

الفروق بين الجنسين في الازدهار النفسي خلال مرحلتى الطفولة المتأخرة والمراهقة

تحت إشراف

فادية علوان (*)

تسنيم عصام الدين (*)

الملخص:

هدفت الدراسة الراهنة إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في الازدهار النفسي خلال مرحلتى الطفولة المتأخرة والمراهقة (المبكرة والمتوسطة)، كما هدفت إلى الكشف عن الفروق بين المراحل العمرية الارتقائية في الازدهار النفسي. ولتحقيق أهداف الدراسة، طُبِق مقياس الازدهار النفسي لكيرن وزملائها (ترجمة وتعديل الباحثة)، على عينة مكونة من ٤٩٣ طفلاً ومراهقاً تتراوح أعمارهم بين ٩ : ١٨ سنة. كشفت نتائج تحليل التباين في اتجاهين إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في الازدهار النفسي ومكوناته عبر الطفولة والمراهقة. كما كشفت النتائج عن جوهرية تأثير العمر على الازدهار النفسي ومكوناته في اتجاه انخفاض متوسطات الازدهار النفسي ومكوناته خلال مرحلة المراهقة (ما عدا مكون التفاؤل). كما أشارت النتائج إلى عدم جوهرية التفاعل بين العمر والجنس في التأثير على الازدهار النفسي ومكوناته (ماعدا مكوني التواصل والمثابرة).

الكلمات المفتاحية: الازدهار النفسي - الفروق بين الجنسين - الطفولة - المراهقة.

(*)مدرس مساعد - قسم علم النفس - جامعة القاهرة

(*)أستاذ علم النفس الارتقائي، قسم علم النفس- جامعة القاهرة

Gender Differences in Psychological Flourishing in Late Childhood and Adolescence

Tasneem Essam El Din (*)

Under supervision

Fadia Alwan(**)

Abstract:

The current study aimed to investigate the gender differences in Psychological Flourishing among children and adolescents, and investigate the age differences in psychological flourishing in late childhood and early and middle adolescence. To achieve such purposes, a sample comprised of 493 children and adolescents (233 boys, 260 girls), aged from 9 to 18 years old, was randomly selected. The sample completed a psychological flourishing scale (translated and edited by the researcher). The results revealed non-significant differences between males and females in psychological flourishing across late childhood and adolescence. There were age differences in psychological flourishing and its components toward decreasing the averages across age (except the optimism component). The results also indicated that the interaction between age and gender was not significant regarding psychological flourishing and its components (except communication and perseverance).

Keywords: Psychological flourishing- gender differences - childhood - adolescence.

مقدمة الدراسة:

تهدف الدراسة الراهنة إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في الازدهار النفسي⁽¹⁾ خلال مرحلتي الطفولة المتأخرة والمراهقة (المبكرة والمتوسطة)، كما تهدف إلى الكشف عن الفروق بين المراحل العمرية الارتقائية

(*)Assistant Lecturer - Department of Psychology - Cairo University

(**)Professor of Developmental Psychology, Department of Psychology - Cairo University

(1) Psychological Flourishing.

الثلاث في الازدهار النفسي. تزايد الاهتمام في السنوات الأخيرة بدراسات وبحوث علم النفس الإيجابي، سواء على المستوى الفردي، أو المجتمعي، مع التركيز بشكل خاص على كيفية تحقيق ما يسمى بطيب الحياة الذاتي، ووصول الفرد إلى مرحلة الازدهار النفسي؛ حيث يمثل مفهوم الازدهار النفسي أحد أهم الموضوعات الحديثة نسبياً في مجال علم النفس الإيجابي، التي حظيت بالدراسة لدى الراشدين، بوصفه أحد مؤشرات الصحة النفسية الإيجابية^(١) (Kern, Benson, Steinberg & Steinberg, 2016).

ويُعد مفهوم الازدهار النفسي أحد المفاهيم التي تعبر عن الصحة النفسية للفرد، إذ عرفت منظمة الصحة العالمية "الصحة النفسية" بأنها: "حالة من طيب حياة الفرد، إذ يدرك قدراته الخاصة، ويتمكن من التعايش مع الضغوط الطبيعية في الحياة، والعمل بشكل منتج ومثمر، كما يكون قادراً على المساهمة والمشاركة الفعالة في المجتمع" (Keyes, 2007).

وقد استخدم المنظرون مثل ريان وديسي Ryan & Deci، ورايف Ryff، ودينر Diener مفهوم "طيب الحياة النفسي" بالتبادل مع مفهوم "الازدهار النفسي"، حيث ارتكز المفهوم على فكرة الاحتياجات البشرية الشاملة والأداء الوظيفي الأمثل. وقسموا طيب الحياة إلى نوعين هما طيب الحياة الهادف^(٢)، وطيب الحياة الحسي أو المزاجي^(٣)، بينما ارتكز مفهوم الازدهار على دمج كل جوانب طيب الحياة معاً (Villieux, Sovet, Jung & Guilbert, 2016; Witten, Savahl & Adams, 2019). حيث اتفق الباحثون على تعريف مفهوم الازدهار بأنه أعلى مستويات طيب الحياة الحسي أو المزاجي، وطيب الحياة الذاتي الهادف. ويشير طيب الحياة الحسي إلى طيب الحياة الوجداني الذي يتضمن

(1) Positive mental health.

(2) Eudaimonic well-being.

(3) hedonic well-being.

السعادة، والرضا عن الحياة، وتوازن الوجدان الإيجابي والسلبي، أما **طيب الحياة الهادف** يشتمل على طيب الحياة النفسي وطيب الحياة الاجتماعي، واللذان يضمنان مجموعة من المكونات مثل وجود معنى للحياة، والاندماج، والهدف من الحياة، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والنمو الشخصي (Dijkstra, Pieterse, Drossaert, Westerhof, Graaf, Have & et al, 2016).

تبلور مفهوم الازدهار النفسي بشكل واضح عند اثنتين من الباحثين البارزين في علم النفس الإيجابي، وهما **مارتن سيلجمان Seligman**، و**كوري كيس Corey Keyes**. ترجع اهتمامات سيلجمان بمفهوم الازدهار النفسي إلى اهتمامه بدراسة مفهوم **السعادة الحقيقية**، بوصفها الهدف الرئيسي الذي تسعى إليه دراسات علم النفس الإيجابي، ولكنه وجد أن مفهوم السعادة لا يعبر عن المعنى الحقيقي للسعادة الحقيقية والهناء الحقيقي للفرد، وإنما هي سعادة وقتية، وبذلك لا يصلح هذا المفهوم أن يكون هدف علم النفس الإيجابي؛ ومن ثم قدم مفهومًا أكثر اتساعًا وشمولًا وهو مفهوم **"طيب الحياة"**، الذي ينتهي إلى حالة **الازدهار النفسي**. وعرف سيلجمان **الازدهار النفسي** بأنه يُمثل أعلى درجات طيب الحياة الذاتي، وأنه المدى الأمثل للأداء الوظيفي البشري، والإنتاجية، والنمو والارتقاء النفسي الإيجابي. وحدد له خمسة مكونات، وأشار إليها بمصطلح **"PERMA"** وهي: المشاعر الإيجابية⁽¹⁾، والانشغال الإيجابي⁽²⁾، والعلاقات الاجتماعية⁽³⁾، ووجود معنى للحياة⁽⁴⁾، والإنجاز⁽⁵⁾ (Akin & Akin, 2015; Seligman, 2010, Seligman, 2011). وانتهى سيلجمان إلى أن موضوع علم النفس الإيجابي هو الوصول بالفرد إلى الشعور بطيب الحياة بمكوناته

(1) Positive emotions.

(2) Engagement.

(3) Relationships.

(4) Meaning of life.

(5) Achievement.

المختلفة، وأن المؤشر الموضوعي لقياس طيب الحياة هو قياس الازدهار (علوان، ٢٠١٧).

أما كوري كيس فجاءت اهتماماته بدراسة مفهوم الازدهار النفسي من خلال اهتماماته الأولى بمفهوم جودة الحياة، وطيب الحياة الذاتي، وحدد كيس ثلاثة مكونات لطيب الحياة الذاتي أو الصحة النفسية الإيجابية، وهي: طيب الحياة الوجداني، وطيب الحياة السيكولوجي، وطيب الحياة الاجتماعي. وأشار كيس إلى أن الأفراد الذين يحصلون على أعلى الدرجات على هذه المكونات الثلاثة يصلون إلى ما يسمى بحالة الازدهار النفسي. ومن ثمَّ عرف الازدهار النفسي بأنه "الحالة التي يحقق فيها الأفراد أعلى مستويات الصحة النفسية الإيجابية". أما الأفراد الذين يحصلون على درجات منخفضة على هذه المكونات الثلاثة، فإنهم يتسمون بالوهن النفسي، الذي يعرفه كيس بأنه "حالة تتكامل فيها المشاعر السلبية مع مشكلات الأداء الوظيفي للفرد، كما تتمثل في الشعور بالحزن، عدم الاهتمام، انخفاض الشهية، الشعور بالإرهاق... إلخ. أمَّا الأفراد الذين يحصلون على درجات متوسطة في هذه المكونات الثلاثة يُطلق عليهم معتدي الصحة النفسية (علوان، ٢٠١٧؛ علوان، وآخرون، ٢٠١٨؛ Howell, Keyes & Pasmore, 2013; Keyes, 2002; Keyes, 2006).

وعرف كيس طيب الحياة الاجتماعي، بأنه "تقييم الفرد لظروفه الشخصية والأداء الوظيفي الاجتماعي في المجتمع"، وافترض كيس وجود خمسة أبعاد تكون مفهوم طيب الحياة الاجتماعي، وهي: الاندماج الاجتماعي، القبول الاجتماعي، المشاركة الاجتماعية، التوكيد الاجتماعي، والتماسك الاجتماعي (Keyes, 1998).

وقدمت رايف Ryff ستة أبعاد لطيب الحياة النفسي لدى الأفراد، وهي: النمو والارتقاء الشخصي المستمر، الاعتقاد بأن حياة الفرد هادفة، ولها قيمة ومعنى، إقامة علاقات جيدة مع الآخرين، قدرة الفرد على إدارة حياته والبيئة المحيطة به بشكل فعال، وقبول الذات، والاستقلالية (Ryff & Keyes, 1995).

كما عرف دينر Diener **طيب الحياة الوجداني** بأنه "أحد الأبعاد الرئيسية لمفهوم طيب الحياة الذاتي، الذي يشمل إدراكا واضحا ومعلنا للفرد عن شعوره بالرضا عن الحياة، مع تحقيق التوازن بين المشاعر الإيجابية والسلبية معًا (علوان، ٢٠١٧). بينما عرف هيوبارت Huppert وسو So مفهوم "الازدهار النفسي" بأنه يشير إلى طيب الحياة الذي يجمع بين المشاعر الجيدة، والأداء الوظيفي الفعال، ويرادف مفهوم الازدهار النفسي أعلى مستويات طيب الحياة والصحة النفسية. وحدد الباحثان عشرة مكونات لمفهوم الازدهار على النقيض من القلق والاكتئاب وهي (الكفاءة^(١)، الاستقرار الوجداني^(٢)، الاندماج، وجود معنى للحياة، التفاؤل، المشاعر الإيجابية، العلاقات الاجتماعية الإيجابية، المقاومة النفسية، تقدير الذات، النشاط والحيوية^(٣)) (Huppert & So, 2013).

تركز جميع هذه التعريفات على تعريف الازدهار النفسي لدى الراشدين فقط دون الاهتمام بدراسة وقياس الازدهار النفسي لدى الأطفال والمراهقين. فقد استمر الاهتمام بالصحة النفسية في البحوث والتراث لفترات طويلة يركز على جوانب العجز والضعف النفسي لدى الأطفال والمراهقين، ولكن في الآونة الأخيرة، زاد الاهتمام بدراسة الجوانب الإيجابية للطبيعة الإنسانية للأطفال والمراهقين. وبدأ اهتمام علم النفس الإيجابي يركز على دراسة الجوانب الإيجابية للأطفال والمراهقين التي تُعزز ارتقائهم الإيجابي وتحقيقهم للازدهار النفسي (Rose, Joe, Williams, Harris, Betz & Stewart-Brown, 2017).

وتكمن أهمية دراسة الصحة النفسية للأطفال والمراهقين في أنهم أثناء مراحل النمو والارتقاء -وخاصة عند الانتقال من مرحلة الطفولة إلى المراهقة- يواجهون العديد من الضغوط والتحديات، منها ارتفاع التوقعات الأكاديمية

(1) Competence.

(2) Emotional stability.

(3) Vitality.

وتغير العلاقات الاجتماعية مع الأسرة والأقران والتغيرات الجسدية والعاطفية المرتبطة بالنضج والارتقاء، كما تمثل هذه السنوات فترة من الاستقلالية المتزايدة حيث يتطور اتخاذ القرار المستقل الذي قد يؤثر على صحتهم النفسية وسلوكهم الصحي الذي ينشأ خلال هذه الفترة الانتقالية الانقالية وقد يستمر حتى مرحلة البلوغ؛ ما قد يؤثر على الصحة النفسية، وزيادة المشكلات الصحية والنفسية، ما يُشير إلى أهمية مراقبة الصحة النفسية للأطفال والمراهقين وتحديد التدخلات الفعالة لتحسينها والوقاية من الاضطرابات النفسية (Currie, Zanotti, Morgan, Currie, De Looze, Roberts, et al, 2012).

وقد حظي مفهوم الازدهار النفسي باهتمام قليل من جانب الباحثين لدى الأطفال والمراهقين، سواء على المستوى النظري، أو المستوى الإمبريقي، فهناك ندرة في الدراسات والنماذج والمقاييس التي عُنيت بدراسة مفهوم الازدهار النفسي وتفسيره وقياسه لدى الأطفال والمراهقين. وأول من عُني بمفهوم الازدهار النفسي لدى الأطفال والمراهقين هم سكيلز Scales، وبنسون Benson، وليفرت Leffert، وبيثلث Blyth إذ اهتم الباحثون بتحديد بعض المؤشرات السلوكية المنبئة بالازدهار النفسي لدى الأطفال والمراهقين. وحددوا سبعة مؤشرات، وهي: "النجاح المدرسي، القيادة، مساعدة الآخرين، الحفاظ على الصحة البدنية، إرجاء الإشباع، تقدير التنوع، والتغلب على الضغوط" (Kern, et al, 2016). ويُشير جلاسون Gleason ونارفز Narvaez إلى مفهوم الازدهار النفسي لدى الأطفال بأنه يتضمن مجالات الصحة الجسدية والوجدانية والسيكولوجية والاجتماعية، مع توسيعهم للمفهوم ليشمل الجوانب الاجتماعية الأخلاقية، التي ترتقي لدى الطفل من خلال سياقه البيئي والأسري مثل: النفاذ إلى الآخر، والتعاون والمشاركة، مع الأخذ في الحسبان طيب حياة الآخرين، وطيب حياة المجتمع عند صنع القرارات واختيار الأفعال (Gleason & Narvaez, 2014).

وتُعد أعمال كيرن Kern، وبنسون Benson، وستينبرج Steinberg، وستينبرج Steinberg أحدث ما قُدم لتحديد مفهوم الازدهار النفسي لدى

الأطفال والمراهقين. انبثق نموذج كيرن وزملائها من نموذج سيلجمان الذي يُفسر الازدهار النفسي لدى الراشدين، إذ ركزوا على المكونات الإيجابية لدى الأطفال والمراهقين، التي تدعم الازدهار النفسي في مرحلة الرشد كما عرفه سيلجمان. ويتكون الازدهار النفسي لدى كيرن وزملائها من خمسة مكونات جمعوها في مصطلح (إبوك EPOCH) وهي:

- **الانشغال، الاندماج⁽¹⁾**: وتعني القدرة على الانغماس في العمل الذي يؤديه الفرد، والتركيز عليه، بالإضافة إلى الاهتمام والاندماج في الأنشطة والمهام الحياتية. وأطلقوا على المستويات العليا من الاندماج مصطلح "التدفق"⁽²⁾.
- **المثابرة⁽³⁾**: وتعني قدرة الفرد على السعي نحو تحقيق أهدافه حتى في ظل مواجهة العقبات.
- **التفاؤل⁽⁴⁾**: ويتميز بالأمل والثقة في المستقبل، والميل إلى اتخاذ نظرة إيجابية للأمور، واتخاذ أسلوب تفسيري يتميز بتقييم الأحداث السلبية على أنها مؤقتة، وخارجية، وخاصة بوقف محدد.
- **التواصل⁽⁵⁾**: ويشير إلى شعور الفرد بالرضا عن علاقته بالآخرين، وشعوره بتقدير وحب الصداقة وتقديم المساندة للآخرين.
- **السعادة⁽⁶⁾**: وتُعرف بأنها حالة مستقرة -وليست مشاعر وقتية- من المزاج الإيجابي والشعور بالاطمئنان والرضا عن حياة الفرد (Kern, et al, 2016).

- (1) Engagement.
- (2) Flow.
- (3) Perseverance.
- (4) Optimism.
- (5) Connectedness.
- (6) Happiness.

وتستند الدراسة الراهنة إلى نموذج كيرن وزملائها لدراسة مفهوم الازدهار النفسي لدى الأطفال والمراهقين في المراحل العمرية (الطفولة المتأخرة، والمراهقة المبكرة والمتوسطة)، كما ستستخدم مقياس إيبوك EPOCH لقياس الازدهار النفسي لدى الأطفال والمراهقين لكيرون وزملائها الذي يتضمن الأبعاد الخمسة، ١١ أعدوا المقياس واختبروا صدقه وثباته عبر ١٠ عينات مختلفة من الأطفال والمراهقين تتراوح أعمارهم ما بين ١٠ إلى ١٨ سنة (Kern, et al, 2016).

وتُعد دراسة الفروق بين الجنسين من العوامل المهمة عند دراسة الصحة النفسية وطيب حياة الأفراد وازدهارهم النفسي. والتحليل القائم على النوع الاجتماعي يُعد ضروريًا لتحسين الصحة النفسية للذكور والإناث وتقديم الرعاية النفسية الملائمة لهم. وقد كشفت الأبحاث التي عُنيت بدراسة بعض مؤشرات الصحة النفسية عن وجود فروق بين الذكور والإناث في هذه المؤشرات؛ مثل ارتفاع الاضطرابات النفسية الداخلية كالإكتئاب والكرب النفسي لدى الإناث، بينما ترتفع الاضطرابات الخارجية لدى الذكور مثل العنف ومعاداة المجتمع والتعاطي (Matud, Curbelo & Fortes, 2019).

مع ذلك، اقتصر معظم الدراسات التي ركزت على الفروق بين الجنسين في الصحة النفسية على متوسط العمر المتوقع ووجود الأمراض النفسية وبعض القضايا المتعلقة بالصحة كمؤشرات للصحة النفسية. ولكن حديثاً بدأ الاهتمام بدراسة السمات الإيجابية لدى الأفراد ومؤشرات الصحة النفسية الإيجابية والازدهار النفسي والكشف عن الفروق بين الجنسين في الصحة النفسية، فقد أثبتت الأبحاث الطولية ارتباط طيب الحياة المرتفع بارتفاع مؤشرات الصحة البدنية وانخفاض الحالات المرضية المزمنة وانخفاض مستويات العجز الوظيفي وقلّة الوفيات مقارنة بالأفراد ذوي المستويات المنخفضة من طيب الحياة النفسي (Matud, et al, 2019).

وينظر علم النفس الارتقائي إلى متغير الجنس باعتباره مكونًا حاسمًا

يؤثر على الطريقة التي يطور بها الأطفال والمراهقون هويتهم وأدوارهم، بالإضافة إلى كيفية تعاملهم مع الضغوط الخاصة بالمرحلة (Orkibi, Hamama, Gavriel-Fried & Ronen, 2018).

وتفترض النظريات الاجتماعية أن الاختلافات في أدوار الجنسين هي اختلافات طبيعية وصحية لأنها تعكس المعايير المقبولة الملائمة اجتماعياً لكل جنس، وأن الالتزام بالأدوار التقليدية للجنسين وثيق الصلة بطيب الحياة النفسي للذكور والإناث. ومع ذلك، فإن الامتثال الصارم للأدوار الذكورية والأنثوية قد يضيق نطاق السلوكيات المحتملة والخيارات المتاحة لكل من الذكور والإناث؛ ما قد يُحد من تنمية خصائص الشخصية التي لا تتوافق مع التوقعات الاجتماعية الملائمة لكلا الجنسين (Matud, et al, 2019).

وتكتسب دراسة الفروق بين الجنسين في الازدهار النفسي أهميتها بسبب الجهود العديدة المبذولة في المجتمع المعاصر لتمكين جميع الأفراد من تحقيق الذات والإفادة من إمكاناتهم الكاملة، ومن ثم تعزيز طيب الحياة النفسي الأمثل والوصول للازدهار النفسي. وتعكس الدراسات التي تناولت الفروق بين الجنسين في طيب الحياة نتائج متناقضة ونقصاً واضحاً في الاجتماع حول الفروق بين الجنسين الموجودة في كل جانب من جوانب الصحة النفسية والرعاية الصحية (Roothman, Kirsten & Wissing, 2003).

تُشير نتائج بعض الدراسات المعنية بالفروق بين الجنسين في طيب الحياة الذاتي إلى أن الذكور والإناث لا يختلفون بشكل كبير من حيث متوسط طيب الحياة الذاتي، بينما تظهر الإناث بشكل متكرر في عينات كل من طيب الحياة المرتفع جداً، وطيب الحياة المنخفض جداً، وتشير الدلائل إلى أن هذا التمثيل الزائد يرجع إلى حقيقة أن الإناث تُخبرن كلاً من المشاعر الإيجابية والسلبية بشكل متكرر وبكثافة أكثر من الذكور. وأشارت بعض الدراسات أن متغير الجنس يُفسر أقل من ١٪ من التباين في طيب الحياة، إلا أنه يمثل أكثر من ١٣٪ من التباين في شدة الخبرات الوجدانية. لذلك، بينما يُظهر الذكور

والإناث اختلافاً طفيفاً في متوسط طيب الحياة الذاتي، يرتفع وجود الإناث مقارنة بالذكور في أقصى مقاييس طيب الحياة (Diener & Ryan, 2014).

وبمراجعة الدراسات التي تناولت الفروق بين الجنسين في طيب الحياة والازدهار النفسي تبين أنها تناولت فئات عمرية مختلفة، ولم تُسفر عن اتساق في النتائج عبر الأعمار المختلفة كما سيتضح فيما يلي.

تناولت بعض الدراسات عينات من الراشدين مثل دراسة كمينس وزملاؤه Cummins, Eckersley, Pallant, Vugt & Misajon (٢٠٠٣) التي أجريت على عينة من الراشدين في عمر (من ١٨ إلى ٧٤ سنة)، وأشارت نتائجها أن الإناث أكثر رضا عن حياتهن من الذكور. واتفقت مع هذه النتائج دراسة ديكسترا وآخرون Dijkstra, et al (٢٠١٦) التي أجريت على الراشدين في عمر ١٨ إلى ٥٥ سنة فأكثر. أظهرت نتائجها أن الإناث أعلى جوهرياً في الازدهار النفسي عن الذكور، ووجدوا أن الدعم الاجتماعي وأحداث الحياة الإيجابية ساهمت بشكل كبير في شرح التباين في الازدهار النفسي بين الجنسين. وتعارضت هذه النتائج مع نتائج دراسة كيس وسيموس Keyes & Simoes (٢٠١٢) على الراشدين في عمر ٢٥ إلى ٧٤ سنة، وتوصلت نتائجها إلى أن الذكور أكثر ازدهاراً من الإناث.

وفي دراسات أخرى توصلت لنتائج مختلفة، وهي وجود فروق بين الذكور والإناث في بعض مكونات طيب الحياة والازدهار النفسي، منها دراسة ويتن وآخرين Witten, et al (٢٠١٩) على عينة من الراشدين تتراوح أعمارهم بين ١٨: ٦٥ سنة. أشارت نتائجها إلى وجود بعض الفروق بين الذكور والإناث في التقويم الذاتي لطيب الحياة النفسي تتوافق إلى حد كبير مع المعتقدات التقليدية والنمطية المتعلقة بأدوار الجنسين؛ إذ سجل الذكور درجات أعلى جوهرياً في الجوانب المعرفية والجسدية والذاتية لطيب الحياة النفسي، بينما سجلت الإناث درجات أعلى جوهرياً في الأعراض الجسدية والتعبير عن العاطفة والجوانب الوجدانية والروحية لطيب الحياة. ومع ذلك، تراوحت الدلالة

الإحصائية لهذه النتائج بين الصغيرة إلى المتوسطة. ولم يتم العثور على فروق بين الجنسين فيما يتعلق بالجوانب الاجتماعية أو الشعور بالترابط والتماسك، والتوازن الوجداني، والرضا عن الحياة.

كذلك أظهرت دراسة ماتد وآخرين (Matud, et al 2019) على عينة من الجنسين تراوحت أعمارهم ما بين ٢١ و ٦٤ سنة، بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في بعض أبعاد طيب الحياة النفسي، حيث سجل الذكور درجات أعلى من الإناث في قبول الذات والاستقلالية، وحصلت الإناث على درجات أعلى من الذكور في النمو الشخصي والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، إلا أن حجم تأثير هذه الفروق كان صغيراً.

أمّا عن الدراسات التي تناولت عينات من المراهقين توصل بعضها إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في طيب الحياة والازدهار النفسي، مثل النتائج التي توصلت إليها دراسة أوروبية كبيرة لدراسة السلوك الصحي، والرضا عن الحياة، وطيب الحياة الذاتي لدى عينات ممثلة من الأطفال في المدارس تتراوح أعمارهم ما بين ١١: ١٥ عامًا من ٣٩ دولة. أشارت نتائجها إلى أنّ الفروق بين الجنسين لم تكن جوهرية في أي عمر في جميع البلدان والمناطق. بينما لم تتجاوز الفروق ١٠٪ فقط في عدد قليل من البلدان والمناطق في عمر الخامسة عشرة في اتجاه الذكور (Currie, et al, 2012).

كما أشارت نتائج دراسة أوركيبي وآخرين (Orkibi, et al 2018) على عينة من ٨٠٧ من المراهقين تتراوح أعمارهم بين ١٢ و ١٥ عامًا (٥٠٪ إناث)، إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في النموذج العام للازدهار النفسي، مع ذلك سجلت الإناث درجات أعلى من الذكور في بعض مؤشرات الازدهار النفسي، وهي: مهارات التحكم في الذات وإدراك الدعم من الوالدين والأصدقاء.

كذلك توصلت نتائج دراسة تومن وكمنس (Tomyn& Cummins 2011a) على ٣٥١ طالبًا في أستراليا تتراوح أعمارهم بين ١٢ و ٢٠ عامًا إلى ارتفاع طيب الحياة الذاتي لدى الإناث مقارنة بالذكور. واتفقت أيضًا دراسة سن

وزملاؤه Sun, Chan & Chan (٢٠١٦) مع هذه النتائج، حيث أجريت على عينة من المراهقين (تتراوح أعمارهم بين ١٢ و١٦ سنة)، وتوصلت نتائجها إلى ارتفاع طيب الحياة النفسي لدى الإناث مقارنة بالذكور فيما عدا مكوني الاستقلالية وقبول الذات.

بينما اختلفت نتائج دراسة جولديك وآخرين التي ركزت على الرضا عن الحياة لدى المراهقين كأحد جوانب طيب حياتهم، شارك فيها ١٢٧٤ مراهقاً ألمانياً (تتراوح أعمارهم بين ١١ و١٦ عاماً)، حيث سجلت الإناث درجات أقل جوهرياً في الرضا عن الحياة مقارنة بالذكور (Goldbeck, Schmitz, Besier, Herschbach & Henrich, 2007). قد يرجع الاختلاف في نتائج الدراسات عبر الثقافات والبلدان المختلفة إلى الطبيعة الديناميكية لمفهوم طيب الحياة والازدهار النفسي، إذ يتأثر بالعوامل الشخصية والمتغيرات الديموجرافية والثقافية والاجتماعية كالتهليم والوظيفة والمفاهيم المختلفة للذات والعلاقات الموجودة في الثقافات المختلفة والتنشئة الاجتماعية بين الجنسين (Holte, 2014; Matud, et al, 2019).

ويُعد العمر من المتغيرات الرئيسية والمهمة التي تؤثر في الازدهار النفسي، فمراجعة الدراسات الطولية والمستعرضة، أظهرت نتائجها أنه لا توجد علاقة ثابتة بين العمر وطيب الحياة الذاتي؛ إذ إنَّ هناك عوامل تتداخل لتؤثر في هذه العلاقة مثل ما أشارت إليه الدراسات من الميل إلى انخفاض الرضا عن الحياة بسرعة أكبر مع تقدم العمر في البلدان الفقيرة عنه في البلدان الغنية. كما أن الوجدان الإيجابي ينخفض قليلاً مع تقدم العمر، بينما أظهرت دراسات أخرى أن الرضا عن الحياة يزداد، أو على الأقل لا ينقص، مع تقدم العمر. كما أشارت إلى أن فترة الشباب هي المنبئ الأقوى بطيب الحياة. لذلك، هناك حاجة إلى مزيد من البحث في هذا المجال (Diener & Ryan, 2014). بينما أشارت دراسات أخرى عديدة إلى الانخفاض التدريجي في مستويات طيب الحياة من مرحلة الطفولة حتى مرحلة المراهقة المتأخرة، ومن مرحلة المراهقة حتى مرحلة الرشد، نظراً للتغيرات الارتقائية التي تحدث عند الانتقال من مرحلة

عمرية لأخرى وما تسببه من ضغوط (González-Carrasco, Casas, Malo, Vinas & Dinisman,, 2017).

وبمراجعة الدراسات السابقة التي عُنيت بدراسة العلاقة بين العمر والازدهار النفسي نجد أيضاً الاختلافات الواسعة في نتائجها وعدم الاتساق فيما بينها حول زيادة أو انخفاض الازدهار النفسي عبر العمر. فبعض الدراسات ركزت على الفئة العمرية من الرشد، وحنى الشيخوخة مثل دراسة كمنس وآخرين Cummins, et al (٢٠٠٣) أشارت نتائجها إلى عدم وجود فروق جوهرية بين المجموعات العمرية المختلفة (من ١٨ إلى أكبر من ٧٤ سنة) في طيب الحياة الشخصي. مع ذلك، وُجدت بعض الفروق المرتبطة بالعمر في بعض المؤشرات حيث كانت المجموعة الأصغر سناً (من ١٨ إلى ٢٥ عاماً) هي الأقل رضاً عن الترابط المجتمعي والعلاقات الشخصية، وقد ترتبط هذه النتيجة بارتفاع معدل حدوث الاضطرابات النفسية والاجتماعية والعزلة داخل هذه الفئة العمرية. بينما أظهرت المجموعة العمرية (من ٣٦-٤٥ عاماً) انخفاض الرضا عن المستقبل الآمن، ويرجع ذلك إلى القلق من الأمن المالي وفقدان الوظيفة. أمّا المجموعة العمرية التي تبلغ (٧٦ عاماً أو أكثر) أظهرت انخفاضاً جوهرياً في الرضا عن الصحة وكان هذا واضحاً بشكل خاص لدى الذكور.

بينما أشارت نتائج دراسة كيس وسيموس على الراشدين في عمر ٢٥ إلى ٧٤ سنة، إلى ارتفاع الازدهار النفسي تدريجياً من عمر ٢٥ سنة إلى ٥٤ سنة، ثم يبدأ في الانخفاض تدريجياً مرة أخرى من عمر ٥٥ سنة إلى ٧٤ سنة (Keyes & Simoes, 2012). في حين توصلت دراسة ديكسترا وآخرين Dijkstra, et al (٢٠١٦) على الراشدين في عمر ١٨ إلى ٥٥ سنة فأكثر. أظهرت نتائجها أنّ الازدهار النفسي يزداد تدريجياً مع التقدم في العمر حيث كانت المجموعة العمرية (٥٥ سنة) هي الأكثر ازدهاراً.

أما الدراسات التي اهتمت بارتفاع مفهوم طيب الحياة والازدهار النفسي عبر مراحل الطفولة والمراهقة توصلت لنتائج أخرى، فعلى الرغم من افتراض

أن طيب الحياة الذاتي والرضا عن الحياة والازدهار النفسي يزداد مع التقدم في العمر أو على الأقل يظل مستقرًا إلى حد ما طوال الحياة باستثناء الأفراد الذين يتعرضون لخبرات مؤلمة. فقد توصلت نتائج دراسة بيتنو وكمنس &Petito Cummins (٢٠٠٠) إلى أن طيب الحياة والرضا عن الحياة يتجه إلى الانخفاض عند دخول الطفل مرحلة المراهقة، وذلك لدى عينة مكونة من ٢٧٩ مراهقًا أستراليًا تتراوح أعمارها بين ١٢ و ١٧ عامًا.

اتفقت هذه النتائج أيضًا مع دراسة بالتاتسكيو Baltatescu (٢٠٠٦) على عينة مكونة من ٣٥٠٩ من المراهقين (ذكور وإناث) في رومانيا تتراوح أعمارهم بين ١٤ و ١٨ عامًا، التي أظهرت خلال جميع مقاييس طيب الحياة الذاتي أن هذا المتغير يتجه إلى الانخفاض خلال مرحلة المراهقة. كذلك في دراسة لمفهوم الرضا عن الحياة لدى المراهقين بصفته أحد جوانب طيب حياتهم، شارك فيها ١٢٧٤ مراهقًا ألمانيًا (تتراوح أعمارهم بين ١١ و ١٦ عامًا). كان هناك انخفاض جوهري في الرضا عن الحياة عبر جميع مجالات الحياة بين ١١ و ١٦ عامًا لكلا الجنسين (Goldbeck, et al, 2007).

وانفقت مع هذه النتائج أيضًا دراسة كيسس وزملاؤه Casas, Sarriera, Alfaro, Gonzalez, Malo, Bertran, et al (٢٠١١) على عينات من المراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين ١٢-١٦ عامًا في البرازيل (ن=١٥٨٨) وإسبانيا (ن= ٢٩٠٠)، وعينة من المراهقين تتراوح أعمارهم بين ١٤-١٦ عامًا في تشيلي (ن= ٨٤٣)، حيث أظهرت انخفاض طيب حياة المراهقين والرضا عن الحياة بأبعادها المختلفة خلال مرحلة المراهقة لدى العينات الثلاث.

كما أشارت نتائج دراسة تومن وكمنس (Tomyne & Cummins, 2011a) على ٣٥١ طالبًا من الذكور والإناث في أستراليا تتراوح أعمارهم بين ١٢ و ٢٠ عامًا أن كلاً الجنسين يظهران انخفاضًا مرتبطًا بالعمر في طيب الحياة الذاتي من بداية المراهقة إلى منتصفها. وفي دراسة أخرى لكيسس وآخرين (٢٠١٢) Casas, Sarriera, Abs, Coenders, Alfaro, Saforcada, et al حول المؤشرات الذاتية لطيب الحياة بين المراهقين، تم اختبار ثلاثة مقاييس مختلفة

متعددة الأبعاد لطيب الحياة تتضمن عدة أبعاد للرضا عن الحياة والسعادة، على مراهقين تتراوح أعمارهم بين ١٦:١٢ عامًا في ٤ بلدان مختلفة (الأرجنتين والبرازيل وشيلي وإسبانيا)، أظهرت النتائج الانخفاض المنتظم لطيب الحياة خلال هذه الفئة العمرية مع جميع المقاييس الثلاثة في البلدان الأربعة.

كذلك أشارت نتائج الدراسة الأوروبية المعنية بدراسة السلوك الصحي والرضا عن الحياة وطيب الحياة الذاتي لدى عينات ممثلة من الأطفال في المدارس تتراوح أعمارهم ما بين ١١: ١٥ عامًا من ٣٩ دولة، إلى انخفاض معدل الرضا عن الحياة وطيب الحياة الذاتي بشكل كبير بين سن ١١ و ١٥ عامًا في جميع البلدان والمناطق لدى الإناث وبعض الذكور (Currie, et al, 2012).

ونلاحظ مما سبق اتفاق الدراسات التي تناولت مرحلة المراهقة على أن طيب الحياة والازدهار النفسي يتجه إلى الانخفاض تدريجياً خلال هذه المرحلة، ويُفسر الباحثون هذه النتائج أن مرحلة المراهقة تحدث فيها مجموعة من التغيرات الجسدية والاجتماعية والنفسية الكبيرة في وقت واحد، ما قد يؤثر على الصحة النفسية للمراهقين. فالمراهقة هي مرحلة مكثفة من النضج والارتقاء وتزداد فيها الضغوط والصعوبات التي لها آثار مهمة على مرحلة البلوغ بصفتها صعوبات وضغوط التحصيل الدراسي والارتقاء الاجتماعي ومتطلباته (Tomyn& Cummins, 2011).

وقد يرجع اختلاف نتائج الدراسات حول الفروق بين الجنسين في طيب الحياة والازدهار النفسي وحول انخفاض أو ارتفاع طيب الحياة والازدهار النفسي عبر الأعمار المختلفة، وعبر مختلف البلدان إلى وجود أوجه قصور منهجية ونظرية عند المقارنة بين الثقافات والأعمار المختلفة تُحد من الوصول لنتائج دقيقة وموحدة؛ مثل عدم صلاحية المقاييس الذاتية المستخدمة لمختلف الثقافات والأعمار، واختلاف تعريفات مفاهيم طيب الحياة والازدهار النفسي عبر الدراسات وضعف الإطار النظري المفسر لها. كما تم تجاهل الدراسات

الطولية بشكل كبير. كذلك تؤثر الاختلافات الثقافية على دراسة طيب الحياة والازدهار النفسي لاختلاف الخصائص الاجتماعية والاقتصادية والسياسية والبيئية، وسياقات التنشئة الاجتماعية (الأسرة، الأقران، المدرسة). كذلك أحد التفسيرات لاختلاف الدراسات حول انخفاض طيب الحياة عبر العمر، استخدام معظم الباحثين مقاييس تعتمد على عدد قليل جداً من الأسئلة أو البنود (٤ أو ٥ بنود) فقط لتقييم طيب الحياة أو الرضا عن الحياة أو السعادة، فلم تكن هذه المقاييس حساسة بدرجة كافية للكشف عن الفروق في المجموعات الفرعية من الأفراد. أمّا عندما بدأ الباحثون في استخدام مقاييس تتضمن تنوعاً أكبر في الأبعاد والبنود (مثل ١١ بنداً فأكثر) أصبحت الفروق العمرية واضحة. وأصبح الميل إلى الانخفاض عند الانتقال من مرحلة عمرية إلى أخرى أكثر وضوحاً (Holte, 2014).

كذلك ركزت معظم أبحاث طيب الحياة والازدهار النفسي على طلاب الجامعات والراشدين، ما يُقيد من تعميم النتائج عبر الأعمار الارتقائية المختلفة. كذلك أجريت معظم الدراسات في الدول الغربية المرتفعة اقتصادياً، بينما يعيش غالبية الأطفال والمراهقين في جميع أنحاء العالم في سياقات ارتقائية صعبة، ويعانون من المشكلات الصحية، والتعليم غير الكافي، وعوامل الخطر المحتملة؛ ما يُحد أيضاً من تعميم النتائج. كما أنّ هناك أوجه قصور منهجية ونظرية أخرى تتعلق بدراسة طيب الحياة والازدهار النفسي، منها عدم وضوح صلاحية المقاييس المستخدمة للمجموعات الثقافية والعمرية المختلفة. كذلك اختلاف تعريف المفاهيم وتحديد أبعادها والأطر النظرية المفسرة لها (Holte, 2014).

ونتيجة لذلك تسعى الدراسة الراهنة إلى دراسة مفهوم الازدهار النفسي لدى الأطفال والمراهقين انطلاقاً من نموذج نظري محدد وواضح (نموذج كيرن وزملائها)، واستخدام المقياس المناسب للأطفال والمراهقين موضع الدراسة الراهنة، والكشف عن الفروق بين الجنسين خلال مرحلتي الطفولة والمراهقة في

الازدهار النفسي لتقديم مزيد من الفهم والتفسير لهذه المراحل الارتقائية المهمة من عمر الأفراد.

مشكلة الدراسة:

مما سبق يُمكن بلورة مشكلة الدراسة في الأسئلة التالية:

- هل توجد فروق بين الذكور والإناث في الازدهار النفسي ومكوناته؟
- هل توجد فروق بين المراحل العمرية الثلاث (الطفولة المتأخرة، والمراهقة المبكرة، والمراهقة المتوسطة) في الازدهار النفسي ومكوناته؟
- هل يوجد تفاعل بين العمر والجنس في التأثير على الازدهار النفسي ومكوناته.

الأهمية النظرية والتطبيقية للدراسة:

أولاً: الأهمية النظرية للدراسة:

- التأسيس النظري للازدهار النفسي في التراث البحثي العربي، والانطلاق من نموذج نظري محدد والتحقق من صدق بنائه، حيث تُسهم الدراسة في التأسيس النظري لمفهوم الازدهار النفسي لدى الأطفال والمراهقين ما يُعد إسهاماً نظرياً مهماً في مجال علم النفس الإيجابي، والتحقق من صدق نموذج كيرن وزملائها الذي يُفسر الازدهار النفسي لدى الأطفال والمراهقين في ضوء خمسة مكونات.
- تحقق الدراسة من الفروق بين الجنسين في الازدهار النفسي، والفروق بين مرحلتي الطفولة والمراهقة يُعد إسهاماً نظرياً مهماً يمكننا من تفسير أعمق للمفهوم.
- توجيه اهتمام الباحثين بدراسة المفاهيم النفسية الإيجابية في علم النفس الارتقائي، والاهتمام بدراسة المراحل الارتقائية المختلفة، وخاصة الطفولة والمراهقة والاهتمام بصحتهم النفسية لما له من أثر يعود على الأفراد والمجتمعات فيما بعد.

ثانياً: الأهمية التطبيقية للدراسة:

- توفير مقياس للازدهار النفسي يناسب مرحلتي الطفولة والمراهقة، ويتمتع بخصائص قياسية مرتفعة، ويسهم في إثراء التراث العربي البحثي والقياس النفسي بمقاييس تساعد الباحثين في هذا المجال بتقديم مزيد من الدراسات والبحوث ذات الأهمية البالغة في علم النفس الإيجابي وعلم النفس الارتقائي.
- إفادة التربويين والعاملين في مجال الصحة النفسية بأهمية تحقيق الازدهار النفسي لدى الأبناء وتمتعهم بالصحة النفسية الإيجابية.
- من الممكن الاستفادة من نتائج الدراسة في تصميم برامج للوقاية النفسية للأطفال والمراهقين من المرض النفسي والتمتع بالازدهار النفسي والتعامل مع ضغوط مرحلة المراهقة، بما يحقق الصحة النفسية للمراهقين.

فروض الدراسة:

تتمثل فروض الدراسة الأساسية فيما يلي:

- توجد فروق بين الذكور والإناث في الازدهار النفسي.
- توجد فروق بين المراحل العمرية (الطفولة المتأخرة، والمراهقة المبكرة، والمراهقة المتوسطة) في الازدهار النفسي.
- يوجد تفاعل بين العمر والجنس في التأثير على الازدهار النفسي.

منهج الدراسة وإجراءاتها:

أولاً: منهج الدراسة:

استخدمت الدراسة الراهنة المنهج الوصفي للكشف عن أهداف الدراسة، كما اعتمدت على تصميم الدراسات الارتقائية المستعرضة الذي يقوم على مقارنة سلوك ما أو قدرة ما عند مجموعات عمرية مختلفة في الوقت نفسه. وتقرن الدراسة الراهنة بين ثلاث مجموعات عمرية مختلفة (الطفولة المتأخرة، المراهقة المبكرة، والمراهقة المتوسطة) في مفهوم الازدهار النفسي لدى الذكور

والإناث.

ثانياً: عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من ٤٩٣ من الأطفال والمراهقين (٢٣٣ ذكراً، ٢٦٠ أنثى)، تتراوح أعمارهم ما بين ٩ : ١٨ سنة، مقسمون إلى ثلاث مجموعات عمرية:

- مرحلة الطفولة المتأخرة من ٩ : ١١ سنة و ١١ شهراً، وعددهم ١٤٥.
- مرحلة المراهقة المبكرة من ١٢ : ١٤ سنة و ١١ شهراً، وعددهم ١٤٩.
- مرحلة المراهقة المتوسطة من ١٥ : ١٨ سنة، وعددهم ١٩٩.

ويعرض الجدول رقم (١) خصائص عينة الدراسة من حيث توزيع عدد الأفراد داخل كل مجموعة عمرية (ذكور وإناث)، والمتوسط العمري والانحراف المعياري لكل مجموعة عمرية، بالإضافة إلى بعض الخصائص الديموجرافية الأخرى، وهي المستوى الاقتصادي والاجتماعي؛ إذ تم تقييم المستوى الاقتصادي اعتماداً على بعض المؤشرات، وهي (نوع المسكن، وتوافر الحاجات المعيشية الأساسية والكمالية في المسكن). أمّا تقييم المستوى الاجتماعي اعتمد على مؤشرين هما (تعليم الوالدين، ومهنة الوالدين).

جدول (١)

توزيع أعداد أفراد العينة والمتوسط العمري والانحراف المعياري لكل مجموعة عمرية

المرحلة العمرية	الجنس	العدد	المتوسط العمري	الانحراف المعياري	المستوى الاقتصادي			المستوى الاجتماعي		
					مرتفع	متوسط	منخفض	مرتفع	متوسط	منخفض
الطفولة المتأخرة	ذكور	٥٨	١٠٠,٣٨	٠,٨٩	١٢	٤٦	-	٣٢	١٨	٨
	إناث	٨٧	١٠٠,٤٤	٠,٩٣	٦	٧٧	٤	٤٥	٢٤	١٨
المراهقة المبكرة	ذكور	٥٩	١٣,٥٢	٠,٩٩	٨	٥٠	١	٤٠	١٦	٣
	إناث	٩٠	١٣,٣٤	٠,٧٩	١٨	٧١	١	٦٩	١٩	٢
المراهقة المتوسطة	ذكور	١١٦	١٦,٥٠	٠,٩٣	١٤	١٠٠	٢	٥٤	٤٥	١٧
	إناث	٨٣	١٦,٧٨	٠,٨٤	٤	٧٧	٢	٣٩	٢٩	١٥
					(%٢٠,٧)	(%٧٩,٣)		(%٥٥,٢)	(%٣١)	(%١٣,٨)
					(%٦,٩)	(%٨٨,٥)	(%٤,٦)	(%٥١,٧)	(%٢٧,٦)	(%٢٠,٧)
					(%٢٠)	(%٧٨,٩)	(%١,١)	(%٧٦,٧)	(%٢١,١)	(%٢,٢)
					(%١٢,١)	(%٨٦,٢)	(%١,٧)	(%٤٦,٦)	(%٣٨,٨)	(%١٤,٧)
					(%٤,٨)	(%٩٢,٨)	(%٢,٤)	(%٤٧)	(%٣٤,٩)	(%١٨,١)

وروعي في اختيار العينة التأكد من قدرة الأطفال على القراءة، وموافقة الطفل أو المراهق على التطبيق. وأختيرت العينة بطريقة عشوائية من بعض المدارس الحكومية بمحافظة الجيزة وهي (مدرسة السادات الابتدائية المشتركة بالهرم، ومدرسة السادات الرسمية للغات بالهرم: ابتدائي- إعدادي- ثانوي، ومدرسة السعيدية العسكرية الثانوية بالجيزة)، وذلك بعد الحصول على موافقات الجهات المختصة.

ثالثاً: أدوات الدراسة:

تمثلت أدوات الدراسة في مقياس الازدهار النفسي (ترجمة وتعديل وإضافة الباحثة). بالإضافة إلى استمارة البيانات الأولية. وفيما يلي وصف المقياس ومراحل إعدادة وخصائصه القياسية.

وصف مقياس الازدهار النفسي:

يتكون المقياس في صورته النهائية من ٣٠ بنداً موزعين على الأبعاد الخمسة للازدهار النفسي وفقاً لنموذج كيرن وزملائها كالتالي:

- الاندماج: ٦ بنود، ومن أمثلتها (بنشغل بأداء واجباتي لغاية ما أخلصها).
- المثابرة: ٦ بنود، ومن أمثلتها (يستمر في عمل واجباتي المدرسية لغاية ما أخلصها).

- **التفاؤل:** ٦ بنود، ومن أمثلتها (بتوقع إن حياتي في المستقبل ستكون أجمل).
 - **التواصل:** ٦ بنود، ومن أمثلتها (عندي أصحاب بحبهم وبحب أحكيلهم عن حياتي).
 - **السعادة:** ٦ بنود، ومن أمثلتها (بعمل أنشطة كثير بتفرحني وتسعدني).
- تقدير الدرجة للاستجابات على المقياس:**

تم الإجابة عن كل بند عبر مقياس ليكرت الثلاثي حيث يختار المشارك بين ثلاثة بدائل للإجابة (دائمًا = ٣ درجات، أحيانًا = درجتين، لا أبدًا = درجة)، وتتراوح درجة كل مكون بين (٦ درجات إلى ١٨ درجة)، ومن ثم تتراوح الدرجة الكلية على المقياس بين (٣٠ درجة إلى ٩٠ درجة).

إجراءات إعداد المقياس:

أ. ترجمة مقياس EPOCH لكيرن وزملائها لقياس الازدهار النفسي:
تبنت الدراسة الراهنة نموذج الازدهار النفسي الذي قدمته كيرن وزملاؤها، الذي يُركز على المكونات الإيجابية (EPOCH) لدى الأطفال والمراهقين التي تدعم الازدهار النفسي في مرحلة الرشد، وهي: الاندماج، والمثابرة، والتفاؤل، والتواصل، والسعادة (Kern, et al, 2016).

أولاً، ترجمت الباحثة مقياس EPOCH لقياس الازدهار النفسي لدى الأطفال والمراهقين الذي قدمته كيرن وزملاؤها، ويتضمن الأبعاد الخمسة، إذ أعدوا المقياس واختبروا صدقه وثباته عبر ١٠ عينات مختلفة تضمنت ٤٤٨٠ من الأطفال والمراهقين تتراوح أعمارهم ما بين ١٠ إلى ١٨ سنة. وقد بدأ إعداد النسخة الأولى من المقياس بحيث تتضمن ٦٠ بنداً، ثم انتهت الدراسات إلى المقياس النهائي المكون من ٢٠ بنداً موزعين على الأبعاد الخمسة، إذ يُمثل كل بعد بـ ٤ بنود، وهي البنود التي تمتعت بخصائص سيكومترية جيدة (Kern, et al, 2016).

بعد ترجمة المقياس عُرض على مجموعة من المختصين كما يتضح

فيما يلي.

ب. عرض المقياس على مجموعة من المتخصصين في المجال:

بعد ترجمة المقياس عُرض على ١٦ من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس جامعة القاهرة، ثم إجراء تعديلات على المقياس وفقاً للملاحظات التي أوردتها المختصون كالتالي:

- تعديل صياغة البنود من اللُّغة العربية الفصحى إلى اللغة العامية لتلائم العمر الذي تتضمنه عينة الدراسة.
 - تعديل صياغة بعض البنود، مثال على ذلك: بند "أنا شخص مجتهد" إذ إنّ هذه الصياغة تعكس صورة الذات فالأفضل قول "اجتهد في عملي".
 - زيادة عدد البنود في كل بُعد إلى ٦ بنود بدلاً من ٤ بنود.
 - تعديل بدائل الإجابة عن البنود لتصبح ثلاث درجات من الشدة على مقياس ليكرت بدلاً من خمس درجات لكي تلائم أعمار عينة الدراسة، وحتّى يستطيع الأطفال التمييز والاختيار بينها.
 - تعديل صياغة تعليمات الأداء على المقياس.
- بعد التحكيم وإجراء التعديلات الملائمة أصبح المقياس مكون من ٣٠ بنداً موزعين على الأبعاد الخمسة للازدهار النفسي، إذ يتّضمن كل مكون ٦ بنود بدلاً من ٤ بنود، حيث تم إضافة بندين لكل مكون على غرار البنود الموجودة في المقياس.

ج. التطبيق على عينة استطلاعية:

- طبّق المقياس بعد التعديل على عينة مكونة من ١٨ طالباً وطالبة تتراوح أعمارهم ما بين ٩ إلى ١٨ سنة، وهدف هذا الإجراء إلى:
- التأكد من وضوح تعليمات الأداء على المقياس.
 - التأكد من ملائمة صياغة البنود وفهم الطلاب من جميع الأعمار لها.
 - تحديد المدة الزمنية التي يستغرقها الأداء على المقياس.
- توصلت نتائج هذا الإجراء إلى:

- وضوح جميع تعليمات وبنود المقياس وسهولة فهم الطلاب لها.
- أمّا عن الزمن المستغرق في الأداء تراوح بين ١٠ إلى ٢٠ دقيقة للأداء على المقياس حسب عمر الطفل (حيث استغرق الأداء وقتًا أطول في مرحلة الطفولة المتأخرة عن المراهقة).

بعد الاطمئنان على مناسبة المقياس للمراحل العمرية للدراسة، تم التطبيق على عينة أخرى للتحقق من الكفاءة القياسية للمقياس في المرحلة التالية.

د. إجراءات التحقق من الكفاءة القياسية للمقياس:

بعد إجراء التعديلات المقترحة على المقياس، شرعت الباحثة في التحقق من صدق المقياس وثباته، تمهيدًا لتطبيقه على العينة الأساسية للدراسة. وذلك على عينة من الأطفال والمراهقين مكونة من ١٥٠ طالبًا وطالبة من الصف الرابع الابتدائي حتى الصف الثالث الثانوي، (٨٦ من الإناث، و٦٤ من الذكور)، تتراوح أعمارهم ما بين ٩ إلى ١٨ سنة (بمتوسط عمري ١٤،٧١، وانحراف معياري ٨،٢ سنة)، وأُخْتِيرَت العينة من بعض المدارس الحكومية العربية والتجريبية في القاهرة والجيزة. وهدف التطبيق على هذه العينة إلى تنقية المقياس من البنود غير الملائمة، وحساب معاملات الثبات والصدق للتحقق من كفاءته القياسية، ما يُمكن من الاعتماد عليه في الدراسة الراهنة.

وفيما يلي توضيح خطوات التحقق من الكفاءة القياسية لمقياس الازدهار النفسي بعد التطبيق على هذه العينة:

أ. تنقية بنود المقياس من خلال تقدير الاتساق الداخلي:

حَسِبَ معامل ارتباط بيرسون بين البند والدرجة الكلية للمكون الذي يقيسه البند، وذلك لتنقية المقياس من البنود ضعيفة الارتباط بالدرجة الكلية للمكون، ولم تسفر النتائج عن حذف أي من بنود المقياس حيث ارتفعت ارتباطات البنود كلها بدرجة المكون عن الحد الأدنى (٣،٠)؛ ما لا يستوجب حذف أي منها، والجدول التالي يوضح قيم معاملات ارتباط كل بند بالدرجة

الكلية للمكون.

جدول (٢)

معاملات ارتباط البند بالدرجة الكلية لمكونات الازدهار النفسي

الاندماج	معامل الارتباط	المثابرة	معامل الارتباط	التفاؤل	معامل الارتباط	التواصل	معامل الارتباط	السعادة	معامل الارتباط
بند ١	٠,٦١٤	بند ١	٠,٦٣٧	بند ١	٠,٦٥٠	بند ١	٠,٧٦٩	بند ١	٠,٨١١
بند ٢	٠,٦١٦	بند ٢	٠,٧٩٢	بند ٢	٠,٦٧٣	بند ٢	٠,٧١٦	بند ٢	٠,٧٨٦
بند ٣	٠,٥٩٧	بند ٣	٠,٥٩٧	بند ٣	٠,٦٨٢	بند ٣	٠,٧٢٦	بند ٣	٠,٧١٢
بند ٤	٠,٦٣٦	بند ٤	٠,٦٢٦	بند ٤	٠,٧٦٣	بند ٤	٠,٧٢٩	بند ٤	٠,٦٤٢
بند ٥	٠,٤٧٠	بند ٥	٠,٦٧٣	بند ٥	٠,٦١٥	بند ٥	٠,٧٥١	بند ٥	٠,٧٤٢
بند ٦	٠,٦٦٧	بند ٦	٠,٥٣٩	بند ٦	٠,٦٩١	بند ٦	٠,٧٣٦	بند ٦	٠,٧٤٩

وبعد التأكد من ملائمة جميع بنود المقياس، حُسِبَت معاملات الثبات والصدق للتحقق من الكفاءة القياسية للمقياس كما ستوضحها النقاط التالية.

ب. صدق المقياس:

حُسِبَ صدق المقياس من خلال مؤشرين هما:

- الصدق الظاهري:

تم تقدير الصدق الظاهري من خلال التقدير الكيفي لبنود المقياس وتمثيلها للمفهوم المراد قياسه، وتم تأييد ذلك بحساب تقديرات المحكمين لصدق البنود وتمثيلها للمفهوم وأبعاده، حيث عُرِضَ المقياس للتحكيم على ١٦ من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس جامعة القاهرة*، وأظهر التحكيم تمتع جميع بنود المقياس بنسبة اتفاق (١٠٠%) بين المحكمين؛ ما يدل على تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الصدق الظاهري.

* تتوجه الباحثة بالشكر لكل من أ. د. شعبان جاب الله، أ. د. سهير الغباشي، أ. د. صفاء إسماعيل، أ. د. عزة عبد الكريم، أ. د. عبير أنور، د. منال زكريا، د. خالد عبد المحسن، د. مرفت شوقي، د. إيمان عبد الحليم، د. أماني يحيي، د. إلهام عاشور، د. راندا رضا، د. إيمان رمضان، د. صابرين فتحي، د. نبيلة تاج الدين، د. نيرة شوشة.

- صدق التكوين:

حُسِبَ صدق التكوين من خلال مؤشرين هما الاتساق الداخلي، وصدق البناء العاملي. وفيما يلي توضيح كل منهما:

▪ الاتساق الداخلي:

تم تقدير صدق الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب الارتباط بين درجة كل مكون من مكونات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وأسفر هذا الإجراء عن تمتع المقياس بمعاملات صدق دالة إحصائيًا، ويوضح الجدول التالي قيم معاملات الصدق لمكونات مقياس الازدهار النفسي:

جدول (٣)

معاملات الصدق لمقياس الازدهار النفسي

معامل الصدق	مكونات مقياس الازدهار النفسي
٠,٧٢	الاندماج
٠,٦٥	المثابرة
٠,٧١	التواصل
٠,٧٦	التفاؤل
٠,٨٣	السعادة

▪ صدق البناء العاملي:

حُسِبَ الصدق العاملي للتحقق من اتساق البنية العاملية لمقياس الازدهار النفسي مع نموذج كيرن وزملائها من حيث المكونات الفرعية الخمسة للمفهوم، أُجري التحليل العاملي باستخدام طريقة المكونات الأساسية

لهوتلنج Hottelling للتحقق من مدى تشبع المكونات الفرعية على العوامل المستخلصة، وأسفرت النتائج عن وجود عامل عام تشبع عليه المكونات الخمسة للمقياس، ويوضح الجدول التالي هذه النتائج.

جدول (٤)

نتائج التحليل العاملي لمكونات مقياس الازدهار النفسي (ن=١٥٠)

المكونات الفرعية	قيم التشبعات بالعامل	قيم الشيوخ
الاندماج	٠,٧٥	٠,٥٦
المتابرة	٠,٦٤	٠,٤١
التواصل	٠,٦٩	٠,٤٨
التفاؤل	٠,٧٠	٠,٤٩
السعادة	٠,٨٣	٠,٦٩
الجذر الكامن	٢,٦٤١	
نسبة التباين	٥٢,٨١٢	

أسفرت نتائج التحليل العاملي لأبعاد مقياس الازدهار النفسي عن وجود عامل واحد تشبعت عليه الأبعاد الخمسة بصفقتها مكونات أساسية للمقياس، ويفسر نسبة تباين ٨١١,٥٢ من التباين الكلي للمقياس، وتُشير قيمة الجذر الكامن ٦٤١,٢ إلى مناسبة نتائج التحليل إذ بلغت قيمته أكبر من الواحد الصحيح، ما يُشير إلى اتفاق بنية المقياس مع نموذج كيرن وزملائها الذي تبنته الباحثة الذي يصف الازدهار النفسي من خلال المكونات الخمسة (الاندماج، والمتابرة، والتواصل، والتفاؤل، والسعادة).

ج. ثبات المقياس:

حُسِبَ ثبات المقياس بطريقتين: طريقة إعادة الاختبار، وطريقة حساب معامل ألفا كرونباخ، وفيما يلي عرض نتائج الثبات بالطريقتين:

- طريقة معامل ألفا كرونباخ:

حُسِبَ معامل ألفا كرونباخ لكل مكونات المقياس، والجدول التالي يوضح قيم هذه المعاملات:

جدول (٥)

معاملات ثبات ألفا كرونباخ لمقياس الازدهار النفسي

معامل الثبات	مكونات مقياس الازدهار النفسي
٠,٦٣	الاندماج
٠,٧٢	المثابرة
٠,٨٣	التواصل
٠,٧٧	التقاؤل
٠,٨٣	السعادة
٠,٨٩	الدرجة الكلية للازدهار النفسي

يتضح من الجدول السابق تمتع مكونات المقياس بمعاملات ثبات تتراوح بين المتوسطة والمرتفعة تمكنا من الاعتماد على المقياس في الدراسة الراهنة.

- طريقة إعادة الاختبار:

حُسِبَ الثبات بطريقة إعادة الاختبار باستخدام معامل الارتباط الخطي لبيرسون بين الأداء الأول والأداء الثاني؛ إذ تراوحت الفترة الزمنية بين الأداءين بين ٧ إلى ١٠ أيام، وذلك على عدد ٨٤ طالبًا وطالبة فقط من عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية* (٣١ من الإناث، و٥٣ من الذكور)، تراوحت أعمارهم ما بين ٩ إلى ١٨ سنة (بمتوسط عمري ٤٨,١٣ وانحراف معياري ٥٤,٢)، من الصف الرابع الابتدائي حتى الصف الثالث الثانوي. ويوضح الجدول التالي معاملات الثبات الخاصة بالمقياس.

جدول (٦)

* أجرت الباحثة إعادة الاختبار على عدد ٨٤ فقط من عينة الخصائص السيكومترية لصعوبة الوصول لباقي أفراد العينة للتطبيق الثاني في المدة المحددة التي تتراوح بين ٧ إلى ١٠ أيام.

معاملات الثبات بطريقة إعادة الاختبار لمقياس الازدهار النفسي

معامل الثبات	مكونات مقياس الازدهار النفسي
٠,٦٢	الاندماج
٠,٦٧	المثابرة
٠,٧٧	التواصل
٠,٦٤	التفاؤل
٠,٨١	السعادة
٠,٨١	الدرجة الكلية للازدهار النفسي

يتضح من الجدول السابق تمتع المقياس بمعاملات ثبات تتراوح بين المتوسطة والمرتفعة بطريقة إعادة الاختبار.

مما سبق يتضح تمتع مقياس الازدهار النفسي بمعاملات صدق وثبات مقبولين تجعله صالحاً للاستخدام في الدراسة الراهنة ولإجراء التحليلات الإحصائية المناسبة.

التعريف الإجرائي لمفهوم الازدهار النفسي:

تتبنى الباحثة تعريف الازدهار النفسي من منظور كيرن وزملائها الذي يُشير إلى "الأداء الوظيفي الإيجابي عبر المجالات البيولوجية والنفسية والاجتماعية المتعددة، ولا يُقصد بالأداء الوظيفي الإيجابي غياب المشكلات النفسية والسلوكية فقط، وإنما توافر جوانب القوة والصحة النفسية أيضاً" (Kern, et al, 2016)، والذي يُعبر عنه من خلال الدرجة التي يحصل عليها الطفل أو المراهق على مقياس الازدهار النفسي المستخدم في الدراسة الراهنة (ترجمة وتعديل الباحثة)، الذي يقيس الازدهار النفسي من خلال خمسة مؤشرات لدى الأطفال والمراهقين، وهي (التواصل، والاندماج، والمثابرة، والتفاؤل، والسعادة)، التي تؤثر في ارتفاع الازدهار النفسي ومكوناته في مرحلة الرشد، إذ يُقاس كل بُعد من خلال درجة الفرد على ستة بنود تقيس البُعد من جوانب متعددة، وتُعبّر الدرجة

المرتفعة على الأبعاد الخمسة عن تمتع الطفل أو المراهق بالازدهار النفسي.

إجراءات التطبيق على عينة الدراسة الأساسية:

أ. تم تطبيق مقياس الازدهار النفسي في جلسة واحدة، تتراوح مدتها الزمنية بين ١٠ إلى ٢٠ دقيقة، حسب عمر المشارك.

ب. تم التطبيق بشكل جماعي بواقع (من ٧ إلى ١٠) أطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة، و(من ١٠ إلى ١٥) مراهقاً في مرحلة المراهقة.

ج. وروعي في جلسة التطبيق ما يلي:

١. توفير مناخ هادئ وملئم لطبيعة التطبيق وعدم التشتت.
٢. البدء بالتعرف على أفراد المجموعة والتأكد من رغبتهم في المشاركة في التطبيق، وتوضيح طبيعة الأداء، والتأكد من استيفائهم لشروط العينة.

٣. قرأت الباحثة كل بند من بنود المقاييس واحد تلو الآخر، وعدم الانتقال للبند التالي إلا بعد التأكد من انتهاء جميع الأفراد من الاستجابة على البند السابق.

٤. مراجعة الاستمارات بعد انتهاء الأداء للتأكد من عدم ترك أي بند بدون استجابة.

التحليلات الإحصائية:

تمثلت التحليلات الإحصائية المستخدمة للتحقق من أهداف وتساؤلات الدراسة فيما يلي:

١. الإحصاءات الوصفية (المتوسطات، والانحرافات المعيارية).
٢. تحليل التباين في اتجاهين للكشف عن جوهرية الفروق بين الأطفال والمراهقين في الازدهار النفسي، والفروق بين الجنسين في الازدهار النفسي، والتفاعل بين العمر والجنس في التأثير على الازدهار النفسي.

نتائج الدراسة:

فيما يلي عرض نتائج التحليلات الإحصائية الوصفية التي تشمل المتوسطات والانحرافات المعيارية، والإحصاءات الاستدلالية التي أجريت للتحقق من صدق فروض الدراسة الراهنة:

أولاً: الإحصاءات الوصفية:

تتمثل الإحصاءات الوصفية في المتوسطات والانحرافات المعيارية لمفهوم الازدهار النفسي ومكوناته الفرعية لدى الأطفال والمراهقين في المراحل العمرية الثلاث، والجدول التالي يوضح هذه النتائج.

جدول (٧)

المتوسطات والانحرافات المعيارية للازدهار النفسي ومكوناته لدى
الأطفال والمراهقين من الجنسين

الفروقُ بين الجنسين في الازدهار النفسي خلال مرحلتي الطفولة المتأخرة والمراهقة

المتغيرات	الطفولة المتأخرة (ن= ١٤٥)		المراهقة المبكرة (ن= ١٤٩)		المراهقة المتوسطة (ن= ١٩٩)	
	نكور (ن= ٥٨)	إناث (ن= ٨٧)	نكور (ن= ٥٩)	إناث (ن= ٩٠)	نكور (ن= ١١٦)	إناث (ن= ٨٣)
	ع	م	ع	م	ع	م
التواصل	٢,١٨	١٦,٤٠	٢,١٩	١٥,٧٥	٢,٧٩	١٥,٤٤
المثابرة	٢,٠٥	١٦,٠٢	٢,٠٣	١٥,٦٠	٢,١٤	١٥,١٣
التفائل	٢,٠٥	١٥,٧٦	٢,٣١	١٥,٠٧	٢,٨٠	١٤,٨٩
السعادة	٢,٢٣	١٦,١٩	١,٦٩	١٥,٢٧	٣,٠٩	١٤,٩٤
الانتماج	١,٨٩	١٥,٨٣	٢,٠٣	١٥,٦٠	٢,٣١	١٥,٣٦
الازدهار النفسي الكلي	٧,٦٥	٨٠,١٩	٧,٧٦	٧٧,٩٥	٧,١٧	٧٦,٨٤

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين قيم متوسطات الازدهار النفسي ومكوناته الفرعية في اتجاه انخفاض المتوسطات، خلال الانتقال عبر المراحل العمرية الثلاث، كما يلاحظ وجود فروق طفيفة بين الذكور والإناث في الازدهار النفسي ومكوناته الفرعية.

ثانياً: الإحصاءات الاستدلالية:

تمثلت الإحصاءات الاستدلالية في تحليل التباين في اتجاهين للكشف عن جوهرية الفروق بين المراحل العمرية الثلاث في الازدهار النفسي ومكوناته الفرعية، والكشف عن جوهرية الفروق بين الذكور والإناث. بالإضافة إلى الكشف عن جوهرية التفاعل بين العمر والجنس في التأثير على الازدهار النفسي ومكوناته الفرعية. ويوضح الجدول رقم (٨) هذه النتائج.

جدول (٨)

نتائج تحليل التباين في اتجاهين للكشف عن دلالة تأثير العمر والجنس والتفاعل بينهما على الازدهار النفسي ومكوناته الفرعية

المتغيرات	مصدر التأثير	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
التواصل	الجنس	٠,٦٦٣	١	٠,٦٦٣	٠,٠٩٣	٠,٧٦١
	العمر	٩٢,١٩	٢	٤٦,٠٩	٦,٤٤	٠,٠٠٢
المثابرة	التفاعل	٥١,٠١	٢	٢٥,٥٠	٣,٥٦	٠,٠٢٩
	الجنس	١٢,٢٢	١	١٢,٢٢	٢,٤٥	٠,١١١
التفانول	العمر	٣٠٨,١٩	٢	١٥٤,٠٩	٣٢,٠٥	٠,٠٠٠
	التفاعل	٢٩,٢٧	٢	١٤,٦٣	٣,٠٤	٠,٠٤٩
السعادة	الجنس	١٤,٥٠	١	١٤,٥٠	٢,٢٩	٠,١٣٠
	العمر	٢٤,٣٢	٢	١٢,١٦	١,٩٢	٠,١٤٧
الاندماج	الجنس	٨,٨٥	١	٨,٨٥	١,٢٦	٠,٢٦١
	العمر	٥١٦,٣٧	٢	٢٥٨,١٨	٣٦,٨٧	٠,٠٠٠
الدرجة الكلية للازدهار النفسي	التفاعل	٠,١٤٣	٢	٠,٠٧٢	٠,٠١٠	٠,٩٩٠
	الجنس	٥,٦٦٣	١	٥,٦٦٣	١,٢٦	٠,٢٦٢
	العمر	٣٣,٢٣	٢	١٦,٦١	٣,٧٠	٠,٠٢٥
	التفاعل	٧,٥٣	٢	٣,٧٦	٠,٤٨	٠,٤٣٢
	الجنس	١٤٠,٣١	١	١٤٠,٣١	١,٨٦	٠,١٧٣
	العمر	٣٦٤٠,٩٦	٢	١٨٢٠,٤٨	٢٤,١٥	٠,٠٠٠
	التفاعل	٧٢,٤١	٢	٣٦,٢٠	٠,٤٨٠	٠,٦١٩

*لم يُحسَب التفاعل في مكون التفانول لعدم جوهريّة تأثير كلٍّ من الجنس والعمر على مكون التفانول.

تُشير النتائج في الجدول السابق إلى وجود تأثير جوهري لمتغير العمر على الازدهار النفسي ومكوناته (التواصل، والمثابرة، والسعادة، والاندماج) ماعدا مكون التفانول، بينما لم يوجد تأثير جوهري لمتغير الجنس على الازدهار النفسي وأي من مكوناته الفرعية. كما لم يظهر تأثير جوهري أيضاً للتفاعل بين متغيري الجنس والعمر على الازدهار النفسي ومكوناته ماعدا مكوني التواصل والمثابرة.

ولتحقيق فهم أفضل لتأثير التفاعل بين العمر والجنس على مكوني التواصل والمثابرة، أُجري اختبار أقل فرق جوهري (LSD)^(١) للمقارنات المتعددة البعدية للفروق بين المراحل العمرية الثلاث والجنس في كل من متغيري المثابرة والتواصل، كما هو موضح في الجداول التالية:

جدول (٩)

الفروق البعدية بين الجنسين خلال المراحل العمرية الثلاث في مكون المثابرة

(1) Least Significant Difference (LSD).

الفروقُ بين الجنسين في الازدهار النَّفسي خلال مرحلتي الطفولة المتأخرة والمراهقة

المرحلة العمرية	الجنس	الفرق بين المتوسطين (ذكور - الإناث)	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة
الطفولة المتأخرة	ذكور	٠,٤٢٠	٠,٣٧٢	٠,٢٦٠
المراهقة المبكرة	ذكور	٠,٣٢٠-	٠,٣٦٧	٠,٣٨٤
المراهقة المتوسطة	ذكور	٠,٨٧٣	٠,٣١٥	٠,٠٠٦

يتضح من هذه النتائج جوهرية الفروق بين متوسطي الذكور والإناث في مرحلة المراهقة المتوسطة في مكون المثابرة في اتجاه الذكور، بمعنى أنّ المراهقين الذكور أكثر مثابرة من الإناث المراهقات في مرحلة المراهقة المتوسطة.

جدول (١٠)

الفروق البعدية بين الجنسين خلال المراحل العمرية الثلاث في مكون التواصل

المرحلة العمرية	الجنس	الفرق بين المتوسطين (ذكور - الإناث)	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة
الطفولة المتأخرة	ذكور	٠,٦٤٩	٠,٤٥٣	٠,١٥٣
المراهقة المبكرة	ذكور	٠,٠٣٠	٠,٤٤٨	٠,٩٤٦
المراهقة المتوسطة	ذكور	٠,٩٠٦-	٠,٣٨٥	٠,٠١٩

يتضح من هذه النتائج جوهرية الفروق بين متوسطي الذكور والإناث في مرحلة المراهقة المتوسطة في مكون التواصل في اتجاه الإناث، بمعنى أنّ المراهقات الإناث أكثر تواصلًا من المراهقين الذكور في مرحلة المراهقة المتوسطة.

مناقشة نتائج الدراسة:

هدفت الدراسة الراهنة إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في الازدهار النفسي، خلال مرحلتي الطفولة المتأخرة والمراهقة (المبكرة والمتوسطة)، كما هدفت إلى الكشف عن الفروق بين المراحل العمرية الارتقائية الثلاث في الازدهار النفسي.

ولتحقيق أهداف الدراسة، طُبِقَ مقياس الازدهار النفسي لكيرن وزملائها (ترجمة وتعديل الباحثة)، على عينة مكونة من ٤٩٣ طفلاً ومراهقاً تتراوح أعمارهم بين ٩: ١٨ سنة، وكشفت النتائج عن **جوهرية تأثير العمر على الازدهار النفسي ومكوناته في اتجاه انخفاض متوسطات الازدهار النفسي ومكوناته خلال الانتقال من مرحلة عمرية لأخرى (ما عدا مكون التفاؤل)**. كما أظهرت نتائج المتوسطات انخفاض طفيف في متوسطات الإناث عن الذكور في الازدهار النفسي ومكوناته عبر المراحل العمرية الثلاث، إلا أن هذا الانخفاض لم يكن جوهرياً؛ إذ أشارت نتائج تحليل التباين في اتجاهين إلى **عدم جوهرية تأثير الجنس على الازدهار النفسي ومكوناته**. كما أشارت إلى **عدم جوهرية التفاعل بين العمر والجنس في التأثير على الازدهار النفسي ومكوناته (ماعدا مكوني التواصل والمثابرة)**.

ويمكن تفسير النتائج التي توصلت إليها الدراسة الراهنة من خلال عرض كل فرض من فروض الدراسة والنتائج التي توصلت إليها الدراسة ومناقشتها في ضوء التراث النظري والبحثي السابق لتحقيق فهم أفضل للنتائج.

فيما يتعلق **بفرض الدراسة الأول** الذي ينص على وجود فروق بين الذكور والإناث في الازدهار النفسي، كشفت نتائج تحليل التباين أن الفروق بين الذكور والإناث في الازدهار النفسي ومكوناته الفرعية لم تكن **جوهريّة**، على الرغم من ارتفاع متوسطات الذكور عن الإناث ارتفاعاً طفيفاً خاصة في مرحلة الطفولة المتأخرة.

وتعني هذه النتيجة أنّ الازدهار النفسي لا يختلف اختلافاً جوهرياً باختلاف الجنس خلال مراحل الطفولة المتأخرة والمراهقة المبكرة والمتوسطة، وتتفق هذه النتيجة مع بعض الدراسات التي تناولت عينات من المراهقين في الفئة العمرية التي تتراوح بين ١١: ١٥ عامًا مثل دراسة Currie, et al (٢٠١٢) التي أشارت نتائجها إلى أنّ الفروق بين الجنسين في طيب الحياة الذاتي والرضا عن الحياة لم تكن جوهريّة في أي عمر في جميع البلدان والمناطق عبر ٣٩ دولة، بينما لم تتجاوز الفروق ١٠٪ فقط في عدد قليل من البلدان والمناطق في عمر الخامسة عشرة في اتجاه الذكور.

بينما توصلت دراسة Goldbeck (٢٠٠٧) إلى نتائج أخرى حيث سجل المراهقون الذكور درجات أعلى جوهرياً من الإناث في الرضا عن الحياة كأحد جوانب طيب حياتهم. وأشارت الدراسة إلى أن انخفاض الرضا عن الحياة لدى الإناث ارتبط بانخفاض الرضا عن الصحة مقارنة بالذكور، وقد يكون هذا بسبب الإدراك الذاتي النقدي لدى الإناث نظراً لتغيرتهن الجسدية خلال فترة البلوغ والصراع مع المعايير الثقافية المبالغ فيها للجمال، ومن ثمّ، قد يشعر الإناث بمزيدٍ من عدم التوازن في الجوانب الجسدية والوجدانية لطيب الحياة. في حين أظهرت الدراسة تماثل الرضا عن الحياة بين الذكور والإناث في الجوانب الأخرى مثل الأسرة أو المستوى الاقتصادي أو العلاقات مع الأقران.

ويُمكن تفسير انخفاض الرضا عن الحياة وانخفاض الصحة النفسية لدى الإناث في مرحلة المراهقة مقارنة بالذكور من خلال خبرات البلوغ الخاصة بهن، إذ تواجه الإناث مزيد من التغيرات الهرمونية في المرحلة العمرية ما بين ١١ و ١٥ عامًا، وتميل إلى أن تكون أكثر استعداداً للتعبير عن مشاعرها وعواطفها، وتكون أكثر عرضة للقلق بشأن الصحة، ما يُؤثر على انخفاض ازدهارهن النفسي مقارنة بالذكور، كما تضطرب صورة الجسد لدى الإناث ما يؤثر بشكل خاص على تقدير الذات لديهن والرضا عن الحياة والصحة النفسية. (Currie, et al, 2012) كذلك أشارت نتائج دراسة Orkibi, et al

(٢٠١٨) إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في النموذج العام للازدهار النفسي لدى المراهقين، على الرغم من ارتفاع متوسطات الإناث عن الذكور في بعض مؤشرات الازدهار النفسي.

وتتفق النتيجة التي توصلت إليها الدراسة الراهنة مع ما تكشف عنه دراسات الصحة النفسية من تشابه الإناث والذكور في معظم السمات النفسية ومؤشرات الصحة النفسية، على الرغم من ذلك فهناك فروق ثابتة بين الإناث والذكور في الصحة النفسية، إذ وُجد أنَّ الإناث لديهم اضطرابات داخلية مثل الاكتئاب، والكرب النفسي أكثر من الذكور، بينما يعاني الذكور من اضطرابات خارجية مثل معاداة المجتمع والعنف واضطرابات تعاطي المخدرات أكثر من الإناث. كما تعتبر غالبية المجتمعات أنَّ هناك فروقاً أساسية بين الذكور والإناث لاختلاف أدوارهم الاجتماعية. كما افترضت النظريات العرفية التي تُفسر أدوار الجنسين أنَّ تلك الاختلافات كانت طبيعية وصحية لأنها تعكس المعايير المقبولة الملائمة اجتماعياً لكل جنس (Matud, et al, 2019).

بينما اختلفت نتائج الدراسة الراهنة مع بعض الدراسات الأخرى مثل دراسة Sun, et al (٢٠١٦) التي أشارت إلى ارتفاع أبعاد طيب الحياة النفسي لدى المراهقات الإناث مقارنة بالذكور المراهقين باستثناء بُعدي الاستقلالية وقبول الذات، وفسر الباحثون ذلك بتميز الإناث باللطف مع الذات والعلاقات الإنسانية القوية مع الآخرين التي تُسهم في ازدهارهن النفسي مقارنة بالذكور الذين يتميزون بالعزلة الاجتماعية؛ بينما يتميز الذكور بالتعقل أكثر من الإناث ما ينعكس على زيادة استقلاليتهم.

كذلك أشارت نتائج دراسة Tomyne & Cummins (2011a) التي أجريت على عينة من الطلاب الأستراليين تتراوح أعمارهم بين ١٢ : ٢٠ سنة، إلى أن المراهقات لديهن مستويات أعلى جوهرياً من طيب الحياة النفسي مقارنة بالذكور. ومع ذلك، في دراسة أخرى لنفس الباحثين Tomyne & Cummins

(2011b) أظهرت نتائجها أنه لا توجد فروق جوهرية بين الذكور والإناث في مكونات طيب الحياة النفسي، وفسروا اختلاف النتيجة عن الدراسة السابقة بأن العينة في الدراسة السابقة، كانت غير ممثلة تمثيلاً جيداً للأعمار المختلفة، وتميل نحو الأصغر سناً، كما عُثر على انخفاض مرتبط بالعمر في طيب الحياة النفسي من بداية المراهقة إلى منتصفها. ومن ثَمَّ، لا يزال غير واضح ما إذا كان هذا الاختلاف يمثل فروقاً فعلية بين الجنسين أم أنه يرتبط بإجراء اختيار العينات.

وقد يرجع الاختلاف في نتائج الدراسات إلى اختلاف البيئات الثقافية لعينات الدراسات، واختلاف القوالب النمطية للذكور والإناث بين الثقافات، واختلاف أساليب التنشئة الاجتماعية التي قد تتجه نحو أحد الجنسين دون الآخر.

وتتفق هذه النتيجة مع ما تفترضه النظريات الاجتماعية أن الاختلافات بين الجنسين تتأثر بالمعايير الاجتماعية والثقافية والتنشئة الاجتماعية لكل جنس (Matud, et al, 2019). كما أيدت نتائج دراسة (Dijkstra, et al (2016) هذا التفسير إذ وجدوا أن الدعم الاجتماعي وأحداث الحياة الإيجابية، ساهمت بشكل كبير في شرح التباين في الازدهار النفسي بين الجنسين.

ومن ثَمَّ فقد يكون هناك متغيرات أخرى تتداخل في التأثير على الازدهار النفسي بخلاف الجنس قد تفسر عم ظهور فروق جوهرية بين الجنسين في الدراسة الراهنة.

ومما يدعم هذه التفسير ما يُشير إليه علم النفس الإيجابي من وجود بعض العوامل التي قد تؤثر في طيب حياة الأطفال والمراهقين وازدهارهم النفسي بعيداً عن اختلاف الجنس، منها عمليات التنشئة الاجتماعية التي تساعد الأبناء على تنمية مهارات مواجهة الضغوط والتعايش والتكيف مع التغيير الدائم في بيئة الطفل. كذلك عمليات التفرد المميزة للطفل كالمرونة التي من خلالها يُشكل هويته الشخصية، وينمي الشعور بالذات، وإيجاد مكان خاص

لها داخل الشبكة الاجتماعية. ويمكن اعتبار طيب حياة الطفل نتاجًا للتجارب المثمرة خلال كل من عمليات التنشئة الاجتماعية وعمليات التفرد. كذلك تُعد مهارات تنظيم الذات، والوالدية الجيدة، وموارد المجتمع، وفاعلية البيئة المدرسية، والضغوط التي يتعرض لها الأطفال في مختلف المراحل الارتقائية كالفقر أو نقص موارد البيئة وكفاءتها أو ضعف التحصيل الدراسي جميعها من العوامل التي قد تؤثر على طيب حياة الأطفال إيجابًا أو سلبًا (Holte, 2014).

كذلك تشير نتائج الدراسات عبر مختلف الثقافات إلى أن الرضا عن الحياة وطيب الحياة الذاتي يرتبط بالمستوى الاقتصادي للأسرة. إذ أشارت الدراسات إلى ارتباط مستوى الأسرة الاقتصادي المرتفع بالصحة النفسية الأفضل ورضا أعلى عن الحياة ومشكلات صحية أقل في معظم البلدان. كما تشير الأبحاث إلى أن الأطفال من العائلات التي لديها مستوى اجتماعي واقتصادي منخفض يصنفون بانخفاض الصحة النفسية والجسدية، والدول ذات مستوى الدعم الاجتماعي المنخفض تميل إلى انتشار المشكلات الصحية الذاتية والنفسية بشكل أكبر. وقد يؤثر المستوى الاجتماعي والاقتصادي بشكل مباشر على حالة الأفراد الصحية من خلال الظروف المادية، وبشكل غير مباشر من خلال العوامل النفسية والاجتماعية التي يتوسطها الوضع الاجتماعي والاقتصادي في المجتمع (Heinonen, Rääkkönen, Matthews, Scheier, Raitakari, Pulkki, et al, 2006).

ومن ثمَّ، مما قد يُفسر عدم ظهور فروق بين الجنسين في الدراسة الراهنة في الازدهار النفسي تقارب المستوى الاجتماعي والاقتصادي لعينات الذكور والإناث في مختلف المراحل العمرية للدراسة الراهنة، حيث يندرج معظم أفراد العينة من الذكور والإناث تحت المستوى الاقتصادي المتوسط، والمستوى الاجتماعي المتوسط والمرتفع.

أما فيما يتعلق بفرض الدراسة الثاني الذي يتعلق بوجود فروق ارتقائية بين المراحل العمرية الثلاث في الازدهار النفسي، أظهرت نتائج الدراسة وجود

فروق جوهريّة بين الطفولة المتأخرة والمراهقة المبكرة والمراهقة المتوسطة في الازدهار النفسي ومكوناته الفرعية في اتجاه انخفاض المتوسطات خلال الانتقال من مجموعة عمرية لأخرى، فيما عدا مكون التفاؤل؛ على الرغم من انخفاض متوسطاته عبر المجموعات العمرية الثلاث خاصة في المراهقة المتوسطة، فإنّ هذا الانخفاض لم يكن جوهرياً.

استقت هذه النتيجة مع جميع الدراسات التي اطّلت عليها الباحثة التي تناولت عينات في مرحلة المراهقة تغطي المدى العمري من ١١ حتى ٢٠ عاماً، أظهرت جميعها انخفاض طيب الحياة الذاتي، والرضا عن الحياة عبر جميع مجالات الحياة والسعادة، انخفاضاً منتظماً خلال هذه المرحلة العمرية (Baltatescu, 2006; Casas, et al, 2011; Casas, et al, 2012; Currie, et al, 2012; Goldbeck, et al, 2007; Petito & Cummins, 2000; Tomyne & Cummins, 2011).

أمّا الدراسات التي ركزت على الفئة العمرية من الرشد وحتى الشيخوخة، أظهرت نتائجها ارتفاع طيب الحياة والازدهار النفسي من الرشد حتى بداية الشيخوخة، ثمّ يعود إلى لانخفاض مرة أخرى في مرحلة الشيخوخة (Keyes & Simoes, 2012; Dijkstra, et al, 2016)، كما أن كل فئة عمرية ينخفض فيها أحد أبعاد طيب الحياة حسب الضغوط المتعلقة بالعمر مثل انخفاض الرضا عن العلاقات الشخصية والترابط في بداية مرحلة الرشد، وانخفاض الرضا عن المستقبل في الرشد الأوسط، وانخفاض الرضا عن الصحة لدى المسنين (Cummins, et al, 2003).

وتختلف نتائج الدراسات السابقة لاختلاف المراحل العمرية المتضمنة فيها، فمع الأخذ في الاعتبار المراحل العمرية؛ نجد اتفاق بين الدراسات على انخفاض طيب الحياة والازدهار النفسي من الطفولة إلى المراهقة، بينما يزداد من المراهقة حتى الرشد، ثم يبدأ في الانخفاض مرة أخرى في مرحلة الشيخوخة. وتتسق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه الدراسة الراهنة من انخفاض الازدهار النفسي من الطفولة المتأخرة، حتّى المراهقة المبكرة وانخفاضه بشكل

أكبر في المراهقة المتوسطة.

اتسقت نتيجة الدراسة الراهنة مع ما تُشير إليه معظم الدراسات من الانخفاض التدريجي في مستويات طيب الحياة والازدهار النفسي من وقت مبكر حتى سن المراهقة المتأخرة، ومن سن المراهقة حتى مرحلة الرشد. فالتغيرات الارتقائية تحدث عند الانتقال من مرحلة الطفولة إلى المراهقة من حيث نمو الدماغ والغدد والانفعالات والإدراك والسلوك والعلاقات الشخصية، بالإضافة إلى تأثير العوامل السياقية مثل ضغط العمل المدرسي ومخاوف الانتماء والتوافق مع ضغط الأقران، كما تتزامن فترة المراهقة مع التغيرات في المدرسة (من الابتدائي إلى الثانوي). كما ترتبط هذه المرحلة بالمشكلات السلوكية، والتغيرات في قدرات اتخاذ القرار، وتغيرات الحالة المزاجية والانفعالية؛ ومن ثمَّ فإنَّ تغير الجوانب الجسدية والمعرفية والنفسية والاجتماعية بشكل عميق خلال فترة المراهقة يؤدي إلى توقع تغير تقييمات المراهقين الخاصة بطيب الحياة والازدهار النفسي بالطريقة نفسها (González-Carrasco, et al, 2017).

وتُعد المراهقة بصفاتها مرحلة انتقالية من الطفولة إلى الرشد مرحلة ارتقائية مهمة، تتميز بالعديد من التغيرات الجوهرية الجسدية والنفسية والاجتماعية، وتتميز بتغيرات مزاجية شديدة والسلوكيات الصعبة. ويُمكن أن تؤثر التحولات البيولوجية وتحديات المهام الارتقائية والنضج المعرفي على طيب الحياة الوجداني للمراهقين، وقد تسبب لهم قدرًا كبيرًا من الضغوط. كذلك تربط النظريات النفسية لمرحلة المراهقة الارتقاء الفردي بالعوامل الاجتماعية والثقافية، إذ يُواجه المراهقون مجموعة من التحديات المرتبطة بالعمر والجنس، مثل الرغبة في الحفاظ على هوية مستقرة وتحقيق الاستقلالية من خلال الانفصال والنفرد، ما يفسر التوجه المتزايد نحو الأقران والأنشطة ذات الصلة بالأقران (Goldbeck, et al, 2007).

وتظهر خلال مرحلة المراهقة عوامل الخطر المهددة للصحة النفسية

للمراهقين، فالتطورات المعرفية والاجتماعية والوجدانية تساعد المراهقين على الارتباط بأنفسهم والوعي المعقد بها، خاصة الوعي بنجاحاتهم وإخفاقاتهم، ويميلون إلى دمج الإخفاقات في تقييماتهم لذاتهم؛ ما يؤدي إلى نقد الذات والمبالغة في المشاعر السلبية، وقد تؤدي هذه التوجهات السلبية نحو الذات إلى خفض الازدهار النفسي لدى المراهقين إلى حد كبير (Sun, et al, 2016).

على الرغم من ذلك، قد يمكن للمراهقين تجاوز مرحلة التغيرات الارتقائية وضغوطها والوصول للازدهار النفسي؛ إذا توافرت بعض العوامل المساعدة مثل المساندة الاجتماعية والأسرية، وتقديم الرعاية الدافئة الإيجابية في مرحلة الطفولة المبكرة، والعلاقات الدافئة بين القائمين بالرعاية والطفل، والبيئة الأسرية المتناغمة التي تعمل على تدعيم الصمود النفسي ضد عوامل الخطر والضغط (Holte, 2014).

وقد كشفت مراجعات دراسة ويتن وآخرون (Witten, et al 2019) عن ارتفاع الازدهار النفسي لدى المراهقون، عندما يشعرون بأن الحياة لها هدف ومعنى، وعندما يستطيعون تكوين علاقات إيجابية، كما أن المراهقون الذين أظهروا مهارات التحكم في الذات زاد احتمالية ازدهارهم النفسي، كما ظهر أن العوامل الشخصية والبيئية الإيجابية ترتبط بالوجدان الإيجابي والازدهار النفسي. أما المراهقون الذين يتعرضون باستمرار لظروف سلبية مثل الفقر والجريمة والانخراط في سلوك محفوف بالمخاطر والتجارب الأسرية السلبية في مرحلة الطفولة، مثل التعرض للإساءة، جميعها عوامل لها تأثير سلبي على طيب حياة المراهقين وازدهارهم النفسي.

ومن ثم عند دراسة الازدهار النفسي، يجب الأخذ في الاعتبار العوامل المؤثرة في طيب الحياة بما في ذلك القيم والخصائص الاجتماعية والاقتصادية والسياسية والبيئية، وسياقات التنشئة الاجتماعية (الأسرة، والأقران، والمدرسة)، واحتياجات الأفراد ودوافعهم (Holte, 2014). ويتضح مما سبق أهمية مرحلة المراهقة بصفتها مرحلة حاسمة في الصحة النفسية للأفراد، فإما يستطيع

المراهقون التغلب على ضغوطات المرحلة الارتقائية من خلال اهتمام البيئة المحيطة بهم، وتقديم الرعاية والدعم والمساندة المطلوبة للوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والتمتع بالازدهار النفسي، أو يتعرض المراهقون للضغوط مع فقدان المساندة والدعم؛ ما يجعلهم أكثر عرضة للوهن النفسي.

لذلك توجه الدراسة الرّاهنة اهتمام الباحثين في علم النفس الارتقائي وعلم النفس الإيجابي بأهمية مرحلة المراهقة ودورها في الارتقاء النفسي السّوي للأفراد، ما يجعل من الأهمية البالغة التركيز على دراسة العوامل المرتبطة بارتفاع الازدهار النفسي لدى المراهقين، وأهمية البيئة المحيطة الداعمة والتنشئة الأسرية السوية والمساندة الاجتماعية والعلاقات السوية الإيجابية مع الأقران؛ ما يدعم الصحة النفسية الإيجابية للمراهقين.

أمّا فيما يتعلق بعدم جوهرية تأثير العمر على مكون التفاؤل، قد تُفسر هذه النتيجة بأن معظم العينات الثلاث (طفولة متأخرة، ومراهقة مبكرة، ومراهقة متوسطة)، ينتمين إلى الظروف الاجتماعية والاقتصادية نفسها، إذ إنّ معظم العينات تنتمي لفئة الحالة الاقتصادية المتوسطة رغم ارتفاع الحالة الاجتماعية للوالدين؛ ما يؤثر على متغير التفاؤل من حيث انخفاض التفاؤل بالمستقبل وانخفاض توقع حدوث الأفضل وتحسن الظروف.

وما يؤكد هذا التفسير ما أشارت إليه بعض الدراسات من ارتباط التفاؤل بالحالة الاقتصادية والاجتماعية للأسرة، حيث أشارت نتائج دراسة هينونن وآخرين (Heinonen, et al ٢٠٠٦) إلى تنبؤ الحالة الاقتصادية والاجتماعية للأسرة في مرحلة الطفولة بالتشاؤم لدى الراشدين، وأنّ أساس التفاؤل والتشاؤم يرتبط بالاستقرار الاقتصادي والاجتماعي المبكر للأسرة.

كما أشارت نتائج دراسة أك وريمس وسوفو (Ek, Remes & Sovio ٢٠٠٤) إلى تنبؤ الوضع الاجتماعي والاقتصادي للأب والتغيرات فيه تنبؤاً جوهرياً بالتفاؤل من الطفولة إلى الرشد. وارتبط الوضع الاقتصادي الجيد

ارتباطاً قوياً بالتفاؤل. ويُفسر الباحثون ذلك بأن الأطفال والمراهقين الذين يعانون من انخفاض في الحالة الاجتماعية والاقتصادية يتعرضون لمستويات عالية من أحداث الحياة السلبية، ويميلون إلى تفسير الأحداث الغامضة على أنها تهديد محتمل ويبلغون عن غضبهم استجابةً لتلك الأحداث، مقارنةً بالأطفال والمراهقين ذوي الحالة الاجتماعية والاقتصادية المرتفعة، كما أنهم يتوقعون دائماً أن الأحداث الغامضة التي تحدث لهم قد يكون لها نتائج سلبية، لذلك يصبحون متشائمين بمستقبلهم (Chen & Matthews, 2001).

كذلك يتعرض الأفراد المولودون في عائلات منخفضة المستوى الاقتصادي والاجتماعي لمتطلبات حياة أكثر إرهاقاً من الذين ولدوا في أسر ذات مستوى اقتصادي واجتماعي أعلى. وتؤدي هذه الظروف بدورها إلى زيادة احتمالية مواجهة الحالات الوجدانية السلبية، بالإضافة إلى أنهم يكونون أقل قدرة على تطوير مهاراتهم التي تمكنهم من مواجهة الضغوط مثل اتخاذ القرار، كما قد توفر هذه البيئات المنخفضة فرصاً أقل لتطوير الشعور بالإتقان والتحكم في المستقبل أو التفاؤل بالمستقبل (Heinonen, 2006, et al.).

أما فيما يتعلق بنتائج الفرض الثالث الخاص بوجود تفاعل بين العمر والجنس في التأثير على الازدهار النفسي، أظهرت عدم وجود تفاعل بين العمر والجنس في التأثير على الازدهار النفسي ومكوناته (الاندماج، والسعادة)، أي إن كلا المتغيرين لهما تأثير مستقل عن الآخر في التأثير على الازدهار النفسي لدى الأطفال والمراهقين من الجنسين. وقد أظهرت النتائج دلالة تأثير العمر على الازدهار النفسي، ومكوناته تأثيراً جوهرياً بخلاف الجنس، بمعنى أن التغيرات الارتقائية التي تحدث خلال الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة كانت لها دلالة جوهريّة في التأثير على الازدهار النفسي ومكوناته، أمّا اختلاف الجنس لم يؤثر على الازدهار النفسي ومكوناته خلال مرحلتي

الطفولة والمراهقة. وقد يُشير ذلك إلى أن التغيرات في الازدهار النفسي تحدث نتيجة لبعض العوامل المرتبطة بالعمر التي يشترك فيها كل من الذكور والإناث خلال الطفولة والمراهقة.

أمّا فيما يتعلق بمكوني (التواصل، والمثابرة) أظهرت النتائج وجود تفاعل دال بين العمر والجنس في التأثير على هذين المكونين. ويتضح من نتائج اختبار المقارنات البعدية ارتباط الفروق بين الذكور والإناث بمرحلة المراهقة المتوسطة، وذلك في اتجاه تفوق الذكور على الإناث في المثابرة، بينما تتفوق الإناث على الذكور في التواصل خلال هذه المرحلة العمرية.

اتفقت هذه النتيجة مع بعض الدراسات السابقة التي أشارت إلى تفوق الذكور على الإناث في المثابرة خلال مرحلة المراهقة المتوسطة، منها دراسة كريستنسن، ونزك Christensen & Knezek (٢٠١٤) التي أجريت على ١٥٢ مراهقاً من طلاب المدرسة الثانوية. وأشارت نتائجها إلى تفوق الذكور على الإناث في أبعاد المثابرة التي تتضمن معالجة المشكلات الصعبة والاستمرار حتى "الفوز في التحدي". بينما تفوقت الإناث على الذكور في الاهتمام المنسق بالوقت، وامتلاك عادات دراسية جيدة، والمثابرة الثابتة في السعي لتحقيق الهدف.

كذلك اتفقت هذه النتيجة مع دراسة شارك فيها عينة مكونة من ١٥٩٧ من طلاب المدارس الثانوية والكليات عن المثابرة في دراسة برامج للعلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات، أظهر الطلاب الذكور درجات أعلى جوهرياً في التنظيم مقارنة بالإناث، إذ إنّ الذكور لديهم استعداد بيولوجي جزئي ليكونوا أكثر مهارة في التنظيم، وهي من أكثر المهارات اللازمة للنجاح في هذه المجالات العلمية، كذلك أظهر الذكور مثابرة أعلى جوهرياً من الإناث للاستمرار في التعلم في الكلية (Jungert, Hubbard, Dedic, 2019).

بينما اختلفت هذه النتيجة مع نتائج دراسة أخرى شارك فيها ١٤٦ من الذكور والإناث (بمتوسط عمري ٢٢,٠١، وانحراف معياري ٥,١٢)، أشارت نتائجها إلى أنّ الإناث يعملن بجهد أكبر لوقت أطول وبتركيز أكبر من الذكور. وفسّر الباحثون هذه النتيجة بوجود ارتباط جوهري مرتفع بين الشغف والمثابرة عند الذكور، بمعنى أنّ الشغف يمثل قوة دافعة قوية للذكور، فلكي يُعطى الذكور الأولوية للوقت والجهد والمثابرة في المهمة واتخاذ موقفاً إيجابياً، فإنهم يحتاجون إلى أن يكون لديهم شغف كبيرٌ بهذه المهمة، أي إنّ المثابرة للاستمرار والتركيز في العمل تتطلب شغف الذكور بهذا العمل وشعورهم القوي تجاه قيمة هذه المهمة، ما قد يحفز السلوك تجاه تلك المهمة والتركيز لتحقيق الهدف (Haga & Hermundsdottir, 2020 Sigmundsson).

وترتبط الفروق في المثابرة بمرحلة المراهقة المتوسطة لارتباطها بالتوجه والتخطيط للمستقبل، إذ ترتبط مرحلة المراهقة المتوسطة بالمرحلة الثانوية التي تُحدد مستقبل الطلاب في الكليات والمهن في المرحلة العمرية اللاحقة. إذ أشارت دراسة أندرسون، وبيرجمان Andersson & Bergman (٢٠١١) إلى أهمية المثابرة في مرحلة المراهقة من أجل التحصيل الدراسي والمهني الناجح حتى مرحلة الرشد. إذ ارتبطت المثابرة بارتفاع التحصيل العلمي وتحقيق النجاح في مجال الحياة العملية والتعليم، ومن ثمّ تحقيق النجاح في الحياة المهنية فيما بعد. كما أشارت أيضاً دراسة شوبرت وزملاؤه Schubert, Wray-Lake & McKay (٢٠٢٠) إلى ارتباط التوجه المستقبلي بالمثابرة خلال مرحلة المراهقة.

أما فيما يتعلق بتفوق الإناث المراهقات على الذكور المراهقين في مكون التواصل، تتفق هذه النتيجة أيضاً مع التراث البحثي السابق الذي يُشير إلى ارتفاع التواصل والترابط الاجتماعي لدى الإناث عن الذكور، مثل دراسة

كلانسي، ودولينجر Clancy & Dollinger (١٩٩٣) التي استخدمت التصوير الفوتوغرافي الذاتي للكشف عن الفروق بين الجنسين في التواصل الاجتماعي. وأشارت النتائج إلى أنّ صور الإناث تضمنت صورهن مع الآخرين، وصورهن مع مجموعات من الأشخاص، ومع العائلة. أمّا الذكور يغلب عليهم التصوير بمفردهم أو أثناء أدائهم نشاطاً بدنياً. وأشارت النتائج إلى زيادة الترابط والتواصل الاجتماعي لدى الإناث عن الذكور. كذلك أيدت هذه النتائج ما كشفت عنه الاختبارات اللفظية في الدراسة التي أفادت أن الإناث يعرفن أنفسهن بمصطلحات أكثر ارتباطاً وتواصلًا اجتماعيًا، بينما تؤكد تعريفات الرجال الذاتية على طبيعة الانفصال والعزلة عن الآخرين.

كذلك اتفقت نتائج الدراسة الراهنة مع الدراسة التي أجريت في جنوب أفريقيا للكشف عن الفروق بين الجنسين في التواصل بين المراهقين في الصف الثامن والصف الحادي عشر. أظهرت النتائج أن الإناث في العينة كن أكثر تواصلًا في معظم المجالات التي تم اختبارها مقارنة بالذكور، إذ كشفت الإناث عن ارتفاع الترابط والتواصل الاجتماعي مع المعلمين والأصدقاء والأقران من الثقافات الأخرى، وفي القراءة والدين والمدرسة مقارنة بالذكور. كما كان المراهقون الأصغر سنًا أيضًا أكثر تواصلًا بشكل عام من المراهقين الأكبر سنًا (Schulze & Naidu, 2014).

كما تتفق هذه النتيجة مع دراسة Sun, et al (٢٠١٦) التي أشارت إلى ارتفاع العلاقات الإنسانية القوية مع الآخرين لدى الإناث التي تُسهم في ازدهارهن النفسي مقارنة بالذكور الذين يتميزون بالعزلة الاجتماعية. ودراسة Matud, et al (٢٠١٩) التي أشارت إلى حصول الإناث على درجات أعلى من الذكور في العلاقات الإيجابية مع الآخرين.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الإناث أكثر ارتباطًا بالآخرين وتواصلًا

من الذكور لارتفاع التعاطف والرغبة في الحميمية لديهن، أمّا الذكور كانوا أكثر انفصالاً واختلافاً عن الآخرين نظراً لارتفاع الاستقلالية الذاتية لديهم. كما يمكن أن تكون هذه النتيجة مرتبطة بأنماط التنشئة الاجتماعية المختلفة للوالدين الذين يشجعون الترابط والتواصل عند الإناث أكثر من الذكور (Schulze & Naidu, 2014).

حدود تعميم النتائج:

على الرغم من أهمية ما توصلت إليه نتائج الدراسة الراهنة من انخفاض الازدهار النفسي، خلال الانتقال من الطفولة إلى المراهقة، وعدم ظهور فروق جوهرية بين الجنسين في الازدهار النفسي وبعض مكوناته، فإنّ تعميم نتائج هذه الدراسة يتعلّق ببعض الاعتبارات منها؛ **المراحل العمرية** المتضمنة في الدراسة الراهنة؛ إذ يمكن تعميم النتائج فقط على الأطفال والمراهقين في المراحل العمرية ما بين الطفولة المتأخرة حتى المراهقة المتوسطة. فقد تختلف النتائج عبر مراحل عمرية أخرى. كما يجب الأخذ في الاعتبار أنّ العينة مختارة من المدارس الحكومية، حيث يرتبط ذلك بمستوى اقتصادي واجتماعي معين ما قد يؤثر على النتائج. كما ترتبط حدود تعميم النتائج المتعلقة **بالأدوات المستخدمة** لقياس المفهوم وفقاً لتعريف المفهوم وتحديد مكوناته التي قد تختلف من منحي نظري للآخر، ومن ثمّ تختلف أدوات القياس. وعلى الرغم من أنّ المقياس الذي أُعدّ في الدراسة الراهنة لقياس الازدهار النفسي لدى الأطفال والمراهقين، أظهر خصائص قياسية جيدة، فإنّه في حاجة إلى مزيدٍ من الدراسات لرفع كفاءته القياسية والتحقق من صدقه وثباته عبر عينات أخرى مختلفة. ويرتبط تعميم نتائج الدراسة أيضاً **بالأسلوب المنهجي** المستخدم، إذ استخدمت الدراسة الراهنة الأسلوب المستعرض الذي يعتمد على مقارنة الازدهار النفسي لدى مجموعات عمرية مختلفة في الوقت

نفسه، ومن ثمَّ قد تكون النتائج المتعلقة بالفروق بين الجنسين والفروق العمرية الناتجة مرتبطة بخصائص المجموعات المختلفة وليس العمر فقط، مَا يجعلنا نتوخى الحذر عند تعميم النتائج، مع تأكيد ضرورة إجراء هذه الدراسة باستخدام المنهج الطولي للوصول إلى نتائج أكثر دقة.

المراجع

علوان، فادية محمد زكي. (٢٠١٧). تطور مفهوم السعادة من الخير إلى

الازدهار. دراسات نفسية، ٢٦ (١)، ١-٢٦.

علوان، فادية محمد زكي؛ عبد الفتاح، هدى حسن؛ إبراهيم، منى أحمد، نوفل، فاطمة علي. (٢٠١٨). البنية العاملية لمفهوم الصحة النفسية الإيجابية من الوهن إلى الازدهار. دراسات نفسية، ٢٨ (٣)، ٤٦٥ - ٤٩٧.

Akin, A.& Akin, U. (2015). Mediating role of coping competence on the relationship between mindfulness and flourishing, **Suma Psicológica**, 22 (1), 37-43.

Andersson, H.& Bergman, L.R. (2011). The role of task persistence in young adolescence for successful educational and occupational attainment in middle adulthood. **Dev Psychol**, 47 (4), 950-60.

Baltatescu, S. (2006). Comparative results and psychometric properties of the Personal Well- Being Index – Romania (old and new versions) with an adolescent sample – a preliminary analysis. <https://ssrn.com/abstract=2547193>.

Casas, F., Sarriera, J. C., Abs, D., Coenders, G., Alfaro, J., Saforcada, E.,& Tonon, G. (2012). Subjective indicators of personal well-being among adolescents. Performance and results for different scales in Latin-language speaking countries: A contribution to the international debate. **Child Indicators Research**, 5 (1), 1–28.

Casas, F., Sarriera, J. C., Alfaro, J., González, M., Malo, S., Bertran, I.,& Valdenegro, B. (2011). Testing the personal wellbeing index on 12–16 year-old adolescents in 3 different countries with 2 new items. **Social Indicators Research**, 105, 461–482.

Chen, E.,& Matthews, K. A. (2001). Cognitive appraisal biases: An approach to understanding the relationship between socioeconomic status and cardiovascular reactivity in children. **Annals of Behavioral Medicine**, 23, 101– 111.

Clancy, S.M.& Dollinger, S.J. (1993). Photographic depictions of the self: Gender and age differences in social connectedness. **Sex Roles**, 29, 477–495.

Christensen, R.& Knezek, G. (2014). International Journal of Learning, **Teaching and Educational Research**, 8 (1), 16-30.

- Cummins, R. A., Eckersley, R., Pallant, J., Vugt, J., & Misajon, R. (2003). Developing a national index of subjective well-being: The Australian Unity Well-being Index. **Social Indicators Research, 64**, 159–190.
- Currie, C., Zanotti, C., Morgan, A., Currie, D., De Looze, M., Roberts, C., Samdal, O., Smith, O. & Barnekow, V. (2012). Social determinants of health and well-being among young people. Health behaviour in school-aged children (HBSC) study: International report from the 2009/2010 survey. In: W. Europe (Ed.), **Health Policy for Children and Adolescents** (Vol. 6). Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.
- Diener, E., & Ryan, K. (2014) Subjective well-being: A general overview. **S. Afr. J. Psychol, 39**, 391–406.
- Dijkstra, M., Pieterse, M. E., Drossaert, C. H., Westerhof, G. J., Graaf, R., Have, M., Walburg, J. A. & Bohlmeijer, E. T. (2016). What Factors are Associated with Flourishing? Results from a Large Representative National Sample. **J Happiness Stud, 17**, 1351–1370.
- Ek, E., Remes, J. & Sovio, U. (2004). Social and developmental predictors of optimism from infancy to early adulthood. **Social Indicators Research, 69**, 219–242.
- Gleason, T. & Narvaez, D. (2014). Child environments and flourishing. In D. Narvaez, K. Valentino, A. Fuentes, J., McKenna, & P. Gray, (Eds.), **Ancestral Landscapes in Human Evolution: Culture, childrearing and Social Well-being.**- New York: Oxford University Press.
- Goldbeck, L., Schmitz, T.G., Besier, T., Herschbach, P., & Henrich, G. (2007). Life satisfaction decreases during adolescence. **Qual Life Res, 16** (6), 969-79.
- González-Carrasco, M., Casas, F., Malo, S., Vinas, F., & Dinisman, T. (2017). Changes with Age in Subjective Well-Being Through the Adolescent Years: Differences by Gender. **J Happiness Stud, 18**, 63–88.
- Heinonen, K., Räikkönen, K., Matthews, K., Scheier, M., Raitakari, O., Pulkki, L. & Keltikangas-Järvinen, L. (2006). Socioeconomic status in childhood and adulthood: associations with dispositional optimism and pessimism over a 21-year

- follow-up. **Journal of Personality**, **74** (4), 11-26.
- Holte, A. (2014). Psychology of Child Well-Being. In: A. Ben-Arieh et al. (eds.), **Handbook of Child Well-Being**, Springer Science and Business Media Dordrecht. pp:555- 631.
- Howell, A., Keyes, C.& Passmore, H. (2013). Flourishing Among Children and Adolescents: Structure and correlates of positive health, and interventions for its enhancement. In: Carmel Procter,& P. Alex Linley (Edt.). **Research, Applications, and interventions For Children and Adolescence: Positive Psychology Perspective**. Springer Dordrecht Heidelberg New York London. pp 59- 80.
- Huppert, F. A.,& So, T. T. C. (2013). Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining well-being. **Social Indicators Research**, **110**, 837-861.
- Jungert, T., Hubbard, K.& Dedic, H. (2019). Systemizing and the gender gap: examining academic achievement and perseverance in STEM. **Eur J Psychol Educ**, **34**, 479–500.
- Kern, M. L., Benson, L., Steinberg, E. A.& Steinberg, L. (2016). The EPOCH Measure of Adolescent Well-Being. **Psychological Assessment**, **28** (5), 586 –597.
- Keyes, C.L.M. (1998). Social well-being. **Social Psychology Quarterly**, **61** (2), 121-140.
- Keyes, C.L.M. (2002). The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life. **Journal of Health and Social Behavior**, **2** (43), 207-222.
- Keyes, C.L.M. (2006). Subjective Well-Being in Mental Health and Human Development Research Worldwide: An Introduction. **Social Indicators Research**, **77**, (1), 1-10.
- Keyes, C.L.M. (2007). Towards a mentally flourishing society: mental health promotion, not cure", **Journal of Public Mental Health**, **6** (2), 4-7.
- Keyes, C. L. M.,& Simoes, E. J. (2012). To flourish or not: Positive mental health and all-cause mortality. **American Journal of Public Health**, **102** (11), 2164–2172.
- Matud, M. P., Curbelo, M. L.,& Fortes, D. (2019). Gender and Psychological Well-Being. **International Journal of**

- Environmental Research and Public Health, 16, 3531.
- Orkibi, H., Hamama, L., Gavriel-Fried, B., & Ronen, T. (2018). Pathways to Adolescents' Flourishing: Linking Self-Control Skills and Positivity Ratio Through Social Support. **Youth & Society**, **50** (1), 3–25.
- Petito, F., & Cummins, R. A. (2000). Quality of life in adolescence: The role of perceived control, parenting style, and social support. **Behaviour Change**, **17** (3), 196–207.
- Roothman, B., Kirsten, D., & Wissing, M. (2003). Gender differences in aspects of psychological well-being. **South African Journal of Psychology**, **33** (4), 212-218.
- Rose, T., Joe, S., Williams, A., Harris, R., Betz, G., & Stewart-Brown, S. (2017). Measuring mental wellbeing among adolescents: A systematic review of instruments. **Journal of Child and Family Studies**, **26** (9), 2349–2362.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. **Journal of Personality and Social Psychology**, **69** (4), 719-727.
- Schulze, S., & Naidu, N. (2014). Exploring Gender Differences in the Connectedness of South African Adolescents. **Journal of Social Sciences**, **40** (2), 193-202.
- Seligman, M. (2010) **Flourish: Positive Psychology and Positive Interventions**, Delivered at: the University of Michigan.
- Seligman, M. (2011) **Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being** (1st free press). New Yourk.
- Shubert, J., Wray-Lake, L., & McKay, B. (2020), Looking Ahead and Working Hard: How School Experiences Foster Adolescents' Future Orientation and Perseverance. *J Res Adolesc*, 30: 989-1007.
- Sigmundsson, H., Haga, M., & Hermundsdottir, F. (2020). Passion, grit and mindset in young adults: Exploring the relationship and gender differences. **New Ideas in Psychology**, **59**, 100795
- Sigmundsson, H., Haga, M., & Hermundsdottir, F. (2020). Passion, grit and mindset in young adults: Exploring the relationship and gender differences. **New Ideas in Psychology**, **59**, 100795.
- Sun, X., Chan, D. W., & Chan, L. (2016). Self-compassion and

- psychological well-being among adolescents in Hong Kong: Exploring gender differences. **Personality and Individual Differences, 101**, 288–292.
- Tomyn, A. J., & Cummins, R. A. (2011a). The Subjective Wellbeing of High-school Students: Validating the Personal Wellbeing Index – School Children. *Social Indicators Research*. **Social Indicators Research, 101** (3), DOI: 10.1007/s11205-010-9668-6.
- Tomyn, A. J., & Cummins, R. A. (2011b). Subjective Wellbeing and Homeostatically Protected Mood: Theory Validation With Adolescents. **Journal of Happiness Studies, 12** (5), 897-914.
- Villieux, A., Sovet, L., Jung, S. & Guilbert, L. (2016). Psychological flourishing: Validation of the French version of the Flourishing Scale and exploration of its relationships with personality traits. **Personality and Individual Differences, 88**, 1–5 .
- Witten, H., Savahl, S. & Adams, S. (2019). Adolescent flourishing: A systematic review, **Cogent Psychology, 6**, 1-16.