OPEN ACCESS
Received: 12/03/2026
Accepted: 16/08/2026

مجلة الآداب

Psychological Well-being among Students of the Faculty of Education at Thamar University

Dr. Akram Abdullah Al-Adwir [*]
akram_aladwir@tu.edu.ye

Dr. Ahmed Naser Al-Saidi [**]
ahmed-alsaidi@tu.edu.ye

Dr. Faisal Ali Ja'dan [***]
faisal-jadan@tu.edu.ye

Abstract

The study examined psychological well-being among students at the Faculty of Education, Thamar University, and explored differences linked to gender, academic specialization, academic level, and place of residence. Using the validated Psychological Well-being Scale (Al-Sharif & Sharaf, 2023), data were collected from 173 male and female students and analyzed with SPSS. Results indicated a generally high level of psychological well-being, with no significant differences across most variables, except for gender: females scored higher in spiritual belonging, while males scored higher in psychological adjustment. Based on these findings, the study recommended strengthening counseling and psychological programs at the university, integrating positive psychology concepts into courses and activities, and conducting further research on psychological well-being in the Yemeni context.

Keywords: Psychological Well-being, Psychological Adjustment, Yemeni Environment, Positive Psychology.

[*] Assistant Professor of Educational Psychology, Department of Psychology and Early Childhood, Faculty of Education, Thamar University, Yemen.

** Assistant Professor of Educational Psychology, Department of Psychology and Early Childhood, Faculty of Education, Thamar University, Yemen.

***Assistant Professor of Educational Psychology, Department of Psychology and Early Childhood, Faculty of Education, Thamar University, Yemen.

Cite this article as: Al-Adwir, A. A. Al-Saidi, A. N. Ja'dan, F. A. (2026). Psychological Well-being among Students of the Faculty of Education at Thamar University, *Journal of Arts, 14* (3), 176 -195 https://doi.org/10.35696/j59rxe96

© This material is published under the license of Attribution 4.0 International (CC BY 4.0), which allows the user to copy and redistribute the material in any medium or format. It also allows adapting, transforming or adding to the material for any purpose, even commercially, as long as such modifications are highlighted and the material is credited to its author.

OPEN ACCESS
تاريخ الاستلام: 12/ 03/ 2026
تاريخ القبول:16/ 08/ 2026

مجلة الآداب

الازدهار النفسي لدى طلبة كلية التربية بجامعة ذمار

د. أكرم عبدالله الأدور*
akram_aladwir@tu.edu.ye

د. أحمد ناصر السعيدي**
ahmed-alsaidi@tu.edu.ye

د. فيصل علي جعدان***
faisal-jadan@tu.edu.ye

ملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة مستوى الازدهار النفسي لدى عينة من طلبة كلية التربية بجامعة ذمار. ومعرفة مدى وجود فروق لدى أفراد العينة في الازدهار النفسي تُعزى لمتغيرات: الجنس، التخصص الأكاديمي، المستوى الدراسي، محل الإقامة. ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس الازدهار النفسي لـ(الشريف وشرف، 2023)، بعد التأكد من صدقه وثباته على عينة مكونة من (173) طالبا وطالبة من طلبة كلية التربية بجامعة ذمار. وبناءً على المعالجات الإحصائية للبيانات بواسطة برنامج (SPSS) أظهرت النتائج أن لدى أفراد العينة مستوى مرتفعًا من الازدهار النفسي. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في الدرجة الكلية لمقياس الازدهار النفسي وجميع أبعاده تُعزى لمتغيرات: الجنس، التخصص الأكاديمي، المستوى الدراسي، محل الإقامة. ما عدا الفروق الدالة إحصائيًا وفقًا لمتغير الجنس في بعد الانتماء الروحي لصالح الإناث، وفي بعد التوافق النفسي لصالح الذكور. وفي ضوء النتائج، أوصت الدراسة بضرورة تعزيز البرامج الإرشادية والنفسية داخل الجامعة، والعمل على تنمية جوانب الصحة النفسية والرفاهية النفسية لدى الطلبة، وتضمين مفاهيم علم النفس الإيجابي في المقررات والأنشطة الجامعية، وإجراء المزيد من الدراسات التي تستكشف العلاقة بين الازدهار النفسي ومتغيرات أخرى في البيئة اليمنية.

الكلمات المفتاحية: الازدهار النفسي، التوافق النفسي، البيئة اليمنية، علم النفس الإيجابي.

* أستاذ علم النفس التربوي المساعد، قسم علم النفس والطفولة المبكرة، كلية التربية، جامعة ذمار، اليمن.
**أستاذ علم النفس التربوي المساعد، قسم علم النفس والطفولة المبكرة، كلية التربية، جامعة ذمار، اليمن.
***أستاذ علم النفس التربوي المساعد، قسم علم النفس والطفولة المبكرة، كلية التربية، جامعة ذمار، اليمن.

للاقتباس: الأدور، أ. ع. السعيدي، أ. ن. جعدان، ف. ع. (2026). الازدهار النفسي لدى طلبة كلية التربية بجامعة ذمار، *مجلة الآداب*، *14* (3)، 176- 195 https://doi.org/10.35696/j59rxe96

© نُشر هذا البحث وفقًا لشروط الرخصة Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)، التي تسمح بنسخ البحث وتوزيعه ونقله بأي شكل من الأشكال، كما تسمح بتكييف البحث أو تحويله أو الإضافة إليه لأي غرض كان، بما في ذلك الأغراض التجارية، شريطة نسبة العمل إلى صاحبه مع بيان أي تعديلات أُجريت عليه.

1. المقدمة

نال علم النفس الإيجابي اهتمامًا كبيرًا في الآونة الأخيرة من قبل علماء النفس، ويُعد الازدهار النفسي من المفاهيم الحديثة التي برزت في إطار علم النفس الإيجابي، وقد حظي باهتمام متزايد خلال العقدين الأخيرين بوصفه أحد أبرز مؤشرات الصحة النفسية الإيجابية وجودة الحياة، حيث اهتم بدراسة جوانب القوة والكفاءة الإنسانية بدلاً من التركيز على الاضطرابات والمشكلات النفسية، ودعا هذا التوجه إلى الاهتمام بالعوامل التي تساعد الأفراد على تحقيق حياة مزدهرة تتسم بالصحة النفسية والرضا والفاعلية، وأشارت الأدبيات إلى أن مفهوم الازدهار لا يرتبط بمجال معين أو بفرع معين من فروع العلم، بل هو مشترك بين العلماء والباحثين على اختلاف تخصصاتهم (الشريف وشرف، 2023؛ Seligman & Seligman,2011؛ Csikszentmihalyi, 2000).

ظهر مفهوم الازدهار النفسي استجابة للتغيرات الاجتماعية والثقافية والاقتصادية المتسارعة التي يشهدها العالم المعاصر، وما نتج عنها من ضغوط وتحديات أثرت في الصحة النفسية للأفراد، ولا سيما فئة الشباب الجامعيين الذين يواجهون متطلبات أكاديمية واجتماعية ومهنية متزايدة، الأمر الذي جعل الاهتمام بالازدهار النفسي أحد الموضوعات الرئيسة في الأدبيات النفسية والتربوية المعاصرة (Hone et al., 2014; Keyes, 2002). ويختلف الازدهار النفسي عن المفاهيم القريبة منه، مثل السعادة والرفاهية النفسية وجودة الحياة، إذ لا يقتصر على الشعور بالمشاعر الإيجابية أو الرضا عن الحياة، وإنما يمثل حالة شاملة من الأداء النفسي والاجتماعي الإيجابي، يكون فيها الفرد قادرا على استثمار إمكاناته، وتحقيق أهدافه، والتكيف مع المتغيرات، والمشاركة الفاعلة في مجتمعه. ومن ثم فإن الازدهار النفسي يُنظر إليه بوصفه نتاجا للتفاعل بين الجوانب الانفعالية والمعرفية والاجتماعية والوجودية في شخصية الفرد (Huppert & So, 2013؛ Ryan & Deci, 2001).

اختلف الباحثون في تحديد مفهوم الازدهار النفسي تبعا للأطر النظرية التي انطلقوا منها، إلا أنهم اتفقوا على أنه يمثل المستوى الأمثل للصحة النفسية الإيجابية، حيث يشير كيز (Keyes, 2002) إلى أن الازدهار النفسي يمثل الحالة المثلى للصحة النفسية، فهو لا يعني غياب الاضطرابات النفسية فحسب، بل يعني الحضور الفعلي لمظاهر الصحة النفسية الإيجابية، ويجمع بين الرفاهية الانفعالية والرفاهية النفسية والرفاهية الاجتماعية. كما يشير إلى حالة من الأداء النفسي والاجتماعي الإيجابي يتمكن فيها الفرد من استثمار قدراته وإمكاناته بصورة فعالة، ويشعر بالرضا عن ذاته وحياته، ويقيم علاقات إيجابية مع الآخرين، ويمتلك أهدافا واضحة تمنح حياته معنى، فضلا عن قدرته على التكيف مع متطلبات البيئة المحيطة ومواجهة التحديات المختلفة. ويُنظر إليه بوصفه أحد أهم مؤشرات الصحة النفسية الإيجابية وجودة الحياة، لأنه لا يقتصر على غياب الاضطرابات النفسية، وإنما يعكس الحضور الفعلي لعناصر الرفاه النفسي والاجتماعي والانفعالي (Keyes, 2007; Diener et al., 2010; Ryff, 1989).

يُنظر إلى الازدهار النفسي بوصفه بناء نفسيا متعدد الأبعاد، إذ لا يقتصر على الشعور بالسعادة أو الرضا عن الحياة، وإنما يتضمن مجموعة من المكونات النفسية والاجتماعية والانفعالية التي تعكس قدرة الفرد على تحقيق النمو الشخصي، والتوافق مع ذاته وبيئته، وإقامة علاقات إيجابية، والشعور بالمعنى والإنجاز. وقد اختلفت النماذج النظرية في تحديد أبعاد الازدهار النفسي تبعًا لاختلاف المنطلقات الفكرية التي استندت إليها، إلا أنها اتفقت جميعها على أن الازدهار يمثل حالة متكاملة من الصحة النفسية الإيجابية (Seligman, 2011; Keyes, 2002; Ryff, 1989).

تعددت الأطر النظرية التي تناولت الازدهار النفسي، ولا سيما في إطار علم النفس الإيجابي، إذ سعى كل منهم إلى تفسير العوامل التي تمكن الفرد من تحقيق النمو النفسي والحياة المزدهرة. وقد اختلفت هذه التفسيرات باختلاف الأسس النظرية التي انطلقت منها، إلا أنها اتفقت على أن الازدهار النفسي يمثل حالة متكاملة من الصحة النفسية الإيجابية، تتجاوز

مجرد غياب الاضطرابات النفسية لتشمل تحقيق الإنسان لإمكاناته وقدرته على العيش بصورة فاعلة وذات معنى (Ryan & Deci, 2001: Keyes, 2002).

يستند التفسير النظري في الدراسة الحالية إلى نموذج كيز للصحة النفسية (Keyes, 2002) الذي قدم تصورا أكثر شمولا للصحة النفسية، مؤكدا أن الإنسان قد يكون خاليا من الاضطرابات النفسية، ومع ذلك لا يُعد مزدهرا نفسيا. ولذلك ميز بين الصحة النفسية الإيجابية والمرض النفسي، واعتبرهما بعدين مستقلين نسبيًا. ويرى كيز أن الازدهار النفسي يتحقق عندما يجمع الفرد بين ثلاثة مكونات رئيسة هي: الرفاهية الانفعالية، الرفاهية النفسية، الرفاهية الاجتماعية. ويؤكد أن الفرد المزدهر يتميز بالمشاركة الفاعلة في المجتمع، والشعور بالانتماء، وإقامة علاقات اجتماعية ناجحة، إلى جانب تمتعه بالرضا عن الحياة والنمو الشخصي. وقد أسهم هذا النموذج في توسيع مفهوم الازدهار النفسي من كونه خبرة فردية إلى كونه مفهومًا يجمع بين الأداء النفسي والتفاعل الاجتماعي، ولذلك يعد من أكثر النماذج استخدامًا في البحوث الحديثة.

ويتقاطع هذا التصور مع نموذج ريف للرفاهية النفسية (Ryff, 1989) الذي يعد من أكثر النماذج تأثيرا في تفسير الازدهار النفسي، إذ قدمته ريف اعتمادا على أفكار علم النفس الإنساني والوجودي، ورأت أن الصحة النفسية لا تقاس بالشعور بالسعادة فقط، وإنما بقدرة الفرد على تحقيق النمو الشخصي والتوافق مع ذاته وبيئته. وافترضت ريف أن الرفاهية النفسية تتكون من ستة أبعاد هي: تقبل الذات، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، الاستقلالية، التمكن البيئي، الهدف في الحياة، النمو الشخصي. وترى أن هذه الأبعاد تعمل بصورة متكاملة، بحيث يسهم كل منها في بناء شخصية قادرة على مواجهة تحديات الحياة وتحقيق التوازن النفسي. وتُعد هذه النظرية من أكثر النماذج استخداما في الدراسات النفسية؛ لأنها تقدم تصورا متكاملا للصحة النفسية الإيجابية، وقد شكلت الأساس الذي انطلقت منه كثير من المقاييس والدراسات المتعلقة بالازدهار النفسي.

ويتقاطع كذلك مع تصور سيلجمان للازدهار في علم النفس الإيجابي (Seligman, 2011) حيث قدم نموذج (PERMA) الذي يعد من أبرز النماذج المعاصرة في تفسير الازدهار النفسي، حيث يرى أن الحياة المزدهرة تقوم على خمسة عناصر أساسية هي: المشاعر الإيجابية، الاندماج، العلاقات الإيجابية، المعنى، الإنجاز. ويؤكد سيلجمان أن هذه العناصر مستقلة نسبيًا، إلا أنها تتفاعل معا لتكوين حياة تتسم بالرضا والنجاح والصحة النفسية. ويتميز هذا النموذج بتركيزه على الجوانب العملية التي يمكن تنميتها من خلال البرامج الإرشادية والتربوية، مما جعله يحظى باهتمام واسع في المؤسسات التعليمية والجامعات.

وعلى الرغم من اختلاف منطلقات النظريات المفسرة للازدهار النفسي، إلا أنها تتفق على أن الازدهار النفسي يمثل حالة من الأداء الإنساني الأمثل، تقوم على النمو الشخصي، والشعور بالمعنى، وإقامة العلاقات الإيجابية، والقدرة على التكيف مع متطلبات الحياة. كما يتبين أن نظرية ريف ركزت على البناء النفسي للفرد، بينما وسع كيز المفهوم ليشمل البعد الاجتماعي، في حين قدم سيلجمان إطارا تطبيقيا يركز على تنمية عناصر الازدهار. ويرى الباحثون أن نظرية ريف ونموذج كيز يعدان الأكثر ارتباطا بالدراسة الحالية؛ لأنهما يقدمان تفسيرا شاملا للعمليات النفسية والاجتماعية التي يقوم عليها الازدهار النفسي، كما أن أبعادهما تتقاطع بدرجة كبيرة مع أبعاد مقياس الشريف وشرف (2023) المستخدم في الدراسة الحالية، الأمر الذي يجعلهما الإطار النظري الأكثر ملاءمة لتفسير نتائج الدراسة ومناقشتها.

تبرز أهمية الازدهار النفسي في كونه يسهم في تعزيز قدرة الفرد على بناء علاقات اجتماعية قائمة على الثقة والتعاون والاحترام المتبادل، ويعزز شعوره بالانتماء والمسؤولية الاجتماعية، ويزيد من مستوى مشاركته الإيجابية في الأنشطة المجتمعية، الأمر الذي ينعكس إيجابا على تماسك المجتمع وتحقيق التنمية البشرية المستدامة (Keyes, 2007). وفي المجال

التربوي، يمثل الازدهار النفسي أحد المرتكزات الأساسية لإعداد المعلم؛ إذ إن المعلم الذي يتمتع بصحة نفسية إيجابية يكون أكثر قدرة على إدارة المواقف التعليمية، والتفاعل الإيجابي مع الطلبة، ومواجهة الضغوط المهنية، وتقديم نموذج إيجابي في بيئة التعلم. ومن ثم فإن الاهتمام بتنمية الازدهار النفسي لدى طلبة كليات التربية يُعد استثمارًا في إعداد معلمين قادرين على الإسهام في تطوير العملية التعليمية وتحقيق أهدافها (Kern et al., 2020; Seligman, 2011).

تزداد أهمية الازدهار النفسي في البيئة الجامعية، إذ تمثل المرحلة الجامعية فترة انتقالية تتسم بتعدد المتطلبات الأكاديمية والاجتماعية والمهنية، الأمر الذي يجعل الطلبة أكثر عرضة للضغوط النفسية والانفعالية. ومن ثم فإن تمتع الطالب الجامعي بمستوى مرتفع من الازدهار النفسي يساعده على التكيف مع الحياة الجامعية، وتحقيق النجاح الأكاديمي، وبناء علاقات اجتماعية إيجابية، والمحافظة على صحته النفسية في مواجهة التحديات المختلفة (Butler & Kern, 2016). وتُعد المرحلة الجامعية من أهم المراحل النمائية في حياة الفرد؛ إذ تشهد نموا معرفيا واجتماعيا وانفعاليا متسارعا، ويواجه الطلبة خلالها العديد من التحديات الأكاديمية والنفسية والاجتماعية التي تتطلب قدرا مرتفعا من التوافق والمرونة النفسية. وقد أشارت العديد من الدراسات إلى أن ارتفاع مستوى الازدهار النفسي يرتبط بتحسن التوافق الأكاديمي، وزيادة الدافعية للتعلم، وارتفاع الرضا عن الحياة، وتحسن العلاقات الاجتماعية، وانخفاض مستويات الضغوط النفسية والاحتراق الأكاديمي (VanderWeele, 2017; Butler & Kern, 2016).

بناء على ما تقدم، يمكن القول إن أهمية الازدهار النفسي لا تقتصر على كونه مؤشرا للصحة النفسية الإيجابية، وإنما تمتد لتشمل دوره في تحسين الأداء الأكاديمي، وتعزيز التوافق النفسي والاجتماعي، وتنمية الدافعية للإنجاز، والقدرة على التكيف مع متغيرات الحياة، وهو ما يبرر الاهتمام المتزايد بدراسته لدى طلبة الجامعات، ولا سيما طلبة كليات التربية كونهم يمثلون شريحة مهمة من الشباب الجامعي الذين سيضطلعون مستقبلا بأدوار تربوية واجتماعية مؤثرة، كما أن إعداد المعلم لا يقتصر على الجوانب المعرفية والمهنية فحسب، وإنما يتطلب أيضا تمتع الطلبة بالصحة النفسية والقدرة على التكيف الإيجابي والمرونة في مواجهة متطلبات الحياة الجامعية والمهنية.

وعلى الرغم من تزايد الاهتمام العالمي بدراسة الازدهار النفسي، فإن الدراسات العربية - واليمنية على وجه الخصوص - ما تزال محدودة، الأمر الذي يبرز الحاجة إلى إجراء المزيد من الدراسات التي تستكشف مستوى الازدهار النفسي لدى الطلبة الجامعيين والعوامل المرتبطة به، بما يسهم في تطوير البرامج الإرشادية والتربوية الداعمة للصحة النفسية داخل البيئة الجامعية. ويمكن تلخيص أهمية هذه الدراسة فما يلي:

- قد تسهم في تحقيق إضافة علمية إلى التراث العلمي في مجال التخصص.
- تناولها لمفهوم الازدهار النفسي وهو من المتغيرات الحديثة نسبيا في علم النفس وذلك لتأثيره الإيجابي في الوظائف النفسية والاجتماعية والأكاديمية للطلبة.
- العينة وهي فئة الطلبة التي تعد أحد العناصر الهامة في المنظومة التعليمية التي تعقد المؤسسات التربوية آمالها وطموحاتها عليهم لتحقيق أهدافها للارتقاء بالطلبة في المستوى التعليمي لبناء جيل متعلم.
- توجيه الاهتمام نحو آليات دعم الازدهار النفسي لدى الطلبة لتحقيق الصحة النفسية داخل المؤسسات الأكاديمية.
- تزويد صناع القرار بالجامعة ببرامج وتوصيات عملية لخلق بيئات تعليمية محفزة على الازدهار النفسي.

وانطلاقًا من ذلك، تسعى الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى الازدهار النفسي لدى عينة من طلبة كلية التربية بجامعة ذمار، ومعرفة مدى وجود فروق لدى أفراد العينة في الازدهار النفسي تُعزى لمتغيرات: الجنس، التخصص الأكاديمي، المستوى الدراسي، محل الإقامة. بما يسهم في إثراء الأدب النفسي والتربوي، وتقديم مؤشرات علمية يمكن الإفادة منها في

تصميم البرامج التي تستهدف تعزيز الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة. بينما تتحدد الدراسة الحالية في إطار متغيراتها التي تتمثل في معرفة مستوى الازدهار النفسي لدى طلبة كلية التربية بجامعة ذمار في الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي 2026/2025. وقد تناولت الدراسة المصطلح التالي:

الازدهار النفسي (Psychological Flourishing): عرفه الشريف وشرف (2023): بأنه "حالة من الطمأنينة يتمتع بها الأفراد وتظهر من خلال التوجه الإيجابي نحو الحياة والإنجاز الذاتي والانتماء الروحي والتوافق النفسي والاجتماعي" (ص.99). ويعرف الباحثون الازدهار النفسي إجرائيًا بأنه: مقدار الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس الازدهار النفسي المستخدم في هذه الدراسة.

دراسات سابقة

تناولت العديد من الدراسات العربية والأجنبية موضوع الازدهار النفسي بهدف التعرف على مستواه لدى فئات مختلفة من الأفراد، والكشف عن علاقته بالمتغيرات النفسية والتربوية والاجتماعية ومن هذه الدراسات ما يلي:

دراسة الهمالي (2026) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الازدهار النفسي لدى طالبات كلية التربية بجامعة بنغازي، والكشف عن الفروق فيه تبعًا لمتغيرات: الشعبة، الفصل الدراسي، الحالة الاجتماعية. وتكونت عينة الدراسة من (116) طالبة من قسم العلوم التربوية والنفسية بكلية التربية بجامعة بنغازي، وأظهرت النتائج أن الطالبات يتمتعن بمستوى مرتفع من الازدهار النفسي، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في مستوى الازدهار النفسي تعزى لمتغيرات: الشعبة، الفصل الدراسي، الحالة الاجتماعية.

كما هدفت دراسة الزعبي (2025) إلى الكشف عن العلاقة بين الوعي الفكري والازدهار النفسي لدى طالبات الجامعة، والكشف عن الفروق في كل منهما تبعًا للتخصص الأكاديمي والمستوى الدراسي. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي على عينة مكونة من (350) طالبة. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين الوعي الفكري والازدهار النفسي، كما أظهرت وجود فروق في الوعي الفكري تُعزى للتخصص الأكاديمي والمستوى الدراسي، في حين لم تظهر فروق في الازدهار النفسي تُعزى للتخصص الأكاديمي والمستوى الدراسي.

في حين هدفت دراسة علوان (2025) إلى التعرف على مستوى الازدهار النفسي والاستقلال النفسي لدى طلبة جامعة تكريت والكشف عن طبيعة العلاقة بينهما. وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وبلغت عينة الدراسة (400) طالب وطالبة. وأظهرت النتائج أن الطلبة يتمتعون بمستويات مرتفعة من الازدهار النفسي والاستقلال النفسي، كما كشفت عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين المتغيرين.

وتناولت دراسة المطرفي (2025) تأثير الازدهار النفسي والرحمة بالذات في الخبرات الانفعالية لدى طالبات الجامعات. وبلغت عينة الدراسة (390) طالبة. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين الازدهار النفسي والرحمة بالذات والخبرات الانفعالية، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيًا في متغير الازدهار تُعزى للنوع لصالح الذكور. كما أسهم المتغيران في التنبؤ بالخبرات الانفعالية الإيجابية.

وفي السياق ذاته، هدفت دراسة التميمي (2024) إلى قياس الرغبة في السيطرة وعلاقتها بالازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (400) طالب وطالبة. وأظهرت النتائج تمتع أفراد العينة بمستويات مرتفعة من الرغبة في السيطرة والازدهار النفسي، فضلاً عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين المتغيرين. كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا تبعًا للجنس والتخصص.

كما سعت دراسة مجيد (2023) إلى التعرف على مستوى الاستقلال المعرفي وعلاقته بالازدهار النفسي لدى طلبة جامعة بغداد. وتكونت عينة الدراسة من (400) طالب وطالبة. وأظهرت النتائج تمتع الطلبة بمستوى مرتفع من الاستقلال المعرفي والازدهار النفسي، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين المتغيرين.

في حين هدفت دراسة صالح وعلي (2023) إلى التعرف على مستوى الازدهار النفسي لدى طالبات قسم رياض الأطفال والكشف عن الفروق فيه تبعًا لمتغير المرحلة الدراسية. وتكونت عينة الدراسة من (400) طالبة من طالبات قسم رياض الأطفال في كلية التربية الأساسية بجامعة المستنصرية. وأظهرت النتائج أن الطالبات يتمتعن بمستوى مرتفع من الازدهار النفسي، كما لم تظهر فروق دالة إحصائيًا تُعزى لمتغير المرحلة الدراسية.

أما دراسة الشريف وشرف (2023) فقد هدفت إلى تطوير مقياس الازدهار النفسي والتحقق من خصائصه السيكومترية لدى طالبات جامعة أم القرى. وتكونت العينة من (422) طالبة. وأسفرت النتائج عن استخراج خمسة أبعاد رئيسة للازدهار النفسي، وقد أظهرت النتائج تمتع المقياس بدرجات مرتفعة من الصدق والثبات. كما أظهرت ارتفاع مستوى الازدهار النفسي لدى طلبة جامعة أم القرى. وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا تبعًا للجنس في مستوى الازدهار النفسي.

من جانب آخر، هدفت دراسة عدوي والشربيني (2021) إلى الكشف عن العلاقة بين الازدهار النفسي وتقدير الذات والتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلبة جامعة قطر. وتكونت عينة الدراسة من (329) طالباً وطالبة. وأظهرت النتائج وجود علاقات ارتباطية موجبة ودالة إحصائيًا بين الازدهار النفسي وتقدير الذات والتوافق مع الحياة الجامعية، كما أمكن التنبؤ بالتوافق الجامعي من خلال الازدهار النفسي وتقدير الذات.

في حين هدفت دراسة العبيدي (2019) إلى التعرف على مستوى الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة والكشف عن الفروق فيه تبعًا لبعض المتغيرات الديموغرافية. وتكونت عينة الدراسة من (300) طالب وطالبة من جامعة بغداد. وأظهرت النتائج أن الطلبة يتمتعون بمستوى مرتفع نسبيًا من الازدهار النفسي، كما لم تظهر فروق دالة إحصائيًا تُعزى لمتغيري الجنس والتخصص الدراسي، بينما ظهرت فروق تبعًا للمرحلة الدراسية ولصالح طلبة المرحلة الدراسية الرابعة.

أما بالنسبة للدراسات الأجنبية، فقد أجرى كيز (Keyes, 2002) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الصحة النفسية والازدهار النفسي، وتوصلت إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بمستويات مرتفعة من الازدهار النفسي يكونون أكثر قدرة على التكيف الاجتماعي وأكثر شعورًا بالرضا عن الحياة مقارنة بغيرهم.

وفي دراسة أخرى، أشار دينر وآخرون (Diener et al., 2010) إلى أن الازدهار النفسي يرتبط ارتباطًا إيجابيًا بمؤشرات السعادة والرضا عن الحياة والتفاؤل والنجاح الأكاديمي، وأنه يعد من أهم مؤشرات الصحة النفسية الإيجابية.

وفي السياق ذاته، أوضحت دراسة وود وجوزيف (Wood & Joseph, 2010) أن انخفاض مستويات الازدهار النفسي يعد عاملاً من عوامل الخطورة المرتبطة بظهور أعراض الاكتئاب والاضطرابات النفسية، مما يؤكد أهمية تنمية هذا المتغير لدى فئة الشباب.

وقد أجرى هويل وبير (Howell & Buro, 2015) دراسة هدفت الى الكشف عن الفروق بين الجنسين، وكذلك التنبؤ بالرفاهية الذاتية من خلال الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة وتكونت العينة من (478) طالب وطالبة. أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في الازدهار النفسي لصالح الإناث، كما تبين أن الازدهار النفسي يتنبأ بدرجة الرفاهية الذاتية.

يتضح من خلال استعراض الدراسات السابقة، أن الازدهار النفسي قد حظي باهتمام متزايد في الدراسات النفسية والتربوية، وتناولت دراسات سابقة هذا المتغير لدى طلبة الجامعات في بيئات عربية وأجنبية مختلفة، إلا أن نتائج هذه الدراسات لم تكن متطابقة بصورة كاملة؛ فقد كشفت بعض الدراسات عن مستويات مرتفعة من الازدهار النفسي، في حين تناولت دراسات أخرى علاقته بمتغيرات نفسية وأكاديمية وديموغرافية مختلفة، كما تباينت نتائجها بشأن الفروق المرتبطة ببعض الخصائص الشخصية والأكاديمية. ويشير هذا التباين إلى أن الازدهار النفسي قد يتأثر بطبيعة البيئة التي يعيش فيها الفرد، وبالخصائص الثقافية والاجتماعية للمجتمع، وبطبيعة الخبرة الجامعية التي يمر بها الطلبة.

ومن هنا تبرز فجوة بحثية تتمثل في محدودية الدراسات التي تناولت الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعات اليمنية بصورة عامة، وطلبة كليات التربية بصورة خاصة، مقارنة بما حظي به المفهوم من اهتمام في سياقات جامعية أخرى. كما أن اختلاف السياق الاجتماعي والثقافي والتعليمي اليمني عن السياقات التي أجريت فيها العديد من الدراسات السابقة يجعل من غير الملائم افتراض أن النتائج التي توصلت إليها تلك الدراسات يمكن تعميمها بصورة مباشرة على الطلبة اليمنيين. ولذلك تبرز الحاجة إلى دراسات ميدانية تستكشف مستوى الازدهار النفسي لدى الطلبة في البيئة الجامعية اليمنية، وتتحقق من طبيعة هذا المتغير وأبعاده، ومن مدى اختلافه باختلاف بعض الخصائص الديموغرافية والأكاديمية.

وتتأكد هذه الحاجة في البيئة الجامعية اليمنية في ضوء ما قد يواجهه الطلبة من متطلبات وتحديات أكاديمية واجتماعية واقتصادية، الأمر الذي يجعل الاهتمام بمظاهر الصحة النفسية الإيجابية لا يقل أهمية عن دراسة الاضطرابات والمشكلات النفسية. فالكشف عن مستوى الازدهار النفسي يمكن أن يسهم في الانتقال من التركيز على معالجة المشكلات النفسية بعد ظهورها إلى تبني توجه وقائي ونمائي يهدف إلى تعزيز نقاط القوة والموارد النفسية والاجتماعية لدى الطلبة، ودعم قدرتهم على التكيف والإنجاز والنمو.

وعلى الرغم من أهمية هذا الجانب، فإن الحاجة لا تزال قائمة إلى دراسة الازدهار النفسي لدى طلبة كلية التربية بجامعة ذمار، ولا سيما أن المفهوم في الدراسة الحالية لا يُختزل في الشعور بالسعادة أو الرضا عن الحياة، وإنما يُنظر إليه باعتباره بناءً متعدد الأبعاد. وقد اعتمدت الدراسة الحالية مقياس الشريف وشرف (2023)، الذي يتناول الازدهار النفسي من خلال خمسة أبعاد مترابطة هي: التوجه الإيجابي نحو الحياة، والإنجاز الذاتي، والتوافق الاجتماعي، والانتماء الروحي، والتوافق النفسي. ويتيح هذا التصور دراسة الازدهار النفسي بصورة أكثر شمولا، من خلال الجمع بين الجوانب الوجدانية والشخصية والاجتماعية والروحية والنفسية.

كما أن مراجعة الدراسات السابقة لا توفر أساسا كافيا للحكم المسبق على مستوى الازدهار النفسي لدى طلبة كلية التربية بجامعة ذمار، ولا على طبيعة الفروق المحتملة فيه تبعا لمتغيرات الجنس، والتخصص الأكاديمي، ومكان الإقامة، والمستوى الجامعي؛ إذ اختلفت نتائج الدراسات السابقة بشأن بعض هذه المتغيرات، الأمر الذي يجعل التحقق من هذه الفروق في السياق اليمني مسألة بحثية تستحق الدراسة، بدلا من افتراض انتقال النتائج من بيئة إلى أخرى.

وتنبع المشكلة البحثية كذلك من الحاجة إلى التعرف إلى الجوانب المختلفة التي يتكون منها الازدهار النفسي لدى طلبة كلية التربية؛ إذ قد لا تتساوى أبعاد الازدهار فيما بينها، فقد يكون الطالب مرتفعا في جانب الإنجاز الذاتي مثلا، بينما يختلف مستوى توافقه النفسي أو الاجتماعي، أو قد تتباين بعض الأبعاد باختلاف خصائص الطلبة. ومن ثم فإن الاقتصار على الدرجة الكلية قد لا يقدم صورة كافية عن طبيعة الازدهار النفسي لدى أفراد العينة، الأمر الذي يبرر دراسة أبعاده الخمسة بصورة منفصلة إلى جانب الدرجة الكلية.

وعليه، تتمثل مشكلة الدراسة الحالية في الحاجة إلى الكشف عن مستوى الازدهار النفسي لدى طلبة كلية التربية بجامعة ذمار، والتعرف إلى طبيعة هذا الازدهار من خلال أبعاده المتمثلة في التوجه الإيجابي نحو الحياة، والإنجاز الذاتي، والتوافق الاجتماعي، والانتماء الروحي، والتوافق النفسي، فضلًا عن التحقق من مدى وجود فروق في الازدهار النفسي وأبعاده تبعا لبعض المتغيرات الديموغرافية والأكاديمية، في ظل محدودية الدراسات التي تناولت هذا الموضوع في البيئة الجامعية اليمنية.

ومن ثم يمكن صياغة مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس الآتي:

- ما مستوى الازدهار النفسي لدى طلبة كلية التربية بجامعة ذمار؟ وهل يختلف هذا المستوى باختلاف الجنس، والتخصص الأكاديمي، ومكان الإقامة، والمستوى الجامعي؟

ويتفرع عن هذا السؤال الرئيس الأسئلة الآتية:

- ما مستوى الازدهار النفسي لدى طلبة كلية التربية بجامعة ذمار؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الازدهار النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تُعزى للمتغيرات التالية: النوع (ذكور، إناث)، التخصص الأكاديمي (علمي، إنساني)، مكان الإقامة (ريف، حضر)، المستوى الجامعي (الأول، الرابع)؟

لذا سنجيب عن هذه الأسئلة من خلال دراستنا الميدانية وفق خطواتها المنهجية.

2. منهجية الدراسة وإجراءاتها

لغرض تحقيق أهداف الدراسة الحالية، تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها وصفًا دقيقًا، ويجمع المعلومات والبيانات عنها ويقوم بتصنيفها وتنظيمها والتعبير عنها كميًا وكيفيًا، بحيث يؤدي ذلك إلى الوصول إلى فهم علاقات هذه الظاهرة مع غيرها من الظواهر، ويؤدي أيضا إلى استنتاجات تساهم في فهم الواقع وتطويره (عبيدات وعدس وعبد الخالق، 2007، ص.276).

1.2. فرضيات الدراسة

- يوجد مستوى مرتفع من الازدهار النفسي لدى أفراد عينة الدراسة.
- لا توجد فروق دالة إحصائيًا في الازدهار النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تُعزى للمتغيرات التالية: النوع (ذكور، إناث)، التخصص الأكاديمي (علمي، إنساني)، مكان الإقامة (ريف، حضر)، المستوى الجامعي (الأول، الرابع).

2.2. مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة كلية التربية بجامعة ذمار المسجلين في المستويين الأول والرابع في الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي 2026/2025م، والبالغ عددهم (197) طالبًا وطالبة حسب الإحصائية التي تم الحصول عليها من إدارة شؤون الطلاب بالكلية.

3.2. عينة الدراسة

سعى الباحثون إلى استهداف مجتمع الدراسة كاملاً والبالغ عددهم (197) طالبا وطالبة نظرًا لمحدودية حجمه، بما يحقق دقة أكبر في النتائج. والجدير بالذكر أن الباحثين قاموا بتوزيع (197) نسخة من مقياس الازدهار النفسي على أفراد مجتمع الدراسة، وتم استرداد(185) نسخة من إجمالي عدد النسخ الموزعة، تم استبعاد عدد (12) نسخة لعدم صلاحيتها للتحليل الإحصائي، وتبقى عدد (173) نسخة قابلة للتحليل الإحصائي، والجدول (1) يوضح خصائص عينة الدراسة.

الجدول (1)

توزيع أفراد عينة الدراسة وفق النوع، التخصص الأكاديمي، مكان الإقامة، المستوى الجامعي

المتغير	الفئة	التكرار	النسبة المئوية
النوع	ذكور	27	%15.6
	إناث	146	%84.4
	المجموع	173	%100
التخصص الأكاديمي	علمي	153	%88.4
	إنساني	20	%11.6
	المجموع	173	100%
مكان الإقامة	ريف	45	%26
	حضر	128	%74
	المجموع	173	%100
المستوى الجامعي	الأول	120	%69.4
	الرابع	53	%30.6
	المجموع	173	%100

4.2. أداة الدراسة

1.4.2. مقياس الازدهار النفسي

تم استخدام مقياس الازدهار النفسي من إعداد (الشريف وشرف،2023). وقد تم اختيار هذا المقياس لتناسب أبعاده، واتفاق عباراته مع طبيعة مجتمع الدراسة الحالية. ويتكون المقياس من (29) فقرة موزعة على خمسة أبعاد هي: التوجه الإيجابي نحو الحياة (9 فقرات)، الإنجاز الذاتي (7 فقرات)، التوافق الاجتماعي (5 فقرات)، الانتماء الروحي (5 فقرات)، التوافق النفسي (3 فقرات). وقد وضعت خمسة بدائل للإجابة على فقرات المقياس، وهي: (دائما، غالبا، أحيانا، نادرا، أبدا). ويتم تصحيح الفقرات في اتجاه الشعور بالازدهار النفسي؛ بحيث يشير البديل (دائما) إلى الدرجة (5)، ويشير البديل (أبدا) إلى الدرجة (1).

وقد تم التأكد من صدق المقياس الأصلي وثباته بعدة طرق؛ حيث تم عرض المقياس المكون في صورته الأصلية من (40) فقرة على عدد من الأساتذة المحكمين بلغ عددهم (17) محكما، ثم تم تطبيق المقياس على عينة قوامها (422) طالبا وطالبة، ثم تم حساب الصدق العاملي للمقياس؛ حيث أسفرت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي عن تكون البناء العاملي للمقياس من خمسة عوامل باستخدام طريقة المحاور الأساسية، وقد تم حذف (11) فقرة كان تشبعها أقل من (0.04)، وبالتالي أصبح عدد فقرات المقياس في صورته النهائية (29) فقرة.

أما ثبات المقياس فقد تم استخراجه باستخدام معاملي ألفا كرونباخ وأوميجا ماكدونالدز؛ حيث أشارت النتائج إلى أن معاملات ثبات ألفا كرونباخ لجميع أبعاد المقياس تراوحت بين (0.69)، و(0.89)، كما أن معامل ثبات ألفا كرونباخ لمجموع فقرات المقياس ككل بلغ (0.93)، كما أشارت النتائج إلى أن معاملات ثبات أوميجا ماكدونالدز لجميع أبعاد المقياس تراوحت بين (0.70)، و(0.89)، كما أن معامل ثبات أوميجا ماكدونالدز لمجموع فقرات المقياس ككل بلغ (0.93) (الشريف وشرف،2023). وقد خضع هذا المقياس لإجراءات الصدق، والثبات في الدراسة الحالية على النحو التالي:

صدق المقياس: للتحقق من صدق مقياس الازدهار النفسي في الدراسة الحالية تم تطبيقه على عينة استطلاعية قوامها (30) طالبًا وطالبة تم اختيارهم عشوائيًا من مجتمع الدراسة الأصلي، وذلك للتحقق من صدق البناء (الاتساق الداخلي) للمقياس عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، كما تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه، وكذلك درجة ارتباط كل بعد من أبعاد المقياس مع بعضها، ومع الدرجة الكلية للمقياس، وقد أشارت النتائج إلى أن قيم معاملات ارتباط بيرسون لجميع فقرات وأبعاد مقياس الازدهار النفسي قد تراوحت ما بين (0.55) و(0.60) وهي معاملات ارتباط موجبة، ودالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0.01)، مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة مقبولة من الاتساق الداخلي، ويؤكد على أن فقراته صادقة، وتقيس ما وضعت لقياسه.

ثبات المقياس: من خلال نتائج تطبيق مقياس الازدهار النفسي على العينة الاستطلاعية المشار إليها سابقا تم حساب معامل الثبات لتقدير مدى الاتساق الداخلي للمقياس؛ حيث تم حساب معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمجموع فقرات كل بعد من أبعاد المقياس على حدة، وكذلك حساب المعامل لمجموع فقرات المقياس ككل، وقد أشارت النتائج إلى أن معاملات ثبات ألفا كرونباخ لجميع أبعاد المقياس تراوحت بين (0.85)، و(0.90)، كما أن معامل ثبات ألفا كرونباخ لمجموع فقرات المقياس ككل بلغ (0.91)، وهذا يؤكد على أن مقياس الازدهار النفسي يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

وبعد استكمال الإجراءات السابقة والتحقق من صدق مقياس الازدهار النفسي وثباته، تكوَّن مقياس الازدهار النفسي بصورته النهائية من (29) فقرة.

3. نتائج الدراسة

1.3. النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى

نصت الفرضية الأولى على: "يوجد مستوى مرتفع من الازدهار النفسي لدى أفراد عينة الدراسة". وللتحقق من صحة الفرضية الأولى تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، ثم تم استخدام اختبار (ت) لعينة واحدة لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسط الفرضي والمتوسطات الحسابية لدرجات أفراد العينة على مقياس الازدهار النفسي عند درجة حرية (172) والجدول (2) يوضح ذلك:

جدول (2)

نتائج اختبار (ت) لعينة واحدة لمعرفة مستوى الازدهار النفسي لدى أفراد عينة الدراسة

الأبعاد	العينة	المتوسط الفرضي [1]	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة
التوجه نحو الحياة	173	3	3.95	0.67	18.80	0.000	دال
الإنجاز الذاتي	173	3	4.15	0.59	25.63	0.000	دال
التو افق الاجتماعي	173	3	4.15	0.60	24.95	0.000	دال
الانتماء الروحي	173	3	4.66	0.43	51.15	0.000	دال
التو افق النفسي	173	3	3.93	0.72	17.08	0.000	دال
الدرجة الكلية	173	3	4.16	0.45	33.90	0.000	دال

[1] تم الحصول على المتوسط الفرضي عن طريق حاصل جمع المدى النظري للمقياس مقسوماً على (2) كما هو موضح في المعادلة التالية: $\frac{\text{أعلى درجة للمقياس} + \text{أدنى درجة للمقياس}}{2}$، وقد تم استخدام المتوسط الفرضي للبدائل نظرا لتحليل النتائج بناء على المتوسطات وليس على المجاميع.

يتضح من الجدول (2) وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى (0.01) بين المتوسط الفرضي والمتوسطات الحسابية لدرجات أفراد العينة على مقياس الازدهار النفسي وجميع أبعاده، حيث بلغت قيم (ت) (18.80، 25.63، 24.95، 51.15، 17.08، 33.90) على التوالي وجميع هذه القيم دالة إحصائيًا عند مستوى (0.01)، وعند مقارنة المتوسطات، نجد أن الفروق كانت لصالح المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد العينة. وهذا يدل على أن أفراد العينة لديهم مستوى مرتفع من الازدهار النفسي. وتشير هذه النتيجة إلى أن الازدهار النفسي لدى أفراد العينة ليس مجرد ارتفاع في الدرجة الكلية، وإنما يظهر عبر أبعاد متعددة تشمل التوجه الإيجابي نحو الحياة، والإنجاز الذاتي، والتوافق الاجتماعي، والانتماء الروحي، والتوافق النفسي. ويمكن تفسير ذلك في ضوء الإطار النظري لكيز (Keyes, 2002) بأن الازدهار يمثل حالة من الصحة النفسية الإيجابية تتضمن أداء نفسيا واجتماعيا فاعلا، ولذلك فإن ارتفاع الدرجة الكلية يمكن أن يعكس توافر عدد من الموارد النفسية والاجتماعية لدى الطلبة.

كما يمكن فهم النتيجة في ضوء تصور ريف (Ryff, 1989) الذي يربط الرفاهية النفسية بالتوافق والعلاقات الإيجابية والنمو وتحقيق الغاية، وفي ضوء منظور سيليجمان (Seligman, 2011) الذي يربط الحياة المزدهرة بالمعنى والعلاقات والإنجاز. وفي السياق الجامعي اليمني، قد تسهم الروابط الأسرية والاجتماعية، وشبكات الدعم بين الطلبة، والممارسات الدينية والروحية، والشعور بالانتماء، إلى جانب الخبرات الأكاديمية، في توفير مصادر تساعد الطلبة على التكيف ومواصلة الدراسة رغم التحديات.

ومع ذلك، ينبغي التعامل مع هذه العوامل بوصفها تفسيرات محتملة تستند إلى الإطار النظري والسياق الاجتماعي، لا بوصفها متغيرات سببية تم اختبارها مباشرة في الدراسة الحالية. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات: (الهمالي، 2026)، (علوان، 2025)، (التميمي، 2024)، (الشريف وشرف، 2023)، (صالح وعلي، 2023)، (مجيد، 2023)، (العبيدي، 2019) التي أشارت إلى ارتفاع مستوى الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة. بينما تختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة وود وجوزيف (Wood & Joseph, 2010) التي أشارت إلى انخفاض مستوى الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة.

2.3. النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية

نصت الفرضية الثانية على: "لا توجد فروق دالة إحصائيًا في الازدهار النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تُعزى للمتغيرات التالية: النوع (ذكور، إناث)، التخصص الأكاديمي (علمي، إنساني)، مكان الإقامة (ريف، حضر)، المستوى الجامعي (الأول، الرابع)". وقد تم تناول نتائج هذه الفرضية لكل متغير على حدة كما يلي:

1.2.3. نتائج الفروق في مقياس الازدهار النفسي حسب متغير النوع

للتحقق من صحة الفرضية الثانية بالنسبة لمتغير النوع تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، ثم تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الازدهار النفسي حسب متغير النوع عند درجة حرية (171)، والجدول (3) يوضح ذلك:

جدول (3)

نتائج اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق لدى أفراد عينة الدراسة في مقياس الازدهار النفسي حسب متغير النوع (ن=173)

المقياس	الأبعاد	ذكور (ن=27)		إناث (ن=146)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة
		م [2]	ع	م	ع			
الازدهار النفسي	التوجه نحو الحياة	4.00	0.59	3.94	0.68	0.43	0.667	غير دال
	الإنجاز الذاتي	4.14	0.77	4.16	0.56	-0.15	0.879	غير دال
	التوافق الاجتماعي	4.07	0.55	4.16	0.61	-0.75	0.455	غير دال
	الانتماء الروحي	4.51	0.55	4.69	0.40	-2.05	0.042	دال
	التوافق النفسي	4.21	0.63	3.88	0.72	2.21	0.028	دال
	الدرجة الكلية	4.16	0.49	4.16	0.44	0.00	0.997	غير دال

يتضح من الجدول (3) عدم وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى (0.05) لدى أفراد عينة الدراسة في الدرجة الكلية لمقياس الازدهار النفسي وأبعاده التالية: التوجه نحو الحياة، الإنجاز الذاتي، التوافق الاجتماعي حسب متغير النوع؛ حيث بلغت قيم (ت) (0.43، 0.15-، 0.75-، 0.00) على التوالي، وجميع هذه القيم غير دالة إحصائيًا عند مستوى (0.05)، بينما وجدت فروق دالة إحصائيًا عند مستوى (0.05) لدى أفراد عينة الدراسة في بعدي: الانتماء الروحي، التوافق النفسي؛ حيث بلغت قيم (ت) (2.05-، 2.21) على التوالي، وهذه القيم دالة إحصائيًا عند مستوى (0.05).

وعند مقارنة متوسطي المجموعتين، نجد أن الفروق في بعد الانتماء الروحي كانت لصالح المتوسط الحسابي للإناث، وهذا يدل على أن مستوى الانتماء الروحي لدى الإناث أعلى من الذكور. كما نجد أن الفروق في بعد التوافق النفسي كانت لصالح المتوسط الحسابي للذكور، وهذا يدل على أن مستوى التوافق النفسي لدى الذكور أعلى من الإناث. ويمكن تفسير عدم وجود فروق في الدرجة الكلية بأن الازدهار بناء متعدد المكونات، وقد تتوازن الفروق المحتملة في بعض مكوناته بحيث لا تظهر في الدرجة الكلية، وهذا يتوافق مع التصور التكاملي للازدهار عند كيز (Keyes, 2002)، الذي لا يختزل الصحة النفسية الإيجابية في مكون واحد، وإنما ينظر إليها بوصفها حصيلة تفاعل عدد من المؤشرات النفسية والاجتماعية. كما أن الطلبة والطالبات في العينة ينتمون إلى المؤسسة الجامعية نفسها ويتعرضون بدرجة كبيرة لمتطلبات أكاديمية وتنظيمية متقاربة.

وفي المقابل، ظهرت فروق في بعد الانتماء الروحي لصالح الإناث وفي بعد التوافق النفسي لصالح الذكور. ولا ينبغي تفسير هذه الفروق على أنها فروق جوهرية ثابتة بين الجنسين، خصوصا مع تفاوت حجم المجموعتين في العينة؛ ومن ثم ينبغي التعامل مع الفروق باعتبارها نتيجة تخص العينة الحالية، مع تجنب تعميمها على الذكور والإناث بصورة عامة. وقد يرتبط ارتفاع الانتماء الروحي لدى الإناث بدرجة أكبر من التعبير عن الجانب الوجداني والروحي.

وتتسق هذه النتيجة جزئيًا مع منظور سيليجمان (Seligman, 2011) الذي يجعل المعنى أحد مكونات الرفاهية. بينما قد يرتبط ارتفاع التوافق النفسي لدى الذكور بأنماط مختلفة من الاستقلال وتحمل المسؤولية، ويمكن تفسير ذلك نظريًا في

[2] م: المتوسط الحسابي، ع: الانحراف المعياري.

ضوء بعض أبعاد تصور ريف (Ryff, 1989)، مثل الاستقلالية والتمكن البيئي؛ وهذه تفسيرات محتملة تحتاج إلى دراسات نوعية أو سببية لاحقة لاختبارها مباشرة.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من: (التميمي، 2024)، (الشريف وشرف، 2023)، (العبيدي، 2019) التي توصلت إلى عدم وجود فروق في مستوى الازدهار النفسي تعزى لمتغير النوع. بينما تختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة (المطرفي، 2025) التي توصلت إلى أن مستوى الازدهار النفسي لدى الذكور أعلى من الإناث، وكذلك دراسة هويل وبورو (Howell & Buro, 2015) التي أظهرت تفوق الإناث على الذكور في مستوى الازدهار النفسي. وهذا التباين بين الدراسات يعزز أهمية عدم افتراض وجود أثر ثابت للجنس على الازدهار النفسي، إذ قد تتداخل معه طبيعة الثقافة والعينة والأداة والأبعاد التي يتكون منها المقياس.

2.2.3. نتائج الفروق في مقياس الازدهار النفسي حسب متغير التخصص الأكاديمي

للتحقق من صحة الفرضية الثانية بالنسبة لمتغير التخصص الأكاديمي تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، ثم تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الازدهار النفسي حسب متغير التخصص الأكاديمي عند درجة حرية (171)، والجدول (4) يوضح ذلك:

جدول (4)

نتائج اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق لدى أفراد عينة الدراسة في مقياس الازدهار النفسي حسب متغير التخصص الأكاديمي (ن=173)

المقياس	الأبعاد	علمي (ن=153)		إنساني (ن=20)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة
		م	ع	م	ع			
الازدهار النفسي	التوجه نحو الحياة	3.96	0.67	3.93	0.67	0.18	0.857	غيردال
	الإنجاز الذاتي	4.15	0.60	4.17	0.50	-0.14	0.887	غيردال
	التوافق الاجتماعي	4.17	0.61	3.96	0.57	1.47	0.142	غيردال
	الانتماء الروحي	4.68	0.41	4.51	0.54	1.73	0.086	غيردال
	التوافق النفسي	3.93	0.73	3.98	0.59	-0.34	0.738	غيردال
	الدرجة الكلية	4.16	0.46	4.10	0.33	0.61	0.546	غيردال

يتضح من الجدول (4) عدم وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى (0.05) لدى أفراد عينة الدراسة في الدرجة الكلية لمقياس الازدهار النفسي وجميع أبعاده حسب متغير التخصص الأكاديمي؛ حيث بلغت قيم (ت) (0.18، 0.14-، 1.47، 1.73، 0.34-، 0.61) على التوالي، وجميع هذه القيم غير دالة إحصائيًا عند مستوى (0.05)، وهذا يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين طلبة الجامعة في مقياس الازدهار النفسي تُعزى لمتغير التخصص الأكاديمي. ويمكن تفسير عدم وجود فروق تبعًا للتخصص الأكاديمي بأن الطلبة، رغم اختلاف مجالات تخصصهم، يشتركون في البيئة الجامعية واللوائح والخدمات والأنشطة العامة، كما أن التخصص وحده قد لا يكون عاملا كافيا لإحداث اختلاف في بناء مركب مثل الازدهار النفسي.

ويتفق ذلك مع تصور الازدهار في النماذج النظرية باعتباره ناتجا عن تفاعل مجموعة من الموارد الشخصية والاجتماعية والبيئية، لا عن عامل أكاديمي منفرد. كما أن تقارب المتوسطات في أبعاد المقياس يشير إلى أن النمط العام للخبرة النفسية لدى طلبة التخصصين كان متقاربا في هذه العينة، مع ضرورة عدم تعميم النتيجة خارج حدود مجتمع الدراسة. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات: (الزعبي، 2025)، (التميمي 2024)، (العبيدي، 2019) التي توصلت إلى عدم وجود فروق في مستوى الازدهار النفسي تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي.

3.2.3. نتائج الفروق في مقياس الازدهار النفسي حسب متغير مكان الإقامة

للتحقق من صحة الفرضية الثانية بالنسبة لمتغير مكان الإقامة تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، ثم تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الازدهار النفسي حسب متغير مكان الإقامة عند درجة حرية (171)، والجدول (5) يوضح ذلك:

جدول (5)

نتائج اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق لدى أفراد عينة الدراسة في مقياس الازدهار النفسي حسب متغير مكان الإقامة (ن=173)

المقياس	الأبعاد	ريف (ن=45)		حضر (ن=128)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة
		م	ع	م	ع			
الازدهار النفسي	التوجه نحو الحياة	3.98	0.55	3.95	0.70	0.26	0.796	غيردال
	الإنجاز الذاتي	4.20	0.55	4.14	0.61	0.65	0.515	غيردال
	التوافق الاجتماعي	4.02	0.55	4.19	0.62	-1.47	0.096	غيردال
	الانتماء الروحي	4.58	0.45	4.69	0.42	-1.51	0.133	غيردال
	التوافق النفسي	3.93	0.66	3.93	0.74	-0.07	0.943	غيردال
	الدرجة الكلية	4.14	0.39	4.16	0.47	-0.32	0.751	غيردال

يتضح من الجدول (5) عدم وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى (0.05) لدى أفراد عينة الدراسة في الدرجة الكلية لمقياس الازدهار النفسي وجميع أبعاده حسب متغير مكان الإقامة؛ حيث بلغت قيم (ت) (0.26، 0.65، 1.47-، 1.51-، 0.07-، 0.32-) على التوالي، وجميع هذه القيم غير دالة إحصائيًا عند مستوى (0.05)، وهذا يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين طلبة الجامعة في مقياس الازدهار النفسي تُعزى لمتغير مكان الإقامة.

ويمكن تفسير ذلك بأن الانتقال إلى البيئة الجامعية قد يخفف نسبيا من الفروق التي قد تنشأ من اختلاف السياق المكاني، إذ يشترك الطلبة في متطلبات الدراسة والخدمات الجامعية والعلاقات مع الزملاء وأعضاء هيئة التدريس. كما أن الازدهار النفسي، وفق التصورات النظرية، لا يتحدد بمكان الإقامة في حد ذاته، وإنما يتأثر بموارد أوسع مثل الدعم الاجتماعي والقدرة على التكيف والعلاقات الإيجابية والشعور بالمعنى.

ويمكن تفسير ذلك أيضًا في ضوء نموذج (PERMA)؛ فالعلاقات والمعنى والإنجاز والمشاعر الإيجابية قد تتشكل من خلال الخبرة الجامعية والعلاقات الشخصية، وهي موارد قد تتجاوز أثر الاختلاف الجغرافي في محل الإقامة. ومن المهم هنا عدم افتراض أن الريف أو الحضر يمثلان عاملا سببيا مباشرا؛ فالبيانات الحالية لا تسمح باختبار الآليات التي قد تفسر

العلاقة بين السياق المكاني والازدهار. ومن خلال ما تم الاطلاع عليه من دراسات سابقة لم نجد أي دراسة تناولت الفروق في مقياس الازدهار النفسي حسب متغير مكان الإقامة.

4.2.3. نتائج الفروق في مقياس الازدهار النفسي حسب متغير المستوى الجامعي

للتحقق من صحة الفرضية الثانية بالنسبة لمتغير المستوى الجامعي تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، ثم تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الازدهار النفسي حسب متغير المستوى الجامعي عند درجة حرية (171)، والجدول (6) يوضح ذلك:

جدول (6)

نتائج اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق لدى أفراد عينة الدراسة في مقياس الازدهار النفسي حسب متغير المستوى الجامعي (ن=173)

المقياس	الأبعاد	الأول (ن=120)		الرابع (ن=53)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة
		م	ع	م	ع			
الازدهار النفسي	التوجه نحو الحياة	3.98	0.67	3.90	0.66	0.68	0.500	غيردال
	الإنجاز الذاتي	4.17	0.64	4.11	0.47	0.67	0.501	غيردال
	التوافق الاجتماعي	4.16	0.60	4.12	0.61	0.43	0.667	غيردال
	الانتماء الروحي	4.64	0.46	4.72	0.34	-1.14	0.254	غيردال
	التوافق النفسي	3.90	0.71	4.00	0.75	-0.82	0.413	غيردال
	الدرجة الكلية	4.16	0.48	4.14	0.37	0.30	0.762	غيردال

يتضح من الجدول (6) عدم وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى (0.05) لدى أفراد عينة الدراسة في الدرجة الكلية لمقياس الازدهار النفسي وجميع أبعاده حسب متغير المستوى الجامعي؛ حيث بلغت قيم (ت) (0.68، 0.67، 0.43، 1.14-، 0.82-، 0.30) على التوالي، وجميع هذه القيم غير دالة إحصائيًا عند مستوى (0.05)، وهذا يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين طلبة الجامعة في مقياس الازدهار النفسي تُعزى لمتغير المستوى الجامعي.

ويمكن تفسير عدم وجود فروق وفق المستوى الجامعي في ضوء نموذج ريف (Ryff, 1989)؛ بأن الرفاهية النفسية لا تتطور بالضرورة بصورة خطية مع التقدم في العمر أو المستوى الدراسي، وإنما تتأثر بمجموعة من الخبرات والموارد والعلاقات التي قد تختلف من فرد إلى آخر. كما أن الانتقال من المستوى الأول إلى المستوى الرابع قد يحمل جوانب إيجابية وأخرى ضاغطة؛ فطلبة المستوى الأول يواجهون تحديات التكيف مع البيئة الجامعية، في حين يواجه طلبة المستوى الرابع متطلبات التخرج والاستعداد للمستقبل المهني. ومن ثم، فإن تقابل هذه المطالب المختلفة قد يفسر جزئيًا التقارب في مستوى الازدهار بين المجموعتين.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراستي كل من: (الزعبي، 2025)، (صالح وعلي، 2023) اللتين توصلتا إلى عدم وجود فروق في مستوى الازدهار النفسي تعزى لمتغير المستوى الجامعي. بينما تختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة (العبيدي، 2019) التي توصلت إلى أن مستوى الازدهار النفسي لدى طلبة المستوى الرابع أعلى من طلبة المستوى الأول، وهو اختلاف قد يرتبط

باختلاف أدوات القياس والعينات والسياقات الجامعية، ويؤكد الحاجة إلى دراسات طولية تتبع تطور الازدهار عبر سنوات الدراسة.

خلاصة

تكشف النتائج مجتمعة أن الازدهار النفسي لدى طلبة كلية التربية بجامعة ذمار يبدو بناءً إيجابيًا متعدد الأبعاد، لا يتحدد بصورة واضحة بالمتغيرات الديموغرافية والأكاديمية التي تناولتها الدراسة. فالارتفاع العام في الازدهار، إلى جانب عدم وجود فروق في الدرجة الكلية تبعًا للجنس أو التخصص أو مكان الإقامة أو المستوى الجامعي، يدعم التصور الذي ينظر إلى الازدهار بوصفه حصيلة مجموعة متكاملة من الموارد النفسية والاجتماعية والمعنوية.

وفي المقابل، فإن ظهور فروق في بعدي الانتماء الروحي والتوافق النفسي حسب الجنس، رغم عدم ظهور فروق في الدرجة الكلية، يؤكد أهمية التعامل مع الازدهار النفسي باعتباره بناءً متعدد الأبعاد؛ فقد تظهر الفروق في مكونات محددة دون أن تنعكس بالضرورة على الدرجة الكلية.

وعليه، فإن النتيجة الأهم التي يمكن استخلاصها نظريًا هي أن دراسة الازدهار النفسي لا ينبغي أن تقتصر على الحكم على الدرجة الكلية، وإنما ينبغي تحليل أبعاده؛ لأن كل بعد قد يرتبط بعمليات نفسية مختلفة. فالتوجه نحو الحياة يمكن تفسيره في ضوء المشاعر الإيجابية والتوسيع والبناء، والإنجاز الذاتي في ضوء الكفاءة والنمو الشخصي، والتوافق الاجتماعي في ضوء العلاقات والارتباط بالآخرين، والانتماء الروحي في ضوء المعنى والغاية، والتوافق النفسي في ضوء الاستقلالية والتمكن والتكيف.

الاستنتاجات

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة يمكن استخلاص ما يأتي:

- يتمتع طلبة كلية التربية بجامعة ذمار بمستوى مرتفع من الازدهار النفسي.
- لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين طلبة كلية التربية بجامعة ذمار في مقياس الازدهار النفسي تُعزى لمتغير النوع (ذكور، إناث). مع وجود فروق دالة في بعد الانتماء الروحي لصالح الإناث وفي بعد التوافق النفسي لصالح الذكور.
- لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين طلبة كلية التربية بجامعة ذمار في مقياس الازدهار النفسي تُعزى لمتغير التخصص الأكاديمي (علمي، إنساني).
- لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين طلبة كلية التربية بجامعة ذمار في مقياس الازدهار النفسي تُعزى لمتغير مكان الإقامة (ريف، حضر).
- لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين طلبة كلية التربية بجامعة ذمار في مقياس الازدهار النفسي تُعزى لمتغير المستوى الجامعي (الأول، الرابع).

التوصيات

بناءً على ما توصلت إليه الدراسة، يوصي الباحثون بما يلي:

- تعزيز البرامج الإرشادية والنفسية التي تهدف إلى تنمية الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة.
- تنظيم برامج تدريبية لتنمية المهارات الشخصية والاجتماعية المرتبطة بالازدهار النفسي.
- تفعيل دور مراكز الإرشاد النفسي في الجامعات بما يسهم في دعم الصحة النفسية للطلبة.
- تضمين مفاهيم علم النفس الإيجابي والازدهار النفسي ضمن المقررات والأنشطة الجامعية.

المقترحات

على صعيد الدراسات المستقبلية، يقترح الباحثون ما يلي:

- إجراء دراسات مماثلة على عينات مختلفة من الطلبة في جامعات أخرى أو في مراحل دراسية مختلفة، للمقارنة والتعميم.
- دراسة علاقة الازدهار النفسي بمتغيرات أخرى مثل الذكاء الانفعالي، الضغوط النفسية، الصمود النفسي، الدافعية للإنجاز لدى طلبة الجامعات.
- إجراء دراسات مقارنة بين طلبة الجامعات الحكومية والخاصة في مستوى الازدهار النفسي.
- بناء برامج إرشادية قائمة على مبادئ علم النفس الإيجابي وقياس أثرها في تنمية الازدهار النفسي.

المراجع

التميمي، علي حمود عبد الزهرة. (2024). قياس الرغبة في السيطرة وعلاقتها بالازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة. *مجلة الباحث*، 43(3)، 885-916.

الزعبي، ابتسام عبد الله عبد. (2025). الوعي الفكري والازدهار النفسي لدى طالبات الجامعة. *المجلة السعودية للعلوم النفسية*، (9)، 65–85.

الشريف، ولاء منصور، & شرف، سمية عزت. (2023). بناء مقياس الازدهار النفسي لدى عينة من طلبة جامعة أم القرى. *المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث*، 7(22)، 96–116.

صالح، زيزفون مهدي، & علي، بشرى حسين. (2023). الازدهار النفسي لدى طالبات قسم رياض الأطفال. *مجلة كلية التربية الأساسية*، 29(119)، 192–206.

عبيدات، ذوقان، وعدس، عبد الرحمن، وعبد الخالق، كايد. (2007). *البحث العلمي: مفهومه، أدواته، أساليبه* (ط.5). دار أسامة.

العبيدي، عفراء إبراهيم خليل. (2019). الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. *المجلة الجزائرية للأبحاث والدراسات*، 2(8)، 37–55.

عدوي، طه ربيع طه، & الشربيني، عاطف مسعد. (2021). الازدهار النفسي وتقدير الذات كمؤشرين للتنبؤ بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب جامعة قطر. *مجلة الدراسات النفسية والتربوية*، 15(3)، 382–402.

علوان، أحمد مزهر. (2025). الازدهار النفسي وعلاقته بالاستقلال النفسي لدى طلبة جامعة تكريت. *مجلة كلية التربية للبنات*، 28(3)، 583–601.

مجيد، اثمار شاكر. (2023). الاستقلال المعرفي وعلاقته بالازدهار النفسي لدى طلبة جامعة بغداد. *وقائع المؤتمر العلمي السنوي السادس*، جامعة بغداد، 177–205.

المطرفي، نورة عبد الرحمن. (2025). تأثير الازدهار النفسي والرحمة بالذات على الخبرات الانفعالية لدى طالبات الجامعات في المملكة العربية السعودية. *مجلة الآداب للدراسات النفسية والتربوية*، 7(3)، 517–540.

الهمالي، إيمان محمد. (2026). الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. *المجلة الشاملة للدراسات الإنسانية التربوية*، 2(2)، 913–926.

References

ʿAdawī, Ṭāhā Rabīʿ Ṭāhā, & Al-Shirbīnī, ʿĀṭif Musʿad. (2021). Al-izdihār al-nafsī wa-taqdīr al-dhāt ka-muʾashshirayn li-al-tanabbuʾ bi-al-tawāfuq maʿa al-ḥayāh al-jāmiʿiyyah ladā ṭullāb Jāmiʿat Qaṭar [Psychological flourishing and self-esteem as predictors of adjustment to university life among Qatar University students]. *Majallat al-Dirāsāt al-Nafsiyyah wa-al-Tarbawiyyah, 15*(3), 382–402. [in Arabic]

Al-Hamālī, Īmān Muḥammad. (2026). Al-izdihār al-nafsī ladā ṭalabat al-jāmiʿah fī ḍawʾ baʿḍ al-mutaghayyirāt [Psychological flourishing among university students in light of some variables]. *Al-Majallah al-Shāmilah li-al-Dirāsāt al-Insāniyyah al-Tarbawiyyah, 2*(2), 913–926. [in Arabic]

Al-Muṭrafī, Nūrah ʿAbd al-Raḥmān. (2025). Taʾthīr al-izdihār al-nafsī wa-al-raḥmah bi-al-dhāt ʿalā al-khibarāt al-infiʿāliyyah ladā ṭālibāt al-jāmiʿāt fī al-Mamlakah al-ʿArabiyyah al-Suʿūdiyyah [The effects of psychological flourishing and self-compassion on emotional experiences among female university students in Saudi Arabia]. *Majallat al-Ādāb li-al-Dirāsāt al-Nafsiyyah wa-al-Tarbawiyyah, 7*(3), 517–540. [in Arabic]

Al-Sharīf, Walāʾ Manṣūr, & Sharaf, Sumayyah ʿIzzat. (2023). Bināʾ miqyās al-izdihār al-nafsī ladā ʿayyinah min ṭalabat Jāmiʿat Umm al-Qurā [Developing a psychological flourishing scale among a sample of Umm Al-Qura University students]. *Al-Majallah al-ʿArabiyyah li-al-ʿUlūm wa-Nashr al-Abḥāth, 7*(22), 96–116. [in Arabic]

Al-Tamīmī, ʿAlī Ḥamūd ʿAbd al-Zahrah. (2024). Qiyās al-raghbah fī al-sayṭarah waʿalāqatuhā bi-al-izdihār al-nafsī ladā ṭalabat al-jāmiʿah [Measuring the desire for control and its relationship with psychological flourishing among university students]. *Majallat al-Bāḥith, 43*(3), 885–916. [in Arabic]

Al-ʿUbaydī, ʿAfrāʾ Ibrāhīm Khalīl. (2019). Al-izdihār al-nafsī ladā ṭalabat al-jāmiʿah fī ḍawʾ baʿḍ al-mutaghayyirāt [Psychological flourishing among university students in light of some variables]. *Al-Majallah al-Jazāʾiriyyah li-al-Abḥāth wa-al-Dirāsāt, 2*(8), 37–55. [in Arabic]

ʿAlwān, Aḥmad Muzhir. (2025). Al-izdihār al-nafsī waʿalāqatuh bi-al-istiqlāl al-nafsī ladā ṭalabat Jāmiʿat Tikrīt [Psychological flourishing and its relationship with psychological independence among Tikrit University students]. *Majallat Kulliyyat al-Tarbiyah li-al-Banāt, 28*(3), 583–601. [in Arabic]

Al-Zaʿbī, Ibtisām ʿAbd Allāh ʿAbd. (2025). Al-waʿy al-fikrī wa-al-izdihār al-nafsī ladā ṭālibāt al-jāmiʿah [Intellectual awareness and psychological flourishing among female university students]. *Al-Majallah al-Suʿūdiyyah li-al-ʿUlūm al-Nafsiyyah*, (9), 65–85. [in Arabic]

Butler, J., & Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profiler: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1–48. https://doi.org/10.5502/ijw.v6i3.526

Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures. *Social Indicators Research*, 97(2), 143–156. https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y

Hone, L. C., Jarden, A., Schofield, G., & Duncan, S. (2014). Measuring flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 4(1), 62–90.

Howell, A. J., & Buro, K. (2015). Measuring and predicting student wellbeing. *Social Indicators Research*, 121, 903–915.

Huppert, F. A., & So, T. T. C. (2013). Flourishing across Europe. *Social Indicators Research*, 110(3), 837–861.

Kern, M. L., Waters, L. E., Adler, A., & White, M. A. (2014). Assessing employee wellbeing in schools using a multifaceted approach: Associations with physical health, life satisfaction, and professional thriving. *Psychology*, 5(6), 500–513. https://doi.org/10.4236/psych.2014.56060

Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207–222. https://doi.org/10.2307/3090197

Keyes, C. L. M. (2007). Promoting and protecting mental health. *American Psychologist*, 62(2), 95–108. https://doi.org/10.1037/0003-066X.62.2.95

Majīd, Ithmār Shākir. (2023). Al-istiqlāl al-maʿrifī waʿalāqatuh bi-al-izdihār al-nafsī ladā ṭalabat Jāmiʿat Baghdād [Cognitive independence and its relationship with psychological flourishing among University of Baghdad students]. *Waqāʾiʿ al-Muʾtamar al-ʿIlmī al-Sanawī al-Sādis* [Proceedings of the Sixth Annual Scientific Conference], University of Baghdad, 177–205. [in Arabic]

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials. *Annual Review of Psychology*, 52, 141–166. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069

Ṣāliḥ, Zīzfūn Mahdī, & ʿAlī, Bushrā Ḥusayn. (2023). Al-izdihār al-nafsī ladā ṭālibāt qism Riyāḍ al-Aṭfāl [Psychological flourishing among female students in the Department of Kindergarten]. *Majallat Kulliyyat al-Tarbiyah al-Asāsiyyah, 29*(119), 192–206. [in Arabic]

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.

Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology. *American Psychologist*, 55(1), 5–14. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5

ʿUbaydāt, Dhūqān, ʿAdas, ʿAbd al-Raḥmān, & ʿAbd al-Khāliq, Kāyid. (2007). *Al-baḥth al-ʿilmī: Mafhūmuh, adawātuh, asālībuh* [Scientific research: Its concept, tools, and methods] (5th ed.). Dār Usāmah. [in Arabic]

VanderWeele, T. J. (2017). On the promotion of human flourishing. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 114(31), 8148–8156. https://doi.org/10.1073/pnas.1702996114

Wood, A. M., & Joseph, S. (2010). The absence of positive psychological well-being as a risk factor for depression. *Journal of Affective Disorders*, 122(3), 213–217. https://doi.org/10.1016/j.jad.2009.06.032