Doi: 10.34120/0080-051-004-003
قدم في: مايو 2021
أجيز في: أكتوبـر 2021

Contribution of Perfectionism Dimensions towards Predicting Psychological Well-being Considering Both Gender and Standard of Academic Achievement

Yousuf Rashid Almurtaji
Ahmad Saeedan Alazmi

Abstract

Objective: The study aimed to identify the dimensions of perfectionism and its contribution towards predicting psychological well-being, and the differences between them according to gender and standard of academic achievement. **Methods:** The study followed the descriptive approach, and the sample consisted of (422) students from the College of Basic Education of both genders in the State of Kuwait; the multidimensional perfectionism scale prepared by Hewitt & Flett (1991) and translated by Daradkeh (2019), and the Psychological Well-Being Scale prepared by Diener (2010) and translated by Saleh (2017), were both applied. **Results:** The results revealed an increase in internally oriented perfectionism compared to both other-oriented perfectionism and socially oriented perfectionism. It was found that internally oriented perfectionism and socially oriented perfectionism were statistically significant in predicting psychological well-being. Further, there were differences between males and females in internally oriented perfectionism and other-oriented perfectionism in favor of males; also, there were no differences between them in both psychological well-being, and socially oriented perfectionism. There were also significant differences in psychological well-being and internally oriented perfectionism in favor of those with high standards of academic achievement, and the differences of socially oriented perfectionism were in favor of those with a low standard of academic achievement, while there were no differences according to the standard of academic achievement in other-oriented perfectionism. **Conclusion:** The results of the study showed differences in the dimensions of perfectionism in predicting the psychological well-being of the students.

Keywords: Dimensions of Perfectionism, Psychological Well-being.

إسهام أبعاد الكمالية في التنبؤ بالرفاهية النّفسيّة في ضوء كلّ من الجنس والمستوى التحصيلي

يوسف راشد المرتجي (*)

أحمد سعيدان العازمي(**)

ملخص

هدف الدراسة: هدفت هذه الدراسة إلى تعرّف أبعاد الكماليّة، وإسهامها في التنبّؤ بالرفاهية النّفسيّة، والفروق بينهما تبعاً للجنس والمستوى التحصيلي. **المنهجيّة:** اتّبعت الدراسة المنهج الوصفي، وضمت العينة (422) طالباً وطالبةً من طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت، طبق عليهم مقياس الكماليّة المتعدد الأبعاد، الذي أعدّه (1991) Hewitt & Flett، وترجمه درادكه (2019)، ومقياس الرفاهية النفسيّة الذي أعدّه دينر (2010) Diener، وترجمه صالح (2017). **النتائج:** أشارت النتائج إلى ارتفاع الكماليّة الموجّهة داخليّاً؛ مقارنةً بكلّ من الكماليّة الموجّهة للآخرين، والكماليّة الموجّهة اجتماعيّاً، وتبيّن أنّ الكماليّة الموجّهة داخليّاً والكماليّة الموجّهة اجتماعيّاً كانتا ذواتي دلالة إحصائيّة في التنبّؤ بالرفاهية النفسيّة، وكانت هناك فروق بين الذكور والإناث في الكماليّة الموجّهة داخليّاً، والكماليّة الموجّهة للآخرين في اتجاه الذكور، وعدم وجود فروق بينهما في كلّ من الرفاهية النفسيّة، والكماليّة الموجّهة اجتماعيّاً. كما كانت هناك فروق ذات دلالة في الرفاهية النفسيّة والكماليّة الموجّهة داخليّاً لذوي المستوى التحصيلي المرتفع، وفروق في الكماليّة الموجّهة اجتماعيّاً لذوي المستوى التحصيلي المنخفض، وعدم وجود فروق تبعاً للمستوى التحصيلي في الكماليّة الموجّهة للآخرين.

(*) أستاذ مشارك، قسم علم النفس، كلية التربية الأساسية، الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب، دولة الكويت .

الاهتمامات البحثية: الفروق الفردية، المشكلات السلوكية، التعلم والتعليم.

Email: yr.almurtaji@paaet.edu.kw

(**) أستاذ مشارك، قسم علم النفس، كلية التربية الأساسية، الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب، دولة الكويت.

الاهتمامات البحثية: الدراسات النفسية، موضوعات الصحة النفسية والإرشاد النفسي، الإرشاد المدرسي التربوي.

Email: dr.ahmadalazmi@gmail.com

الخلاصة: أظهرت نتائج الدراسة تباين أبعاد الكماليّة على التنبّؤ بالرفاهية النّفسيّة لدى الطلّاب.

المصطلحات الأساسية: أبعاد الكماليّة. الرفاهية النّفسيّة.

مقدمة

تعدّ الكماليّة دافعاً قويّاً لتحقيق الأهداف في أفضل صورة ممكنة، والتميّز في الإتقان، مع الشعور بالرضا بالنتيجة التي يتوصّل إليها، وهو ما يشار إليه بالكماليّة السّويّة التوافقيّة، بينما الكماليّة العصابيّة تظهر في الشخص الذي يجهل قدراته بشكل واقعيّ؛ فيضع لنفسه أهدافاً مبالغاً فيها وغير واقعيّة، ويبذل كلّ ما في وسعه للوصول إليها، ولا يقبل الخطأ من نفسه أو غيره مهما كان بسيطاً، وهو مع ذلك يسعى إلى الحصول على تقبّل الآخرين له؛ ممّا يجعل الكماليّة العصابيّة ضمن أعراض اضطرابات الشخصيّة. (باظة، 1996).

ويرى ناصيف (2013): أنّ الكماليّة تطلّع إلى تحقيق مستويات عالية من الأداء، ومغالاة في تقييم الذّات بصورة ناقدة.

وترى شادية عبد الخالق (2005): أنّها بناء إدراكيّ وسلوكيّ ذو دوافع وحاجات وصور خاصة تجعل الفرد يميل إلى الشك في قدرته على الأداء الجيد، وانخفاض تقديره لذاته، وعدم الرضا عن أي مستوًى من الأداء بالرغم من جودته، والإفراط في نقد الذات، والحساسية الشديدة لنقد الآخرين له، ووضع مستويات عالية من الإنجاز يحاول تحقيقها.

وقد تكون الكماليّة مكتسبةً اجتماعيّاً من خلال إدراك الفرد للمواقف الاجتماعيّة، ومن شبكة معتقداته التي تجعله يرى أن الآخرين يتوقّعون منه أداءً مثاليّاً، ومن إدراكه أنّ المحيطين به يفرضون عليه مستويات ومعايير أداء تفوق قدراته. (العبيدي، 2015).

ويرى ويبستر (1991) Webster: أنّ الكماليين لديهم نزعة إلى رؤية أي شيء أقلّ من الكمال باعتباره غير مرغوب فيه.

ويفترض هاوكنس ووات وسنكلير (Hawkins, Watt,. & Sinclair, (2001، أنّ الكماليّة الموجّهة نحو الذات توصف بأنها بعد سويّ تكيّفيّ، أما الكماليّة الموجّهة نحو الآخرين والكماليّة المحدّدة اجتماعيّاً؛ فيوصفان بأنّهما بعدان لا سويّان ولا تكيّفيّان.

ويرتبط المستوى الملائم من الكماليّة بالنمو، والإيجابية في شخصية الفرد،

والرضا عن حياته وسعادته فيها، وهي المفاهيم التي يعبّر عنها ضمن نطاق علم النفس الإيجابي «بالرفاهية النفسيّة»، التي تؤكد الجوانب الإيجابيّة للشخصيّة، وتنميتها أكثر من مجرّد النظر إلى أن الصحّة هي غياب المرض، مثل: نوعيّة الحياة، والتفاؤل، ونقاط القوة. (Lynch, 2006).

ويرى أوسكل وجرينلس (2005) Uskul & Greenglass أن الرفاهية النَّفسية ترجع إلى حالة الفرد المزاجيّة، وطريقة تفكيره، وإلى شعوره بالرضا عن الحياة.

مشكلة الدراسة

ينظر إلى الكماليّة في ضوء علم النفس من اتجاهات، بعضها متباين؛ فقد ينظر إليها باعتبارها مكوناً عصابيّاً مهيئاً للاضطرابات النَّفسية؛ مثل: القلق والاكتئاب، ويعدّها البعض الآخر سمةً نفسيّةً لها بعدها الإيجابيّ السّويّ، الذي يسهم في الرفاهية الذاتيّة والإنجاز، وبعدها غير السوي الذي يعوق الشعور بالرفاهية والإنجاز (Tan & chun, 2014).

وهو ما دفع بعض الباحثين لتقديم الكماليّة باعتبارها مكوناً متعدد الأبعاد ومتعدد المستويات؛ فافترض (2001) Hawkins, Watt,. & Sinclair أنّ الكماليّة الموجّهة نحو الذات بعد سويّ تكيّفيّ، أما الكماليّة الموجّهة نحو الآخرين والمحدّدة اجتماعيّاً؛ فهما بعدان لا سويّان ولا تكيّفيّان.

بينما افترض آخرون وجود ثلاثة مستويات من الكماليّة تعكس الكماليّة السويّة في المنتصف بين طرفين: «الكماليّة العصابيّة، واللّاكماليّة». (المرسي، 2007).

وبيّن فايد (2005) أن محاولات التمييز بين الكماليّة العصابيّة والكماليّة السّويّة يرتبط بعلاقتهما بالمتغيرات الإيجابية؛ مثل: الرضا، والإنجاز، والمشاعر الإيجابيّة؛ ومن ثم تأتي هذه الدراسة لتعرّف طبيعة العلاقة بين الكماليّة باعتبارها متغيراً متعدد الأبعاد يشمل البعد الذاتيّ وبعد الآخرين، وبعد التوجيه الاجتماعي بالرفاهية النفسيّة لدى طلّاب الجامعة، ومعرفة متى تتباين العلاقة بين الهناء الذاتي، وهذه الأبعاد؛ لفهم دور هذه الأبعاد كمكونات سويّة أو لا سويّة للكماليّة.

ويمكن التعبير عن ذلك بالتساؤلات الآتية:

1 - ما درجة التباين الموجود في قيم متوسطات أبعاد الكماليّة لدى طلبة التربية الأساسية بدولة الكويت؟

2 – ما دلالة إسهام أبعاد الكماليّة: البعد الموجّه ذاتيّاً وبعد الآخرين، والبعد الموجّه اجتماعيّاً في التنبّؤ بالرفاهية النفسيّة لدى طلبة التربية الأساسية بدولة الكويت؟

3 – ما الفروق ذات الدّلالة الإحصائيّة لأبعاد الكماليّة والرفاهية النفسيّة التي تعزى لنوع الجنس لدى طلبة التربية الأساسية بدولة الكويت؟

4 – ما الفروق ذات الدّلالة الإحصائية لأبعاد الكماليّة والرفاهية النفسيّة التي تعزى لمستوى التحصيل الدراسي لدى طلبة التربية الأساسية بدولة الكويت؟

أهداف الدراسة

هدفت الدراسة إلى:

– تعرّف أبعاد الكماليّة، ومدى تباين قيم متوسطاتها لدى طلبة التربية الأساسية بدولة الكويت.

– التحقّق من مدى إسهام أبعاد الكماليّة في التنبّؤ بالرفاهية النفسيّة لدى طلبة التربية الأساسية بدولة الكويت.

– معرفة الفروق في كلّ من أبعاد الكماليّة والرفاهية النفسيّة تبعاً للجنس والمستوى التحصيلي لدى طلبة التربية الأساسية بدولة الكويت.

أهميّة الدراسة

– **الأهميّة النظريّة:** متغير الكماليّة من المتغيرات المهمّة في علم النفس، وقد ربطه الباحثون بالإنجاز، والرضا عن الحياة، وبالاضطرابات النفسيّة، وقدمت له الكثير من النماذج المفسرة لكلّ من مكونه السّوي ومكونه العصابي، ومن بين تلك النماذج النموذج المتعدد الأبعاد؛ الذي يرى أن الكماليّة الموجّهة داخليّاً قد تكون ذات طبيعة سويّة على عكس تلك الموجّهة من الخارج، أو الموجّهة للآخرين، وتأتي أهميّة هذه الدراسة في بحث علاقة تلك الأبعاد بأحد أهم المتغيرات النفسيّة، التي ترتبط بكلّ من الرضا عن الحياة والشعور بالسعادة والإنجاز، وهو متغير الرفاهية النفسيّة.

– **الأهميّة التطبيقيّة:** نتائج هذه الدراسة يمكن أن تدعم الدراسات في كلّ من مجالي الكماليّة وعلم النفس الإيجابي؛ خاصةً في البيئة الخليجيّة، إلى جانب إسهامها التطبيقي في بناء البرامج الإرشادية لتنمية الرفاهية النفسيّة لطلبة الجامعة.

مصطلحات الدراسة

الكماليّة Perfectionism

عرّف (Flett & Hewitt (1991, 98 الكماليّة بأنّها: نمط سلوكيّ ثابت يتكوّن من ثلاثة أبعاد، هي الكماليّة الموجهة ذاتيّاً، والموجهة للآخرين، والموجهة اجتماعيّاً، وتشير هذه الأبعاد إلى ما يوجه هذا النمط الكماليّ للسلوك، وما يعزى إليه السلوك الكماليّ.

وإجرائيّاً تعرّف في الدراسة الحاليّة بأنها: درجات المشاركين بالدراسة على أبعاد الكماليّة الموجّهة ذاتيّاً، والموجّهة للآخرين، والموجّهة اجتماعيّاً بالمقياس الذي أعدّه (Flett & Hewitt (1991.

الرفاهية النفسيّة psychological wellbeing

عرّف (Diener (2000, 34 (2013، 1) الرفاهية النفسيّة بأنّها: «تقييمات الأفراد الإيجابيّة للجوانب المعرفيّة والانفعاليّة في حياتهم».

وتعرّف إجرائيّاً بأنّها: درجة المشاركين على مقياس الرفاهية النفسيّة الذي أعدّه دينر (Diener (2010.

حدود الدراسة

الحدود الموضوعيّة: إسهام أبعاد الكماليّة في التنبّؤ بالرفاهية النفسيّة في ضوء كلّ من الجنس والمستوى التحصيلي.

الحدود المكانيّة: كلية التربية الأساسية بالهيئة العامّة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت.

الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي: 2020 / 2021.

مفاهيم الدراسة

أولاً: الكماليّة

تتعدّد وجهات النظر السيكولوجيّة عن الكماليّة؛ فبعض الباحثين يرى أنها مكون سلبيّ يرتبط بالكثير من المشاعر السلبيّة؛ مثل: الإحساس بالذنب، ونقص تقدير الذات، والفشل، في حين يرى الجانب الآخر الكماليّة بناءً نفسيّاً متعدد الأبعاد يشمل أبعاداً تكيّفيّةً وأبعاداً لا تكيّفيّة. (Tan & chun, 2014).

ووفقاً لوجهة نظر أدلر Adler؛ فالتطلّع إلى الكمال أمر فطريّ ودافعيّ، لا يمكن تخيّل الحياة دونه؛ إذ إنّ هذا التطلّع يبدأ من السلبيّة إلى الإيجابيّة منذ الطفولة المبكرة، وهو طاقة تساعد الأفراد على التقدم والازدهار، ودفع مجتمعهم إلى الرفاهية؛ من خلال العمل نحو التحسين، وقد تصبح الكماليّة عائقاً عندما يظهر الأشخاص الجمود في سلوكيّاتهم نتيجة التطلّع لمعايير مرتفعة غير واقعيّة. (محمد، 2014).

والكماليّة هي بنية إنسانية توصف بأنّها عملة ذات وجهين؛ فهي طاقة أو قوة مشجعة دافعة يجب أن توضع في مسار إيجابيّ بدلاً من اعتبارها مما يجب السيطرة عليه، وهي بوجهها السوي واللّاسوي موجودة لدى كل فرد بدرجة أو بأخرى، ويرتبط الوجه الإيجابي بمعايير تشمل تحقيق الذات، والرضا، والهناء، أما الوجه الآخر؛ فيرتبط بنقد الذات، وانخفاض الكفاءة في مستويات القدرة على اتخاذ القرار. (عبدالخالق، 2011).

وتتوزّع الاتجاهات والميول والسلوكيّات الكماليّة على خيط متّصل، يراوح بين السلوكيّات السّويّة في أحد طرفيه والسلوكيّات غير السّويّة في الطرف الآخر؛ فالكماليّون الأسوياء لديهم أهدافٌ ومعايير سلوك ومستويات ومعايير مقبولة وواقعيّة، ويكافحون من أجل التميّز، ويستمتعون بتوقعاتهم وتوقّعات الآخرين لهم، ولديهم معرفة بالسلوك والجهود المطلوبة منهم للوصول لمستوى الإنجاز المطلوب، وتتسم مشاعرهم بالسرور، والرضا، والمتعة تجاه الجهود التي يبذلونها. أمّا ذوو الكماليّة غير السّويّة اللّاتكيّفيّة؛ فمعاييرهم عالية، ومفرطة، وغير منطقيّة، وتتسم مشاعرهم بالقلق، وسلوكياتهم بالتأكيد الزائد على الأداء والتنظيم والتجنّب، وتوقّعات النقد السلبي من الآخرين، ولوم الذات، وانخفاض الشعور بالرضا والإشباع والمتعة. (Romano, 2009).

ووضع الفرد معايير مرتفعة لنفسه وللآخرين، أو اعتقاده بأنّ الآخرين يتوقّعون منه ذلك؛ يجعل الكماليّة العصابيّة من العوامل التي تقود إلى ظهور الاضطرابات السلوكيّة والانفعاليّة. (عطية، 2009).

وقد يصل الأمر بذوي الكماليّة العصابيّة إلى التوقّف عن الأداء والإنجاز؛ لاعتقادهم بعدم قدرتهم على تحقيق ما يرغبون فيه ويطمحون إليه. (مظلوم، 2013).

وتنظر باظة (1996، 306) إلى الكماليّة العصابيّة باعتبارها: «عدم رضا الفرد عن أعماله وجهوده المبذولة، وتصفها بأنّها غير جيدة بما يكفي، بالرغم من جودة هذا الجهد والأداء، ووضع مستويات غير واقعية يجاهد من أجل الوصول إليها».

ويـرى مظلـوم (2013، 15) أن الكماليّـة توجّـه نحـو الـذات والآخريـن يشـير إلـى «وضـع الفـرد مسـتويات مرتفعـةً غيـر واقعيّـة للـذات والآخريـن، والشـعور بالمطالبـة بالوصـول إليهـا».

وتتكون الكمالية لدى هيويت وفليت (1991) Hewitt& flett من ثلاثة أبعاد رئيسة، هي:

1 - **الكماليّـة الموجّهـة نحـو الـذات:** وهـي مـا يختـص بمـا يضعـه الفـرد نفسـه مـن قواعـد ومعاييـر ومسـتويات أداء عاليـة، وأحيانـاً غيـر منطقيّـة أو واقعيّـة لنفسـه.

2 - **الكماليّـة الموجّهـة نحـو الآخرين:** وتشـير إلـى وضـع الفـرد لمعاييـر وقواعـد ومسـتويات أداء مرتفعـة يتوقّعهـا مـن الآخريـن.

3 - **الكماليّـة المحـدّدة اجتماعيّاً:** وتشـير إلـى إدراك الفـرد أنّ الآخريـن المهميـن فـي مجتمعـه يتوقّعـون منـه ويضعـون لـه مسـتويات ومعاييـر أداء مرتفعـة.

وافتـرض البعـض وجـود ثلاثـة مسـتويات للكماليّـة، هـي: الكماليّة السّـويّة، والكماليّة العصابيّـة، وغيـر الكماليّـة؛ فمـن يحصـل علـى درجـات متوسـطة يميـل إلـى الكماليّـة السّـويّة، ومـن يحصـل على درجـات مرتفعـة يميل إلـى الكماليّـة العصابيّـة، ومـن يحصـل علـى درجـات منخفضـة يميـل إلـى اللّاكماليّـة (المرسـي، 2007).

ويـرى فايـد (2005) أنّ محـاولات التمييـز بيـن الكماليّـة العصابيّـة وغيـر الكماليّـة بيّنـت أن متغيـر الرضـا أو عـدم الرضـا هـو محـدد فـارق بيـن الكماليّـة السّـويّة والكماليّـة العصابيّـة؛ حيـث ترتبـط الكماليّـة العصابيّـة بعـدم الرضـا، وترتبـط الكماليّـة السّـويّة بالرضـا والمشـاعر الإيجابيّـة.

ومـن حيـث منشـأ الكماليّـة وأسـبابها، فيفتـرض أنّ العلاقـة بين الطفـل ووالديه تقف خلـف الميـول الكماليّـة، وتعمـل علـى تنميتهـا، ويرتبـط ذلـك بأنمـاط من الخبـرات الوالديّة المبكـرة هـي: الأسـاليب الوالديّـة المتعلقـة بكثـرة المطالـب والمصاحبـة للنقـد الشـديد، والتوقّعـات الوالديّـة المرتفعـة، والنقـد غيـر المباشـر، وغيـاب الاستحسـان الوالـدي، أو وجـود الاستحسـان المشـروط أو غيـر الثابـت، والآبـاء الكماليّـون الذيـن يعـدّون نموذجـاً للاتجاهـات والميـول الكماليّـة، كمـا ترتبـط الكماليّة بالأسـر التي لا تمنح الكماليّة، وتتّسـم بقمـع التعبيـر الشـخصي، ويرتبـط الاستحسـان بمسـتويات الأداء المرتفعـة فقـط، وهـو مـا ينمـي مشـاعر الذنـب لـدى الأبنـاء، ويـؤدي إلـى تبنيهـم لتلـك المعاييـر بصـورة دائمـة فـي حياتهـم. (Turner& Turner, 2011).

ثانياً: الرفاهية النفسيّة

تأتي الرفاهية النفسيّة في صدارة مفاهيم علم النفس الإيجابي، الذي أصبح نموّه وازدهاره ملحوظاً في الآونة الأخيرة؛ حيث يطرح هذا العلم الكثير من المفاهيم النفسيّة الإيجابيّة التي تعين الإنسان على مواجهة المعوقات.

وعلى الرغم من أن الغاية الأساسية لعلم النفس هي مساعدة الفرد أن يحيا الحياة الطيبة التي يشعر فيها بالسعادة؛ فقد تجاهل علماء النفس لسنوات طويلة المشاعر الإيجابيّة للشخصيّة، وظلت الانفعالات السلبيّة مثل: القلق، والاكتئاب، والضغوط النفسيّة، والتشاؤم – الأكثر تناولاً واهتماماً في بحوثهم. (أبو هاشم، 2010).

ومصطلح الرفاهية النفسيّة يختلف في ترجمته؛ فقد يترجم بالهناء الشخصي، أو يعدّ مرادفاً للسعادة، أو الصحة النفسيّة، أو طيب العيش، أو حسن الحال، أو التنعّم الذاتي، أو الحياة الطيبة، وهو مفهوم يرتبط بالارتفاع الإيجابي للرضا عن الحياة، وتشير الرفاهية النفسيّة إلى الشعور بالسعادة الشخصية، والرضا عن النفس، وعن الجوانب ذات الأهميّة في حياة الشخص، مع التأكيد على مفهوم الذاتيّة؛ باعتبار أن تقدير الشخص الذاتي لدى سعادته ورضاه هو الأساس في الحكم على نوعيّة حياته.

ويمكن الاستدلال على الرفاهية النفسيّة لدى الأفراد الذين يتمتّعون بارتفاع في مستويات الرضا عن الحياة، وبسعيهم المستمر لتحقيق أهدافهم الشخصيّة، ومحاولة الاحتفاظ بالعلاقات الاجتماعيّة الإيجابيّة، والشعور بالسعادة من ناحية المكانة الاجتماعيّة. (Christopher, 1999).

ومن وجهة نظر شقير (2009) يرتبط الهناء الشخصي بحياة الفرد في حالة جيدة، متمتعاً بصحّة بدنيّة وعقليّة وانفعاليّة على حالة من القبول والرضا، وأن يكون قويّ الإرادة، صامداً أمام الضغوط التي تواجهه، وأن يكون ذا كفاءة ذاتيّة واجتماعيّة عالية، راضياً عن حياته الأسريّة والمهنيّة والاجتماعيّة.

ووفقاً لدينر وآخرين (Deiner et al., (2010 تتضمّن الرفاهية النفسيّة كلّاً من الكفاءة، وتقدير الذات، والتفاؤل، والإسهام في رفاهية الآخرين، وهي مرتبطة ببعض السمات الشخصيّة للفرد؛ مثل: الضبط الداخلي، والانبساط، وغياب الصراع الداخلي، وجودة العلاقات الاجتماعيّة، والاستمتاع بوقت الفراغ، وإدارة الوقت.

بينما قدّم (ريف) نموذجه للرفاهية النفسيّة في ضوء أنّ الرفاهية النفسيّة

تعكس المفهوم الإيجابيّ للصحّة النفسيّة، وتتمثّل الرفاهية النفسيّة في ستّة أبعاد (Ryff &singer, 2008) هي:

- **الاستقلاليّة**: وتعني إحساس الفرد بتقرير مصيره، وقدرته على اتخاذ القرار دون الاعتماد على الآخرين، وعلى التصرّف بطرق معيّنة، وقدرته على مقاومة الضغوط الاجتماعيّة، وتنظيم سلوكه في أثناء تفاعله مع الآخرين.

- **التمكين البيئي**: ويشير إلى قدرة الفرد على إدارة حياته وبيئته المحيطة بكفاءة، والاستفادة منها، وإيجاد البيئة المناسبة، والمرونة الشخصيّة باتجاه أي تغيّر في البيئة وفق ما يراه مناسباً له، وإدارة البيئة المحيطة، والتحكّم فيها.

- **النمو الشخصي**: وهو قدرة الفرد على تنمية قدراته وتطويرها، وزيادة فعاليّته وكفاءته الشخصيّة، وشعوره بالتفاؤل، ومدى قدرة الفرد على إدراك طاقاته والارتقاء بها؛ ممّا ينمي لديه الإحساس بالواقعيّة والتطوّر عبر الزمن.

- **العلاقات الإيجابيّة مع الآخرين**: وتعني امتلاك الفرد علاقات عالية الجودة مع الآخرين، وقدرته على تكوين صداقات إيجابيّة قائمة على أساس الود، والمحبّة، والألفة، والثقة، والتفهّم، والدفء، والعطاء، وهي من أهم عناصر الصحّة النفسيّة، ومن أهم معايير النّضج والتوافق والقدرة على تحقيق الذات.

- **الحياة الهادفة**: هي قدرة الفرد على تحديد أهدافه بشكل موضوعي؛ بحيث تكون له رؤية توجه أفعاله وتصرّفاته إلى تحقيق الهدف، وأن يكون لحياته معنى.

- **تقبّل الذات**: وهو تقييمات الفرد الإيجابيّة لذاته، ولحياته الماضية، وتقبّل المظاهر المختلفة للذات؛ بما فيها من جوانب إيجابيّة وسلبيّة، ومدى قدرته على تكوين موقف إيجابيّ تجاه نفسه.

بينما يرى هيفرون وبونويل (2011) Hefferon & Boniwell أن الرفاهية النفسيّة تتضمّن خمسة مكونات، تتمثّل في مقاومة الصعوبات والتحديات التي تواجه الفرد، والعناية بالجسم والعقل، والترويح عن النفس، والاستمرار في التعلّم، والإسهام في سعادة الآخرين ورفاهيتهم.

الدراسات السابقة

هدفت دراسة مانينج (2006) Manning إلى بحث العلاقة بين الكماليّة وجودة

الحياة لدى الطلبة الجامعيين، وطبقت على عينة تضمّ (75) طالباً كنديّاً طبق عليهم مقياس الكماليّة ومقياس جودة الحياة لمنظّمة الصحّة العالميّة، وبيّنت النتائج تأثير جودة الحياة في كلّ من نوعي الكماليّة التكيّفيّة وغير التكيّفيّة، وكان ذوو الكماليّة التكيّفيّة مرتفعين على تقدير الذات والرضا عن صورة الذات، والمشاعر الإيجابيّة، والقدرة على التعلّم، والتفكير بصورة أفضل من ذوي الكماليّة غير التكيّفيّة، وبيّنت الدراسة عدم وجود فروق في نوعي الكماليّة تبعاً للجنس.

وهدفت دراسة الزغاليل (2008) إلى تعرّف مستوى الكماليّة بين طلبة الجامعة. وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي في ضوء الجنس والتخصص، وضمت عينة الدراسة (321) طالباً جامعيّاً أردنيّاً طبق عليهم المقياس المعدّل للسعي إلي الكماليّة، وأشارت النتائج إلى أنّ مستوى الكماليّة لدى الطلاب أقل من المتوسط، وإلى عدم ارتباط الكماليّة بالتحصيل الأكاديمي، وعدم تباين مستواها بتباين الجنس والتخصص والمستوى الدراسي.

وقام أبو هاشم (2010) بدراسة لمعرفة الفروق بين الذكور والإناث في الرفاهية النفسيّة ومكوناتها الفرعيّة، وطبقها على عينة، قوامها 405 طلاّب وطالبات في الجامعة بمصر، ودلّت النتائج على عدم وجود فروق دالة إحصائيّاً في الرفاهية النفسيّة ومكوناتها الفرعيّة (الاستقلال الذاتي، والتمكين البيئي، والتطوّر الشخصي، والعلاقات الإيجابيّة مع الآخرين، والحياة الهادفة، وتقبّل الذات) لدى الجنسين.

وهدفت دراسة منصور (2012) إلى بحث الفروق بين مرتفعي ومنخفضي الكماليّة التكيّفيّة في كلّ من تقدير الذات والمساندة الاجتماعيّة، وحل المشكلات، والانفعال الإيجابي والسلبي، والعلاقة بين الكماليّة التكيّفيّة وتلك المتغيرات، وطبقت الدراسة على (219) طالباً جامعيّاً مصريّاً، وبيّنت النتائج وجود فروق بين مرتفعي ومنخفضي الكماليّة في كلّ من تقدير الذات، والمساندة الاجتماعيّة، وحل المشكلات، والانفعال الإيجابي والسلبي، ووجود علاقات دالة بين الكماليّة التكيّفيّة، وتلك المتغيرات.

وهدفت دراسة باركر ومودفيلد (2015) Parker & Modifield إلى تعرّف العلاقة بين الكماليّة وبين سلوكيّات التجنّب وعدم التوافق، وأجريت على عينة من (153) من الطلاب بالولايات المتحدة، طبق عليهم مقياس الكماليّة المتعدد الأبعاد، ومقاييس لسلوكيات التجنّب وعدم التوافق، وبيّنت النتائج أن الطلاب ذوي الكماليّة العصابيّة قد أظهروا مستويات مرتفعةً من سلوكيات التجنّب والسلوك غير المتوافق مقارنةً بذوي الكماليّة السّويّة.

وهدفت دراسة جاسكو وأومالي وجريس Gasco, Umali, & Grace, (2014) إلى تعرّف العلاقة بين الكماليّة وتحقيق الهناء الشخصي بين الطلاب المتفوقين دراسيّاً، والتحقّق من مدى صحّتها. شارك في الدراسة (254) من الطلاب المتفوقين دراسيّاً من مجتمعات مختلفة من مراحل التعليم الجامعي في الفلبين، طبق عليهم مقياس الكماليّة المتعدد الأبعاد، ومقياس الهناء الشخصي. بيّنت النتائج أن التحصيل الأكاديميّ الجامعيّ يتّجه إلى أن يكون عند مستوى متوسط من الكماليّة؛ ومع ذلك فإن الطلاب المتفوقين دراسيّاً ينخفض لديهم مستوى الهناء الشخصي.

وهدفت دراسة العبيدي (2015) إلى معرفة طبيعة العلاقة بين الكماليّة العصابيّة والاستقرار النفسي في ضوء الجنس لدى طلبة الجامعة، وطبقت على عينة مكوّنة من (370) طالباً بجامعة بغداد. بيّنت النتائج وجود علاقة دالة سالبة بين الكماليّة العصابيّة والاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة، وعدم تباين الكماليّة تبعاً للجنس.

وهدفت دراسة أبو سليمة، ومحمد، وسعفان (2015) إلى بحث العلاقة بين الكماليّة العصابيّة وجودة الحياة لدى طلاب الجامعة ببورسعيد بمصر، وذلك بتطبيقها على عينة تضم (118) طالباً، طبق عليهم مقياس الكماليّة العصابيّة وجودة الحياة، وبيّنت النتائج العلاقة العكسيّة بين الكماليّة العصابيّة وجودة الحياة، وعدم وجود فروق بين الجنسين في كل من الكماليّة العصابيّة وجودة الحياة.

وهدفت دراسة ساه وجرينكا ورايس Suh, Gnilka, & Rice, (2017) إلى بحث العلاقة بين النموذج الثلاثي للكماليّة والرفاهية النفسيّة، وطبقت الدراسة على عينة من (276) طالباً أمريكيّاً، طبقت عليهم مقاييس للنموذج الثلاثي للكماليّة، ويقظة الضمير، والعصابيّة، والرفاهية النفسيّة، وأشارت النتائج إلى أن الارتفاع على الكماليّة التكيّفيّة يرتبط بوجود المعنى، والسعادة الشخصيّة، والرفاهية النفسيّة، والرضا عن الحياة؛ بينما ترتبط الكماليّة غير التكيّفيّة بالبحث عن المعنى.

وهدفت دراسة ليفين وميليافسكايا Levine & Milyavskaya, M. (2018) إلى بحث العلاقة بين مجالات الكماليّة وكلّ من الرفاهية النفسيّة، والضغط، والحيويّة، ودراسة اختلاف تأثير العلاقة بين الكماليّة والرفاهية باختلاف مجال الكماليّة، وطبقت الدراسة على (580) طالباً جامعيّاً، قاموا باختيار المجالات الأهم للكماليّة، وطبقت عليهم مقاييس للكماليّة، والرفاهيّة النفسيّة، وبيّنت النتائج علاقة الكماليّة المرتبطة بالمجال بالرفاهية النفسيّة، وأن تباين معايير الكمالية عبر المجالات المهمّة للأفراد يرتبط بالاكتئاب.

وهدفت دراسة الضبع (2019) إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الهناء الذاتي في العمل، والتسامي بالذات، والشغف، والكماليّة العصابيّة، وتعرّف مدى إسهام هذه المتغيرات في التنبّؤ بالهناء الذاتي في العمل لدى معلمات رياض الأطفال بمصر. تكوّنت عينة الدراسة من (163) معلمة رياض، وأشارت النتائج إلى وجود علاقات ارتباطيّة سلبيّة بين الهناء الذاتي والكماليّة العصابيّة، وتنبّأت متغيرات الدراسة بالهناء الذاتي في العمل، كما وجدت مسارات دالة إحصائيّاً لتأثيرات كلّ من: التسامي بالذات، والشغف ببعديه الانسجامي والقهري، والكماليّة العصابيّة في الهناء الذاتي في العمل.

التعليق على الدراسات السابقة

اهتمّت الكثير من الدراسات ببحث الكماليّة العصابيّة وتأثيراتها السلبيّة على تقدير الذات وجودة الحياة، والتحصيل الدراسي، والهناء الشخصي؛ مثل: دراسات الضبع (2019)، وأبو سليمة، ومحمد، وسعفان (2015)، وبعض الدراسات بحثت دور كلّ من الكماليّة التكيّفيّة والكماليّة غير التكيّفيّة في الأداء التحصيلي، وجودة الحياة، وبيّنت هذه الدراسات دور الكماليّة التكيّفيّة الإيجابيّ في التحصيل والهناء الشخصي؛ مثل: دراسات Manning (2006)، ومنصور (2012)، واستخدمت دراستا Parker & Modifield (2015) و(2014) .Gasco, Umali, & Grace, A فقط مقياس الكماليّة المتعدد الأبعاد لتعرّف علاقته بالهناء الشخصي والأداء التحصيلي، ويشير عرض الدراسات السابقة إلى أن علاقته بالهناء الشخصي والأداء التحصيلي تتباين بتباين نمط الكماليّة ونوعها ومستواها، وهو ما تسعى هذه الدراسة إلى بحثه على عينتها.

فروض الدراسة

1 – تتباين بصورة دالّة قيم متوسطات أبعاد الكماليّة بين طلاب التربية الأساسيّة بدولة الكويت.

2 – تسهم بصورة دالة إحصائية أبعاد الكماليّة: البعد الموجّه ذاتيّاً، والبعد الموجّه للآخرين، والبعد الموجّه اجتماعيّاً، في التنبّؤ بالرفاهية النفسيّة لدى طلبة التربية الأساسية بدولة الكويت.

3 – لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في كلّ من أبعاد الكماليّة والرفاهية النفسيّة تعزى للفروق في الجنس لدى طلبة التربية الأساسيّة بدولة الكويت.

4 – لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في كل من أبعاد الكماليّة والرفاهية النفسيّة تعزى للفروق في المستوى التحصيلي لدى طلبة التربية الأساسيّة بدولة الكويت.

الإطار المنهجي للدراسة

المنهج: اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي؛ بهدف تعرّف العلاقة بين متغيرات هذه الدراسة في ضوء متغيرات الجنس والمعدّل التحصيلي.

مجتمع الدراسة: تكوّن مجتمع الدراسة من طلبة كلية التربية الأساسية من الجنسين، المقيّدين في الفصل الثاني من العام الدراسي 2021/2020، ويبلغ عدد الطلاب الذكور (4032) طالباً، وعدد الطلاب الإناث (13902) طالبة.

عينة الدراسة

ضمت عينة الدراسة (422) طالباً من طلبة كلية التربية الأساسيّة من الجنسين، من مختلف التخصّصات، اختيروا بطريقة العينة المتاحة عبر التطبيق الإلكتروني عن بعد للأدوات؛ نظراً لكون الدراسة تتمّ عن بعد خلال العام الدراسي 2021/2020، وبلغ عدد الذكور (140)، والإناث (284)، بمتوسط عمري (21.4)، وانحراف معياري (3.4) سنوات، وقد قسّم المستوى التحصيلي اعتماداً على المعدّل التراكمي للطلاب، الذي يتكوّن من 4 نقاط، ويعرض جدول 1 وصفاً لعينة الدراسة؛ من حيث الجنس، والتخصص، والمستوى التحصيلي.

جدول 1

وصف عينة الدراسة من حيث الجنس والتخصص والمستوى التحصيلي

المتغير	الفئة	العدد	%
الجنس	ذكر	140	33.2
	أنثى	282	66.8
التخصص	علمي	86	20.4
	أدبي	336	79.6
المستوى التحصيلي	منخفض (من 1-2) نقطة	198	46.9
	متوسط (من 2.1-3) نقاط	110	26.1
	مرتفع (من 3.1-4) نقاط	114	27.0
العدد الكلي		422	100.0

أدوات الدراسة

الأداة الأولى: مقياس الكماليّة.

الأداة الثانية: مقياس الرفاهية النفسيّة.

أولاً – مقياس الكماليّة: استخدمت الدراسة مقياس الكماليّة الذي أعدّه (Hewitt & Flett (1991، وترجمه درادكه (2019)، ويتكوّن المقياس من 45 فقرة، تتوزّع على ثلاثة أبعاد للكماليّة؛ هي: الكماليّة الموجّهة ذاتيّاً، والكماليّة الموجّهة من الآخرين، والكماليّة المكتسبة اجتماعيّاً. ويجاب على المقياس طبقاً لتدريج ليكرت السّباعي، تأخذ القيم من (1 إلى 7)، ولكل بعد درجة كلية مستقلة، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع الكماليّة.

وقام Flett & Hewitt (1991) بالتحقّق من صدق المقياس بحسب العلاقة بين درجة كل بعد ودرجات الفقرات، وحصلت معاملات ارتباط راوحت بين (0.43 و0.71) في الأبعاد الثلاثة، وبلغت قيم ثبات ألفا كرونباخ للأبعاد بين (0.82 و0.87).

وفي البيئة العربية تحقق درادكه (2019) من صدق المقياس على عينة من طلبة الجامعة بالسعودية، من خلال حساب معامل الارتباط بين الفقرات، ودرجة كل بعد، وحساب العلاقة بين الأبعاد الثلاثة، وراوحت قيم الارتباط بين (0.566 و0.877)، وحسب ثبات بطريقة ألفا كرونباخ، وبلغت القيم للأبعاد الثلاثة بين (0.78 و0.86)، وبطريقة إعادة الاختبار، وراوحت القيم بين (0.84 و0.89).

وفي هذه الدراسة أعيد التحقّق من العلاقات الارتباطيّة بين أبعاد المقياس ودرجته الكليّة، وقد راوحت قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكليّة والأبعاد بين (0.77 و0.829)، وهي قيم مرتفعة وذات دلالة إحصائيّة، وحساب الثبات بمعامل كرونباخ ألفا، ويعرض جدول 2 للقيم.

جدول 2

معاملات الثبات لأبعاد مقياس الكماليّة

البعد	معامل ألفا كرونباخ
الموجه داخليّاً	0.721
الموجه للآخرين	0.69
الموجه اجتماعيّاً	0.702
المقياس الكلي	0.78

راوحت قيم الثبات للأبعاد بين (0.69 و0.721)، وبلغت قيمة ثبات المقياس الكلي (0.87).

وهي قيمة تشير إلى وجود الثبات والاستقرار في المقياس بعينة هذه الدراسة.

ثانياً - مقياس الرفاهية النفسيّة: استخدمت الدراسة المقياس الذي أعدّه دينر Diener (2010) لقياس الرفاهية النفسيّة من منظور كليّ مختصر، تقيس الرفاهية النفسيّة من خلال الكفاءة، والتفاؤل، وتقدير الذات، والمساهمة في رفاهية الآخرين، وقام صالح (2017) بترجمته، ويتكوّن المقياس من (8) فقرات، يجاب عليه طبقاً لمقياس ليكرت السباعي، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع الرفاهية النفسيّة لدى المشاركين.

وقد تحقّق Diener من ثبات مقياسه بتطبيقه على عينة من (689) طالباً في عدّة دول، واستخرج بالتحليل العاملي عاملاً واحداً يقيس الرفاهية النفسيّة فسّر (53 %) من التباين الكلي للدرجات،

وبلغت قيمة ثباته بمعامل ألفا (0.87)، وبلغت قيمة ثباته بإعادة الاختبار (0.71) (Diener et al., 2010).

وفي هذه الدراسة حسبت العلاقة الارتباطيّة بين درجة كل فقرة، والدرجة الكليّة للمقياس، وراوحت بين (0.48 إلى 0.802) وهي قيم دالة وموجبة، وحُسب لثبات بمعامل ألفا كرونباخ، وبلغت قيمته (0.76)، وهي قيمة تشير إلى وجود الثبات في هذه الدراسة.

الأساليب الإحصائيّة

استخدم الباحث في تحليل البيانات الأساليب الإحصائيّة الآتية:

- المتوسطات الحسابية.
- تحليل التباين الأحادي، وتحليل التباين المتكرر.
- تحليل الانحدار المتعدد.
- اختبارات للفروق بين المجموعات المستقلّة.

النتائج ومناقشتها

التحقق من الفرض الأول: تتباين بصورة دالّة قيم متوسطات أبعاد الكماليّة بين طلاب التربية الأساسيّة بدولة الكويت.

حسبت قيم متوسطات الاستجابة للأبعاد الثلاثة للكماليّة، والانحرافات المعياريّة لهم، وحسب التباين بين الأبعاد الثلاثة باستخدام تحليل التباين بالقياس المتكرر، ويعرض جدول 3 النتائج.

جدول 3

قيم المتوسطات لأبعاد الكماليّة وقيمة ف لتباين القياس المتكرر لهم

البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ف	الدلالة
الموجه داخليّاً	5.24	1.047	4.6	.03
الموجه للآخرين	4.77	.825		
الموجه اجتماعيّاً	4.55	.965		

بلغت قيمة ويلكس لامدا لدلالة التباين للقياس المتكرر (0.69)، وهي قيمة دالة على دلالة التباين، وبلغت قيمة ف لدلالة القياس المتكرر (4.6)، وهي قيمة دالة عند مستوى (0.05)، وتشير إلى دلالة تباين قيم متوسطات أبعاد الكماليّة بين الطلاب، وتظهر قيم متوسطات ارتفاع الكماليّة الموجّهة داخليّاً لدى الطلاب مقارنةً بكل من الكماليّة الموجّهة للآخرين، والكماليّة الموجّهة اجتماعيّاً.

وبذلك يتحقق فرض الباحث المبدئي ويتبين ارتفاع الكماليّة الموجّهة داخليّاً لدى الطلاب مقارنةً بكل من الكماليّة الموجّهة للآخرين، والكماليّة الموجّهة اجتماعيّاً. وهو ما يؤكد الفرض الخاص بالبناء المفاهيمي للكمالية؛ باعتبارها ذات بناء متعدد التوجهات قد يتباين في مستوياته لدى الفرد وفي تأثيره على البناء النفسي والعوامل المسببة له.

ويمكن تفسير أن نمط الكماليّة الأعلى لدى الطلاب هو الكماليّة الموجّهة داخليّاً، بكونها ترتبط بما يضعه الفرد لنفسه من قواعد ومعايير ومستويات أداء عالية، وأحياناً غير منطقيّة أو واقعيّة لنفسه. وبحسب وجهة نظر Hawkins, Watt,.& Sinclair (2001)، فإن الكماليّة الموجّهة نحو الذات توصف بأنّها بعد سويّ تكيّفيّ؛ بمعنى أنها تساعد

الأفراد على الأداء والإنجاز بصورة إيجابيّة لتحقيق مستويات الأداء المرغوب فيها، وفي الوقت نفسه لم تكن قيم متوسطات بعد الكماليّة الموجّهة اجتماعيّاً والموجّهة للآخرين منخفضةً، ولكنّها أقل بصورة دالة عن الكماليّة الموجّهة داخليّاً، ويمكن تفسير ذلك في ضوء أن الكماليّة متغير متعدد الأبعاد، تتشكّل من خلال إدراكات الفرد لقناعاته عن الأداء، وتوقّعاته لما يطلبه منه الآخرون، وتوقّعاته لأداء الآخرين.

كما يمكن تفسير ميل الطلاب نحو التفكير النمط الكمالي الموجّه داخليّاً في ضوء العوامل المرتبطة بمتغير الكماليّة؛ فقد يعود ذلك إلى نمط التنشئة التي ركّزت على تبني الطلاب أهدافاً وأنماطاً من الأداء ذات معايير مرتفعة، كمعايير ذاتيّة أكثر منها كمعايير مفروضة عليهم من المجتمع.

ولم تبحث الكثير من الدراسات مستويات الكماليّة في ضوء المفهوم المتعدد الأبعاد، وأشارت دراسة الزغاليل (2008) إلى أن مستوى الكماليّة لدى الطلاب أقل من المتوسط.

التحقق من الفرض الثاني: تسهم بصورة دالة إحصائية أبعاد الكماليّة: البعد الموجّه ذاتيّاً، والبعد الموجّه للآخرين، والبعد الموجّه اجتماعيّاً، في التنبّؤ بالرفاهية النفسيّة لدى طلبة التربية الأساسية بدولة الكويت.

استخدم تحليل الانحدار المتعدد لحساب دلالة إسهام أبعاد الكمالية في التنبؤ بالرفاهية النفسيّة لدى الطلاب، ويعرض ذلك جدول 4.

جدول 4

تحليل الانحدار لدلالة إسهام أبعاد الكماليّة في التنبّؤ بالرفاهية النفسيّة

البعد	المعامل البائي	الخطأ المعياري	معامل بيتا	قيمة ت	الدلالة
الثابت	22.284	3.143		7.091	.001
الموجه داخليّاً	.124	.036	.258	3.445	.001
الموجه للآخرين	.084	.045	.137	1.846	.066
الموجه اجتماعيّاً	.079	.037	.151	2.102	.037
$ر^2$ =193. ف= 16.539**					

تبين نتائج جدول (4) دلالة معادلة الانحدار للرفاهية النفسيّة على أبعاد الكماليّة؛ حيث كانت قيمة ف للتباين دالة إحصائيّاً، وبيّنت قيمة معامل التأثير أن أبعاد الكماليّة يعزى إليها (19%) من تباين درجات الرفاهية النفسيّة لدى الطلاب، وتبيّن أن كلّاً من الكماليّة الموجّهة داخليّاً والكماليّة الموجّهة اجتماعيّاً كانتا ذواتي دلالة إحصائيّاً في التنبّؤ بالرفاهية النفسيّة، بينما كانت الكماليّة الموجّهة نحو الآخرين غير دالة إحصائيّاً. ويمكن كتابة معادلة التنبّؤ على النحو الآتي:

الرفاهية النفسيّة = 22.28 + (الكمالية الموجّهة داخليّاً × 0.12) + (الكماليّة الموجّهة اجتماعيّاً × 0.078).

ويتبين تحقق الفرض الثاني؛ إذ أمكن التنبؤ بالرفاهية النفسية من كل من بعد الكمالية الموجهة داخلياً والكمالية الموجهة اجتماعية، وأكدت نتائج الفرض أن أبعاد الكماليّة يعزى إليها (19%) من تباين درجات الرفاهية النفسيّة لدى الطلاب، وتبيّن أن الكماليّة الموجّهة داخليّاً، والكماليّة الموجّهة اجتماعيّاً كانتا ذواتي دلالة إحصائيّاً في التنبّؤ بالرفاهية النفسيّة، بينما كانت الكماليّة الموجّهة نحو الآخرين غير دالة إحصائيّاً، وكان إسهام الكماليّة الموجّهة داخليّاً في ارتفاع مستوى الرفاهية النفسيّة هو الأكبر.

ويمكن تفسير ذلك في ضوء النموذج المتعدد الأبعاد المفسر للكماليّة؛ فلا يرى كلّ أشكال الكمالية تكيّفيّة أو عصابيّة، ولكن يراها مكوناً متعدد الأبعاد، وبحسب قوّة البعد المسيطر يتحدّد اتجاه الكماليّة لدى الأفراد. كما تفسّر كذلك في ضوء النموذج الذي يرى الكماليّة متصلاً يراوح بين السلوكيات السّويّة في أحد طرفيه والسلوكيات غير السّويّة في الطرف الآخر؛ فالكماليون الأسوياء لديهم أهداف ومستويات ومعايير سلوك مقبولة وواقعيّة، ويكافحون من أجل التميّز، ويستمتعون بتوقّعاتهم وتوقّعات الآخرين لهم، ولديهم معرفة بالسلوك والجهود المطلوبة منهم للوصول إلى مستوى الإنجاز المطلوب، وتتسم مشاعرهم بالسرور والرضا والمتعة تجاه الجهود التي يبذلونها، وتدفعهم الكماليّة السّويّة إلى تحقيق الأهداف في أفضل صورة ممكنة، والتميّز في الإتقان، مع الشعور بالرضا بالنتيجة التي يتم التوصّل إليها، بالكماليّة السّويّة التوافقيّة.

وقد أكّد ذلك دور الكماليّة الموجّهة نحو الذات باعتبارها ذات الإسهام الأكبر في التنبّؤ بالرفاهية النفسيّة، وهو ما يتّفق مع نموذج Hawkins, Watt,.& Sinclair (2001)،

وأن الكماليّة الموجّهة نحو الذات توصف بأنّها بعد سويّ تكيّفيّ، أما الكماليّة الموجّهة نحو الآخرين والكماليّة المحدّدة اجتماعيّاً؛ فتوصفان بأنّهما بعدان لا سويّان ولا تكيّفيّان.

كما أكّد فايد (2005) أن التمييز بين الكماليّة العصابيّة الذي يرتبط بمتغير الرضا أو عدم الرضا هو محدد فارق بين الكماليّة السّويّة والكماليّة العصابيّة؛ حيث ترتبط الكماليّة العصابيّة بعدم الرضا، وترتبط الكماليّة السّويّة بالرضا والمشاعر الإيجابيّة.

وتتّفق النتائج مع ما أكّده (Lynch, 2006) من أن المستوى الملائم من الكماليّة يرتبط بالنمو والإيجابيّة في شخصيّة الفرد، والرضا والسعادة عن حياته، وبالرفاهية النفسيّة. ومع نتائج دراسة Suh, H., Gnilka, B., & Rice, G. (2017) التي بيّنت ارتباط الكماليّة التكيّفيّة بالرفاهية النفسيّة، والرضا عن الحياة، ووجود المعنى.

ويمكن تفسير ذلك في ضوء نموذج ريف للرفاهية النفسيّة، الذي يفترض فيه أن السيطرة والتمكين البيئيّ هو وجود معايير تمكن من إدارة حياة الفرد وبيئته المحيطة بكفاءة، ويمكن النظر إلى بعد التمكين البيئي والرفاهية باعتبارهما من عناصر النمط الكمالي في السلوك.

وقد اتّفقت النتائج مع نتائج دراسة Levin & Milyavskaya, M. (2018)؛ حيث ارتبطت الكماليّة بالرفاهية النفسيّة، ودراسة Manning (2006)؛ حيث كان ذوو الكماليّة التكيّفيّة مرتفعين على تقدير الذات، والرضا عن صورة الذات، والمشاعر الإيجابيّة، والقدرة على التعلّم، وأظهرت دراسة منصور (2012) فروقاً بين مرتفعي الكماليّة ومنخفضيها في كلّ من تقدير الذات، والمساندة الاجتماعيّة، وحل المشكلات، والانفعال الإيجابي، وأشارت نتائج دراسة الضبع (2019) إلى العلاقة الارتباطية بين الهناء الذاتي في العمل، والتسامي بالذات، والشغف، والكماليّة العصابيّة.

التحقق من الفرض الثالث: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في كلّ من أبعاد الكماليّة والرفاهية النفسيّة تعزى للفروق في الجنس لدى طلبة التربية الأساسيّة بدولة الكويت.

استخدم اختبار ت للفروق بين المجموعات المستقلّة لحساب الفروق بين الذكور والإناث من الطلبة في متغيرات الدراسة.

جدول 5

اختبار ت للفروق في أبعاد الكمالية والرفاهية النفسيّة تبعاً للجنس

المتغير	النوع	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة
الرفاهية النفسية	ذكر	43.37	8.465	-.062	.951
	أنثى	43.44	7.118		
الموجه داخليّاً	ذكر	83.36	14.199	3.187	.002
	أنثى	76.19	15.927		
الموجه للآخرين	ذكر	74.06	12.433	2.058	.041
	أنثى	70.36	12.210		
الموجه اجتماعيّاً	ذكر	68.61	14.776	.310	.757
	أنثى	67.96	14.374		

تبين نتائج جدول 5 وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة بين الذكور والإناث في الكماليّة الموجهة داخليّاً، والكماليّة الموجهة للآخرين لصالح العينة من الذكور، وعدم وجود فروق بين الجنسين في كلّ من الرفاهية النفسيّة، والكماليّة الموجّهة اجتماعيّاً.

وتحقق الفرض الثالث بصورة جزئية؛ إذ تبين أن الذكور يرتفعون على الكماليّة الموجهة داخليّاً، والكماليّة الموجهة للآخرين بصورة دالة مقارنة بالإناث ، وتبين عدم وجود فروق بين الجنسين في كلّ من الرفاهية النفسيّة، والكماليّة الموجهة اجتماعيّاً.

ويمكن تفسير عدم وجود فروض في الرفاهية النفسيّة بين الجنسين بأن الرفاهية النفسيّة هي المحصلة النهائيّة للكثير من السمات والسلوكيّات الإيجابيّة، وهي مرتبطةً بوجود بيئة داعمة، ونوعيّة حياة جيدة، وتؤثر فيها الكثير من العوامل والمتغيرات الاجتماعيّة والشخصيّة والبيئيّة، ويدل عدم تباين مستوى الرفاهية بين طلبة الجامعة على أن العوامل الاجتماعيّة والشخصيّة والبيئيّة لدى الطلاب من الجنسين أسهمت في تقارب مستويات الرفاهية بينهم، ولعلّ تقارب أساليب التنشئة للجنسين، والدعم الاجتماعيّ المتماثل لهما، والتمكين البيئيّ الموفّر ثقافيّاً لكليهما -خاصةً بالمرحلة الجامعيّة- وما يتمتّع به الطلبة والطالبات من حقوق وامتيازات متقاربة أكاديميّاً واجتماعيّاً وثقافيّاً- أسهم في تقارب تقدير الرفاهية النفسيّة بينهم،

وتتفق هذه النتائج مع ما خرجت به دراسة أبو هاشم (2010) من اختلاف الرفاهية النفسيّة ومكوناتها الفرعيّة لدى الجنسين.

في حين يفسّر ارتفاع الكماليّة الموجهة داخليّاً والموجهة للآخرين لدى الذكور في ضوء اهتمام الطلاب الذكور بمستويات الأداء الاجتماعي، وأهمية الجانب الاجتماعي لديهم، الذي يظهر في العلاقات مع الأصدقاء، أو الأدوار الاجتماعيّة العائليّة داخل الأسرة والعائلة، وربما القبيلة، وتظهر في المشاركة في اللقاءات شبه الدائمة داخل الديوانيّات، وفي المشاركة بالأفراح والأتراح، والمناسبات الاجتماعية؛ ممّا جعل اهتمام الطلاب بمعايير الكماليّة الداخليّة والكماليّة الموجهة اجتماعيّاً يرتفع لديهم.

وقد أشارت غالبية الدراسات؛ مثل دراسة (2006) Manning، ودراسة الزغاليل (2008)، ودراسة العبيدي (2015) ودراسة أبو سليمة، ومحمد، وسعفان (2015) إلى عدم وجود فروق في الكماليّة تبعاً للجنس.

ويمكن أن تعود تلك النتائج إلى اختلاف مقاييس الكماليّة عن هذه الدراسة.

التحقق من الفرض الرابع: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في كل من أبعاد الكماليّة والرفاهية النفسيّة تعزى للفروق في المستوى التحصيلي لدى طلبة التربية الأساسيّة بدولة الكويت.

استخدم تحليل التباين الأحادي لحساب الفروق في متغيرات الدراسة تبعاً للمستوى التحصيلي.

جدول 6

تحليل التباين للفروق في أبعاد الكماليّة والرفاهية النفسيّة تبعاً للمستوى التحصيلي

مصدر التباين		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
الرفاهية النفسية	بين المجموعات	580.385	2	290.192	5.175	.006
	داخل المجموعات	23494.212	419	56.072		
	المجموع	24074.597	421			

تابع/ جدول 6

تحليل التبايُن للفروق في أبعاد الكماليَّة والرفاهية النفسيَّة تبعاً للمستوى التحصيلي

مصدر التباين		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
الموجهة داخليّاً	بين المجموعات	189.902	2	94.951	3.512	.031
	داخل المجموعات	11326.932	419	27.033		
	المجموع	11516.834	421			
الموجهة للآخرين	بين المجموعات	55.317	2	27.659	1.633	.196
	داخل المجموعات	7094.711	419	16.932		
	المجموع	7150.028	421			
الموجهة اجتماعيّاً	بين المجموعات	202.394	2	101.197	4.427	.013
	داخل المجموعات	9577.720	419	22.859		
	المجموع	9780.114	421			

جدول 7

الفروق البعديّة في أبعاد الكماليّة والرفاهية النفسيّة تبعاً للمستوى التحصيلي

مصدر التباين		منخفض	متوسط	مرتفع	المتوسط
الرفاهية النفسية	منخفض				43.21
	متوسط	1.230			41.98
	مرتفع	1.946-*	3.176-*		45.16
الموجهة داخليّاً	منخفض				26.11
	متوسط	.784			25.33
	مرتفع	1.047-	1.831-*		27.16
الموجهة اجتماعيّاً	منخفض				23.28
	متوسط	1.683*			21.60
	مرتفع	.441	1.242-		22.84

تبين نتائج جدولي 6 و7 وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة بينة تبعاً للمستوى التحصيلي في الرفاهية النفسيّة والكماليّة الموجهة داخليّاً، ومن جدول 7 للفروق البعديّة باختبار LSD يتبيّن أن الفروق في صالح ذوي المستوى التحصيلي المرتفع، كما تبين النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بينة تبعاً للمستوى التحصيلي في الكماليّة الموجهة اجتماعيّاً.

ومن جدول 7 للفروق البعديّة باختبار LSD يتبيّن أن الفروق في صالح ذوي المستوى التحصيلي المنخفض، في حين لا توجد فروق تبعاً للمستوى التحصيلي في الكماليّة الموجهة للآخرين.

وتبين نتائج الفرض عدم تحقق الفرض المبدئي وتحقق الفرض الرابع بدرجة كبيرة؛ إذ أشارت النتائج إلى وجود فروق تبعاً للمستوى التحصيلي في الرفاهية النفسيّة والكماليّة الموجهة داخليّاً لصالح ذوي المستوى التحصيلي المرتفع، ووجود فروق تبعاً للمستوى التحصيلي في الكماليّة الموجهة اجتماعيّاً في اتجاه ذوي المستوى التحصيلي المنخفض.

وهذه النتائج تؤكد بصورة واضحة النموذج المتعدد للكماليّة؛ الذي يرى أن بعد الكماليّة الموجهة داخليّاً هو بعد سويّ يسهم في الكماليّة السّويّة، ويساعد في تحقيق الإنجاز، وزيادة الأداء للأفراد، وهو ما بيّنته النتائج من ارتفاع الكماليّة الموجهة داخليّاً لدى ذوي التحصيل المرتفع، وارتفاع الرفاهية النفسيّة لديهم؛ وهو ما يفسّر في ضوء نتائج السؤال الثاني، التي بيّنت إسهام الكماليّة الموجهة داخليّاً في ارتفاع الرفاهية، في حين كانت الرفاهية الموجهة اجتماعيّاً مرتبطة بذوي التحصيل المنخفض، وهو ما يؤكد كونها بعداً يشير إلى نمط الكماليّة غير التوافقيّة التي لا تيسر الأداء والإنجاز لدى الطلاب.

ولم تبحث الدراسات السابقة العلاقة بين التحصيل الدراسي والكماليّة في ضوء مفهوم الكماليّة المتعدد الأبعاد؛ ولذلك اختلفت نتائجها مع نتيجة هذه الدراسة؛ حيث توصّلت دراسة الزغاليل (2008) إلى عدم ارتباط الكماليّة بالتحصيل الأكاديمي، وأظهرت دراسة جاسكو وآخرين (Gasco, L., Umali, D., Grace, A. (2014 أن التحصيل الأكاديمي الجامعي يتّجه إلى أن يكون عند مستوًى متوسط من الكماليّة.

والنتائج بصورة عامّة تشير إلى صلاحية نموذج الكماليّة المتعدد الأبعاد في تمييز أنماط الكمالية لدى الطلاب بكليّة التربية الأساسيّة، وارتفاع نمط الكماليّة

الموجهة داخليّاً مقارنةً بباقي الأبعاد لدى الطلاب وإسهامه في التنبّؤ بالرفاهية النفسيّة، وقدرته على التمييز بين ذوي التحصيل المرتفع والمنخفض.

توصيات الدراسة ومقترحاتها

في ضوء نتائج الدراسة يمكن التوصية بالآتي:

- الاهتمام بتنمية معايير الكماليّة السّويّة لدى الطلاب من خلال البرامج الإرشاديّة والتدريب.

- قياس مستويات وأبعاد الكماليّة لدى الطلاب للتعرّف على الطلاب ذوي الأنماط غير التوافقيّة.

- إرشاد أولياء الأمور لتنمية مستويات سويّة توافقيّة موجّهة داخليّاً من الكماليّة للأبناء.

ويمكن اقتراح الدراسات الآتية:

- علاقة أبعاد الكماليّة لدى الآباء بمستويات القلق والاكتئاب لدى الأبناء.

- إسهام أبعاد الكماليّة لدى الأبناء في التنبّؤ بالرفاهية النفسيّة لدى الأبناء.

- فعاليّة برنامج معرفي سلوكي لخفض الكماليّة اللّاتوافقيّة في تحسين الرفاهية النفسيّة للطلّاب.

المراجع

أبو سليمة، نجلاء فتحي؛ ومحمد، عبد الصبور؛ وسعفان، محمد. (2015). الكمالية العصابية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية ببورسعيد*، (18)، 525-548.

أبو هاشم، السيد، محمد. (2010). النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، *مجلة كلية التربية*. بجامعة بنها، *20* (81)، 268-350.

باظة، آمال عبد السميع. (1996). الكمالية العصابية والكمالية السوية. *مجلة دراسات نفسية- رابطة الأخصائيين النفسيين*، القاهرة، *6* (3)، 305-311.

جاد الرب، أحمد محمد. (2013). *مقياس طيب الحياة النفسية*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

درادكه، صالح عليان. (2019). مستوى الكمالية وعلاقتها بالفاعلية الذاتية الاجتماعية والرضا عن الحياة الاجتماعية لدى عينة من طلبة جامعة الحدود الشمالية. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، *27* (4)، 190-216.

الزغاليل، أحمد سليمان. (2008). الكمالية عند طلبة الجامعة وعلاقتها بتحصيلهم الأكاديمي والاختلاف في ذلك تبعاً لكل من الجنس والتخصص والمستوى الدراسي. *مجلة مؤتة للبحوث والدراسات*، *23*(3)، 117-134.

شقير، زينب محمود. (2009). *مقياس معايير تشخيص جودة الحياة*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

صالح، علي عبد الرحيم. (2017). مقياس الازدهار النفسي: الصدق والثبات والتكييف الثقافي. *مجلة بصائر نفسانية*، شبكة العلوم النفسية، (18)، 1-4.

الضبع، فتحي. (2019). التسامي بالذات والشغف والكمالية العصابية كمنبئات بالهناء الذاتي في العمل لدى معلمات رياض الأطفال. *المجلة التربوية*، جامعة سوهاج، (63)، 27-97.

عبد الخالق، شادية. (2005). استخدام نظرية الاختيار والعلاج الواقعي في خفض مستويات اضطرابات الكمالية العصابية. *مجلة دراسات نفسية* - رابطة الأخصائيين النفسيين، القاهرة، *15* (46)، 215-266.

عبد الخالق، منال. (2011). أساليب اتخاذ القرار وعلاقتها بالكمالية وتحمّل الغموض لدى عينة من الراشدين. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، (1)، 371-417.

العبيدي، عفراء إبراهيم. (2015). الكمالية العصابية وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى طلبة جامعة بغداد. *مجلة علوم الإنسان والمجتمع*، (14)، 157-187.

عطية، أشرف محمد. (2009). دراسة العلاقة بين الكمالية والتأجيل لدى عينة من طلاب الجامعة المتفوقين عقليّاً. *مجلة الإرشاد النفسي*، (23)، 281-319.

فايد، حسين. (2005). مقياس الكمالية. مؤسسة طيبة، القاهرة.

محمد، محمد إبراهيم. (2014). مقياس الكمالية النسبي المعدل وعلاقته بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية. *مجلة كلية التربية*، جامعة المنيا، *27* (1).

المرسي، نوال. (2007). *الكمالية العصابية والسوية وعلاقتها بأساليب التنشئة الوالدية المدركة لدى طلاب وطالبات جامعة الملك سعود*. [رسالة ماجستير]، جامعة الملك سعود، الرياض.

مظلوم، مصطفى علي. (2013). الكمالية وعلاقتها بالعدوانية لدى طلاب الجامعة. *مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، (39)، 13-45.

منصور، السيد كامل. (2012). إستراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي كمنبئات للكمالية التكيفية. *مجلة دراسات تربوية نفسية*، كلية التربية جامعة الزقازيق، (77)، 51–113.

ناصيف، عماد متولي. (2013). الكمالية العصابية وعلاقتها بالثقة بالنفس لدى طلاب جامعة الباحة الموهوبين بالمملكة العربية السعودية. *مجلة كلية التربية* – جامعة قناة السويس، *6* (3)، 55 – 66.

Christopher, J. (1999).Situating psychological well-being: exploring the cultural roots of its theory and research. *Journal of Counsling & Development. 77*(2), 141-152.

Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist, 55*(1), 34–43.

Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D, Oishi, S., & Biswas, R. (2010). New wellbeing measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research, 97*, 143- 156.

Gasco, L., Umali, D., Grace, A. (2014). Perfectionism & Well-being among Academic Achievers. *Asia Pacific Journal of Education, Arts & Sciences, 1*(3), 71-77.

Hawkins, C.C., Watt, H. M.& Sinclair, K.E. (2001). *The promises and pitfalls of perfectionistic behavior is Australian adolescent girls.* [Unpublished manuscript], University of Sydney.

Hefferon & Boniwell. (2011). *Positive Psychology: Theory, Research and applications*. England: British Library.

Hewitt, P. L. & Flett ,G. L. (1991). Dimensions of perfectionism in unipolar depression, *Journal of Abnormal Psychology, 100*,(1),98-101.

Levine, S. L., & Milyavskaya, M. (2018). Domain-specific perfectionism: An examination of perfectionism beyond the trait-level and its link to well-being. *Journal of Research in Personality, 74*, 56-65.

Lynch, M. (2006). *Optimism, Coping and Quality of life in Individual with Chronic Mental Illness*. [Unpublished doctoral Dissertation], Milwaukee, University & Wisconsin-Madison.

Manning, R. J. (2006). *Investigating multi-dimensional perfectionism and the quality of life in students completing a Bachelor of Education degree at Memorial University of Newfoundland*. [Doctoral dissertation], Memorial University of Newfoundland.

Parker, P. & Mofield ,M. L. (2015). Multidimensional Perfectionism within Gifted Suburban Adolescents: An exploration of typology and comparison of samples, *Report Review, 37*,(2), 97-109

Romano, A.(2009). *An investigation of perfectionism and its relationship to perceived parenting variables and life satisfaction*. [Phd, Psychology], Hofstra University, Umi, 3358337.

Ryff , C & Singer , B (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudemonic Approach To Psychological Well- Being. *Journal of Happiness Studies*, 9.

Suh, H., Gnilka, B., & Rice, G. (2017). Perfectionism and well-being: A positive psychology framework. *Personality & Individual Differences, 111*, 25-30.

Tan, S., & Chun, N. (2014). Perfectionism and academic emotions of gifted adolescent girls. *The Asia-Pacific Education Researcher, 23*(3), 389-401

Turner, L., & Turner, P. (2011). The relation of behavioral inhibition and perceived parenting to maladaptive perfectionism in college students. *Personality & Individual Differences, 50*(6), 840 – 844.

Uskul, K., & Greenglass, E. (2005). Psychological wellbeing in a Turkish-Canadian sample. *Anxiety, Stress, & Coping, 18*(3), 269-278..

Webster, M. (1991). *Ninth New Collegiate Dictionary.* Mariam –Webster Inc. Publishers Springfield, Massachusetts, U.S.A.

للاستشهاد:

المرتجي، يوسف راشد، والعازمي، أحمد سعيدان. (2023). إسهام أبعاد الكمالية في التنبؤ بالرفاهية النّفسيّة في ضوء كلّ من الجنس والمستوى التحصيلي. *مجلة العلوم الاجتماعية*، *51*(4)، 83 - 110.

To Cite:

Al murtaji, Y., & Al azmi, A. (2023). The Contribution of the Dimensions of Perfectionism to Predicting the Psychological Well-being in Light of Both Gender and Achievement Level. *Journal of the Social Sciences, 51*(4), 83-110.