

## مقياس الازدهار النفسي : الصدق والثبات والتكيف الثقافي

<http://www.arabpsynet.com/Documents/DocAlypsyFlourishingScale.pdf>



باتريشيا نيونيس دا فونسيكا - برونو دا سيلفا ناسيمينتو،  
لاريس هيلينا باربوساك - كاتيا كوريا فيونيد - فالديني فيلوسو غوفيا

ترجمة: علي عبد الرحيم صالح

مدير مركز الارشاد النفسي في جامعة القادسية - العراق

[ali\\_psycho5@yahoo.com](mailto:ali_psycho5@yahoo.com)

تهتم الدراسات في علم النفس الايجابي بالعوامل التي تساهم في زيادة جودة حياة الناس والمجتمع، وذلك في ضوء التركيز على تطوير الامكانيات الانسانية ( Paludo & Koller, 2007; Seligman, Steen, Park, & Peterson, 2005). وكيفية تقييم وتقدير ارتباطاتها بمتغيرات اخرى، ووجد الباحثون ان الرفاهية النفسية التي يطلق عليها ببساطة السعادة happiness او الرضا عن الحياة (Diener, Oishi, & Lucas, 2003) ارتبطت بمصطلح اخر قريب عليها وهو الازدهار Flourishing، ويشير هذا المفهوم الى رؤية اكثر شمولا من الرفاهية النفسية، إذ لا يغطي الرضا عن الحياة فحسب، وانما القبول الذاتي والنمو الشخصي والشعور بالعرض من الحياة (Keyes, 2003). ووفقا لعالم النفس الايجابي دينر وزملاؤه (Diener et al. 2009, 2010) يعد الازدهار الانساني قضية تتضمن الكفاءة، وتقدير الذات، والتناؤل، والمساهمة في رفاهية الاخرين. واعتمادا على هذا المفهوم ودمج المنظورات السابقة لتقييم الرفاهية النفسية، اقترح دينر وزملاؤه (Diener et al. 2009, 2010) مقياس الازدهار Flourishing Scale، إذ كان هدف دينر بناء مقياس مختصر لقياس الرفاهية النفسية، وفي الوقت نفسه، عرض تقييم متكامل حول هذا البناء.

لقد طور دينر وزملاؤه (Diener et al. 2010) مقياس الاداة الجديدة للازدهار النفسي من خلال دمج النظريات الاخيرة حول الرفاهية، ولاسيما النظريات النفسية المشتقة من النماذج الانسانية humanistic approaches مثل (نموذج ديسي وريان 2001، ونموذج رايف 1989، ونموذج سينغر 1998) إذ ربطت هذه النظريات الرفاهية النفسية مع مفهوم الرأس مال الاجتماعي (social capital) (Helliwell et al., 2009; Putnam, 2000) والتناؤل optimism، ورضى ومعنى الحياة (Ryff & Singer, 1998; Seligman, 2002) إذ استعمل دينر وزملاؤه جميع هذه المفاهيم في بناء ثمان فقرات (بنود) لمقياس الازدهار، وبعدها قام بتطوير وتعريف صدق مقياس الازدهار في ضوء تطبيقه على عينة مؤلفة من 689 طالبا في الولايات المتحدة وسنغافورة، ووجدوا تركيب يتكون من عامل واحد فقط الذي يفسر نسبة 53% من التباين الكلي the total variance، ومعاملات ارتباط مقبولة من الاتساق الداخلي بلغت 0.87 وفق معامل الفا

تهتم الدراسات في علم النفس الايجابي بالعوامل التي تساهم في زيادة جودة حياة الناس والمجتمع، وذلك في ضوء التركيز على تطوير الامكانيات الانسانية

ان الرفاهية النفسية التي يطلق عليها ببساطة السعادة happiness او الرضا عن الحياة ارتبطت بمصطلح اخر قريب عليها وهو الازدهار

يعد الازدهار الانساني قضية تتضمن

كرونباخ Cronbach's alpha، وبثبات بلغ 0.71 عن طريق اعادة الاختبار ( Diener et al., 2010).

إن مقياس الازدهار النفسي اداة مختصرة تغطي الجوانب الاساسية للرفاهية النفسية، وتشجع الدراسات الاخرى في التحقق عن مدى انسجامها مع الثقافات الاخرى، على سبيل المثال قام سومي (Sumi, 2013) بتكييف هذا المقياس الى السياق الياباني، واثبت صدق هذا التركيب النفسي، كذلك اظهرت الدراسة درجة اتساق داخلي قريبة من النسخة الانجليزية، التي بلغت (0.88)، كذلك اجرى سلفا وكيتانو Silva and Caetano, 2013 تكييف مقياس الازدهار الى السياق البرتغالي، واثبت صدق تركيب هذا العامل، وتوصل الى اتساق داخلي مرضي، الذي بلغ (0.81)، واخير تم تدعيم مقياس الازدهار المؤلف من عامل واحد عندما تم تطبيقه على عينة في نيوزلندا، ووجدت الدراسة معامل اتساق داخلي اعلى من الدراسات السابقة، الذي بلغ (0.91) (Hone, Jarden, & Schofield, 2013).  
فوائد المقياس:

يمكن القول ان لمقياس الازدهار بعض الفوائد مقارنة بالمقاييس السابقة للرفاهية الشخصية subjective well-being، وتظهر هذه الفوائد في ضوء الاتي:

1. ان هذا المقياس تم بناؤه في ضوء المنظور التكاملي لنظريات الرفاهية.

2. انه مقياس مختصر (يتكون من عدد قليل من الفقرات) مما يضمن لنا الاقتصاد في وقت التطبيق، ولاسيما عند تطبيقه في سياقات لا يجد فيها الباحث الوقت الكثير ( Sumi, 2013).

3. اظهر هذا المقياس خصائص سيكومترية مناسبة عند تطبيقه على مجموعة من البلدان (Diener et al, 2010; Hone et al, 2013).

بنية المقياس:

يتكون مقياس الازدهار من ثمان فقرات (مثل اعيش حياة هادفة وذات معنى، وانا شخص طيب واعيش حياة جيدة) يمكن استعماله لتقييم الرفاهية النفسية - psychological well-being. وتتم الاجابة على فقرات المقياس عبر تأشير المشاركين على بدائل الاجابة التي يرون انها تتوافق مع حالتهم الداخلية، وتتفاوت بدائل المقياس وفق تدرج سباعي يبدأ من (غير موافق بشدة) ويعطى لهذا البديل درجة واحدة، الى (موافق بشدة) ويعطى له سبعة درجات. الدرجة الكلية:

تتراوح الدرجة المحتملة للمقياس من 8 درجات (كأدنى حد ممكن) الى 56 درجة (كأعلى درجة ممكنة)، وتشير الدرجة العليا التي يحصل عليها المستجيب الى اتسامه بالعديد من المصادر والقوى النفسية.

ترجمة مقياس دينر وزملائه حول الازدهار

الكفاءة، وتقدير الذات، والتفاؤل، والمساهمة في رفاهية الآخرين.

كان هدفه دينر بناء مقياس مختصر لمقياس الرفاهية النفسية، وفي الوقت نفسه، عرض تقييمه متكامل حول هذا البناء

إن مقياس الازدهار النفسي اداة مختصرة تغطي الجوانب الاساسية للرفاهية النفسية، وتشجع الدراسات الاخرى في التحقق عن مدى انسجامها مع الثقافات الاخرى

يمكن القول ان لمقياس الازدهار بعض الفوائد مقارنة بالمقاييس السابقة للرفاهية الشخصية

I lead a purposeful and meaningful life      اعيش حياة هادفة وذات معنى

My social relationships are supportive and rewarding      علاقاتي

الاجتماعية داعمة ومجزية

I am engaged and interested in my daily activities      انا ملتزم ومهتم بأنشطتي

اليومية.

I actively contribute to the happiness and well-being of others      اساهم

بنشاط من اجل سعادة ورفاهية الاخرين

I am competent and capable in the activities that are important to me

انا كفوء وقادر على اداء الانشطة المهمة بالنسبة لي

I am a good person and live a good life      انا شخص طيب واعي ش حياة

جيدة

I am optimistic about my future      انا متفائل حول مستقبلي

People respect me      يحترمني الناس

#### المصادر

• Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.

• Diener, E., Scollon, C. N., & Lucas, R. E. (2009). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. *Social Indicator Research Series*, 39, 67-100.

• 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, 143- 156.

• Hone, L., Jarden, A., & Schofield, G. (2013). Psychometric properties of the Flourishing Scale in a New Zealand sample. *Social Indicators Research*, 1, 1-15.

• Keyes, C. L. (2003). Complete mental health: An agenda for the 21st century. In C. L. M. Keyes & J. Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived* (pp. 293-312). Washington, DC: American Psychological Association.

• Paludo, S. S., & Koller, S.H. (2007). *Psicologia Positiva: uma nova abordagem para antigas questões*. Paidéia, 17, 9-20.

• Seligman, M. E. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. In C. R. Snyder, & S. J.

ان هذا المقياس

تم بناؤه في ضوء المنظور  
التكاملي لنظريات الرفاهية

انه مقياس مختصر

(يتكون من عدد قليل من

العبارات) مما يضمن لنا  
الاقتصاد في وقت التطبيق،

ولاسيما عند تطبيقه في

سياقات لا يجد فيها الباحث

الوقت الكثير

يتكون مقياس

الأزدهار من ثمان فقرات

(مثل اعيش حياة هادفة

وذات معنى، وانا شخص

طيب واعي ش حياة جيدة)

يمكن استعماله لتقييم

الرفاهية النفسية

Lopez (Eds.), Handbook of positive psychology (pp. 3-9).  
New York: Oxford University Press.

• Seligman, M. E., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60, 410-421.

• Silva, A. J., & Caetano, A. (2013). Validation of the flourishing scale and scale of positive and negative experience in Portugal. *Social Indicators Research*, 110, 469-478.

• Sumi, K. (2013). Reliability and validity of Japanese versions of the Flourishing Scale and the Scale of Positive and Negative Experience. *Social Indicators Research*, 1, 1-15.

تتراوح الدرجة  
المحتملة للمقياس من 8  
درجات (كأدنى حد  
ممكّن) الى 56 درجة  
(كأعلى درجة ممكنة)

\*\*\* \*\*

06 أكتوبر 2017: "اليوم السنوي الثاني. اللياقة النفسانية والفكرية للإنسان العربي" (1)

مؤسسة العلوم النفسية العربية

تحيي

الذكرى السنوية الثانية لرحيل العالم النفساني العربي

البروفيسور محمد أحمد النابلسي

بمناسبة هذه الذكرى الثانية اصدار عدد خاص من

مجلة "بناؤ نفسانية"

مجلة المستجدات العربية في علوم وطب النفس

العدد 18 - 19 / خريف - شتاء 2017

الملف " اللياقة النفسانية والفكرية للإنسان العربي "

المشرف: د. مرعي سلامة يونس

[msalamayounes2019@gmail.com](mailto:msalamayounes2019@gmail.com)

\*\*\* \*\*



شبكة علوم النفس العربية

نحو لياقة نفسانية أفضل

\*\*\* \*\*

وحدة الترجمة في التراث النفساني العالمي

نعتزم في مؤسسة العلوم النفسانية العربية تأسيس " وحدة الترجمة في التراث النفساني العالمي "  
ندعوا الاساتذة الكرام من أطباء نفسانيين وعلماء النفس الراحين الانضمام الى هذه الوحدة البحثية والعمل معنا.

تكرم التواصل على بريد الشبكة الالكترونية :

[arabpsynet@gmail.com](mailto:arabpsynet@gmail.com)

وارسال سيرهم العلمية ( حسب النموذج التالي )

<http://arabpsynet.com/cv/cv.htm>