



ISSN 2735-4822 (Online) \ ISSN 2735-4814 (print)



Psychological Reassurance and Improving Subjective Vitality Among Mothers of Linguistically Delayed Children.

Master. Asmaa Ismail El Sayed

Faculty of Women for Arts, Science & Education Ain Shams University – Egypt.

Semsem.ismail1234@gmail.com

Prof. Hamdy Mohamed Yassin

Professor of Educational Psychology Faculty of Women for Arts, Science & Education Ain Shams University - Egypt

Hamdyvassin012@gmail.com.

Receive Date :16 June 2024, Revise Date: 24 July 2024,

Accept Date: 27 July 2024.

DOI: [10.21608/buhuth.2024.297784.1713](https://doi.org/10.21608/buhuth.2024.297784.1713)

Volume5 Issue7– July (2025) Pp. 45- 84

Abstract

The study aimed to "improve the psychological reassurance and self-vitality among mothers of children with language delays". The research sample consisted of (61) mothers of children with language delays to verify the descriptive aspect of the study, and another sample of (7) mothers to verify the experimental hypotheses of the study. Accordingly, a psychological reassurance scale and a subjective vitality scale were designed, along with the development of a counseling program to improve psychological reassurance and subjective vitality among these mothers. The results indicated the following: The levels of both psychological reassurance and subjective vitality among mothers of children with language delays differ between the pre-measurement and post-measurement of the program, in favor of the post-measurement. There is no difference in the levels of psychological reassurance and subjective vitality between the post-measurement and follow-up measurement of the program. There are both quantitative and qualitative factors associated with psychological reassurance and subjective vitality among mothers of children with language delays.

Keywords: Psychological Reassurance - Self-Vitality - Mothers of Children with Language Delays.

الطمأنينة النفسية وتحسين فاعلية الحيوية الذاتية لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغوياً

أسماء إسماعيل السيد

باحثة ماجستير - قسم علم النفس التعليمي

كلية البنات - جامعة عين شمس - جمهورية مصر العربية

Semsem.ismail1234@gmail.com

أ.د | حمدي محمد ياسين

أستاذ علم النفس

كلية البنات - جامعة عين شمس - جمهورية مصر العربية

Hamdyvassin012@gmail.com

المستخلص:

هدفت الدراسة " تحسين الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغوياً" وتكونت العينة من (N=61) من أمهات الأطفال المتأخرين لغوياً، وذلك للتحقق من الشق الوصفي للدراسة، كما شملت العينة (N=7) من أمهات الأطفال المتأخرين لغوياً، وذلك للتحقق من الفروض التجريبية للدراسة. وبناء عليه تم إعداد مقياس الطمأنينة النفسية، ومقياس الحيوية الذاتية، فضلاً عن بناء برنامج إرشادي لتحسين الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغوياً. وأشارت النتائج إلى ما يلي: تختلف درجة كلا من الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغوياً باختلاف القياسين القبلي والبعدي للبرنامج، في اتجاه القياس البعدي، لا تختلف درجة كلا من الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغوياً باختلاف القياسين البعدي والتتبعي للبرنامج، توجد عوامل كمية وكيفية مرتبطة بكلا من الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغوياً.

الكلمات المفتاحية: الطمأنينة النفسية، الحيوية الذاتية، أمهات الأطفال المتأخرين لغوياً

مقدمة

ازدهر علم النفس الإيجابي على مدار العشرين سنة الماضية، وازداد الاهتمام بالكثير من الجوانب الإيجابية المرتبطة بالتنمية البشرية والأداء.

ولعل موضوع الطمأنينة النفسية من الموضوعات التي نالت حظها من الاهتمام في الآونة الأخيرة. فالطمأنينة النفسية بصورة عامة، هي مفهوم متعدد الجوانب يتضمن الأبعاد الذاتية والاجتماعية والنفسية، بالإضافة إلى السلوكيات المرتبطة بالصحة النفسية، مما أدى إلى تعدد الدراسات من الباحثين- رغم اختلاف توجهاتهم - بهذا المفهوم.

كما أن الطمأنينة النفسية من أهم الحاجات النفسية ومن أهم دوافع السلوك طوال الحياة وهي من الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي والتوافق النفسي والصحة النفسية للفرد.

إن توافر قدرًا من الحيوية الذاتية؛ يتيح للفرد امكانية وضع وتحديد اهداف لها معنى؛ مما يعزز لديه ويمنحه القدر المناسب من الايجابية، والصمود النفسي في مواجهة التحديات، وأحداث الحياة الضاغطة، التي تنتج عن طبيعة عمله، كما تمنحه الهمة، والتفاؤل وتحفزه للإبداع، إذ أن الافتقار للهمة وانخفاض الحيوية والدافعية والرضا عن الحياة؛ يعد من الأعراض المركزية في كثير من الاضطرابات النفسية.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

كل سلوك مدفوع، ووضوح العلة وبيان الأسباب؛ من أهم تنظيم إستراتيجيات العمل الناجح، ومشكلة الدراسة منوطة بدوافع، وترتكز على أسباب، ونجاح إتمام أهداف العمل؛ تعزى لتعدد الأسباب وتباين العلل، ودوافع الدراسة الراهنة بيد أنها متباينة، إلا أن لكل منها خصوصية، ويمكن أن نوضح ذلك فيما يلي:

● **الرافد الشخصي:** ونعني به البواعث الشخصية للباحثة، ويتمثل في عدة اعتبارات، يأتي في صدارتها اهتمام الباحثين بمجال علم النفس الإيجابي بصفة عامة، والاهتمام بعينة البحث (أمهات الأطفال المتأخرين لغويًا) بصفة خاصة، فقد لوحظ من خلال العمل مع الأطفال المتأخرين لغويًا، قلق أمهاتهم عليهم فضلاً عن ضعف الهمة؛ فشعرت بضرورة مساعدتهن علي إيجاد سبل لتحسين الشعور بالطمأنينة والحيوية؛ حتى يقدرن على مساعدة أبنائهن والمضى قُدماً في الحياة.

● **الرافد البحثي:** كان من الطبيعي في ضوء الرافد الشخصي إتمام الوجه الثاني (الرافد البحثي)؛ بهدف استجلاء المفاهيم، وتمحيص النظريات، وتحليل الدراسات، والاستفادة من المقاييس والوقوف على سبل التنمية، فضلاً عن زيارة أهم مواقع البحث العلمي الإلكترونية للاطلاع على أحدث الدراسات والأبحاث العلمية، والمكتبات المختلفة.

ومن خلال مراجعة التراث النظري المرتبط بمتغيرات الدراسة يمكن صياغة مشكلة الدراسة عبر الإشكاليات التالية:

الإشكالية الأولى: ثمة عوامل كمية وكيفية مرتبطة بكلا من (الطمأنينة النفسية، الحيوية الذاتية)

أولاً: الطمأنينة النفسية Psychological Assurance

أشارت نتائج دراسة Ludban & Gitimu, 2013 إلى أن متغير العمر من العوامل التي لها تأثير في الطمأنينة النفسية، بينما اختلفت معها دراسة علي عون 2018، وكمال بورز 2018، وعيشة علة، 2018 حيث أشارت إلى أنه لا يؤثر متغير العمر في الطمأنينة النفسية.

كما أشارت دراسة كل من سمية بوسطارة ، أسماء بن عباس ، 2021 إلى وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية ترجع لمتغير طبيعة العمل. في حين أشارت نتائج دراسة عبد اللاوي سعدية، 2020 متفقة مع دراسة صفاء محمد، 2021 إلى عدم وجود فروق في مستوى الطمأنينة النفسية تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

ثانياً: الحيوية الذاتية Subjective Vitality

تتفق دراسة 2012، Tammy D. Allen & Kaitlin M. Kiburz مع دراسة Ronit Kark & Abraha Carmeli، 2009 إلى أن الحيوية الذاتية لها تأثير على العمل. كما أشارت دراسة عفراء إبراهيم، 2020 متفقة مع بحث ضياء نمر، 2021 إلى عدم وجود فروق في الحيوية الذاتية وفق متغير المستوي الدراسي. وفي ضوء ما تقدم تطرح الدراسة السؤال التالي:

1- ما العوامل الكمية والكيفية المرتبطة بالطمأنينة النفسية، الحيوية الذاتية لدى عينة الدراسة ؟
الإشكالية الثانية: إشكالية الطمأنينة النفسية وتحسين فاعلية الحيوية الذاتية لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغوياً

ذكر كلا من Neslihan Arici Ozcan & Neslihan Yaman، 2020 أن للحياة الذاتية تأثير ودور كبير وملحوظ إلى جانب التوجه الروحي في توفير المزيد من الرضا عن الحياة والذي يعد تقييم إيجابي لحياة الشخص بأكملها والذي ينتج بدوره المزيد من الطمأنينة النفسية لدى الأشخاص. كما توصلت دراسة Kark & Carmeli، 2009 إلى وجود علاقة إيجابية بين مستوى الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية.

وفي ضوء ذلك يمكن صياغة الأسئلة التالية:

2- ما مدى اختلاف كل من الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية لدى عينة البحث باختلاف القياسين القبلي والبعدي للبرنامج ؟

3- ما مدى اختلاف كل من الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية باختلاف القياسين البعدي والتتبعي ؟

أهداف الدراسة

تحدد أهداف الدراسة في ضوء الأسئلة السابق طرحها، وهي على النحو التالي:

- 1- دراسة العوامل الكمية والكيفية المرتبطة بكل من الطمأنينة النفسية، الحيوية الذاتية.
- 2- تحديد مدى تباين أداء العينة التجريبية باختلاف القياسين القبلي والبعدي للبرنامج.
- 3- الكشف عن مدى تباين أداء العينة التجريبية باختلاف القياسين البعدي والتتبعي للبرنامج.

أهمية الدراسة:

تنوعت أهمية الدراسة، ويمكن تناول هذه الأهمية على النحو التالي:

- 1- الأهمية المنهجية: اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي فضلاً عن المنهج التجريبي والجمع بين المنهجين أعطى أهمية خاصة، لأن الدراسة لا تقف عند حد الوصف، بل تجاوزت ذلك إلى مرحلة التدخل.

- 2- أهمية المتغيرات: تعزى أهمية الدراسة؛ لتناولها متغيرات محورية جديدة ، فوفقاً لما توافر لدى من بيانات ودراسات سابقة(على المستوي المحلي والإقليمي) يتبين أن هناك ندرة في تناول متغيرات الدراسة (الطمأنينة النفسية، الحيوية الذاتية) وعينة الدراسة الحالية.
- 3- الأهمية السيكومترية: اعتمدت هذه الدراسة في جانبها السيكومتري على بناء مقاييس لتشخيص كلا من الطمأنينة النفسية، والحيوية الذاتية، وتم تفصيلها على عينات جديدة، مما يعني إضافة مقاييس جديدة لإثراء المكتبة العربية.
- 4- الأهمية العلاجية الإرشادية: وتمثلت في إعداد برنامج قائم على العلاج بالفن والبستنة لتحسين الطمأنينة النفسية وزيادة فاعلية الحيوية الذاتية لأمهات الأطفال المتأخرين لغوياً.
- 5- أهمية العينة: تتمثل أهمية العينة في مجموعة من أمهات الطفل المتأخرين لغوياً المفتقدات للطمأنينة النفسية ولديهن مؤشرات منخفضة في الحيوية الذاتية مما يؤثر بالسلب عليهن وبطبيعة الحال يمتد الأثر إلى أبنائهن.
- 6- الأهمية الوقائية: إن تحسين فاعلية الحيوية الذاتية له تأثير إيجابي على جميع النواحي الذهنية والروحية والنفسية و الاجتماعية والإنفعالية، كما يؤدي تحسين مستوى الطمأنينة النفسية إلى تقليل مشاعر القلق لديهن، مما يساعد الأمهات على تحسين الأداء مع أنفسهن وأبنائهن.
- 7- أهمية المجال البحثي: تعزى أهمية المجال البحثي لإنتماؤها لأكثر من مجال بحثي ، فهي من حيث العينة تنتمي لمجال الفئات الخاصة (أمهات الأطفال المتأخرين لغوياً) ، ومن حيث المنهج تنتمي للمنهج الوصفي فضلاً عن المنهج التجريبي ، أما من حيث المتغيرات فهي تنتمي لعلم النفس الإيجابي، أما من حيث الفئات فهي تنتمي للإرشاد النفسي حيث السعي لبناء برنامج لتحسين الطمأنينة النفسية، وزيادة فاعلية الحيوية الذاتية، كما تهتم ببناء مقاييس لتشخيص كل الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية وهي بهذا تقع في مجال القياس النفسي، دراسة كهذه تنتمي لعدة مجالات بحثية جديرة بالدراسة، وحرى بنا أن نتناول متغيراتها.

مصطلحات الدراسة:

تعرض الدراسة فيما يلي التعريف الإجرائي للمصطلحات الأساسية وذلك على النحو التالي:

1- الطمأنينة النفسية: Psychological Assurance

في ضوء تحليل تعريفات كل من (Kotera, et al. 2021) (Chui-de chiu, et al.2020) clark, (et al. 2020) (Afolabi & Baloguna, 2017) (O. Kobori & P.M. Salkovskis, 2012) (Hunter, et al.2010) (Gillath & Hart, 2010) (هبة إحسان، 2021) (غادة علي، 2020)، وكذلك النظريات المرتبطة (النظرية الإنسانية في الحاجات ماسلو) (نظرية التحليل النفسي) (النظرية الوجودية الشخصية)، وتحليل مقاييس كل من (Osamu & martin, 2012) (Maslow,1942) (إحسان هندواي، 2020) (شيماء العبيدي، 2019) (الرقاص والرافعي، 2010) (سميرة البدرى؛ و وجدان عبد المهدى، 2009) (زينب شقير، 2005) (الدليم وآخرون، 1993) ، وكذلك نتائج دراسات كل من (Park, et al.2020) (Colman, et al. 2020) (Blynova, et al. 2018) (Khalili, et al. 2014) (Spezia 2014) (Dontstov & pereyigina, 2013) (Troop, et al. 2013) (Ellison, 2009) (Grossmann, 2008) (Kelly & Noonan, 2008) (Irons, et al. 2006) (Abela, et al. 2005) (Beck, et al.) (2001) (Speckens, et al. 2000) (Purcell, 1952) (ناصرى الشريف، 2010). أصبح من الممكن

تحديد أكثر المفردات تكراراً وشيوعاً وتتمثل في (إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين، مقومات الرضا، مواجهة تحديات الحياة، مقومات السعادة) ومن ثم أصبح من اليسير صياغة التعريف الإجرائي: استجابة المفحوص (لمثيرات إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين، مقومات الرضا، مواجهة تحديات الحياة، مقومات السعادة) والتي تمثل مكونات المقياس المعد له، كما تتمثل في الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على المقياس المعد لذلك.

2- الحيوية الذاتية: Subjective Vitality

في ضوء تحليل تعريفات كل من (Arslan, 2021) (Bertrams, 2021) (Lavrushcheva, 2020) (Saricam, 2016) (Satici & Deniz, 2019) (Kaya, et al. 2019) (Ozcan & Yaman, 2020) (Kurtus, 2012) (سعيد أبو حلاوة؛ وعاطف الحسيني، 2016)، وكذلك النظريات المرتبطة (نظرية تقرير المصير) (نظرية تأثير) (نظرية التحليل النفسي لفرويد)، وتحليل مقاييس كل من (Buchner, et al. 2022) (Akin, et al. 2014) (Niemiec et al., 2010) (Ryan & Frederick, 1997) (نورا محمد، 2021) (ابتسام سعدون؛ وزهراء كريم، 2020)، وكذلك نتائج دراسات كل من (Ozkara, et al. 2017) (Deniz & Satici, 2017) (Kilic, 2019) (Akin & Akin, 2015) (Allen & Kiburz, 2012) (Fini, et al. 2010) (Ryan, et al. 2010) (Carmeli & Kark, 2009) (إيمان عباس؛ وحنان السيد، 2021).

أصبح من الممكن تحديد أكثر المفردات تكراراً وشيوعاً وهي (الحيوية الاجتماعية، الحيوية النفسية، الحيوية الروحانية، الحيوية الجسمية، الحيوية العقلية). ومن ثم أصبح من اليسير صياغة التعريف الإجرائي: استجابة المفحوص لمثيرات (الحيوية الاجتماعية، الحيوية النفسية، الحيوية الروحانية، الحيوية الجسمية، الحيوية العقلية) والتي تمثل مكونات المقياس المعد له، كما تتمثل في الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على المقياس المعد لذلك.

3- أمهات الأطفال المتأخرين لغوياً: Mothers of Children with Language Delays

عينة من أمهات الأطفال يعانون من تأخر لغوي؛ مما يجعلهن يشعرن بالقلق بشأن أبنائهن المتأخرين لغوياً، وذلك يفقدن الطمأنينة النفسية؛ مما يؤدي بدوره إلى خفض حيويتهن الذاتية تجاه أنفسهن وأبنائهن والقلق حول مستقبل أبنائهن وبخاصة مستقبلهم الأكاديمي وتقدمهم الدراسي وتكيفهم مع أقرانهم الذين هم في نفس عمرهم وكيف يمكنهم التعامل مع تلك المشكلات التي تواجههم سواء من الناحية النفسية كالتقبل وكيفية التوجه لحل المشكلات.

الإطار النظري والدراسات السابقة للدراسة: ونبين ذلك عبر المحاور التالية:

المحور الأول: الطمأنينة النفسية

و توضحه الدراسة علي النحو التالي:

أولاً: المفاهيم المتداخلة مع الطمأنينة النفسية

ومن هذه المفاهيم ما يلي:

1- الأمن النفسي: ويتضمن الأمن النفسي إحساس الفرد بتقبل الآخرين، وشعوره بالانتماء للمجتمع من خلال عملية التوافق مع الذات، وعملية التكيف مع الآخرين والتفاعل معهم. وعليه يجب أن تشمل معايير الأمن

النفسي الاستقرار الانفعالي والنفسي والمهني، والتكيف والتوافق المدرسي، وتحقيق الذات والشعور بالتقدير الذاتي، وإقامة علاقات إيجابية مع الآخرين (أماني عبد الباسط، 2021).

2- **الطمأنينة الانفعالية:** شعور الفرد بالراحة والسكينة والخلو من الصراعات، والثقة بالنفس؛ بحيث يكون قادراً على إشباع حاجاته، وشعوره بأنه محبوب (إحسان هندائي، 2020).

3- **الراحة النفسية:** هي التغلب على كل المشاكل والتوازن بين كل القوى الحيوية التي يعول عليها الإنسان في وجوده، وفي كفاحه، ونموه، وكل مجهود يبذل هو وسيلة لتحقيق هذه الغاية، كما أن الفرد لا يقدر على بذل المجهود الضروري لاكتساب عادة جديدة، إلا إذا أخذ حقه من الراحة بعد التعب، فالراحة الحقيقية تجدد النشاط ودفع الشخص إلى العمل بفرح وسهولة فيشعر بالدافع الداخلي دون أن يحتاج إلى الضغط الخارجي أو إلى الضغط الإرادي القوي (سمية بوسطارة؛ وأسماء بن عباس، 2021).

ثانياً: الطمأنينة النفسية تصورات نظرية:

ثمة نظريات عديدة تناولت هذا المفهوم، وتتناول الدراسة فيما يلي أكثر هذه النظريات ارتباطاً بموضوع الدراسة الحالية.

1- **النظرية الإنسانية (ماسلو) Maslow:** تُعد نظرية أبراهام ماسلو من أوائل النظريات التي تحدثت عن الحاجة للأمن، يُعد أبراهام ماسلو من علماء علم النفس الإنساني، وكانت وجهة نظره أن الإنسان بطبعه خير، وأنه يمتلك إرادة في اتخاذ القرار، وأن الإنسان يستمد إنسانيته من خلال اتصاله بالآخرين، ووجوده في وسط مادي، اجتماعي وحضاري، ولا يستطيع أن يكون في عزلة؛ فحرمان الفرد من الحديث مع الآخرين ومشاركتهم في الحياة تجرده من إنسانيته ويفتقد الشعور بالرضا والأمن والحب والصدقة، فهو بحاجة إلى احترام الذات والتقدير والحب والنجاح، وتلك الحاجات لا تتحقق إلا من خلال التفاعل والاتصال بالآخرين. (مروة سعيد، 2021)

2- **نظرية التحليل النفسي (فرويد) Freud:** أشار فرويد في نظريته عن النمو إلى خمس مراحل رئيسية في النمو، وكل منها يتصف بمشكلات تكيفية جديدة يجابها الفرد، وتؤكد هذه النظرية على الدور الحيوي الذي تؤديه الخبرة في نمو شخصية الوليد الإنساني، وتوضح هذه النظرية أنه ما لم تشبع الحاجات الأساسية للطعام والحب والدفء والأمان في المراحل المبكرة من حياة الإنسان، فإن نمو الشخصية بالتالي سيتوقف Arrested، وسمى فرويد ذلك بالثبوت Fixation. وبهذا المعنى فإن كل مرحلة تشكل فترة حرجية من حياة الطفل، وبدون الثبوت فإن الأطفال قد يمرون بمرحلة نمو ذات نظام محدد متتالي، حيث إن الثبوت يعوق بناء شخصية الطفل (هبة إحسان، 2021).

3- **النظرية الوجودية قسمت الشخصية إلى نمطين مطمئنين وغير مطمئنين نفسياً،** إذ يوصف الأفراد في النمط المطمئن أنهم قادرين على إشباع حاجاتهم النفسية بطريقة فعالة؛ مما يؤثر ذلك في خبرات الفرد الاجتماعية والنفسية، فيخلق نوعاً من التوازن بين وجود الفرد الخاص ووجود الأفراد المحيطين به والوجود المشترك في العالم، إذ يسعون لتحقيق أهدافهم الخاصة، ولديهم قدرة على تحمل المسؤولية واتخاذ القرارات ومواجهة تحديات المستقبل من خلال إدارته لذاته وإمكاناته، أما نمط غير المطمئنين فيجدون أنفسهم مجبرين على أداء أدوار مفروضة عليهم، ويتصف سلوكهم باستغلال الآخرين لتحقيق رغباتهم المسيطر عليها الأفكار المادية التي يصاحبها التوتر والقلق من المستقبل (صفاء الصرايرة؛ ولمياء الهواري، 2021).

ثالثاً: سُبُل قياس الطمأنينة النفسية:

- ثمة مقاييس شائعة الاستخدام لقياس هذا المفهوم يمكن أن نشير لبعض منها فيما يلي:
- 1- **مقياس الدليم، وآخرون (1993):** ويشتمل المقياس على (70) عبارة، وللاجابة عليها، يتم الاختيار بين (دائمًا- أحيانًا- نادرًا- أبدًا)، وتصحح بنود المقياس وفقًا للتقديرات التالية: دائمًا=4، أحيانًا=3، نادرًا=2، أبدًا=1، وذلك في حالة الصياغة الإيجابية للبنود، والعكس في الصياغة السلبية، ولحساب درجة المفحوص تجمع الدرجات التي حصل عليها من جميع العبارات، ثم مقارنتها بالجداول المعيارية طبقًا للحالة التي تنطبق عليه، ويعتبر حصول المفحوص على درجة خام تقابل درجة تائية أقل من 60 يعني ميله إلى السلامة النفسية، والطمأنينة النفسية، أما إذا حصل على درجة بين (60:أقل من 70)، فهذا يعني ميله إلى عدم الطمأنينة النفسية، وإذا حصل على درجة 70 أو أكثر؛ تعني أنه يعاني من عدم السلامة النفسية، أو الطمأنينة النفسية.
 - 2- **مقياس زينب شقير (2005):** يشتمل المقياس في مجمله على (54) بندًا، يُطلب من المفحوص، أن يقوم بالإجابة على عبارات المقياس؛ بإعطاء تقدير دقيق، وبدون مجاملة في وصف مشاعره، وذلك على مقياس يتدرج من موافق بشدة (كثيرًا جدًا)، وموافق (كثيرًا)، وغير موافق (أحيانًا)، وغير موافق بشدة (لا)، وموضوع أمام هذه التقديرات أربع درجات هي: (3، 2، 1، صفر) على الترتيب، وذلك عندما يكون اتجاه العبارات نحو الأمن النفسي إيجابيًا، بينما تكون هذه التقديرات في اتجاه عكسي (صفر، 1، 2، 3) عندما يكون اتجاه التقديرات نحو الأمن النفسي سلبيًا، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (صفر-162 درجة)، وتعتبر الدرجة ما بين (0:30) درجة عن أمن نفسي منخفض، بينما تعبر الدرجة ما بين (131:162) عن أمن نفسي مرتفع جدًا، أما الدرجة المتوسطة فتقع بين (63:96) درجة.
 - 3- **مقياس إحسان نصر (2020):** يتكون المقياس من (75) عبارة، ويعطى المفحوص 3 درجات في حالة الإجابة دائمًا، ودرجتان في حالة الإجابة بأحيانًا، ودرجة واحدة في حالة نادرًا، وتكون أعلى درجة على المقياس 225، وأقل درجة هي 75 درجة، وتشير الدرجة المرتفعة إلى عدم شعور الفرد بالطمأنينة؛ حيث يكون لدى الفرد مستوى منخفض من الطمأنينة في حالة الحصول على درجة مرتفعة على أبعاد المقياس والدرجة الكلية.

رابعاً: دراسات تناولت الطمأنينة النفسية

تشير الدراسة لبعض منها فيما يلي:-

- 1- **هدفت دراسة إحسان هنداوي (2020)** الكشف عن أثر التدريب على الطمأنينة الانفعالية في خفض الضغط النفسي المدرك (الإنعصاب المدرك) والقلق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، وتكونت عينة البحث من (20) طالباً وطالبة من طلبة الفرقة الثانية بكلية التربية، تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (18:20) عام، تم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين، أحدهما المجموعة التجريبية وتكونت من (7) إناث و (3) ذكور بمتوسط عمر زمني قدرة (19,08) عاماً، وانحراف معياري قدره (0,573) عاماً، والمجموعة الضابطة وتكونت من (7) إناث و (3) ذكور بمتوسط عمر زمني قدرة (18,95) عاماً، وانحراف معياري قدره (0,685) عاماً، وتوصل البحث إلى أن التدريب على الطمأنينة الانفعالية أدى إلى خفض الضغط النفسي المدرك (الإنعصاب) والقلق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.

2- دراسة هبة إحسان (2021) فقد تناولت العلاقة بين الطمأنينة النفسية، وأساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق، وإلى معرفة الفروق بين أفراد عينة البحث في الطمأنينة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية تبعاً لمتغيري (الجنس، والتخصص الدراسي) على عينة مؤلفة من 222 طالباً وطالبة من طلبة جامعة دمشق كليتي التربية (قسم علم النفس) وكلية الاقتصاد، طبق عليهم استخدام مقياس الطمأنينة النفسية إعداد (الرقاص والرافعي، 2010)، ومقياس أساليب المعاملة الوالدية (إعداد اليعشي، 2014)، وقد بينت نتائج البحث وجود مستوى متوسط من الطمأنينة النفسية لدى الطلبة، فضلاً عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس الطمأنينة النفسية تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس الطمأنينة النفسية تبعاً لمتغير التخصص الدراسي لصالح طلبة علم النفس، وأن ثمة علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس الطمأنينة النفسية ودرجاتهم على مقياس أساليب المعاملة الوالدية.

3- دراسة خرامسية حليلة؛ وعبدالدايم نسرين (2022) التي تناولت قلق المستقبل والطمأنينة النفسية لدى عينة من أمهات أطفال الذواتية بالمركز النفسي البيداغوجي بوسعادة وذلك في ضوء متغيري الحالة الاجتماعية والوظيفية، تكونت عينة الدراسة من (21) أم، طبق عليهم مقياس قلق المستقبل لغالب المشيخي، ومقياس الطمأنينة النفسية لزينب شقير، وتوصلت نتائج الدراسة إلى: أن مستوى الطمأنينة النفسية لدى عينة من أمهات أطفال التوحد متوسط، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية لدى أمهات أطفال الذواتية تبعاً لمتغير الوظيفة (عاملة - غير عاملة).

4- دراسة إيناس راضي (2022) والتي هدفت الكشف عن أساليب المعاملة الوالدية الإيجابية والسلبية كما يدركها الأبناء، وعلاقتها بالطمأنينة النفسية لدى عينة من المراهقين، والكشف أيضاً عن الفروق بين متوسطات درجات المراهقين الذكور والإناث في الطمأنينة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية (للأب، للأم) الإيجابية والسلبية. تكونت عينة الدراسة من (300) مراهق مقسمين إلى (130 من الذكور، 170 من الإناث)، وتتراوح أعمارهم جميعاً بين (15:18) عام. طبق عليهم مقياس أساليب المعاملة الوالدية (إعداد: فايزة يوسف)، ومقياس الطمأنينة النفسية (إعداد الباحثة). وأظهرت النتائج وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين أساليب المعاملة الوالدية الإيجابية المدركة (التقبل التسامح - الإستقلالية) في معاملة الأب، ومعاملة الأم والدرجة الكلية للطمأنينة النفسية وأبعادها الأربعة لدى المراهقين الذكور والإناث. ووجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين أساليب المعاملة الوالدية السلبية المدركة (المبالغة في الرعاية- التبعية والتحكم- الإهمال- الرفض -التشدد) في معاملة الأب، ومعاملة الأم والدرجة الكلية للطمأنينة النفسية وأبعادها الأربعة لدى المراهقين الذكور والإناث. ووجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الطمأنينة الأسرية والطمأنينة الانفعالية والطمأنينة الروحانية والطمأنينة الاقتصادية، والدرجة الكلية لمقياس الطمأنينة النفسية في اتجاه الإناث. وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في أساليب معاملة الأب الإيجابية والسلبية المدركة. وكذلك عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في أساليب معاملة الأم الإيجابية والسلبية المدركة باستثناء وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في أسلوب التبعية والتحكم، وفقاً لمعاملة الأم في اتجاه الإناث.

المحور الثاني: الحيوية الذاتية

و توضحه الدراسة علي النحو التالي:

إن الحيوية هي حالة الوجود، وهي حالة ذهنية مليئة بالحب والحياة والشعور؛ يعني أن تكون مفعماً بالحيوية والنشاط والحماس، مستمتع بحياة ترضي الروح، أن تكون في حالة حيوية يعني أن تكون قوة مغناطيسية لا يمكن إيقافها تجذب الإيجابية بلا حدود؛ تشعر أنها تجري وتتجول في عروقك، في كل كيانك. يجب أن تكون على قيد الحياة حقاً، وتتذوق كل لحظة وتستفيد إلى أقصى حد من كل التجارب الغنية التي نتمتع بها. (Ben Dean, 2021)

أولاً: الحيوية الذاتية والمفاهيم المرتبطة

ومن أبرز هذه المفاهيم ما يلي:

1- **الطاقة النفسية الفعالة:** يُستخدم مصطلح الحيوية الذاتية في مجال علم النفس على نحو مرادف لمصطلحات أخرى عديدة مثل التنشيط، والاثارة، والطاقة النفسية الفعالة، ومفهوم الطاقة النفسية الفعالة يرتبط بنظام التنشيط الفسيولوجي؛ الذي يحكم تبادل المعلومات بين الفرد والبيئة الخارجية، والذي من شأنه أن يدفع الفرد إلى إنجاز المهام في حالة المستويات المرتفعة للطاقة، أو يدفع الفرد إلى عدم إنجاز أى مهمة في حالة المستويات المنخفضة للطاقة؛ من هنا تظهر الفروق الفردية بين الأفراد في مستوى الضغوط النفسية، والشعور بالإجهاد النفسي؛ والتي تتحدد أساساً بقدرة الأفراد على مقاومة المواقف المحبطة، ومقاومة الاجهاد النفسي، أو الاستجابة لتلك الضغوط التي يمر بها من خلال الاستفادة مما يمتلكون من طاقة نفسية فعالة دافعة للسلوك. (عفراء إبراهيم، 2020)

2- **الحيوية الذاتية وأساليب مواجهة الضغوط:** للحيوية الذاتية دور أساسي في فهم كيفية مواجهة الإنسان لظروف الحياة، وأحداثها الضاغطة، أو الصادمة، الأمر الذي دعا كثير من الباحثين إلى دراسة العلاقة بين الحيوية الذاتية وأساليب المواجهة الإيجابية للضغوط، فشعور الإنسان بامتلاكه لقدرة واف من الطاقة والموارد النفسية المتاحة للذات تمكنه من المواجهة الإيجابية للضغوط، وسرعة التعافي من تأثيراتها السلبية. (Patry, Pelletier, & Blanchard, 2002)

3- **الحيوية الذاتية والرفاهية:** أوضح Saricam (2015) أن الحيوية الذاتية تمثل بُعداً أساسياً من أبعاد الرفاهية النفسية، حيث تشمل على ثلاثة جوانب هي (السعادة، والهدف، والحيوية)، كما يوصف الأشخاص الذين يتمتعون بحيوية ذاتية عالية بأنهم أكثر نشاطاً وإنتاجية، ويتعاملون بشكل أفضل مع التحديات، ويتمتعون بصحة نفسية ورفاهية أكثر قوة. (Arslan, 2021)

ثانياً: النظريات المفسرة للحيوية الذاتية:

ونشير لأهمها فيما يلي:

1- **نظرية التحليل النفسي لفرويد:** ربما كان سيجموند فرويد أول من طرح تصورات نظرية لوصف العلاقة بين الصحة النفسية ومتغير الحيوية أو حسب وصفه الليبدو؛ إذ أفاد بأن كل فرد يمتلك قدرًا معينًا مما سماه طاقة نفسية منبثقة من غريزة الحياة تدفعه تجاه المحافظة على ذاته كنسق عضوى فضلاً عن الحفاظ على النوع البشرى وضمان استمراره، ورأى فرويد أنه كلما كانت كمية طاقة الحياة التي يمتلكها الشخص كبيرة، وكلما كان متحرراً من الصراع النفسى كان أكثر حيوية وإبداع وفاعلية (نورا محمد، 2021).

2- نظرية تقرير المصير لديسي وريان Deci & Ryan, 1985: استند مصطلح الحيوية الذاتية الى نظرية تقرير المصير وهي نظرية شاملة للتحفيز، وجاء هذا التصور النظري في الثمانينات من القرن العشرين، وانطلقت هذه النظرية من افتراضات اساسية، وهي أن الحاجات النفسية الاساسية للاستقلال، والشعور بالكفاءة، واقامة العلاقات (الانتماء والاندماج)، كلها محددات للحياة الذاتية، وأن السياق، الاجتماعي قادر على أن يعزز المشاركة الفعالة والحيوية في العمل (هند عيد، 2021).

3- نظرية تاير Thayer, 1996: قدم تاير (Thayer, 1996) أنموذجًا للحياة الذاتية يحتوى على منظور شمولي تكون فيه الطاقة الذاتية ناتجًا ثنائيًا للعوامل الجسدية والنفسية، وقام تاير بتقييم الطاقة الذاتية؛ باستعمال أنموذج دائري ذي بعدين ثنائي القطب، أحدهما يتراوح من الطاقة إلى التعب، والآخر من التوتر إلى الهدوء. إن الربع الإيجابي النشط، الذي يسميه الطاقة الهادئة، يرتبط ارتباطًا وثيقًا بالحيوية الذاتية التجريبية والوصفية، الذي يتميز بالشعور الممتع، والنشاط، والتحكم بالطاقة، ووصف تاير هذه الحالة بأنها المثالية التي يرغب معظمنا في تحقيقها (ضياء نمر، 2021).

ثالثًا: سُبُل قياس الحيوية الذاتية

ثمة مقاييس شائعة الاستخدام لقياس هذا المفهوم يمكن أن نشير لبعض منها فيما يلي:

1- مقياس Ryan & Frederick (1997): ويتكون هذا المقياس من (7) مفردات، على سبيل المثال (أشعر دائماً تقريباً بالاستيقاظ والتنبيه)، وكل مفردة يستجيب لها المفحوص على مقياس سباعي وفق طريقة ليكرت؛ حيث تقابل الدرجة (1) الاستجابة (لا تنطبق على الإطلاق)، بينما تقابل الدرجة (7) الاستجابة (تنطبق تمامًا)، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (7-47)، وتعتبر الدرجة المرتفعة عن ارتفاع مستوى الحيوية الذاتية لدى الفرد، وقد استخدم هذا المقياس في دراسات كثيرة، كما أدخلت تعديلات على صياغة بعض مفردات هذا المقياس مع الإبقاء على مفرداته السبع كما هي في الصورة الأجنبية من قبل كل من (Satici, Arslan, Akin, & Kayis, 2012).

2- مقياس ضياء نمر (2021): تم بناء المقياس اعتمادًا على بعض الدراسات السابقة، والأدبيات ذات الصلة، وبعض المقاييس كمقياس (Ryan & Frederick, 1997)، وتكون المقياس في صورته النهائية من (48) مفردة، وفق أربعة بدائل (تنطبق دائماً) (تنطبق غالباً) (لا تنطبق أبدًا)، ويتم تصحيح الفقرات الإيجابية وفق التسلسل من (1-4)، والفقرات السلبية وفق التسلسل من (1-4)، وبعد ذلك تجمع درجات المستجيبين على الفقرات جميعها، والمجموع الكلي يمثل درجة الحيوية الذاتية للفرد.

3- مقياس عفراء إبراهيم (2020): اعتمد بناء المقياس على نظرية (التقرير الذاتي)، وتكون المقياس من (20) فقرة، وتم اعتماد طريقة ليكرت في تصميم وبناء المقياس، وذلك بوضع مقياس خماسي متدرج امام كل فقرة، كما يلي (دائمًا- كثيرًا- أحيانًا- قليلًا- أبدًا)، وأعطيت الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) في حالة الفقرات الإيجابية، والعكس في حالة الفقرات السلبية، وكلما اترفعت الدرجة ارتفع مستوى الحيوية الذاتية والعكس.

رابعًا: سُبُل تنمية وزيادة الحيوية

هناك عدة طرق يمكن من خلالها تنمية الحيوية في حياتنا؛ لنكون أكثر إرضاءً للروح، ونشاطًا وسعادة من خلال العقل والجسد والروح، نوضحها فيما يلي:

* العقل

التأكيدات والشعارات: وهى التى تمنحنا السلام الداخلي وتكون بمثابة تذكير بما نعرفه بالفعل، ومن أمثلتها ما يلي:

1. الكون دائماً يساندني.
2. كل شيء في صالحى.
3. أنا أثق في توقيت حياتي.
4. كل شيء يحدث بسبب.
5. أتخذ أفضل القرارات في الوقت المناسب.
6. أستطيع القيام بالمهام الصعبة.
7. أنا محبوب.
8. أنا مهم.
9. لا توجد حدود لما يمكنني تحقيقه.
10. هناك احتمالات لا حصر لها في حياتي.
11. أنا دائماً أتعلم وأنمو وأتطور.
12. حياتي مليئة بالوفرة غير المحدودة.
13. أنا قوة لا يمكن إيقافها.
14. أنا واثق وهادئ ومركز.
15. أنا قوي.
16. أنا مرن، يمكنني التغلب على أي تحد أو عقبة.
17. مهما واجهني في الحياة يمكنني التعامل معه.
18. أنا في حالة سلام مع نفسي.

ومن فنيات تعزيز الحيوية ما يلي:

- 1- **الراحة وإعادة النشاط:** يجب الأخذ في الاعتبار، أنه لتحقيق الإنجازات في حياتنا يجب أن نكون في أفضل حالاتنا لنبدل مزيداً من الجهد ولا ننهار بسهولة، أو نشعر بالذنب، عندما نفشل في تحقيق ما نريد لذلك يجب أخذ قسطاً من الراحة من حين لآخر.
- 2- **ممارسة الامتنان:** يجب أن نكون مدركين ومقدرين لكل ما لدينا بالفعل. مثال: التفكير كل يوم في ثلاثة أشياء أشعر بالامتنان لها. حتى في الأيام الصعبة ، أضع نفسي التحدي للقيام بذلك.
- 3- **تقليل التوتر:** عن طريق التحدث مع صديق، مراجعة طبيب نفسى، انضم لمجموعة دعم، جرب العلاج بالروائح العطرية، تأمل من خلال ممارسة اليوجا، الرقص، تخلص من الضغط عن طريق ممارسة رياضة كالملاكمة.

*** الجسم، ولتعزيز طاقتك الجسمية عليك بما يلي:**

1. **التغذية:** تناول طعام طازج، وصحي، وطبيعي بالتوازن مع الأطعمة.
2. **ممارسة النشاط:** من خلال الحركة والتمارين الرياضية.
3. **قضاء الوقت في الخارج:** تعرض للشمس. تنفس الهواء النقي.
4. **النوم:** أمر مهم للحفاظ على حيويتنا.

*** الروح**

ولتنشيط الجوانب الروحية ينبغي عمل ما يلي:

1. خصص وقت لنفسك للراحة وتصفية ذهن وعش في الوقت الحالى وفي تلك اللحظة.
2. انغمس في التجارب الغنية. نحن نعيش حياة واحدة ونستمتع بها ونتذوق كل لحظة.
3. كن حقيقياً مع من أنت. تحدث وكن حقيقياً. احترم مشاعرك. احتضن من أنت.
4. استمع إلى حدسك. شعورك الغريزي. ثق في أن روحك تعرف دائماً ما هو الأفضل لك ولذاتك (Ben).

Dean, 2021

خامساً: دراسات تناولت الحيوية الذاتية

نشير لبعض منها:

- 1- **كان الهدف من دراسة (Yarahmadi, et al. (2021 هو التحقق من مدى فعالية تدريب الوالدين على مهارات الكفاءة الذاتية والصلابة النفسية على الحيوية الذاتية لأمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف**

الذاتوية (ASD) في طهران. تكونت عينة الدراسة من (30) أمًا لأطفال تتراوح أعمارهم بين 7 إلى 18 عامًا يعانون من اضطراب طيف التوحد، وتم تطبيق مقياس الحيوية الذاتية لريان وفريدريك (1997) والبروتوكولات القياسية لتدريس مهارات الكفاءة الذاتية الوالدية عند سوندر (2003)، وبروتوكول الكفاءة للصلاية النفسية بالطريقة المعرفية السلوكية (2009) في الدراسة. تم تدريب مجموعة الحالات لمدة 8 جلسات مدة كل منها 90 دقيقة أسبوعياً فيما يتعلق بهذه البروتوكولات. أظهر تحليل البيانات الإحصائية أن التدريب له تأثير إيجابي على زيادة الحيوية الذاتية للأمهات.

2- أما دراسة سناء عبد الفتاح (2021) فتناولت طبيعة العلاقة بين الحيوية الذاتية والأعراض الاكتئابية، وبين الحيوية الذاتية والتفكير المفعم بالأمل، وبين التفكير المفعم بالأمل والأعراض الاكتئابية لدى أمهات الأطفال زارعي القوقعة الإلكترونية، والتعرف على التفاعل بين كل من الحيوية الذاتية، والتفكير المفعم بالأمل على مستوى الأعراض الاكتئابية لديهن، وتحليل المسارات للعلاقات بين الحيوية الذاتية والتفكير المفعم بالأمل والأعراض الاكتئابية. طبق عليهن مقياس الحيوية الذاتية، ومقياس التفكير المفعم بالأمل، ومقياس الأعراض الاكتئابية، وجميعها من إعداد الباحثة، على عينة من الأمهات تراحت أعمارهن بين (35-45) عاماً، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الحيوية الذاتية والأعراض الاكتئابية، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الحيوية الذاتية والتفكير المفعم بالأمل.

3- وعن دراسة Jorshari (2022) فقد تناولت التنبؤ بالضغوط الوالدية المبنية على التربية الفوقية، والتعاطف الذاتي، والحيوية الذاتية بين أمهات الأطفال ذوي الإعاقة السمعية، وتكونت عينة الدراسة من (150) أمًا. طبق عليهن مقياس: الإجهاد الوالدي (عابدين، 1995)، واستمارة التربية الفوقية (هوك وهولدن، 2006)، ومقياس التعاطف الذاتي (نيف، 2003)، ومقياس الحيوية الذاتية (ريان وفريدريك، 1997). وأظهرت النتائج أن هناك علاقة سلبية ومعنوية بين التربية الفوقية، والتعاطف الذاتي، والحيوية الذاتية مع الضغوط الوالدية ($P < 0/01$). وكشفت تحليلات الانحدار أيضاً أن 4/66% من التباين في الضغط الوالدي تم تفسيره من خلال التربية الفوقية، والتعاطف الذاتي، والحيوية الذاتية. تظهر نتائج هذه الدراسة أنه يمكن تقليل التوتر الأبوي للأمهات اللاتي لديهن أطفال يعانون من ضعف السمع من خلال تعزيز التربية الفوقية، والتعاطف مع الذات، والحيوية الذاتية.

سادساً: التعقيب على الإطار النظري والدراسات السابقة

و توضحه الدراسة علي النحو التالي:

1- أوجه التشابه:

ويتضمن ما يلي:

أ- تشابهت معظم الدراسات على أهمية تعزيز الحيوية الذاتية، والطمأنينة النفسية؛ مما يؤثر بالإيجاب على الأسر وأطفالهم بشكل عام، وبذوى المتأخرين لغوياً بشكل خاص، ورفع مستوى الصحة النفسية، والاقبال على الحياة، كدراسة (إحسان هنداوي، 2020).

ب- ارتبطت الطمأنينة النفسية بعلاقة طردية إيجابية بكل من التفكير الإيجابي، والرضا عن الحياة في دراسة (هديل الزغير، 2021)، والتفاؤل، والصمود النفسي في دراسة (الحمدي الضيدان، 2020)، كما ارتبطت

الطمأنينة النفسية بعلاقة طردية إيجابية بالتمكين النفسي، وذلك في دراسة كل من (صفاء الصرايرة، لمياء الهواري، 2021)، وارتبطت إيجابيًا بأساليب المعاملة الوالدية الإيجابية في دراسة (إيناس راضي، 2022).
ج- ارتبطت الطمأنينة النفسية سلبًا بكل من الإنهاك النفسي (سمية بوسطارة، وأسماء عباس، 2021)، والنقد الذاتي (Kotera, et al. 2021).

د- ارتبطت الطمأنينة النفسية بمتغير العمر، وذلك في دراسة كل من (Ludban & Gitimu, 2013)، ودراسة كل من علي عون، وكمال بورز، وعيشة علة (2018)، كما ارتبطت بمتغير العمل كدراسة كل من سمية بوسطارة، وأسماء بن عباس (2021).

هـ- ارتبطت الحيوية الذاتية بمتغير العمر، كدراسة كل من (Deniz & Satıcı, 2021), Chemers (2018), Mavies (2022), Lent (2022), Martin-Cuellar (2022).

و- ارتبطت الحيوية الذاتية بمتغير العمل كنتائج دراسة كل من (Tammy D. Allen & Kaitlin M. 2012) Kiburz متفقة مع دراسة (Ronit Kark & Abraha Carmeli 2009) في تأثير الحيوية الذاتية على العمل.

2- جوانب الاستفادة:

ويمكن إجمالها فيما يلي :

أ- بالنسبة للعينة :

وقع الاختيار على عينة من أمهات الأطفال المتأخرين لغويًا ، وتم هذا في ضوء ما أكدته الإطار النظري والدراسات السابقة من ندرة عدد الدراسات السابقة التي تناولت الموضوع.

ب- بالنسبة للمتغيرات :

اختير متغيري الحيوية الذاتية، والطمأنينة النفسية في ضوء ما سبق الإشارة إليه من أهمية هذين المتغيرين.

ج- تم صياغة أسئلة الدراسة وفروضها في ضوء النتائج الجدلية للدراسات السابقة.

د- سيتم بناء الأدوات في صورتها الوصفية التشخيصية والإرشادية في ضوء تحليل نتائج الدراسات.

3- الجديد الذي تقدمه الدراسة :

في ضوء تحليل الدراسات السابقة نزع ما يلي :

أن الدراسة من حيث العنوان وفنياتها ومتغيراتها جديدة من حيث ما يلي :

أ-الجمع بين الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية لأمهات الأطفال المتأخرين لغويًا.

ب- محاولة الكشف عن مدى فاعلية البرنامج الإرشادي في تحسين كل من الحيوية الذاتية والطمأنينة النفسية لأمهات الأطفال المتأخرين لغويًا.

ج- السعى لبناء مقاييس جديدة لتتناسب مع عينة الدراسة.

4-: فروض الدراسة :

أ- تختلف درجة كل من الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغويًا باختلاف القياسين القبلي والبعدي للبرنامج.

ب- لا تختلف درجة كل من الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغويًا باختلاف القياسين البعدي والتتبعي للبرنامج.

ج- ثمة عوامل كمية وكيفية ترتبط بكل من الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية.

المحور الثالث: منهج الدراسة وإجراءاتها

أولاً: منهج الدراسة: اعتمدت هذه الدراسة على المنهج التجريبي، للتحقق من فاعلية البرنامج من خلال الفروق بين القياسين القبلي والبعدي، والبعدي والتتبعي، وهذا ما لوحظ في دراسة إحسان هنداوى (2020)، ودراسة Ryan, et al., (2010)، ودراسة Sophia Xeros, et al., (2017) كما اعتمدت على المنهج الوصفي للتحقق من الفروض الوصفية، وقد اختير هذين المنهجين بإعتبارهما أكثر ملائمة للأهداف، والفروض، والعينة، والأدوات، وهذا ما أكدت عليه دراسة Yarahmadi, et al., (2021)، ودراسة Abolghaseminejad, et al., (2022)، ودراسة Monica Sri, et al., (2019)، ودراسة Lilly Joschko, et al., (2023)

ثانياً : خطوات الدراسة:

يمكن إيجاز خطوات الدراسة فيما يلي :

- 1- الإطلاع على الدراسات، والمراجع العربية والأجنبية، وتحليل النظريات .
- 2- تحليل ودراسة المقاييس والبرامج العلاجية التى تتصل بالدراسة.
- 3- إعداد أدوات الدراسة، والتأكد من الكفاءة السيكمترية.
- 4- اختيار العينة، وتوفير مبررات ومنطق اختيارها.
- 5- تحديد الفروض ذات الصياغة الواضحة على نحو منطقي قابل للتنفيذ.
- 6- تصميم أدوات الدراسة السيكمترية على العينة للوقوف على الجانب التشخيصى للمتغيرات الدينامية.
- 7- تصميم مقاييس تشخيصية للطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية.
- 8- تطبيق البرنامج الإرشادى على العينة.
- 9- اجراء القياس البعدي لأداء الدراسة.
- 10- المعالجة الكمية للفروض التجريبية للدراسة.
- 11- اجراء القياس البعدي والتتبعي لأدوات الدراسة على العينة.
- 12- المعالجة الكمية للفروض التجريبية التتبعية فى الدراسة.
- 13- مناقشة الفروض فى ضوء الدراسات والنظريات والسياق الميدانى وملابساته.
- 14- صياغة التوصيات المناسبة وطرح البحوث المستقبلية.

ثالثاً: عينة الدراسة:

ان المجتمع الأصلي للدراسة تم سحبه بطريقة قصدية من أمهات أطفال تم تشخيصهم بأنهم متأخرين لغوياً، واعتمدت الدراسة على العينات التالية:

- 1- عينة أساسية وصفية تشخيصية: وتضمنت (N=61) من أمهات الأطفال المتأخرين لغوياً، ممن تراوحت أعمارهن بين (23-45) عاماً، من ثلاثة عشر مكان (حضانات، عيادات).
- كان الهدف منها التحقق من صحة الفروض الوصفية، وتم اختيار العينة التجريبية ممن حصلوا على أدنى درجات فى متغيرى الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية(ومنهن من وافقن على الاشتراك فى البرنامج الإرشادي

ومنهن من اعتذرن بسبب ظروف خاصة، فتم اختيار غيرهن ممن حصلن على درجات أعلى بقليل من المعتذرات).

2- العينة التجريبية: وتضمنت (N=7) من أمهات الأطفال المتأخرين لغويًا، ممن حصلن على أدنى الدرجات في مقياسي الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية ووافقن على الاشتراك في البرنامج وغيرهن كما تم التوضيح فيما سبق. وتم مراعاة توافر المتغيرات الديموجرافية موضع الدراسة.

*مبررات اختيار العينة:

تم اختيار عينة الدراسة من أمهات الأطفال المتأخرين لغويًا لأنهن يحتجن للدعم والإرشاد النفسي أكثر من غيرهن بسبب تأخر أبنائهن وما له من تأثير سلبي عليهن من ضعف الحيوية الذاتية لديهن، وانخفاض مستوي الطمأنينة النفسية لديهن، وهذا ما اكدت عليه دراسة كل من (Jorshari, 2022)، ودراسة (خرامسية حليلة؛ وعبدالدائم نسرين، 2022)، ودراسة (Yarahmadi, et al., 2021).

رابعًا: أدوات الدراسة

اعتمدت الدراسة على عدة أنواع من الأدوات نوضحها فيما يلي:

1- أدوات حساب التجانس، وتشتمل على:

أ- مقياس ستانفورد بينيه- الصورة الخامسة (إعداد أ.د./محمود السيد أبو النيل، وآخرون، 2011)؛ لحساب التكافؤ بين أفراد المجموعات.

ب- قائمة المستوي الاجتماعي والثقافي الاقتصادي (إعداد/ حمدي ياسين، وآخر، 2022).

2- أدوات التشخيص، وتضمنت بناء:

المقياس الأول: مقياس الطمأنينة النفسية:

جاء إعداد هذا المقياس بهدف توفير أداة سيكومترية مستمدة من البيئة العربية بحيث تناسب ثقافتها، فضلًا عن ندرة المقاييس التي تصدت لقياس الطمأنينة النفسية لدى أمهات الطفل المتأخرين لغويًا، فضلًا عن الإلمام بمهارات بناء المقياس.

1- خطوات إعداد وبناء المقياس:

مر المقياس بعدة خطوات يمكن إيضاحها فيما يلي:

أ- **الدراسة الإستطلاعية:** تم استقراء التراث النفسي، والنظريات المفسرة لمتغير الطمأنينة النفسية؛ وذلك بهدف معرفة وجهات النظر المختلفة في تفسير هذه الظاهرة، كما تم الإطلاع على المقاييس السابقة؛ مما يساعد على استخلاص مكوناته؛ لتحديد التعريف الإجرائي، ويعد ذلك خطوة أساسية لبناء المقياس وتحديد مكوناته.

ب- **تحديد مكونات المقياس:** من خلال تحليل التعريفات الإجرائية، والمقاييس، والدراسات والنظريات المفسرة، وقد سبق الإشارة إليها عند صياغة التعريف الإجرائي؛ أمكن حساب تكرار المفردات الواردة عبر هذه المصادر والاحتفاظ بالمفردات ذات التكرار الأعلى وهي (إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين، مقومات الرضا، مواجهة تحديات الحياة، مقومات السعادة).

ج- **صياغة مفردات المقياس:** في ضوء تحديد التعريف الإجرائي للمتغيرات، وكذلك التعريف الإجرائي لكل مكون من مكوناته الفرعية، تمت صياغة مفردات المقياس، وقد تم صياغة عبارات المقياس مع مراعاة بعض الإعتبارات منها (أن تكون الصياغة بلغة عربية سهلة، مع تجنب الكلمات الدارجة، ألا تبدأ العبارات بكلمات

النفي، ألا تكون العبارات غامضة أو موحية، البعد عن استخدام صيغ المبالغة، ألا تتضمن صياغات مزدوجة المعنى، صياغة العبارات بحيث تجمع ما بين الصياغة السلبية والإيجابية؛ بهدف تفعيل المرغوبية الاجتماعية، والحد من استخدام المفحوص للإستجابة المستحسنة اجتماعياً.

د- **تحديد بدائل الإستجابة:** هنالك العديد من صيغ الإستجابة على بنود المقياس، ومن المؤكد أن لكل صيغة مميزاتها وعيوبها، وبقدر تعاطف المزايا، وتقلص العيوب يكون تفضيلنا لأحد هذه الأساليب دون الآخر، وعليه فقد تم اختيار شكل الإجابة الثلاثي (أوافق، أحياناً، لا أوافق)، وذلك لأن شكل الإستجابة الثنائي محدود جداً، ورغم اتسامه بالدقة والتحديد؛ إلا أنه يتسم أيضاً بالجمود وعدم المرونة، ويُجبر المفحوص على الاختيار بين (نعم، لا)، وربما لا يكون اختياره لأي منهما، أما الشكل الخماسي للإستجابة من الممكن أن يشتت المفحوص؛ نظراً لكثرة البدائل المطروحة أمامه، ويتسبب في ظهور الإستجابات الطرفية.

هـ- **تعليمات المقياس:** تتضمن تعليمات المقياس بيانات الأم (الاسم، العمر، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي، المهنة، رقم التليفون، العنوان)، وقد تم تحديد هذه البيانات في ضوء ما أشارت له نتائج الدراسات السابقة.

و- **تحكيم المقياس:** تم عرض المقياس على (N=3) من خبراء علم النفس، وقد أسفر التحكيم عن عدة النتائج من أهمها أنه تم الإتفاق على البنود التي وافق المحكمين عليها، وتعديل بعض البنود وحذف بعضها. وفي ضوء ما تقدم يمكن إجمالى مفردات المقياس وتوزيعها دائرياً كما في جدول (1)

جدول (1)

التوزيع الدائري لفقرات مقياس الطمأنينة النفسية

مج	أرقام المفردات	مكونات المقياس
11	40-37-33-29-25-21-17-13-9-5-1	إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين
11	41-38-34-30-26-22-18-14-10-6-2	مقومات الرضا
10	39-35-31-27-23-19-15-11-7-3	مواجهة تحديات الحياة
9	36-32-28-24-20-16-12-8-4	مقومات السعادة

المرغوبية الاجتماعية للمقياس:

ونقصد بها صياغة المفردات بما لا يوحي للمفحوص إختيار الإستجابة المستحسنة اجتماعياً، وللتحقق من تفعيل المرغوبية الاجتماعية كأحد معايير المقياس الجيد في الجوانب الاجتماعية والوجدانية للسلوك الإنساني، فقد سبق وأشرنا إلى توفر عدة شروط عند صياغة المفردات، فضلاً عن التوزيع الدائري للمفردات كما في جدول (1)، بما لا يوحي للمفحوص إختيار إستجابة معينة.

ز- حساب الكفاءة السيكمترية للمقياس: وتتضمن:

***ثبات مقياس الطمأنينة النفسية:** تم حساب الثبات بأكثر من طريقة، على اعتبار أن مفهوم الثبات مفهوم معقد، ومن ثم وجب حسابه بأكثر من طريقة للوفاء بالمعنى الشمولي للثبات، ونوضح ذلك في الجدول (2).

جدول (2)

ثبات مكونات مقياس الطمأنينة النفسية بطريقتي التجزئة النصفية وألفا لكرونباخ

القيم الإحصائية المقياس ومكوناته	معامل ارتباط التجزئة النصفية	القيمة (ر) بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون	معامل ألفا لكرونباخ
إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين	.689	.817	.666
مقومات الرضا	.551	.711	.755
مواجهة تحديات الحياة	.552	.695	.708
مقومات السعادة	.545	.708	.655
المقياس ككل	.742	.852	.857

2- حساب ثبات الإتساق الداخلي: تم حساب ثبات الإتساق الداخلي باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وذلك بين المفردة والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك الارتباط بين المكون والدرجة الكلية للمقياس، ونوضح ذلك في كل من جدول (2)، جدول (3).

جدول (3)

ثبات الاتساق الداخلي للمقياس بين المفردة والدرجة الكلية

إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين		مقومات الرضا		مواجهة تحديات الحياة		مقومات السعادة	
المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط
1	.425**	2	.667**	3	.400**	4	.497**
5	.599**	6	.539**	7	.558**	8	.537**
9	.513**	10	.448**	11	.407**	12	.630**
13	.470**	14	.360**	15	.231*	16	.415**
17	.484**	18	.734**	19	.407**	20	.508**
21	.437**	22	.661**	23	.425**	24	.508**
25	.556**	26	.413**	27	.510**	28	.472**
29	.534**	30	.581**	31	.533**	32	.601**
33	.490**	34	.406**	35	.250*	36	.536**
37	.354**	38	.424	39	.629**		
40	.490**	41	.693**				

** دالة عند مستوى دلالة 0.01

* دالة عند مستوى دلالة 0.05

3- معامل ارتباط بيرسون، وذلك بين المفردة والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك الارتباط بين مجموع المكون والدرجة الكلية للمقياس، ونوضح ذلك في جدول (4).

جدول (4)

معاملات الارتباط بين مكونات المقياس والدرجة الكلية للمقياس

المكونات	قيمة (ر)
إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين	.727**
مقومات الرضا	.879**
مواجهة تحديات الحياة	.624**
مقومات السعادة	.863**

**** دالة عند مستوى دلالة 0.01**

وبتحليل ما ورد بجدول (2) معامل ألفا لكرونباخ، وثبات التجزئة النصفية، وجدول (3)، و(4) ثبات الإتساق الداخلي نستخلص أن معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ تراوحت بين (.655 ، .857)، في حين كان معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية يتراوح ما بين (.545 ، .742)، فيما انحصرت معاملات الارتباط بين مكونات المقياس والمقياس ككل بين (.624 ، .879)، وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.01، مما يشير إلى ثبات المقياس.

2- صدق المقياس: تم حساب الصدق بعدة طرق هي:

أ- **صدق المحكمين:** الصدق الظاهري: يُعد صدق المحكمين إحدى طرائق الصدق التي ينبغي تفعيلها، ومن ثم فقد وزع المقياس على (N=3) من أساتذة علم النفس، وطلب منهم الحكم على العبارات في ضوء التعريف الإجرائي من حيث مناسبة الصياغة، وحذف، وتعديل، وإضافة، وقد أخذت آراء المحكمين بعين الاعتبار، وقد تم (إضافة، أو حذف، أو تعديل) إلى أن وصل المقياس في الصورة النهائية (41) عبارة موزعة على أربعة مكونات.

القدرة على التمييز: بإعتبارها مؤشر صدق، ويقصد بها حساب الفرق بين متوسط الدرجات فوق الوسيط ومتوسط الدرجات أسفل الوسيط في المقياس، وتتم هذه المقارنة عن طريق حساب الدلالة الإحصائية للفرق بين المتوسطين فإذا كان هناك دلالة إحصائية يمكن القول أن المقياس صادقاً. ونوضح ذلك في الجدول (5).

جدول (5)

قيم (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعات الطرفية

القيم الإحصائية المقياس ومكوناته	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين	القيم الدنيا	30	23.67	2.496	10.575	.000
	القيم العليا	31	29.16	1.440		
مقومات الرضا	القيم الدنيا	30	23.13	2.763	11.068	.000
	القيم العليا	31	29.45	1.546		
مواجهة تحديات الحياة	القيم الدنيا	30	22.87	1.634	9.660	.000
	القيم العليا	31	26.71	1.465		
مقومات السعادة	القيم الدنيا	30	19.13	1.613	12.468	.000

		1.491	24.10	31	القيم العليا	
	11.423	5.699	90.93	30	القيم الدنيا	المقياس ككل
.000		5.523	107.35	31	القيم العليا	

ويلاحظ من قيم جدول (5) ثمة فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين مرتفعي ومنخفضي الدرجات، فإذا كانت القيمة أقل من ذلك تكون دالة، وأكثر من ذلك تكون غير دالة، وقد تبين أنها دالة مما يعني؛ أن المقياس قادر على التمييز بين المجموعات الطرفية، ويعتبر ذلك مؤشراً على صدق المقياس. **ب- صدق البناء والتكوين:** تم اعداد المقياس في ضوء تحليل مصادر المعرفة (نظريات- دراسات سابقة- مقاييس-تعريفات)، وقد أسفرت هذه المرحلة عن عدة مفردات، وتم الابقاء على المكونات والمفردات ذات الشيع الأعلى، والتي تمثلت مكونات المقياس (إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين، مقومات الرضا، مواجهة تحديات الحياة، مقومات السعادة)، ومن ثم يكون المقياس صادق من حيث البناء والتكوين.

ج- الصدق العاملي: استخدم التحليل العاملي الاستكشافي على مفردات مقياس الحيوية الذاتية (50 مفردة)، الطمأنينة النفسية (41 مفردة) عاملياً بطريقة المكونات الأساسية "Principal Components" لما تتسم به هذه الطريقة من استخلاص أقصى تباين ممكن، ثم أعقب ذلك تدوير العوامل المستخرجة تدوراً متعامداً بطريقة Varimax واستبعدت العبارات التي تشبعها أقل من (300)، وعليه يجدر بنا الإشارة إلى أنه تم حساب الأمر الإحصائي KMO and Batlett's test of sphericity وذلك لحساب جودة القياس ونلاحظ أن قيمته تساوي 723. وهي قيمة مقبولة حيث أن الحد الأدنى لتلك القيمة 600. وهذا يعني أن القياس مقبول.

وبناءً على المحكات السابقة أسفر التحليل العاملي للحياة الذاتية عن خمسة عوامل، ويمكن تفسير هذه العوامل على النحو التالي: **العامل الأول (الحياة الاجتماعية):** يتضمن العامل الأول بعد التدوير (13) مفردة تراوحت تشبعاتها بين (342)، (680)، **العامل الثاني (الحياة النفسية):** يتضمن العامل الثاني بعد التدوير (9) مفردة تراوحت تشبعاتها بين (376)، (683)، **العامل الثالث (الحياة الروحانية):** يتضمن العامل الثالث بعد التدوير (8) مفردة تراوحت تشبعاتها بين (338)، (701)، **العامل الرابع (الحياة الجسمية):** يتضمن العامل الرابع بعد التدوير (9) مفردة تراوحت تشبعاتها بين (379)، (664)، **العامل الخامس (الحياة العقلية)** يتضمن العامل الخامس بعد التدوير (11) مفردة تراوحت تشبعاتها بين (322)، (661)، كما أسفر التحليل العاملي للطمأنينة النفسية عن أربعة عوامل، ويمكن تفسير هذه العوامل على النحو التالي: **العامل الأول (إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين):** يتضمن العامل الأول بعد التدوير (11) مفردة تراوحت تشبعاتها بين (333)، (549)، **العامل الثاني (مقومات الرضا):** يتضمن العامل الثاني بعد التدوير (11) مفردة تراوحت تشبعاتها بين (360)، (734)، **العامل الثالث (مواجهة تحديات الحياة):** يتضمن العامل الثالث بعد التدوير (10) مفردة تراوحت تشبعاتها بين (352)، (621)، **العامل الرابع (مقومات السعادة):** يتضمن العامل الرابع بعد التدوير (9) مفردة تراوحت تشبعاتها بين (320)، (550).

ح- تصحيح المقياس: بلغ عدد بنود المقياس في صورته النهائية (41) بنداً موزعة على مكوناته الفرعية الأربعة، وتصحح بنود المقياس وفقاً للتقديرات التالية: أوافق = 3، أحياناً = 2، لا أوافق = 1، وذلك في حالة الصياغة الإيجابية للبنود، والعكس صحيح في حالة الصياغة السلبية، وتتراوح الدرجة الكلية بين (41: 123)

درجة، تُشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع الطمأنينة النفسية، في حين أن الدرجة المنخفضة تشير إلى انخفاض مستوى الطمأنينة النفسية، لا يوجد وقت محدد للإجابة.

المقياس الثاني: مقياس الحيوية الذاتية:

جاء إعداد هذا المقياس؛ بهدف توفير أداة سيكومترية مستمدة من البيئة العربية، بحيث تناسب ثقافتها، وبسبب ندرة المقاييس التي تناولت قياس الطمأنينة النفسية، لدى أمهات الطفل المتأخرين لغوياً، فضلاً عن الإلمام بمهارات بناء المقياس.

1-خطوات إعداد وبناء المقياس:

مر المقياس بعدة خطوات يمكن إيضاحها فيما يلي:

أ- **الدراسة الإستطلاعية:** تم استقراء التراث النفسي، والنظريات المفسرة لمتغير الطمأنينة النفسية، وذلك بهدف معرفة وجهات النظر المختلفة في تفسير هذه الظاهرة، كما تم الإطلاع على المقاييس السابقة؛ مما يساعد على استخلاص مكوناته، وتحديد التعريف الإجرائي، ويعد ذلك خطوة أساسية لبناء المقياس وتحديد مكوناته.

ب- **تحديد مكونات المقياس:** من خلال تحليل التعريفات الإجرائية، والمقاييس، والدراسات والنظريات المفسرة، وقد سبق الإشارة إليها عند صياغة التعريف الإجرائي؛ أمكن حساب تكرار المفردات الواردة عبر هذه المصادر والاحتفاظ بالمفردات ذات التكرار الأعلى وهي (الحياة الاجتماعية، الحياة النفسية، الحياة الروحية، الحياة الجسمية، الحياة العقلية).

ج- **صياغة مفردات المقياس:** في ضوء تحديد التعريف الإجرائي للمتغيرات، وكذلك التعريف الإجرائي لكل مكون من مكوناته الفرعية، تمت صياغة مفردات المقياس، وقد روعي أن كل كلمة في التعريف الإجرائي يُصاغ لها مفردات، وقد تم صياغة عبارات المقياس مع مراعاة بعض الاعتبارات منها (أن تكون الصياغة بلغة عربية فصحة سهلة، مع تجنب الكلمات الدارجة، وألا تبدأ العبارات بكلمات النفي، وألا تكون العبارات غامضة أو موحية مع البعد عن استخدام صيغ المبالغة (إما تهوين، أو تهويل)، وألا تتضمن صياغات مزدوجة المعنى، صياغة العبارات بين السلبى والإيجابى).

د- **تحديد بدائل الإستجابة:** هنالك العديد من صيغ الإستجابة على بنود المقياس، ومن المؤكد أن لكل صيغة مميزاتها وعيوبها، وبقدر تعاضد المزايا، وتقلص العيوب؛ يكون تفضيلنا لأحد هذه الأساليب دون الآخر، وعليه فقد تم اختيار شكل الإجابة الثلاثي (أوافق، أحياناً، لا أوافق)؛ وذلك لأسباب سبق ذكرها عند تناول المقياس السابق.

هـ- **تعليمات المقياس:** تتضمن تعليمات المقياس بيانات الأم (الإسم، العمر، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي، المهنة، رقم التليفون، العنوان)، وقد تم تحديد هذه البيانات في ضوء ما أشارت له نتائج الدراسات السابقة.

و- **تحكيم المقياس:** تم عرض المقياس على (N=3) من خبراء علم النفس، وقد أسفر التحكيم عن عدة النتائج من أهمها أنه تم الإتفاق على البنود التي اجتمع المحكمين عليها، وتعديل بعض البنود وحذف بعضها.

وفي ضوء ما تقدم يمكن إجمالاً مفردات المقياس وتوزيعها دائرياً كما في جدول (6)

جدول (6)

التوزيع الدائري لفقرات مقياس الحيوية الذاتية

مج	أرقام المفردات	مكونات المقياس
13	1-6-11-16-21-26-31-36-41-45-47-50-49	الحيوية الاجتماعية
9	2-7-12-17-22-27-32-37-42	الحيوية النفسية
8	3-8-13-18-23-28-33-38	الحيوية الروحانية
9	4-9-14-19-24-29-34-39-43	الحيوية الجسمية
11	5-10-15-20-25-30-35-40-44-46-48	الحيوية العقلية

المرغوبة الاجتماعية للمقياس:

ونقصد بها صياغة المفردات بما لا يوحي للمفحوص إختيار الإستجابة المستحسنة اجتماعيًا، وللتحقق من تفعيل المرغوبة الاجتماعية كأحد معايير المقياس الجيد في الجوانب الاجتماعية والوجدانية للسلوك الإنساني، فقد سبق وأشرنا إلى توفر عدة شروط عند صياغة المفردات، فضلًا عن التوزيع الدائري للمفردات كما في الجدول السابق، بما لا يوحي للمفحوص إختيار إستجابة معينة.

ز- حساب الكفاءة السيكمترية للمقياس: وتتضمن:

* ثبات المقياس: تم حساب الثبات بأكثر من طريقة، على اعتبار أن مفهوم الثبات مفهوم معقد، ومن ثم وجب حسابه بأكثر من طريقة؛ للوفاء بالمعنى الشمولي للثبات، ونوضح فيما يلي ثبات المقياس:

- ثبات المقياس بطريقتي ألفا لكرونباخ، والتجزئة النصفية، ونوضح ذلك في جدول (7)

جدول (7)

ثبات مكونات مقياس الحيوية الذاتية بطريقتي ألفا لكرونباخ والتجزئة النصفية

القيم الإحصائية المقياس ومكوناته	معامل ارتباط التجزئة النصفية	القيمة (ر) بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون	معامل ألفا لكرونباخ
الحيوية الاجتماعية	.695	.663	.653
الحيوية النفسية	.672	.691	.703
الحيوية الروحانية	.600	.813	.705
الحيوية الجسمية	.535	.699	.651
الحيوية العقلية	.506	.673	.726
المقياس ككل	.776	.874	.877

- حساب ثبات الاتساق الداخلي: تم حساب ثبات الاتساق الداخلي بإستخدام معامل ارتباط بيرسون، وذلك بين درجة المفردة والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك الارتباط بين درجة المكون والدرجة الكلية للمقياس، ونوضح ذلك في جدول (8)

جدول (8)

ثبات مقياس الحيوية الذاتية بطريقة حساب الاتساق الداخلي بين المفردة والدرجة الكلية

الحيوية الاجتماعية	الحيوية النفسية	الحيوية الروحانية	الحيوية الجسمية	الحيوية العقلية
--------------------	-----------------	-------------------	-----------------	-----------------

المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط
1	.419**	2	.610**	3	.587**	4	.634**	5	.336**
6	.530**	7	.706**	8	.541**	9	.433**	10	.672**
11	.328**	12	.618**	13	.502**	14	.554**	15	.565**
16	.373**	17	.418**	18	.379**	19	.600**	20	.358**
21	.380*	22	.455**	23	.279*	24	.423**	25	.678**
26	.600**	27	.632**	28	.369**	29	.559**	30	.716**
31	.508**	32	.349**	33	.466**	34	.674**	35	.245*
36	.384**	37	.610**	38	.469**	39	.261*	40	.434**
41	.297*	42	.493**			43	.479**	44	.568**
45	.582**							46	.565**
47	.500**							48	.558**
49	.488**								
50	.569**								

** دالة عند مستوى دلالة 0.01

* دالة عند مستوى 0.05

- معامل ارتباط بيرسون، وذلك بين درجة المفردة والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك الارتباط بين مجموع المكون والدرجة الكلية للمقياس، ونوضح ذلك في جدول (9).

جدول (9)

معاملات الارتباط بين مكونات المقياس والدرجة الكلية للمقياس

المكونات	قيمة (ر)
الحيوية الاجتماعية	.721**
الحيوية النفسية	.861**
الحيوية الروحانية	.748**
الحيوية الجسمية	.729**
الحيوية العقلية	.789**

** دالة عند مستوى دلالة 0.01

وبتحليل ما ورد بجدول (7) لمعامل ألفا لكرونباخ، ثبات التجزئة النصفية، وجدول (8)، و(9) ثبات الإتساق الداخلي، نستخلص أن معاملات الثبات بطريقة ألفا لكرونباخ تراوحت بين (.651 ، .877)، في حين كان معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية يتراوح ما بين (.506 ، .776)، فيما انحصرت معاملات الارتباط بين مكونات المقياس والمقياس ككل بين (.721 ، .861)، وجميعها دالة عند مستوى الدلالة 0.01، مما يشير إلى ثبات المقياس.

- حساب صدق المقياس: تم حساب صدق المقياس بعدة طرق نتناولها فيما يلي:

أ- صدق المحكمين: الصدق الظاهري: يُعد صدق المحكمين إحدى طرائق الصدق التي ينبغي تفعيلها، ومن ثم فقد وزع المقياس على (N=3) من أساتذة علم النفس، وطلب منهم الحكم على العبارات في ضوء التعريف الإجرائي من حيث مناسبة الصياغة، وحذف، وتعديل، وإضافة، وقد أخت أراء المحكمين بعيت الاعتبار، وقد تم الأخذ بما ورد من ملاحظات سواء (إضافة، أو حذف، أو تعديل) إلى أن وصل المقياس في الصورة النهائية (50) عبارة موزعة على خمسة مكونات.

ب- صدق البناء والتكوين: تم اعداد المقياس في ضوء تحليل مصادر المعرفة (نظريات- دراسات سابقة- مقاييس- تعريفات)، وقد أسفرت هذه المرحلة عن عدة مفردات، وتم الابقاء على المكونات والمفردات ذات الشبوع الأعلى، والتي تمثلت مكونات المقياس (الحيوية الاجتماعية، الحيوية النفسية، الحيوية الروحانية، الحيوية الجسمية، الحيوية العقلية)، ومن ثم يكون المقياس صادق من حيث البناء والتكوين.

ج- القدرة التمييزية باعتبارها مؤشر صدق

جدول (10)

قيم (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعات الطرفية

القيم الإحصائية مكونات المقياس	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
المقياس ككل	القيم الدنيا	30	108.17	6.597	10.948	.000
	القيم العليا	31	127.71	7.336		
الحيوية الاجتماعية	القيم الدنيا	30	28.57	1.794	13.272	.000
	القيم العليا	31	34.77	1.857		
الحيوية النفسية	القيم الدنيا	30	17.93	1.721	11.192	.000
	القيم العليا	31	23.19	1.939		
الحيوية الروحانية	القيم الدنيا	30	17.70	1.343	9.739	.000
	القيم العليا	31	21.03	1.329		
الحيوية الجسمية	القيم الدنيا	30	16.97	1.671	12.834	.000
	القيم العليا	31	22.26	1.548		
الحيوية العقلية	القيم الدنيا	30	23.73	2.196	11.601	.000
	القيم العليا	31	29.61	1.726		

ونستخلص من قيم جدول (10) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين مرتفعي ومنخفضي الدرجات، فإذا كانت القيمة أقل من ذلك تكون دالة، وأكثر من ذلك تكون غير دالة، وقد تبين أنها دالة؛ مما يعني أن المقياس قادر على التمييز بين المجموعات الطرفية، ويعتبر ذلك مؤشراً للصدق.

ح- تصحيح المقياس: بلغ عدد بنود المقياس في صورته النهائية (50) بنوداً موزعة علي مكوناته الفرعية الخمسة، وتصحح بنود المقياس وفقاً للتقديرات التالية: أوافق = 3، أحياناً = 2، لا أوافق = 1، وذلك في حالة الصياغة بقاليجابية للبنود، والعكس صحيح في الصياغة السلبية، وتتراوح الدرجة الكلية بين (50: 150)

درجة، تُشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع الحيوية الذاتية، في حين أن الدرجة المنخفضة تشير إلى انخفاض مستوى الحيوية الذاتية، لا يوجد وقت محدد للإجابة، كما أن العبارات تنطبق على العينة.

المحور الرابع- البرنامج الإرشادي:

تم إعداد هذا البرنامج بهدف تحسين كل من الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغوياً، وقد تم تطبيق جلساته على أفراد المجموعة التجريبية، خلال (15) جلسة، وذلك بمعدل (3) جلسات أسبوعياً (بإختيار الأمهات أنفسهن)، واختلفت المدة الزمنية للجلسات على حسب التدريبات المتضمنة بالجلسات ما بين ساعة واحدة إلى ساعتين، أما جلسة الحيوية الروحية (يوم الرحلة) فبدأت من الحادية عشرة صباحاً حتي السادسة مساءً.

ويعرف البرنامج الإرشادي: علي أنه برنامج مخطط منظم، في ضوء أسس علمية، يتكون من مجموعة من الخبرات البناءة المخطط لها والمصممة بطريقة مترابطة ومنظمة، وتتضمن هذه الخبرات العديد من الأنشطة، والأساليب المتنوعة؛ وذلك من أجل تحقيق أهداف محددة في السابق.

الهدف العام من البرنامج: تحسين الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغوياً.
فوائد البرنامج الإرشادي: تمثلت فوائد البرنامج الإرشادي في مساعدة الأمهات على:

- 1- التعبير عن النفس والتنفيس عن المشاعر.
- 2- تحسين صورة الذات وتقدير الذات.
- 3- التحكم في الذات.
- 4- تحسين مهارات التواصل الاجتماعي.
- 5- تحسين التنبؤ العقلي والتركيز والتخيل.
- 6- الاستقلالية وصنع القرار.
- 7- تحسين التآزر الحركي من خلال الرقص و المهارات اليدوية من خلال الرسم.
- 8- تعزيز المشاعر الإيجابية والتخفيف من القلق والتوتر من خلال ممارسة التأمل والاسترخاء والموسيقى.

خطوات بناء البرنامج:

أ. **الخطوة الأولى:** الإطلاع على التراث الثقافي، وما يتضمنه من أدبيات، ودراسات سابقة؛ لبناء تصور عام عن خصائص ظاهرة موضوع الدراسة، وخصائص أفراد العينة، فضلاً عن تحديد أنسب المدارس الإرشادية وأكثرها موائمة لمعالجة متغيرات الدراسة.

ب. **الخطوة الثانية:** الإطلاع على البرامج التدريبية التي تناولت متغيرات، أو عينة الدراسة؛ لتكوين هيكل عام للبرنامج المقترح، والإطلاع على عدد الجلسات، ومدتها، فضلاً عن الإستفادة من الفنيات والأنشطة المستخدمة، والوقوف على مدى جدواها.

ج. **الخطوة الثالثة:** تحكيم البرنامج لبيان ما يلي:

- أ. مدى ملائمة الفنيات لأهداف البرنامج، وخصائص العينة.
- ب. إجراء أية تعديلات، أو حذف، أو إضافة لمحتوى البرنامج.

د. **الخطوة الرابعة:** التجريب على عينة إستطلاعية قوامها (N=5) من أمهات الأطفال المتأخرين لغويًا، ممن تنطبق عليهم شروط أفراد العينة؛ للتعرف على مدى ملائمة محتوى البرنامج للأهداف المنشودة، وخصائصهم، وتحديد المدة المناسبة للجلسة، ومدى فاعلية الفنيات المستخدمة.

هـ. **الخطوة الخامسة:** تقييم البرنامج للتعرف على مدى فاعليته في تحسين الطمأنينة النفسية والحيوية الذاتية لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغويًا، وقد سبق الإشارة إلى الأساليب التي سيتم إستخدامها في البرنامج.

الفئة المستهدفة: استهدف البرنامج عينة من أمهات الأطفال المتأخرين لغويًا (N=7) أم، ممن تراوحت أعمارهن ما بين (23 - 45) عامًا، تم استقطابهن بعد موافقة الجهات المعنية.

اعتمد البرنامج الإرشادي في إعداد، وإختيار فنياته، واستراتيجياته علي نظرية التحليل النفسي، العلاج بالفن، والإرشاد الجماعي، والأنشطة البستانية، وتم استخلاص مجموعة من الفنيات تلك التي حظيت بتكرار وشيوع مرتفع، فضلاً عن ملائمتها للعينة، ومطابقتها لمكونات المقياس، وتتمثل في (فنية المحاضرة والمناقشات الجماعية، التعزيز الإيجابي، الواجب المنزلي، التنفيس الانفعالي، الاسترخاء، التأمل، التغذية الراجعة، العصف الذهني، التعبير الفني الحر، التساؤل الذاتي، الضبط الذاتي، الاستماع للموسيقى، التعبير الحركي (الرقص)).

المحور الخامس: نتائج الدراسة ومناقشتها

أولاً: نتائج الفرض الأول: وينص الفرض على "تختلف درجة كل من الحيوية الذاتية والطمأنينة النفسية باختلاف القياسين القبلي والبعدي لعينة الدراسة (N=7)"، ولاختبار صحة هذا الفرض عولجت استجابات العينة (N=7) على مقياسي الدراسة (الحيوية الذاتية، الطمأنينة النفسية)، ونوضح ذلك في جدول (11)، و جدول (18) باستخدام اختبار (ويلكسون Wilcoxon Signed ranks) لقياس الفروق بين المتغيرات البحثية لعينتين مرتبطتين.

جدول (11)

1-قيمة (Z) لحساب دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لمقياس الحيوية الذاتية ومكوناتها

القيم الأحصائية	العينة			متوسط الرتب		الانحراف المعياري للرتب		قيمة Z	مستوى الدلالة
	المحايدة	الرتب الموجبة	الرتب السالبة	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي		
الحيوية الاجتماعية	1	4	2	30.286	32.714	3.498	4.029	1.261	.007
الحيوية النفسية	0	4	3	18.571	20.429	2.878	3.823	1.192	.033
الحيوية الروحانية	0	6	1	17.857	20.143	2.035	2.968	1.706	.008

الحيوية الجسمية	0	6	1	16.571	18.714	2.225	3.592	1.362	.073
الحيوية العقلية	1	3	3	24.857	27.143	2.478	4.451	.940	.347
المقياس ككل	0	6	1	1.081E2	1.191E2	10.040	16.015	1.270	.004

جدول (12)

2: قيمة (Z) لحساب دلالة الفروق بين متوسطي العينة التجريبية بالقياسين القبلي والبعدي لمكونات الطمأنينة النفسية والدرجة الكلية

القيم الأحصائية	العينة			متوسط الرتب		الانحراف المعياري للمرتب		قيمة Z	مستوى الدلالة
	المحايدة	الرتب الموجبة	الرتب السالبة	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي		
إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين	1	6	0	25.714	28.714	3.402	3.251	2.214	.027
مقومات الرضا	0	6	1	21.714	25.571	2.984	5.884	1.863	.043
مواجهة تحديات الحياة	1	5	1	23.429	25.143	1.902	3.532	1.378	.168
مقومات السعادة	1	4	2	19.714	21.143	1.380	4.879	1.054	.292
المقياس ككل	0	6	1	90.571	1.006E2	5.231	16.440	1.690	.019

بمراجعة قيمة (Z) الواردة في الجدول (12)، يمكن استخلاص عدة قراءات نجملها فيما يلي:-

أ- تبين لنا قيمة Z بالنسبة للحيوية الذاتية بلغت (1.690) وهي عند مستوى الدلالة (0.05)، مما يشير إلى أن الحيوية الذاتية لدى العينة التجريبية تختلف باختلاف القياسين القبلي والبعدي، أما بالنسبة للمتغير الثاني وهو الطمأنينة النفسية كما هو موضح بالجدول (28)، تبين أن قيمة Z بالنسبة للطمأنينة النفسية بلغت (1.270) عند مستوى الدلالة (0.005)، مما يشير إلى أن الطمأنينة النفسية لدى العينة التجريبية تختلف باختلاف القياسين القبلي والبعدي، مما يكشف عن أن الحيوية الذاتية، والطمأنينة النفسية تختلفان باختلاف القياسين القبلي والبعدي بالنسبة للدرجة الكلية للمقاييس ومكوناتها. ولتحديد اتجاه الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للعينة التجريبية تمت مقارنة متوسطات درجات الأفراد على مقياسي الحيوية الذاتية والطمأنينة النفسية بين القياسين القبلي والبعدي، فقد بلغ متوسط درجات مقياس الحيوية الذاتية (1.081E2)، في حين بلغ متوسط درجات مقياس الحيوية الذاتية البعدي (1.191E2) عند مستوى الدلالة (0.005)، بلغ متوسط درجات مقياس الطمأنينة النفسية

القبلي(90.571)، في حين بلغ متوسط درجات مقياس الطمأنينة النفسية (1.006E2) عند مستوى الدلالة(0.005)، مما يشير أن الفروق في إتجاه القياس البعدي بصدد كلاً من الحيوية الذاتية والطمأنينة النفسية ومكوناتهما.

ثانياً: نتائج الفرض الثاني " لا تختلف درجة كل من الحيوية الذاتية والطمأنينة النفسية باختلاف القياسين البعدي والتتبعي لعينة الدراسة".

ولاختبار صحة هذا الفرض عولجت استجابات (N=7) على مقياسي الدراسة(الحيوية الذاتية، الطمأنينة النفسية) باستخدام اختبار (ويلكسون Wilcoxon Signed ranks) لقياس الفروق بين المتغيرات البحثية لعينتين مرتبطتين، ويوضح جدول (19)، و جدول(20)، جدول (21)، جدول(13) نتائج هذا الإجراء.

جدول(13)

1-: قيمة(Z) لحساب دلالة الفروق بين متوسطي العينة التجريبية بالقياسين البعدي والتتبعي لمكونات الحيوية الذاتية

القيم الإحصائية	العينة			متوسط الرتب		الانحراف المعياري للرتب		قيمة Z	مستوى الدلالة
	المحايدة	الرتب الموجبة	الرتب السالبة	بعدي	تتبعي	بعدي	تتبعي		
الحيوية الاجتماعية	1	4	2	32.714	32.714	4.0297	3.450	1.000	.000
الحيوية النفسية	0	4	3	20.429	20.142	3.823	4.018	.171	.865
الحيوية الروحانية	1	4	2	20.142	20.429	2.968	3.259	.324	.746
الحيوية الجسمية	1	5	1	18.714	19.857	3.592	3.805	1.378	.168
الحيوية العقلية	2	2	3	27.1429	26.857	4.451	4.634	.272	.785

جدول(14)

2: قيمة (Z) لحساب دلالة الفروق بين متوسطي العينة التجريبية بالقياسين البعدي والتتبعي لمقياس الحيوية الذاتية (الدرجة الكلية)

المتغيرات	اتجاه الرتب	ن	متوسط الرتب	الانحراف المعياري للرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
-----------	-------------	---	-------------	-------------------------	--------	---------------

القياس البعدي للحوية الذاتية	الرتب السالبة	4	1.191E2	16.015	.341	.733
		3				
	الرتب المتعادل	0	1.203E2	17.2116		
		7				
القياس التتبعي للحوية الذاتية	المجموع					

جدول (15)

3: قيمة (Z) لحساب دلالة الفروق بين متوسطي العينة التجريبية بالقياسين البعدي والتتبعي لمقياس لمكونات الطمأنينة النفسية والدرجة الكلية السلوك النمطي

القيم الإحصائية	العينة			متوسط الرتب		الانحراف المعياري للرتب		قيمة Z	مستوى الدلالة
	المحايدة	الرتب الموجبة	الرتب السالبة	بعدي	تتبعي	بعدي	تتبعي		
إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين	1	4	2	28.714	28.571	3.251	5.223	.530	.596
مقومات الرضا	2	5	0	25.571	26.286	5.884	5.964	2.236	.025
مواهة تحديات الحياة	1	3	3	25.143	24.714	3.532	2.8112	.316	.752
مقومات السعادة	3	3	1	21.143	21.286	4.879	5.437	.368	.713

جدول (16)

4: قيمة (Z) لحساب دلالة الفروق بين متوسطي العينة التجريبية بالقياسين البعدي والتتبعي لمقياس الطمأنينة النفسية (الدرجة الكلية)

المتغيرات	اتجاه الرتب	ن	متوسط الرتب	الانحراف المعياري للرتب	قيمة z	مستوى الدلالة
القياس البعدي للطمأنينة النفسية	الرتب السالبة	2	1.006E2	16.440	.594	.553
	الرتب الموجبة	5				
القياس التتبعي للطمأنينة النفسية	الرتب المحايدة	0	1.009E2	17.392		
	المجموع	7				

بمراجعة قيمة (Z) الواردة في الجداول (13)، (14)، (15)، (16) يمكن استخلاص ما يلي:-

تبين لنا قيمة Z بالنسبة الحيوية الذاتية بلغت (314). وهي عند مستوى الدلالة (0.005)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً مما يشير إلى أن الحيوية الذاتية لدى العينة التجريبية لا تختلف باختلاف القياسين البعدي والتتبعي، أما بالنسبة للمتغير الثانى وهو الطمأنينة النفسية كما هو موضح بالجدول (28)، جدول (29) تبين لنا قيمة Z بالنسبة للطمأنينة النفسية بلغت (594). عند مستوى الدلالة (0.005)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً، مما يشير إلى أن الطمأنينة النفسية لا تختلف باختلاف القياسين البعدي والتتبعي، مما يؤكد صحة الفرض، وتشير النتائج إلى استمرار تأثير البرنامج الإرشادي.

ثالثاً: الفرض الثالث: وينص الفرض على " توجد عوامل كمية وكيفية ترتبط بالحيوية الذاتية والطمأنينة النفسية "

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم معالجة استجابات العينة على مفردات مقياس الحيوية الذاتية، الطمأنينة النفسية عاملياً باستخدام طريقة المكونات الأساسية "Principal Components" لما تتسم به هذه الطريقة من استخلاص أقصى تباين ممكن، ثم أعقب ذلك تدوير العوامل المستخرجة تدوراً متعامداً بطريقة Varimax واستبعد العبارات التي تشبعها أقل من (300)، وعليه يجدر بنا الإشارة إلى أنه تم حساب الأمر الإحصائي KMO and Batlett's test of sphericity وذلك لحساب جودة القياس ونلاحظ أن قيمته تساوي 723. وهي قيمة مقبولة حيث أن الحد الأدنى لتلك القيمة 600. وهذا يعني أن القياس مقبول.

في ضوء ما تقدم، وبالاستناد إلى نتائج التحليلات الإحصائية التي عولجت بموجبها استجابات أفراد العينة على كل من مقياس الحيوية الذاتية والطمأنينة النفسية وجد أن ثمة عوامل نفسية وإجتماعية مرتبطة بمتغيرات الدراسة لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغوياً، حددت بموجب التحليل العاملي بالعوامل التالية...

1- الحيوية الذاتية وهي (الحيوية الاجتماعية، الحيوية النفسية، الحيوية الروحانية، الحيوية الجسمية، الحيوية العقلية).

2- الطمأنينة النفسية وهي (إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين، مقومات الرضا، مواجهة تحديات الحياة، مقومات السعادة)، هذا ما تحقق في الجانب الكمي (التحليل العاملي)، وبهذا نكون قد أجابنا على الشق الأول من الفرض الرابع.

وفي ضوء ما سبق نستخلص أن مقياسي الحيوية الذاتية، والطمأنينة النفسية صادقاً عاملياً.

كما تم تناول التحليل الكيفي، والذي تم بتحليل مضمون دراسة الحالة لحالتين طرفيتين، إحداهن حصلت على أعلى الدرجات على مقاييس الدراسة، والحالة الثانية حصلت على أقل الدرجات على مقاييس الدراسة.

مما سبق تناوله من التحليل الكمي والتحليل الكيفي يمكن إستخلاص ما يلي:

اتفق التحليل الكمي والكيفي للبيانات في عدد من النقاط منها:

1- أهمية الشعور بالرضا والتي اتضحت من خلال حديث الحالتين عن ظروفهم المعيشية، وهو العامل الثانى في التحليل الكمي للعوامل المستخلصة للطمأنينة النفسية.

2- أشارت التحليلات الكمية والكيفية إلى أهمية إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين وهي العامل الأول في التحليل الكمي للعوامل المستخلصة للطمأنينة النفسية، ويؤكد عليها ويتفق معها عامل الحيوية الاجتماعية وهي

أيضًا العامل الأول في التحليل الكمي للعوامل المستخلصة للحياة الذاتية، مما يولد مزيد من التفاعل والتواصل والألفة مع الآخرين، وبالتالي تحسن كل من الحيوية والطمأنينة.

3- أكد كلا التحليلين على أهمية مواجهة تحديات الحياة، للمضي قدمًا في الحياة، مما يزيد من الشعور بالطمأنينة النفسية.

4- أيضًا أهمية الحيوية الجسمية والاهتمام بالصحة والأكل الصحي والحصول على القسط الكافي من النوم لأداء مقتضيات الحياة، وهي العامل الرابع في التحليل الكمي للعوامل المستخلصة للحياة الذاتية.

بينما كان الاختلاف بينهما فيما يلي:

1- كان من النتائج المختلفة، تركيز التحليل الكمي على مقومات السعادة واعتباره عامل من العوامل الأساسية ذات التشعب العالي في الشعور بالطمأنينة النفسية، ولكن من خلال دراسة الحالة وجدنا أن التحليل الكيفي لا يعتمد عليه.

2- اختلف التحليلين بالنسبة للحياة الذاتية حول الحيوية الروحانية كمكون أساسي للشعور بالحياة الذاتية، فبينما أكد عليه التحليل الكمي، نجد أن التحليل الكيفي لم يبرز دورًا أساسيًا له.

3- أكد التحليل الكيفي على الدور الرئيسي الذي تلعبه الأسرة في إنماء الشعور بالطمأنينة النفسية للفرد الأمر الذي لم يغيره ظروف الحياة (فكما لوحظ في الحالة الثانية نتيجة المشكلات الأسرية استسلمت لظروف الحياة، وللشعور بعدم الأمان، واليأس).

ويمكن إجمال نتائج الدراسة فيما يلي:

1- تختلف درجة كل من الطمأنينة النفسية والحياة الذاتية لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغويًا باختلاف القياسين القبلي والبعدي للبرنامج، في اتجاه القياس البعدي.

2- لا تختلف درجة كل من الطمأنينة النفسية والحياة الذاتية لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغويًا باختلاف القياسين البعدي والتتبعي للبرنامج.

3- توجد عوامل كمية وكيفية مرتبطة بكل من (الطمأنينة النفسية، والحياة الذاتية).

المحور السابع: توصيات الدراسة:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة، وكذلك معاشية الشواهد الميدانية فإنه يمكن طرح التوصيات الآتية:

1. تصميم برامج تدريبية لتحسين الطمأنينة النفسية لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغويًا.
2. عقد دورات تدريبية لزيادة فاعلية الحيوية الذاتية لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغويًا.
3. عقد ورش عمل لتوعية الأسر بخصائص أبنائهم ذوي التأخر اللغوي.
4. إقامة ندوات عن العلاج بالفن وأهميته في العلاج النفسي.
5. تصميم برامج إعلامية قائمة على الوعي بأهمية العلاج بالبستنة في تحسين الصحة النفسية.

قائمة المراجع:

المراجع العربية

- ابتسام سعدون، زهراء كريم (2020): الحيوية الذاتية لدى المرشدين التربويين، الجامعة المستنصرية، بحث منشور بمجلة كلية التربية، العدد 1.
- إحسان هندواوى (2020): أثر التدريب على الطمانينة الإنفعالية فى خفض الضغط النفسى المدرك (الإنعصاب) والقلق الأكاديمى لدى عينة من طلبة الجامعة، بحث منشور، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 30، العدد 107.
- أماني عبد الباسط (2021): برنامج قائم على معايير الأمن النفسى فى تنمية الأداءات المهنية لمعلمى علم النفس بالمرحلة الثانوية، بحث من متطلبات الحصول على درجة دكتوراة منشور، المجلة العلمية لكلية التربية، جامعة أسيوط. المجلد 37، العدد 7.
- أمل عامر (2021): فاعلية برنامج فى تعديل السلوك على خفض التأخر اللغوى وتحسين التواصل الاجتماعى لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية، رسالة دكتوراة، مجلة بحوث العلوم التربوية، العدد 3، ج2.
- أمل عطية (2017): تنمية اللغة وخفض عيوب النطق لدى الأطفال ذوى متلازمة داون، رسالة ماجستير، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.
- إيمان عباس؛ وحنان السيد (2021): التنبؤ بإدارة الأزمات من خلال كل من الصمود النفسى والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية، بحث منشور بمجلة بكلية التربية، جامعة الإسكندرية، المجلد 31، العدد 4، الجزء 2.
- إيناس راضي (2022): أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء وعلاقتها بالطمأنينة النفسية لدى عينة من المراهقين، مجلة كلية الآداب (الانسانيات والعلوم الاجتماعية)، جامعة الفيوم، المجلد 41، العدد 2.
- الحميدي الضيدان (2020): الإسهام النسبي لكل من الطمانينة الانفعالية والتفاؤل لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن الكريم في التنبؤ بالصمود النفسي، قسم العلوم التربوية كلية التربية – جامعة المجمعة، الرياض.
- حامد زهران (2003): الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب، القاهرة، الطبعة الثالثة.
- خالد الرقااص؛ ويحيى الرفاعي (2010): الطمانينة النفسية في ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من طلاب جامعة الملك خالد، دراسات تربوية ونفسية، مجلة كلية التربية بالزقازيق، مصر، العدد 66.
- خرامسية حليلة؛ وعبدالدائم نسرين (2022): قلق المستقبل وعلاقته بالطمأنينة النفسية لدى أمهات أطفال التوحد، دراسة ميدانية بمدرسة اطفال التوحد ببوسعادة، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العيادي، جامعة محمد بوضياف بالمسيلة، الجزائر.
- زينب شقير (2005): مقياس الأمن النفسى، مكتبة الأنجلو المصرية.
- سعيد أبو حلاوة؛ وعاطف الحسينى (2016): علم النفس الإيجابي: نشأته وتطور ه، ونماذج من قضاياها، القاهرة: عالم الكتب.

- سمية بوسطارة؛ وأسماء بن عباس(2021): الإنهاك النفسي وعلاقته بالطمأنينة النفسية لدى مرضى السكري، رسالة ماجستير، جامعة محمد بوضياف بالمسيلة، الجزائر.
- سميرة البدرى؛ ووجدان عبد المهدى(2009): بناء مقياس الاطمئنان النفسى لدى طلبة جامعة بغداد، بحث منشور، مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد 29.
- سناء عبد الفتاح(2021): دراسة استكشافية لتفاعل الحيوية الذاتية والتفكير المفعم بالأمل في خفض الأعراض الاكتئابية لدى عينة من أمهات الأطفال زارعي القوقعة الإلكترونية، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، المجلد 84.
- شريهان عبد الهادى(2023): مفهوم الذات لدى أمهات الأطفال المتأخرين لغوياً، بحث منشور بمجلة الطفولة، العدد 44.
- شيماء العبيدى(2019): الطمانينة النفسية لدى طلبة كلية التربية الأساسية فى جامعة الموصل بعد أحداث مدينة الموصل، بحث منشور، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد 16، العدد 1.
- صفاء الصرايرة؛ و لمياء الهواري (2021): التمكين النفسي وعلاقته بالطمأنينة النفسية لدى الطلبة الأيتام في جامعة مؤتة، مجلة جامعة الحسين بن طلال للبحوث، الملحق 3، المجلد 7.
- ضياء نمر(2021): الحيوية الذاتية لدى طلبة السادس الإعدادي، بحث منشور بمجلة الآداب، جامعة بغداد، ملحق 1، العدد 138.
- عبد اللاوي سعدية(2020): الأستاذ وعلاقته بالطمأنينة النفسية لدى المراهق المتمدرس في المرحلة الثانوية دراسة ميدانية ببعض ثانويات مدينة بوسعادة، رسالة دكتوراة منشورة، جامعة محمد بوضياف بالمسيلة، الجزائر.
- عبيرالرشدان(2022): العلاقة بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية لدى طلبة المرحلة الجامعية، مجلة كلية التربية - جامعة عين شمس، العدد 46، ج40، ص15-48.
- عفراء إبراهيم(2020): الحيوية الذاتية لدى طلبة الجامعة فى ضوء بعض المتغيرات، المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية، المجلد 2، العدد 1.
- علي عون، كمال بورز، عيشة علة(2018): علاقة تقدير الذات بالطمأنينة النفسية لدى الطلبة الجامعيين في ظل بعض المتغيرات دراسة ميدانية بجامعتي الجلفة و الاغواط، مجلة حقائق للدراسات النفسية والاجتماعية، ص ص 270-283، المجلد 3، العدد 9.
- غادة على(2020): الذكاء الروحي وعلاقته بالطمأنينة النفسية والفاعلية الذاتية في الأداء الموسيقي لدى طلاب الجامعة، بحث، المجلة التربوية، العدد 70، جامعة القاهرة.
- فاطمة عادل(2022): الحيوية الذاتية وعلاقتها بالإبداع الارشادي لدى المرشدين التربويين، بحث منشور بمجلة ميسان للدراسات الأكاديمية، العدد 42.
- فهد الدليم، فاروق عبد السلام، يحيي مهنى، عبد العزيز الفتة (1993): مقياس الطمانينة النفسية، سلسلة مقاييس مستشفى الصحة النفسية بالطائف، المملكة العربية السعودية.

- مروة سعيد(2022): الطمأنينة النفسية في ضوء نظرية ماسلو طبقاً لمستويات التدفق النفسي ومجموعة من المتغيرات الديموجرافية لدى طلاب الدراسات العليا، بحث، كلية التربية، المجلة التربوية، جامعة سوهاج عدد يناير، الجزء 3. (93).
- مها ز عاترة (2018): درجة الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالطمأنينة النفسية لدى المراهقين المقيمين في المؤسسات الإيوائية في فلسطين ، رسالة ماجستير منشورة ،جامعة القدس، فلسطين.
- ناصرى الشريف(2010) : مظاهر الاغتراب النفسي لدى طلبة التربية البدنية والرياضية وانعكاساتها على الطمأنينة النفسية .دراسة ميدانية على بعض جامعات الشرق الجزائري (عنابة ، سوق أهراس)، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية، جامعة محمد خيضر، بسكرة، الجزائر.
- نجلاء فاروق(2017): الأمن النفسي للأم العاملة وعلاقته بالكفاءة الإدارية، بحث منشور بمجلة دراسات وبحوث التربية النوعية، المجلد 3، العدد 5، ج 2.
- نورا محمد(2021): الحيوية الذاتية واليقظة العقلية وعلاقتها بتقدير الجسم لدى عينة من المراهقين بالمرحلة الثانوية، بحث منشور بمجلة الإرشاد النفسى، العدد 68، ج 2.
- هبة إحسان(2021): الطمأنينة النفسية وعلاقتها بأساليب المعاملة الوالدية لدى طلبة السنة الثالثة من كليتي التربية والاقتصاد بجامعة دمشق، رسالة ماجستير، مجلة جامعة البعث المجلد 43 العدد 2.
- هديل الزغير(2021): الطمأنينة النفسية كمتغير وسيط في العلاقة بين التفكير الإيجابي والرضا عن الحياة لدى حفظة القرآن الكريم من طلبة كلية الشريعة، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة الخليل، فلسطين.
- هند عيد (2021): بحث الحيوية الذاتية لدى عينة من الطالب ذوى الإعاقة الحركية بجامعة حلوان فى ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، مجلة دراسات تربوية واجتماعية ، كلية التربية، جامعة حلوان، المجلد 27.
- وصال هداية؛ ومحمد السفاسفة(2021): الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالعجز المتعلم لدى الطالبات اللاجئات السوريات فى محافظة الكرك، كلية العلوم التربوية، جامعة مؤتة، مجلة التربية، العدد 189، الجزء 3.

English References:

- Abdullah Bora Ozkara, Arslan Kalkavan, Serdar Alemdag, Ceyhun Alemdag, Selma Çavdar (2017): The role of physical activity in pre-service teachers' subjective vitality, Physical Education of Students. Ceyhun Alemdag, SelmaÇavdar, 2017. doi:10.15561/20755279.2017.0306.
- Abraha Carmeli & Ronit Kark (2009): Alive and creating: the mediating role of vitality and aliveness in the relationship between psychological safety and creative work involvement, Journal of Organizational Behavior, J. Organiz. Behav. 30, 785-804.

- Ahmet Akin, Recep Uysal, Begüm Satıcı, Seydi& Ahmet Satıcı (2014): Subjective Vitality as Mediator and Moderator of the Relationship between Life Satisfaction and Subjective Happiness, Educational Sciences Theory & Practice, 14(2) 489-497.
- Aleksander I. Dontsov& Elena B. Perelygina (2013): Tense situations and the significance of stability for psychological security, Russian Psychological Society, Lomonosov Moscow State University, Psychology in Russia: State of the Art, Volume 6, Issue 2.
- Alex Bertrams(2021): Perceived Self-Control Effort, Subjective Vitality, and General Affect in an Associative Structure, Brief Research Report article.
- Ali Akbar Sheikhi Fini , Javad Kavousian, Abbas Beigyb, Maryam Emamib(2010) : Subjective vitality and its anticipating variables on students, Procedia Social and Behavioral Sciences 5, 150-156.
- Anne E M Speckens, Philip Spinhoven, Albert M van Hemert, &Jan Hendrik Bolk (2000): The Reassurance Questionnaire (RQ): psychometric properties of a self-report questionnaire to assess reassurability, Psychological Medicine, 30, 841–847. Printed in the United Kingdom. Cambridge University Press.
- Ben Dean (2021) The power of vitality. How to cultivate and increase your vitality through mind, body and soul.
- C. Irons, P. Gilbert, M.W. Baldwin, J. R. Baccus & M. Palmeral (2006): Parental recall, attachment relating& self-attacking/self- reassurance: Their relationship with depression, British Journal of Clinical Psychology, 45, 297–308. The British Psychological Society.
- Chemers, M (2018): The relationship of vitality with psychological happiness for mothers of children with learning difficulties, Journal of Education Psychology. 93(1), 342-372.
- Chui-De Chiu, Hau Ching Ng, Wing Ki Kwok, & Marieke S. Tollenaar (2020): Feeling Empathically Toward Other People and the Self: The Role of Perspective Shifting in Emotion Sharing and Self-Reassurance, Clinical Psychological Science Vol.8 (1) 169 - 183.
- Cinar Kaya,Erol Ugur, Basri Ozcelik (2019): Subjective Vitality Mediates the Relationship between Respect toward Partner and Subjective Happiness on Teachers, Universal Journal of Educational Research 7(1): 126-132.

- Crystal L. Park, Lucy Finkelstein-Fox, Erik Groessl, A. Rani Elwy (2020): Exploring How Different Types of Yoga Change Psychological Resources and Emotional Well-Being across a Single Session, *Complement Ther Med*, 49: 102354. doi:10.1016/j.ctim.2020.102354.
- Colman, R., Vione, K., & Kotera, Y. (2020): Psychological Risk Factors for Depression in UK Student and General Populations: Derailment, Self-Criticism and Self-Reassurance [Manuscript submitted for publication]. Human Sciences Research Centre, University of Derby, Derby, UK.
- Gavin Clark, Adam J. Rock, Laura H. Clark, & Kerrin Murray-Lyon (2020): Adult attachment, worry and reassurance seeking: Investigating the role of intolerance of uncertainty, *clinical psychologist, Clinical Psychologist*, 24:294–305.
- Gokmen Arslan (2021): Loneliness, College Belongingness, Subjective Vitality, and Psychological Adjustment during Coronavirus Pandemic: Development of the College Belongingness Questionnaire, *Journal of Positive School Psychology*, Vol. 5, No. 1, 17–31.
- Yasuhiro Kotera & Jaroslava Dosedlova & Denise Andrzejewski Greta Kaluzeviciute & Makoto Sakai (2021): From Stress to Psychopathology: Relationship with Self-Reassurance and Self-Criticism in Czech University Students , *International Journal of Mental Health and Addiction*.
- Grossmann, K. E., Kindler, H., & Zimmermann, P (2008): A wider view of attachment and exploration: The influence of mothers and fathers on the development of psychological security from infancy to young adulthood. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 857–879), The Guilford Press.
- Hakan Saricam (2016): Examining the Relationship between Self-rumination and Happiness: The Mediating and Moderating Role of Subjective Vitality. *Universitas Psychologica*, 15(2), 383-396. <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.upsy15-2.errh>.
- John R. Z. Abela ,Benjamin L. Hankin,Emily A. P. Haigh, Philippe Adams, Theresa Vinokuroff, & Lisa Trayhern (2005) : Interpersonal Vulnerability to Depression in High-Risk Children :The Role of Insecure Attachment and

- Reassurance Seeking, *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, Vol. 34, No. 1, 182–192.
- Lent.R (2022): Self-vitality of mothers of children with learning disabilities, *Journal of Counseling Psychology*, 31(3), 326-397.
- Lilly Joschko, Anna María Pálsdóttir, Patrik Grahn& Maximilian Hinse (2023): Nature-Based Therapy in Individuals with Mental Health Disorders, with a Focus on Mental Well-Being and Connectedness to Nature-A Pilot Study. *Int. J. Environ. Res, Public Health* 2023, 20, 2167.
- Ludban, Melissa& Gitimu ,Priscilla N (2013): Psychological Well-being of College Students, Youngstown State University.
- M D Hunter, S B Eickhoff, R J Pheasant, M J Douglas, G R Watts, T F D Farrow, D Hyland, J Kang, I D Wilkinson, K V Horoshenkov & P W R Woodruff (2010): The state of tranquility: Subjective perception is shaped by contextual modulation of auditory connectivity. *NeuroImage*, 53 (2) pp. 611-618. ISSN 1053 - 8119.
- Margaret M. Spezia (2014): Collaborative Learning Aimed at Ensuring Psychological Safety in High Reliability Teams, A Dissertation Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree Doctor of Philosophy, Capella University. Published by ProQuest LLC. UMI 3612034.
- Martin-Cuellar, T. (2022): The relationship of self-vitality and mental alertness in a sample of mothers of learning disabilities, *Journal of Mental Health*, 2(10)1080-1121.
- Marziehsadat Khalili, Ladan Hashemi & Bijan Ghasemi (2014): Comparison of the Dimensions of Emotional Security in Adolescents Based on Family Type Using the Family Process and Content Model. *J. Educ. Manage. Stud.*, 4(1): 128-134.
- Maslow, A. H. (1942): The dynamics of psychological security-insecurity. *Character & Personality; A Quarterly for Psychodiagnostic & Allied Studies*, 10, 331–344.
- Masoumeh Golshani Jorshari(2022): The prediction of parenting stress based on meta-parenting, self-compassion and subjective vitality among mothers of children with hearing impairment. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)* 10 (11), 121-130.

- Mavies, B. (2022): The relationship between self-vitality and psychological prosperity in mothers of learning disabilities. *Journal of Advances in Health Science Education*, 5(16), 398-426.
- Monica Sri, Tiatri Sri & Patmonodewo Soemiarti(2019): Effectiveness of Expressive Art Therapy Group to Reduce Stress Level in Mothers of Children with Neurodevelopmental Disorders, *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, volume 439.
- Neslihan Arici Ozcan & Neslihan Yaman(2020): The mediating role of spiritual orientation and subjective vitality in university students, *Cypriot Journal of Educational Sciences*, Volume 15, Issue 5, 909 – 922.
- Nicholas A. Troop, Joseph Chilcot, Lucy Hutchings & Giedre Varnaite (2013): Expressive writing, self-criticism, and Self- reassurance School of Psychology, University of Hertfordshire, Hatfield, UK. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 86, 374–386.
- O. Y. Blynova, L. S. Holovkova, O. V. Sheviakov (2018): Philosophical and Sociocultural Dimensions of Personality, *Psychological Security* ISSN 2227-7242, ISSN 2304-9685, *Anthropological Measurements of Philosophical Research*, NO 14.
- Olga Lavrusheva (2020): New Ideas in Psychology: The concept of vitality, <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.com/science/article/abs/pii/S0732118X19300248>
- Olukayode Ayooluwa Afolabi& Anthony Gbenro Baloguna (2017): Impacts of Psychological Security, Emotional Intelligence and Self Efficacy on Undergraduates' Life Satisfaction, *Psychological Thought*. Vol. 10(2), 247–261,
- Omri Gillath and Joshua Hart (2010): The effects of psychological security and insecurity on political attitudes and leadership preferences, *European Journal of Social Psychology*, *Eur. J. Soc. Psychol.* 40, 122–134.
- Osamu Kobori & Paul Martin Salkovskis (2012): Patterns of Reassurance Seeking and Reassurance-Related Behaviours in OCD and Anxiety Disorders, *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 2012, 00, 1–23.

- Patry, D. A., Pelletier, L. G., & Blanchard, C. M. (2002): The impact of self determined motivation and vitality on self-regulation of various behaviours, Unpublished undergraduate thesis, University of Ottawa, Ontario, Canada.
- Purcell, K (1952): Memory and psychological security. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 47(2, Suppl), 433-440.
- Richard Beck, Marla Robbins, Cathy Taylor, & Lynley Baker (2001): An Examination of Sociotropy and Excessive Reassurance Seeking in the Prediction of Depression, *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, Vol. 23, No. 2.
- Richard M. Ryan & Christina Frederick (1997): On energy, personality, and health: subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *J. Pers.*, 65(3), 529-565.
- Ron Kurtus (2012): What is Vitality? https://www.school-for-champions.com/vitality/what_is_vitality.htm#.X_y ohtIza.
- Ronit Kark & Abraha Carmeli (2009): Alive and creating: the mediating role of vitality and aliveness in the relationship between psychological safety and creative work involvement, *Journal of Organizational Behavior* J. Organiz. Behav. 30, 785–804.
- Se'amas Kelly, Camilla Noonan (2008): Anxiety and psychological security in offshoring relationships: the role and development of trust as emotional commitment, *Journal of Information Technology* 232- 248.
- JIT Palgrave Macmillan. All rights reserved 0268-3962/08.
- Seydi Ahmet Satıcı & M. Engin Deniz (2019): Adolescents' Self-Perception and School Satisfaction: Assessing the Mediating Role of Subjective Vitality, *Education and Science*, Vol. 44, No 197 367-381.
- Sonnur Kucuk Kilic (2019): Leisure Time Participation, Subjective Vitality and Life Quality of University Students, *International Journal of Sport Culture and Science*, 7(2).
- Sophia Xeros, Bernice Boland & Lynne Bishop (2017): Journeying to Connect: Promoting post-natal healing and relationship formation through the CONNECT Group Art-Therapy Program for distressed mothers and infants, *Australian Journal of Child and Family Health Nursing*, Volume 14 Issue 2: 1-8, December 2017.

- Tammy D. Allen & Kaitlin M. Kiburz (2012): Trait mindfulness and work–family balance among working parents The mediating effects of vitality and sleep quality, *Journal of Vocational Behavior* 80, 372 –379.
- Umran Akin & Ahmet Akin (2014): Investigating the Predictive Role of Authenticity on Subjective Vitality with Structural Equation Modelling, *Educational Sciences: Theory & Practice*, 14(6) 2043-2048.
- Yahya Yarahmadi, Mahmud Goudarzi, Maryam Akbari& Nasim Amir(2021) Effect of Parenting Self-Efficacy Skills Training and Psychological Hardiness on Subjective Vitality of Mothers of Children with Autism Spectrum Disorder *International Journal of Psychology Iranian Psychological*. Vol. 15, No. 2, Summer & Fall 2021 Association PP. 111-130.