

البنية العاملية لجودة الحياة النفسية لنموذج رايف (Ryff)¹

أ.د. / نبييل عبيد الزهرار

أ.م.د. / فوزي عزت على

أستاذ علم النفس التربوي بجامعة قناة السويس أستاذ مساعد ورئيس قسم علم النفس التربوي
وعميد كلية التربية جامعة 6 أكتوبر كلية التربية بالسويس - جامعة قناة السويس

أحمد فوزي جنيدى

مدرس مساعد بقسم علم النفس التربوي

كلية التربية بالسويس - جامعة قناة السويس

ملخص الدراسة :

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على البنية العاملية لجودة الحياة النفسية في ضوء نموذج رايف (Ryff, 1989) ، وتكونت العينة من (500) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الصف الثالث الثانوي العام بمدارس المحمودية الثانوية بمحافظة البحيرة ، منهم (240) ذكور ، و(260) إناث ، وأسفرت نتيجة التحليل العاملي الاستكشافي عن تحقق نموذج رايف على البيئة المصرية حيث وجدت ستة مكونات لجودة الحياة النفسية هي (تقبل الذات، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، الاستقلال الذاتي، الكفاءة البيئية، الحياة الهادفة ، والتطور الشخصي) ، وتراوحت قيمة معاملات ثباتها بين (0.72 ، 0.78) وللمقياس ككل (0.83) وذلك باستخدام معادلة ألفا كرونباخ ، كما تراوحت قيمة معاملات الثبات بين (0.76 ، 0.81) وللمقياس ككل (0.83) وذلك عن طريق إعادة تطبيق المقياس .

¹ هذه الدراسة مشتقة من رسالة دكتوراه الفلسفة في التربية " تخصص صحة نفسية " المقدمة من الباحث : أحمد فوزي جنيدى كأحد متطلبات الحصول على درجة الدكتوراه من كلية التربية بالسويس - جامعة قناة السويس .

البنية العاملية لجودة الحياة النفسية لنموذج رايف (Ryff)²

أ.د. / نديىل عيىد الزهـار

أ.م.د. / فوزي عزت على

أستاذ علم النفس التربوي بجامعة قناة السويس أستاذ مساعد ورئيس قسم علم النفس التربوي
وعميد كلية التربية جامعة 6 أكتوبر كلية التربية بالسويس - جامعة قناة السويس

أحمد فوزي جنيدى

مدرس مساعد بقسم علم النفس التربوي

كلية التربية بالسويس - جامعة قناة السويس

مقدمة :

يعد مفهوم جودة الحياة النفسية من المفاهيم ذات الطابع الجدلي ، إذ تختلف مضامينه ودلالاته باختلاف الأفراد واختلاف الثقافات ، ومع ذلك يظل بمثابة مظلة عامة يندرج تحتها الكثير من المعاني : كالقناعة، الرضا عن الحياة، تحقيق الذات ، الأمن النفسي، والسعادة . ويشير دينير ودينير (Diener & Diener,1995,658) إلى أن مفهوم جودة الحياة النفسية مفهوماً مكافئاً للصحة النفسية الإيجابية، كما أكدوا على فرض التباين في جودة الحياة النفسية بتباين الثقافات وبالتالي تعتبر دالة في جزء منها للعوامل الاجتماعية والثقافية.

ويرى برادبيرن (Bradburn,2001,9:10) أن السعادة أو الإحساس بجودة الحياة النفسية متغير تابع يتوقف على أسلوب تعامل أو مواجهة الفرد للمشكلات التي يواجهها في حياته، وأشار إلى أن وضع الفرد بالنسبة لجودة الحياة النفسية يتحدد بناء على بعدين مستقلين نسبياً الأول هو الوجدان الإيجابي، والثاني الوجدان السلبي. ويشير النموذج إلى أن مستوى جودة الحياة النفسية للأفراد يتوقف على درجة تفوق أو عدم تفوق الوجدان الإيجابي على الوجدان السلبي. ويتحدد مستوى جودة الحياة النفسية للأفراد بناءً على ذلك من خلال تحليل استجابات الأفراد على أسئلة معينة مثل ما الانفعالات التي سيطرت عليك طوال الأسبوع الماضي؟ من خلال بدائل يختار منها مثل: الاستياء، الضيق، الاهتمام، البهجة.

ويشير أحمد عكاشة (2007) إلى أن منظمة الصحة النفسية وضعت تعريفاً للصحة النفسية تؤكد فيه على أن الصحة النفسية ليست مجرد الخلو من الأمراض أو الاضطرابات النفسية ، ولكنها تتضمن بالأساس العمل على تحسين جودة الحياة النفسية التي تمكن الشخص من تحقيق توازن

² هذه الدراسة مشتقة من رسالة دكتوراه الفلسفة في التربية " تخصص صحة نفسية " المقدمة من الباحث : أحمد فوزي

جنيدى كأحد متطلبات الحصول على درجة الدكتوراه من كلية التربية بالسويس - جامعة قناة السويس .

إيجابي بين قدراته وتطلعاته وتدفعه باتجاه التكيف مع متطلبات الحياة والمواجهة الفعالة لضغوط الحياة اليومية.

وتُعد دراسات كارول رايف وزملائها (1985-2007) عن جودة الحياة النفسية وقياسها من أكثر الإسهامات المميزة في هذا المجال ، حيث وضعت رايف (Ryff,1989) نموذج لجودة الحياة النفسية يعرف باسم نموذج العوامل الستة يتضمن العوامل التالية (تقبل الذات، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، الاستقلال الذاتي، الكفاءة البيئية، الحياة الهادفة ، والتطور الشخصي) ، وقد أجريت العديد من الدراسات الأجنبية التي تحققت من نموذج رايف لجودة الحياة النفسية إلا أنه لم تجر دراسة عربية واحدة للتحقق من البنية العاملية لهذا النموذج .
مشكلة الدراسة :

يعد مفهوم جودة الحياة النفسية *Psychological Well-being** من المفاهيم المعقدة نسبيًا إذ تسهم فيه مجموعة متنوعة من المكونات ، وقد تعددت التعريفات التي طرحت لمفهوم جودة الحياة النفسية حيث ترى ستيفورات براون (Stewart-Brown,2000,35) أن جودة الحياة النفسية هي " حالة كلية ذاتية توجد عندما يتوازن داخل الشخص مدي واسع من المشاعر منها الحيوية والإقبال علي الحياة، الثقة في الذات، الصراحة والأمانة مع الذات ومع الآخرين، البهجة والمرح، السعادة ، الهدوء، والاهتمام بالآخرين" .

وقدمت إدموندز وستيفورات براون (Edmunds & Stewart-Brown, 2002 , 23) تعريفًا آخر مفاده " أنها حالة عامة من الاتزان الانفعالي تنظم إيقاع حياة الشخص في سياق علاقاته مع ذاته وعلاقاته الاجتماعية المتبادلة مع الآخرين نتيجة سيطرة مشاعر الإقبال، الحيوية، الثقة، المرح، السعادة، الاسترخاء والهدوء، وحب الآخرين والاهتمام بهم علي أسلوب حياته" .
وتتبنى الدراسة الحالية تعريف رايف وآخرون (2006) والتي ترى فيه أن جودة الحياة النفسية " تتمثل في الإحساس الإيجابي بحسن الحال كما يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا المرء عن ذاته وعن حياته بشكل عام وسعيه المتواصل لتحقيق أهدافه شخصية مقدره وذات قيمة ومعنى بالنسبة له واستقلاليته في تحديد وجهة ومسار حياته، وإقامته لعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين والاستمرار فيها، كما ترتبط جودة الحياة النفسية بكل من الإحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية " . (Ryff et al.,2006, 85:95)

* توجد عدة ترجمات لمصطلح Psychological Well-being مثل الرفاهية النفسية ، والوجود النفسي الأفضل ، والسعادة النفسية ، ولكن الباحث يري أن الترجمة الأكثر تجسيدًا وفقًا للتحليل اللغوي هي جودة الحياة النفسية ، على اعتبار أنه يتضمن تقييماً أو حكم عام على فاعلية الشخص في الحياة بدلالة النواتج التي تعكس خبرته الذاتية بمستويات رضاه عن حياته الشخصية وعن علاقاته الاجتماعية مع الآخرين.

وقد وضعت رايف (Ryff,1989) نموذج لجودة الحياة النفسية يعرف باسم نموذج العوامل الستة لرايف يتضمن العوامل التالية : (تقبل الذات، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، الاستقلال الذاتي، الكفاءة البيئية، الحياة الهادفة ، التطور الشخصي) ، وتعرف هذه العوامل علي النحو التالي :

[أ] تقبل الذات *Self-acceptance*: ويشير إلي القدرة علي تحقيق الذات إلي أقصى مدى تسمح به القدرات والإمكانيات ، النضج الشخصي، والاتجاه الإيجابي نحو الذات ونحو الماضي .

[ب] العلاقات الإيجابية مع الآخرين *Positive relation with others*: وتشمل القدرة علي إقامة علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين قائمة علي الثقة والتواد ، القدرة علي التوحد مع الآخرين ، القدرة علي الأخذ والعطاء والتعلم من الآخرين.

[ج] الاستقلال الذاتي *Autonomy*: وتعني القدرة علي تقرير مصير الذات، الاعتماد علي الذات، والقدرة علي ضبط وتنظيم السلوك الشخصي أثناء التفاعل مع الآخرين.

[د] الكفاءة البيئية *Environmental mastery*: وتعني القدرة علي اختيار وتخييل البيئات المناسبة لمن هم مثله، إضافة إلي المرونة الشخصية أثناء التواجد في مختلف السياقات البيئية.

[هـ] الحياة الهادفة *Purpose in Life*: أن يكون للمرء هدف في الحياة ورؤية توجه تصرفاته وأفعاله نحو تحقيق هذا الهدف مع المثابرة والإصرار وتحية كل المنغصات التي قد تحول دون تحقيق ذلك الهدف.

[و] التطور الشخصي *Personal growth*: ويشير التطور الشخصي إلي قدرة المرء علي تنمية قدراته وإمكانياته الشخصية لإثراء حياته الشخصية . (Ryff ,1989,1070:1075)

وقد أجريت العديد من الدراسات التي هدفت إلى التحقق من البنية العملية لنموذج رايف لجودة الحياة النفسية، منها دراسة رايف وكايس (Ryff & Keyes ,1995) والتي أجريت على عينة من الراشدين قوامها (1108) ممن تبلغ أعمارهم الخامسة والعشرين من العمر وأكبر، وأظهرت نتائج التحليل العاملي التوكيدي تأييداً لنموذج العوامل الستة المقترح حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين المفاهيم الكامنة للعوامل الستة ما بين (0.24- 0.85) ، مع توافر مؤشرات مرتفعة لجودة المطابقة .

كما تحقق تشنج وتشان (Cheng&Chan,2005) من النموذج على عينة من الراشدين الصينيين قوامها (1441) من الذكور والإناث ممن تتراوح أعمارهم بين (18-86) سنة ، واختبرت الدراسة ثلاث نماذج متنافسة باستخدام التحليل العاملي التوكيدي ، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود ستة عوامل حظيت بأعلى التشبعات وتقدم أفضل جودة مطابقة ، إذ بلغت قيمة معاملات ألفا لبعدها الاستقلالية (0.55)، ولبعد السيطرة على البيئة (0.63) ، ولبعد التطور الشخصي (0.52)، ولبعد

العلاقات الإيجابية مع الآخرين (0.65) ، ولبعد الحياة الهادفة (0.68) ، وأخيراً بلغ معامل ألفا لبعد تقبل الذات (0.56).

كما قامت سيفيرت (Seifert,2005) بالتحقق من النموذج ، حيث تكونت عينة الدراسة من (321) طالباً وطالبة، طبق عليهم مقياس جود الحياة النفسية لرايف بعد تعديله ليحتوى على (80) مفردة ، وقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود دلالات صدق وثبات مرتفعة لهذا المقياس ، حيث تراوحت معاملات الاتساق الداخلي للمقياس بين (0.86 و 0.93) ، ومعاملات الثبات بين (0.81 و 0.88) عن طريق إعادة التطبيق ، كما تراوحت قيم معاملات الارتباط بين المقياس المعدل والنسخة الأصلية لمقياس رايف (0.97 و 0.99) .

وفي نفس السياق ، قام ليندفورس وآخرون (Lindfors et al.,2006) بتقييم البناء العاملي للنموذج، وقد أجريت التحليلات الإحصائية على بيانات (1260) فرداً ممن أجابوا على مقياس جودة الحياة النفسية تراوحت أعمارهم الزمنية بين (32-58) سنة من العاملين بالسويد، وكشفت نتائج التحليل العاملي عن تأييد المكونات الستة لنموذج رايف.

وأجرت كل من اسبرنجير ، هوسير ، وفريسي (Springer, Huser & Freese, 2006) دراسة للتحقق من البناء العاملي للنموذج من خلال رصد التباينات المستقلة نسبياً بين العوامل الستة المكونة للمقياس ، وكشفت النتائج عن وجود ارتباطات مرتفعة ودالة بين أبعاد جودة الحياة النفسية، خاصة بين أبعاد: التطور الشخصي، الحياة الهادفة، والسيطرة على البيئة . ومع ذلك تفيد نتائج الدراسة أن نموذج العوامل الست لجودة الحياة النفسية يتضمن مزاعم لا يتوافر لها تأييد إمبريقي مما يصح معه القول بأن مقياس جودة الحياة النفسية المؤسس على هذا النموذج يفتقد إلى صدق التكوين أو المفهوم مما يستوجب إعادة التفكير في هذا النموذج .

وفي سياق تعقيب كل من رايف وسنجير (Ryff & Singer, 2006) على نتائج الدراسة السابقة أجريا دراسة تمثل رد فعل لمزاعم نتائج اسبرنجير وهوسير وفريسي (Springer, Huser & Freese, 2006) - والتي تفيد بأن مقياس رايف لجودة الحياة النفسية لا يتكون من ستة أبعاد - تشير "رايف وسنجير" إلى أن تحليلاتهم النظرية تدعم صحة نموذج العوامل الستة ، وليس العكس ، ولإثبات ذلك قامت رايف وسنجير بمراجعة نتائج خمس فئات من الدراسات (الصدق العاملي ، المتعلقة النفسية ، المتعلقة الخاصة بالأبعاد الاجتماعية، المتعلقة البيولوجية، ودراسات التدخل) التي أثبتت الطابع المستقر والمتميز للأبعاد الستة لجودة الحياة النفسية والتي تتضمن بيانات إحصائية تفيد بوجود ارتباطات دالة بين هذه الأبعاد والأبعاد الخاصة بالصحة النفسية بصورة عامة.

وعلى الرغم من تحقق نموذج رايف لجودة الحياة النفسية على بيانات أجنبية مختلفة إلا أنه لم تجر أي دراسات عربية تحققت من البنية العاملية للنموذج .

من خلال العرض السابق يمكن تحديد مشكلة الدراسة في التساؤل التالي : إلى أي مدى ينطبق نموذج جودة الحياة النفسية لرايف على البيئة المصرية ؟
هدف الدراسة وأهميتها :

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على البنية العاملية لجودة الحياة النفسية في ضوء نموذج رايف (Ryff,1989) . وتكمن أهمية الدراسة في تناولها لأحد المتغيرات الشخصية وهي جودة الحياة النفسية والتي تُعد المكون المحوري لجودة الحياة بصفة عامة ، كما تعتبر من المفاهيم الحديثة في مجال علم النفس، والذي يمثل بؤرة اهتمام علم النفس الإيجابي.
منهج الدراسة وإجراءاتها :
أ - عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة من (500) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الصف الثالث الثانوي العام ، (240) تلميذ بمدرسة المحمودية الثانوية بنين و(260) تلميذة بمدرسة المحمودية الثانوية بنات بمحافظة البحيرة ، تراوحت أعمارهم الزمنية بين (16 - 17) سنة بمتوسط عمري (16.15) سنة وانحراف معياري (0.35)
ب - أداة الدراسة :

للتحقق من صحة نموذج رايف تم تقنين مقياس جودة الحياة النفسية لرايف والتي أعدته في ضوء النموذج والذي يتكون من (84) مفردة بواقع (14) مفردة لكل بعد من الأبعاد الستة ويستجيب المفحوصين عن طريق اختيار بديل من ستة بدائل وفق أسلوب ليكرت : (1) أرفض بشدة ، (2) أرفض بدرجة متوسطة ، (3) أرفض بدرجة قليلة ، (4) أوافق بدرجة قليلة ، (5) أوافق بدرجة متوسطة ، (6) أوافق بشدة ، ويتم تقدير درجات المفردات سلبية الصياغة بمعكوس رقمي (6) إلى (1) على الترتيب ، ويحصل المفحوص على درجة لكل بعد ودرجة كلية تعبر عن جودة حياته النفسية .
تم تعريب المقياس ومراجعة الترجمة مع بعض أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في اللغة الإنجليزية والصحة النفسية ، حيث تم تعديل صياغة مفردات المقياس بما يتناسب مع المجتمع المصري ، كما تم تعديل طريقه الاستجابة للمقياس لتكون ثلاثة بدائل بدلاً من ستة بدائل وذلك ليتناسب مع عينة الدراسة الحالية ، حيث تتم الاستجابة على المقياس بأحد الاختيارات التالية (دائماً، أحياناً ، نادراً) ويحصل التلميذ على ثلاث درجات ودرجتان ودرجة واحدة على الترتيب للمفردات المصاغة في الاتجاه الموجب لجودة الحياة النفسية ، بينما يحصل التلميذ على درجة واحدة ودرجتان وثلاث درجات على الترتيب بالنسبة للمفردات المصاغة في الاتجاه السالب لجودة الحياة النفسية .

الخصائص السيكومترية للمقياس :

(أ) **صدق المقياس** : قامت معدة المقياس بالتحقق من صدق المقياس من خلال التحقق من :

(1) **الصدق العاملي** : طبق المقياس على عينة من الراشدين قوامها (1108) تبلغ أعمارهم الزمنية (25 سنة فأكثر) ، وقد أظهرت نتائج التحليل العاملي التوكيدي تأييداً لنموذج العوامل الستة المقترح حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين المفاهيم الكامنة للعوامل الستة ما بين (0.24- 0.85) ، مع توافر مؤشرات مرتفعة لجودة المطابقة .

(2) **الصدق التلازمي**: تم حساب معاملات الارتباط بين المقياس ومقياس الرضا عن الحياة حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (0.97) و (0.99) . كما تم حساب معاملات الارتباط بين مقياس جودة الحياة النفسية والنسخة المكونة من (20) مفردة والخاصة بتقييمات الآباء ، حيث كانت قيمة معاملات الارتباط للأبعاد (العلاقات الإيجابية مع الآخرين ، الاستقلال الذاتي، الكفاءة البيئية ، التطور الشخصي ، الحياة الهادفة ، تقبل الذات) هي (0.98 ، 0.97 ، 0.98 ، 0.97 ، 0.98 ، 0.97) على الترتيب ، ومن ثم فإن جميع معاملات صدق المقياس مرتفعة ودالة مما يثبت فعالية وكفاءة المقياس.

وفي الدراسة الحالية تم التحقق من صدق المقياس في البيئة المصرية من خلال التحقق من:

(1) **الصدق العاملي** : تم استخدام طريقة المكونات الأساسية لهوتلينج مع التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس *Varimax* حيث طبق المقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية قوامها (500) تلميذ وتلميذة من تلاميذ الصف الثالث الثانوي العام ، وقد أسفر التحليل العاملي عن ستة عوامل ، وحذف (14) مفردة حيث كانت تشبعاتها أقل من (0.3) وفق محك جيلفورد (صفوف فرج ، 1980 ، 151 ؛ فؤاد أبو حطب ، آمال صادق ، 1991 ، 641) فأصبح المقياس في صورته النهائية مكوناً من (70) مفردة . ويوضح جدول رقم (1) التشبعات الجوهرية للمفردات بالعوامل.

جدول (1) تشعبات المفردات بالعوامل لمقياس جودة الحياة النفسية

| المفردات | العامل الأول | العامل الثاني | العامل الثالث | العامل الرابع | العامل الخامس | العامل السادس |
|----------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 1 | | 0.492 | | | | |
| 2 | | | | | 0.428 | |
| 3 | | 0.578 | | | | |
| 4 | | 0.547 | | | | |
| 5 | | | | | 0.411 | |
| 6 | | | | | 0.316 | |
| 7 | | | | | 0.458 | |
| 8 | | | 0.468 | | | |
| 9 | | | | | 0.334 | |
| 10 | | | | | 0.368 | |
| 11 | | 0.730 | | | | |
| 12 | | 0.393 | | | | |
| 13 | | | | | | 0.477 |
| 14 | | | | | | 0.447 |
| 15 | | 0.507 | | | | |
| 16 | | | | | | 0.499 |
| 17 | | 0.419 | | | | |
| 18 | | | | | | 0.675 |
| 19 | | | | | | 0.339 |
| 20 | | | | | | 0.575 |
| 21 | | | | | | 0.458 |
| 22 | | 0.344 | | | | |
| 23 | | | | | | 0.336 |
| 24 | | 0.552 | | | | |
| 25 | 0.384 | | | | | |
| 26 | | | 0.368 | | | |
| 27 | | 0.514 | | | | |
| 28 | | 0.333 | | | | |

| المفردات | العامل الأول | العامل الثاني | العامل الثالث | العامل الرابع | العامل الخامس | العامل السادس |
|----------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 29 | | | 0.424 | | | |
| 30 | | 0.390 | | | | |
| 31 | | | 0.373 | | | |
| 32 | | | 0.340 | | | |
| 33 | 0.309 | | | | | |
| 34 | | | 0.373 | | | |
| 35 | 0.369 | | | | | |
| 36 | | | 0.341 | | | |
| 37 | | | | 0.504 | | |
| 38 | | | | 0.528 | | |
| 39 | | | | | 0.453 | |
| 40 | | | | 0.425 | | |
| 41 | 0.533 | | | | | |
| 42 | | | | 0.350 | | |
| 43 | | | | 0.483 | | |
| 44 | | | | 0.515 | | |
| 45 | 0.362 | | | | | |
| 46 | | | | 0.466 | | |
| 47 | | | | 0.459 | | |
| 48 | | | | | 0.365 | |
| 49 | | | | | 0.315 | |
| 50 | | | | | 0.473 | |
| 51 | 0.346 | | | | | 0.346 |
| 52 | | | | 0.515 | | |
| 53 | 0.371 | | | | | 0.371 |
| 54 | 0.440 | | | | | 0.440 |
| 55 | | | | 0.585 | | |

| المفردات | العامل الأول | العامل الثاني | العامل الثالث | العامل الرابع | العامل الخامس | العامل السادس |
|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 56 | | | | 0.500 | | |
| 57 | | | | 0.477 | | |
| 58 | 0.508 | | | | | 0.508 |
| 59 | | | | 0.466 | | |
| 60 | | | | 0.496 | | |
| 61 | | 0.348 | | | | |
| 62 | 0.357 | | | | | |
| 63 | 0.317 | | | | | |
| 64 | 0.351 | | | | | |
| 65 | 0.349 | | | | | |
| 66 | | | | | | 0.311 |
| 67 | 0.564 | | | | | |
| 68 | 0.493 | | | | | |
| 69 | 0.463 | | | | | |
| 70 | 0.588 | | | | | |
| الجذر الكامن | 12.268 | 11.934 | 11.913 | 11.366 | 10.640 | 8.140 |
| نسبة التباين | 14.605 | 14.207 | 14.182 | 13.531 | 12.666 | 9.690 |

من الجدول (1) يتضح ما يلي :

- * توزيع تشبعات مفردات المقياس على العوامل الناتجة من التحليل العاملي بدرجات متقاربة .
- * الجذر الكامن للعوامل الستة الناتجة عن التحليل أكبر من الواحد الصحيح ومن ثم يُبقى عليها باعتبارها عوامل حقيقية وفق محك كايزر (فؤاد أبو حطب ، آمال صادق ، 1991 ، 619) .
- * أن العوامل الستة تسهم بنسبة 78.88% من التباين الكلي لمقياس جودة الحياة النفسية .
- و لتسمية تلك العوامل تم رصد تشبعات كل منها في جدول مستقل ، وسيأخذ بمبدأ التشبع الأعلى للمفردة إذا تم تشبعها على أكثر من عامل كما يلي :

جدول (2) قيم تشبعت المفردات على العامل الأول

| رقم المفردة | المفردات | التشبع |
|-------------|--|--------|
| 25 | عندما أنظر إلى حياتي، أشعر بالسعادة لسير الأمر على النحو الذي سارت عليه. | 0.384 |
| 33 | أشارك في الأنشطة المدرسية مع زملائي بنجاح . | 0.309 |
| 35 | لا أشعر براحة مع الناس و المجتمع من حولي . | 0.369 |
| 41 | أشعر أن الكثير من الناس الذين أعرفهم قد استفادوا من الحياة أكثر مما استفدت . | 0.533 |
| 45 | إذا أتحت لي الفرصة، سأغير الكثير من الأشياء المتعلقة بي . | 0.362 |
| 61 | عندما أفكر في ما أنا عليه الآن، لا أرى فيه تحسناً حقيقياً بالرغم من مرور الزمن. | 0.348 |
| 62 | أشعر بخيبة الأمل بشأن ما أنجزته في الحياة. | 0.357 |
| 63 | أشعر بأن الكثير من الناس أفضل حالاً مني. | 0.317 |
| 64 | لا أستمتع بالمواقف الجديدة التي تتطلب تغيير طريقي المعتادة في عمل الأشياء . | 0.351 |
| 65 | تقديري لذاتي ليس إيجابياً كشعور معظم الناس نحو أنفسهم. | 0.349 |
| 67 | أشعر بالإجهاد عندما أحاول تخطيط أنشطة حياتي اليومية ، لأنني لا أنجز الأشياء التي أخطط لفعلها بالمرّة | 0.564 |
| 68 | أشعر بخيبة الأمل من الطريقة التي عشت بها حياتي. | 0.493 |
| 69 | أجد صعوبة في ترتيب حياتي بالطريقة التي ترضيني . | 0.463 |
| 70 | لست متأكدًا إذا كانت حياتي تضيف لي الكثير أم لا. | 0.588 |

يتضح من جدول (2) أن التشبعت الدالة للفقرات (25 ، 33 ، 35 ، 41 ، 45 ، 61 ، 62 ، 63 ، 64 ، 65 ، 67 ، 68 ، 69 ، 70) تشير إلى القدرة على تحقيق الذات إلى أقصى مدى تسمح به القدرات والإمكانات ، والنضج الشخصي ، والاتجاه الإيجابي نحو الذات ، ومن ثم يمكن تسمية هذا العامل " عامل تقبل الذات " .

جدول (3) قيم تشبعات المفردات على العامل الثاني

| رقم المفردة | المفردات | التشبع |
|-------------|--|--------|
| 1 | أغير من سلوكي و طريقة تفكيري حتى تتناسب مع طريقة من حولي . | 0.492 |
| 3 | المحافظة على العلاقات الطيبة مع الآخرين صعب ومحبط لي . | 0.578 |
| 4 | متطلبات حياتي تشعرني بكثير من الضغوط. | 0.547 |
| 11 | أستمتع بتبادل الحديث مع أفراد أسرتي أو أصدقائي. | 0.730 |
| 12 | أقلق بخصوص ما يعتقدده الآخرون تجاهي . | 0.393 |
| 15 | أستمع باهتمام لأصدقائي المقربين عندما يتحدثون معي عن مشاكلهم. | 0.507 |
| 17 | أشعر بالارتباك والحيرة بشأن ما أتحملة من مسؤوليات. | 0.419 |
| 22 | عندما أكون غير راضى عن موقف ما في حياتي، أقوم بمحاولات فعالة لتغييره | 0.344 |
| 24 | تكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين أهم عندي من العيش بمفردي. | 0.552 |
| 27 | أشعر بالضغط والإجهاد لعدم قدرتي على مواصلة أعمالى اليومية . | 0.514 |
| 28 | أهتم بأراء الناس في تقييمهم لقراراتي في الحياة . | 0.333 |
| 30 | أتعاطف أنا وأصدقائي مع مشكلات الآخرين . | 0.390 |

يتضح من جدول (3) أن التشبعات الدالة للفقرات (1 ، 3 ، 4 ، 11 ، 12 ، 15 ، 17 ، 22 ، 24 ، 27 ، 28 ، 30) تشير إلى القدرة على اختيار وتخيل البيئات المناسبة ، والمرونة الشخصية أثناء التواجد في مختلف السياقات البيئية ، ومن ثم يمكن تسمية هذا العامل " عامل الكفاءة البيئية " .

جدول (4) قيم تشبعت المفردات على العامل الثالث

| رقم المفردة | المفردات | التشبع |
|-------------|--|--------|
| 8 | أدير معظم مسؤوليات حياتي اليومية بشكل جيد. | 0.468 |
| 26 | أشعر بأني حياتي هادفة وذات قيمة . | 0.368 |
| 29 | أخطط دائماً لحياتي الخاصة و أموري المالية . | 0.424 |
| 31 | أستمتع بوضع خطط للمستقبل والعمل على تحقيقها في الواقع . | 0.373 |
| 32 | أدير وقتي بشكل جيد، لذا أتمكن من القيام بكل احتياجاتي في الوقت المناسب . | 0.340 |
| 34 | أعمل جاهداً لتنفيذ الخطط التي أضعها لنفسي . | 0.373 |
| 36 | أعامل زملائي بحرص وحذر . | 0.341 |
| 52 | حياتي اليومية مزدحمة، لكنني أشعر بالرضا لقدرتي على متابعة كل الأشياء . | 0.515 |
| 55 | أميل إلى تحديد أهدافي في الحياة . | 0.585 |
| 56 | تنجح جهودي في تحقيق ما أحتاج إليه من أنشطة وعلاقات . | 0.500 |
| 57 | أهدافي في الحياة مصدر للرضا أكثر من كونها مصدراً للإحباط . | 0.477 |
| 59 | أشعر بالرضا عند التفكير فيما حققته في حياتي . | 0.466 |
| 60 | لدى قدرة على بناء بيت و اختيار طريقة ناجحة لي في الحياة . | 0.496 |

يتضح من جدول (4) أن التشبعت الدالة للفقرات (8 ، 26 ، 29 ، 31 ، 32 ، 34 ، 36 ، 52 ، 55 ، 56 ، 57 ، 59 ، 60) تشير إلى أن يكون للفرد هدف في الحياة ورؤية توجه تصرفاته وأفعاله نحو تحقيق هذا الهدف مع المثابرة والإصرار، ومن ثم يمكن تسمية هذا العامل " عامل الحياة الهادفة " .

جدول (5) قيم تشبعات المفردات على العامل الرابع

| رقم المفردة | المفردات | التشبع |
|-------------|--|--------|
| 37 | أشعر بأنني أتعلم المزيد عن نفسي كلما مر بي الزمن . | 0.504 |
| 38 | أتطلع إلى استخدام الأشياء الجديدة . | 0.528 |
| 40 | أعتقد أنه من المهم المرور بخبرات جديدة تغير من الطريقة التي أفكر بها في ذاتي | 0.425 |
| 42 | مهما كانت أعمار الناس فهم قادرين على الاستمرار في التطور والنمو . | 0.350 |
| 43 | بمرور الوقت، اكتسب مزيداً من المعرفة بالحياة مما يجعلني أكثر قوة وقدرة . | 0.483 |
| 44 | أشعر بأنني تطورت وتحسنت كثيراً بمرور الزمن . | 0.515 |
| 46 | الحياة بالنسبة لي عملية تعلم و تغير وتطور متواصلة . | 0.466 |
| 47 | أشعر بالسعادة لأن وجهات نظري تطورت بمرور الزمن . | 0.459 |

يتضح من جدول (5) أن التشبعات الدالة للفقرات (37 ، 38 ، 40 ، 42 ، 43 ، 44 ، 46 ، 47) تشير إلى قدرة الفرد على تنمية قدراته وإمكانياته الشخصية لإثراء حياته ، ومن ثم يمكن تسمية هذا العامل " عامل التطور الشخصي " .

جدول (6) قيم تشبعات المفردات على العامل الخامس

| رقم المفردة | المفردات | التشبع |
|-------------|--|--------|
| 2 | أفكر في اليوم الذي أعيش فيه ، ولا أشغل نفسي بالتفكير في المستقبل. | 0.428 |
| 5 | أشعر بالوحدة لوجود القليل من الأصدقاء المقربين الذين يمكن أن أعبّر لهم عن همومي | 0.411 |
| 6 | أركز على الحاضر لأن المستقبل يحمل لي مشكلات. | 0.316 |
| 7 | لا أريد تجريب طرق جديدة لعمل الأشياء ، فحياتي جيدة بالنحو التي هي عليه الآن. | 0.458 |
| 9 | لا يوجد في حياتي الكثير من الناس الذين يحبون الاستماع لي عندما أريد التحدث عن همومي أو طموحاتي | 0.334 |
| 10 | أشعر بأنه لا قيمة لما أحاول إنجازه في الحياة . | 0.368 |
| 39 | أشعر بأنني أستفيد كثيراً من صدقاتي . | 0.453 |
| 48 | أرى أن وضع أهداف لحياتي مضیعة للوقت. | 0.365 |
| 49 | يبدو لي أن معظم الناس لديهم أصدقاء أكثر مني . | 0.315 |
| 50 | أشعر بأنني فعلت كل ما يمكن فعله في الحياة. | 0.473 |
| 51 | أثق في أصدقائي، وأعلم أنهم أيضاً يتقنون بي . | 0.346 |
| 53 | أجد صعوبة في التحدث مع الآخرين بصراحة . | 0.371 |
| 54 | أتوقف عن عمل تغييرات أو تحسينات في حياتي . | 0.440 |
| 58 | أؤمن بصحة المقولة التي تقيد بأنه " لا يمكن تعليم الشخص الكبير حياً جديدة " . | 0.508 |

يتضح من جدول (6) أن التشبعات الدالة للفقرات (2 ، 5 ، 6 ، 7 ، 9 ، 10 ، 39 ، 48 ، 49 ، 50 ، 51 ، 53 ، 54 ، 58) تشير إلى القدرة على إقامة علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين قائمة على الثقة والتواد ، القدرة على التوحد مع الآخرين ، والقدرة على الأخذ والعطاء من الآخرين ، ومن ثم يمكن تسمية هذا العامل " عامل العلاقات الإيجابية مع الآخرين " .

جدول (7) قيم تشبعات المفردات على العامل السادس

| رقم المفردة | المفردات | التشبع |
|-------------|---|--------|
| 13 | أعبر عن آرائي بصراحة، حتى وإن كانت مخالفة لأراء معظم الناس . | 0.477 |
| 14 | أختلف في قراراتي عن الآخرون . | 0.447 |
| 16 | ارتكبت بعض الأخطاء في الماضي، لكنني أشعر بأن كل الأمور سارت على أفضل صورة | 0.499 |
| 18 | من الصعب ما يقنعني الآخرون بعمل أشياء لا أريها . | 0.675 |
| 19 | أثق في آرائي، حتى وإن كانت مخالفة لرأي الأغلبية . | 0.339 |
| 20 | من الصعب علي إبداء رأي حول الموضوعات المثيرة للجدل . | 0.575 |
| 21 | أغير قراراتي إذا اعترض عليها أصدقائي أو أفراد أسرتي . | 0.458 |
| 23 | أأخذ قراراتي دون الالتفات للضغوط الاجتماعية . | 0.336 |
| 66 | أحكم على نفسي وفق ما أعتقد أنه مهم، وليس وفق ما يتماشى مع قيم الآخرين | 0.311 |

يتضح من جدول (7) أن التشبعات الدالة للفقرات (13 ، 14 ، 16 ، 18 ، 19 ، 20 ، 21 ، 23 ، 66) تشير إلى القدرة على تقرير مصير الذات ، والاعتماد على الذات ، والقدرة على ضبط وتنظيم السلوك الشخصي ، ومن ثم يمكن تسمية هذا العامل " عامل الاستقلال الذاتي " .

(2) الصدق التلازمي :

تم تطبيق مقياس الصحة النفسية للشباب (إعداد: عبد العزيز الشخص ، عبد المطلب القريطي ، 1992) على عينة تقنين قوامها (50) تلميذاً وتلميذة من عينة الدراسة الكلية والتي سبق أن طبق عليها مقياس جودة الحياة النفسية الحالي ، وتم حساب معامل ارتباط " بيرسون " بين درجات التلاميذ الكلية على المقياسين فكان مساوياً (0.8) وهو دال عند مستوى 0.01 وهذا يدل على صدق مقياس جودة الحياة النفسية في قياس ما وضع من أجله .

(ب) ثبات المقياس :

قامت معدة المقياس بحساب ثبات المقياس بطريقتين :

(1) الثبات بطريقة معامل ألفا: قامت معدة الاختبار بحساب ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا لكرونباخ ، وكانت قيمة معاملات الثبات للأبعاد (العلاقات الإيجابية مع الآخرين ، الاستقلال

الذاتي ، الكفاءة البيئية ، التطور الشخصي ، الحياة الهادفة ، تقبل الذات) هي (0.88 ، 0.83 ، 0.86 ، 0.85 ، 88 ، 91) على الترتيب .

(2) الثبات بطريقة إعادة الاختبار : قامت معدة المقياس بإعادة تطبيقه على عينة قوامها (233) طالباً وطالبة ، تبلغ أعمارهم الزمنية (25 سنة فأكثر) ، بفواصل زمني قدرة أسبوعان ، وقد تراوحت قيم معاملات الثبات للأبعاد بين (0.81 و 0.88) وللمقياس ككل (0.92) .

وفي الدراسة الحالية تم تقدير ثبات المقياس بطريقتين هما :

(1) الثبات بطريقة ألفا كرونباخ *Cronpach's Alpha* : تم تقدير الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ وذلك على عينة تقنين قوامها (50) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الصف الثالث الثانوي العام ، ويوضح جدول (8) قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس والدرجة الكلية .
جدول (8) معاملات الثبات بطريقة ألفا لمقياس جودة الحياة النفسية

| معامل الثبات | البعد |
|--------------|------------------------------------|
| 0.784 | 1- العلاقات الإيجابية مع الآخرين . |
| 0.764 | 2- الاستقلال الذاتي . |
| 0.746 | 3- الكفاءة البيئية . |
| 0.753 | 4- التطور الشخصي . |
| 0.772 | 5- الحياة الهادفة . |
| 0.720 | 6- تقبل الذات . |
| 0.832 | الدرجة الكلية . |

يتضح من جدول (8) أن قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس وللدرجة الكلية مرتفعة وهو ما يشير إلى تمتع المقياس على مستوى أبعاده الفرعية أو على مستوى الدرجة الكلية بدرجة عالية من الثبات .

(2) الثبات بطريقة إعادة الاختبار *retest, Test* : تم إعادة تطبيق المقياس على عينة تقنين قوامها (50) تلميذاً وتلميذة من عينة الدراسة وذلك بعد ثلاثة أسابيع من إجراء التطبيق الأول ، وقد تم حساب معاملات الارتباط (معاملات الثبات) بين درجات التلاميذ في التطبيقين كما هو موضح في الجدول (9) :

جدول (9) معاملات الثبات عن طريق إعادة التطبيق لمقياس جودة الحياة النفسية

| مستوى الدلالة | معامل الثبات | البعد |
|---------------|--------------|------------------------------------|
| 0.01 | 0.813 | 1- العلاقات الإيجابية مع الآخرين . |
| 0.01 | 0.805 | 2- الاستقلال الذاتي . |
| 0.01 | 0.781 | 3- الكفاءة البيئية . |
| 0.01 | 0.796 | 4- التطور الشخصي . |
| 0.01 | 0.804 | 5- الحياة الهادفة . |
| 0.01 | 0.766 | 6- تقبل الذات . |
| 0.01 | 0.838 | الدرجة الكلية . |

يتضح من جدول (9) أن معاملات الثبات لأبعاد المقياس وللدرجة الكلية دالة عند مستوى (0.01) مما يعطى الثقة لاستخدام المقياس في تقدير جودة الحياة النفسية لدى الأفراد .
يتضح مما سبق ارتفاع معاملات الصدق والثبات لمقياس رايف مما يؤكد تحقق نموذج جودة الحياة النفسية لرايف على المجتمع المصري .

المراجع

- 1- أحمد عكاشة (2007) : " جودة الحياة والنسيج الاجتماعي " ، ورقة مقدمة ضمن فعاليات المؤتمر السنوي الخامس للمركز المصري للعلوم الطبية بالاشتراك مع، جامعة الأزهر، تحت عنوان : " نحو أعصاب سليمة " ، (3 - 4) مايو ، متاح على الموقع الإلكتروني : <http://arrietty.maktoobblog.com>
- 2- صفوت فرج (1980) : القياس النفسي . القاهرة : دار الفكر العربي .
- 3- عبد العزيز الشخص ، عبد المطلب القريطى (1992) : مقياس الصحة النفسية للشباب . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .
- 4- فؤاد أبو حطب ، آمال صادق (1991) : مناهج البحث وطرق التحليل الإحصائي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .
- 5- Bradburn , N. (2001) : *The Structure of Psychological Well-being* .Chicago : Aldine Pub. Co.
- 6- Cheng , S. & Chan , A.(2005) : " Measuring psychological well-being in the Chinese " , *Personality and Individual Differences* , Vol.38 , No.6 , P.P : 1307-1316.
- 7- Diener , E. & Diener, M.(1995) : " Cross cultural correlates of life satisfaction and self esteem " , *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.68 , P.P : 653-663.
- 8- Edmunds,L. & Stewart-Brown, S.(2002): *Assessing emotional and social competence in primary school and early years settings : A review of approaches, Issues and Instruments*, Health Services Research Unit, Institute of Health Sciences University of Oxford, Old Road Headington . Oxon .
- 9- Lindfors , B. , Berntsson , L. & Lundberg ,U.(2006) : " Factor structure of Ryff's psychological well-being Scales in Swedish Female and Male White-Collar Workers", *Personality and Individual Differences*,Vol.40, P.P:1213-1222.
- 10- Ryff , C.(1989) : " Happiness is every thing or is it ? Exploration on the meaning of psychological well – being " , *Journal of Personality and Social Psychology* , Vol.57 , No.3 , P.P :1069 : 1081.
- 11- Ryff , C.& Keyes , L.(1995) : " The Structure of psychological well-Being revisited " , *Journal of Personality and Social Psychology*,Vol.69,No.4, P.P:719-727.
- 12- Ryff , C. & Singer , B.(2006) : " Best news yet on the six-factor model

- of well-being "* , *Social Science Research*, Vol.35, No.4, P.P : 1103-1119.
- 13- Ryff , C., Love , G., Urry , H., Muller , D., Rosemkrantz , M., Friedman , E., Davidson , R. & Singer , B.(2006) : " *Psychological well – being and III – Being : Do they have distinct or mirrored biological correlates ? "* , *Psychotherapy & Psychosomatics* , Vol.75 , P.P: 85 – 95 .
- 14- Seifert , T.(2005) : " *Assessment of Ryff's psychological well – being Scale "* , *Center of inquiry in the Liberal Arts , Wabash College Press*.
- 15- Springer, K., Huser, R. & Freese, J.(2006):" *Bad news indeed for Ryff's six-factor model of well-being "* , *Social Science Research*,Vol.35, No.4 , PP: 1120-1131.
- 16- Stewart – Brown , S.(2000) : " *Parenting , well – being, health and disease "* , *In A. Buchanan & B. Hudson (Eds.), Promoting children's emotional well– being .Oxford: Oxford University Press, P.P:28–47.*

*The Factorial Structure of Psychological Well-being
Construct on the Leigh of Ryff Model*

Prof. Dr Nabil E. El-Zahhar

Dr. Fawzy E. Ali

Mr. Ahmed F. Genidy

Abstract

The study aimed to determine the factorial structure of psychological well-being construct based on Ryff model. The sample consisted of (500) third year students (240 males, 260 females) in Al-Mahmodia secondary schools in Al-Behera. The explorative factorial analysis resulted in offering the suitability of Ryff model for Egyptian environment. It determine six factors for psychological well-being construct: (Self-acceptance, Positive relationship with others, Self-autonomy, Environmental Mastery, Purposeful of life, and Personal Development). The Coefficient reliability value ranged between (0.72, 0.78), and the whole scale average (0.83) by using Cronpach's Alpha .