

# التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة في العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة

أ. م. د/عبر أحمد أبو الوفا دنقل

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية بقنا جامعة جنوب الوادي

أ. م. د/هبة جابر عبد الحميد

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية جامعة سوهاج

## ملخص البحث:

هدف البحث إلى التعرف على التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة في العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة، وتكونت العينة من ٣٢٠ طالبًا وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة سوهاج، وتم استخدام مقياس المخططات المعرفية الإيجابية إعداد (Louis et al. (2018) ترجمة: الباحثين، ومقياس كفاءة المواجهة ومقياس خبرات الطفولة الإيجابية إعداد الباحثين، ومقياس الازدهار النفسي إعداد (Soleimani et al (2015) ترجمة الباحثين، وأشارت النتائج إلى أن خبرات الطفولة الإيجابية تفسر (٣٩,٨%) من التباين في الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة، وكفاءة المواجهة تفسر (٤٢,٥%) من التباين في الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة، كما أن المخططات المعرفية الإيجابية تفسر (٤٨,٥%) من التباين في الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة، حيث يفسر مخطط الانتماء الاجتماعي حوالي (٤٢,٣%) من التباين في الازدهار النفسي وهو يعد أقوى مخططات المجال الأول في التنبؤ بالازدهار النفسي، كما يفسر مخطط الصحة والسلامة/ التناول حوالي (٣٣,٥%) من التباين في الازدهار النفسي وهو يعد من أقوى مخططات المجال الثاني في التنبؤ بالازدهار النفسي، كما يفسر مخطط ضبط النفس الصحي حوالي (٣١,٨%) من التباين في الازدهار النفسي وهو يعد أقوى مخططات المجال الثالث في التنبؤ بالازدهار النفسي، كما يفسر مخطط الرعاية الذاتية حوالي (٢٩,٨%) من التباين في الازدهار النفسي وهو يعد أقوى مخططات المجال الرابع في التنبؤ بالازدهار النفسي. كما وجد تأثير مباشر لخبرات

الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي وتأثير مباشر للمخططات المعرفية الإيجابية على الازدهار النفسي، ووجد تأثير مباشر لكفاءة المواجهة على الازدهار النفسي، كما وجد تأثير غير مباشر لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي عبر المخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة، حيث كان التأثير غير المباشر لخبرات الطفولة الإيجابية عبر كفاءة المواجهة على الازدهار النفسي أكبر من التأثير غير المباشر لها عبر المخططات المعرفية الإيجابية.

**كلمات مفتاحية:** المخططات المعرفية الإيجابية- كفاءة المواجهة- خبرات الطفولة الإيجابية - الازدهار النفسي-طلاب الجامعة.

التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية  
وكفاءة المواجهة في العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية  
والازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة

أ. م. د/هبه جابر عبد الحميد      أ. م. د/عبير أحمد أبو الوفا دنقل  
أستاذ الصحة النفسية المساعد      أستاذ الصحة النفسية المساعد  
كلية التربية جامعة سوهاج      كلية التربية بقنا جامعة جنوب الوادي

مقدمة

تعد مرحلة الطفولة حقبة تأسيسية مهمة في حياة الفرد، حيث يستمد منها الطفل معارفه وتتوسع إدراكاته وتحفز أحاسيسه وفقاً لما يمر به من خبرات وتجارب موقعيه يتعرض لها في طفولته، فينمو الطفل على ما يكتسبه من خبرات وأحاسيس تتأصل في نفسه منها، تؤثر على نموه بشكل إيجابي أو سلبي.

وتلعب خبرات الحياة المبكرة *early life experiences* دوراً كبيراً في دورة حياة الإنسان سواء من حيث الآثار السلبية للشدائد المبكرة التي تؤدي إلى سوء التكيف على المدى الطويل، أو التأثيرات المفيدة للخبرات الإيجابية المبكرة التي تسهم في الرفاهية اللاحقة (Masten & Cicchetti, 2016; Sroufe, et al., 2005; Waters & Cummings, 2000).

وتمثل خبرات الطفولة الإيجابية بعض أحداث الطفولة الإيجابية مثل العلاقات الجيدة مع الأم والأب والمعانقة بانتظام والثناء اللفظي (Chung et al., 2008)، والعلاقات الإيجابية مع المعلمين والحصول على درجات جيدة في المدرسة (Dess, 2017). وتوفر الخبرات الاجتماعية المبكرة مثل التعلق بالآباء والأمهات؛ العلاقات مع الأقران والمعلمين والأقارب؛ والشعور الإيجابي بالذات الأساس للعلاقات الصحية المستقبلية وتكامل الخبرات الاجتماعية (Cicchetti & Toth, 2009; Masten, 2006; Waters & Cummings, 2000).

وتشير نتائج البحوث إلى أن خبرات الطفولة الإيجابية تعمل كعوامل تشجيعية للأداء الإيجابي في مرحلة البلوغ والمراهقة، حيث إن زيادة نقاط القوة لدى الإنسان مثل: الحميمية

والدعم والولاء والحماية والحب والعلاقات الأبوية الإيجابية والثاء تتنبأ بانخفاض المشكلات المهنية والمالية والعائلية والعاطفية مستويات منخفضة من الاكتئاب (Hillis et al., 2010; Chung et al. 2008). كما أن التفاعلات الإيجابية الأكثر اتساقاً والأعلى جودة مع الوالدين والأقارب الممتدة تخفض المشكلات السلوكية عند الالتحاق بالمدرسة، وتؤدي إلى أداء أكاديمي أقوى خلال المدرسة، وتحصيل تعليمي أعلى، ومستويات أقل من علم النفس المرضي حتى مرحلة البلوغ (Appleyard, et al., 2005; Collishaw et al., 2007; Sroufe et al., 2005)

وتعد خبرات الطفولة الإيجابية عوامل تشجيعية تقلل بشكل مباشر من خطر الإصابة بسمات الشخصية المرضية، وتعزز نمو الشخصية الصحية، حيث تتكون الشخصية من المجال النفسي وأنماط السلوك المميزة، يشمل المجال النفسي على الحالة العاطفية، والتنظيم المعرفي، وتمثيل الذات والآخرين، ومخطط التفاعلات الشخصية، بينما تعدل الاستراتيجيات السلوكية الحالة النفسية (Siever, et al., 2003). ونظراً لأن العوامل البيولوجية والبيئية تحدد تطور الشخصية، فيمكن لخبرات الطفولة الإيجابية، مثل وجود الشعور بالأمان والدفء الوالدي والدعم الاجتماعي، تشكيل هذه المجالات في اتجاه تنمية شخصية صحية؛ كلما زاد عدد الخبرات الإيجابية واتسعت الفترة التي امتدت إليها، من المرجح أن يكون تطور الشخصية الأكثر صحة (Reich, et al., 2010).

لذا فإن تمتع الطفل بعلاقات آمنة ومستقرة ومشبعة لاحتياجاته تسهم في إكسابه معتقدات إيجابية عن ذاته وعن أسرته وعن العالم المحيط به وعن مستقبله والتي تعرف بالمخططات المعرفية الإيجابية، كما تنمي لديه قدرات شخصية وموارد تمكنه من مواجهة محن وشدائد المستقبل بكفاءة وفاعلية والتي تعرف بكفاءة المواجهة.

وتعتبر المخططات المعرفية تمثيلات تراكمية للتجارب السابقة التي تحتوي على بني معرفية (James et al., 2007)، وتتكون المخططات المعرفية من مكونين، هما: المحتوي والبنية، يتكون محتوي المخطط من المعتقدات الأساسية بينما يشير البنية إلى تنظيم وتصنيف هذه المعتقدات في أذهاننا (Bowers, 2015). ويرى كل من Lockwood and Perris (2012) أن المخططات التكيفية أو المخططات الإيجابية تقابل المخططات السلبية أو اللاتكيفية المبكرة في نظرية العلاج بالمخطط لدي يونج وهي أنماط محددة تتكون

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

من الانفعالات والإدراك والأحاسيس الجسدية وردود الفعل العصبية الحيوية فيما يتعلق بالذات والآخرين، وتنشأ من تلبية الاحتياجات العاطفية لدى الأطفال من قبل الوالدين أو مقدمة الرعاية الأساسيين.

ومع تطور القدرات المعرفية للطفل واستمرار الاستجابة وتلبية الاحتياجات العاطفية يتم تنشيط وتطوير المخططات المعرفية الإيجابية مما يؤدي إلى سلوكيات إيجابية ومرنة ومتوازنة، وتتضمن المخططات التفسير الانتقائي والتشغير واستدعاء المعلومات التي تبسط التفاعلات المعقدة بين الأشخاص كما أنها تستند إلى الإدراك وليس الواقع وهذا الإدراك يرتبط بالرفاهية الذاتية للفرد ( McKinney & Kwan, 2018; Jiyoung Park et al. ). حيث وجد كل من Feeney and Cassidy (2003) أن الشباب الذين لديهم وجهة نظر إيجابية عن علاقاتهم الأبوية (القبول والداعمة، الموثوقية) كانوا أكثر قدرة على تكوين مخططات معرفية إيجابية.

وتأكيداً لذلك تشير دراسة إلى Keyfitz et al. (2013) إلى وجود ارتباط إيجابي بين المخططات الإيجابية والمرونة، وأشارت نتائج بحث محمود (٢٠١٨) إلى وجود علاقة بين المخططات الإيجابية (فاعلية الذات- التفاوض- القيمة-النجاح) والرضا عن الحياة، كما أشار بحث Tomlinson et al. (2017) إلى أن المخططات الإيجابية تتنبأ بمؤشرات الرفاهية (الرضا عن الحياة والسعادة).

**وبالنسبة لكفاءة المواجهة** فإنها تعد من العوامل الوقائية عند الشدائد والمحن حيث أشار كل من Schroder and Ollis (2013) إلى كفاءة المواجهة بأنها قدرة الفرد على التعامل مع أحداث الحياة السلبية والفشل بشكل فعال والتعافي السريع من أي أعراض عجز تظهر عليه، والأفراد ذوي كفاءة المواجهة المنخفضة أكثر عرضة للاكتئاب في مواجهة الضغوط (Schroder, 2012). وأشارت نتائج البحوث إلى أن الخبرات الإيجابية في مرحلة الطفولة والمراهقة، مثل العلاقات الآمنة وآليات المواجهة المناسبة والشعور بالكفاءة والفاعلية، تكسب الفرد كفاءة المواجهة المناسبة التي تمكنه من مواجهة أحداث الحياة الضاغطة والحفاظ على التوازن في مواجهة أحداث الحياة المجهدة (Bonanno, 2005)، وتحقيق نمط من التكيف الإيجابي في سياق المخاطر الكبيرة أو الشدائد (Rutter, 2012) فامتلاك كفاءة المواجهة تعد عوامل وقائية عند النمو مع الشدائد (Luthar, 2006; Schofield, )

(et al., 2014). وتؤكد دراسة المرسومي (٢٠٢٠) على أن كفاءة المواجهة مرتبطة بالظروف البيئية وخاصة الاجتماعية منها، وبالتالي فإن استمرارها ونموها يتوقف على مقدار الدعم الذي يحصل عليه الفرد من الآخرين وأنها مصدر للنظرة الإيجابية إذ أنها تعلم الفرد الاستقلالية الذي تدفع الفرد لتحفيز انفعالاته وتوجيهها لتحقيق أهدافه.

وكفاءة المواجهة لها علاقة إيجابية مع استراتيجيات المواجهة الوظيفية الأساسية (Schroder & Ollis, 2013)، كما تعمل على تحسين الرفاهية وتنظيم الحالة العاطفية من خلال السماح بمعالجة كاملة للتجربة، وبالتالي توفير الوقت الكافي والتوازن العاطفي لاستحضار الاستراتيجيات الفعالة للتعامل مع الموقف (Akin & Akin, 2015a). والأفراد ذوي كفاءة المواجهة المرتفعة يتمتعون بالرفاهية حيث أشارت نتائج الدراسات إلى وجود ارتباط قوي إيجابي بين كفاءة المواجهة والرفاهية مثل دراسة (Padhy et al. (2020)، ومن ثم تمتع الفرد بالازدهار النفسي.

ويعد الازدهار النفسي من متغيرات علم النفس الإيجابي ومن أهم مقومات الصحة النفسية الإيجابية الذي يجعل لحياة الفرد معني وهدف، وهو محصلة استجابات الفرد لما يقره عن مشاعره الإيجابية وأدائه المثلي في الجوانب الوجدانية والشخصية والاجتماعية والروحية (رزق، ٢٠٢٠، ٣٠٤).

ويشير الازدهار إلى أنه الجهد الفردي للسعي وراء الحياة الجيدة والسعادة والحياة الهادفة والرفاهية الذاتية والشجاعة والعلاقات الصحية وغياب الأعراض المرضية (Keyes, 2002). لذلك، فإن الأفراد المزدهرين ليسوا فقط خاليين من الأمراض النفسية، بل يشعرون بالرضا التام ولديهم المشاعر الإيجابية، بل إنهم يعملون بشكل إيجابي في المجالات الخاصة والاجتماعية في حياتهم، ويواجهون بكفاءة وفاعلية تحديات الحياة؛ وهم يذهبون إلى أبعد من ذلك ويمكنهم مساعدة الآخرين في العثور على الحياة الجيدة (Keyes & Haidt 2002).

ويتميز الأفراد ذوي المستوى المرتفع للازدهار بالحيوية الانفعالية ويعملون بشكل إيجابي في حياتهم الخاصة والاجتماعية ويخلون من الأمراض النفسية (Michalec et al., 2009)، ولديهم القدرة والإرادة لتطوير وتحسين وتوسيع إمكاناتهم الشخصية وتطوير علاقات دافئة وموثوقة مع الآخرين (Diener et al., 2010)، ولديهم انفعالات إيجابية

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

مثل الأمل والتفاؤل واستراتيجيات مواجهة تكيفية أكثر من الآخرين. (Faulk et al., 2013).

وأظهرت نتائج البحوث والدراسات أن الازدهار يرتبط ارتباطاً إيجابياً بالرفاهية النفسية والعاطفية والاجتماعية (Keyes,2002)، والتفاعل العاطفي الإيجابي، واليقظة (Catalino & Fredrickson,2011). كما وجد أنه مرتبط بمزيد من التحكم في البيئة، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، وأعراض الحياة، والتنمية الشخصية (Telef,2011)، والعلاقة، والكفاءة، والقبول الذاتي، والاستقلالية، وانخفاض مستوى الشعور بالوحدة (Diener et al.,2010)، أظهرت بعض الدراسات ارتباط الازدهار بمؤشرات الرفاهية المعرفية، مثل إدراك الإمكانيات في جوانب مختلفة من الحياة ومحاولة تحقيق وإدراك أن الحياة تسير على ما يرام، وتحسين متوسط العمر المتوقع والغرض من الحياة (Huppert,2009).

ويتضح من خلال ما تم عرضه أن الفرد يمر في طفولته بالعديد من الخبرات والأحداث الإيجابية التي تسهم في تلبية متطلبات حياته واشباع رغباته الأساسية مما يكسبه معتقدات وأفكار إيجابية نحو ذاته والآخرين والعالم المحيط به، كما تدعم لديه سمات شخصية وموارد تمكنه من مواجهة مواقف الحياة الضاغطة بفاعلية مما يسهم في تمتعه بمقومات الصحة النفسية الإيجابية وهو الازدهار النفسي، لذا تفترض الباحثتان أن خبرات الطفولة الإيجابية والمخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة يسهمون في تمتع الفرد بالازدهار النفسي لذلك سعي البحث الحالي إلى التعرف على تأثير خبرات الطفولة الإيجابية المخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة في الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة، وذلك من خلال الكشف عن التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة في العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة.

### مشكلة البحث:

يعاني طلاب الجامعة من العديد من مشكلات الصحة النفسية مثل: الأعراض الاكتئابية (عبد الحميد وقاسم، ٢٠٢٢)، والضغط النفسية (Sullivan et al., 2019)، ونوبات الاكتئاب (Hammond et al.,2013)، والتفكير الانتحاري (Farabaugh et

(al., 2012)، والتشويبات المعرفية (بدر، ٢٠١٥) مما يؤثر على قدرتهم وكفاءتهم في مواجهة هذه المشكلات ويعوقهم عن الوصول إلى الأداء الأمثل وتحقيق أهدافهم في الحياة. لذا فإن دراسة الصحة النفسية الإيجابية أصبحت ضرورة ملحة لدى طلاب الجامعة لما يعانون من ضغوطات وإحباطات واضطرابات تؤثر على مستقبلهم وقدرتهم على بناء أنفسهم والمجتمع الذي يعيشون فيه، ويعد الازدهار النفسي من أهم متغيرات الصحة النفسية الإيجابية وأهم المكامن النفسية والقوى الإيجابية التي تمكن الأفراد من الشعور بالسعادة والرفاهية مما يسهم في زيادة قدرتهم على الإنتاج والابداع وتخطي الأزمات والمحن. ويلعب الازدهار النفسي دورًا فعالًا في تقليل المشكلات النفسية والصحية لما له من تأثيرات إيجابية على معتقدات الفرد وأفكاره وسلوكياته (Diener et al., 2010)، ويرتبط الازدهار بشكل إيجابي بالعلاقات الاجتماعية الإيجابية، والنمو الشخصي، والهدف في الحياة، والاندماج، والكفاءة، والرضا عن الحياة، والتعاطف مع الذات، والحيوية الذاتية، وقبول الذات (Diener et al., 2010; Telef, 2011, 2013; Satıcı et al., 2013; Satıcı & Uysal 2015).

كما وجد أيضًا أن الازدهار مرتبط سلبيًا بالوحدة والاكئاب (Keyes 2005; Diener et al., 2010). كما يستخدم الأفراد المزهرون استراتيجيات المواجهة التكيفية ويعملون بشكل إيجابي في جميع جوانب الحياة (Michalec, et al., 2009; Faulk, et al., 2013). ويتسم مرتفعو الازدهار النفسي بالتركيز على تنمية الشخصية والقدرة على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة بفاعلية وكفاءة، من خلال الإدراك الجيد لخبرات الحياة السلبية والاستخدام الفعال للفرص المتاحة لديهم واستثمار إمكاناتهم وقدراتهم وعلاقاتهم الاجتماعية (Bauer et al., 2008) مما يشير إلى تمتع المزهرين نفسيًا بكفاءة المواجهة. والأشخاص الذين يتمتعون بمستويات أعلى من كفاءة المواجهة سيكون لديهم أيضًا مستويات أعلى من معتقدات الكفاءة الذاتية، والرفاهية، والتوجه الحياتي، ومركز الضبط الداخلي، ومستويات منخفضة من العصابية، والمواجهة اللاتكيفية، ورد فعل الضغوط، والاعتراب، ومركز الضبط الخارجي (Schroder, 2004; Schroder & Ollis, 2013). وعندما يتعامل الناس مع أحداث الحياة المجهد بطريقة أكثر كفاءة، فإنهم يرون أن المواقف المؤلمة أقل تهديدًا لتقدير ذاتهم ومتاعب يومية بسيطة تساهم في النهاية في شعورهم

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

بالسعادة الذاتية مما يسهم في تمتعهم بالازدهار النفسي، لذا توصي بعض الدراسات بضرورة الاعتماد على تصميم كفاءة المواجهة في التدخلات النفسية والاجتماعية للمراهقين لتنمية المهارات المعرفية الطبيعية لديهم حيث إن تعزيز كفاءة المواجهة من شأنه أن ينمي قدرة المراهق على المرونة والتي بدورها ستؤثر على الرفاهية حيث تساعد هذه البرامج المراهقين في التعامل مع مشاعر الإحباط والاكتئاب وفقدان الثقة بالنفس والأمل ومن ثم الازدهار النفسي (Brown & Ryan, 2003; Miners 2007).

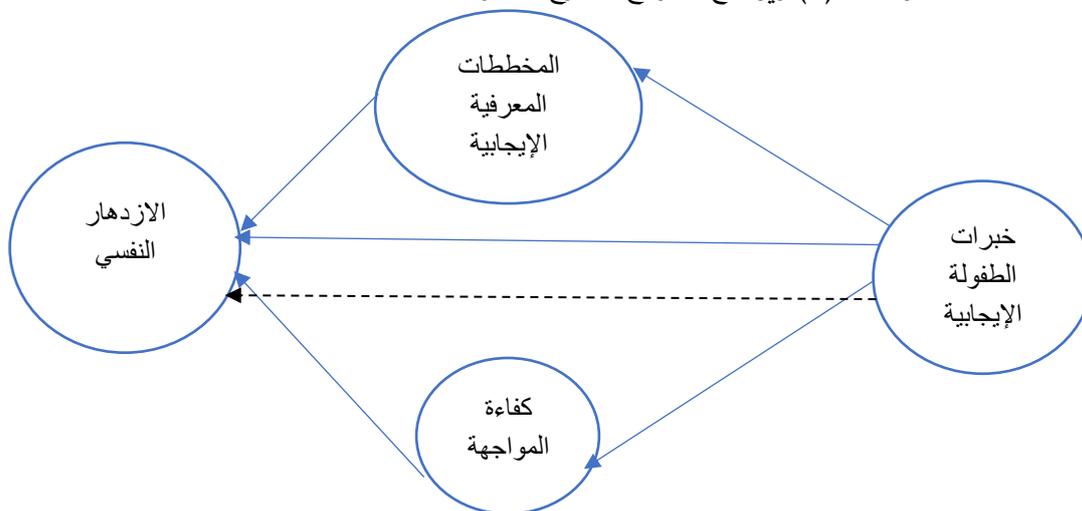
كما أن الأفراد مرتفعي الازدهار النفسي يميلون إلى التركيز على نمو الشخصية ولديهم القدرة على التغلب على تجارب الحياة الصعبة، وأكثر فاعلية في اكتساب رؤى جديدة حول الذات ولديهم القدرة على استخدام الفرص المتاحة لهم بفاعلية، فضلاً عن قدرتهم على تكوين علاقات ناجحة مع الآخرين ولديهم معتقدات بناءة تعطي معني لحياتهم (العبيدي، ٢٠١٩). وتأكيذاً لذلك أشارت الدراسات إلى ارتباط الازدهار النفسي بالمخططات المعرفية الإيجابية حيث أشارت نتائج بعض الدراسات إلى ارتباط المخططات المعرفية الإيجابية التي تم تطويرها في مرحلة الطفولة بالرفاهية النفسية والسعادة الذاتية وأساليب الفكاهة في مرحلة المراهقة (أي روح الدعابة المعززة للذات مقابل الهزيمة الذاتية) (Kazarian, et al., 2010; Young, et al., 2011).

كما أن المخططات المعرفية الإيجابية التي يكتسبها الفرد في مرحلة الطفولة المبكرة نتيجة الخبرات الطبيعية في البيئة والتجارب الإيجابية تسهم في خفض مستويات التوتر وتعزيز الرفاهية العاطفية (Diržytė, & Perminas, 2020)، وتحقيق أهداف التنمية المستدامة خاصة الرفاهية (Di Fabio, 2017)، كما أشارت نتائج الدراسات إلى أن سلوكيات الأبوة الإيجابية مثل الدفء الأبوي للأطفال والمشاركة الوالدية في مرحلة الطفولة المبكرة ترتبط بشكل إيجابي مع نتائج الطفل اللاحقة وتمثل عوامل وقائية ضد أحداث الحياة المجهد، ويساعد الدفء الأبوي في مرحلة الطفولة على تعزيز أداء الأبناء عبر مجالات متعددة من الرفاهية في منتصف العمر. مما يساعد في تمتعهم بالازدهار النفسي (Bernaras et al., 2019; Crandall et al., 2020; Profe & Wild, 2017).

وتتفاعل العوامل المعرفية لدى الفرد مع سمات الشخصية لديه وتسهم في الحفاظ على الموارد النفسية التي تجعله أكثر شعوراً بالسعادة والازدهار النفسي، ويؤكد ذلك دراسة

(Schroder 2004) التي يشير إلى أن المعتقدات الإيجابية العامة لدى الفرد مثل التفاؤل ومعتقدات الكفاءة الذاتية ومركز الضبط الداخلي ترتبط وتتمي الموارد الشخصية للفرد مثل كفاءة المواجهة والتي تقلل من الأعراض الاكتئابية لدى الفرد وتزيد من مقاومته للضغوط ومن ثم شعوره بالازدهار النفسي.

لذا تعد خبرات الطفولة الإيجابية من العوامل الوقائية تقي الفرد من الإصابة بالقلق والاكتئاب حيث تمثل نقاط قوة داخل الأطفال وبيئاتهم المعيشية مثل الأسرة والمدرسة والحي الذي يعيشون فيه والتي تسهم في حمايتهم من المخاطر وتعزيز تكيفهم في الشدائد، وتسهم في تلبية احتياجات العاطفية الأساسية مما يؤدي إلى تمتعهم بالمخططات المعرفية الإيجابية وخفض مشكلات الصحة النفسية مثل: القلق والاكتئاب والمشكلات الانفعالية، ومن ثم تمتعهم بالازدهار النفسي. ويتضح من خلال ما سبق إن دراسة السمات الإيجابية ومكامن القوى التي تسهم في شعور الفرد بالازدهار النفسي من أهم أهداف علم النفس الإيجابي، لذا يسعى البحث الحالي إلى دراسة التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة على خبرات الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة. والشكل (١) ويوضح النموذج المقترح لمتغيرات البحث:



شكل (١) النموذج المقترح لمتغيرات البحث

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

إذ يفترض هذا النموذج وجود تأثيرات مباشرة بين خبرات الطفولة الإيجابية كمتغير مستقل، والازدهار النفسي كتغير تابع لدى طلاب الجامعة، ووجود تأثيرات غير مباشرة بينهما في وجود المخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة كمتغيرات وسيطة، والتي تؤثر بدورها بطريقة مباشرة على الازدهار النفسي، ومن ثم حاول البحث الحالي الإجابة على السؤال التالي:

- ما هي التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة على خبرات الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة؟

### أسئلة البحث: يسعى البحث الحالي إلى الإجابة عن التساؤلات التالية:

١. هل تسهم خبرات الطفولة الإيجابية في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى عينة أفراد البحث من طلاب الجامعة؟
٢. هل تسهم كفاءة المواجهة في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى عينة أفراد البحث من طلاب الجامعة؟
٣. هل تسهم المخططات المعرفية الإيجابية في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى عينة أفراد البحث من طلاب الجامعة؟
٤. هل يوجد تأثير غير مباشر لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي في وجود المخططات المعرفية الإيجابية كعامل وسيط لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة بما يشكل نموذجًا بنائياً للعلاقات بين هذه المتغيرات؟
٥. هل يوجد تأثير غير مباشر لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي في وجود كفاءة المواجهة كعامل وسيط لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة بما يشكل نموذجًا بنائياً للعلاقات بين هذه المتغيرات؟
٦. هل يوجد تأثير غير مباشر لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي في وجود المخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة كمتغيرات وسيطة لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة بما يشكل نموذجًا بنائياً للعلاقات بين هذه المتغيرات؟

### أهداف البحث: يهدف البحث الحالي إلى التعرف على:

١. إسهام خبرات الطفولة الإيجابية في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى عينة أفراد البحث من طلاب الجامعة.
٢. إسهام كفاءة المواجهة في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى عينة أفراد البحث من طلاب الجامعة.
٣. إسهام المخططات المعرفية الإيجابية في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى عينة أفراد البحث من طلاب الجامعة.
٤. التأثير غير المباشر لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي في وجود المخططات المعرفية الإيجابية كعامل وسيط لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة بما يشكل نموذجًا بنائيًا للعلاقات بين هذه المتغيرات.
٥. التأثير غير المباشر لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي في وجود كفاءة المواجهة كعامل وسيط لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة بما يشكل نموذجًا بنائيًا للعلاقات بين هذه المتغيرات.
٦. التأثير غير المباشر لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي في وجود المخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة كمتغيرات وسيطة لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة بما يشكل نموذجًا بنائيًا للعلاقات بين هذه المتغيرات.

### أهمية البحث: نبعث أهمية البحث على المستويين النظري والتطبيقي على النحو التالي:

**المستوي النظري:** تتبع أهمية البحث من أهمية متغيراته، التي تعد من متغيرات علم النفس الإيجابي، حيث يسهم البحث الحالي في إثراء المكتبة العربية بإطار نظري عن خبرات الطفولة الإيجابية، حيث تؤثر خبرات الطفولة الإيجابية تأثيرًا بالغ الأهمية في نمو الطفل، خاصة تلك المرتبطة بعلاقة الوالدين بالطفل، والتربية الإيجابية (على سبيل المثال، الدفء الأبوي، والاستجابة، والدعم)، وصحة الأسرة، والعلاقات الإيجابية مع الأصدقاء، في المدرسة وفي المجتمع. وتنعكس بشكل إيجابي على حياة البالغين مما يسهم في تمتعهم بالصحة النفسية، والمخططات المعرفية الإيجابية التي تعد إحدى المكونات الجوهرية في بناء الشخصية وتأثيرها في جميع جوانب النمو السلوكية والمعرفية والوجدانية ودورها في توقع

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

النتائج التتموية المختلفة في مرحلة المراهقة المبكرة والرشد، حيث ركزت الدراسات السابقة في معظمها على المخططات المعرفية اللاتكيفية وأهملت دور المخططات المعرفية الإيجابية في حياة الفرد. كما تعد كفاءة المواجهة من الموارد الشخصية التي يتمتع بها الشخص ولها دور إيجابي في مواجهة أحداث الحياة السلبية والتعافي منها ومقاومة العجز المكتسب وتخفيف الأعراض المرضية المترتبة عليها، فضلاً عن أهمية دراسة الازدهار النفسي أهم متغيرات علم النفس الإيجابي والذي ينمي قدرة الفرد على تكوين علاقات إيجابية، ويجعل لحياته معني حيث يضع أهدافاً ويسعى إلى تحقيقها.

**المستوي التطبيقي:** نبعت أهمية البحث على المستوي التطبيقي من خلال:

١. يوفر البحث الحالي عدة مقاييس للاستفادة منها في مجال البحث في البيئية العربية وهي مقياس المخططات المعرفية الإيجابية ومقياس الازدهار النفسي ترجمة الباحثان، كما أعدت الباحثان مقياس خبرات الطفولة الإيجابية وكفاءة المواجهة يمكن توظيفها واستخدامها في بحوث مختلفة.
٢. تزويد المرشدين والأخصائيين والمربين بأهمية خبرات الطفولة الإيجابية وتأثيرها على الصحة النفسية مدي الحياة مما قد يساعدهم على تصميم برامج إرشادية للقائمين على تربية الأطفال والمراهقين لتجنب خبرات الطفولة السلبية، وتدعيم خبرات الطفولة الإيجابية.
٣. دراسة العوامل التي تؤثر على الازدهار النفسي مثل المخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة، مما يمكن المرشدين والأخصائيين من تصميم برامج إرشادية للمراهقين والشباب تدعم لديهم الصفات الإيجابية والقدرة على التعامل بكفاءة مع ما يتعرضون له من مشكلات.

### مصطلحات البحث:

#### خبرات الطفولة الإيجابية Positive Childhood Experiences :

تعرف خبرات الطفولة الإيجابية بأنها مجموعة الخبرات والمواقف التي مر بها الفرد في الأسرة والمدرسة والمجتمع الذي يعيش فيه قبل سن ١٨ عاماً، تفاعلت بشكل إيجابي للتأثير على تنمية الفرد إيجابياً وتكوين شخصية تتمتع بمظاهر الصحة النفسية (الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس والمرونة والقدرة على مواجهة مواقف الحياة الضاغطة بفاعلية وكفاءة، والمثابرة

وضبط النفس)، وتتمثل في خبرات أسرية تشمل الدفء الوالدي، والعلاقات الأسرية الحميمة، ومشاركة الأب، وخبرات مدرسية تشمل الترابط المدرسي، وعلاقات الأقران، وخبرات مجتمعية تشمل الفعالية الجماعية للجوار والعلاقات الاجتماعية الإيجابية، وتقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الفرد على المقياس المستخدم في البحث الحالي.

#### **المخططات المعرفية الإيجابية Positive Cognitive Schemas:**

تعرف نظرية العلاج بالمخطط المخططات المعرفية الإيجابية بأنها نمط واسع من الانتشار تتألف من الذكريات والعواطف والإدراك وردود الفعل العصبية الحيوية فيما يتعلق بالذات وعلاقته مع الآخرين، والتي تم تطويرها من خلال الطفولة أو المراهقة وتؤدي إلى أداء صحي وتصرفات سلوكية تكيفية وتتمثل في الوفاء العاطفي، والانتماء الاجتماعي، والانفتاح العاطفي، والنجاح، والصحة والسلامة/التفاوض، والاعتماد على الذات/الكفاءة، والحدود الصحية/ تطوير الذات، والتعلق المستقر، والتعاطف، وضبط النفس الصحي، والتوجيه الذاتي، وتوقعات واقعية، والتعاطف مع الذات/ الغفران، و الرعاية الذاتية (Louis et al., 2018) وتقاس إجرائياً من خلال الدرجة التي يحصل عليها الفرد على المقياس المستخدم في البحث الحالي.

#### **كفاءة المواجهة Coping Competence:**

تعرف بأنها امتلاك الفرد خصائص شخصية تمكنه من مقاومة الضغوط وأزمات الحياة، والتعافي السريع من الآثار السلبية لها والتكيف والتوازن مع مواقف الحياة الضاغطة وتتضمن الفعالية الذاتية، والإيجابية والمثابرة تحقيقاً للازدهار النفسي، وتقاس إجرائياً من خلال الدرجة التي يحصل عليها الفرد على المقياس المستخدم في البحث الحالي.

#### **الازدهار النفسي Psychological Flourishing :**

يعرف بأنه: مزيج من الشعور بالرضا ومستويات عالية من الرفاهية والعمل بشكل فعال في الحياة ويستدل عليه من خلال شعور الفرد بمشاعر إيجابية وقدرته على تكوين علاقات اجتماعية إيجابية مع الآخرين، والشعور بمعني الحياة ومن ثم تحقيق العديد من الإنجازات. ويقاس إجرائياً من خلال الدرجة التي يحصل عليها الفرد على المقياس المستخدم في البحث الحالي.

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

**حدود البحث:** تم البحث الحالي وفق الحدود التالية: الحدود الموضوعية: اقتصر البحث الحالي على متغيرات: خبرات الطفولة الإيجابية، والمخططات المعرفية الإيجابية، وكفاءة المواجهة، والازدهار النفسي. الحدود البشرية: تم تطبيق أدوات البحث على عينة من طلاب جامعة سوهاج كلية التربية. الحدود المكانية: تم تطبيق البحث في كلية التربية بجامعة سوهاج. الحدود الزمنية: تم تطبيق البحث في الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٢م.

### الإطار النظري والبحوث السابقة:

خبرات الطفولة الإيجابية positive childhood experiences

يطلق على خبرات الطفولة الإيجابية مصطلحات مثل خبرات الطفولة الخيرية advantageous childhood experiences أو خبرات الطفولة المفيدة advantageous childhood experiences (Crandall et al., 2019; Narayan et al., 2018). وتعرف خبرات الطفولة الإيجابية مجموعة من الخبرات والتجارب الإيجابية التي يمر بها الفرد خلال الثمانية عشر عامًا الأولى من الحياة، مثل السلامة المدركة الداخلية والخارجية والدعم أو الصفات الإيجابية والتي يمكن التنبؤ بها، والتي يُعتقد أنها تساعد في منع أو تجاوز الآثار طويلة المدى للتجارب السلبية في وقت مبكر من الحياة. (Narayan et al., 2018). وهي تجارب ومواقف وخبرات يمر بها الطفل قبل سن ١٨ عامًا يُعتقد أنها مفيدة، مثل العلاقات الإيجابية مع الوالدين وغيرهم من البالغين، الروتين المنزلي، والمعتقدات التي توفر الراحة، ووجود جيران جيدين. (Daines et al., 2021).

وتعرف خبرات الطفولة الإيجابية مجموعة عوامل واسعة لدعم نمو الطفل والصحة النفسية. تتمثل في المستوى الاقتصادي والاجتماعي المرتفع، وتعليم الوالدين، ودفء الوالدين، ودعم الأقران في نمو الطفل. (Zhang, et al., 2021). وتعرف خبرات الطفولة الإيجابية بأنها مجموعة الخبرات والمواقف التي مر بها الفرد في الأسرة والمدرسة والمجتمع الذي يعيش فيه قبل سن ١٨ عامًا، تفاعلت بشكل إيجابي للتأثير على تنمية الفرد إيجابيًا وتكوين شخصية تتمتع بمظاهر الصحة النفسية (الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس والمرونة والقدرة على مواجهة مواقف الحياة الضاغطة بفاعلية وكفاءة، والمثابرة وضبط النفس)، وتتمثل في خبرات أسرية تشمل الدفء الوالدي، والعلاقات الأسرية الحميمة، ومشاركة الأب،

وخبرات مدرسية تشمل الترابط المدرسي، وعلاقات الأقران، وخبرات مجتمعية تشمل الفعالية الجماعية للجوار والعلاقات الاجتماعية الإيجابية.

وتشير قديم (٢٠١٢) إلى أن خبرات الطفولة مفهوم متعدد الأبعاد يتكون من سبع مكونات هي المناخ الأسري العام، خبرات العلاقة بين أسرية، خبرات الاندماج الإيجابي، خبرات تحكم/ تسلط الأب، خبرات دعم الثقة بالنفس والاستقلال، الخبرات المدرسية، خبرات العلاقة بالأصدقاء. كما أن هناك العديد من المؤشرات التي تدل على خبرات الطفولة الإيجابية منها دعم الأسرة/ الأصدقاء، والاندماج في تقاليد الأسرة/ المجتمع، ووجود مرشدين بالغين، وتواصل عائلي صحي، والشعور بالانتماء إلى المدرسة، والمشاركة في الأنشطة المنظمة (Baglivio & Wolff, 2020).

ويمكن النظر إلى خبرات الطفولة الإيجابية في ضوء خمس مكونات هي مستوي تعليم الآباء المرتفع، والمستوي الاقتصادي الاجتماعي المرتفع للأسرة، والدفع الوالدي، ومساندة الأقران المرتفعة، والأسرة المكونة من والدين. (Zhang et al., 2021).

وتهتم العديد من النظريات بتفسير خبرات الطفولة الإيجابية، حيث تركز نظرية المرونة على العوامل التعزيزية التي تؤدي بشكل مستقل إلى صحة أفضل والتي قد تخفف من آثار عوامل الخطر على مسارات ونتائج النمو. (Zimmeman 2013). حيث تسمح العوامل المحفزة بالنمو المعرفي والاجتماعي بعد الصدمة أو بعد تعرض الفرد لموقف ضاغط (Cicchetti, & Rogosch, 2009)، والتي يمكن أن تزود الأفراد بمهارات التأقلم وتقدير الذات والكفاءة الذاتية والتفاوض. (Skodol et al., 2007). وفي ضوء ذلك، يمكن النظر إلى خبرات الطفولة الإيجابية على أنها عوامل تشجيعية تتضمن تفاعلات صحية مع الموجهين mentors ونماذج يحتذى بها وتأثيرات إيجابية. بالإضافة إلى المهارات الداخلية، وتمكن خبرات الطفولة الإيجابية الفرد من تطوير الأداء المرن والنمو المستمر حتى عند وقوع الأحداث المؤلمة. (Masten, 2015). هذه المرونة والنمو تساعد على تعزيز صحة أفضل والشعور بالازدهار النفسي بشكل أفضل في مرحلة البلوغ.

وتقدم نظرية دورة الحياة **Life Course Theory** نهجاً شاملاً لفهم كيف أن توقيت أحداث الحياة، خاصة خلال فترات النمو الحساسة، له عواقب بيولوجية ونفسية اجتماعية يمكن أن تغير المسارات الصحية (Elder, 1998; cheng et al., 2016)،

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

وتتكون التنمية البشرية، كما يُرى من خلال نظرية دورة الحياة، من تغييرات بيولوجية مترابطة في مراحل الحياة المختلفة التي تتفاعل مع العوامل النفسية والاجتماعية بمرور الوقت. وبالتالي، فإن الخبرات المبكرة مثل الانفصال والضعف الأسري والإهمال وسوء المعاملة والعنف والقيود المفروضة على الموارد تولد أمراضًا متأخرة تؤثر على الصحة اللاحقة، بما في ذلك الحصول على الرعاية ومرونة الوالدين حيث تنتج الشدائد المبكرة "أنماطًا مميزة من الحرمان أو الامتياز" بمرور الوقت (Burton-Jeangros et al., 2015)، فإن وجود المزيد من خبرات الطفولة الإيجابية يسمح بتحسين الرفاهية في مرحلة البلوغ. (Skodol et al., 2007). وينسب كل من (Forrest and Riley (2004) هذه التأثيرات إلى العمليات البيولوجية النفسية الاجتماعية التي تسمح بالتكيف الناجح على الرغم من الضغوطات السلبية.

وتوفر نظرية دورة الحياة إطارًا لفهم كيفية تأثير خبرات الطفولة الإيجابية على النتائج الصحية للشخص في مرحلة البلوغ. فتمتع الطفل بحياة مترابطة مع أفراد أسرته تمكنه من تكوين نتائج صحية في مرحلة المراهقة والبلوغ، فغالبًا ما تسهل العائلات التي تتواصل بشكل جيد وتقوم بالأشياء معًا العلاقات الصحية للأطفال، مما يؤدي إلى المزيد من خبرات الطفولة الإيجابية. حيث تتأثر بالظروف الأسرية مما يسهم في إكساب الأطفال موارد شخصية تمكنهم من مواجهة أزمات الحياة وضغوطها مما يؤدي إلى كفاءة المواجهة والازدهار النفسي.

وتسهم نظرية علم النفس المرضي التنموي **The developmental**

**psychopathology theory** في تفسير خبرات الطفولة الإيجابية حيث تشير إلى أن تجارب الحياة الإيجابية المبكرة والعلاقات الآمنة توفر السلامة اللازمة للأفراد لاكتساب القدرات التنموية (على سبيل المثال، المرونة، والتحكم الذاتي، والتنظيم العاطفي، والتعاطف، وغيرها)، وحمائتهم من مسارات سوء التكيف ومشاكل الصحة النفسية. وبالتالي، فإن الخبرات الاجتماعية في وقت مبكر من الحياة، مثل الترابط مع الآباء والأمهات وتكوين علاقات جيدة مع أفراد الأسرة والأقران والمعلمين هي عوامل رئيسية وراء العلاقات المستقبلية الصحية وتكامل الخبرات الاجتماعية (Toth & Cicchetti, 2013).

ويدعم ذلك نتائج البحوث التي تشير إلى أن خبرات الطفولة الإيجابية يمكن أن تكون بمثابة عوامل وقائية للأداء الإيجابي لمرحلة البلوغ حتى في وجود الشدائد المبكرة (Crouch et al., 2010; Hillis et al., 2018; Daines et al., 2021). حيث تؤكد نتائج بحث Chen et al. (2019) على أن الدف الوالدي يعمل على تمتع الفرد بالازدهار المستمر في جميع المجالات الانفعالية والنفسية والاجتماعية كما يرتبط بشكل عكسي مع السلوك غير الصحي الضار مثل تعاطي المخدرات والتدخين.

وبالنسبة للبحوث السابقة التي تناولت خبرات الطفولة الإيجابية، هدف بحث Wang et al. (2021) إلى التعرف على تأثير خبرات الطفولة الإيجابية كعوامل وقائية وخبرات الطفولة الضارة كعوامل خطر على القلق والاكتئاب لدى المراهقين، وتكونت عينة البحث من ٣٤٢٦ من المراهقين، وتم استخدام مقياس الدفء الوالدي ومقياس الترابط المدرسي وعلاقات الأقران ومقياس الفاعلية الجماعية لقياس الخبرات الطفولة الإيجابية، ومقياس الصراع بين الوالدين والطفل لقياس خبرات الطفولة السلبية، وتم استخدام مقياس الاكتئاب وقائمة المختصرة للقلق، وأشارت نتائج البحث إلى أن خبرات الطفولة السلبية ارتبطت بمستويات أعلى للاكتئاب والقلق، وارتبطت خبرات الطفولة الإيجابية بمستويات أقل للاكتئاب والقلق، وأشارت نتائج البحث إلى أن خبرات الطفولة الإيجابية من أقوى عوامل الحماية للأطفال كما تحمي من تعرض المراهقين لمخاطر الصحة النفسية مثل القلق والاكتئاب.

ويهدف بحث كل من Kocatürk and Çiçek (2021) إلى التعرف على النموذج البنائي للعلاقات بين خبرات الطفولة الإيجابية، وتقدير الذات، والمرونة النفسية لدى طلاب الجامعة. وتكونت العينة من ٥٧٠ طالبًا جامعيًا وتم استخدام مقياس خبرات الطفولة الإيجابية، ومقياس المرونة الموجز ومقياس روزنبرغ لتقدير الذات. وأشارت نتائج نمذجة المعادلة البنائية إلى أن خبرات الطفولة الإيجابية تنبأت بتقدير الذات والمرونة النفسية. وتنبأ تقدير الذات أيضًا بالمرونة النفسية. وكان لخبرات الطفولة الإيجابية تأثير غير مباشر على المرونة النفسية من خلال تقدير الذات. تشير النتائج إلى أن التركيز على الجوانب الإيجابية للطفولة مهم وعملي مثل التعامل مع الجوانب السلبية للمساهمة في تقدير الذات والقدرة على

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

الصمود. وتوصي نتائج البحث علماء النفس والمرشدين في المدرسة بدمج هذه النتائج في برامج التدخل لتحسين المرونة من خلال زيادة تقدير الذات.

وأجرى (Gunay-Oge et al. (2020) بحثاً للتعرف على العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية على واضطرابات الشخصية وسماتها لدى البالغين، وتكونت العينة من ٢٥٩ من البالغين تراوحت أعمارهم من ١٨ - ٦٢ عاماً، ١١٣ منهم من طلاب الجامعة، وتم استخدام مقياس خبرات الطفولة الخيرية إعداد (Narayan et al. 2018)، وقائمة سمات الشخصية المرضية (CATI; Coolidge, 2006)، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة سلبية بين خبرات الطفولة الإيجابية واضطرابات الشخصية. وهدف بحث كل من Dogan and Yavuz (2020) إلى فحص العلاقات بين خبرات الطفولة الإيجابية والسعادة المدركة ومستويات المرونة النفسية لدى البالغين. وتكونت العينة من ٩٦٨ شخصاً (٦٤٦ امرأة / ٣٢٢ رجلاً) تراوحت أعمارهم بين ١٨ - ٦٦ عاماً، ٦٢% منهم طلاب جامعة، ١٢,٩% منهم من طلاب الدراسات العليا، تم استخدام مقياس خبرات الطفولة الإيجابية، مقياس كونور ديفيدسون للمرونة النفسية، ومقياس المرونة النفسية المختصر ونموذج المعلومات الديموغرافية، وخلصت النتائج إلى أن خبرات الطفولة الإيجابية تنبأت بالمرونة النفسية بشكل إيجابي وأن النتيجة ذات دلالة إحصائية. كشفت النتائج أيضاً أن المرونة النفسية وخبرات الطفولة الإيجابية تختلف اختلافاً كبيراً حسب النوع. بالإضافة إلى ذلك، استنتج أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في درجات المرونة النفسية وفقاً لتصورات المشاركين عن السعادة. وتؤكد نتائج البحث على فهم أهمية الخبرات الإيجابية في الطفولة ودورها في تحسين الصحة النفسية للبالغين.

وفحص بحث (Crandall et al. (2019) تأثير خبرات الطفولة الإيجابية والسلبية على صحة النفسية للبالغين، وتكونت عينة الدراسة من ٢٤٦ من البالغين تراوحت أعمارهم بين ١٩ - ٥٧ عاماً، وتم استخدام مقياس الصحة الجسدية ومقاييس الصحة النفسية (الوظائف التنفيذية- الاكتئاب- الامتثال- ضبط الذات- التعلق الوالدي- المغفرة) ومقياس تجارب الطفولة الخيرية (Narayan et al., 2018)، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية وبين مخرجات الصحة المعرفية والنفسية والاجتماعية،

حيث وجدت علاقة إيجابية بين خبرات الطفولة الإيجابية والامتتان ومركز الضبط الداخلي والوظائف التنفيذية والمغفرة والتقارب الأسري وعلاقة سلبية مع الضغوط والاكنتاب. وهدف بحث (Dees (2017 إلى التعرف على العلاقة بين المرونة وخبرات الطفولة السلبية وخبرات الطفولة الإيجابية والمثابرة، والعقلية mindset والنجاح الأكاديمي لدي طلاب الجامعة، وتكونت العينة من ١٣٥ طالبًا في جامعة ولاية تينسي، وتم استخدام مقياس المرونة (Wagnild & Young, 1993) ومقياس المثابرة (Duckworth et al., 2007) ومقياس العقلية، ومقياس خبرات الطفولة الإيجابية (Scamahorn 2015) ومقياس خبرات الطفولة السلبية، والمعدل التراكمي للطالب، وأشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة إيجابية بين خبرات الطفولة الإيجابية والمثابرة والعقلية والمعدل التراكمي للطالب.

#### المخططات المعرفية الإيجابية Positive Cognitive Schemas :

يري (young et al. (2003 أن المخطط هو خطة معرفية مجردة تعمل كدليل لتفسير ومعالجة المعلومات وحل المشكلات، يمكن أن تكون إيجابية أو سلبية، تكيفية أو لانتكيفية تتشكل في مرحلة الطفولة أو في وقت لاحق من الحياة تمثل الحاجة إلى الاتساق المعرفي للحفاظ على نظرة ثابتة للذات والعالم المحيط. وقدم كل من Lockwood and Perris (2012) مفهوم المخططات المعرفية الإيجابية /المخططات التكيفية المبكرة كنظير إيجابي للمخططات المعرفية اللانتكيفية المبكرة وهي تتكون من الأنماط المستمرة لمعالجة المعلومات والأفكار والانفعالات والذكريات وتقضيلات الانتباه وهذه المخططات التكيفية المبكرة تقوم بوظائف إيجابية وتؤدي إلى سلوكيات تكيفية وتظهر خلال مرحلة الطفولة عندما يتم تلبية الاحتياجات العاطفية الأساسية للفرد بشكل مناسب من قبل الوالدين أو غيرهم من مقدمي الرعاية الأساسيين.

وتعرف بالمخططات المعرفية الإيجابية بأنها نمط من الذكريات والانفعالات والإدراك وردود الفعل العصبية الحيوية فيما يتعلق بالذات والآخرين تم تطويرها خلال الطفولة أو المراهقة وتتطور طوال حياة الفرد (Lockwood, & Perris 2012) ، والمخططات الإيجابية هي معتقدات أساسية مرتبطة بالصحة النفسية والازدهار (Keyfitz et al. 2013).

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

وتعرف نظرية العلاج بالمخطط Theory Schema المخططات الإيجابية بأنها نمط واسع من الانتشار تتألف من الذكريات والعواطف والإدراك وردود الفعل العصبية الحيوية فيما يتعلق بالذات وعلاقته مع الآخرين، والتي تم تطويرها من خلال الطفولة أو المراهقة وتؤدي إلى أداء صحي وتصرفات سلوكية تكيفية (Louis et al., 2020)، ويركز العلاج بالمخططات على تحسين أوضاع المخططات التكيفية والإيجابية مثل وضع البالغين الصحي ووضع الطفل السعيد. (Louis et al., 2018). وتشير المخططات المعرفية الإيجابية إلى المخططات الأساسية الإيجابية التي تم تطويرها حول الذات وتعتبر ذات آثار مهمة على التطور الانفعالي بين الشباب. (Tomlinson et al. 2017).

وتعرف الباحثان المخططات المعرفية الإيجابية بأنها أنماط معرفية ثابتة ودائمة تتطور أثناء الطفولة مدعمة للذات، وتتكون من الذكريات والانفعالات والإدراكات، وتتعلق بنظرة الفرد لذاته وعلاقته بالآخرين والعالم المحيط به ونظرته إلى مستقبله، وتنتج من خبرات الطفولة الإيجابية نتيجة إشباع وتلبية الاحتياجات العاطفية الأساسية، وتتنشط أثناء مراحل نمو الفرد وتستمر طوال حياته وتؤدي إلى سلوكيات سوية تكيفية تتناسب مع المجتمع الذي يعيش فيه مما ينعكس عليه بشعوره بالسعادة والرفاهية والازدهار النفسي.

وتنتج المخططات نتيجة إشباع وتلبية الاحتياجات العاطفية الأساسية في مرحلة الطفولة والتي تتمثل في خمس احتياجات أساسية للفرد: وهي التعلق بالآخرين (بما في ذلك السلامة، والاستقرار، والرعاية، والقبول)، والاستقلالية والكفاءة والشعور بالهوية، وحرية التعبير عن الحاجات والعواطف الصحيحة، والعفوية واللعب، والحدود الواقعية وضبط النفس. (Young et al., 2003). قدرة الفرد على تلبية هذه الاحتياجات بشكل تكيفي يؤدي إلى تكوين المخططات التكيفية أو الإيجابية.

ويتم تشكيل المخططات الإيجابية من خلال نمو الطفل أو المراهق في سياق عائلي واجتماعي وثقافي يلبي بشكل مناسب الاحتياجات العاطفية الأساسية للطفل، كما أنها تمثيلات داخلية للأنماط الإيجابية التي تتخذ شكل قوالب مرنة وليست جامدة وتؤدي هذه القوالب إلى سمات وحالات تعزز الأداء الشخصي المستقل الناجح والوفاء المستمر بالاحتياجات العاطفية الأساسية دون الإضرار بالآخرين (Lockwood & Perris, 2012). ويتم تطوير جميع المخططات الأساسية من خلال التفاعلات مع البيئة في المقام

الأول في مرحلة الطفولة. وفقاً لـ (Young, 1994) فإن أحد التفاعلات الأساسية التي تساهم في تطوير هذه المخططات في سن مبكرة هي تلك التي تتم مع الوالدين. تؤثر المخططات التي تم تطويرها في مرحلة الطفولة على كيفية إدراك المرء للعالم الذي يؤثر على العلاقات الاجتماعية والتكيف عبر العمر (Bowers, 2015).

وأشارت نتائج بحث كل من (Feeney and Cassidy, 2003) إلى أن هذه التمثيلات الداخلية يمكن أن تؤثر أيضاً على كيفية إدراك المرء للتفاعلات مع الشخصيات الأبوية في وقت لاحق من الحياة حيث وجد أن الشباب الذين لديهم رؤية إيجابية لعلاقتهم الأبوية (والقبول، والداعمة، والموثوقة) كانوا أكثر عرضة لوصف المناقشات التي أجروها مع والديهم على أنها إيجابية وأقل عدائية بعد المحادثة مباشرة و ٦ بعد أسابيع من أولئك الذين اعتبروا علاقتهم بوالديهم سلبية بغض النظر عن محتوى المحادثة.

ويمكن تفسير المخططات المعرفية الإيجابية من خلال النظرية المعرفية ل George Kelly's حيث يعتقد أن الأفراد يتصرفون بناء على التراكم والمعتقدات التي كونها واكتسبها من البيئة التي يعيشون فيها والأشخاص الذين يتفاعلون معهم من حولهم، فالبناء المعرفي لدي الفرد هو الذي يوجه سلوكه وليس الموقف الفعلي الذي يتعرض له. أي ركز على التركيبات المعرفية أولاً وقبل كل شيء. (Butler, & Green, 1998)، وهذا يشير إلى أهمية المخططات المعرفية في حياة الفرد خاصة عندما تكون إيجابية حيث تسهم في تفسير كل المواقف التي يتعرض لها كما يتنبأ بما يمكن أن يكون عليه سلوكه في المستقبل.

كما تشير نظرية أنماط التعلق (Bowlby, 1980) أن خبرات الطفولة الإيجابية وأنماط الارتباط الآمنة التي تسمح للطفل بالحفاظ على المستوى المطلوب من الإثارة هي الأمثل للنمو العاطفي الصحي، حيث دمج في تطوير نظرية التعلق مفاهيم علم النفس المعرفي من خلال تقديمه لبعض التفسيرات للنماذج العاملة التي تشكل تمثيل معرفي للذات والآخرين والعالم المحيط به وحالات التعلق العامة والتي تعد المنظم الأساسي لسلوك الفرد والتي تحكم على توقعاته والتمثيلات المعرفية المستقبلية. (Sander, 2001). وهذا يشير إلى أن الطفل يكتسب من خلال خبرات الطفولة الإيجابية المخططات المعرفية الإيجابية التي تنظم سلوكياته المستقبلية وكيفية تعامله مع المواقف البيئية، فالأفراد الذين مروا بخبرات

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

طفولة شعروا فيها بالأمان والاستقرار كونوا تمثيلات معرفية أي مخططات معرفية إيجابية مدعمة للذات عن الذات والأخرين والبيئية المحيطة، تتمثل في شعورهم بالثقة وإن الذات تستحق الرعاية الذاتية والكفاءة مما يؤدي إلى القدرة على مقاومة المواقف الضاغطة والشعور بالتهديد وزيادة كفاءة المواجهة لديهم. مما ينعكس بشكل إيجابي بالشعور بالرضا والسعادة والازدهار النفسي.

وتفسر نظرية إريكسون المخططات المعرفية الإيجابية حيث يمر النمو النفسي الاجتماعي للفرد بثماني مراحل كل مرحلة بها مجموعة من الاحتياجات التي ينبغي على الطفل إشباعها وتلبيتها حيث تمثل أزمة أو صراع ناتج من التوقعات الاجتماعية الثقافية للطفل، وهذا الصراع يمكن أن يحل بشكل صحي أو غير صحي، ومن خلال النظر إلى المراحل النفسية الاجتماعية. فالفرد الذي ينجح في حل الأزمة لكل مرحلة ينتج عنه مخطط تكيفي والذي يمكن وراء علم النفس الإيجابي، في حين أن الفشل في حل مرحلة يؤدي إلى مخطط غير قابل للتكيف الذي يكمن وراء علم أمراض الشخصية. (Young et al. 2003).

### مجالات المخططات المعرفية الإيجابية:

أشار كل من (Lockwood and Perris 2012) إلى وجود ١٥ مخططاً إيجابياً تم توزيعهم على أربع مجالات، وهي كالتالي:

المجال الأول: الاتصال والقبول **Connection and Acceptance**: يحتوي هذا

المجال على مخططات ترتبط بخبرة الطفل منها:

- الثقة الأساسية Basic Trust
- القبول الذاتي / المحبة Self-Acceptance/ Lovability
- الوفاء العاطفي Emotional Fulfillment
- الانتماء الاجتماعي Social Belonging
- الانفتاح العاطفي/ العفوية Emotional Openness/Spontaneity

المجال الثاني: الاستقلال الصحي والأداء **Unimpaired Autonomy and**

### Performance

- أساسيات السلامة والصحة Basic Safety and Health

- الاعتماد الصحي على الذات/الكفاءة Healthy Self-Reliance/ Competence
- الحدود الصحية/ تطوير الذات Health Boundaries/ Developed Self
- الاستقرار/ التعلق Stable/ Attachment: تعني قدرة الفرد على البحث والحفاظ على العلاقات الاجتماعية مع الآخرين الذين سيكونون معه ولن يتركوه عندما يحتاج إليهم
- التوكيدية/ التعبير عن الذات Assertiveness/ Self-Expression
- النجاح Success

#### المجال الثالث: جهود متوازنة Balanced Efforts

- المصلحة الذاتية الصحية / الرعاية الذاتية Healthy Self-Interest/ Self-Care
- التوقعات والمعايير الواقعية Realistic Standards and Expectations

#### المجال الرابع: حدود كافية Adequate Limits

- التعاطف/احترام الآخرين Empathic Consideration/ Respect for Others
- ضبط النفس الصحي / الانضباط الذاتي-Healthy Self-Control/ Self-Discipline

وتم تحديد موضوعات المخطط ذات الأهمية من خلال مسح الأدبيات التتموية حول مفهوم الذات وعلم النفس الإيجابي ومن خلال البحث عن الموضوعات التي يتردد صداها مع المخططات الإيجابية. حيث أشار Keyfitz et al. (2013) إلى ستة من المخططات الإيجابية وهي تشمل:

- الجدارة Worthiness، الإحساس بأن المرء له قيمة وقيمة كشخص worth as a person (Mruk 2006) .
- الكفاءة الذاتية Self-efficacy، "المعتقدات بقدرات الفرد على تحفيز الدافعية والموارد المعرفية ومسارات العمل اللازمة لتلبية متطلبات ظرفية معينة"
- التفاؤل Optimism، اعتقاد المرء بأن توقعات النتائج ستكون مواتية، أو جيدة وليست سيئة
- النجاح / الكفاءة Success/Competence، الميل إلى توقع أن أداء المرء سيتبعه نجاح (Wigfield & Eccles, 2002).

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

- الثقة Trust ، الشعور بأنه يمكن للمرء الاعتماد على الآخرين و "قبول الضعف بناءً على التوقعات الإيجابية لنوايا أو سلوكيات الآخرين" (Rousseau et al., 1998, p. 395).
- الترابط الاجتماعي Social Connectedness، وهو الشعور بالتقارب من الآخرين بما في ذلك العائلة والأصدقاء والمجموعات الاجتماعية، مما يمكن الشخص من الشعور بالانتماء (Lee & Robins, 1995).
- وتوصل Louis et al. (2018) إلى وجود ١٤ مخططاً معرفياً إيجابياً توزع على أربع مجالات وهي كالتالي:

### المجال الأول: الاتصال والقبول Connection & Acceptance

- يحتوي هذا المجال على مخططات ترتبط بنمط الوالد الحنون حيث يشبع لدي الطفل الحب والعطف والحنان والتقبل مما يشعر بالانتماء لأسرته، حيث تنشأ من إشباع الحاجات العاطفية التي تتعلق بحرية التعبير عن الحاجات والعواطف الصحية والعفوية واللعب مما يشعر بالتعلق الآمن بالآخرين، ويتضمن المخططات التالية:
- الوفاء العاطفي Emotional Fulfillment: يعني الشعور بالدعم العاطفي الكامل في العلاقات الحميمة.
  - الانفتاح العاطفي والعفوية Emotional Openness and Spontaneity: تعني الشعور بالراحة في التعبير عن المشاعر للآخرين.
  - الانتماء الاجتماعي Social Belonging: تعني الشعور بالقبول والاتصال بالآخرين.

### المجال الثاني: الاستقلال الصحي Healthy Autonomy

- يتكون هذا المجال من المخططات التي تطورت نتيجة إشباع الحاجة إلى الاستقلال والكفاءة والشعور بالهوية وحيث تسهم في اعتقاد الفرد بقدرته على إنجاز مهامه اليومية دون مساعدة من الآخرين ويتضمن المخططات التالية:
- النجاح Success: تعني الشعور بالكفاءة في العمل/ المدرسة والقدرة على الإنجاز.
  - الاعتماد على الذات الصحي / الكفاءة / Healthy Self-Reliance / Competence: الشعور بالقدرة على التعامل بشكل مستقل مع الحياة اليومية

- أساسيات الصحة والسلامة / التفاؤل / Optimism / Basic Health and Safety :
- الشعور الواقعي بالأمان والثقة في المستقبل الأمان والرفاهية في المستقبل
- الحدود الصحية / تطوير الذات / Healthy Boundaries/ Developed Self: تعني تطوير استقلالية صحية عن الوالدين.
- التعلق المستقر Stable Attachment: تعني الحصول على الدعم العاطفي والمساندة من الأشخاص الآخرين المهمين في حياته بشكل مستقر وآمن.

#### المجال الثالث: الحدود المعقولة Reasonable Limits

- يتكون هذا المجال من المخططات التي تطورت نتيجة إشباع وتلبية الاحتياجات العاطفية الأساسية في مرحلة الطفولة والتي تتمثل في الحدود الواقعية وضبط النفس، من خلال الوعي والاهتمام باحتياجات الآخرين ورغباتهم وضبط النفس وتوجيه الذات والقدرة على تحقيق الأهداف الواقعية طويلة المدى. ويتضمن المخططات التالية:
- ضبط النفس الصحي / الانضباط الذاتي - Self / Healthy Self-Control
  - Discpline: القدرة على متابعة الأهداف طويلة المدى التي تتطلب إشباعاً متأخراً ومثابرة.
  - التعاطف Empathic Consideration: إظهار الاهتمام لاحتياجات الآخرين ومشاعرهم
  - التوجيه الذاتي Self-Directedness: تعني تقييم ما يهم الفرد دون الحاجة إلى ملاحظة الآخرين.

#### المجال الرابع: المعايير الصحية والواقعية Healthy & Realistic Standards

- ويتكون هذا المجال من المخططات التي تطورت نتيجة إشباع وتلبية الاحتياجات العاطفية الأساسية في مرحلة الطفولة والتي تتمثل في حرية التعبير عن الحاجات والعواطف الصحيحة، والتي تعني قدرة الفرد على رعاية ذاته ووضع توقعات واقعية لنفسه وتقييم أدائه والرضا عنه وتحقيق التوازن بين احتياجات الآخرين ورغباته الشخصية. ويتضمن المخططات التالية:
- التعاطف مع الذات/الغفران / Self-Compassion / Forgiveness: مسامحة الفرد نفسه على الأخطاء.

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

- توقعات واقعية Realistic Expectations: ان يكون راضي عن أداء الفرد حتى وأن لم يكن الأفضل.
  - الاهتمام بالذات الصحية/الرعاية الذاتية Healthy Self-Interest/Self-Care : القدرة على تحقيق التوازن الصحي مع مراعاة احتياجات الفرد ومساعدة الآخرين. وهي النسخة التي يعتمد عليها البحث الحالي.
- وبالنسبة للبحوث السابقة التي تناولت المخططات المعرفية الإيجابية، هدف بحث O'Byrne et al (2020) إلى التعرف على العلاقة بين المخططات الإيجابية ومؤشرات الصحة النفسية والرفاهية لدى طلاب الجامعة، والخصائص السيكومترية لمقياس المخططات المعرفية الإيجابية، وتكونت العينة من ٣٦٣ طالبًا، وتراوح أعمارهم من ١٧ - ٢١ عامًا، وتم استخدام مقياس المخططات الإيجابية (Keyfitz et al. (2013)، وأشارت نتائج البحث إلى تمتع المقياس بخصائص سيكومترية جيدة تتناسب مع المقياس الأصلي حيث يتكون من خمس مخططات هي (التفاؤل - القيمة - الكفاءة الذاتية - الجدارة - النجاح)، وأشارت نتائج البحث إلى وجود ارتباط موضوع المخطط الذاتي للتفاؤل على نطاق واسع بالعديد من مؤشرات الصحة النفسية، بينما ارتبطت الجدارة والكفاءة الذاتية بشكل فريد بالاكئاب والمرونة ، على التوالي.
- وهدف بحث Louis et al (2020) إلى التأكد من الخصائص السيكومترية لمقياس المخططات الإيجابية إعداد النسخة المختصرة المكونة من ٥٦ عبارة موزعة على ١٤ مخططاً التي حسب صدقها وثباتها دراسة (Louis et al. (2018)، وتكونت العينة من (٦٢٨) فرداً، في ماليزيا، والولايات المتحدة، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن النسخة المختصرة تتمتع بتحليل عاملي توكيدي جيد موزعة على أربعة مجالات والتي بلغت ٦٠,٩% من التباين الكلي للمقياس، كما تم حساب الثبات باستخدام معامل الفا، والذي تراوح بين (٠,٧٦ - ٠,٩٣) مما يشير إلى تمتع المقياس بصدق وثبات جيد.
- وأجرى محمود (٢٠١٨) بحثاً للتعرف على الفروق في النوع (الذكور - إناث) في العلاقة بين المخططات المعرفية الإيجابية والرضا عن الحياة، وفحص العلاقة بين المخططات المعرفية الإيجابية والرضا عن الحياة وتكونت عينة البحث من (٣١٠) من الراشدين تراوحت أعمارهم بين ٢٠-٣٥ عامًا، وتم استخدام مقياس المخططات المعرفية

الإيجابية إعداد (Keyfitz et al. 2013) ومقياس الرضا عن الحياة إعداد دينر وآخرون (1985)، وأشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة بين المخططات المعرفية الإيجابية (فاعلية الذات - التفاؤل - القيمة - النجاح) والرضا عن الحياة.

وهدف بحث (Louis et al. 2018) إلى التعرف على الخصائص السيكومترية لمقياس المخططات الإيجابية في عينة مجتمعية تكونت من 559 من الفلبين، و350 من الهند، و628 من سنغافوره، ويتكون المقياس من 95 عبارة موزعة على 15 مخططاً، وتم إجراء التحليل العاملي التوكيدي وحساب الصدق البناء مع مقياس المخططات السلبية ومقياس الضيق الانفعالي ومقياس الرفاهية وأنماط الدعاية أشارت نتائج البحث إلى تمتع المقياس بصدق وثبات جيد في عينات الدراسة حيث خلص البحث إلى صورة مختصرة مكونة من 56 عبارة موزعة على 14 مخططاً، وأربعة مجالات.

وأجرى (Tomlinson et al. 2017) بحثاً لفحص مساهمات المخططات الإيجابية في مؤشرين للرفاهية، وهما السعادة والرضا عن الحياة لدى المراهقين والأطفال ودور العمر والجنس في تعديل العلاقات بين المخططات الإيجابية والرفاهية، ومساهمات موضوعات المخطط الإيجابية المحددة في الرفاهية. وتكونت العينة من 282 من الأطفال والمراهقين، بواقع (122) ذكور و (160) إناث تراوحت أعمارهم بين 8-18 عاماً، وتم استخدام مقياس المخططات الإيجابية (Keyfitz et al. 2013)، ومقياس المخططات السلبية (SQC; Stallard and Rayner 2005)، ومقياس الرضا عن الحياة (Seligson et al. 2003)، ومقياس السعادة (Lyubomirsky & Lepper 1999). وأشارت النتائج إلى أن المخططات الإيجابية ارتبطت بالرضا عن الحياة والسعادة، حيث تعد أقوى منبئات بالرضا عن الحياة والسعادة مما يؤكد أن وجود المخططات الإيجابية يعزز الرفاهية الإيجابية (الرضا عن الحياة والسعادة). فكانت المخططات الإيجابية أكثر ارتباطاً بالسعادة لدى المراهقين الأكبر سنّاً مقابل الأطفال الأصغر سنّاً، لكن العلاقات بين المخططات الإيجابية والرضا عن الحياة لم تختلف كدالة للعمر. تشير تأثيرات الجنس إلى أن العلاقة بين المخططات الإيجابية والرضا عن الحياة والسعادة كانت أقوى لدى الإناث منها للذكور. عندما تم استكشاف المساهمات النسبية لموضوعات المخطط الإيجابية (أي الثقة والجدارة والتفاؤل والنجاح والكفاءة الذاتية) في التنبؤ بالرضا عن الحياة والسعادة،

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

ظهرت الجدارة كأقوى متنبئ. تؤكد النتائج على أهمية النظر في المخططات الإيجابية في نماذج الرفاهية بين الأطفال والمراهقين.

وهدف بحث (Bowers(2015 إلى التعرف على العلاقة بين سياق الوالدين والرضا عن الحياة لدي طلاب الجامعة والدور الوسيط و/ أو المعدل للمخططات الإيجابية في هذه العلاقة، وتكونت العينة من (318) طالبًا وطالبة تراوحت أعمارهم بين 17- 19 عامًا، في جامعة جنوب أونتاريو، وتم استخدام مقياس المخططات الإيجابية إعداد (PSQ; Keyfitz et al., 2013)، ومقياس الرضا عن الحياة إعداد هوبنر (1994)، وقائمة تعلق الآباء بالطفل (IPPA; Armsden & Greenberg, 1987)، وقائمة علاقة الطفل بالآباء (PCRI; Gerard, 1994)، ومقياس الصحة النفسية ومقياس تقدير الطفل لسلوك الآباء، وأشارت نتائج البحث إلى التوسط الجزئي للمخططات الإيجابية في العلاقة بين السياق الوالدي والرضا عن الحياة.

وهدف بحث (Keyfitz et al. (2013 إلى تطوير مقياس للمخططات الإيجابية والتعرف على العلاقة بين المخططات الإيجابية والاكئاب والقلق والمرونة لدى المراهقين وتكونت العينة من (172) مراهقًا، بواقع (84) ذكور - 88) إناث، وتم استخدام مقياس المخططات الإيجابية (التفاؤل-الكفاءة الذاتية-النجاح-الثقة-الجدارة-الترايط الاجتماعي)، ومقياس المخططات للأطفال (Stallard & Rayner 2005)، ومقياس القلق للأطفال (March 1997)، وقائمة الاكئاب للأطفال، ومقياس المرونة، وأشارت نتائج البحث إلى أن المقياس يتمتع باتساق داخلي جيد يتراوح بين (0,80 - 0,90)، وتمتع بصدق عاملي جيد حيث تكون من 5 مخططات بواقع 20 عبارة، واستخلص عامل واحد عام للمخططات الإيجابية يمثل 45,4% من التباين، وبلغ معامل الفا للثبات 0,93، وأشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة سلبية بين المخططات الإيجابية والأعراض الاكتئابية، وتفسر المخططات الإيجابية 28% من التباين في الاكئاب، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة سلبية بين القلق والمخططات الإيجابية، وتفسر المخططات الإيجابية حوالي 11% من التباين في القلق. وأشارت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين المرونة والمخططات الإيجابية والدرجة الكلية، كما أن المخططات الإيجابية تفسر 46% من التباين في المرونة.

وهدف بحث (Friedmann, 2013) إلى التعرف على المخططات المعرفية (الإيجابية والسلبية) المنبئة بالأعراض الاكتئابية والمرونة لدي المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (١٩٨) مراهقاً تراوحت أعمارهم من ٩-١٧ عاماً، تم استخدام مقياس اكتئاب الشباب، ومقياس المرونة، ومقياس المخططات الإيجابية (PSQ; Keyfitz et al., 2013) واستبيان محتوى المخطط لقياس المخططات السلبية (SQC; Stallard & Rayner, 2005)، وأشارت نتائج البحث إلى أن المخططات الإيجابية من المنبئات بزيادة المرونة بينما المخططات السلبية من المنبئات بانخفاض المرونة، كما أن المخططات الإيجابية (الكفاءة الذاتية -التفاوض- النجاح) من المنبئات بالأعراض الاكتئابية.

#### كفاءة المواجهة Coping Competence

ينظر لـ "كفاءة المواجهة" كمتغير لمقاومة الإجهاد يقوم على نظريات اليأس والعجز للاكتئاب. يتم تعريف كفاءة المواجهة على نطاق واسع على أنها نزعة عامة أحادية البعد للمواجهة بشكل جيد، بغض النظر عن الطريقة أو أسلوب المواجهة المستخدم للتكيف مع المواقف الصعبة. من الناحية النظرية، فإن السمة الأكثر أهمية لكفاءة المواجهة هي المقاومة ضد أسلوب الإسناد الناتج عن الاكتئاب والعجز التحفيزي ذي الصلة في أوقات التوتر والأزمات (Schroder, 2004).

وتعرف بأنها قدرة الشخص على مقاومة الضغوط خاصة في أوقات التوتر والضغط مما يؤثر على الحالة المزاجية للفرد خاصة أوقات الضغط. (Schroder, 2004). وتعرف بأنها القدرة على التعامل بشكل فعال مع الفشل وأحداث الحياة السلبية كما يتضح من انخفاض احتمالية حدوث ردود فعل قلة الحيلة والتعافي السريع من أي أعراض للعجز تحدث، وهو بذلك يُنظر إلى كفاءة المواجهة على أنها عامل وقائي ضد تطور الاكتئاب القائم على العجز (Schroder & Ollis, 2013).

وتعرف بأنها خصائص الشخصية التي تمكن الفرد من المواجهة الإيجابية لضغوط الحياة وتحدياتها الصعبة، والتعافي من التأثيرات السلبية لهذه الضغوط والشدائد، ومواصلة الحياة بفاعلية، وتتضمن فاعلية الذات والمثابرة والالتزام والاعتماد على الذات ووجود معني والانفراج بالذات (الجبة والبهنسي، ٢٠١٩، ٢٠٠).

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

وهي قدرة الفرد على مواجهة ما يمر به من صعوبات وعوائق بطريقة تتصف بالمرونة وتساعده على استعادة التوازن، مما يمكنه من تحدي المواقف الصعبة، والتماسك خلالها، واتصافه بالاستقلالية التي تمكنه من استعادة التوازن بسهولة، وتوقعه الإيجابي بشأن تجاوز الأزمات (عبد الجواد، ومحمد، ٢٠١٩، ٢٨٦). وتعرف بأنها القدرة على استخدام استراتيجيات تكيفية في مواجهة المواقف الضاغطة وخبرات الفشل، ومقاومة العجز المتعلم، من أجل التخلص من الأعراض الاكتئابية المصاحبة، وتحقيقاً للرفاهية الذاتية (الضبع وآخرون، ٢٠١٦، ١٩١).

وتعرف الباحثان كفاءة المواجهة بأنها امتلاك الفرد خصائص شخصية تمكنه من مقاومة الضغوط وأزمات الحياة، والتعافي السريع من الآثار السلبية لها والتكيف والتوازن مع مواقف الحياة الضاغطة وتتضمن الفعالية الذاتية، والإيجابية والمثابرة تحقيقاً للازدهار النفسي.

ويعتمد تفسير كفاءة المواجهة على نظرية العجز المكتسب وفقاً (Abramson et al.1978; Seligman 1975)، حيث تشير إلى أن العجز المكتسب ينشأ من التجربة التي مفادها أن النتائج المرغوبة للغاية لا تتوقف على استجابات الشخص. بمجرد أن يطور الشخص الاعتقاد بأن النتيجة لا يمكن السيطرة عليها، فمن المحتمل أن تحدث ثلاث حالات عجز هي **العجز المعرفي** والذي يشير إلى ضعف القدرة على التعلم وتطبيق استجابة مناسبة حتى لو كانت النتيجة في الواقع يمكن السيطرة عليها، فالعجز المكتسب يتعارض مع مهارات حل المشكلات في المواقف المماثلة. **والعجز التحفيزي** والذي يتميز بنقص الدافع والجهد الناتج عن الاعتقاد القائل بأنه لا يمكن فعل أي شيء لتحقيق النتيجة المرجوة. **والعجز العاطفي** الناتج عن تجربة توقع عدم القدرة على التحكم ويظهر في شكل مزاج مكتئب. نظراً لأن العجز المعرفي والتحفيزي والعاطفي يصف مجموعة من الأعراض المرتبطة عادةً بالاكتئاب، فقد تم اقتراح نظرية العجز المكتسب كنموذج للاكتئاب التفاعلي (Schroder & Ollis, 2013).

وتعرض الشخص لأحداث الحياة السلبية والاسناد الداخلي للفشل مثل الاعتقاد بأن الفشل هو خطأ الشخص بالكامل يؤدي إلى انخفاض تقدير الذات والشعور بالذنب ولوم الذات أو استتكار الذات مما يؤدي إلى حالة من الاكتئاب وهذا ناتج عن تعميم العجز

المكتسب لمواقف الحياة المختلفة، ويعد تمتع الشخص بكفاءة المواجهة ضد العجز المكتسب والاكتمال القائم على العجز بدلاً من أنماط الإسناد، فقدره الفرد على المواجهة بفاعلية مع الفشل وأحداث الحياة السلبية يؤدي إلى انخفاض العجز والتعافي السريع من أي أعراض عجز تظهر عليه وبذلك ينظر إلى كفاءة المواجهة كعامل وقائي ضد أحداث الحياة السلبية وضد تطور الاكتئاب القائم على العجز. (Schroder & Ollis, 2013).

ووفقاً لنظرية كفاءة المواجهة (Moreland coping competence theory)

(and Dumas, 2007; Blechman et al., 1995)، فإن استجابات المواجهة التي يختارها الأطفال في وقت مبكر من النمو قد تكون بمثابة بؤر لسلوك اجتماعي أو سلوك مضاد للمجتمع لاحقاً. الأطفال الذين يظهرون مستويات عالية من المواجهة الاجتماعية الإيجابية ومستويات منخفضة من المواجهة غير الاجتماعية والمضادة للمجتمع يكونون أكثر قدرة على التعامل مع تحديات الحياة المعيارية والمرهقة بطريقة مناسبة، وبالتالي، هم أقل عرضة لتطوير مشاكل نفسية مثل الاضطرابات الخارجية (Compas et al. 2001; Eisenberg et al., 1997).

وتشير نظرية كفاءة المواجهة إلى أن الأطفال يكتسبون كفاءة المواجهة خلال مراحل النمو المبكرة، ففي وقت مبكر من النمو، يعرض جميع الأطفال الصغار طرقاً للمواجهة تعد مثلاً للسلوك الاجتماعي وغير الاجتماعي ولكنها تؤدي دوراً مهماً في البقاء والتعلق، حيث يشير البكاء إلى حاجة الرضيع إلى المودة والطعام والحماية؛ تجنب الأشخاص والمواقف غير المألوفة يمنع الطفل من الابتعاد عن مقدمي الرعاية والتعرض للخطر؛ تحقيق المطالب بفاغ الصبر هي محاولات مبكرة للتواصل بتوكيدية؛ ونوبات الغضب هي تعبيرات عن العاطفة تسبق قدرة الطفل على التعبير عن المشاعر بطريقة أكثر ملاءمة في المواقف الاجتماعية. ومع التعرض المتكرر لتحديات لا حصر لها مقترنة بالدعم الاجتماعي المتسق والتوجيه والقيود، يكتسب الأطفال الأكبر سناً والمراهقون طرقاً اجتماعية إيجابية في الغالب للمواجهة. كما يظهر الأفراد مستويات مختلفة من كفاءة المواجهة خلال فترات النمو كدالة للعمر والجنس خاصة في المجالات العاطفية والاجتماعية وغالباً في سن مبكرة، تظهر الإناث عادة مستويات أعلى من الكفاءة في المواجهة مقارنة بالذكور (Moreland, & Dumas, 2008).

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

وتشير الأدبيات الحديثة حول نظرية كفاءة المواجهة ثلاث مجالات متميزة تظهر فيها كفاءة المواجهة للأطفال هي: **المجال الاجتماعي، social** ، للتحديات التي تنطوي في المقام الأول على المواقف والمطالب الشخصية والاجتماعية؛ و**مجال الإنجاز، achievement**، للتحديات التي تنطوي بشكل أساسي على أنشطة موجهة نحو الهدف، مثل المهارات البدنية ومهام الرعاية الذاتية والمسؤوليات الأكاديمية؛ و**المجال الوجداني، affective**، للتحديات التي تتطلب حلولاً للمواقف والمطالب الانفعالية ( Moreland & Dumas 2007). تفترض نظرية كفاءة المواجهة أن هذه المجالات المتميزة واسعة ومتداخلة في طبيعتها، بحيث يقوم كل منها بتقييم قدرة الطفل على المواجهة في مجموعة متنوعة من المواقف (على سبيل المثال ، المدرسة ، والأقران ، والأسرة ، والطبية ، وما إلى ذلك).

وبناء على ذلك تنقسم كفاءة المواجهة إلى ثلاثة أنواع هي: **كفاءة المواجهة الاجتماعية، Social coping competence** وتتضمن قدرة الفرد على مقاومة الضغوط في المواقف الاجتماعية والأشخاص ذوي الكفاءة الاجتماعية الأعلى لديهم مستويات أعلى من تقدير الذات، وأكثر فضولاً، وأظهروا ثقة أكبر في متابعة الاهتمامات المبكرة، وأظهروا ثقة أعلى بالآخرين، وكانوا أقل خوفاً وعرضة للأحداث السلبية أثناء طفولتهم مقارنة بذوي الكفاءة الاجتماعية الأقل (Moreland & Dumas 2007). و**كفاءة المواجهة الإنجازية، Achievement coping competence** وتتضمن المهارات التي تتطلب الاهتمام بالتفاصيل والتركيز والتنظيم والتحفيز وحل المشكلات والمثابرة. والأفراد الذين يتمتعون بهذه الكفاءة يكون أداءهم جيداً أكاديمياً عند مقارنتهم بأقرانهم. و**كفاءة المواجهة العاطفية، Affective coping competence** وتتضمن لغة أكثر تعقيداً ومهارات ما وراء المعرفية، مثل قدرة أفضل على شرح غياب مقدمي الرعاية، وإيجاد حلول للمواقف الصعبة، واستخدام الحديث الذاتي لتقليل التوتر الحالي، وتقليل أعراض اضطراب نقص الانتباه / فرط النشاط (Normandeu & Gobeil 1998؛ Moreland & Dumas 2007).

وهناك العديد من العوامل التي قد تكون مسؤولة عن كفاءة المواجهة لدى الأطفال والشباب حيث يكتسب الأطفال كفاءة المواجهة من خلال التنشئة الاجتماعية وأساليب المعاملة الوالدية والتي تظهر معهم في المراهقة والرشد؛ وهذا يشير إلى دور العوامل الاجتماعية في اكتساب كفاءة المواجهة لدى الشباب، وفي ضوء ذلك تشير الأبحاث إلى أن

الضغوط النفسية للوالدين والأطفال مرتبطة ارتباطاً وثيقاً كما أن أساليب واستراتيجيات مواجهتهم للضغوط والتحديات التي يتعرضون لها مرتبطة أيضاً، كما أن هناك روابط مهمة بين ضغوط الآباء واستراتيجيات مواجهة الأطفال (Guralnick, 1999; Weiss et al., 2003)، كما أن ارتفاع مستوى الضغوط لدي الآباء يرتبط باستراتيجيات المواجهة غير التكيفية لدى الأبناء والمشكلات السلوكية والانفعالية. (Kronenberger et al., 1996). ويؤكد ذلك نتائج دراسة (Cappa et al., 2011) التي أشارت إلى وجود علاقة ثنائية الاتجاه بين المستويات الفعلية لضغوط الوالدين والمواجهة مع الطفل، ووجود علاقة بين ضغوط الوالدين وكفاءة المواجهة، حيث إن ضغوط الوالدين كان مرتبطاً بثلاثة مجالات لكفاءة المواجهة (كفاءة المواجهة الاجتماعية، وكفاءة المواجهة الإنجازية، وكفاءة المواجهة العاطفية). أفاد الآباء الذين لديهم مستويات أعلى من الضغوط الوالدية أن أطفالهم يواجهون صعوبة أكبر في مواجهة مع المطالب الشخصية والاجتماعية؛ التحديات التي تنطوي على أنشطة موجهة نحو الهدف، مثل المسؤوليات الأكاديمية؛ والتحديات التي تتطلب حلولاً للمواقف والمطالب العاطفية. مما يدعم دور ضغوط الوالدين وتأثيرها على كفاءة المواجهة للأبناء.

وبالنسبة للبحوث السابقة التي تناولت كفاءة المواجهة هدف بحث Padhy et al. (2020) إلى التعرف على العلاقات بين كفاءة المواجهة واليقظة العقلية والرفاهية لدى المراهقين الهنديين، ودور كفاءة المواجهة في العلاقة بين اليقظة العقلية والرفاهية، وتكونت عينة البحث من ٢٢١ مراهقاً بواقع (١١١ ذكور - ١١٠ إناث). وتم استخدام مقياس كفاءة المواجهة (Schroder & Ollis, 2013) وقائمة الرفاهية، ومقياس اليقظة العقلية المعرفي والوجداني، وأشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة بين كفاءة المواجهة واليقظة والرفاهية كما أن كفاءة المواجهة واليقظة من المنبئات بالرفاهية. وهدف بحث كل من عبد الجواد ومحمد (٢٠١٩) إلى التعرف على العلاقة بين الابتكارية الانفعالية وكل من كفاءة المواجهة والرفاهية النفسية لدى معلم التربية الخاصة، وتكونت العينة من (٢٠٦) معلماً ومعلمة، وتم استخدام مقياس كفاءة المواجهة إعداد الباحثين، وأشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الابتكارية الانفعالية وكفاءة المواجهة والرفاهية النفسية، كما أنه يمكن التنبؤ بالرفاهية النفسية من خلال الابتكارية الانفعالية وكفاءة المواجهة.

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

وأجرى كل من Akin and Akin (2015a) بحثاً للتعرف على الدور الوسيط لكفاءة المواجهة في العلاقة بين اليقظة العقلية و السعادة الذاتية لدى طلاب الجامعة، وتكونت العينة من ٢٩٢ طالباً وطالبة بواقع (١٤٩ إناث- ١٤٣ ذكور) في تركيا، وتم استخدام مقياس اليقظة المعرفية والعاطفية (Feldman et al.,2007)، واستبيان كفاءة المواجهة (Schroder & Ollis, 2013)، ومقياس السعادة الذاتية (Lyubomirsky & Lepper, 1999). أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين كفاءة المواجهة واليقظة العقلية والسعادة الذاتية، كما أن اليقظة العقلية تتنبأ بـ كفاءة المواجهة والسعادة الذاتية بشكل إيجابي. كما أن كفاءة المواجهة تتنبأ بالسعادة الذاتية بشكل إيجابي. كما أن كفاءة المواجهة متغير وسيط في العلاقة بين اليقظة العقلية والسعادة الذاتية.

وهدف بحث كل من Akin and Akin (2015b) إلى التعرف على الدور الوسيط لكفاءة المواجهة في العلاقة بين اليقظة العقلية والازدهار لدي طلاب الجامعة، وتكونت العينة من ٢٨٤ طالباً وطالبة بواقع (١٥٧ إناث- و١٢٧ ذكور) في تركيا، وتم استخدام استبيان كفاءة المواجهة (Schroder & Ollis, 2013)، ومقياس الازدهار Diener et al. (2010). ومقياس اليقظة المعرفية والعاطفية إعداد (Feldman et al. (2007)، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين كفاءة المواجهة واليقظة العقلية والازدهار، كما أن اليقظة العقلية تتنبأ بكل من كفاءة المواجهة والازدهار بشكل إيجابي. كما أن كفاءة المواجهة تتنبأ بالازدهار بشكل إيجابي. كما أن كفاءة المواجهة متغير وسيط في العلاقة بين اليقظة العقلية والازدهار.

### الازدهار النفسي Psychology Flourishing

يؤكد علم النفس الإيجابي على دراسة العوامل المضيئة في حياة الإنسان التي تعزز رفاهية الإنسان وازدهاره، ويعد سيلجمان من رواد علم النفس الإيجابي والذي اهتم بدراسة الازدهار النفسي والذي يري أن الشعور بالازدهار النفسي لا يتأتى إلا من خلال شعوره بالسعادة والرفاهية أولاً ويعبر عن اكتمال الصحة النفسية الإيجابية من خلال الشعور بالمشاعر الإيجابية التي تتضمن السعادة والرضا عن الحياة والقدرة على الأداء الجيد الذي يتمثل في تكوين علاقات إيجابية والإنجاز.

ويشير الازدهار النفسي إلى مستويات عالية من الرفاهية Wellbeing، ويعرف بأنه درجة الأداء الإيجابي للشخص في الحياة (Diener et al., 2010)، وقام كل من Keyes, (2005) Keyes and Grzywacz, (2002) بتفعيل الصحة النفسية الإيجابية أو الازدهار كمزيج من الرفاهية الانفعالية والرفاهية النفسية والرفاهية الاجتماعية.

ويعد الازدهار النفسي أقصى حد يتمتع به الفرد من الصحة النفسية والرفاهية وهو درجة أعلى من شعور الفرد بالسعادة والرفاهية، أي أن الازدهار هو حالة تتطلب مزيجاً من المتعة (تتعلق بالحالات الانفعالية الإيجابية مثل السعادة والحيوية) والأداء الجيد (المتعلقة بالأداء الإيجابي، مثل الهدف في الحياة، والكفاءة، والروابط الاجتماعية) (Huppert & Keyes, 2002; So 2013). ويتطلب الازدهار مزيجاً من الشعور بالمتعة أو اللذة والأداء الجيد في الحياة، حيث إن العديد من الأفراد قد يكون لديهم مستويات عالية في مكون واحد مثل مستوى عالي من المتعة (المشاعر الإيجابية)، ومستويات منخفضة من الأداء الجيد (هدف منخفض في الحياة) أو العكس، فالأفراد المزدهرون هم الذين يتمتعون بشعور جيد تجاه الحياة ويعملون بشكل جيد (Keyes & Annas, 2009).

ويعرف الازدهار النفسي بأنه شعور الفرد بالتفاؤل والكفاءة وقدرته على رفاهية الآخرين والعمل على تحسين بيئته لكي تلبي احتياجاته واحتياجات الآخرين وحرية تقرير المصير ومقاومة الضغوط الاجتماعية والانفتاح على الحياة والرضا عن الوضع العام، فضلاً عن شعوره بالإشباع مادياً وصحياً واجتماعياً وجسدياً وروحياً (العبيدي، ٢٠١٩).

ويعرف بأنه مركب من المشاعر الإيجابية مقترنة بالأداء الأمثل 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 (يتضمن تقبل المجتمع، والشعور بالنمو المجتمعي، والمساهمة المجتمعية، والترابط مع المجتمع، والاندماج الاجتماعي)، والبعد الروحي (ويتضمن مظاهر التدين، والتسامح الروحي). (رزق، ٢٠٢٠، ص ٣٠٣).

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

ويعرف بأنه امتلاك الفرد لمشاعر إيجابية نحو حياته ويظهر في اندماجه في الحياة والدراسة وتكوين علاقات إيجابية مع الآخرين، والشعور بالمعنى للحياة، والاستمتاع بالإنجازات، مما يحقق له الشعور بالسعادة والرضا (عرفي، ٢٠٢١، ص ١٢٨٢).

ويتضح مما سبق أن الازدهار النفسي يعد أحد متغيرات علم النفس الإيجابي الذي يصف الصحة النفسية الإيجابية للفرد حيث يشير إلى كيف تسير خبرات الحياة بشكل جيد فهو مزيج من الشعور بالرضا والعمل بشكل فعال في الحياة ومرادف لمستويات عالية من الرفاهية ويستدل عليه من خلال شعور الفرد بمشاعر إيجابية وقدرته على تكوين علاقات اجتماعية إيجابية مع الآخرين، والشعور بمعنى الحياة ومن ثم تحقيق العديد من الإنجازات.

ويظهر الأفراد المزدهرون مستويات عالية من المكونات الأساسية للرفاهية النفسية مثل القبول الذاتي والعلاقة الإيجابية والمعنى / الهدف في الحياة - ويجب تلبية احتياجاتهم النفسية الأساسية مثل الكفاءة والعلاقة ويكونوا متفائلين بشأن المستقبل، وأن يساهموا في رفاهية الآخرين (Diener et al., 2010)، وأظهرت دراسة طولية أن الازدهار عامل وقائي ضد تطور الاضطرابات النفسية (Keyes et al. 2010). وأشار (Keyes 2002) إلى أن الازدهار النفسي مفهوم متعدد الأبعاد يتكون من ثلاثة أبعاد هي الرفاهية الوجدانية والنفسية والاجتماعية. وفقاً لـ (Keyes 2005) تتكون الرفاهية الانفعالية من الوجدان الإيجابي والرضا عن الحياة. وتتكون الرفاهية النفسية من قبول الذات، والنمو الشخصي، والهدف في الحياة، والإتقان البيئي، والاستقلالية والعلاقات الإيجابية مع الآخرين. وتشير الرفاهية الاجتماعية إلى كيفية عمل الفرد اجتماعياً ويتكون من القبول الاجتماعي والتطبيق الاجتماعي والمساهمة الاجتماعية والتماسك الاجتماعي والتكامل الاجتماعي.

وأشار (Huppert 2009) إلى الازدهار النفسي بأنه مفهوم متعدد الأبعاد يتكون من مجموعة من الخصائص الأساسية وهي: الوجدان الإيجابي، والهدف من الحياة، والاندماج، ومجموعة من الخصائص الإضافية مثل: تقدير الذات، والصمود، والحيوية، والتفاؤل، وتحديد الذات، والعلاقات الإيجابية، والشخص الذي يتسم بالازدهار النفسي لا بد من أن يتمتع بالخصائص الأساسية وثلاثة من الخصائص الإضافية.

وتوصل (Diener et al. 2010) إلى أن الازدهار النفسي مفهوم ذو بعد واحد يشمل الاحتياجات النفسية والغرض من الحياة والمشاركة في الأنشطة والتفاؤل والعلاقات

الاجتماعية الإيجابية وتقدير الذات ومشاعر الكفاءة، وتوصل مقياس الازدهار النفسي الذي طوره كل من (Huppert and So 2013) إلى أن الازدهار يعني الشعور الإيجابي والأداء الجيد ويركز على الحالات النفسية يتضمن سمات تتعلق بثلاثة مجالات: (١) الخصائص الإيجابية (التي تشمل الثبات الانفعالي والحيوية والتفاؤل والمرونة وتقدير الذات) ، (٢) الأداء الإيجابي (يشمل المشاركة والكفاءة والمعنى والعلاقات الإيجابية)، (٣) والتقييم الإيجابي (المشاعر الإيجابية، الرضا عن الحياة).

وتوصل كل من (Noble & McGrath 2015) إلى أن الازدهار يتكون من العلاقات والاندماج والغرض والإيجابية والنتائج، وتوصل كل من (Rautenbach & Rothmann 2017) إلى أن الازدهار مفهوم متعدد الأبعاد يتكون الشعور أي الرفاهية الانفعالية، والأداء أي الرفاهية النفسية والاجتماعية ، وتتكون الرفاهية الانفعالية من الوجدان الإيجابي والرضا الوظيفي وتتكون الرفاهية النفسية من الاستقلالية والكفاءة والترابط والمعنى والغرض والاندماج (المعرفي والجسدي والانفعالي) والتعلم، والرفاهية الاجتماعية تتكون من المساهمة الاجتماعية والقبول الاجتماعي والنمو الاجتماعي والتكامل الاجتماعي والفهم الاجتماعي.

وتوصل (Hojabrian et al. 2018) إلى أن الازدهار النفسي مفهوم متعدد الأبعاد يتكون من ثلاثة أبعاد هي الإنجاز الفردي/ الكفاءة، والمساهمة الاجتماعية، والشعور بالرضا/ السعادة. وأشار (Mesurado et al. 2018) إلى الازدهار النفسي على أنه مفهوم متعدد الأبعاد يتكون من ثلاثة أبعاد هي الرفاهية النفسية- Psychological well-being، والرفاهية الاجتماعية Social well-being والرفاهية الانفعالية Emotional well-being.

وتوصل العبيدي (٢٠١٩) إلى أن الازدهار النفسي مفهوم متعدد الأبعاد يتكون من تقبل الذات، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والاستقلالية، والتمكن البيئي، والغرض من الحياة، والنمو الشخصي والكفاءة، وتقدير الذات والتفاؤل، والمساهمة في رفاهية الآخرين. ويرى رزق (٢٠٢٠) أن الازدهار النفسي متعدد الأبعاد يتكون من أربعة أبعاد هي البعد الوجداني، والبعد الاجتماعي، والبعد الروحي، والبعد الشخصي، وتوصل عرفي (٢٠٢١) إلى

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

أن الازدهار النفسي مفهوم متعدد الأبعاد يتكون من خمسة أبعاد هي المشاعر الإيجابية، والاندماج الدراسي، والعلاقات الإيجابية، ومعنى الحياة والدراسة، والإنجازات. وأشار (Seligman, 2011) إلى نموذج PERMA لتفسير الازدهار النفسي من خلال تمتع الإنسان بخمس من الصفات الأساسية وهي المشاعر الإيجابية positive emotion، والاندماج engagement، والعلاقات relationship، والمعنى في الحياة meaning، والإنجاز achievement، ويعتبر الحرف الأول من كل كلمة هي حرف في النموذج، ويساعد هذا النموذج الأفراد على تطوير وتنمية مهارات معرفية وانفعالية وشخصية جديدة تمكنه من تحقيق حياة هادفة وذات مغزي، كما اقترح نظرية الرفاهية الشاملة The comprehensive well-being theory التي يستخدم الازدهار النفسي كوصف للمستوي المرتفع من الشعور بالرفاهية الذاتية. وتوصل كل من Noble and McGrath (2015) إلى نموذج PROSPER الذي يفسر الازدهار من حيث الإيجابية (P) والعلاقات (R) والنتائج (O) ونقاط القوة (S) والغرض (P) والمشاركة (E) والمرونة (R). يتضمن نموذجهم، الذي يعتمد على مبادئ علم النفس الإيجابي والبحث التربوي، عنصرين إضافيين ومتميزين: نقاط القوة (S) والمرونة (R). في حين أن النماذج النظرية السابقة تسلط الضوء على عناصر مهمة للازدهار، إلا أنها لم يتم تطويرها بشكل صريح في العمل والإعدادات التنظيمية.

ويمكن تفسير الازدهار النفسي في ضوء نظرية تقرير المصير self-determination theory، حيث تؤكد هذه النظرية على دور خبرات الطفولة الإيجابية في شعور المراهق بالازدهار النفسي في مرحلة المراهق والرشد. والتي تشير إلى ثلاث احتياجات نفسية أساسية عامة للإنسان ليشعر بالرضا عن الحياة. هي احتياجات الاستقلالية autonomy والعلاقة relatedness والكفاءة competence (Deci & Ryan, 2000). أولاً، الاستقلالية تعني أن الفرد يمكنه التصرف والتصرف بناءً على إرادته. وهذا يعني أن الحاجة إلى الاستقلالية تؤكد أن تصرفات الفرد وسلوكياته يمكن أن تعبر عن قيمه واهتماماته. بعد ذلك، تشير العلاقة إلى الشعور بالارتباط بالآخرين، وتلقي الرعاية من الآخرين، والاهتمام بالآخرين. تؤكد الحاجة إلى الترابط التصورات الشخصية حول الاندماج مع الآخرين وفي المجتمع. أخيراً، تعني الكفاءة إظهار قدرات الفرد في سياق اجتماعي.

وبالمثل، فإن الحاجة إلى الكفاءة تعني تفعيل أدوار الفرد بشكل فعال. وأشارت الدراسات إلى ارتباط تلبية هذه الاحتياجات الأساسية الثلاثة بنتائج إيجابية، بما في ذلك رفاهية عامة أكبر، ووجدان إيجابي وتقدير ذات أعلى (Deci & Ryan, 2000; Kasser & Ryan, 1999; Guo et al., 1996; Niemiec & Ryan, 2009; Sheldon et al., 2021) على أن إشباع الاحتياجات النفسية الأساسية للأطفال تسهم بدور كبير في تمتعهم بالازدهار النفسي في المراحل التالية من العمر.

كما يمكن تفسير الازدهار النفسي في ضوء نظرية الحفاظ على الموارد **The conservation of resources theory** والتي تقترح أن الأفراد يعانون من الضغوط عندما يكونون عرضة لفقدان الموارد الاجتماعية والنفسية والمادية القيمة. نظرًا لأنهم يواجهون مواقف وتحديات صعبة، فإنهم يستخدمون هذه الموارد ليس فقط لمقاومة الضغوط ولكن أيضًا لاكتساب موارد إضافية ضرورية لمواجهة الضغوط المستقبلية. (Hobfoll, 2002). بالإضافة إلى ذلك، يؤكد هذه النظرية على أهمية التراكم المستمر للموارد النفسية من أجل حماية الفرد من فقدان الموارد وتحسين الصحة النفسية. (Hobfoll et al., 2015).

وبناءً على هذه النظرية تفترض الباحثتان أن تعرض الفرد لخبرات الطفولة الإيجابية التي تتسم بالموودة والأمان والعلاقات الاجتماعية البناءة والترابط الاسري والتفاعل الاجتماعي الصحي في المجتمع الذي يعيش فيه يسهم بدور فعال في إكساب الفرد العديد من الموارد المعرفية والشخصية والنفسية التي تعمل على مساعدة الفرد على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة بإيجابية وكفاءة عالية ومن ثم تمتعه بمستويات عالية من الازدهار النفسي، إذا أن اكتساب الموارد المعرفية والنفسية بمثابة آلية أساسية لحماية الأفراد من الأحداث الضاغطة، مثل المخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة، لذا فمن المتوقع أن يرتبط كل من خبرات الطفولة الإيجابية والمخططات المعرفية الإيجابية وكفاء المواجهة بزيادة مستويات الازدهار النفسي.

وبالنسبة للبحوث السابقة التي تناولت الازدهار النفسي هدف بحث عرفي (٢٠٢١) إلى التعرف على العلاقة بين الازدهار النفسي وكل من التسامح والحكمة لدي طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية والتنبؤ بالازدهار النفسي من خلال أبعاد كل من

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

التسامح والحكمة، وكذلك الكشف عن النموذج السببي للعلاقات بين الازدهار النفسي وكل من التسامح والحكمة، وتكونت عينة البحث من (٤٦٦) طالبًا وطالبة من طلاب كلية التربية، وتم استخدام مقياس الازدهار النفسي، ومقياس التسامح، ومقياس الحكمة جميعهم من إعداد الباحث، وأشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة إيجابية بين الازدهار النفسي وكل من التسامح والحكمة كما أمكن التنبؤ بالازدهار النفسي من خلال التسامح والحكمة كما أن الحكمة أكثر اسهامًا إيجابيًا من التسامح في التنبؤ بالازدهار النفسي، كما أن المتغيرات كونت فيما بينها نموذجًا يوضح علاقة التأثير والتأثر المتبادل بينهم.

وهدف بحث طه (٢٠٢١) إلى التعرف على نمذجة العلاقات السببية بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشفقة بالذات والازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة، وتكونت العينة من (٢٩٤) من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس، وتم استخدام القائمة المختصرة للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، ومقياس الازدهار النفسي أعداد Mesurado et al. (2018) ترجمة الباحث، ومقياس الشفقة بالذات، وتوصلت نتائج البحث إلى وجود نموذج بنائي للعلاقات بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشفقة بالذات والازدهار النفسي

وأجرى Li et al. (2020) بحثًا للتعرف على المساندة الاجتماعية المدركة وتقدير الذات كمتغير وسيط بين سوء معاملة الأطفال والازدهار النفسي الاجتماعي لدى طلاب الجامعة، وتكونت العينة من ١٦٢٢ طالبًا وطالبة من جامعات الصين تراوحت أعمارهم من ١٦-٢٦ عاماً، وتم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية المدركة ومقياس تقدير الذات ومقياس سوء معاملة الأطفال ومقياس الازدهار النفسي الاجتماعي وأشارت نتائج البحث إلى وجود ارتباط سلبي بين سوء معاملة الأطفال وبين المساندة الاجتماعية وتقدير الذات والازدهار النفسي والاجتماعي ووجود علاقة إيجابية بين الازدهار النفسي الاجتماعي وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية المدركة، وتوصلت النتائج إلى أن المساندة الاجتماعية المدركة وتقدير الذات توسط بشكل كامل في العلاقة بين سوء معاملة الأطفال والازدهار النفسي والاجتماعي. كان التأثير غير المباشر للمساندة الاجتماعية المدركة أقوى من تأثير تقدير الذات.

وهدف بحث مصطفى(٢٠١٧) إلى الكشف عن النموذج البنائي للعلاقات السببية بين الازدهار النفسي والتراحم الذاتي والخبرات الانفعالية والإيجابية والسلبية المسهمة في

الأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، وتكونت العينة من (٢٧٩) طالبًا وطالبة بواقع ٢٥٤ طالبة و ٢٥ طالبًا من طلبة كلية الدراسات العليا للتربية جامعة القاهرة، وتم استخدام مقياس الازدهار النفسي، ومقياس التراحم الذاتي، ومقياس الخبرات الانفعالية الإيجابية والسلبية إعداد الباحثة، وأشارت نتائج البحث إلى أن متغيرات البحث تشكل نموذجًا بنائيًا يفسر العلاقات السببية بين الخبرات الانفعالية الإيجابية والسلبية كمتغير مستقل والتراحم الذاتي والازدهار النفسي كمتغيرات وسيطة والأداء الأكاديمي كمتغير تابع لدى طلبة الجامعة.

وكشف بحث Mesurado et al. (2016) عن العلاقة بين الاحتياجات النفسية الأساسية (الاستقلالية والكفاءة والترابط) بالازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة في الفلبين، وتكونت العينة من (١٧٦) طالبًا وطالبة بواقع ٩٣ ذكور وأيضاً ٨٣ إناث، وتم استخدام مقياس الازدهار إعداد (Diener et al.,2009)، ومقياس الاحتياجات النفسية الأساسية إعداد (Deci and Ryan, 2000)، كشفت النتائج أن الكفاءة والاستقلالية والترابط تتنبأ بالازدهار، كما أن الترابط هو أفضل مؤشر على الازدهار.

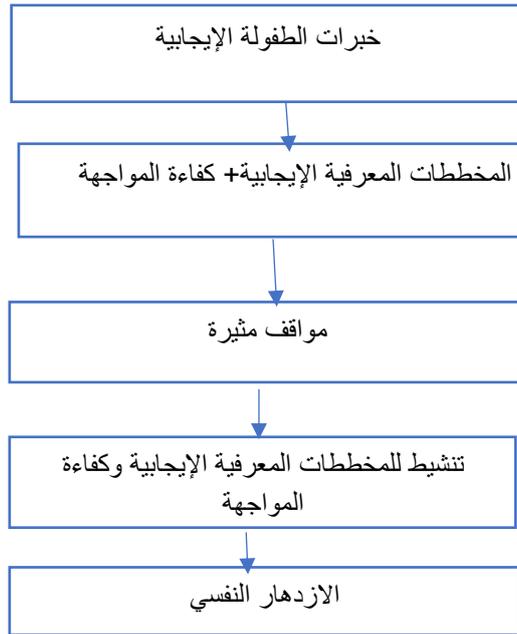
وهدف بحث(Uysal (2015 إلى التعرف على الدور الوسيط للازدهار في العلاقة بين المساندة الاجتماعية والضعف النفسي لدى طلاب الجامعة، وتكونت العينة من (٢٥٩) من طلاب الجامعة تراوحت أعمارهم من ١٨ - ٢٨ عامًا بواقع ١٤٧ إناث و ١١٢ ذكور، وتم استخدام مقياس الازدهار إعداد دينر وآخرون (٢٠١٠) ومقياس الضعف النفسي ومقياس المساندة الاجتماعية، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية بين المساندة الاجتماعية والازدهار وعلاقة سلبية بين الضعف النفسي وكلا من المساندة الاجتماعية والازدهار، كما أن الازدهار له دور الوسيط في العلاقة بين المساندة الاجتماعية والضعف النفسي

### العلاقة بين متغيرات البحث:

يفترض البحث الحالي وجود علاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية والمخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة والازدهار النفسي من خلال النموذج النظري الذي يقترح أن الفرد يمر أثناء طفولته بالعديد من الخبرات والتجارب الإيجابية مع أفراد أسرته وفي مدرسته ومجتمعه المحيط به، مما تشبع لديه الاحتياجات العاطفية الأساسية، و يكسبه بنية معرفية ثابتة ودائمة ومدعمة للذات نحو نفسه والعالم المحيط به ومستقبله تتميز بالتعاؤل

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

والقدرة على المغفرة الشعور بالانتماء الاجتماعي والوفاء العاطفي والاعتماد على الذات وضبط النفس والتوجيه الذاتي والرعاية الذاتية والقدرة على تطوير الذات، ومن ثم الشعور بالنجاح، كما تكسبه موارد وسمات شخصية تتمثل في الإيجابية والمثابرة والتحملي والقدرة على حل المشكلات والفاعلية الذاتية في مواجهة الأزمات والضغوطات، لذا فعند تعرضه لمواقف الحياة السلبية تنشط لديه الأسلحة الذاتية التي اكتسبها في مراحل طفولته نتيجة الخبرات الإيجابية التي مر بها ومن ثم تسهم في قدرته على التكيف والتوافق وتحقيق الرضا عن الحياة والسعادة ومن ثم الازدهار النفسي، وهذا يشير إلى أن من لديهم مخططات معرفية إيجابية وكفاءة لمواجهة قادرون على التعامل مع الشدائد والمحن والأزمات من خلال إيجاد معني إيجابي في تجاربهم اليومية وضمن الشدائد والشكل التالي يوضح ذلك:



شكل (٢) نموذج الازدهار النفسي

تعليق على البحوث السابقة:

هدفت بعض البحوث إلى التعرف على العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية وغيرها من المتغيرات مثل القلق والاكتئاب كما في بحث (Wang et al., 2021)، واضطرابات الشخصية كما في بحث (Gunay-Oge et al., 2020)، والسعادة المدركة والمرونة النفسية والرفاهية كما في بحث كل من (Dogan and Yavuz, 2020)، وبحث (Dees, 2017)، وبحث (O'Byrne et al., 2020)، وبحث (Friedmann, 2013)، والسعادة والرضا عن الحياة كما في بحث محمود (2018)، وبحث (Tomlinson et al., 2017)، بينما هدف بحث كل من (Kocatürk, and Çiçek, 2021) إلى التعرف على النموذج البنائي للعلاقات بين خبرات الطفولة الإيجابية، وتقدير الذات، والمرونة النفسية، وهدف بحث (Bowers, 2015) إلى التعرف على الدور الوسيط و/ أو المعدل للمخططات الإيجابية في العلاقة بين سياق الوالدين والرضا عن الحياة، وهدفت بعض البحوث إلى التعرف على كفاءة المواجهة وعلاقتها بغيرها من المتغيرات مثل السعادة والرفاهية كما في بحث (Padhy et al., 2020)، وبحث كل من عبد الجواد ومحمد (2019)، وهدف بحث كل من (Akin and Akin, 2015a) إلى التعرف على الدور الوسيط لكفاءة المواجهة في العلاقة بين اليقظة العقلية و السعادة الذاتية، وهدف بحث كل من (Akin and Akin, 2015b) إلى التعرف على الدور الوسيط لكفاءة المواجهة في العلاقة بين اليقظة العقلية والازدهار، وهدفت بعض البحوث إلى التعرف على الازدهار النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات مثل التسامح والحكمة كما في بحث عرفي (2021)، وهدف بحث طه (2021) إلى التعرف على نمذجة العلاقات السببية بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشفقة بالذات والازدهار النفسي، وهدف بحث (Li et al., 2020) إلى التعرف على المساندة الاجتماعية المدركة وتقدير الذات كمتغير وسيط بين سوء معاملة الأطفال والازدهار النفسي الاجتماعي، بينما هدف البحث الحالي إلى التعرف على التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة في العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي، واختلفت البحوث السابقة في الأدوات المستخدمة لقياس المتغيرات وفقاً لهدف كل بحث حيث لم تجد الباحثان في حدود علمهما مقياس لخبرات الطفولة الإيجابية في البيئة العربية لذا تم استخدام مقياس لخبرات الطفولة الإيجابية إعداد الباحثين،

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

ومقياس كفاءة المواجهة إعداد الباحثين، ومقياس المخططات المعرفية الإيجابية إعداد Louis et al. (2018) ترجمة الباحثين، ومقياس الازدهار النفسي إعداد Soleimani et al. (2015) ترجمة الباحثين. وتم التركيز في عرض البحوث السابقة على عينة طلاب الجامعة بما يتناسب مع عينة البحث.

واختلفت نتائج البحوث السابقة وفقاً لهدف كل بحث، حيث أشارت نتائج بحث Padhy et al. (2020) إلى وجود علاقة بين كفاءة المواجهة والرفاهية كما أن كفاءة المواجهة من المنبئات بالرفاهية. وأشارت نتائج بحث كل من عبد الجواد ومحمد (٢٠١٩) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين كفاءة المواجهة والرفاهية النفسية، كما أنه يمكن التنبؤ بالرفاهية النفسية من خلال كفاءة المواجهة. وأشارت نتائج بحث Tomlinson et al. (2017) إلى وجود علاقة بين المخططات الإيجابية ومؤشرين للرفاهية، وهما السعادة والرضا عن الحياة، وأشارت نتائج بحث محمود (٢٠١٨) إلى وجود علاقة بين المخططات المعرفية الإيجابية (فاعلية الذات - التفاؤل - القيمة - النجاح) والرضا عن الحياة. وأشارت نتائج بحث Crandall et al., (2019) إلى وجود علاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية وبين مخرجات الصحة المعرفية والنفسية والاجتماعية، حيث وجدت علاقة إيجابية بين خبرات الطفولة الإيجابية والامتتان ومركز الضبط الداخلي والوظائف التنفيذية والمغفرة والتقارب الأسري. وأشارت بحث كل من Akin and Akin (2015b) إلى أن كفاءة المواجهة تتنبأ بالازدهار بشكل إيجابي. كما أن كفاءة المواجهة متغير وسيط في العلاقة بين اليقظة العقلية والازدهار، وأشارت نتائج بحث Akin and Akin (2015a) إلى أن كفاءة المواجهة تتنبأ بالسعادة الذاتية بشكل إيجابي. كما أن كفاءة المواجهة متغير وسيط في العلاقة بين اليقظة العقلية والسعادة الذاتية. وأشارت نتائج بحث Bowers (2015) إلى التوسط الجزئي للمخططات الإيجابية في العلاقة بين السياق الوالدي والرضا عن الحياة.

### فروض البحث:

١. تسهم خبرات الطفولة الإيجابية في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة.
٢. تسهم كفاءة المواجهة في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة.

٣. تسهم المخططات المعرفية الايجابية في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة.
٤. يوجد نموذج بنائي يفسر العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي في وجود المخططات المعرفية الإيجابية كعامل وسيط لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة.
٥. يوجد نموذج بنائي يفسر العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي في وجود كفاءة المواجهة كعامل وسيط لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة.
٦. يوجد نموذج بنائي يفسر العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي في وجود المخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة كعوامل وسيطة لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة.

### إجراءات البحث:

**منهج البحث:** استخدام البحث الحالي المنهج الوصفي (ارتباطي تنبؤي) لتحقيق أهداف البحث للكشف عن التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة في العلاقة بين تجارب الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي.

**عينة البحث:** تكونت عينة البحث من عینتين هما: **عينة استطلاعية:** تكونت عينة البحث الاستطلاعية من (٢٥٠) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية، وذلك لحساب الخصائص السيكومترية لأدوات البحث، بمتوسط عمري قدره (١٩,٦٣) عاماً، وانحراف معياري قدره (١,١٧)، و**عينة أساسية:** تكونت عينة البحث من (٣٢٠) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية، بمتوسط عمري قدره (١٩,٨٧) عاماً، وانحراف معياري قدره (١,٢٨).

### أدوات البحث:

١- مقياس خبرات الطفولة الإيجابية<sup>(١)</sup> إعداد الباحثين

مصادر إعداد المقياس: تم الرجوع إلى عدة مصادر منها مقياس خبرات الطفولة المفيدة إعداد (Narayan et al. (2018)، ومقياس خبرات الطفولة الإيجابية والسلبية إعداد (قدوم، ٢٠١٢)، ومقياس خبرات الطفولة الإيجابية إعداد (Bethell et al. (2019)، ومقياس الدفاء

(١) ملحق (١)

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

الوالدي إعداد (Raudino et al. (2012) ، وبعض البحوث التي تناولت خبرات الطفولة الإيجابية (Craig et al., 2021; Daines et al., 2021; Geng et al., 2012; Zhang et al., 2021).

**مبررات إعداد المقياس:** تم إعداد المقياس الحالي لخبرات الطفولة الإيجابية نظراً لعدم شمولية المقاييس المتاحة للعناصر المتعددة للخبرات الإيجابية في البيئة العربية، وربما يرجع ذلك لاختلاف نمط الأسرة وظروف التنشئة، حيث تعد الأسرة العربية وخاصة المصرية البيئة التي يعيش فيها الطفل فترة طويلة قد تكون أطول من البيئات الأخرى، لذلك اتصفت بعض المقاييس الأجنبية بالمحدودية في عرض الخبرات، مثل مقياس (Bethell et al. (2019) ومقياس (Narayan et al. (2018). كما أن مقياس قدوم (٢٠١٢) طويل جداً ولا يتفق مع محتواه مع أهداف البحث الحالي.

**وصف المقياس:** تم بناء المقياس في صورته الأولية بناء على الخبرات الإيجابية التي يتعرض لها الفرد في مرحلة الطفولة وتتضمن الأسرة والمدرسة والمجتمع، حيث تشير الخبرات الأسرية إلى مجموعة من المواقف الإيجابية التي تعرض لها الفرد خلال طفولته ساهمت في تكوين شخصيته وتحقيق نمو سوي تتمثل في العلاقات الأسرية الجيدة ، وتوفر دعم أسري جيد، والدفع الوالدي، ومشاركة الأب وعلاقات إيجابية مع الوالدين، وتشير الخبرات المدرسية إلى مجموعة من المواقف الإيجابية التي مر بها الفرد خلال طفولته في المدرسة ساهمت في تكوين شخصية إيجابية تتمتع بمظاهر الصحة النفسية تتمثل في الاندماج المدرسي، ودعم الأقران ، والعلاقات الإيجابية مع المعلمين، وتشير الخبرات المجتمعية إلى المواقف الإيجابية التي مر بها الفرد في طفولته وأسهمت في تطبيع شخصيته بطابع اجتماعي فعال داخل المجتمع أنعكس على قدرته على تحقيق تفاعل اجتماعي جيد، وتتمثل في وجود جيران جيدين متفاعلين، وجود أصدقاء اجتماعيين جيدين متفاعلين والمشاركة في الأنشطة المجتمعية، والتمتع بروابط اجتماعية إيجابية. وتم صياغة ٥٤ عبارة تدور حول الخبرات الإيجابية في الطفولة.

وتم تصحيحه وفقاً لتدرج خماسي (١-٥)، وتم عرض المقياس على ٧ من أعضاء هيئة التدريس في مجال الصحة النفسية لأبداء آرائهم حول مناسبة العبارات وتم تعديل ما أقره المحكمون، ثم تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من (٢٥٠) طالباً وطالبة من طلاب

كلية التربية لحساب الخصائص السيكومترية للمقياس في البحث الحالي والتي كانت على النحو التالي:

١- صدق التحليل العاملي الاستكشافي: تم حساب الصدق عن طريق التحليل العاملي الاستكشافي لعبارات المقياس بطريقة المكونات الأساسية principal components، وتم تدوير المحاور تدويراً مائلاً بطريقة " البروماكس " Promax ل كايزر Kaiser واعتبر التشعب الملائم الذي يبلغ (٠,٣) فأكثر وفقاً لمحك جيلفورد"، وكانت نسبة التباين الإجمالية ٥٨,٢٨١% والجدول (١) يوضح العوامل والتباين والجذر الكامن الخاص بكل عامل، ونسبة التشعب والشيوع لكل عبارة على العامل.

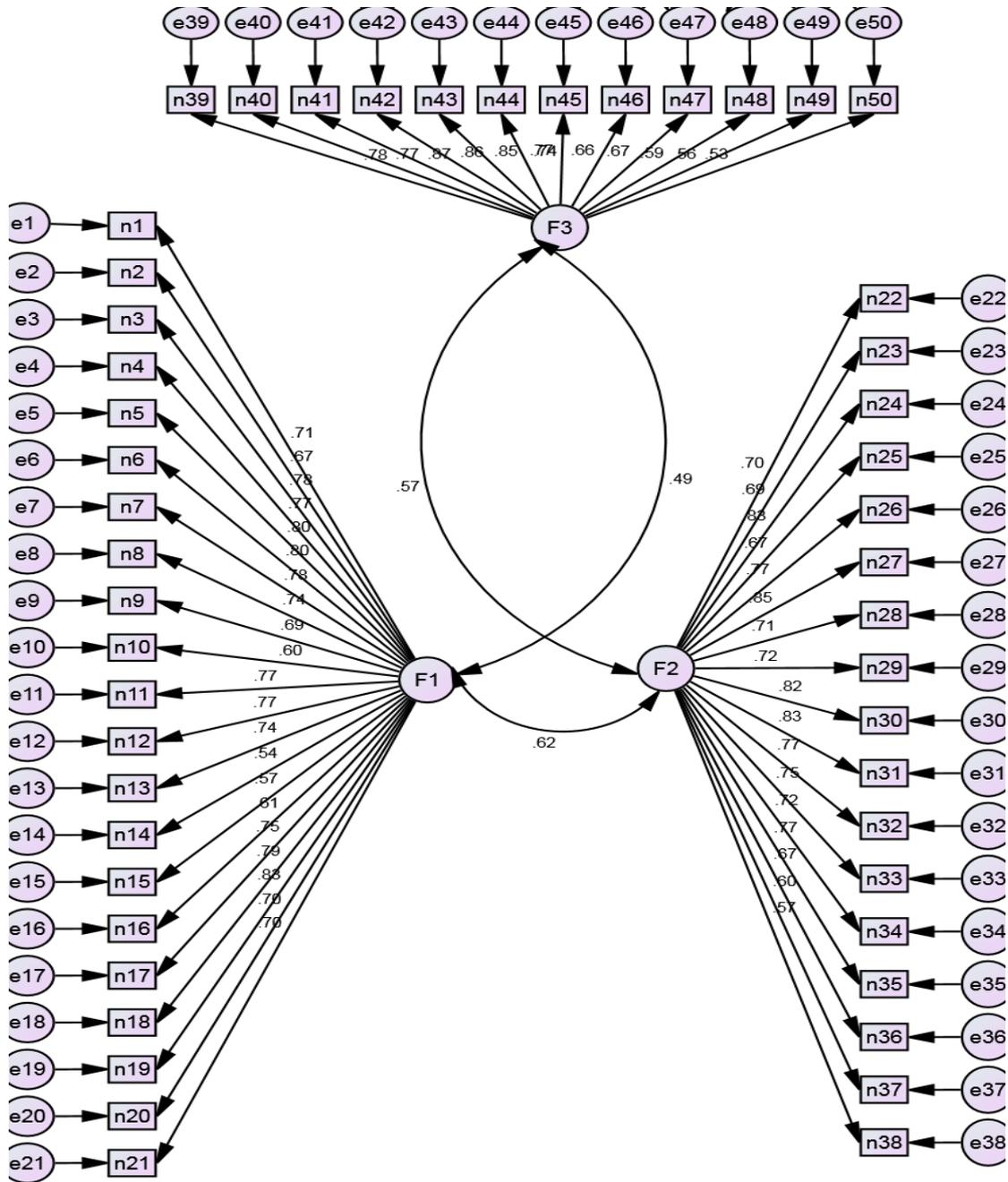
جدول (١) نتائج التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس خبرات الطفولة الإيجابية (ن=٢٥٠)

العامل الأول			العامل الثاني			العامل الثالث		
العبارة	التشعب	الشيوع	العبارة	التشعب	الشيوع	العبارة	التشعب	الشيوع
١	٠,٧٩٧	٠,٥٦٣	٢٢	٠,٤٥٩	٠,٥٥٦	٣٩	٠,٨٣٤	٠,٦٤٦
٢	٠,٨١٣	٠,٥٢٤	٢٣	٠,٧١٤	٠,٥١٧	٤٠	٠,٧٣٦	٠,٦٤٨
٣	٠,٨٢٤	٠,٦٤١	٢٤	٠,٨٣١	٠,٦٩٢	٤١	٠,٨٨٦	٠,٧٣١
٤	٠,٧٧٩	٠,٥٩٩	٢٥	٠,٦٣٣	٠,٤٦٢	٤٢	٠,٩١٠	٠,٧٣٢
٥	٠,٨٣٥	٠,٦٥٠	٢٦	٠,٧٢٩	٠,٦٢٦	٤٣	٠,٩٠٢	٠,٧١٥
٦	٠,٨٢٠	٠,٦٦٢	٢٧	٠,٩٥٣	٠,٧٤٧	٤٤	٠,٧٦٧	٠,٥٩٣
٧	٠,٨٣٧	٠,٦٤١	٢٨	٠,٨٦٩	٠,٥٨٢	٤٥	٠,٨٣٧	٠,٦٦٧
٨	٠,٧٩٩	٠,٥٧٥	٢٩	٠,٧٢٣	٠,٥٥٤	٤٦	٠,٧٩٦	٠,٥٩٧
٩	٠,٨٢٤	٠,٥٥٩	٣٠	٠,٨٣٢	٠,٦٧٧	٤٧	٠,٧٦٤	٠,٦٠٤
١٠	٠,٦٢١	٠,٣٩٧	٣١	٠,٩٧٢	٠,٧٥٠	٤٨	٠,٤٤٦	٠,٤٧٠
١١	٠,٨٦١	٠,٦٤٧	٣٢	٠,٧٤٢	٠,٥٩٦	٤٩	٠,٣٩١	٠,٤٤٧
١٢	٠,٧٦١	٠,٦٢١	٣٣	٠,٧٩٤	٠,٥٩٩	٥٠	٠,٣٨٣	٠,٤٠٨
١٣	٠,٧٢١	٠,٥٩٠	٣٤	٠,٦٧٥	٠,٥٩٧			
١٤	٠,٤٦١	٠,٣١٩	٣٥	٠,٨٠٩	٠,٦٦٧			
١٥	٠,٥١٦	٠,٣٥٦	٣٦	٠,٧١٧	٠,٥٥٤			
١٦	٠,٤٧٤	٠,٤٣٢	٣٧	٠,٥٨٢	٠,٤٨٠			
١٧	٠,٧١١	٠,٥٩٥	٣٨	٠,٤٨٥	٠,٤٥٢			
١٨	٠,٧٨٥	٠,٦٣٧						
١٩	٠,٧٥٦	٠,٧١٧						
٢٠	٠,٦٢٤	٠,٥١٧						
٢١	٠,٦٠٥	٠,٥٣٤						
الجذر الكامن = ١٦,٨٣٩			الجذر الكامن = ١٦,٤١٨			الجذر الكامن = ١٣,٢٧٣		
التباين = ٤١,٣٩٦%			التباين = ٩,٩٣٣%			التباين = ٦,٩٥٢%		
قياس الملائمة KMO = ٠,٩٤٢								
اختبار Bartlett = ١٠٨٥٨,٩٥٦			مستوى الدلالة = ٠,٠٠٠					

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

يتضح من خلال الجدول (١) بأن عبارات المقياس تشبعت على ثلاثة عوامل فسرت مجتمعة حوالي (٥٨,٢٨١%) من التباين الكلي بعد حذف أربع عبارات هي ٩، ٤٦، ٥٠، ٥١ حيث كانت نسبة الشيوخ والتشبعات أقل من ٣، ٠، وأصبح المقياس يتكون من ٥٠ عبارة موزعة على ثلاث عوامل. تم تسمية العامل الأول الخبرات الأسرية ويتكون من ٢١ عبارة هي العبارات من ١-٢١، والعامل الثاني تم تسميته الخبرات المدرسية ويتكون من ١٧ عبارة هي العبارات من ٢٢-٣٨، والعامل الثالث تم تسميته الخبرات المجتمعية ويتكون من ١٢ عبارة هي العبارات من ٣٩-٥٠.

٢- **صدق التحليل العاملي التوكيدي:** تم حساب التحليل العاملي التوكيدي للمقياس على عينة من طلاب الجامعة مكونة من (٢٥٠) طالباً وطالبة، من خلال استخدام برنامج (25) Amos باستخدام طريقة Maximum Likelihood وقد حقق النموذج الموضح بالشكل التالي أفضل جودة مطابقة للبيانات، والشكل (٣) يوضح النموذج المقترح للمقياس:



شكل (٣) نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس خبرات الطفولة الإيجابية

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

جدول (٢) مؤشرات حسن المطابقة للنموذج المفترض لمقياس تجارب الطفولة الإيجابية (ن=٢٥٠)

المؤشر	قيمة المؤشر	المؤشر	المدي المثالي	قيمة المؤشر	المدي المثالي
النسبة بين مربع كاي ودرجة الحرية ( $\chi^2$ ) / df)	١,٧٩٤	مؤشر المطابقة التزايدى IFI	تتراوح بين (٠ - ٣)	٠,٩١٦	من ١-٠,٩٠
جذر متوسط مربعات الخطأ التقريبي RMSEA	٠,٠٥٦	مؤشر المطابقة المقارن CFI	أقل من ٠,٠٨	٠,٩١٥	من ١-٠,٩٠
مؤشر الصدق الزائف المقترح للنموذج الحالي (ECVI)	٩,٧١٦	مؤشر توكر لويس TLI	تكون قيمته للنموذج الحالي	٠,٩٠٧	من ١-٠,٩٠
مؤشر الصدق الزائف المقترح للنموذج المشيع ECVI)	١٠,٦٤٣	مؤشر محك المعلومات للنموذج الحالي (AIC)	أقل من قيمته للنموذج المشيع	٢٤١٩,٢٦٩	تكون قيمته للنموذج الحالي أقل من قيمته للنموذج المشيع
		مؤشر محك المعلومات للنموذج المشيع (AIC)		٢٦٥٠,٠٠٠	

يتضح من خلال نتائج التحليل العاملي التوكيدي أن النموذج قد حظي بجودة مطابقة مقبولة حيث وقعت معظم المؤشرات في المدي المثالي.

### ٣- الثبات المركب والصدق التقاربي والتمييزي:

يشير الثبات المركب Composite Reliability إلى الاتساق الداخلي للمقياس، ويجب أن يكون أكبر من ٠,٧ ويشير الصدق التقاربي Convergent Validity إلى تقارب مكونات المقياس، ويقاس من خلال متوسط التباين (AVE) ويجب أن يزيد عن ٠,٥، ويشير الصدق التمايزي Discriminant Validity إلى اختلاف العبارات التي تقيس كل بعد عن البعد الآخر ويقاس بالجذر التربيعي لمتوسط التباين ويجب أن يكون الجذر التربيعي لمتوسط التباين لكل بعد أكبر من ارتباطه بالأبعاد الأخرى، وفقا لمحك فورنل لاركور. والجدول التالي يوضح الثبات المركب والصدق التقاربي والتمييزي لمقياس خبرات الطفولة الإيجابية.

جدول (٣) الثبات المركب والصدقة التقاربي والتمييزي لمقياس خبرات الطفولة الإيجابية (ن=٢٥٠)

الأبعاد	الثبات المركب CR	الصدق التقاربي AVE	MSV	MaxR(H)	خبرات أسرية	خبرات مدرسية	خبرات مجتمعية
خبرات أسرية	٠,٩٥٨	٠,٥٢٤	٠,٣٨٣	٠,٩٦٢	٠,٧٢٤		
خبرات مدرسية	٠,٩٥٢	٠,٥٤٢	٠,٣٨٣	٠,٩٥٨	٠,٧٢٦	***٠,٦١٩	
خبرات مجتمعية	٠,٩٣٠	٠,٥٣٢	٠,٣٢٨	٠,٩٤٥	٠,٤٨٦	٠,٥٧٣	٠,٧٢٩

يوضح من الجدول (٣) ارتفاع قيم الثبات المركب لأبعاد المقياس فكانت جميع القيم أكبر من ٠,٧، كما كانت قيم الصدق التقاربي أكبر من ٠,٥، وكانت قيم الصدق التمايزي التي تقاس بالجذر التربيعي لمتوسط التباين المستخرج لكل بعد أكبر من ارتباطه بالأبعاد الأخرى مما يشير بتمتع المقياس بصدق وثبات جيدين.

**الثبات: تم حساب الثبات من خلال معاملات الفا وأوميغا وجتمان وأكبر حد أدني (gIb)**

جدول (٤) معاملات ثبات الفا وأوميغا وجتمان وأكبر حد أدني (gIb) لمقياس خبرات الطفولة

الإيجابية (ن=٢٥٠)

المتغير	أوميغا ω	الفا α	جتمان λ2	جتمان λ6	أكبر حد أدني (gIb)
المقياس ككل	٠,٩٧٠	٠,٩٧٠	٠,٩٧١	٠,٩٨٧	٠,٩٩٤
الخبرات الأسرية	٠,٩٥٨	٠,٩٥٨	٠,٩٥٩	٠,٩٦٧	٠,٩٨١
الخبرات المدرسية	٠,٩٥٤	٠,٩٥٤	٠,٩٥٥	٠,٩٦٧	٠,٩٨١
الخبرات المجتمعية	٠,٩٣٥	٠,٩٣٤	٠,٩٣٧	٠,٩٥٥	٠,٩٧١

يتضح من الجدول (٤) ارتفاع قيم الثبات بالطرق المختلفة الفا وأوميغا وجتمان وأكبر حد أدني، حيث جاءت جميع القيم أكبر من ٠,٧، مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات في البحث الحالي.

**الصورة النهائية للمقياس:** تكون المقياس في صورته النهائية من ثلاثة أبعاد البعد الأول هو الخبرات الأسرية يتكون من ٢١ عبارة من العبارة ١ - ٢١، والبعد الثاني هو الخبرات المدرسية يتكون من ١٧ عبارة من العبارة ٢٢ - ٣٨، والبعد الثالث هو الخبرات المجتمعية

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

يتكون من ١٢ عبارة من العبارة ٣٩- ٥٠ وتم التصحيح وفق تدرج خماسي (١-٥)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى تمتع الفرد بخبرات طفولة إيجابية.

مقياس كفاءة المواجهة<sup>(٢)</sup> إعداد الباحثين

مصادر إعداد المقياس: تم الرجوع إلى عدة مصادر منها مقياس كفاءة المواجهة إعداد كل من عبد الجواد، ومحمد (٢٠١٩)، ومقياس كفاءة المواجهة إعداد كل من Schroder (2013) and Ollis، ومقياس كفاءة المواجهة ترجمة أبو غزالة (٢٠٠٩)، وبعض الدراسات والأطر النظرية التي اهتمت بدراسة كفاءة المواجهة (الجبهة، والبهنسي، ٢٠١٩؛ كفاي، ٢٠١٥؛ الانصاري، ٢٠٢٠؛ Cappa et al., 2011; Moreland and Dumas, 2008; Padhy et al., 2020).

**وصف المقياس:** تم بناء المقياس في صورته الأولية بناء على تمتع الفرد بمجموعة من الخصائص التي تمكنه من المواجهة الإيجابية لضغوط ومشكلات الحياة والقدرة على تحقيق التوازن والتكيف أثناء التعرض لضغوط الحياة وقدرته على مقاومة الفشل والتعافي السريع من الآثار السلبية والاستفادة من مواقف الحياة وأزماتها، مثل **الفعالية الذاتية** والتي تشير إلى معتقدات الفرد بقدرته على النجاح في مواجهة ومقاومة أزمات الحياة من خلال حل ما يعترضه من مشكلات والاستفادة منها، **والإيجابية** تعني التفكير بطريقة تفاؤلية تمكن الفرد من إيجاد حلول للمشكلات والأزمات والشدائد التي يتعرض لها مما ينعكس عليه بحالة من الثقة وتوقع النجاح ومشاعر الرضا والسعادة. **والمثابرة** تعني التصميم والعزيمة لتحقيق الهدف والتغلب على الصعوبات وانتقال الفرد من نجاح إلى نجاح والشعور بالحيوية والنشاط مهما صادف من عقبات ومواقف محبطة. وتم صياغة ١٨ عبارة، وتم تصحيحه وفقاً لتدرج رباعي (١-٤)، وتم عرض المقياس على ٧ من أعضاء هيئة التدريس في مجال الصحة النفسية لأبداء آرائهم حول مناسبة العبارات وتم تعديل ما أقره المحكمين، ثم تم تطبيق المقياس على عينة تتكون من (١٠٠) طالب وطالبة لحساب الخصائص السيكومترية للمقياس في البحث الحالي والتي كانت على النحو التالي:

(٢) ملحق (٢)

١- صدق التحليل العاملي الاستكشافي: تم حساب الصدق عن طريق التحليل العاملي الاستكشافي لعبارات المقياس بطريقة المكونات الأساسية principal components، وتم تدوير المحاور تدويراً متعامداً بطريقة " الفاريمكس " varimax لكايزر Kaiser واعتبر التشعب الملائم الذي يبلغ (٠,٣) فأكثر وفقاً لمحك جيلفورد"، وكانت نسبة التباين الإجمالية ٥٥,٢٢٠% والجدول (٥) يوضح العوامل والتباين والجذر الكامن الخاص بكل عامل ونسبة التشعب والشيوع لكل عبارة.

جدول (٥) الشيوع ونسبة التشعبات على عوامل مقياس كفاءة المواجهة (ن=١٠٠)

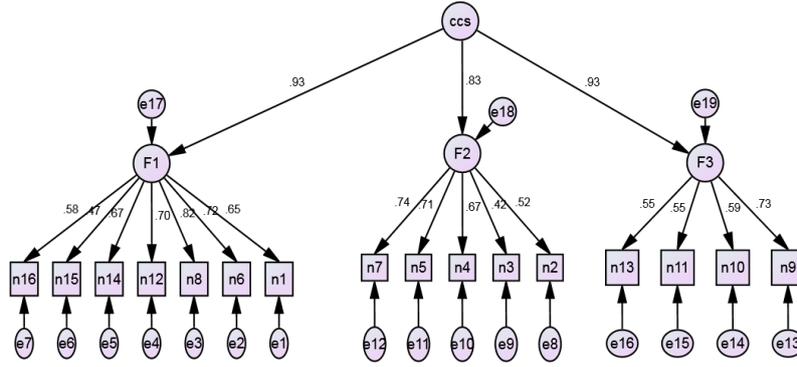
العامل الأول			العامل الثاني			العامل الثالث		
العبارة	التشعب	الشيوع	العبارة	التشعب	الشيوع	العبارة	التشعب	الشيوع
١	٠,٦٤١	٠,٥١٥	٢	٠,٥٦٤	٠,٦٦٢	٩	٠,٥١٩	٠,٥٨٦
٦	٠,٥٣٤	٠,٥٥٠	٣	٠,٧٣٠	٠,٥٣٩	١٠	٠,٦٩٣	٠,٥٤٢
٨	٠,٧٠١	٠,٦٧٥	٤	٠,٧٣١	٠,٦٠٠	١١	٠,٦٨٦	٠,٥٢٠
١٢	٠,٦٢٥	٠,٥٣٦	٥	٠,٧٠٩	٠,٦٢٢	١٣	٠,٦٢٥	٠,٤٨٣
١٤	٠,٦٨٨	٠,٥٦٦	٧	٠,٤٨٤	٠,٥٨٢			
١٥	٠,٦٥٦	٠,٤٥٥						
١٦	٠,٥٣٤	٠,٤٠٣						
الجذر الكامن= ٣,٥٣٣			الجذر الكامن= ٢,٧٠٥			الجذر الكامن= ٢,٥٩٧		
التباين= ٢٢,٠٨٠%			التباين= ١٦,٩٠٥%			التباين= ١٦,٢٣٤%		
قياس الملائمة KMO = ٠,٨٧٠								
اختبار Bartlett = ٦١٣,٧٢٣								
مستوي الدلالة ٠,٠٠٠								

يتضح من خلال الجدول (٥) بأن عبارات المقياس تشعبت على ثلاثة عوامل فسرت مجتمعة حوالي (٥٥,٢٢٠%) من التباين الكلي بعد حذف عبارتين حيث كانت نسبة الشيع أقل من ٠,٤، وأصبح المقياس يتكون من ١٦ عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد البعد الأول يتكون من العبارات رقم ١- ٦- ٨- ١٢- ١٤- ١٥- ١٦ تم تسميته الفعالية الذاتية، والبعد الثاني يتكون من خمس عبارات رقم ٢- ٣- ٤- ٥- ٧ تم تسميته الإيجابية، والبعد الثالث يتكون من أربع عبارات هي ٩ - ١٠ - ١١ - ١٣ تم تسميته المثابرة.

٢- التحليل العاملي التوكيدي: تم حساب التحليل العاملي التوكيدي للمقياس كفاءة المواجهة على عينة مكونة من (١٠٠) طالب وطالبة، من خلال استخدام برنامج (Amos 25)

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

باستخدام طريقة Maximum Likelihood، وقد حقق النموذج الموضح بالشكل التالي أفضل جودة مطابقة للبيانات:



شكل (٤) نموذج التحليل العائلي التوكيدي لمقياس كفاءة المواجهة

وقد حقق النموذج جودة مطابقة مقبولة كما يتضح من خلال جدول (٦)

جدول (٦) مؤشرات حسن المطابقة للنموذج المفترض لمقياس كفاءة المواجهة

المؤشر	قيمة المؤشر	المؤشر	المدى المثالي	قيمة المؤشر	المؤشر
مربع كاي $\chi^2$	١٠٦,٢٠٠	مؤشر المطابقة الترايدي	أن تكون غير دالة	٠,٩٨٥	من ١-٠,٩٠
درجات الحرية df	٩٨	مؤشر المطابقة المقارن		٠,٩٨٥	من ١-٠,٩٠
مستوي الدلالة	٠,٢٦٨	CFI			
النسبة بين مربع كاي ودرجة الحرية ( $\chi^2 / df$ )	١,٠٨٤	مؤشر توكير لويس TLI	تتراوح بين (٠ - ٣)	٠,٩٨١	من ١-٠,٩٠
جذر متوسط مربعات الخطأ التقريبي	٠,٠٢٩	مؤشر الجذر التربيعي لمربع متوسطات البواقي	أقل من ٠,٠٨	٠,٠٥	أقل من ٠,٠٨
مؤشر الصدق الزائف المقترح للنموذج الحالي (ECVI)	١,٨٤٠	مؤشر محك المعلومات للنموذج الحالي (AIC)		١٨٢,٢٠٠	تكون قيمته الحالي أقل من
مؤشر الصدق الزائف المقترح للنموذج المشيع (ECVI)	٢,٧٤٧	مؤشر محك المعلومات للنموذج المشيع (AIC)		٢٧٢,٠٠٠	قيمته للنموذج المشيع

يتضح من خلال نتائج التحليل العامل التوكيدي أن النموذج قد حظي بجودة مطابقة مقبولة حيث وقعت معظم المؤشرات في المدي المثالي.

### ٣- الثبات المركب والصدق التقاربي:

يشير الثبات المركب إلى الاتساق الداخلي للمقياس، ويجب أن يكون أكبر من ٠,٧ ويشير الصدق التقاربي إلى تقارب مكونات المقياس، ويقاس من خلال متوسط التباين (AVE) ويجب أن يزيد عن ٠,٥، وفقاً لمحك فورنل لارك. والجدول (٧) يوضح الثبات المركب والصدق التقاربي لمقياس كفاءة المواجهة.

جدول (٧) الثبات المركب والصدق التقاربي لمقياس كفاءة المواجهة

المقياس	الثبات المركب CR	الصدق التقاربي AVE
كفاءة المواجهة	٠,٩٢٦	٠,٨٠٦

يضح من الجدول (٧) ارتفاع قيم الثبات المركب للمقياس أكبر من ٠,٧، كما كانت قيم الصدق التقاربي أكبر من ٠,٥.

### ٤- الثبات: تم حساب الثبات من خلال معاملات الفا وأوميغا وجتمان وأكبر حد أدني (Glb)

جدول (٨) معاملات ثبات الفا وأوميغا وجتمان وأكبر حد أدني (glb) لمقياس كفاءة المواجهة (ن=١٠٠)

المتغيرات	أوميغا (ω)	الفا α	جتمان λ2	جتمان λ6	وأكبر حد أدني (glb)
المقياس ككل	٠,٨٩٢	٠,٨٨٩	٠,٨٩٣	٠,٩١٠	٠,٩٥٣
الفعالية الذاتية	٠,٨٤٣	٠,٨٤٠	٠,٨٤٣	٠,٨٣٥	٠,٨٧٥
الإيجابية	٠,٧٦٢	٠,٧٥٨	٠,٧٦٠	٠,٧٢٨	٠,٧٩١
المثابرة	٧٠,٧	٧٠,٦	٧٠,٧	٦٥,٠	٧٤,٤

يتضح من الجدول (٨) أن قيم الثبات مرتفعة أكبر من ٠,٧ مما يشير إلى تمتع المقياس بنسبة ثبات عالية مما يجعله مناسب للبحث الحالي.

الصورة النهائية للمقياس: تكون المقياس الحالي من ١٦ عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد تقيس كفاءة المواجهة لدى الفرد وهي الفعالية الذاتية، والإيجابية، والمثابرة، تم تصحيحه بشكل رباعي (٤-١)، البعد الأول: الفعالية الذاتية يتكون من العبارات ١-٦-٨-١٢-١٤-

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

١٥-١٦، والبعد الثاني الإيجابية يتكون من خمس عبارات هي ٢-٣-٤-٥-٧، والبعد الثالث المثابرة يتكون من أربع عبارات هي ٩-١٠-١١-١٣. وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى تمتع الفرد بمستوي مرتفع من كفاءة المواجهة.

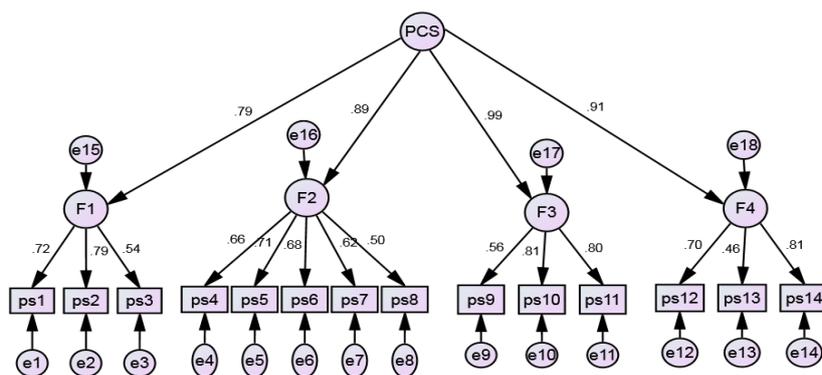
مقياس المخططات المعرفية الإيجابية النسخة المختصرة إعداد (Louis et al. (2018) ترجمة: الباحثان (٣)

يهدف هذا المقياس إلى قياس المخططات المعرفية الإيجابية اعتمادًا على نظرية العلاج بالمخططات وعلم النفس الكلينيكي الإيجابي وعلى غرار مقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية المبكرة الذي أعدها (Young (1999، وأعداه (Louise et al (2018) يتكون من ٥٦ عبارة موزعة على ١٤ مخططًا معرفيًا إيجابيًا هي: الوفاء العاطفي، والنجاح، الانتماء الاجتماعي، والانفتاح العاطفي، وأساسيات الصحة والسلامة/التفائل، والتعاطف مع الذات/ الغفران، ضبط النفس الصحي، والحدود الصحية /تطوير الذات، الاعتماد الصحي على الذات، والتعلق المستقر، التعاطف، الرعاية الذاتية، والتوقعات الواقعية، والتوجيه الذاتي، ويتم تصحيحه وفقًا لتدرج سداسي من غير صحيح تمامًا - إلى يصغني تمامًا (١-٦)، وتم تطبيقه على عينات مختلفة في الفلبين و أمريكا و الهند وماليزيا وحساب الصدق والثبات حيث تراوحت معاملات الثبات بين (٠,٧٦ - ٠,٩٣) كما تم حساب الصدق من خلال التحليل العاملي التوكيدي الذي أسفر عن ٥٦ عبارة، وتم حساب صدق المحك من خلال حساب معامل الارتباط بين المخططات الإيجابية ومقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية المبكرة والتي أشارت إلى ارتباط سلبي للمقياس وارتباط إيجابي مع مقياس الرفاهية الإيجابية ومقياس الفكاهاة والامتنان، وفي البحث الحالي تم ترجمة المقياس وعرضه على مجموعة من المحكمين في علم النفس والصحة النفسية وتم تعديل ما أقره المحكمون، وتم حساب الخصائص السيكومترية للمقياس من خلال:

١-صدق التحليل العاملي التوكيدي: تم حساب التحليل العاملي التوكيدي للمقياس المخططات المعرفية الإيجابية على عينة مكونة من (٢٥٠) طالبًا وطالبة، من خلال

(٣) ملحق (٣).

استخدام برنامج (25) Amos باستخدام طريقة Maximum Likelihood وقد حقق النموذج الموضح بالشكل التالي أفضل جودة مطابقة للبيانات:



شكل (٥) نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس المخططات المعرفية الإيجابية

وقد حقق النموذج جودة مطابقة مقبولة كما يتضح من خلال جدول (٩)

جدول (٩) مؤشرات حسن المطابقة للنموذج المفترض لمقياس المخططات المعرفية الإيجابية

المؤشر	قيمة المؤشر	المؤشر	المدي المثالي	قيمة المؤشر	المؤشر
النسبة بين مربع كاي ودرجة الحرية ( $\chi^2 / df$ )	٢,١١٧	تتراوح بين (٠ - ٣)	المؤشر	٠,٩٥١	النسبة بين مربع كاي ودرجة الحرية ( $\chi^2 / df$ )
جذر متوسط مربعات الخطأ التقريبي RMSEA	٠,٠٦٧	أقل من ٠,٠٨	مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٩٥١	جذر متوسط مربعات الخطأ التقريبي RMSEA
مؤشر المطابقة التزايدى IFI	٠,٩٥٢	من ١-٠,٩٠	مؤشر المطابقة المعياري NFI	٠,٩١٢	مؤشر المطابقة التزايدى IFI
مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٩٢٩	من ١-٠,٩٠	مؤشر توكّر لويس TLI	٠,٩٣٠	مؤشر حسن المطابقة GFI

يتضح من خلال نتائج التحليل العاملي التوكيدي أن النموذج قد حظي بجودة مطابقة مقبولة حيث وقعت معظم المؤشرات في المدي المثالي.

## ٢- الثبات المركب والصدق التقاربي:

يشير الثبات المركب إلى الاتساق الداخلي للمقياس، ويجب أن يكون أكبر من ٠,٧ ويشير الصدق التقاربي إلى تقارب مكونات المقياس، ويقاس من خلال متوسط التباين

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

(AVE) ويجب أن يزيد عن ٠,٥، وفقا لمحك فورنل لاركر. والجدول التالي يوضح الثبات المركب والصدق التقاربي لمقياس المخططات المعرفية الإيجابية.

جدول (١٠) الثبات المركب والصدق التقاربي لمقياس المخططات المعرفية الإيجابية

المقياس	الثبات المركب CR	الصدق التقاربي AVE
المخططات المعرفية الإيجابية	٠,٩٤٣	٠,٨٠٦

يتضح من الجدول (١٠) ارتفاع قيم الثبات المركب للمقياس أكبر من ٠,٧، كما كانت قيم الصدق التقاربي أكبر من ٠,٥

٣- الثبات: تم حساب الثبات من خلال معاملات الفا وأوميغا وجتمان وأكبر حد أدني (glb)

جدول (١١) معاملات ثبات الفا وأوميغا وجتمان وأكبر حد أدني لمقياس المخططات المعرفية

الإيجابية (n=٢٥٠)

المتغيرات	اوميغا ω	الفا α	جتمان λ2	جتمان λ6	أكبر حد أدني glb
المقياس ككل	٠,٩٤٧	٠,٩٤٧	٠,٩٤٩	٠,٩٧٣	٠,٩٨٨
المجال الأول	٠,٨٥٢	٠,٨٥٢	٠,٨٥٩	٠,٨٩٠	٠,٩٢٧
المجال الثاني	٠,٨٩١	٠,٨٩٤	٠,٨٩٩	٠,٩٣٢	٠,٩٥٨
المجال الثالث	٠,٨٦١	٠,٨٥٤	٠,٨٦٣	٠,٨٧٦	٠,٩١٩
المجال الرابع	٠,٨٢٩	٠,٨٣٣	٠,٨٣٩	٠,٨٥٥	٠,٩٠٢

يتضح من الجدول (١١) أن قيم الثبات مرتفعة أكبر من ٠,٧ مما يشير إلى تمتع المقياس بنسبة ثبات عالية مما يجعله مناسب للبحث الحالي.

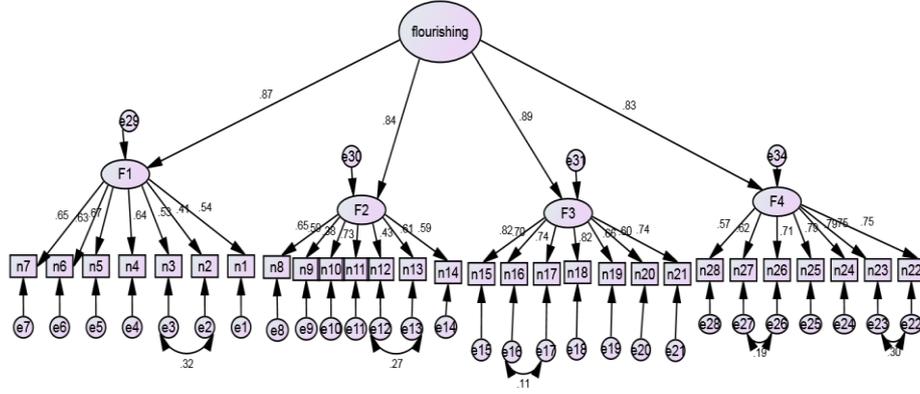
الصورة النهائية للمقياس: تكون المقياس الحالي من ٥٦ عبارة هي نفسها عبارات المقياس المستخدم موزعة على ١٤ مخططاً للمخططات المعرفية الإيجابية، موزعة على أربع مجالات، تم تصحيحها بتدرج خماسي (١-٥). وتوزع العبارات على المخططات كالتالي: الوفاء العاطفي (٥)، والنجاح (٥)، والتعاطف (٤)، وأساسيات الصحة والسلامة / التفاوض (٥)، والانفتاح العاطفي والعفوية (٤)، والتعاطف مع الذات/ العفران (٣)، والحدود الصحية / تطوير الذات (٣)، والانتماء الاجتماعي (٥)، وضبط النفس الصحي / الانضباط الذاتي (٤)، وتوقعات واقعية (٤)، والتوجيه الذاتي (٤)، والاهتمام بالذات الصحية / الرعاية الذاتية (٣)، التعلق المستقر (٤)، والاعتماد على الذات الصحي / الكفاءة (٣).

مقياس الازدهار النفسي إعداد (4) (Soleimani et al (2015) ترجمة الباحثان تم إعداد المقياس اعتمادًا على نموذج Seligman للازدهار النفسي ويتكون من 28 عبارة موزعة على أربعة أبعاد هي المشاعر الإيجابية positive emotions، والعلاقات relationships، والمعنى relationships، والإنجاز achievements، وتم تصحيح المقياس وفقًا لتدرج سداسي (موافق تمامًا، موافق جزئيًا، موافق قليلًا، غير موافق قليلًا، غير موافق جزئيًا، غير موافق تمامًا) من (6-1)، وتم تطبيق المقياس على عينة من طلاب الجامعة لحساب الخصائص السيكومترية للمقياس، وتم حساب صدق المقياس من خلال صدق التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي والذي أشار إلى تمتع المقياس بصدق جيد وصدق المحك مع مقياس الازدهار حيث أشارت النتائج إلى وجود ارتباط إيجابي بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية مع مقياس دينر للازدهار تراوحت معاملات الارتباط بين (0,676 - 0,919)، ومقياس الاكتئاب حيث أشارت النتائج إلى وجود ارتباط سلبي بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية مع مقياس بيك للاكتئاب تراوحت معاملات الارتباط بين (0,381 - 0,740)، كما تمتع المقياس باتساق داخلي جيد من خلال ارتباط الأبعاد مع بعضها البعض وارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس، كما تمتع المقياس بثبات جيد حيث تراوحت قيم الفا لأبعاد المقياس بين (0,83 - 0,91)، وفي البحث الحالي تم ترجمة المقياس وعرضه على مجموعة من المحكمين في علم النفس والصحة النفسية وتم تعديل ما أقره المحكمون، و تم حساب الخصائص السيكومترية للمقياس من خلال:

١- صدق التحليل العاملي التوكيدي: تم حساب التحليل العاملي التوكيدي للمقياس الازدهار النفسي على عينة مكونة من (250) طالبًا وطالبة، من خلال استخدام برنامج Amos (25) باستخدام طريقة Maximum Likelihood وقد حقق النموذج الموضح بالشكل التالي أفضل جودة مطابقة للبيانات:

(4) ملحق (٤)

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية



شكل (٦) نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الازدهار النفسي

وقد حقق النموذج جودة مطابقة مقبولة كما يتضح من خلال جدول (١٢)

جدول (١٢) مؤشرات حسن المطابقة للنموذج المقترح لمقياس الازدهار النفسي

المؤشر	قيمة المؤشر	المؤشر	المدي المثالي	قيمة المؤشر	المؤشر
النسبة بين مربع كاي ودرجة الحرية ( $\chi^2$ )	١,٤٤٥	مؤشر الجذر التربيعي لمربع متوسطات البواقي RMR	تتراوح بين (٠ - ٣)	٠,٠٦٢	أقل من ٠,٠٨
جذر متوسط مربعات الخطأ التقريبي RMSEA	٠,٠٤٢	مؤشر الصدق الزائف المقترح للنموذج الحالي (ECVI)	أقل من ٠,٠٨	٢,٥٢٦	تكون قيمته للنموذج الحالي أقل من قيمته للنموذج المشبع
مؤشر المطابقة التزايدي IFI	٠,٩٥٢	مؤشر الصدق الزائف المقترح للنموذج المشبع (ECVI)	من ١ - ٠,٩٠	٣,٢٦١	
مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٩٥٢	مؤشر محك المعلومات للنموذج الحالي (AIC)	من ١ - ٠,٩٠	٦٢٨,٨٩٣	تكون قيمته للنموذج الحالي أقل من قيمته للنموذج المشبع
مؤشر توكر لويس TLI	٠,٩٤٥	مؤشر محك المعلومات للنموذج المشبع (AIC)	من ١ - ٠,٩٠	٨١٢,٠٠٠	

يتضح من خلال نتائج التحليل العاملي التوكيدي أن النموذج قد حظي بجودة مطابقة

مقبولة حيث وقعت معظم المؤشرات في المدي المثالي.

## ٢- الثبات المركب والصدق التقاربي:

يشير الثبات المركب إلى الاتساق الداخلي للمقياس، ويجب أن يكون أكبر من ٠,٧ ويشير الصدق التقاربي إلى تقارب مكونات المقياس، ويقاس من خلال متوسط التباين (AVE) ويجب أن يزيد عن ٠,٥، وفقا لمحك فورنل لاركر. والجدول التالي يوضح الثبات المركب والصدق التقاربي لمقياس الازدهار النفسي.

جدول (١٣) الثبات المركب والصدق التقاربي لمقياس الازدهار النفسي

المقياس	الثبات المركب CR	الصدق التقاربي AVE
الازدهار النفسي	٠,٩١٨	٠,٧٣٦

يتضح من الجدول (١٣) ارتفاع قيم الثبات المركب للمقياس أكبر من ٠,٧، كما كانت قيم الصدق التقاربي أكبر من ٠,٥

## ٣- الثبات: تم حساب الثبات من خلال معاملات الفا واوميغا وجتمان وأكبر حد أدني (glb)

جدول (١٤) معاملات ثبات الفا واوميغا وجتمان وأكبر حد أدني (glb) لمقياس الازدهار النفسي (ن=٢٥٠)

المعغيرات	اوميغا ω	الفا α	جتمان ٢	جتمان ٦	أكبر حد أدني
			λ2	λ6	GlB
المقياس ككل	٠,٩٣٥	٠,٩٣٣	٠,٩٣٦	٠,٩٤٩	٠,٩٧٠
المشاعر الإيجابية	٠,٧٩٥	٠,٧٩٣	٠,٧٩٧	٠,٧٨٦	٠,٨٥٥
العلاقات الاجتماعية	٠,٧٧٧	٠,٧٧٢	٠,٧٧٨	٠,٧٦٤	٠,٨٢٤
الهدف	٠,٨٩٠	٠,٨٨٧	٠,٨٩٠	٠,٨٨٣	٠,٩٢١
الإنجاز	٠,٨٨٠	٠,٨٧٩	٠,٨٨١	٠,٨٧٤	٠,٩١٥

يتضح من الجدول (١٤) أن قيم الثبات مرتفعة أكبر من ٠,٧ مما يشير إلى تمتع المقياس بنسبة ثبات عالية مما يجعله مناسب للبحث الحالي.

الصورة النهائية للمقياس: تكون المقياس من ٢٨ عبارة موزعة على أربعة أبعاد تقيس الازدهار النفسي هي المشاعر الإيجابية، والعلاقات الاجتماعية، والهدف، والإنجاز، تم تصحيحها من خلال تدرج خماسي (١-٥)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع الازدهار النفسي.

**الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث:** تم معالجة المعلومات معالجة كمية باستخدام برنامج SPSS22، وبرنامج Amos-25، وتم التحليل الكمي في هذه البحث باستخدام تحليل الانحدار البسيط، وتحليل الانحدار المتعدد، وتحليل المسار.

### نتائج البحث ومناقشتها:

نتيجة الفرض الأول: والذي ينص على أنه: "تسهم خبرات الطفولة الإيجابية في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معادلة تحليل الانحدار المتعدد باستخدام طريقة Enter، وجدول (١٥) يوضح ذلك

جدول (١٥) تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالازدهار النفسي من خلال خبرات الطفولة الإيجابية (ن = ٣٢٠)

المتغيرات	معامل الارتباط	معامل التحديد	ف	مستوي الدلالة	الثابت	معامل الانحدار	معامل الانحدار المعياري	قيمة ت	مستوي الدلالة
الخبرات الأسرية	٠,٦٣١	٠,٣٩٨	٦٩,٥٨٠	٠,٠٠٠	٤٣,٩٨٠	٠,٢٥٨	٠,٢٨١	٤,٦١٠	٠,٠٠٠
الخبرات المدرسية						٠,٤٣٠	٠,٣٠٥	٥,١٢٩	٠,٠٠٠
الخبرات المجتمعية						٠,٢٢٦	٠,١٣٩	٢,١٧٩	٠,٠٠٣

يتضح من الجدول السابق (١٥) أن خبرات الطفولة الإيجابية تفسر (٣٩,٨%) من التباين الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة مما يعني صحة هذا الفرض. ويمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:  
الازدهار النفسي = ٤٣,٩٨٠ + ٠,٢٥٨ (الخبرات الأسرية) + ٠,٤٣٠ (الخبرات المدرسية) + ٠,٢٢٦ (الخبرات المجتمعية).

نتيجة الفرض الثاني: والذي ينص على أنه: "تسهم كفاءة المواجهة في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معادلة تحليل الانحدار المتعدد باستخدام طريقة Enter، وجدول (١٦) يوضح ذلك:

جدول (١٦) تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالازدهار النفسي من كفاءة المواجهة (ن = ٣٣٠)

المتغيرات	معامل الارتباط	معامل التحديد	ف	مستوي الدلالة	الثابت	معامل الانحدار	معامل الانحدار المعياري	قيمة ت	مستوي الدلالة
الفعالية الذاتية	٠,٦٥٢	٠,٤٢٥	٧٧,٨١٦	٠,٠٠٠	٤٦,٩٦٥	٠,٧٦٣	١,١٩١	٢,٧٦٥	٠,٠٠٠
الإيجابية						١,٥٦٤	٠,٢٩٥	٥,١٨٢	٠,٠٠٠
المثابرة						١,٧٢٤	٠,٢٦٢	٤,١٧١	٠,٠٠٠

يتضح من الجدول (١٦) أن كفاءة المواجهة تفسر (٤٢,٥%) من التباين الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة مما يعني صحة هذا الفرض. ويمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:

$$\text{الازدهار النفسي} = ٤٦,٩٦٥ + ٠,٧٦٣ \text{ الفعالية الذاتية} + ١,٥٦٤ \text{ الإيجابية} + ١,٧٢٤ \text{ المثابرة}$$

نتيجة الفرض الثالث: والذي ينص على أنه: "تسهم المخططات المعرفية الإيجابية في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معادلة تحليل الانحدار المتعدد باستخدام طريقة الاختيار التدريجي Stepwise والتي تقوم على إضافة المتغيرات المستقلة إلى النموذج واحدًا تلو الآخر لبناء نموذج كامل للمتغيرات المستقلة وحذف المتغيرات ذات المساهمة غير المعنوية، وتمت معالجة هذا الفرض في خمسة مراحل وهي كالتالي:

أ-مخططات المجال الأول (الاتصال والقبول): أشارت النتائج إلى الحصول على أفضل نموذج والذي أبقى المخططات الثلاثة الذي يتكون منها هذا المجال وهي الوفاء العاطفي والانتماء الاجتماعي والانفتاح العاطفي ويعرض جدول (١٧) النتائج:

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

جدول (١٧) نتائج تحليل التباين وتحليل الانحدار لمخططات المجال الأول في التنبؤ بالازدهار النفسي (ن=٣٢٠)

المؤثر	المخطط	ف	مستوي الدلالة	معامل الارتباط المتعدد	معامل التحديد	معامل الانحدار	الثابت	معامل الانحدار المعياري	قيمة الدلالة	مستوي الدلالة
الأول	الانتماء الاجتماعي	٢٣٣,٤٩٦	٠,٠٠٠	٠,٦٥١	٠,٤٢٣	٢,٦١٩	٥٤,٢٥٣	٠,٦٥١	١٥,٢٨١	٠,٠٠٠
الثاني	الانتماء الاجتماعي	١٣٢,٩٧٦	٠,٠٠٠	٠,٦٧٥	٠,٤٥٦	١,٨٤٢	٤٦,٥٩١	٠,٤٥٨	٧,٥٦٦	٠,٠٠٠
	الوفاء العاطفي					١,١٥٩			٤,٣٧٥	٠,٠٠٠
الثالث	الانتماء الاجتماعي	٩٢,١٥٤	٠,٠٠٠	٠,٦٨٣	٠,٤٦٧	١,٥٩٩	٤٤,٩٨٣	٠,٣٩٧	٦,١٣٧	٠,٠٠٠
	الوفاء العاطفي					٠,٩٢٥			٣,٣١٤	٠,٠٠٠
	الانفتاح العاطفي					٠,٦٩٤			٢,٤٨٤	٠,٠٠١

يتضح من جدول (١٧) أن المجال الأول الاتصال والقبول والذي يتكون من مخطط الانتماء الاجتماعي، ومخطط الوفاء العاطفي، ومخطط الانفتاح العاطفي يسهم في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة حيث إن قيم ف دالة عند مستوي (٠,٠١)، كما يتضح أن مخطط الانتماء الاجتماعي يفسر حوالي ٤٢,٣% من التباين في الازدهار النفسي لدي أفراد عينة البحث، وأن مخطط الانتماء الاجتماعي والوفاء العاطفي يفسر حوالي ٤٥,٦% من التباين في الازدهار النفسي لدى أفراد عينة البحث، كما أن مخطط الانتماء الاجتماعي والوفاء العاطفي والانفتاح العاطفي يفسر حوالي ٤٦,٧% من التباين في الازدهار النفسي لدي أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة، وهذا يعني أن مخطط الانتماء الاجتماعي أقوى مخططات المجال الأول في التنبؤ بالازدهار النفسي حيث يفسر حوالي ٤٢,٣% من التباين في الازدهار النفسي بينما يفسر مخطط الوفاء العاطفي حوالي ٣,٣% من التباين في الازدهار النفسي، بينما يفسر مخطط الانفتاح العاطفي حوالي ١,١% من الازدهار النفسي. ب-مخططات المجال الثاني (الاستقلال الصحي): أشارت النتائج إلى الحصول على أفضل نموذج والذي أبقى على مخطط النجاح والصحة والسلامة/ التفاوض، والتعلق المستقر وحذف مخططات الاعتماد على الذات/ الكفاءة، والحدود الصحية، ويعرض جدول (١٨) النتائج:

جدول (١٨) نتائج تحليل التباين وتحليل الانحدار لمخططات المجال الثاني في التنبؤ بالازدهار النفسي (ن=٣٢٠)

النموذج	المخطط	ف	مستوي الدلالة	معامل الارتباط المتعدد	معامل التحديد	معامل الانحدار	معامل التباين	معامل الانحدار	قيمة الت	مستوي الدلالة
الأول	الصحة والسلامة/التفاوض	١٥٩,٩٨٥	٠,٠٠٠	٠,٥٧٩	٠,٣٣٥	٢,٤٥٢	٥٧,١٧٧	٠,٥٧٩	١٢,٦٤٩	٠,٠٠٠
الثاني	الصحة والسلامة/التفاوض	١٠٤,٩٤٣	٠,٠٠٠	٠,٦٣١	٠,٣٩٨	١,٤٨٢	٤٥,٦٣٣	٠,٣٥٠	٥,٩٤٤	٠,٠٠٠
	النجاح					١,٥٢٤		٠,٣٤١	٥,٧٩١	٠,٠٠٠
الثالث	الصحة والسلامة/التفاوض	٨٣,٢٣٠	٠,٠٠٠	٠,٦٦٤	٠,٤٣٦	١,٠٦١	٤٤,١١١	٠,٢٥٠	٤,١٥٧	٠,٠٠٠
	النجاح					١,٣١٣		٠,٢٩٤	٥,٠٩٩	٠,٠٠٠
	التعلق المستقر					١,٠٣٠		٠,٢٤٨	٤,٩٣٤	٠,٠٠٠

يتضح من جدول (١٨) أن المجال الثاني الاستقلال الصحي والذي يتكون من خمس مخططات قد أبقى على ثلاثة منها مما يشير إلى أن مخطط الصحة والسلامة/التفاوض، ومخطط النجاح، ومخطط التعلق المستقر تسهم في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة حيث إن قيم ف دالة عند مستوي (٠,٠١)، كما يتضح أن مخطط الصحة والسلامة/التفاوض يفسر حوالي ٣٣,٥% من التباين في الازدهار النفسي لدى أفراد عينة البحث، وأن مخطط الصحة والسلامة/التفاوض، ومخطط النجاح يفسر حوالي ٣٩,٨% من التباين في الازدهار النفسي لدى أفراد عينة البحث، كما أن مخطط الصحة والسلامة/التفاوض، ومخطط النجاح، ومخطط التعلق المستقر يفسر حوالي ٤٣,٦% من التباين في الازدهار النفسي لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة، وهذا يعني أن مخطط الصحة والسلامة/التفاوض أقوى مخططات المجال الثاني في التنبؤ بالازدهار النفسي حيث يفسر حوالي ٣٣,٥% من التباين في الازدهار النفسي بينما يفسر مخطط النجاح حوالي ٦,٣% من التباين في الازدهار النفسي، بينما يفسر مخطط التعلق المستقر حوالي ٣,٨% من الازدهار النفسي.

ج-مخططات المجال الثالث (الحدود المعقولة): أشارت النتائج إلى الحصول على أفضل نموذج والذي أبقى على مخطط ضبط النفس الصحي، والتوجيه الذاتي وحذف مخطط التعاطف، ويعرض جدول (١٩) النتائج:

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

جدول (١٩) نتائج تحليل التباين وتحليل الانحدار لمخططات المجال الثالث في التنبؤ بالازدهار النفسي (ن=٣٢٠)

المؤثر	المخطط	ف	مستوي الدلالة	معامل الارتباط المتعدد	معامل التحديد	معامل الانحدار	الثابت	معامل الانحدار المعياري	مستوي الدلالة
الأول	ضبط النفس الصحي	١٤٨,٢٤٢	٠,٠٠٠	٠,٥٦٤	٠,٣١٨	٢,٩٥٧	٥٥,٧٩٥	٠,٥٦٤	١٢,١٧٥
الثاني	ضبط النفس الصحي	٧٨,٥٥٧	٠,٠٠٠	٠,٥٧٦	٠,٣٣١	٢,٢٧٣	٥٠,٤٩٦	٠,٤٣٣	٦,٢٧١
	التوجيه الذاتي					٠,٩٧٨		٠,١٧٤	٢,٥٢٤

يتضح من جدول (١٩) أن المجال الثالث الحدود المعقولة والذي يتكون من ثلاثة مخططات قد أبقى على اثنين منها مما يشير إلى أن مخطط ضبط النفس الصحي، ومخطط التوجيه الذاتي، تسهم في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة حيث إن قيم ف دالة عند مستوي (٠,٠١)، كما يتضح أن مخطط ضبط النفس الصحي يفسر حوالي ٣١,٨% من التباين في الازدهار النفسي لدي أفراد عينة البحث، وأن مخطط ضبط النفس الصحي، ومخطط التوجيه الذاتي يفسر حوالي ٣٣,١% من التباين في الازدهار النفسي لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة، وهذا يعني أن مخطط ضبط النفس الصحي أقوى مخططات المجال الثالث في التنبؤ بالازدهار النفسي حيث يفسر حوالي ٣١,٨% من التباين في الازدهار النفسي بينما يفسر مخطط التوجيه الذاتي حوالي ١,٣% من التباين في الازدهار النفسي.

د-مخططات المجال الرابع (المعايير الصحة والواقعية): أشارت النتائج إلى الحصول على أفضل نموذج والذي أبقى على مخطط الرعاية الذاتية والتعاطف مع الذات/الغفران، وحذف مخطط توقعات واقعية، ويعرض جدول (٢٠) النتائج:

جدول (٢٠) نتائج تحليل التباين وتحليل الانحدار لمخططات المجال الرابع في التنبؤ بالازدهار النفسي (ن=٣٢٠)

النموذج	المخطط	ف	مستوي الدلالة	معامل الارتباط المتعدد	معامل التحديد	معامل الانحدار	معامل الثابت	معامل الانحدار المعياري	قيمة ت	مستوي الدلالة
الأول	الرعاية الذاتية	١٣٤,٩٢٥	٠,٠٠٠	٠,٥٤٦	٠,٢٩٨	٤,٠١٣	٥٤,٠٣٩	٠,٥٤٦	١١,٦١٦	٠,٠٠٠
الثاني	الرعاية الذاتية التعاطف مع الذات/الغفران	٧٠,١٣٧	٠,٠٠٠	٠,٥٥٤	٠,٣٠٧	٣,٦٤٦	٥٢,٢٤٣	٠,٤٩٦	٩,٣٧١	٠,٠٠٠
						٠,٦٣٥		٠,١٠٧	٢,٠١٣	٠,٠٠٤

يتضح من جدول (٢٠) أن المجال الرابع المعايير الصحة والواقعية الذي يتكون من ثلاثة مخططات قد أبقى على اثنتين منها مما يشير إلى أن مخطط الرعاية الذاتية، ومخطط الغفران، تسهم في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة حيث إن قيم ف دالة عند مستوى (٠,٠١)، كما يتضح أن مخطط الرعاية الذاتية يفسر حوالي ٢٩,٨% من التباين في الازدهار النفسي لدى أفراد عينة البحث، وأن مخطط الرعاية الذاتية، ومخطط الغفران يفسر حوالي ٣٠,٧% من التباين في الازدهار النفسي لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة، وهذا يعني أن مخطط الرعاية الذاتية أقوى مخططات المجال الرابع في التنبؤ بالازدهار النفسي حيث يفسر حوالي ٢٩,٨% من التباين في الازدهار النفسي بينما يفسر مخطط التعاطف مع الذات/الغفران حوالي ٠,٩% من التباين في الازدهار النفسي.

هـ- الدرجة الكلية للمخططات المعرفية الايجابية: تم حساب تحليل الانحدار البسيط للدرجة الكلية لمقياس المخططات المعرفية الايجابية على الازدهار النفسي والجدول (٢١) يوضح ذلك:

جدول (٢١) تحليل الانحدار البسيط للتنبؤ بالازدهار النفسي من الدرجة الكلية لمقياس المخططات المعرفية

الإيجابية (ن=٣٢٠)

المتغيرات	معامل الارتباط	معامل التحديد	ف	مستوي الدلالة	معامل الثابت	معامل الانحدار	معامل الانحدار المعياري	قيمة ت	مستوي الدلالة
المخططات المعرفية الإيجابية	٠,٦٩٦	٠,٤٨٥	٢٩٩,٤٧٤	٠,٠٠٠	٣٠,٤٩٢	٠,٣٤٠	٠,٦٩٦	١٧,٣٠٥	٠,٠٠٠

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

يتضح من الجدول (٢١) أن المتغير المستقل المخططات المعرفية الإيجابية تفسر (٤٨,٥%) من التباين في المتغير التابع الازدهار النفسي لدى عينة البحث من طلاب الجامعة مما يعني صحة هذا الفرض. ويمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:

$$\text{الازدهار النفسي} = ٠,٣٤٠ + ٣٠,٤٩٢ \times \text{الدرجة الكلية للمخططات المعرفية الإيجابية}$$

نتيجة الفرض الرابع: والذي ينص على أنه: "يوجد نموذج بنائي يفسر العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي في وجود المخططات المعرفية الإيجابية كعامل وسيط لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة ولاختبار صحة هذا الفرض، تم استخدام برنامج Amos25 لتحليل مسار العلاقة بين متغيرات البحث، باعتبار أن المخططات المعرفية الإيجابية متغير يتوسط العلاقة بين كل من خبرات الطفولة الإيجابية (المتغير المستقل) وبين الازدهار النفسي (المتغير التابع)، وللتحقق من صحة النموذج تم إجراء الخطوات التالية:

(١) حساب مؤشرات المطابقة للنموذج المقترح (ن = ٣٢٠).

تم مراجعة البارامترات المقترحة لتحقيق مطابقة النموذج المقترح؛ بحيث لا تتعارض هذه البارامترات مع فروض النموذج، كما يجب أن تكون منطقية ولا تتعارض مع الإطار النظري ونتائج الدراسات والبحوث السابقة، وتم التأكد من التوزيع الطبيعي الاعتدالي للبيانات من خلال معامل القرطح والالتواء (Kline, 2005)  $SK < 3$ , and  $Ku < 8$ ، ويمكن توضيح مؤشرات المطابقة للنموذج المقترح باستخدام العينة الكلية للبحث الحالي (ن = ٣٢٠) باستخدام طريقة الأرجحية العظمى Maximum Likelihood فجاءت النتائج كما في الجدول (٢٢) على النحو التالي:

جدول (٢٢) قيم مؤشرات المطابقة للنموذج المقترح

المؤشر	قيمة المؤشر	المدى المثالي	المؤشر	قيمة المؤشر	المدى المثالي
مؤشر النسبة بين مربع كاي ودرجة الحرية ( $\chi^2 / df$ )	٢,١٩٢	(٣ - ٠)	مؤشر المطابقة المعياري NFI	٠,٩٣٠	من ١ - ٠,٩٠
مؤشر جذر متوسط مربعات الخطأ التقريبي RMSEA	٠,٠٦١	أقل من ٠,٠٨	مؤشر المطابقة النسبي RFI	٠,٩٠١	من ١ - ٠,٩٠
مؤشر المطابقة الترايدي IFI	٠,٩٦١	من ١ - ٠,٩٠	مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٩١١	من ١ - ٠,٩٠
مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٩٦٠	من ١ - ٠,٩٠	مؤشر توكر لويس TLI	٠,٩٤٣	من ١ - ٠,٩٠

يتضح من الجدول (٢٢) مطابقة النموذج المقترح للمدى المثالي لمؤشرات المطابقة، حيث بلغت قيمة النسبة بين مربع كاي ودرجة الحرية ٢,١٩٢، وبلغ قيمة مؤشر (RMSEA) ٠,٠٦١، كما بلغ قيمة مؤشر المطابقة التزايدية (IFI) ٠,٩٦١، وبلغ قيمة مؤشر المطابقة المقارن (CFI) ٠,٩٦٠، وبلغ قيمة مؤشر المطابقة المعياري (NFI) ٠,٩٣٠، وبلغ قيمة مؤشر المطابقة النسبي (RFI) ٠,٩٠١، وبلغ قيمة مؤشر توكر لويس (TLI) ٠,٩٤٣، وبلغ قيمة مؤشر حسن المطابقة ((GFI ٠,٩١١، مما يشير إلى أن النموذج المقترح مطابق للنموذج الفعلي.

٢) حساب الوزن الانحداري وأخطاء القياس والنسبة الحرجة ومستوي الدلالة لمتغيرات النموذج

جدول (٢٣) الوزن الانحداري وأخطاء القياس والنسبة الحرجة لمتغيرات النموذج

مسار التأثير	الوزن الانحداري		النسبة الحرجة	مستوي الدلالة
	المعياري	غير المعياري		
خبرات الطفولة الاجيائية	٠,٧٣٣	٠,٠٩٢	١٠,٨٨٢	٠,٠٠٠
المخططات المعرفية الاجيائية	٠,٥١٣	٠,٩٣٠	٦,١٠٧	٠,٠٠٠
خبرات الطفولة الاجيائية	٠,٣٦٩	٠,٠٨٤	٤,٤٦٤	٠,٠٠٠

يتضح من خلال الجدول (٢٣) أن النسبة الحرجة تزيد عن ١,٩٦ مما يشير إلى قبول النموذج.

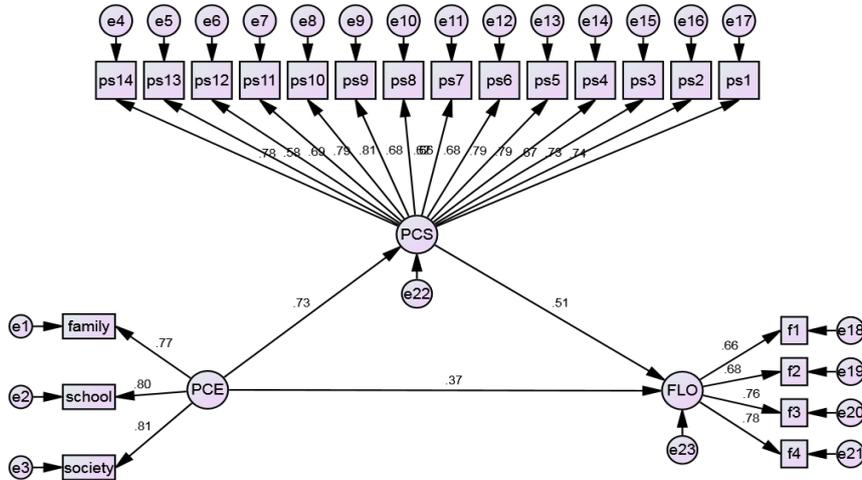
٣) حساب التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لمتغيرات النموذج.

جدول (٢٤) التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لمتغيرات النموذج

المتغيرات	التأثير	خبرات الطفولة الاجيائية	مستوي الدلالة	المخططات المعرفية الاجيائية	مستوي الدلالة
المخططات المعرفية الاجيائية	مباشر	٠,٧٣٣	٠,٠٠٠		
	غير مباشر				
	المجموع	٠,٧٣٣	٠,٠٠٠		
الازدهار النفسي	مباشر	٠,٣٦٩	٠,٠٠٠	٠,٥١٣	٠,٠٠٠
	غير مباشر	٠,٣٧٦	٠,٠٠٠		
	المجموع	٠,٧٤٥	٠,٠٠٠	٠,٥١٣	٠,٠٠٠

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

يتضح من الجدول (٢٤) وجود تأثيرات مباشرة دالة إحصائيًا للعلاقة بين متغيرات البحث المستقلة والمتغير التابع، حيث بلغت نسبة تأثير خبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي ٣٦,٩%، بينما بلغت نسبة تأثير المخططات المعرفية الإيجابية على الازدهار النفسي ٥١,٣% ويتضح أن تأثير المخططات المعرفية الإيجابية على الازدهار النفسي أكبر من تأثير خبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي، كما وجدت تأثيرات غير مباشرة دالة إحصائيًا لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي عبر المخططات المعرفية الإيجابية بنسبة ٣٧,٦% وبذلك يكون إجمالي نسبة التأثيرات الدالة إحصائيًا لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي ٧٤,٥%، مما يعني أن ٧٤,٥% من العوامل المساهمة في ظهور الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة ترجع إلى خبرات الطفولة الإيجابية، كما أن المخططات المعرفية الإيجابية تزيد قوة هذا الإسهام بنسبة ٣٧,٦% ويمكن توضيح النموذج من خلال الشكل التالي حيث تشير FLO إلى الازدهار النفسي، ويشير PCS إلى المخططات المعرفية الإيجابية، وتشير PCE إلى خبرات الطفولة الإيجابية:



شكل (٧) النموذج البنائي للعلاقات بين خبرات الطفولة الإيجابية والمخططات المعرفية الإيجابية والازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة

نتيجة الفرض الخامس: والذي ينص على أنه: " يوجد نموذج بنائي يفسر العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي في وجود كفاءة المواجهة كعامل وسيط لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة "ولاختبار صحة هذا الفرض، تم استخدام برنامج Amos

25 لتحليل مسار العلاقة بين متغيرات البحث، باعتبار أن كفاءة المواجهة متغير يتوسط العلاقة بين كل من خبرات الطفولة الإيجابية (المتغير المستقل) وبين الازدهار النفسي (المتغير التابع)، ولتحقق من صحة النموذج تم التأكد من التوزيع الطبيعي الاعتدالي للبيانات من خلال معامل التفرطح والالتواء (Kline, 2005)  $SK < 3$ , and  $Ku < 8$  وتم إجراء الخطوات التالية:

(١) حساب مؤشرات المطابقة للنموذج المقترح (ن = ٣٢٠).

تم مراجعة البارامترات المقترحة لتحقيق مطابقة النموذج المقترح؛ بحيث لا تتعارض هذه البارامترات مع فروض النموذج، كما يجب أن تكون منطقية ولا تتعارض مع الإطار النظري ونتائج الدراسات والبحوث السابقة، ويمكن توضيح مؤشرات المطابقة للنموذج المقترح باستخدام العينة الكلية للبحث الحالي (ن = ٣٢٠) باستخدام طريقة الأرجحية العظمى Maximum Likelihood ففجاءت النتائج كما في الجدول (٢٥) على النحو التالي:

جدول (٢٥) قيم مؤشرات المطابقة للنموذج المقترح

المؤشر	قيمة المؤشر	المدى المثالي	المؤشر	قيمة المؤشر	المدى المثالي
النسبة بين مربع كاي ودرجة الحرية ( $\chi^2 / df$ )	١,٧٤٩	(٠ - ٣)	مؤشر المطابقة المعياري NFI	٠,٩٧١	من ٠,٩٠٠ إلى ١
جذر متوسط مربعات الخطأ التقريبي RMSEA	٠,٠٤٨	أقل من ٠,٠٨	مؤشر المطابقة النسبي RFI	٠,٩٥٢	من ٠,٩٠٠ إلى ١
مؤشر المطابقة التزايدىIFI	٠,٩٨٨	من ٠,٩٠٠ إلى ١	مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٩٧١	من ٠,٩٠٠ إلى ١
مؤشر المطابقة المقارنCFI	٠,٩٨٧	من ٠,٩٠٠ إلى ١	مؤشر توكر لويس TLI	٠,٩٧٩	من ٠,٩٠٠ إلى ١
مؤشر حسن المطابقة المصححAGFI	٠,٩٤٠	من ٠,٩٠٠ إلى ١			

يتضح من الجدول (٢٥) مطابقة النموذج المقترح للمدى المثالي لمؤشرات المطابقة، حيث بلغت قيمة النسبة بين مربع كاي ودرجة الحرية ١,٧٤٩ ، وبلغ قيمة مؤشر (RMSEA) ٠,٠٤٨ ، كما بلغ قيمة مؤشر المطابقة التزايدى (IFI) ٠,٩٨٨ ، وبلغ قيمة مؤشر المطابقة المقارن (CFI) ٠,٩٨٧ ، وبلغ قيمة مؤشر المطابقة المعياري (NFI) ٠,٩٧١ ، وبلغ قيمة مؤشر المطابقة النسبي (RFI) ٠,٩٥٢ ، وبلغ قيمة مؤشر توكر لويس (TLI)

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

٠٠,٩٧٩، وبلغ قيمة مؤشر حسن المطابقة (GFI) ٠٠,٩٧١، وبلغ مؤشر حسن المطابقة المصحح ٠,٩٤٠ إلى مما يشير إلى أن النموذج المقترح مطابق للنموذج الفعلي. (٢) حساب الوزن الانحداري وأخطاء القياس والنسبة الحرجة ومستوي الدلالة لمتغيرات النموذج

جدول (٢٦) الوزن الانحداري وأخطاء القياس والنسبة الحرجة لمتغيرات النموذج

مسار التأثير	الوزن الانحداري		خطأ المعياري S.E.	النسبة الحرجة C.R.	مستوي الدلالة
	المعياري	غير المعياري			
خبرات الطفولة الإيجابية	٠,٥٣٣	٠,١٣٥	٠,٠١٦	٨,٢٢٦	٠,٠٠٠
خبرات الطفولة الإيجابية	٠,٤٥٥	٠,٠٩٩	٠,٠١٥	٦,٧٠٨	٠,٠٠٠
كفاءة المواجهة النفسي	٠,٥٢٨	٠,٤٥٤	٠,٠٥٩	٧,٦٦١	٠,٠٠٠

يتضح من خلال الجدول (٢٦) أن النسبة الحرجة تزيد عن ١,٩٦ مما يشير إلى قبول النموذج.

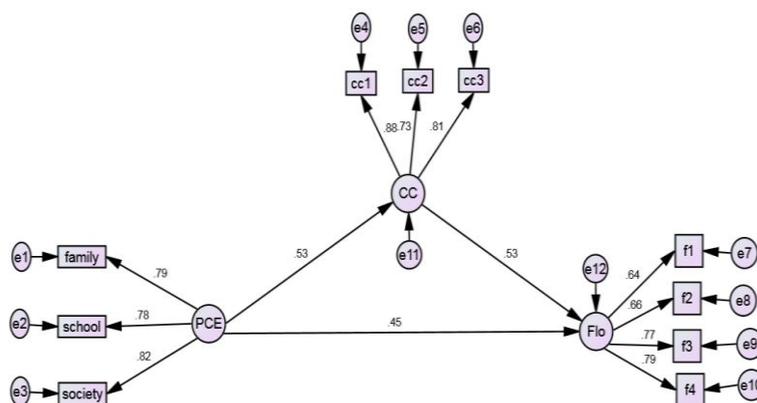
### ٣) حساب التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لمتغيرات النموذج.

جدول (٢٧) التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لمتغيرات النموذج

المتغيرات	التأثير	خبرات الطفولة الإيجابية	مستوي الدلالة	كفاءة المواجهة	مستوي الدلالة
كفاءة المواجهة	مباشر	٠,٥٣٣	٠,٠٠٠		
	غير مباشر				
	المجموع	٠,٥٣٣	٠,٠٠٠		
الازدهار النفسي	مباشر	٠,٤٥٥	٠,٠٠٠	٠,٥٢٨	٠,٠٠٠
	غير مباشر	٠,٢٨١	٠,٠٠٠		
	المجموع	٠,٧٣٦	٠,٠٠٠	٠,٥٢٨	٠,٠٠٠

يتضح من الجدول (٢٧) وجود تأثيرات مباشرة دالة إحصائياً للعلاقة بين متغيرات البحث المستقلة والمتغير التابع، حيث بلغت نسبة تأثير خبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي ٤٥,٥%، بينما بلغت نسبة تأثير كفاءة المواجهة على الازدهار النفسي ٥٢,٨% ويتضح أن تأثير كفاءة المواجهة على الازدهار النفسي أكبر من تأثير خبرات

الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي، كما وجدت تأثيرات غير مباشرة دالة إحصائيًا لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي عبر كفاءة المواجهة بنسبة ٢٨,١% وبذلك يكون إجمالي نسبة التأثيرات الدالة إحصائيًا لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي ٧٣,٦%، مما يعني أن ٧٣,٦% من العوامل المساهمة في ظهور الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة ترجع إلى خبرات الطفولة الإيجابية، كما أن كفاءة المواجهة تزيد قوة هذا الإسهام بنسبة ٢٨,١% ويمكن توضيح النموذج من خلال الشكل التالي حيث يشير CC إلى كفاءة المواجهة، ويشير FLO إلى الازدهار النفسي، ويشير PCE إلى خبرات الطفولة الإيجابية:



شكل (٨) النموذج البنائي للعلاقات بين خبرات الطفولة الإيجابية وكفاءة المواجهة والازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة

**نتيجة الفرض السادس:** والذي ينص على أنه: " يوجد نموذج بنائي يفسر العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي في وجود المخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة كعوامل وسيطة لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة "ولاختبار صحة هذا الفرض، تم استخدام برنامج Amos 25 لتحليل مسار العلاقة بين متغيرات البحث، باعتبار أن المخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة متغيرات تتوسط العلاقة بين كل من خبرات الطفولة الإيجابية (المتغير المستقل) وبين الازدهار النفسي (المتغير التابع)، وللتحقق

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

من صحة النموذج تم التأكد من التوزيع الطبيعي للاعتدالي للبيانات من خلال معامل التقرب والالتواء ( $SK < 3$ , and  $Ku < 8$ ) (Kline, 2005)، وتم إجراء الخطوات التالية:

(١) حساب مؤشرات المطابقة للنموذج المقترح ( $n = 320$ ).

تم مراجعة البارامترات المقترحة لتحقيق مطابقة النموذج المقترح؛ بحيث لا تتعارض هذه البارامترات مع فروض النموذج، كما يجب أن تكون منطقية ولا تتعارض مع الإطار النظري ونتائج الدراسات والبحوث السابقة، ويمكن توضيح مؤشرات المطابقة للنموذج المقترح باستخدام العينة الكلية للبحث الحالي ( $n = 320$ ) باستخدام طريقة الأرجحية العظمى Maximum Likelihood ففجاءت النتائج كما في الجدول (٢٨) على النحو التالي:

جدول (٢٨) قيم مؤشرات المطابقة للنموذج المقترح

المؤشر	قيمة المؤشر	المؤشر	المدى المثالي	قيمة المؤشر	المؤشر
النسبة بين مربع كاي ودرجة الحرية ( $\chi^2 / df$ )	١,٨٧٧	مؤشر المطابقة المقارن CFI	(٣ - ٠)	٠,٩٦٧	من ١-٠,٩٠
جذر متوسط مربعات الخطأ التقريبي RMSEA	٠,٠٥٢	مؤشر المطابقة المعياري NFI	أقل من ٠,٠٨	٠,٩٣٣	من ١-٠,٩٠
مؤشر المطابقة التزايدى IFI	٠,٩٦٨	مؤشر المطابقة النسبي RFI	من ١-٠,٩٠	٠,٩٠٣	من ١-٠,٩٠
مؤشر توكر لويس TLI	٠,٩٥٢	مؤشر حسن المطابقة GFI	من ١-٠,٩٠	٠,٩١٧	من ١-٠,٩٠
مؤشر حسن المطابقة المصحح AGFI	٠,٨٧٠		من ١-٠,٩٠		

ويتضح من الجدول (٢٨) مطابقة النموذج المقترح للمدى المثالي لمؤشرات المطابقة، مما يشير إلى أن النموذج المقترح مطابق للنموذج الفعلي.

٢) حساب الوزن الانحداري وأخطاء القياس والنسبة الحرجة ومستوي الدلالة لمتغيرات النموذج

جدول (٢٩) الوزن الانحداري وأخطاء القياس والنسبة الحرجة لمتغيرات النموذج

مستوي الدلالة	النسبة الحرجة C.R.	الخطأ المعياري S.E.	الوزن الانحداري		مسار التأثير	
			غير المعياري	المعياري	من	إلى
٠,٠٠٠	١١,٢١٨	٠,٠٢٤	٠,٢٧٣	٠,٧٧٧	مخططات	خبرات
					المعرفية	الطفولة
					الإيجابية	الإيجابية
٠,٠٠٠	٩,٢١٥	٠,٠١٧	٠,١٥٧	٠,٦١٠	كفاءة	خبرات
					المواجهة	الطفولة
						الإيجابية
٠,٠٠٢	٣,١٦٥	٠,٠٣٨	٠,١٢٠	٠,٣١٠	الازدهار	خبرات
					النفسي	الطفولة
						الإيجابية
٠,٠٠٠	٦,٠٢٣	٠,١٠١	٠,٦٠٦	٠,٤٠٢	الازدهار	كفاءة
					النفسي	المواجهة
٠,٠٠٠	٣,٧١٧	٠,٠٩٠	٠,٣٣٤	٠,٣٠٣	الازدهار	المخططات
					النفسي	المعرفية
						الإيجابية

يتضح من خلال الجدول (٢٩) أن النسبة الحرجة تزيد عن ١,٩٦ مما يشير إلى

قبول النموذج.

٣) حساب التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لمتغيرات النموذج.

جدول (٣٠) التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لمتغيرات النموذج

المتغيرات	التأثير	خبرات الطفولة الإيجابية	مستوي الدلالة	المخططات المعرفية الإيجابية	مستوي الدلالة	كفاءة المواجهة	مستوي الدلالة
المخططات	مباشر	٠,٧٧٧	٠,٠٠٠				
المعرفية الإيجابية	غير مباشر						
	الاجموع	٠,٧٧٧	٠,٠٠٠				
كفاءة المواجهة	مباشر	٠,٦١٠	٠,٠٠٠				
	غير مباشر						
	الاجموع	٠,٦١٠	٠,٠٠٠				
الازدهار النفسي	مباشر	٠,٣١٠	٠,٠٠٠	٠,٣٠٣	٠,٠٠٠	٠,٤٠٢	٠,٠٠٠
	غير مباشر	٠,٤٨١	٠,٠٠٠				
	الاجموع	٠,٧٩١	٠,٠٠٠	٠,٣٠٣	٠,٠٠٠	٠,٤٠٢	٠,٠٠٠

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

يتضح من خلال الجدول (٣٠) وجود تأثير مباشر دال إحصائيًا لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي بنسبة (٣١%)، ووجد تأثير مباشر دال إحصائيًا للمخططات المعرفية الإيجابية على الازدهار النفسي بنسبة (٣٠,٣%)، ووجد تأثير مباشر دال إحصائيًا لكفاءة المواجهة على الازدهار النفسي بنسبة (٤٠,٢%)، ووجد تأثير غير مباشر دال إحصائيًا لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي في وجود متغيرين وسيطين هما المخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة ويظهر ذلك من خلال:

١. تأثير خبرات الطفولة الإيجابية غير المباشر في وجود المخططات المعرفية

$$\text{الإيجابية على الازدهار النفسي} = ٠,٢٣٥٤$$

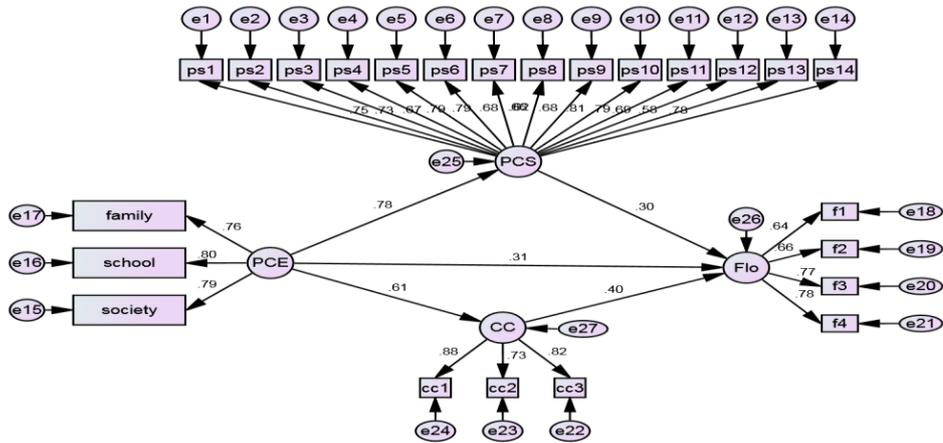
٢. تأثير خبرات الطفولة الإيجابية غير المباشر في وجود كفاءة المواجهة على

$$\text{الازدهار النفسي} = ٠,٢٤٥٢$$

٣. تأثير خبرات الطفولة الإيجابية غير المباشر في وجود المخططات المعرفية

$$\text{الإيجابية وكفاءة المواجهة على الازدهار النفسي} = ٠,٤٨٠٦$$

يتضح من خلال ذلك أن خبرات الطفولة الإيجابية لها تأثيرات غير مباشرة على الازدهار النفسي عبر المخططات المعرفية الإيجابية بنسبة ٢٣,٥٤%، ولها تأثيرات غير مباشرة على الازدهار النفسي عبر كفاءة المواجهة بنسبة ٢٤,٥٢%، والشكل (٩) يوضح النموذج المقترح حيث يشير PCE إلى خبرات الطفولة الإيجابية، ويشير CC إلى كفاءة المواجهة، ويشير Flo إلى الازدهار النفسي، ويشير PCS إلى المخططات المعرفية الإيجابية:



شكل (٩) النموذج البنائي للعلاقات بين خبرات الطفولة الإيجابية والمخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة والازدهار النفسي لدي طلاب الجامعة

#### تفسير نتائج البحث:

أشارت نتائج الفرض الأول إلى أن خبرات الطفولة الإيجابية تفسر (٣٩,٨%) من التباين الازدهار النفسي لدي طلاب الجامعة. وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج البحوث التي أشارت إلى وجود علاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية وبين مخرجات الصحة النفسية مثل بحث كل من (Kocatürk and Çiçek (2021) الذي أشار إلى أن خبرات الطفولة الإيجابية تنبأت بتقدير الذات والمرونة النفسية، وبحث كل من (Dogan and Yavuz (2020) الذي أشار إلى أن تجارب الطفولة الإيجابية تنبأت بالمرونة النفسية، كما أكدت على أهمية خبرات الطفولة الإيجابية في فهم الصحة النفسية للبالغين.

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج بحث (Crandall et al. (2019) التي أشارت إلى وجود علاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية وبين مخرجات الصحة المعرفية والنفسية والاجتماعية، حيث وجدت علاقة إيجابية بين خبرات الطفولة الإيجابية والامتنان ومركز الضبط الداخلي والوظائف التنفيذية والمغفرة والتقارب الأسري وعلاقة سلبية مع الضغوط والاكنتاب. ونتائج بحث (Dees (2017) التي أشارت إلى وجود علاقة إيجابية بين خبرات الطفولة الإيجابية والمثابرة والعقلية.

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج الدراسات التي أشارت إلى أن خبرات الطفولة الإيجابية من أقوى عوامل الحماية للأطفال كما تحمي المراهقين من التعرض لمخاطر الصحة النفسية مثل القلق والاكتئاب، مثل بحث (Wang et al. (2021 حيث أشارت نتائج البحث إلى أن خبرات الطفولة السلبية ارتبطت بمستويات أعلى للاكتئاب والقلق، وارتبطت خبرات الطفولة الإيجابية بمستويات أقل للاكتئاب والقلق، وبحث Gunay-Oge et al. (2020) حيث أشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة سلبية بين خبرات الطفولة الإيجابية واضطرابات الشخصية.

ويمكن تفسير نتيجة هذا الفرض في ضوء نظرية التحليل النفسي التي تؤكد على أهمية السنوات الخمس الأولى في عمر الطفل، حيث إن السنوات الأولى من حياة الطفل هي الدعامة الأساسية التي يقوم عليها بناء شخصيته وحياته النفسية والاجتماعية وتتطور قدراته وإمكانياته الذاتية، فقدره الأسرة على إشباع الاحتياجات الأساسية للطفل وتلبيتها في جو يسوده الأمن والأمان وتدعيم ثقته بنفسه يساهم في تكوين شخصية تتمتع بالصحة النفسية والازدهار النفسي.

كما يمكن تفسير نتيجة هذا الفرض في ضوء نظرية تقرير المصير التي تؤكد على دور خبرات الطفولة الإيجابية في شعور المراهق والراشد بالازدهار النفسي في مرحلة المراهقة والرشد، حيث إن إشباع الاحتياجات الأساسية للطفل في مراحل الطفولة مثل الحاجة إلى الاستقلالية والكفاءة والاجتماعية تساهم في شعور الفرد بالرضا عن الحياة ومن ثم الازدهار النفسي.

وأشارت نتائج الفرض الثاني إلى أن كفاءة المواجهة تفسر (٤٢,٥%) من التباين الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة، وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج الدراسات والبحوث التي أشارت إلى وجود علاقة بين كفاءة المواجهة والازدهار النفسي مثل بحث Padhy et al. (2020) حيث أشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة بين كفاءة المواجهة واليقظة والرفاهية كما أن كفاءة المواجهة من المنبئات بالرفاهية. وبحث كل من عبد الجواد ومحمد (٢٠١٩) حيث أشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين كفاءة المواجهة والرفاهية النفسية، كما أنه يمكن التنبؤ بالرفاهية النفسية من خلال كفاءة المواجهة.

كما تتفق نتيجة الفرض مع نتيجة بحث كل من (Akin and Akin (2015a حيث أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين كفاءة المواجهة والسعادة الذاتية، كما أن كفاءة المواجهة تتنبأ بالسعادة الذاتية بشكل إيجابي، وبحث (Akin and Akin (2015b حيث أشارت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين كفاءة المواجهة والازدهار النفسي، كما أن كفاءة المواجهة تتنبأ بالازدهار النفسي بشكل إيجابي.

وقد ترجع نتيجة هذا الفرض إلى أن كفاءة المواجهة من خصائص الشخصية التي تقي الفرد الآثار السلبية للضغوط الحياة وأزماتها ومقاومة الفشل، وتدعيم قدرة الشخص على اكتساب المزيد من الطرق الفعالية لمواجهة محن وشدائد المستقبل مما يجعل الشخص أكثر تفاؤلاً وطمأنينة وأكثر شعوراً بالمعنى وأكثر قدره على إنجاز وتحقيق أهدافه في الحياة مما يساهم في شعوره بالازدهار النفسي.

ويمكن تفسير نتيجة هذا الفرض في ضوء الإطار النظري وأدبيات البحث حيث يشير نموذج PROSPER للازدهار النفسي، أن الشعور بالازدهار يتكون من عدة سمات أو خصائص تتضمن نقاط القوة والمرونة والإيجابية والتي تمثل سمات كفاءة المواجهة.

ويمكن تفسير نتيجة هذا الفرض في ضوء نظرية العجز المكتسب حيث إن تعرض الشخص لأحداث الحياة الضاغطة والإسناد الداخلي للفشل يؤدي إلى انخفاض الكفاءة الذاتية وتقدير الذات والشعور بالخزي ولوم الذات المستمر مما يجعل الشخص عرضة للإصابة بالاكتئاب، بينما تمتع الشخص بالفعالية الذاتية وتقدير الذات المرتفع والإيجابية والقدرة على المثابرة لمقاومة الفشل ومواجهة أحداث الحياة الضاغطة يؤدي إلى التعافي السريع من آثار الضغوط والتمتع بالسعادة والرفاهية ومن ثم الازدهار النفسي.

كما تفسر نظرية الحفاظ على الموارد نتيجة هذا الفرض حيث تقترح أن الشخص يمر بالعديد من المواقف الصعبة والتحديات والأزمات فيستخدم ما لديه من موارد شخصية ونفسية واجتماعية لمقاومة هذه الضغوط والأزمات والمحن، وأيضاً لاكتساب موارد إضافية لمواجهة الضغوط المستقبلية مما ينعكس على شعوره بالسعادة والرضا والازدهار النفسي حيث إن التراكم المستمر للموارد النفسية يساهم في تحسين الصحة النفسية الإيجابية لديه.

وأشارت نتائج الفرض الثالث إلى أن المخططات المعرفية الإيجابية تفسر (٤٨,٥%) من التباين في الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة، حيث يفسر مخطط الانتماء الاجتماعي

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

حوالي ٤٢,٣% من التباين في الازدهار النفسي وهو يعد أقوى مخططات المجال الأول في التنبؤ بالازدهار النفسي، كما يفسر مخطط الصحة والسلامة/ التناؤل حوالي ٣٣,٥% من التباين في الازدهار النفسي وهو يعد من أقوى مخططات المجال الثاني في التنبؤ بالازدهار النفسي، كما يفسر مخطط ضبط النفس الصحي حوالي ٣١,٨% من التباين في الازدهار النفسي وهو يعد أقوى مخططات المجال الثالث في التنبؤ بالازدهار النفسي، كما يفسر مخطط الرعاية الذاتية حوالي ٢٩,٨% من التباين في الازدهار النفسي وهو يعد أقوى مخططات المجال الرابع في التنبؤ بالازدهار النفسي، ويفسر مخطط النجاح حوالي ٦,٣% من التباين في الازدهار النفسي، ويفسر مخطط الوفاء العاطفي حوالي ٣,٣% من التباين في الازدهار النفسي، ويفسر مخطط التعلق المستقر حوالي ٣,٨% من الازدهار النفسي، ويفسر مخطط التوجيه الذاتي حوالي ١,٣% من التباين في الازدهار النفسي، ويفسر مخطط الانفتاح العاطفي حوالي ١,١% من الازدهار النفسي، ويفسر مخطط الغفران حوالي ٠,٩% من التباين في الازدهار النفسي.

وتتفق نتائج هذا الفرض مع نتائج البحوث التي أشارت إلى وجود علاقة بين المخططات المعرفية الإيجابية ومؤشرات الازدهار النفسي مثل نتائج بحث محمود (٢٠١٨) حيث توصلت إلى وجود علاقة بين المخططات المعرفية الإيجابية (فاعلية الذات - التناؤل - القيمة- النجاح) والرضا عن الحياة. وبحث (Tomlinson et al. (2017 حيث أسفرت النتائج عن أن المخططات الإيجابية ارتبطت بالرضا عن الحياة والسعادة، وتعد أقوى منبئات بالرضا عن الحياة والسعادة مما يؤكد أن وجود المخططات الإيجابية يعزز الرفاهية الإيجابية (الرضا عن الحياة والسعادة).

كما تتفق مع الأدبيات التي تشير إلى أن مخططات الطفولة المبكرة تؤثر على كيفية استمرار الشباب في إدراك العالم في وقت لاحق (Feeney & Cassidy, 2003)، وتتفق مع نتيجة بحث Keyfiz (2010) التي تشير إلى أن المخططات المعرفية الإيجابية منبئ سلبى للاكتئاب والقلق ومنبئ إيجابي بالمرونة.

وقد ترجع نتيجة هذا الفرض إلى أن اكتساب الشخص تمثيلات معرفية إيجابية مرنة ومدعمة لذاته عن نفسه وعن علاقاته بالآخرين وعن مستقبله تسهم بشكل كبير في شعوره بالازدهار النفسي، فتمتع الشخص بالثقة بالنفس والتناؤل والقدرة على ضبط الذات

والنجاح والتعاطف مع الذات والآخرين، والمغفرة من المنبئات بالازدهار النفسي. كما أن تبني الشخص مخططات إيجابية تتمثل في الجدارة والنجاح والثقة والكفاءة ترتبط بالسعادة والرضا عن الحياة والتي تعد من المنبئات بالازدهار النفسي.

ويمكن تفسير نتيجة هذا الفرض في ضوء الاطار النظري وأدبيات البحث حيث إن الشعور بالازدهار النفسي نابع من شعور الفرد بمجموعة من الخصائص الأساسية والتي تتمثل في الوجدان الإيجابي والنابع من مخططات معرفية إيجابية مثل التفاؤل والغفران ، والهدف في الحياة والنابع من مخططات معرفية إيجابية تتمثل في وضع الفرد توقعات واقعية في حياته والاعتماد على الذات، والاندماج النابع من مخططات معرفية إيجابية مثل: الانتماء الاجتماعي والتعاطف مع الآخرين، ومجموعة من الصفات الإضافية والتي تتمثل في الحيوية النابع من مخططات معرفية إيجابية مثل تطوير الذات والحدود الصحية، والصمود النابع من مخططات معرفية إيجابية مثل التوجيه الذاتي وضبط النفس الصحي والكفاءة، والعلاقات الإيجابية النابعة من مخططات معرفية إيجابية مثل الانتماء الاجتماعي والتعاطف مع الآخرين والانفتاح العاطفي.

ويمكن تفسير نتيجة هذا الفرض في ضوء نظرية الاتساق المعرفي حيث يسعى الشخص باستمرار إلى تحقيق الاتساق المعرفي حيث تتطابق أفكاره ومعتقداته وأراءه ومعارفه فالأفراد الذين يشعرون بالجدارة وهو إحساسه بأن له قيمة، والكفاءة وهي أن لديه الدافعية والقدرة على تحقيق أهدافه، والنجاح وهو توقع أداء جيد لنفسه، والتفاؤل بأن نتائجه ستكون جيدة، والانتماء الاجتماعي حيث علاقاته التفاعلية مع السياق الذي يعيش فيه، والغفران وتسامح الآخرين والقدرة على ضبط النفس الصحي واتخاذ أهداف واقعية للحياة وغيرها من المخططات المعرفية الإيجابية تجعل الفرد يشعر بالسعادة والرضا والرفاهية ومن ثم الازدهار النفسي.

وأشارت نتائج الفرض الرابع إلى وجود نموذج بنائي يفسر العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي في وجود المخططات المعرفية الإيجابية كعامل وسيط لدى طلاب الجامعة، حيث يوجد تأثير مباشر دال إحصائياً لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي بنسبة ٣٦,٩%، و تأثير مباشر دال إحصائياً للمخططات المعرفية الإيجابية على الازدهار النفسي بنسبة ٥١,٣% ، كما وجدت تأثيرات غير مباشرة دالة

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

إحصائيًا لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي عبر المخططات المعرفية الإيجابية بنسبة ٣٧,٦% وبذلك يكون إجمالي نسبة التأثيرات الدالة إحصائيًا لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي ٧٤,٥%، مما يعني أن ٧٤,٥% من العوامل المساهمة في ظهور الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة ترجع إلى خبرات الطفولة الإيجابية، كما أن المخططات المعرفية الإيجابية تزيد قوة هذا الإسهام بنسبة ٣٧,٦% .

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتيجة الفرض الأول الذي أشار إلى أن خبرات الطفولة الإيجابية تفسر (٣٩,٨%) من التباين الازدهار النفسي لدي طلاب الجامعة، ونتيجة الفرض الثالث الذي أشار إلى أن المخططات المعرفية الإيجابية تفسر (٤٨,٥%) من التباين في الازدهار النفسي لدي طلاب الجامعة.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج الدراسات التي أشارت إلى أن المخططات المعرفية تعمل كمتغير وسيط في العلاقة بين السياق الأبوي المدرك والنتائج النفسية (Messman-Moore & Coates, 2008; Stowkowy & Addington, 2012; and Thimm, 2010)، وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتيجة بحث Bowers (2015) الذي توصل إلى التوسط الجزئي للمخططات الإيجابية في العلاقة بين السياق الوالدي والرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة.

وتعني نتيجة هذا الفرض أنه كلما زاد تأثير المخططات المعرفية الإيجابية زاد تأثير خبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة، أي أن المخططات المعرفية الإيجابية تعمل على زيادة التأثيرات غير المباشرة لخبرات الطفولة الإيجابية المساهمة في الشعور بالازدهار النفسي.

وقد ترجع نتيجة هذا الفرض إلى أن نمو الفرد في سياق أسري عائلي اجتماعي ثقافي يشبع الاحتياجات العاطفية الأساسية للفرد يسهم في إكسابه تمثيلات معرفية إيجابية مرنة مدعمة للذات عن ذاته وعن مجتمعه وعن مستقبله مما يعزز الأداء الشخصي للفرد والمعتقدات المرتبطة بالصحة النفسية الإيجابية أي الازدهار النفسي.

ويؤكد ذلك أنصار المدرسة المعرفية الذين أشاروا إلى دور العوامل المعرفية كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين الأحداث التي يمر ويتعرض لها الفرد في البيئة التي يعيش

فيها وبين استجاباته العاطفية والوجدانية اللاحقة، حيث يقيم الأحداث وفقاً لما يمتلك من معتقدات وبني معرفية مما ينعكس بدوره على استجابته وردود أفعاله تجاه المواقف. ويمكن تفسير نتيجة هذا الفرد في ضوء نظرية أريكسون للنمو النفسي الاجتماعي للفرد حيث يمر الفرد في كل مرحلة بأزمة أو صراع يتطلب من الفرد إشباع الاحتياجات العاطفية الأساسية للفرد قدرة الفرد على حل هذا الصراع بشكل صحي سليم يكون لدى الفرد مخططات معرفية إيجابية مرنة تطور شخصية الفرد طوال فترة حياته في خط إيجابي تتنامى فيه الشخصية السوية حسنة التوافق المستمعة بالصحة النفسية والازدهار النفسي. وتعد المخططات المعرفية الإيجابية بمثابة نوع من المعتقدات والمفاهيم المدعمة للذات التي يتخذها الفرد حول نفسه والعالم المحيط به ومستقبله ناتجة من إشباعه للاحتياجات العاطفية الأساسية أثناء خبرات الطفولة الإيجابية، ومع تقدم العمر وتطور النمو تظهر الحاجة إلى الاتساق والتماسك المعرفي فتكون بذلك لدى الفرد معتقدات مرنة مدعمة لذاته متفائلة بنظرته للمستقبل حتى أثناء تعرضه لأزمات وضغوط الحياة مما يؤدي إلى شعوره بالازدهار النفسي.

ويمكن تفسير تأثير خبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي لطلاب الجامعة من غير المعتقدات الأساسية للشباب حول أنفسهم وعلاقاتهم مع العالم حولهم أي المخططات المعرفية الإيجابية من خلال أن السياق الوالدي المدرك الذي يعد رابط فعال للأداء الإيجابي لدى الشباب الذين لديهم معتقدات أساسية إيجابية قوية (أنا استحق أن تحدث لي الأشياء الجيدة)، وبالتالي تتوسط المخططات المعرفية الإيجابية في العلاقة بين السياق الأبوة والأمومة المدرك والرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة (Bowers, 2015)، مما ينطبق على توسط المخططات المعرفية الإيجابية في العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة.

وأشارت نتائج الفرض الخامس إلى وجود نموذج بنائي يفسر العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي في وجود كفاءة المواجهة كعامل وسيط لدى طلاب الجامعة. حيث وجد تأثير مباشر دال إحصائياً لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي بنسبة ٤٥,٥%، و تأثير مباشر دال إحصائياً لكفاءة المواجهة على الازدهار النفسي بنسبة ٥٢,٨%، كما وجدت تأثيرات غير مباشرة دالة إحصائياً لخبرات الطفولة الإيجابية

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

على الازدهار النفسي عبر كفاءة المواجهة بنسبة ٢٨,١% وبذلك يكون إجمالي نسبة التأثيرات الدالة إحصائيًا لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي ٧٣,٦%، مما يعني أن ٧٣,٦% من العوامل المساهمة في ظهور الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة ترجع إلى خبرات الطفولة الإيجابية، كما أن كفاءة المواجهة تزيد قوة هذا الإسهام بنسبة ٢٨,١% .

وتعني نتيجة هذا الفرض أنه كلما زاد تأثير كفاءة المواجهة زاد تأثير خبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة، أي أن كفاءة المواجهة تعمل على زيادة التأثيرات غير المباشرة لخبرات الطفولة الإيجابية المساهمة في الشعور بالازدهار النفسي.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتيجة الفرض الأول الذي أشار إلى أن خبرات الطفولة الإيجابية تفسر (٣٩,٨%) من التباين الازدهار النفسي لدي طلاب الجامعة، ونتيجة الفرض الثاني الذي أشار إلى أن كفاءة المواجهة تفسر (٤٢,٥%) من التباين الازدهار النفسي لدي طلاب الجامعة.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج بحث كل من (Akin and Akin (2015a) التي أشارت إلى أن كفاءة المواجهة متغير وسيط في العلاقة بين اليقظة العقلية والسعادة الذاتية. ونتائج بحث كل من (Akin and Akin (2015b) التي أشارت إلى أن كفاءة المواجهة متغير وسيط في العلاقة بين اليقظة العقلية والازدهار.

ويمكن تفسير نتيجة هذا الفرض في ضوء نظرية كفاءة المواجهة التي تشير إلى أن الأطفال يكتسبون كفاءة المواجهة في وقت مبكر من النمو أي السنوات الأولى من العمر حيث تسهم خبرات الطفولة المبكرة الإيجابية في إكساب الأطفال طرقًا مختلفة للمواجهة تعد مثال للسلوكيات الاجتماعية التكيفية مع استمرار الدعم الاجتماعي الأسري للأطفال تستمر معهم هذه الطرق للمواجهة بل تتطور معهم في مرحلة المراهقة والرشد لتكون طرق اجتماعية إيجابية تعزز لديهم القدرة على مقاومة الفشل والتعافي السريع من آثار الضغوط وازمات الحياة مما يؤدي إلى تمتعهم بالرضا عن الحياة ومن ثم الازدهار النفسي.

وأشارت نتائج الفرض السادس إلى وجود نموذج بنائي يفسر العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي في وجود المخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة

كعوامل وسيطيه لدى أفراد عينة البحث من طلاب الجامعة، حيث وجد تأثير مباشر دال إحصائياً لخبرات الطفولة الإيجابية على الازدهار النفسي بنسبة (٣١%)، ووجد تأثير مباشر دال إحصائياً للمخططات المعرفية الإيجابية على الازدهار النفسي بنسبة (٣٠,٣%)، ووجد تأثير مباشر دال إحصائياً لكفاءة المواجهة على الازدهار النفسي بنسبة (٤٠,٢%)، كما وجد أن خبرات الطفولة الإيجابية لها تأثيرات غير مباشرة على الازدهار النفسي عبر المخططات المعرفية الإيجابية بنسبة ٢٣,٥٤%، ولها تأثيرات غير مباشرة على الازدهار النفسي عبر كفاءة المواجهة بنسبة ٢٤,٥٢%، مما يشير إلى أن التأثير غير المباشر لخبرات الطفولة الإيجابية عبر كفاءة المواجهة على الازدهار النفسي أكبر من التأثير غير المباشر لها عبر المخططات المعرفية الإيجابية وأن كان يتقارب معها.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتيجة الفرض الرابع والخامس في أن المخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة متغيرات تتوسط العلاقة بين خبرات الطفولة الإيجابية والازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة، وهذا يؤكد على أهمية النموذج المقترح في البحث الحالي ودور المخططات المعرفية الإيجابية وكفاءة المواجهة في الشعور بالازدهار النفسي. حيث إن الخبرات الإيجابية تخلق دوامة تصاعدية حيث تساعد التفكير الموسع والتقاؤل وضبط النفس وغيرها من المخططات المعرفية الإيجابية في إيجاد معني إيجابي في المواقف التي يمر بها الفر مما يسهل بدوره المواجهة الإيجابية والكفاءة الأعلى، أي أن الناس قادرون على إيجاد معني إيجابي في تجاربهم اليومية حتى ضمن الضغوط والأزمات من خلال تمتعهم بخبرات طفولة إيجابية والمخططات المعرفية الإيجابية التي تدعم وتعزز دورها من كفاءة المواجهة لديهم.

ويرجع ذلك إلى دور العوامل المعرفية في حياة الإنسان فما يمتلكه من بني معرفية وأفكار ومعتقدات يسهم بدور فعال في تفسير المواقف التي يتعرض لها ويعطيها معان إيجابية تؤثر على الحياة بمختلف مجالاتها فينعكس عليه المشاعر الإيجابية وإيجاد معني في الحياة وعلاقات اجتماعية فعالة والقدرة على الانجاز والأداء التكيفي، وعليه فالحياة بأكملها تبني على معتقدات الشخص ومخططاته المعرفية التي تعد إحدى المكونات الأساسية والجوهرية في بناء الشخصية وإكسابها العديد من السمات والموارد النفسية والشخصية.

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

ويؤكد ذلك فرج (٢٠٠٨) الذي يرى أن المخططات المعرفية بنيات معرفية تتشكل في مرحلة الطفولة المبكرة وتعتبر عن نمط تفكير الفرد خلال مرحلتي الطفولة والمراهقة، ويكون الشخص سوي عندما تفسر مخططاته المعرفية الأحداث بواقعية ونظرة تفاؤلية. وهذا يدعم لديه كفاءة المواجهة.

ويمكن تفسير نتيجة هذا الفرض في ضوء النظرية المعرفية "لكيلي" الذي يؤكد على أهمية التركيبات المعرفية التي اكتسبها الشخص في البيئة التي تعيش فيها ونتيجة تفاعلاته مع الأفراد المحيطين به، حيث يفسر أي موقف يتعرض له بناء على ما يمتلكه من معتقدات ومعارف فشعور الشخص بالرضا والتفاؤل والقدرة على الإنجاز وإيجاد معني في حياته يعتمد على ما يمتلكه من معارفه ومعتقدات وتركيبات معرفية إيجابية عن نفسه وعن المجتمع المحيط به وعن مستقبله.

كما يمكن تفسير نتيجة هذا الفرض في ضوء نظرية التعلق (Bowlby(1980) والذي يرى أن الفرد تتكون لديه نماذج عمل داخلية تشكل مخططات معرفية عن الذات والآخرين والعالم المحيط به من خلال أنماط التعلق وتفاعلاته مع أفراد أسرته فإذا كانت أنماط تعلق أمنة ساهمت في إشباع وتلبية حاجاته الأساسية تكونت مخططات معرفية إيجابية تتسم بالثقة والتفاؤل والتعاطف مع الآخرين والغفران والتعاطف مع الذات والانتماء الاجتماعي، بل وتمكنه من العمل حتي في ظل الضغوط، مما يؤدي إلى تقليل القلق والتوتر في المواقف التي تنطوي على تهديد وزيادة القدرة على المواجهة مما ينعكس على مستقبله ونظراته للعالم من حوله والتي تتسم بالمشاعر الإيجابية والقدرة على الإنجاز وإيجاد معني في الحياة، ومن ثم الشعور بالازدهار النفسي، وهذا يؤكد دور خبرات الطفولة الإيجابية والمخططات المعرفية الإيجابية في تدعيم وتعزيز كفاءة المواجهة في المواقف الضاغطة ومن ثم الشعور بالازدهار النفسي. مما يعظم من أهمية العوامل البيئية والمعرفية والموارد الشخصية في حياة الفرد.

### توصيات البحث:

١. تطوير مناهج مصممة خصيصًا يمكن دمجها في مناهج المدارس والكليات المستمرة، ومتوافقة مع المستوى التطوري للطلاب، وتهتم بمتغيرات علم النفس الإيجابي مثل الازدهار النفسي وكفاءة المواجهة والمخططات المعرفية الإيجابية.
٢. تعزيز الصحة النفسية للطلاب الجامعة داخل الحرم الجامعي من خلال تعزيز شعورهم بالازدهار النفسي وتدعيم معتقداتهم المعرفية الإيجابية كالتقاول وضبط النفس الصحي والمغفرة، والجدارة، والكفاءة، والثقة، والنجاح، والانفتاح العاطفي، والانتماء الاجتماعي.
٣. خبرات الحياة الإيجابية تسهم بدور كبير في تمتع الفرد بالصحة النفسية الإيجابية المتمثلة في الازدهار النفسي مما يدعونا إلى الاهتمام بمعالجة الحياة المبكرة والمحددات الاجتماعية للتنمية الصحية والصحة مدى الحياة، من خلال تقديم دورات إرشادية وندوات للقائمين على تربية ورعاية الأطفال لتوعيتهم بأهمية خبرات وتجارب الطفولة الإيجابية.
٤. الاهتمام بتقديم برامج وقائية لطلاب الجامعة لزيادة تمتعهم بالصحة النفسية الإيجابية المتمثلة في الازدهار النفسي مما يقبهم خطر الإصابة بالاكتئاب والقلق وغيرها من الاضطرابات النفسية والمشكلات السلوكية.
٥. تقديم برامج إرشادية لتدعيم وتنمية كفاءة المواجهة لدى طلاب الجامعة الأمر الذي يمكنهم من مواجهة ما يعترضهم من أزمات ومحن وإحباطات، ومقاومة الفشل والقدرة على التعافي السريع من آثارها السلبية.

## المراجع:

- الأنصاري، خولة جميل محمد (٢٠٢٠). كفاءة المواجهة وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى المعنفات بوحدة الحماية الاجتماعية بمدينة جدة. *مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية*، ١٢(٣)، ٣٦٥-٤٠٠.
- بدر، طارق محمد (٢٠١٥). التشويهاات المعرفية وعلاقتها بضبط الذات لدى طلبة كلية الآداب. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية، ١١٤، ٢٩٠-٣٤٤.
- الجبة، عصام الدسوقي إسماعيل، البهنسي، أمل ناصر (٢٠١٩). التنبؤ بكفاءة المواجهة على ضوء الوعي المهني للأخصائي النفسي المدرسي. *مجلة القراءة والمعرفة*، ٢١٥، ١٩٣-٢٤٦.
- الجوهري، أيمن حامد (٢٠١٥). *المخططات غير التوافقية والأخطاء المعرفية لدى مريضات الشرة العصبية*. (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة القاهرة).
- حمودة، حمودة عبد الواحد (٢٠٢١). الدور الوسيط لكل من التدين وأساليب التفكير في العلاقة بين الأسلوب المعرفي والأحكام الخلقية لدى طلاب المرحلة الثانوية. *المجلة التربوية*. كلية التربية جامعة سوهاج، ٨٩(١)، ١٥-١٠٣.
- رزق، زينب شعبان (٢٠٢٠). بنية الازدهار النفسي لدي الطالب المعالم في ضوء المستوي الاقتصادي المدرك والنوع. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٣٠(١٠٧)، ٢٩٥-٣٥١.
- الضبع، فتحي عبد الرحمن، طلب، أحمد على أحمد، سليمان، عمرو محمد فريد سيد (٢٠١٦). الوالدية البيقطة عقليا وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدي عينة من آباء وأمهاات الأطفال الذاتويين والمعاقين عقليا. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية*، ٤(٤٠)، ١٦١-٢٦٣.

طه، رياض سليمان السيد (٢٠٢١). النموذج البنائي لعلاقة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشفقة بالذات بالازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*. (٣١) ١١٠، ٢٣١-٢٩٢.

عبد الجواد، أحمد سيد عبد الفتاح، محمد، محمد شعبان أحمد (٢٠١٩). تحليل المسارات للعلاقة بين الابتكارية الانفعالية وكفاءة المواجهة والرفاهية النفسية لدى معلمي التربية الخاصة. *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية*، ٤(١٣)، ٢٧٥-٣٦٣.

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

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

فرح، صفوت (٢٠٠٨). *علم النفس الإكلينيكي*. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية. قدوم، ريم سمير (٢٠١٢). *خبرات الطفولة وعلاقتها بالأمن النفسي وسمات الشخصية لدى المشاركين سياسياً وغير المشاركين سياسياً من طلبة الجامعات في قطاع غزة*. (رسالة ماجستير، كلية التربية جامعة الأزهر - غزة).

كفافي، علاء الدين، وعبد، إبراهيم، أبو غزالة، سميرة (٢٠١٥). كفاءة المواجهة وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة، *العلوم التربوية*، جامعة القاهرة-كلية الدراسات العليا للتربية، ٢٣(٢)، ٥٧٩-٥٩٩.

محمود، نهاد عبد الوهاب (٢٠١٨). الفروق الجندرية في العلاقة بين المخططات لعرفية الإيجابية والرضا عن الحياة. *دراسات نفسية*، ٢٨(١)، ١٦٥-٢٢٧.

المرسومي، جنان محمد حسين. (٢٠٢٠). *كفاءة المواجهة وعلاقتها بالاستقلالية ونمطي الشخصية (A-B) لدى طلبة المرحلة الإعدادية*. (رسالة دكتوراه. كلية التربية للعلوم الإنسانية. جامعة تكريت).

مصطفى، منال محمود محمد (٢٠١٧). النموذج البنائي للعلاقات السببية بين الازدهار النفسي والتراحم الذاتي والخبرات الانفعالية الإيجابية والسلبية المسهمة في الأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. *دراسات نفسية*، ٢٧(٣)، ٣٠٧-٣٦٦.

- Akin, A., & Akin, U. (2015b). Mediating role of coping competence on the relationship between mindfulness and flourishing. *Suma Psicológica*, 22(1), 37-43.
- Akin, U., & Akin, A. (2015a). Mindfulness and subjective happiness: The mediating role of coping competence. *Ceskoslovenska Psychologie*, 59(4), 359.
- Appleyard, K., Egeland, B., van Dulmen, M. H., & Sroufe, L. A. (2005). When more is not better: The role of cumulative risk in child behavior outcomes. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46, 235-245.
- Bernaras, E., Jaureguizar, J., & Garaigordobil, M. (2019). Child and adolescent depression: a review of theories, evaluation instruments, prevention programs, and treatments. *Frontiers in psychology*, 10, 543.
- Bethell, C., Jones, J., Gombojav, N., Linkenbach, J., & Sege, R. (2019). Positive childhood experiences and adult mental and relational health in a statewide sample: Associations across adverse childhood experiences levels. *JAMA pediatrics*, 173(11), e1-e10.
- Blechman, E. A., Prinz, R. J., & Dumas, J. E. (1995). Coping, competence, and aggression prevention. *Applied & Preventive Psychology*, 4, 211-232.
- Bonanno, G. A. (2005). Resilience in the face of potential trauma. *Current Directions in Psychological Science*, 14(3), 135-138.
- Bowers, H. (2015). *Perceived Parental Context, Positive Schemas and Life Satisfaction among University Students with and without a Mental Health Diagnosis* (Doctoral dissertation).
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822.
- Burton-Jeangros, C., Cullati, S., Sacker, A., & Blane, D. (2015). *A life course perspective on health trajectories and transitions*. New York Dordrecht London.
- Butler, R. J., & Green, D. (1998). *The child within: The exploration of personal construct theory with young people*. Butterworth-Heinemann.
- Cappa, K. A., Begle, A. M., Conger, J. C., Dumas, J. E., & Conger, A. J. (2011). Bidirectional relationships between parenting stress and

- child coping competence: Findings from the pace study. *Journal of child and family studies*, 20(3), 334-342.
- Catalino, L.I., & Fredrickson, B.L. (2011). A Tuesday in the life of a flourisher: The role of positive emotional reactivity in optimal mental health. *Emotion*, 11, 938-950.
- Chen, Y., Kubzansky, L. D., & VanderWeele, T. J. (2019). Parental warmth and flourishing in mid-life. *Social Science & Medicine*, 220, 65-72.
- Cheng, T. L., Johnson, S. B., & Goodman, E. (2016). Breaking the intergenerational cycle of disadvantage: the three-generation approach. *Pediatrics*, 137(6).
- Chung, E. K., Mathew, L., Elo, I. T., Coyne, J. C., & Culhane, J. F. (2008). Depressive symptoms in disadvantaged women receiving prenatal care: The influence of adverse and positive childhood experiences. *Ambulatory Pediatrics*, 8(2), 109-116.
- Cicchetti, D., & Rogosch, F. A. (2009). Adaptive coping under conditions of extreme stress: Multilevel influences on the determinants of resilience in maltreated children. *New directions for child and adolescent development*, 2009(124), 47-59.
- Cicchetti, D., & Toth, S. L. (2009). The past achievements and future promises of developmental psychopathology: The coming of age of a discipline. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50, 16-25. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1469-7610.2008.01979.x>.
- Collishaw, S., Pickles, A., Messer, J., Rutter, M., Shearer, C., & Maughan, B. (2007). Resilience to adult psychopathology following childhood maltreatment: Evidence from a community sample. *Child Abuse and Neglect*, 31, 211-229.
- Compas, B., Conner-Smith, J., Saltzman, H., Thomsen, A., & Wadsworth, M. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127, 87-127.
- Craig, J. M., Wolff, K. T., & Baglivio, M. T. (2021). Resilience in context: the association between neighborhood disadvantage and cumulative positive childhood experiences among justice-involved youth. *Crime & Delinquency*, 67(11), 1647-1675.
- Crandall, A., Broadbent, E., Stanfill, M., Magnusson, B. M., Novilla, M. L. B., Hanson, C. L., & Barnes, M. D. (2020). The influence of adverse and advantageous childhood experiences during

- adolescence on young adult health. *Child Abuse & Neglect*, 108, 104644.
- Crandall, A., Miller, J. R., Cheung, A., Novilla, L. K., Glade, R., Novilla, M. L. B., & Hanson, C. L. (2019). ACEs and counter-ACEs: How positive and negative childhood experiences influence adult health. *Child Abuse & Neglect*, 96, 104089.
- Crandall, A., Miller, J. R., Cheung, A., Novilla, L. K., Glade, R., Novilla, M. L. B., Mangusson, B., Leavitt, B., Barnes, M & Hanson, C. L. (2019). ACEs and counter-ACEs: How positive and negative childhood experiences influence adult health. *Child Abuse & Neglect*, 96, 104089.
- Crespo, R. F., & Mesurado, B. (2015). Happiness economics, eudaimonia and positive psychology: From happiness economics to flourishing economics. *Journal of Happiness Studies*, 16(4), 931-946.
- Crouch, E., Radcliff, E., Strompolis, M., & Srivastav, A. (2018). Safe, stable, and nurtured: Protective factors against poor physical and mental health outcomes following exposure to adverse childhood experiences (ACEs). *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 12(2), 165–173.
- Daines, C. L., Hansen, D., Novilla, M. L. B., & Crandall, A. (2021). Effects of positive and negative childhood experiences on adult family health. *BMC Public Health*, 21(1), 1-8.
- Daines, C. L., Hansen, D., Novilla, M. L. B., & Crandall, A. (2021). Effects of positive and negative childhood experiences on adult family health. *BMC Public Health*, 21(1), 1-8.
- Daines, C. L., Hansen, D., Novilla, M. L. B., & Crandall, A. (2021). Effects of positive and negative childhood experiences on adult family health. *BMC Public Health*, 21, 651. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10732-w>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- Dees, E. (2017). *Relationship of Resilience and Childhood Experiences to High School Academic Success* (Doctoral dissertation, Middle Tennessee State University).

- Di Fabio, A. (2017). The psychology of sustainability and sustainable development for well-being in organizations. *Frontiers in psychology*, 8, 1534, 1-7.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D.W., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicator Research*, 97, 143-156.
- Diržytė, A., & Perminas, A. (2020). Nature-related cognitive schemas and self-reported psychological flourishing. *Sustainability*, 12(10), 4215.1-19.
- Dogan, T, & Yavuz, K(2020). Resilience, Positive Childhood Experiences and Perceived Happiness Among Adults. *Current Approaches in Psychiatry*, 12(1), 1-15.
- Elder Jr, G. H. (1998). The life course as developmental theory. *Child development*, 69(1), 1-12.
- Farabaugh, A., Bitran, S., Nyer, M., Holt, D. J., Pedrelli, P., Shyu, I., ... & Fava, M. (2012). Depression and suicidal ideation in college students. *Psychopathology*, 45(4), 228-234.
- Faulk, K.E., Gloria, C.T., & Steinhardt, M.A. (2013). Coping profiles characterize individual flourishing, languishing, and depression. *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 26, 378-390.
- Feeney, B. C., & Cassidy, J. (2003). Reconstructive memory related to adolescent-parent conflict interactions: The influence of attachment-related representations on immediate perceptions and changes in perceptions over time. *Journal of Personality & Social Psychology*, 85, 945-955.
- Feeney, B. C., & Cassidy, J. (2003). Reconstructive memory related to adolescent-parent conflict interactions: The influence of attachment-related representations on immediate perceptions and changes in perceptions over time. *Journal of Personality & Social Psychology*, 85, 945-955.
- Forrest, C. B., & Riley, A. W. (2004). Childhood origins of adult health: a basis for life-course health policy. *Health Affairs*, 23(5), 155-164.
- Friedmann, J. (2013). *Cognitive schemas as longitudinal predictors of self-reported adolescent depressive symptoms and resilience*, (Master of Arts in Psychology, Canada, The University of Guelph).
- Friedmann, J. S., Lumley, M. N., & Lerman, B. (2016). Cognitive schemas as longitudinal predictors of self-reported adolescent

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

- depressive symptoms and resilience. *Cognitive Behaviour Therapy*, 45(1), 32-48.
- Geng, F., Zou, J., Liang, Y., Zhan, N., Li, S., & Wang, J. (2021). Associations of positive and adverse childhood experiences and adulthood insomnia in a community sample of Chinese adults. *Sleep Medicine*, 80, 46-51.
- Gokcen, N., Hefferon, K., & Attree, E., (2012). University students' constructions of 'flourishing' in British higher education: An inductive content analysis. *International Journal of Wellbeing*, 2, 1-21.
- Gunay-Oge, R., Pehlivan, F. Z., & Isikli, S. (2020). The effect of positive childhood experiences on adult personality psychopathology. *Personality and Individual Differences*, 158, 109862.-6
- Guo, S., Cheung, C. K. J., Hu, J., & Ning, X. (2021). The moderation effect of identity exploration and basic psychological needs satisfaction on flourishing of Chinese rural children. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 34.(1), 1-10.
- Guralnick, M. J. (1999). Family and child influences on the peerrelated social competence of young children with developmental delays. *Mental Retardation and Developmental Disabilities*, 5, 21-29.
- Hammond, T., Gialloredo, C., Kubas, H., & Davis IV, H. H. (2013). The prevalence of failure-based depression among elite athletes. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 23 (4), 273-277. <https://doi.org/10.1097/JSM.0b013e318287b870>
- Hillis, S. D., Anda, R. F., Dube, S. R., Felitti, V. J., Marchbanks, P. A., Macaluso, M., & Marks, J. S. (2010). The protective effect of family strengths in childhood against adolescent pregnancy and its long-term psychosocial consequences. *The Permanente Journal*, 14, 109-116.
- Hobfoll, S. E. (2002). Social and psychological resources and adaptation. *Review of General Psychology*, 6, 307-324. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.6.4.307>.
- Hobfoll, S. E., Stevens, N. R., & Zalta, A. K. (2015). Expanding the science of resilience: Conserving resources in the aid of adaptation. *Psychological Inquiry*, 26, 174-180. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2015.1002377>.

- Hojabrian, H., Rezaei, A. M., Bigdeli, I., Najafi, M., & Mohammadifar, M. A. (2018). Construction and Validation of the Human Psychological Flourishing Scale (HPFS) in sociocultural context of Iran. *Practice in Clinical Psychology*, 6(2), 129-139.
- Hone, Lucy C., Aaron Jarden, Grant M. Schofield, and Scott Duncan. (2014). Measuring Flourishing: The Impact of Operational Definitions on the Prevalence of High Levels of Wellbeing. *International Journal of Wellbeing* 4(1): 62–90.
- Huppert, F. A., & So, T. T. C. (2013). Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining wellbeing. *Social Indicators Research*, 110, 837–861.
- Huppert, F.A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Wellbeing*, 1, 137-164.
- James, I.A., Reichelt, F.K, Freeston, M.H., & Barton S.B. (2007). Schemas as Memories: Implications for Treatment. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 21(1), 51-57.
- Jiyoung Park, J., Seungjae Lee, D., Shablack, H., Verduyn, P., Deldin, P., Ybarra, O., Jonides, J., & Kross, E. (2016). When perceptions defy reality: the relationships between depression and actual and perceived Facebook social support. *Journal of Affective Disorders*, 200, 37–44.
- Kasser, V. G., & Ryan, R. M. (1999). The relation of psychological needs for autonomy and relatedness to vitality, well-being, and mortality in a nursing home 1. *Journal of Applied Social Psychology*, 29(5), 935–954.
- Kazarian, S. S., Moghnie, L., & Martin, R. A. (2010). Perceived parental warmth and rejection in childhood as predictors of humor styles and subjective happiness. *Europe's Journal of Psychology*, 6(3), 71-93.
- Keyes, C. L. (2005). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(3), 539–548.
- Keyes, C. L. M., & Grzywacz, J. G. (2005). Health as a complete state: The added value in work performance and healthcare costs. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 47, 523–532.

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

- Keyes, C. L. M., & Haidt, J. (2002). *Flourishing: Positive psychology and the life well lived*. Washington DC: American Psychological Association
- Keyes, C. L. M., Dhingra, S. S., & Simoes, E. J. (2010). Change in level of positive mental health as a predictor of future risk of mental illness. *American Journal of Public Health*, 100(12), 2366–2371
- Keyes, C.L.M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43, 207-222.
- Keyfitz, L.(2010). *The Role Of Positive Schemas In Child Psychopathology And resilience*. (Master of Arts, The university of Guelph).
- Keyfitz, L., Lumley, M. N., Hennig, K. H., & Dozois, D. J. A. (2013). The role of positive schemas in child psychopathology and resilience. *Cognitive therapy and research*, 37(1), 97-108.
- Kline, R.B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling* ( 2nd ed.). New York: Guilford.
- Kocatürk, M., & Çiçek, İ. (2021). Relationship between positive childhood experiences and psychological resilience in university students: The mediating role of self-esteem. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 1-12.
- Kronenberger, W. G., Carter, B. D., Stewart, J., Morrow, C., et al. (1996). Psychological adjustment of children in the pretransplant phase of bone marrow transplantation: Relationships with parent distress, parent stress, and child coping. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 3, 319–335.
- Lee, R. M., & Robins, S. B. (1995). Measuring belongingness: The social connectedness and social assurance scales. *Journal of Counseling Psychology*, 42, 232–241.
- Li, B., Pan, Y., Liu, G., Chen, W., Lu, J., & Li, X. (2020). Perceived social support and self-esteem mediate the relationship between childhood maltreatment and psychosocial flourishing in Chinese undergraduate students. *Children and Youth Services Review*, 117, 105303.
- Lockwood, G., & Perris, P. (2012). A New Look at Core Emotional Needs. In Van Vreeswijk, M., Broersen, J., & Nadort, M. *The Wiley-Blackwell handbook of schema therapy: Theory, research, and practice*. John Wiley & Sons. 41-66.

- Louis, J. P., Davidson, A. T., Lockwood, G., & Wood, A. (2020). Positive Perceptions of Parenting and their Links to Theorized Core Emotional Needs. *Journal of Child and Family Studies*, 29(12), 3342-3356.
- Louis, J. P., Wood, A. M., Lockwood, G., Ho, M. H. R., & Ferguson, E. (2018). Positive clinical psychology and Schema Therapy (ST): The development of the Young Positive Schema Questionnaire (YPSQ) to complement the Young Schema Questionnaire 3 Short Form (YSQ-S3). *Psychological Assessment*, 30(9), 1199.
- Luthar, S. S. (2006). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. In D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology: Risk, disorder, and adaptation* (pp. 739–795). John Wiley & Sons, Inc..
- Luthar, S. S., Crossman, E. J., & Small, P. J. (2015). Resilience and adversity. In (7th ed.). R. M. Lerner, & M. E. Lamb (Vol. Eds.), *Handbook of child psychology and developmental science: Vol. III*, (pp. 247–286). New York: Wiley.
- MacLeod, A., & Byrne, A. (1996). Anxiety, depression, and the anticipation of future positive and negative experiences. *Journal of Abnormal Psychology*, 105(2), 286–289.
- MacLeod, A., & Salaminiou, E. (2001). Reduced positive futurethinking in depression: Cognitive and affective factors. *Cognition and Emotion*, 15(1), 99–107.
- MacLeod, A., Rose, G., & Williams, M. (1993). Components of hopelessness about the future in parasuicide. *Cognitive Therapy and Research*, 17(5), 441–455.
- MacLeod, L., Byrne, A., & Valentine, J. D. (1996). Affect, emotional disorder, and future directed thinking. *Cognition and Emotion*, 10(1), 69–86.
- Masten, A. S. (2006). Developmental psychopathology: Pathways to the future. *International Journal of Behavioral Development*, 31, 46–53. <http://dx.doi.org/10.1177/0165025406059974>.
- Masten, A. S. (2014). *Ordinary magic: Resilience in development*. New York: Guilford.
- Masten, A. S. (2015). Pathways to integrated resilience science. *Psychological Inquiry*, 26(2), 187-196.
- Masten, A. S., & Cicchetti, D. (2016). Resilience in development: Progress and transformation. In D. Cicchetti (Ed.). *Developmental*

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

*psychopathology, Vol. 4: Risk, resilience, and intervention* (pp. 271–333). (3rd ed.). New York: Wiley.

- McClain, L., & Abramson, L. Y. (1995). Self-schemas, stress, and depressed mood in college students. *Cognitive Therapy and Research*, 19(4), 419–432.
- McKinney, C., & Kwan, J. W. (2018). Emerging adult perceptions of and preferences for parenting styles and associated psychological outcomes. *Journal of Family Issues*, 39(9), 2491–2504.
- Messman-Moore, T. L., & Coates, A. A. (2007). The Impact of Childhood Psychological Abuse on Adult Interpersonal Conflict. *Journal of Emotional Abuse*, 7(2), 75-92
- Mesurado, B., Salanga, M. G. C., & Mateo, N. J. (2016). Basic psychological needs and flourishing in Filipino university students. In *The psychology of Asian learners* (pp. 459-469). Springer, Singapore.
- Michalec, B., Keyes, C.L.M., & Nalkur, S. (2009). Flourishing. In: Lopez, S.J. (Ed.), *The encyclopedia of positive psychology* (Vol. I, pp. 391-394). Chichester, England: Wiley-Blackwell.
- Moreland, A. D., & Dumas, J. E. (2007). Evaluating child coping competence: Theory and measurement. *Journal of Child and Family Studies*, 17, 437–454.
- Moreland, A. D., & Dumas, J. E. (2008). Evaluating child coping competence: Theory and measurement. *Journal of Child and Family Studies*, 17(3), 437-454.
- Mruk, C. (2006). *Self-esteem research, theory, and practice: Toward a positive psychology of self-esteem* (3rd ed.). New York: Springer.
- Narayan, A. J., Rivera, L. M., Bernstein, R. E., Harris, W. W., & Lieberman, A. F. (2018). Positive childhood experiences predict less psychopathology and stress in pregnant women with childhood adversity: A pilot study of the benevolent childhood experiences (BCEs) scale. *Child abuse & neglect*, 78, 19-30.
- Narayan, A. J., Rivera, L. M., Bernstein, R. E., Harris, W. W., & Lieberman, A. F. (2018). Positive childhood experiences predict less psychopathology and stress in pregnant women with childhood adversity: A pilot study of the benevolent childhood experiences (BCEs) scale. *Child abuse & neglect*, 78, 19-30.

- Narayan, A. J., Rivera, L. M., Bernstein, R. E., Harris, W. W., & Lieberman, A. F. (2018). Positive childhood experiences predict less psychopathology and stress in pregnant women with childhood adversity: A pilot study of the benevolent childhood experiences (BCEs) scale. *Child abuse & neglect*, 78, 19-30.
- Niemiec, C. P., & Ryan, R. M. (2009). Autonomy, competence, and relatedness in the classroom: Applying self-determination theory to educational practice. *School Field*, 7(2), 133-144.
- Noble, T., & McGrath, H. (2015). PROSPER: A new framework for positive education. *Psychology of Well-Being*, 5(2), 1-17.
- Normandeau, S., & Gobeil, A. (1998). A developmental perspective on children's understanding of causal attributions in achievement-related situations. *International Journal of Behavioral Development*, 22, 611-632.
- O'Byrne, R., Cherry, K. M., Collaton, J., & Lumley, M. N. (2020). The contribution of positive self-schemas to university students' distress and well-being. *International Journal of Cognitive Therapy*, 1-19.
- Padhy, M., Monteiro, S. R., & Chelli, K. (2020). Coping Competence, Mindfulness, and Well-being of Indian Adolescents. *Psychological Studies*, 65(4), 531-535.
- Profe, W., & Wild, L. G. (2017). Mother, father, and grandparent involvement: Associations with adolescent mental health and substance use. *Journal of Family Issues*, 38(6), 776-797.
- Raudino, A., Woodward, L. J., Fergusson, D. M., & Horwood, L. J. (2012). Childhood conduct problems are associated with increased partnership and parenting difficulties in adulthood. *Journal of abnormal child psychology*, 40(2), 251-263.
- Rautenbach, S., & Rothmann, S. (2017). Psychometric validation of the Flourishing-at-Work Scale—Short Form (FWS-SF): Results and implications of a South African study. *Journal of Psychology in Africa*, 27(4), 303-309.
- Reich, J. W., Zautra, A., & Hall, J. S. (2010). *Handbook of adult resilience*. New York: Guilford Press.
- Rousseau, D. M., Sitkin, S. B., Burt, R. S., & Camerer, C. (1998). Not so different after all: A cross-discipline view of trust. *Academy of Management Review*, 23(3), 393-404.
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24(2), 335-344.

- Sander, A. J. B. (2001). *Toward an integration of Beck's cognitive theory and Bowlby's attachment theory: self-schema and adult attachment classification in relation to depressive symptoms*. (Doctor of Philosophy, The University of Texas at Austin).
- Satici , S. A. , & Uysal , R. (2015). Well-being and problematic Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 49, 185 - 190.
- Satici , S. A. , Uysal , R. , & Akin , A. (2013). Investigating the relationship between flourishing and self-compassion: a structural equation modeling approach. *Psychologica Belgica*, 53 (4), 85 - 99.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219–247.
- Schofield, T. J., Conger, R. D., & Neppl, T. K. (2014). Positive parenting, beliefs about parental efficacy, and active coping: three sources of intergenerational resilience. *Journal of Family Psychology*, 28(6), 973.
- Schroder, K. E. (2004). Coping competence as predictor and moderator of depression among chronic disease patients. *Journal of behavioral medicine*, 27(2), 123-145.
- Schroder, K. E., & Ollis, C. L. (2013). The Coping Competence Questionnaire: A measure of resilience to helplessness and depression. *Motivation and Emotion*, 37(2), 286–302.
- Seligman, Martin E. P. (2012). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Wellbeing*. New York, NY: Simon & Schuster
- Seligman, M. E. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and wellbeing*. New York, NY: Free Press.
- Sheldon, K. M., Ryan, R., & Reis, H. T. (1996). What makes for a good day? Competence and autonomy in the day and in the person. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(12), 1270–1279.
- Siever, L. J., Koenigsberg, H. W., & Reynolds, D. (2003). Neurobiology of personality disorders: implications for a neurodevelopmental model. *Neurodevelopmental Mechanisms in Psychopathology*, 405–427. <https://doi.org/10.1017/cbo9780511546365.019>
- Skodol, A. E., Bender, D. S., Pagano, M. E., Shea, M. T., Yen, S., Sanislow, C. A., & Gunderson, J. G. (2007). Positive childhood

- experiences: Resilience and recovery from personality disorder in early adulthood. *The Journal of clinical psychiatry*, 68(7), 1102.
- Soleimani, S., Rezaei, A. M., Kianersi, F., Hojabrian, H., & Khalili Paji, K. (2015). Development and validation of flourishing questionnaire based on seligman's model among Iranian university students. *Journal of Research and Health*, 5(1), 3-12.
- Sroufe, L. A., Egeland, B., Carlson, E. A., & Collins, W. A. (2005). *The development of the person*. New York: Guilford Press.
- Stowkowy, J. & Addington, J. (2012). Maladaptive Schemas as a Mediator between Social Defeat and Positive Symptoms in Young People at Clinical High Risk for Psychosis. *Early Interv Psychiatry*, 6(1), 87-90.
- Sullivan, P., Blacker, M., Murphy, J., & Cairney, J. (2019). Levels of psychological distress of Canadian university student-athletes. *Canadian Journal of Higher Education*, 49(1), 47-59. <https://doi.org/10.7202/1060823ar>
- Telef, B.B. (2011). *The validity and reliability of the Turkish version of the Psychological Well-being Scale*. Paper presented at the 11th National Congress of Counseling and Guidance, Izmir, Turkey.
- Thimm, J.C. (2010). Mediation of early maladaptive schemas between perceptions of parental rearing style and personality disorder symptoms. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 41, 52-59.
- Tomlinson, R. M., Keyfitz, L., Rawana, J. S., & Lumley, M. N. (2017). Unique contributions of positive schemas for understanding child and adolescent life satisfaction and happiness. *Journal of Happiness Studies*, 18(5), 1255-1274.
- Toth, S. L., & Cicchetti, D. (2013). A developmental psychopathology perspective on child maltreatment. *Child Maltreatment*, 18(3), 135-139. <https://doi.org/10.1177/1077559513500380>
- Uysal, R. (2015). Social competence and psychological vulnerability: The mediating role of flourishing. *Psychological Reports*, 117(2), 554-565.
- Wang, D., Jiang, Q., Yang, Z., & Choi, J. K. (2021). The longitudinal influences of adverse childhood experiences and positive childhood experiences at family, school, and neighborhood on adolescent depression and anxiety. *Journal of affective disorders*, 292, 542-551.

- Waters, E., & Cummings, E. M. (2000). A secure base from which to explore close relationships. *Child Development*, 71, 164–172. <http://dx.doi.org/10.1111/1467-8624.00130>.
- Weiss, J. A., Sullivan, A., & Diamond, T. (2003). Parent stress and adaptive functioning of individuals with developmental disabilities. *Journal on Developmental Disabilities*, 10, 129–135.
- Wigfield, A., & Eccles, J. S. (2002). The development of competence beliefs, expectancies for success, and achievement values from childhood through adolescence. In A. Wigfield, & J. S. Eccles (Eds.), *Development of achievement motivation* (pp. 91–120). San Diego, CA: Academic Press.
- Wood, R., & Bandura, A. (1989). Impact of conceptions of ability on self-regulatory mechanisms and complex decision making. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(3), 407–415
- Wright, M. O., Masten, A. S., & Narayan, A. J. (2013). Resilience processes in development: Four waves of research on positive adaptation in the context of adversity. In S. Goldstein, & R. B. Brooks (Eds.), *Handbook of resilience in children* (pp. 15–37). (2<sup>nd</sup> ed.). New York: Kluwer Academic/Plenum.
- Young, J. E. (1994). *Cognitive therapy for personality disorders* (2<sup>nd</sup> ed.). Sarasota, FL: Professional Resource Exchange.
- Young, R., Lennie, S., & Minnis, H. (2011). Children's perceptions of parental emotional neglect and control and psychopathology. *Journal of Child psychology and Psychiatry*, 52(8), 889-897.
- Zhang, L., Fang, J., Zhang, D., Wan, Y., Gong, C., Su, P., & Sun, Y. (2021). Poly-victimization and psychopathological symptoms in adolescence: Examining the potential buffering effect of positive childhood experiences. *Journal of affective disorders*, 282, 1308-1314.
- Zimmerman, M. A. (2013). Resiliency theory: A strengths-based approach to research and practice for adolescent health. *Health Education & Behavior* .40(4) 381– 383.

**The Direct and Indirect Effects of Positive Cognitive Schemas and Coping Competence in The Relationship Between Positive Childhood Experiences and Psychological Flourishing Among University Students**

**Dr. Heba Gaber Abed Elhameed**

Assistant Professor Mental Health

Sohag university

**Dr. Abeer Ahmed Abuelwafa Donkol**

Assistant Professor Mental Health

South Valley university

**Abstract:** The research aimed to identify the direct and indirect effects of positive cognitive schemas and coping Competence in the relationship between positive childhood experiences and psychological Flourishing among university students. The sample consisted of (320) male and female students from the Faculty of Education, Sohag University. The Positive Cognitive Schemas scale prepared by Louis et al., (2018) was used, translated by the two researchers, the coping Competence scale and the positive childhood experiences scale prepared by the two researchers, and the psychological Flourishing scale prepared by Soleimani et al (2015) translated by the two researchers. The results indicated that positive childhood experiences explain (39.8%) of the variance in psychological Flourishing among university students, and the Coping Competence explains (42.5%) of the variance in psychological Flourishing among university students, and that positive cognitive schemas explain (48.5%) of the variance in Psychological Flourishing among university students, where the social belonging scheme explains about (42.3%) of the variance in psychological Flourishing, which is the strongest schemes in the first field in predicting psychological Flourishing, and the health and safety / optimism scheme explains about (33.5%) of the variance in psychological Flourishing, which is It is one of the strongest schemes in the second field in predicting psychological Flourishing, and the healthy self-control scheme explains about (31.8%) of the variance in psychological Flourishing, and it is considered the strongest schemes of the third field in predicting psychological Flourishing, and the self-care scheme explains about (29.8%) of the variance In psychological Flourishing, it is the strongest fourth-order chart in predicting psychological Flourishing. It also found a direct effect of positive childhood experiences on psychological Flourishing and a direct effect

## التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمخططات المعرفية الإيجابية

of positive cognitive schemes on psychological Flourishing, and a direct effect of Coping Competence on psychological Flourishing, and an indirect effect of positive childhood experiences on psychological Flourishing through positive cognitive schemes and Coping Competence, and the indirect effect of positive childhood experiences through Coping Competence on psychological Flourishing is greater than its indirect effect through positive cognitive schemes.

**Keywords:** Positive Cognitive Schemas- Coping Competence- Positive Childhood Experiences- Psychological Flourishing- University Students.