

الدور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين التعقل والشعور بالإزدهار النفسي لدى طلاب وطالبات الجامعة

إعداد

د. رشا محمد عبد الستار

أستاذ علم النفس المساعد

كلية الآداب- جامعة حلوان

أد. سيد أحمد الوكيل

أستاذ علم النفس الإكلينيكي

جامعتي الفيوم بمصر والفجيرة بدولة الإمارات

ملخص:

استهدفت الدراسة الحالية التعرف على الدور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين التعقل والشعور بالإزدهار النفسي لدى طلاب وطالبات الجامعة، بالإضافة إلى التعرف على العلاقات المتبادلة بين رأس المال النفسي والتعقل والشعور بالإزدهار النفسي. تكونت عينة الدراسة من ٤١٠ طالب وطالبة من طلاب الجامعة بواقع (٩٣ ذكور و٣١٧ إناث) تراوحت أعمارهم ما بين ٢٥ و١٨ عاماً وبمتوسط عمري قدره ٢٠,٦٨ عاماً وانحراف معياري قدره ١,٥٦ عاماً. تضمنت أدوات الدراسة استبانة جمع البيانات الأولية (إعداد الباحثان)، مقياس رأس المال النفسي (Lorenz et al., 2016) تعريب الباحثان، قائمة فرايبورج للتعقل (Walach et al., 2006) تعريب الوكيل (٢٠٢١)، مقياس الإزدهار النفسي (Diener et al., 2010) تعريب (الوكيل وباشا، ٢٠٢٤). وتمثلت النتائج في وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً عند مستوى ٠,٠١ بين كل من التعقل ورأس المال النفسي والشعور بالإزدهار لدى عينة الدراسة. كما أظهرت النتائج أن رأس المال النفسي يُمثل دوراً وسيطاً في العلاقة بين التعقل (كمُتغير مُستقل) والشعور بالإزدهار النفسي (كمُتغير تابع) وأن الوساطة هنا وساطة جزئية، وهذا يعني أن جزءاً من التغير في العلاقة بين التعقل والإزدهار النفسي لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة يعود إلى تأثير رأس المال النفسي على العلاقة بين المتغيرين المُستقل والتابع. وبالتالي تتحقق صحة الفرض الذي أكد على أن رأس المال النفسي يؤدي دوراً وسيطاً في العلاقة بين التعقل والشعور بالإزدهار النفسي لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة.

الكلمات المفتاحية:

الدور الوسيط- رأس المال النفسي - التعقل - الإزدهار النفسي.

الدور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين التعقل والشعور بالإزدهار النفسي لدى طلاب وطالبات الجامعة

إعداد

أ.د. سيد أحمد الوكيل

أستاذ علم النفس الإكلينيكي

جامعتي الفيوم بمصر والفجيرة بدولة الإمارات

د. رشا محمد عبد الستار

أستاذ علم النفس المساعد

كلية الآداب- جامعة حلوان

مدخل إلى مشكلة الدراسة

تركزت جهود علماء النفس- حتى النصف الثاني من القرن العشرين- حول دراسة الاضطرابات النفسية بكافة أشكالها وصنوفها وتحققت فيها العديد من الإنجازات، فأضحى المتخصص في علم النفس أكثر قدرة على الإلمام بطبيعة الاضطرابات التي كانت غامضة من قبل، وأمكنه القيام بتشخيصاتٍ دقيقةٍ لها ومعرفة أسبابها وخصائصها وكيفية تطورها واكتشاف العديد من الاستراتيجيات المستخدمة في علاجها والوقاية منها (الوكيل، ٢٠١٥؛ الوكيل، ٢٠١٨) إلا أن هذا والتطور، قد ترتب عليه عديد من المآخذ، فالانشغال الزائد بالحالات المضطربة والسلبية، كان على حساب الاهتمام بدراسة الحالات الإيجابية التي تجعل الحياة ذات قيمة ومعنى لأن علم النفس بعد الحرب العالمية الثانية كان علماً غارقاً في الاهتمام بدراسة وعلاج الاضطرابات النفسية، تجاهل العلماء والباحثون الانتباه لفكرة أن بناء القوة وتمكين البشر ودفعهم نحو التعامل مع الأمور بجدية وإيجابية يُعد أقوى وأكثر فاعلية في مجال الإرشاد والعلاج النفسي (الوكيل، ٢٠٢٤) فوفقاً للدراسات التي أُجريت حول البحوث التي تم تنفيذها منذ عام ١٨٨٧ حتى عام ٢٠٠٠ تبين من نتائجها أن التركيز على الانفعالات السلبية مقابل الانفعالات الايجابية بلغت نسبته ١:١٤ (Harris, 2013) وبالتالي أصبح من المفيد البحث عن العوامل والأسباب التي تؤدي إلى الشعور بالسعادة والاستمتاع بمباهج الحياة، بدلاً من البحث في جذور المشكلات والاضطرابات النفسية، لأن تعظيم دور السعادة والشعور بالإزدهار والتنعم في حياتنا سيُسهم في حل كثيرٍ من المشكلات والقضاء عليها قبل ظهورها، وهذا بدوره يُعد أفضل من انتظار ظهور الاضطرابات النفسية ثم علاجها أو التصدي لها بعد ذلك (الوكيل، ٢٠٢٤).

ويُعد الشعور بالازدهار النفسي Psychological Flourishing مطلباً مهماً وهدفاً أسمى من أهداف الأفراد والمؤسسات والمجتمعات، فوفقاً لما أكد عليه (Keyes, 2002) من أن الازدهار النفسي يُعد متغيراً مهماً للإنسان بشكل عام، لأن الأفراد المزدهرين يمتلكون مهارات وخبرات كافية لمساعدة الآخرين لتحقيق الرضا عن حياتهم وأهدافهم المجتمعية مثل محاولة البحث والسعي الجاد نحو إيجاد الفرص المثمرة والأداء بشكل جيد في مجالات الحياة المختلفة، كما أنه يُعد مصدراً للصمود النفسي والتصرف بشكلٍ منظمٍ وناجحٍ، ومن هنا فإن المزدهرين يتسمون بارتفاع مستويات الالتزام والتضحية والتسامح والتقبل والثقة بالنفس والاحترام والتقدير والتأثير الإيجابي والرضا والحب والاحساس بالمعنى والهدف من الحياة، ويميلون إلى التركيز على فرص النمو الإيجابي للشخصية والتغلب على تجارب الحياة الصعبة ويكونون أكثر فعالية وقابلية لاكتساب الخبرات الجديدة ولديهم القدرة على مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية، والاستخدام الفعال للفرص المتاحة، والقدرة على تكوين علاقات ناجحة مع الآخرين، ولديهم معتقدات بناءة مما يعطى لحياتهم قيمةً ومعنى (زايد ومحمود، ٢٠٢٤).

والشعور بالازدهار يُشير إلى أن كل فرد لديه فرصة ليزدهر أو يتطور من خلال تحقيق إمكاناته الفريدة والقيام بدوره في تقوية مجتمعه، فالازدهار لا يتعلق فقط بما لدينا، ولكنه يتعلق بما سنصبح عليه أيضاً (الوكيل، باشا، ٢٠٢٤)، كما يُنظر إلى الازدهار على أنه يُعبر عن مستويات مرتفعة من المشاعر الإيجابية، والشعور بالتتعم وارتفاع مستوى التوافق النفسي والاجتماعي والصحة النفسية (Huppert & So, 2013).

وقد أشار كل من (Basson & Rothmann, 2018) إلى أن الطلاب المزدهرون أكثر ميلاً لاستخدام استراتيجيات التنظيم الإنفعالي واستراتيجيات التعايش الإيجابية والتوافقية؛ أما الطلاب الذين يعانون من انخفاض مستوى الشعور بالازدهار يستخدمون استراتيجيات التنظيم الانفعالي غير السوية أو غير التوافقية ومنها عدم الانتباه والعزو الخارجي وتصيد الأخطاء في ذواتهم وفي الآخرين (في: الوكيل وباشا، ٢٠٢٤).

وزيادة مستوى الازدهار النفسي يُعزز من قدرة الفرد على التعلم والاكتساب، كما أن الحالة المزاجية الايجابية تزيد من القدرة على الانتباه والتركيز والتفكير الابداعي والتفكير الشامل،

وبالعكس فالحالة المزاجية السلبية تؤدي إلى نقص الانتباه ومحدودية التفكير، لذلك فإن طرق التفكير الايجابية والسلبية لها تأثير مهم في اختيار الموقف الصحيح، ومن هنا فإن علينا تعزيز مستوى الشعور بالازدهار النفسي في المجتمع من خلال العمل على تنمية مكوناته وأبعاده لأنه يعد وسيلة مهمة للحد من الاضطرابات، ووسيلة لزيادة الرضا عن الحياة (عوده، ٢٠٢٠).

ويُعد رأس المال النفسي مصدراً من مصادر الشعور بالازدهار، فقد عرف كل من Luthans et al., (2007) رأس المال النفسي مستمداً من علم النفس الإيجابي وعلم السلوك التنظيمي بأنه "حالة نمو نفسية إيجابية للفرد تتميز (بالفاعلية الذاتية) لبذل الجهد اللازم للنجاح في المهام الصعبة و(التفاؤل) حول النجاح الآن وفي المستقبل والمثابرة على الأهداف وإعادة توجيه المسارات إلى الأهداف(الأمل) من أجل النجاح و(الصمود النفسي) عندما تواجه الفرد المشاكل والشدائد يحاول أن يتجاوزها بمرونة لتحقيق النجاح.

وعلى ذلك فإن رأس المال النفسي عبارة عن بناء نسق هرمي مشتق من مجموع أربعة مفاهيم نفسية هي: الأمل والفاعلية والصمود والتفاؤل (Luthans and Youssef, 2017). وقد قدمت أدبيات علم النفس الإيجابي رأس المال النفسي كحالة من التطور تتميز بالثقة والسمات الإيجابية والتوقعات المستقبلية الإيجابية والمثابرة نحو تحقيق الأهداف والغلب على الشدائد (Luthans et al., 2007; Luthans and Youssef, 2017). فهو حالة إيجابية من التطور النفسي (Luthans et al., 2007)، ومنا هنا فإن رأس المال النفسي لديه علاقة إيجابية قوية بالمواقف والسلوكيات الإيجابية (Avey et al., 2011). وبالتالي، ويرتبط بنتائج الرفاهية والتتعم والشعور بالازدهار.

وهناك اتفاق بين الباحثين على أن رأس المال النفسي مكوناً عاماً يتمثل في تلك الحالة النفسية الإيجابية ويتكون من تفاعل أربع مكونات فرعية، يرمز لها بـ HERO هي: الأمل Hope، والفاعلية Efficacy، والصمود Resilience، والتفاؤل Optimism (Luthans & Youssef, 2017).

وقد أشار كل من Avey et al (2011) إلى أن رأس المال النفسي يصاحب رضا الطلاب عن حياتهم بشكل عام، بالإضافة للعلاقة القوية بين كل من رأس المال النفسي والرفاهة النفسية، حيث يعد رأس المال النفسي مؤشراً إيجابياً قوياً مُصاحباً للانفعالات

الإيجابية وعكسيا مع القلق والتوتر الأكاديمي، مما يعكس إيجابيا على إنجازات الطالب الجامعي، وعلى حياته بشكل عام. فالطالب الجامعي يواجه تحديات متنوعة نتيجة متطلبات الدراسة الأكاديمية، وتحديات إدارة العلاقات الشخصية، وهذا يرجع لما تتسم به سنوات الكلية من تغيرات كبيرة في الجوانب الثقافية والديموغرافية والمجتمعية والتكنولوجية لطلاب الجامعات، بالإضافة لعوامل عديدة أدت إلى زيادة وقت الاتصال بالإنترنت يوميا وهو ما أثر بشكل كبير على الحالة الصحية النفسية والبدنية لدى طلاب الجامعة، مما يجعلهم في أشد الاحتياج لامتلاك سمات وقدرات إيجابية مثل التفاؤل والصلابة والأمل والصمود والانفعالات الإيجابية التي تجعلهم يخرجون أصحاء من هذه الفترة الزمنية، من خلال تنمية أساليب التأقلم القائم على رأس المال النفسي لدى طلاب الجامعة (Jing et al., 2022)

كما أن بيئة الجامعة الإيجابية يمكن أن تكون من أكثر البيئات الداعمة اجتماعيا من خلال التفاعل مع الطلاب، وكذلك تسهم في تعزيز الصحة النفسية من خلال تنفيذ ممارسات عالية التأثير لتعلم الطلاب ومشاركتهم في مجموعة متنوعة من برامج تنمية وخدمة المجتمع، وهذا يعزز من إحساس الطلاب بالانتماء والمشاركة المدنية، وارتفاع مستوى الازدهار النفسي لديهم في الجامعة (Fink, 2014).

وقد أظهرت نتائج دراسة عبد العزيز (٢٠٢٢) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الازدهار النفسي وكل من رأس المال النفسي والذكاء الوجداني، فالأشخاص المتسمون بمستوى مرتفع من رأس المال النفسي بما يتضمنه من الأمل والتفاؤل والصمود النفسي والفاعلية الذاتية وكذلك مستويات مرتفعة من الذكاء الوجداني يجعلهم يتفهمون ويدركون مشاعرهم، يتفهمون مشاعر الآخرين وقدرتهم على التنظيم الانفعالي مما يجعلهم يشعرون بمستوى مرتفع من الازدهار النفسي، كما تبين وجود علاقة ارتباطية موجبة بين رأس المال النفسي والرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة، وأن رأس المال النفسي متغير منبئ بالرفاهية النفسية، حيث توصل Ball (2018) إلى وجود ارتباط موجب ودال إحصائياً بين رأس المال النفسي والشعور بالازدهار والرفاهية النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية والدراسات العليا بالجامعة بولاية كنساس.

ولا تقتصر العلاقة بين رأس المال النفسي والشعور بالازدهار على طلاب الجامعة فحسب؛ ولكن هذه العلاقة تنسم بالعمومية على الكثير من فئات وطبقات المجتمع فقد أجرى (2019) de Reuck دراسة استهدفت التعرف على العلاقة بين رأس المال النفسي والشعور بالازدهار لدى ٣٥٠ موظفًا من الموظفين، وتوصلت نتائجها إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين رأس المال النفسي والشعور بالازدهار لدى عينة الدراسة.

وقد أجرى كلٌّ من (Afzal et al., 2020) دراسة تناولت رأس المال النفسي كمؤشر للشعور بالازدهار لدى أعضاء هيئة التدريس، في إسلام آباد، وأظهرت النتائج أن معلمي الجامعات لديهم مستوى عالٍ في كل من رأس المال النفسي والازدهار حيث كانت درجاتهم مرتفعة في جميع الأبعاد الفرعية لرأس المال النفسي، مثل التفاؤل والأمل والصمود والفاعلية الذاتية، كما أنهم أظهروا مستويات مرتفعة من المشاعر الإيجابية والمعاني والإنجاز والسعادة، بينما أظهروا مستوى طبيعي من المشاركة والعلاقة الإيجابية، كما تبين من النتائج أن رأس المال النفسي له تأثير إيجابي على الشعور بالازدهار لدى أعضاء هيئة التدريس في مكان العمل. وأشارت نتائج دراسة عبد العزيز (٢٠٢٢) إلى أن رأس المال النفسي يُسهم في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى طلاب وطالبات الجامعة.

والتعقل أو اليقظة العقلية Mindfulness يُعد من أهم سمات الشخصية التي تُسهم في الوقاية من الضغوط النفسية الخارجية والتغلب على الأزمات الداخلية لدى الفرد بسبب تركيزه العميق في مشاعره وانفعالاته وحالته الوجدانية والانفعالية والعاطفية في اللحظة الحالية التي يعيشها دون الحكم عليها سلباً أو إيجاباً (الوكيل، ٢٠٢١).

فاليقظة العقلية تسهم في تنمية المهارات العقلية الإيجابية ذات الدور الفعال في تحقيق الصحة النفسية للفرد. فتجعله قادراً على توجيه حياته بطريقة واعية، لأن الفرد اليقظ يشعر بانفعالاته وعواطفه بشكل واضح، ويمكنه تخطي المشاعر السلبية، مما يزيد من شعوره بالسعادة والرضا عن الحياة (Lau et al., 2006). كما أنها تُحسن من قدرة الفرد على تحمل المشاعر السلبية، وتزيد من قدرته على التعامل معها بشكل فعال (Cho et al., 2016). والذين يتمتعون باليقظة العقلية قادرون على التكيف مع ما يمر بهم من أحداث حتى لو كانت سلبية ويمثل هذا أحد أشكال التوجه نحو الحياة يتسم بالواقعية، كما يمكنهم اختيار طرق أكثر

فعالية للتعامل مع مطالب الحياة والتخفيف من الآثار السلبية لها وذلك لتحقيق الأهداف بنجاح (Smith et al., 2011).

والتعقل كأحد المتغيرات والسمات الايجابية في الشخصية يرتبط بشكل إيجابي بالشعور بالازدهار النفسي، والازدهار هو مفهوم يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالرفاهية، ويمكن أن يتأثر بشكل كبير باليقظة العقلية، تشير الأبحاث إلى أن اليقظة العقلية تعزز الرفاهية والوظيفية الإيجابية، ويمكن أن يلعب رأس المال النفسي دوراً حاسماً في هذه التعزيزات، حيث تبين من نتائج كل من (Akin & Akin 2015) والتي هدفت إلى دراسة العلاقة بين اليقظة العقلية والازدهار لدى طلاب وطالبات الجامعة، وتبين من نتائجها وجود علاقة موجبة بين التعقل والشعور بالازدهار وأن التعقل يُنبئ بالازدهار، وهي ذات النتيجة التي توصلت إليها دراسة محمد (٢٠٢٠) والتي أظهرت وجود علاقة بين اليقظة العقلية والشعور بالازدهار، كما أن نتائج دراسة الضيدان (٢٠٢٣) قد توصلت لذات النتيجة والتي تبين منها وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين اليقظة العقلية والشعور بالازدهار النفسي لدى طلاب جامعة المجمعة بالمملكة العربية السعودية، وهو أيضاً ما توصلت إليه نتائج دراسة الحسين (٢٠٢٣) والتي تبين منها وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين اليقظة العقلية والشعور بالازدهار النفسي. ونتائج الدراسات التي أُجريت حول العلاقة بين التعقل ورأس المال النفسي قد أظهرت وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين التعقل ورأس المال النفسي، وهذا ما توصلت إليه نتائج دراسة (Pacheco 2017) والتي تبين منها وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين اليقظة العقلية ورأس المال النفسي؛ كما أن نتائج دراسة (Hussain 2022) قد أظهرت وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين رأس المال النفسي واليقظة العقلية لدى الجنسين، وهي ذات النتيجة التي توصلت إليها دراسة كل من (Baluku et al 2023) التي أظهرت أن اليقظة العقلية ارتبطت بشكل إيجابي برأس المال النفسي والاجتماعي.

ونتائج عدد من الدراسة التي اهتمت بالتعرف على العلاقات التبادلية بين التعقل ورأس المال النفسي والازدهار والسمات المرتبطة به أو الدالة عليه قد أظهرت أن رأس المال النفسي يمكن أن يؤدي دور الوسيط بين اليقظة العقلية والشعور بالازدهار، حيث يعزز من تأثير اليقظة

العقلية على النتائج الإيجابية ومنها الشعور بالازدهار أو الرضا عن الحياة أو الرفاهية النفسية، فقد تبين من نتائج دراسة (Li, et al, J. (2017 أن رأس المال النفسي يؤدي دوراً بسيطاً في العلاقة بين اليقظة العقلية والشعور بالازدهار النفسي لدى طلاب وطالبات الجامعة، كما تبين من نتائج دراسة (Ball (2018 أن رأس المال النفسي توسط العلاقة بشكل جزئي بين الرضا الوظيفي والرضا عن الحياة؛ كما تبين من نتائج دراسة حسين (Hussain (2022 أن رأس المال النفسي يتوسط العلاقة بين اليقظة العقلية والتعاطف الذاتي، كما أن نتائج دراسة (Baluku et al 2023 توصلت إلى أن رأس المال النفسي يؤدي دوراً بسيطاً في العلاقة بين اليقظة العقلية والشعور بالرفاهية النفسية (الرضا عن الحياة والسعادة) بين اللاجئين في أوغندا.

وبالرغم من أن نتائج الدراسات السابقة التي تيسر للباحثان الحصول عليها قد أظهرت أن رأس المال النفسي يمكن أن يلعب دوراً بسيطاً مهماً في العلاقة بين اليقظة العقلية والشعور بالازدهار من خلال تعزيز الموارد النفسية، تسهم اليقظة العقلية في تحسين نتائج الرفاهية من خلال رأس المال النفسي؛ فإن البيئة العربية والمصرية مازالت تُعاني من فجوة بسبب ندرة الدراسات التي حاولت التحقق من هذا الدور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين التعقل والشعور بالازدهار النفسي ومن هنا تبرز مشكلة الدراسة الحالية في محاولتها الإجابة عن التساؤل الرئيس التالي:

هل يؤدي رأس المال النفسي دوراً بسيطاً في العلاقة بين التعقل والشعور بالازدهار النفسي لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة؟

ويتفرع عن هذا التساؤل الرئيس التساؤل الفرعيين التاليين:

١- هل توجد علاقة ارتباطية بين كل من رأس المال النفسي والتعقل والشعور بالازدهار لدى عينة الدراسة؟

٢- هل توجد تأثيرات مباشرة وغير مباشرة بين كل من التعقل ورأس المال النفسي والشعور بالازدهار لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة؟

أهداف الدراسة:

١- اختبار أدلة المطابقة التي تُبرز الدور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين التعقل والشعور بالازدهار لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة.

الدور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين التعقل والشعور بالازدهار النفسي

- ٢- التعرف على التأثيرات المباشرة وغير المباشرة الخاصة بالعلاقات المتبادلة بين رأس المال النفسي وكل من التعقل والشعور بالازدهار لدى عينة الدراسة؟
- ٣- محاولة سد الفجوة الموجودة في البيئة العربية عامةً والمصرية خاصةً حول العلاقات المتبادلة بين رأس المال النفسي والتعقل والشعور بالازدهار لدى طلاب وطالبات الجامعة.
- ٤- الإسهام في تفسير العلاقات المتبادلة بين رأس المال النفسي والتعقل والشعور بالازدهار لدى طلاب وطالبات الجامعة.
- ٥- استنباط مجموعة من التوصيات التي قد تُسهم في تحسين مستوى التعقل والشعور بالازدهار النفسي لدى طلاب وطالبات الجامعة خاصةً وأفراد المجتمع عامةً.

أهمية الدراسة

- ١- تسهم الدراسة الحالية في التأصيل لعدد من المتغيرات الإيجابية ذات الطابع الوقائية التي تُفيد في الوقاية من الإصابة بالاضطرابات والمشكلات النفسية.
- ٢- تسهم الدراسة الحالية في التوصل على نموذج يُحدد شكل العلاقات المتبادلة بين رأس المال النفسي والتعقل والشعور بالازدهار النفسي.
- ٣- تحديد التأثيرات المباشرة وغير المباشرة الخاصة بالعلاقات المتبادلة بين رأس المال النفسي وكل من التعقل والشعور بالازدهار لدى عينة الدراسة.
- ٤- تسهم الدراسة الحالية في إثراء مكتبة المقاييس والاختبارات النفسية من خلال تعريب مقياس رأس المال النفسي والتحقق من الخصائص السيكومترية له في البيئة العربية.
- ٥- تقديم إطار نظري لمفاهيم الدراسة (رأس المال النفسي - التعقل - الشعور بالازدهار النفسي) باعتبارها يتسم بعضها بالحدث في علم النفس الإيجابي والتي لم تحظى بالاهتمام الكافي في البيئة العربية.
- ٦- نتائج الدراسة الحالية قد تفيد في وضع برامج إرشادية أو علاجية أو توعوية أو تنموية أو تدريبية لزيادة الشعور بالازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة.

٧- تحاول الدراسة الحالية معالجة متغيرات لم تُعالج معاً من قبل في الدراسات المحلية مما يُكسبها أهمية خاصة.

مفاهيم الدراسة وأطرها النظرية:

أولاً: رأس المال النفسي

عرف كلٌّ من Luthans et al., (2007) رأس المال النفسي مستمداً من علم النفس الإيجابي وعلم السلوك التنظيمي بأنه "حالة نمو نفسية إيجابية للفرد تتميز (بالفاعلية الذاتية) لبذل الجهد اللازم للنجاح في المهام الصعبة و(التفاؤل) حول النجاح الآن وفي المستقبل والمثابرة على الأهداف وإعادة توجيه المسارات إلى الأهداف (الأمل) من أجل النجاح و(الصمود النفسي) عندما تواجه الفرد المشاكل والشدائد يحاول أن يتجاوزها بمرونة لتحقيق النجاح.

وبذلك يُعد رأس المال النفسي بنيه أساسيه مرتبطه بالنتائج الايجابية على المستوى الفردي والتنظيمي حيث أن نتائجه تؤدي إلى تحسين الأداء في العمل وتنمية الموارد البشرية).

(Luthans, et al., 2010)

فرأس المال النفسي عنصرًا نفسيًا أساسيًا يركز على نقاط القوة الداخلية والموارد الإيجابية التي يمتلكها الفرد والتي يمكن الاستفادة منها أو استغلالها، ويتجاوز رأس المال البشري ورأس المال الاجتماعي، وهو حالة نفسية إيجابية تؤثر على تصورات الفرد ومواقفه وسلوكياته وتسهم في الحفاظ على التوازن النفسي وتعزيز النمو الشخصي إيجابيا (Gong et al., 2018) ورأس المال النفسي له جذور في حركة علم النفس الإيجابي الذي يشير إلى أن الشخص الذي ينظر إلى حدث ما بطريقة إيجابية سيكون أكثر ميلاً إلى التطور والازدهار. يتميز رأس المال النفسي بأنه الحالة النفسية الإيجابية للشخص والتي تتطور من خلال الخصائص التالية: الثقة بالنفس أو الإيمان بقدرات الفرد على إكمال المهمة، والقدرة على تقديم إعزاءات إيجابية وتوقعات مستقبلية، والمثابرة نحو الأهداف وإعادة توجيه المسارات نحو الأهداف عند الضرورة، والتكيف الإيجابي والقدرة على التغلب على الشدائد (Pacheco, 2017).

وعلى الرغم من أن الفاعلية الذاتية والأمل والتفاؤل والصمود النفسي تختلف من الناحية المفاهيمية عن بعضها البعض، فإنها مرتبطة أيضاً، فالكفاءة الذاتية والأمل والتفاؤل والصمود النفسي ترتبط ارتباطاً إيجابياً ومهماً. فالفرد الواثق في قدرته على إنجاز المهام (أي مرتفع

الفاعلية الذاتية) ومن المرجح أيضاً أن يكون لديه توقع نتائج أكثر إيجابية (أي مرتفع التفاؤل) ويولد المزيد من الأساليب للوصول إلى الهدف (أي مرتفع الأمل)، ومن المرجح أيضاً أن يُظهر قدرات أعلى للتعامل مع المواقف الضاغطة (أي مرتفع الصمود النفسي) (Zhu, 2021).
أبعاد رأس المال النفسي:

تتعدد أبعاد رأس المال النفسي ومن هذه الأبعاد ما يأتي:

١-فاعلية الذات: أشار الوكيل (٢٠٢١) إلى أن فاعلية الذات تُعبر عن ثقة الفرد في قدرته على القيام بأية مهمةٍ توكل إليه؛ مع استعداده للتحمل والمثابرة وبذل الجهد والمبادرة إلى مواجهة الضغوط والصعوبات والمعوقات في سياق حياته اليومية من أجل تحقيق مستوى أفضل من نوعية الحياة والتوافق النفسي والاجتماعي.

وتعكس الفعالية الذاتية إيمان الفرد بقدراته على تحقيق النتائج المرجوة والتغلب على العقبات (Bandura, 1977) إنها ثقة الشخص في قدرته على أداء مهام محددة وتحقيق الأهداف (Luthans et al., 2007). وهناك أربعة مصادر للفعالية الذاتية. وأكثر مصادر الفعالية الذاتية تأثيراً هو خبرات الإتقان Mastery Experience واجتياز الخبرات المتقنة يقدم أكثر الأدلة إقناعاً فيما يتعلق بمهارات الفرد، حيث تعمل الخبرات الناجحة على تعزيز الفعالية الذاتية ويقلل الفشل من الفعالية الذاتية (Rawlings, 2012) فالنجاحات تبنى معتقداً صلباً في فعالية الفرد الشخصية ، والنجاح في مهمة مثيرة للتحدي يؤدي إلى تغيير معتقدات الفعالية (Stajkovic & Luthans , 1998).

كما تعمل الخبرات بالعبرة Vicarious Experience أو النمذجة Modeling كمصدراً مهماً لمعتقدات الفاعلية، فالقدرة على ملاحظة الآخرين الذين يشتركون في نشاط ما يسمح للملاحظ بعمل استدلالات مقارنة فيما يتعلق بقدراته، فملاحظة أشخاص مشابهين للفرد ينجحون في مهمة ما يزيد من الفاعلية الذاتية، ويحدث الأثر العكسي عند ملاحظة أشخاص مُماثلين يفشلون (Rawlings, 2012)، ووفقاً لنظرية الإدراك الاجتماعي فإن جميع أنواع التعلم تقريباً يمكن أن تحدث بالنمذجة، وتأثيرات النمذجة لا تقتصر على تقديم المعايير الاجتماعية التي تمكن الأفراد من الحكم على قدراتهم الخاصة وإنما تمكنهم من التعرف على قواعد البدء

والتحكم في الأنماط السلوكية المختلفة بدون الحاجة إلى اكتساب هذه السلوكيات بشكل تدريجي عن طريق المحاولة والخطأ (Stajkovic & Luthans , 1998). ويؤثر الإقناع الاجتماعي Social Persuasion على تنمية الفاعلية الذاتية (Rawlings, 2012) ولكي يمكن للإقناع الاجتماعي أن يرفع من فعالية الذات، ينبغي أن يؤمن الفرد بالقائم بالإقناع، والنصح أو التحذيرات، وأن يكون موثقاً فيه، وأن يكون النشاط الذي ينصح الفرد بأدائه في حصة هذا الفرد السلوكية على نحو واقعي ، ذلك أنه لا يوجد إقناع لفظي يستطيع أن يغير حكم شخص على فعاليته وقدرته على القيام بعمل يستحيل أدائه في ظل مقتضيات الموقف الفعلي (عبد الحميد ، ١٩٨٦ : ٤٤٤-٤٤٥).

ويمثل المصدر الرابع للفاعلية الذاتية في الحالة الفسيولوجية والوجدانية للفرد، والتي تؤثر على تنمية الفاعلية الذاتية (Rawlings, 2012) وأشار باندورا Bandura (1997) إلى أن الأشخاص يختلفون في طريقة حياتهم في ظل حالتهم الجسمية وردود أفعالهم، فالبعض يركز على الخبرات الحسية، والبعض الآخر يركز على الجوانب أو العوامل الخارجية، فعند الحكم على الفعالية يعتمد الأشخاص بشكل جزئي على الحالة الفسيولوجية والانفعالية، وترتبط المؤشرات البدنية عن القدرات الشخصية بشكل خاص بالمجالات التي تتضمن تحقيق إنجازات مادية أو بدنية، ومجالات الصحة، وعمليات التكيف مع الضغوط كما تعتبر الحالة الانفعالية مصدراً إضافياً للمعلومات المؤثرة في الحكم على الفعالية الذاتية، فقد تؤدي الحالة المزاجية إلى التحيز في الانتباه، وتؤثر على كيفية فهم وتفسير الأحداث، وعملية ترتيبها معرفياً، وعلى عملية إسترجاعها من الذاكرة، كما يمكن أن تيسر التعلم، إذا كانت الأشياء التي يتم تعلمها تتناسب مع الحالة المزاجية (محمود، ٢٠٠٩).

٢-التفاؤل: أشار سكير وكارفر Scheier & Carver ١٩٨٥ إلى أن التفاؤل هو النظرة الإيجابية للمستقبل، والتي تتميز بالاعتقاد بأن الأشياء الجيدة ستحدث وأن الأحداث السلبية مؤقتة ومعزولة ، كما أنه النظر إلى العالم بمنظور إيجابي والإيمان بأن الأمور ستسير نحو الأفضل. يعمل التفاؤل أيضاً كعامل وقائي ضد التوتر ويعمل على التنبؤ بالأحداث. ، فضلاً عن النتائج الإيجابية في مختلف المجالات بما في ذلك الصحة والأداء الأكاديمي والرضا الوظيفي (Luthans et al., 2007).

٣-الأمل: أوضح سنايدر Snyder ٢٠٠٠ أن الأمل هو عاطفة إيجابية تتطوي على الإيمان بالذات والتوقع بأن المستقبل سيأتي بنتائج جيدة. إنه مزيج من القوة (أي الإيمان بقدرة الفرد على اتخاذ الإجراءات) والمسارات (أي الاعتقاد بأن هناك طرقًا للوصول إلى الأهداف المرغوبة) (سنايدر، ٢٠٠٢). لقد ثبت أن القفز هو أحد العوامل التي تظهر الحماية ضد الإجهاد والتعبُّ بالنتائج الإيجابية في مجالات مختلفة، مثل الأداء الأكاديمي، والرضا الوظيفي، والصحة العقلية والجسدية . كما أن الأمل يرتبط بشكل إيجابي بالمرونة والتكيف. بالإضافة إلى ذلك، وجد أن الأمل يرتبط بشكل إيجابي بالإبداع والابتكار وقدرة حل المشكلات (Luthans et al., 2007).

٤-الصمود النفسي: يُعد الصمود النفسي Resilience هو العملية المسؤولة عن التغلب على الآثار السلبية للتعرض لعوامل خطورة تضرير بالسلامة النفسية وإلى المواجهة الناجحة للخبرات الصادمة ، وتجنب النتائج السلبية التي تصاحب عوامل الخطورة (Fergus & Zimmerman 2006). وتم تقديم مفهوم الصمود النفسي في الابحاث العلمية فى أثناء النصف الثانى من القرن العشرين . وعندما تم تعريف الصمود النفسى على أنه ظاهرة أو عملية تعكس نسبيا التكيف الايجابى على الرغم من التعرض لخبرات شديدة سيئة أو صادمة ، أوضح لوثر Luthar أن هناك شرطين هامين هما : التعرض لتهديد أو أحد الشدائد وثانياً تحقيق تكيف ايجابى على الرغم من التعرض لهذا التهديد وفى الحقيقة لقد حظت ابحاث الصمود النفسى بمكانة بارزة فى الاعمال الرائدة على الاطفال الذين يعانى امهاتهم من الاسيكرزوفرينيا حيث تم التوصل من خلال هذه الابحاث الى انه من بين هؤلاء الاطفال الذين يعانون من خطر التعرض للاصابة بالامراض النفسية كان هناك عدد من الاطفال كان لدى لديهم قدرة على استخدام اساليب التكيف الصحى (Jindal-Snape & Miller, 2008).

وينطوي رأس المال النفسي على مجموعة من الموارد والقدرات النفسية الإيجابية تتسم بأن رأس المال النفسي مكون نفسي إيجابي. وله خلفية نظرية مستمدة بشكل اساسي من علم النفس الإيجابي وعلم السلوك التنظيمي، كما أن رأس المال النفسي قابل للقياس. وهو ليس سمة

نفسية ثابتة وبالتالي يمكن تطويره وتنميته. كذلك له تأثير إيجابي على أداء الفرد ورفاهته النفسية ورضاه عن حياته (Luthans et al., 2007)

النظريات المفسرة لرأس المال النفسي

١- نظرية التعلم الاجتماعي Social Learning Theory

تستند أساسيات رأس المال النفسي إلى نظرية التعلم الاجتماعي، التي تؤسس لتفاعلات متبادلة بين الشخص والبيئة والسلوك الماضي. تقدم هذه النظرية دعماً إضافياً للتمييز بين السمات الشخصية العامة أو الخصائص الشبيهة بالسمات كما هو موجود في الأبعاد الخمسة الكبرى، كما أن قدرات رأس المال النفسي تحتوي على عنصر إدراكي يحتاج إلى الوصول إلى مستوى معين من الشدة والقدرة على التحمل للحفاظ عليه، من أجل تحقيق نجاح قابل للقياس وإنجاز أهداف ملموسة. على الرغم من المشاعر الإيجابية (Avey et al., 2008).

٢- نظرية الحفاظ على الموارد لتفسير رأس المال النفسي conservation of resources وفقاً لنظرية الحفاظ على الموارد conservation of resources ل هوبفل Hobfoll ، من غير المحتمل أن توجد الموارد الشخصية بمعزل عن بعضها البعض، وتتوقع نظرية COR كلما اكتسب الفرد كم أكبر من الموارد سيؤدي إلى نتائج شخصية إيجابية، ورأس المال النفسي أحد أهم الموارد الشخصية الذي يساعد الفرد على تحقيق الأهداف، ويمكنه على التعامل بشكل أفضل مع العوائق التي يواجهها، لهذا يساعد رأس المال النفسي طلاب الجامعات على مواجهة تحديات دراستهم، باعتباره أحد الموارد الإيجابية التي تمكن من امتلاكها على التحرك بقوة نحو النجاح.

٣- نموذج رأس المال النفسي Psychological Capital Model

قام Luthans وآخرون بتقديم نموذج نظري لرأس المال النفسي يعرف بـ HERO ويتكون من أربعة أبعاد (الفعالية الذاتية، والأمل والتفاؤل والصمود النفسي) (عبد العزيز، ٢٠٢٢). وهي الأبعاد التي تم تناولها مسبقاً.

ثانياً: التعقل Mindfulness

التعقل (اليقظة العقلية)، أو ما يُعرف بـ "الذهن الواعي"، يشير إلى حالة من الانتباه والوعي الكامل بال اللحظة الحالية، بما في ذلك الأفكار، المشاعر، والأحاسيس الجسدية. يُعرفه كابات-زين (Kabat-Zinn) بأنه "الوعي الذي ينشأ من الانتباه المتعمد في اللحظة الراهنة، دون

حكم). (Kabat-Zinn, 1990) "يُعتبر التعقل أداة فعالة لتحسين الصحة النفسية والجسدية، حيث تساعد في تقليل التوتر وتعزيز الرفاهية.

وأشار كل من (Zhou et al., 2017) إلى أن اليقظة العقلية (التعقل) يُعد من أهم سمات الشخصية التي تُسهم في الوقاية من الضغوط النفسية الخارجية والتغلب على الأزمات الداخلية لدى الفرد بسبب تركيزه العميق بمشاعره ووجدانه في اللحظة التي يعيشها دون الحكم عليها سلباً أو إيجاباً. وعرفه (Aprapci 2019) بأنه نوع من الانفتاح أو التفتح الواعي والتركيز لحظة بلحظة فيما يحدث الآن دون الحكم على أي من المثيرات، فهو نوع من الوعي دون حكم.

وعرف الوكيل (٢٠٢١) اليقظة العقلية أو التعقل " بأنه سمة نفسية تتضمن مجموعة من الأنشطة والسلوكيات التي تُعبر عن النفتح الذهني والوعي والتركيز في اللحظة الحالية دون إصدار أحكام على أي من المثيرات المُحيطة بالفرد، فهو نوعٌ من الوعي دون حكم، كما أنه يتضمن عدد من المهارات التي يُمكن تعلمها من خلال التدريب والممارسة المنظمة، والتي تعكس حالة من التركيز الشديد والانتباه الواعي الذي يُساعد الفرد على قبول الخبرات، والانفعالات الأحاسيس والأفكار والأحداث التي يمر بها كما هي، ودون إصدار أحكام عليها سلباً أو إيجاباً.

وعرف حسين (٢٠٢٢) اليقظة العقلية بأنها حالة من الوعي الشعوري، والنشاط العقلي المرن الذي يجعل الفرد حساساً بالسياق منبهاً للخبرات الداخلية التي تحدث في اللحظة الراهنة، وملاحظتها، ووصفها، والتركيز عليها أكثر من الإنشغال بالخبرات الماضية أو الأحداث المستقبلية، والانفتاح والمراقبة المستمرة للأفكار والمشاعر من تلك الخبرات، وتقبلها والتسامح معها، ومواجهة الأحداث كما هي في الواقع، ودون التسرع في إصدار أحكام تقييمية عليها مع المحافظة على الهدوء في جميع المواقف والأوقات.

كما عرف الضيدان (٢٠٢٣) التعقل كمفهوم نفسي بأنه ذلك الوعي الناشئ عن توجيه الانتباه للخبرة الذاتية بشكل مقصود ومرتب وإعادة تركيز الانتباه وتوجيه الفكر إلى الحاضر دون الحكم على الخبرة الحالية مما يرسخ في الذات الصبر والرأفة والتسامح والحد من التفكير

الانتقادي للأحداث أو التوحد مع الظواهر، ومواجهة الأحداث كما هي في الواقع. كما أنه الملاحظة والانتباه المقصود للخبرات التي يمر بها الفرد في اللحظة الراهنة، وتقبلها كما هي، ودون إصدار أحكام (صديق و عبد الحميد، ٢٠٢٣). وفي إطار الدراسة الحالية تبني الباحثان تعريف الوكيل (٢٠٢١).

خصائص التعقل:

اتفق كل من كارين Crane ٢٠٠٨، وماك Mace ٢٠٠٨ على أن التعقل هو موقف عقلي يميزه عدة خصائص يهدف إلى تنميتها لدى الطالب لعل من أهمها التعاطف والحيادية والمراقبة والوصف والتصرف بوعي تجاه ما قد يطرأ من أحداث حتى وإن كانت غير سارة كما أنه يتميز بمجموعة من الخصائص التالية:

١- التعقل ووعي شامل، فالليقطة العقلية تؤدي إلى الشعور بوعي واسع وممتد ينطلق إلى أبعاد متعددة لا تقتصر على الأحاسيس الجسدية أو الملكات العقلية فحسب وإنما تنطلق إلى تلك المساحة العريضة التي يشملها التأمل ويؤثر فيها.

٢- التعقل صورة من صور الوعي الذاتي.

٣- يركز التعقل على الاسترخاء الجسدي بشكل مختلف عما قد يشعر به المتدرب في أي جلسة من جلسات التأمل الأخرى.

٤- يعتمد التعقل على توجيه الانتباه بشكل مكثف على ما يجري في الوقت الحاضر دون النظر لأي أمر آخر.

٥- يؤدي التعقل إلى الشعور بالاتزان.

٦- يعتمد التعقل على عدم إقصاء الرغبة في التحكم فيما يدور من أحداث في اللحظة الحالية وإنما فقط على العمل أن يدع الأحداث تمر بتلقائية.

٧- يعتمد التعقل على عدم إعطاء تصنيف للأفكار التي قد تطرأ على ذهن الطالب أثناء وقوع الحدث فهذه الأفكار يمكن أن تتغير (في: الضيدان، ٢٠٢٣).

أبعاد التعقل:

أوضح اكين واكين (Akin & Akin 2015) بعدين لليقطة العقلية تمثل البعد الأول في التنظيم للانتباه نحو تجربة الفرد المباشرة، والبعد الثاني يتضمن الالتزام بالفضول والانفتاح والتوجه نحو اللحظة الراهنة للشخص.

وحدد كانج وآخرون (Kang et al., 2011) أربعة مكونات لليقظة العقلية، هي: الإنتباه ، والوعي، والتركيز علي الخبرة في اللحظة الحاضرة، والتعايش مع الخبرات والأفكار بدون إصدار أحكام.

ومن أكثر الأبعاد المكونة للتعقل:

١-الملاحظة: وتعني الميل إلى ملاحظة الخبرات الداخلية والخارجية مثل الأحاسيس والانفعالات والمعارف والأصوات والروائح وما يراه الفرد، مثل ملاحظة الأشياء الداخلية (الأحاسيس والمعارف والانفعالات) وخارجية (المناظر، والأصوات والروائح).

٢-عدم الحكم على الخبرة الداخلية: وهو عدم تقييم الفرد للأفكار والمشاعر، كأن أقول لنفسي لا ينبغي أن أشعر بهذه الطريقة، والاعتقاد بأن بعض الأفكار غير طبيعية أو سيئة.

٣-عدم التفاعل مع الخبرة الداخلية: وهو السماح للأفكار والمشاعر أن تمر دون الانجراف معها، كأن يعي الفرد مشاعره وأفكاره ولكن لا يستجيب لها، فعندما تكون الأفكار مثيرة للضيق يمكن للفرد ملاحظتها وعدم الاستجابة لها (Baer, 2007).

٤-الوصف: ويقصد به وصف الفرد لخبراته الداخلية والأحاسيس التي يشعر بها مع قدرته على التعبير عنها باستخدام اللغة.

٥-التصرف بوعي: ويشير إلى ما يقوم به الفرد من نشاط في وقت ما حتى وإن كان يركز انتباهه على مثير آخر (صديق وعبد الحميد، ٢٠٢٣).

نماذج من النظريات المُفسرة للتعقل:

1-نظرية العلاج المعرفي السلوكي (Cognitive Behavioral Therapy)

تعتبر هذه النظرية اليقظة العقلية جزءًا أساسيًا من العلاج السلوكي المعرفي، حيث تساعد الأفراد على التعرف على أفكارهم ومشاعرهم وكيفية تأثيرها على سلوكهم. من خلال تعزيز اليقظة، يمكن للأفراد تعلم كيفية التعامل مع التوتر والمشاعر السلبية بطريقة أكثر فعالية. (Hofmann et al., 2010)

٢-نظرية الوعي الذاتي (Self-Awareness Theory)

تشير هذه النظرية إلى أن اليقظة العقلية تعزز الوعي الذاتي، مما يساعد الأفراد على فهم أنفسهم بشكل أعمق. الوعي الذاتي يُعتبر عاملاً رئيسياً في تحسين الصحة النفسية وزيادة الرضا الشخصي. (Keng et al., 2011)

٣- نظرية الهدوء العقلي (Mindfulness-Based Stress Reduction)

طورها جون كابات-زين، تركز هذه النظرية على كيفية استخدام تقنيات اليقظة لتحسين القدرة على التعامل مع التوتر. تتضمن برامج الهدوء العقلي تمارين التأمل والتركيز على التنفس، مما يعزز من الوعي والتركيز. (Kabat-Zinn, 1990)

٤- نظرية التأمل الذهني (Mindfulness Meditation Theory)

أشارت الأبحاث والدراسات النفسية إلى أن ممارسة التأمل الذهني يُسهم في تعزيز التعقل، مما يؤثر إيجاباً على الصحة النفسية والجسدية، لأن التأمل يعزز من التوازن العاطفي ويقلل من مستويات القلق. (Keng et al., 2011)

٥- نظرية تقرير المصير

أشارت هذه النظرية إلى أن الذهن المتفتح قيمته كبيرة في اختيار السلوكيات الملائمة مع احتياجات الفرد وقيمه واهتماماته، حيث تظهر الحاجة إلى اليقظة لدى الفرد عندما تكون حالة التنظيم الذاتي في مستوى منخفض لإعادة بناء التواصل بين عناصر أى نظام مثل العقل والجسم والفكر والسلوك والانفعال، وترى هذه النظرية أن التعقل قد يسهل التذكر من خلال تنظيم النشاط واشباع الحاجات النفسية الأساسية، ووفقاً لهذه النظرية فإن الأشخاص الذين يتسمون بالتعقل يكونون أكثر تذكراً من الأشخاص المنخرطين في أعمال تشتت الانتباه (في: دغوش ٢٠٢٠).

٦- نظرية كابيت زين Kabat- zinne

قامت هذه النظرية على نموذج للتعقل مرتكزاً على ثلاثة حقائق هي القصد (النية) Intention والانتباه Attention والاتجاه Attitude وهذه الحقائق أو العمليات ليست منفصلة عن بعضها، وإنما هي متشابكة في عملية واحدة، تحدث في وقت واحد، حيث يكون التعقل هو العملية التي تحدث لحظة بلحظة، ويمهد القصد الطريق لما هو ممكن، كما أنه يذكر الفرد لحظة بلحظة لماذا يمارسها في المقام الأول. وتكمن أهمية هذه المرحلة في تحويل مقاصد الفرد إلى سلسلة متصلة من التنظيم الذاتي واستكشاف الذات، وأخيراً التحرر الذاتي، وتشير

المرحلة الثانية (الانتباه) إلى الاحتفاظ بالانتباه الذى يتضمن ملاحظة العمليات التى تحدث للفرد من لحظة لأخرى، وفى الخبرات الداخلية والخارجية، كما أن التنظيم الذاتى للانتباه سيكون منبئاً بالنتائج فى تنمية المهارات الثلاث معاً، ويشير الاتجاه إلى نوعية التعقل، وأنه يعكس توجيه الخبرة التى تتضمن الفضول والنقبل (عرفه، ٢٠٢١)

ثالثاً: الازدهار النفسي: Psychological Flourishing

الازدهار الحقيقي يعني أن كل فرد لديه فرصة ليزدهر أو يتطور من خلال تحقيق إمكاناته الفريدة والقيام بدوره فى تقوية مجتمعه ودولته، فالازدهار لا يتعلق فقط بما لدينا، ولكنه يتعلق بما سنصبح عليه أيضاً (الوكيل وباشا، ٢٠٢٤).

ويُنظر إلى الازدهار كحالة من الأداء الأمثل مرادفاً لمستويات مرتفعة من المشاعر الإيجابية وطيب الحال والصحة النفسية والرفاهية النفسية والاجتماعية (Huppert & So, 2013) كما تم تطوير تعريف إجرائي للازدهار، بناءً على التحليل السيكمترى لمؤشرات مجموعة من السمات للرفاهية الإيجابية أو طيب الحال؛ تجمع هذه الأشياء بين المشاعر والأداء، أي جوانب المتعة والروح الجيدة لطيب الحال: الكفاءة، والاستقرار العاطفي، والمشاركة، والمعنى، والتفاؤل، والعاطفة الإيجابية، والعلاقات الإيجابية، والمرونة، وتقدير الذات، والحيوية (Agenor et al., 2017).

أبعاد الازدهار:

تعددت آراء الباحثين حول أبعاد الازدهار النفسى وقد اقترح دينر وزملاؤه Diener,et al ٢٠١٠ بنية أحادية للازدهار النفسى، ويتم قياس هذه البنية من خلال مقياس مختصر يتكون من ثمانى عبارات، يتضمن تصوره للازدهار النفسى أنه إشباع لحاجات نفسية هى الشعور بالكفاءة، وتقدير الذات، والتفاؤل، والاندماج الإيجابى فى الحياة، ووجود معنى وهدف فى حياته ، ووجود علاقات إيجابية مع الآخرين، والإسهام فى رفاهية الآخرين. واقترح كيس Keyes ٢٠١٤ بنية ثلاثية الأبعاد للازدهار النفسى على اعتبار أنه اكتمال للصحة النفسية للفرد والوصول للأداء الأمثل للسلوك الإنسانى وهذه الأبعاد هى:

أ - الرفاهية الوجدانية وهي المشاعر الإيجابية تجاه الذات كالمرح والسعادة ، الهدوء والسلام النفسي تجاه الحياة ومجالاتها بشكل عام.

ب- الرفاهية الشخصية وهي قبول الذات ، والنمو الشخصي ليصبح شخصاً أفضل ، والهدف في الحياة ، والتمكن البيئي لإدارة مسؤوليات الحياة، والاستقلالية في التعبير عن الأفكار والآراء والقيم الخاصة ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين دافئة وموثوقة.

ج- الرفاهية الاجتماعية وهي القبول الاجتماعي تجاه الآخرين، والنمو الاجتماعي للمشاركة في المجتمع لمواجهة التحديات الاجتماعية ، والمساهمة الاجتماعية من خلال الأنشطة الخاصة اليومية المفيدة للمجتمع والآخرين ، والتماسك الاجتماعي من خلال فهمه لما يحدث حوله في العمل والمجتمع (حسين، ٢٠٢٢).

النظريات المُفسرة للازدهار النفسي

١-نظرية النمو الشخصي (Humanistic Theory)

أشارت هذه النظرية، إلى أن الازدهار النفسي يتحقق من خلال تحقيق الذات وتلبية الاحتياجات الإنسانية الأساسية، ووفقاً لما سلو، عندما تُلبى الاحتياجات الأساسية، يتمكن الأفراد من الوصول إلى مرحلة تحقيق الذات (Seligman, 2011) .

٢-نظرية الرفاهية (Wellbeing Theory)

قدم مارتن سيلجمان هذه النظرية التي تتضمن خمسة عناصر رئيسية تُساهم في الازدهار النفسي:

الرضا: (Positive Emotion) الشعور بالسعادة.

الانخراط: (Engagement) الانخراط في الأنشطة التي تُثير الشغف.

العلاقات: (Relationships) بناء علاقات اجتماعية قوية.

المعنى: (Meaning) وجود غرض ومعنى في الحياة.

الإنجاز: (Achievement) تحقيق الأهداف والطموحات (Seligman, 2011)

٣-نظرية التعلم الاجتماعي (Social Learning Theory)

أشارت هذه النظرية، التي طورها ألبرت باندورا، إلى أن الازدهار النفسي يمكن أن يتأثر بالتفاعلات الاجتماعية وتعلم السلوك من خلال الملاحظة، فالأفراد يكتسبون المهارات والتوجهات الإيجابية من خلال التفاعل مع الآخرين (Diener & Seligman, 2004) .

٤- نظرية العوامل البيئية والاجتماعية (Social & Environmental Factors Theory) ركزت هذه النظرية على التأثيرات الخارجية والعوامل البيئية المحيطة بالفرد والتي تؤدي دوراً في شعور الفرد بالازدهار النفسي، مثل الظروف الاقتصادية، الدعم الاجتماعي، والمشاركة في المجتمع، وقد أشارت نتائج الدراسات التي أجريت في هذا الصدد أن المجتمعات والبيئات التي تدعم أفرادها فإنها تُعزز من شعورهم بالرفاهية النفسية والتتعم والرضا عن الحياة والازدهار النفسي (Diener & Seligman, 2004)

خصائص الأفراد الذين يتمتعون بالازدهار النفسي:

يتسم الأفراد ذوي المستويات المرتفعة من الشعور بالازدهار النفسي بمستوى عالٍ من المشاعر الإيجابية على المستويين الخاص والاجتماعي، والخلو من الاضطرابات النفسية، والاستعداد للتطوير، والتحسين، وتوسيع إمكاناتهم، وتكوين علاقات دافئة وموثوقة مع الآخرين (Akin & Akin, 2015).

كما إن الأفراد الذين يمتلكون مستويات مرتفعة من الازدهار النفسي يميلون إلى التركيز على نمو الشخصية، ويميلون إلى التغلب على تجارب الحياة الصعبة، فهم أكثر فاعلية في اكتساب رؤى جديدة حول الذات، ولديهم القدرة على مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية، ولديهم القدرة على الاستخدام الفعال للفرص المتاحة لهم، فضلاً عن قدرتهم على تكوين علاقات ناجحة مع الآخرين، ولديهم معتقدات بناءة تعطي معنى لحياتهم بينما نجد أن الأفراد الذين لديهم مستويات منخفضة من الإحساس بالازدهار النفسي يشعرون بالاستياء وعدم الرضا عن الذات، ويعتمدون على الأحكام الصادرة من الآخرين لاتخاذ القرارات المهمة ويستجوبون للضغوط الاجتماعية، ويواجهون صعوبة في إدارة شؤونهم الحياتية فضلاً عن أهدافهم القليلة في الحياة (العبيدي، ٢٠١٩). ومن الأهمية العامة للازدهار بالنسبة للفرد:

- يوسع الاهتمامات، ويؤدي إلى توسيع الخبرات السلوكية، وهو ما يعني توسيع مهارات الفرد أو الاهداف التي يتم تنفيذها بشكل منتظم، وزيادة الحدس، وزيادة الإبداع.
- للازدهار مظاهر فسيولوجية منها الآثار الإيجابية الهامة للقلب والأوعية الدموية، مثل خفض ضغط الدم

- المشاعر الإيجابية "كجزء من الإزدهار يتوقع منها نتائج صحية عق لية وبدنية، مما يرتبط إيجابياً بطول العمر، وانخفاض معدل الوفيات (محمد، ٢٠٢٠).

فرضا الدراسة:

- ١- توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بيكل من التعقل ورأس المال النفسي والشعور بالازدهار النفسي لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة.
- ٢- يؤدي رأس المال النفسي دوراً وسيطاً في العلاقة بين التعقل والشعور بالازدهار النفسي لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة.

منهج الدراسة وإجراءاتها:

المنهج: تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي؛ لمناسبته في تحقيق أهداف الدراسة والإجابة عن تساؤلاتها وفروضها وفيما يلي شرح لمكونات المنهج المستخدم:
أولاً: التصميم البحثي:

اعتمدت الدراسة على استخدام التصميم الارتباطي الذي يُتيح الفرصة للكشف عن العلاقات الارتباطية والدور الوسيط الذي يؤديه رأس المال النفسي في العلاقة بين التعقل والشعور بالازدهار النفسي لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة.
ثانياً: وصف العينات:

تكونت عينة الدراسة الحالية من عینتين هما العينة الاستطلاعية أو عينة التحقق من الكفاءة السيكمترية والعينة الأخرى هي العينة الأساسية ويمكن توضيح خصائص العينة وذلك على النحو التالي:

أ- العينة الاستطلاعية (عينة التحقق من الكفاءة السيكمترية للأدوات):

وتكونت من (٢٠٠) طالب وطالبة من طلاب الجامعة بواقع (٥٠) طالباً بنسبة ٢٥% و(١٥٠) طالبة بنسبة ٧٥% تراوحت أعمارهم ما بين ١٨ و ٢٥ عاماً بمتوسط عمري قدره ٢٠,٩٥ وانحراف معياري قدره ٢,١١

والجدول التالي يوضح خصائص العينة الاستطلاعية:

جدول (١)

خصائص العينة الاستطلاعية للدراسة ن = ٢٠٠

المتغيرات	أنواع	التكرارات (ك)	النسبة المئوية (%)
العمر	م = ٢٠,٩٥ عاماً	ع = ٢,١١ عاماً	
النوع	طلاب	٥٥	٢٧,٥%
	طالبات	١٤٥	٦٢,٥%
الجامعة	الفيوم	٧٠	٣٥%
	حلوان	١٠٠	٥٠%
	المنوفية	٣٠	١٥%
	الأداب	٦٥	٣٢,٥%
الكلية	الخدمة الاجتماعية	٩٠	٤٥%
	التربية	٣٠	١٥%
	الطب	١٥	٧,٥%
	الأولى	٧٧	٣٨,٥%
الفرقة	الثانية	٣٨	١٩%
	الثالثة	٥١	٢٥,٥%
	الرابعة	٤٣	٢١,٥%
	أعزب	١٩٥	٩٧,٥%
الحالة الاجتماعية	متزوج	٥	٢,٥%
	أعزب	١٩٥	٩٧,٥%
الإقامة	حضر	٢٠	١٠%
	ريف	١٨٠	٩٠%

فيما يتعلق بخصائص العينة الإستطلاعية (عينة التحقق من الكفاءة السيكمترية للأدوات يتبين من الجدول السابق ما يأتي:

١- فيما يتعلق بتوزيع العينة على الجامعات المشاركة فإن ٥٠% من العينة كانت من جامعة حلوان، ٣٥% كانت من جامعة الفيوم، ١٥% كانت من جامعة المنوفية وهذا يُعبر عن تنوع البيانات الأكاديمية والجغرافية لدى عينة الدراسة.

٢- فيما يتعلق بتوزيع العينة على التخصصات الأكاديمية المختلفة فإن ٣٢,٥% من العينة كانت من كليات الآداب، و ٤٥% كانت من كليات الخدمة الاجتماعية، و ١٥% كانت من

كليات التربية، و ٧,٥% كانت من كليات الطب مما يُعبر عن تنوع التخصصات الأكاديمية لدى العينة.

٣- فيما يتعلق بتوزيع عينة الدراسة على الفرق الدراسية فإن عينة الفرقة الأولى بلغت نسبتها ٣٨,٥% بينما عينة الفرقة الثانية بلغت ١٩% وعينة الفرقة الثالثة بلغت ٢٥,٢% بينما عينة الفرقة الرابعة بلغت نسبتها ٢١,٥% مما يُعبر عن تنوع المستويات الأكاديمية المشاركة في الدراسة.

٤- وفيما يتعلق بالحالة الاجتماعية للعينة نلاحظ أن الخالبية العظمى من العينة كانت من غير المتزوجين وبلغت نسبتها ٩٠,٢%، و ٨,٥% كانت من المتزوجين، بينما نسبة المطلقين بلغت ١,٣%.

٥- وفيما يتعلق بمحل الإقامة نلاحظ أن ٩٠% من العينة يقطنون في أماكن ريفية بينما ١٠% من العينة يقطنون في أماكن حضرية.

٦- وأخيراً فيما يتعلق بالحالة الاجتماعية للعينة يتبين أن ٩٧,٥% من العينة غير متزوجين، بينما ٢,٥% من المتزوجين. ومثل هذه الخصائص تكشف عن تنوع بيانات عينة الكفاءة السيكومترية

ب- العينة الأساسية:

وتكونت من ٤١٠ طالب وطالبة من طلاب عدد من الجامعات تراوحت أعمارهم ما بين ١٨ و ٢٥ وبمتوسط عمري قدره ٢٠,٦٨ عاماً وانحراف معياري قدره ١,٥٦ عاماً وفيما يلي خصائص العينة الأساسية للدراسة:

جدول (٢)

خصائص عينة الدراسة ن = ٤١٠

المتغيرات	أنواع	التكرارات (ك)	النسبة المئوية (%)
العمر	م = ٢٠,٦٨ عاماً	ع = ١,٥٦ عاماً	
النوع	طلاب	٩٣	٢٢,٧%
	طالبات	٣١٧	٧٧,٣%
الجامعة	الفيوم	١٤٥	٣٥,٤%
	حلوان	١٩٧	٤٨%
	المنوفية	٦٨	١٦,٦%
	الأداب	١٧٥	٤٢,٧%
الكلية	الخدمة الاجتماعية	١١٣	٢٧,٦%
	التربية	٧٨	١٩%
	الطب	٤٤	١٠,٧%
	الأولى	٨٧	٢١,٢%
الفرقة	الثانية	٦٥	١٥,٩%
	الثالثة	١٥٣	٣٧,٣%
	الرابعة	١٠٥	٢٥,٦%
	أعزب	٣٧٠	٩٠,٢%
الحالة الاجتماعية	متزوج	٣٥	٨,٥%
	مطلق	٥	١,٣%
	حضر	٧٨	١٩%
الإقامة	ريف	٣٣٢	٨١%

من الجدول السابق يتبين ما يلي:

- ١- فيما يتعلق بتوزيع العينة على الجامعات المشاركة فإن ٤٨% من العينة كانت من جامعة حلوان، ٣٥,٤% كانت من جامعة الفيوم، ١٦,٦% كانت من جامعة المنوفية وهذا يُعبر عن تنوع البيئات الأكاديمية والجغرافية لدى عينة الدراسة.
- ٢- فيما يتعلق بتوزيع العينة على التخصصات الأكاديمية المختلفة فإن ٤٢,٧% من العينة كانت من كليات الآداب، و ٢٧,٦% كانت من كليات الخدمة الاجتماعية، و ١٩% كانت من

كليات الطب، و ١٠,٧% كانت من كليات الطب مما يُعبر عن تنوع التخصصات الأكاديمية لدى العينة.

٣- فيما يتعلق بتوزيع عينة الدراسة على الفرق الدراسية فإن عينة الفرق الأولى بلغت نسبتها ٢١,٢% بينما عينة الفرق الثانية بلغت ١٥,٩% وعينة الفرق الثالثة بلغت ٣٧,٣% بينما عينة الفرق الرابعة بلغت نسبتها ٢٥,٦% مما يُعبر عن تنوع المستويات الأكاديمية المشاركة في الدراسة.

٤- وفيما يتعلق بالحالة الاجتماعية للعينة نلاحظ أن الخالبية العظمى من العينة كانت من غير المتزوجين وبلغت نسبتها ٩٠,٢%، و ٨,٥% كانت من المتزوجين، بينما نسبة المطلقين بلغت ١,٣%.

٥- وفيما يتعلق بمحل الإقامة نلاحظ أن ٨١% من العينة يقطنون في أماكن ريفية بينما ١٩% من العينة يقطنون في أماكن حضرية.

٦- وأخيراً فيما يتعلق بالحالة الاجتماعية للعينة يتبين أن ٩١,٨% من العينة غير متزوجين، بينما ٨,٢% من المتزوجين.

ثالثاً: الأدوات:

تضمنت أدوات الدراسة ما يلي:

١- استبانة جمع البيانات الأولية إعداد الباحثان

تضمنت هذه الاستبانة مجموعة من البيانات حول المتغيرات الديموجرافية للعينة تمثلت في السن والنوع ومحل السكن والجامعة والتخصص والحالة الاجتماعية.

٢- مقياس رأس المال النفسي (Lorenz et al., 2016) تعريب الباحثان

تم تطوير استبيان رأس المال النفسي المركب (CPC 12)، وتكون من المفاهيم الأربعة (الأمل، والمرونة، والتفاؤل، والفعالية الذاتية) وزن متساوٍ؛ ومن ثم تم أخذ أفضل ثلاثة عناصر لكل بناء من حيث المحتوى والصدق الظاهري، علاوة على ذلك، تم اتباع مفهوم البناء العقلاني، ويتكون المقياس من ١٢ بنداً (لكل بعد ٣ بنود) يتم تصحيحها باستخدام بدائل إجابته مكونه من ٦ نقاط يتراوح من ١ = "لا أوافق بشدة" إلى ٦ = "أوافق بشدة" يُعرف استبيان رأس المال النفسي (PCQ) على نطاق واسع بأنه أداة لقياس رأس المال النفسي، وقد تم استخدامه في عينات الموظفين والمديرين والطلاب، وترتبط عناصره بشكل وثيق بمكان العمل مثل "أشعر

بالثقة في المساهمة في المناقشات حول استراتيجية الشركة)، وبالتالي يمكن اعتباره مقياس خاص بالمجال، وقد تم تطويره كمقياس مركب CPC-12 يتكون من عناصر (مُعدلة) من المقاييس المنشورة للأمل، والتفاؤل، والمرونة، والفعالية الذاتية.

وبما أن رأس المال النفسي مرتبط بالنتائج ذات الأهمية لكل الفئات وجميع الافراد ، فإن دراسة لورنز وزملاؤه (Lorenz et al., 2016) هدفت إلى تصميم مقياس عالمي للمفهوم والتحقق من صحته. يمكن لهذا المقياس استخدامه في مجالات عديدة، مثل الرياضة والتعليم. وقد قام (Lorenz et al., 2016) بدراستين أفترضتا الدراسة الأولى وجود علاقة إيجابية قوية بين مقياس رأس المال النفسي القديم PCQ والمقياس الذي تم إنشاؤه حديثاً (مقياس رأس المال النفسي المركب - ١٢؛ CPC-12) وارتباط إيجابي قوى بين الفعالية الذاتية العامة و CPC-12 مقارنة بمقياس PCQ وارتباط إيجابي أقل بين الكفاءة الذاتية المهنية و CPC-12 مقارنة بـ PCQ بسبب السمات المحددة للمجال في PCQ. في الدراسة الثانية، قاموا باختبار البناء العاملي لـ CPC-12، علاوة على ذلك، واختبار الصلاحية الخارجية لـ CPC-12، قاموا باختبار العديد من المفاهيم النفسية الإيجابية (الرضا الوظيفي، والرضا عن الحياة، والرفاهية الذاتية، والمساندة الاجتماعي المدركة، ومعنى العمل، والاندماج، والامتثال، والشخصية). وبلغ عدد المشاركين في الدراسة الأولى ٣٢١ بمتوسط عمر ٣٤,٨٩ عامًا وانحراف معياري ١٢,٧٨، وكان ٦٠% منهم من النساء و٧٦,٦% منهم موظفون، و٨,٤% يعملون لحسابهم الخاص، و١٣,٧% عمال مؤقتين، تم التعامل مع المشاركين من خلال نشر رابط الاستطلاع في العديد من المواقع عبر الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي. تم إجراء الاستطلاع باللغة الألمانية، جميع المشاركين كانوا متطوعين. بلغ الارتباط بين PCQ و CPC-12 ٠,٧٠، كما توصلت الدراسة إلى ارتباط ايجابي قوى بين مقياس الفعالية الذاتية و CPC-12 مقارنة بارتباط الفعالية الذاتية بـ PCQ حيث كان أضعف. وهذا الإجراء للتحقق من الصدق هو الصدق المرتبط بالمحك.

وفي الدراسة الثانية تكونت العينة الثانية من إجمالي ٢٠٢ مشارك (٨٢,٧% موظفين، ٩,٤% يعملون لحسابهم الخاص) بين ١٨-٧٢ سنة (بمتوسط = ٣٧,٧٩، وانحراف معياري =

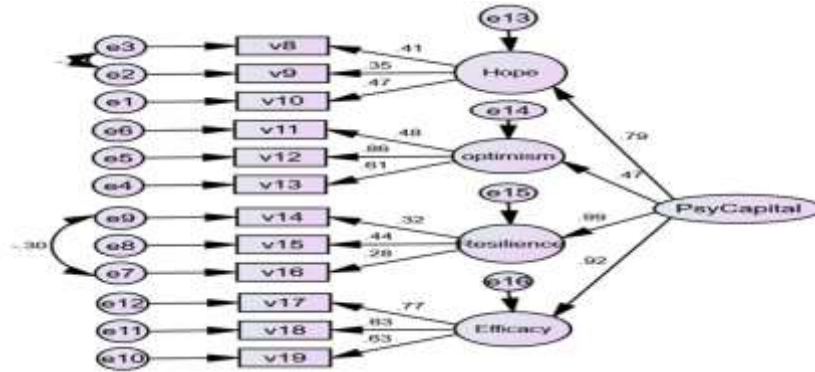
(١٣,١٠) ٧٢,٣% منهم إناث. تم التعامل مع المشاركين من خلال نشر رابط الاستطلاع في العديد من المواقع عبر الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي، تم إجراء الاستطلاع باللغة الألمانية، وجميع المشاركين كانوا متطوعين، وللتحقق من صدق البناء تم حساب الصدق العامل التوكيدي للتحقق من صدق المقياس وجاءت قيم مؤشرات المطابقة في المدى المقبول لحسن المطابقة؛ حيث بلغت قيمة مؤشر النسبة بين X^2 ودرجات الحرية (CMIN/df) ٢,٢٠٢ وهي قيمة جيدة تقع في المدى المثالي، كما جاء مؤشر جذر متوسطات مربعات البواقي RMR (٠,٠٣٥) وهي قيمة تقترب من الصفر، كما بلغت قيمة جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي RMSEA (٠,٧٣) وهي قيمة أقل من ٠,٠٨، مما يدل على أن النموذج مطابق بدرجة مقبولة (Lorenz et al., 2016).

الكفاءة السيكمترية لمقياس رأس المال النفسي في الدراسة الحالية:
الصدق:

حصل الباحثان على صدق المقياس اعتماداً على التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية بافتراض أن العوامل المُشاهدة (البُنى) تتشعب على عامل كامن عام من الدرجة الثانية وهو رأس المال النفسي بأبعاده الفرعية الأربعة وهي (الأمل، والتفاؤل، والمرونة النفسية، وفاعلية الذات) وقبل البدء بالتحليل العاملي التوكيدي تم تصميم نموذج لمقياس رأس المال النفسي وفقاً للنسخة الأجنبية المُعدة والمُستخدمة من قبل واضعي المقياس أنفسهم وهذا ما يوضحه الشكل التالي:

شكل (٢)

النموذج المُفترض لأبعاد مقياس رأس المال النفسي وتشعبات مكوناته باستخدام برنامج أموس ٢٤



الدور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين التعقل والشعور بالإزدهار النفسي

وأجري التحليل العاملي التوكيدي على ذات العينة الاستطلاعية، وحُسب من خلال برنامج آموس AMOS ٢٤، وتبين منه ارتفاع مؤشرات حسن المطابقة وبالتالي تحقق الصدق التوكيدي للمقياس وهذا ما يوضحه الجدول الآتي:

جدول (٧)

مؤشرات حسن المطابقة لمقياس رأس المال النفسي لدى العينة ن=٢٠٠

مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر
قيمة مربع كاي	$\chi^2 = 431.83$ ح.د = ٥٢ الدالة = ٠,٠٩٦	أن تكون غير دالة
النسبة بين مربع كاي ودرجات الحرية X^2/df	١,٨٩٥	من صفر إلى ٥
مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٩٦٩	أقرب إلى ١
مؤشر حسن المطابقة المُصحح بـدرجات الحرية AGFI	٠,٩٤٨	أقرب إلى ١
مؤشر المطابقة المعياري NFI	٠,٩٦٦	أقرب إلى ١
مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٩٧١	أقرب إلى ١
مؤشر المطابقة التزايدِي IFI	٠,٩٧١	أقرب إلى ١
مؤشر توكر لويس TLI	٠,٩٧٦	أقرب إلى ١
مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي RMSEA	٠,٠٤٣	(٠ إلى ٠,٠٨)

يتضح من الجدول السابق أن النموذج المُفترض لمقياس رأس المال النفسي لدى العينة يؤكد على عديدٍ من المؤشرات الدالة على جودة هذه المطابقة، وجاءت في المدى المثالي واقتربت من الواحد الصحيح في معظمها، فبلغت قيمة كاي $\chi^2 = 431.83$ وهي قيمة غير دالة إحصائياً، كما أن النسبة بين كاي χ^2 ودرجات الحرية كانت (١,٨٩٥) وهي نسبة أقل من (٥) وبالتالي تدل على قبول النموذج، كما أن قيمة كاي χ^2 غير دالة إحصائياً وهي شرط يُفضل وجوده لقبول النموذج، بالإضافة إلى مؤشر حسن المطابقة GFI، ومؤشر حسن المطابقة المُصحح بـدرجات الحرية أو المعدل AGFI، ومؤشر المطابقة المعياري NFI، ومؤشر المطابقة المقارن CFI، مؤشر المطابقة التزايدِي IFI، مؤشر توكر لويس TLI وجميعها قيم مُرتفعة تصل إلى حد تساويها مع الحد الأقصى لهذه المؤشرات (واحد صحيح)، وبالتالي فإن هذه المؤشرات المُتحصل عليها في النموذج الحالي تدل على ارتفاع مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المُفترض،

بالإضافة إلى مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي RMSEA وهو من أهم مؤشرات جودة المطابقة في التحليل العاملي التوكيدي، وبلغت قيمته (٠,٠٤٣) وهو مُعدل جيد ويدل على أن النموذج يطابق تمامًا بيانات العينة في البيئة المحلية، وهو ما يؤكد الصدق البنائي لمقياس رأس المال النفسي لدى العينة الحالية، والجدول التالي يوضح الأوزان الانحدارية المعيارية واللامعيارية والتشبعات لنموذج الصدق العاملي التوكيدي الخاصة بالمقياس طبقاً لنتائج التحليل العاملي التوكيدي

جدول (٨)

الأوزان الانحدارية المعيارية واللامعيارية للنموذج الصدق العاملي التوكيدي الخاص بمقياس رأس المال النفسي لدى العينة ن = ٢٠٠

رقم البند	التقدير	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	الدلالة	التشبع
١	١,٠٠٠	تم تثبيت وزنه الانحداري			٠,٤٧٠
٢	٠,٦٦٥	٠,١٤٤	٤,٦٢٩	٠,٠٠١	٠,٣٥٤
٣	٠,٧٦٤	٠,١٥٨	٤,٨٤٧	٠,٠٠١	٠,٤٠٨
٤	١,٠٠٠	تم تثبيت وزنه الانحداري			٠,٦١٣
٥	١,٥٨٦	٠,٢١٠	٧,٥٤٢	٠,٠٠١	٠,٨٦٣
٦	٠,٧٥٣	٠,١٠١	٧,٤١٥	٠,٠٠١	٠,٤٧٥
٧	١,٠٠٠	تم تثبيت وزنه الانحداري			٠,٢٨٠
٨	١,١٣١	٠,١٩٧	٥,٧٣٩	٠,٠٠١	٠,٤٤٣
٩	١,٣٩٥	٠,٢٥٣	٥,٥٠٨	٠,٠٠١	٠,٣١٦
١٠	١,٠٠٠	تم تثبيت وزنه الانحداري			٠,٦٣٤
١١	٠,٨٧١	٠,٠٩٦	٩,٠٦٤	٠,٠٠١	٠,٦٢٩
١٢	١,٣٨٩	٠,١٤٥	٩,٦٠١	٠,٠٠١	٠,٧٧٣

يتبين من الجدول ارتفاع النسبة الحرجة لجميع بنود المقياس، كما أن هذه النسب وصلت لمستويات الدلالة المقبولة إحصائياً مما يُعبر عن الصدق البنائي للمقياس، كما أن جميع تشبعات الأبعاد على الدرجة الكلية لمقياس رأس المال النفسي مرتفعة، مما يدل على أن البيانات التي حصل عليها الباحثان من عينة التحقق من الكفاءة القياسية النفسية مُلائمة للنموذج البنائي للمقياس؛ مما يُحقق الصدق البنائي للمقياس في البيئة المصرية.

ثانياً: الثبات:

تم التحقق من ثبات المقياس في الدراسة الحالية اعتماداً على استخدام معامل ثبات مكدونالد أوميغا للدرجة الكلية للمقياس ولأبعاده الفرعية الأربعة وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

جدول (٩)

ثبات مقياس رأس المال النفسي (ن=٢٠٠)

معامل مكدونالد أوميغا	البعد
٠,٦٨٨	الأمل
٠,٦٢٢	التفاؤل
٠,٦٩٦	المرونة النفسية
٠,٦٥٤	فاعلية الذات
٠,٨٧٤	الدرجة الكلية لمقياس رأس المال النفسي

من الجدول السابق يتبين ارتفاع معامل ثبات مقياس رأس المال النفسي وأبعاده الفرعية الأربعة باستخدام معامل ثبات مكدونالد أوميغا في الدراسة الحالية.

٣- قائمة فريبورج للتعقل: (Walach et al., 2006) تعريب الوكيل (٢٠٢١أ)

يتكون هذا المقياس من (١٤) بنداً لقياس الدرجة الكلية للتعقل، ويتم الاجابة عنها باختيار بديل من أحد البدائل الأربعة التالية (نادراً، أحياناً، غالباً، دائماً) وتحصل على الدرجات (١،٢،٣،٤) على التوالي ما عدا البند رقم (١٣) فيتم عكس التقديرات لأنه بند عكسي، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين ١٤، ٥٦ درجة. وقد تحقق كل من ولاك وزملائه (٢٠٠٦) من الكفاءة السيكو مترية للمقياس من خلال الحصول على ثباته بحساب ثبات ألفا لكرونباخ وبلغ معامل ثبات ألفا ٠,٨٦ وهو معامل ثبات مرتفع، كما تم التحقق من صدقه من خلال الحصول على الصدق التلازمي، عن طريق إيجاد معامل الارتباط بينه وبين عدد من المحكات التي تمثلت في مقياس الوعي الذاتي، مقياس مؤشر الشدة الكلي، ومقياس خبرات التأمل،

وتبين من النتائج ارتفاع قيمة دلالة معامل الارتباط بين مقياس التعقل وهذه المحكات السابقة مما يُعبر عن صدق المقياس.

وقد قام الوكيل (٢٠٢١) بتعريب المقياس والتحقق من كفاءته السيكمترية في البيئة المصرية من خلال الحصول على صدقه وثباته من خلال تطبيقه على (٢٠٠) طالب وطالبة من جامعتي الفيوم وعين شمس وأظهرت النتائج تمتع القائمة بصديق وثبات مرتفع، حيث أظهرت النتائج المتعلقة بالصدق العاملي التوكيدي أن تشبع بنود المقياس من خلال عديد من المؤشرات الدالة على جودة هذه المطابقة، والتي يتم قبول النموذج المفترض للبيانات أو رفضه في ضوءها، حيث كانت النسبة بين χ^2 ودرجات الحرية في المدى المثالي وهو (١,٨١٢)؛ فإذا كانت هذه القيمة أقل من (٥) فإنه يتم قبول النموذج، كما أن هذه القيمة كانت غير دالة حيث بلغ مستوى دلالتها ٠,٢٠٣ وهي قيمة غير معنوية، بالإضافة إلى مؤشر حسن المطابقة GFI، ومؤشر حسن المطابقة المُصحح بـدرجات الحرية أو المعدل AGFI، ومؤشر المطابقة المعياري NFI، ومؤشر المطابقة المقارن CFI، ومؤشر المطابقة التزايدِي IFI، ومؤشر توكر لويس TLI، وجميعها قيم مرتفعة تصل إلى حد اقتراب تساويها مع الحد الأقصى لهذه المؤشرات (واحد صحيح). وتشير القيمة المرتفعة في هذه المؤشرات إلى تطابق أفضل للنموذج مع بيانات العينة، وبالتالي دل ذلك على جودة النموذج كما أن مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي RMSEA بلغت قيمته (٠,٠٤٣) وهو مُعدل يؤكد جودة النموذج، وأن النموذج يُطابق البيانات، وهو ما يؤكد الصدق البنائي على طلاب وطالبات الجامعة، وفيما يتعلق بثبات المقياس أيضاً حصل الوكيل (٢٠٢١) على معاملات ثبات مرتفعة للمقياس، فتم الحصول عليه من خلال حساب ثبات مُعامل ألفا لكرونباخ والتجزئة النصفية مع تصحيح طول المقياس باستخدام معادلة سبيرمان براون، وفقاً للجدول التالي:

جدول (٣)

ثبات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس التعقل (ن=٢٠٠)

البعد	معامل ألفا	معامل ارتباط التجزئة النصفية بعد تصحيح طول الاختبار
الدرجة الكلية لمقياس التعقل	٠,٧٩٦	٠,٧٦٧

الدور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين التعقل والشعور بالإزدهار النفسي

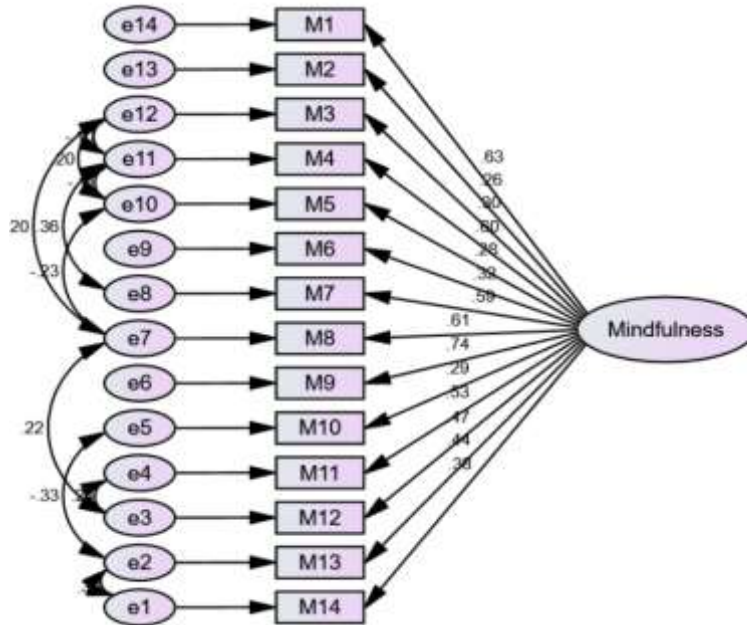
يتبين من الجدول السابق ارتفاع قيم معاملات الثبات للدرجة الكلية للمقياس سواء بطريقة مُعامل ألفا لكرونباخ أو التجزئة النصفية بعد تصحيح طول المقياس بطريقة سبيرمان براون مما يُعبر عن ثبات المقياس (الوكيل، ٢٠٢١).

الكفاءة السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

تحقق الباحثان من الكفاءة السيكومترية للنسخة المُعربة من المقياس (الوكيل، ٢٠٢١) من خلال الصدق العملي التوكيدي من الدرجة الثانية بافتراض أن العوامل المُشاهدة (البُند) تتشعب على عامل كامن عام من الدرجة الثانية وهو التعقل وقبل البدء بالتحليل العملي التوكيدي تم تصميم نموذج لمقياس التعقل وفقاً للنسخة والمُستخدمة من قبل مُعرب المقياس وهذا ما يوضحه الشكل التالي:

شكل (١)

النموذج المُفترض لمقياس التعقل وتشعبات بنوده باستخدام برنامج أموس ٢٤



وأجري التحليل العاملي التوكيدي على ذات العينة الاستطلاعية، وحُسب من خلال برنامج آموس AMOS ٢٤، وتبين منه ارتفاع مؤشرات حسن المطابقة وبالتالي تحقق الصدق التوكيدي للمقياس وهذا ما يوضحه الجدول الآتي:

جدول (٤)

مؤشرات حسن المطابقة لمقياس التعقل لدى العينة ن=٢٠٠

مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر
قيمة مربع كاي	كا ^٢ = ٣٤٧,٦١ ح.د = ٤١ الدلالة = ٠,١٢٢	أن تكون غير دالة
النسبة بين مربع كاي ودرجات الحرية X^2/df	١,٩٩١	من صفر إلى ٥
مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٩٧٩	أقرب إلى ١
مؤشر حسن المطابقة المُصحح بـدرجات الحرية AGFI	٠,٩٦٨	أقرب إلى ١
مؤشر المطابقة المعياري NFI	٠,٩٧٦	أقرب إلى ١
مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٩٧٨	أقرب إلى ١
مؤشر المطابقة التزايدِي IFI	٠,٩٧٨	أقرب إلى ١
مؤشر توكر لويس TLI	٠,٩٨٦	أقرب إلى ١
مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي RMSEA	٠,٠٥١	(٠ إلى ٠,٠٨)

يتضح من الجدول السابق أن النموذج المفترض لمقياس التعقل لدى العينة يؤكد على عديد من المؤشرات الدالة على جودة هذه المطابقة، وجاءت في المدى المثالي واقتربت من الواحد الصحيح في معظمها، فبلغت قيمة كا^٢ ٣٤٧,٦١ وهي قيمة غير دالة إحصائياً، كما أن النسبة بين كا^٢ ودرجات الحرية كانت (١,٩٩١) وهي نسبة أقل من (٥) وبالتالي تدل على قبول النموذج، كما أن قيمة كا^٢ غير دالة إحصائياً وهي شرط يُفضل وجوده لقبول النموذج، بالإضافة إلى مؤشر حسن المطابقة GFI، ومؤشر حسن المطابقة المُصحح بـدرجات الحرية أو المعدل AGFI، ومؤشر المطابقة المعياري NFI، ومؤشر المطابقة المقارن CFI، مؤشر المطابقة التزايدِي IFI، مؤشر توكر لويس TLI وجميعها قيم مُرتفعة تصل إلى حد تساويها مع الحد الأقصى لهذه المؤشرات (واحد صحيح)، وبالتالي فإن هذه المؤشرات المُتحصل عليها في النموذج الحالي تدل على ارتفاع مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المفترض، بالإضافة إلى مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي RMSEA وهو من أهم مؤشرات جودة المطابقة في التحليل العاملي التوكيدي، وبلغت قيمته (٠,٠٥١) وهو مُعدل جيد ويدل على أن النموذج

الدور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين التعقل والشعور بالإزدهار النفسي

يطابق تمامًا بيانات العينة في البيئة المحلية، وهو ما يؤكد الصدق البنائي لمقياس التعقل لدى العينة المستخدمة في الدراسة وأن النسخة المُعرّبة من خلال (الوكيل، ٢٠٢١) تُطابق بيانات العينة الحالية وهو ما يؤكد صدق المقياس، والجدول التالي يوضح الأوزان الانحدارية المعيارية واللامعيارية والتشبعات لنموذج الصدق العاملي التوكيدي الخاصة بالمقياس طبقاً لنتائج التحليل العاملي التوكيدي:

جدول (٥)

الأوزان الانحدارية المعيارية واللامعيارية للنموذج الصدق العاملي التوكيدي الخاص بمقياس التعقل لدى العينة ن = ٢٠٠

رقم البند	التقدير	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	الدلالة	التشبع
١٤	١,٠٠٠	تم تثبيت وزنه الانحداري			
١٣	١,٣٦٣	٠,١٨٤	٧,٤١٩	٠,٠٠١	٠,٤٥٤
١٢	١,٨٥٥	٠,٢٦٣	٧,٠٥٨	٠,٠٠١	٠,٥٣٦
١١	١,٦٣٠	٠,٢٢٧	٧,١٧٧	٠,٠٠١	٠,٥٥٢
١٠	٠,٩٨٦	٠,٢٠٧	٤,٧٦٨	٠,٠٠١	٠,٢٩٣
٩	٢,١٠٩	٠,٢٥٥	٨,٢٧٣	٠,٠٠١	٠,٧٣٦
٨	١,٩٥٤	٠,٢٥٢	٧,٧٦٤	٠,٠٠١	٠,٦٠٥
٧	١,٦٧٥	٠,٢٣١	٧,٢٤٦	٠,٠٠١	٠,٥٨٣
٦	١,٩٥٤	٠,٢٥٢	٧,٧٦٤	٠,٠٠١	٠,٣١١
٥	٠,٥٠٤	٠,١١٩	٤,٢٢٢	٠,٠٠١	٠,٢٥٣
٤	١,٧٠٦	٠,٢٣٢	٧,٣٦٦	٠,٠٠١	٠,٥٩٠
٣	٠,٨٠٢	٠,١٦٧	٤,٨٠٨	٠,٠٠١	٠,٣٠٢
٢	٠,٥٧١	٠,١٣٣	٤,٢٧٧	٠,٠٠١	٠,٢٥٩
١	١,٣١٠	٠,١٦٩	٧,٧٦٣	٠,٠٠١	٠,٦١٨

يتبين من الجدول ارتفاع النسبة الحرجة لجميع بنود المقياس، كما أن هذه النسب وصلت لمستويات الدلالة المقبولة إحصائيًا مما يُعبر عن الصدق البنائي للمقياس، كما أن جميع تشبعات الأبعاد على الدرجة الكلية لمقياس التعقل مرتفعة، مما يدل على أن البيانات التي

حصل عليها الباحثان من عينة التحقق من الكفاءة القياسية النفسية مُلائمة للنموذج البنائي للمقياس المُعرب؛ مما يُحقق الصدق البنائي للمقياس لدى عينة الدراسة. ثبات المقياس في الدراسة الحالية:

تم التحقق من ثبات المقياس في الدراسة الحالية اعتماداً على استخدام معامل ثبات ماكdonald أوميغا وثبات التجزئة النصفية وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

جدول (٦)

ثبات ماكdonald أوميغا والتجزئة النصفية لمقياس التعقل (ن=٢٠٠)

البعد	معامل ماكdonald أوميغا	معامل ارتباط التجزئة النصفية بعد تصحيح طول الاختبار
الدرجة الكلية لمقياس التعقل	٠,٧٨٨	٠,٧١٢

من الجدول السابق يتبين ارتفاع مُعامل ثبات مقياس التعقل باستخدام معامل ثبات ماكdonald أوميغا، ومعامل ثبات التجزئة النصفية بعد تصحيح طول المقياس باستخدام معامل سبيرمان براون مما يُعبر عن ثبات المقياس في الدراسة الحالية.

٤- مقياس الازدهار النفسي (Diener et al., 2010) تعريب (الوكيل وباشا، ٢٠٢٤)

يهدف هذا المقياس إلى تقييم الازدهار النفسي أو الشعور بالرفاهية بشكل عام؛ ويتكون من ثمانية بنود، ويتميز بأنه موجز وسهل الاستخدام واقتصادي حيث يوفر في الوقت والجهد. ومن المميزات أيضاً أن البنود تشمل جوانب واسعة من أداء الافراد وهي الكفاءة، وقبول الذات، والمعنى والغرض، والمشاركة، والاهتمام، والتفاؤل، والعلاقات الوثيقة والداعمة، والمُساهمة في سعادة وطيب حال الآخرين والاحترام، فالمقياس يتضمن عدد من العبارات المتعلقة بالعلاقات الاجتماعية؛ ووجود علاقات داعمة ووثيقة، والمُساهمة في سعادة الآخرين، واحترام الآخرين؛ وتضمن أيضاً عبارات حول التمتع بحياة هادئة وذات مغزى، والمشاركة والاهتمام بأنشطة الفرد؛ وتقدير الذات والتفاؤل؛ والشعور بالكفاءة والقدرة. وبالتالي يركز المقياس على تقييم الجوانب الرئيسة للأداء الاجتماعي والنفسي كما يدركها الفرد. تم تسمية المقياس بالرفاهية النفسية/ طيب الحال في منشور سابق لهذا المسمى، ولكن تم تغيير الاسم ليعكس المحتوى بدقة أكبر لأن المقياس يتضمن محتوى يتجاوز الرفاهية النفسية. ويصحح المقياس بوضع درجة لكل بند تبعاً للإجابة التي اختارها المفحوص من بين سبعة بدائل للإجابة من ١

إلى ٧ من عدم الموافقة الشديد إلى الاتفاق القوي. وتتراوح الدرجة الكلية على المقياس ككل من ٨-٥٦ درجة. وصيغت عبارات المقياس في الاتجاه الإيجابي بحيث يشير ارتفاع الدرجة إلى أن المستجيبين ينظرون إلى أنفسهم من منظور إيجابي في مجالات الأداء المهمة (Diener et al., 2010).

وفي البيئة العربية قام (الوكيل وباشا، ٢٠٢٤) بترجمة المقياس للغة العربية وتم عرض هذه الترجمة على متخصصين باللغة الإنجليزية بقسم اللغة الإنجليزية بكلية الآداب جامعة حلوان والفيوم؛ وطلب منهم الترجمة العكسية للمقياس مرة أخرى، وأوضحت هذه الخطوة وجود تطابق مرتفع بين الترجمتين وهو ما طمأن الباحثين لدقة الصياغة والترجمة السليمة لبنود المقياس، وبعد ذلك تم التحقق من الخصائص النفسية القياسية في الثقافة العربية من خلال الحصول على الصدق والثبات.

وقد تحقق كل من (الوكيل وباشا، ٢٠٢٤) من الكفاءة السيكونومترية للمقياس في البيئة المصرية من خلال الحصول على صدقه وثباته، ففيما يتعلق بالصدق تم الحصول على الصدق العاملي التوكيدي للمقياس من خلال تطبيق على ١١٧ طالب وطالبة من طلبة الجامعات المصرية وتبين من النتائج ارتفاع معاملات تشبع بنود المقياس، كما أظهرت البنود دلالات مرتفعة مرتبطة بالنسبة الحرجة حيث كانت هذه النسب الحرجة جميعها دالة إحصائياً، كما كشفت مؤشرات جودة مطابقة النموذج عن ارتفاع هذه المؤشرات حيث اتضح أن النموذج المفترض لمقياس الازدهار لدى العينة المصرية يؤكد على عديد من المؤشرات الدالة على جودة هذه المطابقة، وجاءت في المدى المثالي واقتربت من الواحد الصحيح في معظمها، فبلغت قيمة كا^٢ ٢٠,٦٠٧ وهي قيمة غير دالة إحصائياً، كما أن النسبة بين كا^٢ ودرجات الحرية كانت (١,٢٨٨) وهي نسبة أقل من (٥) وبالتالي تدل على قبول النموذج، كما أن قيمة كا^٢ غير دالة إحصائياً وهي شرط يُفضل وجوده لقبول النموذج، بالإضافة إلى مؤشر حسن المطابقة GFI، ومؤشر حسن المطابقة المُصحح بدرجات الحرية أو المعدل AGFI، ومؤشر المطابقة المعياري NFI، ومؤشر المطابقة المقارن CFI، مؤشر المطابقة التزايدية IFI، مؤشر توكر لويس TLI وجميعها قيم مُرتفعة تصل إلى حد تساويها مع الحد الأقصى لهذه المؤشرات

(واحد صحيح)، وبالتالي فإن هذه المؤشرات المُتحصل عليها في النموذج الحالي تدل على ارتفاع مؤشرات جودة المُطابقة للنموذج المُفترض، بالإضافة إلى مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي RMSEA وهو من أهم مؤشرات جودة المطابقة في التحليل العاملي التوكيدي، وبلغت قيمته (٠,٠٥) وهو مُعدل جيد ويدل على أن النموذج يطابق تمامًا بيانات العينة في البيئة المحلية، وهو ما يؤكد الصدق البنائي لمقياس الازدهار لدى العينة المصرية، وفيما يتعلق بالثبات فإنه قد تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام ثبات ماكdonald أوميغا وأيضاً باستخدام معامل ثبات التجزئة النصفية مع تصحيح طول المقياس باستخدام معادلة سبيرمان براون، كما تم الحصول على الثبات أيضاً باستخدام وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

جدول (١٠)

ثبات المقياس باستخدام التجزئة النصفية وماكدونالد أو ميجا ن = ١١٧

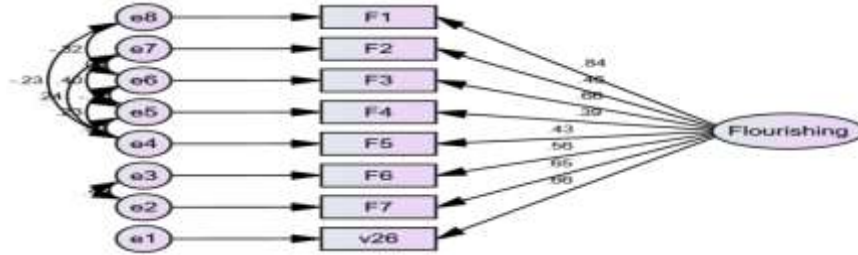
المقياس	ماكdonald أوميغا	التجزئة النصفية	طريقة تصحيح طول الاختبار
الازدهار النفسي للعينة المصرية المصرية المصرية	٠,٨٤٠	٠,٨٢٣	سبيرمان براون

يتبين من الجدول السابق ارتفاع مُعاملات الثبات لمقياس الازدهار سواء بطريقة ماكdonald أوميغا أو التجزئة النصفية بعد تصحيح طول الاختبار بمعادلة سبيرمان براون مما يُعبر عن ثبات المقياس لدى العينة المصرية. ٠,٠٠١ الكفاءة السيكمترية للمقياس في الدراسة الحالية: أولاً: الصدق:

تحقق الباحثان من الكفاءة السيكمترية للنسخة المُعربة من المقياس (الوكيل وباشا، ٢٠٢٤) من خلال الصدق العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية بافتراض أن العوامل المُشاهدة (البنود) تتشعب على عامل كامن عام من الدرجة الثانية وهو الإزدهار النفسي وقبل البدء بالتحليل العاملي التوكيدي تم تصميم نموذج لمقياس الإزدهار وفقاً للنسخة والمُستخدمة من قبل مُعربا المقياس وهذا ما يوضحه الشكل التالي:

شكل (٣)

النموذج المُفترض لمقياس الإزدهار وتنشعبات بنوده باستخدام برنامج آموس ٢٤



وأجري التحليل العاملي التوكيدي على ذات العينة الاستطلاعية، وحُسب من خلال برنامج آموس ٢٤ AMOS، وتبين منه ارتفاع مؤشرات حسن المطابقة وبالتالي تحقق الصدق التوكيدي للمقياس وهذا ما يوضحه الجدول الآتي:

جدول (١١) مؤشرات حسن المطابقة لمقياس التعقل لدى العينة ن=٢٠٠

مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر
قيمة مربع كاي	$\chi^2 = 14,923$ د.ح = ١١	أن تكون غير دالة
النسبة بين مربع كاي ودرجات الحرية X^2/df	١,٣٥٧	من صفر إلى ٥
مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٩٩١	أقرب إلى ١
مؤشر حسن المطابقة المُصحح بدرجات الحرية AGFI	٠,٩٧٠	أقرب إلى ١
مؤشر المطابقة المعياري NFI	٠,٩٨٦	أقرب إلى ١
مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٩٩٦	أقرب إلى ١
مؤشر المطابقة التزايدِي IFI	٠,٩٩٦	أقرب إلى ١
مؤشر توكر لوييس TLI	٠,٩٩١	أقرب إلى ١
مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي RMSEA	٠,٠٣٠	(٠ إلى ٠,٠٨)

يتضح من الجدول السابق أن النموذج المُفترض لمقياس الازدهار لدى العينة يؤكد على عديد من المؤشرات الدالة على جودة هذه المطابقة، وجاءت في المدى المثالي واقتربت من الواحد الصحيح في معظمها، فبلغت قيمة كاي^٢ ١٤,٩٢٣ وهي قيمة غير دالة إحصائياً، كما أن النسبة بين كاي^٢ ودرجات الحرية كانت (١,٣٥٧) وهي نسبة أقل من (٥) وبالتالي تدل على قبول النموذج، كما أن قيمة كاي^٢ غير دالة إحصائياً وهي شرط يُفضل وجوده لقبول النموذج،

بالإضافة إلى مؤشر حسن المطابقة GFI، ومؤشر حسن المطابقة المُصحح بدرجات الحرية أو المعدل AGFI، ومؤشر المطابقة المعياري NFI، ومؤشر المطابقة المقارن CFI، مؤشر المطابقة التزايدِي IFI، مؤشر توكر لويس TLI وجميعها قيم مُرتفعة تصل إلى حد تساويها مع الحد الأقصى لهذه المؤشرات (واحد صحيح)، وبالتالي فإن هذه المؤشرات المُتحصل عليها في النموذج الحالي تدل على ارتفاع مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المُفترض، بالإضافة إلى مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي RMSEA وهو من أهم مؤشرات جودة المطابقة في التحليل العاملي التوكيدي، وبلغت قيمته (٠,٠٣٠) وهو مُعدل جيد ويدل على أن النموذج يطابق تمامًا بيانات العينة في البيئة المحلية، وهو ما يؤكد الصدق البنائي لمقياس الإزدهار لدى العينة المُستخدمة في الدراسة وأن النسخة المُعربة من خلال (الوكيل وباشا، ٢٠٢٤) تُطابق بيانات العينة الحالية وهو ما يؤكد صدق المقياس، والجدول التالي يوضح الأوزان الانحدارية المعيارية واللامعيارية والتشبعات لنموذج الصدق العاملي التوكيدي الخاصة بالمقياس طبقاً لنتائج التحليل العاملي التوكيدي:

جدول (١٢)

الأوزان الانحدارية المعيارية واللامعيارية للنموذج الصدق العاملي التوكيدي الخاص بمقياس الإزدهار لدى العينة ن = ٢٠٠

رقم البند	التقدير	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	الدلالة	التشبع
٨	١,٠٠٠	تم تثبيت وزنه الانحداري			
٧	٠,٩٣٠	٠,٠٨٢	١١,٣٢٦	٠,٠٠١	٠,٥٦١
٦	٠,٨٤٨	٠,٠٨٦	٩,٨٧٤	٠,٠٠١	٠,٥٥٧
٥	٠,٥٨٩	٠,٠٨٨	٦,٦٧٦	٠,٠٠١	٠,٤٣٣
٤	٠,٤٨٢	٠,٠٧١	٦,٧٩٧	٠,٠٠١	٠,٣٨٦
٣	١,١٢٦	٠,١٢١	٩,٢٩٠	٠,٠٠١	٠,٦٥٦
٢	٠,٧٧٦	٠,٠٩٧	٨,٠١٥	٠,٠٠١	٠,٤٦١
١	١,٢٧٤	٠,١٠٩	١١,٦٥٢	٠,٠٠١	٠,٨٤٢

يتبين من الجدول ارتفاع النسبة الحرجة لجميع بنود المقياس، كما أن هذه النسب وصلت لمستويات الدلالة المقبولة إحصائيًا مما يُعبر عن الصدق البنائي للمقياس، كما أن جميع تشبعات الأبعاد على الدرجة الكلية لمقياس الإزدهار النفسي مرتفعة، مما يدل على أن البيانات

الدور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين التعقل والشعور بالإزدهار النفسي

التي حصل عليها الباحثان من عينة التحقق من الكفاءة القياسية النفسية مُلائمة للنموذج البنائي للمقياس المُعرب؛ مما يُحقق الصدق البنائي للمقياس لدى عينة الدراسة. ثبات المقياس في الدراسة الحالية:

تم الحصول على الثبات باستخدام ثبات ماكdonald أوميغا وأيضاً باستخدام معامل ثبات التجزئة النصفية مع تصحيح طول المقياس باستخدام معادلة سبيرمان براون، وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

جدول (١٣)

ثبات مقياس الإزدهار النفسي لدى عينة الدراسة الحالية ن=٢٠٠

المقياس	مكدونالد أوميغا	التجزئة النصفية	طريقة تصحيح طول الاختبار
الدرجة الكلية للإزدهار النفسي	٠,٨٢٥	٠,٨٣٤	سبيرمان براون

يتبين من الجدول السابق ارتفاع مُعاملات الثبات لمقياس الإزدهار سواء بطريقة ماكdonald أوميغا أو التجزئة النصفية بعد تصحيح طول الاختبار بمعادلة سبيرمان براون مما يُعبر عن ثبات المقياس في الدراسة الحالية.

رابعاً: الأساليب الإحصائية المُستخدمة في الدراسة:

- ١- التكرارات والنسب المئوية
- ٢- المتوسطات والانحرافات المعيارية
- ٣- معامل ارتباط بيرسون المستقيم
- ٤- معامل الالتواء والتقلطح.
- ٥- تحليل المسار باستخدام برنامج AMOS 24

نتائج الدراسة ومناقشتها:

أولاً: نتائج الإحصاءات الوصفية:

تم وصف متغيرات الدراسة من حيث قيم المتوسط والوسيط ومعاملي الالتواء (تتحصر قيمته ما بين ١±) والتقلطح (تتحصر قيمته ما بين ٢,٥٧±) لتبيان توزيع المتغيرات اعتدالياً

والاعتماد على الاحصاء البارامترى وتحليل المسار بين المتغيرات المستقلة والتابعة والمعدلة وهذا ما يعرض له الجدول التالي:

جدول (١٤) الاحصاء الوصفي لمتغيرات الدراسة ن = ٤١٠

المتغيرات	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء Skewness	التقلطح Kurtosis	أدنى درجة	أقصى درجة
التعقل	٥١,٦٩	٥٣	٧,٤٠	-٠,٣٢٩	٠,١٠٥	٢٧	٧٠
رأس المال النفسي	٤٦,٥٠	٤٥,٥٠	٥,٢١	-٠,٤٨٣	٠,٩٥٥	١٨	٦٠
الازدهار النفسي	٣١,٧٣	٣٢	٤,٧٤	-٠,٨١٥	٠,٧٨٥	١٠	٤٠

يتبين من الجدول السابق اقتراب قيم كل من المتوسط والوسيط، واقتراب قيم معاملي الالتواء والتقلطح من صفر، لدة متغيرات الدراسة الثلاثة مما يُشير إلى اعتدالية التوزيع للبيانات ومن ثم الثقة في استخدام الاحصاء البارامترى والذي يتضمن معامل الارتباط الخطي المستقيم لبيرسون، بالإضافة إلى تحليل المسار.

ثانياً: الفروق في متغيرات الدراسة تبعاً للنوع:

قبل الشروع في التحقق من فرضي الدراسة؛ قام الباحثان بالوقوف على طبيعة الفروق بين عينة الدراسة تبعاً للنوع حتى يتم التعامل مع عينة الطلاب والطالبات كعينة كلية في حالة عدم وجود فروق في متغيرات الدراسة تبعاً للنوع وبالتالي يتم رسم نموذج وسيطي واحد للعينة الكلية في حالة عدم وجود فروق، وفي حالة وجود فروق بين الطلاب والطالبات يتم عمل نموذج وسيطي لكل عينة على حدة، ولإتمام ذلك قام الباحثان باستخراج دلالة الفروق بين الذكور والإناث في كل من التعقل ورأس المال النفسي والازدهار وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

جدول (١٥)

دلالة الفروق بين الذكور والإناث في كل من التعقل ورأس المال النفسي والشعور بالازدهار

المتغيرات	العينة	م	ع	ت	دلالة ت
التعقل	ذكور = ٩٣	٥٣,٥٥	٧,٣٢	١,٣٠٣	٠,١٠٩
	إناث = ٣١٧	٥٢,١٩	٧,٣٤		
رأس المال النفسي	ذكور = ٩٣	٤٦,٩٥	٤,٥٧	١,٠٤٦	٠,٢٩٧
	إناث = ٣١٧	٤٦,٣٧	٥,١٥		
الازدهار	ذكور = ٩٣	٣١,٨١	٤,٣٧	٠,٨٥٥	٠,٦٣٦
	إناث = ٣١٧	٣١,٧١	٤,٨٥		

الدور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين التعقل والشعور بالازدهار النفسي

من الجدول السابق يتبين عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في كل من التعقل ورأس المال النفسي والشعور بالازدهار مما يدفعنا إلى التعامل مع ينتي الذكور والإناث كعينة واحدة وليس كعينتين مستقلتين.

ثالثاً: نتائج الدراسة:

نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

ينص الفرض الأول على أنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين التعقل ورأس المال النفسي والازدهار النفسي لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة. وللتحقق من هذا الفرض تم حساب المصوفة الارتباطية بين متغيرات الدراسة باستخدام معامل ارتباط بيرسون من الدرجات الخام مباشرةً وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

جدول (١٦)

العلاقة بين التعقل ورأس المال النفسي والشعور بالازدهار لدى عينة الدراسة ن = ٤١٠

الازدهار	رأس المال النفسي	التعقل	المتغيرات
٠,٥٢٩**	٠,٥٩٠**	١	التعقل
٠,٦٣٥**	١	٠,٥٩٠**	رأس المال النفسي
١	٠,٦٣٥**	٠,٥٢٩**	الازدهار

**دالة عند مستوى ٠,٠١

من الجدول السابق يتبين وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين كل من التعقل ورأس المال النفسي والشعور بالازدهار لدى عينة الدراسة مما يُعبر عن تحقق هذا الفرض، وهذا ما يُطمئن الباحثان من دقة خطوة التحقق من صحة النموذج والوسيطي الخاص بالعلاقة بين متغيرات الدراسة وهي التعقل (متغير مستقل)، رأس المال النفسي (متغير وسيط)، والازدهار النفسي (كمتغير تابع).

وقد اتفق هذه النتائج مع نتائج عدد من الدراسات التي تيسر للباحثين الحصول عليها والتي توضح العلاقة بين متغيرات الدراسة؛ فقد أظهرت نتائج دراسة عبد العزيز (٢٠٢٢) وجود علاقة ارتباطية موجبة وقوية بين الازدهار النفسي وكلٍ من رأس المال النفسي والذكاء

الوجداني، فالأشخاص المتسمون بمستوى مرتفع من رأس المال النفسي بما يتضمنه من الأمل والتفاؤل والصمود النفسي والفعالية الذاتية وكذلك مستويات مرتفعة من الذكاء الوجداني يجعلهم يتفهمون ويدركون مشاعرهم وكذلك يتفهمون مشاعر الآخرين وقدرتهم علي التنظيم الانفعالي يجعلهم بكل تأكيد في مستوى مرتفع من الازدهار النفسي، كما تبين وجود علاقة ارتباطية موجبة بين رأس المال النفسي والرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة، وأن رأس المال النفسي متغير منبئ بالرفاهية النفسية، حيث توصل (Ball 2018) إلى وجود ارتباط موجب ودال إحصائياً بين رأس المال النفسي والشعور بالازدهار والرفاهية النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية والدراسات العليا بالجامعة بولاية كانساس. ولا تقتصر العلاقة بين رأس المال النفسي والشعور بالازدهار على طلاب الجامعة فحسب؛ ولكن هذه العلاقة تنتم بالعمومية على الكثير من فئات وطبقات المجتمع فقد أجرى (de Reuck 2019) دراسة استهدفت التعرف على العلاقة بين رأس المال النفسي والشعور بالازدهار لدى ٣٥٠ موظفًا من الموظفين، وتوصلت نتائجها إلى وجود علاقة موجبة دالة بين رأس المال النفسي والازدهار لدى عينة الدراسة.

وأجرى كلٌّ من (Afzal et al., 2020) دراسة تناول فيها رأس المال النفسي كمؤشر للشعور بالازدهار لدى أعضاء هيئة التدريس، في إسلام آباد، وأظهرت النتائج أن معلمي الجامعات لديهم مستوى عال في كل من رأس المال النفسي والازدهار حيث كانت درجاتهم مُرتفعة في جميع الأبعاد الفرعية لرأس المال النفسي، مثل التفاؤل والأمل والصمود والفعالية، كما أنهم أظهروا مستويات عالية من المشاعر الإيجابية والمعاني والإنجاز والسعادة، بينما أظهروا مستوى أداء طبيعي من المشاركة والعلاقة الإيجابية، كما تبين من النتائج على أن رأس المال النفسي له تأثير إيجابي على الشعور بالازدهار لدى أعضاء هيئة التدريس في مكان العمل. وأشارت نتائج دراسة عبد العزيز (٢٠٢٢) إلى أن رأس المال النفسي يُسهم في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى طلاب وطالبات الجامعة.

والنتقل أو اليقظة العقلية Mindfulness يُعد من أهم سمات الشخصية التي تُسهم في الوقاية من الضغوط النفسية الخارجية والتغلب على الأزمات الداخلية لدى الفرد بسبب تركيزه العميق بمشاعره ووجدانه في اللحظة التي يعيشها دون الحكم عليها سلباً أو إيجاباً (الوكيل،

(٢٠٢١)

فاليقظة العقلية تسهم في المهارات العقلية الايجابية ذات الدور الفعال في تحقيق الصحة النفسية للفرد. فتجعله قادراً على توجيه حياته بطريقة واعية، فالفرد اليقظ يشعر بانفعالاته وعواطفه بشكل واضح. ويمكنه تخطي المشاعر السلبية. مما يزيد من شعوره بالسعادة والرضا (Lau et al., 2006). كما أنها تُحسن من قدرة الفرد على تحمل المشاعر السلبية. وتزيد من قدرته على التعامل معها بشكل فعال (Cho et al., 2016). والذين يتمتعون باليقظة العقلية قادرون على التكيف مع ما يمر بهم من احداث حتى لو كانت سلبية ويمثل هذا أحد أشكال التوجه نحو الحياة يتسم بالواقعية. كما يمكنهم اختيار طرق أكثر فعالية للتعامل مع مطالب الحياة والتخفيف من الآثار السلبية لها وذلك لتحقيق الأهداف بنجاح (Smith et al., 2011).

والتعقل كأحد المتغيرات والسمات الايجابية في الشخصية يرتبط بشكل إيجابي بالشعور بالازدهار النفسي، حيث تبين من نتائج كل من (Akin & Akin 2015) والتي هدفت إلى دراسة العلاقة بين اليقظة العقلية والازدهار لدى طلاب وطالبات الجامعة وتبين من نتائجها وجود علاقة موجبة بين التعقل والشعور بالازدهار وأن التعقل يُنبئ بالازدهار، وهي ذات النتيجة التي توصلت إليها دراسة محمد (٢٠٢٠) والتي أظهرت وجود علاقة بين اليقظة العقلية والشعور بالازدهار، كما أن نتائج دراسة (Foley & McHugh 2020) أن الأفراد الذين يمارسون تقنيات اليقظة يظهرون مستويات أعلى من الرضا والسعادة، مما يساهم في تحسين نوعية حياتهم، ونتائج دراسة الضيدان (٢٠٢٣) قد توصلت لذات النتيجة والتي تبين منها وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين اليقظة العقلية والشعور بالازدهار النفسي لدى طلاب جامعة المجمعة بالمملكة العربية السعودية، وهو أيضاً ما توصلت إليه نتائج دراسة الحسين (٢٠٢٣) والتي تبين منها وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين اليقظة العقلية والشعور بالازدهار النفسي.

ونتائج الدراسات التي أُجريت حول العلاقة بين التعقل ورأس المال النفسي قد أظهرت وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين التعقل ورأس المال النفسي، وهذا ما توصلت إليه نتائج دراسة (Pacheco 2017) والتي تبين منها وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين اليقظة

العقلية ورأس المال النفسي؛ كما أن نتائج دراسة (Nabil, & Al-Sharif (2021) قد أظهرت دراسة أن اليقظة العقلية تعزز من جوانب رأس المال النفسي، مثل الثقة بالنفس والتفاؤل. ووجدت الدراسة أن الأفراد الذين يمارسون اليقظة العقلية يتمتعون بقدرة أكبر على التعامل مع التحديات وضغوط الحياة اليومية. كما أن نتائج دراسة (Hussain (2022) قد أظهرت وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين رأس المال النفسي واليقظة العقلية لدى الجنسين، ونتائج دراسة (Jing, Zhang & Li (2022) التي أظهرت أن اليقظة العقلية تُسهم في زيادة رأس المال النفسي، مما يؤدي إلى تحسين الرفاهية النفسية وبالتالي الشعور بالازدهار النفسي، وهي ذات النتيجة التي توصلت إليها دراسة كل من (Baluku et al (2023) قد أظهرت أن اليقظة العقلية ارتبطت بشكل إيجابي برأس المال النفسي والاجتماعي، ونتائج دراسة (Carter & Richards (2023) أشارت إلى أن ممارسة اليقظة العقلية تعمل كأداة فعالة لتحسين رأس المال النفسي، والذي بدوره يسهم في تعزيز الازدهار النفسي.

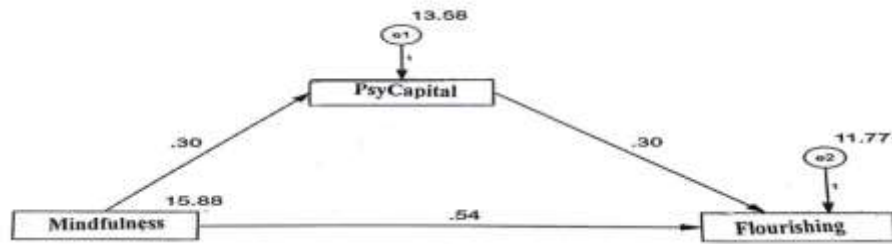
نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

ينص الفرض الثاني من فرضا الدراسة الحالية على أنه "توجد تأثيرات مباشرة وغير مباشرة بين التعقل ورأس المال النفسي والشعور بالازدهار لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة"، وقبل التحقق من هذا الفرض قام الباحثان بالتحقق من مؤشرات حسن المطابقة للنموذج المفترض للعلاقات بين التعقل (كمتغير مستقل) والازدهار النفسي (كمتغير تابع) من خلال رأس المال النفسي (كمتغير وسيط) لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة " باستخدام تحليل المسار Path analysis وهذا ما يوضح له الشكل التالي:

الدور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين التعقل والشعور بالازدهار النفسي

شكل (٤)

بين التعقل (كمتغير مستقل) والازدهار النفسي (كمتغير تابع) من خلال رأس المال النفسي (كمتغير وسيط) لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة ن = ٤١٠



وقد تم التأكد من صحة هذا النموذج المفترض من خلال مؤشرات حسن المطابقة والتي يلخصها الجدول الاتي رقم (١٧)

جدول (١٧)

مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المفترض للعلاقة بين التعقل (كمتغير مستقل) والازدهار النفسي (كمتغير تابع) من رأس المال النفسي (كمتغير وسيط) لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة ن = ٤١٠

مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر
قيمة مربع كاي (كا ^٢) (الفروق بين النموذج المقترح والنموذج الحالي)	كا ^٢ = ٤٤,٧٨ د. ح = ٧ الدلالة = ٠,٨٧	أن تكون (كا ^٢) غير دالة
النسبة بين مربع كاي ودرجات الحرية DF	١,٨٧٤	إقتراب القيمة من ١
مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٩٨٩	إقتراب القيمة من ١
مؤشر حسن المطابقة المصحح بـدرجات الحرية AGFI	٠,٩٩٦	إقتراب القيمة من ١
مؤشر المطابقة المعياري NFI	٠,٩٦٠	إقتراب القيمة من ١
مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٩٦٢	إقتراب القيمة من ١
مؤشر المطابقة التزايدى IFI	٠,٩٦٢	إقتراب القيمة من ١
مؤشر توكر لويس TLI	٠,٩٧٤	إقتراب القيمة من ١
مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي RMSEA	٠,٠٥٢	(٠ إلى ٠,١)

يتضح من الجدول السابق أن النموذج المفترض للعلاقات السببية بين التعقل (كمتغير مستقل) والازدهار النفسي (كمتغير تابع) من خلال رأس المال النفسي (كمتغير وسيط) لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة يُطابق بيانات عينة الدراسة الحالية، ويؤكد هذه المطابقة عديد من المؤشرات التي يتم قبول النموذج أو رفضه في ضوءها وهي مؤشرات حُسن المطابقة؛ وذلك على النحو التالي: حيث لم يصل مربع كاي إلى مستوى الدلالة المعنوية فقد بلغت قيمته ٤٤,٧٨ بدرجات حرية (٧)، وبلغت النسبة بين مربع كاي ودرجات الحرية $DF(1,874)$ وهي قيمة جيدة ووقعت في المدى المثالي لها، ومؤشر حسن المطابقة للنموذج $Goodness\ of\ Fit\ Index(GFI)$ وهو مربع مُعامل الارتباط المُتعدد في تحليل الانحدار وبلغت قيمته في النموذج الحالي ٠,٩٨٩ وهذه الدرجة تقع في المؤشر المثالي والتي تتراوح ما بين (صفر، ١)، كما أن مؤشر حسن المطابقة المُصحح بدرجات الحرية أو المعدل $Adjusted\ Goodness\ of\ Fit\ Index (AGFI)$ وبلغت قيمته في النموذج الحالي ٠,٩٩٦ وهذه الدرجة تقع في المؤشر المثالي والتي تتراوح ما بين (صفر، ١) ومؤشر المطابقة المعياري $Normed\ Fit\ Index (NFI)$ وبلغت قيمته في النموذج الحالي ٠,٩٦٠ وهذه الدرجة تقع في المؤشر المثالي والتي تتراوح ما بين (٠-١)، ومؤشر المطابقة المقارن (CFI) $Comparative\ Fit\ Index$ وبلغت قيمته في النموذج الحالي ٠,٩٦٢ وهذه الدرجة تقع في المؤشر المثالي والتي تتراوح ما بين (٠-١)، مؤشر المطابقة الترايدي $Incremental\ Fit\ Index (IFI)$ وبلغت قيمته في النموذج الحالي ٠,٩٦٢ وهذه الدرجة تقع في المؤشر المثالي والتي تتراوح ما بين (صفر، ١)، مؤشر توكر لويس $Tucker-Lewis\ Index (TLI)$ وبلغت قيمته في النموذج الحالي ٠,٩٧٤ وهذه الدرجة تقع في المؤشر المثالي والتي تتراوح ما بين (صفر، ١)، وجميع مؤشرات حسن المطابقة السابقة حصلت على مُعاملات مرتفعة وصلت إلى حد قرب تساويها مع الحد الأقصى لهذه المؤشرات (واحد صحيح) وتُشير القيمة المرتفعة في هذه المؤشرات إلى تطابق أفضل للنموذج مع بيانات العينة، وبالتالي دل ذلك على جودة النموذج كما في نتائج النموذج الحالي، بالإضافة إلى أن مؤشر جذر متوسط خطأ التقريب إلى متوسط المربعات $Root\ Mean\ Square\ Error\ of\ Approximation (RMSEA)$ بلغت قيمته ٠,٠٥٢ وهي قيمة جيدة لهذا المؤشر، ونخلص مما سبق إلى جودة النموذج المقترح للعلاقة بين التعقل (كمتغير مستقل) والازدهار النفسي (كمتغير تابع) من خلال رأس

الدور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين التعقل والشعور بالازدهار النفسي

المال النفسي (كمتغير وسيط)، ومما يدعم هذه النتيجة أن قيمة مربع كاي للفرق بين النموذج المقترح والنموذج المثالي غير دالة مما يُعبر عن مُطابقة مثالية للنموذج المقترح لبيانات عينة الدراسة، ومثل هذه النتائج تُعبر عن دور رأس المال النفسي في توسط العلاقة بين التعقل والشعور بالازدهار النفسي. وبناءً على ما تقدم قام الباحثان بالتعرف على التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين التعقل ورأس المال النفسي والازدهار النفسي لدى عينة الدراسة. وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام تحليل المسار Path analysis باستخدام برنامج Amos 24 للوصول إلى قيم معاملات الانحدار المعيارية (بيتا) واللامعيارية للمسارات المُضمنة في الشكل (٢) للنموذج المقترح، والقيمة الحرجة والخطأ المعياري والدالة المعنوية لهذه القيم، وهذا ما يوضحه جدول (١٨):

جدول رقم (١٨)

معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية لمسارات العلاقات بين التعقل ورأس المال النفسي والازدهار النفسي لدى عينة الدراسة ن = ٤١٠

المسار	معامل الانحدار المعيارية	معامل الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري S.E	القيمة الحرجة C.R	الدالة المعنوية
التعقل ← رأس المال النفسي	٠,٣٠٣	٠,١٥٠	٠,٠٤٧	٦,٤٥٢	٠,٠٠١
رأس المال النفسي ← الازدهار	٠,٣٠٧	٠,١٣٢	٠,٠٤٧	٥,٣٨٥	٠,٠٠١
التعقل ← الازدهار	٠,٥٣٥	٠,١٧٨	٠,٠٤٦	١١,٦٢٣	٠,٠٠١

يتضح من الجدول السابق وجود دلالة معنوية لجميع معاملات الانحدار الخاصة بمسارات متغيرات الدراسة والمتمثلة في (التعقل - رأس المال النفسي، رأس المال النفسي - الازدهار، التعقل - الازدهار) فكانت قيم معاملات الانحدار المعيارية لهذه المسارات السببية على التوالي (٠,٣٠٣، ٠,٣٠٧، ٠,٥٣٥) كما تم تقدير دلالة التأثيرات المباشرة وغير المباشرة والكلية بين التعقل ورأس المال النفسي والازدهار النفسي لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة، وهذا ما يمكن توضيحه على النحو التالي:

التأثيرات (المسارات) المباشرة وغير المباشرة والكلية بين التعقل ورأس المال النفسي والإزدهار النفسي لدى عينة الدراسة: وتم استخدام أسلوب تحليل المسار باستخدام برنامج أموس ٢٤ للتحقق من وجود تأثيرات مباشرة وغير مباشرة وكلية ذات دلالة معنوية بين التعقل (كمُتغير مستقل) ورأس المال النفسي (كمُتغير تابع) الإزدهار النفسي (كمُتغير تابع)، ويوضح الجدول (١٩) قيم التأثيرات المباشرة ودلالاتها المعنوية.

جدول (١٩)

التأثيرات (المسارات) المباشرة وغير المباشرة والكلية للعلاقة بين متغيرات الدراسة للتعقل

ورأس المال النفسي والإزدهار النفسي لدى عينة الدراسة ن ٤١٠

المسار	قيمة بيتا المعيارية	الدلالة	نوع التأثير
التعقل ← الإزدهار النفسي	٠,٥٦٦	٠,٠١	تأثيرات كلية
التعقل ← الإزدهار النفسي	٠,٤٩٤	٠,٠٣٢	تأثير مباشر
التعقل ← الإزدهار النفسي	٠,٠٧١	٠,٠٠٤	تأثير غير مباشر

بمطالعة الجدول السابق الخاص بالتأثيرات المباشرة وغير المباشرة والكلية للعلاقة بين

التعقل ورأس المال النفسي والشعور بالإزدهار النفسي يتبين ما يأتي:

- وجود تأثيرات مباشرة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين التعقل (كمُتغير مُستقل) والإزدهار النفسي (كمُتغير تابع)، حيث بلغت قيمة مُعامل التقدير (بيتا المعيارية) بينهما ٠,٤٩٤

- وجود تأثيرات غير مباشرة دالة عند مستوى ٠,٠١ بين التعقل (كمُتغير مُستقل)، والإزدهار النفسي (كمُتغير تابع) من خلال رأس المال النفسي (كمُتغير وسيط) حيث بلغت قيمة مُعامل التقدير (بيتا المعيارية) بينهما ٠,٠٧١.

- وجود تأثيرات كلية مباشرة وغير مباشرة دالة عند مستوى ٠,٠١ بين متغيرات الدراسة حيث بلغت قيمة مُعامل التقدير (بيتا المعيارية) ٠,٥٦٦

ونظراً لوجود قيم دالة للتأثيرات المباشرة وغير المباشرة ودلالة لقيمة مُعامل التقدير (بيتا المعيارية) للعلاقة بين متغيرات الدراسة فإنه يمكن القول بأن رأس المال النفسي يُمثل دوراً وسيطاً في العلاقة بين التعقل (كمُتغير مُستقل) والشعور بالإزدهار النفسي (كمُتغير تابع) وأن الوساطة هنا وساطة جزئية، وهذا يعني أن جزءاً من التغير في العلاقة بين التعقل والإزدهار النفسي لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة يعود إلى تأثير رأس المال النفسي على

الدور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين التعقل والشعور بالازدهار النفسي

العلاقة بين المتغيرين المُستق والتابع. وبالتالي تتحقق صحة هذا الفرض الذي أكد على أن رأس المال النفسي يؤدي دوراً وسيطاً في العلاقة بين التعقل والشعور بالازدهار النفسي لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة.

فهناك اتفاق بين الباحثين على أن رأس المال النفسي يُعد مكوناً عاماً يتمثل في تلك الحالة النفسية الإيجابية ويتكون من تفاعل أربع مكونات فرعية، يرمز لها بـ HERO هي: الأمل Hope ، والفاعلية Efficacy ، والصمود Resilience ، والتفاؤل Optimism (Luthans & Youssef, 2017). فقد أشار (Avey et al, 2011) إلى أن رأس المال النفسي يصاحب رضا الطلاب عن حياتهم بشكل عام، بالإضافة للعلاقة القوية بين كل من رأس المال النفسي والرفاهية النفسية، حيث يعد رأس المال النفسي مؤشراً إيجابياً قوياً وملئاً بالانفعالات الإيجابية وهو ما ينعكس بشكل كبير على الشعور بالازدهار النفسي الذي يُعبر عن التمتع والرضا عن الحياة.

وقد اتفقت هذه النتائج مع نتائج عدد من الدراسات التي أكدت على الدور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين التعقل والشعور بالازدهار النفسي، فنتائج عدد من الدراسة التي اهتمت بالتعرف على العلاقات التبادلية بين التعقل ورأس المال النفسي والازدهار والسمات المرتبطة به أو الدالة عليه قد أظهرت أن رأس المال النفسي يمكن أن يؤدي دور الوسيط بين اليقظة العقلية والشعور بالازدهار، حيث يعزز كيفية تأثير اليقظة العقلية على النتائج الإيجابية ومنها الشعور بالازدهار أو الرضا عن الحياة أو الرفاهية النفسية، فقد تبين من نتائج دراسة (Li, et al, 2017) أن رأس المال النفسي يؤدي دوراً وسيطاً في العلاقة بين اليقظة العقلية والشعور بالازدهار النفسي لدى طلاب وطالبات الجامعة، كما تبين من نتائج دراسة Ball (2018) التي تبين منها أن رأس المال النفسي توسط العلاقة بشكل جزئي بين الرضا الوظيفي والرضا عن الحياة؛ كما تبين من نتائج دراسة وهدفت دراسة حسين (Hussain 2022) أن رأس المال النفسي يتوسط العلاقة بين اليقظة العقلية والتعاطف الذاتي، كما أن نتائج دراسة (Baluku et al (2023) أن رأس المال النفسي يؤدي دوراً وسيطاً في العلاقة بين في

الارتباط بين اليقظة العقلية والشعور بالرفاهية النفسية (الرضا عن الحياة والسعادة) بين اللاجئين في أوغندا.

التوصيات:

بناءً على ما انتهت إليه نتائج الدراسة الحالية فإن الباحث يوصي بما يأتي:

- ١- الاهتمام بطلاب الجامعة والعمل على تنمية رأس المال النفسي لديهم لما له من دورٍ مهمٍ في التغلب على العقبات التي قد يواجهونها في سياق حياتهم اليومية.
- ٢- تفعيل وحدات الدعم النفسي والطلابي بالجامعات وحثها على تصميم برامج تنموية وتدريبية لتنمية السمات الايجابية مثل التعقل لدوره الفاعل في تحقيق الصحة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي.
- ٣- العمل على تخفيف أعباء الحياة اليومية الملقاة على كاهل الطالب الجامعي من خلال الدعم والمساندة الاجتماعية والأكاديمية.
- ٤- العمل على تنمية وعي الآباء والأمهات بدورهم الفاعل في تنمية السمات الإيجابية في الشخصية لأبنائهم لما لها من انعكاسات إيجابية على حياتهم المستقبلية.

قائمة المراجع:

- الحسين، أسماء بنت عبد العزيز. (٢٠٢٣). اليقظة العقلية وعلاقتها بالمناعة النفسية والازدهار النفسي لدى مُعلمي المرحلة الابتدائية. *مجلة جامعة الملك خالد للعلوم التربوية،* ١٠ (٣)، ٧٣-٩٧.
- حسين، محمود رامز. (٢٠٢٢). الازدهار النفسي وعلاقته باليقظة العقلية وكفاءة المواجهة لدى عينة من طلاب كلية التربية: دراسة ارتباطية -تنبؤية. *مجلة كلية التربية في العلوم الانسانية،* ٤٦ (١)، ٤٢١-٥١٢.
- دغوش، نورة. (٢٠٢١). اليقظة العقلية من منظور علم النفس الايجابي. *مجلة علوم الانسان والمجتمع،* ٩ (٤)، ٥٣٣-٥٥٩.
- زايد، أمل محمد أحمد ؛ محمود ، سميح شكرى محمد. (٢٠٢٢). الحكمة واليقظة العقلية والأمل كمنبئات بالازدهار النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة. *مجلة التربية، جامعة الأزهر،* ١٩٥ (٤)، ٤٨-١٠٦.
- شاهين، هيام صابر. (٢٠١٧). اليقظة العقلية كمتغير نعدل للعلاقة بين القلق الاجتماعى وجودة الحياة المدركة لدى المراهقين المكفوفين *دراسات نفسية،* ٢٧ (٤)، ٥٠٧-٥٦١.
- صديق، عزة محمد و عبد الحميد، هدى إبراهيم. (٢٠٢٣). الاسهام النسبى لليقظة العقلية فى التنبؤ بكل من جودة النوم والاتجاه نحو تعاطى المواد ذات التأثير النفسى لدى طلاب الجامعة. *دراسات نفسية* ٣٣ (٢)، ٢٧٣-٣٦٠.
- الضيدان، الحميدى محمد ضيدان. (٢٠٢٣). اليقظة العقلية كمتغير وسيط للعلاقة بين كل من المرونة النفسية والازدهار النفسى لدى طلاب الجامعة . *مجلة العلوم التربوية جامعة الأمير سطاتم بن عبد العزيز،* ٩ (٣)، ٢١-٥٤.
- عبد الحميد، جابر (١٩٨٦). *نظريات الشخصية: البناء- الديناميات - النمو - طرق البحث - التقويم، القاهرة: دار النهضة العربية.*

- عبد العزيز، محمود عبد العزيز.(٢٠٢٢). الإسهام النسبي لرأس المال النفسي والذكاء الوجداني في التنبؤ بالازدهار النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي. *مجلة كلية التربية - جامعة عين شمس*، ٤٦ (١) (الجزء الأول)، ٢١١-٢٨٧.
- العبيدي ، عفراء إبراهيم.(٢٠١٩). الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. *المجلة الجزائرية للأبحاث والدراسات*، ٨(٢)، ٣٧-٥٢.
- عرفه، نورا محمد.(٢٠٢١). الحيوية الذاتية واليقظة العقلية وعلاقتها بتقدير الجسم لدى عينة من المراهقين بالمرحلة الثانوية. *مجلة الإرشاد النفسي*، ٢(٦٨)، ١٤٦-٢٤٨.
- عودة، رشا حامد حسن.(٢٠٢٠). الازدهار النفسي وعلاقته بالمعنى الشخصي لدى طلبة الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة المستنصرية.
- محمد، داليا محمد همام.(٢٠٢٠). التنظيم الإنفعالي وا لازدهار النفسي كمتغيرات وسطية بين اليقظة العقلية والرضا عن الحياة لدي معلمات رياض الأطفال. *مجلة دراسات فى الطفولة والتربية ، جامعة اسيوط* ، ١٣ ، ٣٩٤-٥٠٤.
- محمود ، سميه شكرى محمد ؛ زايد، أمل محمد أحمد .(٢٠٢١). نمذجة العلاقات السببية بين الزفاهية النفسية ورأس المال النفسي والضغوط الأكاديمية وبعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلبة الجامعة أثناء جائحة كورونا Covid-19 . *المجلة التربوية كلية التربية جامعة سوهاج*، ٣ (٩٢)، ٩٣٣-٩٨١.
- محمود، نهاد عبد الوهاب (٢٠٠٩). *الفعالية الذاتية : متغير وسيط بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب والقلق لدى المراهقين* ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة حلوان
- واصف، أيمن حلمى عويضة.(٢٠٢٢). التفكير القائم على الحكمة كمتغير وسيط بين اليقظة العقلية والازدهار النفسي لدى طلاب كلية التربية. *مجلة كلية التربية جامعة المنوفية*، ٣٧ (٤)، ٣٠٤-٣٦٨.
- الوكيل، سيد أحمد (٢٠١٥). علم النفس الإيجابي وتطبيقاته الإكلينيكية والاجتماعية والجنائية، *جمعية جودة الحياة المصرية. مجلة السلوك البيئي*. ٣(١)، ٣٧٩-٤٢٤.
- الوكيل، سيد أحمد (٢٠٢١). الدور الوسيط لفاعلية الذات في العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية والرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة. *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية*. ١٥(٢). ٧٧٧-٨٥٨.

الوكيل، سيد أحمد (٢٠٢١ب). التعقل كمتغير معدل للعلاقة بين إيمان الهاتف الذكي وكل من القلق والاكتئاب ونوعية النوم. *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية*. ١٥ (٦). ١٣٣-١٥٢.

الوكيل، سيد أحمد (٢٠٢٤). تباين مستويات السعادة النفسية في ضوء النوع والكلية والتخصص الأكاديمي والفرقة الدراسية لدى طلاب وطالبات جامعة الفيوم. *مجلة جامعة الشارقة للعلوم الانسانية والاجتماعية*. (٢) ٢١، ٥٣٦-٥٧١.

الوكيل، سيد أحمد (٢٠١٨). العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية المنبئة بالسعادة النفسية لدى طلبة جامعة الفيوم. *مجلة كلية الآداب جامعة الفيوم*. ١٧ (١). ١٠٨-١٠٩.

الوكيل. سيد؛ باشا. شيماء. (٢٠٢٤). الخصائص القياسية واللاتغاير العاملي لمقياس الازدهار النفسي لدى عينة من طالبات الجامعة في البيئة العربية. *مجلة الإرشاد النفسي*. ٧٦ (١). ٤٤٧-٥٠٠.

- Afzal, S., Din, M., & Malik, H. D. (2020). Psychological Capital as an Index of Workplace Flourishing of College Faculty Members. *Journal of Educational Research*, 23(1), 91-110.
- Agenor, C., Conner, N., & Aroian ,K. (2017). Flourishing: An Evolutionary Concept Analysis. *Issues Mental Health Nursing*, 38(11), 915-923.
- Akin, A., & Akin, U. (2015). Mediating role of coping competence on the relationship between mindfulness and flourishing. *Suma Psicológica*, 22(1), 37-43.
- Arpaci, I. (2019). Relationships between early maladaptive schemas and smart phone addiction: The moderating role of mindfulness . *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-15.
- Arpaci, I. (2021). Relationships between early maladaptive schemas and smartphone addiction: The moderating role of mindfulness. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19(3), 778-792.
- Avey, J. B., Wernsing, T. S., & Luthans, F. (2008). Can positive employees help positive organizational change? Impact of psychological

- capital and emotions on relevant attitudes and behaviors. *The Journal of Applied Behavioral Science*, 44(1), 48–70.
- Avey, J., Reichard, R., Luthans, F., & Mhatre, H., (2011). Meta-analysis of the impact of positive psychological capital on employee attitudes, behaviors, and performance. *Hum. Resour. Dev. Q.* 22 (2), 127–152. <https://doi.org/10.1002/hrdq.20070>.
- Baer R.A.(2007). Mindfulness, Assessment, and Transdiagnostic Processes. *Psychological Inquiry*. 18(4), 238–271.
- Ball, H. (2018). *The role of mindfulness in psychological wellbeing and psychological capital*. [Master Thesis, Emporia State University]. ProQuest Dissertations & Theses.
- Baluku, M., Nansubuga, F., Musanje, K., Nantamu, S., & Otto, K.(2023). The role of mindfulness, psychological capital, and social capital in the well-being of refugees in Uganda. *Current Research in Ecological and Social Psychology* 5, <https://doi.org/10.1016/j.cresp.2023.100148>.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
- Carter, S., & Richards, T. (2023). Mindfulness as a Tool for Enhancing Psychological Capital and Flourishing. *International Journal of Well-Being*, 13(2), 113-129.
- Cho, H; Ryu, S; Noh, J. & Lee, J. (2016). The effectiveness of daily mindful breathing practices on test anxiety of students. *Plos One*, 11, 10, 1-10.
- de Reuck, J. (2019). The relationship between psychological capital and flourishing in the workplace [Doctoral dissertation], Nelson Mandela Metropolitan University).
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2004). Beyond Money: Toward an Economy of Well-Being. *Psychological Science in the Public Interest*, 5(1), 1-31.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D.-w., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143-156 .
- Fergus, S., & Zimmerman, M. (2006). Adolescent resilience: Framework for understanding healthy development in the face of risk. *Public Health*, 26, 399-419.

- Fink, J. E. (2014). Flourishing: Exploring predictors of mental health within the college environment. *Journal of American College Health*, 62(6), 380-388.
- Foley, P., & McHugh, L. (2020). The Role of Mindfulness in Enhancing Psychological Flourishing: A Meta-Analysis. *Journal of Happiness Studies*, 21(3), 897-912.
- Freire, C., Ferradás, M. D. M., García-Bértoa, A., Núñez, J. C., Rodríguez, S., & Piñeiro, I. (2020). Psychological capital and burnout in teachers: The mediating role of flourishing. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(22), 8403.
- Gong, Z., Liu, Q., Jiao, X., & Tao, M. (2018). The Influence of College Students' Psychological Capital on Study Engagement. *Psychology*, 9(13), 2782.
- Harris J.R (2013) *the clinical Applications of Happiness Research*, A doctoral project in partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of Psychology at Alliant International University, Los Angeles. UMI Dissertation Publishing, ProQuest LLC.
- Hofmann, S. G., Sawyer, A. T., Witt, A. A., & Oh, D. (2010). The Efficacy of Mindfulness-Based Therapy: A Comprehensive Meta-Analysis. *Cognitive Therapy and Research*, 34(5), 427-440.
- Huppert, F. A., & So, T. T. (2013). Flourishing Across Europe: Application of a New Conceptual Framework for Defining Well-Being. *Soc Indic Res*, 110(3), 837-861.
- Hussain, M. (2022). *The impact of mindfulness and self-compassion on job outcomes: Mediating role of psychological capital and positive emotions*. [Doctor Thesis, Alliance Manchester Business School]. ProQuest Dissertations & Theses.
- Jindal-Snape, J., & Miller, J. (2008). A challenge of living understands the psycho-social processes of the child during primary–secondary transitions through resilience and self-esteem theories. *Educ Psycho/Rev.*, 20 , 217-236.

- Jing, L., Zhang, Y., & Li, Q. (2022). The Interactive Effects of Mindfulness and Psychological Capital on Psychological Flourishing. *Psychology of Well-Being*, 12(1), 45-60.
- Jing, X., Meng, H., Li, Y., & Lu, L. (2022). Effects of Psychological Capital, Coping Style and Emotional Intelligence on Self-Rated Health Status of College Students in China During COVID-19 Pandemic. *Psychol Res Behav Manag.*, 15, 2587–2597.
- Kabat-Zinn, J. (1990). *Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness*. New York: Delacorte.
- Kabat-Zinn, J., (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clin. Psychol. Sci. Pract.* 10 (2), 144–156. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpg016>
- Keng, S. L., Smoski, M. J., & Robins, C. J. (2011). Effects of Mindfulness on Psychological Health: A Review of Empirical Studies. *Clinical Psychology Review*, 31(6), 1041-1056.
- Lau, M. A., Bishop, S. R., Segal, Z. V., Buis, T., Anderson, N. D., Carlson, L., ... & Devins, G. (2006). The Toronto mindfulness scale: Development and validation. *Journal of clinical psychology*, 62(12), 1445-1467.
- Lau, M.A., Bishop, S.R., Segal, Z.V., Buis, T., Anderson, N.D., Carlson, L., Shapiro, S., Carmody, J., Abbey, S., Devins, G., (2006). The Toronto mindfulness scale: Development and validation. *J. Clin. Psychol.* 62 (12), 1445–1467. <https://doi.org/10.1002/jclp.20326>.
- Li, J., Li, J., & Jiang, J. (2017). Psychological Capital as a Mediator in the Relationship Between Mindfulness and Flourishing: Evidence from College Students. *Journal of Positive Psychology*, 12(3), 223-236.
- Lorenz, T., Beer, C., Pütz, J., & Heinitz, K. (2016). Measuring Psychological Capital: Construction and Validation of the Compound PsyCap Scale (CPC-12). *PLOS ONE*, 10, 1-17.
- Luthans, F. (2002). The need for and meaning of positive organizational behavior. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 23(6), 695–706.

- Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M. (2007). Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel psychology*, 60(3), 541-572.
- Luthans, F., Luthans, K. W., & Luthans, B. C. (2004). *Positive psychological capital: Beyond*.
- Luthans, F., Youssef-Morgan, C.M., (2017). Psychological Capital: An Evidence-Based Positive Approach. *Ann. Rev. Org. Psychol. Org. Behav.* 4 (1), 339–366. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032516-113324>.
- Luthans, F., Avey, J. B., Avolio, B. J., & Peterson, S. J. (2010). The development and resulting performance impact of positive psychological capital. *Human resource development quarterly*, 21(1), 41- 67.
- Massoud, W., Ahmed, M., Agaibi, C., & Alsalhi, N. (2023). College students' mindfulness, resilience, flourishing, and academic success: An exploratory study from Egypt. *Social space journal*, 23(2), 375-404.
- Nabil, A., & Al-Sharif, A. (2021). Mindfulness and Psychological Capital: A Path to Resilience. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, 11(1), 20-28.
- Pacheco, J. (2017). *Does Psychological Capital Mediate Mindfulness in Rural Family Practice Physicians?* Dissertation for the Degree Doctor of Philosophy. Grand Canyon University.
- Rawlings, M. (2012). Assessing BSW student direct practice skill using standardized clients and self-efficacy theory. *Journal of Social Work Education*, 48, 2,553-576.
- Rusch, H.L., Rosario, M., Levison, L.M., Olivera, A., Livingston, W.S., Wu, T., & M. Gill, J.M.(2019). The effect of mindfulness meditation on sleep quality: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials . *Annals Of The New York Academy of Sciences*. 1445, 5–16.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being*. New York: Free Press.

- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology, *An introduction, American Psychologist*, 55, 1, 5-14.
- Smith, B. W., Ortiz, J. A., Steffen, L. E., Tooley, E. M., Wiggins, K. T., Yeater, E. A., & Bernard, M. L. (2011). Mindfulness is associated with fewer PTSD symptoms, depressive symptoms, physical symptoms, and alcohol problems in urban firefighters. *Journal of consulting and clinical psychology*, 79(5), 613
- Stajkovic, A. D., & Luthans, F. (1998). Self-efficacy and work-related performance: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 124(2), 240.
- Sulaiman, W., Shariff, M., & Khairudin, R. (2023). The role of psychological capital in flourishing among job seekers: Grit as a mediator. *Journal Penelitian Psikologi*, 8, 1, 119–136.
- Walach, H., Buchheld, N., Battenmüller, V., Kleinknecht, N., & Schmidt, S. (2006). Measuring mindfulness—the Freiburg mindfulness inventory (FMI). *Personality & individual differences*, 40(8), 1543-1555.
- Yildirim, M., Aziz, I. A., Nucera, G., Ferrari, G., & Chirico, F. (2022). Self-compassion mediates the relationship between mindfulness and flourishing. *J Health Soc Sci*, 7(1), 89-98.
- Younes, M., & Alzahrani, M. (2018). Could Resilience and flourishing be mediators in relationship between mindfulness and life satisfaction for Saudi college student? A psychometric and exploratory study. *Journal of Education and Psychological Studies, Sultan Qaboos University*, 12(4), 708- 723.
- Zhou, Z. K., Liu, Q. Q., Niu, G. F., Sun, X. J., & Fan, C. Y. (2017). Bullying victimization and depression in Chinese children: A moderated mediation model of resilience and mindfulness. *Personality and individual differences*, 104, 137-142.
- Zhu, Y. (2021). *The Role of Academic Psychological Capital in the Relationship Between Socioeconomic Status and College Academic Adjustment Among College Students*. [Doctoral Dissertations], Louisiana Tech University.

The Mediating Role of Psychological Capital in the relationship between Mindfulness and Psychological Flourishing among University Students.

By

Dr. Sayed Ahmed Elwakeel
Professor of Clinical Psychology
Fayoum University in Egypt & University
University of Science and Technology of Fujairah.

Dr. Rasha.M. Abdel Sattar
Assistant Professor of Psychology
Faculty of Arts – Helwan

Abstract

The current study aimed to identify the mediating role of psychological capital in the relationship between mindfulness and a sense of psychological flourishing among university students, in addition to identifying the mutual relationships between psychological capital, mindfulness and a sense of psychological flourishing. The study sample consisted of 410 university students (93 males and 317 females), whose ages ranged between 18 and 25, with an average age of 20.68 years and a standard deviation of 1.56 years. The study tools included the primary data collection questionnaire (prepared by the researchers), the psychological capital scale (Lorzen et al., 2016), prepared by the researchers, the Freiburg Mindfulness Inventory (Walach et al., 2006), prepared by Elwakeel (2021), the psychological prosperity scale (Diener et al., 2010) prepared by (Elwakeel & Pasha, 2024). The results Showed that there was a positive, statistically significant correlation at the level of 0.01 between mindfulness, psychological capital, and a sense of psychological flourishing among the study sample. The results also showed that psychological capital plays a mediating role in the relationship between mindfulness (as an independent variable) and a sense of psychological flourishing (as a dependent variable). The mediation here is partial, which means that part of the change in the relationship between mindfulness and psychological flourishing among the study sample of university students is because of psychological capital on the relationship between the independent and dependent variables. Thus, the hypothesis is validated, which confirms that psychological capital plays a mediating role in the relationship between mindfulness and psychological flourishing among the study sample of university students.

Keywords:

Mediating Role - Psychological Capital - Mindfulness – Psychological Flourishing.