

## مبادرة النمو الشخصي وعلاقتها بالمعنى في الحياة لدى المراهقين دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة دمشق

د. سناء مسعود\*

### المخلص

هدَفَ البحث إلى تعرف العلاقة بين مبادرة النمو الشخصي والمعنى في الحياة لدى المراهقين (طلاب الجامعة)، وتعرف الفروق في مبادرة النمو الشخصي والمعنى في الحياة وفقاً لمتغير الجنس، وأُجريت الدراسة على عينة شملت (175) من طلبة السنة الأولى في كلية التربية، قسم علم النفس (39 من الذكور، و136 من الإناث). وتكونت ادوات الدراسة من: مقياس مبادرة النمو الشخصي (إعداد: رويتشيك 2008 وترجمة الباحثة)، ومقياس المعنى في الحياة (إعداد: ستيجر وآخرين، 2006 وترجمة الباحثة). وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود ارتباطات دالة بين مبادرة النمو الشخصي والمعنى في الحياة في (بُعد وجود المعنى)، ولم يوجد ارتباط بين مبادرة النمو الشخصي و(بُعد البحث عن المعنى)، ولم يوجد فروق دالة إحصائياً في مبادرة النمو الشخصي والمعنى في الحياة وفقاً لمتغير الجنس.

**الكلمات المفتاحية:** مبادرة النمو الشخصي، المعنى في الحياة (وجود المعنى والبحث عن المعنى)، المراهقون.

\* أستاذ مساعد - علم نفس - كلية التربية - جامعة دمشق.

## **Personal Growth Initiative and its Relationship to the Meaning in Life among Adolescents**

### **Field study in a sample of students of the Faculty of Education at Damascus University**

**Dr. Sana Masoud\***

#### **Abstract**

The research aims to identify the relationship between the Personal Growth Initiative and the meaning of life among adolescents (university students), as well as the differences in the personal growth initiative and the meaning of life according to the gender variable.

The study was conducted on a sample of 175 first-year students at the Faculty of Education, Department of Psychology (39 males and 136 females) .

The study tools consisted of Personal Growth Initiative Scale (2008 Robitschek and Researcher Translation) and The Meaning Scale in The Life Scale (prepared by Steger et al, 2006 and the researcher's translation)

The results showed a significant correlation between the Personal Growth Initiative and the meaning of life (the presence of meaning). There was no correlation between the Personal Growth Initiative and (the search for meaning) and no statistically significant differences in the personal growth initiative and the meaning in life according to the gender variable.

**Keywords:** Personal growth initiative, the meaning of life (presence of meaning and search for meaning), adolescents

---

\* Lecturer at the Department of Psychology - Faculty of Education in Damascus.

### مقدمة البحث:

يمثل النمو الشخصي تجسيدا لرغبة الفرد في أن يصبح أفضل نسخة ممكنة من ذاته، والنمو الشخصي وفقاً لهذا التصور سعياً واجتهاداً ومثابرةً للارتقاء الذاتي، إنه عملية مستمرة لتحسين الفرد لقدراته وإمكانياته وأدائه.

ويشكل النمو الشخصي (Personal Growth) أحد أبعاد الرفاهية النفسية، حيث يشير الرفاه النفسي إلى الأداء النفسي الأمثل، ويتضمن القبول الذاتي، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والاستقلالية، والإلتقان البيئي، والهدف في الحياة، والنمو الشخصي. ( Ryff & Keyes 1995).

ويمكن فهم مبادرة النمو الشخصي (Personal Growth Initiative- PGI) كمورد شخصي، حيث يشمل مجموعة من المهارات الفردية (الاستعداد للتغيير، والتخطيط، والسلوك المتعمد، واستخدام الموارد المتاحة) التي تسهم في إحداث تغييرات تعزز الارتقاء الإيجابي لدى الأفراد، وتعزز تطوير التغييرات الشخصية المقصودة التي يُخطط لها بوعي من قبل الأفراد الذين يقومون بها. وقد يكون لدى الأفراد الذين يمتلكون مستويات عالية من هذه المهارات إمكانات أكبر لخلق الفرص التي تمكن وتكثف نموهم الشخصي الإيجابي (Weigold & Robitschek, 2011). ويتكيف الأشخاص ذوو المستويات العالية من مبادرة النمو الشخصي بشكل أفضل مع المواقف المختلفة، ويتغلبون على

المواقف العصبية، ولديهم مستويات أعلى من الرضا عن الحياة، ويبحثون عن حلول مناسبة للمواقف التي يواجهونها (Jain, et al, 2015).

ويرتبط المعنى في الحياة أيضاً بالرفاهية وبالآداء الإيجابي، فالأفراد الذين يعتقدون أن حياتهم لها معنى هم أكثر سعادة وأكثر رضا عن الحياة (Steger, et al 2008)، ويميل الأشخاص الذين يبلغون عن مستويات عالية من المعنى إلى تجارب أكثر إيجابية وأقل سلبية وأقل في مستويات الاكتئاب والقلق (Park, et al, 2010)، ويرتبط وجود المعنى في الحياة بالرضا عن الحياة؛ فقد أشارت الدراسات الطولية إلى أن المعنى في الحياة يسبق الرضا عن الحياة (Park et al. 2010؛ Steger & Kashdan 2008)، وتختلف دلالات مصطلح "معنى الحياة" من شخص إلى آخر، بل ولدى الشخص الواحد من يوم إلى آخر، ومن ساعة إلى أخرى، وعليه فإن المهم وفقاً لذلك ليس معنى الحياة في طابعه الإجمالي بل معنى الحياة النوعي وفقاً لتصورات الشخص في لحظة معينة، فقد يكمن معنى الحياة بأي شيء له هدف ومغزى وقيمة وغاية في حياتنا، وقد يعبر معنى الحياة بصورة عامة عن النسق العام الذي يحتوي على قيمنا وأهدافنا واعتقاداتنا.

وتبدو العلاقة بين مبادرة النمو الشخصي وبين المعنى في الحياة متداخلة وتبادلية، حيث يمكن أن يكون خلق المعنى في الحياة عملية صعبة تتطلب السعي المستمر نحو النمو الشخصي والاستجابة بشكل إيجابي للشدائد، ويمكن أن تؤدي مجموعة المهارات التي تسهل النمو الشخصي (مثل مهارات مبادرة النمو الشخصي) إلى تصورات عن المعنى في الحياة (Borowa, et al , 2020)، فقد أشارت الكثير من الدراسات إلى أن إدراك الفرد لمعنى الحياة يرتبط إيجابياً بالصحة النفسية، وهو ما أكدته كل من رايف وسنجر أن وجود المعنى في الحياة مؤشر على التفكير المتوافق، والرضا عن الحياة، وعلامة على النمو الشخصي. (Ryff., & Singer 1998).

أولاً: مشكلة البحث:

تعد مبادرة النمو الشخصي بمنزلة توجه نحو التغيير والنمو عبر مجالات الحياة المختلفة طيلة الحياة، ومن المرجح أن يواجه الأفراد مواقف صعبة وسلبية تتطلب تغييرات في الطريقة التي يتفاعلون بها في مختلف الحالات، وذلك للوصول إلى الاستراتيجيات المناسبة للتعامل مع المطالب الجديدة التي تُفرض عليهم، إن عملية التغيير التي تُطوّر عن قصد وبوعي من قبل الأفراد تشكل مبادرة للنمو الشخصي، والتي تتضمن الاستعداد للتغيير، والتخطيط، والسلوك المتعمد، واستخدام الموارد.

وقد توصلت الدراسات الى أن الأفراد الذين لديهم مستويات عالية من الاستعداد للتغيير والتخطيط والسلوك المتعمد واستخدام الموارد قد يكون لديهم قدرة أكبر على خلق الفرص واستثمارها للارتقاء بالذات والتغلب على المواقف المجهدة، ويتكيفون بشكل أفضل مع المواقف المختلفة، ولديهم رضا عن حياتهم، وذلك انطلاقاً من وجود معنى لحياتهم (Robitschek & Keyes, 2009).

والمطلب الأساسي للنمو في مرحلة المراهقة هو تحديد معنى لوجود المراهق في الحياة، وتُعد أزمة الهوية المشكلة الحرجة في مرحلة المراهقة، وهي أزمة يمر بها أغلب المراهقين في وقت ما، ويعانون فيها من عدم معرفتهم لذواتهم، فالبحت عن هدفٍ وتكوين فلسفة للحياة من أهم مطالب النمو للمراهقين. والمعنى في المراهقة يأتي من تأسيس هوية مستقرة ومن تطوير العلاقات المنتجة والخلاقة، والمعنى ليس ثابتاً إنما يتطور على الدوام عبر مراحل العمر (Erikson, 1968)، هذا التطور والتغير في المعنى عبر السنوات يستلزم مبادرات نشطة من النمو الشخصي للوصول الى المعنى الذي ينشده المراهق.

وبالمقابل فإن نقص مهارات مبادرة النمو الشخصي يؤثر بشكل سلبي في حياة المراهق، وقد لوحظ أن المستويات المنخفضة من مهارات مبادرة النمو الشخصي ترتبط بصعوبات التكيف مع السياقات الجديدة، بحيث يعاني الأفراد منخفضو مهارات مبادرة النمو الشخصي من مستويات أعلى من التوتر والقلق ومستويات أقل من الرضا عن

- الحياة (Yakunina,et al,2013)، ويعزز وجود المعنى في الحياة من مستويات مبادرة النمو الشخصي (Kossakowska, 2018). وتتحدد مشكلة البحث في الأسئلة الآتية:
- ما العلاقة بين مبادرة النمو الشخصي بأبعادها (الاستعداد للتغيير والتخطيط والسلوك المتعمد واستخدام الموارد) وبين المعنى في الحياة ببعديه (وجود المعنى ، والبحث عن المعنى) ؟
  - هل يوجد فروق بين الجنسين في مبادرة النمو الشخصي وأبعادها (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد) ؟
  - هل يوجد فروق بين الجنسين في المعنى في الحياة ببعديه (وجود المعنى في الحياة والبحث عن المعنى) ؟
- ثانياً: أهمية البحث:**

2-1- يكتسب البحث الحالي أهميته من أهمية متغيراته، فمبادرة النمو الشخصي ذات أهمية كبيرة على المستوى العملي، فهو نقطة الانطلاق باتجاه الإنجاز والإثمار ، والتغيير نحو الأداء الأمثل.

2-2- وتبرز أهمية البحث ايضاً من ندرة دراسة متغير مبادرة النمو الشخصي في البيئة المحلية، حيث لم تجد الباحثة أي دراسة تناولت هذا المتغير بالبحث، وقلة دراسته في البيئة العربية (في حدود علم الباحثة) .

2-3- ويقدم البحث أدوات للدراسة (مقياس مبادرة النمو الشخصي ، ومقياس المعنى في الحياة) باللغة العربية تمتاز بالبساطة وسهولة التطبيق والموثوقية ، ويمكن أن تساعد أو ترشد الباحثين المهتمين في إجراء دراسات مشابهة.

**ثالثاً: أهداف البحث: يهدف البحث إلى تعرف:**

- 3-1- العلاقة بين مبادرة النمو الشخصي بأبعادها (الاستعداد للتغيير ، والتخطيط ، والسلوك المتعمد ، واستخدام الموارد) و المعنى في الحياة (وجود المعنى ، والبحث عن المعنى) لدى المراهقين (أفراد عينة البحث).

3-2- الفروق بين الجنسين في مبادرة النمو الشخصي وأبعاده (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد) .

3-3- الفروق بين الجنسين في المعنى في الحياة (وجود المعنى، والبحث عن المعنى).

3-4 - مستوى انتشار مبادرة النمو الشخصي بأبعادها (الاستعداد للتغيير، والتخطيط، والسلوك المتعمد، واستخدام الموارد) لدى المراهقين (أفراد عينة البحث).

3-5- مستوى انتشار المعنى في الحياة (ببعديه: وجود المعنى، والبحث عن المعنى) لدى المراهقين (أفراد عينة البحث).

#### رابعاً: فرضيات البحث:

4-1- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس مبادرة النمو الشخصي بأبعاده (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد، الدرجة الكلية) ودرجاتهم على مقياس معنى الحياة وأبعاده (وجود المعنى، والبحث عن المعنى) .

4-2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس مبادرة النمو الشخصي وأبعاده (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد) تبعاً لمتغير الجنس.

4-3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس المعنى في الحياة وأبعاده (وجود المعنى، والبحث عن المعنى) تبعاً لمتغير الجنس.

#### خامساً: أسئلة البحث:

5-1- ما نسبة انتشار مبادرة النمو الشخصي بأبعادها (الاستعداد للتغيير، والتخطيط، والسلوك المتعمد، واستخدام الموارد) لدى أفراد عينة البحث؟

5-2- ما نسبة انتشار المعنى في الحياة ببعديه (وجود المعنى، والبحث عن المعنى) لدى أفراد عينة البحث؟

#### سادساً: مصطلحات البحث:

### 6-1- مبادرة النمو الشخصي (PGI): Personal Growth Initiative

تُعرف بأنها: التغيير المستمر والمتعمد من قبل الفرد على المستوى المعرفي وعلى المستوى السلوكي. على المستوى المعرفي: سيكون الفرد على دراية بمجالات الحياة التي تحتاج إلى تغيير، وسيعرف الشخص كيفية إحداث هذا التغيير، وسيؤمن بأن التغيير ممكن. وعلى المستوى السلوكي: سيخلق الفرد أو يبحث عن مواقف يمكنه فيها تحقيق هذا التغيير (Robitschek & Keyes, 2009). ويعرف إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة البحث في الاختبار المعد لهذا الغرض.

### 6-2- المعنى في الحياة : Meaning in life

يُعرف على أنه " المدى الذي يرى الناس فيه الأهمية في حياتهم ، مصحوباً بالدرجة التي يرون أن لديهم فيها غرضاً ورسالة أو هدفاً شاملاً في الحياة .هذا التعريف واسع بما يكفي ليشمل مجموعة واسعة من الخبرات البشرية المتعلقة بالهدف والأهمية. (Steger, 2009.p: 682).

ويعرف إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة البحث في الاختبار المعد لهذا الغرض.

### 6-3- المراهقة: Adolescence

مرحلة نمائية تبدأ مع اكتمال التغيرات الجسمية، وتمتد إلى سن الرشد الحقيقي (18) عاماً أو القانوني (21) عاماً، وتشمل المرحلة الثانوية، وقد تمتد إلى المرحلة الجامعية حسب مؤشرات الاستقلال السيكولوجي التي يبديها الفرد (صادق و أبو حطب ، 2008: 286 .

سابعاً: الإطار النظري :

### 6-1- مبادرة النمو الشخصي (PGI): Personal Growth Initiative



يعد النمو الشخصي تعبيراً عن "رغبة الشخص في تطوير ذاته وتنمية قدراته وإمكانياته النمائية" في إطار ما يعرف بالرغبة في تحقيق الذات ، والإعراب عن أصالتها في الحياة، وتمايزها النوعي من الآخرين.

ويعد مفهوم تحقيق الذات أحد التكوينات النفسية المركزية في سياق "علم النفس الإنساني"، ويمثل وفقاً لتصورات أبراهام ماسلو توجهاً دافعيًا داخلياً ذاتياً يدفع الشخص للارتقاء بذاته إلى أقصى حد ممكن تسمح به قدراته وإمكانياته في ضوء التدرج الارتقائي عبر سلم إنجاز أو تحقيق الحاجات الإنسانية الأكثر رقياً في هرم الحاجات الإنسانية، والذي يمثل معنى الحياة والتسامي. وقد صاغ في السياق نفسه كارل روجرز نظرية تتضمن مفهومًا جوهرياً قريب الدلالة من مفهوم "تحقيق الذات" هو مفهوم "ارتقاء الإمكانية أو إمكانية الارتقاء growth potential"، ويعنى به سعي الشخص واجتهاده ومثابرتة لتتطابق صورة ذاته الحقيقية مع صورة ذاته المثالية، الأمر الذي يعكس ماهية ودلالة ما صاغه ماسلو تحت اسم "الشخص كامل التوظيف" (Olson, 2013).

ويوصف النمو الشخصي (الارتقاء بالذات) على أنه تغيير في مشاعر الأفراد ومعتقداتهم ومواقفهم وسلوكهم نتيجة فهم أوجه القصور لديهم، أي أن يكون الشخص أفضل نسخة ممكنة عن ذاته (Jain, et al, 2015)، ويعد الارتقاء المستمر للفرد -على الرغم من أي تحديات قد يواجهها- من أهم خصائص النمو الشخصي، ويمكن أن يحدث النمو الشخصي كنتيجة لعمليات مقصودة وغير مقصودة، ولكن مبادرة النمو الشخصي معنية فقط بالتغيير المتعمد والمقصود. (Robitschek., & Kashubeck 1999).

وتشير مبادرة النمو الشخصي إلى المهارات المستخدمة عندما ينخرط الفرد بنشاط في عملية التغيير المعرفي أو السلوكي أو العاطفي، إنها المشاركة النشطة والمتعمدة للفرد في عملية النمو الشخصية.

وتتكون مبادرة النمو الشخصي من عامل معرفي يتمثل في الجاهزية للتغيير والتخطيط، وعامل سلوكي يتمثل في استخدام الموارد والسلوك المتعمد.

ويشير الاستعداد للتغيير إلى قدرة الفرد على تحديد المواقف التي لديها القدرة على تعزيز النمو الشخصي، ويمكن فهم عامل التخطيط على أنه قدرة الشخص على تنظيم استراتيجيات لتسهيل نموه الشخصي، ويقوم عامل السلوك المتعمد بدوره بتقييم الدوافع الشخصية لتحقيق الأهداف الموضوعة للتغيير الشخصي، واستخدام الموارد يقيس استخدام الموارد الشخصية والخارجية (مثل المساعدة من الآخرين) في تعزيز النمو الشخصي. ويمكن تحقيق التغييرات الشخصية الناشئة عن مبادرة النمو الشخصي في مجالات الحياة المختلفة للأفراد، إنه القدرة على تحديد وإجراء تغييرات شخصية تعزز الارتقاء الإيجابي للأفراد عندما تتغير ظروفهم المعيشية. (Robitschek et al. 2012).

إن القصدية والوعي في عمليات مبادرة النمو الشخصي هي الخصائص التي تميزها من عملية التغييرات الشخصية غير المقصودة وغير الواعية. ويمكن تصنيف عمليات التغيير الشخصي على أنها: عمليات غير واعية وغير مقصودة، وعمليات واعية وغير مقصودة، وعمليات واعية وغير مقصودة، وعمليات غير الواعية وغير المقصودة، وعمليات التغيير الواعي وغير المقصود من الضغوط البيئية، والتي تمكن أيضاً من النمو الشخصي على الرغم من أنه ليس مقصوداً. وفي عملية التغيير غير الواعي وغير المقصود، قد لا يكون الأشخاص على دراية بالدوافع التي حفزت تغييراتهم الشخصية، أو كيف اختاروا تبني أشكالاً جديدة من التفاعل مع الآخرين (Robitschek et al, 2012).

أما في عملية التغيير الواعي وغير المقصود، يدرك الأفراد الحاجة إلى التغيير، لكن ليس لديهم سيطرة كافية على كيفية حدوث عملية التغيير هذه، والتميز بين العمليات الواعية وغير المقصودة وبين العمليات غير الواعية وغير المقصودة وبين مبادرة النمو الشخصي يعد أمراً مهماً، حيث إن عمليات النمو الشخصي غير المقصودة ترتبط سلباً بمؤشرات رفاية الناس وتطورهم الإيجابي (Robitschek & Kashubeck, 1999). وتشير الأبحاث إلى أن الأشخاص ذوي المهارات المرتفعة في مبادرة النمو الشخصي قد يكونون أكثر عرضة لطلب

المساعدة عند التعامل مع صراع شخصي أكثر من الأشخاص ذوي المهارات المنخفضة في مبادرة النمو الشخصي (Klockner & Hicks, 2008)، كما أنهم ليسوا فقط أكثر وعياً بتطورهم مرور الوقت، ولكنهم أيضاً سباقون في عملية التغيير، ويبحثون بشكل مقصود عن فرص للارتقاء الشخصي، والتي قد تتضمن رغبة أكبر في المشاركة في برامج التغيير والتدخلات التي تتطوي على النمو والتعلم. بالإضافة إلى ذلك فقد وُجد أن الفروق الفردية في مهارات مبادرة النمو الشخصي مرتبطة بشكل إيجابي بالعملية العلاجية، ومن المرجح أن يكون المرضى ذوو المهارات المرتفعة في مبادرة النمو الشخصي أكثر قدرة على وضع خطة للعلاج، واتخاذ إجراءات محددة لحل مشاكلهم أكثر من ذوي المهارات المنخفضة في مبادرة النمو الشخصي (Robitschek & Hershberger, 2005).

وتمتاز مبادرة النمو الشخصي بمهارات الأفراد في البحث عمداً عن فرص للنضج وتحقيق التغييرات الشخصية التي ستمكنهم من الارتقاء الإيجابي، وأن مبادرة النمو الشخصي تؤدي دوراً حاسماً للأفراد لتجربة مستويات متزايدة من الرفاهية، وتطوير أنفسهم بشكل إيجابي والتكيف مع المواقف السلبية (Robitschek et al, 2012)، وترتبط الصعوبات في تحديد فرص النمو الشخصي بتبني استراتيجيات المواجهة غير الفعالة، مثل الاستخدام السائد لاستراتيجيات المواجهة التي تركز على الانفعال بدلاً من استخدام استراتيجيات تركز على المشكلة (Weigold & Robitschek, 2011) وقد اقترحت روبيتشيك وكيس أن النمو الشخصي يمكن أن يكون عاملاً وقائياً ضد ظهور الاضطرابات النفسية (Robitschek & Keyes, 2009)، كما وجدت روبيتشيك أن مبادرة النمو الشخصي قد تكون مرتبطة بالرضا عن الحياة بشكل غير مباشر وذلك لوجود معنى في الحياة. (Robitschek, 1998).

#### 7-2- المعنى في الحياة : Meaning in life

لم يحظ مفهوم المعنى في الحياة بالاهتمام الكافي من قبل علماء النفس لحين ظهور نظرية فيكتور فرانكل عن المعنى، فمنذ بدايات نشوء علم النفس ولغاية ظهور هذه النظرية

ظل هذا المفهوم غامضاً، ولم تفرد له عناوين خاصة بوصفه مفهوماً نفسياً مهماً في شخصية الإنسان وفي صحته النفسية (Kim,2001,23)، وتتخلص نظرية فرانكل في ثلاث ركائز أساسية، وهي: -حرية الإرادة: والتي تعني القدرة على الاختيار، وهي متغيرة من فرد لآخر ومن موقف لآخر، وإرادة المعنى: وتعني سعي الفرد للتوصل إلى معنى محسوس وملمس في الوجود الشخصي، وهذا يساعده على البقاء بفاعلية حتى في أسوأ الظروف، - ومعنى الحياة: ويتحقق من ابتكارات الأفراد وما يكتسبونه من خبرات من العالم، أو من مرورهم بمواقف مصيرية سبق وأن واجهوها. (Eagleton, 2007)، ويصعب الاتفاق على تعريف موحد للمعنى في الحياة لأنه يختلف من شخص لآخر، ويتغير كل لحظة (Frankl, 2000).

**والمعنى Meaning:** مصطلح واسع المدى، ويشمل مسارين رئيسيين: الفهم، والغرض. يعكس المسار الأول القدرة على فهم الحياة، بما في ذلك الذات والعالم الخارجي، وكيف يتوافق الفرد مع العالم ويعمل فيه، ويشير المسار الثاني إلى التطلعات الشاملة والبعيدة الأجل للحياة التي تحفز الأنشطة ذات الصلة. ويمكن فهم المعنى في الحياة بالاعتماد على بُعدين رئيسيين: وجود المعنى في الحياة، والبحث عن المعنى في الحياة. ويتعلق البُعد الأول بالدرجة التي ينظر بها الأفراد إلى حياتهم على أنها مهمة وذات مغزى، أما البُعد الثاني فإنه يعكس درجة انخراط الناس في البحث عن معنى للحياة. وكلا البُعين لهما طابع مختلف جوهرياً ويعبران عن مواقف مختلفة تجاه الحياة. (Steger et al. 2006).

ويُعدُّ إريك إريكسون من الأوائل في صياغة مصطلح "الأزمة الوجودية" من المنظور النفسي، لكنه كان يشير إليها باستخدام مصطلح "أزمة الهوية Identity Crisis"، ويمكن عدُّ الأزمة الوجودية وفقاً لهذا التصور دالة لإخفاق الشخص في الإجابة عن الأسئلة الوجودية الكبرى في الحياة، والتي عبر عنها إريكسون بالأسئلة الآتية: ما أنا؟ ويعرف ذلك بسؤال الماهية أو الهوية، وماذا أريد؟ ويعرف ذلك بسؤال الغرض والغاية من الحياة، ما دوري في الحياة؟ ويعرف ذلك بسؤال جدوى السعي والاجتهاد والكدح في الحياة كقوام لمشاعر الجدارة والافتتار الشخصي، إلى أين تسير بي الحياة؟ ويعرف ذلك

بسؤال المصير والمآل، أو بلغة أكثر إحكاماً سؤال "الرؤية الشخصية في الحياة"، أي الصورة المستقبلية التي يحب أو يرغب أن يكون عليها الشخص في المستقبل. وغالباً ما تنشط هذه الأسئلة في مرحلة المراهقة، وتصل إلى ذروتها مع نهاية هذه المرحلة والدخول في مرحلة الرشد، وعندما يخفق المراهق في الإجابة عنها، فضلاً عن تعايشه في سياق وظرف حياتي لا يعين ولا يمكن من هذه الإجابة تتخلق مؤشرات الأزمة الوجودية، ويعبر عنها بحالة الارتباك وافتقاد البوصلة الشخصية في الحياة. (Waterman, 2014).

إن البحث عن المعنى الشخصي عملية تبدأ في وقت مبكر من نمو الطفل، وتؤثر في ما يريد المراهق أن يكون (Erikson, 1968)، وتختلف المصادر التي تعطي للحياة معنى وقيمة من مرحلة عمرية لأخرى، حيث تتركز في سن المراهقة بالقبول والرضا والمسؤولية والتسامي بالذات (الأبيض، 2010: 800). ويعتقد الكثير من علماء النفس أن المراهق غير قادر على تطوير نظرة ثاقبة ذات مغزى في المخاوف الوجودية، وعلى العكس من ذلك يرى بعضهم أن المراهق قادر على استكشاف معاني الحياة. (Fitzgerald, 2005).

وفي دراسة أجراها ديفوجلير وإبيرسول، وتوصلا فيها إلى أن المراهق يمكن أن يتحدث عن معنى واحد على الأقل في الحياة بغض النظر عن العمق أو المصدر. (DeVogler & Ebersole, 1983).

ويمكن أن يعيش الفرد دون معنى، ولكن في غياب المعنى فإن الفرد يستجيب للمحفزات البدائية بدلاً من أن يسترشد بردود الفعل العاطفية، ويؤكد بومبستر أن المعاني غير موجودة بذاتها، ولكنها موجودة بالفعل كخيار بين "المعاني التي تقدمها الثقافة والمجتمع" (Baumeister, 1991:6)، وهذا يشبه موقف هايدغر بأن القرارات المتخذة حول المعاني محددة سلفاً، لأنها تُتخذ في سياق الممارسات المجتمعية الثقافية والتاريخية، وسوف تؤثر ثقافة الفرد فيما يعدّه صحيحاً أو غير صحيح (Chessick, 1996). ويرى فرانكل أنه لا يمكن منح المعنى أو تلقينه، حيث إنَّ المعنى إما أن يوجد أو يُكتشف.

(Frankl, 2000).

إن البحث عن معنى في الحياة يتعلق بجهود نشطة للأفراد تُبذل عندما يحاولون فهم المعنى من حياتهم، وقد أكد ستيجر أهمية وجود المعنى في حياة الناس بقدر أهمية البحث عن المعنى (Steger et al. 2006)، وبالمقابل يرى بعضهم أن ليس للحياة أو الوجود البشري معنى أو هدف حقيقي لأنه حدث من فرصة عشوائية في الطبيعة، وأي شيء موجود بالمصادفة ليس له هدف مقصود، وأن الإجابة عن المعنى في الحياة أعمق من أن تُعرف وتُفهم، ونحن كئيش نحاول ربط معنى أو هدف حتى نتمكن من تسوية وجودنا، والحياة لا فائدة منها، وهذا بالضبط ما يجعلها مميزة للغاية، ولا ينبغي للفرد أن يسعى لمعرفة المعنى في الحياة وفهمه، لأنه لن يعيش أبداً إذا كان يبحث عن المعنى في الحياة. إن المعنى في الحياة هو نسيان البحث عن المعنى في الحياة. (Tang, 2007).

وترى بعض الدراسات أن وجود معنى في الحياة يرتبط بالرفاهية النفسية، بل إنه مؤشر قوي على التنبؤ بالرفاهية والرضا والحياة الهانئة (García-Alandete, 2015). في حين كشفت دراسة استقصائية عن عدة تنبؤات مختلفة فيما يتعلق بالمعنى والسعادة : المعنى (التحكم في السعادة)، والسعادة (التحكم في المعنى)، وقد توصلت الدراسة إلى أن السعادة موجهة بشكل كبير إلى الحاضر، في حين أن المعنى ينطوي على دمج الماضي والحاضر والمستقبل، وأن التفكير في المستقبل والماضي مرتبطاً بمغزى عالٍ ولكن بسعادة منخفضة، والسعادة ترتبط بالأخذ وليس بالعطاء، في حين أن المعنى يرتبط بالعطاء وليس بالأخذ، وقد ارتبطت المستويات الأعلى من القلق والتوتر بمغزى أعلى وبسعادة أقل. وأسهم الاهتمام بالهوية الشخصية والتعبير عن الذات في المعنى وليس بالسعادة. (Roy, et al, 2013).

ثامناً: الدراسات السابقة:

8-1- الدراسات العربية:

- **دراسة (خضير، 2016) بعنوان:** المعنى في الحياة عند طلبة كلية التربية للعلوم الإنسانية . هدفت الدراسة إلى الكشف عن المعنى في الحياة لدى طلبة كلية التربية في البصرة، ومعرفة الفروق وفق متغير الجنس ومكان الإقامة، وتكونت العينة من (200) طالباً وطالبة، وتوصلت النتائج إلى وجود مستوى معين للمعنى في الحياة عند عينة البحث، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة وفق متغيري الجنس ومكان الإقامة.
- **دراسة (البشر والحميدي، 2019) بعنوان:** معنى الحياة وعلاقته بكل من الرضا عن الحياة وبعض أبعاد التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت، وكان الهدف من الدراسة تعرف طبيعة العلاقة بين معنى الحياة وبعض أبعاد التفكير الإيجابي في ضوء الرضا عن الحياة لدى الطلبة، وتكونت عينة الدراسة من (115) طالباً وطالبة، واستخدمت الدراسة كلاً من: مقياس معنى الحياة، ومقاييس التفكير الإيجابي. وأشارت النتائج إلى: وجود ارتباط موجب ودالٍ إحصائياً بين درجات معنى الحياة، وبين أبعاد التفكير الإيجابي والرضا عن الحياة، وعدم وجود فروق بين الذكور والإناث في مستوى معنى الحياة .
- **دراسة (العادلي، 2019) بعنوان:** الكفاءة ومبادرة النمو الشخصي وعلاقتها بأساليب الهوية لدى طلبة الجامعة، وهدفت الدراسة إلى قياس العلاقة التنبؤية بين متغيرات البحث، وهي: الكفاءة، ومبادرة النمو الشخصي، وأساليب الهوية. وتوصلت الدراسة إلى أنَّ متغيري الكفاءة ومبادرة النمو الشخصي يُنتجان أساليب الهوية، وهناك تجمع من مُنبئات الكفاءة، وهي: (الأداء الفعال، والتّحدي الأمثل)، ومُنَبئات مبادرة النمو الشخصي، وهي: (استخدام المصادر، والارتقاء الذاتي، والتغيير المتعمد) تتنبأ بصورة مختلفة من عوامل أساليب الهوية.
- **دراسة (العكيلي والمالكي، 2019) بعنوان:** التمكن البيئي وعلاقته بالتعلق الوالدي ومبادرة النمو الشخصي لدى طلبة الجامعة، وكان الهدف من الدراسة تعرف طبيعة

العلاقة بين متغيرات البحث ومدى إسهام متغيري التعلق الوالدي ومبادرة النمو الشخصي في التباين الكلي لمتغير (التمكن البيئي). وتألفت عينة البحث من (400) طالباً وطالبةً من جامعتي بغداد والمستنصرية، وأظهرت النتائج : وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين (التمكن البيئي) وبين التعلق الوالدي ومبادرة النمو الشخصي، وأسهم متغير مبادرة النمو الشخصي بـ (211%) من التباين الكلي في متغير (التمكن البيئي)، أما متغير التعلق الوالدي ليس له إسهام.

## 8-2- الدراسات الأجنبية:

- دراسة بارك (Park, et al, 2010) بعنوان: متى يكون البحث عن المعنى مرتبطاً بالرضا عن الحياة؟ وكان الهدف من الدراسة فحص العلاقات بين وجود المعنى والبحث عن المعنى في الحياة وعلاقته بالرفاهية النفسية، وتضمنت عينة البحث (731)، متوسط أعمارهم (40) عاماً، وطُبِّق عليهم مقياس المعنى في الحياة (لستيجر 2006)، ومقياس للرفاهية النفسية، وعدة مقاييس أخرى، مثل: مقياس الرضا عن الحياة، ومقياس مسح السعادة، ومقياس المزاج السلبي والإيجابي، ومقياس للاكتئاب. وأظهرت نتائج الدراسة أن وجود المعنى والبحث عن المعنى في الحياة يرتبطان بعلاقات مختلفة مع الرفاهية. فقد كان وجود المعنى مرتبطاً بشكل إيجابي بالرضا عن الحياة والسعادة والتأثير الإيجابي، ومرتباً سلباً بالاكتئاب والتأثير السلبي، في حين أن البحث عن المعنى بشكل عام كان له نمط معاكس من الارتباطات. ومع ذلك فقد كان البحث عن المعنى مرتبطاً بشكل إيجابي بالرفاهية، كما توصلت الدراسة إلى أن المزيد من الرضا عن الحياة والسعادة والقليل من الاكتئاب كان بين أولئك الذين لديهم معنى جوهرياً في حياتهم.
- دراسة أيوب وإقبال (Ayub, Iqbal, 2012) بعنوان: العلاقة بين مبادرة النمو الشخصي و الضيق النفسي والرفاهية النفسية لدى المراهقين. وهدفت الدراسة إلى تقصي العلاقة بين مبادرة النمو الشخصي والضائقة النفسية والرفاه النفسي بين



المراهقين. وتكونت عينة الدراسة من (150) طالباً وطالبة من جامعة كراتشي في باكستان، متوسط أعمارهم (18 عاماً)، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن مبادرة النمو الشخصي ترتبط بشكل إيجابي بالرفاه النفسي، وبشكل سلبي مع الضائقة النفسية بين المراهقين. وتبين أن المراهقين الذين لديهم مستوى مرتفع في مبادرة النمو الشخصي والرفاه النفسي كانوا أقل معاناة في مشكلات الصحة النفسية.

- دراسة غارسيا آلانديت (García-Alandete,2015) بعنوان: هل المعنى في الحياة يتنبأ بالرفاهية النفسية؟ وكان الهدف من الدراسة تقصي العلاقة بين المعنى في الحياة والرفاهية النفسية، وتكونت العينة من (180) طالباً جامعياً إسبانياً، واستخدمت الدراسة النسخة الإسبانية من اختبار الهدف في الحياة لماهوليك Maholic's Purpose-in-Life Test ومقاييس رايك للرفاهية النفسية. وأظهرت النتائج علاقة ذات دلالة إحصائية بين المعنى في الحياة وأبعاد الرفاهية النفسية، من حيث التغير والتنبؤ وبخاصة مع الرفاه النفسي، وقبول الذات، والإلتقان البيئي، والنمو الشخصي، والعلاقات الإيجابية.

- دراسة فريتاس وآخرين (Freitas,etal,2018) بعنوان: مقياس مبادرة النمو الشخصي -2-: التكيف والخصائص السيكومترية للنسخة البرازيلية. وكان الهدف من الدراسة تقييم الخصائص السيكومترية للنسخة البرازيلية من (مقياس مبادرة النمو الشخصي-2-)، والكشف عن علاقة مبادرة النمو الشخصي بالتفاؤل ووجود معنى في الحياة والرضا عن الحياة. وتكونت عينة الدراسة من (2149) مشاركاً، (64.8% إناث) تتراوح أعمارهن من (16 إلى 50 عاماً) بمتوسط عمري 37 عاماً، وتوصلت الدراسة إلى أن مقياس مبادرة النمو الشخصي-2- يمكن عدّه أداة موثوقة لتقييم مبادرة النمو الشخصي، ويمكن استخدامه في جميع الفئات العمرية، وارتبطت أبعاد مقياس مبادرة النمو الشخصي بشكل إيجابي بالتفاؤل ووجود المعنى والرضا عن الحياة، وكان لعوامل (PGIS-II) علاقات أقوى مع وجود المعنى في الحياة مقارنة

بالمتغيرات الأخرى، وافترضت الدراسة أنه من الممكن أن تعزز مهارات مبادرة النمو الشخصي المتطورة إحساساً أكبر بالمعنى في الحياة.

- دراسة بوروا وآخرين (Borowa, et al, 2020) بعنوان: علاقة مبادرة النمو الشخصي بالمعنى في الحياة والرضا، لدى عينة بولندية، وكان الهدف الأول من الدراسة تطوير نسخة بولندية من مقياس مبادرة النمو الشخصي والتحقق من صحتها، والهدف الثاني التحقق من فرضية أن مبادرة النمو الشخصي قد ترتبط بالرضا عن الحياة بشكل غير مباشر انطلاقاً من وجود معنى في الحياة. وتكونت عينة الدراسة من (530) مواطناً بولندياً تتراوح أعمارهم بين (15-84.عام)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى اعتماد المقياس لقياس مبادرة النمو الشخصي، وبالنسبة للهدف الثاني فقد لوحظ تأثير كبير وغير مباشر في العلاقة بين مبادرة النمو الشخصي مع الرضا عن الحياة عن طريق وجود معنى في الحياة.

### 8-3- تعقيب على الدراسات السابقة:

يلاحظ من العرض السابق للدراسات أن مبادرة النمو الشخصي ارتبطت بشكل إيجابي مع المتغيرات المتعلقة بأبعاد الرفاهية النفسية، وارتبطت سلباً بالعوامل المرتبطة بانخفاض مستويات الرفاهية (كالتوتر والقلق والاكتئاب). وأن مبادرة النمو الشخصي تتبأت بأساليب الهوية، وارتبطت بالتعلق الوالدي، كما ارتبطت بالرضا عن الحياة استناداً إلى وجود معنى في الحياة، والمراهقون الذين لديهم مستوى مرتفع في مبادرة النمو الشخصي كانوا أقل معاناة في مشكلات الصحة النفسية. وفيما يتعلق بالمعنى في الحياة فقد أظهرت الدراسات أن وجود المعنى والبحث عن المعنى في الحياة يرتبط بعلاقات مختلفة مع بعض المتغيرات، فقد كان وجود المعنى مرتبطاً بشكل إيجابي بالرضا عن الحياة والسعادة والتأثير الإيجابي، ومرتبباً سلباً بالاكتئاب. وارتبط المعنى في الحياة بشكل إيجابي مع أبعاد الرفاه النفسي، مثل: قبول الذات، والإتقان البيئي، والنمو

الشخصي، والعلاقات الإيجابية، ولم تتوصل الدراسات إلى وجود فروق في معنى الحياة بين الجنسين.

#### تاسعاً: إجراءات البحث:

**9-1-1 منهج البحث:** اتُّبع المنهج الوصفي الارتباطي، لأنه المنهج الأكثر ملاءمة للبحث الحالي، حيث يعرف عليان وغنيم المنهج الوصفي بأنه: المنهج الذي يقوم بفحص الموقف المشكل، ودراسته بتحديد المشكلة، وصياغة فرضيات مناسبة للمشكلة، ثم التحقق من هذه الفرضيات باستخدام الأدوات المناسبة، ومن ثمَّ وصف النتائج التي تُوصَل إليها، وتحليلها، وتفسيرها. (عليان وغنيم، 2000: 42) وهو ما تحقق في البحث الحالي.

#### 9-2-2 عينة البحث:

تكونت عينة البحث من (175) طالباً وطالبة من السنة الأولى في قسم علم النفس، منهم (39) من الذكور و(136) من الإناث، وتشكل العينة (2،38%) من أفراد المجتمع الأصلي البالغ عددهم (458)، وقد طُبِّقَ البحث في الفصل الثاني من العام الدراسي 2020/2019، وقد اختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة. وقد اختيرت عينة البحث الحالية بكونها عينة متيسرة للباحثة، ولأنهم يندرجون في فئة المراهقة، وتتراوح أعمارهم بين (18 إلى 20) عاماً.

#### 9-3-3 أدوات البحث:

**9-3-1-1 مقياس مبادرة النمو الشخصي: (PGIS-II) إعداد: (Robitschek,2008).** وهو النسخة المطورة من مقياس مبادرة النمو الشخصي -1-(PGIS-I)، حيث يُجاب عنه باستعمال مقياس ليكرت المكون من ست نقاط، بدءاً من عدم الموافقة بشدة إلى الموافقة بشدة. وقد أُجريت الدراسة السيكمترية لمقياس (PGIS-II) الذي أعدته كريستين روبيتشيك على عينة من طلاب علم النفس. وتبين استقرار مُرضٍ في موثوقية

الاختبار، وكانت نتائج إعادة الاختبار تتراوح من 0.73 (باستخدام الموارد) إلى 0.81 (التخطيط)، ويمكن الحصول على درجة مقياس مبادرة النمو الشخصي العامة بالاعتماد على مجموع الأبعاد الأربعة التي يتكون منها المقياس. ويتكون مقياس (PGIS-II) من ستة عشر عنصراً مقسماً إلى أربعة عوامل، وهي: الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، واستخدام الموارد.

وقد قامت الباحثة بترجمة المقياس من اللغة الأجنبية إلى اللغة العربية، ومن اللغة العربية إلى اللغة الأجنبية، وأعطيت المعنى نفسه، وروجعت الترجمة من قبل مختصين، ثم عُرضت على مجموعة من الأساتذة المختصين في علم النفس في كلية التربية بجامعة دمشق، كما عُرض على مجموعة من الطلبة لتبيين مدى فهمهم للعبارات لاستخدامه في الدراسة الحالية، ولم يُعدّل أيّ بند.

وللتحقق من ثبات مقياس مبادرة النمو الشخصي وصدقه في البحث الحالي قامت الباحثة بتطبيق مقياس مبادرة النمو الشخصي على (50) طالباً وطالبة من قسم الإرشاد النفسي، لكونهم الأقرب من حيث الدراسة إلى طلاب قسم علم النفس، والجدول (1) يوضح ثبات مقياس مبادرة النمو الشخصي:

الجدول (1): ثبات مقياس مبادرة النمو الشخصي

المقياس	معامل الثبات ألفا	معامل التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون
مبادرة النمو الشخصي	0.62	0.90

ويظهر من الجدول السابق أن مقياس مبادرة النمو الشخصي يمتاز بدرجة مقبولة من الثبات، وهو صالح للتطبيق في البحث الحالي. كما قامت الباحثة بإعادة تطبيق مقياس مبادرة النمو الشخصي على العينة نفسها بعد أسبوعين، والجدول رقم (2) يوضح ثبات مقياس مبادرة النمو الشخصي وأبعاده (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد) وفق طريقة الإعادة:

الجدول (2): ثبات مقياس مبادرة النمو الشخصي وأبعاده وفق طريقة الإعادة

الأبعاد	معامل الثبات

0.85	الاستعداد للتغيير
0.82	التخطيط
0.80	السلوك المتعمد
0.83	استخدام الموارد
0.82	الدرجة الكلية

ويظهر من الجدول السابق أن مقياس مبادرة النمو الشخصي وأبعاده (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد) وفق طريقة الإعادة يمتاز بدرجة مرتفعة من الثبات، وهو صالح للتطبيق في البحث الحالي.

وللتحقق من صدق مقياس مبادرة النمو الشخصي في البحث الحالي حُسِبَ معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس مبادرة النمو الشخصي، ثم حساب معامل الارتباط بين درجة كل بند مع الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس مبادرة النمو الشخصي، والجدولان (3-4) يوضحان ذلك:

الجدول (3): معامل الارتباط بين درجة كل بعد مع الدرجة الكلية لمقياس مبادرة النمو الشخصي

معامل الثبات	الأبعاد
0.45	الاستعداد للتغيير
0.71	التخطيط
0.71	السلوك المتعمد
0.50	استخدام الموارد

الجدول (4): معامل الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية لكل بعد من مقياس مبادرة النمو

الشخصي

استخدام الموارد		السلوك المتعمد		التخطيط		الاستعداد للتغيير	
معامل الارتباط	مسلسل	معامل الارتباط	مسلسل	معامل الارتباط	مسلسل	معامل الارتباط	مسلسل
0.88	6	0.85	4	0.81	1	0.86	2
0.82	12	0.86	7	0.84	3	0.85	8
0.84	14	0.86	9	0.84	5	0.83	11
		0.88	15	0.87	10	0.86	16
				0.85	13		

يظهر من الجدولين السابقين أن جميع معاملات الارتباط مرتفعة بين درجة كل بند والدرجة الكلية لكل بعد، وهذا يدل على أن مقياس مبادرة النمو الشخصي على درجة موثوقة من الصدق، وهو صالح للتطبيق في البحث الحالي.

### 9-3-2- مقياس المعنى في الحياة: (MLQ) اعداد (Steger,et al 2006).

يتكون المقياس من (10) بنود ضمن مقياسين فرعيين - المقياس الأول وجود المعنى present، أي: (مدى أهمية اعتبار الشخص لحياته)، والمقياس الثاني البحث عن المعنى search أي: (الرغبة في اكتشاف معنى جديد أو أكثر في حياة الشخص)، ويستجيب المفحوص لكل عنصر على مقياس ليكرت المكون من 7 نقاط من: 1- ("غير صحيح على الإطلاق") إلى 7- ("صحيح تمامًا")، ويمكن الحصول على مجموع نقاط المعنى في الحياة بفضل جمع الإجابات لجميع العناصر العشرة (مما يؤدي إلى الحصول على درجة 70 كحد أقصى)، يمكن أيضًا احتساب الدرجة للمقياس الفرعي وجود المعنى عن طريق جمع الإجابات عن البنود (1 و 4 و 5 و 6 و 9) (بحد أقصى 35 درجة)، وتشير البنود الموجودة في المقياس الفرعي لوجود المعنى للدرجة التي يشعر بها المفحوصون أن لديهم بالفعل معنى في حياتهم. وبالمثل، يمكن حساب درجات المقياس الفرعي (البحث عن المعنى) عن طريق جمع ردود المفحوصين على العناصر (2 و 3 و 7 و 8 و 10)، مما يؤدي أيضًا إلى الحصول على درجة 35 بحد أقصى. وتشير الدرجات الأعلى إلى مستويات أعلى من وجود المعنى أو البحث عن المعنى. وتتمثل إحدى نقاط القوة في هذا المقياس MLQ في قدرتها على التمييز بين الدرجة التي يبلغ بها الفرد عن المعنى في الحياة والدرجة التي يسعى إليها أيضًا. وتُحَقَّق من صلاحية المقياس في عينات متعددة وجميعها توصلت إلى مستوى عالٍ من الموثوقية.

وقد قامت الباحثة بترجمة المقياس من اللغة الأجنبية إلى اللغة العربية، ومن اللغة العربية إلى اللغة الأجنبية، وأعطى المعنى نفسه، وروجعت الترجمة من قبل مختصين، ثم عُرض على مجموعة من الأساتذة المختصين في علم النفس في كلية التربية بجامعة دمشق، كما عُرض على مجموعة من الطلبة لتبين مدى فهمهم للعبارات لاستخدامه في الدراسة الحالية، ولم يُعدّل أي بند. وللتحقق من ثبات مقياس المعنى في الحياة وصدقه قامت الباحثة بتطبيق مقياس المعنى في الحياة على (50) طالباً وطالبة من قسم الإرشاد النفسي، لكونهم الأقرب من حيث الدراسة إلى طلاب قسم علم النفس، والجدول (5) يوضح ثبات مقياس معنى الحياة وأبعاده (وجود المعنى، البحث عن المعنى).

الجدول (5): ثبات مقياس المعنى في الحياة وأبعاده (وجود المعنى، البحث عن المعنى)

المتغيرات	معامل الثبات ألفا	معامل التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون
المعنى في الحياة	0.82	0.97
وجود المعنى	0.89	0.98
البحث عن المعنى	0.81	0.93

ويتضح من الجدول السابق أن مقياس المعنى في الحياة وأبعاده (وجود المعنى، البحث عن المعنى) يمتاز بدرجة مرتفعة من الثبات، وهو صالح للتطبيق في البحث الحالي.

وقامت الباحثة بإعادة تطبيق مقياس المعنى في الحياة على العينة نفسها بعد أسبوعين، والجدول (6) يوضح ثبات مقياس المعنى في الحياة وأبعاده (وجود المعنى والبحث عن المعنى) وفق طريقة الإعادة:

الجدول (6): ثبات مقياس المعنى في الحياة وأبعاده (وجود المعنى، البحث عن المعنى)

وفق طريقة الإعادة

الأبعاد	معامل الثبات
وجود المعنى	0.86
البحث عن المعنى	0.84
الدرجة الكلية	0.88

ويظهر من الجدول (6) أن مقياس المعنى في الحياة وأبعاده (وجود المعنى، البحث عن المعنى) وفق طريقة الإعادة يمتاز بدرجة مرتفعة من الثبات، وهو صالح للتطبيق في البحث الحالي.

وللتحقق من صدق مقياس المعنى في الحياة: قامت الباحثة بتطبيق مقياس معنى الحياة على (50) طالباً وطالبة، ثم حساب معامل الارتباط بين درجة كلِّ بعد والدرجة الكلية لمقياس معنى الحياة، ثم حساب معامل الارتباط بين درجة كل بند مع الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس معنى الحياة، والجدولان رقم (7-8)) يوضحان ذلك:

الجدول (7): معامل الارتباط بين درجة كلِّ بعد مع الدرجة الكلية لمقياس المعنى في الحياة

الأبعاد	معامل الثبات
وجود المعنى	0.89
البحث عن المعنى	0.71

الجدول (8): معامل الارتباط بين درجة كلِّ بند والدرجة الكلية لكل

بعد من مقياس المعنى في الحياة

البحث عن المعنى		وجود المعنى	
معامل الارتباط	مسلسل	معامل الارتباط	مسلسل
0.88	2	0.85	1
0.84	4	0.89	3
0.87	6	0.88	5
0.86	8	0.86	7
0.82	10	0.90	9

يظهر من الجدول (8) أن جميع معامل الارتباط مرتفعة بين درجة كلِّ بند والدرجة الكلية لكل بعد، وهذا يدل أن مقياس المعنى في الحياة على درجة موثوقة من الصدق، وهو صالح للتطبيق في البحث الحالي.

وللتأكد من تجانس عينة البحث من أجل استخدام القانون الإحصائي المناسب؛ تُحَقَّق من استخدام اختبار "سميرنوف" على مقياس مبادرة النمو الشخصي، وأبعاده: (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد)، ومقياس معنى الحياة وأبعاده (وجود المعنى، البحث عن المعنى) والجدول (9) يوضح ذلك:



الجدول (9): نتائج اختبار "سميرنوف" على مقياس مبادرة النمو الشخصي وأبعاده ومقياس معنى

الحياة وأبعاده

القرار	مستوى الدلالة	قيمة Z	المتغيرات
غير دال	1.00	0.34	الاستعداد للتغيير
غير دال	0.68	0.71	التخطيط
غير دال	1.00	0.26	السلوك المتعمد
غير دال	1.00	0.32	استخدام الموارد
غير دال	0.99	0.43	الدرجة الكلية لمقياس مبادرة النمو الشخصي
غير دال	0.99	0.41	وجود المعنى
غير دال	0.55	0.79	البحث عن المعنى
غير دال	0.96	0.49	الدرجة الكلية لمقياس معنى الحياة

يظهر من الجدول (9) أن قيمة سميرنوف (Z) قد بلغت (0.34، 0.71، 0.26، 0.32، 0.43، 0.41، 0.79، 0.49) عند مستوى الدلالة (1.00، 0.68، 1.00، 1.00، 0.99، 0.99، 0.55، 0.96) وعلى الترتيب بالنسبة لمبادرة النمو الشخصي وأبعاده (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد)، ومقياس معنى الحياة وأبعاده (وجود المعنى، البحث عن المعنى) وجميعها أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تجانس عينة البحث (الذكور والإناث) في مقياس مبادرة النمو الشخصي وأبعاده (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد)، ومقياس معنى الحياة وأبعاده (وجود المعنى، البحث عن المعنى)؛ ومن ثم فالقانون الإحصائي المناسب هو استخدام (ت) ستودنت لعينتين مستقلتين، وارتباط بيرسون.

عاشراً: نتائج البحث، وتفسيرها، والمناقشة:

10-1-1- فرضيات البحث:

10-1-1- الفرضية الأولى: لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس مبادرة النمو الشخصي بأبعاده (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد، الدرجة الكلية) ودرجاتهم على مقياس معنى الحياة وأبعاده (وجود المعنى، والبحث عن المعنى). وللتحقق من صحة الفرضية، استُخدم معامل ارتباط بيرسون لحساب الارتباطات بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس

مبادرة النمو الشخصي ودرجاتهم على مقياس معنى الحياة وأبعاده (وجود المعنى، والبحث عن المعنى)، والجدول (10) يوضح ذلك:

الجدول (10): نتائج معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس مبادرة النمو الشخصي (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد، الدرجة الكلية) ودرجاتهم على مقياس المعنى في الحياة وأبعاده (وجود المعنى، البحث عن المعنى)

القرار	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	ن	المتغيرات
دال	0,000	0,81	175	الاستعداد للتغيير/ وجود المعنى
دال	0,000	0,86	175	التخطيط/ وجود المعنى
دال	0,000	0,87	175	السلوك المتعمد/ وجود المعنى
دال	0,000	0,83	175	استخدام الموارد/ وجود المعنى
غير دال	0,59	0,04-	175	الاستعداد للتغيير/ البحث عن المعنى
غير دال	0,84	0,01	175	التخطيط/ البحث عن المعنى
غير دال	0,11	0,11-	175	السلوك المتعمد / البحث عن المعنى
غير دال	0,18	0,10	175	استخدام الموارد / البحث عن المعنى
دال	0,000	**0.71	175	الدرجة الكلية لمبادرة النمو الشخصي/الدرجة الكلية لمقياس المعنى في الحياة
دال	0.01	**0.89	175	الدرجة الكلية لمبادرة النمو الشخصي/ بعد وجود المعنى
غير دال	0.84	0.015-	175	الدرجة الكلية لمبادرة النمو الشخصي/ بعد البحث عن المعنى

نلاحظ من الجدول (10) وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس مبادرة النمو الشخصي (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد، الدرجة الكلية) ودرجاتهم على مقياس المعنى في الحياة (بعد وجود المعنى)، حيث بلغ معامل الارتباط على الترتيب (0,81، 0,86، 0,87، 0,83، 0,89)

عند مستوى الدلالة (0,000؛ 0,000؛ 0,000؛ 0,01)، وهو أصغر من مستوى الدلالة (0,05)، ومن ثم نرفض الفرضية الأولى جزئياً، ونستنتج من ذلك أن هناك علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس مبادرة النمو الشخصي (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد، الدرجة الكلية) ودرجاتهم على مقياس المعنى في الحياة (بعد وجود المعنى)، بينما لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس مبادرة النمو الشخصي (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد، الدرجة الكلية) ودرجاتهم على (بعد البحث عن المعنى)، حيث بلغ معامل الارتباط على الترتيب (-0,04، 0,01، -0,11، 0,10، -0,015) عند مستوى الدلالة (0,59، 0,84، 0,11، 0,18، 0,84)، وهو أكبر من مستوى الدلالة (0,05) ومن ثم نقبل الفرضية جزئياً، ونقول: لا توجد علاقة ارتباطية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس مبادرة النمو الشخصي (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد، الدرجة الكلية) ودرجاتهم على مقياس المعنى في الحياة (بعد البحث عن المعنى).

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة بارك وآخرين (Park, et al, 2010) التي توصلت إلى أن البحث عن المعنى ووجود المعنى يرتبطان بعلاقات مختلفة مع الرفاه النفسي (والنمو الشخصي بُعد من أبعاد الرفاهية)، وأن البحث عن المعنى يربط بعلاقات سلبية مع الرفاه النفسي (النمو الشخصي بُعد من أبعاد الرفاهية النفسية)، وتتفق مع دراسة أيوب وإقبال (Ayub, Iqbal, 2012) في جزئية ارتباط المعنى في الحياة بمبادرة النمو الشخصي كبعد من أبعاد الرفاه النفسي. واتفقت أيضاً مع دراسة فريتاس وآخرين (Freitas, et al, 2018) التي توصلت إلى ارتباط مبادرة النمو الشخصي مع وجود المعنى بالحياة، واتفقت أيضاً مع نتائج دراسة بوروا وآخرين (Borowa, et al, 2020) بأن مبادرة النمو الشخصي قد ترتبط بالرضا عن الحياة بشكل غير مباشر استناداً إلى وجود معنى في الحياة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء دراسة فريتاس وآخرين (Freitas, et al, 2018) في أن مهارات مبادرة النمو الشخصي المتطورة يمكن أن تعزز إحساساً أكبر بالمعنى في الحياة. ويشير بوروا وآخرون إلى أن وجود المعنى فقط وليس البحث عن المعنى، يرتبط بالرضا عن الحياة، والرضا عن الحياة يتضمن وجود المعنى (Borowa, et al, 2020)، فإذا لم يكن لدى الفرد بالفعل إحساس عميق بالمعنى، فإن البحث عن المعنى من شأنه أن يجعل الحياة صعبة ومحبطة (Park et al. 2010)، وبمعنى آخر فإن مبادرة النمو الشخصي ستكون في أدنى حدودها.

ويرى ستيجر وآخرون (Steger, et al, 2008) أن العلاقة بين البحث عن المعنى ووجود المعنى وأبعاد الرفاه النفسي (ومن ضمنها بعد النمو الشخصي) هي علاقة ديناميكية ومعقدة، حيث يمكن للناس في الوقت نفسه أن يكون لديهم إحساس بالمعنى في حياتهم والبحث عن المعنى، ومن ثم فإن الأفراد الذين يبحثون عن معنى في الحياة، ربما يواجهون مستويات عالية من التوتر، لأن عملية البحث عن المعنى تثير تناقضاً بين الواقع وبين ما يأمله الشخص، وتثير غموضاً حول الطريقة التي يدرك بها الفرد الماضي والحاضر.

ووفقاً لرايف وكيس (Ryf & Keyes, 1995) فإن الاقتناع والإحساس بأن الحياة ذات مغزى هو عنصر حاسم لكل الصحة العقلية والنمو الشخصي. ويرى فريديريكسون أن المعنى في الحياة يرتبط ارتباطاً وثيقاً باختبار المشاعر الإيجابية، نظراً لأن وجود المعنى في الحياة يؤدي إلى تجربة المشاعر الإيجابية، ووجود المعنى في الحياة هو أقوى عامل تنبئي لتجربة المشاعر الإيجابية. وبعبارة أخرى فإن تجربة المشاعر الإيجابية تساعد الناس على النمو بسهولة أكبر وتجنب المساعي التي لا معنى لها، وهذا يتضمن العمليات الواعية والمقصودة للنمو الشخصي (Fredrickson, 2001)، والمعنى في المراهقة يأتي من تأسيس هوية مستقرة، ومن تطوير العلاقات المنتجة والخلاقة، والمعنى ليس ثابتاً، إنما يتطور على الدوام عبر مراحل العمر (Erikson, 1968) وهذا

التطور والنمو في المعنى إنما يستلزم جهوداً فرديةً ومثابرةً للتغيير والارتقاء للوصول للمعنى الذي يُشبع حاجة المراهق.

**10-1-2-الفرضية الثانية:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس مبادرة النمو الشخصي وأبعاده (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد) تبعاً لمتغير الجنس.

وللتحقق من صحة الفرضية حُسيب اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لقياس دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس مبادرة النمو الشخصي وأبعاده (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد) وفقاً لمتغير الجنس (ذكر، أنثى). والجدول (11) يبين ذلك:

الجدول (11): الفروق في مبادرة النمو الشخصي وأبعاده (تبعاً لمتغير الجنس)

(درجات الحرية: 173)

المتغير	الجنس	العدد	م	ع	ت	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
الاستعداد للتغيير	ذكر	39	10.35	4.65	0.01	0.99	غير دال
	أنثى	136	10.36	5.02			
التخطيط	ذكر	39	11.74	6.43	0.73	0.46	غير دال
	أنثى	136	12.63	6.69			
السلوك المتعمد	ذكر	39	10.10	4.91	0.34	0.73	غير دال
	أنثى	136	10.41	5.17			
استخدام الموارد	ذكر	39	7.69	3.75	0.11	0.90	غير دال
	أنثى	136	7.77	4.25			
الدرجة الكلية	ذكر	39	39.89	18.61	0.36	0.71	غير دال
	أنثى	136	41.19	20.12			

نلاحظ من الجدول (11) عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في درجاتهم على مقياس مبادرة النمو الشخصي وأبعاده (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد) حيث بلغت قيمة (ت) على الترتيب (0.01، 0.73، 0.34، 0.11،

0.36) عند مستوى الدلالة (0.99، 0.46، 0.73، 0.90، 0.71) وعلى الترتيب بالنسبة لأبعاد مبادرة النمو الشخصي والمتمثلة بـ (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد، الدرجة الكلية)؛ ومن ثمَّ نَقبل الفرضية الثانية، والتي تنص على: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس مبادرة النمو الشخصي وأبعاده (الاستعداد للتغيير، التخطيط، السلوك المتعمد، استخدام الموارد) تبعاً لمتغير الجنس.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة روبتشيك (Robitschek 1998)؛ و (Robitschek et al. 2012) إلى أن الذكور والإناث لا يختلفون بشكل كبير في مستويات مهارات مبادرة النمو الشخصي. ويمكن تفسير هذه النتيجة تبعاً للسياق الاجتماعي والنمائي والإنساني: فالمرهقون في عينة البحث الحالي يعيشون في ظروف اجتماعية متساوية إلى حدٍّ ما، وأن الذكور والإناث إنما يطورون أنفسهم لأنهم أفراد يعيشون في مجتمع يفرض عليهم متطلبات قد تكون مختلفة ولكن حصيلتها واحدة. ومبادرة النمو الشخصي ما هي إلا جهود فردية للتغيير يقوم بها الأفراد بغض النظر عن كونهم ذكوراً أو إناثاً، وذلك للنهوض بمتطلبات المجتمع المفروضة عليهم. وفي السياق النمائي: فإن كلاً من الذكور والإناث ينتمون إلى المرحلة العمرية نفسها (المراهقة المتأخرة). والمراهقة هي الفترة الزمنية التي يواجه فيها الشباب لأول مرة أسئلة وجودية (Fitzgerald, 2005)، وهي الفترة التي يحاول فيها المرهقون حلَّ أزمة الهوية، وهذه الأسئلة الوجودية قد تقودهم للإنجاز (إنجاز الهوية)، وتقودهم للنمو الشخصي الذي يمتاز به (منجزو الهوية)، كطريقة لحل أزمة الهوية، وفي هذا الصدد يقول إريكسون: "قد نتحدث في الواقع عن أزمة الهوية باعتبارها الجانب النفسي الاجتماعي للنمو في مرحلة المراهقة، حيث لا يمكن اجتياز هذه المرحلة دون أن تجد الهوية شكلاً سيحدد الحياة اللاحقة بشكل حاسم" (Erikson, 1968:91)، وهذا ينطبق على كلِّ من الذكور والإناث. وفي السياق الإنساني يمثل مفهوم تحقيق الذات وفقاً لتصورات أبراهام ماسلو

توجهاً دافعياً داخلياً ذاتياً يدفع الشخص للارتقاء بذاته إلى أقصى حد ممكن تسمح به قدراته وإمكانياته في ضوء التدرج الارتقائي عبر سلم الإنجاز وتحقيق الحاجات الإنسانية الأكثر رقياً في هرم الحاجات الإنسانية (Olson,2013)، وهذا الدافع هو دافع إنساني مشترك، ولا يقتصر على جنس دون آخر.

**10-1-3-الفرضية الثالثة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس المعنى في الحياة وأبعاده (وجود المعنى، البحث عن المعنى) تبعاً لمتغير الجنس.

وللتحقق من صحة الفرضية حُسيب اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لقياس دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس معنى الحياة وأبعاده (وجود المعنى، البحث عن المعنى) وفقاً لمتغير الجنس (ذكر- أنثى)، والجدول (12) يبين ذلك:

الجدول (12): الفروق في مقياس معنى الحياة وأبعاده (وجود المعنى، البحث عن المعنى) تبعاً لمتغير الجنس (د.ح: 173)

المتغير	الجنس	العدد	م	ع	ت	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
وجود المعنى	ذكر	39	20.12	8.16	0.36	0.71	غير دال
	أنثى	136	20.69	8.62			
البحث عن المعنى	ذكر	39	15.66	6.49	1.01	0.31	غير دال
	أنثى	136	14.48	6.37			
الدرجة الكلية	ذكر	39	35.79	10.43	0.31	0.75	غير دال
	أنثى	136	35.18	10.66			

نلاحظ من الجدول (12) عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في درجاتهم على مقياس معنى الحياة وأبعاده (وجود المعنى، البحث عن المعنى)، حيث بلغت قيمة (ت) على الترتيب (0.36، 1.01، 0.31) عند مستوى الدلالة (0.71، 0.31، 0.75)، وعلى الترتيب بالنسبة لأبعاد معنى الحياة وأبعاده (وجود المعنى، البحث عن المعنى، الدرجة الكلية)؛ ومن ثمّ تقبل الفرضية الثالثة والتي تنص على:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس معنى الحياة وأبعاده (وجود المعنى، البحث عن المعنى) تبعاً لمتغير الجنس.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (خضير 2016) ودراسة (البشر والحميدي، 2019) في عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في المعنى من الحياة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في السياق الاجتماعي والثقافي والتعليمي الذي يُعطي للجنسين الفرص نفسها للعمل والتعليم والتطلعات للمستقبل. وقد ذكر ستيجر أن البحث عن المعنى في الحياة إنما يتعلق بجهود نشطة للأفراد تُبذل عندما يحاولون فهم المعنى من حياتهم، (Steger et al. 2006) وهذا يتضمن الذكور والإناث معاً في جهودهم النشطة للوصول للمعنى في حياتهم، فالمعنى في الحياة هو مفهوم فردي وشخصي، ويرتبط بالظروف المحيطة والسابقة بالأفراد، ومن ثم فإن تجربة المعنى في الحياة (سواءً وُجد المعنى أو في حال البحث عن المعنى) لا تختلف كثيراً بين الذكور والإناث، واختلاف المعنى بين فرد وآخر يعود لاختلاف الثقافة وظروف الحياة، وليس لاختلاف الجنس، وما قد يختلف هو المصادر التي تعطي معنى للحياة لكل فرد وفي كل مرحلة عمرية.

وانطلاقاً من تأكيد فرانكل أن المعنى في الحياة هو معنى فريد وشخصي، فهو لا يعتمد على جنس الفرد بقدر ما يعتمد على: خصائصه، وسماته، وقدراته، وطبيعته المواقف، وردود الأفعال التي يستجيب بها الفرد لمواقف الحياة المختلفة. وقد أكد فرانكل أن "الناس قادرين على إيجاد معنى في حياتهم بغض النظر عن الجنس، أو العمر، أو الذكاء، أو الخلفية التعليمية (Frankl, 2000: 141).

#### 10-2- أسئلة البحث:

10-2-1- السؤال الأول: ما نسبة انتشار مبادرة النمو الشخصي بأبعادها (الاستعداد للتغيير والتخطيط والسلوك المتعمد واستخدام الموارد) لدى أفراد عينة البحث؟



للإجابة عن هذا السؤال حُسِبَ المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، والنسبة المئوية لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس مبادرة النمو الشخصي، والجدول (13) يوضح ذلك:

الجدول (13): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس مبادرة

النمو الشخصي

أبعاد مقياس مبادرة النمو الشخصي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الاستعداد للتغيير	10,36	4,93
التخطيط	12,43	6,63
السلوك المتعمد	10,34	5,10
استخدام الموارد	7,76	4,14
الدرجة الكلية لمقياس مبادرة النمو الشخصي	40,90	19,75

كما حُسِبَت النسبة المئوية لإجابات أفراد عينة البحث عن مقياس مبادرة النمو الشخصي. والجدول (14) يوضح النسبة المئوية لمبادرة النمو الشخصي وأبعادها المتمثلة بـ(الاستعداد للتغيير- التخطيط- السلوك المتعمد- استخدام الموارد- الدرجة الكلية).

الجدول (14): النسبة المئوية لإجابات أفراد عينة البحث عن مقياس مبادرة النمو الشخصي

وأبعاده المتمثلة بـ (الاستعداد للتغيير - التخطيط - السلوك المتعمد - استخدام الموارد - الدرجة الكلية)

الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس مبادرة النمو الشخصي	أدنى من المتوسط		أعلى من المتوسط	
	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية
الاستعداد للتغيير	97	60,9	78	39,1
التخطيط	90	51,5	85	48,5
السلوك المتعمد	80	41,2	95	58,8
استخدام الموارد	85	48,5	90	51,5
الدرجة الكلية	85	48,5	90	51,5

يلاحظ من الجدول السابق أن الاستعداد للتغيير والتخطيط جاءت أدنى من المتوسط، حيث بلغ التكرار (97-90) بنسبة مئوية (60,9-)، بينما (السلوك المتعمد،

استخدام الموارد، الدرجة الكلية) جاءت أعلى من المتوسط، حيث بلغ التكرار (90-90-95) بنسبة مئوية (58,8 - 51,5 - 51,5)، ومن ثمّ يكون ترتيب الأبعاد لمقياس مبادرة النمو الشخصي كما يأتي: استخدام الموارد، السلوك المتعمد، التخطيط، الاستعداد للتغيير. ويمتلك أفراد عينة البحث مستوى متوسطاً من مبادرة النمو الشخصي.

وقد يكون السبب وراء المستوى المتوسط لمبادرة النمو الشخصي هو وجود فروق في مستوى أبعاد مبادرة النمو الشخصي، حيث كان (الاستعداد للتغيير، والتخطيط) واللذين يمثلان الجانب الواعي والمعرفي من مبادرة النمو الشخصي أدنى من المتوسط، أما (السلوك المتعمد واستخدام الموارد) اللذين يمثلان الجانب القسدي والسلوكي من مبادرة النمو الشخصي فقد كان أعلى من المتوسط. وقد اقترحت روبتسشيك أنه عادة ما تنتج عمليات التغيير غير الواعي من الضغوط البيئية، والتي تمكّن أيضاً من النمو الشخصي، وفي عملية التغيير غير الواعي، قد لا يكون الأشخاص على دراية بالدوافع التي حفزت تغييراتهم الشخصية، أو كيف اختاروا تبني أشكالاً جديدة من التفاعل مع الآخرين (Robitschek et al,2012) وأفراد عينة البحث (طلبة الجامعة، السنة الأولى) هم في مرحلة المراهقة المتأخرة، وهذه المرحلة هي بداية الانتقال إلى مرحلة جديدة، تتطلب جهوداً نشطة لتحقيق مكانة على المستوى العلمي والاجتماعي والنفسي (وهذا يمثل الضغوط التي تحدث عنها روبتسشيك)، ومبادرة النمو الشخصي لدى أفراد عينة البحث في حدودها المتوسطة، لأنهم مازالوا في السنة الأولى وينقصهم الكثير من الخبرات والمهارات المعرفية والسلوكية التي تمكنهم من الاستفادة القصوى من إمكاناتهم في النمو الشخصي.

#### 10-2-2- السؤال الثاني:

ما نسبة انتشار المعنى في الحياة (وجود المعنى والبحث عن المعنى) لدى أفراد عينة البحث؟

بالنسبة لوجود المعنى، حُسِبَ المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الرتبي لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس معنى الحياة بعد (وجود المعنى)، والجدول (15) يوضح ذلك:

الجدول (15): المتوسط الحسابي والرتبي والانحراف المعياري لإجابات أفراد عينة الدراسة عن

مقياس معنى الحياة بعد (وجود المعنى)

التقدير	المتوسط الرتبي*	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مقياس معنى الحياة (وجود المعنى)
متوسط	4.11	8.50	20.57	

يتبين من الجدول (15) أنَّ مجموع إجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس معنى الحياة (وجود المعنى) تشير إلى وجود مستوى متوسط، إذ بلغ المتوسط الرتبي لاستجابة أفراد عينة الدراسة (4.11)، وقامت الباحثة بحساب النسبة المئوية لإجابات أفراد عينة البحث عن مقياس المعنى في الحياة بعد (وجود المعنى) والجدول (16) يوضح ذلك:

الجدول (16): النسبة المئوية لإجابات أفراد عينة البحث عن مقياس معنى الحياة بعد

(وجود المعنى)

أعلى من المتوسط		أدنى من المتوسط		الأبعاد
النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	
41,6	73	59,4	102	(وجود المعنى)

يلاحظ من الجدول (16) أن عدد أفراد عينة البحث الذين لديهم نسبة مئوية أعلى من المتوسط في بُعد وجود المعنى بلغ (73) طالباً وطالبة بنسبة مئوية (41,6)، ونسبة مئوية أدنى من المتوسط في بُعد وجود المعنى بلغ (102) طالباً وطالبة بنسبة مئوية (59,4).

ويمكن تفسير هذه النتيجة بفضل ما أشار إليه كاري بأن المراهق عندما يكافح من أجل أن يصبح مقبولاً في المجتمع، وفي الوقت نفسه يخشى أن يرفضه المجتمع، فإنه يعيش صراعاً وجودياً، ويمكن للمراهق العثور على المعنى في الصراع الوجودي الذي

يعاني منه (Cary, 1979)، وهذا يتوافق مع ما ذكره فرانكل بأنه من المعقول أن يكون هناك احتمال للمعنى لجميع الأعمار، بما في ذلك المراهقين (Frankl, 2000: 141) وللإجابة عن نسبة انتشار (البحث عن المعنى في الحياة) لدى أفراد عينة البحث حُسِبَ المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الرتبي لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس معنى الحياة بعد (البحث عن المعنى)، والجدول (17) يوضح ذلك:

مقياس معنى الحياة بعد (البحث عن المعنى)

التقدير	المتوسط الرتبي*	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مقياس معنى الحياة (البحث عن المعنى)
متوسط	2.95	6.39	14.78	

يتبين من الجدول (17) أن مجموع إجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس معنى الحياة (البحث عن المعنى) تشير إلى وجود مستوى متوسط، إذ بلغ المتوسط الرتبي لاستجابة أفراد عينة الدراسة (2.95)، وقامت الباحثة بحساب النسبة المئوية لإجابات أفراد عينة البحث عن مقياس المعنى في الحياة بعد (البحث عن المعنى)، والجدول (18) يوضح ذلك:

الجدول (18): النسبة المئوية لإجابات أفراد عينة البحث عن مقياس معنى الحياة بعد

(البحث عن المعنى)

أعلى من المتوسط		أدنى من المتوسط		الأبعاد
النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	
54,9	96	45,1	79	(البحث عن المعنى)

يلاحظ من الجدول (18) أن عدد أفراد عينة البحث الذين لديهم نسبة مئوية أعلى من المتوسط في بعد (البحث عن المعنى) بلغ (96) طالباً وطالبة بنسبة مئوية (54,9)، ونسبة مئوية أدنى من المتوسط في بعد (البحث عن المعنى) بلغ (79) طالباً وطالبة بنسبة مئوية (45,1).

ويمكن تفسير هذه النتيجة اعتماداً على ما ذكره اريكسون عن مصطلح "أزمة الهوية المتمثلة بأسئلة مثل ماذا أريد؟ والذي يُعرف بسؤال الغرض والغاية من الحياة، وغالباً ما ينشط مثل هذه السؤال في مرحلة المراهقة، وتصل إلى ذروتها مع نهاية هذا المرحلة والدخول في مرحلة الرشد، وعندما يخفق المراهق في الإجابة عنها، فضلاً عن تعايشه في سياق وظرف حياتي لا يعين ولا يمكن من هذه الإجابة، تتخلق مؤشرات الأزمة الوجودية و البحث عن المعنى. (Waterman, 2014) ويرى بعض الباحثين أن المراهق غير قادر على تطوير نظرة ثابتة ذات مغزى في المخاوف الوجودية قبل مرحلة الرشد. فالمراهق لا يمتلك القدرات المعرفية المتقدمة اللازمة لفهم المفاهيم الوجودية، وأن قدراته المعرفية ليست متطورة بما فيه الكفاية. ويبدو أن المراهق يفتقر إلى اتساع وعمق الخبرة البشرية اللازمة للتقييم الذاتي، ومن ثمَّ فإن القضايا الوجودية مفاهيم تخص الراشدين أكثر من المراهقين (Fitzgerald, 2005). فالمعنى الشخصي قد يُعاق أو ينمو من عوامل متداخلة (مثل العوامل الاجتماعية، والثقافية، والفكرية) ويتأرجح المراهقون باستمرار في استكشافهم للمعنى.

#### أحد عشر: مقترحات البحث:

في ضوء نتائج البحث، تقترح الباحثة ما يأتي:

11-1- تعزيز مهارات مبادرة النمو الشخصي للمراهقين بالاعتماد على برامج التدخل الإيجابي لما لها من مهمة وقائية تساعد المراهقين على النمو والارتقاء والمضي بسلاسة لمراحل الرشد، وتأسيس ثقافة الارتقاء بالذات بالاعتماد على الشغف والدافعية الذاتية والالتزام القيمي.

11-2- الاهتمام على مستوى الإعلام بتوجيه الوالدين وتوعيتهم باستعمال رسائل مباشرة أو غير مباشرة بأن المشاركة الإيجابية منهم تقدم بيئة آمنة للمراهقين، وتقود إلى زيادة التوجه نحو النمو الشخصي، ومن ثمَّ قد يقلل من الضغط النفسي لهذه المرحلة.

11-3- تعزيز وجود المعنى في الحياة للمراهقين ، أو البحث عن معنى بفضل القائمين على رعاية المراهق سواء في المنزل أو المدرسة أو الجامعة، لما له من نتائج على الرضا عن الحياة وعلى ارتقاء الذات وعلى الهناء الشخصي.

11-4- دراسة مبادرة النمو الشخصي في مراحل عمرية مختلفة، ودراستها مع متغيرات أخرى: كالرضا عن الحياة، والتفاؤل، والرفاهية النفسية، والهوية النفسية، والأداء الأكاديمي.

### المراجع:

#### أولاً: المراجع العربية:

1. -الأبيض، محمد(2010) مقياس معنى الحياة لدى الشباب، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، المجلد (3)، العدد (34)، ص:798-820.
2. البشر، سعاد عبدالله والحميدي حسن عبدالله (2019) معنى الحياة وعلاقته بكل من الرضا عن الحياة وبعض أبعاد التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت. مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد 16، العدد 2(B).
3. خضير، عبد المحسن (2016) المعنى في الحياة عند طلبة كلية التربية للعلوم الإنسانية. مجلة أبحاث البصرة، العراق، 41، (2) 382-410.
4. صادق، آمال وأبو حطب، فؤاد (2008) نمو الإنسان من مرحلة الجنين إلى مرحلة المسنين، الطبعة الخامسة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
5. العادلي، علي ستار عبد الرضا (2019) الكفاءة ومبادرة النمو الشخصي وعلاقتها بأساليب الهوية لدى طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.

6. العكيلي، جبار وادي باهض والمالكي، محمود شاكر عبدالرزاق (2019) التمكن البيئي وعلاقته بالتعلق الوالدي ومبادرة النمو الشخصي لدى طلبة الجامعة. مجلة حوليات آداب عين شمس، المجلد (47)، العدد (2) (ب)، الصفحة 108-136
7. عليان، رحي وغنيم، عثمان محمد (2000) مناهج وأساليب البحث العلمي: النظرية والتطبيق، دار صفاء للنشر والتوزيع عمان، الاردن.

#### ثانيا: المراجع الأجنبية:

1. Ayub,N. , Iqbal,SH. (2012) The relationship of personal growth initiative psychological wellbeing , and psychological distress among adolescents. Journal of Teaching and Education, 1(6):101-107
2. Baumeister, R. (1991). Meanings of life. New York: The Guilford Press.
3. Borowa, D., Kossakowska, M.M., Harmon, K.A. et al.(2020) Personal growth initiative's relation to life meaning and satisfaction in a polish sample. Curr Psychol 39, 1648-1660 .<https://doi.org/10.1007/s12144-018-9>
4. Cary, G. (1979). Acting out in adolescence. American Journal of Psychotherapy, 33(3), 378-390.
5. Chessick, R. (1996). Heidegger's "authenticity" in the psychotherapy of adolescents. American Journal of Psychotherapy, 50(2), 208-216.
6. DeVogler, K., & Ebersole, P. (1983). Young adolescents' meaning in life. Psychological Reports, 52(2), 427-431.
7. Eagleton, T. (2007). The Meaning of Life. Oxford University Press: Britain
8. Erikson, E. (1968) Identity: Youth and crisis. New York: W. W. Norton & Company

9. Fitzgerald, B. (2005). An existential view of adolescent development. *Adolescence*, 40(160), 793-799.
10. Frankl, V. (2000). *Man's search for ultimate meaning*. New York: Basic Books.
11. Freitas, C., Pinto P.D., Bruno F., Kamei, H. H., Tobo, P. R., Koller, Sílvia H. & Robitschek, Ch. (2018) Personal Growth Initiative Scale - II: Adaptation and Psychometric Properties of the Brazilian Version. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 28, e2806. Epub July 02, <https://doi.org/10.1590/1982-4327e2806>
12. Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *The American Psychologist*, 56(3), 218-226. doi:10.1037/0003-066X.56.3.218
13. García-Alandete, J. (2015) Does Meaning in Life Predict Psychological Well-Being .An Analysis Using the Spanish Versions of the Purpose-In-Life Test and the Ryff's Scales. *The European Journal of Counselling Psychology*, Vol. 3(2), 89–98, doi:10.5964/ejcop.v3i2.27
14. Jain, C., Apple, D. & Wade Ellis, Jr. (2015). What is Self-Growth?, *International Journal of Process Education*, 7(1): 41-52
15. Kim, M. (2001) Exploring sources of life meaning among Koreans, published Dissertation M.A. Thesis, Trinity Western University, Canada.
16. Klockner, K. D., & Hicks, R. (2008). My next client: Understanding the big five and positive personality dispositions of those seeking psychosocial support interventions. *International Coaching Psychology Review*, 3(2), 148–163.
17. Kossakowska ,M.M.(2018) Personal Growth Initiative and Search for Meaning in Life: Moderate Illness Perception and Chronic Illness Coping .*International positive psychology organization*. (1 ), 1.
18. Olson, A. (2013). *The Theory of Self-Actualization: Mental illness, creativity, and art*  
[https://www.psychologytoday.com/us/blog/theory-and-  
psychopathology/201308/the-theory-self-actualization](https://www.psychologytoday.com/us/blog/theory-and-psychopathology/201308/the-theory-self-actualization)



19. Park, N., Park, M., & Peterson, C. (2010). When is the search for meaning related to life satisfaction? *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 2(1), 1–13. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01024.x>
20. Robitschek, C. (1998). Personal growth initiative: The construct and its measure. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 30, 183–198.
21. Robitschek, C., & Kashubeck, S. (1999). A structural model of parental alcoholism, family functioning, and psychological health: The mediating effects of hardiness and personal growth orientation. *Journal of Counseling Psychology*, 46, 159–172. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.46.2.159>
22. Robitschek, C., & Hershberger, A. R. (2005). Predicting expectations about counseling : Psychological factors and gender implications. *Journal of Counseling & Development*, 83(4), 457–469. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2005.tb00367>.
23. Robitschek, C., & Keyes, C. L. M. (2009). Keyes's model of mental health with personal growth initiative as a parsimonious predictor. *Journal of Counseling Psychology*, 56(2), 321-329.
24. Robitschek, C., Ashton, M. W., Spering, C. C., Geiger, N., Byers, D., Schotts, G. C., & Thoen, M. A. (2012). Development and psychometric evaluation of the Personal Growth Initiative Scale-II. *Journal of Counseling Psychology*, 59(2), 274-287. doi: 10.1037/a0027310
25. Roy F. B., Kathleen D. Vohs, J. L. Aaker & Emily N. G.(2013) Some key differences between a happy life and a meaningful life, *The Journal of Positive Psychology*, 8:6, 505-516.
26. Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well- being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
27. Ryff, C.D & Singer, B. (1998). The contours of positive human health, *Psychological Inquiry*, 9 (1): 1-28

28. Steger M.F.(2009) Meaning in life,In: Lopez SJ, Snyder CR, editors. Oxford handbook of positive psychology: Oxford University Press; pp. 679–687
29. Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006) The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 80-93.
30. Steger M.F., Kashdan TB, Sullivan BA, Lorentz D.(2008) Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality*;76(2):199–228
31. Tang,I. (2007). *Real Answers to The Meaning of Life and Finding Happiness*. iUniverse. ISBN 978-0595459414
32. Waterman,A.S.(2014) Identity and Meaning: Contrasts of Existentialist and Essentialist PerspectivesInternational. *Journal of Existential Psychology & Psychotherapy*, Volume 5, Issue 1
33. Weigold, I. K., & Robitschek, C. (2011) Agentic personality characteristics and coping: Their relation to trait anxiety in college students. *American Journal of Orthopsychiatry*, 81(2), 255-264.
34. Yakunina, E. S., Weigold, I. K., & Weigold, A. (2013). Personal growth initiative: Relations with acculturative stress and international student adjustment. *International Perspectives in Psychology: Research, Practice, Consultation*, 2(1), 62-71. doi: 10.1037/a0030888