٢. هل توجد علاقة بين مستوى الحكمة لدى للأمهات والازدهار النفسي لأبنائهن؟
٣. هل يختلف مستوى الازدهار النفسي للأبناء تبعًا لمتغيرات (النوع، الترتيب داخل الأسرة)؟
٤. هل يمكن التنبؤ بمستوى الازدهار النفسي للأبناء بناءً على مستوى التواصل الرحيم لدى الأمهات؟
٥. هل يمكن التنبؤ بمستوى الازدهار النفسي للأبناء بناءً على مستوى الحكمة لدى الأمهات؟
٦. هل توجد علاقة سببية بين التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات والازدهار النفسي للأبناء؟

هدف البحث:

يهدف البحث إلى تحديد العلاقة بين التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات، وتأثير ذلك على الازدهار النفسي للأبناء، والكشف عن إمكانية التنبؤ بمستوى الازدهار النفسي للأبناء بناءً على مستوى التواصل الرحيم والحكمة

لدى الأمهات، بالإضافة إلى استكشاف تأثير المتغيرات الأخرى، مثل النوع والترتيب داخل الأسرة.

أهمية البحث:

تأتي أهمية البحث من خلال ما قد يقدمه من:

١. إبراز أهمية دور الأم في تنمية الأبناء وتعزيز صحتهم النفسية، خاصة في ظل التغيرات المجتمعية السريعة والتحديات التي تواجه الأسر.
٢. فهم العلاقة بين التواصل الرحيم والحكمة والازدهار النفسي؛ حيث يسعى البحث إلى فهم العلاقة بين التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات وتأثير ذلك في الازدهار النفسي للأبناء؛ مما قد يقدم رؤى جديدة حول كيفية تطوير هذه المهارات لدى الأمهات.
٣. يمكن أن يسهم البحث في تصميم برامج تدريبية وإرشادية للأمهات، تُساعدهن على اكتساب مهارات التواصل الفعال وتعزيز الحكمة لديهن؛ مما ينعكس إيجاباً على الازدهار النفسي لأبنائهن.
٤. تعزيز الصحة النفسية للأبناء من خلال فهم العوامل التي تؤثر في الازدهار النفسي للأبناء، يمكن للمجتمع والأسر اتخاذ خطوات فعّالة لتعزيز الصحة النفسية للأبناء وتنشئتهم على نحو سليم.
٥. قد يضيف هذا البحث إلى الأدبيات البحثية في مجالات علم النفس والاجتماع والتربية، ويثري الفهم حول أهمية التواصل الرحيم والحكمة في حياة الأسر والمجتمعات.

حدود البحث:

يقتصر البحث على الحدود التالية:

- الحد الزمني: الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠٢٤/٢٠٢٥ م.
- الحد البشري: عينة من تلاميذ المرحلة الإعدادية بالصف الثاني، بلغ

عدددهم (٢٢٥ تلميذاً وتلميذة) بمدرستي (ذكي بدر الإعدادية الثانوية المشتركة بإدارة شبين الكوم التعليمية - مدرسة عبدالستار إدريس الإعدادية بإدارة أشمون التعليمية) محافظة المنوفية، وأمهات هؤلاء التلاميذ بنفس العدد.

- الحد الموضوعي: التواصل الرحيم لدى الأمهات وأبعاده، والحكمة لدى الأمهات ومكوناتها، والازدهار النفسي لدى الأبناء وأبعاده.

مفاهيم الدراسة:

التواصل الرحيم^(١):

تم تعريف التواصل الرحيم بأنه مفهوم متعدد الأوجه يتضمن التعبير عن الاهتمام واللفظ والتفهم تجاه الآخرين مع الاعتراف بمعاناتهم وتجنب الحكم عليهم (Neff, 2003)، وهو ليس مجرد كلمات طيبة بل موقفاً قلبياً ينعكس في التفاعل، ومجموعة من المهارات التي تُنمي القدرة على التواصل بلطف واعتناء حتى في الظروف الصعبة، ويشمل العلاقات الشخصية والاجتماعية ويتسم بالترابط والاعتناء (Branscomb, 2011)، كما يقوم على فهم الاحتياجات الأساسية المشتركة بين الناس والاستجابة لها بطريقة مناسبة (Lifshitz, 2007)؛ مما يؤكد أهمية الإصغاء الفعال والتعاطف لبناء علاقات قوية وصحية.

وتعرفه الباحثة إجرائياً بأنه: أسلوب تواصل تمتلكه الأم، يعتمد على إقامة علاقات تعاطفية مع الأبناء، من خلال مجموعة من المهارات والسلوكيات القابلة للقياس، ويقاس التواصل الرحيم في هذا البحث من خلال مقياس التواصل الرحيم المُعد في البحث.

الحكمة^(١):

تُعرف الحكمة بأنها قدرة الفرد على التصرف السليم وحل المشكلات الحياتية بفاعلية (Bao et al., 2022)، كما أنها استخدام المعارف ومهارات التفكير العليا لإصدار أحكام صائبة وإيجاد حلول للمشكلات بناءً على الفطنة والخبرة (أمل غنايم، ٢٠٢٠). وقد أُسِّمت إلى حكمة معرفية تتعلق بمعرفة الأمور المهمة في البيئة وحكمة عملية تتجلى في اتخاذ قرارات صائبة (فؤاد أبو حطب، ١٩٩٦)، بينما يرى Sternberg (٢٠٠٥) أنها الجانب التطبيقي للذكاء والخبرات لتحقيق التوازن بين الاهتمامات الشخصية والاجتماعية على المدى القريب والبعيد من خلال التكيف والتشكيل والاختيار للبيئة.

ويمكن تعريف الحكمة إجرائياً في هذا البحث بأنها: مجموعة من القدرات والمعارف والخبرات التي تمتلكها الأم، والتي تمكنها من إصدار أحكام جيدة وتقديم نصائح مفيدة حول الأمور الحياتية المهمة وغير المؤكدة المتعلقة بتربية الأبناء، وتقاس بالدرجة التي تحصل عليها الأم على مقياس الحكمة المعد في البحث.

الازدهار النفسي^(٢):

يُعرف الازدهار النفسي في علم النفس الإيجابي بأنه مفهوم شامل لتحقيق الصحة النفسية والتناغم، وهو أعم من الرفاهية والسعادة النفسية ويشملهما، ويرتبط بالمزاج الإيجابي والتفاؤل والشعور بالمسؤولية تجاه الآخرين (عفراء العبيدي، ٢٠١٩). ويُعتبر مصطلحاً شاملاً يتضمن كافة الجوانب النفسية للفرد وعلاقته بالآخرين، ويتأثر بالمتغيرات الإيجابية في الحياة (كريم عرفي، ٢٠٢١). كما يُعرف ببنيته النفسية التي تتضمن الشعور بحالة انفعالية موجبة عند الاستغراق في المهام، ووجود معنى للحياة، والشعور بقيمة الذات، وتكوين علاقات إيجابية، والسعي نحو تحقيق الأهداف والإحساس بالإنجاز (هناء زكي وسامح حرب، ٢٠٢١).

1- Wisdom

2- Psychological Flourishing

ويُرى بأنه اكتمال الصحة النفسية؛ حيث يشعر الفرد بمشاعر إيجابية تجاه الآخرين ويحقق تواصلًا إيجابيًا فعالاً، ويتضمن معنى الحياة والإنجاز والعلاقات الإيجابية والاندماج النفسي، ويظهر في التفاؤل والثقة وتقدير الذات والنشاط والسعادة والرضا (محمود يوسف، ٢٠٢٢)، كما يُعرف بأنه حالة نفسية يشعر فيها الفرد بمشاعر وأداء إيجابيين يحققان الأهداف والإنجاز المستمر والمساهمة في المجتمع؛ مما يؤدي إلى الرفاهية الشخصية والوجدانية والاجتماعية (محمود يوسف، ٢٠٢٢).

وتُعرفه الباحثة إجرائيًا بأنه: امتلاك الابن لمشاعر إيجابية نحو حياته ويظهر ذلك في اندماجه في الحياة والدراسة، وتكوين علاقات إيجابية مع الآخرين، والشعور بمعنى الحياة والاستمتاع بالإنجازات نحو معارفه ورضاه واقتناعه بمستواه المعرفي مع قدرته على مواجهة وحل المشكلات التي تواجهه بفاعلية؛ مما يحقق له الشعور بالسعادة والرضا، ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها الأبناء عينة الدراسة على مقياس الازدهار النفسي المعد في البحث.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

يتناول الإطار النظري للبحث عرض متغيرات البحث من حيث المفاهيم والتعريفات التي وردت لكل مفهوم والنظريات التي فسرت كل متغير، والدراسات السابقة التي تناولت كل متغير منها، وذلك على النحو التالي:

أولاً: التواصل الرحيم^(١):

طور مارشال روزنبرج مفهوم التواصل الرحيم كمرادف للتواصل اللاعنفي؛ حيث أسس عام ١٩٨٤ مركزاً للتواصل اللاعنفي، وهي مؤسسة عالمية غير ربحية، وقد استمرت جهود هذه المؤسسة حتى يومنا هذا؛ حيث تنظم دورات تدريبية تغطي ثلاثين دولة في خمس قارات حول العالم؛ وقد اهتم روزنبرج بتضمين مفهوم التواصل الرحيم في علم النفس العيادي من خلال

أبحاثه حول الآلية التي يحدث بها العنف عن طريق اللغة المستخدمة، بالإضافة إلى جهوده البحثية المتعلقة بفهم الطريقة التي ينشأ بها السلوك العنيف وما هي الطرق الأكثر سلمية في الاتصال؛ وقد حاول روزنبرج الإجابة عن سؤالين: ما الذي يدفع البشر للابتعاد عن الطبيعة الإنسانية الرحيمة؟ وكيف يستطيع بعض الناس الاحتفاظ بطبيعتهم الرحيمة حتى في أحلك الظروف والمواقف؟ وقد قاده هذا البحث إلى تطوير معنى معين في الاتصال يتضمن الحديث والاستماع بطريقة تسمح بظهور الرحمة الطبيعية الإنسانية وأن نتواصل مع الآخرين من أعماق القلب (Rosenberg, 2005).

وتُعرف الرحمة على أنها قدرتنا على الاهتمام بالآخر والتواصل معه بإيجابية (Goetz, Keltner & Simon-Thomas, 2010)، فالرحمة تقتضي بأن يفتح المرء قلبه للآخر وأن يستوعب ألمه ومعاناته، وألا يحكم على هذا الشخص ويستجيب له بتعاطف، وتقوم الرحمة على افتراض مؤداه أن معاناة شخص آخر ترتبط بمعاناتي الشخصية، ومن ثم تتولد رغبة طبيعية لدى الفرد في مساعدة الآخر واستيعاب مشاعرهم، ويمكن النظر إلى الرحمة على أنها عاطفة مودة تعمق العلاقات بين البشر.

وتعتبر الرحمة مبدأً أساسياً في العديد من الأديان السماوية، فهي تتضمن شعور الفرد بمعاناة وآلام الآخرين، وتتمنى أن يتحرر هؤلاء المتألمون من آلامهم (Houshmond et al, 2002)، فالرحمة مزيج من مشاعر التفهم والقبول والصفح. وتعتبر الرحمة مكوناً مهماً للتواصل؛ حيث إنه عندما يستجيب الفرد للآخر بقلب طيب وصدر منشرح، يميل التواصل في هذه الحالة لأن يكون خالياً من الأحكام السلبية والمصلحة الذاتية، كما تجعل هذه الرحمة الأشخاص يشعرون بالتقارب الأكبر من أنفسهم ومن الآخرين برعاية واهتمام ودعم، وبالتالي يتمكن الأفراد من التعايش مع الظروف العصيبة والمشاعر السلبية بمهارة وكفاءة كبيرة (Goetz, Keltner & Simon-Thomas, 2010).

١. مفهوم التواصل الرحيم:

يُعتبر التواصل الرحيم مفهومًا مركبًا يتضمن العديد من الجوانب والمستويات. فهو، كما وصفته (Neff, 2003)، تعبير عن مشاعر الاهتمام واللفظ والتفهم تجاه الآخر، مع الاعتراف بمعاناته والامتناع عن الحكم على عيوبه. إنه ليس مجرد كلمات طيبة، بل هو موقف قلبي ينعكس في طريقة تعاملنا وتواصلنا مع الآخرين. ويُعد التواصل الرحيم مجموعة من المهارات التي تتمي قدرة الفرد على التواصل مع الآخر باعتراف ولطف حتى في الظروف القاسية، كما أنه طريقة للتحدث والإصغاء من القلب.

ويمتد التواصل الرحيم ليشمل العلاقات الشخصية والاجتماعية؛ حيث يتسم بالترابط والاعتناء (Branscomb, 2011)، فهو يقوم على فرضية أساسية وهي أن الناس رحماء بطبيعتهم، ويتشاركون نفس الحاجات البشرية الأساسية ويتصرفون باستراتيجيات متشابهة تمكنهم من إشباع هذه الحاجات، وهذا يعني أن التواصل الرحيم لا يقتصر على مجرد التعبير عن المشاعر، بل يتعداه إلى فهم عميق لاحتياجات الآخرين والاستجابة لها بطريقة مناسبة.

ويقوم التواصل الرحيم على اعتقاد أساسي، أنه في كل عملية تواصل هناك مجموعة من الحاجات التي يسعى الفرد إلى إشباعها (Lifshitz, 2007, Kashtan & Kashtan)، فإذا ما تم تفهم وتقدير هذه الاحتياجات، فحينئذ يسهل حدوث التواصل الفعال والمثمر، وهذا يؤكد أهمية الإصغاء الفعال والتعاطف في التواصل الرحيم؛ حيث إن فهم احتياجات الآخرين هو الخطوة الأولى نحو بناء علاقة قوية وصحية معهم.

٢. أهمية التواصل الرحيم:

يُعتبر التواصل الرحيم موضوعًا مهمًا في الدراسات النفسية والاجتماعية؛ حيث يسعى الباحثون إلى فهم أبعاده المختلفة وتأثيره في العلاقات الإنسانية، وفي هذا السياق ركزت دراسة (Way & Tracy, 2012) على مفهوم الرحمة كعملية تتضمن التعرف على الآخر، والتواصل معه، والاستجابة لاحتياجاته.

وقد اعتمدت الدراسة على منهجية نوعية، وقامت بتحليل بيانات جمعت من متلقي الرعاية في دور رعاية المسنين، وأظهرت الدراسة أهمية الرحمة في تحسين جودة حياة الأفراد في هذه المرحلة العمرية الحرجة.

وفي سياق متصل، تناولت دراسات أخرى التواصل الرحيم في سياقات مختلفة، مثل العلاقة بين الآباء والأبناء، والعلاقات الزوجية. فقد قام عمرو عطايا (٢٠٢٠) بدراسة حول التواصل الرحيم بين الآباء والأبناء في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، وأظهرت النتائج وجود فروق بين الآباء والأمهات في التواصل الرحيم مع الأبناء، وأهمية مراعاة هذه الفروق عند تصميم البرامج الإرشادية. كما تناولت دراسات أخرى فعالية البرامج الإرشادية القائمة على التواصل الرحيم في تحسين العلاقات الزوجية والتخفيف من حدة الاختلالات الزوجية، مثل دراسة أمل محمد (٢٠٢٤) وإبراهيم عبده (٢٠٢٢)، وقد أظهرت هذه الدراسات أهمية التواصل الرحيم في تحسين جودة العلاقات الزوجية وتعزيز الأمن النفسي للأبناء. بالإضافة إلى ذلك، قامت سميرة أبو غزالة وآخرون (٢٠٢١) بتطوير مقياس لمهارات التواصل الرحيم للأمهات، وأظهرت الدراسة خصائص سيكومترية جيدة للمقياس؛ مما يجعله أداة مفيدة للباحثين والمهتمين بهذا المجال.

كما قدمت Julia et al (2024) مراجعة شاملة للتواصل الرحيم، استعرضت الأدبيات البحثية المتعلقة بهذا المفهوم، وتناولت أبعاده المختلفة، وأشارت إلى أهميته في مختلف السياقات، كما تناولت الدراسة التحديات التي تواجه الباحثين في هذا المجال، واقترحت اتجاهات مستقبلية للبحث.

كما أن عملية التواصل الرحيم تُولد رغبة حقيقية في أن نعطي للآخرين عطاءً من القلب، فعندما نعطي من القلب فإننا نفعل ذلك بدافع البهجة التي تشع بداخلنا عندما نقوم طواعية بإثراء حياة شخص آخر، وهذا النوع من العطاء يفيد من يعطي ومن يأخذ على حد سواء، فمن يأخذ يستمتع بالهبة التي يحصل عليها، ومن يعطي يستفيد من تقديره لذاته الذي أصبح بحالة أفضل

نتيجة لرؤية جهوده وهي تسهم من أجل إسعاد شخص آخر (Rosenberg, 2005).

٣. أبعاد ومكونات التواصل الرحيم:

يركز إطار التواصل الرحيم على التعبير عن النفس والاستماع للآخرين من خلال أربع خطوات رئيسية: الملاحظة، المشاعر، الاحتياجات، والطلبات. (Rosenberg, 2005; Tsuchida, 2007; Kashtan, 2006)

- **الملاحظة:** وصف ما يُرى أو يُسمع بدون تفسيرات أو أحكام.
- **المشاعر:** التعبير عن المشاعر بوضوح؛ حيث تشير المشاعر إلى الاحتياجات التي أُشبعَت أو لم تُشبع.
- **الاحتياجات:** التعبير عن الحاجات البشرية المشتركة دون التركيز على أفعال الآخرين.
- **الطلبات:** تقديم طلبات محددة وقابلة للتحقيق، مع تقبل الرفض.

كما حدد كل من (Salazar, 2013; Bruser, 2011; Wacker & Dziobek, 2018) ثلاثة مكونات رئيسية للتواصل الرحيم:

- **الحديث الرحيم:** التعبير عن الرحمة بالكلمات، والإنصات للآخرين، وإظهار التعاطف.
- **الرسالة الرحيمة:** التواصل الرحيم عبر الإنترنت من خلال رسائل داعمة.
- **اللمسة الرحيمة:** التعبير عن المشاعر من خلال اللمس، مع مراعاة هوية وطبيعة التواصل.

مما سبق يتضح أن التواصل الرحيم يمثل نمطاً تفاعلياً عميقاً يتجاوز مجرد تبادل الكلمات، ليشمل فهماً عميقاً لمشاعر واحتياجات الآخرين والاستجابة لها بطريقة إيجابية وداعمة. إنه يتجلى في القدرة على التعاطف والإصغاء الفعّال والتعبير عن الاهتمام والتقدير؛ مما يسهم في بناء علاقات

صحية وإيجابية في مختلف جوانب الحياة؛ وعليه يمكن تحديد الأبعاد التالية للتواصل الرحيم:

- التعبير الإيجابي عن المشاعر: وهو القدرة على التعبير عن المشاعر بصدق ووضوح بطريقة إيجابية وغير مؤذية، مع تجنب إلقاء اللوم أو الأحكام على الآخرين.
- لغة حوار واضحة: وهي استخدام لغة واضحة ومباشرة ومحترمة، مع تجنب الغموض أو التلاعب أو استخدام الكلمات الجارحة.
- التفهم والتعاطف مع الآخرين: وهو القدرة على فهم مشاعر ووجهات نظر الآخرين، وإظهار التعاطف والتفهم تجاههم، حتى في حالة الاختلاف في الرأي.
- التعبير الواعي عن الطلبات والمهام: وهو القدرة على التعبير عن الطلبات والمهام بوضوح وصدق، مع احترام حقوق الآخرين في رفض أو قبول هذه الطلبات.
- التعبير عن التقدير والامتنان: وهو القدرة على التعبير عن التقدير والامتنان للآخرين على جهودهم ومساهماتهم؛ مما يعزز الشعور بالتقدير والاحترام المتبادل.

٤. النظريات المفسرة للتواصل الرحيم:

أ) **نظرية أولاه (Olah's Theory):** يرى أولاه وزملاؤه أن المناعة النفسية نظام معقد يتألف من عدة أنظمة فرعية، وهذه بدورها تتكون من مجموعة من العوامل والأبعاد الفرعية، تتفاعل هذه العناصر معاً لحماية الذات والعقل من التأثيرات السلبية الشديدة للضغوط النفسية، ويتم ذلك من خلال التقييم المعرفي للمخاطر والتهديدات، وتفعيل الاستجابات السلوكية التي تقاوم الضغوط وتحقق التكيف مع البيئة. بالإضافة إلى ذلك، تهدف هذه العملية إلى زيادة الفاعلية والتكامل

ونمو الشخصية من خلال جمع ومزامنة الموارد والسمات المعرفية والدافعية والسلوكية للشخصية للتعامل الفعال مع الضغوط (Julia et al., 2024).

ب) **نظرية شافر (Shaffer's Theory):** يشير شافر إلى أن من بين الخصائص التي تميز الشخص ذو المناعة النفسية العالية والمقاومة النفسية هي المرونة. يتمتع هؤلاء الأفراد بالقدرة على التعامل مع التحديات بأسلوب مرن ومنفتح، وينظرون إلى الضغوط والتغيرات (الإيجابية والسلبية) على أنها فرص وتحديات تدفعهم للتعلم والتطور والنمو. تتطلب هذه العملية يقظة عقلية ونتيجة للتعامل الفعال والمرن مع التحديات، يتمتع الفرد بقدرة عالية على التوقع والتنبؤ، ويستخدم التغيير لصالحه (Arnesen-Trunzo, 2015).

مما سبق يمكن القول إن التواصل الرحيم يُعتبر مفهومًا متعدد الأبعاد، يتجلى في التفاعل الإنساني الذي يعكس الاهتمام والرعاية والتقدير للآخر. يتأثر هذا النوع من التواصل بعدة نظريات نفسية واجتماعية، تسهم في فهم أبعاده المختلفة وتأثيره على العلاقات الإنسانية. فمن وجهة نظر نظرية التعاطف، يُعتبر التعاطف عنصرًا أساسيًا في التواصل الرحيم؛ حيث يمكن الأفراد من فهم مشاعر الآخرين والتفاعل معها بشكل إيجابي؛ مما يعزز الروابط الإنسانية ويقويها (Julia et al., 2024)، كما أن نظرية الاتصال الإنساني تشير إلى أهمية الاتصال الفعال في بناء علاقات إيجابية، وتعتبر التواصل الرحيم جزءًا لا يتجزأ من هذا الاتصال؛ حيث يتضمن تفاعلاً يعكس الاهتمام والرعاية والتقدير، ولا يمكن إغفال نظرية التفاعل الاجتماعي التي تركز على كيفية تأثير السياقات الاجتماعية على سلوك الأفراد؛ حيث يتجلى التواصل الرحيم في كيفية استجابة الأفراد لحالات الآخرين في سياقات مختلفة، مثل العمل أو الرعاية الصحية، مما يؤكد أهمية السياق الاجتماعي في فهم وتطبيق التواصل الرحيم (Arnesen-Trunzo, 2015).

وترى الباحثة أن التواصل الرحيم يمثل نمطاً من التفاعل الإنساني يتجاوز مجرد تبادل الكلمات، ليشمل فهماً عميقاً لمشاعر واحتياجات الآخرين، والاستجابة لها بطريقة إيجابية وداعمة. إنه يتجلى في القدرة على التعاطف والإصغاء الفعال والتعبير عن الاهتمام والتقدير، مما يسهم في بناء علاقات صحية وإيجابية.

ثانياً: الحكمة لدى الأمهات^(١):

تُعد الحكمة من المفاهيم الحديثة نسبياً في علم النفس، خاصةً في مجال علم النفس الإيجابي، على الرغم من جذورها العميقة في الثقافات والحضارات القديمة. ومع تطور علم النفس الحديث، بدأ الباحثون في استكشاف الحكمة كقدرة عقلية عليا، بل ذهب بعضهم إلى اعتبارها "قدرة القدرات" (رمضان سالم، هاني سليمان، ٢٠٢٠، ١١١).

وقد ورد مصطلح الحكمة في القرآن الكريم والعديد من الأحاديث النبوية الشريفة؛ حيث يقول الله تعالى في سورة البقرة، الآية ٢٣١: "وَأذْكُرُوا اللَّهَ عَلَيْكُمْ وَمَا أَنْزَلَ عَلَيْكُمْ مِنَ الْكِتَابِ وَالْحِكْمَةِ يَعِظُكُمْ بِهِ"، وفي سورة النحل، الآية ١٢٥: "ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ". وقد تكرر لفظ الحكمة في القرآن الكريم عشرين مرة في تسع عشرة آية واثنى عشرة سورة.

١. مفهوم الحكمة:

يمكن تعريف الحكمة بأنها قدرة الفرد على التصرف السليم في المواقف وحل المشكلات الحياتية بطريقة صحيحة (Bao et al., 2022) كما يمكن أن تمثل قدرة الفرد على استخدام مجموعة من المعارف ومهارات التفكير العليا لإصدار الأحكام الصائبة في شؤون الحياة، وإيجاد الحلول المناسبة للمشكلات بناءً على الفطنة والبصيرة والخبرات السابقة (أمل غنايم، ٢٠٢٠، ١٢).

وقد أشار فؤاد أبو حطب (١٩٩٦) إلى أن الحكمة تنقسم إلى نوعين:

الحكمة المعرفية، التي تتجلى في معرفة الفرد للأمور الأكثر أهمية في بيئته، والحكمة العملية، التي تتجلى في اتخاذ قرارات صائبة بشأن المشكلات الحياتية الهامة.

ويرى (Sternberg, 2005) أن الحكمة تمثل الجانب التطبيقي للذكاء والخبرات المكتسبة، من خلال تحقيق التوازن بين اهتمامات الفرد الشخصية والاجتماعية على المدى القريب والبعيد، عبر تحقيق التوازن بين التكيف والتشكيل للبيئة الحالية والانتقاء للبيئة الجديدة.

وتُعرّف الحكمة إجرائيًا في البحث الحالي بأنها قدرة الأم على استخدام مجموعة من المعارف والمهارات العليا، بما في ذلك الخبرة والتأمل والتنظيم الانفعالي، لإصدار الأحكام الصائبة في المواقف الحياتية المتعلقة بتربية الأبناء؛ وتقاس الحكمة بالدرجة التي تحصل عليها الأم على مقياس الحكمة المعد في البحث.

٢. خصائص الحكمة:

أما عن خصائص الحكمة فإنها تتجسد في تكامل فريد بين المعرفة والشخصية والسلوك، فهي ليست مجرد تراكم للمعلومات، بل هي القدرة على ترجمة الخبرات وتطبيقها في سياقات الحياة المختلفة، فالشخص الحكيم يتميز بشغفه بالتعلم المستمر، وتحليل المعلومات بعمق، وربطها بالمعارف السابقة لتكوين رؤية شاملة. كما يدرك نسبية المعرفة، ويتقبل الغموض، وينفتح على وجهات النظر المختلفة (Pasupathi & Sataudinger, 2001).

وتتداخل الحكمة مع العديد من الخصائص النفسية الإيجابية، مثل قوة الشخصية، والنضج، والتعاطف، والقدرة على حل المشكلات، وإدارة العلاقات الاجتماعية (Barone, 2013; Bergsma & Ardel, 2012; Beimorghy et al., 2017)؛ فهي تمثل نضجًا للقدرات المعرفية والعاطفية والسلوكية؛ مما يمكن الفرد من التكيف بفعالية مع تحديات الحياة. وتتجلى وظائف الحكمة في قدرتها على حل المشكلات، وتقديم النصح، وتعزيز العمل الجماعي، وإدارة الحوارات

لحل النزاعات (محمد الشريدة، ٢٠١٥؛ محمد الشريدة، عبدالناصر الجراح، موفق بشارة، ٢٠١٣)، فالشخص الحكيم يتمتع بالقدرة على التفكير العميق، والتأمل الذاتي، واختيار الحلول المثلى؛ مما يساهم في تحقيق الصحة الاجتماعية والنفسية.

وترى الباحثة أن الحكمة تتجلى كجوهر متكامل يمزج بين المعرفة العميقة والشخصية المتوازنة والسلوك الرشيد؛ فهي ليست مجرد تجميع للمعلومات، بل هي القدرة على تحويل التجارب إلى رؤى نافعة وتطبيقها بفعالية في مختلف جوانب الحياة. الشخص الحكيم يتميز بشغفه الدائم بالتعلم، وقدرته على تحليل المعلومات بعمق، وربطها بخبراته السابقة لتكوين فهم شامل ومتكامل، كما أنه يدرك طبيعة المعرفة النسبية، ويتقبل الغموض، ويفتح على مختلف وجهات النظر؛ مما يسمح له بالتعامل مع تعقيدات الحياة بمرونة وحكمة، وأن تتداخل بشكل وثيق مع مجموعة من الخصائص النفسية الإيجابية، مثل قوة الشخصية، والنضج العاطفي، والتعاطف، والقدرة على حل المشكلات، وإدارة العلاقات الاجتماعية بفاعلية، فهي تمثل نضوجاً للقدرات العقلية والعاطفية والسلوكية، مما يمكن الفرد من التكيف بنجاح مع تحديات الحياة المختلفة.

تتجلى وظائف الحكمة في قدرتها على حل المشكلات المعقدة، وتقديم النصح السديد، وتعزيز التعاون الجماعي، وإدارة الحوارات لحل النزاعات بفاعلية. الشخص الحكيم يمتلك القدرة على التفكير العميق، والتأمل الذاتي، واختيار الحلول الأمثل؛ مما يساهم بشكل كبير في تحقيق الصحة الاجتماعية والنفسية للفرد والمجتمع.

٣. النظريات المفسرة للحكمة:

يمكن تقسيم نظريات الحكمة إلى فئتين رئيسيتين: النظريات الضمنية والنظريات الصريحة.

أ. النظريات الضمنية: وتركز هذه النظريات على كيفية فهم الأفراد للحكمة

- في حياتهم اليومية، بغض النظر عن التعريفات الأكاديمية؛ كما تعتبر أن الحكمة مفهوم متجذر في الثقافة واللغة، ويتشكل من خلال التجارب الحياتية، ومن أبرز هذه النظريات:
- نموذج برلين (Baltes, 2000): يرى أن الحكمة شكل متقدم من الأداء المعرفي، يتضمن معرفة واسعة وفهماً عميقاً للحياة.
 - نظرية التوازن في الحكمة لستيرنبرج (Sternberg, 2005): تعتبر الحكمة قدرة على تحقيق التوازن بين المصالح الشخصية والاجتماعية، باستخدام الذكاء والإبداع والمعرفة.
 - ب. **النظريات الصريحة:** تدرس هذه النظريات الحكمة كمفهوم متعدد الأبعاد، قابل للقياس والبحث العلمي، كما تعتمد على تعريفات واضحة للحكمة، وتحدد مكوناتها المختلفة، ومن أبرز هذه النظريات:
 - نموذج أردلت (Ardelt, 2003): يركز على ثلاثة أبعاد للحكمة: المعرفة، والتأمل، والعاطفة. وقد تم استخدام هذا النموذج في دراسة باروني (Barone, 2013)؛ حيث قام بدراسة العلاقة بين الحكمة والأخلاق لدى كبار السن.
 - نموذج براون وجرين (Brown & Green, 2009): يحدد عدة أبعاد للحكمة، مثل معرفة الذات، وفهم الآخرين، والحكم، والمعرفة الحياتية، ومهارات الحياة، والاستعداد للتعلم. ويشير هذا النموذج إلى أن الحكمة تتطور من خلال التعلم والخبرات والتفاعل مع الآخرين.
- وتسعى النظريات الضمنية إلى فهم كيف يفكر الناس في الحكمة، بينما تسعى النظريات الصريحة إلى تحديد ما هي الحكمة وكيف يمكن قياسها.
- ٤. مكونات الحكمة:**

تتنوع مكونات الحكمة وفقاً للنظريات المختلفة، وتشمل مزيجاً من المهارات العقلية والسمات الشخصية التي تمكن الفرد من التعامل مع تعقيدات

الحياة، ومن أهم مكونات الحكمة ما ذكر كل من (هيام شاهين، ٢٠١٢؛ محمد الشريدة، ٢٠١٥؛ Sternberg, 2005):

- المكونات المعرفية، وتتضمن فهمًا عميقًا للحياة، وإدراكًا للمعاني الخفية للأحداث، ورغبة صادقة في اكتساب المعرفة، كما تشمل القدرة على تحليل المشكلات المعقدة، والتفكير النقدي، واستخدام المعلومات بفعالية لحل المشكلات، وتعتبر المعرفة المكتسبة من التجارب الحياتية، وليس فقط من المؤسسات التعليمية، عنصرًا أساسيًا في الحكمة، حيث يؤكد أهمية التفسير الانتقائي للمعلومات، والمقارنة الانتقائية، والدمج الانتقائي في اكتساب الحكمة.

- المكونات التأملية: وتشمل القدرة على إدراك الواقع بموضوعية، والتفكير التأملي الذي يعزز الوعي الذاتي والبصيرة، وهي تتضمن القدرة على رؤية الأمور من وجهات نظر متعددة، وتجنب التمرکز حول الذات.

- المكونات الانفعالية: التي تتجلى في القدرة على إدارة الانفعالات بفعالية، والتحلي بالحب والتسامح والتعاطف، كما تتضمن قوة الأنا، والتنظيم الانفعالي، والانبساطية، والذكاء الاجتماعي.

- مهارات أخرى وتتضمن مهارات حل المشكلات، والكفاءة الاجتماعية، والذكاء الاجتماعي، والإبداع، والتفكير العملي، وأهمية المهارات التحليلية، ومهارات ما وراء المعرفة، والذكاء الاجتماعي في الحكمة.

٥. مهارات الحكمة:

يقدم نموذج (Brown & Green (2009) إطارًا شاملاً لمهارات الحكمة، يركز على ستة مكونات أساسية تتفاعل معًا لتشكل شخصية حكيمة.

- المعرفة الذاتية^(١): وتتضمن وعي الفرد بنقاط قوته وضعفه، وإدراكه لاهتماماته ومعتقداته، وقدرته على تحليل المواقف واتخاذ القرارات المناسبة

- (Brown & Green, 2009)، وتشمل هذه المهارة أيضاً القدرة على السيطرة على الانفعالات، والحفاظ على الثبات الانفعالي في مواجهة الضغوط، والتعبير عن المشاعر بطريقة مقبولة.
- فهم الآخرين⁽¹⁾: يعكس قدرة الفرد على احترام الآخرين، وفهم مشاعرهم، وتقديم المساعدة عند الحاجة، وتعديل السلوك عند التسبب في أذى (Brown & Green, 2009)، ويتجلى أيضاً في القدرة على تقديم النصيحة، وخدمة الآخرين، وأن يكون الفرد قدوة حسنة.
- الحكم⁽²⁾: ويتجلى في القدرة على فهم الثقافات المختلفة، والاستفادة من الخبرات المتنوعة، ورؤية الأمور من زوايا متعددة قبل اتخاذ القرارات، كما تعتبر الخبرات الشخصية والمعرفة المتراكمة أساساً للحكم السليم، وقد تم دراسة هذه المهارة من قبل حسني النجار (٢٠١٨) الذي درس العلاقة بين أساليب اتخاذ القرار والمرونة المعرفية وفعالية الذات الاجتماعية والحكمة.
- معرفة الحياة⁽³⁾: وتتضمن فهم العلاقات الإنسانية، والتأمل في معاني الحياة، وتقبل الغموض، وتعكس هذه المهارة القدرة على فهم دورة حياة الإنسان، والتعامل مع تعقيدات العلاقات الاجتماعية.
- مهارات الحياة⁽⁴⁾: وتشمل إدارة الوقت، وتحديد الأولويات، وتحقيق الأهداف، واتخاذ القرارات، والتواصل الفعال، كما تعكس هذه المهارة القدرة على إدارة الحياة بفعالية وإيجابية في مختلف المجالات، وقد تم دراسة هذه المهارات بواسطة باحثين آخرين ومنهم وفاء عبد الجواد (٢٠١٥) التي درست العلاقة بين الحكمة ومهارات التفاوض.
- الرغبة في التعلم⁽⁵⁾: وتتجسد في الاعتراف بمحدودية المعرفة، والانفتاح على

1- Understand others
2- Judgment
3- Knowing life
4- Life skills
5- Desire to learn

مصادر التعلم، وتقبل النقد البناء، كما تعكس هذه المهارة الدافعية المستمرة لاكتساب المعرفة وتطوير الذات (Brown & Green, 2009).

يتضح من خلال المهارات السابقة أن الحكمة ليست مجرد صفة ثابتة، بل هي مجموعة من القدرات التي يمكن تطويرها وتعزيزها من خلال التعلم والتجربة؛ حيث اشتقت الباحثة مجموعة من المهارات والتي اعتمد عليها البحث وهي (المعرفة الذاتية، ومهارات الحياة، وإصدار الأحكام، والتنظيم الانفعالي، والإيثار).

يتضح من خلال استعراض المفاهيم والنظريات المتعلقة بالحكمة أنها ليست مجرد مصطلح فلسفي أو ديني عابر، بل هي مفهوم نفسي متكامل ومتعدد الأبعاد، يشمل جوانب معرفية وعاطفية وسلوكية، فالحكمة تتجاوز مجرد تراكم المعلومات لتصبح قادرة على تطبيق هذه المعلومات بفعالية في مواقف الحياة المختلفة، مع الأخذ في الاعتبار السياقات المتنوعة ووجهات النظر المختلفة. تتجلى الحكمة في القدرة على التفكير العميق والتأمل الذاتي، وفي القدرة على اتخاذ قرارات صائبة ومناسبة، وفي القدرة على إدارة العلاقات الاجتماعية بفعالية، كما تتنوع النظريات المفسرة للحكمة، فمنها ما يركز على كيفية فهم الأفراد للحكمة في حياتهم اليومية (النظريات الضمنية)، ومنها ما يسعى إلى تحديد مكونات الحكمة وقياسها بشكل علمي (النظريات الصريحة). وتتفق معظم هذه النظريات على أن الحكمة تتضمن مجموعة من المكونات الأساسية، مثل المعرفة الذاتية، وفهم الآخرين، والحكم، ومعرفة الحياة، ومهارات الحياة، والرغبة في التعلم.

يتضح أيضاً أن الحكمة ليست صفة ثابتة، بل هي مجموعة من القدرات التي يمكن تطويرها وتعزيزها من خلال التعلم والتجربة.

وفي هذا السياق، تبرز أهمية الدور الذي تؤديه الأمهات في تعزيز مهارات الحكمة لدى أطفالهن، من خلال توفير بيئة تعليمية داعمة، وتقديم إرشادات واضحة ومبنية على الأدلة، وتعزيز التفاعلات الإيجابية التي تدعم تطوير حس الذات لدى الأطفال.

ثالثاً: الازدهار النفسي لدى الأبناء من تلاميذ المرحلة الإعدادية:

يسعى كثير من الأفراد والمنظمات في جميع أنحاء العالم نحو تحقيق الازدهار النفسي، لأنه يحقق النجاح التعليمي والمهني والاجتماعي، ويُنظر إلى دعم الازدهار على أنه قضية ذات أهمية كبيرة في حياة الطالب، لذلك يجب معالجتها في مستويات متعددة، حيث يعد الازدهار النفسي حالة دينامية مُتلى للأداء النفسي والاجتماعي، فمن خصائص الأفراد المزهرين نفسياً: تقدير الذات والتفاؤل والصمود والحيوية والعلاقات الاجتماعية.

١. مفهوم الازدهار النفسي^(١):

يُعد مفهوم الازدهار النفسي من المفاهيم الرئيسية والحديثة نسبياً التي يتناولها علم النفس الإيجابي، لدوره البالغ الأهمية في تحقيق الصحة النفسية والتناغم النفسي بين الأفراد، وقد يكون هناك تداخل بينه وبين بعض المفاهيم مثل الرفاهية النفسية والسعادة النفسية، ولكن الازدهار النفسي أعم من كليهما ويشملهما ويرتبط بالإضافة إليهما بالمزاج الإيجابي والتفاؤل لدى الفرد وإحساسه بالمسؤولية تجاه رفاهية الآخرين (عفراء العبيدي، ٢٠١٩، ٤٠).

ويرى كريم عرفي (٢٠٢١، ١٢٧٧) أن "الازدهار النفسي مصطلح شامل -تكاملي- مثالي يتضمّن كُـل الجوانب النفسية للفرد وعلاقته بالآخرين أيضاً، وإن اكتشاف وتعلم كيفية توظيفه بفعالية في الحياة الواقعية له تأثير في الطريقة التي يعيش بها الفرد ويتواصل مع الآخرين، فالازدهار النفسي هو بناء متعدد الأبعاد يؤثر ويتأثر بكثير من المتغيرات الإيجابية في حياة الفرد".

وكذلك يعرف بأنه بنية نفسية تتضمن شعور الفرد بحالة انفعالية موجبة عند الاستغراق في المهام الحياتية لدرجة الاندماج بين الفعل والوعي، ووجود معنى للحياة، والشعور بقيمة الذات وتكوين علاقات إيجابية داعمة مع

الآخرين، فضلاً عن كون الحياة هادفة يسعى فيها الفرد نحو تحقيق أهدافه والإحساس بالإنجاز (هناء زكي وسامح حرب، ٢٠٢١، ٨٧٥).

ويرى محمود يوسف (٢٠٢٢، ١٩٥) أنه مصطلح يدل على اكتمال الصحة النفسية للفرد، ففيه يشعر الفرد بمشاعر إيجابية تجاه الآخرين ويكون قادراً على تحقيق التواصل الإيجابي الفعال مع المحيطين به، ويتضمن الازدهار مكونات عدة منها: معنى الحياة والإنجاز والعلاقات الإيجابية والاندماج النفسي، وله عدة مظاهر منها: التفاؤل والثقة وتقدير الذات والنشاط والحيوية والسعادة والرضا.

كما يُعرف الازدهار النفسي بأنه "حالة نفسية يشعر فيها الفرد بمشاعر إيجابية وأداء إيجابي يحقق الأهداف والإنجاز المستمر والإسهام بأعمال مثمرة في المجتمع تؤدي إلى التمتع بالرفاهية الشخصية والوجدانية والاجتماعية" (محمود يوسف، ٢٠٢٢، ٤٣٤).

مما سبق يتضح أن الازدهار النفسي مصطلح هام في علم النفس الإيجابي، وله دور فعال في تحقيق الصحة النفسية والانسجام مع الآخرين، وهو يشمل الرفاهية النفسية والسعادة، مع دمج المزاج الإيجابي والتفاؤل والشعور بالمسؤولية تجاه الآخرين وهو مفهوم متعدد الأبعاد، ويعكس الأداء الأمثل للفرد والوعي الذاتي والعلاقات الإيجابية ويشمل عدة مكونات مثل معنى الحياة والإنجاز والتكامل النفسي، مما يؤدي إلى الشعور بالسعادة والرضا، حيث يمكن استخلاص ما يلي:

- الازدهار النفسي ليس مجرد غياب المشكلات النفسية، بل هو بناء نفسي شامل يتضمن جوانب متعددة مثل المشاعر الإيجابية، والعلاقات الإيجابية، والمعنى في الحياة، والإنجاز، والاندماج النفسي.
- يتأثر الازدهار النفسي بالعديد من المتغيرات الإيجابية في حياة الفرد.
- الازدهار النفسي يرتبط بمفاهيم مثل الرفاهية النفسية والسعادة النفسية، ولكنه أعم وأشمل منها.

- يشمل الازدهار النفسي بالإضافة إلى الرفاهية والسعادة، المزاج الإيجابي والتفاؤل والإحساس بالمسؤولية تجاه رفاهية الآخرين.
- الازدهار النفسي يؤدي دورًا هامًا في تحقيق الصحة النفسية والتناغم النفسي بين الأفراد.
- اكتشاف وتعلم كيفية توظيف الازدهار النفسي بفعالية في الحياة الواقعية يؤثر في طريقة عيش الفرد وتواصله مع الآخرين.
- وعليه فإن الباحثة تعرف الازدهار النفسي إجرائيًا بأنه: امتلاك الابن لمشاعر إيجابية نحو حياته ويظهر ذلك في اندماجه في الحياة والدراسة، وتكوين علاقات إيجابية مع الآخرين، والشعور بمعنى الحياة والاستمتاع بالإنجازات نحو معارفه ورضاه واقتناعه بمستواه المعرفي مع قدرته على مواجهة وحل المشكلات التي تواجهه بفاعلية، مما يحقق له الشعور بالسعادة والرضا، ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها الأبناء عينة الدراسة على مقياس الازدهار النفسي المعد في البحث.

٢. خصائص الازدهار النفسي:

- هناك العديد من الخصائص التي يتسم بها الازدهار النفسي، ومنها:
- الشعور بالارتياح والاتزان العاطفي: يتمتع الأفراد المزدهرون نفسيًا بالارتياح، وعدم التأثر الشديد بالعواطف، وتقبل الذات والآخرين. (محمد القضاة ومحمد الترتوري، ٢٠٠٦)
 - الهوية الأكاديمية والتكيف الإيجابي: يسعى الأفراد المزدهرون نفسيًا إلى حل أزمة الهوية بشكل إيجابي، مما يؤدي إلى حياة أكثر سعادة وقدرة على التكيف. (Landefeld, 2021؛ محمد عبد اللطيف، ٢٠٢٣)
 - الصحة العامة والرفاهية: يتمتع الأفراد المزدهرون نفسيًا برفاهية جسدية وعقلية عالية، وصحة عامة جيدة. (WHO, 2012; Younes and) (Alzahrani 2018; Santini et al 2021؛ محمود يوسف، ٢٠٢٢)

– الثقة بالنفس والمعنى في الحياة: يتمتع الأفراد المزدهرون نفسيًا بالثقة بالنفس، والإيمان بالقدرة الذاتية، والشعور بقيمة ومعنى الحياة. (ابتسام الزويني وآخرون، ٢٠١٦؛ Villieux et al, 2015; Dijastra et al, 2016)

وتستنتج الباحثة من الخصائص السابقة للازدهار النفسي أنه حالة شاملة تتجلى في جوانب متعددة من حياة الفرد، حيث يشمل الازدهار النفسي الشعور بالارتياح والالتزان العاطفي، والتكيف الإيجابي مع تحديات الحياة، والتمتع بصحة عامة ورفاهية عالية، بالإضافة إلى الثقة بالنفس والشعور بالمعنى في الحياة، هذه الخصائص المتكاملة تعكس حالة من التوازن النفسي والاجتماعي، حيث يكون الفرد قادرًا على تحقيق الرضا والسعادة، وبناء علاقات إيجابية، والمساهمة الفعالة في مجتمعه.

٣. أبعاد الازدهار النفسي:

تتباين مكونات الازدهار النفسي في الدراسات والبحوث السابقة حيث يوجد العديد من التصورات التي حاولت تحديد بنية الازدهار النفسي، حيث تتمثل أبعاد الازدهار النفسي كما حددها Ryff & Singer (2008, 23) في :

- تقبل الذات: تمثل مدى تقبل الفرد لأفكاره واتجاهاته السلبية والإيجابية.
- العلاقات الإيجابية مع الآخرين: تتمثل في التفاعل وبناء العلاقات السائدة على الود والثقة والاحترام مع الآخرين.
- الاستقلالية: وتمثل في مدى تفرد الفرد في قراراته والقدرة على تقرير مصيره بنفسه وتقويم ذاته ووقف المعايير الاجتماعية الصحيحة.
- التمكين البيئي، وتتمثل في القدرة مع التعامل بمرونة مع البيئة المحيطة وما يسودها من تغيرات معتمدا على الاستفادة من الخبرات الماضية والحالية.
- الغرض من الحياة: وتتمثل في قدرة الفرد على وضع أهداف موضوعية

- واضحة قابلة للتحقيق في ضوء التحلي بالمتابعة والإصرار .
- النمو الشخصي: ويتمثل في قدرة الفرد على تطوير وتنمية قدراته ومهاراته والارتقاء بها.
 - أما مرفت خضير (٢٠٢٢، ٤٠٧) فذكر أن الازدهار النفسي يتكون من:
 - السعادة الشخصية: وتمثل مدركات الفرد وتقييماته الحياتية في ضوء الحالات الانفعالية التي يمر بها وتتألف من ارتفاع المشاعر الإيجابية وانخفاض المشاعر السلبية والرضا عن الحياة.
 - السعادة النفسية : تشمل تقبل الذات والنمو الشخصي ووجود معنى وهدف للحياة واتخاذ القرار والعلاقات الإيجابية.
 - السعادة الاجتماعية: حيث يقيّم الأفراد دورهم الحياتي والمجتمعي ويشمل تقبل المجتمع، والمساهمة في بناء المجتمع، والترابط مع المجتمع، والانتماء للمجتمع.
 - في حين حدد (Seligman،2011، 24) أبعاد الازدهار النفسي في:
 - المشاعر الإيجابية - الانشغال الإيجابي - العلاقات الاجتماعية - وجود معنى أو هدف في الحياة - الإنجاز.
 - وحددت داليا محمد (٢٠٢٠) خمسة أبعاد للازدهار النفسي هي التفاؤل - العلاقات الاجتماعية الإيجابية الهدف - الإنجاز - قبول الذات.
 - وحددت زينب رزق (٢٠٢٠) الازدهار النفسي على أنه مركب من المشاعر الإيجابية مقترنة بالأداء الأمثل، وهو بنية نفسية تتألف من عدة أبعاد هي: البعد العاطفي البعد الشخصي البعد الاجتماعي البعد الروحي، وحددت دراسة (Kállay & Rus (2014). أبعاد الازدهار النفسي في (تقبل الذات - علاقات إيجابية مع الآخرين - الاستقلالية - إتقان العلاقات - الهدف في الحياة - النمو الشخصي)، وحددت صفاء بيرق (٢٠٢٣) أبعاد الازدهار النفسي في (المتابعة - الاندماج - التفاؤل - التواصل - السعادة).

وحددت دراسة نورا محمد ومنى شمس الدين (٢٠٢٤) أبعاد الازدهار النفسي في (المشاعر الإيجابية - الاندماج المدرسي - العلاقات الإيجابية - معنى الحياة والدراسة - الإنجازات) كما حددت دراسة أمنية محمود وآخرين (٢٠٢٤) أبعاد الازدهار النفسي في (تنظيم المهام - الطاقات الإبداعية - العلاقات الإيجابية - الإنجازات - المشاعر الذاتية الإيجابية).

وخلاصة القول إن الازدهار النفسي يشتمل على خمسة أبعاد رئيسية: (المشاعر الإيجابية - الانشغال الايجابي - العلاقات الإيجابية - المعنى من الحياة - النمو الذاتي) تساهم هذه الأبعاد معاً في كل من السعادة الذاتية والمقاييس الموضوعية للازدهار، وهي التي اعتمد عليها مقياس الازدهار النفسي في البحث.

٤. النظريات المفسرة للازدهار النفسي:

هناك العديد من النظريات الحديثة التي تناولت وفسرت الازدهار النفسي ومن أشهر تلك النظريات ما يلي:

أ) نظرية بيرما (PERMA MODEL):

وتنظر إلى مفهوم الازدهار النفسي بأنه يتألف من خمسة عناصر قابلة للقياس تمنحنا القدرة على معرفة مستوى الازدهار النفسي لدى الأفراد. يسهم كل عنصر من هذه العناصر في بلوغ الازدهار النفسي، لذا فإن هدف علم النفس الإيجابي هو تحقيق هذا الازدهار الذي يعد مفهوماً بناءً يتكون من عدة مكونات قابلة للقياس. وهذه العوامل قابلة للقياس (Seligman، 2011).

ب) نظرية كيبس 2002: Keyes

يرى كيبس (2014) أن الازدهار النفسي نقيض الوهن النفسي^(١) وهو مركب من ثلاثة أبعاد هو: البعد الأول: الهناء الوجداني: ويمثل مدركات الفرد وتقييماته لحياته في ضوء الحالات الوجدانية التي يمر بها، ويتألف من

1- languishing

ارتفاع المشاعر الإيجابية وانخفاض المشاعر السلبية الرضا المدرك عن الحياة. البعد الثاني: الهناء الشخصي: يتضمن تقبل الذات والنمو الشخصي، ووجود معنى وهدف الحياة والتمكن البيئي. البعد الثالث هو الهناء الاجتماعي وقد أعطى كيبس اهتماماً خاصاً للهناء الاجتماعي في الازدهار النفسي (Keyes, 2003).

يتضح مما سبق أن الازدهار النفسي يُنظر إليه من منظورين متكاملين؛ فبينما تركز نظرية بيرما على العناصر القابلة للقياس التي تساهم في تحقيق الازدهار، مثل المشاعر الإيجابية والعلاقات والهدف والإنجاز، تركز نظرية كيبس على الأبعاد الثلاثة للازدهار، وهي الهناء الوجداني والشخصي والاجتماعي، وتؤكد على أن الازدهار هو نقيض الوهن النفسي؛ وبذلك، تقدم النظريتان إطاراً شاملاً لفهم الازدهار النفسي، حيث يشمل جوانب متعددة مثل المشاعر الإيجابية، والعلاقات الإيجابية، والشعور بالهدف والمعنى، والنمو الشخصي، والتفاعل الاجتماعي الإيجابي.

ومن العرض السابق يتبين أن التواصل الرحيم والحكمة يُعدان من المفاهيم الهامة في علم النفس الإيجابي، حيث يساهمان في بناء علاقات صحية وإيجابية، وتعزيز النمو النفسي والاجتماعي، كما يُعد الازدهار النفسي هدفاً أساسياً يسعى إليه الأفراد والمجتمعات، حيث يعكس حالة من الصحة النفسية الإيجابية والتناغم النفسي. يتضح من خلال الإطار النظري أن هذه المفاهيم مترابطة ومتكاملة، حيث يمكن للتواصل الرحيم والحكمة أن يساهما في تحقيق الازدهار النفسي للأبناء. كما أن الأمهات يؤديان دوراً محورياً في تنمية هذه المفاهيم لدى أطفالهن، من خلال توفير بيئة أسرية داعمة ومحفزة.

الدراسات السابقة:

١. الدراسات التي تناولت التواصل الرحيم:

من الدراسات التي تناولت التواصل الرحيم لدى الآباء والأبناء هدفت

دراسة (Alihosseini, Rangaan & Zadeh (2014) التي هدفت إلى تحديد تأثير التدريب على مهارات التواصل الرحيم على الرضا الزوجي، من خلال تقييم أربعة أبعاد: رضا الزوجين، والتواصل بينهما، وحل النزاعات، والعلاقة الجنسية. استخدمت الدراسة تصميمًا تجريبيًا مع اختبار قبلي وبعدي ومجموعة ضابطة، بالإضافة إلى اختبار بعدي مؤجل لتقييم استقرار النتائج. شملت العينة ٦٤ زوجًا من الطلبة الأزواج الأجانب والهنود ذوي الرضا الزوجي المنخفض. أظهرت النتائج تحسنًا ملحوظًا في جميع الأبعاد الأربعة للرضا الزوجي بعد التدريب على مهارات التواصل الرحيم.

وفي دراسة أخرى، طور (Qudsyi et al. (2018 برنامجًا للتواصل اللاعنفي للأطفال في إندونيسيا، كجزء من وحدة "School of Empathy". تكونت العينة من ٩ طلاب في المرحلة الابتدائية تتراوح أعمارهم بين ٩ و ١٠ سنوات. استخدمت الدراسة برنامجًا لتنمية التواصل اللاعنفي في المدرسة كأداة للتدخل. أشارت النتائج إلى زيادة قدرة الأطفال على فهم خطوات التواصل اللاعنفي، والتفرقة بين أساليب العنف واللاعنف، والتعبير عن المشاعر، بالإضافة إلى انخفاض مستوى العنف لديهم؛ أما دراسة (Dzaferovic (2018 فاستهدفت استقصاء تأثير برنامج مستند إلى الاتصال الرحيم على الخلافات بين طلبة المدارس شملت العينة ١٨٠ طالبًا من الصف الرابع وأشارت النتائج إلى أن المجموعة التجريبية أظهرت انخفاضًا في التوجهات نحو السلوكيات العدوانية المرتبطة بالخلافات، مقارنةً بالمجموعة الضابطة.

وهدفت دراسة عمرو عطايا (٢٠٢٠) إلى فحص الفروق في التواصل الرحيم بين الآباء والأبناء في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. طبقت الدراسة على عينة من الآباء والأمهات من طلاب كلية الدراسات العليا للتربية في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠١٧ - ٢٠١٨ بلغ عددهم (٢٠٠) أب وأم. استخدمت الدراسة مقياس التواصل الرحيم إعداد (Salazar, (2013) وترجمة الباحث، وذلك بعد التحقق من خصائصه السيكمترية ومناسبته

لقياس متغيرات الدراسة، وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الآباء والأمهات في التواصل الرحيم مع الأبناء في متغير النوع لصالح الأمهات. كما أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الآباء والأمهات في التواصل مع الأبناء في متغير عدد الأبناء.

فيما هدفت دراسة أمل محمد (٢٠٢٤) للكشف عن فعالية برنامج إرشادي قائم على مبادئ التواصل اللاعنفي في التخفيف من حدة الاختلالات الزوجية وأثره على الأمن النفسي للأبناء، تم تطبيق مقياس الاختلالات الزوجية، إعداد الباحثة مقياس الأمن النفسي (شقيق، ٢٠٠٥) برنامج إرشادي قائم على مبادئ التواصل اللاعنفي، تكونت عينة البحث الاستطلاعية من (٤٢) زوج ممن تتراوح أعمارهم ما بين (٤٠ - ٦٠) بينما العينة التجريبية بلغت (١٠) أزواج من واقع عينة كلية بلغت (٣٠) زوجاً، أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين مستوى الاختلالات الزوجية لدى عينة الدراسة ومستوى الأمن النفسي لدى أبنائهم، كما كشفت عن أن شعور الزوجة يؤثر سلباً في الأمن النفسي للأبناء بصورة أكبر مقارنةً بشعور الزوج بالاختلال الزوجي.

٢. الدراسات التي تناولت الحكمة لدى الأمهات:

أشارت دراسة (Dosman et al (2023) إلى أن الأمهات يمكنهن تعزيز مهارات التنظيم الذاتي والارتباط العاطفي لدى أطفالهن، من خلال تقديم إرشادات واضحة ومبنية على الأدلة. تتضمن هذه الاستراتيجيات تفاعلات إيجابية تدعم تطوير حس الذات لدى الأطفال، مما يساهم في نموهم العاطفي والمعرفي كما تضمنت نصائح عامة لتوجيه الآباء و"درر" تدعم التنظيم الذاتي، والارتباط، وأخذ وجهات النظر المختلفة، وتطوير إحساس الطفل بذاته. كما تم الاستشهاد ببرامج تربوية قائمة على الأدلة للأطفال الذين يعانون حالات أكثر تعقيداً بسبب اضطرابات النمو أو التنظيم أو السلوك، والاختلافات الفردية في المزاج، أو محدودية الدعم الأبوي. ويوصى بروابط لمواقع الويب الخاصة بالوالدين، وتوفير نشرات "درر التربية" لترسيخ الفهم والمتابعة.

كما كشفت دراسة (Mazloom & Ardeh (2023) عن العلاقة بين حكمة الآباء وخصائص التنمية الاجتماعية والعاطفية لدى المراهقين على عينة من الأسر من طلاب الصفين العاشر والحادي عشر في المدارس الحكومية في يزد، إيران، وشارك ما مجموعه ١٤٠ ثلاثيًا من الآباء والأمهات والمراهقين في البحث. وباستخدام تحليلات الانحدار المتعدد، تبين أن حكمة الوالدين ترتبط إيجابًا بالذكاء الاجتماعي والكفاءة العاطفية لدى المراهقين، ولكنها لا ترتبط بمهاراتهم وقدراتهم المعرفية. علاوةً على ذلك، أظهرت تأثيرات تفاعلية دالة بين حكمة الوالدين وجنس المراهق، حيث تنبأت حكمة الأب فقط بالذكاء الاجتماعي والكفاءة العاطفية لدى الأبناء، بينما تنبأت حكمة الأم فقط بالذكاء الاجتماعي والكفاءة العاطفية لدى البنات. تشير هذه النتائج إلى أن (أ) الآباء الحكماء يبدو أنهم نماذج يحتذى بهم في التطور الاجتماعي والعاطفي للمراهقين من نفس الجنس، و(ب) أن التطور الفكري يعتمد على عوامل أخرى غير حكمة الوالدين. ويستنتج من ذلك أن تعزيز تنمية الحكمة لدى الوالدين من المحتمل أن يفيد التطور النفسي والاجتماعي لأطفالهم.

وهدف دراسة (Boloje, B (2024) إلى تقديم تحليل أخلاقي لمجال الحكمة حول دور الوالدين في نقل أهمية توجيهاتهم وتنمية الحكمة لدى الأبناء. يُنظر إلى تنمية شخصية الطفل على أنها عملية يكتسب من خلالها الصغار ويطورون صفات وقيمًا أساسية تشكل سلوكهم ونظرتهم الأخلاقية، وتشمل جوانب متنوعة كالأبعاد الأخلاقية والاجتماعية والعاطفية والمعرفية، وتتأثر بمجموعة من العوامل تشمل التنشئة الأسرية والتفاعلات الاجتماعية والتأثيرات الثقافية والتعليم والخبرات الشخصية. وعلى الرغم من أن أصل الوالدين كحماة أخلاقيين حيث تسلط على الأبعاد الروحية والأخلاقية للحياة الأسرية، وتعزز الشعور بالكرامة والتطور الشخصي في سياق هيكل أسري داعم.

٣. الدراسات التي تناولت الازدهار النفسي للأبناء:

هدفت دراسة (Hemat, Gamal, Gamal, & Ahmed (2020) إلى استكشاف العلاقة بين الازدهار النفسي والبيئة السكنية وأنشطة وقت الفراغ لدى المراهقين في المناطق الريفية والحضرية في سوهاج. توصلت النتائج إلى وجود ارتباط إيجابي بين الازدهار النفسي والبيئة المادية والأنشطة الترفيهية، مع عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الازدهار النفسي لدى عينة الدراسة ككل.

كما هدفت دراسة (Matud, López-Curbelo, & Fortes (2019) إلى تأثير النوع الاجتماعي على الرفاهية النفسية لدى البالغين في إسبانيا. أظهرت النتائج أن الرجال حصلوا على درجات أعلى في تقبل الذات والاستقلالية، بينما حصلت النساء على درجات أعلى في النمو الشخصي والعلاقات الإيجابية. وكان الالتزام بالأدوار التقليدية للجنسين والخصائص الذكورية والأنثوية العالية، مرتبطاً بزيادة الرفاهية النفسية لدى كلا الجنسين.

وهدفت دراسة (Frost et al. (2022) إلى مراجعة الأدبيات حول تأثير الانغماس الافتراضي في الطبيعة على الرفاهية النفسية. وجدت الدراسة أن النتائج متباينة، حيث أظهرت بعض الدراسات انخفاضاً في التأثير السلبي، بينما لم تجد دراسات أخرى أي تغيير أو زيادة. وأكدت الدراسة على الحاجة إلى مزيد من البحث لفهم تأثير الانغماس الافتراضي في الطبيعة على رفاهية الإنسان.

ومن خلال عرض الدراسات السابقة يتبين أنها تُظهر اهتمامًا متزايدًا بأهمية التواصل الرحيم وتأثيره الإيجابي على جوانب مختلفة من العلاقات والتطور النفسي. فقد أكدت دراسات (Alihosseini, et al (2014) و (Qudsyi. Et al (2018) و (Dzaferovic (2018) على فعالية برامج التواصل الرحيم في تحسين الرضا الزوجي، وتنمية التواصل اللاعنفية لدى الأطفال، وخفض السلوكيات العدوانية بين الطلاب. وتساهم دراسة عمرو عطايا (٢٠٢٠) في فهم الفروق في التواصل الرحيم بين الآباء والأمهات، في حين سلطت دراسة

أمل محمد (٢٠٢٤) الضوء على تأثير الاختلالات الزوجية وغياب التواصل الفعال على الأمن النفسي للأبناء. هذه الدراسات تؤكد بشكل عام على الدور المحوري للتواصل الإيجابي والرحيم في تعزيز العلاقات الصحية والحد من المشكلات السلوكية والنفسية. أما الدراسات التي تناولت الحكمة لدى الأمهات، فقد أشارت دراسة (Dosman, et al (2023) إلى أهمية الإرشادات الأبوية المبنية على الأدلة في تعزيز التنظيم الذاتي والارتباط العاطفي لدى الأطفال.

وكشفت دراسة (Mazloom و Ardeli (2023 عن وجود علاقة إيجابية بين حكمة الوالدين والتنمية الاجتماعية والعاطفية للمراهقين، مع وجود فروق بين تأثير حكمة الأب والأم حسب جنس الابن. في حين قدمت دراسة Boloje (2024) تحليلاً أخلاقياً لدور الوالدين في نقل الحكمة وتنمية شخصية الأبناء. هذه الدراسات تؤكد على الدور الهام للحكمة الأبوية في تشكيل النمو النفسي والاجتماعي للأبناء، وتشير إلى أهمية فهم كيفية تأثير حكمة الأمهات تحديداً في جوانب نمو الأبناء. فيما يتعلق بالازدهار النفسي للأبناء، استكشفت دراسة (Hemat, et al (2020 علاقته بالبيئة السكنية وأنشطة وقت الفراغ لدى المراهقين، بينما بحثت دراسة (Matud, (2019 تأثير النوع الاجتماعي في الرفاهية النفسية لدى البالغين. أما دراسة (Frost, et al (2022 فقد راجعت الأدبيات حول تأثير الانغماس الافتراضي في الطبيعة على الرفاهية النفسية ووجدت نتائج متباينة. هذه الدراسات تقدم رؤى حول العوامل المختلفة التي تؤثر في الازدهار النفسي، ولكنها لا تركز بشكل مباشر على دور التواصل الرحيم وحكمة الأمهات كمنبئات بهذا الازدهار لدى الأبناء.

منهج وإجراءات البحث:

يتناول هذا الجزء عرضاً لمنهج البحث ومجتمع البحث من الأمهات والأبناء وعينته، وإعداد أدوات البحث والتحقق من الخصائص السيكومترية لها، وذلك كالتالي:

أولاً: منهج البحث:

اعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي الارتباطي لتحديد العلاقة بين التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات وبين الازدهار النفسي لدى الأبناء وإمكانية التنبؤ بالازدهار النفسي لدى الأبناء من خلال التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات.

ثانياً: عينة البحث:

تمثلت عينة البحث في تلاميذ الصف الثاني الإعدادي بمحافظة المنوفية من مدرسّي (ذكي بدر الإعدادية الثانوية المشتركة بإدارة شبين الكوم التعليمية - مدرسة عبد الستار إديس الإعدادية بإدارة أشمون التعليمية) محافظة المنوفية وأمّهات هؤلاء التلاميذ والبالغ عددهم (٢٥١) تلميذاً وتلميذة، فيما تحددت العينة في مجموعتين على النحو التالي:

- **المجموعة الاستطلاعية:** وعددهم (١٨٠) تلميذاً وتلميذة وأمّهاتهم، وهم الذين تم الاعتماد عليهم في التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث.

- **مجموعة الدراسة الأساسية:** وعددهم (٢٢٥) تلميذاً وتلميذة وأمّهاتهم، حيث تضمنت العينة الأساسية مجموعة حساب الخصائص السيكومترية، وتم الاعتماد عليهم في الإجابة عن أسئلة البحث واستخلاص النتائج.

ثالثاً: أدوات البحث:

تمثلت أدوات البحث في الأدوات التالية:

١. مقياس التواصل الرحيم للأمهات (إعداد الباحثة/ صفاء إديس)
٢. مقياس الحكمة للأمهات (إعداد الباحثة/ صفاء إديس)
٣. مقياس الازدهار النفسي للأبناء من تلاميذ المرحلة الإعدادية (إعداد الباحثة/ صفاء إديس)

وقد أعدت الباحثة أدوات البحث وضبطها على النحو التالي:

الأداة الأولى: مقياس التواصل الرحيم للأمهات:

(أ) الهدف من المقياس:

تمثل الهدف من المقياس في تحديد درجة التواصل الرحيم لدى الأمهات مع أبنائهن والأسرة بشكل عام، وذلك من خلال مجموعة من العبارات التي تقيس التواصل الرحيم لديهن.

(ب) مصادر إعداد المقياس:

تم الرجوع إلى عدد من الدراسات التي تناولت قياس التواصل الرحيم لدى فئات مختلفة من الأفراد، وذلك بهدف تحديد أبعاد مقياس التواصل الرحيم المناسبة للأمهات في البحث الحالي، ومنها:

- مقياس التواصل الرحيم للأزواج، إعداد (إبراهيم عبده، ٢٠٢٢) وحدد أبعاد التواصل الرحيم في (الحديث الرحيم - اللمسة الرحيمة - التعامل الرحيم) ولم يتم استخدامه في البحث الحالي لاختلاف الفئة المستهدفة (الأزواج) وأبعاده التي قد لا تلائم ديناميكية الأمومة
- مقياس التواصل الرحيم للأمهات كما يدرسه الأبناء (سميرة أبو غزالة، وآخرون، ٢٠٢١) وحدد أبعاد التواصل الرحيم في (التعبير عن المشاعر بإيجابية والقدرة على التعاطف - استخدام لغة حوار واضحة - التعبير عن المشاعر والاحتياجات - التعبير عن الامتنان والاهتمام - التعبير عن الطلبات) وقد اعتمدت الباحثة على أبعاد المقياس مع صياغة فقرات جديد للمقياس الحالي.
- مقياس التواصل الرحيم بين الآباء والأبناء إعداد (عمرو عطايا، ٢٠٢٠) وحدد أبعاد التواصل الرحيم في (الحديث الرحيم - اللمسة الرحيمة - الرسالة الرحيمة)، إلا أن المقياس يتسم بالعمومية وعدم تركيزه على خصوصية تواصل الأمهات.
- مقياس التواصل الرحيم (CCS) إعداد (İbrahimoglu, Mersin & Çağlar, 2021) وتضمن الأبعاد (المحادثة الرحيمة - اللمسة الرحيمة

- الرسائل الرحيمة) ولم يتم اعتماده في البحث لاحتمالية اختلاف السياق الثقافي وتشابه أبعاده مع مقاييس أخرى.

ومن العرض السابق فقد اعتمدت الباحثة على أبعاد مقياس (سميرة أبو غزالة وآخرون)، وذلك لمناسبتها لعينة البحث من الأمهات، وكذلك لأنها تغطي معظم عمليات التواصل بين الأم والأبناء.

(ج) إعداد الصورة الأولية للمقياس:

من خلال ما سبق تم إعداد صورة أولية من مقياس التواصل الرحيم، وقد اشتملت الصورة الأولية للمقياس على (٧٤ عبارة) موزعة على (٥ أبعاد رئيسية) كالتالي: التعبير الإيجابي عن المشاعر (١١ عبارة)؛ لغة حوار واضحة (١٤ عبارة)؛ التفهم والتعاطف مع الآخرين (١٥ عبارة)؛ التعبير الواعي عن الطلبات والمهام (١٤ عبارة)؛ والتعبير عن التقدير والامتنان (٢٠ عبارة).

ويقيس المقياس مدى قدرة الأم على التواصل بشكل رحيم مع ابنها المراهق، من خلال التعبير عن مشاعرها بشكل إيجابي، واستخدام لغة حوار واضحة، والتفهم والتعاطف مع ابنها، والتعبير الواعي عن طلباتها ومهامها، والتعبير عن التقدير والامتنان لابنها.

(د) الخصائص السيكومترية لمقياس التواصل الرحيم للأمهات (ملحق ٤):

صدق المقياس:

- تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس بعرضه على مجموعة من المحكمين وعددهم (١١) محكما، مما أدى إلى حذف (٢٢ عبارة) وتعديل صياغة بعض العبارات، ليصبح المقياس مكونًا من (٥٢ عبارة).

- أظهر التحليل العاملي الاستكشافي تشعب العبارات على خمسة عوامل، بجذور كامنة تتراوح بين (٧.٥٥٦) و(٣.٩٩٧)، ونسب تباين مفسر تتراوح بين (١٤.٥٣١%) و(٧.٦٨٦%).

- أثبت صدق المقارنة الطرفية وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين الفئتين الدنيا والعليا في جميع أبعاد المقياس والدرجة الكلية، بقيم "ت" مرتفعة تتراوح بين (١٩.٨٠٢) و(٥٧.٩٥٠).

الاتساق الداخلي للمقياس:

- أظهرت معاملات ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد المنتمية بمقياس التواصل الرحيم إليه ارتباطات دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١)، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (٠.٤١٦) و(٠.٨٩٢)، وبين كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطات تراوحت معاملات الارتباط بين (٠.٥٨٢) و(٠.٧١٢).

ثبات المقياس:

- بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ للدرجة الكلية للمقياس (٠.٩٦٢)، وتراوحت معاملات ألفا كرونباخ للأبعاد بين (٠.٨١٥) و(٠.٩٢٨).
- أظهرت معاملات ثبات التجزئة النصفية قيماً مرتفعة، حيث بلغت للدرجة الكلية للمقياس (٠.٨٥٠) قبل التصحيح و(٠.٨٩٩) بعد التصحيح، وبلغت قيمة جيوتمان (٠.٩٦١)، وتراوحت معاملات التجزئة النصفية للأبعاد بين (٠.٦٧٢) و(٠.٩١٦).

(هـ) الصورة النهائية لمقياس التواصل الرحيم:

تكون المقياس في صورته النهائية من (٥٢) عبارة موزعة على خمسة أبعاد وهي:

- أ. التعبير الإيجابي عن المشاعر وتقيسه (١٠ عبارات) أرقامها بين (١-١٠) في المقياس.
- ب. لغة حوار واضحة وتقيسه (١١ عبارة) أرقامها بين (١١- ٢١) في المقياس.
- ج. التفهم والتعاطف مع الآخرين وتقيسه (١١ عبارة) أرقامها بين (٢٢-٢٣).

- ٣٢) في المقياس.
- د. التعبير الواعي عن الطلبات وتقيسه (١٠ عبارات) أرقامها بين (٣٣-٤٢) في المقياس.
- هـ. التعبير عن التقدير والامتنان وتقيسه (١٠ عبارات) أرقامها بين (٤٣-٥٢) في المقياس.
- وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (٥٢ درجة) إلى (١٥٦ درجة) كحد أقصى.

الأداة الثانية: مقياس الحكمة للأمهات:

أ - الهدف من المقياس:

تمثل الهدف من المقياس في تحديد درجة الحكمة لدى الأمهات مع أبنائهن والأسرة بشكل عام، وذلك من خلال مجموعة من العبارات التي تقيس الحكمة لديهن.

ب - مصادر إعداد المقياس:

- تم الرجوع إلى عدد من الدراسات التي تناولت قياس الحكمة لدى الأفراد، وذلك بهدف تحديد أبعاد مقياس الحكمة للأمهات في البحث الحالي، ومنها:
- دراسة مسيرة المطلق ومها الأمين (٢٠٢٤) التي حددت أبعاد الحكمة في (النصيحة الاجتماعية، التنظيم الانفعالي، السلوكيات الاجتماعية).
 - دراسة صفاء بدر (٢٠٢٤) التي حددت أبعاد الحكمة في (بعد معرفي، بعد مهاري، بعد سلوكي).
 - دراسة أمجاد الزهراني (٢٠٢٣) التي حددت أبعاد الحكمة في (المعرفة الذاتية، الإيثار، المشاركة الملهمة، إصدار الأحكام، مهارات الحياة).
 - دراسة عفاف دسوقي (٢٠٢٣) التي حددت أبعاد الحكمة في (معرفة الذات، فهم الآخرين، معرفة الحياة، المهارات الحياتية، الرغبة في التعلم).

- دراسة صالح دخيخ (٢٠٢٢) التي حددت أبعاد الحكمة في (معارف الحياة، مهارات الحياة، إصدار الأحكام، فهم الآخرين، الرغبة في التعلم).

- دراسة محمد طه وآخرين (٢٠٢١) التي حددت أبعاد الحكمة في (المعرفة، التنظيم الانفعالي، التأمل، مهارات الحياة، إصدار الأحكام).

- دراسة (2001) Jason, L. et al التي حددت أبعاد الحكمة في (التعاطف، والتفكير الجدلي، وتحمل الغموض، والفراسة، وإزالة الأثمة، والتبصر، والموقف المعرفي، ومهارات إيجاد المشكلات وحلها)

- نموذج برلين للحكمة (BWP) (Bangen et al (2013) وحدد أبعاد الحكمة في (المعرفة الواقعية. المعرفة الإجرائية. السياقية مدى الحياة. نسبية القيمة. الاعتراف بإدارة عدم اليقين)

ولم يتم الاعتماد على المقاييس السابقة في قياس حكمة الأمهات في البحث الحالي لعدة أسباب؛ فدراسة مسيرة المطلق ومها الأمين (٢٠٢٤) تركز على أبعاد قد لا تكون شاملة لجوانب الحكمة الأمومية، بينما يقدم مقياس صفاء بدر (٢٠٢٤) أبعادًا عامة للحكمة قد لا تلتقط الخصائص الفريدة لحكمة الأمهات في سياق تربية الأبناء. أما دراسة أمجاد الزهراني (٢٠٢٣) ودراسة عفاف دسوقي (٢٠٢٣) ودراسة صالح دخيخ (٢٠٢٢) ودراسة محمد طه وآخرين (٢٠٢١) فتتضمن أبعادًا متداخلة وتفتقر إلى التركيز المحدد على الحكمة في الدور الأمومي، كما يركز مقياس (2001) Jason, et al وآخرين (٢٠٠١) ونموذج برلين للحكمة (BWP) على جوانب معرفية وفردية للحكمة قد لا تعكس بشكل كامل الأبعاد العلائقية والسياقية لحكمة الأمهات في تفاعلاتهن مع الأبناء، مما استدعى الحاجة إلى تطوير مقياس جديد أكثر حساسية وشمولية لعينة البحث.

وفي ضوء ما سبق تم تحديد أبعاد مقياس الحكمة في الأبعاد التالية

(المعرفة الذاتية - مهارات الحياة - إصدار الأحكام - التنظيم الانفعالي - الإيثار).

ج - إعداد الصورة الأولية للمقياس:

تم إعداد مقياس الحكمة في صورته الأولية كمقياس متدرج وفق "ليكرت الثلاثي" باستجابات (دائماً - أحياناً - نادراً) بدرجات (٣ - ٢ - ١) للعبارات الموجبة وعكسها للعبارات السالبة؛ وقد اشتملت الصورة الأولية للمقياس على (٥٥ عبارة) تقيس أبعاد الحكمة (المعرفة الذاتية - مهارات الحياة - إصدار الأحكام - التنظيم الانفعالي - الإيثار) لدى الأمهات.

وفيما يلي تعريف وعبارات كل بعد من أبعاد مقياس الحكمة:

١. المعرفة الذاتية: وتعرفه الباحثة بأنه: مدى إدراك الأم لقدراتها، نقاط قوتها وضعفها، قيمها، دوافعها، مشاعرها، وأفكارها. يتضمن ذلك فهم الذات بعمق، والوعي بالتحيزات الشخصية، والقدرة على تقييم الذات بموضوعية. وتمثله ١٢ عبارة من (١ - ١١).

٢. مهارات الحياة: وتعرفه الباحثة بأنه: قدرة الأم على التعامل بفعالية مع تحديات الحياة المختلفة، بما في ذلك حل المشكلات، اتخاذ القرارات الصائبة، التكيف مع التغيرات، إدارة الوقت، والتواصل بشكل فعال مع الآخرين. وتمثله ١٠ عبارات من (١٢ - ٢١).

٣. إصدار الأحكام: وتعرفه الباحثة بأنه: قدرة الأم على إصدار أحكام عادلة ومتوازنة على الأمور، مع مراعاة السياق، ووجهات النظر المختلفة، والأدلة المتاحة. وتمثله ١١ عبارات من (٢٢ - ٣٢).

٤. التنظيم الانفعالي: وتعرفه الباحثة بأنه: قدرة الأم على إدارة مشاعرها بفعالية، والتعامل معها بطريقة صحية. وتمثله ١٢ عبارة من (٣٣ - ٤٤).

٥. الإيثار: وتعرفه الباحثة بأنه: ميل الأم إلى الاهتمام برفاهية الآخرين، والسعي لمساعدتهم، حتى على حساب مصلحتها الشخصية. يتضمن

ذلك التعاطف، الكرم، والتضحية من أجل الآخرين. وتمثله ١١ عبارة من (٤٥ - ٥٥).

الخصائص السيكومترية لمقياس الحكمة (ملحق ٥):

صدق المقياس:

- تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس بعرضه على محكمين، وتم تعديل صياغة بعض العبارات لتناسب عينة الأمهات.
- أظهر التحليل العاملي الاستكشافي تشعب العبارات على خمسة عوامل، بجذور كامنة تتراوح بين (٨.٠٤٨) و(٥.٩١٥)، ونسب تباين مفسر تتراوح بين (١٤.٦٣٣%) و(١٠.٧٥٤%).
- أثبت صدق المقارنة الطرفية وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين الفئتين الدنيا والعليا في جميع أبعاد المقياس والدرجة الكلية، بقيم "ت" مرتفعة تتراوح بين (١٩.٩٢٥) و(٧١.٣٤٧).

الاتساق الداخلي للمقياس:

- أظهرت معاملات ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه ارتباطات دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١)، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (٠.٥٩٨) و(٠.٩١١)، كما أظهرت معاملات ارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطات دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١)، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (٠.٣٤٥) و(٠.٦١٣).

ثبات المقياس:

- بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ للدرجة الكلية للمقياس (٠.٩٥٢)، وتراوحت معاملات ألفا كرونباخ للأبعاد بين (٠.٩٠٨) و(٠.٩٤٩).
- أظهرت معاملات ثبات التجزئة النصفية قيماً مرتفعة، حيث بلغت للدرجة الكلية للمقياس (٠.٩٢٢) قبل التصحيح و(٠.٩٢٥) بعد

التصحيح، وبلغت قيمة جيوتمان (٠.٩٨٠)، وتراوحت معاملات التجزئة النصفية للأبعاد بين (٠.٨٢١) و(٠.٩٤١).

ز - الصورة النهائية لمقياس الحكمة:

اشتمل مقياس الحكمة للأمهات في صورته النهائية على (٥٥ عبارة) موزعة على خمسة أبعاد رئيسية: المعرفة الذاتية (١١ عبارة)، مهارات الحياة (١٠ عبارات)، إصدار الأحكام (١١ عبارة)، التنظيم الانفعالي (١٢ عبارة)، والإيثار (١١ عبارة) ويتم تصحيح المقياس وفق "ليكرت الثلاثي" باستجابات (دائمًا - أحيانًا - نادرًا) بدرجات (٣ - ٢ - ١) للعبارات الموجبة وعكسها للعبارات السالبة، وقد تراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (٥٥ درجة) كحد أدنى، و (١٦٥ درجة) كحد على لدرجات الأمهات على المقياس.

الأداة الثالثة: مقياس الازدهار النفسي للأبناء:

أ- الهدف من المقياس:

تمثل الهدف من المقياس في تحديد درجة الحكمة لدى الأمهات مع أبنائهن والأسرة بشكل عام، وذلك من خلال مجموعة من العبارات التي تقيس الحكمة لديهن.

ب - مصادر إعداد المقياس:

تم الرجوع إلى عدد من الدراسات التي تناولت قياس الازدهار النفسي، وذلك بهدف تحديد أبعاد مقياس الازدهار النفسي للأبناء من تلاميذ المرحلة الإعدادية في البحث الحالي، ومنها:

- دراسة (Kállay and Rus (2014) وحددت أبعاد الازدهار في (تقبل الذات - علاقات إيجابية مع الآخرين - الاستقلالية - إنقارن العلاقات - الهدف في الحياة - النمو الشخصي).
- صفاء بيرق (٢٠٢٣) وحددت أبعاد الازدهار (المثابرة - الاندماج - التفاؤل - التواصل - السعادة).

- دراسة نورا محمد ومنى شمس الدين (٢٠٢٤) وحددت أبعاد الازدهار النفسي في (المشاعر الإيجابية - الاندماج المدرسي - العلاقات الإيجابية - معنى الحياة والدراسة - الإنجازات).
- دراسة أمنية محمود وآخرين (٢٠٢٤) وحددت أبعاد الازدهار النفسي في (تنظيم المهام - الطاقات الإبداعية - العلاقات الإيجابية - الإنجازات - المشاعر الذاتية الإيجابية).
- دراسة وسام القصي ومها آل محلوي (٢٠٢٥) وحددت أبعاد الازدهار النفسي في (المشاعر الإيجابية - الاندماج النفسي - العلاقات الإيجابية - معنى الحياة - الإنجاز).

وفي ضوء ما سبق تم تحديد أبعاد مقياس الازدهار النفسي في الأبعاد التالية (المشاعر الإيجابية - الانشغال الإيجابي - العلاقات الإيجابية - المعنى من الحياة - النمو الذاتي).

ج - إعداد الصورة الأولية للمقياس:

تم إعداد مقياس الحكمة في صورته الأولية كمقياس متدرج وفق "ليكرت الثلاثي" باستجابات (كثيراً - أحياناً - نادراً) بدرجات (٣ - ٢ - ١) للعبارات الموجبة وعكسها للعبارات السالبة؛ وقد اشتملت الصورة الأولية للمقياس على (٥٣ عبارة) تقيس أبعاد الازدهار النفسي للأبناء وهي (المعرفة الذاتية - مهارات الحياة - إصدار الأحكام - التنظيم الانفعالي - الإيثار) لدى التلاميذ.

وفيما يلي تعريف وعبارات كل بعد من أبعاد مقياس الازدهار النفسي:

١. البعد الأول: المشاعر الإيجابية: يشير هذا البعد إلى تجربة التلميذ لمشاعر إيجابية مثل السعادة، والرضا، والهدوء، والتفاؤل. يتعلق الأمر بقدرة التلميذ على الشعور بالرضا عن حياته وتقبل ذاته، وتضمن (١١ عبارة) وأرقامها من (١ - ١١).
٢. البعد الثاني: الانشغال الإيجابي: يعبر هذا البعد عن حالة التركيز العميق والانغماس في الأنشطة التي يقوم بها التلميذ. عندما يكون

- التلميذ منشغلاً بشكل إيجابي، فإنه يشعر بالمتعة والرضا، ويفقد الشعور بالوقت، وتضمن (١٠ عبارات) وأرقامها من (١٢ - ٢١).
٣. البعد الثالث: العلاقات الإيجابية: يشمل هذا البعد بناء علاقات صحية وداعمة مع الآخرين، مثل الأصدقاء والعائلة والمعلمين. يتعلق الأمر بالقدرة على التواصل بفعالية، وتقديم الدعم وتلقيه، والشعور بالانتماء، وتضمن (١٠ عبارات) وأرقامها من (٢٢ - ٣١).
٤. البعد الرابع: المعنى من الحياة: يتضمن هذا البعد الشعور بأن للحياة هدفاً ومعنى، وأن هناك شيئاً مهماً يسعى التلميذ لتحقيقه. يتعلق الأمر بالقيم والمعتقدات التي توجه حياة التلميذ، وتضمن (١١ عبارة) وأرقامها من (٣٢ - ٤٢).
٥. البعد الخامس: الإنجاز (النمو الذاتي): يشير هذا البعد إلى الشعور بالتقدم والنمو الشخصي، والقدرة على تحقيق الأهداف وتطوير الذات. يتعلق الأمر بالثقة بالنفس والإيمان بالقدرات، وتضمن (١١ عبارة) وأرقامها من (٤٣ - ٥٣).

د - الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي للأبناء (ملحق ٦):

صدق المقياس:

- تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس بعرضه على محكمين، وتم تعديل صياغة بعض العبارات وحذف (٣ عبارات)، ليصبح المقياس مكوناً من (٥٠ عبارة).
- أظهر التحليل العاملي الاستكشافي تشعب العبارات على خمسة عوامل، بجذور كامنة تتراوح بين (٧.١٠١) و(٥.٢٠٣)، ونسب تباين مفسر تتراوح بين (١٤.٢٠١%) و(١٠.٤٠٧%).
- أثبت صدق المقارنة الطرفية وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين الفئتين الدنيا والعليا في جميع أبعاد المقياس والدرجة الكلية، بقيم "ت" مرتفعة تتراوح بين (٢٥.٠٧٩) و(١٤٢.١٦٢).

الاتساق الداخلي للمقياس:

- أظهرت معاملات ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه ارتباطات دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١)، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (٠.٤٨٩) و(٠.٨٨٦) وكل بعد بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطات دالة إحصائياً حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (٠.٦٨٥) و(٠.٨٢٠).

ثبات المقياس:

- بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ للدرجة الكلية للمقياس (٠.٩٥١)، وتراوحت معاملات ألفا كرونباخ للأبعاد بين (٠.٨٨٢) و(٠.٩٤٨).
- أظهرت معاملات ثبات التجزئة النصفية قيمة مرتفعة، حيث بلغت للدرجة الكلية للمقياس (٠.٨٩٢) قبل التصحيح و(٠.٩٠١) بعد التصحيح، وبلغت قيمة جيوتمان (٠.٩٦٣)، وتراوحت معاملات التجزئة النصفية للأبعاد بين (٠.٧٤٧) و(٠.٩٣٥).

هـ- الصورة النهائية لمقياس الازدهار النفسي للأبناء:

اشتمل مقياس الازدهار النفسي للأبناء في صورته النهائية على (٥٠ عبارة) موزعة على خمسة أبعاد: المشاعر الإيجابية (١٠ عبارات)، الانشغال الإيجابي (١٠ عبارات)، العلاقات الإيجابية (١٠ عبارات)، المعنى من الحياة (١٠ عبارات)، الإنجاز (١٠ عبارات) ويتم تصحيح المقياس وفق "ليكرت الثلاثي" باستجابات (كثيراً - أحياناً - نادراً) بدرجات (٣ - ٢ - ١) للعبارات الموجبة وعكسها للعبارات السالبة، وقد تراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (٥٠ درجة) كحد أدنى، و (١٥٠ درجة) كحد أعلى.

نتائج البحث ومناقشتها:

تعرض الباحثة فيما يلي لنتائج البحث من خلال الإجابة عن الأسئلة باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة وذلك كالتالي:

١ - عرض النتائج المتعلقة بمستوى التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات ومستوى الازدهار النفسي لدى الأبناء

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة الأمهات وعددهن (٢٢٥) على مقياسي التواصل الرحيم والحكمة كالتالي:

جدول (1)

مستوى التواصل الرحيم لدى الأمهات عينة البحث (ن = ٢٢٥)

أبعاد التواصل الرحيم لدى الأمهات	الدرجة الكلية للبعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التعبير الإيجابي عن المشاعر	30	19.2	5.74
لغة حوار واضحة	33	20.8	5.25
التفهم والتعاطف مع الآخرين	33	22.2	6.77
التعبير الواعي عن الطلبات والمهام	30	16.1	6.77
التعبير عن التقدير والامتنان	30	20.7	6.97
الدرجة الكلية للمقياس	156	99.1	18.79

يوضح الجدول (1) مستوى التواصل الرحيم لدى الأمهات في عينة البحث. يشير الجدول إلى أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للتواصل الرحيم هو (٩٩.١) من (١٥٦)، مع انحراف معياري قدره (١٨.٧٩)، كما أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد التواصل الرحيم، حيث كان أعلى متوسط حسابي في بعد "التفهم والتعاطف مع الآخرين" (٢٢.٢)، وأقل متوسط حسابي في بعد "التعبير الواعي عن الطلبات والمهام" (١٦.١)، وهذا يشير إلى أن الأمهات في العينة يميلن إلى إظهار مستوى جيد من التواصل الرحيم بشكل عام، مع تفوق واضح في التفهم والتعاطف.

ويُعزى هذا المستوى الجيد من التواصل الرحيم إلى عدة عوامل، من بينها

التعاطف حيث تُعتبر الأمهات بطبيعتهن أكثر تعاطفًا مع الآخرين، وخاصةً مع أطفالهن. وهذا ما يعكسه ارتفاع المتوسط الحسابي في بُعد "التفهم والتعاطف مع الآخرين". حيث إن نظرية التعاطف تركز على قدرة الأفراد على فهم مشاعر الآخرين والتفاعل معها بشكل إيجابي، وتعتبر التعاطف عنصرًا أساسيًا في التواصل الرحيم، حيث يسهم في تعزيز الروابط الإنسانية (Julia et al., 2024)؛ كما تُولي الأمهات أهمية كبيرة للاتصال الفعال مع أطفالهن وأفراد أسرهن حيث أن نظرية الاتصال الإنساني تشير إلى أهمية الاتصال الفعال في بناء علاقات إيجابية. والتواصل الرحيم يُعتبر جزءًا من هذا الاتصال، حيث يتضمن تفاعلًا يعكس الاهتمام والرعاية (Julia et al., 2024)، حيث يتجلى التواصل الرحيم في كيفية استجابة الأمهات لحالات الآخرين في سياقات مختلفة، مثل العمل أو الرعاية الصحية، حيث إن نظرية التفاعل الاجتماعي تركز على كيفية تأثير السياقات الاجتماعية في سلوك الأفراد. والتواصل الرحيم يتجلى في كيفية استجابة الأفراد لحالات الآخرين في سياقات مختلفة، مثل العمل أو الرعاية الصحية (Arnesen-Trunzo, M, 2015)، وفي بُعد "التعبير الواعي عن الطلبات والمهام" كان أقل من غيره وقد يُعزى ذلك إلى صعوبة بعض الأمهات في التعبير عن طلباتهن ومهامهن بشكل واضح ومباشر.

جدول (2)

مستوى الحكمة لدى الأمهات عينة البحث (ن = ٢٢٥)

أبعاد الحكمة لدى الأمهات	الدرجة الكلية للبعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المعرفة الذاتية	33	22.7	7.84
مهارات الحياة	30	17.0	6.66
إصدار الأحكام	33	19.8	5.43
التنظيم الانفعالي	36	20.5	7.55
الإيثار	33	17.8	7.72
الدرجة الكلية للمقياس	165	97.9	20.79

يوضح الجدول (2) مستوى الحكمة لدى الأمهات في عينة البحث حيث أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للحكمة هو (٩٧.٩) من (١٦٥)، مع انحراف معياري قدره (٢٠.٧٩) كما أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد الحكمة، حيث كان أعلى متوسط حسابي في بعد "المعرفة الذاتية" (٢٢.٧)، وأقل متوسط حسابي في بعد "مهارات الحياة" (١٧.٠). هذا يشير إلى أن الأمهات في العينة يظهرن مستوى جيداً من الحكمة بشكل عام، مع تفوق واضح في المعرفة الذاتية.

ويتوافق هذا المستوى من الحكمة مع النظريات المفسرة للحكمة، مثل نموذج أردلت (Ardelt, 2003) الذي يركز على ثلاثة أبعاد للحكمة: المعرفة، والتأمل، والعاطفة. كما يتوافق مع نموذج براون وجرين (Brown & Green, 2009) الذي يحدد عدة أبعاد للحكمة، مثل معرفة الذات، وفهم الآخرين، والحكم، والمعرفة الحياتية، ومهارات الحياة، والاستعداد للتعلم.

جدول (3)

مستوى الازدهار النفسي لدى الأبناء عينة البحث (ن = ٢٢٥)

أبعاد الازدهار النفسي للأبناء	الدرجة الكلية للبعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المشاعر الإيجابية	30	22.1	6.76
الانشغال الإيجابي	30	17.3	6.01
العلاقات الإيجابية	30	19.7	7.41
المعنى من الحياة	30	15.5	6.34
الإنجاز	30	20.8	7.89
الدرجة الكلية للمقياس	150	95.4	20.03

يوضح الجدول مستوى الازدهار النفسي لدى الأبناء في عينة البحث. يشير الجدول إلى أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للازدهار النفسي هو (٩٥.٤) من (١٥٠)، مع انحراف معياري قدره (٢٠.٠٣) كما أن المتوسطات

الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد الازدهار النفسي، حيث كان أعلى متوسط حسابي في بعد "المشاعر الإيجابية" (٢٢.١)، وأقل متوسط حسابي في بعد "المعنى من الحياة" (١٥.٥)، وهذا يشير إلى أن الأبناء في العينة يميلون إلى إظهار مستوى جيد من الازدهار النفسي بشكل عام، مع تفوق واضح في المشاعر الإيجابية.

يتضح من النتائج أن الأبناء في عينة البحث يتمتعون بمستوى عالٍ من المشاعر الإيجابية، مما يعكس قدرتهم على التمتع بحياة إيجابية ومرضية. كما يظهرون مستوى جيداً من العلاقات الإيجابية والإنجاز، مما يشير إلى قدرتهم على بناء علاقات اجتماعية قوية وتحقيق أهدافهم، يتوافق هذا المستوى مع الدراسات السابقة التي تناولت الازدهار النفسي لدى المراهقين، مثل دراسة Hemat, Gamal, Gamal, & Ahmed (2020) التي وجدت ارتباطاً دالاً إحصائياً بين الازدهار النفسي والبيئة المادية والأنشطة الترفيهية

كما يتوافق مع دراسة (Matud, López-Curbelo, & Fortes (2019) التي أشارت إلى أهمية النوع الاجتماعي في الرفاهية النفسية لدى البالغين، ووجدت أن الالتزام بالأدوار التقليدية للجنسين له أهمية في الرفاهية النفسية للرجال والنساء.

وتعزز دراسة (Frost, Kannis-Dymand, Schaffer, Millear, Allen,) (2022) Stallman,... & Atkinson-Nolte) هذا التفسير من خلال مراجعة الأدبيات حول الآثار النفسية للانغماس الافتراضي في الطبيعة على الرفاهية، حيث أشارت بعض الأدلة إلى أن الانغماس الافتراضي في الطبيعة يقلل بشكل كبير من التأثير السلبي. إلا أن أظهرت النتائج أن أقل متوسط حسابي كان في بعد "المعنى من الحياة"، مما يشير إلى أن بعض الأبناء قد يواجهون صعوبة في إيجاد معنى لحياتهم.

٢ - الإجابة عن السؤال الأول ونصه "ما طبيعة العلاقة بين التواصل الرحيم لدى الأمهات والازدهار النفسي لدى أبنائهن؟"

وللإجابة عن السؤال تم حساب معامل الارتباط بين درجات الأمهات على مقياس التواصل الرحيم، ودرجات الأبناء على مقياس الازدهار النفسي للأبناء كالتالي:

جدول (4)

معامل الارتباط بين درجات الأمهات على المقياس التواصل الرحيم ودرجات الأبناء على مقياس الازدهار النفسي

الدرجة الكلية للأبناء النفسية	مقياس الازدهار النفسي للأبناء					مقياس التواصل الرحيم للأمهات
	الإنجاز	المعنى من الحياة	العلاقات الإيجابية	الانشغال الإيجابي	المشاعر الإيجابية	
.337**	.068	-.031	.098	.443**	.447**	التعبير الإيجابي عن المشاعر
.317**	.204**	.092	.205**	.253**	.166*	لغة حوار واضحة
.226**	.203**	.018	.117	.077	.221**	التفهم والتعاطف مع الآخرين
.157*	.025	.155*	.146*	.124	.020	التعبير الواعي عن الطلبات والمهام
.373**	.075	.009	.406**	.172**	.411**	التعبير عن التقدير والامتنان
.468**	.188**	.082	.332**	.342**	.422**	الدرجة الكلية للمقياس

يوضح الجدول (4) وجود علاقة ارتباطية بين درجات الأمهات على مقياس التواصل الرحيم ودرجات الأبناء على مقياس الازدهار النفسي، حيث تظهر معاملات الارتباط دالة إحصائياً، كالتالي:

- بالنسبة لبعد "المشاعر الإيجابية" لدى الأبناء، توجد علاقة ارتباطية دالة مع "التعبير الإيجابي عن المشاعر" (0.447)، و"لغة حوار

- واضحة" (٠.١٦٦)، و"التفهم والتعاطف مع الآخرين" (٠.٢٢١)،
و"التعبير عن التقدير والامتنان" (٠.٤١١)، والدرجة الكلية لمقياس
التواصل الرحيم (٠.٤٢٢).
- أما بعد "الانشغال الإيجابي" لدى الأبناء، فتوجد علاقة ارتباطية دالة
مع "التعبير الإيجابي عن المشاعر" (٠.٤٤٣)، و"لغة حوار واضحة"
(٠.٢٥٣)، و"التعبير عن التقدير والامتنان" (٠.١٧٢)، والدرجة الكلية
لمقياس التواصل الرحيم (٠.٣٤٢).
- وبالنسبة لبعد "العلاقات الإيجابية" لدى الأبناء، توجد علاقة ارتباطية
دالة مع "لغة حوار واضحة" (٠.٢٠٥)، و"التعبير الواعي عن الطلبات
والمهام" (٠.١٤٦)، و"التعبير عن التقدير والامتنان" (٠.٤٠٦)،
والدرجة الكلية لمقياس التواصل الرحيم (٠.٣٣٢).
- أما بعد "المعنى من الحياة" لدى الأبناء، فتوجد علاقة ارتباطية دالة مع
"التعبير الواعي عن الطلبات والمهام" (٠.١٥٥).
- وبالنسبة لبعد "الإنجاز" لدى الأبناء، توجد علاقة ارتباطية دالة مع "لغة
حوار واضحة" (٠.٢٠٤)، و"التفهم والتعاطف مع الآخرين" (٠.٢٠٣)،
والدرجة الكلية لمقياس التواصل الرحيم (٠.١٨٨).
- وأخيراً، بالنسبة للدرجة الكلية للازدهار النفسي لدى الأبناء، توجد علاقة
ارتباطية دالة مع "التعبير الإيجابي عن المشاعر" (٠.٣٣٧)، و"لغة حوار
واضحة" (٠.٣١٧)، و"التفهم والتعاطف مع الآخرين" (٠.٢٢٦)، و"التعبير
الواعي عن الطلبات والمهام" (٠.١٥٧)، و"التعبير عن التقدير والامتنان"
(٠.٣٧٣)، والدرجة الكلية لمقياس التواصل الرحيم (٠.٤٦٨)، وتشير النتائج
إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين التواصل الرحيم للأمهات والازدهار
النفسي للأبناء، حيث يرتبط التواصل الرحيم الإيجابي للأمهات بارتفاع مستوى
الازدهار النفسي لدى الأبناء.

يتضح من النتائج أن الأمهات اللاتي يتمتعن بمستوى عالٍ من التواصل

الرحيم، وخاصة في أبعاد "التعبير الإيجابي عن المشاعر" و"لغة حوار واضحة" و"التعبير عن التقدير والامتنان"، لديهن أبناء يتمتعون بمستوى عالٍ من الازدهار النفسي، وخاصة في أبعاد "المشاعر الإيجابية" و"الانشغال الإيجابي" و"العلاقات الإيجابية"، ويتوافق هذا الارتباط الإيجابي مع النظريات التي تؤكد على أهمية التواصل الإيجابي في بناء علاقات صحية وإيجابية، وتعزيز النمو النفسي والاجتماعي للأبناء.

فالتواصل الرحيم يعكس الاهتمام والرعاية والتقدير، مما يشعر الأبناء بالأمان والقبول، ويسهم في تعزيز ثقتهم بأنفسهم وقدرتهم على التعبير عن مشاعرهم واحتياجاتهم بشكل فعال. كما يتوافق مع الدراسات التي أشارت إلى أهمية البيئة الأسرية الداعمة والمحفزة في تعزيز الازدهار النفسي لدى الأبناء، حيث تؤدي الأمهات دورًا محوريًا في توفير هذه البيئة من خلال التواصل الرحيم والحكمة.

ويتوافق هذا الارتباط الإيجابي مع النظريات التي تؤكد على أهمية التواصل الإيجابي في بناء علاقات صحية وإيجابية، وتعزيز النمو النفسي والاجتماعي للأبناء، فالتواصل الرحيم يعكس الاهتمام والرعاية والتقدير، مما يشعر الأبناء بالأمان والقبول، ويسهم في تعزيز ثقتهم بأنفسهم وقدرتهم على التعبير عن مشاعرهم واحتياجاتهم بشكل فعال.

تعزز هذه النتائج أهمية التواصل الرحيم في تعزيز الازدهار النفسي لدى الأبناء، وتؤكد على ضرورة أن تتبنى الأمهات أساليب تواصل رحيمة وإيجابية في تعاملهن مع أبنائهن.

٣ - الإجابة عن السؤال الثاني ونصه "هل توجد علاقة بين مستوى الحكمة لدى للأمهات والازدهار النفسي لأبنائهن؟"

وللإجابة عن السؤال تم حساب معامل الارتباط بين درجات الأمهات على مقياس الحكمة للأمهات، ودرجات الأبناء على مقياس الازدهار النفسي للأبناء كالتالي:

جدول (5)

معامل الارتباط بين درجات الأمهات على مقياس الحكمة للأبناء ودرجات الأبناء على مقياس الازدهار النفسي

الدرجة الكلية للأبناء	مقياس الازدهار النفسي للأبناء					مقياس الحكمة للأمهات
	الإنجاز	المعنى من الحياة	العلاقات الإيجابية	الانشغال الإيجابي	المشاعر الإيجابية	
الدرجة الكلية للأبناء						
المعرفة الذاتية	.259**	.193**	.075	.088	.100	.285**
مهارات الحياة	.319**	-.002	.145*	.002	.552**	.321**
إصدار الأحكام	.466**	.064	.439**	.484**	.163*	.218**
التنظيم الانفعالي	.359**	.417**	.134*	.163*	.070	.212**
الإيثار	.278**	.399**	.087	.027	.187**	.082
الدرجة الكلية للمقياس	.555**	.388**	.270**	.229**	.352**	.374**

(**) دالة عند (٠.٠١) / (*) دالة عند (٠.٠٥)

يوضح الجدول (5) معاملات الارتباط بين درجات الأمهات على مقياس الحكمة ودرجات الأبناء على مقياس الازدهار النفسي. يشير الجدول إلى وجود علاقات ارتباطية معنوية بين معظم أبعاد الحكمة لدى الأمهات وأبعاد الازدهار النفسي لدى الأبناء، فهناك علاقة ارتباطية معنوية وقوية بين الدرجة الكلية لمقياس الحكمة لدى الأمهات والدرجة الكلية للازدهار النفسي لدى الأبناء (٠.٥٥٥**)، كما أن هناك علاقات ارتباطية معنوية بين أبعاد محددة مثل "المعرفة الذاتية" و"الإنجاز" (٠.١٩٣**)، "مهارات الحياة" و"الانشغال الإيجابي" (٠.٥٥٢**)، و"إصدار الأحكام" و"العلاقات الإيجابية" (٠.٤٨٤**).

يتضح من النتائج أن الأمهات اللاتي يتمتعن بمستوى عالٍ من الحكمة،

لديهن أبناء يتمتعون بمستوى عالٍ من الازدهار النفسي. وخاصة في أبعاد "المشاعر الإيجابية" و"الانشغال الإيجابي" و"الإنجاز"، ويتوافق هذا الارتباط الإيجابي مع النظريات التي تؤكد على أهمية الحكمة في بناء علاقات صحية وإيجابية، وتعزيز النمو النفسي والاجتماعي للأبناء، فالحكمة تتضمن مجموعة من المهارات والقدرات التي تمكن الأمهات من التعامل مع تعقيدات الحياة، واتخاذ قرارات صائبة ومناسبة، وإدارة العلاقات الاجتماعية بفعالية.

كما يتوافق مع الدراسات التي أشارت إلى أهمية البيئة الأسرية الداعمة والمحفزة في تعزيز الازدهار النفسي لدى الأبناء، حيث تؤدي الأمهات دورًا محوريًا في توفير هذه البيئة من خلال الحكمة، وتعزز دراسات (Dosman et al, 2023) و (Mazloom & Ardel, 2023) و (Płóciennik, 2018) هذه النتائج حيث تؤكد على دور الأمهات في تعزيز مهارات التنظيم الذاتي والارتباط العاطفي لدى أطفالهن، وتنمية الذكاء الاجتماعي والكفاءة العاطفية، وتحفيز التفكير الإبداعي.

وبناءً على النتائج في الجدول، يمكن الإجابة عن السؤال الرابع بنعم، توجد علاقة بين مستوى الحكمة لدى الأمهات والازدهار النفسي لأبنائهن، حيث إن هناك علاقة ارتباطية معنوية وإيجابية بين الدرجة الكلية للحكمة لدى الأمهات والدرجة الكلية للازدهار النفسي لدى الأبناء، مما يشير إلى أن الأمهات اللاتي يتمتعن بمستوى أعلى من الحكمة، يميل أبنائهن إلى التمتع بمستوى أعلى من الازدهار النفسي.

٤ - الإجابة عن السؤال الثالث ونصه "هل يختلف مستوى الازدهار النفسي للأبناء تبعًا لمتغيرات (النوع، الترتيب داخل الأسرة)؟"

وللإجابة عن السؤال تم حساب قيمة "ت" لعينتين مستقلتين بين درجات الأبناء على مقياس الازدهار النفسي حسب النوع، والجدول التالي يوضح النتائج:

جدول (6)

الفروق بين الأبناء من تلاميذ المرحلة الإعدادية على مقياس الازدهار النفسي حسب (النوع)

أبعاد الازدهار النفسي	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجات الحرية	مستوى الدلالة
المشاعر الإيجابية	ذكر	99	22.5	7.26	0.902	223	غير دالة
	أنثى	126	21.7	6.34			
الانشغال الإيجابي	ذكر	99	17.2	6.26	0.197	223	غير دالة
	أنثى	126	17.3	5.83			
العلاقات الإيجابية	ذكر	99	19.5	7.24	0.457	223	غير دالة
	أنثى	126	19.9	7.57			
المعنى من الحياة	ذكر	99	15.3	6.30	0.343	223	غير دالة
	أنثى	126	15.6	6.39			
الإنجاز	ذكر	99	21.3	7.82	0.704	223	غير دالة
	أنثى	126	20.5	7.97			
الدرجة الكلية للازدهار النفسي	ذكر	99	95.7	18.93	0.244	223	غير دالة
	أنثى	126	95.1	20.93			

يوضح الجدول (6) الفروق بين الأبناء من تلاميذ المرحلة الإعدادية على مقياس الازدهار النفسي حسب النوع. يشير الجدول إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في أي من أبعاد الازدهار النفسي أو في الدرجة الكلية للمقياس. حيث كانت قيم "ت" لجميع الأبعاد غير دالة (مستوى الدلالة < 0.05).

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة تسنيم محسن وفادية علوان (٢٠٢١) التي كشفت عن عدم وجود فروق بين الذكور والإناث من الأطفال والمراهقين في كل من المشاركة الوالدية والازدهار النفسي، كما يتوافق مع نتائج دراسة (Mahboob 2022) التي أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة في الازدهار النفسي وفقاً لمتغير النوع.

إلا أن هناك دراسات أخرى أشارت إلى وجود فروق في الازدهار النفسي تبعاً للنوع فيد أشارت دراسة (Matud, López-Curbelo, & Fortes 2019) إلى أن الرجال حصلوا على درجات أعلى من النساء في تقبل الذات والاستقلالية،

بينما حصلت النساء على درجات أعلى في النمو الشخصي والعلاقات الإيجابية مع الآخرين.

كما تم حساب الفروق بين التلاميذ حسب تربيهم كأبناء داخل الأسرة، وذلك باستخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه، والجدول التالي يوضح النتائج:

جدول (7)

الفروق بين الأبناء من تلاميذ المرحلة الإعدادية على مقياس الازدهار النفسي حسب (الترتيب بين الأخوة)

أبعاد الازدهار النفسي	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
المشاعر الإيجابية	بين المجموعات	15.121	2	7.561	0.164	0.848 غير دالة
	داخل المجموعات	10208.879	222	45.986		
	المجموع	10224.000	224			
الانشغال الإيجابي	بين المجموعات	189.024	2	94.512	2.656	0.072 غير دالة
	داخل المجموعات	7899.438	222	35.583		
	المجموع	8088.462	224			
العلاقات الإيجابية	بين المجموعات	120.226	2	60.113	1.095	0.336 غير دالة
	داخل المجموعات	12189.134	222	54.906		
	المجموع	12309.360	224			
المعنى من الحياة	بين المجموعات	135.314	2	67.657	1.695	0.186 غير دالة
	داخل المجموعات	8862.686	222	39.922		
	المجموع	8998.000	224			
الإنجاز	بين المجموعات	280.635	2	140.318	2.278	0.105 غير دالة
	داخل المجموعات	13672.920	222	61.590		
	المجموع	13953.556	224			
الدرجة الكلية للازدهار النفسي	بين المجموعات	48.029	2	24.014	0.059	0.942 غير دالة
	داخل المجموعات	89852.353	222	404.740		
	المجموع	89900.382	224			

يوضح الجدول (7) الفروق بين الأبناء من تلاميذ المرحلة الإعدادية على مقياس الازدهار النفسي حسب الترتيب بين الأخوة. يشير الجدول إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الأبناء في أي من أبعاد الازدهار النفسي أو في الدرجة الكلية للمقياس، حيث كانت قيم "ف" لجميع الأبعاد والدرجة الكلية غير دالة (مستوى الدلالة < 0.05). على سبيل المثال، قيمة "ف" للمشاعر الإيجابية كانت (٠.١٦٤)، وللدرجة الكلية للازدهار النفسي كانت (٠.٠٥٩).

ويمكن تفسير هذه النتائج في ضوء النظرية التطورية التي ترى أن الازدهار النفسي هو سمة إنسانية عامة، وأن الأفراد يسعون إلى تحقيقه بغض النظر عن النوع أو الترتيب داخل الأسرة. كما يمكن تفسيرها في ضوء الدراسات التي تشير إلى أن العوامل الأخرى، مثل المشاركة الوالدية والبيئة الاجتماعية، قد يكون لها تأثير أكبر على الازدهار النفسي للأبناء.

٥ - الإجابة عن السؤال الرابع ونصه "هل يمكن التنبؤ بمستوى الازدهار النفسي للأبناء بناءً على مستوى التواصل الرحيم لدى الأمهات؟"

وللإجابة عن السؤال تم حساب قيم تحليل الانحدار المتعدد لأبعاد التواصل الرحيم والدرجة الكلية على الدرجة الكلية لمقياس الازدهار النفسي، على النحو التالي:

جدول (8)

ملخص نموذج الانحدار المتعدد للتواصل الرحيم للأمهات على الازدهار النفسي للأبناء

معامل الارتباط	معامل التحديد	مربع معامل الارتباط	خطأ التقدير لمعامل الانحدار
.518 ^a	.268	.252	17.331

يوضح الجدول (8) ملخص نموذج الانحدار المتعدد أن معامل الارتباط (٠.٥١٨) يشير إلى وجود علاقة متوسطة بين التواصل للأمهات والازدهار النفسي للأبناء، كما أن معامل التحديد (٠.٢٦٨) يعني أن ٢٦.٨ % من

التباين في الازدهار النفسي للأبناء يمكن تفسيره من خلال التواصل الرحيم للأمهات، أما خطأ التقدير لمعامل الانحدار (17.331) فيمثل مقدار الخطأ المتوقع في التنبؤ بالازدهار النفسي.

جدول (9)

تحليل التباين لنموذج الانحدار المتعدد

نموذج الانحدار	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
الانحدار	24124.503	5	4824.901		
البواقي	65775.879	219	300.346	16.064	0.000
المجموع	89900.382	224			

كما يشير جدول (9) إلى أن نموذج الانحدار ذو دلالة إحصائية عالية (قيمة "ف" = 16.064، ومستوى الدلالة = 0.000)، مما يعني أن هناك علاقة معنوية بين التواصل الرحيم للأمهات والازدهار النفسي للأبناء.، كما أن قيمة "ف" تشير إلى أن النموذج قادر على التنبؤ بالازدهار النفسي بشكل جيد.

جدول (10)

نموذج الانحدار المتعدد لأبعاد التواصل الرحيم للأمهات على الازدهار النفسي للأبناء

نموذج الانحدار	B	الخطأ المعياري	Beta	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
المتغير التابع (ثابت الانحدار)	40.320	6.520		6.184	.000
التعبير الإيجابي عن المشاعر	.742	.297	.213	2.497	.013
لغة حوار واضحة	.718	.354	.188	2.031	.044
التفهم والتعاطف مع الآخرين	.167	.334	.056	.500	.617
التعبير الواعي عن الطلبات والمهام	.673	.287	.234	2.350	.020
التعبير عن التقدير والامتنان	.093	.204	.087	.456	.649

يوضح جدول (10) نموذج الانحدار المتعدد لأبعاد التواصل الرحيم أن بعض أبعاد التواصل الرحيم لها تأثير معنوي على الازدهار النفسي للأبناء. على وجه التحديد، "التعبير الإيجابي عن المشاعر" (مستوى الدلالة = ٠.٠١٣)، "لغة حوار واضحة" (مستوى الدلالة = ٠.٠٤٤)، و"التعبير عن التقدير والامتنان" (مستوى الدلالة = ٠.٠٢٠) لها تأثيرات معنوية. بينما "التفهم والتعاطف مع الآخرين" و"التعبير الواعي عن الطلبات والمهام" ليس لهما تأثير معنوي، وهذا يعني أن الأمهات اللاتي يعبرن عن مشاعرهن بشكل إيجابي، ويستخدمن لغة حوار واضحة، ويعبرن عن تقديرهن وامتنانهن، يساهمون بشكل أكبر في ازدهار أبنائهن النفسي، ويمكن التعبير عن نموذج الانحدار السابق في المعادلة التالية:

$$\begin{aligned} & \text{الازدهار النفسي} = ٤٠.٣٢٠ + ٠.٧٤٢ (\text{التعبير الإيجابي عن المشاعر}) + \\ & ٠.٧١٨ (\text{لغة حوار واضحة}) + ٠.١٦٧ (\text{التفهم والتعاطف مع الآخرين}) + \\ & ٠.٦٧٣ (\text{التعبير الواعي عن الطلبات والمهام}) + ٠.٠٩٣ (\text{التعبير عن التقدير والامتنان}). \end{aligned}$$

وتتفق هذه النتيجة مع العديد من الدراسات التي أكدت على أهمية التواصل الإيجابي في بناء علاقات صحية وإيجابية، وتعزيز النمو النفسي والاجتماعي للأبناء، فالتواصل الرحيم يعكس الاهتمام والرعاية والتقدير، مما يشعر الأبناء بالأمان والقبول، ويسهم في تعزيز ثقتهم بأنفسهم وقدرتهم على التعبير عن مشاعرهم واحتياجاتهم بشكل فعال، فقد أكدت دراسة تسنيم محسن وفادية علوان (٢٠٢١) على دور المشاركة الوالدية في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى الأطفال والمراهقين. كما أشارت دراسة Hemat, Gamal, Gamal, & Ahmed (2020) إلى وجود ارتباط دال إحصائياً بين الازدهار النفسي والبيئة المادية والأنشطة الترفيهية، وهي عوامل يمكن أن تتأثر بالتواصل الرحيم للأمهات، وتعزز دراسات (Dosman et al (2023) و (Mazloom & Ardelt (2023)) و (Płóciennik (2018)) هذه النتائج حيث تؤكد على دور الأمهات في

تعزير التنظيم الذاتي والارتباط العاطفي لدى أطفالهن، وتتمية الذكاء الاجتماعي والكفاءة العاطفية، وتحفيز التفكير الإبداعي، وهي عوامل تسهم في الازدهار النفسي للأبناء.

٦ - الإجابة عن السؤال الخامس ونصه "هل يمكن التنبؤ بمستوى الازدهار النفسي للأبناء بناءً على مستوى الحكمة لدى الأمهات؟"

وللإجابة عن السؤال تم حساب قيم تحليل الانحدار المتعدد لأبعاد الحكمة لدى الأمهات والدرجة الكلية على الدرجة الكلية لمقياس الازدهار النفسي، على النحو التالي:

جدول (11)

ملخص نموذج الانحدار المتعدد للحكمة لدى الأمهات على الازدهار النفسي للأبناء

معامل الارتباط	معامل التحديد	مربع معامل الارتباط	خطأ التقدير لمعامل الانحدار
.599a	.358	.344	16.228

يوضح جدول (11) ملخص نموذج الانحدار المتعدد أن معامل الارتباط (٠.٥٩٩) يشير إلى وجود علاقة متوسطة إلى قوية بين الحكمة لدى الأمهات والازدهار النفسي للأبناء. كما أن معامل التحديد (٠.٣٥٨) يعني أن ٣٥.٨% من التباين في الازدهار النفسي للأبناء يمكن تفسيره من خلال الحكمة لدى الأمهات. أما خطأ التقدير لمعامل الانحدار (١٦.٢٢٨) فيمثل مقدار الخطأ المتوقع في التنبؤ بالازدهار النفسي.

جدول (12)

تحليل التباين لنموذج الانحدار المتعدد

نموذج الانحدار	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
الانحدار	32223.974	5	6444.795	24.471	0.000
البواقي	57676.408	219	263.363		
المجموع	89900.382	224			

كما يشير جدول (12) إلى أن نموذج الانحدار ذا دلالة إحصائية (قيمة "ف" = ٢٤.٤٧١، ومستوى الدلالة = ٠.٠٠٠٠)، مما يعني أن هناك علاقة معنوية بين الحكمة لدى الأمهات والازدهار النفسي للأبناء، كما أن قيمة "ف" تشير إلى أن النموذج قادر على التنبؤ بالازدهار النفسي بشكل جيد.

جدول (13)

نموذج الانحدار المتعدد لأبعاد الحكمة لدى الأمهات على الازدهار النفسي للأبناء

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	Beta	الخطأ المعياري	B	نموذج الانحدار
.000	6.799		5.468	37.174	المتغير التابع (ثابت الانحدار)
.885	-.144	-.012	.221	-.032	التعبير الإيجابي عن المشاعر
.066	1.848	.149	.243	.448	لغة حوار واضحة
.001	3.391	.251	.273	.926	التفهم والتعاطف مع الآخرين
.472	.720	.085	.312	.224	التعبير الواعي عن الطلبات والمهام
.092	1.692	.301	.171	.290	التعبير عن التقدير والامتنان

يوضح جدول (13) نموذج الانحدار المتعدد لأبعاد الحكمة أن بعد "التفهم والتعاطف مع الآخرين" له تأثير معنوي في الازدهار النفسي للأبناء (مستوى الدلالة = ٠.٠٠٠١). بينما أبعاد "التعبير الإيجابي عن المشاعر"، "لغة حوار واضحة"، "التعبير الواعي عن الطلبات والمهام"، و"التعبير عن التقدير والامتنان" ليس لها تأثير معنوي، وهذا يعني أن الأمهات اللاتي يتميزن بالتفهم والتعاطف مع الآخرين، يساهمون بشكل أكبر في ازدهار أبنائهن النفسي، ويمكن التعبير عن نموذج الانحدار من خلال المعادلة:

الازدهار النفسي = ٣٧.١٧٤ + (-٠.٠٣٢) (التعبير الإيجابي عن المشاعر) + ٠.٤٤٨ (لغة حوار واضحة) + ٠.٩٢٦ (التفهم والتعاطف مع الآخرين) + ٠.٢٢٤ (التعبير الواعي عن الطلبات والمهام) + ٠.٢٩٠ (التعبير عن التقدير والامتنان).

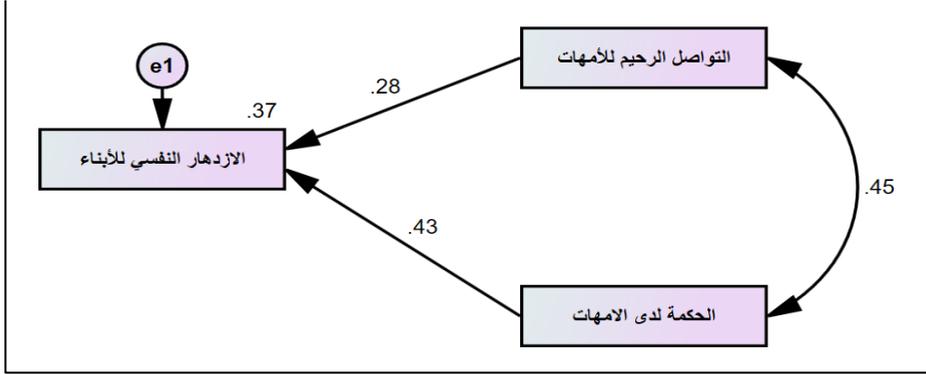
وتتفق هذه النتائج مع العديد من الدراسات التي أكدت على أهمية الحكمة في بناء علاقات صحية وإيجابية، وتعزيز النمو النفسي والاجتماعي للأبناء، فالحكمة تتضمن مجموعة من المهارات والقدرات التي تمكن الأمهات من التعامل مع تعقيدات الحياة، واتخاذ قرارات صائبة ومناسبة، وإدارة العلاقات الاجتماعية بفعالية، فقد أكدت دراسة (Mazloom & Ardel, 2023) على أن حكمة الأمهات لها تأثير إيجابي خاص في الفتيات، حيث تعزز ذكاءهن الاجتماعي وكفاءتهن العاطفية، كما أشارت دراسة (Dosman et al, 2023) إلى أن الأمهات يمكنهن تعزيز مهارات التنظيم الذاتي والارتباط العاطفي لدى أطفالهن من خلال تقديم إرشادات واضحة ومبنية على الأدلة.

وتعزز دراسة (Płóciennik, 2018) هذه النتائج حيث أشارت إلى أن الأنشطة التعليمية التي تحفز التفكير الإبداعي يمكن أن تعزز من حكمة الأطفال، مما يبرز أهمية دور الأمهات في توفير بيئة تعليمية داعمة تعزز من إبداع أطفالهن، كما أكدت دراسة (Julia et al, 2024) على أهمية التعاطف في التواصل الرحيم، وهو ما يتضمن فهم مشاعر الآخرين والتفاعل معها بشكل إيجابي، كما أشارت دراسة (Brown & Green, 2009) إلى أهمية فهم الآخرين في الحكمة، وهو ما يتضمن احترام الآخرين وفهم مشاعرهم وتقديم المساعدة عند الحاجة.

ومن ناحية أخرى، لم تظهر الأبعاد الأخرى للحكمة تأثيراً معنوياً في نموذج الانحدار. يمكن تفسير ذلك في ضوء أن هذه الأبعاد قد تكون أقل تأثيراً في الازدهار النفسي للأبناء في هذه العينة، أو أنها قد تتداخل مع أبعاد أخرى في النموذج.

٧ - الإجابة عن السؤال السادس ونصه "هل توجد علاقة سببية بين التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات والازدهار النفسي للأبناء؟"

وللإجابة عن السؤال تم اقتراح نموذج سببي للعلاقة بين التواصل الرحيم لدى الأمهات والحكمة لديهن وبين الازدهار النفسي للأبناء، وباستخدام برنامج AMOS V26 تم حساب قيم النموذج المقترح، والتي يوضحها الشكل التالي:



شكل (1) النموذج المقترح للعلاقات بين متغيرات البحث

يوضح الشكل (1) نموذجًا سببيًا يربط بين التواصل الرحيم للأمهات، والحكمة لدى الأمهات، والازدهار النفسي للأبناء، حيث يشير النموذج إلى أن هناك علاقة مباشرة بين التواصل الرحيم للأمهات والازدهار النفسي للأبناء (٠.٢٨)، وكذلك بين الحكمة لدى الأمهات والازدهار النفسي للأبناء (٠.٤٣). كما يشير النموذج إلى وجود علاقة ارتباطية بين التواصل الرحيم للأمهات والحكمة لدى الأمهات (٠.٤٥)، هذا النموذج يوضح أن كلاً من التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات، يساهمان بشكل مستقل في ازدهار الأبناء النفسي، وأن هناك أيضًا علاقة متبادلة بين التواصل الرحيم والحكمة.

جدول (14)

معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية لنموذج تحليل المسار لمتغيرات البحث

المتغيرات واتجاه التأثير	معاملات الانحدار اللامعيارية	معاملات الانحدار المعيارية	الخطأ المعياري للتقدير	القيمة الحرجة	مستوى الدلالة
من التواصل الرحيم للأمهات	إلى الازدهار النفسي للأبناء	351.596	33.223	10.583	***
من الحكمة لدى الأمهات	إلى الازدهار النفسي للأبناء	430.418	40.671	10.583	***

يوضح الجدول (14) معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية لنموذج تحليل المسار. يوضح الجدول أن هناك تأثيراً معنوياً للتواصل الرحيم للأمهات على الازدهار النفسي للأبناء (القيمة الحرجة = 10.583، مستوى الدلالة = ***)، حيث إن معامل الانحدار اللامعيارية هو (351.596)، وبالمثل، هناك تأثير معنوي للحكمة لدى الأمهات على الازدهار النفسي للأبناء (القيمة الحرجة = 10.583، مستوى الدلالة = ***)، حيث إن معامل الانحدار اللامعيارية هو (430.418)، هذا يؤكد النتائج الموضحة في الشكل، بأن كلاً من التواصل الرحيم والحكمة يساهمان بشكل معنوي في الازدهار النفسي للأبناء.

من خلال ما سبق يمكن الإجابة عن السؤال بأن هناك علاقة سببية بين التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات والازدهار النفسي للأبناء، فالنموذج المقترح يشير إلى أن التواصل الرحيم والحكمة يؤثران بشكل مباشر وإيجابي على الازدهار النفسي للأبناء، مع وجود علاقة متبادلة بين التواصل الرحيم والحكمة، وهذا يدل على أن الأمهات اللاتي يتميزن بالتواصل الرحيم والحكمة يساهمون بشكل كبير في ازدهار أبنائهن النفسي.

توصيات البحث:

١. بناءً على النتائج السابقة للبحث، يمكن تقديم التوصيات التالية:
 ١. تصميم وتنفيذ برامج توعية تهدف إلى زيادة وعي الأمهات بأهمية التواصل الرحيم والحكمة في تنمية الازدهار النفسي لأبنائهن.
 ٢. تقديم دورات تدريبية للأمهات تركز على تطوير مهارات التواصل الرحيم، مثل التعبير الإيجابي عن المشاعر، ولغة الحوار الواضحة، والتفهم والتعاطف، والتعبير عن التقدير والامتنان.
 ٣. تنظيم ورش عمل وندوات للأمهات لتعزيز مهارات الحكمة لديهن، مثل المعرفة الذاتية، ومهارات الحياة، وإصدار الأحكام، والتنظيم الانفعالي، والإيثار.
 ٤. توجيه الأمهات نحو تبني أساليب تربية تعتمد على الحكمة، مثل توفير بيئة أسرية داعمة ومحفزة، وتشجيع الأبناء على التفكير الإبداعي وحل المشكلات.
 ٥. إنشاء مراكز دعم نفسي في المدارس والمجتمعات المحلية لتقديم الدعم النفسي للأبناء، ومساعدتهم على تطوير مهارات الازدهار النفسي، مثل المشاعر الإيجابية، والانشغال الإيجابي، والعلاقات الإيجابية، والمعنى من الحياة، والإنجاز.
 ٦. تصميم وتطوير أدوات تقييم للازدهار النفسي للأبناء، بهدف قياس مستوى الازدهار النفسي لديهم، وتحديد احتياجاتهم، وتقييم فعالية البرامج التدريبية.
 ٧. إجراء المزيد من الدراسات التي تتناول العلاقة بين التواصل الرحيم والحكمة لدى الآباء والازدهار النفسي للأبناء، مع التركيز على عوامل أخرى مؤثرة مثل البيئة الاجتماعية والاقتصادية.
 ٨. تضمين مفاهيم التواصل الرحيم والحكمة في المناهج الدراسية، بهدف تعزيز هذه المهارات لدى الطلاب منذ الصغر.

٩. تفعيل دور المؤسسات المجتمعية، مثل المساجد والكنائس ومراكز الشباب، في تنظيم فعاليات وبرامج تهدف إلى تعزيز التواصل الرحيم والحكمة في المجتمع.

دراسات مقترحة:

١. العلاقة بين التواصل الرحيم والحكمة لدى الآباء والازدهار النفسي للأبناء في مرحلة المراهقة المتأخرة.
٢. دور التواصل الرحيم والحكمة في التنبؤ بالمرونة النفسية لدى الأبناء في ظل الأزمات.
٣. تأثير برنامج تدريبي قائم على التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات في تعزيز الازدهار النفسي للأبناء.
٤. دراسة مقارنة بين تأثير التواصل الرحيم والحكمة لدى الأمهات والآباء على الازدهار النفسي للأبناء.

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

ابتسام الزويني، رائدة حميد، عبد الرضا التميمي (٢٠١٦). علم النفس الإيجابي. دار صفاء للنشر والتوزيع.

إبراهيم محمد سعد عبده (٢٠٢٢). فاعلية برنامج إرشادي قائم على المناعة النفسية في التواصل الرحيم والرضا الزوجي لدى حديثي الزواج. مجلة كلية التربية، مج ١٩، ع ١١٤، ٦١٢ - ٦٧٢.

أحمد سمير مصطفى (٢٠٢٠). إدارة الذات وعلاقتها بالكفاءة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية جامعة بور سعيد، ٣١ (١)، ٤١٥-٤٣٦.

أمجاد صالح محمد الزهراني (٢٠٢٣). العفو وعلاقته بالحكمة لدى الطلبة الموهوبين في المرحلة الثانوية بمنطقة الباحة (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الباحة، الباحة.

أمل أحمد جمعة محمد (٢٠٢٤). فعالية برنامج إرشادي قائم على التواصل الرحيم "اللاعنف" في تخفيف حدة الاختلالات الزوجية وأثره على الأمن النفسي للأبناء. مجلة دراسات تربوية وطفولة، ع ٢٤، ٦٩ - ١٠٦.

أمل محمد غنايم (٢٠٢٠). الحكمة لدى المتفوقين أكاديمياً بالمرحلة الجامعية في ضوء أنماط الاستشارات النفسية الفاتحة وفق نظرية دابروسكي. المجلة التربوية، جامعة سوهاج، ٧١، ١-٤٥.

أمنية جمال خالد محمود، نرمين محمود عبده، وياسمين صلاح سيد (٢٠٢٤). الخصائص السيكو مترية لمقياس الازدهار النفسي وعلاقته لدى عينة

من طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية، مج ٢١، ع ١٢١، ١٦٢ - ١٨٨.

حسني زكريا النجار (٢٠١٨). الإسهام النسبي لأساليب اتخاذ القرار والمرونة المعرفية وفعالية الذات الاجتماعية في التنبؤ بالحكمة لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية جامعة بنها، ٢٩ (١١٣).

داليا محمد (٢٠٢٠). التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي كمتغيرات وسيطة بين اليقظة العقلية والرضا عن الحياة لدى معلمات رياض الأطفال. مجلة دراسات الطفولة والتربية، (١٣)، ٣٩٤-٥٠٤.

رمضان عاشور سالم، هاني فؤاد سليمان (٢٠٢٠). الإسهام النسبي لكل من الامتتان والعمو في التنبؤ بالحكمة لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة البحث العلمي في التربية، جامعة حلوان، ٢١، ١١١-١٧٠.

زينب شعبان رزق (٢٠٢٠). بنية الازدهار النفسي لدى الطالب المعلم في ضوء المستوى الاقتصادي المدرك والنوع. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٣٠ (١٠٧)، ٢٩٥-٣٥١.

سميرة علي أبو غزالة، مصطفى أحمد الهيبي، خليفة أسامة الضلاعين (٢٠٢١). الخصائص السيكومترية لمقياس مهارات التواصل الرحيم للأمهات كما يدركه الأبناء. العلوم التربوية، مج ٢٩، ع ٤٤، ٢٠٣ - ٢٣٤.

صالح بن أحمد صالح دخيخ. (٢٠٢٢). بناء نموذج للعلاقة السببية بين أبعاد التفكير التأملي والحكمة والتدريس بأسلوب التفكير الناقد لدى عينة من معلمي اللغة العربية بمنطقة الباحة. مجلة البحث العلمي في التربية، ع ٢٣، ج ٤٤، ١٦٢ - ٢١٤.

صباح قاسم الرفاعي (٢٠١٨). فعالية برنامج إرشادي زواجي للتخفيف من العلاقة المقلقة والعمى الانفعالي لدى الزوجات ضحايا الخيانة الزوجية. **المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج.**

صفاء شحاته بيرق (٢٠٢٣). فاعلية برنامج إرشادي قائم على الشغف الأكاديمي الانسجامي لتحسين الازدهار النفسي لدى التلاميذ الوافدين بالمرحلة الابتدائية بمعهد البعوث الإسلامية الأزهرية. **مجلة قطاع الدراسات الإنسانية، ع ٣١، ٩٢١ - ١٠٣١.**

صفاء عبدالجواد بدر. (٢٠٢٤). برنامج مقترح في ضوء أبعاد الحكمة لتنمية التفكير الاستراتيجي ومهارات فعالية الحياة لدى الطالبة معلمة الفلسفة والاجتماع. **مجلة البحث العلمي في التربية، ع ٢٥، ج ١، ٢٣٣ - ٢٨٦.**

عبدالمنعم أحمد علي، عبد الرسول عبدالباقي عبداللاه، طلعت محمد أبو عوف، روداء عبدالفتاح نصر. (٢٠٢٣). كفاءة معالجة المعلومات والوظائف التنفيذية منبئات بالحكمة لدى طلاب الجامعة. **مجلة شباب الباحثين في العلوم التربوية، ع ١٩، ٤٠٧ - ٤٦١.**

عفاف عزت إبراهيم دسوقي. (٢٠٢٣). فاعلية برنامج تدريبي قائم على نظرية الذكاء الناجح لتنمية المهارات القيادية ومهارات الحكمة لدى طلاب كلية التربية (رسالة دكتوراة غير منشورة). **جامعة حلوان، القاهرة.**

عفراء خليل العبيدي (٢٠١٩). الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. **المجلة الجزائرية للدراسات والأبحاث، ٢ (٨)، ٣٧ - ٥٥.**

عمرو رفعت عمر، فتحي محمد نجلاء، شيماء محمد ریحان (٢٠٢٢).
الاعتراب الزوجي كما يدركه الأبناء وأثره على مهارات التواصل
الاجتماعي في المرحلة الجامعية. *مجلة كلية التربية،* ٤٠، ٧٠١-
٧٣٠.

عمرو رمضان عطايا (٢٠٢٠). التواصل الرحيم بين الآباء والأبناء في ضوء
بعض المتغيرات الديموغرافية. *مجلة كلية التربية،* مج ١٧، ع ٩٠٤،
٣٠٣ - ٣٢٧.

فؤاد أبو حطب (١٩٩٦). *القدرات العقلية. الأنجلو المصرية.*

كريم محمد عرفي (٢٠٢١). نمذجة العلاقات السببية بين الازدهار النفسي
وكل من التسامح والحكمة لدى طلاب كلية التربية. *المجلة التربوية
كلية التربية جامعة سوهاج،* ٨٨، ١٢٧١-١٣٦٤.

محمد سيد عبد اللطيف (٢٠٢٣). نمذجة العلاقات السببية بين أنماط الهوية
الأكاديمية والشغف الأكاديمي والازدهار النفسي لدى طالبات كلية
البنات الإسلامية جامعة الأزهر بأسسيوط. *مجلة البحث العلمي في
التربية النوعية،* ٩(١)، ٢٨٥ - ٣٣٩.

محمد خليفة الشريدة (٢٠١٥). مستوى التفكير ما وراء المعرفي والحكمة لدى
عينة من طلبة الجامعة والعلاقة بينهما. *المجلة الأردنية في العلوم
التربوية،* ١١(٤)، ٤٠٣-٤١٥.

محمد خليفة الشريدة، عبد الناصر نياح الجراح، موفق سليم بشارة (٢٠١٣).
القدرة التنبؤية للذكاءات المتعددة بمستوى الحكمة لدى الطلبة الجامعيين
في الأردن. *مجلة كلية التربية جامعة دمشق،* ١١(١).

محمد صفوت نور الدين (٢٠٠٠). مسئولية الأسرة نحو تربية الأبناء.
التوحيد، س ٢٩، ع ٥، ٢ - ٥.

محمد عبد الكريم الحوراني، فاطمة غرابوي (٢٠٢٠). الطلاق العاطفي بين
الزوجين من منظور الزوجة في الأسرة الإماراتية: تطبيق نظرية العمل
العاطفي لدى هو شليد. مجلة الآداب، ١٣٣.

محمد فرحان القضاة، محمد عوض الترتوري (٢٠٠٦). تنمية مهارات اللغة
والاستعداد القرائي عند طفل الروضة، عمان. دار الحامد.

محمد مصطفى طه محمد، وهديل حسين فرج حسن. (٢٠٢١). الإسهام
النسبي للتفكير التأملي والتدفق النفسي والضبط الانفعالي في التنبؤ
بالحكمة لدى معلمي التربية الخاصة. مجلة كلية التربية، مج ٣٢،
ع ١٢٨، ٩٢٩ - ٩٩٦.

محمود رامز حسين يوسف (٢٠٢٢). الازدهار النفسي وعلاقته باليقظة العقلية
وكفاءة المواجهة لدى عينة من طلاب كلية التربية: دراسة ارتباطية -
تنبؤية. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، ٤٦ (١)، ١٩٥-٥١٢.

مرفت إبراهيم إبراهيم خضير (٢٠٢٢). إدارة الحياة وعلاقتها بالازدهار النفسي
وجودة الحياة الزوجية لدى طالبات الجامعة المتزوجات في ضوء بعض
المتغيرات الديموجرافية. مجلة التربية، ع ١٩٦، ج ٥، ٣٩١ - ٤٤٧.

مرفت إبراهيم خضير (٢٠٢٢). إدارة الحياة وعلاقتها بالازدهار النفسي وجودة
الحياة الزوجية لدى طالبات الجامعة المتزوجات في ضوء بعض
المتغيرات الديموقراطية. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ١٩٦ (٥)،
٣٩١-٤٤٧.

مسيرة مجلي المطلق، و مها عبدالمنعم الأمين (٢٠٢٤). الحكمة لدى
المستشارين بمراكز الإرشاد الأسري في محافظة الأحساء. **مجلة العلوم
التربوية والدراسات الإنسانية**، ع٤١، ١٢٠ - ١٥٠.

نورا إبراهيم محمد، منى كامل شمس الدين (٢٠٢٤). فاعلية استراتيجية ميردر
M.U.R.D.E.R. في تدريس الاقتصاد المنزلي لتنمية مهارات التفكير
التوليدي ومهارات الفهم العميق والازدهار النفسي لدى تلميذات المرحلة
الإعدادية. **مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية**، ع٥٤٤، ٥٥٣ -
٦٧٩.

هناء محمد زكي، سامح حسن حرب (٢٠٢١). فاعلية برنامج قائم على الرأفة
بالذات في الضغوط الأكاديمية والازدهار النفسي لدى عينة من طلاب
الجامعة المتفوقين عقليا. **المجلة التربوية**، ٩٠، ٨٦٢-٩٥١.

هيام صابر شاهين (٢٠١٢). إسهام كل من الذكاء الاجتماعي وأحداث الحياة
الضاغطة في التنبؤ بالحكمة لدى معلمي المدارس الفكرية. **مجلة
العلوم التربوية والنفسية**، ١٣(٣)، ٤٩٥-٥٣٠.

وسام حمدي القصبي، مها محمد آل محلوي (٢٠٢٥). الدور الوسيط للتدفق
النفسي والحيوية الذاتية في العلاقة بين الازدهار النفسي والإبداع
الانفعالي لدى طالبات جامعة الملك خالد. **مجلة كلية التربية**، مج٩١،
٤٨٨ - ٥٥٢.

وفاء محمد عبد الجواد (٢٠١٥). الحكمة وعلاقتها بمهارات التفاوض لدى
عينة من طلاب الدراسات العليا بالإرشاد النفسي والتربية الخاصة.
مجلة التربية الخاصة، ع١٢، ٧٥ - ١٢٦.

ولاء منصور الشريف، سمية عزت شرف (٢٠٢٣). بناء مقياس الازدهار النفسي لدى عينة من طلبة جامعة أم القرى. *مجلة العلوم التربوية والنفسية، المركز القومي للبحوث بغزة، ٢٢، ٩٦-١١٦.*

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Aldwin, C. M. (2009). Gender and wisdom: A brief overview. *Research in Human Development, 6*(2-3), 88-97.
- Alihosseini, F., Rangan, U., & Zadeh, M. M. (2014). Improving marital satisfaction by using non-violent communication. *The International Journal of Humanities & Social Studies, 2*(7), 342-348.
- Alzahrani, S. A. (2020). *Teacher Well-Being among English Lecturers and Instructors in Saudi Arabia.*
- Ardelt, M. (2000). Antecedents and effects of wisdom in old age: A longitudinal perspective on aging well. *Research on Aging, 22*(5), 574-598.
- Ardelt, M. (2003). Empirical assessment of a three-dimensional wisdom scale. *Research on Aging, 25*(3), 275-324.
- Arnesen-Trunzo, M. D. (2015). Identifying techniques for encouraging compassionate communication: supporting behaviour for international primary school students in Shanghai, China. *Open Journal of Social Sciences, 3*(06), 50.

- Baltes, P. B., & Staudinger, U. M. (2000). Wisdom: A metaheuristic (pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence. *American Psychologist*, 55(1), 122-136.
- Baltes, P., & Smith, J. (1990). Toward a psychology of wisdom: Its ontogenesis. In R. J. Sternberg (Ed.), *Wisdom: Its nature, origins, and development* (pp. 87-120). Cambridge University Press.
- Bangen, K. J., Meeks, T. W., & Jeste, D. V. (2013). Defining and assessing wisdom: A review of the literature. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 21(12), 1254-1266.
- Bao, D., Zhou, L., Ferrari, M., Feng, Z., & Cheng, Y. (2022). The role of wisdom in the cross-cultural adaptation of Chinese visiting scholars to Canada: A mediation model. *Frontiers in Psychology*, 13, 779297. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.779297>
- Barone, C. (2013). *Late life identity: An examination of the relation between wisdom and ethics of care enactments in late life* (Doctoral dissertation). The George Washington University.
- Bassett, C. L. (2014). Understanding and teaching practical wisdom. *New Directions for Adult and Continuing Education*, 2014(141), 69-78.
- Beimorghy, A., Hariri, N., & Babalhavaej, F. (2017). Effect of wisdom and intellectuality on social health. *Journal of Research and Health*, 7(1), 624-636.

- Bergsma, D., & Ardel, M. (2012). Self-reported wisdom and happiness: An empirical investigation. *Journal of Happiness Studies*, 13(4), 481-499.
- Boloje, B. O. (2024). Parenting, family guidance and spiritual education: Proverbs 1: 8–9 and its wisdom ethos for children’s moral development. *Verbum et Ecclesia*, 45(1), 3285.
- Bonnell, H., Li, P., & van Lingen, T. (2017). Nonviolent Communication – a Communication Tool to support the Adaptive Capacity of Organisations? [Master's thesis, Blekinge Institute of Technology]. Blekinge Institute of Technology.
- Bowlby, J. (1980). Loss: Sadness and depression (Vol. 3, p. 472). *New York: Basic books*.
- Branscomb, M. (2011). The DREAM Act. *Pandemonium is a free art and scholastic journal sponsored by the Graduate Student Association of San Diego State University in coordination with SDSU Associated Students.*, 103.
- Brown, S. C., & Greene, J. A. (2006). The wisdom development scale: Translating the conceptual to the concrete. *Journal of College Student Development*, 47(1), 1-19.
- Brown, S., & Green, J. (2009). The wisdom development scale: Further validity investigation. *International Journal of Aging and Human Development*, 68(4), 320-328.

- Bruser, R. (2011). *The Link Between Identity Processing Style and Compassionate Love: Are Mindfulness and Self-Compassion Key Components?*. University of Northern British Columbia.
- Clayton, V. (1983). Wisdom and intelligence: The nature and function of knowledge in the later years. *International Journal of Aging & Human Development*, 10(2), 15-28.
- Dijkstra, M., Pieterse, M., Drossaert, C., Westerhof, G., Graaf, R., Have, M., Walburg, J., & Bohlmeijer, E. (2015). What factors are associated with flourishing? Results from a large representative national sample. *Journal of Happiness Studies*, 16(4), 1351-1370. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9647-3>
- Dosman, C., Koscielnuk, D., & Gallagher, S. (2023). Pearls of wisdom: Updated skill-specific parenting strategies in the first 6 years. *Paediatrics & Child Health*, 28(8), 470–479. <https://doi.org/10.1093/pch/pxac081>
- Džaferović, M. (2018). The effects of implementing a program of nonviolent communication on the causes and frequency of conflicts among students. *Teme-Časopis za Društvene Nauke*, 42(1), 57-74.
- Eraslan-Capan, B. (2016). Social connectedness and flourishing: The mediating role of hopelessness. *Universal Journal of Educational Research*, 4(5), 933-940.

https://www.hrpub.org/journals/article_info.php?aid=3681

Frost, S., Kannis-Dymand, L., Schaffer, V., Millear, P., Allen, A., Stallman, H.,... & Atkinson-Nolte, J. (2022). Virtual immersion in nature and psychological well-being: A systematic literature review. *Journal of Environmental Psychology*, 80, 101765.

Goetz, J. L., Keltner, D., & Simon-Thomas, E. (2010). Compassion: an evolutionary analysis and empirical review. *Psychological bulletin*, 136(3), 351.

Grossmann, L., & Kung, F. Y. H. (2018). Wisdom and culture. In S. Kitayama & D. Cohen (Eds.), *Handbook of cultural psychology* (2nd ed., pp. 759-784). Guilford Press.

Hemat, M., Gamal, S. A., Gamal, A., & Ahmed, F. H. (2020). PSYCHOLOGICAL PROSPERITY AND ITS RELATIONSHIP TO THE VOCABULARY OF THE RESIDENTIAL ENVIRONMENT AND PLACES OF LEISURE FOR ADOLESCENTS IN BOTH RURAL URBAN AREAS IN SOHAG. *Journal of Environmental Science*, 49(7), 73-102.

Houshmond, Z., Harrington, A., Saron, C., & Davidson, R. J. (2002). Training the mind: First steps in a cross-cultural collaboration in neuroscientific research. *Visions of compassion: Western scientists and Tibetan Buddhists examine human nature*, 3-17.

- İbrahimoglu, Ö., Mersin, S., & Çağlar, M. (2021). The Turkish adaptation of the compassionate communication scale: a validity and reliability study. *Perspectives in psychiatric care*, 57(1), 43-49.
- Jado, S. M. A., & Nofal, M. B. (2014). Level of wisdom-based thinking among the educational leaders at UNRWA schools in Jordan. *International Journal of Humanities and Social Science*, 5(7), 117-136.
- Jason, L. A., Reichler, A., King, C., Madsen, D., Camacho, J., & Marchese, W. (2001). The measurement of wisdom: A preliminary effort. *Journal of community psychology*, 29(5), 585-598.
- Jifa, G. (2013). Data, information, knowledge, wisdom and meta-synthesis of wisdom—comment on wisdom global and wisdom cities. *Procedia Computer Science*, 31, 517-519.
- Julia, G. J., Romate, J., Allen, J. G., & Rajkumar, E. (2024). Compassionate communication: a scoping review. *Frontiers in Communication*, 8, 1294586.
- Kállay, É., & Rus, C. (2014). Psychometric properties of the 44-item version of Ryff's Psychological Well-Being Scale. *European Journal of Psychological Assessment*.
- Kashtan, I. (2006). *Basics of nonviolent communication*. Retrieved from <http://www.baynvc.org>
- Keyes, C. L. M. (2003). Complete mental health: An agenda for the 21st century. In C. L. M. Keyes & J. Haidt

- (Eds.), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived* (pp. 293-312). American Psychological Association.
- Knoesen, R., & Naude, L. (2018). Experiences of flourishing and languishing during the first year at university. *Journal of Mental Health, 27*(3), 269-278.
- Kramer, D. A. (2000). Wisdom as a classical source of human strength: Conceptualization and empirical inquiry. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19*(1), 87-101.
- Kunzmann, U. (2000). Approaches to a good life: The emotional-motivational side to wisdom. *Positive Psychology in Practice, 1*, 393-404.
- Landefeld, C. L. B. (2021). *Is healthy nutrition associated with mental well-being and flourishing?* (Bachelor's thesis, University of Twente).
- Lifshitz, H., Kashtan, A., & Kashtan, M. (2007). Beacon for Peace in the Promised Land: Transforming Palestinian-Israeli Relationships with Nonviolent Communication. In *Beyond Bullets and Bombs: Grassroots Peacebuilding Between Israelis and Palestinians* (p. 111).
- Linden, M., Lieberei, B., & Noack, N. (2019). Wisdom, attitudes, and coping in the life of psychosomatic patients. *Psychotherapie, Psychosomatik, medizinische Psychologie, 41*(1), 31-38.

- Matud, M. P., López-Curbelo, M., & Fortes, D. (2019). Gender and psychological well-being. *International journal of environmental research and public health*, 16(19), 3531.
- Mazloom, M. Z., & Ardel, M. (2023). Parents' Wisdom and Adolescents' Cognitive, Social, and Emotional Developmental Qualities. *International Journal of Behavioral Development*, 45(3).
- Neff, K. D. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250.
- Pasupathi, M., & Staudinger, U. M. (2001). Do advanced moral reasoners also show wisdom? Linking moral reasoning and wisdom-related knowledge and judgment. *International Journal of Behavioral*, 25(5), 401-415.
- Płóciennik, E. (2018). Children's creativity as a manifestation and predictor of their wisdom. *Thinking Skills and Creativity*.
- Qudsyi, H., Trimulyanings, N., Novitasari, R., & Stueck, M. (2018). *Developing module of nonviolent communication among children in Yogyakarta* (Unpublished master's thesis). Faculty of Psychology and Socio-Cultural Sciences, University of Islam Indonesia, Indonesia.

- Rosenberg, M. B. (2005). *Speak peace in a world of conflict: What you say next will change your world*. PuddleDancer.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Salazar, L. R. (2013). *Communicating with compassion: The exploratory factor analysis and primary validation process of the compassionate communication scale* (Doctoral dissertation). Arizona State University.
- Santini, Z. I., Becher, H., Jørgensen, M. B., Davidsen, M., Nielsen, L., Hinrichsen, C. & Koushede, V. (2021). Economics of mental well-being: a prospective study estimating associated health care costs and sickness benefit transfers in Denmark. *The European Journal of Health Economics*, 22, 1053-1065.
- Seligman, M. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.
- Staudinger, U. M., & Glück, J. (2011). Psychological wisdom research: Commonalities and differences in a growing field. *Annual Review of Psychology*, 62, 215-241.

- Sternberg, R. J. (2005). What is wisdom and how can we develop it? *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 164-179.
- Sternberg, R. J. (2005). WICS: A model of giftedness in leadership. *Roeper Review*, 28(1), 37-44.
- Sternberg, R. J., Jarvin, L., & Grigorenko, E. L. (2009). *Teaching for wisdom, intelligence, creativity, and success*. Corwin.
- Tsuchida, T. (2007). The relationship between emotional expression and illness: Addressing the effects of emotional repression on self-efficacy regarding health behavior. *Japanese Journal of Counseling Science*, 40(1), 51-58.
- Villieux, A., Sovet, L., Jung, S., & Guilbert, I. (2016). Psychological flourishing: Validation of the French version of the flourishing scale and exploration of its relationships with personality traits. *Personality and Individual Differences*, 88, 1-5.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.08.027>
- Wacker, R., & Dziobek, I. (2018). Preventing empathic distress and social stressors at work through nonviolent communication training: A field study with health professionals. *Journal of occupational health psychology*, 23(1).
- Walsh, R. (2015). What is wisdom? Cross-cultural and cross-disciplinary syntheses. *Review of General Psychology*, 19(3), 278-293.

- Way, D., & Tracy, S. J. (2012). Conceptualizing compassion as recognizing, relating and (re) acting: A qualitative study of compassionate communication at hospice. *Communication monographs*, 79(3), 292-315.
- Yang, S. Y. (2000). Conceptions of wisdom among Taiwanese Chinese. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31(1), 70-87.
- Younes, M. S., & Alzahrani, M. R. (2018). Could resilience and flourishing be mediators in the relationship between mindfulness and life satisfaction for Saudi college students? A psychometric and exploratory study. *Journal of Educational and Psychological Studies [JEPS]*, 12(4), 708-723.
- Zare Mazloom, M., Ardelt, M., Asadi, S., & Dehghani, F. (2024). Parents' Wisdom and Adolescents' Cognitive, Social, and Emotional Developmental Qualities. *Journal of Family Issues*, 45(3), 616-646.