

الخصائص السيكو مترية لمقياس الوجود النفسي الممتلئ لدى المراهقين

ذوي الميول الإكتئابية

إعداد

ممتاز عبد الكريم مدبولي حسن

إشراف

أ.د/ أسماء فتحي أحمد عبد العزيز
أستاذ الصحة النفسية
كلية التربية - جامعه المنيا

أ. م. د/ نرمين محمود عبده
أستاذ مساعد الصحة النفسية
كلية التربية - جامعه بني سويف

مقدمة:

الوجود النفسي الممتلئ للفرد هو حالة وجودية إيجابية يتم قياس درجة تحققها من خلال عدد من مؤشرات الإحساس الذاتي تتضمن إحساس الفرد العام بالسعادة والرضا، إضافة إلى عدد من المؤشرات الموضوعية تتضمن تقبل الذات والعلاقات الإيجابية مع الآخرين والاستقلالية، والهدف من الحياة، والنمو الشخصي والهيمنة على البيئة. بمعنى آخر نجد أن الوجود النفسي الممتلئ يتضمن الشعور الإيجابي والفاعلية الإيجابية أو الأداء الأمثل (عمار، ٢٠٢٠).
ويختلف الوجود النفسي الممتلئ عن الصحة النفسية، فالوجود النفسي الممتلئ يشير إلى الحالات الإيجابية للوجود والسلوك والشعور، في حين تشير الصحة النفسية إلى مدى متصل المجموعة المشاكل النفسية التي يمكن للفرد أن يواجهها، تبدأ من الصحة النفسية الجيدة وتنتهي بمشاكل الصحة النفسية الشديدة (Exenberger & Juen, 2013).

وقد تزايدت دراسة مفهوم الوجود النفسي الممتلئ في العقود الماضية الأمر الذي أدى إلى ظهور مجال علم النفس الإيجابي. حيث أكد الباحثون فيه على أهمية مساعدة الأفراد على تحقيق قواهم وتطوير استراتيجيات تهدف إلى تعزيز الشعور الإيجابي والفاعلية الإيجابية والأداء الأمثل (Sin & Lyubomirsky, 2009, 467). ويفترض علم النفس الإيجابي أن

الخصائص والخبرات الإيجابية لا تكون بالضرورة عمليات تابعة لسمات أو لحالات سلبية أخرى (Lee Duckworth et al., 2005, 630).

ويمكن تعريف الوجود النفسي الممتلئ بأنه حالة إيجابية تتضمن الجوانب العقلية والنفسية والانفعالية في حياة الفرد تؤدي به إلى حالة من النمو الإيجابي والازدهار (Linley & Joseph, 2004, 720-721). بينما عرف (Keyes (2006 الوجود النفسي الممتلئ بأنه: قدرة الفرد لامتلاك تصورات ومشاعر إيجابية عن ذاته، وقدرته على المحافظة على علاقات اجتماعية تتصف بالدفء والثقة، بالإضافة إلى قدره الفرد على تشكيل بيئة تلبى رغباته واحتياجاته الشخصية، والتصرف بطريقة مستقلة لمحاولة بناء أهدافه وإيجاد معنى لحياته. فيما عرف عمار (٢٠٢٠) الوجود النفسي الممتلئ بأنه حالة إيجابية تحتوي الجوانب النفسية والانفعالية والعقلية في حياة الشخص، وتؤدي به إلى الازدهار والنمو الإيجابي. وأشار (Ryan & Deci (2008 بأن الوجود النفسي الممتلئ يعني حالة من الرضا التام للفرد عن حياته وفقا للطبيعة البشرية ضمن الحد المعقول.

وقد فرق الباحثون في مجال علم النفس الإيجابي بين رفاهية المتعة Hedonic well-being والوجود النفسي الممتلئ Eudaimonia well-being والذي يعرف - أي الأخير - بأنه سعى وكفاح الإنسان نحو تحقيق مكانته وغاياته في الحياة، والذي يمكن تيسير تحقيقه عن طريق تراكم الموارد النفسية الإيجابية. وربما يكون لهذا التمييز جذوراً فلسفية، فحالة المتعة هي حالة عابرة تتضمن الإحساس باللذة، بينما حالة الوجود النفسي الممتلئ ترتبط بحالة مستمرة من المشاركة أو الانخراط والرضا والمعنى والهدف وهو ما يعبر عن أفكار أرسطو عن "الحياة الجيدة" Good life (Kashdan et al., 2008, 219-220).

ويشير وود وجوزيف (Wood & Joseph (2010, 214 أنه قد تم التمييز بين الإحساس الذاتي بالوجود الممتلئ (SWB) والوجود النفسي الممتلئ (PWB) فالإحساس الذاتي بالوجود الممتلئ يشمل الأداء الانفعالي Emotional functioning ويتضمن عمليا وجدان ايجابي مرتفع، ووجدان سلبي منخفض، ودرجة عالية من الرضا عن الحياة، وفي المقابل يركز الوجود النفسي الممتلئ على موضوعات أكثر وجودية Existential ، وتتطوي على فكرة

أساسية تتمثل في أن يحيا الإنسان حياته على نحو كامل Full life تمشياً مع احتياجاته الأساسية وبطريقة بناء اجتماعياً.

ويذكر (Wood & Joseph (2010, 214) أن من الفروق الإضافية بين الإحساس الذاتي بالوجود الممتلئ، والوجود النفسي الممتلئ هو قدرة الثاني على التنبؤ بالعصابية Neuroticism في مقابل الانبساطية Extroversion . ويرى (Kashdan et al. (2008, 277) أن الأدلة التجريبية للبحوث في الوقت الراهن تشير إلى وجود تداخل مفاهيمي بين كل من الإحساس الذاتي بالوجود الممتلئ (SWB) والوجود النفسي الممتلئ (PWB) وأنهما ربما ينطويا على آليات نفسية مشتركة. وعموماً، وصف عدد من الباحثين الوجود النفسي الممتلئ على أنه دمج لعدد من المفاهيم النفسية الإيجابية، مثل: (Ryff, Ryan & Deci (2001)، (Ryff (1989)، (Ryff et al. (2006)، (Riediger & Freund (2004).

وقد أشار مقدادي (٢٠١٥) إلى أن الأفراد ذو الوجود النفسي الممتلئ يختلفون بقدرتهم على تطوير جوانبهم الشخصية، وقدرتهم على فهم التجارب المؤلمة، كما يتميزون بالقدرة على فهم دوافعهم وحاجاتهم، فهم أكثر قدرة على مواجهة الضغوط الاجتماعية، وعلى بناء علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين، بالإضافة إلى أنهم يتمتعوا بمعتقدات وأفكار وأهداف تعطي معنى للحياة.

كما أن من المحتمل أن يساهم الوجود النفسي الممتلئ في مواجهة التحديات والضغوطات التي قد يتعرض لها الفرد في حياته ويعزز مرونته النفسية وقدرته على السيطرة والتحكم (Ryff, 1989). فبالتالي يتحقق النمو الشخصي للفرد عن طريق تطوير الجوانب الشخصية، وتعزيز قدرته في التعرف على ذاته بالإضافة إلى الاستفادة من التجارب السابقة والتعلم منها، وبذلك تزداد لديه القدرة على مواجهة التحديات التي قد يتعرض لها مستقبلاً، مما يؤدي إلى وضوح هدف الحياة والشعور بالرضا (Fava et al., 2017).

وقد اقترح (Ryff & Keyes (1995) نموذج متعدد الأبعاد للوجود النفسي الممتلئ، ارتبط هذا النموذج باستبيان وضعه لقياس الوجود النفسي الممتلئ، والذي يقدم ستة جوانب مختلفة للوجود الممتلئ الأمثل Optimal well-being ، فيما يخص الجانب النفسي، تمثل هذه

الأبعاد افتراضات أساسية لتحديات مختلفة يواجهها الناس في كفاحهم من أجل الأداء الأمثل، فطبقا لهذا التصور تتحدد الخصائص النفسية للأفراد الذين يتمتعون بالوجود النفسي الممتلئ كالتالي: تقبل الذات Self-acceptance : لديهم تقدير ذاتي ايجابي، يتضمن الوعي بحدودهم الشخصية، علاقات ايجابية مع الآخرين Positive relations : لديهم القدرة على تنمية والحفاظ على روابط قوية مع الآخرين، السيطرة على المحيط Environmental : mastery لديهم القدرة على خلق سياق محيطي يستطيعون من خلاله تلبية احتياجاتهم ورغباتهم، الاستقلالية Autonomy : لديهم إحساس قوي بفرديتهم وحريرتهم الشخصية، الهدف من الحياة Purpose In life : لديهم إحساس باتجاههم في الحياة يستطيع أن يوحد جهودهم وتحدياتهم، النمو الشخصي Personal growth : لديهم ديناميات للتعلم مدى الحياة، ونمو وتطور مستمر لقدراتهم.

كما أكد (Uysal et al. (2016) بأن الغاية من الحياة تعني قدرة الفرد على صياغة أهدافه التي تحدد هدف الحياة وتعطي لها معنى، وبالتالي يدرك الفرد الغاية من وجوده. مما سبق تبين أن الوجود النفسي الممتلئ يؤثر بطريقة إيجابية في سلوك الفرد، فكلما كان الشخص يتمتع بوجود نفسي ممتلئ كلما كان له أثر في تحقيق إمكانات الفرد وزيادة الفاعلية الذاتية ومستويات السعادة والرضا عن الحياة، مما ينعكس بطريقة إيجابية على دافعية الأفراد، كما ينعكس على تفكيرهم الايجابي، فعندما يكون الفرد سعيد يفكر بطرق مختلفة وأكثر إيجابية مقارنة بحالته عند الكآبة والحزن. لذلك يكون الأشخاص الذين يتمتعون بوجود نفسي ممتلئ أكثر ثقة بأنفسهم، ويمتلكون قدرة لحل مشكلاتهم بطرق أفضل (حاجم، ٢٠١٨).

وينتشر الوجود النفسي الممتلئ سلبا بالاكئاب والقلق والتوتر؛ فهناك علاقة عكسية سالبة بين القلق والوجود النفسي الممتلئ بجميع أبعاده، خاصة مع البعد البيئي؛ لذا فإن الطلاب الذين لديهم مستويات مرتفعة من القلق سوف يواجهون صعوبات في اقامة علاقات إيجابية مع بيئتهم؛ مما يؤثر سلبا في حياتهم (Rodriguez et al., 2020).

وقد تؤثر البيئة المحيطة بالفرد في تطوير الوجود النفسي الممتلئ، ويكون ذلك من خلال تنمية وتعزيز قدرات الفرد، وتوجيه طاقاته في تحقيق هوية النجاح، وعلى النقيض من ذلك، قد

تعمل البيئة المحيطة على هدم هذه الإمكانيات والقدرات وتولد للفرد الشعور بالإحباط، مما يؤثر على الحالة المزاجية والانفعالية للفرد (معمرية، ٢٠١٠).

مشكلة البحث:

تحدد مشكلة الدراسة الحالية في محاولة الإجابة عن السؤال الرئيس التالي:
ما الخصائص السيكومترية لمقياس الوجود النفسي الممتلئ على طلبة المرحلة الثانوية ذوي الميول الاكتئابية؟

ويتفرع من هذا السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية التالية:

(١) ما درجة صدق مقياس الوجود النفسي الممتلئ لدى المراهقين من طلبة المرحلة الثانوية؟
(٢) ما درجة الاتساق الداخلي لمقياس الوجود النفسي الممتلئ لدى المراهقين من طلبة المرحلة الثانوية؟

(٣) ما درجة ثبات مقياس الوجود النفسي الممتلئ لدى المراهقين من طلبة المرحلة الثانوية؟

اهداف البحث:

تهدف الدراسة الحالية الى بناء أداة لقياس الوجود النفسي الممتلئ لطلبة المرحلة الثانوية، والتحقق من الخصائص السيكومترية لها.

أهمية البحث:

تظهر أهمية البحث على المستويين النظري والتطبيقي كما يلي:

- الأهمية النظرية:

• يُسهم في زيادة المعلومات عن الوجود النفسي الممتلئ لدى المراهقين بالمرحلة الثانوية.

• لفت نظر الآباء والمعلمين إلى أهمية الوجود النفسي الممتلئ، وأهمية مساعدة المراهقين ذوي الاعراض الاكتئابية على اكتسابها.

- الأهمية التطبيقية:

- ما يسفر عنه البحث الحالي من نتائج عن مدى تأثير الوجود النفسي الممتلئ في ممارسة طلبة المرحلة الثانوية لعملية التواصل والتفاعل مع الآخرين؛ مما يساعد على تقديم الخدمات التأهيلية والتدريبية لهم.
- إتاحة المجال لبناء برامج لتنمية الوجود النفسي الممتلئ لدى المراهقين ذوي الاعراض الاكتئابية.

محددات البحث:

تتجلى محددات البحث الحالية فيما يلي: -

- حدود بشرية: وهم المراهقين بالمرحلة الثانوية، التي تتراوح أعمارهم ما بين (١٦-١٨) سنة، وتكونت عينة البحث من (٦٠) طالب وطالبة بالمرحلة الثانوية.
- حدود مكانية: مدارس المرحلة الثانوية بمدينة أسيوط.
- حدود زمنية: الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢٣ م.
- حدود منهجية: استخدم الباحثين المنهج الوصفي، للكشف عن الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة من حيث الصدق والثبات.

المفاهيم الاجرائية للبحث:

• الوجود النفسي الممتلئ Psychological well-being:

يشير الوجود النفسي الممتلئ إلى حالة إيجابية تتضمن الجوانب العقلية والنفسية والانفعالية في حياة الفرد وتؤدي به إلى النمو الإيجابي والازدهار (عمار، ٢٠٢٠). كما يشير الوجود النفسي الممتلئ الى محاولة الفرد على تحقيق أهدافه وغاياته في الحياة والعمل على تقبل ذاته ونموها الشخصي عن طريق تنمية الطاقات العقلية والنفسية ذاتياً، بالإضافة إلى زيادة قدرة الفرد في حل المشكلات وتقديم المساعدة للآخرين مما يحقق للفرد الشعور بالسعادة والرضى الذاتي (Ryff, 2016).

ويعرف إجرائياً بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب بالمرحلة الثانوية على فقرات مقياس الوجود النفسي الممتلئ المستخدم في الدراسة الحالية. وطبقا للمقياس المستخدم في الدراسة

الحالية، يتضمن الوجود النفسي الممتلئ لطلبة المرحلة الثانوية ثلاث ابعاد رئيسية والتي يتحدد مدى ظهورها وفقاً للتقدير الذاتي للطالب، وهذه الابعاد هي (Kasser, 2009):

(١) البعد الأول: تقبل الذات

ويشير هذا البعد إلى القدرة على تحقيق الذات إلى أقصى مدى تسمح به القدرات والإمكانات، النضج الشخصي، والاتجاه الإيجابي نحو الذات. ويعني أيضاً أن الشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية، يحمل هدفاً وأفكاراً توفر له معنى لحياته، فالفرد الذي يمتلك أيماناً بفعله الماضي والحاضر، وتوجهه نحو مستقبله بثقة، تجعل منه مدركاً للهدف من حياته التي يحاول من خلالها إيجاد المعنى لهذه الحياة.

(٢) البعد الثاني: الاستقلالية

ويتصف من يحصل على درجة مرتفعة على هذا البعد بأن لديه القدرة على تقرير مصيره، وعدم التبعية، والقدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية التي تحاول أن توجه تفكيره وتصرفاته بطرق معينة. بالإضافة إلى أنه ينظم سلوكه من الداخل، ويقيم ذاته وفقاً لمعايير الشخصية. في حين يتصف من يحصل على درجة منخفضة بأن لديه شعور بالقلق إزاء توقعات وتقييمات الآخرين، يعتمد على الأحكام الصادرة عن الآخرين لاتخاذ القرارات الهامة، ويستجيب للضغوط الاجتماعية للتفكير والتصرف بطرق معينة.

(٣) البعد الثالث: العلاقات الإيجابية مع الآخرين:

ويتصف من يحصل على درجة مرتفعة على هذا البعد بأن لديه علاقات حميمة ووثيقة مع الآخرين، مهتم إزاء صلاح وسعادة الآخرين، لديه قدرة قوية على التعاطف والمودة وتكوين العلاقات الجيدة، لديه قدرة على العطاء. في حين يتصف من يحصل على درجة منخفضة بأن لديه القليل من العلاقات الحميمة والوثيقة مع الآخرين، يجد صعوبة في أن يكون منفتحاً في علاقاته، فهو معزولاً، محبطاً، ليس لديه استعداد لتقديم تنازلات مهمة للحفاظ على علاقاته.

• المراهقة:

هي فترة زمنية من حياة الإنسان تمتد ما بين الطفولة المتأخرة إلى بداية سن الرشد، تتميز بوجود مجموعة من التغيرات الجسمية، والمعرفية، والانفعالية، والاجتماعية (سالم، ٢٠١٢). وتعرف إجرائياً هي تلك المرحلة التي تبدأ من سن الخامسة عشرة وتمتد حتى الثامنة عشرة، وتمثل المراهقة الوسطى، وهي فترة تعادل السنة الأولى والسنة الثانية من التعليم الثانوي.

إجراءات الدراسة:

منهج البحث:

استخدم الباحثين المنهج الوصفي، للكشف عن الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة (مقياس الوجود النفسي الممتلئ) من حيث الصدق والثبات.

عينة البحث:

وهم المراهقين (طلبة المرحلة الثانوية) ذوي الميول الاكتئابية، التي تتراوح أعمارهم ما بين (١٤-١٨) سنة، وتكونت عينة الدراسة من (٦٠) طالب وطالبة بالمرحلة الثانوية.

أداة البحث:

مقياس الوجود النفسي الممتلئ لطلبة المرحلة الثانوية (اعداد/ الباحثين).

مبررات استخدام المقياس:

- ندرة المقاييس على حد اطلاع الباحثين التي تناولت قياس الوجود النفسي الممتلئ لدى المراهقين ذوي الاعراض الاكتئابية بالمرحلة الثانوية.
- الحصول على أداة سيكومترية تتناسب مع خصائص عينة الدراسة.
- من خلال اطلاع الباحثين على عدد من المقاييس البحوث التي تناولت الوجود النفسي الممتلئ استطاع الباحثين استخلاص بعض المحاور التي تتناسب مع عينة الدراسة.

خطوات إعداد المقياس:

- مراجعة الباحثين للإطار النظري وما يتضمنه من مكونات الوجود النفسي الممتلئ، ومعرفة المكونة المتعددة التي قدمها معظم الباحثين الذين تناولوا هذا المفهوم، بالإضافة

إلى الاطلاع على الدراسات السابقة والتعريفات المختلفة للوجود النفسي الممتلئ والتي قدمت في بعض الأبحاث العربية والأجنبية.

• استعراض بعض المقاييس المختلفة والاختبارات التي تضمنت بنودا أو فقرات تساهم بشكل أو بآخر في إعداد المقياس، حيث قام الباحثين بمسح لبعض الاختبارات والمقاييس والاطلاع على التراث النظري الخاص بمقياس الوجود النفسي الممتلئ، والتعرف على شكل بنوده وطريقة تطبيقه وعمل الخصائص السيكمترية له، وذلك في حدود اطلاع الباحثين.

• الاطلاع على المقاييس السابقة والمتشابهة للمقياس الحالي وذلك من خلال الاطلاع على بعض الدراسات منها: دراسة (Ryff, 1989)، ودراسة (Clarke, Marshall, Ryff, & Wheaton, 2001)، ودراسة (Zhang & Norvilitis, 2002)، ودراسة (Cheng & Chan, 2005)، ودراسة (Wissing & Temane, 2008)، ودراسة (مقدادي، ٢٠١٥)، ودراسة (فرعون، ٢٠٢٠)،

وفي ضوء الإطار النظري، والمقاييس سألغة الذكر، استقر الباحثين على تحديد ثلاثة ابعاد مكونة لمقياس الوجود النفسي الممتلئ وهي: البعد الأول: تقبل الذات، البعد الثاني: الاستقلالية، البعد الثالث: العلاقات الإيجابية مع الآخرين.

أ. تعليمات تطبيق المقياس:

- يجب عند تطبيق المقياس ايجاد جو من الألفة مع من يقوم بتطبيق المقياس، حتى ينعكس ذلك على صدقه في الإجابة.
- يجب على القائم بتطبيق المقياس توضيح أنه ليس هناك زمن محدد للإجابة.
- يمكن تطبيق المقياس بطريقة فردية او جماعية.
- يجب الإجابة عن كل الفقرات لأنه كلما زادت الفقرات غير المجاب عنها انخفضت دقة النتائج.

ب. طريقة تصحيح المقياس:

حدد الباحثون طريقة الاستجابة على المقياس بالاختيار من خمس استجابات تتبع تدرج ليكرت (موافق بشدة- موافق أحياناً- غير متأكد- غير موافق أحياناً- غير موافق بشدة) وتحصل على الدرجات (١-٢-٣-٤-٥) لكل إجابة على الترتيب، وبذلك تكون الدرجة القصوى التي يحصل عليها المفحوص هي (٢٤٠) كما تكون أقل درجة (٤٨)، وتدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع وتحسن الوجود النفسي الممتلئ، وتدل الدرجة المنخفضة على انخفاض الوجود النفسي الممتلئ لدى المراهقين (طلبة المرحلة الثانوية)، ويحصل الطالب على هذه الدرجات من خلال تجميع اجاباته على البنود الاتية في كل بعد من الابعاد الثلاثة وهم:

١. البعد الأول: تقبل الذات: ويتضمن الفقرات (١٦).
٢. البعد الثاني: الاستقلالية: ويتضمن الفقرات (١٦).
٣. البعد الثالث: العلاقات الإيجابية مع الآخرين: ويتضمن الفقرات (١٦).

• مقياس بيك الثاني للاكتئاب BDI-II:

عرب هذا المقياس عبد الفتاح (٢٠٠٠)، ويعتبر مقياس بيك الثاني للاكتئاب BDI-II. هو أحدث صورة مطورة لمقياس بيك للاكتئاب BDI مستخدماً أسلوب التقرير الذاتي لقياس شدة أعراض الاكتئاب، ويعتبر من أكبر أدوات قياس الاكتئاب استخداماً، واستخدمت الباحثة الصورة المختصرة منه، وهي تتكون من ١٣ مجموعة من العبارات ويتم تصحيح العبارات من ٣٠ حيث تتراوح شدة الأعراض من غياب العرض (٠) إلى الدرجة الأشد وهي (٣)، وبذلك تتراوح الدرجات على هذا المقياس ما بين صفر إلى ٣٩ درجة، وقد قام معرب المقياس بحساب الثبات من خلال إعادة التطبيق فقد طبق المقياس مرتين بفاصل زمني مقداره أسبوعين على عينة قوامها (٥٥) ، وبلغت معاملات الثبات ٠,٧٥ لدى الطلاب، و٠,٧٤ لدى الطالبات، و ٠,٧٤ لدى العينة الكلية. كما تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة ألفا كرونباخ حيث بلغ لدى الطلاب (٠,٧٩٧)، ولدى الطالبات (٠,٨٨)، ولدى العينة الكلية (٠,٨٣).

التحليل الاحصائي لبيانات الدراسة:

لتحليل بيانات الدراسة الحالية تم استخدام برنامج (IBM SPSS v26) وذلك لحساب معامل الثبات باستخدام معامل الفا كرونباخ، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين فقرات المقياس وابعادها، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين المقياس والمحك.

نتائج الدراسة:

(١) الاتساق الداخلي للمقياس:

أ. الاتساق الداخلي للفقرة مع الدرجة الكلية للبعد التابعة له:

وذلك من خلال درجات عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية بإيجاد معامل ارتباط بيرسون (Pearson) بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية لكل بعد والجدول (١) يوضح ذلك:

جدول (١)

معاملات الارتباط بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للأبعاد على مقياس الوجود النفسي الممتلى (ن = ٦٠)

| الاستقلالية | | العلاقات الإيجابية مع الآخرين | | تقبل الذات | |
|-----------------|---------|-------------------------------|---------|-----------------|---------|
| الارتباط بالبعد | الفقرات | الارتباط بالبعد | الفقرات | الارتباط بالبعد | الفقرات |
| **٠.٥١٢ | ٣٣ | **٠.٤٧٤ | ١٧ | **٠.٦٩١ | ١ |
| **٠.٥٢٣ | ٣٤ | **٠.٦٦٥ | ١٨ | **٠.٦٨٣ | ٢ |
| **٠.٥٨٩ | ٣٥ | **٠.٤٣٤ | ١٩ | **٠.٥٦٤ | ٣ |
| **٠.٤٥٨ | ٣٦ | **٠.٦١٤ | ٢٠ | **٠.٤٣٩ | ٤ |
| **٠.٦٠٨ | ٣٧ | **٠.٦٧٣ | ٢١ | **٠.٦٤١ | ٥ |
| **٠.٤٦٥ | ٣٨ | **٠.٦٥٩ | ٢٢ | **٠.٦٨٦ | ٦ |
| **٠.٧١٣ | ٣٩ | **٠.٦٣٠ | ٢٣ | **٠.٥٨٥ | ٧ |
| **٠.٥٩٨ | ٤٠ | **٠.٦٩٧ | ٢٤ | **٠.٦١٩ | ٨ |
| **٠.٦٤٨ | ٤١ | **٠.٤٤٥ | ٢٥ | **٠.٦٣٩ | ٩ |
| **٠.٤٤٨ | ٤٢ | **٠.٦٦٦ | ٢٦ | **٠.٤٤٨ | ١٠ |
| **٠.٥٣٥ | ٤٣ | **٠.٦١١ | ٢٧ | **٠.٤٧٠ | ١١ |

| | | | | | |
|---------|----|---------|----|---------|----|
| **٠.٦١١ | ٤٤ | **٠.٤٨٣ | ٢٨ | **٠.٥٨١ | ١٢ |
| **٠.٤٦٢ | ٤٥ | **٠.٥٥٧ | ٢٩ | **٠.٤٣٠ | ١٣ |
| **٠.٤٤٨ | ٤٦ | **٠.٦٧٤ | ٣٠ | **٠.٤٩٢ | ١٤ |
| **٠.٦٤٨ | ٤٧ | **٠.٦٣٤ | ٣١ | **٠.٥٠٣ | ١٥ |
| **٠.٥١٠ | ٤٨ | **٠.٧٠٩ | ٣٢ | **٠.٥٩٠ | ١٦ |

يتضح من جدول (١) أن كل فقرات مقياس الوجود النفسي الممتلئ معاملات ارتباطها موجبة ودالة إحصائياً عند مستوي (٠.٠١)، أي أنها تتمتع بالاتساق الداخلي.

ب. الاتساق الداخلي للأبعاد:

تم حساب معاملات الارتباط باستخدام معامل بيرسون (Pearson) بين أبعاد مقياس الوجود النفسي الممتلئ ببعضها البعض من ناحية، وارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس من ناحية أخرى، والجدول (٢) يوضح ذلك:

جدول (٢)

مصفوفة ارتباطات مقياس الوجود النفسي الممتلئ (ن = ٦٠)

| الاستقلالية | العلاقات الإيجابية مع الآخرين | تقبل الذات | مقياس الوجود النفسي الممتلئ |
|-------------|-------------------------------|------------|---------------------------------|
| | | — | ١ تقبل الذات |
| | — | **٠.٣٢٥ | ٢ العلاقات الإيجابية مع الآخرين |
| — | **٠.٦٠٨ | **٠.٤٤٢ | ٣ الاستقلالية |
| **٠.٥٧٢ | **٠.٥١٩ | **٠.٣٨٧ | الدرجة الكلية للمقياس |

يتضح من جدول (٢) أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠.٠٠١) مما يدل على تمتع مقياس الوجود النفسي الممتلئ بالاتساق الداخلي.

(٢) الصدق المرتبط بالمحك:

تم حساب معاملات الارتباط بيرسون بين درجات الطلبة عينة البحث على مقياس الوجود النفسي الممتلئ ودرجاتهم على مقياس مقياس بيك للاكتئاب (باعتباره محك خارجي)، والجدول (٣) يوضح ذلك:

جدول (٣)

القدرة التمييزية لمقياس الوجود النفسي الممتلئ (ن = ٦٠)

| مقياس بيك للاكتئاب | | مقياس الوجود النفسي الممتلئ |
|--------------------|----------------|---------------------------------|
| الدالة الإحصائية | معامل الارتباط | |
| ٠.٠١ | ٠.٣٩٢- | ١ تقبل الذات |
| ٠.٠١ | ٠.٤٧٤- | ٢ العلاقات الإيجابية مع الآخرين |
| ٠.٠١ | ٠.٥٢٢- | ٣ الاستقلالية |
| ٠.٠١ | ٠.٤٣٥ | الدرجة الكلية للمقياس |

يتضح من جدول (٣) وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين درجات الطلبة عينة البحث على مقياس الوجود النفسي الممتلئ ودرجاتهم على مقياس مقياس بيك للاكتئاب، حيث بلغت قيم معاملات الارتباط بين مقياس الاكتئاب وبين ابعاد مقياس الوجود النفسي الممتلئ (تقبل الذات، الاستقلالية، العلاقات الإيجابية مع الآخرين) (-٠.٣٩٢، -٠.٤٧٤، -٠.٥٢٢) على التوالي، مما يعنى تمتع المقياس بدرجة مقبولة من الصدق المرتبط بالمحك.

(٣) ثبات المقياس

أ. طريقة إعادة التطبيق:

تم ذلك بحساب ثبات مقياس الوجود النفسي الممتلئ من خلال إعادة تطبيق المقياس بفواصل زمني قدره أسبوعين، وذلك على عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية، وتم استخراج معاملات الارتباط بين درجات الطلبة عينة الكفاءة السيكومترية باستخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson correlation coefficient)، وكانت جميع معاملات الارتباط لأبعاد المقياس

دالة عند (٠.٠١) مما يشير إلى أن المقياس يعطى نفس النتائج تقريبا إذا ما استخدم أكثر من مرة تحت ظروف مماثلة وبيان ذلك في الجدول (٤):

جدول (٤)

قيم معاملات الثبات لمقياس الوجود النفسي الممتلئ بطريقة اعادة التطبيق

| معامل الثبات (إعادة التطبيق) | | عدد الفقرات | مقياس الوجود النفسي الممتلئ |
|------------------------------|--------------------------------------|-------------|---------------------------------|
| الدالة الإحصائية | الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني | | |
| ٠.٠١ | ٠.٨٨٢ | ١٦ | ١ تقبل الذات |
| ٠.٠١ | ٠.٩١٤ | ١٦ | ٢ العلاقات الإيجابية مع الآخرين |
| ٠.٠١ | ٠.٨٧٩ | ١٦ | ٣ الاستقلالية |
| ٠.٠١ | ٠.٨٢٠ | ٤٨ | الدرجة الكلية للمقياس |

يتضح من خلال جدول (٤) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التطبيقين الأول والثاني الأبعاد مقياس الوجود النفسي الممتلئ والدرجة الكلية، مما يدل على ثبات المقياس، ويؤكد ذلك صلاحيته لقياس السمة التي وضع من أجلها.

ب. طريقة معامل ألفا كرونباخ:

في ضوء نتائج التطبيق على عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية، تم حساب معاملات ثبات أبعاد مقياس الوجود النفسي الممتلئ، فوجد أن جميع معاملات الثبات تتراوح ما بين (٠.٧١٦-٠.٧٥٥) وبيان ذلك في الجدول (٥):

جدول (٥)

معاملات ثبات الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية على مقياس الوجود النفسي الممتلئ

| الاستقلالية | | | العلاقات الإيجابية مع الآخرين | | | تقبل الذات | | |
|----------------------------|-----------|----|-------------------------------|-----------|----|----------------------------|-----------|---|
| معامل الفا كرونباخ = ٠.٧١٦ | | | معامل الفا كرونباخ = ٠.٧٥٥ | | | معامل الفا كرونباخ = ٠.٧٣٠ | | |
| الحالة | قيمة الفا | م | الحالة | قيمة الفا | م | الحالة | قيمة الفا | م |
| لا تستبعد | ٠.٥٧٧ | ٣٣ | لا تستبعد | ٠.٥٧٠ | ١٧ | لا تستبعد | ٠.٥٩١ | ١ |

| | | | | | | | | |
|-----------|-------|----|-----------|-------|----|-----------|-------|----|
| لا تستبعد | ٠.٦٠٧ | ٣٤ | لا تستبعد | ٠.٦٠٥ | ١٨ | لا تستبعد | ٠.٦١٨ | ٢ |
| لا تستبعد | ٠.٦٣٢ | ٣٥ | لا تستبعد | ٠.٦٣٤ | ١٩ | لا تستبعد | ٠.٦٤٦ | ٣ |
| لا تستبعد | ٠.٥٨٤ | ٣٦ | لا تستبعد | ٠.٥٩١ | ٢٠ | لا تستبعد | ٠.٥٨٩ | ٤ |
| لا تستبعد | ٠.٥٣٧ | ٣٧ | لا تستبعد | ٠.٥٤٢ | ٢١ | لا تستبعد | ٠.٥٥١ | ٥ |
| لا تستبعد | ٠.٦٤١ | ٣٨ | لا تستبعد | ٠.٦٤٦ | ٢٢ | لا تستبعد | ٠.٦٥٤ | ٦ |
| لا تستبعد | ٠.٦٥٨ | ٣٩ | لا تستبعد | ٠.٦٦٨ | ٢٣ | لا تستبعد | ٠.٦٨٨ | ٧ |
| لا تستبعد | ٠.٥٩٢ | ٤٠ | لا تستبعد | ٠.٥٩٢ | ٢٤ | لا تستبعد | ٠.٦١٦ | ٨ |
| لا تستبعد | ٠.٦٤٣ | ٤١ | لا تستبعد | ٠.٦٣٥ | ٢٥ | لا تستبعد | ٠.٦٤٤ | ٩ |
| لا تستبعد | ٠.٦٦٨ | ٤٢ | لا تستبعد | ٠.٦٧٠ | ٢٦ | لا تستبعد | ٠.٦٧٤ | ١٠ |
| لا تستبعد | ٠.٦٥٧ | ٤٣ | لا تستبعد | ٠.٦٥٧ | ٢٧ | لا تستبعد | ٠.٦٧٠ | ١١ |
| لا تستبعد | ٠.٦٤٠ | ٤٤ | لا تستبعد | ٠.٦٣٩ | ٢٨ | لا تستبعد | ٠.٦٥٩ | ١٢ |
| لا تستبعد | ٠.٦٥٦ | ٤٥ | لا تستبعد | ٠.٦٦١ | ٢٩ | لا تستبعد | ٠.٦٧٩ | ١٣ |
| لا تستبعد | ٠.٦٠٥ | ٤٦ | لا تستبعد | ٠.٦٠٤ | ٣٠ | لا تستبعد | ٠.٦١٦ | ١٤ |
| لا تستبعد | ٠.٦٣٢ | ٤٧ | لا تستبعد | ٠.٦٣٠ | ٣١ | لا تستبعد | ٠.٦٣٨ | ١٥ |
| لا تستبعد | ٠.٥٦٦ | ٤٨ | لا تستبعد | ٠.٥٥٨ | ٣٢ | لا تستبعد | ٠.٥٧٤ | ١٦ |

يتضح من الجدول (٥) أن معامل ألفا لـ كرونباخ لكل بعد فرعي في حالة حذف كل فقرة من فقراته أقل من أو يساوي معامل ألفا العام للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه الفقرة، أي أن تدخل الفقرة لا يؤدي إلى انخفاض معامل ثبات البعد الفرعي الذي تنتمي إليه الفقرة، وأن استبعاده يؤدي إلى خفض هذا المعامل، وهذا يدل على ثبات جميع فقرات مقياس الوجود النفسي الممتلئ لدى المراهقين (طلبة المرحلة الثانوية).

ت. طريقة التجزئة النصفية:

قام الباحثون بتطبيق مقياس الوجود النفسي الممتلئ على عينة التحقق من الكفاءة السيكمترية التي اشتملت على (٦٠) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية، وتم تصحيح المقياس، ثم تجزئته إلى قسمين، القسم الأول اشتمل على المفردات الفردية، والثاني على المفردات

الزوجية، وذلك لكل طالب على حدة، وتم حساب معامل الارتباط بطريقة بيرسون (Pearson) بين درجات المفحوصين في المفردات الفردية والمفردات الزوجية، فكانت قيمة معامل سبيرمان - براون، ومعامل جثمان العامة للتجزئة النصفية مرتفعة، حيث تدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات وبيان ذلك في الجدول (٦):

جدول (٦)

معاملات ثبات مقياس الوجود النفسي الممتلئ بطريقة التجزئة النصفية

| معامل الثبات (التجزئة النصفية) | | عدد الفقرات | مقياس الوجود النفسي الممتلئ |
|--------------------------------|----------------|-------------|---------------------------------|
| جثمان | سبيرمان- براون | | |
| ٠.٨١١ | ٠.٨١٩ | ١٦ | ١ تقبل الذات |
| ٠.٨٢٤ | ٠.٨٦٨ | ١٦ | ٢ العلاقات الإيجابية مع الآخرين |
| ٠.٧٣٤ | ٠.٧٥٢ | ١٦ | ٣ الاستقلالية |
| ٠.٨٥٦ | ٠.٨٧٨ | ٤٨ | الدرجة الكلية للمقياس |

يتضح من جدول (٦) أن معاملات ثبات المقياس الخاصة بكل بعد من أبعاده بطريقة التجزئة النصفية سبيرمان - براون متقاربة مع مثيلتها طريقة جثمان، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات في قياسه للغة البراجماتية.

الصورة النهائية لمقياس الوجود النفسي الممتلئ لدى المراهقين (طلبة المرحلة الثانوية):

تم التوصل إلى الصورة النهائية للمقياس، والصالحة للتطبيق، وتتضمن (٤٨) فقرة، كل فقرة يتضمن خمس استجابات (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة) موزعة على ثلاثة أبعاد، وذلك على النحو التالي:

- ١) البعد الأول: تقبل الذات: ويتضمن الفقرات (من ١ إلى ١٦).
- ٢) البعد الثاني: الاستقلالية: ويتضمن الفقرات (من ١٧ إلى ٣٢).
- ٣) البعد الثالث: العلاقات الإيجابية مع الآخرين: ويتضمن الفقرات (من ٣٣ إلى ٤٨).

جدول (٧)

أبعاد مقياس الوجود النفسي الممتلئ للمراهقين (طلبة المرحلة الثانوية) والمفردات

| اعلى درجة | اقل درجة | ارقام الفقرات | عدد الفقرات | مقياس الوجود النفسي الممتلئ |
|-----------|----------|---------------|-------------|---------------------------------|
| ٨٠ | ١٦ | من ١ الى ١٦ | ١٦ | ١ تقبل الذات |
| ٨٠ | ١٦ | من ١٧ الى ٣٢ | ١٦ | ٢ العلاقات الإيجابية مع الآخرين |
| ٨٠ | ١٦ | من ٣٣ الى ٤٨ | ١٦ | ٣ الاستقلالية |
| ٢٤٠ | ٤٨ | ٤٨ | | الدرجة الكلية للمقياس |

توصيات الدراسة:

- في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث الحالي يقدم الباحثون بعض التوصيات التالية:
- (١) الاستفادة التربوية من نتائج البحث الحالي في تحسين الوجود النفسي الممتلئ من خلال عقد دورات تدريبية لمعلمي التربية الخاصة عن كيفية تحسين الوجود النفسي الممتلئ عند المراهقين (طلبة المرحلة الثانوية).
 - (٢) تدريب الأخصائيين على إعداد البرامج التدريبية، الإرشادية، والعلاجية التي تتصدى للتغلب على مشكلات الوجود النفسي الممتلئ التي تؤثر بالسلب على المراهقين بالمرحلة الثانوية.
 - (٣) إظهار جوانب القوة لدى المراهقين بالمرحلة الثانوية، وتنميتها حتى تزداد ثقتهم بأنفسهم.
 - (٤) حث أولياء الأمور على تنمية المهارات اللازمة لدى أبنائهم المراهقين بالمرحلة الثانوية.

بحوث مقترحة:

- من خلال ما جاء في الدراسة الحالية من عرض للإطار النظري وتحليل للدراسات السابقة ذات الصلة، فضلا عن نتائج الدراسة الحالية، فقد تبين وجود العديد من التساؤلات التي تحتاج إلى إجراء بعض الدراسات للإجابة عنها، وفيما يلي يعرض الباحثين بعض البحوث التي يري إمكانية إجرائها في المستقبل:
- (١) الخصائص السيكومترية لمقياس الوجود النفسي الممتلئ لدى طلاب الجامعات.
 - (٢) فاعلية التدريب على المهارات الاجتماعية في تنمية الوجود النفسي الممتلئ لدى المراهقين (طلبة المرحلة الثانوية).

- ٣) فاعلية التدريب على القصص الاجتماعي في تنمية الوجود النفسي الممتلئ لدى المراهقين (طلبة المرحلة الثانوية).
- ٤) الخصائص السيكومترية لمقياس الوجود النفسي الممتلئ لذوي الاصابات الدماغية البسيطة.
- ٥) فاعلية التدريب على الأنشطة الترويحية في تنمية الوجود النفسي الممتلئ لدى المراهقين (طلبة المرحلة الثانوية).
- ٦) الخصائص السيكومترية لمقياس الوجود النفسي الممتلئ للأطفال ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه.

مراجع:

- حاجم، خالد أحمد (٢٠١٨). المعتقدات المعرفية وعلاقتها بالوجود النفسي الممتلئ والشفقة بالذات عند طلبة الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة بغداد.
- سالم، محمود (٢٠١٢). النمو الإنساني من بداية التكوين إلى مرحلة المسنين. الرياض: مكتبة الرشد.
- عمار، طاهر سعد حسن (٢٠٢٠). فاعلية برنامج إرشادي تكاملي لزيادة الوجود النفسي الممتلئ لدى أطفال المرحلة الابتدائية. مجلة الإرشاد النفسي، (٦٣)، ١٠٥-١٥٧.
- فرعون، مهند موسى خليل (2020). مساهمة تمايز الذات والوجود النفسي الممتلئ في التنبؤ بأعراض اضطراب ضغط ما بعد الصدمة عند اللاجئين في الأردن (رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة مؤتة.
- عبد الفتاح، غريب (٢٠٠٠). مقياس بيك الثاني للاكتئاب. القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية.
- معمرية، بشير (٢٠١٠). علم النفس الايجابي: اتجاه جديد لدراسة القوى الفضائل الانسانية. دراسات نفسية، ٢، ٩٧-١٥٨.
- مقدادي، يوسف موسى فرحان (٢٠١٥). التفكير الخلقى وعلاقته بالوجود النفسي الممتلئ والسلوك الاجتماعي الايجابي. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ١١ (٣)، ٢٦٩-٢٨٤.
- Cheng, S. T., & Chan, A. C. (2005). Measuring psychological well-being in the Chinese. *Personality and Individual Differences*, 38(6), 1307-1316.
- Clarke, P. J., Marshall, V. W., Ryff, C. D., & Wheaton, B. (2001). Measuring psychological well-being in the Canadian study of health and aging. *International psychogeriatrics*, 13(S1), 79-90.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of happiness studies*, 9, 1-11.

- Exenberger, S., & Juen, B. (2013). *Well-being, resilience and quality of life from children's perspectives: a contextualized approach*. Springer Science & Business Media.
- Fava, G. A., Cosci, F., Guidi, J., & Tomba, E. (2017). Well-being therapy in depression: New insights into the role of psychological well-being in the clinical process. *Depression and anxiety*, 34(9), 801-808.
- Kashdan, T. B., Biswas-Diener, R., & King, L. A. (2008). Reconsidering happiness: The costs of distinguishing between hedonics and eudaimonia. *The Journal of positive psychology*, 3(4), 219-233.
- Kasser, T. (2009). Psychological need satisfaction, personal well-being, and ecological sustainability. *Ecopsychology*, 1(4), 175-180.
- Keyes, C. L. (2006). Subjective well-being in mental health and human development research worldwide: An introduction. *Social indicators research*, 77, 1-10.
- Lee Duckworth, A., Steen, T. A., & Seligman, M. E. (2005). Positive psychology in clinical practice. *Annu. Rev. Clin. Psychol.*, 1, 629-651.
- Riediger, M., & Freund, A. M. (2004). Interference and facilitation among personal goals: Differential associations with subjective well-being and persistent goal pursuit. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(12), 1511-1523.
- Rodriguez, K. E., Greer, J., Yacilla, J. K., Beck, A. M., & O'Haire, M. E. (2020). The effects of assistance dogs on psychosocial health and wellbeing: A systematic literature review. *PLoS One*, 15(12), e0243302.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1), 141-166.
- 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.
- Ryff, C. D. (2016). Beautiful ideas and the scientific enterprise: Sources of intellectual vitality in research on eudaimonic well-being. *Handbook of eudaimonic well-being*, 95-107.

- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719.
- Ryff, C. D., Dienberg Love, G., Urry, H. L., Muller, D., Rosenkranz, M. A., Friedman, E. M., ... & Singer, B. (2006). Psychological well-being and ill-being: do they have distinct or mirrored biological correlates?. *Psychotherapy and psychosomatics*, 75(2), 85-95.
- Schotanus-Dijkstra, M., Drossaert, C. H., Pieterse, M. E., Boon, B., Walburg, J. A., & Bohlmeijer, E. T. (2017). An early intervention to promote well-being and flourishing and reduce anxiety and depression: A randomized controlled trial. *Internet interventions*, 9, 15-24.
- Sin, N. L., & Lyubomirsky, S. (2009). Enhancing well-being and alleviating depressive symptoms with positive psychology interventions: A practice-friendly meta-analysis. *Journal of clinical psychology*, 65(5), 467-487.
- Uysal, M., Sirgy, M. J., Woo, E., & Kim, H. L. (2016). Quality of life (QOL) and well-being research in tourism. *Tourism Management*, 53, 244-261.
- Wissing, M. P., & Temane, Q. M. (2008). The structure of psychological well-being in cultural context: Towards a hierarchical model of psychological health. *Journal of Psychology in Africa*, 18(1), 45-55.
- Wood, A. M., & Joseph, S. (2010). The absence of positive psychological (eudemonic) well-being as a risk factor for depression: A ten year cohort study. *Journal of affective disorders*, 122(3), 213-217.
- Zhang, J., & Norvilitis, J. M. (2002). Measuring Chinese psychological well-being with Western developed instruments. *Journal of personality assessment*, 79(3), 492-511.