https://jsrhs.rcc.edu.ly/
ISSN: 3078-4611
Vol.3 No.2(2026), 191- 207
Article history:
Received:19/08/2026
Accepted:05/11/2026
Published:15/11/2026

مجلة البحوث المستدامة في العلوم الإنسانية

JSRHS

مستوى الازدهار النفسي لدى عينة من طلاب جامعة مصراتة

فيروز صالح جابه.
أستاذ مساعد بكلية التربية جامعة مصراتة.
https://orcid.org/0000-0002-8652-9129
Fairouz.saleh@edu.misuratau.edu.ly
https://doi.org/10.36602/jsrhs.2026.3.2.12

The Level of Psychological Flourishing Among a Sample of Misrata University Students.

Fairouz Saleh Jabeh.
Assistant Professor, Faculty of Education, Misrata University.

Abstract:
This study aimed to assess the level of psychological flourishing and to identify differences in the mean scores of psychological flourishing based on specific demographic variables: academic specialization, age group, and marital status among the study sample. The sample consisted of 200 male and female students from Misrata University. A descriptive-analytical approach was employed, utilizing the Psychological Flourishing Scale developed by Mahmoud (2023). The results indicated a high level of psychological flourishing among the participants. Furthermore, no significant differences in the mean scores of psychological flourishing were found in relation to the demographic variables (academic specialization, age group, and marital status). The study offers several recommendations, including the integration of positive life skills and mental health concepts into university curricula—given their positive impact on fostering an independent student personality—as well as the implementation of counseling programs and awareness-raising lectures designed to enhance psychological flourishing among university students.
Keywords: psychological well-being, students, Misrata University**.**

الملخص:
هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الازدهار النفسي، والتعرف على الفروق في المتوسطات في مستوى الازدهار النفسي والتي تعزى للمتغيرات الديموغرافية التالية: (التخصص الأكاديمي، الفئة العمرية، الحالة الاجتماعية) لدى الطلاب عينة الدراسة. وتكونت العينة من (200) طالب وطالبة من طلاب جامعة مصراتة. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وتم استخدام مقياس الازدهار النفسي من إعداد (محمود،2023)، وأشارت نتائج الدراسة: إلى أن مستوى الازدهار النفسي لدى أفراد العينة كان مرتفعًا. ومن ضمن النتائج كذلك عدم وجود فروق في المتوسطات في مستوى الازدهار النفسي تُعزى للمتغيرات الديموغرافية (التخصص الأكاديمي، الفئة العمرية، الحالة الاجتماعية). وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من التوصيات، منها العمل على دمج مهارات الحياة الإيجابية ومفاهيم الصحة النفسية ضمن المناهج الجامعية، لما لها من أثر إيجابي في بناء شخصية الطالب المستقلة، وضرورة إقامة برامج إرشادية ومحاضرات توعوية تهدف إلى زيادة الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة.
الكلمات المفتاحية: الازدهار النفسي، طلاب، جامعة مصراتة.

1. المقدمة:

تعد المرحلة الجامعية من المراحل الأكاديمية ذات الأثر الكبير في حياة الطلاب، حيث يقطف الطلاب فيها ثمرة جهودهم التي بذلوها في المراحل السابقة، ويمر فيها الطلاب بالعديد من المواقف النفسية والمعرفية والانفعالية والتي تحتاج إلى التخطيط والالتزام واستخدام مقومات الذات بفاعلية وهدوء لتخطي هذه الفترة بسلام وتحقيق أعلى مستوى من التحصيل (علي،2024). حيث يعد طلاب الجامعة هم العنصر الأساس في البناء والتقدم، ولابد من تطوير قدراتهم المعرفية والنفسية، وإعدادهم لقيادة المجتمع في المستقبل في ظل التطور المعرفي والتكنولوجي وانتشار مشتتات الانتباه وكثرة الضغوط النفسية في عصرنا الحالي من أجل الوصول إلى الحياة السارة والجيدة ذات المعنى التي تشعرهم بالمشاعر الإيجابية والأداء النفسي والاجتماعي الإيجابي، والتمتع بمستويات عالية من الرفاهية الشخصية، والوجدانية، والاجتماعية (يوسف، 2022). فعلم النفس الإيجابي يعد أحد فروع علم النفس الحديثة، وينسب إلى مؤسسه سيلجمان حيث يهتم علم النفس الايجابي بالصحة النفسية للفرد، ويعمل على البحث عن العوامل والمتغيرات التي من شأنها رفع درجة الصحة النفسية للفرد بدل من البحث أو التركيز على الاضطرابات النفسية وأسبابها وطرق علاجها، ومن أهم المتغيرات التي اهتم بدراستها علم النفس الإيجابي متغير الازدهار النفسي.

حيث يعد الازدهار النفسي مصطلح "شامل–تكاملي–مثالي" يتضمن كل الجوانب النفسية للفرد وعلاقته بالآخرين أيضاً، وأن اكتشاف وتعلم كيفية توظيفه بفاعلية في الحياة الواقعية له تأثير على الطريقة التي يعيش بها ويتواصل بها مع الآخرين، فالازدهار النفسي هو بناء متعدد الأبعاد يؤثر ويتأثر بكثير من المتغيرات الإيجابية في حياة الفرد (عرفي، 2021).

وأشارت دراسة (العبيدي، 2019) المذكورة في (خضير،2022) أن الأفراد الذين يمتلكون مستوى مرتفع من الازدهار النفسي يميلون إلى التركيز على نمو الشخصية، ويميلون إلى التغلب على تجارب الحياة الصعبة، فهم أكثر فاعلية في اكتساب رؤى جديدة حول الذات. ولديهم القدرة على مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية، والاستخدام الفعال للفرص المتاحة لهم. فضلاً عن قدرتهم على تكوين علاقات ناجحة مع الآخرين ولديهم معتقدات بنّاءة تعطي معنى لحياتهم. فموضوع الازدهار النفسي يُعدّ من الموضوعات الجديرة بالدراسة لما له من أهمية في توجيه سلوك الفرد وفي صحته النفسية، حيث إن هذا المتغير لم يحظى بالاهتمام الكافي بالبحث والدراسة في البيئة المحلية والعربية، فلازالت الدراسات عنه قليلة، وفي هذا السياق أتى اهتمام الباحثة بمعرفة مستوى الازدهار النفسي لدى عينة من طلاب جامعة مصراتة، وكذلك التعرف على الفروق في درجة الازدهار النفسي بناءً على المتغيرات الديموغرافية التالية (التخصص الأكاديمي، والفئة العمرية، والحالة الاجتماعية).

2. الدراسات السابقة:

هدفت دراسة محمود (2023) إلى الكشف عن العلاقة بين الازدهار النفسي وكل من المناعة النفسية والوعي بالذات، والتعرف على كون هذين المتغيرين يعملان كمنبئين بالازدهار النفسي لدى الشباب الجامعي، فضلاً عن التعرف على أثر متغيرات مثل النوع (ذكور وإناث)، والتخصص الدراسي (علمي وأدبي)، والتفاعل بينهما على كل من الازدهار النفسي والمناعة النفسية والوعي بالذات، وتم اتباع المنهج الوصفي الارتباطي التنبؤي، وتكونت عينة الدراسة الأساسية من 232 طالباً و طالبةً من الطلاب الدارسين بكليتي التربية والعلوم جامعة عين شمس، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعًا للنوع أو التخصص الدراسي أو التفاعل بينهما على كل الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الازدهار النفسي، باستثناء بُعد "العلاقات الإيجابية مع الآخرين" حيث وجدت فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 وفقاً لمتغير النوع ولصالح الإناث.

وأجرت القصاصي (2023) دراسة هدفت إلى التعرف على تنظيم الانفعالات الإيجابية وعلاقتها بالازدهار النفسي لدى طلبة البرنامج المكثف في جامعة الخليل، حيث تم اتباع المنهج الوصفي الارتباطي، تكونت عينة الدراسة من (200) طالباً وطالبةً، تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية، وقد أظهرت النتائج أن مستوى الازدهار النفسي لدى الطلاب عينة الدراسة جاء مرتفعاً. وأظهرت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند الدرجة الكلية للازدهار النفسي لدى الطلاب عينة الدراسة تعزي لمتغير الجنس، وجاءت الفروق لصالح الإناث. وكذلك عدم وجود فروق دالة إحصائياً تعزي لمتغير الكلية ولمتغير السنة الدراسية، ولمتغير الحالة الاجتماعية.

كما أجرت هيبة ورزق (2021) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين الصمود النفسي كمتغير مستقل، والمناعة النفسية كمتغير وسيط، والازدهار النفسي كمتغير تابع، لدى الطالب المعلم وبلغت عينة الدراسة (176) طالباً وطالبةً من طلاب الفرقتين الثالثة والرابعة من شعب اللغة الألمانية وعلم النفس، والبيولوجي والكيمياء، وتم اتباع المنهج الوصفي لملائمته لأهداف الدراسة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الازدهار النفسي مرتفع لدى عينة الدراسة، وكذلك أوضحت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي، في البُعد الوجداني، والبعد الاجتماعي، والبعد الروحي، والبعد الشخصي لصالح أفراد العينة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي في الدرجة الكلية للمقياس لصالح العينة، وهذا يدل على أن عينة الدراسة لديها مستويً مُرتفع في جميع أبعاد مقياس الازدهار النفسي.

التعقيب على الدراسات السابقة: يتضح من خلال استعراض الدراسات السابقة أهمية موضوع الدراسة وهو معرفة مستوى الازدهار النفسي لدى طلاب جامعة مصراتة، لما له من آثار على مختلف جوانب الشخصية لدى الفرد، ومن خلال هذا العرض اتضح أن الدراسات السابقة اختلفت من حيث الأهداف واتفقت في استخدامها لمنهجية البحث الوصفي بأشكاله المختلفة، فمنها من استخدم المنهج الوصفي التحليلي، ومنها من استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، ومنها من استخدم المنهج الوصفي المقارن، ومنها من لجأ إلى استخدام المنهج الوصفي الارتباطي التنبؤي، كل دراسة استخدمت ما يناسبها من مناهج البحث الوصفي بما يتفق مع أهدافها، أما بالنسبة للعينات فقد اختلفت كذلك من دراسة لأخرى. وتنوعت كذلك في مجال دراستها حيث هدفت دراسة هيبة ورزق (2022) قد هدفت إلى معرفة العلاقة بين الصمود النفسي، والمناعة النفسية، والازدهار النفسي، وقد توصلت إلى أن مستوى الازدهار النفسي كان مرتفعاً لدى عينة الدراسة، وأما دراسة القصاصي (2023) قد هدفت إلى التعرف على تنظيم الانفعالات الإيجابية وعلاقتها بالازدهار النفسي، وقد توصلت إلى أن مستوى الازدهار النفسي كان مُرتفعًا، وأما دراسة محمود (2023) قد هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الازدهار النفسي وكل من المناعة النفسية والوعي بالذات، والتعرف إذا ما كان هذين المتغيرين عملا كمنبئين بالازدهار النفسي لدى الشباب الجامعي، وايضاً التعرف على أثر عدد من المتغيرات الديموغرافية والتفاعل بينهما على كلٍ من الازدهار النفسي والمناعة النفسية والوعي بالذات.

فما يميز الدراسة الحالية على المستوى المحلي هو كونها قامت بدراسة الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة، وأيضاً معرفة الفروق في المتوسطات بين أفراد العينة والتي تعزى للمتغيرات الديموغرافية (التخصص الأكاديمي، الفئة العمرية، الحالة الاجتماعية) لفئة طلاب جامعة مصراتة، حيث إن متغير الدراسة الحالية لم يتم تناوله على هذه الشريحة من المجتمع _ على حد علم الباحثة _ ومن وجهة نظر الباحثة فإن هذه المتغير جدير بالدراسة على هذه الفئة العمرية وعلى فئات أخرى من المجتمع. وقد تكون بادرة لإجراء المزيد من البحوث والدراسات لمتغيرات علم النفس الإيجابي، ولهذا المتغير على وجه الخصوص وربطه بمتغيرات أخرى، وتنفرد هذه

الدراسة في كونها تناول هذا المتغير والذي لم تناوله الدراسات السابقة وخاصة على مستوى البيئة المحلية، وتميزها في دراسة مستوى الازدهار النفسي وربطه بالمتغيرات الديموغرافية (الفئة العمرية، والتخصص الدراسي، والحالة الاجتماعية)، مما جعلها إضافةً علمية جديدة يمكن الاستفادة منها، والانطلاق منها لدراسة هذا المتغير لدى فئات عمرية أخرى، ولدى عينات مختلفة. وقد استفادت الدراسة الحالية كذلك من الدراسات السابقة في اختيار المنهجية العلمية وصياغة أهداف الدراسة وتساؤلاتها وتوظيفها في مناقشة النتائج، وفي اختيار المنهجية العلمية المناسبة، وفي الاختيار المناسب لحجم العينة وطريقة اختيارها.

3. مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

من خلال اطلاع الباحثة على الدراسات السابقة حول متغير الدراسة الحالي، لاحظت في الآونة الأخيرة أن الدراسات الحديثة في علم النفس بدأت بالاهتمام بالجوانب الإيجابية لشخصية الفرد، وكل ما له علاقة بالحفاظ على مستوىً جيد من الصحة النفسية والجسدية، الأمر الذي يحقق الرضا والسعادة والقدرة على التكيف والتوافق مع متطلبات الحياة ومواجهة الصعاب المختلفة. فقد تناولت الدراسات حديثًا متغير هام وهو الازدهار النفسي والذي يعد من المتغيرات الإيجابية التي تجعل الإنسان قادراً على تحقيق التوافق والرضا بشكل عام. والذي يعد مؤشراً على تمتعه بصحة نفسية سوية وتوافق جيد ورضا عن الحياة وقدرة جيدة على مواجهة ضغوطات الحياة، حيث يتعرض الطالب الجامعي للعديد من الضغوطات التي تنطوي على العديد من مصادر القلق والخطر والتهديد الأمر الذي يؤثر على توافقهم.

فالازدهار شكل من أشكال الصحة النفسية الإيجابية والذي يُعبر عن مزيج من الشعور والأداء الجيد للفرد مما يجعله فعالاً ويقوده إلى الرفاهية النفسية. وامتلاك الفرد الحياة الهادفة والعلاقات الإيجابية وكفاءة المشاعر واحترام الذات والتفاعل، والانخراط في المجتمع بشكل سليم (مصطفى، 2017). حيث ترى العبيدي أن الازدهار النفسي من المفاهيم الحديثة التي يتحدث عنها علم النفس الإيجابي لما له من دور فعال في تحقيق الصحة النفسية لدى الأفراد، وهو من المفاهيم الرئيسية في علم النفس الإيجابي وله ارتباط بشكل مباشر بالرفاهية النفسية والسعادة النفسية، وهو مرتبط بشكل مباشر بالحالة المزاجية للفرد (العبيدي، 2019). فتمتع الطالب الجامعي بالصحة النفسية والسوية والتي تتحدد من خلال الشعور بالسعادة النفسية. والازدهار النفسي يعد من الأمور المهمة التي يجب أخذها في عين الاعتبار، لما لها من آثار ملموسة في بناء شخصية الفرد وصحته النفسية. ونظراً لأهمية دراسة المتغيرات الإيجابية كان التركيز في الدراسة الحالية على متغير من متغيرات علم النفس الإيجابي وهو: الازدهار النفسي، فهذا المتغير يساهم في تحقيق التوازن لدى عامة الناس، وطالبات الجامعة بشكل خاص باعتبارهن عينة الدراسة الحالية، مما يحقق توافقهم بشكل عام مع متطلبات الحياة ومعرفة مدى قدرتهم على إعادة التوافق بعد مرورهم بمصاعب ومشكلات. ومن هنا جاء اهتمام الباحثة بدراسة هذا المتغير وهو الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة، حيث لم يقع بيد الباحثة أي دراسة في البيئة المحلية على هذا المتغير ولهذه الفئة من المجتمع. لذلك ارتأت الباحثة القيام بهذا البحث نظراً لأن فئة طلاب الجامعة في مرحلة الدراسة الجامعية يعدون من الفئات المهمة في المجتمع. وصحتهم النفسية من الأمور التي لها أهميتها. ومن هذا المنطلق حاولت الدراسة الحالية معرفة مستوى الازدهار النفسي لدى عينة من طلاب جامعة مصراتة، ومعرفة الفروق في المتوسطات في مستوى الازدهار النفسي لدى عينة من طلاب جامعة مصراتة تعزى لمتغيرات التخصص الأكاديمي، والحالة الاجتماعية، والفئة العمرية.

تساؤلات الدراسة: تتلخص تساؤلات الدراسة الحالية في الإجابة عن التساؤلات التالية:

السؤال الأول: ما مستوى الازدهار النفسي لدى عينة من طلاب جامعة مصراتة؟

السؤال الثاني: هل توجد فروق في المتوسطات ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في الازدهار النفسي لدى الطلاب عينة الدراسة تعزي لمتغيرات (التخصص الأكاديمي، الفئة العمرية، الحالة الاجتماعية)؟

4. أهداف الدراسة:

تناولت هذه الدراسة مستوى الازدهار النفسي لدى عينة من طلاب جامعة مصراتة، ومعرفة الفروق في المتوسطات في مستوى الازدهار النفسي والتي تعزى للمتغيرات الديموغرافية (التخصص الأكاديمي، الفئة العمرية، الحالة الاجتماعية) ويمكن تلخيص أهدافها في النقاط التالية:

1-التعرف على مستوى الازدهار النفسي لدى عينة من طلاب جامعة مصراتة.

2-معرفة الفروق في المتوسطات ذات دلالة إحصائية في مستوى الازدهار النفسي بين الطلاب عينة الدراسة تُعزي لمتغيرات (التخصص الأكاديمي، الفئة العمرية، الحالة الاجتماعية)؟

5. أهمية الدراسة:

يعد موضوع الدراسة الحالية من الموضوعات ذات الأهمية والتي يجدر الاهتمام بدراستها لدى طلاب الجامعة، ويعود السبب لكون هذا المتغير من المتغيرات الحديثة نسبياً في البيئة المحلية، ولقلة الدراسات العلمية حولها – على حسب علم الباحثة- وذلك لما له من آثار نفسية على الطلاب عينة الدراسة، لذلك تتضح أهمية الدراسة على المستويين النظري والتطبيقي على النحو التالي:

أولاً: الأهمية النظرية: تناولت هذه الدراسة متغيراً مهماً في مجال علم النفس الإيجابي ألا وهو الازدهار النفسي، وتأثيره على شخصيات طلاب الجامعة ومستقبلهم الأكاديمي، حيث تبرز أهميته كذلك في تناوله لعينة تعد أساساً لتقدم المجتمع ونموه والتي تساهم في تطوره وهم طلاب الجامعة، حيث تساعد الدراسة الحالية في تقديم معلومات نظرية عن الازدهار النفسي ومساهمته في صحة الطلاب النفسية، كما أنها تسعى لإثراء المكتبة المحلية والعربية في هذا المجال بما تضيفه الدراسة من إطار نظري ودراسات سابقة عن الازدهار النفسي، لكون هذا المتغير من المتغيرات حديثة الدراسة في البيئة المحلية. وذلك لقلة الدراسات المحلية التي تناولت هذا المتغير على طلاب الجامعة في البيئة الليبية، والتي تفتح المجال للعديد من الدراسات المستقبلية عن الازدهار النفسي لدى عينات مختلفة وربطها، بمتغيرات أخرى.

ثانياً: الأهمية التطبيقية: تنبع الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة من أهمية المتغير المدروس نظرًا لحداثته في البيئة المحلية، ولتقديمه مقياس يقيس الازدهار النفسي بأبعاده الخمسة: (تقبل الذات، والمشاعر الإيجابية، والهدف في الحياة، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والنمو الشخصي) لدى طلاب الجامعة. كما أن نتائج الدراسة قد تفيد الباحثين والأخصائيين والمرشدين النفسيين، والتربويين بأهمية الازدهار النفسي، وتقديم المساعدة المتخصصة المتمثلة بتقديم البرامج الارشادية والبرامج التدريبية والأنشطة الأكاديمية والبرامج التربوية المناسبة لطلاب الجامعة الذين لديهم مستوىً منخفضًا في الازدهار النفسي. كذلك الاستفادة من المقياس المستخدم في هذه الدراسة ومع هذه الفئة المهمة في المجتمع. وفهم دور الازدهار النفسي الذي يتمثل في مساعدة الطلاب على تحسين جودة حياتهم وتطويرهم أكاديمياً. كذلك تقديم المساعدة للأساتذة والأخصائيين النفسانيين في معرفة كيفية التعامل مع الطلاب وتوفير المناخ الجامعي المناسب لهم للرفع من مستوى الازدهار النفسي لديهم.

6. مصطلحات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية:

تناولت الدراسة الحالية المفاهيم والمصطلحات التالية:

الازدهار النفسي: فقد عرفه الشريف وشرف (2023، ص99) المذكور في (الراشدان، 2023، ص108) بأنه: "حالة من الطمأنينة يتمتع بها الأفراد، وتظهر من خلال التوجه الإيجابي نحو الحياة، والإنجاز الذاتي والانتماء الروحي، والتوافق النفسي والاجتماعي". أما (العبيدي، 2019، ص40) فقد عرفته بأنه: "شعور الفرد بالتفاؤل والكفاءة وقدرته على رفاهية الآخرين والعمل على تحسين بيئته لكي تلبي احتياجات الآخرين وحرية تقرير المصير ومقاومة الضغوط الاجتماعية، والانفتاح على الحياة والرضا عن الوضع العام، فضلاً عن شُعوره بالإشباع مادياً وصحياً واجتماعياً وجسدياً وروحياً". وقد قامت الباحثة بتبني تعريف الشريف وشرف للازدهار النفسي.

وتعرف الباحثة الازدهار النفسي إجرائيًا بأنه: الدرجة التي تحصل عليها طلاب جامعة مصراتة على كل بعد من أبعاد المقياس المستخدم في هذه الدراسة، والذي من إعداد (محمود، 2023).

7. حدود الدراسة:

تحدد الدراسة الحالية في الحدود التالية:

الحدود الموضوعية: مستوى الازدهار النفسي لدى عينة من طلاب جامعة مصراتة.

الحدود البشرية: عينة من طلاب جامعة مصراتة.

الحدود الزمنية: الفصل الدراسي الربيع من العام الجامعي 2025–2026.

الحدود المكانية: كليات جامعة مصراتة.

محددات الدراسة: تتحدد نتائج الدراسة الحالية بالإجراءات التي تم اتباعها في تحديد مجتمع الدراسة وعينتها، والإجراءات التي تم اتباعها في تطبيق الأداة المستخدمة (مقياس الازدهار النفسي) وما يتحقق لها من صدق وثبات، بالإضافة إلى الأساليب الإحصائية المستخدمة للإجابة عن تساؤلات الدراسة.

8. مفهوم الازدهار النفسي:

يعد مفهوم الازدهار النفسي من المفاهيم الحديثة نسبياً التي يتناولها علم النفس الإيجابي لما له من دور هام في تحقيق الصحة النفسية والتوافق لدى الأفراد، وهو من المفاهيم الرئيسية في علم النفس الإيجابي، وقد يكون هناك تداخل بينه وبين بعض المفاهيم كالرفاهية النفسية والسعادة النفسية، إلا أن الازدهار النفسي أوسع منهما ويحتويهما فهو فضلاً عنهما مرتبط بالحالة المزاجية الإيجابية للفرد والتفاؤل وشعور الفرد بمسؤوليته تجاه رفاهية الآخرين. ولا شك أن الازدهار النفسي من المفاهيم المعقدة نسبياً نظراً لصعوبة تحليل عناصره والعوامل التي تبنى عليها إذ يشكل هذا المفهوم العمود الفقري لعلم النفس الإيجابي، فالازدهار النفسي هو ما يسعى كل شخص سليم نفسيًا الوصول إليه والعيش في عالمه (العبيدي، 2019). وهو بنية نفسية تتألف من عدة أبعاد، هي: البعد الوجداني (ويتضمن انخفاض المشاعر السلبية وارتفاع المشاعر الإيجابية، والرضا عن الحياة)، والبعد الشخصي (ويتضمن تقبل الذات، والنمو الشخصي، ووجود هدف من الحياة، والتمكن البيئي، والاستقلالية والعلاقات الإيجابية مع الآخرين)، والبعد الاجتماعي (ويتضمن تقبل المجتمع، والشعور بالنمو المجتمعي، والمساهمة المجتمعية، والترابط مع المجتمع، والاندماج الاجتماعي)، والبعد الروحي (ويتضمن مظاهر التدين، والتسامي الروحي) (رزق، 2020).

أبعاد الازدهار النفسي: أشارت (محمود، 2023)، في دراستها إلى مجموعة من الأبعاد التي توضح أبعاد الازدهار النفسي، وهي:
المشاعر الإيجابية: يقصد بها شعور الفرد بالبهجة والسعادة والهدوء والسكينة معظم الوقت وبشكل مستمر، دون أن يكون هذا الشعور مجرد شعوراً وقتياً يرتبط بحدث ما ويزول بزواله، وإنما هو حالة مستمرة من شعور الفرد بالارتياح الكامل والرضا عن الحياة، وأن حياته تسير تماماً كما يريد.

تقبل الذات: يقصد به اتجاهات الفرد الإيجابية نحو الذَّات سواء في الماضي أو الحاضر، وتقبل الجوانب المتعددة للذات من إيجابيات وسلبيات، وشعور الفرد بالرضا نحو قدراته وإمكاناته واستعداداته.

الهدف في الحياة: ويقصد به القدرة على تحديد الأهداف والطموحات في الحياة بشكل موضوعي، والسعي المنظم نحو تحقيقها مع التحلي بروح المثابرة، والصبر ومقاومة العقبات وصولًا لتحقيق الهدف، حتى يشعر الفرد بأن حياته لها قيمة ومعنى وهدف عظيم بالنسبة له.

النمو الشخصي: ويقصد به سعي الفرد لتنمية مهاراته وتطوير إمكاناته وقدراته بشكل مستمر، والتحلي بالمرونة في التفكير والانفتاح على الخبرات الجديدة من أجل التطوير المستمر للذات.

العلاقات الإيجابية مع الآخرين: ويقصد بها قدرة الفرد على تكوين علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين، وتنمية مشاعر الدفء والثقة والتعاطف والتعاون معهم. وكذلك شعور الفرد بأنه عنصر مساهم وفعّال في تحقيق سعادة الآخرين وتقديم المساعدة لهم دون انتظار مقابل.

النظريات المفسرة للازدهار النفسي: تعددت نظريات العلماء في تفسيرهم لمفهوم الازدهار النفسي بتعدد واختلاف وجهات نظرهم وتصوراتهم لمكونات الازدهار النفسي:

نظرية مارتن سليجمان: يعتبر سليجمان من أوائل مؤسسي علم النفس الايجابي وقدم مفهوم السعادة ثم اقترح مفهوم الازدهار النفسي كَمِحك ومِعيار لها، وتبنى أخيرًا دعم وتنمية الازدهار على مستوى الأفراد، والأسر، والمجتمعات كهدف رئيسي لعلم النفس الايجابي، ثم قدم نظرية للازدهار تتضمن تصوراً للازدهار النفسي أطلق عليها نموذج PERMA، ويتكون من خمس مكونات هي: الانفعال الموجب، الاندماج، العلاقات الاجتماعية، الإحساس بالمعنى، والإنجاز (زكي وحرب، 2021).

نموذج كارول رايف في الازدهار النفسي المتكامل: ويعود الفضل إلى كارول رايف في استخدام مصطلح الازدهار النفسي والتي اعتمدت فيه على مراجعة الكتابات المبكرة في علم النفس وحددت ست أبعاد أساسية للهناء النفسي هي: السيطرة على البيئة، وتقبل الذَّات، والاستقلالية، والنمو الشخصي، والعلاقات الايجابية مع الآخرين، والغرض من الحياة. وبالرغم من استخدام مصطلح الازدهار النفسي الوجودي ضمن هذا الاتجاه إلا أنه أقرب للنموذج الذي أصل له دنيز في مفهومه للهناء الشخصي، حيث يتضمن مفهومه تقييماً معرفياً ووجدانياً للأحداث اليومية، أما مفهوم الازدهار الاجتماعي فيعكس النجاح في العلاقات الاجتماعية، وأن اختيارات الفرد واهتمامه أساس قيمي، وأن لدى الشخص رغبة في التواصل مع الآخرين، ولديه مقدرة على التعامل بكفاءة مع التحديات الصعبة وتعكس أيضاً شعور الفرد بالألفة حينما يتواجد مع الناس (الكرخ، 2011) المذكور في (القصاصي، 2023).

9. إجراءات الدراسة:

1.9 مجتمع وعينة الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلاب الملتحقين بجامعة مصراتة من مختلف الكليات والأقسام العلمية والتخصصات الدراسية.

وشملت عينة الدراسة الآتي:

– العينة الاستطلاعية: تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (50) طالب وطالبة من طلاب جامعة مصراتة موزعين على كافة الكليات والأقسام العلمية والتخصصات الدراسية. وكان الهدف من هذه العينة هو التحقق من الخصائص السيكو مترية لأداة الدراسة، وكذلك من وضوح فقرات المقياس للطلاب عينة الدراسة.

– العينة الأساسية: تكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة من طلاب جامعة مصراتة، من مجتمع الدراسة، وتم اختيارهم بطريقة العينة المتاحة. وقد تم تصميم استبانة اليكترونية وتوزيعها الكترونياً على أفراد عينة الدراسة.

جدول (1) المتغيرات الديموغرافية لعينة الدراسة حسب التخصص الأكاديمي والفئة العمرية والحالة الاجتماعية.

التوزيع التكراري والنسب المئوية لأفراد العينة حسب التخصص الأكاديمي		
التخصص الأكاديمي	**التكرار**	**النسبة المئوية**
علوم تطبيقية	86	%43
علوم إنسانية	114	%57
المجموع	200	%100
التوزيع التكراري والنسب المئوية لأفراد العينة حسب الفئة العمرية.		
الفئة العمرية	**التكرار**	**النسبة المئوية**
من 18 _22 سنة	152	%76
أكبر من22 سنة	48	%24
المجموع	200	%100
التوزيع التكراري والنسب المئوية لأفراد العينة حسب الحالة الاجتماعية.		
الحالة الاجتماعية	**التكرار**	**النسبة المئوية**
متزوج	51	%25.5
غير متزوج	149	%74.5
المجموع	200	%100

2.9 أداة الدراسة:

للإجابة عن تساؤلات الدراسة تم استخدام مقياس الازدهار النفسي من إعداد (د. هبة محمود،2023)، وفيما يلي وصف للأداة المستخدمة في الدراسة:

- **مقياس الازدهار النفسي:**

تم استخدام مقياس الازدهار النفسي من إعداد (هبة محمود،2023) حيث تكون المقياس من (35) فقرة، كل فقرة لها تعبير على مستوى الازدهار النفسي موزعة على خمسة أبعاد وهي: تقبل الذات، المشاعر الإيجابية، الهدف في الحياة، العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، النمو الشخصي، إلا أنه تم حذف الفقرات السلبية من المقياس الأصلي بناءً على تعليمات السادة المحكمين، والتي كانت

أرقامها في المقياس الأصلي (4-16-20-27-31)، وأُعيد ترتيب فقرات المقياس قبل عرضه على تطبيقها على العينة الاستطلاعية. وبذلك تكون المقياس في صورته الأولية في هذه الدراسة من (30) فقرة.

1-تقبل الذَّات: وتمثله الفقرات (1-2-3-4-5-6-7)

2- المشاعر الإيجابية: وتمثله الفقرات (8-9-10-11-12-13-14-15).

3- الهدف من الحياة: وتمثله الفقرات (16-17-18-19-20).

4-العلاقات الإيجابية مع الآخرين: وتمثله الفقرات (21-22-23-24-25).

5- النمو الشخصي: وتمثله الفقرات (26-27-28-29-30).

- **تصحيح المقياس:**

تكون المقياس في صورته النهائية من (30) فقرة، منها (29) فقرة إيجابية، وتصحيحها (موافق 3، أحيانًا 2، وغير موافق 1). والفقرات السلبية (4_16_20_27_31) وطريقة تصحيحها بالعكس، حيث أن (موافق 1، أحيانًا 2، وغير موافق 3). إلا أنه تم حذف الفقرات السلبية من المقياس الأصلي بناءً على تعليمات السادة المحكمين للمقياس، وبذلك أصبح المقياس مكونًا من (30) فقرة، جميعها فقرات إيجابية. ويعطى الطالب ثلاث درجات إذا كانت إجابته بـ "موافق" ودرجتان إذا كانت إجابته بـ "أحيانًا" ودرجة واحدة إذا كانت إجابته "غير موافق"، وبذلك تكون أعلى درجة يتحصل عليها المفحوص (90) درجة، وأدنى درجة يحصل عليها المفحوص (30)، حيث تشير الدرجة المرتفعة على هذا المقياس إلى تمتع أفراد العينة بالازدهار النفسي، والدرجة المنخفضة تشير إلى درجة منخفضة من الازدهار النفسي.

صدق المقياس: قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (139) طالبًا وطالبة بكليتي التربية والعلوم جامعة عين شمس (36 ذكور و103 إناث) بمتوسط عمري قدره 20.63 وانحراف معياري قدره 1.56، وكان الهدف من هذه العينة هو التحقق من الخصائص السيكو مترية لأداة الدراسة. قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية للمقياس باستخدام التحليل العاملي التوكيدي عن طريق برنامج AMOS20. وتبين من خلاله أن جميع مفردات مقياس الازدهار النفسي كانت دالة عند مستوى دلالة (0.01)، وقد قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لأبعاد المقياس، وجاءت النتائج بأن جميع المؤشرات جيدة حيث كانت قيمة X^2 للنموذج تساوي 893.19 بدرجات حرية مساوية لـ 517 وهي دالة إحصائيًا عند مستوى (0.01)، وكانت النسبة بين قيمة X^2 إلى درجات الحرية تساوي 1.72، ومؤشرات حسن المطابقة (RMSEA=0.07,CFI=0.96,IFI=0.96,NFI=0.93,GFI=0.95) مما يدل على وجود مطابقة جيدة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الازدهار النفسي.

وللتحقق من صدق المقياس في الدراسة الحالية، تم التحقق من صدق المقياس من خلال أسلوبين هما: صدق المحتوى (الصدق الظاهري)، وصدق البناء.

1. **صدق المحتوى:** تم عرض المقياس على (10) من المحكمين الخبراء والمتخصصين في علم النفس بصورته الأولية، وقد أشارت نتائج التحكيم إلى سلامة الفقرات وملائمتها لقياس الازدهار النفسي، وتم حذف الفقرات السلبية من قبل المحكمين.
2. **صدق البناء:** وكمؤشر لصدق البناء تم تطبيق المقياس في صورته المُعدلة على عينة استطلاعية مكونة من (50) طالب وطالبة من طلاب جامعة مصراتة، وتم حساب معامل ارتباط كل فقرة من فقرات المقياس مع الدرجة الكلية، وقد تراوحت معاملات

الارتباط بين (0.77–0.80)، وفي ضوء ذلك تبين أن كل الفقرات للمقياس ذات الدلالة الإحصائية عند مستوى دلالة (<0.05). وبذلك فإن معامل ارتباط كل فقرة من فقرات المقياس مع المقياس كاملًا كما هو موضح في الجدول (2).

جدول 2 يوضح معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الازدهار النفسي.

رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة مع المقياس ككل	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالمقياس ككل
1	.80	16	.78
2	.80	17	.79
3	.79	18	.78
4	.80	19	.79
5	.80	20	.78
6	.78	21	.79
7	.80	22	.79
8	.80	23	.80
9	.80	24	.80
10	.80	25	.79
11	.79	26	.77
12	.79	27	.79
13	.79	28	.79
14	.79	29	.78
15	.78	30	.80

وتبين من الجدول (2) أن جميع الفقرات دالة وصادقة عند مستوى الدلالة (α=0.05)، وبهذا تضمن مقياس الازدهار النفسي بصيغته النهائية (30) فقرة.

وكمؤشر لصدق البناء، تم حساب معامل ارتباط كل فقرة من فقرات المقياس مع البعد الذي تنتمي إليه وتراوحت معاملات الارتباط للبعد الأول بين (0.47–0.60)، أما البعد الثاني فقد بلغت معاملات الارتباط بين (0.32–0.48)، أما البعد الثالث فقد بلغت معاملات الارتباط بين (0.36–0.57). أما معامل ارتباط البعد الرابع فقد بلغت معاملات الارتباط بين (0.28–0.55)، والبعد الخامس فقد بلغت معاملات الارتباط بين (0.59–0.68) أما معاملات الارتباط بين الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس (0.46–0.67). والجدول (3) يوضح معامل ارتباط كل فقرة بالبعد الذي تنتمي إليه.

جدول 3 يوضح معامل ارتباط كل فقرة من فقرات المقياس مع البعد.

رقم الفقرة	ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
1	.58

	2	.58
البعد الأول: تقبل الذَّات	3	.47
	4	.58
	5	.60
	6	.47
	7	.59
	8	.46
	9	.35
البعد الثاني: المشاعر	10	.48
الإيجابية	11	.47
	12	.40
	13	.43
	14	.43
	15	.32
	16	.49
البعد الثالث: الهدف	17	.57
في الحياة	18	.36
	19	.56
	20	.36
	21	.28
البعد الرابع: العلاقات	22	.36
الإيجابية مع الآخرين	23	.49
	24	.55
	25	.43
البعد الخامس: النمو	26	.59
الشخصي	27	.60
	28	.59
	29	.60
	30	.68

- **ثبات المقياس:**

تم حساب معامل الثبات للمقياس باستخدام طريقتين، هما:

معامل ألفا–كرونباخ: استخدمت الباحثة معامل ألفا–كرونباخ لاستخراج معامل الثبات للمقياس والذي بلغ (0.92) وهي تعتبر قيمة جيدة ومقبولة في ثبات المقياس. كذلك تم حساب قيمة الثبات لأبعاد المقياس وبلغت قيمة ألفا كرونباخ للبعد الأول تقبل الذات (0.82)، والبعد الثاني المشاعر الإيجابية قيمته بلغت (0.84)، أما البعد الثالث الهدف في الحياة فبلغت قيمته (0.81)، والبعد الرابع العلاقات الإيجابية مع الاخرين جاءت قيمة ألفا كرونباخ مساوية لـ (0.79)، والبعد الخامس النمو الشخصي كانت قيمة ألفا كرونباخ (0.81).

طريقة التجزئة النصفية: استخدمت الباحثة طريقة التجزئة النصفية لاستخراج معامل الثبات للمقياس، وقد استخدمت معادلة سبيرمان –براون، لتصحيح معامل الارتباط والذي بلغ للمقياس ككل (0.91)، كذلك تم حساب معامل الارتباط وتصحيحه بطريقة سبيرمان – براون لأبعاد المقياس، والتي جاءت كالتالي: البعد الأول تقبل الذات جاءت مساوية لـ (0.81)، والبعد الثاني المشاعر الايجابية (0.81)، أما البعد الثالث الهدف في الحياة فكانت القيمة (0.78)، والبعد الرابع العلاقات الإيجابية مع الآخرين بلغت قيمة سبيرمان –براون (0.77)، والبعد الخامس النمو الشخصي بلغت قيمته (0.79)، وهذا يدل على أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات المقياس، وهذا دليل على أن الأداة المستخدمة تتمتع بدرجة جيدة من الصدق والثبات ويمكن استخدامها علمياً.

ولأغراض هذه الدراسة تم استخراج ثبات المقياس عن طريق التجزئة النصفية على عينة مكونة من (50) طالب وطالبة من طلاب جامعة مصراتة، وباستخدام معامل الثبات والذي بلغ (0.46) وتم تصحيحه باستخدام طريقة سبيرمان – براون وبلغ (0.63)، وبطريقة جثمان بلغت قيمة معامل الثبات (0.60)، وكذلك تم استخراج الثبات بطريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة ألفا– كرونباخ على نفس العينة والذي بلغ للمقياس ككل (0.80)، وهي قيمة جيدة ومناسبة لأغراض الدراسة.

10.منهجية الدراسة:

تم اللجوء إلى استخدام المنهج الوصفي التحليلي في هذه الدراسة؛ وذلك لملاءمته للإجابة عن تساؤلات الدراسة وللظاهرة المراد قياسها.

1.10 متغيرات الدراسة:

أما عن متغيرات الدراسة، فهي كالتالي:

المتغير الأساسي: الازدهار النفسي. المتغيرات الديموغرافية: الفئة العمرية، التخصص الأكاديمي، الحالة الاجتماعية.

2.10 الأساليب الإحصائية:

للإجابة عن تساؤلات الدراسة تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية: للتأكد من صدق البناء تم حساب معامل ارتباط بيرسون (Pearson) لكل فقرة من فقرات المقياس مع الدرجة الكلية لمقياس الازدهار النفسي. كما تم حساب معامل ارتباط بيرسون (Pearson) لحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية للمقياس، وتم تصحيحه بمعادلة سبيرمان –براون، وبطريقة جثمان. كذلك تم استخدام معادلة ألفا –كرونباخ لحساب معامل الثبات للمقياس المستخدم في هذه الدراسة. للإجابة عن أسئلة الدراسة تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية: للإجابة عن السؤالين الأول تم استخدام اختبار (T) لعينة واحدة، لاحتساب المتوسط الفرضي الوسط الفرضي والوزن النسبي، وللإجابة عن السؤال الثاني فقد تم استخدام اختبار (T) لعينتين مستقلتين.

11.عرض النتائج ومناقشتها:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى الازدهار النفسي من خلال درجات أفراد العينة على مقياس الازدهار النفسي المستخدم في هذه الدراسة، ومن ضمن أهدافها كذلك التعرف على الفروق في المتوسطات في مستوى الازدهار النفسي والتي تُعزى للمتغيرات الديموغرافية التالية: (التخصص الأكاديمي، الفئة العمرية، الحالة الاجتماعية) لدى عينة من طلاب جامعة مصراتة. وفيما يلي عرض لنتائج الدراسة حسب أسئلتها:

1.11 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

السؤال الأول والذي ينص على: ما مستوى الازدهار النفسي لدى عينة من طلاب جامعة مصراتة؟ ولتحديد مستوى الازدهار النفسي لدى الطلاب عينة الدراسة تم استخدام اختبار (T) لعينة واحدة لاحتساب المتوسط الفرضي كمؤشر لمستوى الازدهار النفسي؛ كما هو موضح في الجدول (4).

جدول 4 اختبار (T) لتحديد مستوى الازدهار النفسي لدى أفراد العينة.

T	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الوزن النسبي	مستوى الدلالة	التقييم
29.914	2.55	2	85%	.000	**مرتفعة**

من الجدول (4) نجد أن قيمة الوزن النسبي لمستوى الازدهار النفسي جاءت (85%) بمتوسط قدره (2.55)، وهي أكبر من المتوسط الفرضي (2)، ومستوى الدلالة جاء أقل من (0.050)، وبالتالي هي دالة معنويًا، وهذا يعني أن مستوى الازدهار النفسي لأفراد عينة الدراسة جاء بدرجة مرتفعة. مع ملاحظة أن المتوسط الفرضي (2) هو المتوسط الفرضي لمفتاح تصحيح مقياس الازدهار النفسي الثلاثي الذي تم استخدامه في هذه الدراسة. ومن خلال اطلاع الباحثة على الدارسات السابقة ذات العلاقة لم تجد دراسة اهتمت بدراسة الازدهار النفسي منفردًا لدى طلاب الجامعة، بل إن أغلب الدراسات ربطتها بمتغيرات أخرى. كدراسة محمود (2023) والتي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الازدهار النفسي وكل من المناعة النفسية والوعي بالذَّات، والتعرف على كون هذين المتغيرين يعملان كمنبئين بالازدهار النفسي لدى الشباب الجامعي، فضلًا عن التعرف على أثر متغيرات مثل النوع (ذكور وإناث)، والتخصص الدراسي (علمي وأدبي)، والتفاعل بينهما على كل من الازدهار النفسي والمناعة النفسية والوعي بالذات ولم يكن من ضمن نتائجها دراسة مستوى الازدهار النفسي ، ودراسة القصاصي (2023) والتي كان من ضمن أهدافها التعرف على مستوى الازدهار النفسي لدى طلبة البرنامج المكثف في جامعة الخليل، والتي أظهرت نتائجها أن مستوى الازدهار النفسي لدى الطلاب عينة الدراسة جاء مرتفعًا، ودراسة هيبة ورزق (2021) التي تضمن أحد أهدافها معرفة مستوى الازدهار النفسي لدى الطالب المعلم، والتي توصلت نتائجها إلى أن مستوى الازدهار النفسي مرتفع لدى عينة الدراسة، وقد اتفقت نتائج الدراسات السابقة ذات العلاقة بمعرفة مستوى الازدهار النفسي مع النتيجة التي توصلت إليها الدراسة الحالية، والتي جاءت نتيجتها أن مستوى الازدهار النفسي لدى الطالبات عينة الدراسة كان مرتفعًا، ويمكن تفسير هذه النتيجة والتي كان مستوى الازدهار النفسي فيها مرتفعًا لدى الطلاب عينة الدراسة من خلال النظريات التي أشارت إلى الازدهار النفسي بأنه حالة من النمو الإيجابي والرفاهية العميقة التي تشمل جوانب مختلفة في شخصية الفرد منها، الجوانب: العاطفية، المعرفية، والاجتماعية. حيث يُعدّ ارتفاع مستوى الازدهار النفسي لدى الطالبات في مرحلة الدراسة الجامعية مؤشرًا على

جودة حياتهن النفسية، وتكيفهن الإيجابي مع المتغيرات والتحديات التي تفرضها الحياة الأكاديمية والاجتماعية، والتي يمكن تفسيرها من خلال نظريتين رئيسيتين، أولهما نظرية مارتن سليجمان والذي قدم نظرية للازدهار تتضمن تصورًا للازدهار النفسي أُطلق عليها نموذج PERMA، ويتكون من خمس مكونات هي: الانفعال الموجب، الاندماج، العلاقات الاجتماعية، الإحساس بالمعنى، والإنجاز. حيث توفر الحياة الجامعية بيئة خصبة لهذه الأبعاد، مما يُسهم في تعزيز تجربة الازدهار النفسي لدى الطالبات. فهن لا يعشن فقط حالات من السعادة المؤقتة، بل يختبرن نموًا مستدامًا في الشخصية والمعنى والعلاقات. كما أن هذه المرحلة تبدأ فيها مرحلة بلورة الهوية الذاتية والشعور بالمعنى والهدف من الحياة. أما كارول رايف فقد قدمت نموذجًا الازدهار النفسي المتكامل، والذي حددت له ستة أبعاد أساسية هي: السيطرة على البيئة، وتقبل الذات، والاستقلالية، والنمو الشخصي، والعلاقات الايجابية مع الآخرين، والغرض من الحياة. وتشير نتائج الدراسة إلى أن الطالبات قد يظهرن قدرة عالية على التكيّف مع متطلبات الحياة الجامعية، وعلى بناء علاقات اجتماعية فعالة، وتحديد أهداف طويلة الأمد، مما يعكس تحقق هذه الأبعاد بدرجة كبيرة. ويتبين أن ارتفاع مستوى الازدهار النفسي لدى الطلاب عينة الدراسة لا ينفصل عن البيئة الأكاديمية والاجتماعية المحيطة، بل هو نتاج لتفاعل ديناميكي بين خصائص الشخصية، والدعم الاجتماعي، والفرص المتاحة للنمو. فوفقًا لنظريتي سليجمان ورايف، فإن الطالبات يحققن درجات مرتفعة في مكونات الازدهار النفسي، الأمر الذي انعكس في شعورهن بالرضا والتمكين النفسي. وهذا ما يدعو إلى تعزيز البرامج الجامعية الداعمة للازدهار، لا سيما تلك التي تُعنى بالتمكين النفسي والاجتماعي للطلاب.

2.11 النتائج المتعلقة السؤال الثاني:

السؤال الثاني والذي ينص على: هل توجد فروق في المتوسطات ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في الازدهار النفسي لدى الطلاب عينة الدراسة تُعزي لمتغيرات (التخصص الأكاديمي، الفئة العمرية، الحالة الاجتماعية)؟ وللإجابة على هذا التساؤل تم استخدام اختبار (T) لعينتين مستقلتين، وأظهرت النتائج الموضحة بالجدول (5).

جدول 5 يوضح اختبار (T) لتحديد الفروق في المتوسطات في مستوى الازدهار النفسي لدى الطلاب عينة الدراسة.

المتغير		العمر	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الـــدلالة	
الازدهار النفسي	التخصص الأكاديمي	علوم تطبيقية	86	2.54	.191	.388	.698	غير دال
		علوم إنسانية	114	2.55	.229			
	الفئة العمرية	من 18-22 سنة	152	2.55	.201	.476	.634	غير دال
		أكبر من 22 سنة	48	2.56	.250			
	الحالة الاجتماعية	متزوج	51	2.55	.230	.102	.919	غير دال
		غير متزوج	149	2.55	.208			

ومن بيانات الجدول (5) يتضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) في مستوى الازدهار النفسي لأفراد العينة وفق متغيرات التخصص الأكاديمي والفئة العمرية والحالة الاجتماعية، حيث جاء مستوى الدلالة على التوالي (0.698) (0.634) (0.919)، وهي قيم أكبر من (0.05)، وهي غير دالة احصائيًا. بمعنى أن مستوى الازدهار النفسي لا يختلف باختلاف

التخصص الأكاديمي والفئة العمرية والحالة الاجتماعية. وبالتالي، يمكن الاستنتاج بأن مستوى الازدهار النفسي للأفراد في العينة لا يتأثر بالتخصص الأكاديمي الذي ينتمون إليه، ولا يختلف عبر الفئات العمرية أو الحالة الاجتماعية. وهذا يشير إلى أن عوامل التخصص الأكاديمي والفئة العمرية والحالة الاجتماعية قد لا تلعب دورًا مؤثرًا في تحديد مستوى الازدهار النفسي في هذه العينة، وربما تكون هناك عوامل أخرى أكثر تأثيرًا يجب استكشافها في دراسات مستقبلية. وتتسق هذه النتائج مع ما توصلت إليه بعض الدراسات السابقة التي أجريت على طلبة جامعيين، والتي لم تُظهر نتائجها وجود فروق دالة إحصائيًا في مستوى الازدهار النفسي بناءً على نفس المتغيرات الديموغرافية في الدراسة الحالية، مما يشير إلى أن هذه المتغيرات قد لا تكون مؤثرة بشكل كبير في تحديد مستوى الازدهار النفسي لدى الطلبة. كما جاء في دراسة محمود (2023) تناولت متغير التخصص (أدبي، علمي) ضمن المتغيرات الديموغرافية والتي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الازدهار النفسي تُعزى لمتغير التخصص، والتي اتفقت نتائجها مع نتائج الدراسة الحالية. ودراسة القصاصي (2023) التي تناولت متغير الحالة الاجتماعية ضمن المتغيرات الديموغرافية والتي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق في متوسطات درجات الازدهار تُعزى لمتغيرات (الكلية، السنة الدراسية، الحالة الاجتماعية)، والتي اتفقت نتائجها مع نتائج الدراسة الحالية. ومن خلال اطلاع الباحثة على الدراسات السابقة ذات العلاقة لم تجد دراسة اهتمت بدراسة الفروق في المتوسطات في الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة تُعزى لمتغير الفئة العمرية، ولم يرد ذكر لمتغير الفئة العمرية في أي من الدراسات السابقة التي تخص الازدهار النفسي. وتشير نتائج هذا السؤال مجتمعة إلى أن العوامل الديموغرافية مثل التخصص الأكاديمي، الفئة العمرية، والحالة الاجتماعية قد لا تكون محددات رئيسية لمستوى الازدهار النفسي. بدلاً من ذلك، قد يكون لِسمَات الشخصية، ومستوى الدعم الاجتماعي، وجودة الحياة الجامعية، والمهارات النفسية والاجتماعية دور أكبر في تحديد هذا المستوى. وبناءً على ذلك، توصي الدراسة بضرورة التركيز على تعزيز الازدهار النفسي لجميع الطلبة، بغض النظر عن تخصصاتهم الأكاديمية أو أعمارهم أو حالتهم الاجتماعية. يمكن تحقيق ذلك من خلال برامج تنموية تستهدف المهارات النفسية والاجتماعية، وتوفير بيئة جامعية داعمة تعزز من شعور الطلبة بالمعنى والهدف في حياتهم.

12. التوصيات:

1. توصي الباحثة بإنشاء مكاتب أو وحدات دعم نفسي داخل الكليات تعمل على تقديم الإرشاد النفسي، تعنى بقياس مستويات الازدهار النفسي بشكل دوري.
2. تشجيع الأنشطة الطلابية التي تركز على بناء العلاقات الاجتماعية الإيجابية، وتحقيق الذات.
3. توجيه السياسات الجامعية في الجامعات للاهتمام والتركيز على الصحة النفسية كعنصر أساسي من جودة الحياة الجامعية وليس كعنصر ثانوي.
4. العمل على دمج مهارات الحياة الإيجابية ومفاهيم الصحة النفسية ضمن المناهج الجامعية، لما لها من أثر إيجابي في بناء شخصية الطالب المستقلة.

13. المقترحات:

1. إجراء دراسات تبحث عن العلاقة الارتباطية بين الازدهار النفسي ومتغيرات أخرى، مثل: تقدير الذات، سمات الشخصية، والمرونة النفسية، والأمل النفسي، وجودة الحياة، الذكاء الروحي، لدى عينات من مراحل عمرية مختلفة، ومن فئات مختلفة من المجتمع.

2. إجراء دراسة عن فاعلية الارشاد المعرفي السلوكي في رفع مستوى الازدهار النفسي والذكاء الروحي لدى عينة من طلبة الجامعة.
3. الإسهام النسبي للصمود النفسي في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية.

المراجع:

خضير، مرفت. (2022). إدارة الحياة وعلاقتها بالازدهار النفسي وجودة الحياة الزوجية لدى طالبات الجامعة المتزوجات في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. التربية(الأزهر)،41(196)،392-447.
https://jsrep.journals.ekb.eg/article_293316.html https://doi.org/10.21608/jsrep.2022.293316

الراشدان، عبير. (2023). الازدهار النفسي والتوجه نحو المستقبل لدى طلبة الجامعة (دراسة مقارنة). مجلة كلية التربية في العلوم النفسية،47(4)،103-122. https://jfeps.journals.ekb.eg/article_340497.html
https://doi.org/10.21608/jfeps.2023.340497

رزق، زينب. (2020). بنية الازدهار النفسي لدى الطالب المعلم في ضوء المستوى الاقتصادي المدرك والنوع. المجلة المصرية للدراسات النفسية،30(107)،1_57.
https://journals.ekb.eg/article_97699_0.html
https://dx.doi.org/10.21608/ejcj.2020.97699

زكي، هناء، وحرب، سامح. (2021). فاعلية برنامج قائم على الرأفة بالذات في الضغوط الأكاديمية والازدهار النفسي لدي عينة من طلاب الجامعة المتفوقين عقليًا، المجلة التربوية لكلية التربية بجامعة سوهاج،90(90)،867-956.
https://edusohag.journals.ekb.eg/article_189091.html
https://doi.org/10.21608/edusohag.2021.189091

العبيدي، عفراء. (2019). الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. المجلة الجزائرية للأبحاث والدراسات،2(8)،37-55. https://asjp.cerist.dz/en/article/99359

عرفي، كريم. (2021). نمذجة العلاقات السببية بين الازدهار النفسي وكل من التسامح والحكمة لدى طلاب كلية التربية. المجلة التربوية لكلية التربية بجامعة سوهاج،88 (88) ،1271- 1364.
https://edusohag.journals.ekb.eg/article_181929.html
https://doi.org/10.21608/edusohag.2021.181929

علي، أماني. (2024). فعالية التدريب على مهارات الازدهار النفسي لتحسين كل من الرشاقة المعرفية والابتكار الانفعالي لدى طلاب كلية التربية. مجلة كلية التربية ،34(1)،51-99.
https://jealex.journals.ekb.eg/article_354833.html
https://doi.org/10.21608/jealex.2024.354833

القصاصي، عرين. (2023). تنظيم الانفعالات الإيجابية وعلاقتها بالازدهار النفسي لدى طلبة البرنامج المكثف في جامعة الخليل [رسالة ماجستير، جامعة الخليل]. جامعة الخليل. https://dspace.hebron.edu/jspui/handle/123456789/1280

محمود، هبة. (2023). التنبؤ بالازدهار النفسي في ضوء كل من المناعة النفسية والوعي بالذات لدى عينة من الشباب الجامعي، مجلة الخدمة النفسية،16(1)، 77-146.
https://jps.journals.ekb.eg/article_310408.html

https://doi.org/10.21608/jps.2023.310408

مصطفى، منال. (2017). النموذج البنائي للعلاقات بين الازدهار النفسي والتراحم الذاتي والخبرات الانفعالية الإيجابية والسلبية المسهمة في الأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. دراسات نفسية،27(3)،307_366.

https://psj.journals.ekb.eg/article_97425.html https://doi.org/10.21608/psj.2017.97425

هيبة، محمد، ورزق، زينب. (2021). الصمود النفسي وعلاقته بالمناعة النفسية والازدهار النفسي لدى الطالب المعلم، مجلة الارشاد النفسي، 68(2)، 55-98.

https://cpc.journals.ekb.eg/article_235306.html

https://doi.org/10.21608/cpc.2021.235306

يوسف، محمود. (2022). الازدهار النفسي وعلاقته باليقظة العقلية وكفاءة المواجهة لدى عينة من طلاب كلية التربية "دراسة ارتباطية – تنبؤيه". مجلة كلية التربية،1(46)،421-512.

https://jfeps.journals.ekb.eg/article_236881.html https://doi.org/10.21608/jfeps.2022.23