الشعور بالسعادة النفسية لدى طلبة جامعتي بغداد والموصل (دراسة مقارنة)

Feeling of psychological happiness among the students of the universities of Baghdad and Mosul (a comparative (study

د.ايمان محمد الطائي، مركز البحوث التربوية والنفسية، جامعة بغداد-العراق

د.علاء الدين علي حسين، جامعة بغداد-العراق

ملخص: يهتم هذا البحث أساسا بأسباب السعادة الإيجابية وتفسيراتها وكيف يمكن استخدام هذا الفهم لجعل الناس ونحن معهم-سعداء كذلك. فمن الممكن' أن تكون بعض الأساليب ولا أقول كلها التي ثبت نجاحها في تخفيف الاكتئاب مفيدة أيضا في زيادة الشعور بالسعادة لدى الأفراد السعداء والتعساء ينظرون للعالم بطرق مختلفة .فالسعداء ينظرون للجوانب الايجابية أما التعساء يرون الجوانب السيئة أكثر ويفسرون الأحداث سلبياً ويقيمون أنفسهم تقييماً دونينا ويعممون من حادث فشل واحد ويعتنقون عدداً من 'المعتقدات الواهنة االمزيفة.

يهدف البحث الحالي إلى: التعرف على مستوى السعادة النفسية لدى طلبة جامعتي بغداد والموصل، التعرف على الفروق في السعادة النفسية لدى طلبة جامعتي بغداد والموصل وفقاً لمتغير الجامعة: (بغداد – الموصل)، التعرف على الفروق في السعادة النفسية لدى طلبة جامعتي بغداد والموصل وفقاً لمتغير النوع: (ذكر- أنثى)، التعرف على الفروق في السعادة النفسية لدى طلبة جامعتي بغداد والموصل وفقا لمتغير التخصص: (علمي- إنساني)، التعرف على الفروق في السعادة النفسية لدى طلبة جامعتي بغداد والموصل وفقا لمتغير الصف الدراسي(أول – رابع)
يتحدد البحث الحالي بالطلبة الموجودين في جامعتي بغداد والموصل للتخصصات العلمية والإنسانية ومن كلا الجنسين للعام الدراسي 2018-2019، إعتمد الباحثان على مقياس السعادة النفسية الذي أعده "Hauser & Springer 2006، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية المرحلية، حيث بلغ عدد أفراد هـــذه العــينة (500) طالب تم من كليات جامعتي بغداد والموصل وبواقع (235) من الذكور و(265) من الإناث موزعين على وفق متغيرات التخصص والمرحلة.

توصل البحث إلى وجود دلالة إحصائية لدى عينة البحث مستوى مقبول من السعادة النفسية بشكل عام، كما أظهرت وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلبة جامعة بغداد وطلبة جامعة الموصل في السعادة النفسية ولصالح جامعة بغداد

وتوصل البحث إلى وجود تفوق للإناث على الذكور في مستوى السعادة النفسية، وان الطلبة من ذوي التخصص الإنساني لديهم مستوى أعلى من السعادة النفسية، كما أكدت الدراسة على وجود فرق ذي دلالة إحصائية ولصالح طلبة الصف الرابع في الشعور بالسعادة النفسية، وأخيرا خرج البحث بعدد من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: السعادة النفسية، الطالب الجامعي، التخصص، المرحلة.

Abstract: This research is mainly concerned with the causes of positive happiness and their explanations and how this understanding can be used to make the people we are with them - happy as well. It is possible that some، but not all، methods that have proven successful in relieving depression are also helpful in increasing individuals' happiness

Happy and unhappy people look at the world in different ways. The happy look at the positive، the unhappy see the more bad، interpret the events negatively، assess themselves without us، generalize from a single failure and embrace a number of 'false' false beliefs.

The current research aims to :to identify the level of psychological happiness among the students of the universities of Baghdad and Mosul, Identify the differences in psychological happiness among the students of the universities of Baghdad and Mosul according to the variable of the university: (Baghdad – Mosul), Identify the differences in psychological happiness among the students of the universities of Baghdad and Mosul according to the variable type: (male – female), Identify the differences in psychological happiness among the students of the universities of Baghdad and Mosul according to the variable of specialization: (scientific – human), Identifying the differences in psychologicall happiness, among the students of Baghdad and Mosul Universities according to the grade variable (first – fourth), The current research is determined by the students who are in the universities of Baghdad and Mosul for scientific and humanitarian specializations and from both sexes for the academic

year 2018 _ 2019, The researchers used the psychological happiness scale prepared by Springer & Hauser 2006, The sample of the research was chosen by random method، where the number of the sample of this sample (500) students were from the colleges of the universities of Baghdad and Mosul، by (235) males and (265) females distributed according to the variables of specialization and stage.

The research reached a statistical significance in the research sample ace ptable level of psychological happiness in general... It also showed a statistically significant difference between the average grades of students of the University of Baghdad and students of the University of Mosul in psychological happiness and for the benefit of the University of Baghdad, The research concluded that there is a superiority of females over males in the level of psychological happiness... and that students with human specialization have a higher level of psychological happiness, The study also confirmed the existence of a statistically significant difference and for the benefit of fourth grade students in the feeling of psychological happiness, Finally, the research came up with a number of recommendations and proposals.

Keywords: psychological happiness, university student, specialization, stage.

الفصل الأول

أهمية البحث والحاجة إليه:

إن الغاية الأساسية لعلم النفس هي مساعدة الفرد على أن يحيا الحياة الطويلة التي يشعر فيها بالسعادة وقد تجاهل علماء النفس لسنوات طويلة المشاعر الإيجابية الشخصية وظلت الانفعالات السلبية مثل: القلق، الاكتئاب، الضغوط النفسية، والتشاؤم الأكثر تناولا واهتماما في بحوثهم ودراساتهم.

وقد توصلت عدد من الدراسات الحديثة الأوسع نطاقا إلى وجود عامل عام واضح هوعامل)الرضا الشامل(ويشمل هذا العامل الشعور بالرضا عن جوانب محددة مثل العمل أوالزواج أوالصحة أوالقدرات الذاتية أوتحقيق الذات،كذلك قيست معايير السعادة التي يغلب عليها الطابع الانفعالي: مثل "الشعور بالبهجة ممزوجة بالتفاؤل وغيرها من المشاعر الإيجابية.(ارجايل، 1997، ص34).

وتعد دراسات (Ryff 1989 - 2007) عن السعادة النفسية من أكثر الدراسات التي رسخت لهذا المفهوم وطرق البحث فيه وكيفية قياسه وأهم المؤشرات للتعرف عليه حيث وضعت نموذج العوامل الستة للسعادة النفسية وهي)الاستقلال الذاتي، والتمكن البيئي، والتطور الشخصي، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والحياة الهادفة، وتقبل الذات)(ارجايل، 1997، ص49).

إن مفهوم السعادة النفسية من المفاهيم الرئيسية في علم النفس الإيجابي لما له من مكانة بارزة في تاريخ الفكر الإنساني، وقد سعى الجميع في الثقافات المختلفة إلى السعادة بوصفها هدف أسمى للحياة لارتباطها بالحالة المزاجية الإيجابية، والرضا عن الحياة وجودتها وتحقيق الذات والتفاؤل(ابو هاشم، 2010، ص57).

ويرى مايكل ارجايل (1997) أنه يمكن فهم السعادة النفسية بوصفها انعكاسا لدرجة الرضا عن الحياة أو بوصفها انعكاسا لمعدلات تكرار حدوث الانفعالات السارة، وشدة هذه الانفعالات، لذلك ينبغي أن نأخذ أربعة عناصر للسعادة في الاعتبار وهي: الرضا عن الحياة ومجالاته المختلفة والاستمتاع والشعور بالبهجة، والعناء بما يتضمنه من قلق واكتئاب، والصحة العامة والسعادة النفسية هي مفهوم معقد نظرا لتأثره بالتغيرات التكنولوجية والاجتماعية والاقتصادية السريعة والمتلاحقة في حياة الإنسان خاصة في الفترة المعاصرة، لذلك فدرجة شعور الفرد بالسعادة النفسية مرتبط بحالته النفسية وعلاقاته الاجتماعية ومدى إشباعه لدوافعه الأولية والثانوية(سعد، 1999، ص75).

إن السعداء والتعساء من الناس ينظرون للعالم بطرق مختلفة فالتعساء يرون الجوانب السيئة أكثر ويفسرون الأحداث سلبياً ويقيمون أنفسهم تقييماً دونياُ ويعممون من حادث فشل واحد ويعتنقون عدداً من الممعتقدات الواهنة االمزيفة، كذلك فان قضاء وقت الفراغ مع الأصدقاء والأسرة الأقارب بوجه عام فيه كمٌ كبير من اللهووالمتعة وتناول الطعام أو الشراب مع الأصدقاء والرقص والحفلات من شأنها أن توفر الكثير من االمشاعر الإيجابية .وهذه أحداث يمكن أن تحدث كل ليلة أو مرة أو مرات في الأسبوع ولهذا يمكن الاعتماد عليها لأنها سوف تحقق حالات مزاجية جيدة للأفراد(ارجايل، 1997، ص31).

وتتضح الفروق بين الجنسين في معدلات السعادة النفسية في مراحل عمرية معينة (فالنساء اسعد في مرحلة الشباب) حيث يتمتعن بقيمة جاذبيتهن، أما الرجال فيكونون اسعد في مرحلة منتصف العمر) حيث يصلون إلى قمة المكانة الاجتماعية(ابوهاشم، 2010، ص212)، وبالرغم من وجود فروق بين الجنسين في معدلات السعادة فإن هناك مصادر للسعادة متشابهة وهي: الأسرة -التفاعل الاجتماعي (وهي مصادر متاحة للجنسين بفرص متساوية)(علام، 2008، ص87) وأظهرت تتابع بعض البحوث المرتبطة بالسعادة النفسية وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في بعض مؤشرات السعادة النفسية لصالح الذكور والبعض الآخر لصالح الإناث، أو وجود تأثير موجب دال إحصائيا للجنس بصفة عامة على السعادة النفسية أوعدم وجود تأثير دال إحصائيا للجنس بصفة عامة على السعادة النفسية، أما عن الفروق بين الجنسين في السعادة النفسية فقد هدفت دراسات أخرى إلى التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في السعادة النفسية(محمد، 2017، ص7).

ويهتم هذا البحث أساسا بالتعرف على مستوى السعادة النفسية وتفسيراتها وكيف يمكن استخدام هذا المفهوم لجعل طلبة الجامعة وبقية أفراد المجتمع العراقي ونحن معهم سعداء كذلك فمن الممكن أن تكون بعض الأساليب ولا نقول كلها التي ثبت نجاحها في تخفيف الاكتئاب مفيدة أيضا في زيادة الشعور بالسعادة النفسية لدى الأفراد.

إن هذا البحث يروم لدراسة الشعور بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة لشعور الباحثين بأهمية هذا الموضوع في الحياة الجامعية والمستقبلية لطلبة الجامعة باعتبارهم قادة المستقبل، مما يحتم علينا دراسة وإبراز أهمية السعادة النفسية لطلبة الجامعة خاصة ومن ثم نقل تأثير هذا المفهوم الايجابي إلى المجتمع المحيط بهم.

هذا وتتجلى أهمية البحث في الكشف عن مستوى الشعور بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة نظراً لأهميته ودوره الفعال في حياتهم، ومساهماته الواضحة في نجاحهم وقدراتهم الايجابية على التكيف في المواقف الحياتية، لذا فإن هذا البحث بجانب أهميته العلمية برفد المكتبة العراقية ببحث يتناول الشعور بالسعادة النفسية لدى شريحة لم تتطرق لها الدراسات السابقة على حد علم الباحثان، ويجعل له أهمية عملية، وحاجة واقعية، كون عينة البحث تشكل شريحة واسعة من أفراد المجتمع، لاسيما وان الباحثين قد اختارا عينتين متباعدتين تعيش في بيئة متفاوتة نسبياً في العديد من الظروف.

أهداف البحث: يهدف البحث الحالي إلى:

-التعرف على مستوى السعادة النفسية لدى طلبة جامعتي بغداد والموصل.

-التعرف على الفروق في السعادة النفسية لدى طلبة جامعتي بغداد والموصل وفقاً لمتغير الجامعة: (بغداد – الموصل)

-التعرف على الفروق في السعادة النفسية لدى طلبة جامعتي بغداد والموصل وفقاً لمتغير النوع(ذكر- أنثى).

-التعرف على الفروق في السعادة النفسية لدى طلبة جامعتي بغداد والموصل وفقا لمتغير التخصص(علمي- إنساني).

-التعرف على الفروق في السعادة النفسية لدى طلبة جامعتي بغداد والموصل وفقا لمتغير الصف الدراسي(أول-رابع).

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بطلبة الدراسة الصباحية في جامعتي بغداد والموصل للتخصصات العلمية والإنسانية ومن كلا الجنسين للعام الدراسي (2018-2019).

مصطلحات البحث

السعادة النفسية:

النيال وخميس(1995): إنها شعور وانفعال متكامل يتراوح ما بين الطفولة السوية المشبعة وتحقيق إشباعات الحاضر كما أنها مشاعر راقية، وانفعال وجداني ايجابي مازال الإنسان ينشد الوصول إليه باعتباره من الغايات الأساسية(النيال والخميس، 1995، ص19).

الجندي (2009):

إنها حالة وجدانية ايجابية تعكس شعور الفرد بالسعادة نتيجة لما يتعرض له من مصادر السعادة النفسية متمثلة في(الصحة، وجود أهداف محددة، التدين، الثقة بالنفس، التعليم والنجاح الدراسي والمستقبل المهني) ومصادر السعادة الاجتماعية والمتمثلة في (الحب الأسري الأصدقاء، نشاط، وقت الفراغ) وذلك كما يعبر عنها الفرد وقت إدراكه لها(الجندي، 2009، ص26).

التعريف النظري للباحثان: أنها شعور الرضا الشامل وإشباع الحاجات وطمأنينة النفس وتحقيق الذات والشعور بالبهجة الممزوجة بالتفاؤل وتحقيق أهدافه في ظل علاقات اجتماعية ناجحة.

التعريف الإجرائي: وهوالدرجة التي يحصل عليها المفحوص(الطالب) على مقياس السعادة النفسية المعتمد في البحث الحالي

الفصل الثاني:

الإطار النظري:

أولا. مفهوم السعادة النفسية:

Psychological Well-Being هي مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام وحددتها ((Ryffفي ستة عوامل رئيسية هي:

الاستقلالية Autonomy وتشير إلى استقلالية الفرد وقدرته على اتخاذ القرار وعلى التفكير والتصرف بطرق معينة وتقييم نفسه وفقا للمعايير الاجتماعية أي مدى قدرته على تحديد ذاته وثقته في أرائه الخاصة، وعلى مقاومة الضغوط الاجتماعية، وضبط وتنظيم السلوك الشخصي الداخلي أثناء التفاعل مع الآخرين، اي مدى قدرته على تقرير مصيره بنفسه واستقلاله بذاته وأيضا مدى قدرته على اتخاذ قراراته بنفسه دون الاعتماد على الآخرين.

التمكن البيئي Environmental Mastery التمكن من تنظيم الظروف المحيطة به ومدى الاستفادة بطريقة فعالة من هذه الظروف المحيطة، وتوفير البيئة المناسبة، والمرونة الشخصية أي تغيير البيئة وفق ما يراه الفرد ويتناسب معه أي من خلال خبراته الماضية والحاضرة وما يتوفر له من فرص يتم الاستفادة منها في تحقيق أهداف حياته ومدى الإحساس بالكفاية والقدرة على إدارة البيئة حتى ولو كانت على درجة من التعقيد، والتحكم فيها إذا تعد هذه السمة من سمات الصحة النفسية والتي تتمثل في القدرة على التجديد والابتكار، وخلق شخصيات ذات سياقات مناسبة.

التطور(النمو) الشخصي Personal Growth وهو قدرة الفرد على تنمية وتطوير قدراته وزيادة فعاليته وكفاءته الشخصية في الجوانب المختلفة، والشعور بالتفاؤل، أي مدى قدرة الفرد على إدراك طاقاته والارتقاء بها لكي تتقدم وتتسع باستمرار لكي يكون منفتحا ومستعدا لتلقي أي خبرات جديدة تضاف إلى رصيده من الخبرات التي تساهم في مثل هذا التطور والنمو بحيث يكون لديه الإحساس بالواقعية والتي سيجد الفرد نفسه بعدها قد تطور بمرور الزمن، إذن تعد الحياة هنا بالنسبة للفرد عملية مستمرة من التعلم والتغير والنمو.

العلاقات الإيجابية مع الآخرين Positive Relations WithOthers وهي قدرة الفرد على تكوين وإقامة صداقات وعلاقات اجتماعية ايجابية متبادلة مع الآخرين على أساس من:الود،

والمحبة والألفة، والثقة المتبادلة والمتمثلة في القدرة على التعاطف القوي بينهم، والتفهم، والتأثير والدفء، والصداقة، والأخذ والعطاء .وغيرها من العلاقات الإنسانية وهذه من أهم عناصر الصحة النفسية لأنها تعد معيار للنضج والتوافق والقدرة على تحقيق الذات وتقاسم الوقت مع الآخرين.

الحياة الهادفة Purpose In Life إن يحدد الفرد أهدافه في الحياة بشكل موضوعي،وأن يكون له هدف ورؤية توجه أفعاله وتصرفاته وسلوكياته مع المثابرة والإصرار على تحقيق أهدافه أي أن الشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية دائما ما يحمل أهدافا وأفكارا توفر له معنا واضحا لحياته أي يعتبر هو الشخص الذي يمتلك إيمانا بأن أفعاله في الماضي والحاضر كانت ذات مغزى وتوجهه نحو مستقبله حتما وتجعله مدركا للغرض من حياته والتي يحاول من خلالها إيجاد المعنى لها.

تقبل الذات Self – Acceptance وتشير إلى القدرة على تحقيق الذات والإتجاهات الإيجابية نحو الذات والحياة،وتقبل المظاهر المختلفة للذات بما فيها من جوانب ايجابية وأخرى سلبية أي مدى القدرة على تكوين موقف إيجابي تجاه نفسه أي الإعتراف بقبول جوانب متعددة من النفس أي الشعور الإيجابي تجاه الحياة الماضية(Ryff & Singer, 2008, p100)، (جودة، 2011، ص17).

وتتأثر سلوكيات الأفراد في المواقف الحياتية المختلفة بالحالة المزاجية لهم، وان كل من التمكن البيئي، والأهداف في الحياة، وتقبل الذات تسهم بحوالي 20%_29% في هذه السلوكيات، بينما يسهم كل - من النمو الشخصي، والعلاقات الايجابية مع الآخرين والاستقلالية بحوالي (16% _ 27 %)(Ryff, 1995, p103).

ثانيا. نظريات السعادة النفسية:

نظرية السعادة عند ارسطو: ميز ارسطو بين السعادة عن اللذة، والثروة، والمجد لأن الحالات الثلاث تفيد وضعيات مؤقته غير دائمة أما السعادة يجب أن تكون دائمة بما أنها غاية الإنسان.

الشروط الأساسية لتحقيق السعادة عند ارسطو:

- داخلية: وتتمثل بالعقل والإرادة ، لماذا اشترط أرسطوالعقل والإرادة ؟

لأن العقل هو ملكة التمييز بين الخير والشر – والإرادة هي القدرة على تحقيق الأفعال.

- خارجية: وتتمثل في:

أ-قدر من الثروة.

ب-قدر من الصحة الجسدية.

ج-حياة عائلية مكتفية.

- معياري: وهوالاحتكام إلى معيار الاعتدال أو التصرف وفق مبدأ الاعتدال.

مبدأ الاعتدال ه: مبدأ (لا إفراط ولا تفريط) أو مبدأ (الوسط الذهبي) أو(الوسطية) ويرى (ارسطو) إن الخير بالنسبة إلى الإنسان هو أن يعمل بموجب قوة العقل وعلى أساس ما يتميز به من قدرات(حجازي، 2015، ص87).

نظرية السعادة عند مسكويه: ميز مسكويه بين نوعين من السعادة:

-السعادة النفسية: هي سعادة خلقية تمكن الإنسان من أن يعيش هانئاً حسب أصول الفضيلة تهدف إلى تحقيق(انسجام الإنسان مع تصرفاته ومع غيره).
-السعادة القصوى: هي خير مطلق لأنها سعادة الإنسان من حيث هوكائن عاقل (هي في ذاتها تتحقق بقوة العقل).
الشروط الأساسية للسعادة عند مسكويه:صحة البدن – المزاج المعتدل – حياة من اليسر – الاجتماع بالناس – تحصيل الحكمة النظرية والعملية(المطلق، 2009، ص134).
نظرية المنفعة عند بنتام ومل: مؤسسي نظرية المنفعة الفيلسوفان الانجليزيان (جيرمي بنتام وجون ستيوارت مل)، تقوم نظريتهم على قاعدة أساسية هي: (تحقيق أكبر قدر ممكن من السعادة لأكبر عدد من الناس)، يشترك الفيلسوفان في تصور واحد هو (أن السعادة هي نوع من اللذة إلا أنهما يختلفان في كيفية تحقيقها).
أهم الأفكار التي ركزت عليها نظرية المنفعة:
- السعادة هي الخير المرغوب من الناس بحيث يكون نافع لنا ولغيرنا بنفس الوقت.
- السعادة أو الخير تكمن في فائدته ومنفعته.
- السعادة مرتبطة بالمنفعة، والمنفعة مرتبطة باللذة.
- المنفعة الشخصية مرتبطة بالمنفعة العامة(Gonzalez & et al, 2006, p80).
المبادئ التي تقوم عليها السعادة عند (بنتام):
أ.مبدأ المساواة: يميل الناس بالقدر نفسه من القوة إلى السعادة فيجب أن يتمتعوا بفرص متساوية.
ب.مبدأ الاستقرار: استقرار الأوضاع الاجتماعية والسياسية والاقتصادية مهم لبلوغ السعادة.
ج.مبدأ التنظيم: يتطلب تحقيق السعادة تنظيم لحياتنا.
د.مبدأ الكم:هناك عوامل مثل الشدة واليقين والامتداد تساعد على كمية اللذة أو مقدارها.
ومن أهم العوامل ما يعرف بالامتداد في مبدأ الكم: لأنه يسمح بأن تشمل اللذة أكبر عدد من الأفراد بحيث يربط بين خير الفرد والجماعة.
المبادئ التي تقوم عليها السعادة عند (مل):
أ.اللذة هي الشيء الوحيد المرغوب لدى الناس.
ب.السعادة العامة خير بالنسبة للجميع.
ج.أخلاق المنفعة هي التي توفق بين مصلحة الذات ومصلحة الغير(المرشود، 2011، ص92).

الدراسات السابقة

دراسة (benjet &hernandes ،2001)

هدفت إلى التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في السعادة النفسية وتكونت العينة من 1102 فرداً من المكسيكيين منهم 526 من الذكور و576 من الإناث ومتوسط أعمارهم 11)-8) سنة طبق عليهم بعض المقاييس التي تعتبر مؤشرات للسعادة النفسية وهي:
صورة الجسم والتوافق النفسي والاجتماعي والاتجاه نحو الآخرين وتقدير الذات والاكتئاب، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في كل من صورة الجسم والاتجاه نحو الآخرين والاكتئاب لصالح الإناث بينما لم توجد فروق بينهم

في تقدير الذات والتوافق النفسي والاجتماعي (Benjet&Hermandes, 2001, p215)

دراسة (Roothman & et'al, 2003) سعت الدراسة إلى التحقق من الفروق بين الذكور والإناث في السعادة النفسية لدى عينة مكونة من 378 فردا منهم و 90رجل و 288امرأة أعمارهم (من 8-16سنة)، طبق عليهم 13 مقياس للمظاهر المختلفة للسعادة النفسية العامة General والجسمية، Physical والذاتية Self والروحية Spiritual والمعرفية Cognitive وأظهرت النتائج وجود فروق بينهم، حيث حصل الرجال على درجات مرتفعة في المظاهر الجسمية والمعرفية والذاتية بينما أظهرت الإناث درجات مرتفعة في المظاهر العامة والروحية والاجتماعية(Roothman & et al, 2003, p357).

علام، (2008) هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى السعادة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية والثانوية وتالف مقياس السعادة الحقيقية من(: الحكمة، المعرفة، الحب، الإنسانية، العدالة ،التسامي) طبق المقياس على عينه مكونة من 510 طالب وطالبة بالمرحلتين الإعدادية والثانوية منهم 206 طالب و 304طالبة، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في الحكمة والمعرفة والشجاعة والاعتداء لصالح الذكور، بينما كانت الفروق في الحب والإنسانية والتسامي لصالح الإناث(علام، 2005، ص12).

الجندي، (2009) أجريت الدراسة على عينة مكونه من 555 طالبا وطالبة، وتوصلت إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في مصادر الشعور بالسعادة) نشاط وقت الفراغ - والصحة النفسية والجسمية -الثقة بالنفس (لصالح الذكور بينما لم توجد فروق بينهم في كل من (الحب -الأسرة-الأصدقاء -وجود أهداف محددة التدين -التعلم -النجاح الدراسي -المستقبل المهني)(الجندي، 2009، ص11-70).

السيد(2010) هدفت إلى معرفة مدى وجود فروق بين متوسطات الذكور والإناث في السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية التي طبقت على عينة مكونة من 405 طالبا وطالبة بكلية التربية جامعة الزقازيق، منهم109 طالبا و 296طالبة طبق عليهم مقياس السعادة النفسية وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الذكور والإناث في السعادة النفسية ومكوناتها الفرعية: الاستقلال الذاتي – التمكن البيئي – التطور الشخصي – العلاقات الإيجابية مع الآخرين –الحياة الهادفة – تقبل الذات(السيد ، 2010، ص269).

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته

أولاً. منهجية البحث: استعمل الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته وطبيعة البحث ومتغيراته، وهذا المنهج من أكثر المناهج شيوعا وانتشارا، ولا سيما في البحوث التربوية والنفسية

ثانياً. مجتمع البحث: يشتمل مجتمع البحث الحالي على طلبة جامعتي بغداد والموصل للعام الدراسي (2018 – 2019) من الكليات (العلمية والإنسانية) ومن كلا الجنسين (ذكور، إناث)، إذ

بلغ عددهم (36977) و(31550) طالباً وطالبة على التوالي موزعين على (24) كلية في جامعة بغداد و(21) كلية في جامعة الموصل.

ثالثا. عينة البحث: اعتمد الباحثان في اختيار عينة بحثهما على الطريقة العشوائية المرحلية، حيث بلغ عدد أفراد هـــذه العـــينة (500) طالب تم اختيارهم بصـــورة عشـــوائية من كليات جامعتي بغداد والموصل وبواقع (235) من الذكور و(265) من الإناث موزعين على وفق متغيرات التخصص والمرحلة.

والجدول (1) يوضح ذلك:

جدول (1) عينة التحليل الإحصائي موزعين على وفق الجنس والتخصص والجامعة

الجامعة	الجنس		التخصص		المجموع
	الذكور	الإناث	علمي	إنساني	
بغداد	141	136	134	122	277
الموصل	94	129	143	101	223
المجموع	235	265	277	223	500

رابعا. أداة البحث: إعتمد الباحثان على مقياس السعادة النفسية الذي أعده "Springer&Hauser2006 " وقام بترجمته الى اللغة العربية (ابو هاشم، 2010) ثم عمل على تقنينه في البيئة العراقية (سعيد، 2017).

خامسا. وصف المقياس: يتألف مقياس السعادة النفسية من ستة أبعاد وهي كالآتي:

الاستقلالية Autonomy، التمكن البيئي Environmental Mastery، التطور الشخصي Personal Growth، العلاقات الايجابية مع الآخرين Positive Relations With Others، الحياة الهادفة Purpose In Life، تقبل الذات Self-Acceptance) تم توضيحها بالتفصيل في الفصل الثاني من البحث.

تكون المقياس من (54) فقرة موزعة على الأبعاد الستة وببدائل إجابة سداسية هي: (ارفض بشدة، ارفض بشدة متوسطة، ارفض بدرجة قليلة، أوافق بدرجة قليلة، أوافق بدرجة متوسطة، أوافق بشدة) وتكون درجات الإجابة (1،2،3،4،5،6) للفقرات الايجابية وتنعكس للفقرات السلبية.

صلاحية المقياس وفقراته: للتحقق من مدى صلاحية فقرات مقياس السعادة النفسية والبالغ عددها(54) فقرة وتعليماته وبدائله قام الباحثان بعرضه على مجموعة من الخبراء في التربية وعلم النفس والأخذ بآرائهم حول صلاحية فقرات وتعليمات المقياس وفي ضوء آرائهم وتوجيهاتهم، تم الإبقاء على الفقرات التي نالت نسبة اتفاق (80%) فأكثر، وقد قبلت جميع الفقرات مع تعديل بعضها لغوياً.

عينة وضوح التعليمات وحساب الوقت: طبق المقياس على عينة عشوائية مؤلفة من (60) طالب من طلبة جامعتي بغداد والموصل، وتبين أن تعليمات المقياس كانت واضحة وفقراته مفهومة وإن الوقت المستغرق للإجابة على فقرات المقياس كان(25-17) دقيقة.

تطبيق المقياس: قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة البحث والبالغ حجمها (500) طالب، لغرض تحليل الفقرات إحصائياً، واختيار الصالحة منها، واستبعاد غير الصالحة، اعتماداً على القوة التمييزية (بأسلوبي المجموعتين المتطرفتين والاتساق الداخلي) لكل منها وكذلك لاستخراج مؤشرات الثبات والصدق للمقياس.

التحليل الإحصائي لفقرات المقياس

تمييز فقرات مقياس السعادة النفسية: من أجل الكشف عن الفقرات المميزة، قام الباحثان بتحليل الفقرات بأسلوب المجموعتين المتطرفتين، إذ تم تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة من الاستمارات البالغ عددها (500) استمارة. وبعد ترتيب الدرجات تنازلياً من الأعلى إلى الأدنى، تم أخذ نسبة (27%) من الاستمارات الحاصلة على أعلى الدرجات وأدناها بغية الحصول على مجموعتين متطرفتين، وفي ضوء هذه النسبة فإن عدد كل من المجموعتين المتطرفتين كان (73) استمارة أي أن (144) استمارة خضعت للتحليل من أصل (500) استمارة. وقد تراوحت حدود درجات المجموعة العليا ما بين (225-181) درجة، أما درجات المجموعة الدنيا فقد تراوحت ما بين (64-117) درجة.

وبعد استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وذلك للمقارنة بين متوسطات درجات المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس تبين أن القيم التائية المستخرجة تتراوح ما بين (0.251 – 32.047) ومن خلال مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية والبالغة تساوي (1.960) ومستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (144)، فأظهرت النتائج أن جميع الفقرات مميزة. حيث كانت القيم التائية المحسوبة أكبر من الجدولية وبذلك أصبح المقياس مكون من (54) فقرة. وكما هو موضح بالجدول (2)

جدول (2) تمييز فقرات مقياس السعادة النفسية بأسلوب المجموعتين المتطرفتين علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

الفقرات	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت
1	عليا	73	3.5205	0.50303	4.578
	دنيا	73	2.9589	0.91952	
2	عليا	73	4.6438	0.85586	4.245
	دنيا	73	3.7808	1.51150	
3	عليا	73	3.2877	0.75424	5.885
	دنيا	73	2.4110	1.02518	
4	عليا	73	4.7671	0.85830	4.761
	دنيا	73	3.7808	1.54782	
5	عليا	73	3.0685	1.25087	6.511

	0.84580	1.9178	73	دنيا	
4.559	0.74841	5.0959	73	عليا	6
	1.74605	4.0822	73	دنيا	
5.312	0.70684	3.4384	73	عليا	7
	0.98428	2.6849	73	دنيا	
11.661	0.64491	5.0274	73	عليا	8
	1.41583	2.9041	73	دنيا	
10.003	0.66838	3.5342	73	عليا	9
	0.76774	2.3425	73	دنيا	
5.423	0.72675	4.8356	73	عليا	10
	1.82449	3.5890	73	دنيا	
6.184	0.72701	4.2603	73	عليا	11
	1.21930	3.2329	73	دنيا	
12.298	0.53847	4.9589	73	عليا	12
	1.40395	2.7945	73	دنيا	
3.063	0.48218	3.3562	73	عليا	13
	0.82484	3.0137	73	دنيا	
6.805	0.73482	4.9589	73	عليا	14
	1.40124	3.6986	73	دنيا	
9.588	0.57636	4.0206	73	عليا	15
	0.84804	3.0548	73	دنيا	
4.720	0.88256	5.4521	73	عليا	16
	1.72103	4.3836	73	دنيا	
10.466	1.18109	3.6575	73	عليا	17
	1.02777	1.7397	73	دنيا	
3.984	0.87106	4.8630	73	عليا	18
	1.63299	4.0000	73	دنيا	
9.693	0.60816	4.1370	73	عليا	19
	0.87128	2.9315	73	دنيا	
15.172	0.48415	5.0411	73	عليا	20
	1.21883	2.7123	73	دنيا	
2.985	0.86206	3.0822	73	عليا	21
	0.96475	2.6301	73	دنيا	
7.496	0.78222	5.2603	73	عليا	22
	1.63346	3.6712	73	دنيا	
7.396	0.84467	4.3014	73	عليا	23
	1.08732	3.1096	73	دنيا	

24	عليا	73	5.1233	0.64432	8.988
	دنيا	73	3.3425	1.56542	
25	عليا	73	3.4110	0.76077	3.893
	دنيا	73	2.8219	1.04539	
26	عليا	73	4.8219	0.90281	2.790
	دنيا	73	4.2055	1.65797	
27	عليا	73	3.2740	0.60691	6.379
	دنيا	73	2.4110	0.98370	
28	عليا	73	5.1507	0.63838	7.946
	دنيا	73	3.5342	1.61660	
29	عليا	73	3.2466	0.66208	3.113
	دنيا	73	2.8356	0.91308	
30	عليا	73	5.1918	0.87651	6.691
	دنيا	73	3.6712	1.73249	
31	عليا	73	3.3425	0.80310	6.116
	دنيا	73	2.4795	0.89922	
32	عليا	73	5.0959	0.88450	6.442
	دنيا	73	3.6438	1.71083	
33	عليا	73	3.3699	0.80806	4.374
	دنيا	73	2.7397	0.92837	
34	عليا	73	5.2877	0.84129	6.247
	دنيا	73	3.9452	1.63206	
35	عليا	73	4.1096	0.92138	6.066
	دنيا	73	2.7945	1.60692	
36	عليا	73	5.0548	0.81463	7.177
	دنيا	73	3.5342	1.61660	
37	عليا	73	3.2055	0.76301	4.826
	دنيا	73	2.5068	0.97359	
38	عليا	73	4.8219	1.12228	2.879
	دنيا	73	4.1096	1.79166	
39	عليا	73	3.4110	0.64195	4.135
	دنيا	73	2.8630	0.93266	
40	عليا	73	4.9315	0.80500	6.429
	دنيا	73	3.6164	1.55126	
41	عليا	73	3.5479	0.50114	6.168
	دنيا	73	2.8493	0.82784	
42	عليا	73	5.0959	0.85252	6.606

	1.63346	3.6712	73	دنيا	
7.383	0.48611	3.3699	73	عليا	43
	0.79907	2.5616	73	دنيا	
7.160	0.82230	5.1781	73	عليا	44
	1.59909	3.6712	73	دنيا	
5.612	0.49541	3.5890	73	عليا	45
	0.89370	2.9178	73	دنيا	
4.166	0.83356	5.1644	73	عليا	46
	1.74997	4.2192	73	دنيا	
7.648	0.98428	3.3151	73	عليا	47
	0.89668	2.1233	73	دنيا	
6.332	0.85542	5.1781	73	عليا	48
	1.63858	3.8082	73	دنيا	
4.307	0.71726	3.2329	73	عليا	49
	1.02388	2.6027	73	دنيا	
4.848	0.83607	5.0959	73	عليا	50
	1.57897	4.0822	73	دنيا	
5.953	0.99657	4.0822	73	عليا	51
	1.39006	2.8904	73	دنيا	
6.007	0.91225	5.2055	73	عليا	52
	1.67759	3.8630	73	دنيا	
3.989	1.35934	4.2329	73	عليا	53
	1.20911	3.3836	73	دنيا	
11.661	0.64491	5.0274	73	عليا	54
	1.41583	2.9041	73	دنيا	

يعتمد هذا الأسلوب بالدرجة الأساس لمعرفة فيما إذا كانت كل فقرة من فقرات المقياس تسير في المسار نفسه الذي يسير فيه المقياس، لذلك يعد هذا الأسلوب من أدق الوسائل المعتمدة في حساب الاتساق الداخلي لفقرات المقياس (عيسوي، 1985، 95)، وتشير انستازيAnastasi (1976) إلى أن الدرجة الكلية للمقياس هي أفضل محك داخلي عندما لا يتوفر المحك الخارجي(Anastasi, 1976, p206).

مؤشرات صدق وثبات مقياس السعادة النفسية:

الصدق Validity: تحقق الباحثان من صدق المقياس من خلال أنواع الصدق الآتية:

أ. الصدق الظاهري Face Validity:

وقد تحقق هذا النوع من الصدق للمقياس من خلال عرضه على الخبراء والأخذ بآرائهم حول صلاحية فقرات وتعليمات المقياس وكما مر ذكره أنفاً في صلاحية الفقرات.

ب. صدق البناء Construct Validity:

وقد تم التحقق من صدق البناء من خلال حساب تمييز الفقرات بأسلوب المجموعتين المتطرفتين ومعامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية باستعمال معامل ارتباط بيرسون.

ثبات المقياسReliability: تم حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، ولتحقيق ذلك قام الباحثان بتطبيق مقياس السعادة النفسية على (40) طالب وطالبة، ومن ثم قاما بتقسيم المقياس بعد الإجابة على فقراته إلى قسمين يشمل الأول الفقرات الفردية، والثاني الفقرات الزوجية، إذ بلغ معامل الثبات قبل التصحيح (0.72) وبعد التصحيح بمعادلة (سبيرمان – براون) كان (0.83) وهو معامل ثبات جيد يمكن الركون إليه.

عينة التطبيق النهائي: قام الباحثان بتطبيق أداة البحث على عينة البحث النهائية البالغة (500) طالب، موزعين على جامعتي بغداد والموصل، وقد بدأ التطبيق بتاريخ (2019/1/7) وانتهى بتاريخ (2019/1/17).

خامساً. الوسائل الإحصائية: استعمل في هذا البحث الوسائل الإحصائية آلاتية:

-معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation Cofficient لحساب ثبات المقياس، ولمعرفة العلاقة بين كل فقرة والمجموع الكلي للمقياس. (عودة والخليلي، 1988، 138)

-الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط. T_test to denote correlation coefficient(علام، 2015، ص154)

معادلة سبيرمان – براون لتعديل معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية(ربيع، 2009، ص90).

-الاختبار التائي لعينة واحدة T - Test for one Independent Sample: لمعرفة الفرق بين الوسط الحسابي للمقياس والوسط الفرضي لدى افراد العينة النهائية للبحث الحالي(عودة والخليلي، 1988، ص181).

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين T - Test for two Independent Samples لحساب تمييز الفقرة وللمقارنة في متغيرات البحث على وفق متغيرات الجامعة الجنس والتخصص والمرحلة(عودة والخليلي، 1988، ص185).

الفصل الرابع

نتائج البحث

الهدف الأول: لتحقيق الهدف الأول والذي نص على "التعرف على مستوى السعادة النفسية لدى طلبة جامعتي بغداد والموصل". قام الباحثان بجمع البيانات واستخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومقارنته بالوسط الفرضي للمقياس والقيمة التائية، والجدول (3) يبن ذلك.

جدول (3) مستوى السعادة النفسية لدى افراد العينة بشكل عام

نوع العينة	العدد	المتوسط الحسابي	المتوسط الافتراضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
العينة الكلية	500	220.3320	189	12.48268	56.126	1.960 (499)(0.05)	يوجد فرق دال
جامعة بغداد	277	221.7942		12.81293	42.598	1.960 (276)(0.05)	يوجد فرق دال
جامعة الموصل	223	218.5157		11.83857	37.231	1.960 (222)(0.05)	يوجد فرق دال

ويتبين من الجدول (4) أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (56،126) وهي أكبر من القيمة الجدولية (1.960) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (499) وهذا يعني وجود دلالة إحصائية أي أن لدى أفراد عينة البحث مستوى مقبول من السعادة النفسية بشكل عام، ويعود السبب إلى أن طلبة الجامعة قد وصلوا إلى مستوى من الثقافة والاطلاع على التجارب الشعوب الأخرى وبإمكانهم التخلص من الأمور والمنغصات التي قد تدخلهم في عالم الحزن والأفكار السلبية.

الهدف الثاني: لتحقيق الهدف الثاني والذي نص على "التعرف على الفروق في السعادة النفسية لدى طلبة جامعتي بغداد والموصل وفقاً لمتغير الجامعة (بغداد – الموصل)" لتعرف دلالة الفروق في السعادة النفسية تبعاً لمتغير الجامعة (بغداد، موصل) فقد تم حساب المتوسط الحسابي لدرجات طلبة جامعة الموصل فكان (221.7942) درجة بانحراف معياري (12.81293)، وكذلك حسب المتوسط الحسابي لدرجات طلبة جامعة الموصل فكان (218.5157) درجة بانحراف معياري قدره (11.83857)، ثم استعمل الاختبار التائي لعينتين مستقلتين فكانت القيمة التائية المحسوبة البالغة (2.942) أكبر من القيمة التائية الجدولية (1.960) عند مستوى دلالة (0،05) ودرجة حرية (498) مما يدل على وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلبة جامعة بغداد وطلبة جامعة الموصل في السعادة النفسية ولصالح جامعة بغداد باستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل من الجامعتين، ومقارنتها مع القيم الجدولية والجدول (4) يوضح ذلك.

جدول (4) نتائج الاختبار التائي لدلالة الفروق تبعاً لمتغير الجامعة

الجامعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
جامعة بغداد	277	221.7942	12.81293	2.942	1.960 (498)(0.05)	يوجد فرق دال لصالح جامعة بغداد
جامعة الموصل	223	218.5157	11.83857			

وتؤشر هذه النتيجة إلى انخفاض مستوى السعادة النفسية لدى طلبة جامعة الموصل مقارنة بجامعة بغداد وذلك بسبب الظروف الأمنية والتهديدات الإرهابية التي تعرضت لها مدينة الموصل ومن ضمنهم طلبة جامعة الموصل سواء من بقي داخل المدينة أثناء احتلالها من قبل تنظيم داعش الإرهابي أو الذين غادروا المدينة وأصبحوا نازحين في مدن أخرى.

الهدف الثالث: "التعرف على الفروق في السعادة النفسية لدى طلبة جامعتي بغداد والموصل وفقاً لمتغير النوع (ذكر- أنثى)" لتعرف دلالة الفروق في السعادة النفسية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث) فقد تم حساب المتوسط الحسابي لدرجات الذكور فكان (217.9660) درجة بانحراف معياري (11.90197)، وكذلك حسب المتوسط الحسابي لدرجات الإناث فكان (222.7698) درجة بانحراف معياري قدره (12.97243)، ثم استعمل الاختبار التائي لعينتين مستقلتين فكانت القيمة التائية المحسوبة البالغة (4.295) أكبر من القيمة التائية الجدولية

(1.960) عند مستوى دلالة (0،05) ودرجة حرية (498) مما يدل على وجود فرق ذو دلالة احصائية بين متوسط درجات الذكور والإناث في السعادة النفسية ولصالح الإناث، والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5) نتائج الاختبار التائي لدلالة الفروق تبعاً لمتغير الجنس

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	235	217.9660	11.90197	4.295	1.960 (498)(0.05)	يوجد فرق دال لصالح الإناث
إناث	265	222.7698	12.97243			

وتؤشر هذه النتيجة إلى وجود تفوق للإناث على الذكور في مستوى السعادة النفسية ويعزو الباحثان هذا التفوق إلى طبيعة الفروق بين الجنسين في مجتمعاتنا العربية والتي تلقي المزيد من الضغوط الحياتية والاقتصادية على الذكور أكثر منها على الإناث مما يسبب زيادة الضغط النفسي والتوتر والقلق النفسي لدى الذكور من الطلبة وبالتالي يؤدي كل هذا إلى انخفاض مستوى السعادة النفسية لدى الذكور.

الهدف الرابع "التعرف على الفروق في السعادة النفسية لدى طلبة جامعتي بغداد والموصل وفقا لمتغير التخصص (علمي- إنساني)" لمعرفة دلالة الفروق في السعادة النفسية تبعاً لمتغير التخصص (علمي– إنساني) فقد تم حساب المتوسط الحسابي لدرجات الطلبة من التخصص الإنساني فكان (221.9385) درجة بإنحراف معياري (12.38080)، وكذلك حسب المتوسط الحسابي لمجموعة الطلبة من التخصص العلمي فكان (218.7070) درجة بانحراف معياري قدره (12.59178)، ثم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين فكانت القيمة التائية المحسوبة البالغة (2.892) أكبر من القيمة التائية الجدولية (1،960) عند مستوى دلالة (0،05) ودرجة حرية (498) مما يدل على وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلبة في التخصص الإنساني والطلبة في التخصص العلمي في السعادة النفسية ولصالح طلبة التخصص الإنساني، والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6)الفروق في مستوى السعادة النفسية لدى أفراد عينة البحث وفق متغير التخصص.

التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
علمي	256	218.7070	12.59178	2.892	1.960 (498)(0.05)	يوجد فرق دال لصالح التخصص الإنساني
إنساني	244	221.9385	12.38080			

وتؤشر هذه النتيجة إلى أن الطلبة ذوي التخصص الإنساني لديهم مستوى أعلى من السعادة النفسية، وقد يرجع السبب حسب رأي الباحثان إلى طبيعة التخصص الإنساني واقترابه من الحياة الواقعية التي يعيشها الطالب الجامعي على عكس التخصص العلمي الذي يتميز بالجدية والخيال والتركيز في الثوابت والنظريات العلمية.

الهدف الخامس "التعرف على الفروق في السعادة النفسية لدى طلبة جامعتي بغداد والموصل وفقاً لمتغير الصف الدراسي (أول – رابع)" لمعرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية في السعادة النفسية تبعاً لمتغير المرحلة (اول- رابع). قام الباحثان باستخراج المتوسطات الحسابي لدرجات

طلبة الصف الأول فكان (218.9249) درجة وبانحراف معياري (12.60875) وكذلك حساب المتوسط الحسابي لدرجات الطلبة في الصف الرابع، فكان (221.4928) وبانحراف معياري (12.28341)، وتم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين فكانت القيمة التائية المحسوبة (2.267) اكبر من القيمة التائية الجدولية (1.960) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية(498) مما يدل على وجود فرق ذي دلالة إحصائية ولصالح طلبة الصف الرابع والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6) الوسط الحسابي والانحراف المعياري لأفراد عينة البحث بحسب متغير المرحلة

الصف الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
أول	293	218.9249	12.60875	2.267	1.960 (498)(0.05)	يوجد فرق دال لصالح الرابع
رابع	207	221.4928	12.28341			

ويرى الباحثان أن سبب تفوق طلبة الصف الرابع من طلبة جامعتي بغداد والموصل على طلبة الصف الأول قد يرجع إلى تكيفهم مع الحياة الجامعية بما تحوي من مناهج وأساتذة وزملاء وأجواء جامعية إضافة إلى بلوغهم مرحلة عمرية جديدة هي مرحلة الرشد.

التوصيات: في ضوء نتائج الدراسة يوصي الباحثان بالآتي:

-الإفادة من المقياس الحالي في مجالات الإرشاد والصحة النفسية.

-العمل على تقنين الصورة المختصرة للمقياس الحالي والإفادة منها.

-تفعيل دور الإرشاد النفسي في الجامعات العراقية لمساعدة الطلبة إلى الوصول إلى أعلى مستويات السعادة النفسية.

-تفعيل عمل وحدات التربية الرياضية والفنية ودعم الطلبة في ممارسة الأنشطة الاجتماعية التي تسهم في رفع مستوى السعادة النفسية لديهم.

المقترحات: في ضوء نتائج الدراسة يقترح الباحثان بالآتي:

-إجراء دراسات تتبعية للسعادة النفسية لغرض تكوين تصور واضح عنها وعن تأثيرها في سلوك الطالب الجامعي مستقبلاً.

-إجراء دراسات تربط استراتيجيات استخدام السعادة النفسية مع متغيرات أخرى.

-بناء برامج إرشادية لرفع مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة بشكل عام ومن ظهر لديهم انخفاض في هذا المتغير بشكل خاص.

قائمة المراجع:

1.الجندي، امسية السيد(2009)، مصادر الشعور بالسعادة وعلاقتها بالذكاء الوجداني لطلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد (19)، العدد (62) فبراير.

2.جودة، أمال وابو جرار حمدي(2011)، التنبؤ بالسعادة في ضوء الأمل والتفاؤل لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة ،مجلة جامعة القدس المفتوحة عدد(24).
3.حجازي، عوض الله جاد ومحمد السيد نعيم(2015)، في تاريخ الفلسفة اليونانية، دار الطباعة المحمدية، ط2، القاهرة.
4.ربيع، محمد شحاته(2009)، قياس الشخصية، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ط2، عمان
5.سعد، علي(1990)، مستويات الأمن النفسي لدى الشباب الجامعي، مجلة جامعة دمشق، المجلد15، العدد1.
6.سعيد، ئاس وصالح(2017)، فاعلية برنامج إرشاد ديني في تنمية الشعور بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة.
7.السيد محمد أبو هاشم(2010)، النموذج البنائي للعلاقات بين للسعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، مج 20، ع81.
8.علام، صلاح الدين محمود(2015)، الأساليب الإحصائية الاستدلالية في تحليل بيانات البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية ،ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
9.علام، صلاح الدين محمود(2005)، الأساليب الإحصائية الاستدلالية في تحليل بيانات البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية (البارامترية واللابارامترية)، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
10.علام، سحر فاروق(2008)، معدلات السعادة الحقيقية لدى عينة من طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية، مجلة الدراسات النفسية، المجلد 18، العدد(يوليو).
11.عودة، احمد سليمان، وخليل يوسف الخليلي(1988)، الإحصاء للباحث في التربية والعلوم الإنسانية، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
12.العيسوي، عبد الرحمن محمد(1985)، القياس والتجريب في علم النفس والتربية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر.
13.مايكل مايكل ارجايل(1997)، سيكولوجية السعادة: ترجمة فيصل عبد القادر يونس، مراجعة شوقي جلال، القاهرة، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
14.محمد، السيد عبد الرحمن(1998)، دراسات في الصحة النفسية، الجزء 1، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة
15.المرشود، جوهرة صالح(2011)، السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طالبات الجامعة، مجلة العلوم العربية والإنسانية، جامعة القصيم، السعودية، مج 4، ع2.
16.المطلق، عبد المحسن بن علي(2009)، الحياة الطيبة أو قاموس السعادة في الإسلام، مكتبة التوبة، الرياض.
17.النيال وخميس، مايسة أحمد وماجدة علي(1995)، السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والشخصية لدى عينة من المسنين والمسنات" دراسة سيكومترية مقارنة"، الهيئة المصرية العامة للكتاب مجلة علم النفس، السنة التاسعة، العدد36.

18.Anastasia(1976),psychological testing Macmill publing,6ed, camping, new York.

19.Benjet, C & Hernandez – Guzman, L (2001), Gender Differences In Psychological ،Well –Being Mexican Early Adolescents ،Aeolescence, 36(141).

20.Furr, R(2005), Differentiating Happiness and Self Asteem, Individual Differences Research, 3 (2).

21.Gonzalez, M, Casas, F & Coneders, G(2006), Complexity, Approach To Psychological Well- Being In Adolescence: Major Strengths and Methodological Issue, Social Indicators, 80.

22.Roothman & et 'al(2003), Gender Differences in Aspects of Psychological Well-Being, South African journal of psychology.

23.Ryff, C & Singe, B(2008), Know Thyself and Become What You Are: A Eudemonic Approach To Psychological.

24.Ryff, C(1995), Psychological Well- Being in Adult Life ،Current Directions in Psychological Science, (4).