

البحث الخامس عشر :

جودة الصداقة كمنبئ بالحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

المصادر :

د. نيفين سيد عبد الصبور خاطر
مدرس الصحة النفسية والتربية الخاصة
كلية التربية – جامعة بنها

جودة الصداقة كمنبئ بالحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

د. نيفين سيد عبد الصبور خاطر
مدرس الصحة النفسية والتربية الخاصة
كلية التربية – جامعة بنها

• المستخلص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على إمكانية إسهام جودة الصداقة في التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب جامعة بنها ، وذلك على عينة بلغ قوامها ٢٧٠ طالبا وطالبة من كليات جامعة بنها ، تم اختيارهم بشكل عشوائي من أربع كليات وهى : كلية التربية ، كلية الآداب ، كلية العلوم ، كلية التجارة تتراوح أعمارهم من ١٨ إلى ٢٢ عاما ، بمتوسط عمري يساوي ١٩.٩٧ عاما ، وانحراف معياري قدره ١.١٥٣ ، اعتمدت الدراسة على أداتي قياس ، الأولى مقياس جودة الصداقة من إعداد الباحثة ، والثانية : مقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة من إعداد الباحثة ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى إمكانية التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة من خلال جودة الصداقة وأبعادها المختلفة ، كما خرجت الدراسة بمجموعة من التوصيات.

الكلمات المفتاحية: جودة الصداقة ، الحيوية الذاتية ، طلاب الجامعة .

Friendship Quality As a Predictor of Subjective Vitality among University Students

Dr.Nevin Sayed Abdel Sabour Khater

Abstract:

The study aimed to explore the potential contribution of friendship quality in predicting the level of Subjective vitality among students at Benha University. The sample consisted of 270 students randomly selected from four colleges: the Faculty of Education, the Faculty of Arts, the Faculty of Science, and the Faculty of Commerce. Participants were aged between 18 and 22 years, with an average age of 19.97 years and a standard deviation of 1.153. The study utilized two measurement tools: the first being a friendship quality scale developed by the researcher, and the second a Subjective vitality scale for university students also created by the researcher. The results indicated that friendship quality . The study came out with a set of recommendations.

Keywords: Friendship Quality - Subjective Vitality – University Students .

• مقدمة الدراسة:

تعد الصداقة من العلاقات الاجتماعية الأساسية التى تلعب دوراً محورياً فى تشكيل شخصية الأفراد وتعزز صحتهم النفسية خاصة فى المرحلة الجامعية ، حيث يواجه الطلاب فى هذه المرحلة العديد من التحديات الأكاديمية والاجتماعية والنفسية ، وعندما توسع مفهوم الصداقة ليصبح أكبر وأكثر معنى ، تطورت الصداقات مما أوجب على أطراف هذه العلاقة الإنسانية السامية الحرص والسعى على أن تكون بحالة عالية من الجودة . وذلك لما تحققه من دور فعال فى الاندماج الجامعى ، والتفاعل مع الآخرين من خلال ما يمارسونه من

خبرات ومهارات (الشماس، ٢٠١٢)، ونظراً لأهمية الصداقة فقد حازت على اهتمام الفلاسفة منذ أقدم العصور وخلال المراحل العمرية المختلفة ، فهي ترتبط بتنمية تقدير الذات ومهارات التكيف الاجتماعي (Berndt,2002).

كما أن العلاقة بين الأقرن تعد على درجة كبيرة من الأهمية فالأصدقاء لا يوفرون لبعضهم البعض الصحة والترويح عن النفس فقط ، ولكنهم يعملون أيضاً على تلبية احتياجاتهم المتبادلة ، فمن خلال التفاعل مع الأقران يكتسب الأفراد المهارات الاجتماعية ويتعلمون كيفية الانضمام إلى الجماعات ، وتكوين الصداقات ، وإدارة المناقشات والنزاعات ، وتوفر الصداقة أيضاً البيئة المناسبة حيث يجد الفرد الفرصة للتعبير عن نفسه بوضوح ، وتزايد فرص النمو الانفعالي والتطور الأخلاقي (أبو جادو، ٢٠٠٤) .

والصداقة علاقة خاصة بين شخصين أو أكثر أساسها الانسجام وتقارب الصفات والود المتبادل الذي يعتمد على المساندة والحب والتواصل والحفاظ على استمرار العلاقة (ياسين، ٢٠١٤)، وهي مكون وجداني انفعالي معرّف بين فردين من نفس الجنس يشارك بعضهما البعض نفس القيم والشعور بالثقة والألفة والاعتماد والصدق الذاتي والتعاطف والرضا على صداقة كل منهما للآخر في المواقف المختلفة (عراقي، ٢٠٠٨)، وبذلك يمكن القول أنها علاقة اجتماعية اختيارية مستمرة بين شخصين أو أكثر من نفس الجنس يكون بينهما تقارب في العمر، والسلوك والأفكار والأخلاق والاهتمامات، وتبادل الكثير من المظاهر الموجبة المميزة للصداقة الجيدة (عبد النبي، ٢٠١١).

هذا وتتكون عاطفة الصداقة نتيجة انفعالات سارة متكررة وتتكون بالتدريج تجاه أفراد يظهرون نحونا الاهتمام ويشاركوننا متاعبنا ومشكلاتنا وأفراحنا وأحزاننا ويقدرّون آمالنا ويدافعون عنا في غيبتنا، نثق فيهم ونطمئن إليهم ونقص إليهم أسرارنا، وتتفق عادة الميول والاهتمامات بين الأصدقاء وتكون لهم لغة واحدة ومشكلاتهم واحدة وتجاربهم من نوع واحد. فالصداقة هي علاقة اختيارية تطوعية بين شخصين يتم إدراكها على أنها ظاهرة اجتماعية غريزية يصاحبها النجاح أو الفشل وليس بالضرورة أن تكون نتائجها متشابهة (George,1996).

ومن المعروف أن جودة التفاعلات في الحفاظ على الصداقة ، والتي يمكن تسميتها بجودة الصداقة، أكثر أهمية من كمية وهوية الأصدقاء (Hartup&Stevens, ١٩٩٩). بعبارة أخرى، ليس فقط ما إذا كان الناس لديهم صداقات أمر مهم ولكن جودة هذه الصداقات هي التي تحدث فرقا من حيث وظيفة تلك الصداقة. تم استخدام جودة الصداقة بشكل عام لوصف طبيعة الصداقات ونوعية التفاعلات بين الناس (Berndt & Perry,1986) وتميزت بمستوى عال من السمات الإيجابية مثل المستويات العالية من السلوك الاجتماعي المؤيد والولاء والعلاقة الحميمة وانخفاض مستويات السمات السلبية مثل الصراعات والتنافس (Berndt,2002; Thien & Abd Razak,2013) ، وتؤثر الصداقات على جميع

جوانب الحياة الاجتماعية (Demir, Ozdemir, & Weitekamp, 2007)، وترتبط جودة الصداقات بالفوائد النفسية والاجتماعية مثل انخفاض معدل حدوث الأعراض النفسية المرضية (Bagwell, et al., 2005)، الشعور بالوحدة والعزلة الاجتماعية (Asher & Parker, 1993)، فالأشخاص ذوو الصداقات الجيدة هم أيضاً أكثر تكيفاً وأكثر كفاءة (Updegraff & Obeidallah, 1999)؛ (Buhrmester, 1990) ولديهم تقدير أعلى لذاتهم (Keefe & Berndt, 1996) وترتبط الصداقات عالية الجودة ارتباطاً إيجابياً بالنتائج العالمية الإيجابية مثل التأثير الإيجابي، والرضا عن الحياة (Demir et al., 2007).

تؤكد هذه النتائج على دور جودة الصداقة في بنيات علم النفس الإيجابي المرتبطة بنقاط القوة الشخصية والرفاهية النفسية (Akin et al., 2016). والتي من أهمها الحيوية الذاتية، فتؤثر جودة الصداقة بشكل كبير على التكيف النفسي والاجتماعي، مما ينعكس على مستوى الحيوية الذاتية، وهي أحد المؤشرات الهامة للصحة النفسية.

وتعتبر الحيوية الذاتية عن إحساس الفرد بالطاقة والدافعية الداخلية والقدرة على التفاعل الفعال مع متطلبات الحياة اليومية، وهي بذلك عنصر جوهري في تحقيق الرفاه النفسي والإنجاز الأكاديمي. وترتبط الحيوية الذاتية بالصحة النفسية والبدنية والذهنية الجيدة، فنجد أن الأفراد الذين يتمتعون بمستوى مرتفع من الحيوية الذاتية يمتلكون الشعور باليقظة العقلية وقدر كبير من الحماس للعمل الذين يقومون به، كما تتأثر الحيوية الذاتية بالعديد من العوامل الجسمية مثل التعب والنظام الغذائي المتبع، كما تتأثر أيضاً بالعوامل النفسية لدى الفرد (Peterson & Seligman, 2000)، وتعنى الحيوية الذاتية الطاقة المدركة والناבעة من الفرد نفسه وشعوره الإيجابي بامتلاك هذه الطاقة وقدرته على استخدامها والذي يتضح في قدرته على القيام بالأنشطة اليومية المختلفة (Greenglass, 2006)، وهي حالة من شعور المرء بالطاقة والحماس والهمة الذاتية مع قدرته على ضبط وتنظيم أنفعالاته وسلوكياته بالإضافة إلى تمتع الفرد بدرجة مرتفعة من الاندماج في الحياة (Kubzansky & Thurston, 2007).

وعلى الرغم من أن الحيوية مرتبطة بالطاقة، إلا أن استخدام كلمة "طاقة" كمترادف للحياة يمكن أن يكون مضللاً بعض الشيء لأن الحيوية تستلزم فقط الطاقة التي يتم اختبارها على أنها إيجابية ومتاحة للذات فالشخص المتوتر أو الغاضب يكون نشيطاً، ولكن ليس بالضرورة أن يكون حيويًا في الواقع، بعض أشكال التنشيط تستنزف الطاقة، مثل الاستثارة والعصبية المرتبطة بالصراع داخل النفس أو بين الأشخاص. وفقاً لذلك، ترتبط وجود مثل هذه الحالات سلباً بالحيوية الذاتية في عدد من الدراسات السابقة (Peterson & Seligman, 2004). كذلك تشير الدراسات إلى أن الأفراد الحيويون يظهرون انتباهاً أكثر، ورغبة أكثر في أداء المهام وتحسين الذاكرة، وأنهم يكونون أكثر ابتداعاً ويمتازون بالهمة

الذاتية وهي حالة نفسية إيجابية مقترنة بمشاعر التحمس والتشبع بالطاقة والانتشاء والاهتمام والاقبال على الحياة والترحيب بها والتحلى بروح المبادرة والمثابرة (العبيدي، ٢٠٢٠).

فالحياة الذاتية حالة يخبرها الانسان في مواقف وظروف معينة وعند تصديه لمهام وأعمال معينة يشعر معها بالحماس ، وهي ترتبط ارتباطا إيجابيا بمتغيرات سيكولوجية إيجابية كالاستقلالية والإعتماد على الذات والإندفاع الإيجابي نحو تحقيق الذات وبذلك تحرر الشخص من الصراعات والضغوط الخارجية وتجعله يشعر في نفس الوقت بالقدرة على التأثير في مسار الأحداث الحياتية بهمة وفاعلية (سليم ، ٢٠١٦)، وترتبط الحيوية الذاتية ارتباطا إيجابيا ببعض التركيبات التكيفية النفسية والاجتماعية مثل الرضا عن الحياة ، وتحقيق الذات ، والضمير ، والعاطفة الإيجابية ، واحترام الذات ، والانبساط (Balaguer et al0, 2011) ؛ لذلك فإن الأشخاص الذين يتمتعون بمستوى عال من الحيوية الذاتية يرون أن الأفراد الآخرين وبيئتهم الاجتماعية أقل تهديدا وستكون لديهم علاقات صداقة صحية أكثر (Akin & Akin, 2015) وبالتالي قد يكون هؤلاء الأفراد أكثر فاعلية في صداقاتهم. تجمع المشاعر الأكبر للحياة الذاتية أيضا تجارب الاستقلالية والتكامل وتحقيق الذات (Sheldon & Kasser, ١٩٩٥) التي تتعلق بإدراك الذات كشخص سعيد (Ryan & Frederick, ١٩٩٧) على العكس من الشعور بالوحدة ، فإن الأشخاص الذين يعانون من نقص الصداقات الجيدة (Parker & Asher, 1993) من المتوقع أن تقلل من الحيوية. وفي هذا الإطار جاءت هذه الدراسة للتعرف على إمكانية إسهام جودة الصداقة في التنبؤ بالحياة الذاتية لدى طلاب الجامعة .

• مشكلة الدراسة:

تعد المرحلة الجامعية من الفترات الحاسمة في حياة الأفراد، حيث تتسم بتغيرات نفسية واجتماعية وأكاديمية تتطلب مستوى عال من التكيف. وتعد العلاقات الاجتماعية، لا سيما الصداقات، من العوامل الأساسية التي تسهم في تحقيق هذا التكيف، حيث توفر دعما نفسيا وعاطفيا يساعد الطلاب على مواجهة التحديات الأكاديمية والاجتماعية. وفي هذا السياق، برز مفهوم "جودة الصداقة" باعتباره مؤشرا هاما على مدى إيجابية العلاقات بين الأصدقاء، وما تقدمه هذه العلاقات من دعم، وتقدير، وتفاعل إيجابي، وهو ما قد ينعكس على الصحة النفسية والرفاهية العامة للفرد. فمع تطور الحياة وازدياد متطلباتها والمشكلات التي يتعرض لها الفرد، فيكون في أمس الحاجة إلى الأصدقاء الذين يساندونه في التغلب على الصعوبات التي تعترض حياته الاجتماعية والعملية : وأن الإنسان كائن اجتماعي بطبعه فإنه ليس بمقدوره أن يعيش بمعزل عن التفاعل مع الآخرين ومشاركتهم اجتماعيا ووجدانيا خلال عملية بناء المجتمع، وعلى الرغم من فوائد وقيمة الصداقة التي أصبحت معروفة ومدركة من جميع المهتمين بهذا المجال. بدأ الكثير من الباحثين في التركيز على ما يعرف بجودة الصداقة

Freindship Quality إذ تم التأكيد على ضرورة هذه النوعية من الصداقات التي تتسم بالجودة، فعدد الأصدقاء المحيطين بالفرد أو أسماؤهم ليس المعيار الحقيقي للحكم على الصداقة، ولكن المعيار الفعلي هو جودة هذه الصداقة وتكوين علاقات اجتماعية إيجابية فيما بينهم، تنعكس في مظاهر المساعدة والتوجيه، والألفة والمودة والمحافظة على الخصوصيات، والقدرة على حل الخلافات التي تواجههم (أبو بكر، ٢٠١٩).

ويمكن التعبير عن الصداقة عندما يكون لدى شخصين علاقة ودية مع بعضهما البعض، ولديهما بيئة مريحة، إنها رابطة ودية وكذلك مريحة بين شخصين، حيث تمكن الفرد مشاركة أسرارهِ والحصول على دعمٍ من شخصٍ آخر (Shekawati & Sharama, 2021)، لذا فإن الصداقة توفر عددا كبيرا من الفوائد مثل: تلبية الاحتياجات الاجتماعية والعاطفية، والمودة والرفقة (Furman & Buhrmester, 1985)، ويساعد الأصدقاء ويتشاركون مع بعضهم البعض في مجالات الحياة المختلفة (Berndt, 2002). وقد أثبتت الأبحاث حول الصداقة باستمرار أن الصداقات عالية الجودة مرتبطة بالمتغيرات التكيفية النفسية. وجد في هذه الدراسات أن جودة الصداقة ترتبط ارتباطا إيجابيا برضا الحاجات (Demir et al 0, 2007; Demir & Ozdemir 2010) (الرضا عن الحياة والتأثير الإيجابي (Demir et al0, ٢٠٠٧) مشاركة الطلاب (٢٠١٣ Thien & Abd Razak)، والقدرة على التعامل مع الضغوطات (Hartup & Stevens, ١٩٩٩) والسلبية مع التأثير السلبي (Demir et al., ٢٠٠٧)، والسلوك المعادي للمجتمع من الأصدقاء (Lansford et al 0, 2013) علاوة على ذلك، أشارت دراسات أخرى إلى ارتباط جودة الصداقة بمؤشرات التكيف الاجتماعي مثل جودة الحياة المدرسية (Hartup & Stevens, ٢٠١٣)، وتحسين التكيف الاجتماعي (١٩٩٩)، وتحقق جودة الصداقة للفرد عددا من الفوائد تتمثل في المساعدة والمشاركة ودعم الثقة بالنفس والتقدير الإيجابي للذات، والتحقق من صحة الأفكار والآراء الشخصية بعد تهيئة الظروف المناسبة للإفصاح عنها، وتوسيع المجال الفكري وتعدد المعارف والآراء الشخصية في مختلف الموضوعات، وتوفير الوقت وإبداء الاهتمام ومشاركة الصديق وتلبية احتياجاته (Howes, 1996).

وهناك بعض نماذج جودة الصداقة في الأدبيات التي تتكون من الملامح الإيجابية والسلبية للصداقات (Thien et al0, 2012)، النموذج الأكثر اعتمادا هو نموذج Hoza's Bukowski and (١٩٨٩) والذي يشتمل على أربعة عناصر من سمات الصداقة الإيجابية (١) القبول، (٢) الأمان، (٣) المساعدة، (٤) التقارب وسمة سلبية واحدة: الصراع (Bukowski et al0, 1994) ينطوي القبول على نتيجة النجاح الاجتماعي للأطفال والتكيف مع أقرانهم (Asher & Parker) ويتم تعريفه على أنه محبوب بشكل عامٍ من قبل مجموعة من الأقران (Lindsey, ٢٠٠٢) توضح السلامة تحالفا موثوقا به يشير إلى الاعتقاد بالحاجة إلى صديق يمكن الاعتماد عليه والثقة فيه. تشير المساعدة إلى المساعدة والإرشاد

المقدمين من حيث الموارد المادية والدعم العاطفي (Berndt, 1996) وقد اعتبر Bukowski and Hoza's (1989) التقارب الأخير بمثابة أهم العناصر الأساسية للصداقة مثل الكشف عن الذات، ومشاركة المشاعر. في سياق الصداقة، يشمل أيضاً مستوى ارتباط الأصدقاء (2013, Thien & Abd Razak). وقد تم التأكيد على أهمية جودة الصداقة في تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي من قبل العديد من المنظرين والباحثين، لذلك تم إجراء الكثير من الأبحاث التي ركزت على الآثار النفسية المترتبة على مستوى جودة الصداقة لدى الأفراد (Akin & Akin, 2015)، أن الأفراد القادرين على تكوين علاقات صداقة جيدة، من المحتمل أن يمتلكوا القدر الكافي من الحيوية الذاتية، التي تتيح لهم القدرة على إقامة هذه الصداقات والحفاظ عليها. فقد تم تصور الحيوية الذاتية على أنها تجربة الحصول على طاقة إيجابية متاحة، للدرجة التي يكون فيها الفرد خالياً من المشاكل الشخصية وغير مثقل بالضوابط الخارجية (Ryan & Fredrick, 1997)، ثم يمكنه تجربة صداقة عالية الجودة (Akin & Akin, 2015)، أن الأشخاص ذوو الحيوية الذاتية العالية أكثر نشاطاً، مما يدعم التعامل بشكل أفضل مع التحديات والضغط، ويقلل من صعوبات التكيف النفسي (Ugur et al, 2019; Ryan & Deci, 2008; Kawabata et al., 2017)

من الناحية النظرية، تعتمد الحيوية الذاتية على الطاقة النفسية التي تعد مورداً أساسياً لأداء الأنشطة وتسهيل الرفاهية النفسية بشكل أفضل (Ryan & Deci & Ryan, 2000 : Deci, 2008)، ومن المرجح أن يقوم الأشخاص ذوو الحيوية الذاتية العالية بتنظيم سلوكياتهم وأفعالهم الهادفة، والتي بدورها تعزز تفكيرهم النفسي ورفاههم (Arslan et al., 2020)، فالحيوية تعنى وجود طاقة ونشاط كافى لدى الفرد، يساعده على القيام بمهامه اليومية بنجاح، إلى جانب تمتعه بالقدرة على التفاعل الإيجابي والفعال مع الآخرين، مع شعوره بكفاءة ذاته واستقلاليتها، مما يمكنه من تحقيق أهدافه بنجاح (السعيد وآخرون، 2023)، وجدير بالذكر هنا أن الحيوية الذاتية لطلاب الجامعة هي السبيل الأمثل لحصول هؤلاء الطلاب على تجربة صداقة عالية الجودة. فالحيوية الذاتية هي شعور داخلي بالطاقة والنشاط والقدرة على الانخراط الفعال في الأنشطة اليومية، وتعد مؤشراً مهماً على الصحة النفسية الإيجابية، حيث ترتبط بمستوى الدافعية، والتفاعل الاجتماعي، والكفاءة الأكاديمية، ومن العوامل الاجتماعية التي تلعب دوراً هاماً في تعزيز الشعور بالحيوية الذاتية الدعم العاطفي من الأصدقاء، من خلال تقليل الضغوط النفسية وتعزيز المشاعر الإيجابية، وزيادة القدرة على التكيف مع المواقف الصعبة. وعلى الرغم من وجود العديد من الدراسات التي تناولت جودة الصداقة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية، إلا أن هناك ندرة في الدراسات التي تناولت تأثير جودة الصداقة على الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة، خاصة في البيئات العربية، ولذا حرصت هذه الدراسة على سد هذه الفجوة من خلال دراسة العلاقة بين جودة الصداقة

والحيوية الذاتية ، والتعرف على إمكانية التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية من خلال جودة الصداقة وأبعادها المختلفة .

• أهداف الدراسة:

« التعرف على طبيعة العلاقة بين جودة الصداقة والحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة.

« التحقق من إمكانية اسهام جودة الصداقة في التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة .

• أهمية الدراسة:

للدراصة الحالية أهميتان، الأولى نظرية، والثانية تطبيقية. حيث تبنت أهميتها النظرية في أهمية المرحلة العمرية التي تتناولها الدراسة ، فإجراء هذه الدراصة على طلاب الجامعة يعد ضرورة لأى مجتمع ينشد التغير والتطور في كافة المجالات ، فالشباب الجامعى هم بناء المستقبل ، ومن ناحية أخرى من حيث اهتمامها بمفهومى جودة الصداقة والحيوية الذاتية ، فالعديد من الدراسات السابقة والأطر النظرية الأدبية أكدت مراراً وتكراراً على أن جودة الصداقة وما تحمله مع أبعاد وسلوكيات تعد مؤشراً هاماً وقوياً على الحيوية الذاتية . وبالتالي، تظل هذه المتغيرات مجالاً خصباً لمزيد من البحث والدراسة. أما الأهمية التطبيقية للدراسة الحالية فقد ظهرت من النتائج التي توصلت إليها هذه الدراصة وما خلصت إليه من توصيات من شأنها العمل على تجويد حياة طلاب الجامعة .

• مصطلحات الدراسة :

• جودة الصداقة Friendship Quality :

عرفتها الباحثة على أنها : المستوى الذي تعكس فيه العلاقة بين الأصدقاء درجة من الإشباع العاطفي والتفاعل الإيجابي المتبادل، فتعبر جودة الصداقة عن مدى إشباع العلاقة لحاجات الفرد العاطفية والمعرفية والاجتماعية ، ومدى استقرارها واستمرارها بمرور الوقت ، مما يساهم في تعزيز الصحة النفسية والتكيف الاجتماعي . وتعكس جودة الصداقة قوة العلاقة وعمقها ، بناءً على تفاعل ثلاثة أبعاد رئيسة: القرب والمودة: يُقصد به مستوى الترابط العاطفي والوجداني بين الأصدقاء ، والذي يعكس مدى تفاعلهم الإيجابي وتقديرهم المتبادل . يتجلى هذا البعد في مشاعر الألفة ، والاهتمام الحقيقي ، والحرص على قضاء الوقت معاً ، إلى جانب القدرة على مشاركة الأفراح والأحزان بدون قيود أو تردد . يساهم القرب والمودة في تعزيز الشعور بالانتماء وتقليل مشاعر العزلة ، مما يدعم النمو العاطفي والاجتماعي للفرد. المساندة: تعبر عن مدى الدعم العاطفي والاجتماعي الذي يقدمه الأصدقاء لبعضهم البعض في الأوقات الصعبة والمواقف الحياتية المختلفة . تشمل المساندة عدة أشكال ، مثل تقديم النصائح ، والتشجيع ، والتعاطف ، إضافة إلى الدعم العملي عند الحاجة . يرتبط هذا البعد بتعزيز القدرة على التكيف مع الضغوط ، كما يساهم

في تحسين مستوى الرضا عن العلاقات الاجتماعية ويزيد من مشاعر التقدير الذاتي والثقة بالنفس. الثقة والأمن: يمثل هذا البعد إحساس الفرد بالثقة المتبادلة داخل العلاقة ، مما يعزز الشعور بالأمان النفسي والاستقرار في الصداقة . يُعبر عنه من خلال القدرة على الإفصاح عن المشاعر والأفكار دون خوف من الرفض أو الخيانة ، مع ضمان الاحترام المتبادل والسرية في تبادل المعلومات الشخصية . تُعد الثقة والأمن من العوامل الأساسية لاستدامة الصداقة على المدى الطويل ، حيث تساعد في تقليل التوترات وتعزز الالتزام المتبادل بين الأصدقاء . ويتم تقييم جودة الصداقة في هذه الدراسة على ضوء مقياس تقدير مستوى جودة الصداقة لطلاب الجامعة والذي أعدته الباحثة لهذا الغرض.

• الحيوية الذاتية Subjective Vitality :

عرفتها الباحثة على أنها: بناء ديناميكي متكامل متعدد الأبعاد يعكس مدى طاقة الفرد ونشاطه واستعداده للتفاعل الإيجابي مع بيئته، بما يشمل الجوانب الجسدية والعقلية والانفعالية والاجتماعية. وتعتبر الحيوية الذاتية عن قدرة الفرد على الحفاظ على مستويات متوازنة من القوة والمرونة والتكيف في مختلف جوانب حياته تمكنه من مواجهة التحديات اليومية بكفاءة واستمرارية ، مما يساهم في تحقيق الرفاه النفسي والاجتماعي. ويمكن تحليل الحيوية الذاتية من خلال أربعة أبعاد رئيسية: الحيوية الجسمية : تتجسد في مستوى الطاقة البدنية والكفاءة الفسيولوجية التي يتمتع بها الفرد، وتشمل مؤشرات مثل الصحة العامة ، اللياقة البدنية ، التغذية المتوازنة ، جودة النوم ، والقدرة على التحمل الجسدي . وتؤثر الحيوية الجسمية في قدرة الفرد على ممارسة الأنشطة اليومية بكفاءة ودون إجهاد مفرط . الحيوية العقلية : تعكس مدى قدرة الفرد على التفكير بوضوح ، وحل المشكلات ، واتخاذ القرارات الفعالة ، والتمتع بالمرونة الذهنية والإبداع . تتضمن هذه الحيوية مستوى التركيز والانتباه ، وسرعة معالجة المعلومات ، والقدرة على التعلم والتكيف مع التحديات الفكرية والمهنية . الحيوية الانفعالية : تشير إلى قدرة الفرد على إدارة مشاعره بفعالية ، والحفاظ على توازن انفعالي يمكنه من مواجهة الضغوط الحياتية بطريقة تكيفية . تشمل هذه الحيوية الذكاء العاطفي ، القدرة على التحكم في التوتر، ومستوى التفاؤل والدافعية الذاتية ، مما يساهم في تحقيق الاستقرار النفسي والشعور بالرضا. الحيوية الاجتماعية : تعكس مدى قدرة الفرد على التفاعل الإيجابي مع الآخرين ، وبناء علاقات اجتماعية داعمة ومتوازنة . تشمل هذه الحيوية مهارات التواصل ، القدرة على التعاون والتكيف الاجتماعي ، وتوافر شبكة دعم اجتماعية تساهم في تعزيز الشعور بالانتماء والأمان العاطفي . بالتالي، فإن الحيوية الذاتية تمثل مزيجاً من الطاقات المتنوعة التي تمكن الفرد من العيش بفاعلية وإيجابية ، والتكيف مع متغيرات الحياة بطريقة تحقق له الصحة النفسية والتوافق الشخصي والاجتماعي. ويتم تقييم الحيوية الذاتية في هذه الدراسة على ضوء مقياس تقدير مستوى الحيوية الذاتية لطلاب الجامعة والذي أعدته الباحثة لهذا الغرض.

• حدود الدراسة:

للدراصة الحالية حدود موضوعية، وأخرى زمانية ومكانية. تمثلت حدودها الموضوعية في متغيراتها المستهدفة وهي جودة الصداقة، والحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة. أما حدودها الزمانية فقد أجري الجانب الميداني لهذه الدراصة خلال شهر ابريل لعام ٢٠٢٣. واقتصرت حدودها المكانية على جامعة بنها بمحافظة القليوبية بمصر.

• إطار نظري ودراسات سابقة:

تعد الصداقة من القيم الشخصية / الاجتماعية الراقية، التي تعبر عن قدرة الفرد على بناء العلاقات الاجتماعية السليمة مع الآخرين، بما يؤمن له عمليات التكيف والتفاعل البناء، ويتيح له أن يثبت وجوده ضمن الجماعة التي ينتمي إليها، فيكون ناجحاً، إلى حد بعيد، في حياته الخاصة والعامة، ويحقق بالتالي ما يسمى بـ "النجاح الاجتماعي"، وهنا يبرز الدور المهم للصداقة في حياة الإنسان بوجه عام، وفي حياة الشباب بوجه خاص، باعتبارها حاجة نفسية / اجتماعية، ينطلق الشباب بوساطتها، من العالم الذاتي الضيق إلى العالم الاجتماعي الأوسع، الذي سيندمجون فيه، ويعملون في إطاره (الشماس، ٢٠١٢)، فهي علاقة بين شخصين أو أكثر قد تستمر لفترة طويلة تشمل العمر كله تتميز بالمودة والاحترام والثقة والالتزام بالوعود والتعامل بالمثل وتؤدي دوراً في الحفاظ على العلاقات الاجتماعية وتزيد من ترابطها وتزيد من الشعور بالتقبل والراحة والاطمئنان والأمان (عجاج وفضيل، ٢٠٢٣).

وتلعب العلاقة مع الأصدقاء بدون شك دوراً أساسياً في حياة الفرد اليومية، ولا تعد الصداقة بالأمر البسيط فهي علاقة اجتماعية متبادلة قائمة بين طرفين أو أكثر، يتوقع فيها كل طرف من الطرف الآخر تلبية احتياجاته العاطفية والاجتماعية، وتوفير الرفقة، والمودة، وتعزيز تقدير الذات بالإضافة إلى الحماية من الأذى (Thien et al., 2012)، فالصداقة مصدر من مصادر الدعم الاجتماعي لتنمية شخصية الفرد، وذلك من خلال ما توفره الصداقة من فهم الذات والبصيرة واكتساب العديد من المهارات الاجتماعية وممارسة السلوك الاجتماعي الإيجابي. حيث يقضي الطالب الجامعي مع أصدقائه وقت أطول من الوقت الذي يقضيه مع أسرته، ويكتسب العديد من المعلومات والخبرات التي يصعب عليه اكتسابها داخل الأسرة (Akin et al., 2016)، وفي هذا السياق تم وصف الصداقة على أنها علاقة وثيقة بين طرفين أو أكثر أساسها الاحترام، والحب والتقارب نظراً للاهتمامات والاتجاهات المشتركة، وتقوم على تقديم الدعم والمساعدة المتبادلة، مع غياب أي أطماع أو مصالح شخصية، مع الرغبة المشتركة في الحفاظ على استمرارية هذه العلاقة ودوامها (منصور، ٢٠٢١).

والصداقة لا تتكون في مرحلة بعينها، وإنما تبدأ منذ الطفولة، وفي سن مبكرة، حيث يبدأ الطفل في تعلم الكفايات الاجتماعية التي تهيئه لأداء دوره الإنساني المسؤول في المستقبل، كعضو نافع لنفسه ولزملائه. وبذلك تمر الصداقة

بمراحل متدرجة شبيهة بمراحل التطور الجسمي ؛ فمن صداقة اللعب إلى صداقة الأخذ والعطاء (التعامل) ، ومن ثم إلى الصداقة المستدامة بقصد التعاون وتبادل المشاعر، وكتمان الأسرار المتبادلة التي لا يطلع عليها أحد غير الأصدقاء.. وهنا تتجلى الصداقة الحقيقية (الشماس، ٢٠١٢).

فمنذ الفترات المبكرة من الطفولة ، يطور الأفراد علاقات أسرية وخارج الأسرة بالغة الأهمية . وبما أن تفاعلات الخبرات العلائقية السابقة للفرد مع العلاقات الحالية تشكل أساساً مهماً للغاية للتكيف ، فإن هذه العلاقات المتبادلة تؤثر على الأداء النفسي الاجتماعي (Bowlby, ١٩٨٢) وفقاً لنظرية التعلق ، فإن الطفل الذي يدرك التربية المستجيبة والحساسة يرتبط بشكل آمن وقد يطور تكيفاً صحيحاً في فترات لاحقة من الحياة ، فالطفل المرتبط بشكل آمن قادر على بناء علاقة عاطفية مع الآخرين، ويطور مجموعة من المهارات الاجتماعية الوظيفية التي تتضمن المعاملة بالمثل في العلاقات الاجتماعية (Ainsworth et al., 2015).

وأظهرت العديد من الدراسات تأثير تجارب الطفولة المبكرة على الأداء الصحي للبالغين ، فتؤثر جودة العلاقة بين الوالدين والطفل على طبيعة تفاعلات الأفراد مع الآخرين ، حيث ارتبطت جودة التفاعل بين الطفل والوالدين بالكفاءة الاجتماعية والتكيف وهناك ارتباطات ذات مغزى نظري بين الدعم الأبوي المدرك وجودة الصداقة (Rubin et al., ٢٠٠٤) وقد تبني علاقة الوالدين والطفل أيضاً قاعدة مهمة لتطوير الصداقات والحفاظ عليها ، علاوة على ذلك ، فإن الأفراد الذين لديهم تاريخ ارتباط آمن هم أكثر قدرة على تكوين مواردهم الخاصة للتكيف والرفاهية (Bagwell & Schmidt, ٢٠١٣).

ووفقاً لنظرية التعزيز أن الطلبة يقيمون علاقة صداقة مع من يسعدوا في وجودهم ويتكافؤون معه، وتشير نظرية الاشتراط الكلاسيكية لبافلوف بأن الطلبة يتصادقون مع الآخرين عندما تربطهم معهم خبرات سارة وسعيدة التي تمثل التعزيز الذي يتلقوه من المثير غير الشرطي ، وتمثل هنا الصداقة الاستجابة الشرطية (محمد، ٢٠٢٠) وأشارت نظرية التبادل الاجتماعي إلى أن القبول والرضا يكون على أساس العائد ، مقارنة بالتكلفة ، فكلما كان العائد أكبر سوف تجد القبول من قبل الطلبة الذين يبدأون بالمقارنة بين العائد الذي يتمثل بالمرح والسعادة وهنا سوف تحدث الصداقة ، أي لابد أن يكون العائد من الصداقة أكبر من التكلفة ، وهنا تبني على أساس المنفعة والمصلح (لطفي، ١٩٩٤).

ونظرت نظرية التكافل الاجتماعي إلى الصداقة بأنها حالة من التكافؤ والتساوي بين طرفي العلاقة، أي أن العائد يكافئ التكلفة، وإذا كان أكبر سوف يشعر الفرد أنه قد ظلم صديقه فيشعر بالذنب ، وإذا كانت أقل سوف يشعر بأن صديقه يستخف به فيشعر بالغضب ، أي أن هذه النظرية تستند إلى المساواة (عبد الجواد، ١٩٩٩)، وبينت نظرية الاتساق المعرفي بأن الطلبة بحاجة إلى قدر من الثبات والاتزان ، لأن الاتزان في العلاقة هو المسؤول عن تحقيق الثبات ، أي أن

الصداقة تتحقق وتدوم عند توحيد الاتجاهات نحو الأشياء والموضوعات ، وانطلقت النظرية الارتقائية من منطلق أن علاقة الصداقة تحدث من مراحل متتالية ، اتصال من اتجاه واحد ، واتصال سطحي ، واتصال متبادل وهنا قدمت افضل واعمق تفسير لنمو الصداقة وعلاقاتها لانه تنتج من مراحل متتالية الى أن تتكون وأنها لا تنتج من اللقاء الاول (محمد، ٢٠٢٠).

وترتبط الحاجة الى الصداقة بمظهرين في غاية الأهمية هما : تقدير الذات Self-esteem حيث يؤدي التفاعل المتبادل والصريح إلى شعور الفرد بأن أفكاره تتطابق مع أفكار الآخرين، ومن خلال تلك العملية التي يطلق عليها "التصديق الاجتماعي" يزيد تقدير الفرد لذاته ، أما المظهر الآخر فهو نمو الشعور الإنساني Sense of Humanity فمن خلال الصداقة تنمو قدرات الفرد على إدراك أفكار ومشاعر الآخرين ، ومع تفهم طبيعة الصداقة بوصفها أحد نماذج العلاقات الإنسانية ومن خلال آليات التعميم ينمو الشعور بأهمية حاجات الآخرين بوجه عام مما يدعم المشاعر الإنسانية التي تمس سلوك الفرد فتكتسب تصرفاته طابع الغيرية أو الإيثار (Aboserri, 1993)، إن للصداقة قيمة نفسية ، إذ أنها تحقق الدعم للذات، وتقوي ثقة الفرد في نفسه، وتسهم في تقويم الآراء والأفكار لدى أي من الصديقين ، كما تسهم أيضا في توسيع خبرات الصديق وتحقق رؤيته ووجهات نظره تجاه الأشياء والأحداث والأشخاص، ويحقق الأفراد من الصداقة منافع شخصية من صداقاتهم كتبادل الممتلكات إلى درجة يتدنى وضوح ملكية الشيء لأي من الصديقين (Kitami, 2005)، ومن أبرز الوظائف النفسية للصداقة : الإفصاح عن الذات ، وما يحدثه من آثار إيجابية ، فالناس جميعهم يميلون بالفضيلة إلى الحديث مع الآخرين ، سواء كانت موضوعات عامة أم خاصة ، وفي ذلك تعبير عما في النفس بغرض التخفيف من الضغوطات من جهة، وتوضيح ما يرمي إليه الصديق عن نفسه بصورة جلية ، سهلة الفهم ، يمكن لصديقه أن يتعامل معها بسهولة (المجنوب، ٢٠٠١).

ومن بين فوائد الصداقة التي تم بحثها، كان هناك تركيز بارز على مساهمات الأصدقاء في الرفاهية النفسية؛ حيث يتحدث البالغين عن إعجابهم بأصدقائهم والاهتمام بهم، ويضحكون معا ويستمتعون، ويشعرون بالرضا عن علاقاتهم، ويكونون قادرين على الثقة فيما بينهم ، ويذكرون بعضهم البعض بالبقاء بصحة جيدة ، كما تحمي علاقات الأصدقاء من الشعور بالوحدة النفسية ، وتقدم الدعم العاطفي والفعال، وتوفر الرفقة من خلال المصالح المتبادلة والأنشطة المشتركة (Nicolaisen & Thorsen, 2017)، وجدير بالذكر أن هناك فرق بين الشعبية Popularity والصداقة Friendship فالشعبية تحدد التقبل من جماعة الأقران ، بينما الصداقة خبرة علاقة تبادلية ، والشعبية والصداقة هما مكونان أساسيان للعلاقات من الأقران، كما أن الزمالة لا تكون لها نفس المستوى من القرب والخصوصية الموجود بالصداقة (صابر، ٢٠١١)، وعلى الرغم من فوائد وقيمة الصداقة والتي أصبحت معروفة ومدركة من قبل الجميع من المهتمين بهذا

المجال، بدأ العديد من الباحثين في التركيز على ما يعرف بجودة الصداقة Friendship Quality (Bukowski et al., 1994).

حيث تم التأكيد على ضرورة هذه النوعية من الصداقات التي تتسم بالجودة، فكمية الأصدقاء المحيطين بالفرد أو أسمائهم ليست المعيار الحقيقي للحكم على الصداقة، ولكن المعيار الفعلي هو جودة هذه الصداقة. وتعرف جودة الصداقة بأنها: الاستعداد المشترك والمتبادل بين الفرد وأصدقائه المقربين منه في العمر والسلوك والأفكار والأخلاق والاهتمامات، لمواجهة ضغوط الحياة اليومية ومشكلاتها وصراعاتها بشكل ايجابي وفعال، وقدرتهم على المشاركة الوجدانية وتقديم الدعم والمساندة لبعضهم البعض في شتى المواقف الحياتية المختلفة في علاقة متبادلة يسودها الاحترام والتقدير والود المتبادل والثقة والاهتمام المشترك ساعين بذلك إلى التغلب على الصعوبات التي قد تعترى هذه الصداقة أو تؤثر عليها وتعكر صفوها، بهدف أسمى وهو المحافظة على هذه الصداقة وتطويرها بشكل دائم ونقي دون أي شوائب (عمر، ٢٠١٦).

ولجودة الصداقة بعدين، وهما، البعد الإيجابي ويشير إلى التقارب والأمان والمساعدة الذي تشعر به في الصداقة وأيضا يشير إلى رابطة عاطفية خلال فترة المراهقة وتشمل السمات الإيجابية في العلاقة الحميمة، والكشف عن الذات. البعد السلبي: ويشمل الصراعات والتنافسات داخل العلاقة، وطرق إدارة النزاعات، وليس عدد النزاعات داخل الصداقة مهما ولكن طرق التي يدير بها الأصدقاء الخلافات أو يحل بها هي الأكثر أهمية (Levesque, 2014). وقد أوضح (Lee, ٢٠١٠) أن جودة الصداقة تتضمن ثلاث خصائص أساسية وهي: (١) التبادلية: فالصديق يحب الآخر ويهتم بمشاعره والآخر يدرك ذلك ويبادل المشاعر نفسها ويهتم به. (٢) العاطفية: فالصديقان يقضيان وقتا ممتعا معا. (٣) الطوعية وهي عدم الالتزام فعلاقة الصداقة لا تكون إجبارية مثل علاقة الأخوات. وأضاف Lee أن جودة الصداقة تتحدد بالتفاعل بين المظاهر الموجبة والسالبة التي تظهر في العلاقة الاجتماعية بين الأصدقاء، وتتمثل المظاهر الموجبة في الإعجاب، والعاطفة والمساعدة، والرعاية، والتقارب، والرفقة، والتوجيه، والألفة، والولاء، والرضا والتدعيم، بينما المظاهر السالبة تتمثل في: الإزعاج، والتضاد، والخيانة، والصراع، والعدائية، والتنافس.

وتعددت الدراسات التي تناولت مفهوم الصداقة وأهميتها وجودتها وعلاقتها بالعديد من المتغيرات، وفي هذا الصدد استهدفت دراسة Goss (٢٠٠٦) التعرف على العلاقة بين جودة الصداقة والالتزام بالتسامح والتعاطف لدى المراهقين وطبقت على عينة قوامها (٣٢٤) من الذكور والإناث ممن تتراوح أعمارهم ما بين ١٨ إلى ٢١ عاما، وأسفرت النتائج عن أن الإناث والشاركون الأصغر سنا أكثر تسامحا من الذكور والشاركون الأكبر سنا، كما أسفرت عن وجود علاقة موجبة بين جودة الصداقة والتعاطف والتسامح، وهدفت دراسة محمد (٢٠٢٠) الى التعرف على الدور التربوي للصداقة في المجتمعات الافتراضية لدى طلاب الجامعة

وتكونت عينة الدراسة من (٤١٣) طالب وطالبة وطبق عليهم مقياس الصداقة الافتراضية ، وتوصلت نتائج الدراسة الى ان للصداقة الافتراضية العديد من الأدوار الاجتماعية والتعليمية والنفسية بالإضافة الى الدور الاخلاقي في تقديم العون والدعم ، وزيادة الوعي السياسي لدي الأصدقاء ، كما اجري الشميري (٢٠١٩) دراسة هدفت الى التعرف على مستوي الصداقة لدي طلبة جامعة تعز ، بالإضافة الى التعرف على الفروق بين متوسطات درجات افراد العينة على مقياس الصداقة وفقا لمتغيرات النوع ذكر وانثى ، والتخصص الدراسي ، وتكونت عينة الدراسة من (٥٢٠) طالبا وطالبة من مختلف الكليات مقسمين الي (١٧٣) من الذكور، (٣٤٧) من الإناث . وتوصلت نتائج الدراسة الي ارتفاع مستوي الصداقة لدي طلبة جامعة تعز، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوي الصداقة لدي طلبة الجامعة تعزي لمتغير الكلية علمية – إنسانية ، كما توصلت دراسة Lodder وزملائه (٢٠١٧) والتي هدفت الي التعرف على جودة وكمية الصداقة وعلاقتها بالشعور بالوحدة في مرحلة المراهقة ، الي وجود علاقة سلبية بين الشعور بالوحدة وبين الصداقة المتبادلة ، بالإضافة الي ارتباط شعور الوحدة بتكوين عدد اقل من الصداقات ، كما قام كل من (Bakalim & Tasdelen، ٢٠١٦) بدراسة هدفت الى استكشاف الدور الوسيط للدعم الاجتماعي بين جودة الصداقة والرفاه النفسي. وبلغت عينة الدراسة (٥٢٩) طالب وطالبة مقسمين الي (٣٠٩) طلبة، (٢٢٠) طالبا تراوحت أعمارهم ما بين (١٤- ١٩) عاما، وطبق عليهم مقياس الصداقة وتوصلت نتائج الدراسة الي ان الدعم الاجتماعي كان متغير وسيط في العلاقة بين جودة الصداقة والرفاه النفسي ، كما اجري ياسين وآخرون (٢٠١٤) دراسة هدفت الى التعرف على العلاقة بين الصداقة والرفاهية النفسية لدي عينة من طلبة الجامعة، وأثر بعض المتغيرات الديموغرافية على الرفاهية النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (١٣٩) طالب وطالبة مقسمين الي (٣١) طالبا و (١٠٨) طالبة وطبق عليهم مقياس الصداقة والرفاهية النفسية، وتوصلت نتائج الدراسة الي قدرة مقياس الصداقة على التنبؤ بالرفاهية النفسية والسعادة لدي عينة الدراسة . وقامت سرميني (٢٠١٣) بدراسة هدفت الي إمكانية تنبؤ مستوي الصداقة بالسعادة وأثر بعض المتغيرات الديموغرافية على الصداقة ، وتكونت عينة الدراسة من (١٩٤) طالب وطالبة مقسمين الي (٢٤) من الذكور، (١٧٠) من الإناث من طلاب المستوي الرابع من كلية التربية بجامعة عين شمس وطبق عليهم مقياس الصداقة والسعادة ، وتوصلت نتائج الدراسة الي ان مستوي الصداقة لا يختلف باختلاف النوع في حين كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوي الصداقة باختلاف التخصص الدراسي لصالح الطلبة ذات التخصص الإنساني، وأجرى (Akin et al., 2016) دراسة هدفت الي التعرف على الدور الوسيط لليقظة العقلية بين جودة الصداقة والحيوية الذاتية ، وبلغت عينة الدراسة (٢٧٣) طالب جامعي ، وتوصلت نتائج الدراسة الي وجود علاقة إيجابية بين جودة الصداقة والحيوية الذاتية بالإضافة الي أهمية جودة الصداقة في تحقيق التكيف النفسي والمعرفي للعينة ، أن الأفراد القادرين على تكوين علاقات

صداقة جيدة ، من المحتمل أن يمتلكوا القدر الكافي من الحيوية الذاتية ، التي تتيح لهم القدرة على إقامة هذه الصداقات والحفاظ عليها . فقد تم تصور الحيوية الذاتية على أنها تجربة الحصول على طاقة إيجابية متاحة ، للدرجة التي يكون فيها الفرد خالياً من المشاكل الشخصية وغير مثقل بالضوابط الخارجية (Ryan & Fredrick , 1997 ، ثم يمكنه تجربة صداقة عالية الجودة (Akin & Ryan , 2015) . والحيوية الذاتية هي بناء اقترحه Ryan & Frederick (١٩٩٧) حيث افترضوا أنه يمثل "تجربة المرء الواعية لامتلاك الطاقة والحيوية"، ومن خلاله تم تقديم مقياس بعنوان " الحيوية الذاتية"، ووصفوها بأنها كيان مليء بالطاقة والحماس والحياة وعدم الإرهاق والتعب ، وأثبتوا أنه عندما تكون الحيوية الذاتية في مستوى أقل ، فإن التهيج والإرهاق يزيدان ويؤثران على القدرة على القيام بالأنشطة ، ولكن عندما تكون الحيوية الذاتية في مستوى أعلى ، سيتم إنشاء طاقة كافية للقيام بمثل هذه الأنشطة ، ويكون المزاج في وضع مناسب ، لذلك يتم أداء جميع الواجبات والأنشطة بشكل جيد جداً، وأعاد Ryan and Deci (٢٠٠٠) تقديم مفهوم الحيوية كجزء من نظرية تقرير المصير، فوفقاً للنظرية ، يمتلك البشر طاقات جوهرية يتم تسهيلها أو إعاقتها في التعبير عن طريق عوامل مختلفة مرتبطة بالاحتياجات النفسية ، حيث يتم تصور الحيوية كمؤشر حاسم للرفاهية الجيدة ، أي يُنظر إلى الحيوية على أنها تعكس أداء الفرد بشكل كامل وإدراكه لذاته بدلاً من مجرد كونه سعيداً أو مسروراً Ryan (Deci, 2001) & وفقاً لنظرية تقرير المصير ، يتم تحفيز الحيوية من خلال الظروف التي يمكن للشخص فيها التعبير عن جميع جوانب أدائه ، الأمر الذي يتطلب دعم الاحتياجات الجسدية والنفسية الاجتماعية الأساسية ، بما في ذلك احتياجات الاستقلالية والكفاءة والارتباط . تتضاءل الحيوية عندما تولد السياقات الاجتماعية مشاعر عدم الفعالية أو الانفصال أو تلك المرتبطة بالتغير مثل الاغتراب أو الخضوع للسيطرة . فالحيوية الذاتية حالة يخبرها الإنسان في مواقف وظروف معينة وعند تصديه لمهام وأعمال معينة يشعر معها بالحماس ، وهي ترتبط ارتباطاً إيجابياً بمتغيرات سيكولوجية إيجابية كالاستقلالية والإعتماد على الذات والإندفاع الإيجابي نحو تحقيق الذات وبذلك تحرر الشخص من الصراعات والضغوط الخارجية وتجعله يشعر في نفس الوقت بالقدرة على التأثير في مسار الأحداث الحياتية بهمة وفاعلية (سليم ، ٢٠١٦) ، إن مصطلح الحيوية الذاتية في إطار نظرية تقرير المصير يعبر عن دافع الداخلي ، إمتلاء الشخص بالفاعلية ، والنشاط ، والتحمس ، والتنبيه ، واليقظة العقلية والبدنية ، والإقبال على الحياة بهمة ونشاط وعزيمة ، وتطلع إلى الأمور بروح مثابرة وتفاؤ في الجهد (على ، ٢٠٢٢) .

ويمكن فهم الحيوية الذاتية عبر نقيضها وهي متلازمة الوهن النفسي المزمن والتي يقصد بها إنبهار قدرة الفرد على المقاومة ، مع الشكوى الدائمة من الأحداث والآخرين ، مما ينعكس على وظائفه الجسمية والنفسية حيث تكرر الشكوى من الخمول والشعور بالضعف ، وعلى أفعاله التي تتسم بالانسحاب الاجتماعي وعدم

المبادرة، ورفضه لتحمل المسؤولية، وعدم رغبته في الاستمرار بمعظم الأعمال التي قد بدأ بالفعل فيها (مصطفى، ٢٠١٨)، وأن من أهم مسببات الافتقار للحياة الذاتية أو ما يطلق عليه بالوهن النفسي، إن الفرد قد يكون عانى كثيرا من الإحباط لمرات عديدة، أو أنه يشعر باليأس والنقص. فضلا عن الصراعات الداخلية والتعرض للصدمات النفسية، حيث أن هذا النمو الخاطئ ينتج عنه ضعف ثقة الشخص في ذاته، وشعوره بأنه قليل الحيلة، وليس له أهداف محددة، فضلا عن نقص الميول والاتجاهات، وتعد المشكلات الأسرية أيضا دافع قوي لتكون الوهن النفسي وهنا لا نقصد فقط الأشخاص الذين عانوا من التفكك الأسري، بل نقصد الأساليب الخاطئة في التربية أيضا، مثل التدليل المفرط أو الحماية المبالغ فيها، أو القسوة الزائدة، كلها أمور تؤدي إلى الهروب من الحياة الاجتماعية، والتخلي عن المسؤولية. وبالتالي تؤدي إلى الوهن النفسي كل هذا إلى جانب أسباب أخرى تتعلق بالعمل الشاق، وضغوط الحياة المعاصرة، وعدم القدرة على أن يجد الشخص وقت لنفسه بعيدا عن المسؤوليات والضغوط، فضلا عن الأعمال الشاقة والمجهد، ويعاني الشخص الفاقد للحياة الذاتية من التعب الجسماني والتي تشمل الشعور بالإجهاد عند القيام بأبسط المجهودات الشعور بالخمول والكسل، الشعور بالضعف الجسماني الشعور بالعديد من الآلام الجسمانية، ومن أهم الأعراض شيوعا الآلام المتعلقة بالهضم والقولون، ومشكلات النوم والآلام المزعجة بعض الأعراض النفسية، كالشعور بالقلق وعدم الشعور بالاستقرار، فضلا عن الشعور بالضيق ونقص الروح المعنوية، فضلا عن الشعور بالعجز وضعف الانتباه ومشكلات في الذاكرة والانتباه والحساسية المفرطة والغضب من أقل الأمور عدم القدرة على مواجهة المشكلات والتطور في العلاقات الاجتماعية، وعدم القدرة على اتخاذ أي قرار، كما تحيطه الشكوك في كل من حوله واخير لا يحب العمل ويهرب من تحمل المسؤولية و غالبا تنهار علاقاته الاجتماعية بأقرب المحيطين به (العبيدي، ٢٠٢٠).

والحيوية الذاتية مؤشر رئيس على الصحة والسعادة، وأن المحافظة على حيوية الذات يحددها المدى الذي تلبي عنده الحاجات النفسية الأساسية، ورغم من وجود تداخل بين السعادة الذاتية والحيوية الذاتية بإعتبارهما من مكونات الصحة النفسية الإيجابية وكلاهما حالتان إيجابيتان، إلا إن كلاهما ينتمي لإطار نظري مختلف ولهما مظهرين سلوكيين مختلفين فالسعادة الذاتية من مكونات الصحة الإستمتاعية بينما الحيوية الذاتية تتضمن طاقة عالية ونشاط عالي المستوى كما أنها من العوامل المنبئة بالصحة النفسية والجسمية على حد سواء (Niemiec et al., 2010)، وهي بناء ديناميكي يعكس التجربة الذاتية للفرد في الحياة والطاقة الجسدية والعقلية، والأشخاص ذوو الحيوية الذاتية العالية هم أكثر نشاطا وإنتاجية، مما يدعم المواجهة الأفضل للتحديات، ويعزز الرفاهية النفسية، ويزيد من التكيف النفسي (Arslan, ٢٠٢١) وكذلك هي الإدراك الإيجابي للذات من توفر الطاقة والشعور بالحياة وليس بالضرورة أن يكون متعلقا بعلم وظائف الأعضاء (Bertrams, 2021)، وتوصف بأنها حالة من الشعور

الإيجابي بالحياة تجعل الفرد في حالة من التحمس نحو المستقبل والإقدام على الحياة مع تنشيط الدافعية الإيجابية لديه من أجل الوصول إلى الأداء الأفضل وتتضمن الأبعاد التالية: الحيوية البدنية - الحيوية الذهنية - الحيوية الانفعالية - الحيوية الاجتماعية - الحيوية الروحية (حنور والعطار، ٢٠٢٢). وترتبط الحيوية الذاتية العالية باليقظة والنشاط والتعامل مع الإجهاد بشكل فعال، وإمتلاك المزيد من الطاقة لأداء الأنشطة وتحسين الصحة العقلية (Bostic et al., 2000)، وكذلك ترتبط الحيوية الذاتية ارتباطاً إيجابياً ببعض التركيبات التكيفية النفسية والاجتماعية مثل الرضا عن الحياة، وتحقيق الذات، والضمير، والعاطفة الإيجابية، واحترام الذات، والانبساط (Balaguer et al., 2011)، واليقظة العقلية (الرشدان، ٢٠٢٢)، ومن المرجح أن يقوم الأشخاص ذوو الحيوية الذاتية العالية بتنظيم سلوكياتهم وأفعالهم الهادفة، والتي بدورها تعزز تفهمهم النفسي ورفاههم (Arslan et al., ٢٠٢٠)، وجدير بالذكر هنا أن الحيوية الذاتية لطلاب الجامعة هي السبيل الأمثل لحصول هؤلاء الطلاب على تجربة صداقة عالية الجودة.

وتأسيساً على ما سبق، تعد جودة الصداقة من العوامل النفسية والاجتماعية الهامة التي تسهم في تشكيل تجارب الطلاب خلال المرحلة الجامعية، حيث توفر الصداقات عالية الجودة الدعم العاطفي والتقدير الذاتي، مما يسهم في تحسين الصحة النفسية للطلاب بشكل عام، وتتميز الصداقة الجيدة بوجود التفاهم المتبادل، والمساندة والدعم، والثقة والأمان، وهي عوامل تقلل من مستويات الضغوط الأكاديمية والشخصية، مما يعزز شعور الطلاب بالأمن النفسي والاندماج الاجتماعي، وهما عنصران رئيسان في تنمية الحيوية الذاتية، فحين يكون لدى الطالب أصدقاء داعمون، فإنه يشعر بمزيد من التحفيز والنشاط والمشاركة الفعالة في الأنشطة الجامعية، مما ينعكس إيجاباً على مستوى الحيوية الذاتية لديه.

• فروض الدراسة:

حاولت الدراسة الحالية التحقق من صحة الفروض التالية:

- « توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب المرحلة الجامعية المشاركين في هذه الدراسة على مقياس جودة الصداقة ودرجاتهم على مقياس الحيوية الذاتية .
- « تسهم جودة الصداقة في التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة (عينة الدراسة) .

• الإجراءات المنهجية للدراسة

• أولاً: منهج الدراسة:

في ضوء طبيعة الدراسة الحالية وأهدافها وفروضها، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وهو أحد أبرز المناهج المهمة المستخدمة في الدراسات العلمية والذي

يسهم في التعرف على ظاهرة الدراسة، ووضعها في إطارها الصحيح، وتفسير جميع الظروف المحيطة بها، ويعد ذلك بداية الوصول إلى النتائج التي تتعلق بالدراسة، وبلورة الحلول التي تتمثل في التوصيات والمقترحات التي يسوقها الباحث لإنهاء الجدل الذي يتضمنه متن الدراسة. وعلى هذا الأساس، يُعرف المنهج الوصفي بأنه "طريقة علمية يصف فيها الباحث الظاهرة بشكل كفي أو كمي، ومن ثم طرح مجموعة من التساؤلات المبهمة، والقيام بعملية تجميع للبيانات والمعلومات، من خلال مجموعة من الأفراد الذين تتضح فيهم الخصائص، ومن ثم تحليلها لبلوغ النتائج والقيام بالتفسير".

• ثانياً: المجتمع الأصلي للدراسة:

يتمثل المجتمع الأصلي في هذه الدراسة في جميع طلاب وطالبات جامعة بنها والبالغ عددهم (١١٠٨٧٣) طالب وطالبة.

• ثالثاً: المشاركون في الدراسة:

شارك في هذه الدراسة عينتين، الأولى عينة حساب الخصائص السيكومترية لأدوات القياس المستخدمة في هذه الدراسة، والثانية، عينة التطبيق.

أ - عينة حساب الخصائص السيكومترية لأدوات القياس: ن=١٠٠

تكونت هذه العينة من ١٠٠ من طلاب وطالبات جامعة بنها من مختلف كلياتها، تراوحت أعمارهم من ١٨ إلى ٢٢ عاماً.

ب - عينة التطبيق واستخلاص النتائج: ن=٢٧٠

تكونت هذه العينة من ٢٧٠ طالباً وطالبة من كليات جامعة بنها، تم اختيارهم بشكل عشوائي من أربع كليات وهى: كلية التربية، كلية الآداب، كلية العلوم، كلية التجارة، وتراوحت أعمار المشاركين في هذه الدراسة من ١٨ إلى ٢٢ عاماً، بمتوسط عمرى ١٩.٩٧ عاماً، وانحراف معيارى قدره ١.١٥٣. هذا، وقد تحققت الباحثة من تجانس أفراد هذه العينة من خلال أدوات الضبط، حيث تم مراعاة تجانس هؤلاء الطلاب في المستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافى لأسرهم. علاوة على تجانسهم في العمر الزمني، واستخدمت الباحثة معامل الالتواء كأسلوب إحصائي لحساب هذا التجانس والتحقق من اعتدالية التوزيع التكراري. والجدول (١) يوضح تجانس أفراد المشاركين في هذه الدراسة في متغيراتها الوسيطة على النحو التالي:

جدول (١): يوضح تجانس المشاركين في هذه الدراسة من طلاب الجامعة في كل من العمر الزمني والمستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافى، ن=٢٧٠

المتوسط الحسابي	العمر الزمني	المستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافى
١٩.٩٧	١٩.٩٧	٩٨.٤
١.١٥٣	١.١٥٣	٠.٩٨١
٠.٧٣٥	٠.٧٣٥	٠.٨٩٤

يتضح من الجدول (١) أن قيم معاملات الالتواء لدرجات المشاركين في هذه الدراسة في متغيرات العمر الزمني والمستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافى قد تراوحت ما بين $1 \pm$ مما يعني اعتدالية التوزيع أي التجانس في هذه المتغيرات.

• رابعاً: أدوات الدراسة:

اعتمدت الدراسة الحالية على أداة ضبط، وأداتي قياس، وفيما يلي بيان ذلك تفصيلاً.

• أداة الضبط، وهي:

١/١) مقياس تقدير المستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافي للأسرة المصرية. إعداد/ أيمن سالم ٢٠١٨.

تضمن هذا المقياس مجموعة من المتغيرات تعد الأهم في تحديد المستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافي للأسرة المصرية وهي، المؤهلات التعليمية والأوضاع الوظيفية/ المهنية والدخل المعيشي لكلا الوالدين وأسلوبهم في ممارسة الحياة اليومية، فبالنسبة لمتغير المؤهلات التعليمية، فقد تضمن أحد عشر مستوى، يبدأ بالأمي الذي لا يقرأ ولا يكتب، وينتهي بالحاصلين على درجة الاستاذية أو ما يعادلها، أما متغير الوظيفة / المهنة، فقد تضمن كذلك أحد عشر مستوى، يبدأ بمن لا يعمل، وينتهي بالعاملين بوظائف حكومية قيادية عليا، أما مستوى الدخل فقد تم تحديده في ضوء الكتاب الإحصائي الثاني ٢٠١٨ والقرارات الرئاسية والوزارية الخاصة بتحديد أجور العاملين بالدولة والمعاشات، وعليه تم تقسيم مستوى الدخل إلى عشرة أقسام، الأول دون ١٢٠٠ جنيه، والأخير ٥٠٠٠ جنيه فما فوق، وبالنسبة لمتغير أسلوب ممارسة الحياة، فتم تحديده في ضوء الأنشطة والهوايات والترفيه الذي تمارسه الأسرة بشكل دائم أو متقطع، واشتمل على الرحلات ووجود انترنت بالمنزل وزيارة المتاحف وحضور حفلات المسرح والسينما والرحلات الشتوية والصيفية وممارسة الرياضة بانتظام، ... الخ. تم تقنين هذا المقياس على عينة بلغت (٧٠١) أسرة تنوعت بين محافظات الحضر (الريف والمدينة) في الوجه القبلي (الأقصر - سوهاج - أسيوط - المنيا - بني سويف) والوجه البحري (القاهرة - القليوبية - الدقهلية - كفر الشيخ - الشرقية - بورسعيد). وجاءت نتائج حساب الصدق والثبات مؤكدة تمتع المقياس بمعاملات صدق وثبات مرتفعة تمنحه ثقة في النتائج المترتبة عليه .

• أدوات القياس، وهي:

١١) مقياس تقدير مستوى جودة الصداقة لدى طلاب الجامعة، إعداد/ نيفين

عبدالصبور ٢٠٢٣

١٢) مقياس تقدير مستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة، إعداد/ نيفين

عبدالصبور ٢٠٢٣

وفيما يلي وصفاً تفصيلياً لهذه الأدوات على النحو التالي:

١/٢) مقياس تقدير مستوى جودة الصداقة لدى طلاب الجامعة، إعداد/ نيفين عبدالصبور ٢٠٢٣
تكون هذا المقياس في صورته النهائية من ٤٠ عبارة موزعة على ٣ أبعاد أساسية، البعد الأول هو القرب والمودة وعرفته الباحثة على أنه " مستوى الترابط العاطفي والوجداني بين الأصدقاء، والذي يعكس مدى تفاعلهم الإيجابي وتقديرهم المتبادل . يتجلى هذا البعد في مشاعر الألفة، والاهتمام الحقيقي، والحرص على

قضاء الوقت معاً، إلى جانب القدرة على مشاركة الأفراح والأحزان بدون قيود أو تردد". تكون هذا البعد من ١٤ عبارة، حملت الأرقام التالية في الصورة النهائية للمقياس: (١ - ٤ - ٧ - ١٠ - ١٣ - ١٦ - ١٩ - ٢٢ - ٢٥ - ٢٨ - ٣١ - ٣٤ - ٣٧ - ٤٠). البعد الثاني هو المساندة وعرفته الباحثة على أنه: "مدى الدعم العاطفي والاجتماعي الذي يقدمه الأصدقاء لبعضهم البعض في الأوقات الصعبة والمواقف الحياتية المختلفة". تشمل المساندة عدة أشكال، مثل تقديم النصائح، والتشجيع، والتعاطف، إضافة إلى الدعم العملي عند الحاجة. يرتبط هذا البعد بتعزيز القدرة على التكيف مع الضغوط، كما يساهم في تحسين مستوى الرضا عن العلاقات الاجتماعية ويزيد من مشاعر التقدير الذاتي والثقة بالنفس"، تكون هذا البعد من ١٣ عبارة، حملت الأرقام التالية في الصورة النهائية للمقياس: (٢ - ٥ - ٨ - ١١ - ١٤ - ١٧ - ٢٠ - ٢٣ - ٢٦ - ٢٩ - ٣٢ - ٣٥ - ٣٨). أما البعد الثالث فهو الثقة والأمن وعرفته الباحثة على أنه: "إحساس الفرد بالثقة المتبادلة داخل العلاقة، مما يعزز الشعور بالأمان النفسي والاستقرار في الصداقة". يُعبر عنه من خلال القدرة على الإفصاح عن المشاعر والأفكار دون خوف من الرفض أو الخيانة، مع ضمان الاحترام المتبادل والسرية في تبادل المعلومات الشخصية. تُعد الثقة والأمن من العوامل الأساسية لاستدامة الصداقة على المدى الطويل، حيث تساعد في تقليل التوترات وتعزز الالتزام المتبادل بين الأصدقاء". تكون هذا البعد من ١٣ عبارة، حملت الأرقام التالية في الصورة النهائية للمقياس: (٣ - ٦ - ٩ - ١٢ - ١٥ - ١٨ - ٢١ - ٢٤ - ٢٧ - ٣٠ - ٣٣ - ٣٦ - ٣٩).

مر هذا المقياس حتى يبلغ هذه الصورة النهائية بمرحلتين، الأولى هي استطلاع رأي الخبراء في المجال من أساتذة الصحة النفسية والتربية الخاصة وعلم النفس، حيث تم عرض الصورة الأولية له والتي كانت تحمل نفس العدد من العبارات على ١٠ من هؤلاء الأساتذة للاستفادة من خبراتهم من خلال استطلاع رأيهم حول ابعاد المقياس وصلاحيه العبارات ومدى انتمائها لكل بعد من الأبعاد، وقد احتفظت الباحثة بنفس عدد العبارات دون حذف كونها جميعاً قد حصلت على نسبة اتفاق تجاوزت ٨٠٪ مع وجود تعديلات طفيفة في بعض الصياغات والألفاظ المستخدمة والتي لا تخل بتركيب العبارة بأية حال من الأحوال. الخطوة الثانية هي حساب الخصائص السيكومترية للمقياس، والمتمثلة في حساب الاتساق الداخلي، ثم الصدق والثبات، وبيان ذلك كما يلي:

١/١/٢ حساب الاتساق الداخلي للمقياس:

وتم ذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة، والجدولان الآتيان ارقام ٢ و ٣ يوضحان معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة على النحو التالي:

جدول (٢): معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس تقدير مستوى جودة الصداقة لدى طلاب الجامعة والدرجة الكلية للمقياس، $n=100$

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٤١٠	١١	٠.٥٨٧	٢١	٠.٦٣٨	٣١	٠.٥٦١
٢	٠.٥٨٧	١٢	٠.٥٣٦	٢٢	٠.٣٣٥	٣٢	٠.٥٤٥
٣	٠.٦٥٢	١٣	٠.٥٦١	٢٣	٠.٧٠٤	٣٣	٠.٤٠٥
٤	٠.٧٦٢	١٤	٠.٦٨٥	٢٤	٠.٣٣٣	٣٤	٠.٥٨٧
٥	٠.٦٦٧	١٥	٠.٦٦٧	٢٥	٠.٥٤٥	٣٥	٠.٥٠١
٦	٠.٧٥٥	١٦	٠.٦٥٢	٢٦	٠.٤٠٥	٣٦	٠.٥٩٩
٧	٠.٦٣٨	١٧	٠.٧٦٢	٢٧	٠.٥٨٧	٣٧	٠.٦٥٨
٨	٠.٦٢٨	١٨	٠.٧٣١	٢٨	٠.٥٨٥	٣٨	٠.٦٧٩
٩	٠.٦٣٨	١٩	٠.٦٤٠	٢٩	٠.٦١٢	٣٩	٠.٦٨٣
١٠	٠.٥٨٧	٢٠	٠.٣٦٢	٣٠	٠.٦٣٩	٤٠	٠.٦٦٧

جدول (٣): معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس تقدير مستوى جودة الصداقة لدى طلاب الجامعة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، $n=100$

البعد الأول: القرب والمودة				البعد الثاني: المساندة				البعد الثالث: الثقة والأمن			
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٦١٣	١١	٠.٦١٦	١	٠.٣٧٠	١١	٠.٥٣٠	١	٠.٤٦٨	١١	٠.٦٣٨
٢	٠.٥٠٣	١٢	٠.٦٥٤	٢	٠.٥٣٤	١٢	٠.٥٣٤	٢	٠.٥٣٠	١٢	٠.٦٢٨
٣	٠.٦١٦	١٣	٠.٤٦٨	٣	٠.٧٠١	١٣	٠.٧٠١	٣	٠.٤٤٩	١٣	٠.٥٦١
٤	٠.٦١٧	١٤	٠.٥٣٠	٤	٠.٥٨٣	١٤	٠.٥٨٣	٤	٠.٦٥٤	١٤	٠.٥٦١
٥	٠.٦٤٦	١٥	٠.٥٠٥	٥	٠.٥٠٥	١٥	٠.٥٠٥	٥	٠.٤٦٨	١٥	٠.٥٦١
٦	٠.٦٥٤	١٦	٠.٦٢٧	٦	٠.٦٢٧	١٦	٠.٦٢٧	٦	٠.٥٣٠	١٦	٠.٥٦١
٧	٠.٤٦٨	١٧	٠.٥٦٨	٧	٠.٥٦٨	١٧	٠.٥٦٨	٧	٠.٥٦١	١٧	٠.٥٦١
٨	٠.٥٣٠	١٨	٠.٦١٦	٨	٠.٦١٦	١٨	٠.٦١٦	٨	٠.٦٨٥	١٨	٠.٦٧٩
٩	٠.٤٤٩	١٩	٠.٤٦١	٩	٠.٤٦١	١٩	٠.٤٦١	٩	٠.٦٦٧	١٩	٠.٦٨٣
١٠	٠.٤٩٧	٢٠	٠.٤٠٩	١٠	٠.٤٠٩	٢٠	٠.٤٠٩	١٠	٠.٦٥٢	٢٠	٠.٦٦٧

♦♦ عبارات دالة عند مستوى (٠.٠١). ♦ عبارات دالة عند مستوى (٠.٠٥).

يتضح من جدول (٢) وجدول (٣) أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس تقدير مستوى جودة الصداقة لدى طلاب الجامعة ، والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك للدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة، دالة عند مستوى $\alpha = 0.01$ أو $\alpha = 0.05$. ولحساب الاتساق الداخلي للأبعاد، تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس، والدرجة الكلية للمقياس.

ويوضح الجدول ٤ معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس تقدير مستوى جودة الصداقة لدى طلاب الجامعة ، والدرجة الكلية للمقياس كما يلي:

جدول (٤): معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس تقدير مستوى جودة الصداقة لدى طلاب الجامعة ، والدرجة الكلية للمقياس، $n=100$

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	البعد
٠.٩٧٦	البعد الأول: القرب والمودة
٠.٩٣٢	البعد الثاني: المساندة
٠.٩١٩	البعد الثالث: الثقة والأمن

يتضح من جدول (٢) وجدول (٣) وجدول (٤) أن المقياس يتمتع بالاتساق الداخلي ، حيث جاءت معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس ، والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى $\alpha = 0.01$.

(٢/١/٢) حساب صدق المقياس:

• الصدق الظاهري:

تم بتطبيق المقياس على عينة حساب الخصائص السيكومترية، والتي بلغ قوامها (١٠٠) من طلاب جامعة بنها، واتضح أن التعليمات الخاصة بالمقياس واضحة ومحددة للطلاب، وأن العبارات تتصف أيضاً بالوضوح التام وسهولة الفهم؛ مما يؤكد أن المقياس يتمتع بالصدق الظاهري. وعلى الرغم من أن الصدق الظاهري من أضعف أنواع الصدق؛ إلا أن الباحثة قامت بالتحقق منه للاطمئنان على فهم الطلاب لعبارات المقياس وتعليماته، وأنه لا يوجد أي غموض في صياغة عبارات المقياس.

• صدق العبارات:

وتم ذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، بعد حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للمقياس، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة، بعد حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة، والجدولان الآتيان (٥) و(٦) يوضحان معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس (بعد الحذف)، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة (بعد الحذف):

جدول (٥): معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس تقدير مستوى جودة الصداقة لدى طلاب الجامعة والدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للمقياس، $n=100$

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٦٠٥	١١	٠.٤٥٢	٢١	٠.٦٠٣	٣١	٠.٤٥٢
٢	٠.٨٥٩	١٢	٠.٦٩٥	٢٢	٠.٣٣٩	٣٢	٠.٦٩٠
٣	٠.٦٠٢	١٣	٠.٤٥٠	٢٣	٠.٨٠٢	٣٣	٠.٥٠٧
٤	٠.٨٥٠	١٤	٠.٦٨٥	٢٤	٠.٣٣٣	٣٤	٠.٥٨٧
٥	٠.٦٦٧	١٥	٠.٦٦٧	٢٥	٠.٥٤٥	٣٥	٠.٦٩٠
٦	٠.٧٩٠	١٦	٠.٨٢٥	٢٦	٠.٥٥٥	٣٦	٠.٥٩٩
٧	٠.٧٤٠	١٧	٠.٧٦٢	٢٧	٠.٥٨٧	٣٧	٠.٦٦٦
٨	٠.٨٩١	١٨	٠.٩٨٨	٢٨	٠.٩٦٨	٣٨	٠.٦٧٩
٩	٠.٧٠١	١٩	٠.٧٠٠	٢٩	٠.٧١٤	٣٩	٠.٧٨٩
١٠	٠.٦٦٩	٢٠	٠.٣٢٠	٣٠	٠.٦٢٠	٤٠	٠.٧٨٩

جدول (٦): معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس تقدير مستوى جودة الصداقة لدى طلاب الجامعة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة، $n=100$

البعد الأول: القرب والمودة		البعد الثاني: المساندة		البعد الثالث: الثقة والأمن	
رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط
١	٠.٧٠٩	١١	٠.٧٤٨	١١	٠.٦٣٨
٢	٠.٦٠٠	١٢	٠.٦٩٨	١٢	٠.٧٠٥
٣	٠.٦٣٦	١٣	٠.٧٠١	١٣	٠.٦٩٨
٤	٠.٦١٧	١٤	٠.٥٨٣	٤	٠.٦٥٤
٥	٠.٦٤٦	٥	٠.٥٥٥	٥	٠.٤٦٨
٦	٠.٦٥٤	٦	٠.٦٢٧	٦	٠.٦٦٥
٧	٠.٤٦٨	٧	٠.٥٦٨	٧	٠.٦٩٠
٨	٠.٥٣٠	٨	٠.٦١٦	٨	٠.٧٥١
٩	٠.٤٤٩	٩	٠.٤٦١	٩	٠.٧٢٥
١٠	٠.٤٩٧	١٠	٠.٤٠٩	١٠	٠.٧٩٨

يتضح من جدول (٥) وجدول (٦) أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس (بعد الحذف)، والدرجة الكلية للبعد (بعد الحذف) دالة عند مستوى $\alpha = 0.01$ أو $\alpha = 0.05$ مما يدل على صدق عبارات المقياس.

٣/١/٢ حساب ثبات المقياس:

لحساب ثبات المقياس، تم استخدام طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة إعادة التطبيق كما يلي:

• طريقة ألفا كرونباخ:

تم حساب معامل الثبات للمقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha)، لكل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية، والجدول (٧) يوضح نتائج ذلك على النحو التالي:

جدول (٧): معاملات ألفا كرونباخ لمقياس تقدير مستوى جودة الصداقة لدى طلاب الجامعة

البعد	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
البعد الأول: القرب والمودة	١٤	٠.٨٨٣
البعد الثاني: المساندة	١٣	٠.٨٢٩
البعد الثالث: الثقة والأمن	١٣	٠.٩٢٣
المقياس ككل	٤٠	٠.٩٨٩

يتضح من جدول (٧) أن جميع قيم معاملات ألفا كرونباخ للأبعاد والمقياس ككل قيم مرتفعة ويمكن الوثوق فيها، وتشير إلى ثبات المقياس.

• طريقة إعادة التطبيق:

وتقوم هذه الطريقة على أساس تطبيق المقياس على عينة حساب الخصائص السيكومترية مرتين متتاليتين، يكون الفاصل بينهما فترة كافية لا تساعد الفرد على تذكر عبارات المقياس، ويدل الارتباط بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني على معامل استقرار (ثبات) الاختبار، وعليه تم تطبيق مقياس تقدير مستوى جودة الصداقة على طلاب الجامعة (عينة حساب الخصائص السيكومترية)، وبعد مضي أسبوعين تم إعادة تطبيقه مرة أخرى على نفس العينة، عقب ذلك، تم حساب معامل الارتباط (بيرسون) بين نتائج التطبيقين ظهرت قيمة معامل الثبات، ويتضح ذلك من خلال الجدول (٨) الآتي:

جدول (٨): معاملات الثبات بطريقة إعادة تطبيق الاختبار لمقياس تقدير مستوى جودة الصداقة لدى طلاب الجامعة، ن=١٣٣

البعد	القرب والمودة	المساندة	الثقة والأمن	الدرجة الكلية
معامل الارتباط	♦♦٠,٨٠١	♦♦٠,٨٤٢	♦♦٠,٨٨٣	♦♦٠,٨٧٦

♦♦ عبارات دالة عند مستوى (٠,٠١). ♦ عبارات دالة عند مستوى (٠,٠٥).

يتضح من جدول (٨) أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في كل بعد من أبعاد المقياس، وكذلك في المقياس ككل جميعها مرتفعة ودالة عند مستوى دلالة $\alpha = 0.01$ ، وهذا يؤكد أن المقياس على درجة عالية من الثبات، وبناء عليه يمكن الوثوق والاطمئنان إلى نتائج المقياس في الدراسة الحالية.

يتم تطبيق هذا المقياس على طلاب الجامعة، وقد اختارت الباحثة طريقة "ليكرت" لتصحيح المقياس، بحيث تأخذ الاستجابة دائماً ٣ درجات، والاستجابة أحياناً ٢ درجة، والاستجابة نادراً ١ درجة، وبذلك، فالدرجة العظمى لهذا المقياس هي ١٢٠ درجة، بينما الدرجة الدنيا تساوي ٤٠ درجة.

٢/٢ مقياس تقدير مستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة: إعداد/ نيفين عبدالصبور ٢٠٢٣
تكون هذا المقياس في صورته النهائية من ٣٢ عبارة موزعة على ٤ أبعاد أساسية، البعد الأول: الحيوية الجسمية وعرفته الباحث على أنه " مستوى الطاقة البدنية والكفاءة الفسيولوجية التي يتمتع بها الفرد، وتشمل مؤشرات مثل الصحة العامة، اللياقة البدنية، التغذية المتوازنة، جودة النوم، والقدرة على التحمل الجسدي. وتؤثر الحيوية الجسمية في قدرة الفرد على ممارسة الأنشطة اليومية بكفاءة ودون إجهاد مفرط ". وتكون من ٨ عبارات حملت الأرقام التالية في الصورة النهائية للمقياس: (١ - ٥ - ٩ - ١٣ - ١٧ - ٢١ - ٢٥ - ٢٩). البعد الثاني: الحيوية العقلية وتقصد به الباحثة هنا " مدى قدرة الفرد على التفكير بوضوح، وحل المشكلات، واتخاذ القرارات الفعالة، والتمتع بالمرونة الذهنية والإبداع. تتضمن هذه الحيوية مستوى التركيز والانتباه، وسرعة معالجة المعلومات، والقدرة على التعلم والتكيف مع التحديات الفكرية والمهنية " وتكون من ٨ عبارات، حملت الأرقام التالية في الصورة النهائية للمقياس: (٢ - ٦ - ١٠ - ١٤ - ١٨ - ٢٢ - ٢٦ - ٣٠). البعد الثالث: الحيوية الانفعالية وهي " قدرة الفرد على إدارة مشاعره

بفعالية ، والحفاظ على توازن انفعالي يمكنه من مواجهة الضغوط الحياتية بطريقة تكيفية . تشمل هذه الحيوية الذكاء العاطفي، القدرة على التحكم في التوتر، ومستوى التفاؤل والدافعية الذاتية، مما يساهم في تحقيق الاستقرار النفسي والشعور بالرضا. "وتكون من ٨ عبارات حملت الأرقام التالية في الصورة النهائية للمقياس : (٣ - ٧ - ١١ - ١٥ - ١٩ - ٢٣ - ٢٧ - ٣١) . البعد الرابع الحيوية الاجتماعية وعرفته الباحثة على أنه " مدى قدرة الفرد على التفاعل الإيجابي مع الآخرين، وبناء علاقات اجتماعية داعمة ومتوازنة . تشمل هذه الحيوية مهارات التواصل، القدرة على التعاون والتكيف الاجتماعي، وتوافر شبكة دعم اجتماعية تساهم في تعزيز الشعور بالانتماء والأمان العاطفي. " وتكون من ٨ عبارات، حملت الأرقام التالية في الصورة النهائية للمقياس : (٤ - ٨ - ١٢ - ١٦ - ٢٠ - ٢٤ - ٢٨ - ٣٢) . هذا، وقد اختارت الباحثة طريقة "ليكرت" لتقدير مستوى الحيوية الذاتية لأفراد العينة ، حيث يتم منح الطالب ٣ درجات إذا قام باختيار "دائماً" و درجتين في حالة الاستجابة "أحياناً"، ودرجة واحدة في حال الاستجابة "نادراً"، وبهذا فالدرجة القصوى للمقياس هي ١٢٨ درجة، والدنيا هي ٣٢ درجة، ويمكن تقدير مستوى الحيوية الذاتية على المقياس ككل، أو على كل بعد من أبعاد المقياس .

مر إعداد هذا المقياس لبلوغ صورته النهائية بمرحلتين، الأولى هي استطلاع رأي الخبراء في المجال من أساتذة الصحة النفسية والتربية الخاصة وعلم النفس، حيث تم عرض الصورة الأولية للمقياس والتي كانت تحمل نفس العدد من العبارات على ١٠ من هؤلاء الأساتذة للاستفادة من خبراتهم من خلال استطلاع رأيهم حول ابعاد المقياس وصلاحيه العبارات ومدى انتمائها لكل بعد من الأبعاد، وقد احتفظت الباحثة بنفس عدد العبارات دون حذف كونها جميعاً قد حصلت على نسبة اتفاق تجاوزت ٨٠٪ مع وجود تعديلات طفيفة في بعض الصياغات والألفاظ المستخدمة والتي لا تخل بتركيب العبارة بأية حال من الأحوال. الخطوة الثانية هي حساب الخصائص السيكومترية للمقياس، والمتمثلة في حساب الاتساق الداخلي، ثم الصدق والثبات، وبيان ذلك كما يلي:

١/٢/٢ حساب الاتساق الداخلي للمقياس:

وتم ذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس ، والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة.

والجدولان الآتيان ارقام ٩ و ١٠ يوضحان معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس، والدرجة الكلية لها، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة على النحو التالي:

جدول (٩): معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس تقدير مستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة والدرجة الكلية للمقياس، $n=100$

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠,٦٤٤	١٨	٠,٥٩٣
٢	٠,٤٥٠	١٩	٠,٥٨٧
٣	٠,٥٢٢	٢٠	٠,٦٠٦
٤	٠,٤٨٩	٢١	٠,٧٢٥
٥	٠,٤٢٩	٢٢	٠,٤٥٤
٦	٠,٦٩٨	٢٣	٠,٤٠١
٧	٠,٤١٧	٢٤	٠,٥٧٧
٨	٠,٥١٩	٢٥	٠,٦٢٨
٩	٠,٥٤٠	٢٦	٠,٥٣٦
١٠	٠,٧٢٠	٢٧	٠,٦٢٨
١١	٠,٦٤١	٢٨	٠,٧٠٠
١٢	٠,٦٤٩	٢٩	٠,٤٢٢
١٣	٠,٤١٧	٣٠	٠,٥٤٧
١٤	٠,٦٧١	٣١	٠,٦١٤
١٥	٠,٧٢٩	٣٢	٠,٤٥٧
١٦	٠,٤٠٥		
١٧	٠,٥٢١		

جدول (١٠): معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس تقدير مستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة والدرجة الكلية للبعد، $n=100$

البعد الأول: الحيوية الجسمية		البعد الثاني: الحيوية العقلية		البعد الثالث: الحيوية الانفعالية		البعد الرابع: الحيوية الاجتماعية	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
٠,٨٠٢	١	٠,٥٣٨	١	٠,٥٨٧	١	٠,٧٠٩	١
٠,٨٠١	٢	٠,٧٠٧	٢	٠,٦٧٥	٢	٠,٦٠٠	٢
٠,٤١٠	٣	٠,٥١٧	٣	٠,٤٥٩	٣	٠,٦٢٦	٣
٠,٧٤٢	٤	٠,٧٣٦	٤	٠,٥٧٠	٤	٠,٦١٧	٤
٠,٧٢٢	٥	٠,٧٩٥	٥	٠,٤٢٣	٥	٠,٦٤٦	٥
٠,٦٠١	٦	٠,٤٩٦	٦	٠,٥٩٧	٦	٠,٦٥٤	٦
٠,٨٥٠	٧	٠,٦٨٧	٧	٠,٤٨٢	٧	٠,٤٦٨	٧
٠,٨١٦	٨	٠,٤٥١	٨	٠,٥٨٧	٨	٠,٥٣٠	٨

♦ عبارات دالة عند مستوى (٠,٠١). ♦ عبارات دالة عند مستوى (٠,٠٥).

يتضح من جدول (٩) وجدول (١٠) أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك للدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة، دالة عند مستوى $\alpha = 0.01$ أو $\alpha = 0.05$. ولحساب الاتساق الداخلي للأبعاد، تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، ويوضح الجدول ١١ معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس كما يلي:

جدول (١١): معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس تقدير مستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة، والدرجة الكلية للمقياس، $n=100$

البعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
البعد الأول: الحيوية الجسمية	♦♦٠,٨٨٨
البعد الثاني: الحيوية العقلية	♦♦٠,٩٠٢
البعد الثالث: الحيوية الانفعالية	♦♦٠,٨٤٢
البعد الرابع: الحيوية الاجتماعية	♦♦٠,٩١٧

يتضح من جدول (٩) وجدول (١٠) وجدول (١١) أن المقياس يتمتع بالاتساق الداخلي، حيث جاءت معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس، والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى $\alpha=0.01$.

٢/٢، حساب صدق المقياس:

• الصدق الظاهري:

تم بتطبيق المقياس على عينة حساب الخصائص السيكومترية، والتي بلغ قوامها (١٠٠) من طلاب جامعة بنها، واتضح أن التعليمات الخاصة بالمقياس واضحة ومحددة، وأن العبارات تتصف أيضاً بالوضوح التام وسهولة الفهم؛ مما يؤكد أن المقياس يتمتع بالصدق الظاهري. وعلى الرغم من أن الصدق الظاهري من أضعف أنواع الصدق؛ إلا أن الباحثة قامت بالتحقق منه للاطمئنان على فهم الطلاب لعبارات المقياس وتعليماته، وأنه لا يوجد أي غموض في صياغة عبارات المقياس.

• صدق العبارات:

وتم ذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، بعد حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للمقياس، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة، بعد حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة.

والجدولان الآتيان (١٢) و (١٣) يوضحان معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية لها (بعد الحذف)، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة (بعد الحذف):

جدول (١٢): معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس تقدير مستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة والدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للمقياس، $n=100$

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠,٧٤٤	١٨	٠,٥٩٣
٢	٠,٤٧٠	١٩	٠,٥٨٧
٣	٠,٦٢٢	٢٠	٠,٧٠٦
٤	٠,٤٧٩	٢١	٠,٧٢٥
٥	٠,٥٢٩	٢٢	٠,٥٥٤
٦	٠,٦٩٨	٢٣	٠,٤٠١
٧	٠,٤١٧	٢٤	٠,٦٠٧
٨	٠,٥١٩	٢٥	٠,٦٢٨
٩	٠,٥٤٠	٢٦	٠,٥٣٦
١٠	٠,٧٢٠	٢٧	٠,٦٢٨
١١	٠,٦٤١	٢٨	٠,٧٠٠
١٢	٠,٦٤٩	٢٩	٠,٤٢٢
١٣	٠,٤١٧	٣٠	٠,٥٤٧
١٤	٠,٦٧١	٣١	٠,٦١٤
١٥	٠,٧٢٩	٣٢	٠,٤٥٧
١٦	٠,٤٠٥		
١٧	٠,٥٢١		

جدول (١٣): معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس تقدير مستوى الحيوية الذاتية والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، بعد حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة $n=100$

البعد الأول: الحيوية الحسية		البعد الثاني: الحيوية العقلية		البعد الثالث: الحيوية الانفعالية		البعد الرابع: الحيوية الاجتماعية	
رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط
١	٠,٨٠٢	١	٠,٥٣٨	١	٠,٥٨٧	١	٠,٧٠٩
٢	٠,٨٥١	٢	٠,٧٠٧	٢	٠,٦٧٥	٢	٠,٦٠٠
٣	٠,٤١٠	٣	٠,٥١٧	٣	٠,٤٥٩	٣	٠,٦٢٦
٤	٠,٧٤٢	٤	٠,٧٣٦	٤	٠,٥٧٠	٤	٠,٦١٧
٥	٠,٧٢٢	٥	٠,٧٩٥	٥	٠,٤٢٣	٥	٠,٦٤٦
٦	٠,٦٠١	٦	٠,٤٩٦	٦	٠,٥٩٧	٦	٠,٦٥٤
٧	٠,٨٥٠	٧	٠,٦٨٧	٧	٠,٤٨٢	٧	٠,٤٦٨
٨	٠,٨١٦	٨	٠,٤٥١	٨	٠,٥٨٧	٨	٠,٥٣٠

يتضح من جدول (١٢) و جدول (١٣) أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس (بعد الحذف)، والدرجة الكلية للبعد (بعد الحذف) دالة عند مستوى $\alpha = 0.01$ أو $\alpha = 0.05$ مما يدل على صدق عبارات المقياس.

٣/٢/٢ حساب ثبات المقياس:

تم استخدام طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة إعادة التطبيق، وطريقة التجزئة النصفية كما يلي:

• طريقة ألفا كرونباخ:

تم حساب معامل الثبات لمقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha)، لكل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية، والجدول (١٤) يوضح نتائج ذلك على النحو التالي:

جدول (١٤) : معاملات ألفا كرونباخ لمقياس تقدير الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

البعد	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
الحيوية الجسمية	٨	٠,٨٨٣
الحيوية العقلية	٨	٠,٨٢٩
الحيوية الانفعالية	٨	٠,٩٢٣
الحيوية الاجتماعية	٨	٠,٨٨٢
المقياس ككل	٣٢	٠,٩٨٩

يتضح من جدول (١٤) أن جميع قيم معاملات ألفا كرونباخ للأبعاد والمقياس ككل قيم مرتفعة ويمكن الوثوق فيها، وتشير إلى ثبات المقياس.

• طريقة إعادة التطبيق:

وتقوم هذه الطريقة على أساس تطبيق المقياس على عينة حساب الخصائص السيكومترية مرتين متتاليتين، يكون الفاصل بينهما فترة كافية لا تساعد الفرد على تذكر عبارات المقياس، ويدل الارتباط بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني على معامل استقرار (ثبات) المقياس، وعليه تم تطبيق المقياس على طلاب الجامعة (عينة حساب الخصائص السيكومترية)، وبعد مضي أسبوعين تم إعادة تطبيقه مرة أخرى على نفس العينة، عقب ذلك، تم حساب معاملات الارتباط (بيرسون) بين نتائج التطبيقين ظهرت قيمة معامل الثبات، ويتضح ذلك من خلال الجدول ١٥ الآتي:

جدول (١٥) : معاملات الثبات بطريقة إعادة تطبيق المقياس، ن=١٠٥

البعد	الحيوية الجسمية	الحيوية العقلية	الحيوية الانفعالية	الحيوية الاجتماعية	الدرجة الكلية
معامل الارتباط	♦♦٠,٨٠١	♦♦٠,٧٩٥	♦♦٠,٨٤٦	♦♦٠,٨٠٠	♦♦٠,٨٠٩

♦♦ عبارات دالة عند مستوى (٠,٠١). ♦ عبارات دالة عند مستوى (٠,٠٥).

يتضح من جدول (١٥) أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في كل بعد من أبعاد المقياس، وكذلك في المقياس ككل جميعها مرتفعة ودالة عند مستوى دلالة $\alpha=0.01$ ، وهذا يؤكد أن المقياس على درجة عالية من الثبات، وبناء عليه يمكن الوثوق والاطمئنان إلى نتائج المقياس في الدراسة الحالية.

• طريقة التجزئة النصفية:

حيث كان معامل الارتباط بين درجات نصف المقياس يساوي ٠,٨٤٢ وهو دال إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha=0.01$ ، وكانت قيمة تصحيح معامل الارتباط باستخدام معادلة "سبيرمان وبراون" تساوي ٠,٩٨٧٥ وهو معامل ثبات مقبول وذو دلالة إحصائية.

• خامساً: الخطوات الإجرائية للدراسة:

اتبعت الباحثة في إجراء الدراسة الحالية الخطوات الإجرائية التالية:

« جمع المادة العلمية ومن ثم كتابة الإطار النظري والدراسات السابقة كما ورد في سابقا.

- ◀◀ إعداد أدوات الدراسة والتحقق من كفاءتها السيكمترية.
- ◀◀ انتقاء عينة الدراسة والتحقق من تجانسها.
- ◀◀ تطبيق أدوات الدراسة.
- ◀◀ الاستعانة بالأساليب الإحصائية المناسبة لمعالجة الدرجات التي تم الحصول عليها.
- ◀◀ عرض النتائج وصياغتها ومناقشتها وتفسيرها ومن ثم استخلاص مجموعة من التوصيات التربوية.

• سادساً: الأساليب الإحصائية المستخدمة:

- استخدمت الباحثة لبلوغ نتائج هذه الدراسة الأساليب الإحصائية التالية:
- ◀◀ معامل الارتباط (لبيرسون).
- ◀◀ تحليل الانحدار الخطي البسيط Simple Linear Regression Analysis.
- ◀◀ تحليل الانحدار المتعدد Multiple Linear Regression Analysis بطريقة (Enter).

• نتائج الدراسة:

- تستعرض الباحثة في هذا الجزء من الدراسة النتائج التي تم التوصل إليها كما يلي:
- بالنسبة للفرض الأول والذي نص على: "توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات المشاركين في هذه الدراسة من طلاب جامعة بنها على مقياس جودة الصداقة، ودرجاتهم على مقياس الحيوية الذاتية".
- وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم حساب معامل الارتباط (لبيرسون) بين درجات الطلاب على مقياس جودة الصداقة وأبعاده، ودرجاتهم على مقياس تقدير مستوى الحيوية الذاتية لديهم بأبعادها المختلفة، والجدول ١٦ يوضح معاملات الارتباط التي تم الحصول عليها كما يلي:

جدول (١٦): معاملات الارتباط بين درجات المشاركين في هذه الدراسة من طلاب الجامعة على مقياس جودة الصداقة ودرجاتهم على مقياس تقدير مستوى الحيوية الذاتية، $n=27$

الدرجة الكلية	القرب والمودة	المساندة	الثقة والأمن	الدرجة الكلية
الحيوية الجسمية	♦♦٠,٦٣٣	♦♦٠,٧١١	♦♦٠,٤٤٠	♦♦٠,٥١٢
الحيوية العقلية	♦♦٠,٥٢٥	♦♦٠,٤٩٠	♦♦٠,٦٩٢	♦♦٠,٥٩٠
الحيوية الانفعالية	♦♦٠,٦٣٨	♦♦٠,٦٢٤	♦♦٠,٥١٤	♦♦٠,٦١١
الحيوية الاجتماعية	♦♦٠,٤٤٤	♦♦٠,٥١٧	♦♦٠,٤١٨	♦♦٠,٥٧٤
الدرجة الكلية	♦♦٠,٥٠٢	♦♦٠,٦٩٨	♦♦٠,٧٢١	♦♦٠,٦٢٥

♦♦ عبارات دالة عند مستوى (٠,٠١). ♦ عبارات دالة عند مستوى (٠,٠٥).

من الجدول ١٦ يمكن استخلاص النتائج التالية:

- ◀◀ توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha=0.01$ بين القرب والمودة
- ◀◀ والحيوية الجسمية لدى طلاب الجامعة المشاركين في الدراسة.

- « توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha=0.01$ بين القرب والمودة والحيوية العقلية لدى طلاب الجامعة المشاركين بالدراسة.
- « توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha=0.01$ بين القرب والمودة والحيوية الانفعالية لدى طلاب الجامعة المشاركين بالدراسة.
- « توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha=0.01$ بين القرب والمودة والحيوية الاجتماعية لدى طلاب الجامعة المشاركين بالدراسة.
- « توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha=0.01$ بين المساندة والحيوية الجسمية لدى طلاب الجامعة المشاركين بالدراسة.
- « توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha=0.01$ بين المساندة والحيوية العقلية لدى طلاب الجامعة المشاركين بالدراسة.
- « توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha=0.01$ بين المساندة والحيوية الانفعالية لدى طلاب الجامعة المشاركين بالدراسة.
- « توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha=0.01$ بين المساندة والحيوية الاجتماعية لدى طلاب الجامعة المشاركين بالدراسة.
- « توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha=0.01$ بين الثقة والأمن والحيوية الجسمية لدى طلاب الجامعة المشاركين بالدراسة.
- « توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha=0.01$ بين الثقة والأمن والحيوية العقلية لدى طلاب الجامعة المشاركين بالدراسة.
- « توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha=0.01$ بين الثقة والأمن والحيوية الانفعالية لدى طلاب الجامعة المشاركين بالدراسة.
- « توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha=0.01$ بين الثقة والأمن والحيوية الاجتماعية لدى طلاب الجامعة المشاركين بالدراسة.
- « توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha=0.01$ بين جودة الصداقة والحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة المشاركين بالدراسة.
- مما سبق يتضح تحقق الفرض الأول للدراسة الحالية.

• بالنسبة للفرض الثاني والذي نص على: "تسهم جودة الصداقة في التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة (عينه الدراسة)".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب تحليل الانحدار الخطي البسيط Simple Linear Regression Analysis للتحقق من إمكانية التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لطلاب الجامعة من خلال الدرجة الكلية لمستوى جودة الصداقة، وكذلك للتحقق من إمكانية التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة المشاركين بالدراسة من خلال أبعاد جودة الصداقة (كل بعدٍ على حدة)، كما تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد Multiple Linear Regression

Analysis بطريقة (Enter)، للتحقق من إمكانية التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة المشاركين بالدراسة من خلال أبعاد جودة الصداقة معاً، وفيما يلي توضيح ذلك:

(أ) التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة المشاركين بالدراسة من خلال الدرجة الكلية لجودة الصداقة:

جدول (١٧): تحليل التباين (ف) ودلالاتها الإحصائية لتأثير جودة الصداقة على مستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

المتغير المستقل	المتغير التابع	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة	مستوى الدلالة
جودة الصداقة	مستوى الحيوية الذاتية	الانحدار	١٤٢٥,٥٣٣	١	١٤١١,٦٢٥	١٠,٣٠٠	٠,٠٠٠	دالة عند مستوى ٠,٠١
		الباقى	١٤٠٦,٨٣٤	١٨	١٢,٧٤١			
		المجموع	٢٨٩٢,٣٦٧	١٩				

يتضح من جدول (١٧) أن قيمة (ف) دالة إحصائياً عند مستوى $\alpha=0.01$ وبالتالي فإن التباين في مستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة يمكن تفسيره بمعرفة الدرجة الكلية لجودة الصداقة .

جدول (١٨): معامل الارتباط المتعدد R بين جودة الصداقة ومستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

المتغير المستقل	المتغير التابع	معامل الارتباط المتعدد R	مربع معامل الارتباط المتعدد (معامل التحديد (R2	مربع معامل الانحدار المتعدد	الخطأ المعياري
جودة الصداقة	مستوى الحيوية الذاتية	٠,٧٢١٤٥	٠,٥٢٣٦	٠,٤٨٤	٣,٤٢٨

يتضح من جدول (١٨) أن قيمة معامل الارتباط المتعدد R، وهو معامل ارتباط مناسب، كما يتضح أيضاً أن جودة الصداقة كمتغير مستقل يسهم في تفسير التباين الكلي لمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة كمتغير تابع، حيث إنه يفسر (٤٨,٤٪) من التباين الكلي في درجة مستوى الحيوية الذاتية

جدول (١٩): دلالة تحليل الانحدار بين جودة الصداقة ومستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

المتغير المستقل	قيمة معاملات الانحدار	الخطأ المعياري لمعاملات الانحدار	قيمة بيتا	قيمة ت	الدلالة	مستوى الدلالة
الثابت	٢٥,١١٤	٢,٤٤٧	٠,٦٩٩	٥,٨٨٥	٠,٠٠٠	دالة عند مستوى ٠,٠١
جودة الصداقة	٠,٤٢٥	٠,٥١		١٠,٦٢٠	٠,٠٠٠	دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من جدول (١٩) مدى إسهام جودة الصداقة في التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة؛ حيث كانت قيمة ثابت التنبؤ = ٢٥,١١٤، وهو دال عند مستوى ٠,٠١، ومعامل الانحدار الجزئي غير المعياري = ٠,٤٢٥، وهو أيضاً دال عند مستوى ٠,٠١، أما قيمة بيتا هنا تساوي ٠,٦٩٩، وتدل قيمة بيتا على أن كل تغير مقداره درجة معيارية واحدة في قيمة جودة الصداقة يؤدي إلى تغير قيمته ٠,٦٩٩ في قيمة مستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة.

ومما سبق يتضح أنه يمكن التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة من خلال الدرجة الكلية لجودة الصداقة، ويمكن صياغة معادلة الانحدار التي تعين على التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية من خلال الدرجة الكلية لجودة الصداقة في الصورة الآتية: مستوى الحيوية الذاتية = $250.114 + (0.425 \times \text{جودة الصداقة})$

(ب) التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة من خلال أبعاد جودة الصداقة:

(١) التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة من خلال بُعد القرب والمودة:
جدول (٢٠): تحليل التباين (ف) ودالاتها الإحصائية لتأثير القرب والمودة على مستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

المتغير المستقل	المتغير التابع	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة	مستوى الدلالة
القرب والمودة	مستوى الحيوية الذاتية	الانحدار	١١٢٣,٢٨٤	١	١١٢٣,٢٨٤	٨٣,٤١١	٠,٠٠٠	دالة عند مستوى ٠,٠١
		الباقى	١٥٨٩,٠٨٢	١٨	١٣,٤٦٧			
		المجموع	٢٧١٢,٣٦٧	١٩				

يتضح من جدول (٢٠) أن قيمة (ف) دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، وبالتالي فإن التباين في مستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة يمكن تفسيره بمعرفة الدرجة الكلية لبعد القرب والمودة.

جدول (٢١): معامل الارتباط المتعدد R بين القرب والمودة ومستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

المتغير المستقل	المتغير التابع	معامل الارتباط المتعدد R	مربع معامل الارتباط المتعدد (معامل التحديد R ²)	مربع معامل الانحدار المتعدد	الخطأ المعياري
القرب والمودة	مستوى الحيوية الذاتية	٠,٦٤٤	٠,٤١٤	٠,٤٠٩	٣,٦٦٩

يتضح من جدول (٢١) قيمة معامل الارتباط المتعدد R، وهو معامل ارتباط مناسب. كما يتضح أيضاً أن القرب والمودة كمغير مستقل يسهم في تفسير التباين الكلي لمستوى الحيوية الذاتية لطلاب الجامعة كمغير تابع، حيث إنه يفسر (٤١,٤٪) من التباين الكلي في درجة الحيوية الذاتية.

جدول (٢٢): دلالة تحليل الانحدار بين القرب والمودة ومستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

المتغير المستقل	قيمة معاملات الانحدار	الخطأ المعياري لمعاملات الانحدار	قيمة بيتا	قيمة ت	الدلالة	مستوى الدلالة
الثابت	٢٧,١٧١	٣,٨٧٠	٠,٦٤٤	٧,٠٢١	٠,٠٠٠	دالة عند مستوى ٠,٠١
القرب والمودة	٠,٩٧٣	٠,١٠٧		٩,١٣٣		

يتضح من جدول (٢٢) مدى إسهام القرب والمودة في التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة؛ حيث كانت قيمة ثابت التنبؤ = ٢٧,١٧١، وهو دال عند مستوى ٠,٠١، ومعامل الانحدار الجزئي غير المعياري = ٠,٩٧٣، وهو أيضاً دال عند مستوى ٠,٠١، أما قيمة بيتا هنا تساوي ٠,٦٤٤، وتدل قيمة بيتا على أن كل تغير مقداره درجة معيارية واحدة في قيمة القرب والمودة يؤدي إلى تغير قيمته

٠,٦٤٤ في قيمة مستوى الحيوية الذاتية. ومما سبق يتضح أنه يمكن التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة من خلال الدرجة الكلية للقرب والمودة، ويمكن صياغة معادلة الانحدار التي تعين على التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية من خلال القرب والمودة في الصورة الآتية: مستوى الحيوية الذاتية = $27.171 + (0.973 \times \text{القرب والمودة})$

٢) التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة من خلال المساندة:
جدول (٢٣): تحليل التباين (ف) ودلالاتها الإحصائية لتأثير المساندة على مستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

المتغير المستقل	المتغير التابع	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة	مستوى الدلالة
المساندة	مستوى الحيوية الذاتية	الانحدار	١١٩٧,٣٢	١	١١٩٨,٣٣٥	٩٢,١٠٢	٠,٠٠٠	دالة عند مستوى ٠,٠١
		الباقى	١٤٩٨,٠٣٧	١٨	١٤,٦١٥			
		المجموع	٢٨١٥,٤٢٢	١٩				

يتضح من جدول (٢٣) أن قيمة (ف) دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، وبالتالي فإن التباين في مستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة يمكن تفسيره بمعرفة الدرجة الكلية لبعد المساندة.

جدول (٢٤): معامل الارتباط المتعدد R بين المساندة ومستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

المتغير المستقل	المتغير التابع	معامل الارتباط المتعدد R	مربع معامل الارتباط المتعدد (معامل التحديد R ²)	مربع معامل الانحدار المتعدد	خطأ المعايير
المساندة	مستوى الحيوية الذاتية	٠,٧٣٧	٠,٥٣٣	٠,٥٠٤	٣,٩٩١

يتضح من جدول (٢٤) قيمة معامل الارتباط المتعدد R، وهو معامل ارتباط مناسب. كما يتضح أيضاً أن المساندة كمتغير مستقل تسهم في تفسير التباين الكلي لمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة كمتغير تابع، حيث إنها تفسر (٥٣,٣%) من التباين الكلي في درجة الحيوية الذاتية.

جدول (٢٥): دلالة تحليل الانحدار بين المساندة ومستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

المتغير المستقل	قيمة معاملات الانحدار	خطأ المعايير لمعاملات الانحدار	قيمة بيتا	قيمة ت	الدلالة	مستوى الدلالة
الثابت	٢٦,٠٥٩	٣,٤٤٢	٠,٧٩٢	٨,٣٢٩	٠,٠٠٠	دالة عند مستوى ٠,٠١
المساندة	٠,٨٩٧	٠,٢١٦		٩,٢٥٢	٠,٠٠٠	دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من جدول (٢٥) مدى إسهام المساندة في التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة؛ حيث كانت قيمة ثابت التنبؤ = 26.059 ، وهو دال عند مستوى ٠,٠١، ومعامل الانحدار الجزئي غير المعياري = 0.897 ، وهو أيضاً دال عند مستوى ٠,٠١، أما قيمة بيتا هنا تساوي 0.792 ، وتدل قيمة بيتا على أن كل تغير مقداره درجة معيارية واحدة في قيمة المساندة يؤدي إلى تغير قيمته 0.792 في قيمة مستوى الحيوية الذاتية. ومما سبق يتضح أنه يمكن التنبؤ بمستوى الحيوية

الذاتية لدى طلاب الجامعة من خلال الدرجة الكلية للمساندة، ويمكن صياغة معادلة الانحدار التي تعين على التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية من خلال المساندة في الصورة الآتية: مستوى الحيوية الذاتية = $26.059 + (0.897 \times \text{المساندة})$

٣) التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة من خلال الثقة والأمن:
جدول (٢٦): تحليل التباين (ف) ودلالاتها الإحصائية لتأثير الثقة والأمن على مستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

المتغير المستقل	المتغير التابع	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة	مستوى الدلالة
الثقة والأمن	مستوى الحيوية الذاتية	الانحدار	١١٨٠,١٥٩	١	١١٨٠,٢٧٥	٨١,٤٠٠	٠,٠٠٠	دالة عند مستوى ٠,٠١
		الباقى	١٥٠٧,٩٧	١٨	١٣,٨٢١			
		المجموع	٢٦٢٠,٥٠١	١٩				

يتضح من جدول (٢٦) أن قيمة (ف) دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، وبالتالي فإن التباين في مستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة يمكن تفسيره بمعرفة الدرجة الكلية لبعده الثقة والأمن.

جدول (٢٧): معامل الارتباط المتعدد R بين الثقة والأمن ومستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

المتغير المستقل	المتغير التابع	معامل الارتباط المتعدد R	مربع معامل الارتباط المتعدد (معامل التحديد R ²)	مربع معامل الانحدار المتعدد	الخطأ المعياري
الثقة والأمن	مستوى الحيوية الذاتية	٠,٨٧١	٠,٤٩٣	٠,٦٦٦	٣,٢٩٧

يتضح من جدول (٢٧) قيمة معامل الارتباط المتعدد R، وهو معامل ارتباط مناسب. كما يتضح أيضاً أن الثقة والأمن كمتغير مستقل يسهم في تفسير التباين الكلي لمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة كمتغير تابع، حيث إنها تفسر (٤٩,٣٪) من التباين الكلي في درجة الحيوية الذاتية.

جدول (٢٨): دلالة تحليل الانحدار بين الثقة والأمن ومستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

المتغير المستقل	قيمة معاملات الانحدار	الخطأ المعياري لمعاملات الانحدار	قيمة بيتا	قيمة ت	الدلالة	مستوى الدلالة
الثابت	٢٥,٣٥٠	٣,٤٤٢	٠,٨٣٤	٨,٣٢٩	٠,٠٠٠	دالة عند مستوى ٠,٠١
الثقة والأمن	٠,٧٩٨	٠,٢١٦		٩,٢٥٢		دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من جدول (٢٨) مدى إسهام الثقة والأمن في التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة؛ حيث كانت قيمة ثابت التنبؤ = ٢٥,٣٥٠، وهو دال عند مستوى ٠,٠١، ومعامل الانحدار الجزئي غير المعياري = ٠,٧٩٨، وهو أيضاً دال عند مستوى ٠,٠١، أما قيمة بيتا هنا تساوي ٠,٨٣٤، وتدل قيمة بيتا على أن كل تغير مقداره درجة معيارية واحدة في قيمة الثقة والأمن يؤدي إلى تغير قيمته ٠,٨٣٤ في قيمة مستوى الحيوية الذاتية. ومما سبق يتضح أنه يمكن التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة من خلال الدرجة الكلية للثقة والأمن، ويمكن صياغة معادلة الانحدار التي تعين على التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية من خلال الثقة والأمن في الصورة الآتية: مستوى الحيوية الذاتية = $25.350 + (0.798 \times \text{الثقة والأمن})$

٤) التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة من خلال أبعاد جودة الصداقة معاً:

جدول (٢٩): دلالة تحليل الانحدار بين أبعاد جودة الصداقة ومستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة

المتغير المستقل	قيمته	الخطأ المعياري لمعاملات الانحدار	قيمة بيتا	قيمته	الدلالة	مستوى الدلالة
الثابت	٢١.٣٠٣	٣.٧١٢	-	٥.٤٠٤	٠.٠٠٠	دالة عند مستوى ٠.٠١
القرب والمودة	٠.٣٨٩	٠.١٧٢	٠.٢٢٧	٢.٥٧١	٠.٠١١	دالة عند مستوى ٠.٠٥
المساندة	٠.٢٨٧	٠.١٤١	٠.٣٠١	٢.٣٠٩	٠.٠٢٢	دالة عند مستوى ٠.٠٥
الثقة والأمن	٠.٤١٧	٠.١٣٩	٠.٣٤١	٢.٦٨٢	٠.٠٠٧	دالة عند مستوى ٠.٠١

يتضح من جدول (٢٩) مدى إسهام أبعاد جودة الصداقة معاً في التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة، حيث يتضح أنه يمكن التنبؤ، ويمكن صياغة معادلة الانحدار التي تعين على التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة من خلال أبعاد جودة الصداقة معاً في الصورة الآتية: مستوى الحيوية الذاتية = $21.303 + (0.389 \times \text{القرب والمودة}) + (0.287 \times \text{المساندة}) + (0.417 \times \text{الثقة والأمن})$

ومما سبق فقد تحقق الفرض الثاني للدراسة.

• مناقشة نتائج الدراسة:

تُعد المرحلة الجامعية من أهم المراحل العمرية التي يمر بها الفرد، حيث تشكل نقطة تحول نحو الاستقلالية والنضج النفسي والاجتماعي. في هذه المرحلة، تلعب الصداقة دوراً محورياً في تشكيل هوية الطالب ودعمه في مواجهة التحديات الأكاديمية والاجتماعية. فالصديق الجيد لا يكون مجرد رفيق، بل داعماً نفسياً يساهم في تعزيز الشعور بالانتماء والرفاهية النفسية، لذا استهدفت الدراسة الحالية التحقق من إمكانية إسهام جودة الصداقة في التنبؤ بمستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة، وفي هذا الصدد أشارت العديد من الدراسات إلى أن جودة العلاقات الاجتماعية، وخاصة الصداقات عالية الجودة، لها تأثير إيجابي على الصحة النفسية. منها على سبيل المثال دراسة المرشدي والسيد (٢٠١٩) والتي أجريت على ٤٠٢ طالب وطالبة من طلاب جامعة حائل، من بينهم ١٩٩ من الطلاب، و٢٠٣ من الطالبات، والتي توصلت إلى وجود قيمة دالة إحصائية لجودة الصداقة في التنبؤ بحب الحياة. إن تطوير الصداقة الناجحة يعتبر من المعالم التنموية الهامة، وأمر حاسم للتكيف الصحي، وهي أيضاً تساهم بشكل كبير في تحسين نوعية الحياة (Ghosh et al., 2015)، كما أن لعلاقات الصداقة تأثير حاسم على تمتع الطلاب بالصحة النفسية من خلال إحساسهم الدائم بالدعم النفسي والاجتماعي بين الأصدقاء، والذي يضمن لهم التغلب على الكثير من ضغوط الحياة (أبو بكر، ٢٠١٦)، وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين جودة الصداقة والذكاء الاجتماعي (الغبابشه والثوابيه، ٢٠٢٣)، واستهدفت دراسة شرقي (٢٠٢١) إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين جودة الصداقة والرفاهية النفسية لدى طالبات الجامعة، وجاءت النتائج مؤكدة على إمكانية التنبؤ بالرفاهية النفسية من خلال جودة الصداقة، وتؤثر التفاعلات الاجتماعية مع الآخرين على أفكار

الفرد وسلوكياته ومشاعره التي تعزز التجارب الإيجابية (مثل الحيوية الذاتية) والرفاهية النفسية .

أن جودة العلاقات الاجتماعية، وخاصة الصداقات عالية الجودة، لها تأثير كبير على الصحة النفسية، فالأصدقاء الذين يوفر الدعم والمساندة يساهمون في تقليل مستويات القلق ، مما يعزز الشعور بالحيوية. وعلى ذلك فإن مشاعر الوحدة الناتجة عن عدم وجود علاقة حميمة وذات مغزى بشخص آخر (الوحدة العاطفية)، والعلاقات الاجتماعية غير الكافية، بمعنى عدم وجود الفرد كجزء من مجموعة من الأفراد يتشاركون نفس الاهتمامات والأنشطة، تجعل هؤلاء الأفراد يعانون من وحدة أكبر بسبب التفاعلات الاجتماعية غير الكافية مع الآخرين ، ويواجه الشباب الوحيدون قدراً أقل من الحيوية الذاتية وتحديات التكيف النفسي الأكثر من أولئك الذين لا يعانون من الوحدة (Arslan, 2021)

وهناك عدة آليات تفسر العلاقة بين جودة الصداقة والحيوية الذاتية، منها المساندة والدعم الذي يحصل عليه الصديق من صديقه، والتي تقلل من الشعور بالضغط والتوتر، وتعزيز المشاعر الإيجابية من خلال ممارسة الأنشطة والتفاعلات الاجتماعية المشتركة بقرب ومودة، كما تعد الثقة والأمن من العناصر الأساسية التي ترفع مستوى جودة الصداقة، حيث يشعر الطالب بالأمان النفسي عند مشاركة مشاعره وأفكاره وأسراره مع صديق موثوق، مما يساهم في تخفيف الضغوط النفسية وزيادة الشعور بالحيوية الذاتية، وهذا ما أكدته نتائج الدراسة الحالية، حيث أكدت النتائج على أن جودة الصداقة تلعب دوراً رئيساً في التنبؤ بالحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعة، فكلما زادت جودة الصداقة، ازداد شعور الطالب بالطاقة الإيجابية والحيوية الذاتية، واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (Akin & Akin, 2015) والتي هدفت إلى التعرف على التأثير الوسيط للحيوية الذاتية بين جودة الصداقة والسعادة الذاتية، وأجريت على ٢٧١ طالباً جامعياً، وتوصلت إلى أن السعادة الذاتية والحيوية الذاتية يرتبطان بشكل إيجابي مع جودة الصداقة، وأن الحيوية الذاتية توسطت العلاقة بين جودة الصداقة والسعادة الذاتية . وكذلك دراسة Akin وزملائه (٢٠١٦) والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين جودة الصداقة والحيوية الذاتية، والتي أجريت على ٢٧٣ طالب جامعياً (متوسط أعمارهم ٢١ سنة) ، وأشارت نتائجها إلى وجود ارتباط إيجابي بين الحيوية الذاتية وجودة الصداقة، وكذلك أكدت على إمكانية التنبؤ بالحيوية الذاتية من خلال جودة الصداقة، وتعد الصداقة من أكثر العلاقات المبهجة التي يشكّلها الأفراد في حياتهم، فهي لا توفر المساعدة والدعم فحسب، بل أنها تُساهم بشكل إيجابي في الرفاهية العامة، وتقترن جودة الصداقة بالحيوية الذاتية بشكل كبير في الاتجاه الإيجابي (Shekhawat & Sharma , 2021) . لذا فإن جودة الصداقة يمكن أن تكون منبئاً قوياً بالحيوية الذاتية لطلاب الجامعة، مما يُشير إلى أن تحسين جودة الصداقة يمكن أن يُساهم في تعزيز الحيوية الذاتية للطلاب.

• التوصيات التربوية:

- في ضوء ما توصلت إليه هذه الدراسة من نتائج، فإننا نوصي بما يلي:
- ◀ دمج مهارات إقامة علاقات اجتماعية في المناهج الدراسية، من خلال إدراج موضوعات تتعلق بمهارات بناء العلاقات الإيجابية والتواصل الفعال ضمن المقررات الدراسية .
- ◀ إجراء المزيد من الأبحاث والدراسات التي تستكشف تأثير جودة الصداقة على متغيرات نفسية أخرى.
- ◀ تصميم وإجراء دراسات تتضمن برامج لتعزيز جودة الصداقة، وتطوير برامج تدريبية تعتمد على نتائج الدراسة لتعزيز الصداقات عالية الجودة داخل البيئة الجامعية.
- ◀ تعزيز بيئة جامعية داعمة للصداقة، من خلال توفير الأنشطة الطلابية، التي تشجع على بناء علاقات صداقة عالية الجودة.

• المراجع:

- أبو بكر، أحمد سمير (٢٠١٩). الذكاء الأخلاقي كمنبئ بجودة الصداقة لدى طلبة جامعة المنيا . مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين - مركز النشر الدولي، ٢٠(٢): ٥٨١-٦١٥.
- أبو جادو، صالح محمد علي (٢٠٠٤). علم النفس التطوري: الطفولة والمراهقة. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- حنور، قطب عبده. العطار، محمود مغازي (٢٠٢٢). الرضا عن الحياة وعلاقته بالحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية لدى طلاب كلية التربية. المجلة التربوية، جامعة سوهاج- كلية التربية، ١٠٣: ٦٠٣-٦٧٣.
- الرشدان، عبير (٢٠٢٢). العلاقة بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية لدى طلبة المرحلة الجامعية. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، جامعة عين شمس، ٤٦(٤): ٣٢٥-٣٥٨.
- سرميني، إيمان مصطفى (٢٠١٣). الصداقة والسعادة لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة البحث العلمي في الآداب، جامعة عين شمس، ١٤(٣): ١٩١-٢١٨.
- السعيد، تقى عبد المنعم. عبد الغفار، محمد. غنيم، محمد (٢٠٢٣). التوجهات المعاصرة في دراسة مفهوم الحيوية الذاتية. دراسات تربوية واجتماعية، جامعة حلوان - كلية التربية، ٢٩(١٠): ٣١٣-٣٤٣.
- سليم، عبد العزيز ابراهيم (٢٠١٦). الحيوية الذاتية وعلاقتها بسمات الشخصية الاجتماعية الإيجابية والتفكير المفعم بالأمل لدى معلمي التربية الخاصة. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس - مركز الإرشاد النفسي، ٤٧(١): ١٧١-٢٦٢.
- شرقي، حورية (٢٠٢١). جودة الصداقة وعلاقتها بالرفاهية النفسية لدى طالبات الجامعة. مجلة العلوم الانسانية، جامعة العربي بن مهيدي- أم البواقي، ٨(٢): ٥٠٦-٥٢٦.
- الشماس، عيسى (٢٠١٢). الصداقة عند الشباب الجامعي: طلبة كليتي التربية والعلوم بجامعة دمشق نموذجاً. مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية، كلية التربية، جامعة دمشق، ٢٨(٢): ١٣-٥٨.
- الشميري، خالد عبد الرحمن (٢٠١٩). الصداقة لدى طلبة جامعة تعز في ضوء بعض المتغيرات. مجلة العلوم التربوية والدراسات الإنسانية، اليمن، ٥: ١٤٤-١٧٣.
- عبد الجواد، هانم معوض (١٩٩٩). فاعلية استخدام مسرح العرائس في تنمية مهارات الصداقة لدى أطفال الرياض. رسالة ماجستير، جامعة القاهرة، مصر.
- عبد الله، أيمن سالم (٢٠١٨). مقياس تقدير المستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقلي للأسرة المصرية. مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ٢٩(١١٦): ٢٤٥-٢٨٣.

- عبد النبي، سامية محمد. (٢٠١١). الذكاء الانفعالي وعلاقته بجودة الصداقة لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة. **مجلة كلية التربية، جامعة طنطا**، ٤٣: ١٩٩-٢٥٨.
- العبيدي، عفرأ إبراهيم (٢٠٢٠). الحيوية الذاتية لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. **المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية**، ٢(١): ٢٠-٤٤.
- عجاج، عدى، فضيل، ظفر (٢٠٢٣). السلوك الاجتماعي الايجابي وعلاقته في جودة الصداقة لدى طلبة الرحلة الاعدادية . **مجلة التربية للعلوم الإنسانية ، جامعة الموصل – كلية التربية للعلوم الانسانية**، ٣: ٢٣٩-٢٦٨.
- عراقى،صلاح الدين (٢٠٠٨). التعلق الوالدي المدرك وعلاقته بجودة الصداقة والاكثاب لدى طلاب الجامعة. **مجلة كلية التربية، جامعة بنها**، ١٨(٧٣): ١٥٦-١٩٣.
- على، شيماء سيد (٢٠٢٢). الحيوية الذاتية كمحدد للرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة. **مجلة بحوث، جامعة عين شمس – كلية البنات للاداب والعلوم والتربية**، ٢(٩): ٤٠-٨٠.
- عمر، محمد كمال (٢٠١٦). تأثير المهارات اللغوية والمهارات الاجتماعية والطبع "المزاج كسمّة" على جودة الصداقة لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم بالمرحلة الابتدائية . **رسالة التربية وعلم النفس، جامعة الملك سعود- الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية**، ١٢٥: ١٥٦-١٥٦.
- الغباشه، رنا أحمد. الثوابية، أحمد محمود(٢٠٢٣). جودة الصداقة وعلاقتها بالذكاء الأخلاقي والذكاء الاجتماعي لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية. **مجلة العلوم التربوية والنفسية، المركز القومي للبحوث، غزة**، ٧(٢٢): ٦٦-٩٥.
- لطفى، طلعت إبراهيم (١٩٩٤). بيتر بلاو ومدى إسهامه في تطور نظرية التبادل الاجتماعي . **المجلة العربية للعلوم الإنسانية، جامعة الكويت –مجلس النشر العلمى**، ٤٦(١٢): ١١٤-١٣٩.
- المجنوب، أحمد (٢٠١١). **الصداقة والشباب** . بيروت: الدار الصرية- اللبنانية.
- محمد، سحر محمد (٢٠٢٠). الدور التربوي للصداقة فى المجتمعات الافتراضية: دراسة ميدانية ، **مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط**، ٣٦(٢): ١٥٨-٢٢٧.
- المرشدى، أمل خالد. خليفة، فاطمة خليفة(٢٠١٩). دور جودة الصداقة والذكاء الروحي فى التنبؤ بحب الحياة لدى عينة من طلاب الجامعة بمدينة حائل. **مجلة بحوث كلية الآداب ، جامعة المنوفية**، ١١٩: ١٢١٣-١٢٤٧.
- مصطفى، سارة حسام الدين (٢٠١٨). فاعلية برنامج إرشادى انتقاى لتنمية الحيوية الذاتية لدى عينة من الشباب الجامعى. **مجلة الإرشاد النفسى، جامعة عين شمس-مركز الإرشاد النفسى**، ٥٦: ٣٣-١١٢.
- منصور، إيناس محمد (٢٠٢١). مستوى الصداقة لدى عينة من طالبات جامعة الطائف . **مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط**، ٣٧(٣): ٣١٢-٣٣٩.
- ياسين، حمدي محمد (٢٠١٤). الصداقة والرفاهية النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة. **مجلة كلية التربية، جامعة بنها**، ٢٥(٩٧): ٣٥١-٣٧٩.
- Aboserri, O. (1993). Friendship from the perspective of psychology. **Journal of knowledge scientist**, 2: 82-101.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. N. (2015). **Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation**. New York, NY: Psychology Press.
- Akin, A., & Akin, U. (2015). Friendship quality and subjective happiness: The mediator role of subjective vitality. **Education and Science**, 40(177): 233- 242.
- Akin, U., Akin, A. & Ugur. E. (2016). Mediating Role of Mindfulness on the Associations of Friendship Quality and Subjective Vitality. **Psychological Reports**, 119(2): 516-526.

- Arslan, G. (2021). Loneliness, college belongingness, subjective vitality, and psychological adjustment during coronavirus pandemic: Development of the College Belongingness Questionnaire. **Journal of Positive School Psychology**, 5(1): 17-31.
- Arslan, G., Yıldırım, M., & Aytaç, M. (2020). Subjective vitality and loneliness explain how coronavirus anxiety increases rumination among college students. **Death Studies**. <https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1824204>
- Asher, S. R., & Parker, J. G. (1993). Friendship and friendship quality in middle childhood: Links with peer group acceptance and feelings of loneliness and social dissatisfaction. **Developmental Psychology**, 29, 611-621.
- Bagwell, C. L., & Schmidt, M. E. (2013). **Friendships in childhood and adolescence**. New York, NY: Guilford Press.
- Bagwell, C. L., Bender, S. E., Andreassi, C. L., Kinoshita, T., Montarello, S., & Muller, J. (2005). Friendship quality and perceived relationship changes predict psychosocial adjustment in early adulthood. **Journal of Social and Personal Relationships**, 22, 235-254 .
- Bakalim, O. & Taşdelen-Karçkay, A. (2016)0 Friendship quality and psychological well-being: the mediating role of perceived social support. **International Online Journal of Educational Sciences**, 8(4),28-39.
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L., & García-Merita, M. (2011). Associations among perceived motivational climate created by the coach, dispositional orientation, motivational regulations and subjective vitality in young female tennis players. **Revista de Psicología del Deporte**, 20, 133-148.
- Berndt, T. J. (1996). Exploring the effects of friendship quality on social development. In W.M. Bukowski, A. F. Newcomb, & W.W. Hartup (Eds.), **The company they keep: Friendship in childhood and adolescence** (pp. 346-365). Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Berndt, T. J., & Perry, T. B. (1986). Children's perceptions of friendships as supportive relationships. **Development Psychology**, 22, 640-648.
- Berndt, T.J. (2002). Friendship quality and social development. **Current Directions in Psychological Science**, 11(1), 7-10.
- Bertrams, A. (2021). Perceived self-control effort, subjective vitality, and general affect in an associative structure. **Frontiers in psychology**, 12,1-6.

- Bostic, T. J., Rubio, D. M., & Hood, M. A. (2000). Validation of the subjective vitality scale using structural equation modelling. **Social Indicators Research**, 52, 313-319.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Retrospect and prospect. **American Journal of Orthopsychiatry**, 52(4) , 664-678 .
- Buhrmester, D. (1990). Intimacy of friendship, interpersonal competence, and adjustment during preadolescence and adolescence. **Child Development**, 61(4): 1101-1111.
- Bukowski, W. M., & Hoza, B. (1989). **Popularity and friendship: Issues in theory, measurement, and outcome**. In T.J. Berndt & G.W. Ladd (Eds.), *Peer Relationships in child development* (pp. 1545). New York: Wiley.
- Bukowski, W. M., Hoza, B., & Boivin, M. (1994). Measuring friendship quality during pre-and early adolescence: The development and psychometric properties of the friendship qualities scale. **Journal of social and Personal Relationships**, 11, 471-484.
- Demir, M., & Ozdemir, O. (2010). Friendship, need satisfaction and happiness. **Journal of Happiness Studies**, 11, 243-259.
- Demir, M., Özdemir, M., & Weitekamp, L. A. (2007). Looking to happy tomorrows with friends: Best and close friendships as they predict happiness. **Journal of Happiness Studies**, 8, 243-271.
- Furman, W., & Buhrmester, D. (1985). Children's perceptions of the personal relationships in their social network. **Developmental Psychology**, 21, 1016-1024
- George, T. (1996). Friendship Networks of Unpopular, Average, and Popular Children. **Child Development**, 67(5), 2301-2316.
- Ghosh, P., Ray, D., & Das, S. (2015). A study on the construction of a scale for assessing the quality of friendship. **Indian Journal of Health & Wellbeing**, 6(3), 3-26.
- Goss, S. (2006). **The influence of friendship quality and commitment on the empathy -forgiveness relationship in children and adolescents**. Ph.D Thesis, Faculty of the Graduate College, University of Nebraska
- Greenglass, E., R. (2006). **Vitality and vigor: Implications for healthy functioning** In p. Buchwald (Ed.) *Stress and anxiety application to health, work place, community, and education*.Newcastel: Cambridge Scholars Press. (pp.65-86) .
- Hartup, W. W., & Stevens, N. (1999). Friendships and adaptation across the life span. **Current Directions in Psychological Science**,8, 76-79.
- Howes, C. (1996). **The earliest friendships: Friendship in childhood and adolescence**. England: Cambridge University Press.

- Kawabata, M., Yamazaki, F., Guo, D. W., & Chatzisarantis, N. L. D. (2017). Advancement of the Subjective Vitality Scale: Examination of alternative measurement models for Japanese and Singaporeans. **Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports**, 27(12), 1793-1800.
- Keefe, K., & Berndt, T. J. (1996). Relations of friendship quality to self-esteem in early adolescence. **The Journal of Early Adolescence**, 16(1), 110-129.
- Kitami, N. (2005). Friendship when the children of working mothers in the city of Amman and its relationship with some variables. **Arab Children Journal**, 23, 26-45.
- Kubzansky, L & Thurston, R (2007): Emotional Vitality and Incident Coronary Heart Disease: Benefits of Healthy Psychological Functioning, **Arch Gen Psychiatry**, 64(12), PP:1393-1401.6
- Lansford, J. E., Criss, M. M., Pettit, G. S., Dodge, K. A., & Bates, J. E. (2013). Friendship quality, peer group affiliation, and peer antisocial behavior as moderators of the link between negative parenting and adolescent externalizing behavior. **Journal of Research on Adolescence**, 13(2), 161-184.
- Lee, J. (2010). **A study of friendship quality in selected Korean High School students and its possible relationship to spirituality**. Ph.D Thesis. Southwestern Baptist Theological Seminary.
- Levesque, R. J. (Ed.). (2014). **Encyclopedia of Adolescence**. New York: Springer Science & Business Media.
- Lindsey, E. W. (2002). Preschool children's friendships and peer acceptance: Links to social competence. **Child Study Journal**, 32(3), 145-157
- Lodder, G. M., Scholte, R. H., Goossens, L., & Verhagen, M. (2017). Loneliness in early adolescence: Friendship quantity, friendship quality, and dyadic processes. **Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology**, 46(5), 709- 720.
- Nicolaisen, M., & Thorsen, K. (2017). What are friends for? Friendships and loneliness over the lifespan From 18 to 79 years. **The International Journal of Aging and Human Development**, 84(2), 126-158.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). Character strengths and virtues: A handbook and classification (Vol. 1). Oxford University Press. **Psychology**, 68, 531-543.
- Rubin, K. H., Dwyer, K. M., Booth-LaForce, C., Kim, A. H., Burgess, K. B., & Rose-Krasnor, L. (2004). Attachment, friendship, and psychosocial functioning in early adolescence. **The Journal of Early Adolescence**, 24(4), 326-356.

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2008). From ego depletion to vitality: Theory and findings concerning the facilitation of energy available to the self. **Social and Personality Psychology Compass**, 2, 702-717.
- Ryan, R. M., & Frederick, C. (1997). On energy, personality and health: subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. **Journal of Personality**, 65, 529-565.
- Ryan, R. M., and Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. **American psychologist**, 55(1), 68.
- Ryan, R. M., and Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. **Annual Review of Psychology**, 52, 141-166.
- Shekhawat, A., & Sharma, M. (2021). Friendship quality and subjective vitality : A study among emerging adults. **UGC CARE LISTED JOURNAL**, 11,111-129.
- Sheldon, K. M., & Kasser, T. (1995). Coherence and congruence: Two aspects of personality integration. **Journal of Personality and Social Psychology**, 68(3), 531-546.
- Thien, L. M., & Abd Razak, N. (2013). Academic coping, friendship quality, and student engagement associated with student quality of school life: A partial least square analysis. **Social Indicators Research**, 112, 679-708.
- Thien, L. M., Abd Razak, N., & Jamil, H. (2012). **Friendship Quality Scale: Conceptualization, Development and Validation**. Paper presented at the AARE APERA International Conference, Sydney, Australia.
- Uğur, E., Kaya, Ç., & Özçelik, B. (2019). Subjective vitality mediates the relationship between respect toward partner and subjective happiness on teachers. **Universal Journal of Educational Research**, 7(1), 126-132
- Updegraff, K. A., & Obeidallah, D. A. (1999). Young adolescents' patterns of involvement with siblings and friends. **Social Development**, 8(1), 52-69.

