كلية التربية للعلوم الانسانية
College of Education for Human Sciences

Journal of Tikrit University for Humanities

JTUH
مجلة جامعة تكريت للعلوم الانسانية
Journal of Tikrit University for Humanities

Hameed Abdullah Farhan
PhD Zakaria Abd Ahmed

The Psychological Welfare and its retaliation to Personality Style of (A-B) Type of University Students

The Psychological Welfare and its retaliation to Personality Style of (A-B) Type of University Students

ARTICLE INFO

Article history:
Received 10 Jan 2018
Accepted 15 Mar 2018
Available online

ABSTRACT

The current research studied The Psychological Welfare of University Students. The subjects of the research are (260) students (males and females) from Tikrit University for the year of 2017-2018 of the third stage students.

The researcher built the psychological welfare scale, which is part of the basic requirement for the current research, which consists of four dimensions: 1. Goal in life 2. The positive relations with others 3. Independency 4. Self-esteem

The scale was formed in its first form of (56) items, the face validity of the scale was verified through showing it to a group of specialists in addition to take the discrimination and correlation coefficient between each degree to the total degrees of the scale. Therefore, the final form of the scale consists of (49) items. The scale reliability was calculated through retest method and counted (0.86) which is a good reliability coefficient. This is for the first variable of the study.

After extracting the validity and reliability for the two variables (the psychological welfare and personality two styles), the researcher applied the two scales on the main sample of the research which consists of (260) students (males and females) form the University. After gathering the questionnaires forms, the data were statistically processed.

The researcher found to many results:

1- The university students enjoy a psychological welfare.

2- There is no statistical differences in the psychological welfare in relation to gender and specialization variables.

Depending on the findings, the researcher provided many recommendations and suggestions.

الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة

أ.م.د زكريا عبد احمد حميد عبدالله فرحان

الخلاصة:

استهدف البحث الحالي التعرّف على الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة، وقد بلغت عينة البحث (٢٦٠) طالباً وطالبة من طلبة جامعة تكريت للعام الدراسي (٢٠١٧-٢٠١٨) ومن طلبة المرحلة الثالثة. قام الباحث ببناء مقياس الرفاهية النفسية وهو جزء من المتطلبات الأساسية للبحث الحالي والمتكون من أربعة أبعاد هي:١-الهدف في الحياة. ٢-العلاقات الإيجابية مع الآخرين. ٣-الاستقلالية. ٤-تقبل الذات، إذ تكون المقياس بصورته الأولية من (٥٦) فقرة، تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس من خلال عرض فقراته على مجموعة من المحكمين، وكذلك استخراج معامل التمييز ومعامل الارتباط بين درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس، وبذلك أصبح المقياس بصورته النهائية يتكون من (٤٩) فقرة، وقد تم حساب ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار فبلغ (٠.٨٦) ويُعد معامل ثبات جيد. وبعد استخراج الصدق والثبات قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة البحث الأساسية والمكونة من (٢٦٠) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة، وبعد جمع استمارات المعلومات تم معالجة البيانات إحصائياً. وقد توصل الباحث إلى عدد من النتائج منها- :

١. أن طلبة الجامعة يتمتعون برفاهية نفسية.
٢. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية في الرفاهية النفسية تبعا لمتغيري الجنس والتخصص.

ومن خلال النتائج التي توصل إليها الباحث فقد قدم عدداً من التوصيات والمقترحات.

Journal of Tikrit University for Humanities Journal of Tikrit University for Humanities Journal of Tikrit University for Humanities Journal of Tikrit University for Humanities

الفصل الأول

أولاً: مشكلة البحث:

يعيش الأفراد اليوم في حالة من عدم الاستقرار والارتباك في الكثير من النواحي السياسية والاقتصادية والاجتماعية جعلت الشعور بالرفاهية النفسية أمراً صعب المنال، وأن الاستمتاع بالحياة يضفي على شخصية الفرد حالة من الرفاهية النفسية، والإحساس بالهناء والرضا عن كل جوانب الحياة فتجعله أكثر بهجة وشعوراً بالرفاهية النفسية والمتعة حين يضفي الفرد قيمة على حياته عند استمتاعه بها، وبما يجعله أكثر ارتباطاً وتمسكاً بهذه الحياة وبما يجعلها أكثر بهجة ومرحاً وسعادة (عبد العال وآخرون،٢٠١٣: ٨١). يعد الشعور بالرفاهية "من وجهة نظر علماء النفس" مؤشراً هاماً من مؤشرات الصحة النفسيّة، ويؤمن الكثير من علماء النفس المناصرين لحركة علم النفس الإيجابي أو ما يعرف بسيكولوجيا القوى الإنسانية، أنّ الشعور بالرفاهية هو عنصر أساسي لحياة نفسية وجسديّة صحية، حيث تشير دراسات كارثر وهود Carruther & Hood التي أجريت في هذا المجال إلى أنّ الأشخاص السعداء أقل عرضة للمشاكل الأسرية والأمراض وبالتالي فهم أكثر قابلية ليعيشوا حياة فعالة أكثر من غيرهم. (Carruther & Hood, 2004, 299).

وفي حياتنا اليومية نلحظ وجود بعض الأشخاص الذين يتسمون بشكل دائم، ويتسمون بالتفاؤل والأمل تجاه المستقبل، وحتى عند تعرضهم للمشكلات التي قد يضطرب فيها الإنسان العادي نجدهم متماسكين، وينظرون للجانب المشرق من الأحداث التي يمرون بها، فهل الرفاهية أمر منوط ببعض الأشخاص دون غيرهم؟ وما سبب سعادة هؤلاء الأشخاص؟ وهل الرفاهية أمر شخصي بالمجمل أم أنّ للعوامل الخارجية دور تلعبه في سعادة الإنسان؟ وفي هذا الصدد نجد أنّ بعض العلماء كبريميوزيك Premuzic وآخرين قد عزوا الشعور بالرفاهية لعوامل شخصيّة وأكدّوا على فكرة أنّ السمات الشخصيّة هي المنبئات الأكثر قوة بالرفاهية هذا إن لم تكن من المحددات الرئيسية لها.

ثانياً: أهمية البحث

تعد الرفاهية من أهم الموضوعات التي يتناولها علم النفس الإيجابي كونها الهدف الذي يسعى نحوه كل البشر وعبر الحضارات المختلفة. وتختلف وجهات النظر فيما يتعلق: بالسعادة فالبعض يقصر هذا المفهوم على المتع والملذات الجسدية، في حين أنّ آخرين يقرنون المال بالسعادة، أمّا الأديان فقد رفضت هذا المفهوم السطحي وربطت السعادة بتقوى الله، وعبادته ومساعدة الآخرين، فيما رأى البعض الآخر أن السعادة تكمن في القدرة على السيطرة على الحالة الذهنية للشخص من خلال ممارسة التأمل والرياضات الذهنية. وقد عمل علم النفس الإيجابي على دراسة الشعور بالسعادة بمنهج علمي للتوصل إلى مفهوم عالمي شامل للسعادة، إضافة إلى البحث في كل ما يتضمنه هذا المفهوم من مكونات وجدانية ومعرفية ونفس–حركية، والطرق الممكنة لزيادة مستوى الشعور بالسعادة. وقد يبدو للوهلة الأولى إنّ البحث الحالي ليس ذو علاقة بعلم النفس التربوي، إلا أنّ ثمة علاقة غير مباشرة تربط بينهما؛ حيث أنّ هدف علم النفس التربوي في نهاية المطاف هو أن يتمتع الطلاب بالرضا والصحة النفسية والسعادة مما ينعكس إيجاباً على إقبالهم نحو عملية التعلم، وبالتالي على استيعابهم للمعلومات، وتخزينها، بالإضافة إلى ارتفاع مستوى الإنجاز لديهم.

يعتبر مفهوم الرفاهية النفسية المفهوم الرئيس في علم النفس الإيجابي لما له من مكانة بارزة في تاريخ الفكر الإنساني وقد سعى الجميع في الثقافات المختلفة إلى الرفاهية بوصفها هدفاً أسمى للحياة لارتباطها بالحالة المزاجية الإيجابية، والرضا عن الحياة وجودتها وتحقيق الذات والتفاؤل. (السيد أبو هاشم،٢٠١٠: ١). والذي يعني شعور الفرد بالرفاهية

والرضا من اجل تحقيق المعنى في الحياة وتحقيق أهدافه وقيمه الخاصة والتي هي نتاج قدرته على التطور والنمو بالشكل الذي يجعله قادراً على تحقيق أهدافه من اجل أن يحيا ويتصرف بحرية وسعادة ويصبح وجوده متميزاً عن الآخرين وذا طابع واضح يعكس اتجاهاته (جودت، ٢٠١٠: ١٥). والغاية الأساسية لعلم النفس هي مساعدة الفرد على أن يحيا الحياة الطويلة التي يشعر فيها بالسعادة فقد تجاهل علماء النفس لسنوات طويلة المشاعر الإيجابية الشخصية وظلت الانفعالات السلبية مثل: القلق، الاكتئاب، الضغوط النفسية، والتشاؤم الأكثر تناولا واهتماما في بحوثهم ودراساتهم، وتعد دراسات (Ryff 1985-2007). عن السعادة النفسية من أكثر الدراسات التي رسخت لهذا المفهوم وطرق البحث فيه وكيفية قياسه وأهم المؤشرات للتعرف عليه (السيد أبو هاشم،٢٠١٠: ١).

تعد الرفاهية النفسية حالة خاصية فردية، وان الفرد هو العامل المحدد، فهنالك أدلة تشير إلى أن الناس السعداء يفسرون المواقف بطريقة إيجابية وهناك أخرون يعتمدون على الأحداث والأنشطة المبهجة التي يخبرها الفرد (مايكل ارجايل،١٩٩٣: ١٥١). إن الشعور بالرفاهية النفسية يوضح مدى تقبل الفرد للآخرين ورضاه عن حياته، مما يعطيه صورة إيجابية صحيحة عن ذاته ليحقق أهدافه وطموحاته التي يسعى اليها، وكذلك أن شعور الفرد بالرفاهية النفسية يمكنه من أن يتغلب على الكثير من الصعوبات التي تواجهه في الحياة، ويولد لديه مناعة نفسية ضد الأمراض والاضطرابات النفسية وذلك بما يحصن به نفسه من الأفكار والمشاعر السلبية.

ومن جانب ثان فإن الرفاهية لها أهميتها بوصفها الهدف الإنساني الأسمى وكما أن أسبابها تبدو مماثلة في مختلف أنحاء العالم وعلى اختلاف الثقافات فإن العناصر المحددة التي تسهم في خلقها تبدو عالمية وكما أن العناصر التي تسهم في الرفاهية واحدة لجميع الأعمار بصرف النظر عن المكان الذي يعيشون فيه (علام، ٢٠٠٨: ٣٥). وأشار دينر وآخرون، ١٩٩٩ ،.Diener., et al إلى أن موضوع الرفاهية يعد محور اهتمام الفلسفة وعلوم أخرى كالعلوم الاجتماعية، فاعتبر الفلاسفة الإنسان دائم البحث عن الرفاهية، وأن تحقيقه لأي هدف من أهدافه كالقوة والصحة والمال والزواج ... وغيرها هي أشياء تستمد قيمتها من توقع الإنسان أنها ستجعله سعيداً (محمود، ٢٠٠٧: ١٦٥). وتنظر النيال (١٩٩٥) إلى الرفاهية النفسية على أنها مشاعر راقية سامية، وانفعال وجداني إيجابي مازال الإنسان ينشد الوصول اليه، وقد يكون الوصول اليها معقداً باعتبارها غاية من غايات الإنسان القصوى (النيال، ١٩٩٥: ٢٥). وتوصلت دراسات لوجود علاقة موجبة بين الشعور بالرفاهية والانفتاح على الخبرة كدراسة داس غوبتا وكيومار Das Gupta & cKumar.,2010.,62). وبينت دراسة عبد العال وآخرون(٢٠١٣) أن الشعور بالكدر وضيق العيش وذهاب بهجة الحياة ومتعتها تجعل الطالب يفتقر القدرة على استعمال المعلومات بشكل صحيح (عبد العال وآخرون،٢٠١٣: ٣).

ثالثاً: أهداف البحث: يهدف البحث الحالي إلى: -

١- تعّرف مستوى الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة.

٢- تعّرف مستوى الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور-إناث).

٣- تعّرف مستوى الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير التخصص (علمي -أنساني).

رابعاً: حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بطلبة -الصفوف الثالثة في جامعة تكريت / الدراسات الصباحية ولكلا الجنسين للعام الدراسي ٢٠١٧-٢٠١٨.

خامساً: تحديد المصطلحات: الرفاهية النفسية Psychological well-Being

عرفها كل من: –

١. **مؤمن (٢٠٠٤)**: هي خبرة انفعالية سارة أو إيجابية تتضمن الشعور بالبهجة والتفاؤل والسرور والمرح وحب الحياة والناس والإحساس بالقدرة على التأثير على الآخرين (مؤمن، ٢٠٠٤: ٤٣٦).

٢. **جودت (٢٠٠٧)**: هي حالة انفعالية وعقلية تتسم بالإيجابية يخبرها الإنسان ذاتيا وتتضمن الشعور بالرضا والمتعة والتفاؤل والأمل والإحساس بالقدرة على التأثير في الأحداث بشكل إيجابي (جودت، ٢٠٠٧: ١٣٤).

٣. **رايف (2008) Ruff & Singer**: مجموعة من المؤشرات السلوكية تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام (Ruff & Singer،2008).

– **التعريف النظري للرفاهية النفسية:** شعور داخلي إيجابي واستمتاع باطمئنانيه نفسية والقدرة على التعامل مع المشكلات في سبيل تحقيق حياة أفضل.

الفصل الثاني

إطار نظري ودراسات سابقة

أولا: إطار نظري

الرفاهية النفسية: يعد الارتقاء بالإنسان الهدف الرئيسي لعلم النفس قديماً وحديثاً، لكنّ آلية المعالجة المتبعة في ذلك قد اختلفت، حيث تمّ التركيز لسنوات طويلة على الأمراض والاضطرابات النفسية كالاكتئاب والقلق والسلوك اللاسوي وغيرها من النواحي السلبيّة في حياة الإنسان، وإهمال الكثير من النواحي الإيجابيّة التي يمتلكها الإنسان كالسعادة والتفاؤل والصلابة النفسيّة والرضا عن الحياة والإحساس بمعنى الحياة وغير ذلك من القوى والفضائل الإنسانية. ويبدو ذلك الإهمال واضحاً في النقص الحاد في إعداد البحوث حول الجوانب الإيجابيّة؛ حيث يشير كل من مايرز و دينير Myers & Diener 1995 إلى إن نسبة الدراسات النفسية المتصلة بالحالات السلبية مقارنة بالحالات الإيجابية قد بلغ 1:17 (Myers & Diener., 1995,27). ولم يقتصر ذلك فقط على الدراسات والأبحاث إنما امتدّ ليشمل الخطط العلاجية التي انصب الاهتمام فيها على تعديل أنماط السلوك السلبية وعلاجها دون العمل على معرفة تنمية جوانب القوة التي يمتلكها الأفراد مما ينعكس إيجاباً على الفرد والمجتمع، ولكن في ثمانينيات القرن العشرين حصل تحول في مسار علم النفس، فقد تضاعفت أعداد الأبحاث المنشورة عن السعادة والأمل والرضا عن الحياة بمقدار أربع مرات (من ٢٠٠ بحث سنوياً إلى ٨٠٠ بحث) (Raofi 2011:43 Momeni, Kalali, Anvari, &) حيث تنبّه علماء النفس إلى ضرورة الاهتمام بموضوعات نفسية تسعى لفهم المشاعر والجوانب الإيجابية من السلوك الإنساني، وتعمل على بناء القوة والفضيلة بهدف السعي إلى تطور وتقدم المجتمعات وعدم الاقتصار فقط على تنمية الأفراد، ونتيجة لذلك ظهر علم النفس الإيجابي Positive Psychology في التسعينيات على يد عالم النفس الأمريكي سيلجمان Seligman ويهدف هذا العلم إلى تحقيق فهم منهجيّ للقوى التي يمتلكها الأفراد والجماعات والمجتمعات على النحو الذي يساهم في نموها وازدهارها

واستخدام المعلومات التي يتم التوصل إليها في هذا المجال لتطوير وسائل فعالة من أجل إحداث تغييرات إيجابية. وفي ضوء هذا التوجه ظهرت العديد من الدراسات التي بحثت في موضوع السعادة ومصادرها كأحد الموضوعات الرئيسية التي تندرج في إطار علم النفس الإيجابي، وقد أظهرت هذه الدراسات إن المشاعر الإيجابية والمشاعر السلبية مستقلة عن بعضها البعض وموروثة بدرجة كبيرة (معمريه، ٢٠١٢: ٩٩). فبالرغم من كون السعادة تعتمد على عوامل موقفيّة إلا إنه يوجد إفراد أكثر سعادة من غيرهم، ومهما واجهوا من صعوبات أو ظروف إلّا إنهم دوماً ينظرون إلى الجانب المشرق، ويتمتعون بالأمل والتفاؤل ويتوقعون حصول الأفضل(جودة وأبو جراد،٢٠١٠: ١٤٨)، وكذلك يحققون درجات مرتفعة على مقاييس الثقة بالنفس والكفاءة الذاتية (العنزي،٢٠٠١: ٣٦٦)، ويمتازون بالصلابة النفسيّة والتقدير المرتفع للذات (الخولي،٢٠٠٢: ١٥٠)، وهم أكثر تفهماً لمشاعر الآخرين ويتمتعون بدرجة مرتفعة من الذكاء الوجداني إضافة إلى اتزانهم من الناحية وهذا ما يؤهلهم لإن يكونوا الأفراد الأكثر صحة من الناحية النفسية والجسديّة (عبد الخالق ومراد،٢٠٠١ :٣٤٣). إن الشعور بالرفاهية والتعبير عنها يختلف من فرد لأخر ومن ثقافة لأخرى، ومن مرحلة عمرية لأخرى، وكذلك تتباين مصادر الرفاهية من فرد لآخر، وتعددت تعريفات الرفاهية، فتعرفها (النيال وماجدة، ١٩٩٥) إنها شعور وانفعال متكامل يتراوح ما بين الطفولة السوية المشبعة وتحقيق إشباعات الحاضر، وإنها مشاعر راقية وانفعال وجداني إيجابي مازال الإنسان ينشد الوصول إليه باعتباره من الغايات الأساسية (النيال وماجدة، ١٩٩٥: ٢٤٤). مما سبق يتضح وجود تباين في تعريف الرفاهية النفسية بشكل عام، إلا إن معظم الباحثين اتفقوا على إنها مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تدل على توفر حالة من الرضا العام لدى الفرد وسعيه المستمر لتحقيق أهدافه الشخصية في إطار الاحتفاظ بالعاهات الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين.

مفهوم السعادة: ما زال مفهوم السعادة حتى يومنا هذا من المفاهيم الغامضة التي حيرت العلماء، فعلى الرغم من الدراسات العديدة حول هذا الموضوع إلا إنه لم يتم التوصل إلى تعريف عام ومشترك لمفهوم السعادة (Netle,2005.p;16). وينظر العلماء إلى الشعور بالسعادة من زاويتين:

* زاوية نفسية – وجدانية تشمل الشعور بالمتعة واللذة، والفرح والسرور، ومشاعر الأمن والطمأنينة.
* زاوية عقلية معرفية: تتضمن ما يدركه الفرد من رضا عام عن حياته أو أحد جوانب حياته الخاصة.

ولا يوجد خلاف بين النظرتين السابقتين لان الإنسان يعبر بسلوكياته عن السعادة التي يشعر بها بوجدانه، ويدركها بعقله، بالتالي لا نستطيع الفصل بين ما هو وجداني وما هو عقلي، فالسعادة التي نلاحظها في سلوك السعيد تتكون من ثلاثة جوانب متداخلة متكاملة ولا يمكن الفصل بينها وهي (الجانب المعرفي، والجانب الوجداني، والجانب النفس-حركي) يظهر فيما يعبر به السعيد عن سعادته سواء بالكلام أو لغة الجسد. (مرسي،٢٠٠٠: ٤٠). وبناءً على ما سبق حاول العلماء تعريف السعادة، فركز بعض العلماء على واحدة من وجهتي النظر السابقتين، فيما حرص البعض الآخر على التوفيق بين الناحية الوجدانية والمعرفية وتقديم تعريف شامل لمفهوم السعادة. ويعرّف معجم علم النفس والسعادة على إنها: حالة من المرح والهناء، تنشأ أساساً من إشباع الدوافع، لكنها تسمو إلى مستوى الرضا النفسي. (المحروقي، ٢٠١٢: ١٣). أمّا فينهوفن Veenhoven فقد عرف السعادة بانها " الدرجة التي يحكم بها الشخص إيجابياً على نوعية حياته الحاضرة بوجه عام" (Veenhoven, 1993,17). بينما يعرفها آكور Achor بانها: اختبار الانفعالات الإيجابيّة (المتعة) ممزوجة بمشاعر عميقة من المعنى و الهدف (Achor,2010,48)

المناحي المفسرة للسعادة:

١- **المنحى الاجتماعي:** يختلف الناس في مستوى السعادة لدى كل منهم، وحاول العلماء الاجتماعيون تفسير

هذه الفروق فافترضت الدراسات المبكرة إن المتغيرات الاجتماعية والمرتبطة بالخصائص السكانية مثل: العمر، الجنس، والحالة الزوجية، والدخل تفسير الفروق الفردية في السعادة، وقد عرف هذا التوجه بحركة المؤشرات الاجتماعية في بحوث السعادة، وحيث اعتبرت السعادة نتاجاً لهذه المتغيرات، ولكن الدراسات الأحدث القت شكوكاً على هذا المنظور المبكر، فقد ظهر إن تأثير المتغيرات الاجتماعية المرتبطة بالخصائص السكانية (الديموغرافية) تأثير قليل ويفر نسبة ضئيلة من الفروق الفردية في السعادة. (عبد الخالق واخرون،٢٠٠٣: ٢٠).

٢- **المنحى البيئي**: وقد أكد أصحاب المنظور البيئي للسعادة على أحداث الحياة، ويهتم أصحاب هذا المنظور بفحص الأحداث الأساسية المهمة في الحياة، سواء أكانت إيجابية أم سلبية لتوضيح التغيرات في السعادة ويلاحظ أصحاب هذا النموذج إن مستوى السعادة لدى بعض الناس يمكن إن يتغير ويتذبذب بدرجة كبيرة عبر الزمن، وذلك إن السعادة تتأثر بأحداث الحياة وتقلباتها، سواء أكانت جيدة أم سيئة وبخاصة تلك الأحداث الدرامية الخطيرة (عبد الخالق، وآخرون، ٢٠٠٣: ٢٣).

٣- **المنحى الشخصي**: فأما النماذج الشخصية فقد افترضت إن السعادة سمة ثابتة تعتمد أساساً على الشخصية، ويهتم هذا المنحى بمختلف سمات الشخصية وبخاصة العوامل الخمسة الكبرى، ويؤكد إن لدى كل فرد إمكانية فطرية للسعادة، ويرى أصحاب هذا التوجه إن السعادة تتحدد أساسا عن طريق عوامل الشخصية (عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣: ٢٤).

٤- **المنحى الفسيولوجي**: يذكر فروم إن السعادة إن ليست حالة ذاتية فحسب، ولكنها استجابة عضوية تظهر من خلال زيادة الحيوية والنشاط للجسم، والتمتع بالصحة، والقدرة على بذل أقصى الجهد، وكذلك الشعور بعدم السعادة، إذ تتأثر الاستجابات العضوية وتكشف عن ذاتها من خلال اضطرابات نفسية جسمية، وهبوط في معدلات الحيوية والطاقة والنشاط الجسمي، إلى جانب الشكوى من الصداع والكسل، وتظل السعادة من وجهة نظر فروم خداعا، ما لم تنبع من التفاعل الجسمي السليم لطاقة أعضاء الجسم. (العنزي، ٢٠٠١: ٣٥).

٥- **المنحى الفلسفي**: يذكر مسكويه إن الحكماء الذين كإنوا قبل أرسطو مثل فيثاغورث وسقراط وأفلاطون وأشباههم أجمعوا على إن السعادة تكون في قوى النفس وفضائلها: الحكمة والشجاعة والعفة والعدالة، وإن هذه الفضائل كافية في السعادة ولا يحتاج إلى غيرها من فضائل البدن أو غيره، وإن الإنسان إذا حصل تلك الفضائل لم يضره في سعادته يكون سقيما ناقص الأعضاء مبتلى بجميع أمراض البدن ولا يقدح في السعادة إلا ما يلحق بالنفس من ضرر وأذى مثل فساد العقل ورداءة الذهن وما أشبهها، وأما الفقر والخمول وسقوط الجاه وسائر ما يأتي من الخارج فليست عندهم بقداحة في السعادة البتة.(الزغبي، ٢٠٠٦).

ثانياً: دراسات سابقة

١- **دراسة خرنوب (٢٠١٦)**: استهدف البحث التعرف على طبيعة العلاقة بين الرفاهية النفسية والذكاء الانفعالي والتفاؤل، وتحديد مساهمة كل من الذكاء الانفعالي والتفاؤل في التنبؤ بالرفاهية النفسية من جهة، وتحديد الفرق بين الجنسين في الرفاهية النفسية والذكاء الانفعالي والتفاؤل من جهة أخرى لطلبة قسم الإرشاد النفسي في كلية التربية بجامعة دمشق. وتكونت عينة البحث من (١٤٧) طالبا منهم (٣٠) طالبا و(١١٧) طالبة. وقد استخدم في البحث مقياس الرفاهية النفسية " لرايف ١٩٨٩" ومقياس الذكاء الانفعالي متعدد العوامل "لماير وآخرين

١٩٩٧" والقائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم "لأحمد عبد الخالق ١٩٩٦" وقد استعمل الباحث وسائل إحصائية وتحليل الانحدار المتعدد. وقد أظهرت النتائج وجود علاقات إيجابية دالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور والإناث في الرفاهية النفسية ومكوناتها الفرعية والذكاء الانفعالي والتفاؤل. كما ظهرت النتائج أيضاً تحليل الانحدار المتعدد إن الذكاء الوجداني والتفاؤل ساهمت بشكل كبير في التباين بالرفاهية النفسية ومكوناتها الفرعية. (خرنوب، ٢٠١٦: ٢١٧-٢٤٢).

٢- **دراسة السلطان والجبوري (٢٠١٧)**: هدفت الدراسة إلى تقييم الرفاهية النفسية في دور الرعاية وإيجاد العلاقة بين هذه المستويات وبعض الخصائص الديموغرافية للمسنين في دور الرعاية في بغداد. أجريت دراسة وصفية تحليلية وتم اختيار العينة بالطريقة عشوائية من (٦٠) مسنا وتم اختيارهم وفقا لمعايير عينة الدراسة موزعين على النحو التالي (٤٠) مسنا من دار الرشاد و (٢٠) مسنا من دار الصليخ لرعاية المسنين وتألف الاستبيان من (٥٠) فقرة تم توزيعها عبر جزئين رئيسين وهي المعلومات العامة: ويشمل هذا (٨) وحدات وأسئلة تتعلق بالرفاهية النفسية وهي تتألف من (٤٢) سؤالا، حيث تم تحليل البيانات باستخدام برنامج (spss) الإصدار (٢٠) عن طريق البيانات الوصفية من خلال تحديد التكرارات والنسب المئوية وجدول إحصائي واستدلالي لتحليل البيانات الإحصائية من قبل تطبيق الاختبار (كاي سكوير) الذي يستخدم لتحديد الارتباط بين الحالة الاجتماعية للمسنين والخصائص الديموغرافية والصحة النفسية. وأظهرت النتائج إن نسبة (٥٨.٣) من المسنين تتراوح أعمارهم من (٦٥-٧٠) عاما وإن مصادر الدخل لهم مختلفة، ولكن (٥١.٧) منهم يحصلون على راتب تقاعدي. والسبب الرئيسي للجوئهم إلى دار المسنين (٥٦.٧) كانت مشاكل عائلية والمستوى العالي من الرفاهية النفسية (٢١.٦) من النساء و (٢٣.٣) من المستوى العالي للرفاهية النفسية كانت إجاباتهم كافية للدخل الشهري، وظهرت أيضا إن هناك علاقة واضحة بين الرفاهية النفسية والدخل الشهري ومصادر الدخل. (السلطان والجبوري،٢٠١٧: ٨٦-٩٥).

٣- **دراسة داس غوبتا وكيومار (2010) (Das Gupta & Kumar)**: دراسة "الارتباطات النفسية بالرفاهية" والغرض من هذه الدراسة هو تحديد العلاقة بين كل من أسلوب العزو والشخصية، وأسلوب التنشئة الوالدية الواعية وحياة الإجهاد والرفاهية. وكانت العينة من (40) شخصاً منهم (١٧) من الذكور و(٢٣) من الإناث تتراوح أعمارهم بين(٢٣-٢٨) سنة. وقد استخدم الباحثان عدة مقاييس (مقياس استبيان أوكسفورد للرفاهية من إعداد. Argyle et al) و (مقياس أسلوب العزو من إعداد Peterson et al) و(القائمة المختصرة للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية). وقد أظهرت الدراسة عدة نتائج منها:

أ- وجود علاقة إيجابية ودالة إحصائية بين طريقة الأبوة والأمومة (رعاية الأب، رعاية الأم) والرفاهية.

ب- هناك علاقة ارتباط إيجابية ودالة إحصائية بين الرفاهية وكل من(الانبساط والانفتاح على الخبرة).

ت- هناك علاقة ارتباط ودالة إحصائية سلبية بين الرفاهية والعصبية. (**Das Gupta & Kumar, 2010: 60-66**).

٤- **دراسة مولتفت وآخرون (2010) (Moltafet et al)**: دراسة بعنوان "سمات الشخصية والتوجهات الدينية والرفاهية" تهدف الدراسة إلى تحديد العلاقة بين سمات الشخصية والرفاهية والتوجهات الدينية. وقد كانت

عينة الدراسة من (301) ما بين طالبٍ وطالبة من جامعة شيراز منهم (١١) **من** الذكور (١٩١) من الإناث وقد بلغت أعمارهم ما بين (١٤-٢٤) سنة. واستخدم الباحثون ثلاث مقاييس وهي (قائمة العوامل الخمسة الكبرى NEO-FFI من إعداد Costa& McCrae،1992) و(مقياس التوجهات الدينية IEROS وهو من إعداد Allport & Ross، 1976) و(قائمة أوكسفورد للرفاهية OHI وهي من إعداد 1989، et al.Argyle). وقد أظهرت الدراسة عدة نتائج منها:

١- هناك علاقة الارتباط الإيجابية والدالة إحصائيا بين الرفاهية والانبساط.

٢- هناك علاقة الارتباط السلبية والدالة إحصائيا بين الرفاهية والعصبية.

٣- تحليل الانحدار المتعدد أظهر إن الانبساط والتوجه الديني الداخلي منبئات إيجابية في الرفاهية، في حين كانت العصبية مؤشراً سلبيا في الرفاهية.

٤- أما التوجه الديني يلعب دور الوسيط الدال إحصائيا بين سمات الشخصية والرفاهية. (**Moltafet et al, 2010:63-69**).

مناقشة الدراسات السابقة

لقد استفاد الباحث من الاطلاع على الدراسات السابقة في التعرف على الإجراءات البحثية التي اتبعها الباحثون ومن الجوانب الفنية والتطبيقية التي مهدت الطريق لتنفيذ هذه الدراسة وإكمالها، وفيما يأتي توضيح مختصر لذلك.

أ-الأهداف: تنوعت الدراسات السابقة التي تناولت الرفاهية النفسية إذ إن منها ما استهدفت معرفة معدلات السعادة، ومعرفة الشعور بالسعادة، ومنها التعرف على العلاقة بين السعادة وبعض العوامل كتقدير الذات والمساندة الاجتماعية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، ومنها التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في السعادة النفسية وغيرها. أما دراستنا الحالية فقد استهدفت معرفة الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة.

ب-المجتمع والعينة: تميزت الدراسات السابقة بتناولها فئات مختلفة وواسعة من المجتمعات عينة لبحوثهم امتدت من المرحلة الابتدائية وانتهت بالمرحلة الجامعية وذلك بحسب طبيعة الأهداف التي سعت كل دراسة إلى تحقيقها. أما دراستنا الحالية فقد اعتمدت على المجتمع الجامعي وللصفوف الثالثة حصراً.

ج-الأدوات: استعملت الدراسات السابقة أدوات قياسية مختلفة، منها برامج ومقاييس جرى بناؤها ومنها ما اعتمدت على أدوات معدة مسبقاً. أما الدراسة الحالية فقد قام الباحث ببناء مقياس للرفاهية النفسية تكون من (٤٩) فقرة والذي هو من متطلبات دراستنا الحالية.

د-الوسائل الإحصائية: لقد أشارت بعض الدراسات إلى الوسائل الإحصائية التي استعملتها في تحليل البيانات وتفسيرها بين كل دراسة وأخرى ومن أبرز تلك الوسائل (الاختبار التائي T. testلعينة واحدة ولعينتين مستقلتين، معامل ارتباط بيرسون، تحليل التباين) أما دراستنا الحالية فسيتم استعمال الوسائل الإحصائية المناسبة.

الفصل الثالث

إجراءات البحث

من أجل تحقيق أهداف البحث الحالي كان لابد من وصف مجتمع البحث وتحديده واختيار عينة ممثلة له، وتوفير مقياس يتسم بالصدق والثبات والموضوعية، فضلا عن استعمال الوسائل الإحصائية المناسبة لتحليل البيانات ومعالجتها وسوف نعرض في هذا الفصل استعراضاً هذه الإجراءات وكما يأتي:

أولاً: مجتمع البحث: أشتمل مجتمع البحث الكلي على طلبة جامعة تكريت للدراسة الصباحية لكافة المراحل للعام الدراسي (٢٠١٧-٢٠١٨) من الذكور والإناث والاختصاصات العلمية والإنسانية، والبالغ عددهم (١٦٥٦٩) [1] طالباً وطالبة، موزعين على (١٢) كليات علمية و(٦) كليات إنسانية، بواقع (٦٨٠٩) طالبٍ وطالبة في التخصص العلمي منهم (٣٨٩٩) طالباً و(٢٩١٠) طالبة، و(٩٧٦٠) طالباً وطالبة في التخصص الإنساني منهم (٦٣٨٨) طالباً و(٣٣٧٢) طالبة.

ثانياً: عينة البحث: تألفت عينة البحث الحالي من:

أ- عينة البحث ككل: بعد تحديد مجتمع البحث اختيرت عينة البحث الحالي بطريقة طبقية عشوائية موزعين بحسب متغيرات (التخصص والجنس)، إذ تألفت العينة التطبيق النهائية من (٢٦٠) طالباً وطالبة، أما عينة التمييز فكانت (٣٠٠) طالباً وطالبة، والعينة الاستطلاعية مكونة من (٥٠) طالباً وطالبة أصبح المجموع (٦١٠) طالبٍ وطالبة من مجتمع البحث.

ب -عينة التطبيق النهائي: تألفت عينة التطبيق النهائي من (٢٦٠) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الثالثة، بواقع (١٣٠) طالباً وطالبة في التخصص العلمي و(١٣٠) طالباً وطالبة في التخصص الإنساني، والجدول(١) يوضح ذلك.

جدول (١)

توزيع أفراد عينة البحث النهائي بحسب (التخصص، الجنس)

الكلية	التخصص	المرحلة الثالثة		المجموع
		الذكور	الإناث	
التربية للعلوم الصرفة	علمي	٢٠	٢٠	٤٠
العلوم		٢٠	٢٠	٤٠
علوم الحاسبات		٢٠	٢٠	٤٠
الآداب	إنساني	٢٠	٢٠	٤٠
التربية للبنات		٢٠	٣٠	٥٠
التربية للعلوم الإنسانية		٣٠	٢٠	٥٠
المجموع		١٣٠	١٣٠	٢٦٠

ثالثاً: أداة البحث: مقياس الرفاهية النفسية: من أجل قياس متغير الرفاهية النفسية اطلع الباحث على مجموعة من الدراسات والمقاييس ذات العلاقة بالمتغير منها: -

١- مقياس خرنوب(٢٠١٦) والذي يتكون من (٤٦) فقرة.

- **تم الحصول على بيانات مجتمع البحث من قسم شؤون الطلبة-جامعة تكريت/ للعام الدراسي (٢٠١٧-٢٠١٨)**

٢- مقياس السلطان والجبوري (٢٠١٧) والذي يتكون من (٤٢) فقرة.

٣- مقياس كيرمانز وآخرون (٢٠٠٣) والذي يتكون من (٥١) فقرة.

فوجد الباحث انه من الأفضل بناء أداة لقياس الرفاهية النفسية لمحدودية المقاييس المحلية والعربية واعتمادها على المقاييس الأجنبية التي قد تكون غير مناسبة لاختلاف الثقافات والبيئات التي أجريت فيها عن ثقافة مجتمعنا وظروفه، وقد حرص الباحث على بناء مقياس تتوفر فيه شروط بناء المقاييس العلمية من صدق وثبات وتمييز وفيما يأتي عرض تفصيلي لبناء هذا المقياس: -

١-إعداد مكونات المقياس: بعد أن جرى تحديد التعريف النظري للرفاهية النفسية حددت مكونات مكونات أساسية يشتمل عليها مفهوم الرفاهية النفسية وهذه المكونات هي:

١- **الهدف في الحياة:** ويعني شعور الفرد بوجود أهداف وآمال في الحياة بما يضفي له الشعور بالمعنى والقيمة وسعيه في سبيل تحقيقها وشعوره بالإحباط واليأس لافتقاده لها.

٢- **العلاقات الإيجابية بالأخرين:** ويعني قدرة الفرد على تكوين علاقات ناجحة مع الأخرين يكسوها الحب والصداقة في إطار من الأخذ والعطاء المتبادل.

٣- **الاستقلالية:** وتعني قدرة الفرد على التوجيه الذاتي في تخطيطه لحياته وخضوعه لمعايير موضوعية من اقتناعه الشخصي وثقته في ذاته واعتماده عليها.

٤- **تقبل الذات:** ويعني تقبل الفرد لنفسه بإيجابياتها وسلبياتها وماضيه بخيره وشره والرضا عنها.

٢-إعداد فقرات المقياس: بعد تحديد مكونات مقياس الرفاهية النفسية قام الباحث بصياغة (٥٦) فقرة، بواقع (١٥) فقرة لمكون الهدف في الحياة، و(١٤) فقرة لمكون العلاقات الإيجابية بالأخرين، و(١٤) فقرة لمكون الاستقلالية، و(١٣) فقرة لمكون تقبل الذات، ولكل فقرة (٥) بدائل وهي (**موافق جداً، موافق، لا رأي لي، غير موافق، غير موافق جداً**).

٣-تعليمات المقياس: تعد تعليمات المقياس بمثابة الدليل الذي يسترشد به المستجيب أثناء استجابته على فقرات المقياس (أبو حويج وآخرون،٢٠٠٢ :١١٣)، وضح الباحث كيفية الإجابة وطريقة الإجابة للطلبة.

٤-الصدق الظاهري للمقياس: يعد الصدق من الخصائص المهمة في الاختبارات والمقاييس النفسية، ومن أجل أن يوصف الاختبار بأنه صادق لا بد أن تتوفر فيه مؤشرات كثيرة تشير إليه وكلما زادت المؤشرات لمقياس معين زادت ثقتنا به (Anastasi&Urbina:1997,p;141). لغرض التعرف على مدى صلاحية الفقرات التي تقيس الظاهرة المدروسة تم عرضها بعد صياغتها الأولية على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاصات النفسية والمقاييس التربوية وذلك لبيان مدى صلاحيتها وسلامة صياغتها وملاءمتها للمجال الذي وضعت من أجله وقد بلغ عدد الخبراء المحكمين (١٤) خبيراً ملحق (٢) وعلى ضوء آرائهم ومناقشاتهم فقد تم الإبقاء على الفقرات التي كانت قيمة مربع كاي المحسوبة لها عند المقارنة بين عدد المحكمين الموافقين وعدد المحكمين غير الموافقين عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية واحدة أكبر من قيمة مربع كاي الجدولية البالغة (٣.٨٤)، علماً أن الفقرات التي حُذفت (٥) فقرات هي(**٧ ، ٩ ، ١١ ، ١٢ ، ١٥**) بواقع (٢) فقرة من المجال الأول، و(٢) فقرة من المجال الثاني، و(١) فقرة من المجال الثالث ليصبح المقياس مكون من (٥١) والجداول (٢) توضح ذلك.

جدول (٢)الخبراء الموافقين وغير الموافقين على صلاحية مقياس الرفاهية النفسية باستخدام مربع كاي

أرقام الفقرات	عدد الخبراء		قيمة كا٢		مستوى الدلالة٠.٠٥
	الموافقين	غير الموافقين	المحسوبة	الجدولية	
٣ ، ٤ ، ٥ ، ٨ ، ١٣ ، ١٤ ، ١٦ ، ١٨ ، ٢٠ ، ٢١ ، ٢٢ ، ٢٣ ، ٢٤ ، ٢٥ ، ٢٦ ، ٢٧ ، ٣٠ ، ٣٢ ، ٣٤ ، ٣٧ ، ٤٢ ، ٤٩ ، ٥٣ ، ٥٤ ، ٥٥	١٤	-	٧	٣.٨٤	دالة
١ ،٢ ، ١٠ ، ٦ ، ١٧ ، ١٩ ، ٢٨ ، ٢٩ ، ٣١ ، ٣٣ ، ٣٥ ، ٣٦ ، ٣٨ ، ٣٩ ،٤٠ ، ٤١ ، ٤٣ ، ٤٤ ، ٤٥ ، ٤٦ ، ٤٧ ، ٤٨ ، ٥٠ ، ٥١ ، ٥٢ ، ٥٦	١٣	١	٥.١٤		دالة
٧ ، ٩ ، ١١ ، ١٢ ، ١٥	١٠	٤	١.٢٨		غير دالة
العدد الكلي للفقرات ٥٦					

٥-تصحيح المقياس: لقد تمت صياغة فقرات المقياس وجرى إعداد مفتاح تصحيح للمقياس بحيث تحصل الإجابات (موافق جداً، موافق، لا رأي لي، غير موافق، غير موافق جداً) على (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على الترتيب.

٦-التطبيق الاستطلاعي: للتحقق من مدى وضوح تعليمات المقياس وفقراته وبدائله للمستجيب وحساب الوقت المستغرق في الاستجابة عن فقرات هذا المقياس، قام الباحث بتطبيق المقياس على (٥٠) طالباً وطالبة اختيروا بطريقة طبقية عشوائية متساوية والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)عينة التطبيق الاستطلاعي موزعة بحسب التخصص والجنس

الكلية	التخصص	الجنس		المجموع
		الذكور	الإناث	
العلوم	علمي	٢٠	١٠	٣٠
الآداب	إنساني	-	٢٠	٢٠
المجموع		٢٠	٣٠	٥٠

وقد تبين للباحث أنَ فقرات المقياس وتعليماته كانت واضحة وكان مدى الوقت المستغرق للإجابة على الفقرات (١٥-٢٥) دقيقة وبمدى (٢٠) دقيقة.

٧-التحليل الإحصائي: يشير أيبل (Ebel) إلى أنَ التحليل الإحصائي للفقرات يعد أداة فعّالة لتحسين الاختبار ويسهم كذلك في تجميع مجموعة من الفقرات عالية الجودة بحيث تكون دقيقة في قياس ما وضعت من أجل قياسه (Ebel,1972,p; 225)، ولقد استعمل الباحث أسلوبين لتحليل الفقرات إحصائياً هما:

أ- **حساب القوة التمييزية للفقرات**: تشير القوة التمييزية للفقرة إلى قدرة الفقرة على التمييز بصورة صحيحة بين المفحوصين من حيث امتلاكهم للسمة أو الخاصية التي يقيسها الاختبار (Anastasi & Urbin,1997,p;180-181) ولأجل التحقق من ذلك قام الباحث بالخطوات الآتية:

١- اختيار عينة طبقية عشوائية بلغت (٣٠٠) طالب وطالبة من كليات جامعة تكريت والجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)عينة التحليل الإحصائي لحساب تمييز الفقرات

الكلية	الذكور	الإناث	المجموع
الهندسة	٥٠	٥٠	١٠٠
الزراعة	٤٠	٤٠	٨٠
العلوم الإسلامية	٤٠	٤٠	٨٠
الإدارة والاقتصاد	٢٠	٢٠	٤٠
المجموع	**١٥٠**	**١٥٠**	**٣٠٠**

٢- طبق المقياس ملحق (٣) على أفراد العينة ثم صححت الإجابات ورُتبت الدرجات تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة من الدرجات الفعلية.

٣- اختيرت نسبة (٢٧%) العليا و(٢٧%) الدنيا من الدرجات لتمثل المجموعتين المتطرفتين وقد اعتمدت الباحث على هذه النسبة لأنها توفر مجموعتين على أفضل مايمكن من حجم وتمايز (Anastasi,& Urbin ,1997:180-181) وقد اشتملت المجموعتين على(١٦٢) استمارة وتضمنت(٨١) استمارة في كل مجموعة.

٤- قام الباحث باستعمال الاختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين بهدف اختبار الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا ولكل فقرة من فقرات المقياس، وعُدّت القيمة التائية مؤشرا لتمييز كل فقرة عن طريق مقارنتها بالقيمة الجدولية (١,٩٦) وأظهرت النتائج إن جميع الفقرات مميزة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢٩٨) ماعدا الفقرات (١٣، ٢٩) والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)القوة التمييزية لفقرات مقياس الرفاهية النفسية بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة ٠.٠٥
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	٣.٤٥٣	١.٥٨٧	٢.٥٤٦	١.٢٢٤	٤.٤٥٥	دالة
٢	٣.٢٨٨	١.٣٩٩	٢.٣١٩	١.٣٩٦	٤.٨٢٩	دالة
٣	٣.٢٧٨	١.٤٧٠	٢.٦٠٨	١.٠٨٥	٣.٦١١	دالة
٤	٢.٩٧٩	١.٤٦٤	٢.٢٨٨	١.٢٢٤	٣.٥٦٣	دالة
٥	٢.٩٦٩	١.٢٩٤	٢.٣٩١	١.٣٠٣	٣.٠٩٥	دالة
٦	٣.٥٩٧	١.٤٣٣	٢.٥٨٧	١.٣٢٨	٥.٠٩٠	دالة
٧	٢.٧٦٢	١.٤٧٧	٢.١٨٥	٠.٩٣٩	٣.٢٤٨	دالة
٨	٣.٦١٨	١.٤٦٨	٢.٥٧٧	١.٣٠٥	٥.٢٢٠	دالة
٩	٣.٣٨١	١.٣٩٥	٢.٥٠٥	١.٢٠٠	٤.٦٩٠	دالة
١٠	٣.٥٦٧	١.٤٤٩	٢.٤٦٣	١.٤٩٣	٥.٢١٩	دالة
١١	٣.٥٤٦	١.٥٧٤	٢.٥١٥	١.٢٧٥	٥.٠١٠	دالة
١٢	٣.٥٤٦	١.٥٦٨	٢.٤٧٤	١.١٢٨	٥.٤٦٦	دالة
١٣	٢.٣١٩	١.٥٨٤	٢.٢٠٦	١.٢٩٠	٠.٥٤٦	غير دالة
١٤	٢.٥٦٧	١.٥٠٦	٢.٠٧٢	١.١٤٧	٢.٥٧٣	دالة
١٥	٣.٥٥٦	١.٤٥٧	٢.٤٥٣	١.٣٤٦	٥.٤٧٥	دالة
١٦	٣.٦٨٠	١.٥٤٤	٢.٥٥٦	١.٣٦١	٥.٣٧٥	دالة
١٧	٣.٤٠٢	١.٥٤٥	٢.٣٦٠	١.٤٥٩	٤.٨٢٥	دالة
١٨	٢.٨٥٥	١.٥٨١	٢.١٦٤	١.٢٨٨	٣.٣٣٥	دالة

١٩	٢.٦٣٩	١.٤٣٠	٢.٠٨٢	١.١٦٩	٢.٩٦٨	دالة
٢٠	٣.٢٨٨	١.٥١٣	٢.٣٤٠	١.١٦٢	٤.٨٩٤	دالة
٢١	٣.٤٠٢	١.٥٥٢	٢.٧٤٢	١.٢٣٥	٣.٢٧٥	دالة
٢٢	٣.٥٣٦	١.٥٠٠	٢.٣١٩	١.٢٩٥	٦.٠٤٤	دالة
٢٣	٣.٤٦٣	١.٣٤٦	٢.٣٩١	١.٢٧١	٥.٧٠٢	دالة
٢٤	٣.٣٢٩	١.٣٥٩	٢.٤٥٣	١.١٧٢	٤.٨٠٧	دالة
٢٥	٣.٦٢٨	١.٤٤٥	٢.٦٤٩	١.٢٠٧	٥.١٢٠	دالة
٢٦	٣.٥٦٧	١.٥٤٠	٢.٧٠١	١.١٨٢	٤.٣٩١	دالة
٢٧	٣.٢٠٦	١.٤٧٨	٢.٥١٥	١.٠٣١	٣.٧٧٣	دالة
٢٨	٣.٠٩٢	١.٥١٤	٢.٥٢٥	١.١٧٣	٢.٩١٥	دالة
٢٩	٢.٧٩٣	١.٥٢٧	٢.٥٢٥	١.١٩٩	١.٥٣٧	غير دالة
٣٠	٢.٩٣٨	١.٤٩١	٢.٥٢٥	١.١٣٧	٢.١٦٥	دالة
٣١	٣.٥٠٥	١.٣٨٥	٢.٧٤٢	١.٣٧٩	٣.٨٤٤	دالة
٣٢	٣.٥٦٧	١.٤٥٧	٢.٦٤٩	١.٢٠٧	٤.٧٧٤	دالة
٣٣	٣.٦٠٨	١.٣٨١	٢.٥٣٦	١.٢٤٢	٥.٦٨٥	دالة
٣٤	٣.٥٧٧	١.٤٤٢	٢.٥٨٧	١.٢٠٥	٥.١٨٦	دالة
٣٥	٣.٦٨٠	١.٥٥٨	٢.٥٣٦	١.١٧٣	٥.٧٧٨	دالة
٣٦	٣.٥١٥	١.٤٧٩	٢.٧٠١	١.٢٣٤	٤.١٦٢	دالة
٣٧	٣.٠٤١	١.٦٠٦	٢.٤٥٣	١.٢٥٨	٢.٨٣٦	دالة
٣٨	٣.٣٢٩	١.٥٢٥	٢.٧٥٢	١.٣٣٠	٢.٨٠٨	دالة
٣٩	٣.٤٨٤	١.٤٥٨	٢.٤٥٣	١.٢٩١	٥.٢١٢	دالة
٤٠	٣.٦٢٨	١.٤٢٣	٢.٦٠٨	١.٣٤٢	٥.١٣٦	دالة
٤١	٣.٠٧٢	١.٥١٥	٢.٣٦٠	١.٠٨١	٣.٧٦٢	دالة
٤٢	٣.٤٦٣	١.٤٨٦	٢.٢٩٩	١.٢٥٩	٥.٨٨٩	دالة
٤٣	٣.٣١٩	١.٤٧٥	٢.٣٢٩	١.١٢٤	٥.٢٥٣	دالة
٤٤	٢.٧٨٣	١.٥١٥	٢.١١٣	١.١١٦	٣.٥٠٦	دالة
٤٥	٣.٤٨٤	١.٥٠٧	٢.٥١٥	١.٣٢٣	٤.٧٥٧	دالة
٤٦	٣.٥١٥	١.٤٦٥	٢.٥١٥	١.١٦٤	٥.٢٦١	دالة
٤٧	٣.٢٦٨	١.٥٠٣	٢.٥١٥	١.٣٢٣	٣.٧٠٠	دالة
٤٨	٣.٠٩٢	١.٤٩٣	٢.٢٣٧	١.١١٥	٤.٥٢٠	دالة
٤٩	٣.٥٦٧	١.٤٣٢	٢.٥٦٧	١.٣٠٥	٥.١٧٦	دالة
٥٠	٣.٣٤٩	١.٥٣٥	٢.٧٦٢	١.٣٣١	٢.٨٢٨	دالة
٥١	٣.٣٠٢	١.٤٤٥	٢.٣٦٥	١.٤٦٩	٤.٨٣٥	دالة

ب–علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس: يعد أسلوب ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس من الوسائل المستعملة في حساب الاتساق الداخلي للمقياس، إذ يهتم بمعرفة كون كل فقرة من فقرات المقياس تسير في الاتجاه الذي يسير فيه المقياس كلهُ أم لا، فهي تمتاز بأنها تقدم لنا مقياساً متجانساً (عبد الرحمن، ١٩٩٧ :٢٠٧). ولتحقيق ذلك قام الباحث بسحب عينة عشوائية من استمارات عينة التحليل الإحصائي تكونت من (١٠٠) استمارة وجرى إيجاد معامل الارتباط بطريقة بيرسون (person) بين درجات العينة على كل فقرة وبين درجاتهم الكلية على المقياس ووفقا لمعيار ايبل (Ebel-0,19)، وأظهرت النتائج إن جميع الفقرات دالة ماعدا الفقرات (١٣، ٢٩)، والجدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١	٠.٢٥٩	١٤	٠.٢٤٨	٢٧	٠.٤١٠	٤٠	٠.٣٣٠
٢	٠.٢٣٥	١٥	٠.٢٦٦	٢٨	٠.٣٠٧	٤١	٠.٣٣٧
٣	٠.٢٢٢	١٦	٠.٣٠٣	٢٩	٠.١٠٣	٤٢	٠.٣٣٧
٤	٠.٢٦٦	١٧	٠.٤١٩	٣٠	٠.٤٩١	٤٣	٠.٤٣٠
٥	٠.٢٤٨	١٨	٠.٤٤١	٣١	٠.٢٩٦	٤٤	٠.٢٦٨
٦	٠.٤١٥	١٩	٠.٣٨٠	٣٢	٠.٤٢٦	٤٥	٠.٣٦٥
٧	٠.٣٠٥	٢٠	٠.٤١٢	٣٣	٠.٢٩١	٤٦	٠.٣٧٩
٨	٠.٣١٨	٢١	٠.٣٩٣	٣٤	٠.٤٥٩	٤٧	٠.٢٣٣
٩	٠.٤١٧	٢٢	٠.٣٥١	٣٥	٠.٤٤٤	٤٨	٠.٤٢٦
١٠	٠.٣٤٥	٢٣	٠.٤٠٦	٣٦	٠.٣٨٩	٤٩	٠.٤١٩
١١	٠.٢٥٢	٢٤	٠.٢٧١	٣٧	٠.٣٦٦	٥٠	٠.٣٢٢
١٢	٠.٣٩٧	٢٥	٠.٣١١	٣٨	٠.٢٣٦	٥١	٠.٢٦٣
١٣	٠.١٤١	٢٦	٠.٢٧٨	٣٩	٠.٣٧١		

٨-مؤشرات الصدق: وهو خاصية سيكومترية تكشف عن مدى تأدية المقياس للغرض الذي أعد من أجله (عودة والخليلي، ١٩٩٣ :٣٨٣)، ويعد الصدق من الخصائص المهمة التي يجب مراعاتها في بناء المقاييس النفسية، والمقياس الصادق هو المقياس الذي يحقق الوظيفة التي وضع من أجلها بشكل جيد (stanly&hopkins,1972,p;101) وللتأكد من صدق المقياس الحالي فقد تحقق الباحث من صدق المحتوى بنوعيه:

١-**الصدق المنطقي:** وجرى ذلك عن طريق تحديد مفهوم الرفاهية النفسية وتحديد مكوناته وإعداد الفقرات لكل مكون.

٢-**الصدق الظاهري:** وجرى ذلك عن طريق عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين في العلوم التربوية والنفسية ملحق (٣) وذلك بهدف تقويم مدى صلاحية الفقرات وملاءمتها لمكونات المقياس في قياس ما اعد لقياسه.

٩-ثبات المقياس(Reliability): يعد الثبات من المفاهيم التي يتطلب أي مقياس التمتع به ليكون صالحا للاستعمال (الإمام وآخرون، ١٩٩٠، ١٤٢) والمقياس الجيد هو المقياس الذي يعطي النتائج نفسها في كل مرة ويجري الاعتماد عليه، بغض النظر عن الفرد القائم بعملية القياس (مجذوب،٢٠٠٣: ١٢٦) ولحساب معامل الثبات قامت الباحث بتطبيق مقياس الرفاهية النفسية على عينة بلغت (١٠٠) طالب وطالبة اختيروا بطريقة طبقية عشوائية، وقد اعتمد الباحث في حساب ثبات المقياس على طريقة إعادة الاختبار (Test –re-test) بعد التطبيق الأول بأسبوعين أُعيد تطبيق المقياس على العينة نفسها واستخراج معامل ارتباط بيرسون(person) بين درجات الطلبة في التطبيقين الأول والثاني، إذ بلغ معامل الثبات (٠,٨٦) وهو معامل جيد، إذ يشير (عيسوي، ١٩٨٥) إلى أنَ معامل الارتباط يجب أن يتراوح بين(٠,٧٠-٠,٩٠) إذا أريد وصف الأداة بأنَها ذات ثبات مقبول(عيسوي،١٩٨٥: ٥٨).

التطبيق النهائي: بعد الانتهاء من إعداد مقياس الرفاهية النفسية المكون من (٤٩) فقرة ملحق(٤) طبق الباحث المقياس بصيغته النهائية على عينة التطبيق النهائي البالغة (٢٦٠) طالب وطالبة.

الوسائل الإحصائية: استعمل الباحث مجموعة من الوسائل الإحصائية سواء في إجراءات البحث أم في تحليل نتائجه وهي (الاختبار التائي لعينة واحدة (T-Test)، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين(T-Test)، معامل ارتباط بيرسون، معادلة ألفا كرونباخ، مربع كاي).

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

الهدف الأول: تعّرف مستوى الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة: يوضح الجدول (٧) إن المتوسط الحسابي لأفراد العينة على الاختبار كان (١٧٩.٢٨٤) درجة والانحراف المعياري (١٨.١٣٣) درجة وعند مقارنتها بالوسط الفرضي* البالغ (١٤٧) وباستعمال الاختبار التائي (t.test) وتبين أن القيمة التائية المحسوبة (٢٨.٧٠٧) هي أعلى من القيمة الجدولية البالغة (١.٩٦٢) عند مستوى دلالة (٠.٠٥).

جدول (٧)الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي والقيمة التائية المحسوبة لأفراد العينة على مقياس الرفاهية النفسية

العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدوليه	
٢٦٠	١٧٩.٢٨٤	١٨.١٣٣	١٤٧	٢٨.٧٠٧	١.٩٦٢	٠.٠٥

وتدل هذه النتيجة على أن طلبة الجامعة يتمتعون برفاهية نفسية مما يدل على انهم قد تجاوزوا الصعوبات والمعوقات والمشاكل التي يمرون بها وهذا مؤشر إيجابي على أن الطلبة لديهم مرونة نفسية تجعلهم قادرين على التعامل مع المواقف المختلفة مما ينعكس إيجابياً على سلوكهم وتصرفاتهم وجعلهم يفكرون بالرفاهية النفسية. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة خرنوب (٢٠١٦).

الهدف الثاني: تعّرف مستوى الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور-إناث).

من الجدول (٨) تبين أن الوسط الحسابي للذكور على مقياس الرفاهية النفسية هو (١٧٩.٩٣٠) وانحراف معياري(٢٠.٠٠٠)، بينما كان الوسط الحسابي للإناث (١٧٨.٨٦١) درجة وانحراف معياري(١٦.٠٤٥) وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وجد أن القيمة التائية المحسوبة (٠.٤٧٥) وهي أصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦٢) عند مستوى دلالة (٠.٠٥).

• تم استخراج الوسط الفرضي للمقياس وذلك من خلال جمع درجات البدائل الخمسة وتقسيمها على عددها ثم ضرب النتائج في عدد الفقرات، فقد كانت البدائل هي (٥ ،٤ ،٣ ،٢ ،١) فيكون مجموعها (١٥) ومتوسطها يكون (٣) ثم ضرب المتوسط في عدد الفقرات (٤٩) فيكون الوسط الفرضي (١٤٧).

جدول (٨)مستوى الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور–إناث)

نوع العينة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
ذكور	١٣٠	١٧٩.٩٣٠	٢٠.٠٠٠	٠.٤٧٥	١.٩٦٢	٠.٠٥
إناث	١٣٠	١٧٨.٨٦١	١٦.٠٤٥			

وتدل هذه النتيجة على انه لا يوجد فرق بين الذكور والإناث في الرفاهية النفسية. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة أبو هاشم (٢٠١٠) وتختلف مع دراسة خرنوب (٢٠١٦).

الهدف الثالث: تعّرف مستوى الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير التخصص (علمي –أنساني): من الجدول (٩) تبين أن الوسط الحسابي للتخصص العلمي على مقياس الرفاهية النفسية هو (١٨٠.٧٣٨) درجه وانحراف معياري (١٦.٥٣٠) درجة بينما كان الوسط الحسابي للتخصص الإنساني (١٧٧.٨٣٠) درجة وانحراف معياري (١٩.٥٦٣) استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وجد أن القيمة التائية المحسوبة (١.٢٩٤) وهي أصغر من القيمة الجدولية البالغة (١،٩٦٢) عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

جدول (٩)مستوى الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير التخصص (علمي –أنساني)

التخصص	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
علمي	١٣٠	١٨٠.٧٣٨	١٦.٥٣٠	١.٢٩٤	١.٩٦٢	٠.٠٥
إنساني	١٣٠	١٧٧.٨٣٠	١٩.٥٦٣			

وتدل هذه النتيجة على انه لا يوجد فرق لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير التخصص (علمي –أنساني) في الرفاهية النفسية.

-الاستنتاجات: في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث يستنتج ما يلي: -

١. أكدت نتائج البحث الحالي على أن طلبة الجامعة يتمتعون برفاهية نفسية.

٢. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الرفاهية النفسية.

٣. لا يوجد فرق في التخصص(علمي-إنساني) في الرفاهية النفسية.

-التوصيات: في ضوء النتائج السابقة، يوصي الباحث بما يلي: -

١- إعداد ندوات ومحاضرات حول مفهوم الرفاهية النفسية وجعله واضحا لدى الطلبة.

٢- الاستفادة من مقياس الرفاهية النفسية في المجالات التربوية والتعليمية.

-المقترحات: استكمالاً للبحث الحالي يقترح الباحث الآتي:

١- إجراء دراسة مماثلة عن الرفاهية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية.

٢- إيجاد علاقة بين الرفاهية النفسية ومتغيرات أخرى مثل (الرضا عن الحياة، وجودة الحياة، والكفاءة الذاتية، وسمات الشخصية).

المصادر

- القرآن الكريم

١. أبو هاشم، السيد محمد، (٢٠١٠): النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية في بنها، المجلد عشرون، العدد الحادي عشر.

٢. الإمام، مصطفى وآخرون (١٩٩٠) القياس والتقويم، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد.

٣. جودت، أمال (٢٠٠٧): الذكاء الانفعالي وعلاقته بالسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الاقصى، مجلة جامعة النجاح للأبحاث، مجلد (٢١)، العدد (٣)، ٦٩٨-٧٣٨.

٤. جودت، أمال وأبو جراد، حمدي (٢٠١٠): التنبؤ بالسعادة في ضوء الأمل والتفاؤل لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، مجلد (٢٤)، العدد(٢)، ١٣٠-١٦٢.

٥. خرنوب، فتون (٢٠١٦): الرفاهية النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي والتفاؤل (دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة دمشق)، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، المجلد الرابع عشر، العدد الأول.

٦. السلطان، ميثم والجبوري، علي (٢٠١٧): الرفاهية النفسية للمسنين في دور الرعاية في مدينة بغداد، المجلة الوطنية للتخصصات التمريض، العراق، المجلد ٣٠، العدد١.

٧. عبد الرحمن، سعد (١٩٩٧)، القياس النفسي، ط٣، مكتبة الفلاح، الكويت.

٨. عبد العال، محمد احمد، وآخرون (٢٠١٣): الاستمتاع بالحياة في علاقته ببعض متغيرات الشخصية الإيجابية "دراسة في علم النفس الإيجابي"، مجلة كلية التربية ببنها، العدد (٩٣)، الجزء (٢).

٩. علام، سحر فاروق عبد المجيد، (٢٠٠٨): معدلات السعادة الحقيقية لدى عينة من طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية، مجلة دراسات نفسية، المجلد الثامن عشر، العدد الثالث.

١٠. عودة، أحمد سليمان والخليلي، فتحي حسن (١٩٩٣): أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية (عناصر البحث ومناهجه والتحليل الإحصائي لبياناته)، ط٢، مكتبة الكتاني للنشر والتوزيع.

١١. عيسوي، عبد الرحمن محمد (١٩٨٥) القياس والتجريب في علم النفس والتربية، الإسكندرية، دار المعارف الجامعية.

١٢. مايكل، أرجايل(١٩٩٣): سيكولوجية السعادة، ترجمة (فيصل يونس)، عالم المعرفة، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت، العدد (١٧٥).

١٣. مجذوب، فاروق(٢٠٠٣): طرائق ومنهجية البحث في علم النفس، ط١، شركة المطبوعات للتوزيع والنشر، بيروت، لبنان.

١٤. محمود، أحلام (٢٠٠٧): مستويات ومصادر إشباع السعادة كما يدركها المسنون في ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية وبعض المتغيرات الأخرى، المجلة العربية للدراسات النفسية، المجلد (٧)، العدد (٥٦)، ١١٥-١٩٣.

١٥. مؤمن، داليا محمد (٢٠٠٤): العلاقة بين السعادة وكل من الأفكار اللاعقلانية وأحداث الحياة السارة والضاغطة، المؤتمر السنوي الحادي عشر، لمركز الإرشاد النفسي بعنوان: "الشباب من أجل مستقبل أفضل"، مجلد (١)، ص ص (٤٢٧ – ٤٦١)

١٦. النيال، مايسة وماجدة، علي(١٩٩٥): السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والشخصية لدى عينة من المسنين والمسنات، مجلة علم النفس، العدد (٣٦)، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ص ص (٤٦-٧٨).

17. Anastasia ،A and Urbin ،S.(1997): Psychology Testing ،7th ed ، Prentice-Hall ،New York.
18. Carruthers، C.P.، & Hood، C.D.(2004). The Power of the Positive. Therapeutic Recreation Journal، 38(2).
19. Das Gupta، S.، & Kumar، D.(2010). Psychological Correlates Of Happiness. Indian Journal Of Social Science Researches.
20. Ebel،R.L.(1972) : Essential of Educational measurement ، new jersey. Englewood cliffs، prentice- Hall.
21. Moltafet،G.، Mazidi،M.، & Sadati، S.(2010).personality Traits، Religious Orientation and happiness، Procedia Social and Behavioral Sciences، 9.
22. Ruff، C. and singer.، (2008). Psychological well-Being and Ill-Being: Do they Have Distinct or Mirrored Biological Correlates? Psychotherapy Psychometrics، 75.
23. Stanly،J.، & Hopkins،K.(1972): Educational and psychological measurement and evaluation، New Jersey، Prentice Hall.