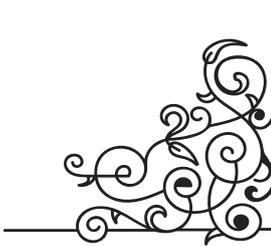
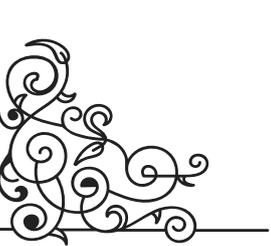


السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة

Psychological Well-Being among university students

المدرس الدكتورة
ندى صباح عباس الجنابي
Teacher Dr

Nada Sabah Abbas Al - Janabi



Research Summary:

The sense of happiness and expression varies from one person to another, from one culture to another, from one age to another. The sources of happiness differ from one person to another. The definitions of happiness have varied. Most researchers agreed that they are a set of behavioral indicators that indicate a general state of satisfaction in the individual and his constant quest to achieve his personal goals in the framework of maintaining positive social relations with others and happiness has strong positive effects on the behavior of the individual, including positive thinking where people think in different ways, and more positive when they are happy compared to their state of grief and grief, Those who are happy are more self-confident, more self-respecting, more socially competent, and are willing to solve their problems in better ways. They are more willing to provide social support to others:

1 – Psychological –Well–Being among university students .

2 – Significance of differences in the Psychological –Well–Being of university stu-

dents according to gender variables (male, female) and specialization (scientific, human)

In order to achieve the research objectives, the researcher adapted the psychometric measure of Psychological –Well–Being (Springe & Hauser, 2006) and the syllabus by (Dr. Mohammed Abu Hashim), After extracting the psychometric properties of the scale, the scale was applied to the sample of (200) students from the university. Appropriate Statistics The results showed the following:

1 – Mustansiriya University students enjoy Psychological –Well–Being.

2 – There are no statistically significant differences in the Psychological –Well–Being of university students according to the variables of gender (male, female) and specialization (scientific, human)

The researcher came out with some recommendations and suggestions.

* * *

ملخص البحث

بتكييف مقياس السعادة النفسية ل (Springe & Ahauer, 2006) والمعرب من قبل (د. السيد ابو هاشم) وبعد استخراج الخصائص السايكومترية للمقياس تم تطبيق المقياس على عينة البحث المكونة من (٢٠٠) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة وبعد تطبيق الوسائل الاحصائية المناسبة اظهرت النتائج مايلي:

١- يتمتع طلبة الجامعة المستنصرية بالسعادة النفسية .

٢- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة وفق متغيري النوع (ذكور، اناث) والتخصص (علمي، انساني). وقد خرجت الباحثة ببعض التوصيات والمقترحات .

* * *

ان الشعور بالسعادة والتعبير عنها يختلف من فرد لآخر، ومن ثقافة لآخرى، ومن مرحلة عمرية لآخرى، كما تتباين مصادر السعادة من فرد لآخر وقد تعددت تعريفات السعادة النفسية الا ان معظم الباحثين اتفقوا على انها مجموعة من المؤثرات السلوكية التي تدل على توفر حالة من الرضا العام لدى الفرد وسعيه المستمر لتحقيق اهدافه الشخصية في اطار الاحتفاظ بالعلاقات الاجتماعية الايجابية مع الاخرين وللسعادة اثارا ايجابية قوية على سلوك الفرد، منها التفكير الايجابي حيث يفكر الناس بطرق مختلفة، واكثر ايجابية عندما يكونون سعداء مقارنة بحالتهم عند الحزن والكابة، كذلك يكون السعداء اكثر ثقة بالنفس واكثر تقديرا لذواتهم واكثر كفاءة اجتماعية، ولديهم استعداد لحل مشكلاتهم بطرق افضل، وهم اكثر استعدادا لتقديم المساندة الاجتماعية للاخرين لذلك استهدف البحث الحالي التعرف على:

١- السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة .

٢- دلالة الفروق في السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة تبعا لمتغيري النوع (ذكور , اناث) والتخصص (علمي , انساني) .

ولتحقيق اهداف البحث قامت الباحثة

(١٥) وعلى الرغم من ان الغاية الاساسية لعلم النفس هي مساعدة الفرد على ان يحيا الحياة الطويلة التي يشعر فيها بالسعادة فقد تجاهل علماء النفس لسنوات طويلة المشاعر الايجابية الشخصية وظلت الانفعالات السلبية مثل: القلق، الاكتئاب، الضغوط النفسية، والتشاؤم الاكثر تناولا واهتماما في بحوثهم ودراساتهم، وتعد دراسات (Ryff 1985-2007) عن السعادة النفسية من اكثر الدراسات التي رسخت هذا المفهوم وطرق البحث فيه وكيفية قياسه واهم المؤشرات للتعرف عليه، حيث وضعت (١٩٨٨ Ryff) نموذج العوامل الستة للسعادة النفسية وهي: (الاستقلال الذاتي، والتمكن البيئي، والتطور الشخصي، والعلاقات الايجابية مع الاخرين، والحياة الهادفة، وتقبل الذات). (السيد ابو هاشم، ٢٠١٠: ٣٣٨)، ويرى مايكل ارجايل (١٩٩٧) انه يمكن فهم السعادة النفسية بوصفها انعكاسا لدرجة الرضا عن الحياة او بوصفها انعكاسا لمعدلات تكرار حدوث الانفعالات السارة، وشدة هذه الانفعالات، لذلك ينبغي ان نأخذ اربعة عناصر للسعادة في الاعتبار وهي: الرضا عن الحياة ومجالاته المختلفة والاستمتاع والشعور بالبهجة، والعناء بما يتضمنه من قلق واكتئاب والصحة العامة. والامن النفسي هو مفهوم معقد نظرا لتاثره بالتغيرات التكنولوجية والاجتماعية والاقتصادية السريعة والمتلاحقة

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

• الفصل الاول:

• أولاً: مشكلة البحث:

• Research problem:

يعتبر مفهوم السعادة النفسية Psychological Well-Being المفهوم الرئيس في علم النفس الايجابي لما له من مكانه بارزة في تاريخ الفكر الانساني، وقد سعى الجميع في الثقافات المختلفة الى السعادة بوصفها هدفا اسمي للحياة لارتباطها بالحالة المزاجية الايجابية، والرضا عن الحياة وجودتها وتحقيق الذات والتفائل (السيد ابو هاشم، ٢٠١٠: ١) وهذا المعنى يعتبر قريب الى حد ما من مفهوم جودة الحياة والذي يعني شعور الفرد بالسعادة، والرضا من اجل تحقيق المعنى في الحياة وتحقيق اهدافه وقيمه الخاصة والتي هي نتاج مدى قدرته على التطور والنمو بالشكل الذي يجعله قادرا على تحقيق اهدافه من اجل ان يحيا ويتصرف بحرية وسعادة ويصبح وجوده متميزا عن الاخرين وذا طابع واضح يعكس اتجاهاته، ويتداخل هذا المفهوم للسعادة النفسية مع بعض المفاهيم الاخرى وهي (الشعور بالراحة - الرضا عن الحياة - المتعة في الحياة - التوافق النفسي - الانجاز - الامن النفسي - القناعة). (مايكل، ١٩٩٧:

فالنساء اسعد في مرحلة الشباب (حيث يتمتعن بقمة جاذبيتهن)، اما الرجال فيكونون اسعد في مرحلة منتصف العمر (حيث يصلون الى قمة المكانة الاجتماعية). وبالرغم من وجود فروق بين الجنسين في معدل السعادة فان هناك مصادر للسعادة متشابهة (الاسرة، والتفاعل الاجتماعي) وهي مصادر متاحة للجنسين بفرص متساوية (سحر علام، ٢٠٠٨: ٤٦)، وظهرت نتائج بعض البحوث المرتبطة بالسعادة النفسية وجود فروق دالة احصائيا بين الذكور والاناث في بعض مؤشرات السعادة النفسية لصالح الذكور والبعض الاخرى لصالح الاناث، او وجود تاثير موجب دال احصائيا للجنس على السعادة النفسية Cooper & et al (1995) ” Benjet & Hernandez-Guzman (2001)”, Shek (2001), Roothman & et al (2003)“ واتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من: (السيد الشربيني، ٢٠٠٧)، (سحر علام، ٢٠٠٨)، (امسية الجندي، ٢٠٠٩) والتي اكدت وجود فروق بين الذكور والاناث في السعادة النفسية بمكوناتها المختلفة. بينما انتهت دراسة كل من: Cheng & Furnham (2003, 2004), Furr (2005), Pontrotto & et al . (2007), Burriss & et al (2009). الى عدم وجود فروق بين الذكور والاناث في السعادة النفسية بمكوناتها المختلفة. وظهرت نتائج بعض البحوث المرتبطة بالسعادة النفسية وجود فروق داله احصائياً بين

في حياة الانسان خاصة في الفترة المعاصرة . لذلك فدرجة شعور الفرد بالسعادة النفسية مرتبط بحالته النفسية وعلاقاته الاجتماعية ومدى اشباعه لدوافعه الاولى والثانوية، والامن النفسي يتكون من جانبين الاول داخلي ويتمثل في عملية التوافق النفسي مع الذات والثاني خارجي ويتمثل في عملية التكيف الاجتماعي . (السيد ابو هاشم، ٢٠١٠: ٣٤٠)

وبذلك يمكن تحديد مشكلة البحث الحالي
بالتساؤلات التالية:

هل يتمتع طلبة الجامعة بالسعادة النفسية؟
وهل هناك فرق في مستوى السعادة النفسية بين الطلبة من الذكور والاناث؟
وبين طلبة التخصص العلمي و التخصص الانساني؟.

• ثانياً: اهمية البحث:

• The Important of the Reseach

يعتبر مفهوم السعادة النفسية Psychological Well-Being المفهوم المحوري والرئيسي في علم النفس الايجابي لما له من مكانة بارزة في تاريخ الفكر الانساني، وسعى الجميع في الثقافات المختلفة الى السعادة بوصفها هدفا اسمي للحياة لارتباطها بالحالة المزاجية الايجابية والرضا عن الحياة وجودة الحياة وتحقيق الذات والتفائل، وتتضح الفروق بين الجنسين في معدلات السعادة في مراحل عمرية معينة،

الذكور والانات في بعض مؤشرات السعادة النفسية لصالح الذكور والبعض الاخر لصالح الاناث، او وجود تأثير موجب دال احصائيا للجنس بصفة عامة على السعادة النفسية او وجود تأثير موجب دال احصائياً للجنس بصفة عامة على السعادة النفسية . اما عن الفروق التي بين الجنسين في السعادة النفسية فقد هدفت دراسة (Benjet & Hernandez-Guzman, 2001) الى التعرف على الفروق بين الذكور والانات في السعادة النفسية، وظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائيا بين الذكور والانات في كل من صورة الجسم والاتجاه نحو الاخرين، والاكتئاب لصالح الاناث، بينما لم توجد فروق بينهم في تقدير الذات والتوافق النفسي والاجتماعي .

ومما ورد اعلاه تكمن الاهمية النظرية للبحث :

١- اعتماد مقياس الحث الحالي في دراسات اخرى على عينات مختلفة .

٢- الاستفادة من الدراسة الحالية في تنمية وتطوير تحقيق السعادة النفسية لدى الافراد .

٣- عدم توفر بحوث محلية تناولت السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة .

٤- التاكيد على اهمية الدور الايجابي للشخصية من خلال ما تحققة السعادة النفسية .

• **ثالثا: اهداف البحث:**

• **Aims of the Research:**

يستهدف البحث الحالي التعرف على:

١- السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة.
دلالة الفروق في السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة تبعا لمتغيري النوع (الذكور , الاناث) والتخصص (علمي ,انساني).

• **رابعا: حدود البحث:**

• **Limit of the Research :**

يتحدد البحث الحالي بطلبة الجامعة المستنصرية كافة الكليات والمراحل الدراسية للتخصصين العلمي والانساني

- وظهرت نتائج دراسة (SHEK, 2001)

بالنسبة للفروق بين الذكور والانات الصينيين في السعادة النفسية، وجود فروق داله احصائيا في القلق والاكتئاب لصالح الاناث حيث كانت درجاتهم منخفضة مقارنة للذكور، بينما كانت الفروق في الصحة العامة والاهداف في الحياة لصالح الذكور .

- وتحقق (Roothman & et'al 2003) من

الفروق بين الذكور والانات في السعادة النفسية انه يوجد فروق بينهم، حيث حقق الرجال درجات مرتفعة في المظاهر الجسمية والمعرفية والذاتية بينما اظهرت الاناث درجات مرتفعة في المظاهر

والحاضرة وما يتوفر له من فرص يتم الاستفادة منها في تحقيق اهداف حياته ومدى الاحساس بالكفاية والقدرة على ادارة البيئية حتى ولو كانت على درجة من التعقيد، والتحكم فيها اذ تعد هذه السمة من سمات الصحة النفسية والتي تتمثل في القدرة على التجديد والابتكار، وخلق شخصيات ذات سياقات مناسبة . (Ryff,2008:14).

التطور (النمو) الشخصي Personal Growth: وهو قدرة الفرد على تنمية وتطوير قدراته، وزيادة فعاليته وكفاءته الشخصية في الجوانب المختلفة، والشعور بالتفاؤل . اي مدى قدرة الفرد على ادراك طاقاته والانتقاء بها لكي تتقدم وتتسع باستمرار لكي يكون منفتحاً ومستعداً لتلقي اي خبرات جديدة تضاف الى رصيده من الخبرات التي تساهم في مثل هذا التطور والنمو بحيث يكون لديه الاحساس بالواقعية والتي سيجد الفرد نفسه بعدها قد تطور بمرور الزمن . اذن تعتبر الحياة هنا بالنسبة للفرد عملية مستمرة من التعلم والتغير والنمو.

العلاقات الايجابية مع الاخرين Positive Relations With Others: وهي قدرة الفرد على تكوين واقامة صداقات وعلاقات اجتماعية ايجابية متبادلة مع الاخرين على اساس من: الود، والمحبة والالفة، والثقة المتبادلة المتمثلة في القدرة على التعاطف القوي بينهم، والتفهم، والتاثير والدفء، والصداقة، والاخذ والعطاء

ومن كلا الجنسين (ذكور، اناث) ومن الدراسة الصباحية الاولى للعام الدراسي (٢٠١٧ - ٢٠١٨) .

• خامساً: تحديد المصطلحات:

• Limit of the Terms :

السعادة النفسية: Psychological Well-Being: هي مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام، وحددتها Ryff في ستة عوامل رئيسية هي:

الاستقلالية Autonomy: وتشير الى استقلالية الفرد وقدرته على اتخاذ القرار وعلى التفكير والتصرف بطرق معينة وتقييم نفسه وفقاً للمعايير الاجتماعية اي مدى قدرته على تحديد ذاته وثقته في ارائه الخاصة، وعلى مقاومة الضغوط الاجتماعية، وضبط وتنظيم السلوك الشخصي الداخلي اثناء التفاعل مع الاخرين . اي مدى قدرته على تقرير مصيره بنفسه واستقلاله بذاته وايضا مدى قدرته على اتخاذ قراراته بنفسه دون الاعتماد على الاخرين . (Ryff, 2008:13)

التمكن البيئي Envirmental Masery : وهو قدرة الفرد على التمكن من تنظيم الظروف المحيطة به ومدى الاستفادة بطريقة فعالة من هذه الظروف المحيطة، وتوفير البيئة المناسبة، والمرونة الشخصية اي تغيير البيئة وفق ما يراه الفرد ويتناسب معه اي من خلال خبراته الماضية

التعريف الاجرائي: هو مجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد في مقياس السعادة النفسية المكيف من قبل الباحثة.

• الفصل الثاني:

• الخلفية النظرية والدراسات السابقة

أ- الخلفية النظري:

ان الشعور بالسعادة والتعبير عنها يختلف من فرد لآخر، ومن ثقافة لآخرى، ومن مرحلة عمرية لآخرى، كما تتباين مصادر السعادة من فرد لآخر . وتعددت تعريفات السعادة، فيعرفها «مايكل ارجايل» (١٠:١٩٩٧) بانها شعور بالرضا والاشباع وطمانينة النفس وتحقيق الذات .

في حين ترى «مايسة النيال وماجدة خميس» (٢٤:١٩٩٥) ان السعادة شعور وانفعال متكامل يتراوح ما بين الطفولة السوية المشبعة وتحقيق اشباع الحاضر، كما انها مشاعر راقية، انفعال وجداني ايجابي مازال الانسان ينشد الوصول اليه باعتباره من الغايات الاساسية . وتحددها «امسية الجندي» (٢٦:٢٠٠٩) بانها حالة وجدانية ايجابية تعكس شعور الفرد بالسعادة نتيجة لما يتعرض له من مصادر السعادة الشخصية متمثلة في (الصحة، وجود اهداف محددة، التدين، الثقة بالنفس، التعليم والنجاح الدراسي والمستقبل المهني)، ومصادر السعادة الاجتماعية والمتمثلة في (الحب، الاسرة، الاصدقاء، نشاط وقت الفراغ)، وذلك كما يعبر عنها وفق ادراكه لها. بينما

وغيرها من العلاقات الانسانية وهذه من اهم عناصر الصحة النفسية لانها تعد معيار للنضج والتوافق والقدرة على تحقيق الذات وتقاسم الوقت مع الاخرين . (Ryff, 2008: 15).

الحياة الهادفة Purpose In Life: وهي

قدرة الفرد على تحديد اهدافه في الحياة بشكل موضوعي، وان يكون له هدف ورؤية توجه افعاله وتصرفاته وسلوكياته مع المثابرة والاصرار على تحقيق اهدافه. اي ان الشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية دائما ما يحمل اهدافا وافكارا توفر له معنا واضحا لحياته اي يعتبر هو الشخص الذي يمتلك ايمانا بان افعاله في الماضي والحاضر كانت ذات مغزى و توجهه نحو مستقبله حتما و تجعله مدركا للغرض من حياته والتي من خلالها ايجاد المعنى لها

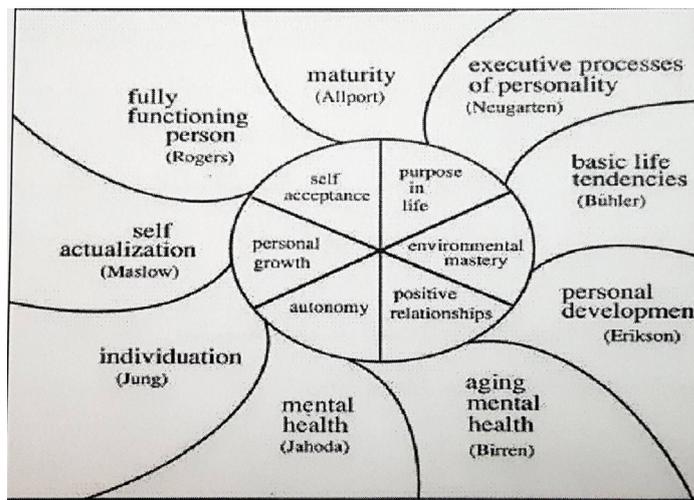
تقبل الذات Self - Acceptance: وتشير الى

القدر على تحقيق الذات والاتجاهات الايجابية نحو الذات والحياة، وتقبل المظاهر المختلفة للذات بما فيها من جوانب ايجابية واخرى سلبية اي مدى القدرة على تكوين موقف ايجابي تجاه نفسه اي الاعتراف بقبول جوانب متعددة من النفس اي الشعور الايجابي تجاه الحياة الماضية . (Ryff & Singer 2008 :16).

التعريف النظري: اعتمدت الباحثة على تعريف (Ryff, 2008) اعلاه تعريفا نظريا للسعادة النفسية .

يرى (Gonzalez & et al ., 2006 :267) ان السعادة النفسية احد مكونات جودة الحياة Psychological Well-Being as a Component of Quality of Life . مما سبق يتضح وجود تباين في تعريف السعادة بشكل عام، الا ان معظم الباحثين اتفقوا على انها مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تدل على توفر حالة من الرضا العام لدى الفرد وسعيه المستمر لتحقيق اهدافه الشخصية في اطار الاحتفاظ بالعلاقات الاجتماعية الايجابية مع الاخرين. ويضيف (Christopher,1999 :148) انه لكي تتكامل الرؤية حول السعادة النفسية للفرد يجب التركيز على نوعية الاهداف في الحياة، ووضع ومكانه الفرد بين اقرانه، ومراحل النمو المختلفة له .

وللسعادة اثارا ايجابية قوية على سلوك الفرد، منها التفكير الايجابي حيث يفكر الناس بطرق مختلفة، واكثر ايجابية عندما يكونون سعداء مقارنة بحالتهم عند الحزن والكابة، كذلك يكون السعداء اكثر ثقة بالنفس واكثر تقديرا لذواتهم واكثر في الكفاءة الاجتماعية، ولديهم استعداد لحل مشكلاتهم بطرق افضل، وهم اكثر استعدادا لتقديم المساندة الاجتماعية للاخرين (احمد عبد الرحمن، ٢٠٠١:١٥١) .
وقدمت (Ryff , 1989:1069-1081) بناء نظريا للسعادة النفسية يشتمل على ستة ابعاد هي (الاستقلالية، والتمكن البيئي، والتطور الشخصي، العلاقات الايجابية مع الاخرين، والحياة الهادفة، وتقبل الذات) . وتم بناء هذا التصور النظري على اساس النظريات والاراء النظرية المختلفة في مجال الشخصية، كما وضحتها (Ryff, 1995:100) في الشكل التالي :



شكل (١)

ابعاد السعادة النفسية عند رايف

يتضح من الشكل السابق ان Ryff تؤكد على اسهام مفاهيم نظريات الشخصية : الصحة العقلية في الشيخوخة (Aging Mental Health (Birren)، والنمو الشخصي (Erikson Personal Development)، وميول الحياة الاساسية Basic Life Tendencies Buhler، والعمليات التنفيذية للشخصية Executive Procresses of Personality Neugarten، والنضج Allport، Maturi الوظائف الكاملة للشخص Fully Functioning Person Rogers، وتحقيق الذات (Maslow Self-actualization)، والفردية (Individuation (Jung .

وتمكن (Gonzalez & et al . 2006 : 282) من تحديد (٢٩) مؤشر Indicators للسعادة النفسية لدى الافراد، تم تصنيفهم في (٨) عوامل رئيسية هي: الرضا والاستمتاع بالوقت (SAT. ENJO)، والرضا عن التعلم (SAT. LEAR)، وتقدير الذات (S ESTEEM)، والمساندة الاجتماعية المدركة (S SUPPORT)، والضبط المدرك (CONTROL)، والقيم المادية (MATERIA)، والقيم المعرفية والعقلية (CAPACTT)، والقيم الاجتماعية او العلاقات البينشخصية (INTERPE)، وظهرت نتائج تحليل المكونات الاساسية ان اسهام هذه العوامل في الدرجة الكلية للسعادة النفسية هو: (٦٤,٨٢٪) الرضا عن الحياة (الاستمتاع بالوقت، والرضا عن التعلم، والرضاعن العائلة والاصدقاء)، (٥٧,٨٨٪) للمساندة الاجتماعية المدركة (الاصدقاء، العائلة)، (٥٦,٨٠٪) للقيم (المادية، والمعرفية والعقلية، والاجتماعية)، (٥٣,٧٠٪) للضبط المدرك (الداخلي / الخارجي)، (٥٠,٥٦٪) لتقدير الذات (الايجابي / السلبي) .

وقدم (Ryff & Singer 2008 :25) وصفا تفصيليا لخصائص الافراد مرتفعي ومنخفضي السعادة النفسية كما يوضحها الجدول التالي :

«السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة»

ندى صباح عباس الجنابي || ٥٣٣

جدول (١) خصائص الافراد مرتفعي ومنخفضي السعادة النفسية

المرتفعين	المنخفضين	مكونات
<p>استقلالية الفرد، القدرة على اتخاذ القرار الذاتي - القدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية - التفكير والتفاعل بطرق محددة - والضبط الداخلي للسلوك - تقييم الذات بمعايير شخصية .</p>	<p>التركيز على توقعات وتقييمات الآخرين له - الخضوع لاحكام الآخرين في اتخاذ القرارات المهمة - التاثر بالضغوط الاجتماعية في قراراته وافكاره</p>	<p>الاستقلالية autonomy</p>
<p>الاحساس بالتمكن والكفاءة في ادارة البيئة - الضبط والتحكم في الأنشطة الخارجية • العمل بفعالية على استخدام الاحتياطات المناسبة - القدرة على اختيار وايجاد بيئة مناسبة للحاجات والقيم الشخصية</p>	<p>الصعوبة في ادارة شئون الحياة اليومية - الشعور بعدم القدرة على تغيير او تحسين البيئة المحيطة - عدم الوعي بالفرص المناسبة - قلة السيطرة على البيئة المحيطة</p>	<p>التمكن البيئي Environmental Mastery</p>
<p>الشعور بالنمو المستمر للشخصية - الانفتاح على الخبرات الجديدة- الشعور بالتفاؤل- التغير في التفكير كانعكاس للمعرفة الذاتية والفاعلية - الشعور بالتحسن المستمر للذات والسلوكيات بمرور الوقت</p>	<p>الاحساس بنقص النمو الشخصي - عدم القدرة على التحسن بمرور الوقت - قلة الاستمتاع بالحياة - الشعور بالضجر - الشعور بعدم القدرة على اكتساب سلوكيات واتجاهات جديدة</p>	<p>التطور الشخصي Personal Growth</p>

<p>عدم الثقة وقلة العلاقات الشخصية مع الآخرين - الصعوبة من تكوين علاقات دافئه منفتح مع الآخرين - الانعزال والشعور بالاحباط - عدم السعي لتكوين صداقات جديدة مع الآخرين</p>	<p>الدفء والرضا والثقة في العلاقات الشخصية مع الآخرين - الاهتمام بسعادة الآخرين - القدرة على التفهم والتأثير والصداقة والاخذ والعطاء في العلاقات الانسانية</p>	<p>العلاقات الاجابية مع الآخرين Positive Relations With Other</p>
<p>نقص الشعور بمعنى الحياة - اهدافه قليله - قله التوجه الذاتي - عدم القدرة على تحديد اهدافه - ليس لديه وجهة نظر او معتقدات تضي على حياته معنى</p>	<p>الاحساس بالتوجه والاهداف في الحياة - الشعور بمعنى الحياة في الوقت الحاضر والماضي - الثقة والموضوعية في تحديد اهدافه في الحياة</p>	<p>الاهداف في الحياة Purpose in Life</p>
<p>الشعور بعدم الرضا عن الذات الشعور بخيبة الامل نحو الحياة الماضية - الانزعاج المستمر من الاشخاص والاحساس بانهم مختلفين عنه .</p>	<p>الاتجاهات الموجبه نحو الذات - تقبل المظاهر المتعددة للذات بما تشمله من ايجابيات وسلبيات - الشعور الايجابي عن الحياة الماضية</p>	<p>تقبل الذات Self- Acceptance</p>

وبهذا فقد اعتمدت الباحثة على ما طرحه (Ryff,2008) حول ما يخص السعادة النفسية والذي اعتمد كاطار نظري في البحث الحالي.

ب- دراسات سابقة

الدراسات التي تناولت السعادة النفسية :

١- دراسة : (Benjet & Hernandez - Guzman (2001

هدفت دراسة (Benjet & Hernandez - Guzman (2001 الى التعرف على الفروق بين الذكور والاناث في السعادة النفسية، وتكونت العينة من (١١٠٢) فردا من المكسيكيين، منهم (٥٢٦) من

الذكور، (٥٧٦) من الإناث، ومتوسط أعمارهم (١١,٨) سنة . طبق عليهم بعض المقاييس التي تعتبر كمؤشرات للسعادة النفسية وهي : صورة الجسم، والتوافق النفسي والاجتماعي، والاتجاه نحو الآخرين، وتقدير الذات، والاكثئاب، وظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائيا بين الذكور والإناث في كل من صورة الجسم والاتجاه نحو الآخرين والاكثئاب لصالح الإناث . بينما لم توجد فروق بينهم في تقدير الذات والتوافق النفسي والاجتماعي (Benjet , 2001 : 47-65).

٢- دراسة : (Shek 2001)

لمعرفة الفروق بين الذكور والإناث الصينيين في السعادة النفسية اظهرت نتائج دراسة (Shek 2001) على عينة مكونة من (٢١٥٠) طالبا

وطالبة اعمارهم من (١١ الى ٢٠) سنة، طبق عليهم استبيان الصحة العامة General Health Questionnaire، وقائمة قلق السمة - الحالة State-Trait Anxiety Inventory، وقائمة بيك للاكثئاب (Beck Depression Inventory BDI)، واستبيان الاهداف في الحياة -in-Purpose (Life PIL) وجود فروق دالة احصائيا في القلق والاكثئاب لصالح الإناث حيث كانت درجاتهم منخفضة مقارنة الذكور، بينما كانت الفروق في الصحة العامة والاهداف في الحياة لصالح الذكور (Shek, 2001, : 405-412).

٢- دراسة (Roothman & et al 2003)

وتحقق (Rootman & et al 2003) من الفروق بين الذكور والإناث في السعادة النفسية لدى عينة مكونة من (٣٧٨) فردا منهم (٩٠) رجل، (٢٨٨) امرأة، اعمارهم من (١٨ الى ٦٠) سنة، طبق عليهم (١٣) مقياس للمظاهر المختلفة للسعادة النفسية : العامة General، والانفعالية Affective، والجسمية Physical، المعرفية Cognitive، والروحية Spiritual، والذاتية Self، والاجتماعية Social . وظهرت النتائج وجود فروق بينهم، حيث حقق الرجال درجات مرتفعة في المظاهر الجسمية والمعرفية والذاتية، بينما اظهرت الإناث درجات مرتفعة في المظاهر العامة والانفعالية والروحية والاجتماعية (Roothman 2003: 212-218).

٤- دراسة : (Furr, 2005)

وتوصلت دراسة (Furr, 2005) على عينة مكونة من (١٤٦) طالبا وطالبة بالجامعة، ومنهم (٦٤) طالبا، (٨٢) طالبة طبق عليهم قائمة اكسفورد للسعادة Oxford Happiness Inventory، وتشمل : الرضا عن الحياة Satisfaction with Life، والفعالية الشخصية Personal Efficacy، والتعاطف / القدرة الاجتماعية Sociadility / Empathy، وجهة النظر الايجابية Physical Well-outlook، والسعادة الجسمية -being، والابتهاج Cheerfulness، ومقياس تقدير الذات Self Rsteem الى عدم وجود فروق دالة

احصائيا بين الذكور والاناث في السعادة بابعادها المختلفة (Farr, 2005:105-137).

٥-دراسة الشرييني (٢٠٠٧)

واظهرت نتائج دراسة «السيد الشرييني» (٢٠٠٧) على عينة مكونة من (٤٠٣) طالبا وطالبة بالجامعة، منهم (١١٣) طالبا، (٢٩٠) طالبة، طبق عليهم مقياس جودة الحياة وجود فروق دالة احصائيا بين الذكور والاناث في العلاقات الايجابية مع الاسرة، والعلاقات الايجابية مع الاخرين، والرضا الاكاديمي لصالح الاناث، بينما لم توجد فروق بينهم في الدقة والاستمتاع بالحياة، والرضا عن الحياة، وفعالية الاداء (الشرييني، ٢٠٠٧:١-٨٠).

٦- دراسة سحر (٢٠٠٨)

وتطبقت «سحر علام» (٢٠٠٨) مقياس السعادة الحقيقية ويشمل: الحكمة والمعرفة، والشجاعة، والحب والانسانية، والعدالة، والاعتدال، والتسامي على عينة مكونة (٥١٠) طالبا وطالبة بالمرحلتين الاعدادية والثانوية منهم (٢٠٦) طالبا، (٣٠٤) طالبة واظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائيا بين الذكور والاناث في الحكمة والمعرفة، والشجاعة، والعدالة، والاعتدال لصالح الذكور بينما كانت الفروق في الحب والانسانية والتسامي لصالح الاناث. (سحر، ٢٠٠٨، ص ٤٣١-٤٦٥).

ج- الافادة من الدراسات السابقة :

١- افادت الدراسات السابقة الباحثة في بلورة

وتحديد مشكلة بحثها الحالي .
٢- افادت الدراسات السابقة الباحثة في تحديد اهداف بحثها الحالي .
٣- افادت الدراسات السابقة الباحثة في اختبار وتكييف مقياس بحثها الحالي .
٤- افادت الدراسات السابقة الباحثة في اختبار الوسائل الاحصائية المناسبة لتحليل بيانات بحثها الحالي .
٥- افادت الدراسات السابقة الباحثة تفسير وتحليل نتائج بحثها الحالي وصولا الى التوصيات والمقترحات المطلوبة.

• الفصل الثالث:

• إجراءات البحث

يتناول هذا الفصل اهم الاجراءات الكفيلة بتحقيق اهداف البحث الحالي من حيث تحديد مجتمعه ومؤشراته واخبار العينة وتحديد اداة البحث التي استخدمت في جمع البيانات التي يتم يتأكد من صدقها وثباتها فضلا عن اجراءات التطبيق والوسائل الاحصائية التي اعتمدت في تحليل البيانات .

• أولاً: مجتمع البحث:

يقصد به جميع مفردات او وحدات الظاهرة التي يشملها البحث، ويعرف المجتمع بأنه كل الافراد الذين يحملون بيانات الظاهرة التي هي في متناول الدراسة، فالمجتمع هو مجموعة كاملة من الافراد والاشياء والدرجات التي يرغب

«السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة»

ندى صباح عباس الجنابي || ٥٣٧

الباحث في دراستها (داود وعبد الرحمن، ١٩٩٠: ٦٦). يتألف مجتمع البحث الحالي من طلبة الجامعة المستنصرية، اذ بلغ عدد افراد الكليات في الجامعة المستنصرية (١٣) كلية بواقع (١٥٥٤٨) طالب و(١٥٣٤٠) طالبة اذا بلغ العدد الكلي لافراد مجتمع البحث (٣٠٨٨٨) طالبا وطالبة والجدول (٢) يوضح ذلك .

جدول (٢)

عدد افراد مجتمع البحث موزعين حسب الكليات والتخصص والنوع

ت	الكلية	التخصص	الجنس		المجموع
			ذكور	اناث	
١	الاداب	انساني	٣٠٤٠	٣١٥١	٦١٩١
٢	التربية	انساني	٢٥١٦	٢٢٥٤	٤٧٧٠
٣	الادارةالاقتصاد	انساني	٢٠٣٦	١٢٧٢	٣٣٠٨
٤	الهندسة	علمي	٥٩٢	٧٤٨	١٣٤٠
٥	التربية الاساسية	انساني	٣٨٦٧	٣٩٣٩	٧٨٠٦
٦	العلوم	علمي	١١٠٨	١٣١٧	٢٤٢٥
٧	السياحة	انساني	٤١١	١٦٣	٥٧٤
٨	الطب	علمي	٣٥١	٥٣٣	٨٨٤
٩	الصيدلة	علمي	١٩٥	٣٩٩	٥٩٤
١٠	طب الاسنان	علمي	٢٢٠	٣٧٨	٥٩٨
١١	القانون	انساني	٥٩٥	٧٩٩	١٣٩٤
١٢	العلوم السياسية	انساني	٣٢٣	٣٣٧	٦٦٠
١٣	التربية الرياضية	انساني	٢٩٤	٥٠	٣٤٤
	المجموع		١٥٥٤٨	١٥٣٤٠	٣٠٨٨٨

• ثانياً: عينة البحث :

تكونت عينة البحث من (٢٠٠) طالباً وطالبة، بنسبة (٦٥,٠٪) من مجتمع البحث وبواقع (١٠٠) طالب، و (١٠٠) طالبة، اختيروا بالطريقة العشوائية التطبيقية ذات التوزيع المتساوي من الكليات (الهندسة، العلوم، الآداب، التربية) للتخصصين العلمي والإنساني، والجدول رقم (٣) يوضح ذلك .

جدول (٣)

حجم عينة البحث موزعين حسب الكلية والتخصص والنوع

المجموع	الجنس		التخصص	الكلية
	اناث	ذكور		
٥٠	٢٥	٢٥	علمي	الهندسة
٥٠	٢٥	٢٥	علمي	العلوم
٥٠	٢٥	٢٥	انساني	الآداب
٥٠	٢٥	٢٥	انساني	التربية
٢٠٠	١٠٠	١٠٠		المجموع

• ثالثاً: أداة البحث

• مقياس السعادة النفسية :

قامت الباحثة بتكيف مقياس السعادة النفسية لـ (Supping & Hauser 2006) والمعرب من (د. السيد محمد ابوهاشم) على البيئة العراقية وذلك وفقاً للخطوات الآتية :

أ. تحديد تعريف السعادة النفسية مع مكوناتها حسب التعريف النظري لـ (Ryff, 2008)

ب. عرض فقرات المقياس المكون من (٥٤) فقرة ذات التدرج السداسي وفق أسلوب ليكرث (ارفض بشدة، ارفض بدرجة متوسطة، ارفض بدرجة قليلة، اوافق بدرجة قليلة، اوافق بدرجة متوسطة، اوافق بشدة)

• رابعاً: تحليل الفقرات

أ- التحليل المنطقي للفقرات

لغرض التأكد من صلاحية فقرات مقياس السعادة النفسية، عرضت الصورة الاولى للاداء والبالغ عددها (٥٤) فقرة على (١٠) محكما من الاساتذة المختصين في العلوم التربوية والنفسية انظر ملحق (٢) لابداء ارائهم حول صلاحية كل فقرة من فقرات المقياس، في ضوء التعريف النظري لمقياس السعادة النفسية، حيث وضع امام الفقرات ثلاثة حقول (صالحة، غيرصالحة، التعديل المقترح)، وبعد تفريغ استجابات المحكمين على كل فقرة من فقرات المقياس، تم قبول جميع الفقرات بنسبة (٩٥٪) فاكثر من الخبراء وعددها صالحة، حيث تم تعديل بدائل الاجابة واختصارها الى (٥) بدائل وهي (ارفض بشدة، ارفض بدرجة قليلة، متردد، اوافق بدرجة قليلة، اوافق بشدة) وبذلك اصبح المقياس صالح وملائم منطقياً للبيئة العراقية .

• تصحيح المقياس :

تم تصحيح المقياس باعطاء الدرجات (١- ٢-٣-٤-٥) للفقرات حيث تتدرج من السلبية الى الايجابية.

• اعداد تعليمات المقياس :

وضعت تعليمات الاجابة على فقرات المقياس والتي تتضمن اختيار بديل واحد فقط من بين البدائل الخمسة المخصصة للفقرة،

بوضع علامة (✓) بالحقل المخصص للبديل الذي يناسب المستجيب .

• التجربة الاستطلاعية:

من اجل معرفة وضوح التعليمات والوقت المستغرق للاجابة لدى طلبة (العينة الاستطلاعية) بهدف التأكد من وضوح تعليمات المقياس وفقراته، ومدى فهم افراد العينة لبدائل الاجابة تم تطبيق المقياس على عينة عشوائية بلغ عددها (٣٠) طالبا وطالبة اختيرت عشوائياً، بواقع (١٥) طالبا و (١٥) طالبة من كلية التربية الاساسية، قسم الارشاد والنفسي وتبين ان جميع الفقرات واضحة ومفهومة من حيث المعنى والصيغة، كما تبين ان متوسط وقت الاجابة على فقرات المقياس (٢٢,٥) دقيقة .

ب- التحليل الاحصائي للفقرات :

• الصدق Validity :

يعد الصدق من خصائص المهمة في الاختبارات والمقاييس النفسية، فالاختبار الصادق هو ذلك الاختبار القادر على قياس السمة او الظاهرة التي وضع من اجلها (Ana - stasi,1976:134) ولأجل تقدير صدق مقياس السعادة النفسية قامت الباحثة باستخراج الصدق بعده مؤشرات لى النحو الاتي :

١- الصدق الظاهري:

لقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال عرض فقرات مقياس السعادة النفسية على

مجموعة من الخبراء والختصين في التربية وعلم النفس للحكم عليه، وتم الاخذ بملاحظاتهم وتعديلاتهم، وذلك بالاعتماد على نسبة (٩٥٪) كحد ادنى الموافقة الخبراء على فقرات المقياس (بلوم واخرون، ١٩٨٣ : ١٢٥) وبهذا الاجراء اكتسبت الفقرات خاصية هذا النوع من الصدق وبلغ عددها (٥٤) فقرة.

٢- الصدق البنائي Construct Validity :

ويقصد بهذا النوع من الصدق مدى قدرة المقياس او الاختبار لكشف السمة، او اي ظاهرة سلوكية معينة، كما يهتم بطبيعة الظاهرة التي يقيسها المقياس، اي مدى تضمنيه بناء نظرياً او سمة معينة. (Ansitasi , 1976 : 2010). تحتاج عملية استخراج الصدق الى عينة يتناسب حجمها وعدد الفقرات المراد تحليلها، ويشير نانلي (Nannally , 1978) الى ان نسبة عدد افراد العينة الى عدد الفقرات بحيث ان لا تقل عن نسبة (١-٥) وذلك لتقليل فرص المصادفة في عملية التحليل الاحصائي (- Nannal Iys,1978:2) لذا فقد بلغت عينة التحليل الاحصائي في البحث الحالي (٤٠٠) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة المستنصرية كما موضح في جدول (٤).

جدول (٤)

حجم عينة التحليل الاحصائي موزعين حسب الكلية والتخصص والنوع

المجموع	الجنس		التخصص	الكلية
	اناث	ذكور		
١٠٠	٥٠	٥٠	علمي	الصيدلة
١٠٠	٥٠	٥٠	علمي	العلوم
١٠٠	٥٠	٥٠	انساني	التربية الاساسية
١٠٠	٥٠	٥٠	انساني	القانون
٤٠٠	٢٠٠	٢٠٠		المجموع

أ- تمييز الفقرات :

تذكر انستازي Anastasi, 1988 , ان خطأ العينة يصبح كبيراً في حالة كون العينات صغير، ولهذا يفضل ان لا تقل نسبة كل مجموعة (٢٥٪) ولا يزيد عن (٣٣٪) ويرى كيلى كما ورد في انستازي، ان النسبة هي (٢٧٪) (Anstasi, 1997:213) وقد بلغت في هذه العينة (١٠٨) في المجموعة العليا و (١٠٨) في المجموعة الدنيا، وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، لاختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية للمجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة، ونتيجة للتحليل الاحصائي تبين ان فقرات المقياس مميزة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) اذ بلغت القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) وبدرجة حرية (٢١٤) وكما موضحة في جدول (٥) .

جدول (٥)

القيم التائية لفقرات المقياس لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		الفقرة
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٢,١٤٢	٠,٨٩٤٧	٢,٣٢٤١	١,١٢٥١	٢,٦٢٠٤	١
٦,١٣٠	١,١٤٧٣	٢,٤٦٣٠	١,٠٧٥١	٣,٣٨٨٩	٢
٩,٩١٧	١,٤٦٨١	٢,٣٥١٩	٠,٩٩٨٩	٤,٠٤٦٣	٣
١٣,٦٤٧	٠,٩٨٠٧	٢,٣٠٥٦	٠,٩٧٣٦	٤,١٢٠٤	٤
٧,٧٧٠	١,٠٦٨٢	٢,٢١٣٠	٠,٩٧٨٨	٣,٢٩٦٣	٥
١٣,٣٢٢	١,١٥٩٦	٢,١٠١٩	١,٠١١٢	٤,٠٧٤١	٦

١,٣٨٩	١,١٣٨٤	١,٨٨٨٩	١,١٧٩٧	٣,٥٢٧٨	٧
٥,٣٣٦	١,١٧٦٥	١,٧٨٧٠	١,٢٩٤٥	٢,٦٨٥٢	٨
٨,٨٢٢	٠,٩٧٩٠	١,٩٣٥٢	١,٢٦٩٨	٣,٢٩٦٣	٩
١٣,٦٨٦	٠,٩١٣١	١,٧٦٨٥	١,٠٤١٥	٣,٥٩٢٦	١٠
١٠,٣١٩	٠,٩١٦٥	٢,٣٩٨١	١,٠٤٤٢	٣,٧٧٧٨	١١
٧,٨٨٨	١,١٠٥١	٢,٢٢٢٢	١,٢٨٦١	٣,٥٠٩٣	١٢
١٤,٦٩٨	٠,٦٦٠١	١,٦٤٨١	١,١٢٤٣	٣,٤٩٠٧	١٣
١٧,٤٤١	٠,٨٥٦٨	١,٩٣٥٢	٠,٩٢١٠	٤,٠٤٦٣	١٤
١٦,٠٧٥	٠,٨٤٦٥	١,٨٨٨٩	٠,٩٨٥٣	٣,٨٩٨١	١٥
٨,٠٠٧	١,١٠٦١	١,٩٧٢٢	٦,١٢٠٣	٣,١٨٥٢	١٦
٧,٩٥٧	١,٢٢١٦	٢,٦١١١	١,٠٢٧٧	٣,٨٣٣٣	١٧
١٥,١٨٧	١,٠٥١٦	١,٨٤٢٦	١,٠٦٣٠	٤,٠٢٧٨	١٨
٧,٤٥٣	١,١٣٨٧	٢,٢٥٩٣	١,١٦١٧	٣,٤٢٥٩	١٩
٠,٣٠٧	٣,٨٧٣٨	٣,١٧٥٩	١,٢٦٦٦	٣,٠٥٥٦	٢٠
١,٤٣٤	١,٢٢٦١	٢,٥٣٧٠	١,٢٤٠٥	٢,٧٧٧٨	٢١
٣,٤٧٩	١,٦٨٦٣	٢,٤١٦٧	١,١٥٩٦	٣,١٠١٩	٢٢
١٤,٠٤٩	٠,٧٢٦١	١,٥٧٤١	١,٢٤١٧	٣,٥١٨٥	٢٣
١٢,٩٥٨	٠,٦١١٤	١,٣٣٣٣	١,٣٤٥٣	٣,١٧٥٩	٢٤
١١,١٩١	١,٢٨٩٨	٢,٣٣٣٣	٠,٩٤٥٦	٤,٠٥٥٦	٢٥
٥,١٧٥	١,٠٥١٠	٢,١٢٩٦	١,٢٠٥٢	٢,٩٢٥٩	٢٦
٥,٣٧٥	١,٠٩٢٦	٢,٢٤٠٧	١,٣٤٩٧	٣,١٣٨٩	٢٧

«السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة»

٥٤٣ || ندى صباح عباس الجنابي

١١,٦٠٣	١,٠٧٨٨	٢,٢٩٦٣	١,٠٣٣٢	٣,٩٨٠٨	٢٨
٨,١٦٥	١,٢٨٢١	٢,٦٠١٩	٠,٩٠١٧	٣,٨٣٣٣	٢٩
٣,٥٣٠	١,٠٠٨٩	٢,١٣٨٩	٠,٩١٦٥	٢,٦٠١٩	٣٠
٦,٥٣٨	١,٣٢٦٤	٢,٧٥٠٠	١,٠٩٨٠	٣,٨٣٣٣	٣١
١,٩٥١	١,٠٨٤٠	٢,٢٤٠٧	١,١٤٧٣	٢,٥٣٧٠	٣٢
٦,٩٥٣	١,٢٣٩٠	٢,٠٨٣٣	١,٣٠٤٦	٣,٢٨٧٠	٣٣
٧,٤٤٩	١,٢٣٣٧	٢,٤٦٣٠	١,٠٢١٦	٣,٦١١١	٣٤
٦,٥٨٠	١,٤٩٠٦	٢,٧٥٩٣	١,٢٤٩٣	٣,٩٩٠٧	٣٥
٢,٩٩٦	١,٤٠٦٧	٢,٢٤٠٧	١,٠٦٨٩	٢,٧٥٠٠	٣٦
١٢,٠٠٩	٠,٩٤٧٧	٢,٢٨٧٠	١,٠٢٢٥	٣,٨٩٨١	٣٧
٣,٢٤٥	١,٠٥١٦	٢,٣٤٢٦	١,٠٤٥٣	٢,٨٠٥٦	٣٨
٦,٧٤٠	١,٣٩٩٨	٢,٦٧٥٩	١,٠٨٣٧	٣,٨٢٤١	٣٩
٣,٨٨١	٠,٨٦٤٧	٢,٦٦٦٧	١,٠٨٦٤	٣,١٨٥٢	٤٠
٥,٦٢٤	١,٢١٠٠	٢,٧٧٧٨	١,١١٠٧	٣,٦٦٦٧	٤١
١١,٣٩٦	١,٤٣٩٤	٢,٣٥١٩	٠,٩٣٠٦	٤,٢٢٢٢	٤٢
١٢,٢٨١	٠,٧٤٦	٣,٢٨	٠,٥٨٩	٤,٥٨	٤٣
١١,٦٤٧	٠,٧٨٠	٣,٣٦	٠,٥٨٢	٦,٦٢	٤٤
١٣,٥١٣	٠,٧٣٠	٣,٣٦	٠,٥٤٨	٤,٧٣	٤٥
١٥,٢٦٢	٠,٦٧٠	٣,٤٣	٠,٤٣٩	٤,٧٩	٤٦
١٢,١٢٣	٠,٨٢٣	٣,٥١	٠,٤٤٧	٤,٧٨	٤٧
١٢,٤٢١	٠,٧٥٥	٣,٦٨	٠,٣٦٩	٤,٨٤	٤٨

١١,٤٣٨	٠,٧١٤	٣,٨٨	٠,٣٥٤	٤,٨٩	٤٩
١٢,٠٧١	٠,٧٧٠	٣,٢١	٠,٦١٤	٤,٥٣	٥٠
١٠,٥١٠	٠,٨٠٧	٣,٥٤	٠,٥٠٤	٤,٦٥	٥١
١٠,٢٧٩	٠,٧٤٢	٣,٥٦	٠,٥٦١	٤,٦٢	٥٢
٨,٧٦٤	٠,٨٦١	٣,٤٠	٠,٧٠٩	٤,٤٨	٥٣
٨,٦٣٣	٠,٨٠١	٣,٣١	٠,٧٠٧	٤,٣٣	٥٤

القيمة التائية الجدولية بدرجة حرية (٢١٤) عند مستوى (٠,٠٥) تساوي ١,٩٦ ومستوى (٠,١) تساوي (٢,٥١٦) ومستوى (٠,٠٠١) تساوي (٣,٢٩١)

ب- اسلوب ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي):

استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون، لاستخراج العلاقة بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية له، والمعروف انه كلما زاد معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس كان احتمال تضمينها في المقياس اكبر (فيركسون، ١٩٩١:٦٢٩). وتبين ان جميع الفقرات ذات معامل ارتباط دال احصائياً، عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبقيمة جدولية (٠,٩٨)، ودرجة حرية (٣٩٨) كما في جدول (٦).

جدول (٦)

قيم ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

ت	معامل الارتباط	الدلالة المعنوية	ت	معامل الارتباط	الدلالة المعنوية
١	١,١١٥	٠,٠٢١	٢٨	٠,٥٣٣	٠٠,٠٠
٢	٠,٣٦٥	٠٠,٠٠	٢٩	٠,٣٢٦	٠٠,٠٠

«السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة»

ندى صباح عباس الجنابي || ٥٤٥

دالة	٠٠,٠٠	٠,١٩٣	٣٠	دالة	٠٠,٠٠	٠,٤٥٦	٣
دالة	٠٠,٠٠	٠,٣٣٥	٣١	دالة	٠٠,٠٠	٠,٦٤٦	٤
دالة	٠,٠٠١	٠,١٦٥	٣٢	دالة	٠٠,٠٠	٠,٤٥٢	٥
دالة	٠٠,٠٠	٠,٣٧٣	٣٣	دالة	٠٠,٠٠	٠,٥٥١	٦
دالة	٠٠,٠٠	٠,٤٤٤	٣٤	دالة	٠٠,٠٠	٠,٥٦٦	٧
دالة	٠٠,٠٠	٠,٢٦٩	٣٥	دالة	٠٠,٠٠	٠,٣٥٧	٨
دالة	٠,٠١١	٠,١٢٧	٣٦	دالة	٠٠,٠٠	٠,٤٥٢	٩
دالة	٠٠,٠٠	٠,٥٧٦	٣٧	دالة	٠٠,٠٠	٠,٥٤٢	١٠
دالة	٠٠,٠٠	٠,١٩٢	٣٨	دالة	٠٠,٠٠	٠,٤٧١	١١
دالة	٠٠,٠٠	٠,٣٦١	٣٩	دالة	٠٠,٠٠	٠,٣٧٢	١٢
دالة	٠٠,٠٠	٠,٢٦٩	٤٠	دالة	٠٠,٠٠	٠,٤٩٥	١٣
دالة	٠٠,٠٠	٠,٣٦٠	٤١	دالة	٠٠,٠٠	٠,٦٦٣	١٤
دالة	٠٠,٠٠	٠,٥٤٨	٤٢	دالة	٠٠,٠٠	٠,٥٨٢	١٥
دالة	٠٠,٠٠	٠,٢٦١	٤٣	دالة	٠٠,٠٠	٠,٤٨٩	١٦
دالة	٠٠,٠٠	٠,٣١٤	٤٤	دالة	٠٠,٠٠	٠,٤٩٩	١٧
دالة	٠٠,٠٠	٠,٢٣٦	٤٥	دالة	٠٠,٠٠	٠,٦٣١	١٨
دالة	٠٠,٠٠	٠,١٩٠	٤٦	دالة	٠٠,٠٠	٠,٤٦١	١٩
دالة	٠٠,٠٠	٠,٢٦٢	٤٧	دالة	٠,٠٢٧	٠,١١٠	٢٠
دالة	٠٠,٠٠	٠,٣١٤	٤٨	دالة	٠,١٣٢	٠,٠٧٥	٢١
دالة	٠٠,٠٠	٠,١٦٣	٤٩	دالة	٠٠,٠٠	٠,٢٦٧	٢٢

دالة	٠٠,٠٠	٠,٢٣٤	٥٠	دالة	٠٠,٠٠	٠,٦٦٠	٢٣
دالة	٠٠,٠٠	٠,١٧٦	٥١	دالة	٠٠,٠٠	٠,٥٩١	٢٤
دالة	٠٠,٠٠	٠,١١٥	٥٢	دالة	٠٠,٠٠	٠,٥٥٣	٢٥
دالة	٠٠,٠٠	٠,١٥٣	٥٣	دالة	٠٠,٠٠	٠,٢٢٩	٢٦
دالة	٠٠,٠٠	٠,٢١٢	٥٤	دالة	٠٠,٠٠	٠,٣٣٨	٢٧

تبلغ القيمة الجدولية لمعامل الارتباط (٠,٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)

• خامسا: الثبات : Reliability

إستخدم الباحثان عدة طرائق في تقدير الثبات هي :

١- طريقة الاختبار: اعادة الاختبار T-Test-Retest

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة بلغت (١٠٠) طالبا وطالبة من عينة الصدق، وبعد مرور اسبوعين اعيد تطبيق المقياس على المجموعة نفسها وهي مدة مناسبة (فيركسون، 1991:527) بعد ذلك حسب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الاول والثاني، على المقياس باكملة حيث بلغت قيمة الثبات للمقياس ككل (٠,٠٧٩) وعند تقييم معاملات ثبات المقياس الكلي بمقارنته بالدراسات السابقة ومجالاته، تبين من هذه النتائج انه يمكن الاستدلال على ان المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاستقرار.

٢- الثبات بطريقة معامل الاتساق الداخلي باسلوب (الفكرونباخ):

قد بلغ معامل الثبات باسلوب الفكرونباخ للمقياس بصورته الكلية (٠,٠٨٣) وهذا يشير الى ان المقياس الحالي يتمتع بثبات عالي وهذا ما يؤكد عليه (Cronbach, 1984:١٩٨٤)، من ان المقياس الذي له معامل ثبات عالي هو مقياس دقيق (Cronbach, 1984:63).

• سادسا: الخطأ المعياري للمقياس:

يذكر (conen) ان الخطأ المعياري للمقياس مؤشرات دقة المقياس او الاختبار لانه يوضح مدى اقتراب درجات الفرد على الاختبار او المقياس من الدرجة الحقيقية (Conen, 1955:56). ويعد تطبيق معادلة الخطأ المعياري للمقياس كانت قيمة الخطأ لمعاملات للمقياس ككل مبينة في الجدول رقم (٧).

جدول (٧)

الخطأ المعياري لمعاملات ثبات الاعادة والاتساق الداخلي لمقياس السعادة النفسية

الخطأ المعياري لالفاكرونباخ	الخطأ المعياري لاعادة الاختبار	السمة
٣,٢٥	٣,٦٢	السعادة النفسية

ويلاحظ من قيم الخطأ المعياري اعلاه ان العلاقة بينها وبين قيم معاملات الثبات علاقة عكسية، اي انه كلما زاد معامل الثبات قل الخطأ المعياري للمقياس وبالعكس (عفانة، ١٩٩٧:٩٣)

- سابعا: بعض المؤشرات الاحصائية للمقياس (وصف المقياس):
تم وصف مقياس السعادة النفسية من خلال المؤشرات الاحصائية الاتية في ادناه والجدول (٨) يوضح ذلك:

جدول (٨)

المؤشرات الاحصائية للمقياس

١٦١,٧٣	المتوسط
١٦٢,٧٤	الوسيط
١٦٢,٧٧	المنوال
٩,٤٣	الانحراف
٨٨,٩٢	التباين
٠,٣٢١	الالتواء
٠,٨٠١	التفلطح
٢١٦	المدى

٢,٣	اصغر درجة
٢٢٦	اعلى درجة

• ثامناً: المقياس بصورته النهائية:

بعد التحقيق من الخصائص القياسية المتمثلة بمؤشرات الصدق والثبات، اصبح مقياس السعادة النفسية بصيغته النهائية مكون من (٥٤) فقرة كما في ملحق (٣) وبذلك فان الدرجة الكلية للمقياس في حدها الاعلى (٢٧٠) درجة وفي حدها الادنى (٥٤) درجة، وبمتوسط فرضي (١٦٢) درجة، وبذلك اصبح المقياس جاهزا للتطبيق على عينة البحث بصورته النهائية .

• تاسعاً: التطبيق النهائي :

طبق المقياس البالغ عدد فقرات (٥٤) فقرة ملحق رقم (٣)، على عينة البحث البالغة (٢٠٠) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة المستنصرية.

• عاشراً: الوسائل الاحصائية:

لتحليل بيانات البحث الحالي استخدمت الباحثة الحاسب الالي باستخدام برنامج الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss).

• الفصل الرابع:

• أولاً: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

يتضمن الفصل الحالي عرضاً للنتائج وتفسيرها ومناقشتها في ضوء اهداف البحث وكما يأتي :

• الهدف الاول : التعرف على السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة

لغرض تحديد مستوى السعادة النفسية لدى افراد عينة البحث، تم حساب متوسط الدرجات الكلية للمقياس ولجميع افراد العينة البالغ عددهم (٢٠٠) طالب وطالبة، وتبين ان المتوسط الحسابي لدرجاتهم (١٨١,٦٣) وبانحراف معياري قدره (٩,٤٣)، كما حسب المتوسط النظري لدرجات مقياس السعادة النفسية، وكان مقداره (١٦٢)، واختبر الفرق بين المتوسطين باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة للاستدلال حول المتوسط الحسابي للمجتمع، تبين ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (٢٩,٧٤) في حين ان القيمة الجدولية تساوي (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، وبدرجة حرية (١٩٩)،

اي ان القيمة التائية المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية، مما يدل على ان الفرق ذي دلالة احصائية لصالح المتوسط الحسابي للمجتمع، وانه فرق معنوي وغير ناجم عن عامل المصادفة والجدول (٩) يوضح ذلك :

جدول (٩)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس السعادة النفسية

مستوى الدلالة عند (٠,٠٥)	القيمة التائية		درجة الحرية	المتوسط النظري	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد افراد العينة
	الجدولية	المحسوبة					
دال	١,٩٦	٢٩,٧٤	١٩٩	١٦٢	٩,٤٣	١٨١,٦٣	٢٠٠

بلغت القيمة الجدولية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٩٩)

• الهدف الثاني : التعرف على الفرق في مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة وفقا لمتغيري النوع (ذكور- اناث)، والتخصص (علمي - انساني) .

للتعرف على الفروق في السعادة النفسية لدى افراد عينة البحث قامت الباحثة باستعمال تحليل التباين الثنائي للتعرف على تلك الفروق ، وكما موضح في جدول (١٠) .

جدول (١٠)

يوضح تحليل التباين الثنائي لدرجات السعادة النفسية لعينة البحث وفق لمتغيري النوع والتخصص

مستوى دلالة	القيمة الفائية المحسوبة	متوسط المربعات MS	درجة الحرية df	مجموعة المربعات ss	مصدر التباين Sowrce
غير دال	٠,٣٧٢	٥٠,٤١٦	١	٥٠,٤١٦	الجنس
غير دال	٠,٤٠٧	١٣٥,٣١١	١	١٣٥,٣١١	التخصص

غير دال	١,٠٣٣	٣٣٢,٢٢٢	١	٣٣٢,٢٢٢	الجنس X التخصص
		٣٢١,٤٣٦	١٩٦	٦٣٠١,٦٤٠	الخطأ
			١٩٩	٦٣٣٢٠,٤٣٠	الكلية

القيمة الفائية الجدولية تساوي (٣,٨٩)، عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجتي حرية (١٩٦,١).

تبين من الجدول (١٠) ان الفرق في درجات السعادة النفسية وفقا لمتغيري (النوع، التخصص) هي كالآتي:

• لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في السعادة النفسية وفقا لمتغيري النوع (ذكور - اناث)، حيث بلغت القيمة الفائية المحسوبة (٠,٣٧٢) وهي اصغر من القيمة الجدولية البالغة (٣,٨٩) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجتي حرية (١٩٦,١) مما يدل على ان الطلاب لا يختلفون عن الطالبات في مستوى السعادة النفسية.

• لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في السعادة النفسية وفقا لمتغير التخصص (علمي - انساني)، حيث بلغت القيمة الفائية المحسوبة (٠,٤٠٧)، وهي اصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣,٨٩)، وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجتي حرية (١٩٦,١) مما يدل على ان طلبة التخصص العلمي لا يختلفون عن طلبة التخصص الانساني في مستوى السعادة النفسية.

• لا توجد فرق ذات دلالة احصائية في تفاعل الجنس والتخصص، وفي درجات مقياس، حيث بلغت القيمة الفائية المحسوبة (١,٠٣٣)، وهي اصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣,٨٩) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجتي حرية (١٩٦,١).

ويمكن ان يشير ذلك الى ان طلبة عينة البحث من التخصص العلمي والانساني من الذكور والاناث لديهم مستوى متقارب في السعادة النفسية، لكونهم متقاربين في الاعمار والمرحلة الدراسية نفسها.

ثانياً: الاستنتاجات

مما توصل اليه البحث من نتائج في الدراسة الحالية استنتجت الباحثة ما يلي:

- ١- يتمتع طلبة الجامعة المستنصرية بالسعادة النفسية .
- ٢- لا تتاثر السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة المستنصرية بالنوع والتخصص .

• **ثالثاً: التوصيات**
في ضوء مآظهر من نتائج يمكن ان توصي
الباحثة بالاتي:

١- اهتمام الجامعة بحاجات وسمات الطلبة النفسية والشخصية حتى تساعدهم وتشجعهم على تكيفهم داخل الكلية وبالتالي تساعدهم على تقبل المعلومات والبحث عن المعرفة .

* * *

٢- اقامة ندوات توعية لتنمية السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة .

٣- الاهتمام بأرشادات وتوجيهات وحدات الارشاد داخل الكليات من اجل تنمية وتطوير السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة .

٤- اقامة نشاطات داخل الكليات وخارجها تعمل على نشروتنمية السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة لما لها من اثربالغ الاهمية على الجانب العلمي لدى الطلبة .

• **رابعاً: المقترحات**

استكمالاً لمتطلبات البحث الحالي فقد تم وضع عدد من المقترحات:

١- بناء برنامج ارشادي لتنمية السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة .

٢- اجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين السعادة النفسية ومتغيرات اخرى لم يشملها البحث الحالي .

٣- اجراء دراسة مقارنه في مستوى السعادة

المصادر العربية

- المجلد (١٧)، العدد (٥٧) أكتوبر، ص ١٠ - ٨٠ .
- ٦- السيد محمد ابوهاشم، (٢٠١٠)، النموذج الثنائي بين العوامل النفسية والعوامل الهمسة الكبرى للشخصية وتقرير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، المجلد ٢٠ العدد ٨١، ص ٢٩٨ - ٣٣٦ .
- ٧- عفانه، عزواسماعيل، (١٩٩٧)، الاحصاء التربوي، جزء اول، ط، مكتبة المقداد غزة.
- ٨- فيركسون، جورج (١٩٩١) التحليل الاحصائي في التربية وعلم النفس ترجمة هناء محسن العكيلي، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، الجامعة المستنصرية، بغداد.
- ٩- مايسة احمد النيال وماجدة خميس علي (١٩٩٥)، السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والشخصية لدى عينة من المسنين والمسنيات «دراسة سيكومترية مقارنة» الهيئة المصرية العامة للكتاب، مجلة علم النفس، السنة التاسعة، العدد ٣٦، ص ٢٢ - ٤٠ .
- ١٠- مايكل ارجايل (١٩٩٧). سيكولوجية السعادة، ترجمة فيصل عبد القادر يونس ومراجعة شوقي جلال، القاهرة، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع .
- ١- احمد عبد الرحمن عثمان (٢٠٠١)، المساندة الاجتماعية من الأزواج وعلاقتها بالسعادة والتوافق مع الحياة الجامعية لدى طالبات الجامعة المتزوجات، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، العدد (٣٧) يناير، ص ١٤٣ - ١٩٥ .
- ٢- امسية السيد الجندي (٢٠٠٩) مصادر الشعور بالسعادة وعلاقتها بالذكاء الوجداني لطلاب كلية التربية - جامعة الاسكندرية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد (١٩)، العدد (٦٢) فبراير، ص ٧٠ - ٣١ - داود، عزيزحنا وعبد الرحمن، انور حسين (١٩٩٠)، مناهج البحث التربوي، بغداد وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد .
- ٤- سحر فاروق علام (٢٠٠٨)، معدلات السعادة الحقيقية لدى عينة من طلاب المرحلة الابتدائية والثانوية، مجلة دراسات نفسية، المجلد (١٨)، العدد (٢) يوليو، ص ٤٣١ - ٤٦٥ .
- ٥- السيد كامل الشربيني (٢٠٠٧)، جودة الحياة وعلاقتها بالذكاء الانفعالي ومسة ما وراء المزاج والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية والقلق، المجلة المصرية للدراسات النفسية،

المصادر الاحنية

- 11 – Anstasi. A (1976) : Psychology testing , Macm Gillan , New York.
- 12 – Anstasi , Anne & Utbina , Susana (1997) , Psychological testing , New Jersey , prentice , Hall.
- 13 – Benjet , C & Hernandez – Guzman , L . (2001) . Gender Differences in psychological well – being of Mexican early Adolescents , Adolescence , 36 (414) , 47 – 65 .
- 14 – Christopher , J (1999) . Situating psychological well – being : exploring the cultural roots of its theory and research , Journal of Counseling & Development , 77 , 141 – 152 .
- 15 – Cohen , A.R. et. (1955) : An experimental investigation of need for cognition journal of abnormal and social psychology , Vol (51) .
- 16 – Cornbach , L .J (1984) : Essentials of psychology testing 2nd , London , Harper & Row publishers , LTD.
- 16 – Furr , R (2005) , Differentiating Happiness and self – esteem individual differences research , 3 (2) , 105 – 127 .
- 17 – Gozalez , M , Cases , F & Conceders , G (2006) . A Complexity approach to psychological well – being in Adolescence : Major strengths and Mythological issues , social indicators Research , 80 267 – 295
- 18 – Nanally , J.C (1978) : Psychology , theory . New York , Me Graw Hill Co .
- 19 – Roothman , B , Kirsten , D & Wissing , M (2003) , Gender differences in aspect of psychology well – being m South African Juornal of Happiness studies , 9 , (4) 212 – 218 .
- 20 – Ryff , C & Keys L (1995) , The structure of psychological well – being revisited , Journal of Personality and social , 69 (4) 719 – 727 .
- 21 – Ryff , C & Singer , B (2008) , Know thyself and become what you are : a eudemonic approach to psychological well – being , journal of personality of Happiness studies , 9 , 13 – 39 .
- 22 – Ryff , C (1989) . Happiness is everything , or is it ? Exploration on the meaning

of psychological well-being ,journal of personality and social psychological ,57,1069 – 1081 .

23 – Shek , D (2001) , sex differences in the psychological well-being of Chinese Adolescents , Journal of psychological , 123 (4) 405 –412 .

* * *