العَلاقَةُ بينَ أصالةِ الشَّخصيَّةِ والازدِهارِ النَّفسي لَدَى مُعلِّماتِ رياضِ الأطفَالِ بإدارَةِ تعليمِ جَازَانَ

أ.د / فتحي عبد الحميد عبدالقادر
أستاذ علم النفس – كلية التربية
جامعتي الزقازيق و جازان

أ/ العنود بنت يحي موسى قحل
ماجستير علم النفس (الإرشاد النفسي)

ملخصُ البحثِ

هدف البحثُ الحالي إلى التعُّرف على العلاقة بين أصالة الشخصية والازدهار النفسي لَدَى مُعلِّمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان. والكشفِ عن إمكانيَّةِ التنبؤ بدرجة الازدهارِ النَّفسِي من خلالِ درجَات أصَالَةِ الشَّخصيَّةِ، وبلغَ عَدَد عَيِّنةِ البحث، التي اُختيرَتْ بطريقَةٍ عشوائيَّةٍ (٣٠٠) مُعلمةً من مُعلِّمَاتِ رياضِ الأطفالِ من مكاتب التعليم بإدارَةِ تعلِيمِ جَازَانَ مع مراعاة ان يتناسبا لعدد من كل مكتب تعليم مع العدد الكلي بمكتب التعليم ، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وتمَّ تَطبيقُ أدواتُ القياس مُمثَّلةً في مقياسِ أصالةِ الشَّخصيَّةِ من إعداد (الباحثان)، ومقياس الازدهار النفسي من إعداد (Diener et al. 2010) ترجمةُ وتعريبُ الباحثَان، وعن طريقِ حِزمَةِ البرامج الإحصائية SPSS إصدار(٢٥) ، تمَّ استخدامُ معامل ارتباط بيرسون، وتحليل الانحدارِ المُتعدِّدِ، وتوصَّلتْ نتائجُ البحثِ إلى وجودِ علاقَةٍ موجبة دالَّةٍ إحصَائِيًّا بينَ أصالةِ الشخصية (الأبعاد والدرجة الكلية) والدرجة الكلية للازدهار النفسي، كما أشارَتْ نتائجُ البحثِ إلى إمكانيَّةِ التَّنبؤ بالدرجة الكلية للازدهار النفسي من خلال ثلاثة أبعاد من أبعاد أصالة الشخصية هي تقدير التجربة الشخصية ، السلوك الذاتي ، والوعي بالذات .

● **الكلمات المفتاحية:** أصالة الشخصية - الازدهار النفسي .

The Correlation between the Authentic Personality and Psychological Flourishing Among Kindergarten Teachers in Jazan Education Department

Abstract

The present study aimed to explore the correlation between authentic personality and psychological flourishing among kindergarten teachers in Jazan Education Department and the predictability of psychological flourishing through authentic personality. The study sample consisted of 300 female kindergarten teachers randomly selected from Jazan Education Department. The study adopted the descriptive correlational approach, and the study tools included the Authentic Personality Scale compiled by the researcher and the Psychological Flourishing Scale of Diener et al. (2010) translated into Arabic by the researcher. Pearson Correlation Coefficient and Multiple Regression Analysis were used through the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). The results found a statistically significant correlation between authentic personality and psychological flourishing. The results also showed that psychological flourishing can be predicted through authentic personality.

Keywords:

Authentic personality - psychological flourishing

• مُقدِّمةُ البَحْثِ:

تعدُّ معلمة رياض الأطفال محورًا أساسيًّا في نجاح العملية التعليمية، وتحقيق أهدافها؛ لإنشاء منهجٍ حديثٍ من مُكوِّناتٍ وبرامج لإعطاء المعلمة الحيوية والنشاط، وتنفخ فيها من روحها بما لديها من مشاعر الأمومة وتدفقها بالكفايات والخبرات؛ فتزيد من فعالية المنهج، وتُكمل ما فيه من نقصٍ في العملية التعليمية، فلابُدَّ أن

تتصف هذه البرامج بالاستمرارية، وتُزوّد المعلمة بمقوِّمات النمو الذاتي؛ فالعامل الأساسي يكمن في زيادة كفاءة المعلمة ورغبتها في التعليم المستمر وقدرتها على تحسين مهاراتها بما يكفل لها تقبل ما هو جديدٌ؛ للمحافظة على مستوى عال من الكفاءة (شعبان، ٢٠١٣).

وتعدُّ معلمة الروضة من العناصر المهمة والأساسية في بناء العملية التعليمية، وعليها يتوقَّفُ إلى حدٍ كبيرٍ نجاحها، إذْ تتعامل مع مرحلة عمرية مهمَّة وحسَّاسة؛ وهم أطفال الروضة (٤- ٦) سنوات، والتي تتطلَّب التمتع بالنشاط والحيوية مع صحة جسميَةٍ ونفسيَّةٍ ولياقة بدنية؛ لتتمكَّن من التفاعل الإيجابي والمشاركة في الأنشطة والألعاب بحماسٍ (المحفوظ، ٢٠١٨).

ومعلمة الروضة "هي بديلة للأم؛ من حيث التعامل مع أطفال تركوا أمهاتهم ومنازلهم لأول مرَّةٍ ووجدوا أنفسهم في بيئةٍ جديدةٍ ومُحيطٍ غيرِ مألوفٍ لذا فإنَّ مهمتها مساعدتهم على التكيف والانسجامِ وتقع عليها مهمة تنشئة الأطفال تنشئة اجتماعية مرتبطة بقيم وتقاليد المجتمع الذي يعيشون فيه واستخدم الأساليب المناسبة لإكساب السلوك المقبول اجتماعياً" (المحفوظ ،٢٠١٨).

ولابُدَّ أن تتمتَّعَ معلماتُ رياض الأطفال بالمهارات الأدائية والقيم؛ لتنشئة الأطفال تنشئة سليمة، من خلال صقل الطفل وتوجهه السلوكي، والارتقاء بأدائه للوصول إلى مستوى معينٍ من التمكُّن والتأثير الذي تُحدثه في تربية وتعليم الأطفال، وتأثيرها الإيجابي على المدى البعيد مع اقتصاد في الجهد والوقت.

وعلى الرُّغم من أنَّ معلمات رياض الأطفال من الفئات المهمَّةِ التي تستقبل الأطفال في بداية التحاقهم بالحياة التعليمية، وتتحمل مسؤولية تربية النشأ منذ الوهلة الأولى لالتحاقهم بالتعليم، إلا أنَّها لم تنلْ ما تستحقُّه من البحوث العلمية أُسوةً بالفئات الأخرى في التعليم.

وترى Wood et al. (2008) أنَّ الاصالة سِمةُ شخصيَّةٌ، يحكم على مدى وجودها وفقًا لمجموعة من المعايير أو الأبعاد، وهي الحياة الأصيلة والاغتراب الذاتي وقبول التأثير الخارجي.

كما تُعبِّرُ الأصالة عن خبرة المرء الشخصية بما تتضمَّنه من قيمٍ وأفكارٍ وانفعالاتٍ واعتقاداتٍ، والتَّصرُّف اتِّساقًا مع ذاته الحقيقية ووفقًا لقناعاته ورؤيته الذاتية (سليم وأبو حلاوة، ٢٠١٨).

وفي ضوء اهتمام علم النفس الإيجابي وزيادة الاهتمام بدراسة جوانب التميُّز ونقاط القوة الإيجابية في بنية شخصية الفرد، ظهر خلال العقد الأخير تركيزٌ واضحٌ على وصف وتفسير مفهوم أصالة الشخصية كسِمَةٍ من سِمَاتِ الشخصية (سليم وأبو حلاوة، ٢٠١٨).

إنَّ أصالة الشخصية تُشير إلى طريقة في الحياة يُؤلِّفها الشَّخصُ بذاته، وتتطابق مع خبراته الداخلية الحقيقية؛ بما تتضمَّنُه من حالاتٍ فسيولوجيَّةٍ، وتفكير ومشاعر، واعتقادات؛ فضلاً عن الصراحة والأمانة في سلوكه الخارجي وفي تواصله مع الآخرين(Kernis& Goldman, 2006).

ولقد أوضحت بعض نتائج البحوث وجود علاقة إيجابية بين أصالة الشخصية وبعض المتغيرات الإيجابية، مثل تقدير الذات (Kernis&Goldman , 2006)، والازدهار النفسي (Wood et al., 2008)، والتراحم الذاتي (Neff,Yarnell &2013)، والشفقة بالذات (سليم وأبو حلاوة، ٢٠١٨).

ويعتبر الازدهار النفسي حالة يشعر فيها الأشخاص بمشاعر إيجابية وأداء نفسي واجتماعي إيجابي في معظم الوقت، ويعيشون ضمن مجال مثالي من الأداء البشري، وهو توصيفٌ وقياسٌ للصحَّةِ العقلية الإيجابية ورفاهية الحياة بصورة عامة، ويتضمن الازدهار مكونات ومفاهيم متعددة، مثل تنمية القوة والرفاه الذاتي والخير والإبداع والنهضة والمرونة (العصيمي والهبيدة ،٢٠٢٠).

كما يُعبِّرُ الازدهار النفسي عن امتلاك الفرد للمشاعر الإيجابية، والعلاقات الاجتماعية مع الآخرين، والاندماج، ومعنى الحياة، والإنجاز (Seligman, 2011).

إنَّ الازدهار النفسي يُقلِّلُ من المشكلات الصحية والذهنية للفرد، فضلًا عن تأثيراته الإيجابية في تصورات الفرد وأفكاره وسلوكياته، وحتى في مهام أعضاء الجسم والصحة العامة له (Diener et al.,2010).

ويشير محمد (٢٠٢٠) إلى ارتفاع معدل الازدهار النفسي لدى معلمات رياض الأطفال ويرجع ذلك إلى ثقتهن في الأعمال المُكلَّفات بها، وشعورهن بأنَّ ما يقمن به من أعمال ذات قيمة لهن، ووجود علاقات إيجابية لهُنَّ مع زملائهنَّ وأولياء الأمور، وامتلاكهن نشاطًا مُطلقًا فيما يقمن به من أعمال مع الأطفالِ، ولديهنَّ كفاءةُ المشاعر في التعامل مع زملائهن في العمل، والقدرة علي تقييم مشاعرهِنَّ الذاتية بسهولَةٍ، وكذلك انشغالهنَّ بتعلُّم ما هو جديد في المجال والتفاؤل والرضا بشأن المستقبل وتوقع الأفضل دائمًا في المواقف المختلفة.

وهذا ما أشارت إليه بعضُ نتائج البحوث بوجود علاقة إيجابية بين الازدهار النفسي وبعض المتغيّرات الإيجابية، مثل التسامح والحكمة (عرفي ،٢٠٢١)، وتنظيم الانفعالات بين الشخصية والاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال (أبو رياح، ٢٠٢١)، والسعادة (إبراهيم وآخرون ، ٢٠١٥).

ومن خلال الاطِّلاع على الدراسات والبحوث السابقة ترى أهمية تناول متغيرات أصالة الشخصية والازدهار النفسي لدى معلمات رياض الأطفال؛ لِمَا لهذه المُتغيّرات من دورٍ فعَّالٍ في إنجاز معلمة رياض الأطفال للمهام والأدوار المنوطة بها.

في حدود علم الباحثانلم توجد دراسةٌ أو بحثٌ تناول متغيّري أصالة الشخصية والازدهار النفسي معا على عيِّنةٍ من معلمات رياض الأطفال، وهذا ما يجعل البحث الحالي مُختلفًا ويُميِّزه عن البحوث السابقة.

• مشكلة البحث:

لقد ظهر في ميدان علم النفس والدراسات الحديثة في السنوات الأخيرة اهتمامٌ كبيرٌ بتناول الدراسات التي تهتمُّ بالبحث في المُتغيّرات التي تندرج تحت ما يُسمَّى بعلم النفس الإيجابي الذي يُركِّزُ على دعم الجوانب الإيجابية ومعالجة الجوانب السلبية لدى الفرد، وبذلك تتمثل مشكلة البحث الحالي في تحديد العلاقة بين أصالة الشخصية والازدهار النفسي.

ونشأت مشكلة البحث من خلال واقع التجربة العملية للباحثة كمعلمة رياض الأطفال، وكذلك من خلال تفاعلها مع الأطفال والمعلمات، حيث يتعرض معلمات رياض الأطفال للعديد من الأحداث الحياتية والمهنية المُجهدة التي تستهلك طاقتهن مما يجعلهن يقاومن الآثار السلبية للأحداث التي يمرون بها ويشعرن بأنَّ ما يقمن به ذات قيمة ومعنى وفقًا لمعايير الحياة الأصيلة وما تتضمنه من قيم وانفعالات وتصرُّفات تتَّسق مع الذات الحقيقة. وهذا ما جعل الباحثة تهتم بالبحث عن المُتغيّرات ذات التأثير الفعَّال على معلمة رياض الأطفال؛ فيما يتعلّق بدورها الإيجابي في أداء عملها وأيضا حياتها العملية، وهذا ما جعلها تتناول مُتغيّرات أصالة الشخصية والازدهار النفسي معًا في علاقة بالإضافة إلى التنبؤ، وبذلك تتبلور مشكلة البحث في الأسئلة التالية:

١- هل توجد علاقةٌ ارتباطيَّةٌ بين أصالة الشخصية والازدهار النفسي لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان؟

٢- هل يمكن التنبؤ بدرجة الازدهار النفسي من خلال درجة أصالة الشخصية لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان؟

• أَهْدَافُ البَحْثِ:

١- الكشفُ عن العلاقة بين أصالة الشخصية والازدهار النفسي لدى معلمات رياض الاطفال بإدارة تعليم جازان.

٢- إمكانيَّةُ التنبؤ بدرجة الازدهار النفسي؛ من خلال درجة اصالة الشخصية لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان.

• أَهَمِيَّةُ البَحْثِ:

أولاً: الأَهَمِيَّةُ النَّظريَّةُ:

تتَّضحُ أهميَّةُ البحث النظريَّةِ من خلال تناول البحث لمُتغيِّرات حديثة في البيئة العربية، مثل أصالة الشخصية والازدهار النفسي ، وتزويد المكتبة العربية عامة والمكتبة السعودية، خاصة بإطارٍ نظريٍّ عن مُتغيِّراتٍ جديدةٍ نسبيًّا، في علم النفس الإيجابي، من وجهة نظر الباحثة، حيثُ إنَّ الدراسات والبحوث ما زالت مُحدودةً في هذا النطاق، خاصة فيما يتعلَّق بتناول أصالة الشخصية والازدهار النفسي معًا والكشف عن العلاقة بينهم، بالإضافة إلى الفئة التي سيُطبَّقُ عليها البحثُ؛ وهي فئةٌ مهمَّةٌ في المجتمع، وهُنَّ معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان .

ثانيًا: الأَهمِيَّةُ التَّطبيقيَّةُ:

تتَّضِحُ من خلال:

١ – إعداد أداة قياس جديدة لأصالة الشخصية على البيئة السعودية بالإضافة إلى ترجمة وتعريب مقياس الازدهار النفسي؛ يمكن الاستفادة منها في بحوث مستقبلية.

٢- الاستفادةِ من نتائج البحث في اهتمام قادة المدارس ورياض الاطفال والمشرفين ومدراء التعليم نحو تقديم دورات عن أصالة الشخصية والازدهار النفسي ؛ بما يُسهم في تحسين أداء معلمات رياض الأطفال.

٣- الخروجِ بتوصيَّاتٍ من المُمكن أن تسهم في رفع جودة أداء معلمات رياض الأطفال.

• مُصْطَلَحَاتُ البَحْثِ:

- أصالةُ الشَّخصيَّة: Authentic personality

"تتضمَّنُ كُلٌّ من خبرة المرء الشخصية؛ بما تتضمَّنه من قيمٍ وأفكارٍ وانفعالاتٍ واعتقاداتٍ، والتَّصرُّف اتساقًا مع ذاته الحقيقية ووفقًا لقناعاته ورؤيته الذاتية" (سليم وأبو حلاوة، ٢٠١٨، ص. ١٤٩).

وتعرفُ إجرائيًّا بمدى وعي الفرد بذاته وتقديره لتجاربه الحياتية، ومدى توافقه النفسي والاجتماعي وتقييمه الموضوعي لدوره في أحداث الحياة اليومية والتَّصرُّف وفق لمنظومة القيم الشخصية.

ويُحدَّد بالدرجة التي تحصل عليها معلمات رياض الأطفال في مقياس أصالة الشخصيَّةِ المُعدّ لهذا البحث.

- الازدِهَارُ النَّفسي: Psychological Flourishing

"هو شُعُورُ الفرد بالتَّفاؤُلِ والكفاءة والهناء، واستعداده للنمو الذاتي وتحسين قدراته، وقدرته على الاندماج الإيجابي مع الآخرين، والتخطيط للإشباع التام لحاجاته النفسية والاجتماعية" (طه، ٢٠٢١، ص. ٢٤٦).

وتُعرفُ إجرائيًّا بمدى شعور الفرد بالتفاؤل والسعادة والسواء النفسي بعد أدائه المهام المُوكلة إليه بدرجة كبيرة من الإتقان والتمكُّن.

ويُحدَّد بالدرجة التي تحصل عليها معلمات رياض الأطفال في مقياس الازدهار النفسي المُطبّق لهذا البحث.

• حُدُودُ البَحْثِ:

١- **البعد الموضوعي:** يتناول العلاقة بين أصالة الشخصية والازدهار النفسي والتراحم الذاتي.

٣- **البعد البشري:** معلمات رياض الاطفال.

٤- **البعد المكاني:** إدارة تعليم جازان.

٥- **البعد الزماني:** الفصل الدراسي الأول عام (١٤٤٣هـ).

مفاهيم البحث والاِطر النظرية

- **أولا : أَصَالَةُ الشَّخصيَّةُ Authentic personality**
- **مفهوم أصالة الشخصية :**

الأصالةُ يعود تاريخُها إلى الفلاسفة اليونانيين القدماء. حيثُ ذكر سقراط أنَّ الحياة غير الهادفة لا تستحقُّ العيشَ، كما أنَّ أرسطو ساهم في مفهوم الأصالة حيث أشار الى وجود علاقة بين معرفة الناس الذاتية والتنظيم الذاتي السلوكي (,2006)Kernis& Goldman.

ظهر الإدراكُ الحديث لمفهوم الأصالة في العُقود القليلة الماضية، ومع ظهور حركة علم النفس الإيجابي زاد أيضًا اهتمام الناسِ بالبحث عنها كمُتغيّر نفسي (سليم وأبو حلاوة، ٢٠١٨).

والأصالةُ ليست مجرد مقدمة للرفاهية النفسيَّةِ، بل هي جوهر الرَّفاهية والأداء الصحي، وبذلك تُركِّزُ الأصالة على الشخص؛ فالشخصية الأصيلةُ جادَّةٌ وصادقةٌ مع نفسها في معظم المواقفِ، وتعيش وفقًا لقيمها ومعتقداتها ., Wood et al (2008).

وتركزُ أصالة الشخصية على مدى كون مشاعر الشَّخصِ وأفكاره وأفعاله وتعبيراته تعكسُ ذاته الحقيقة أو الفعلية في الماضي، وكانت تُعتبر في الماضي مصطلحات ذات مضامين أخلاقيةKernis& Goldman(,2006).

ويؤكِّد سليم وأبو حلاوة (٢٠١٨) أنَّ مفهوم الأصالة يتضمَّنُ "تَصرُّفَ الشَّخصِ بصُورةٍ تعكسُ وتتَّسِقُ مع مشاعره واعتقاداته الذاتية، وفقًا لمعرفته بذاته كشخصٍ فريدٍ ومُتميِّزٍ، وإظهار كُلِّ جوانبِ شخصيته للآخرين؛ فَضْلاً عن مقاومته لتأثيرات الآخرين" (ص.١٥٣).

والأصالةُ هي "شُعُورُ الإنسان بالرضا والراحة مع نفسه ومع الآخرين، ومع إدراكه لنفسه كوجودٍ حُرٍّ ومُستقلٍّ ومُتميِّزٍ يتمتَّعُ بالجدارة والقدرة" (2013, p.285Lenton et al.).

وتعني الأصَالَةُ "مدى تفرُّدِ أو اتِّساقِ ومُوائمَةِ الفرد مع الآخرين، والأصالةُ تتضمَّنُ التعبير الصادق عن الفرد" (Lehman et al., 2019, p.12) .

وتُعرفُ أصالة الشخصية "بأنَّها تفاعلُ الشَّخص في حياته اليومية بطريقة تتطابق مع ذاته الحقيقةِ؛ دون تصنُّعٍ أو مُداراةٍ أو إذعانٍ لأيَّةِ ضغوطٍ غيرِ منطقيَّةٍ أو تتعارض مع تصوُّراته ورؤاه للحياة، بما يُمثِّلُ تجسيداً سُلُوكيًّا لعبارةِ: كُنْ أَنْتَ ولَيسَ شخصًا آخر"Kernis& Goldman(2006,).

وتُعرِّفُ الباحثة أصالةَ الشَّخصيَّةِ من خلال التعريفات السابقة على أنَّها وعيُ الفرد بذاته وتقديره لتجارُبِهِ الحياتيَّةِ، ومدى توافُقِه النفسي والاجتماعي، وتقييمه الموضوعي لدوره في أحداث الحياة اليومية، والتَّصرُّف وفق لمنظومة القيمِ الشَّخصيَّةِ.

• المَنْظُورُ النَّفسي للأَصَالَةِ (Kernis& Goldman,2006) :

يتضمن أربعة جوانب هي :

- الجانبُ الأول من الأصالة: تعكس فهم الذاتِ، بينما ساوى سقراط بين الفحص الذاتي والقيمة الحقيقية لوجود الشخص، وأكَّد فلاسفةٌ آخرون أهمية فهم الذات في تنظيم أفعال الفرد .

- الجانبُ الثاني من الأصالة: يتضمَّنُ السلوكيات التي تضرب بجذورها في معرفة الذات. بينما تعكس الأصالةُ تصرُّفاتٍ مُعيَّنةٍ للشَّخصِ وتصرُّفاتٍ مُعبِّرَةٍ عن قيم الناس.

- الجانبُ الثالث من الأصالة: يعكسُ الأداءُ الأصيلُ رغبةَ الناس وقدرتهم على الاعتراف الموضوعي بجوانبهم الذاتية الأساسية وقبولها؛ أي أنَّ الأصالة تعكسُ الغياب النسبي لخِدَاعِ الذَّاتِ والحضور النسبي للاعتراف المحايد بالمعلومات ذات الصلة

بالذات، بما في ذلك الحقائق الوجودية في المناقشات حول السلوكيات الذاتية الزائفة.

- الجانبُ الرابع من الأصالة: يتضمَّنُ الأداء الأصيل توجُّهًا خاصًّا نحو الآخرين.

• سِمَةُ الأَصَالَةِ:

افترضت معظم الحركات والنظريات الأصالة كَسِمَةٍ مُرتبطَةٍ بتحسين الرفاهية، وفيما يلي لِمَحَاتٌ مُوجزَةٌ عن التعريفات الرئيسةِ والأكثر تأثيرًا للأصالة كَسِمَةٍ، ويُمكن القول أن الأفكار الأكثر تأثيرًا فيما يتعلَّقُ بالأصالة تأتي مِنْ كارل روجرز وأبراهام ماسلو علماء النفس الرئيسيين للحركة الإنسانيَّةِ، وحذَّر من أولئك غيرُ القادرين على إظهار الأصالةِ، سواءً في علاقتهم مع أنفسهم أو بالآخرين، فهم مُعرَّضُون لخطر البقاء في حالة ركودٍ، وغير قادرين على أن يصبحوا أشخاصًا يشعرون بالكمال من أجل تجربة النمو الشخصي الإيجابي والتغييرِ، فإنَّ تحقيق الأصالة أمرٌ أساسيٌّ، والأصالةُ هي التزامن بين ما يفكر فيه الشخص عن نفسه أو مفهومه الذاتي وما يفعله هذا الشخص ويختبره . وبذلك ينتج عنه الافتقار إلى الأصالة وسوء التكيف عندما أصبح مفهوم المرء الذاتي وخبرته المعيشية غير متوافقة مع بعضهما بعضا (Mengers, 2014).

وتمَّ تفعيلُ الأصالة بشكلٍ مُشابهٍ لمصداقية السِّمَاتِ: مثل اتِّساقِ القيمِ، أو سمة السُّلُوكِ، والوعي الذاتي، ورفض تأثير الآخرينLenton (et al ., 2013) .

ويُرسلُ الإحساس بالأصالة مُلاحظاتٍ مُهمَّةً إلى الذاتِ؛ ممَّا يُتيحُ لها معرفة قيمها، ويتمُّ التَّمسُّكُ بها. وعندما يشعرُ الشَّخصُ بعدم الأصالةِ فهذا يُشيرُ إلى الذَّات بأنَّ قيمته قد انتهت؛ ممَّا يُزعْزِع استقراره، ويُمكنُ أن يتعارض مع رفاهية الشخص (Mengers, 2014).

• أبعادُ أصَالةِ الشَّخصيَّةِ :

تُؤكِّدُ مُعظمُ وجهات النظر الموقفَ غيرَ الدِّفاعيّ تجاه تقييم المعلومات والانفتاح والثقة في التجارب الداخلية والعلاقات الشخصية. فإننا نقترح بدلاً من النظر إلى الأصالة كعمليَّةٍ وحدانيَّةٍ واحدةٍ، **يُمكن تقسيم الأصالة إلى أربعةِ مُكوِّناتٍ، أشار إليها** ، هيKernis& Goldman(2006,).

١-الوعي بالذات :

إنَّه حالةٌ نفسيَّةٌ تُمَكِّنُ الإنسان من معرفة صفاته ومشاعره وأفعاله ورغباته وإدراكه الذاتي لعواطفه، ويُغطي عنصر الوعي الذاتي مجموعَةً واسعَةً من المعرفة التي بدت من معرفة الشخص لقدراته وجوانب خصائصه ونقاط قوته وطموحاته، إلى عيوبه ونقاط ضعفه وما يحزنه أو ما يشعر به في الحياة.

٢ . المُعالَجَةُ غيرُ المُتحيِّزة:

يقصدُ به تقييمٌ موضُوعيٌّ فيما يتعلَّقُ بالجوانب الإيجابية والسلبية للذَّاتِ والعواطف والأمور الداخلية بطريقة متكاملة تظهر نقاط القوة والضعف.

٣- السُّلوكُ الذاتي:

يُقصد به سلوكُ الشَّخصِ حسب قيمته الداخلية واحتياجاته وتفضيلاته، بدلًا من التَّصرُّفِ لمجرد إرضاء الآخرين، بغضِّ النظر عن الظروف والضغوط الخارجية.

٤- التوجُّهُ نحو العلاقات الاجتماعية :

وتَعني قدرة الشخص على إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين على أساسِ الوعي والفهم والصِّدقِ.

• ثانيا : الازْدِهَارُ النَّفسِي Psychological Flourishing

• التَمهيدٌ والمفهوم :

يهتمُّ علم النفس الإيجابي بدراسة الأفكار والمشاعر الإيجابية للفرد، وتطوير نقاط القوة في شخصيته، والبحث في كُلِّ ما يجعل حياة الإنسان أفضل وأكثر قيمة

وذات مغزى؛ ممّا يُؤثِّر إيجابًا على حياة الفرد وصحته النفسية وتوافقه مع نفسه والبيئة المحيطة به (طه ،٢٠٢١).

إنَّ مفهوم الازدهار النفسي يُمثِلُ واحدًا من أهمِّ وأحدثِ مُتغيّرات علم النفس الإيجابي التي تهتمُّ بدراسة جميع الأبعاد الإيجابية، وجوانب القوة التي تساعد الفرد على النمو والتطور في كافة ومختلف جوانب الحياة (عريفي،٢٠٢١).

الازدهارُ النفسي هو مفهومٌ حديثٌ نسبيًا من مفاهيم علم النفس الإيجابي، وهو يُشيرُ إلى امتلاك الفرد لمشاعر إيجابية، وإقامة علاقات إيجابية مع الآخرين، والاندماج مع الآخرين، والاندماج النفسي، ومعنى الحياة والإنجاز (Seligman, 2011).

الازدهارُ هو مفهومٌ "بنائِيٌّ يُعبِّرُ عن اكتمال الصحة العقلية، والوصول للأداء الأمثل والإسهام في المجتمع، وليس مُجرّد غياب المرض العقلي، ويظهر من خلال مجموعة من العمليات التي تفي بمعاييرِ الازدهَارِ، وهذه المعايير يُمكنُ تنميتها للوصولِ الى مستوى الازدهار النفسي" (إبراهيم وآخرون،٢٠١٥، ص. ١٠١).

ويُعرِّفُه محمد (٢٠٢٠) بأنه "شعورُ المعلمة وتمتُّعها بحيَاةٍ هَادفةٍ وباحترام الذات والتفاؤل وبعلاقات إيجابية مع الآخرين"(ص.٤١١).

والازدهار النفسي هو "امتلاكُ الفرد لمشاعر إيجابيةً نحو حياته، ويظهر في اندماجه في الحياة والدراسة، وتكوين علاقات إيجابيَّةٍ مع الآخرين، والشعور بمعنى للحياة، والاستمتاع بالإنجازاتِ؛ ممَّا يحقُّ له الشُّعورُ بالسعادة والرضا" (عريفي، ٢٠٢١، ص. ١٢٨٢).

واتَّفق بعضُ الباحثين على أنَّ الازدهار النفسي يُعبِّرُ عن المشاعر والأفكار الإيجابية، ويرتبط بالأداء الأمثل للفرد وبمستوى سعادة الفرد وتفاؤله.

وبناء على ما سبق تعرف الباحثة الازدهار النفسي بأنه: مدى شعور الفرد بالتفاؤل والسعادة والسواء النفسي بعد أدائه المهام الموكلة إليه بدرجة كبيرة من الإتقان والتمكن.

• أَبْعَادُ الازدِهَارِ النَّفْسِي:

اقترح Mesurado et al. (2018) بنية ثلاثية الأبعادِ للازدهار النفسي؛ على اعتبار أنه اكتمالُ الصِّحَّةِ النَّفسيّةِ للفرد والوصول للأداء الأمثلِ للسُّلُوكِ الإنساني، وهذه الأبعاد هي:

أ- **الرَّفاهة الاجتماعية:** يُشيرُ إلى إدراك الفرد أنه عضو مهمٌّ وايجابيٌّ في تقدُّم المُجتمَعِ، ويشعر بالقرب من الأعضاء الآخرين، ويلتزم بالتفكير ومحاولة حل المشكلات التي يواجهها المجتمع.

ب- **الرَّفاهة النَّفسية:** يُشير إلى إدراك الفرد هدفه من الحياة واندماجه في الأنشطة الذاتية المتعلقة بالأسرة والعمل، واستقرارُ نمط حياته وسعادته، بالإضافة إلى إدراكه العام بالرضا عن الأسرة والعمل.

ج- **الرّفاهة العاطفية:** تشير إلى وعي الفرد وتقييم حياته العاطفية، من خلال التمييز بين المشاعر الإيجابية والسلبية لدى الفرد، مثل المقابلة بين (سعيد وحزين، وراضي وغير راضي).

• نَظريَّاتُ الازْدِهَارِ النَّفسِي:

- نظرية رايف (RYFF):

وضعتْ Ryff (1989) نموذجًا إيجابيًّا للازدِهَارِ النَّفسِي؛ يعتمدُ على ستَّةِ مُكوِّناتٍ رئيسَةٍ، وهي يُمكنُ من خلالها الاستدلالُ على الازدهار النفسي، واعتمدت في نموذجها المُبتكَرِ على قاعدةٍ تدلَّ على أنَّ الصحة النفسية ليست مجرد الخلو من المرض والسعادة الناجمة عن الحياةِ، وهذا من وجهة نظر رايف على مُواجهةِ التَّحديَّاتِ التي تُواجهه في حياته عن طريق تطوير إمكاناته لأقصى درجةٍ مُمكنَةٍ، ومدى قدرته على الاستفادة من الإمكاناتِ البيئيَّةِ المُتَاحَةِ، وحسب تعامله مع الآخرين، وأن يكونَ له هدفٌ يسعى لتحقيقه، وأنْ يتقبَّلَ ذَاتَهُ كما هي.

وقدَّمتْ Ryff&Singer (2008) مَجموعةً من المُكوِّنَاتِ التي تدلُّ على ارتفَاعِ مُستويَاتِ رضا الفَرْدِ عن حياته وشُعُورِه بالرَّفاهِ، ويُمكنُ اعتبارها مُكوِّناتٍ للازدهار النفسي، **وتتمثل فيما يلي:**

١- **قبولُ الذَّات:** هو قُدرةُ الفرد على تحقيقِ الذَّات والاتجاهات الإيجابية نحو الذّاتِ والحياة الماضيةِ، وتقبُّلُ المَظاهر المختلفة للذاتِ؛ بما فيها من جوانِبَ إيجابيَّةٍ وأخرى سلبيَّةٌ.

٢- **التَّنميةُ الذَّاتيَّةُ:** هي قُدرةُ الفرد على تنمية وتطوير قدراته، وزيادة فعاليته وكفاءته الشخصية في الجوانب المختلفةِ، والشُّعُور بالتَّفاؤُلِ.

٣- **العَلاقَاتُ الإيجابيَّةُ مع الآخرين:** هي إقامَةُ علاقَاتٍ شَخصيَّةٍ إيجابيَّةٍ مع الأفراد، والعملُ على تكوين صداقاتٍ وعلاقاتٍ اجتماعيَّةٍ إيجابيَّةٍ مُتبادَلةٍ مع الآخرين على أساسٍ من الوُدِّ، والتَّعَاطُفِ، والثِّقَةِ المُتبادَلَةِ، والتَّفَهُّمِ، والتَّأثيرِ، والصَّداقَةِ، والأخذ والعطاء.

٤- **الغَرَضُ من الحَيَاةِ:** هو قدرةُ الفردِ على تحديدِ أهدافه في الحياةِ بشكلٍ موضُوعِيٍّ، وأن يكون له هدفٌ ورؤيةٌ واضحةٌ تُوجِّهُ أفعاله وتصرُّفاته وسُلوكيَّاته؛ مع المُثابرة والإصرار على تحقيق أهدافه.

٥- **الإتقانُ البيئي:** هو قُدرةُ الفرد على الاتقانِ؛ من تنظيمِ الظُّرُوف والتَّحكُّم في كثيرٍ من الأنشطَةِ والإبداعِ فيها، والاستفادة بطريقةٍ فعَّالةٍ من الظُّرُوفِ المُحيطَةِ، وتوفير البيئة المناسبة والمرونة الشخصية.

٦- **الاستقلالُ الذَّاتي:** هو تحديدُ المصير لاستقلال الفرد، وقدرته على اتخاذ القرارات بنفسه وتنظيم سلوكه، ومُقاومة الضُّغُوطِ الاجتماعية، والقدرة على تنظيم سلوكه الشخصي أثناء التفاعل مع الآخرين.

- نظرية سيلجمان Seligman :

يُعدُّ Seligman (2011) من أوائل مؤسِّسي علم النفس الإيجابي، قدَّم مفهومًا للسَّعَادَةِ، ثُمَّ اقترح مفهومًا للازدهارِ النَّفسي كَمَحَكٍّ ومِعيارٍ لها، وتبنَّى أخيرًا دعم

وتنمية الازدهار على مستوى الأفرادِ؛ كهدفٍ رئيسٍ لعلم النفس الإيجابي، ثُمَّ قدَّم نظريةً للازدهار تحتوى تصوُّرًا للازدهار النفسي الذي أطلق عليه PERMA الأكثر شُمُولاً وتفسيرًا للازدهار النفسي وتوضيحًا لِمُكوِّناتِهِ، ويتكوَّن **من خَمْسَةِ مُكَوِّنَاتٍ، هي:**

- **المَشَاعِرُ الإيجابيَّةُ (P): Positive Emotions:**

يُشيرُ إلى الحياةِ السَّعيدَةِ التي تشملُ الإحسَاسَ بالسَّعادَةِ والرِّضَا بالحياة والاستمتاع والتفاؤل والأمل.

- **الانْدِمَاجُ (E): Engagement:**

يُشيرُ إلى التَّدفُّقِ الذي يتضمَّنُ تركيزًا مُكثَّفًا في المَجالِ التَّنظيمِي للفَرْدِ، ويتضمَّنُ دَمْجَ الافراد

في المجالات والسلوكية والنفسية والمعرفية والأكاديمية.

- **العَلاقَاتُ الاجتمَاعِيَّةُ (R): Social relationships:**

تتضمَّنُ الرَّوابط الاجتماعية (عدد الأفراد في المجال الاجتماعي)، والشَّبكات الاجتماعية (عدد الروابط ونوعية تلك الروابط)، والدَّعم المُتلقَّى (منظور موضوعي للموارد)، والدَّعم المُتَصَوَّر (منظور شخصي للمواردِ)، والرِّضا عن الدَّعمِ، وتقديم الدَّعم للآخرين، ويُعدُّ بُعْدُ العلاقات الاجتماعيَّةُ بُعْدًا مُشتركًا في أغلبِ التَّصوُّراتِ حول الازدهار النفسي.

- **الإِحْسَاسُ بالمعنى (M): Sense of meaning**

وهو وجُودُ اتِّجاهٍ في الحَيَاةِ، والاتِّصَال بشيءٍ أكبرَ من الذَّاتِ، والشُّعورُ بأنّ حياة المرء ذاتُ قيمَةٍ، وأنَّ هناك غرضًا لما يفعله المرء في حياته، ويُوفِّرُ المعنى إحساسًا بأنَّ حياةَ المَرْءِ مُهِمَّةٌ، ويرتبطُ الشُّعُورُ بالمعنى بأنْ يكونَ الفردُ بِصِحَّةٍ جَسديَّةٍ أفضَلَ، ومستوى عالٍ من الرِّضَا عن الحياة.

- **الإِنْجَازُ (A): Accomplishment:**

يَشمَلُ شعورَهُ بالعمل لتحقِيقِ الأهدافِ والوصُولِ إليها والإتقان لإكمال المهام اليوميَّةِ، وتُعدُّ الكفاءَةُ هي حاجةٌ إنسانيَّةٌ أساسيَّةٌ في أُطُرِ النَّظريَّةِ لتقريرِ المَصيرِ،

وتشمل العديد من عناصر مقاييس الرفاهية الحالية التي تتعلَّقُ بالكفاءة أو الإتقان في العمل.

وتتمثَّلُ الأبعَادُ الثَّلاثةُ الأولى السعادة الذاتية لدى الفرد، في حين يُمثِّلُ البُعدانِ الأخيران القياسات الموضوعية أو ما يفعله المرء ليكون الازدهار عاليًا لديه. ويُعدُّ الازدهَارُ هو القدرة على تجربة هذه المُكوِّناتِ الخَمْسَةِ لتحسين حياة المرء وتوسيعها.

الدِّرَاسَاتُ والبُحُوثُ السَّابِقَةُ

أَوَّلًا: دراساتٌ وبحوثٌ تنَاولَتْ أصَالةَ الشَّخصيَّةِ:

هدفتْ دراسة Saricali & Turkum(2021) إلى دراسة الأدوار الوسيطة للمُرونة المعرفية والضَّعف النفسي في العلاقة بين استخدام الفكاهة الإيجابية والأصالة بشكلٍ إيجابيٍّ بين المشاركين في المرحلة الجامعية، وإمكانيَّة التنبؤ بالأصالة؛ من خلال المرونة المعرفية والضعف النفسي. وتمَّ استخدام المنهج الوصفي، وتكوَّنت عيِّنةُ الدراسة (٦٦٠) طالبًا جامعيًّا، واستخدم الباحثان النسخة المختصرة لمقياس Kernis &Goldman(2006) ، وأشارت النتائجُ إلى أنَّ المرونة المعرفية والضَّعف النفسي هما وسيطان جزئيان في العلاقة بين أسلوب الفكاهة الإيجابية والأصالة بشكل إيجابيٍّ، المرونة المعرفية تتنبأ بشكل إيجابي بالأصالة، الضعف النفسي تتنبأ بشكل سلبي بالأصالة.

وفحصت دراسة Kernis&Goldman (2006) التَّحقُّقَ من البنية العاملية للأصالة من خلال ثلاثة نماذج: نموذج العامل العام، ونموذج العوامل المُتعدِّدة، ونموذج العوامل المُختلطَةِ، كما هدف الباحثين إلى استكشاف أو الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات والأصالة. واستخدم المنهج الوصفي، وتكوَّنت عَيِّنة الدراسة من (١٢٠) من طلاب الجامعَةِ، وقد تمَّ تطبيقُ أدوات الدراسة من إعداد الباحثان، وتوصَّلت نتائجُ الدراسة إلى جودة ومُطابقة النموذجِ المُختلطِ والنموذج مُتعدِّد المُكوِّنات في قياس مفهوم الأصالةِ، حيثُ تكوَّن نموذجٌ مُتعدّدُ المُكوِّنات من أربعة عوامل: العامل الأول الوعي، والعامل الثاني المُعالجة غير المُتحيِّزةِ، والعامل الثالث السُّلُوكُ، والعامل الرابع

التَّوجُّهُ نحو العلاقات الاجتماعية. وتكون النَّموذجُ المُختلطُ من أربعة عوامل لكن يضمُّها عاملٌ أعمُّ وهو الأصالة. وتوصَّلت نتائج دراسة أيضًا إلى وجود علاقة إيجابية بين الدرجة الكلية للأصالة وبين تقدير الذات.

ثانيًا: دراساتٌ وبحوثٌ تنَاوَلتْ الازدِهارَ النَّفسيَّ:

وهدفت دراسةُ أبو رياح (٢٠٢١) إلى تحديدِ العلاقة الارتباطية بين تنظيم الانفعالات بين الشخصية (المُيول والكفاءة) والاستراتيجيات المعرفيَّةِ لتنظيمِ الانفعال (التَّوافقيَّة واللا توافقية) والازدهار النفسي لدى الطلاب الموهوبين والفائقين دراسيًّا، وقد استخدم الباحثُ المنهج الوصفي الارتباطي الفارق، وتضمَّنت العيِّنة (٢٠٤) طالبًا موهوبًا وفائقًا دراسيًّا بجامعة الملك خالد، واستخدم مقياس Diener et . (2010) al للازدهار النفسي تعريب الباحث، وتوصَّلت النَّتائجُ إلى وجود ارتباطٍ مُوجَبٍ دالٍّ إحصائيًّا $p\leq.05$ بين تنظيم الانفعالات بين الشخصية والاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال والازدهار النفسي.

هدفت دراسةُ عريفي (٢٠٢١) إلى التَّعرُّفِ على العلاقة بين الازدهار النفسي وكُلٍّ مِنْ التَّسامُحِ والحِكْمَةِ لدى طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية، والتنبؤ بالازدهار النفسي لدى طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية؛ من خلال أبعادِ كُلٍّ مِنْ التَّسامُحِ والحِكْمَة، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، وتكوَّنت عيِّنةُ الدِّراسَةِ من (٤٦٦) طالبًا وطالبةً من طلاب الفرقتين الثالثة والرابعة بكلية التربية جامعة الإسكندرية بواقع (٧٦) ذكور، (٣٩٠) إناث، وطُبِّقَ عليهم مقياس الازدهار النفسي (إعداد الباحثة)، وتوصَّلتْ النَّتائجُ إلى وجود علاقة ارتباطيَّة مُوجبَة دالَّة إحصائيًّا بين الازدهار النفسي وكُلٍّ مِنْ التَّسامُحِ والحِكْمَةِ لَدَى طلاب كلية التربية، واتَّضَحَ مِنْ النتائجِ أنَّهُ يُمكنُ التنبؤ بالازدهار النفسي لطلاب كلية التربية من خلال مُتغيري التسامح والحكمة.

وتناولت دراسة عدوي والشِّربيني (٢٠٢٠) التَّعرُّفَ على العلاقة بين الازدهار النفسي وتقدير الذات والتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب جامعة قطر، وإمكانية التنبؤ

بالتوافق مع الحياة الجامعية من خلال الازدهار النفسي، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، وتكوَّنت عيِّنةُ الدراسة من (٣٢٩) طالبًا وطالبةً من طلاب جامعة قطر، وطُبِّقَ مقياس (Diener et al.,2009)، وأشارتْ النتائِجُ إلى وجود علاقةٍ ارتباطيَّةٍ دالَّةٍ إحصائيًّا بين الازدهار النفسي وتقدير الذات والتوافق مع الحياة الجامعية لدى عينة الدراسة، كما أظهرت النتائج أنه يمكن التنبؤ بالتوافق مع الحياة الجامعية وأبعاده الفرعية من خلال الازدهار النفسي وتقدير الذات.

وفحصت دراسةُ رزق (٢٠٢٠) الكشف عن بنية الازدهار النفسي عند الطالب المعلم، وكذلك دور كُلٍّ مِنْ المستوى الاقتصادي المُدرك والنوع ، والتفاعل بينهما في تباين مستوى الازدهار النفسي، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وتمَّ استخدام مقياس الازدهار النفسي من إعداد (الباحثة)، وتكوَّنت العيِّنةُ من (٤٨٢) طالبًا وطالبةً من الطلاب المُقيَّدين بالفرقة الرابعة بكلية التربية بجامعة عين شمس، وقد توصَّلت النتائج إلى أن بنية الازدهار النفسي مُكوَّنة من أربعة أبعادٍ؛ هي: البعد الوجداني، والبعد الاجتماعي، والبعد الروحي، والبعد الشخصي، وقد أظهرت نتائجه وجود فروق دالة إحصائيًّا بين مُرتفعي ومُنخفضي المستوى الاقتصادي المدرك في متوسطات درجات أبعاد الازدهار(الوجداني، والرُّوحي، والشَّخصي) لصالح المستوى الاقتصادي المرتفعِ، كما أوضَحَتْ وجود فروقٍ دالَّة إحصائيًّا بين الذكور والإناث في مُتوسِّطاتِ درجات البعد الشخصي للازدهار النفسي لصالح الذكور.

وهدفت دراسة العبيدي (٢٠١٩) إلى التَّعرُّفِ على الازدهار النفسي لَدَى طلبة الجامعةِ، فَضْلًا عن التَّعرُّفِ على الفروق في الازدهار النفسي بين الطلبة وفق مُتغيَّرِ الجِنْسِ، ومُتغيَّرِ التَّخَصُّصِ الدراسي، ومُتغيَّرِ المرحلة الدراسيَّةِ، وقد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، وتألَّفت عيِّنة البحث من (300) طالبًا وطالبةً من طلبة جامعة بغداد، وطبِّق عليهم مقياس الازدهار النفسي (إعداد الباحثة)، وقد أشارت النتائج إلى أنَّ طلبة الجامعة لديهم ازدهارٌ نفسيٌّ، وأوضحت الدراسة إلى عدم وجود فُرُوقٍ في

الازدهار النفسي وفق مُتغيَّر الجِنْسِ أو مُتغيَّر التَّخصُّصِ الدراسي، ووجود فروق في الازدهار النفسي وفق متغير المرحلة الدراسية ولصالح طلبة المرحلة الدراسية الرابعة.

وهدفت دراسةُ Villieux et al. (2016) إلى التَّعرُّفَ عن العلاقة بين الازدهار النفسي والسِّمَاتِ الشَّخصيَّةِ: الانفتاح والضمير والانبساط والقبول والعصابية، والتعرُّف على العلاقة بين الازدهار النفسي والعصابيَّة والتأثير السَّلبي، والتَّعرُّف على العلاقة بين الازدهار النَّفسي والرِّضا عن الحياة والتأثير الإيجابي، واستخدم المنهج الوصفي، وتكوَّنت العيِّنة من (٤٠٣) طالبًا جامعيًّا، واستخدمت فيها مقياس Diener et al.,(2010) للازدهار النفسي، حيثُ توصَّلت النتائجُ إلى وجودِ ارتباطٍ مُوجبٍ دالّ إحصائيًّا بين الازدهار النفسي وعواملِ الشَّخصيَّةِ: الانفتاح والضمير والانبساط والقبول والعصابيَّة، ووجود ارتباطٍ سالبٍ دالٍّ إحصائيًّا بين الازدهار النفسي والعصابيَّةِ والتأثير السَّلبي، وجود ارتباطٍ موجَبٍ دالٍّ إحصائيًّا بين الازدهار النّفسي والرِّضا عن الحياة والتأثير الإيجابي.

وبحثت دراسَةُ إبراهيم وآخرون (٢٠١٥) إلى الكشف عن العلاقة بين الازدهار النفسي والسعادة لدى طالبات كلية البنات، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وتكوَّنت عيِّنةُ الدراسة من (٣٠٠) طالبةً بجامعة عين شمس؛ تراوحت أعمارهِنَّ ما بين (١٧ - ١٩) عامًا، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس الازدهار النفسي اعداد كوري كييس - ترجمه صفاء الأعسر، وقد أشارت النتائجُ إلى أنَّهُ تُوجد علاقةٌ إيجابيَّةٌ دالَّةٌ إحصائيًّا بين الازدهار النفسي والسعادة الذاتية والسعادة العامة لدى طالبات كلية البنات.

- **التَّعقيبُ على الدراساتُ والبحوثُ السَّابِقَةِ:**

- **أولا : التَّعقيبُ على الدراساتُ والبحوثُ التي تَنَاوَلَتْ أصالة الشخصية فِي المِحْوَرِ الأول :**

يهدفُ البحث الحالي إلى معرفة العلاقة بين أصالة الشخصية والازدهار النفسي والتراحم الذاتي. وقد تشابه الهدفُ الأول مع دراسة Goldman (2006)

andKernis، ودراسة Saricali and Turkum(2021)؛ التي هدفت لمعرفة علاقة أصالة الشخصية لدى عينة من الطلاب الجامعيين.

اعتمدتْ مُعظمُ البحوث السابقة في تحقيق أهدافها على المنهج الوصفي كدراسة and GoldmanKernis (2006)، ودراسة Saricali and Turkum(2021).

اختلفت العينات المستخدمة في البحوث السابقة مع البحث الحالي، وتضمَّنت عينة من طلاب الجامعة، كدراسةKernis and Goldman(2006)، ودراسة Saricali and Turkum(2021).

تباينت نتائج الدراسات والبحوث السابقة، مثل دراسة (and Goldman(2006 Kernis،ودراسة Saricali and Turkum(2021)أن طلاب الجامعة يتمتَّعون بأصالةِ الشَّخصية بشكلٍ إيجابيٍّ.

ثانيًا : التَّعقيبُ على الدراساتُ والبحوثُ التي تَنَاوَلَتْ الازْدِهَارَ النَّفسِي فِي المِحْوَرِ الثَّانِي :

يهدفُ البحث الحالي إلى معرفة العلاقة بين أصالة الشخصية والازدهار النفسي. وقد تشَابه الهدف الثاني مع دراسة أبو رياح (٢٠٢١)، التي هدفت لمعرفة علاقة الازدهار النفسي لدى الطلاب الموهوبين والفائقين دراسيًّا. ودراسة إبراهيم وآخرون (٢٠١٥)، وهدفت لمعرفة علاقة الازدهار النفسي لدى طالبات كلية البنات. ودراسة العبيدي (٢٠١٩) التي هدفت لمعرفة الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة. ودراسة عريفي (٢٠٢١)، التي هدفت لمعرفة علاقة الازدهار النفسي لدى طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية. ودراسة عدوي والشربيني (٢٠٢٠)، التي هدفت لمعرفة علاقة الازدهار النفسي لدى طلاب جامعة قطر. ودراسة Villieux et al. (2016) ، هدفت لمعرفة علاقة الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعيين. بينما تناولت دراسة رزق (٢٠٢٠)؛ التي هدفت إلى الكشف عن بنية الازدهار النفسي عند الطالب المعلم، وكذلك دور كل من المستوى الاقتصادي المدرك والنوع، والتفاعل بينهما في تباين مستوى الازدهار النفسي لدى طلاب وطالبات كلية التربية.

يتشابَهُ البحث الحالي مع دراسة إبراهيم وآخرون (٢٠١٥)، ودراسة عريفي (٢٠٢١)، من حيث المنهج وهو المنهج الوصفي الارتباطي. بينما دراسة العبيدي (٢٠١٩)، و دراسة رزق (٢٠٢٠)، ودراسة Villieux et al. (2016) ، حيث استخدم المنهج الوصفي، وبينما دراسة أبو رياح (٢٠٢١) ، حيث استخدمت المنهج الوصفي الارتباطي الفارق، بينما دراسة عدوي والشربيني (٢٠٢٠)؛ اعتمدت على المنهج الوصفي التحليلي .

اختلفت العَيِّناتُ المستهدفةُ عن البحث الحالي ، فمنهم من طَبَّقَ على طلاب وطالبات الجامعيين، مثل دراسة أبو رياح (٢٠٢١) ، ودراسة إبراهيم وآخرون (٢٠١٥)، ودراسة رزق (٢٠٢٠)،ودراسة العبيدي (٢٠١٩)، ودراسة عدوي والشربيني (٢٠٢٠)،و دراسة عريفي (٢٠٢١)، ودراسة Villieux et al. (2016) .

نتج عن بعض الدراسات أنَّ طلاب الجامعة يتمتَّعون بالازدهار النفسي، مثل دراسة أبو رياح (٢٠٢١)، ودراسة إبراهيم وآخرون (٢٠١٥) ، ودراسة العبيدي (٢٠١٩)، ،ودراسة عدوي والشربيني (٢٠٢٠)،ودراسة عريفي (٢٠٢١)، ودراسة Villieux et al. (2016) ،بينما تختلفُ دراسة رزق (٢٠٢٠)؛ حيث فسرت إلى أنَّ بنية الازدهار النفسي مُكوَّنةٌ من أربعةِ أبعادٍ؛ هي: البعد الوجداني، والبعد الاجتماعي، والبعد الرُّوحي، والبعد الشَّخصي، وقد أظهرت نتائجُه وجودَ فروقٍ دالَّة إحصائيًّا بين مُرتفعي ومُنخفضي المستوى الاقتصادي المدرك في متوسطات درجات أبعاد الازدهار (الوجداني، والرُّوحي، والشَّخصي) لصالح المستوى الاقتصادي المرتفع، كما أوضحت وجود فروق دالة إحصائيًّا بين الذكور والإناث في مُتوسِّطاتِ درجَات البعد الشخصي للازدهار النفسي لصالح الذكور .

يختلفُ البحث الحالي مع الدراسات والبحوث السابقة في كون حدودها الجغرافية منطقة جازان.

فُرُوضُ البَحْثِ:

١- تُوجدُ علاقَةٌ موجبة دالة احصائيا بين أصالة الشخصية والازدهار النفسي لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازانَ.

٢- يُمكنُ التنبؤ بدرجة الازدهار النفسي من خلال درجات أصالة الشخصية لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان.

• مَنْهَجُية البَحْثِ وإِجْرَاءَاتُهُ.

تناولَ هذا الفصلُ عرضًا لمنهج البحث الميداني، والإجراءات التي استُّخدمت لتنفيذ البحث، وتحقيق أهدافه، بدءًا بتوضيحِ المنهج المستخدَم، ومن ثَمَّ التعرفُّ على مُجتمعِ وعِّينةِ البَحْثِ، وما تميَّزت به من خَصَائِصَ، بالإضَافَةِ إلى توضيحِ كيفيَّةِ تَصميمِ أدَاةِ جَمْعِ البيانات، وآلية التحقُّق من صدقها وثباتها، وأخيرًا؛ التطرُّق إلى إجراءات تطبيقيها، وخُتِمَ الفصل بعرض الأساليب الإحصائية المستخدمة في معالجة البيانات واستخراج النتائج، **وفيما يلي عرض تفصيلي لذلك:**

• مَنْهَجُ البَحْثِ:

لتحقيق أهدافِ البحث، والاجابة عن تساؤلاته استخدمت الباحثةُ **المنهج الوصفي الارتباطي**؛ حيثُ إنه يُستخدم في وصف الظاهرة وجمع المعلومات والبيانات، وتصنيف المعلومات، وتنظيمها، والتعبير عنها كميًّا وكيفيًّا.

• مُجْتَمَعُ البَحْثِ:

يتكوَّن مجتمعُ البحث الحالي من جميعِ مُعلِّمات رياض الأطفال في جميع مدارس مكاتب التعليم التابعة للإدارة العامة للتعليم بمنطقة جازان (وسط جيزان، أبو عريش، المسارحة والحَرْث، صامطة، العارضة، فرسان) البالغ عددهنّ (٩٨٣) للعام الدراسي ١٤٤٣هـ وفقا لإحصائية إدارة تعليم جازان .

جدول (٣- ١): العدد الكلى لمكاتب التعليم

مكتب التعليم	عدد المعلمات
وسط جيزان	١٩٢
أبو عريش	١٩٦
المسارحة والحرث	١٨٦
صامطة	٣١٩
العارضة	٥٨
فرسان	٣٢
الإجمالي	**٩٨٣**

(أ) العِيِّنَةُ الاستطلاعِيَّةُ:

تمَّ اختيارُ عيِّنة البحث الاستطلاعية عشوائيًّا، حيثُ بلغت (١٠٠) من معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان.

(ب) العَيِّنةُ الأَسَاسِيَّةُ:

تَمَّ اختيارُ عَيِّنةِ البحث الأساسية عشوائيًّا، حيثُ بلغت (٣٠٠) من معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان، وكان توزيعهنَّ كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (٣- ٢) العينة الأساسية وتوزيعها على مكاتب التعليم.

م	مكتب التعليم	عدد المعلمات	إجمالي عدد العينة الأساسية	
			عدد المعلمات	النسبة المتمثلة
١	وسط جيزان	١٩٢	٦٠	٢٠,٠٠٪
٢	أبو عريش	١٩٦	٦٦	٢٢,٠٠٪
٣	المسارحة والحرث	١٨٦	٣٨	١٢,٧٪
٤	صامطة	٣١٩	٥٨	١٩,٣٪
٥	العارضة	٥٨	٥٦	١٨,٧٪
٦	فرسان	٣٢	٢٢	٧,٣٪
المجموع		٩٨٣	٣٠٠	
النسبة الممثلة		١٠٠٪	١٠٠٪	

جدول (٣- ٣): توزيع أفراد العينة وفقًا لمُتغيّرات الدراسة

المتغير	مستويات المتغير	العدد	النسبة المئوية
عدد سنوات الخبرة	أكثر من ١٠ سنوات	٨٤	٢٨,٠٠٪
	من ٥ سنوات إلى ١٠ سنوات	١٣٨	٤٦,٠٠٪
	أقل من ٥ سنوات	٧٨	٢٦,٠٠٪

المتغير	مستويات المتغير	العدد	النسبة المئوية
	الإجمالي	٣٠٠	١٠٠٪
مكتب التعليم	وسط جيزان	٦٠	٢٠,٠٠٪
	أبو عريش	٦٦	٢٢,٠٠٪
	المسارحة والحرث	٣٨	١٢,٧٪
	صامطة	٥٨	١٩,٣٪
	العارضة	٥٦	١٨,٧٪
	فرسان	٢٢	٧,٣٪
	الإجمالي	٣٠٠	١٠٠٪

يتَّضحُ من جدول (٣- ٣): أنَّ (٨٤) من عيِّنةِ البحث خبرتهُنَّ أكثر من ١٠ سنواتٍ، وهنَّ يمثِّلنَ نسبة ٢٨,٠٠٪، بينما (١٣٨) مِنهُنَّ خبرتهُنَّ من ٥ سنواتٍ إلى ١٠ سنوات، وهُنَّ يمثِّلنَ نسبة٤٦,٠٠٪، بينما (٧٨) مِنهُنّ خبرتهُنَّ أقلُّ من ٥ سنواتٍ، وهنَّ يمثِّلنَ نسبة٢٦,٠٠٪ من إجمالي عينة البحث .

كما يتَّضح أيضًا من جدول (٣- ٣) : أن (٦٠) من عينة البحث تابعة لمكتب تعليم وسط جيزان وهنَّ يمثِّلنَ نسبة ٢٠,٠٠٪ ، بينما (٦٦) تابعة لمكتب تعليم أبو عريش، وهنَّ يمثِّلنَ نسبة٢٢,٠٠٪، بينما (٣٨) تابعة لمكتب تعليم المسارحة والحرث، وهنَّ يمثِّلنَ نسبة ١٢,٧٪، بينما (٥٨) تابعة لمكتب تعليم صامطة، وهنَّ يمثِّلنَ نسبة١٩,٣٪ ، بينما (٥٦) تابعة لمكتب تعليم العارضة، وهنَّ يمثِّلنَ نسبة ١٨,٧٪، بينما (٢٢) تابعة لمكتب تعليم فرسان، وهنَّ يمثِّلنَ نسبة ٧,٣٪ من إجمالي عينة البحث .

• أَدَوَاتُ البَحْثِ:

١- مقياس أصالة الشخصية (من إعداد الباحثة).

٢- مقياس الازدهار النفسي (Diener et al. 2010) ترجمة وتعريب الباحثة.

وبذلك فقد تكوَّنت الأدوات من ثلاثة أقسامٍ؛ هي:

- **القسم الأول:** يحتوي على مقدمة تعريفية بأهداف البحث، ونوع البيانات والمعلومات التي تودُّ الباحثة جمعها من عينة البحث، مع تقديم الإشارة بسريَّة المعلومات المقدَّمة، والتعهُّد باستخدامها لأغراض البحث العلمي فقط.

- **القسم الثاني:** يحتوي على البيانات الأولية الخاصة بعينة البحث.

- **القسم الثالث:** يتكون من ثلاث مقاييس، وتفصيلُها كالتالي:

أَوَّلاً: مِقياسُ أَصَالَةِ الشَّخصيَّةِ:

• وَصْفُ المِقياسِ:

١- الرُّجُوعُ إلى التراث النفسي والتربوي في المراجع العلمية والبحوث السابقة والمقاييس الخاصة في مجال أصالة الشخصية منها مقياس Kernis& (Goldman, 2006 ؛ Wood et al,2008) ومعرفة أبعادها، وتحليل محتواها؛ للاستفادة منها في بناء المقياس.

٢- الاستفادةُ من هذه المقاييس، وتمَّ تحديدُ (٥) أبعاد لأصالة الشخصية؛ مُتمثِّلةٌ في الوعي بالذات، تقدير التجربة الشخصية، التوافق النفسي الاجتماعي، المعالجة غير المُتحيِّزة، السلوك الذاتي.

٣- تمَّ وضع المقياس في صورته الأولية (٣٣) مفردةً تُغطِّى أبعاد أصالة الشخصية. مع مراعاة الأهمية النسبية للأبعاد حيث تتضمن البعد الأول الوعي بالذات عدد (٧) مفردات، البعد الثاني تقدير التجربة الشخصية (٧) مفردات، البعد الثالث التوافق النفسي الاجتماعي عدد (٦) مفردات، البعد الرابع المعالجة غير المتحيزة عدد (٥) مفردات، البعد الخامس السلوك الذاتي عدد (٨) مفردات.

٤- عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة المُحكِّمين المتخصصين في علم النفس والبالغ عددهم (٩) محكما من المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية بجامعة جازان والجامعات السعودية والعربية ملحق رقم (٣)، وذلك للحكم على المقياس، وفي ضوء ملاحظات المحكّمين وبنسبة اتفاق ٧٧,٧٨٪ لملاحظاتهم، تم حذف مفردات (٧ ،٢٨)، وتعديل صياغة المفرد ات بناء على ملاحظات المحكمين أيضا موضحة بالجدول رقم (٣- ٤):

وتمثَّلت أهمُّ آراء المُحكِّمين في إعادة صياغة بعض العبارات كما هو موضح بجدول (٣- ٤)

م	رقم	البعد	المفردة قبل التعديل	المفردة بعد التعديل
١	٦	الأول	أشعر بقيمة الحياة عندما أستشعر إنجازاتي.	أشعر بقيمة الحياة عندما أُحقق إنجازاتي.
٢	١٤	الثاني	أشعر بالرضا والاحترام عندما أتذكَّر ماضي المهني.	أشعر بالرضا والاحترام عندما أتذكّر تاريخي المهني.
٣	١٥	الثالث	أسعى إلى الاتّساق النفسي والاجتماعي من خلال التعبيرات الخارجية.	تعبيراتي الخارجية تدلُّ على اتساقي النفسي والاجتماعي.
٤	١٧	الثالث	من السهل تنازلي عن كياني الشخصي لإرضاء الآخرين.	من السهل تنازلي عن قناعاتي الشخصية لإرضاء الآخرين.
٥	١٨		أشعر بالرضا عندما أتمسَّك بكياني الشخصي.	أشعر بالرضا عندما أتمسك بمبادئ الشخصية.

٦	٢٠		أرى أنه ليس من السهل التأثُّر بمعتقدات الآخرين.	من الصَّعب التأثر بوجهات نظر الآخرين.
٧	٢١	الرابع	لديَّ القدرة على التقييم الموضوعي بطريقة شاملةٍ.	أستطيع تقييم تجاربي بموضوعية
٨	٢٤		أشعر بالرضا عندما أستطيع تحديد المشاعر والعواطف بمفردي.	أشعر بالرضا عندما أفهم انفعالاتي.
٩	٣٠	الخامس	أُفضِّلُ ترتيب احتياجاتي في البيئة التعليمية.	أقومُ بترتيب احتياجاتي في البيئة التعليمية.

٥- بعد الأخذ بمُلاحَظَاتِ المُحكِّمين، أصبح عدد المفردات المقياس (٣١) مفردةً.

٦- يتمُّ تصحيح المقياس على طريقة ليكرت الخماسي، كالتالي: تتمُّ الاستجابة على المفردات للمقياس بأحد الخيارات التالية: (مُوافقٌ بشدِّة)، ويُحسبُ له (٥) درجاتٍ، و(مُوافقٌ)، ويُحسبُ له (٤) دَرَجَاتٍ، و(مُحايد)، ويُحسبُ له (٣) درجَاتٍ، و(غير مُوافقٍ)، ويُحْسَبُ له (٢) درجتان، و(غيرُ مُوافقٍ بشدَّة)، ويُحسبُ له (١) درجةٌ واحدةٌ.

• الخَصَائِصُ السَّيكُومِتْرِيَّةُ لِمِقْيَاسِ أَصَالَةِ الشَّخصيَّةِ:

(أ) صدقُ المقياس:

(١) الصَّدقُ الظَّاهري (صدق المُحكّمين):

للتعرُّف على مدى الصِّدق الظاهري للمقياس، والتأكُّد من أنه يقيس ما وُضع لقياسه، تمَّ عرضه بصورته الأوَّلية على عدد من المحكمين المختصين في موضوع البحث، حيثُ وصل عدد المُحكِّمين إلى (٩) مُحكِّمًا، وقد طُلِبَ من السَّادَةِ المُحكِّمين تقييمَ جَودَةِ المِقياسِ، من حَيثُ قدرته على قياسِ ما أُعِدّ لقياسِهِ، والحكمُ على مدى ملاءمته لأهدافِ البحث، وذلك من خلال تحديد وضوح العبارات، وانتمائها للمحور، وأهميتها، وسلامتها لغويًّا، وإبداء ما يرونه من تعديلٍ، أو حذفٍ، أو إضافةٍ للعبارات.

وبعد أخذ الآراء، والاطِّلاع على ملاحظاتهم؛ تمَّ إجراء التعديلات اللازمة التي اتَّفقَ عليها غالبيَّةُ المُحكِّمين، ومن ثَمَّ إخراج المقياس بصورته النهائية.

جدول (٣- ٥) نسب اتِّفاق المُحكِّمين على كُلِّ عبارةٍ من عبارَاتِ أصَالَةِ الشَّخصيَّةِ.

رقم العبارة	نسبة الاتفاق	نسبة الرفض	رقم العبارة	نسبة الاتفاق	نسبة الرفض
١	٪١٠٠	٪٠	١٩	٪٧٧,٧٨	٪٢٢,٢٢
٢	٪١٠٠	٪٠	٢٠	٪١٠٠	٪٠
٣	٪١٠٠	٪٠	٢١	٪١٠٠	٪٠
٤	٪٨٨,٨٩	٪١١,١١	٢٢	٪١٠٠	٪٠
٥	٪٧٧,٧٨	٪٢٢,٢٢	٢٣	٪٧٧,٧٨	٪٢٢,٢٢
٦	٪٧٧,٧٨	٪٢٢,٢٢	٢٤	٪١٠٠	٪٠
٧	٪٦٦,٦٧	٪٣٣,٣٣	٢٥	٪٧٧,٧٨	٪٢٢,٢٢
٨	٪١٠٠	٪٠	٢٦	٪٧٧,٧٨	٪٢٢,٢٢
٩	٪٨٨,٨٩	١١,١١	٢٧	٪١٠٠	٪٠
١٠	٪٧٧,٧٨	٪٢٢,٢٢	٢٨	٪٦٦,٦٧	٪٣٣,٣٣
١١	٪٨٨,٨٩	٪١١,١١	٢٩	٪٨٨,٨٩	٪١١,١١
١٢	٪١٠٠	٪٠	٣٠	٪١٠٠	٪٠
١٣	٪٨٨,٨٩	٪١١,١١	٣١	٪١٠٠	٪٠
١٤	٪١٠٠	٪٠	٣٢	٪٨٨,٨٩	٪١١,١١
١٥	٪١٠٠	٪٠	٣٣	٪٨٨,٨٩	٪١١,١١
١٦	٪١٠٠	٪٠			
١٧	٪٨٨,٨٩	٪١١,١١			
١٨	٪٨٨,٨٩	٪١١,١١			

واعتمدتْ الباحثةُ العباراتِ التي حَصَلَتْ على نسبَةِ اتِّفاقٍ ٧٧,٧٨٪ فأكثرَ من المُحكِّمين، وتمَّ حذف العبارات التي نسبة الاتِّفاق فيها ٦٦,٦٧٪، كما تمَّ تعديلُ بعضِ العبارَاتِ.

(٢) صِدقُ المُفْرَدَاتِ:

تَمَّ حسابُ صدقِ المُفردَاتِ بإيجاد معامل ارتباط بيرسون Pearson بين درجة كُلِّ عِبارَةٍ والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه، وذلك بعد حَذفِ درجَةِ العبارَةِ، كما هو مُوضَّحٌ بالجدول التالي:

جدول (٣- ٦) مُعاملات الارتباط بين درجة كُلِّ عبارةٍ والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه بعد حذف درجة العبارة.

الوعي بالذات		تقدير التجربة الشخصية		التوافق النفسي الاجتماعي		المعالجة غير المتحيزة		السلوك الذاتي	
العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	٠,٣٨٦**	٧	٠,٥٣٩**	١٤	٠,١٤٨	٢٠	٠,٣١٢**	٢٥	٠,٣٧٠**
٢	-٠,٠٢٩	٨	٠,٣٩٤**	١٥	٠,٣١٧**	٢١	٠,٠٧٢	٢٦	٠,٢٩٠**
٣	٠,٤٧٦**	٩	٠,٢٢٩*	١٦	-٠,٠٠٢	٢٢	٠,٥٦٣**	٢٧	٠,٣٢٩**
٤	٠,٢٢٩*	١٠	٠,١٣٨	١٧	٠,٢٠٤*	٢٣	٠,٤٩٠**	٢٨	٠,٥٢٩**
٥	٠,٤٢٦**	١١	٠,٣٨٧**	١٨	٠,١٤١	٢٤	٠,٤٩٢**	٢٩	٠,٥٣٤**
٦	٠,٣٦٠**	١٢	٠,٣٧٧**	١٩	-٠,١٢٣			٣٠	٠,٥٢٥**
		١٣	٠,٥٠٣**					٣١	٠,١٦٦

❖❖ دال عند مستوى ٠,٠١ ، ❖ دال عند مستوى ٠,٠٥

يتَّضح من الجدول (٣- ٦) أن معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كُلِّ عبارةٍ والدرجة الكلية للبُعدِ المُنتمية إليه، وذلك بعد حذف درجة العبارة كانت دالة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (٠,٠١- ٠,٠٥) ، عدا الفقرات (٢، ١٠، ١٤، ١٦، ١٨، ١٩، ٢١، ٣١) ، مِمَّا يستدعي حذفها، كما تمَّ حَذْفُ باقي عبارات البعد الثالث "التوافق النفسي الاجتماعي" لقلة عدد عباراته بعد الحذف عن ثلاث عبارات ، وبناءً على ذلك يصبح عدد عبارات مقياس أصالة الشخصية (٢١) عبارة موزعة على أربعة أبعادٍ.

(ب) ثبات المقياس:

ثم تم حساب ثبات مقياس أصالة الشخصية بعدة طرق هي طريقة "التجزئة النصفية"، ومعامل ألفا لكرونباخCronbach's Alpha، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٣- ٧) يوضح معامل ثبات مقياس أصالة الشخصية:

طريقة الثبات / البعد	عدد العبارات	التجزئة النصفية		معامل ألفا لكرونباخ
		سبيرمان - براون	جتمان	
الوعي بالذات	٥	٠,٧٣٢	٠,٦٣٨	٠,٦٧٠
تقدير التجربة الشخصية	٦	٠,٦٧٧	٠,٦٧١	٠,٦٣٨
المعالجة غير المتحيزة	٤	٠,٧٨١	٠,٧٨١	٠,٧٥٢
السلوك الذاتي	٦	٠,٧٤٦	٠,٧٤٤	٠,٦٨٠
الدرجة الكلية لأصالة الشخصية	٢١	٠,٧٩٠	٠,٧٨٩	٠,٨٦٨

يتَّضح من الجدول (٣- ٧) أنَّ معاملات الثبات بطريقة ألفا لكرونباخ وطريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان- براون وكذلك باستخدام معادلة جتمان مقبولة؛ ممَّا يُشيرُ إلى تمتُّعِ مقياس أصالة الشخصية بدرجة مقبولة من الثبات وصلاحيته لأغراض هذا البحث.

- **الصُّورَةُ النَّهائيَّةُ لِمقِيَاسِ أَصَالَةِ الشَّخصيَّةِ:**

يتكوَّن مقياس أصالة الشخصية من (٢١) عبارةً مُوزَّعةً على٤ أبعادٍ.

جدول (٣- ٨): الصورة النهائية لمقياس أصالة الشخصية:

المحور	البُعد	عدد العبارات	المجموع
مقياس أصالة الشخصية	الوعي بالذات	٥	٢١
	تقدير التجربة الشخصية	٦	
	المعالجة غير المتحيزة	٤	
	السلوك الذاتي	٦	

- **طريقة تصحيح المقياس:**

تتمُّ الاستجابةُ وفقًا لأسلوب ليكرت في القياس بوضعِ مدرج خماسي لبدائل الإجابة على المقياس بحسب الأوزان التي توالت من (٥، ٤، ٣، ٢، ١) ، حينما تكون الفقرة إيجابية، وهذه الفقرات هي :(١، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ١٢، ١٣ ، ٢٠، ٢٢، ٢٣، ٢٤، ٢٥، ٢٧، ٢٨، ٢٩ ، ٣٠) ، وأمَّا الفقرات الأخرى السلبية، فهي : (٩ ،١١، ٢٦).

علمًا أن بدائل الإجابة هي:(موافق بشدة ، موافق ، محايد ، غير موافق ، غير موافق بشدة).

ثانيًا : مِقياسُ الازدهَارِ النَّفسِي :

تَمَّ اتِّباعُ الخُطُواتِ التَّالية:

١- الرُّجوع إلى البحوث والمقاييس السابقة العربية والأجنبية في مجال الازدهار النفسي .

٢- اختيار مقياس أجنبي يتناسب مع معلمات رياض الأطفال وتتوفَّر فيه الحداثة .

٣- من خلال فحص المقاييس الأجنبية تم اختيار مقياس الازدهار النفسي الذي طبق على عينة معلمات رياض الأطفال المعد من قبل (Diener et al. 2010) لاستخدامه في البحث الحالي، يشتمل على (٨) مفرداتٍ فقط تقيسُ بُعدًا واحدًا ؛ وهو الازدهار النفسي.

٤- تمَّ ترجمة المقياس ثُمَّ عرض النسخة الأجنبية والنسخة العربية المترجمة على متخصص في اللغة الإنجليزية لمراجعة الترجمة مع الالتزام بعدد المفردات (٨) مفردات .

٥- بعد الترجمة عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من المحكمين المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية والذي بلغ عددهم (٣) مُحكِّمًا من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس بكلية التربية بجامعة جازان والجامعات السعودية والعربية ملحق رقم (٣)، وذلك للحكم على المقياس، وفي ضوء ملاحظات المُحكّمين لم يتم حذف مفردات بينما تمَّ تعديل صياغة بعض المفرداتِ؛ بناءً على مُلاحظَاتِ المُحكِّمين .

٦- بعد الأخذ على مُلاحظَاتِ المُحكِّمين، أصبح عدد المفردات (٨) مفرداتٍ.

٧- يتمُّ تصحيح المقياس على طريقة ليكرت السباعي: حيثُ تتمُّ الاستجابة على مفردات المقياس بأحد الخيارات الآتية: (موافق بشدِّة) ويُحسبُ له (٧) درجاتٍ، أو (موافق) ويُحسبُ له (٦) درجاتٍ، و(موافق الى حَدٍّ ما) ويُحسبُ له (٥) درجاتٍ، و(أحيانًا) ويُحسبُ له (٤) درجَاتٍ، و(غير موافقٍ إلى حَدٍّ ما) ويُحسبُ له (٣) دَرَجَاتٍ،

و(غير موافق) ويُحسبُ له (٢) درجتان، و(غير موافق بشدَّة) ويُحسبُ له (١) درجةٌ واحدةٌ.

- **الخَصَائِصُ السَّيكُو مِتريَّةِ لِمقياسِ الازدِهَارِ النَّفسِي:**

(أ) صدق المقياس:

(١) صدق المُحكِّمين:

عُرِضَ المقياسُ على مجموعَةٍ من المُحكِّمين المُتخصِّصين في علم النفس الذين بلغ عددهم (٣) مُحكِّمين كما في ملحق رقم (٣) للتَّأكُّدِ من صدق مُحتوى المقياس، وقد تمَّ التعديل على ضوء ما أبداه المُحكِّمون من ملاحظات.

(٢) صدق المفردات:

تمَّ حساب صدق المفردات بإيجاد معامل ارتباط بيرسون بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس، وذلك بعد حذف درجة العبارة، كما هو مُوضَّحٌ بالجدول التالي:

جدول (٣- ٩) معاملات الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة العبارة.

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	٠,٢٩٦ ❖❖	٥	٠,٤٥٩ ❖❖
٢	٠,٣٤٧ ❖❖	٦	٠,٣٨٥ ❖❖
٣	٠,٥٠٠ ❖❖	٧	٠,٤٧٦ ❖❖
٤	٠,٢٢١ ❖	٨	٠,٥٥٤ ❖❖

❖❖ دال عند مستوى ٠,٠١

(ب) ثبات المقياس:

تمَّ حساب ثبات مقياس الازدهار النفسي بعدَّة طُرُقٍ، هي طريقة "التجزئة النصفية" ، ومعامل ألفا كرونباخCronbach's Alpha، والجدول التالي يُوضِّحُ ذلك:

جدول (٣- ١٠) يوضِّح معامل ثبات مقياس الازدهار النفسي.

طريقة الثبات / المتغير	عدد العبارات	التجزئة النصفية		معامل ألفا كرونباخ
		سبيرمان - براون	جتمان	
الازدهار النفسي	٨	٠,٥٨٧	٠,٥٨٧	٠,٦٩٨

يتَّضحُ من الجدول (٣- ١٠) أن معاملات الثبات بطريقة ألفا لكرونباخ وطريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان- براون، وكذلك باستخدام معادلة جتمان مقبولة الى حد ما ؛ ممَّا يُشير إلى تمتُّعِ مقياس الازدهار النفسي بدرجة مقبولة من الثبات وصلاحيته لأغراض هذا البحث .

- **الصُّورَةُ النِّهائيَّةُ لمقياسِ الازدِهَارِ النَّفسي:**

يتكوَّن مقياس الازدهار النفسي من (٨) عبارات مُوزَّعة على بُعُدٍ واحدٍ:

جدول (٣- ١١): الصُّورةُ النَّهائية لمقياس الازدهار النفسي.

المحور	البُعد	عدد العبارات	المجموع
مقياس الازدهار النفسي	الازدهار النفسي	٨	٨

طَريقةُ تَصحيحِ المِقْياسِ:

تتمُّ الاستجابةُ عليها من خلال سبعة بدائلَ على مقياس ليكرت، والتي تتراوح بين "غير موافق بشدة" وتُعطى درجةٌ واحدةٌ، إلى "موافق بقوة " وتُعطى سبعُ درجاتٍ، كما تتراوح الدرجة الكلية على المقياس بين (٨- ٥٦)درجة، والتي تعكس مستوى الازدهار النفسي للشخص (Diener et al. 2010).

علمًا أن بدائل الإجابة هي: (موافق بشدة - غير موافق بشدة - موافق - غير موافق - موافق الى حد ما - غير موافق الى حد ما - محايد).

- **نتائجُ البَحْثِ ومُنَاقَشَتُهَا وتَفسِيرُهَا.**

تناولَ هذا الفصل عرضًا تفصيليًا للنتائج التي توصَّل إليه البحث الحالي، وذلك من خلال الإجابة عن أسئلة البحث والتحقق من صحة الفروض وفق المعالجات الإحصائية المناسبة، ومِن ثَمَّ تفسير هذه النتائج، وذلك على النحو التالي:

أولاً: نتائجُ الفرضِ الأوَّلِ ومُناقشتها:

ينصُّ الفرض الأول على " **توجد علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين أصالة الشخصية والازدهار النفسي لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان** " .

وللتحقُّق من صحَّةِ هذا الفرضِ تمَّ استخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson) لمعرفة العلاقة بين أصالة الشخصية والازدهار النفسي لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان، كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (٤- ١) يوضح معاملات الارتباط بين أصالة الشخصية والازدهار النفسي لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان.

المتغير	الدرجة الكلية للازدهار النفسي
الوعي بالذات	٠,٥٤٤❖❖
تقدير التجربة الشخصية	٠,٦٢٢❖❖
المعالجة غير المتحيزة	٠,٤٩٩❖❖
السلوك الذاتي	٠,٥٤٠❖❖
الدرجة الكلية لأصالة الشخصية	٠,٦٧٨❖❖

❖❖ دال عند مستوى ٠,٠١

من الجدول رقم (٤- ١) يتَّضحُ أنَّ معاملات الارتباط بين أصالة الشَّخصية وأبعادها (الوعي بالذَّات، تقدير التجربة الشخصية، المعالجة غير المُتحيزة، السلوك الذاتي، الدرجة الكلية) والدرجة الكلية للازدهار النفسي كانت على الترتيب (٠,٥٤٤ – ٠,٦٢٢ – ٠,٤٩٩ – ٠,٥٤٠ – ٠,٦٧٨) وهي قيمٌ دالَّةٌ إحصائيًّا عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وبذلك يتحقَّقُ صحة الفرضُ الأول بوجودِ علاقَةٍ موجبة دالَّةٍ إحصائيًّا بين أصالة الشخصية والازدهار النفسي لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان .

وتتفق أيضًا هذا النتيجة مع نتيجة Bochaveret al.(2021)التي بيَّنت أن الاصالة ترتبط ارتباط إيجابيا بالازدهار.

وتُفسِّرُ الباحثةُ نتيجة هذا الفرض بأنَّ أصالة الشخصية وأبعادها (الوعي بالذات – تقدير التجربة الشخصية - المعالجة غير المتحيزة – السلوك الذاتي)على علاقة موجبه بالازدهار النفسي، حيثُ وجد أنَّ معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان الذين يتمتَّعون بأصالَةِ الشَّخصيَّةِ يكونون أكثر تقبُّلاً لذاتهم، ويُفضِّلون التعامل مع المواقف الاجتماعية بنشاط ولديهم القدرة على الاستقلالية، وهذا بدوره يدعم الازدهار النفسي لديهن؛ ممَّا يجعلهن يستطعن إنجاز المهام التعليمية بكفاءةٍ واتقانٍ؛

أي أنه كلما كانت المعلمات شخصيتهم أصيلة كانوا أكثر ازدهار في القيام بالمهام المطلوبة منها سواء كانت تعليمية أو حياتية.

ثانيا: نَتَائجُ الفَرْضِ الثاني ومُنَاقَشَتُهَا:

ينصُّ الفَرضُ الثاني على " **يُمكنُ التنبؤ بدرجة الازدهار النفسي من خلال درجة أصالة الشخصية لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان** " .

للتَّحقُّقِ من هذا الفرضِ تمَّ استخدام تحليل الانحدار المُتعدِّدِ، حيثُ تمَّ التَّحقُّقِ من جودة نموذج الاختبار باستخدام اختبار التعدديَّةِ الخَطيَّةِ، للتَّأكُّد من خلو البيانات من مشكلة الارتباط الخطي المتعدد، حيث كانت قيمة اختبار التباين المسموح به " Tolerance " أكبر من (٠,٠٥) كما أنَّ قيمة اختبار معامل تضخم التباين "Variance Inflation Factor-VIF" أقل من (١٠)، ممَّا يدلُّ على خلو البيانات من مشكلة الارتباط الخطي، ويدلُّ ذلك على استقلالية المتغير المنبئ، وللتأكد من الاستقلال الذاتي للبواقي تم إجراء اختبار داربن– واطسون (Durbin–Watson statistic) لعينة الدراسة وكانت قيمته أكبر من القيمة الحرجةِ؛ ممَّا يدلُّ على عدم وجود ارتباطٍ ذاتي لبواقي الانحدار، كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (٤- ٧) للتحقق من جودة نموذج الانحدار

المتغير التابع	المتغير المستقل	Tolerance	VIF	Durbin–Watson
الازدهار النفسي	تقدير التجربة الشخصية	٠,٥٢٢	١,٩١٧	١,٥٦٣
	السلوك الذاتي	٠,٦٣٦	١,٥٧٣	
	الوعي بالذات	٠,٥٤٨	١,٨٢٤	

والجدول التالي يوضح قيمة "ف" لمعرفة إمكانية التنبؤ بالازدهار النفسي بمعلومية أصالة الشخصية:

جدول (٤- ٨) قيمة (ف) لمعرفة إمكانية التنبؤ بالازدهار النفسي بمعلومية أصالة الشخصية.

المتغير التابع	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
الازدهار النفسي	الانحدار	٨٩٠٨,٠٨٦	٣	٢٩٦٩,٣٦٢	٨٣,١٧٩	٠,٠١
	البواقي	١٠٥٦٦,٧٠١	٢٩٦	٣٥,٦٩٨		
	المجموع	١٩٤٧٤,٧٨٧	٢٩٩	-		

يتَّضحُ من الجدول السَّابقِ أنَّ قيمة "ف" لمعرفة إمكانية التنبؤ بالازدهار النفسي من خلال أصالة الشخصية بلغت (٨٣,١٧٩) وهي قيمَةٌ دالَّةٌ إحصائيًّا عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مِمَّا يُشيرُ لإمكانية التنبؤ بالازدهار النفسي من خلال أصالة الشخصية. وبذلك يكون تحقّق الفرض الخامس.

ويوضح الجدول (٤- ٩) المتغيرات المستقلة المسهمة في التنبؤ بالازدهار النفسي ، كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (٤-٩) نتائج تحليل الانحدار المتعدد لمعرفة إمكانية التنبؤ بالازدهار النفسي بمعلومية أصالة الشخصية

المتغير التابع	المتغير المستقل	ر	$ر^2$	$ر^2$ النموذج	ثابت الانحدار	β	Beta	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الازدهار النفسي	تقدير التجربة الشخصية	٠,٦٧٦	٠,٤٥٧	٠,٤٥٢	٦,٨٧١	٠,٧١٤	٠,٣٧٥	٦,٣٢٨	٠,٠١
	السلوك الذاتي					٠,٥٣٨	٠,٢٣٤	٤,٣٥٧	٠,٠١
	الوعي بالذات					٠,٤٩٦	٠,١٨٠	٣,١١٤	٠,٠١

يتَّضحُ من الجدولِ السَّابقِ ما يلي:

- تقدير التجربة الشخصية، والسلوك الذاتي، والوعي بالذات هي أكثر العوامل المستقلة إسهامًا في التنبؤ بالازدهار النفسي، حيثُ بلغت نسبة إسهامه في التنبؤ (٤٥,٢٪) ، وبلغت قيمة "ت" (٦,٣٢٨ – ٤,٣٥٧ – ٣,١١٤) على الترتيب، وهي قيمةٌ دالَّةٌ إحصائيًّا عند مستوى (٠,٠١)، ويمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:

الازدهار النفسي = ٦,٨٧١ +٠,٧١٤ × تقدير التجربة الشخصية + ٠,٥٣٨ × السلوك الذاتي +٠,٤٩٦ × الوعي بالذات

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة عرفي (٢٠٢١) والتي توصلت لإمكانية التنبؤ بالازدهار النفسي من خلال التسامح والحكمة على اعتبار أنهما من مكونات أصالة الشخصية.

وتُفسر الباحثةُ نتيجة هذا الفرض التي توصلت الى إمكانية التنبؤبالازدهار النفسي من خلال أصالة الشخصية. حيثُ إنَّ معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان يمتلكون قدرًا كبيرًا من المعارف والخبرات؛ ممَّا يساعد في جعل المعلمات حياتهم ذات معنى، ويزيد ذلك من مقدار السعادة والرضا؛ لأن المعرفة في حَدِّ ذاتها تجعل حياة المعلمات أفضل؛ ممَّا يدعم زيادة الازدهار النفسي لديهم . وأنه كلما كانت المعلمات لديهن أصالة في شخصيتهن كانوا أكثر ازدهارًا مع الآخرين، ويشعرون بالاندماج في علاقاتهم الاجتماعية الداعمة، وينجزن الأنشطة المهمة بكفاءة.

• تَوصِيَّاتُ البَحْثِ:

في ضوء النتائج التي تمَّ التوصُّل إليها؛ فإنَّ البحثَ يُوصِي بما يلي:

- إعداد برامج لتنمية أصالة الشخصية لمعلمات رياض الأطفال، تدعم انتماء المعلم لمهنته .
- حثّ المعلمات على رفع مستوى أصالة الشخصية لديهن من خلال تبادل الزيارات الدورية فيما بينهن وحضور الدورات التدريبية المتخصصة.
- لفت انتباه المسئولين في المؤسسات التعليمية والاجتماعية والثقافية المهتمة بشؤون معلمات رياض الأطفال بتنمية الازدهار النفسي.
- عمل لقاءات إرشادية للمعلمات يتم توضيح لهم مفهوم أصالة الشخصية والازدهار النفسي.
- رفع مستوى الازدهار النفسي لدى معلمات رياض الأطفال من خلال إشراكهن في الأنشطة الجماعية، واستثمار مواهبهِنَّ وقدرتهِنَّ وتشجعيهِنَّ على اكتشاف مواطن القوة لديهم.
- عقد ندوات للمعلمات من شأنها بث الطاقة الإيجابية في نفوسهن.

قائمة المراجع

أولاً : المراجع العربية :

إبراهيم، اماني مصطفى، والاعسر، صفاء يوسف، ويوسف، ماجي وليم. (٢٠١٥). العلاقة بين الازدهار النفسي والسعادة لدى طالبات كلية البنات. *مجلة البحث العلمي في الآداب*،٢ (١٦)، ٩٧- ١١٨.

أبو رياح، محمد مسعد. (٢٠٢١). نموذج بنائي للعلاقات بين تنظيم الانفعالات بين الشخصية " الميول والكفاءة "والاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال" التوافقية واللا توافقية " والازدهار النفسي لدى الطلاب الموهوبين والفائقين دراسيا. *مجلة البحث العلمي في التربية*، ١ (٢٢)، ٢٢١- ٢٦٩.

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

سليم، عبد العزيز إبراهيم، وأبو حلاوة، محمد السعيد. (٢٠١٨). أصالة الشخصية وعلاقتها بكل من الشفقة بالذات والتوجه الروحي في الحياة لدى طلاب الدراسات العليا المتفوقين دراسيا بكلية التربية جامعة دمنهور. *مجلة الارشاد النفسي*، (٥٥)، ١٣٣- ٢٢٣.

شعبان، زكريا. (٢٠١٣). الحاجات التدريبية الضرورية لدى معلمات رياض الأطفال الحكومية في الأردن. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، ٢١(٢)، ٣١٥- ٣٤٥.

طه، رياض سليمان. (٢٠٢١). النموذج البنائي لعلاقة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشفقة بالذات بالازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة. دراسات نفسية، ٣١ (١١٠)، ٢٣١- ٢٩٢.

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

العصيمي، عبد الله سليمان سعود، والهبيدة، جابر مبارك. (٢٠٢٠). قياس مستوى الشفقة بالذات وعلاقته بالازدهار النفسي والوجداني والاجتماعي لدى طلبة الجامعة. *مجلة دراسات الطفولة*، ٢٣ (٨٧)، ١- ٢٠.

عدوي، طه ربيع طه، والشربيني، عاطف مسعد. (٢٠٢٠). الازدهار النفسي وتقدير الذات كمؤشرين للتنبؤ بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب جامعة قطر. *مجلة الدراسات التربوية والنفسية*، ١٥ (٣)، ٣٨٢- ٤٠١.

عريفي، كريم محمد سعيد حسن. (٢٠٢١). نمذجة العلاقات السببية بين الازدهار النفسي وكلٍ من التسامح والحكمة لدى طلاب كلية التربية. *المجلة التربوية*، ٣(٨٨)، ١٢٧١- ١٣٦٤.

المحفوظ، صبا عبد المنعم. (٢٠١٨). الرفاهية النفسية لدى معلمات رياض الأطفال. *دراساتتربوية*، ١١ (٤٤)، ١- ٢٠.

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

ثانيًا: المراجع الأجنبية:

Bochaver, S,N.,Reznichenko, S.,&Maltby, J. (2021). The authenticity scale: validation in Russian culture. *Frontiers in Psychology*, *11* ,1-18.

Diener, E ., Wirtz, D .,Tov, W ., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., &Biswas-Diener, R. (2010) .New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research,97*(2), 143–156.

Kernis, M.,&Goldman, B. (2006). A multicomponent conceptualization of authenticity :Theory and research. *Advances in experimental social psychology, 38*, 283-357.

Lenton, A.,Bruder, M.,Slabu, L.,&Sedikides, C. (2013). How does "being real" feel? The experience of state authenticity. *Journal of Personality*, *81*(3), 276-289.

Lehman, D., O'Connor, K., Lockwood, C., & Carroll, G. (2019). Authenticity. *Academy of Management Annals*,*13*(1), 1-42.

Mengers, A.(2014).The benefits of being yourself: An examination of authenticity, uniqueness, and well-being.*University of Pennsylvania Scholarly Commons*, (63), 1-76.

Mesurado , B., Crespo , R. F., Rodriguez , O., Debeljuh , P., &Carlier , S. (2018). The development and initial validation of a multidimensional flourishing scale. *Current Psychology* ,1-10.

Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, Or Is It? Explorations On the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology,57*(6), 1069-1081.

Ryff, C., & Singer, B.(2008). Know Thyself and Become What You Are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies,9*, 13–39.

Saricali , M., &Turkum, A, S. (2021). The Relation between Positive Humor Use and Authenticity: Mediation of Cognitive Flexibility and Psychological Vulnerability. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal,11*(62), 313-331.

Seligman, M. E.P.(2011*). Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.

Villieux, A.,Sovet, L., Jung, S. C., &Guilbert, L. (2016). Psychological flourishing: Validation of the French version of the Flourishing Scale and exploration of its relationships with personality traits. *Personality and Individual Differences,88*, 1-5.

Wood , A., Linley, P.,Maltby, J.,Baliousis, M.,& Joseph, S. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the Authenticity Scale. *Journal of counseling psychology*,*55*(3), 385-399.

Yarnell, L. M., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion, interpersonal conflict resolutions, and well-being. *Self and Identity*, *12*, 146-159.