

دراسة الجانب الإيجابي من الإنسان سيكولوجية السعادة النفسية نموذجاً في ضوء
بعض المتغيرات الديموغرافية والتربوية
(دراسة ميدانية على طلاب كلية التربية مروي)

إعداد: مجذوب أحمد محمد أحمد قمر
أستاذ مساعد - جامعة دنقلا - السودان

Majzooob111@hotmail.com

0123324300

المخلص:

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على سيكولوجية السعادة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية والتربوية لدى طلاب جامعة دنقلا - كلية التربية - السودان، ولتحقيق هذا الهدف استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي في جمع البيانات وتحليلها، تكونت عينة الدراسة من (١٦٦) طالب وطالبة، (٨٣) طالب و(٨٣) طالبة للعام الدراسي ٢٠١٤ - ٢٠١٥. قد تم اختيار عينة الدراسة عن طريق العينة الطبقية العشوائية بنسبة ٢٠٪ من مجتمع الدراسة، استخدم الباحث الثقة بالنفس. وجد الباحث درجة منخفضة من الشعور بالسعادة لدى عينة الدراسة وعلاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين السعادة النفسية والتحصيل الدراسي وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الثقة بالنفس، وأن أكثر أبعاد الثقة بالنفس تنبؤاً بالتحصيل الدراسي هي: الاستقلال الذاتي و التمكن البيئي والحياة الهادفة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في السعادة النفسية تعزى لمتغيرات المستوى الدراسي لصالح المستوى الرابع. وأخيراً، على ضوء نتائج الدراسة والمناقشة الباحث اقترح بعض التوصيات.
الكلمات المفتاحية: السعادة، التربية - جامعة دنقلا.

Abstract

The aim of this study is to identify the Psychological Well-Being and its relationship with some demographic and educational variables at Dongola University students - Faculty of Education in Sudan, To achieve this goal the researcher used the analytic descriptive method, The study sample consisted of (166) students who are (84) males and (82) females included the academic year (2015) chosen

by the stratified random sample of (20%). The researcher used the measurements of the Psychological Well-Being scales, Researcher found low degree of feeling of happiness among a sample study, And there was a positive relationship between Psychological Well-Being and achievement, as no significant statistical differences in Psychological Well-Being between males and females, And more Psychological Well-Being dimensions predictable collection of study are: autonomy and environmental mastery and Purpose in Life, And the presence of statistical significant differences between study levels Psychological Well-Being in favor to the fourth level was found. Finally, in light of the study results and discussion the researcher suggested some recommendations.

Key word: Psychological Well-Being: education: Dongola University

مقدمة:

يعد مفهوم السعادة النفسية Psychological Well-Being المفهوم

المحوري والرئيسي في علم النفس الإيجابي لما له من مكانة بارزة في تاريخ الفكر الإنساني، وسعى الجميع في الثقافات المختلفة إلى السعادة بوصفها هدفاً أسمى للحياة لارتباطها بالحالة المزاجية الإيجابية والرضا عن الحياة وجودة الحياة وتحقيق الذات والتفؤل . وعلى الرغم من أن الغاية الأساسية لعلم النفس هي مساعدة الفرد على أن يحيا الحياة الطيبة التي يشعر فيها بالسعادة ، فقد تجاهل علماء النفس لسنوات طويلة المشاعر الإيجابية للشخصية وظلت الانفعالات السلبية مثل القلق، والاكتئاب، والضعف النفسية، والتشاؤم الأكثر تناولاً واهتماماً في بحوثهم ودراساتهم (١ : ٢٧٠)^١.

أشارت مجموعة من الأبحاث أن السعادة لها أهميتها العالمية بوصفها الهدف للإنساني الأسمى، كما أن أسبابها تبدو متماثلة في مختلف أنحاء العالم مع اختلاف الثقافات فإن العناصر المحددة التي تساهم في خلق السعادة تبدو عالمية ، كما أن العناصر التي تسهم في السعادة واحدة لجميع الأعمار بصرف النظر عن المكان الذي يعيشون فيه ، وقد اتضح أن العناصر الأساسية التي تسهم في السعادة هي نفس العناصر للأشخاص السليمين والمعاقين، والسعداء والتعساء حول العالم يتفقون

على العناصر التي يعدونها مهمة بالنسبة للسعادة، أشار مايكل أرجل، أن السعادة هي مفهوم مرادف للحياة، حيث عرفها بأنها تقدير عقلي لنوعية الحياة التي يعيشها الفرد ككل أو حكم بالرضا عن الحياة، كما يرى أن الشعور بالرضا هادئ ونوع من التقدير الهادئ (التأمل لدى سير الأمور سواء الآن أو في الماضي)، في (٧ : ٣٨١).

على الرغم من أن الشخصية تقوم بدور مهم في مستوى السعادة فأنها ليست العامل الوحيد المؤثر، وفي الحقيقة إذا كانت هي العامل الوحيد فإن مستوى السعادة لدى الشخص يجب أن تبقى ثابتة، فقد دلت بحوث كثيرة أن السعادة نتاج تفاعل الشخصية والبيئية (١١ : ٥٨٨).

مشكلة الدراسة:

للسعادة دور أساسي في مواجهة الضغوط الحياتية، والمواقف المؤلمة، كذلك في تبني الفرد وجهة ايجابية في الحياة في كل تعاملاته واتسامها بالرونة والانبساط وأشار دانيير Diener، أن الحكم على السعادة الشخصية يأتي من الفرد ذاته، حيث أكد أن السعادة الشخصية تتسم بالثبات بالرغم من تغير الظروف ومرور الزمن (١٩ : ٣٤). ونبعت مشكلة الدراسة من خلال اطلاع الباحث على عدد من الدوريات والرسائل العلمية فوقعت عيناه على هذا النص الذي قاله عبد الخالق و آخرون في مقارنة بين السلوك الإنساني الإيجابي والسلبي فقد توصل إلى أن هناك ٢١ مقالا منشورا عن الانفعالات السلبية مقابل كل مقال عن الانفعالات الايجابية (١١ : ٦١٢) فكانت معظم كتابات الباحث عن السلوك السلبي فأراد الباحث أن يقيس الجانب الإيجابي في سلوك طلاب كلية التربية مروي وعليه يمكن صياغة مشكلة الدراسة في التساؤل التالي:

ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين سيكولوجية السعادة النفسية وبعض المتغيرات الديموغرافية والتربوية؟ وتتفرع منه التساؤلات التالية

١- ما درجة الشعور السعادة لدى طلاب جامعة دنقلا- كلية التربية؟

٢- هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين السعادة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلاب جامعة دنقلا؟

٣- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في السعادة النفسية لدى طلاب جامعة دنقلا- كلية التربية تعزى لتغير النوع (ذكر- أنثى)؟

٤- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في السعادة النفسية لدى طلاب جامعة دنقلا- كلية التربية تعزى لتغيرات المستوى الدراسي (الأول، الثاني، الثالث،

الرابع).

٥- هل يمكن التنبؤ بالتحصيل الدراسي من خلال مقياس السعادة النفسية؟
أهمية الدراسة:

في حد علم الباحث تعتبر هذه الدراسة فريدة في نوعها، فنجد أن الكثير من الدراسات تناولت موضوع السعادة النفسية في علاقتها ببعض الموضوعات النفسية المختلفة كما في دراسة نيتجج وآخرون (Natvig, et al, ٢٠٠٣). ودراسة أبو عمشة (٢٠١٣). ودراسة صالح (٢٠١٣). دراسة أبوهاشم (٢٠١٠) وغيرها، أما الدراسة الحالية ركزت على متغير السعادة النفسية كمتغير منفصل مما أعطاه أهمية على السعيد السوداني والعربي في حد علم الباحث وعليه تنبع أهمية الدراسة من أهميتها النظرية والتطبيقية على النحو التالي:

أ. الأهمية النظرية:

أهمية الموضوع نفسه وأهمية الشريحة التي يدرسها الباحث ألا وهي شريحة الطلاب- أي مرحلة الشباب الأكثر كدأ وسعيًا لارتقى بمستوى السعادة النفسية وما قد يعريها في ذلك من صعوبات.
تزويد المكتبة السودانية والعربية والدراسات اللاحقة بالإطار نظري عن سيكولوجية السعادة النفسية.

ب. الأهمية التطبيقية:

تحديد العلاقة بين سيكولوجية السعادة النفسية وبعض المتغيرات الديموغرافية والتربوية لدى طلاب جامعة دنقلا- كلية التربية مروي.
يأمل الباحث أن تخرج هذه الدراسة بمجموعة من النتائج التي يمكن الاستفادة منها في تصميم بعض البرامج النفسية والتربوية.
المساهمة في توجيه نظر المسؤولين عن مجال الإرشاد والصحة النفسية إلى أهمية السعادة النفسية في حياة الفرد وارتباطها بالكثير من انجازاته العلمية.

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

١. التحقق من درجة الشعور بالسعادة لدى طلاب جامعة دنقلا- كلية التربية.
٢. الكشف عن طبيعة العلاقة بين السعادة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلاب جامعة دنقلا؟
٣. معرفة ماذا إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في السعادة النفسية لدى طلاب جامعة دنقلا - كلية التربية تعزى لمتغير النوع (ذكر- أنثى)؟
٤. التعرف على الفروق في السعادة النفسية لدى طلاب جامعة دنقلا - كلية التربية

التي يمكن أن تعزى لمتغيرات المستوى الدراسي (الأول، الثاني، الثالث، الرابع).

٥. التنبؤ بالتحصيل الدراسي من خلال مقياس السعادة النفسية؟

حدود الدراسة؛

اقتصرت الدراسة على طلاب جامعة دنقلا كلية التربية بالولاية الشمالية السودان في الفترة ٢٠١٤-٢٠١٥.

مصطلحات الدراسة؛

الشعور بالسعادة: Feeling Happiness

مجموعة من المؤشرات السلوكية تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام، وحددتها Ryff & Singer، ٢٠٠٨ في ستة عوامل رئيسية هي:

١- الاستقلالية Autonomy ويشير إلى استقلالية الفرد وقدرته على اتخاذ القرار، ومقاومة الضغوط الاجتماعية، وضبط وتنظيم السلوك الشخصي أثناء التفاعل مع الآخرين.

٢- التمكن البيئي Environmental Mastery قدرة الفرد على التمكن من تنظيم الظروف والتحكم في كثير من الأنشطة، والاستفادة بطريقة فعالة من الظروف المحيطة، وتوفير البيئة المناسبة، والمرونة الشخصية

٣- التطور الشخصي Personal Growth قدرة الفرد على تنمية وتطوير قدراته، وزيادة فعاليته وكفاءته الشخصية في الجوانب المختلفة، والشعور بالتفاؤل.

٤- العلاقات الإيجابية مع الآخرين Positive Relations With Others قدرة الفرد على تكوين وإقامة صداقات وعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين على أساس من: الود، والتعاطف، والثقة المتبادلة، والتفهم، والتأثير، والصداقة، والأخذ والعطاء.

٥- الحياة الهادفة Purpose in Life قدرة الفرد على تحديد أهدافه في الحياة بشكل موضوعي، وأن يكون له هدف ورؤية واضحة توجه أفعاله وتصرفاته وسلوكياته مع المثابر والإصرار على تحقيق أهدافه.

٦- تقبل الذات Self - Acceptance ويشير إلى القدرة على تحقيق الذات والاتجاهات الإيجابية نحو الذات والحياة الماضية، وتقبل المظاهر المختلفة للذات بما فيها من جوانب إيجابية وأخرى سلبية (٢٥ : ١٣-٣٩)

يعرفها الباحث إجرائياً، بأنها الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس السعادة المستخدم في الدراسة.

الإطار النظري

ويحتوى على

١. السعادة النفسية: Psychological Well-Being

إن الشعور بالسعادة والتعبير عنها يختلف من فرد لآخر ، ومن ثقافة لأخرى ، ومن مرحلة عمرية لأخرى ، كما تتباين مصادر السعادة من فرد لآخر . وتعددت تعريفات السعادة ، فيعرفها « مايكل أرجايل بأنها شعور بالرضا والإشباع وطمأنينة النفس وتحقيق الذات (٦ : ١٠)

أن السعادة النفسية أحد مكونات جودة الحياة، مما سبق يتضح وجود تباين في تعريف السعادة بشكل عام ، إلا أن معظم الباحثين اتفقوا على أنها مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تدل على توفر حالة من الرضا العام لدى الفرد وسعيه المستمر لتحقيق أهدافه الشخصية في إطار الاحتفاظ بالعلاقات الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين (٢٤ : ٢٦٧).

يضيف Christopher أنه لكي تتكامل الرؤية حول السعادة النفسية للفرد يجب التركيز على نوعية الأهداف في الحياة ، ووضع مكانه الفرد بين أقرانه ، ومراحل النمو المختلفة له (٢١ : ١٤٨).

ويعرفها جوزيف وآخرون : لا تعني فقط غياب المشاعر الاكتئابية، ولكنها تعني أيضاً وجود عدد من الحالات الانفعالية والمعرفية التي تتسم بالإيجابية (٢٣ : ٤٦٤). يعرفها معجم علم النفس والطب النفسي : أنها حالة من الفرح والهناء والإشباع، تنشأ أساساً من إشباع الدوافع، ولكنها تسمو إلى مستوى الرضا النفسي (٨ : ٤). يرى نو وشيه Shih & Lu، بأنها : حالة عقلية تتسم بالإيجابية يشعر بها الإنسان ذاتياً، وتحدث له من خلال وسائل مختلفة (٢٠ : ١٨٢).

يتضح من التعريفات السابقة أن السعادة انفعال وجداني إيجابي ثابت نسبياً، يتمثل في إحساس الفرد بالبهجة والفرح والسرور، ويسمو إلى مستوى الرضا النفسي، وقد تصبح السعادة سمة من سمات الفرد يتميز بها صاحبها في معظم أوقات النشاط، حيث يكون لديهم القدرة على الاستمتاع بالوقت بطريقتهم الخاصة، ولديهم مشاعر الحب والصدقة، ونظرتهم للحياة إيجابية، ومعظم تعاملاتهم وعلاقاتهم ناجحة. كما أنها حالة عقلية تتسم بالإيجابية بعيدة كل البعد عن الشعور بالكآبة، أو المرض النفسي، فهي حالة انفعالية عقلية يخبرها الفرد ويشعر ويتمتع بها (١٦٠ : ١٥). للسعادة آثاراً إيجابية قوية على سلوك الفرد ، منها التفكير الإيجابي حيث يفكر

الناس بطرق مختلفة ، وأكثر إيجابية عندما يكونون سعداء مقارنة بحالتهم عند الحزن والكآبة ، كذلك يكون السعداء أكثر ثقة بالنفس وأكثر تقديراً لذواتهم وأكثر في الكفاءة الاجتماعية، ولديهم استعداد لحل مشكلاتهم بطرق أفضل، وهم أكثر استعداداً لتقديم المساعدة الاجتماعية للآخرين (١٤ : ١٥١).

فالسعادة لها أهميتها بوصفها الهدف الإنساني الأسمى، كما أن أسبابها تبدو واحدة في مختلف أنحاء العالم، وعلى اختلاف الثقافات فإن العناصر المحددة والأساسية التي تسهم في خلق السعادة، تبدو عامة، وقد اتضح أن هذه العناصر هي نفسها بالنسبة للأشخاص الأسوياء والمعاقين (١٧ : ٢).

تعد السعادة من المشاعر الراقية السامية، وهي انفعال وجداني إيجابي مازال الإنسان ينشد الوصول إليه، وقد تحيط بنا، ولكن قد يكون الوصول إليها باعتبارها غاية من غايات الإنسان الأساسية أمراً معقداً (٩ : ٢٥).

يرى الهباص : أنها انفعال وجداني ثابت نسبياً، يتمثل في إحساس الفرد بالبهجة والسرور وغياب المشاعر السلبية من خوف وقلق واكتئاب، والتمتع بصحة العقل والبدن، بالإضافة إلى الشعور بالرضا الشامل في كافة مجالات الحياة (٥ : ٣٣٢).

حيث تبدأ إشباع تلك الدوافع الأساسية في حياة الطفل، وتمتد آثارها إلى مراحل العمر التالية، ويمكن القول أن مفاهيم السعادة تمحورت حول الإشباع البيولوجي، والنفسي، والاجتماعي، والانفعالات الإيجابية، ويتصف صاحبها بالابتهاج والانشراح، وتحقق له الرضا عن الذات (١٣ : ٣٥٣).

يسعى الناس جاهدين على امتداد مراحلهم العمرية للوصول إلى السعادة، فمنهم من يحظى بها ومنهم من يتعثر حيناً، ويسعد حيناً آخر، وآخرون يقعون ضحية الاكتئاب، وتلعب عوامل عديدة ومتنوعة بيئية وشخصية دوراً في توجه الفرد نحو الوجدان السلبي أو الإيجابي، فالخبرات التي يمر بها الفرد بالإضافة إلى سمات شخصيته تحدد مسار حياته سلباً أم إيجابياً (٤ : ٩٤٥).

مكونات السعادة :

إن هناك ثلاثة جوانب للسعادة هي :

١- جانب عقلي فكري : ويتمثل في الرضا عن النفس، واقتناع الفرد بما قسمه الله له، وهي نتاج التربية والإيمان بمبادئ ومثل معينة.

٢- جانب انفعالي : وهي عبارة عن مشاعر البهجة والتفاؤل والانبساط التي تنتاب الفرد، نتيجة شعوره بالسعادة.

٣- جانب الارتياح النفسي : فالإنسان الذي يعاني هو إنسان غير سعيد، ويأتي

الاكتئاب على قمة ما يسبب للإنسان من تعاسة (١٠ : ١١٤).
أنواع السعادة:

إن هناك نوعين للسعادة هي:

- ١- السعادة القصيرة: وهي التي تستمر إلى فترة قصيرة من الزمن.
- ٢- السعادة الطويلة: وهي التي تستمر إلى فترة طويلة من الزمن، وهي عبارة عن سلسلة من محفزات السعادة القصيرة وتتجدد باستمرار، لتعطي الإيحاء بالسعادة الدائمة (١٠ : ٩٢).

خصائص الشخصية السعيدة:

تتميز الشخصية السعيدة بعدة سمات منها: الثقة بالنفس، والقدرة على التفكير بطريقة واقعية، بالإضافة إلى ممارسة الرياضة، فكلما شعر الأفراد بأنهم أصحاء وأفضل حالاً، كلما استمتعوا بحياة أفضل، بالإضافة إلى أنهم يكونون مفهوم إيجابي نحو الحياة، بالإضافة إلى قوة المعتقدات الدينية، فإن الذين يمتلكون معتقدات دينية قانعون بحياتهم في حين أن من تنقصهم المعتقدات الروحية غير قانعين بحياتهم. (١٠ : ١٢٣).

٢. الدراسات السابقة:

أ. دراسة نيتفج وآخرون (Natvig, et al, ٢٠٠٣): والتي هدفت إلى معرفة العلاقة بين العوامل النفس اجتماعية والسعادة لدى المراهقين، حيث تكونت عينة الدراسة من (٧٨٨) من الطلاب الترويجيين منهم (٤٣٨ طالب ٤٤٩ طالبة) واستخدم الباحثون في الدراسة سؤالاً واحداً لقياس السعادة يتكون من أربع اختيارات، وقد أسفرت نتائج الدراسة أن (٨٨،٩) من الطلاب سعداء جداً، وأن مستوى فاعلية الذات Self- efficacy يرتفع بارتفاع السعادة، كما أسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق في درجات السعادة يعزى إلى الجنس (ذكور- إناث).

ب. دراسة الهياص (٢٠٠٩): دراسة هدفت إلى تلقيس العلاقة بين أبعاد مقياس العفو من جانب، وأبعاد مقياسي العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، والشعور بالسعادة، ومعرفة الفروق بين الذكور والإناث بين الطلاب الأكبر سناً والأصغر سناً في متغيري العفو والسعادة، وذلك على عينة قوامها (٣١٧) طالباً وطالبة من طلاب الفرقتين الأولى والرابعة بكلية التربية جامعة طنطا، وقد استخدمت الباحثة مقياس العفو إعداد الباحث ومقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ترجمة أبو زيد الشويقي، ٢٠٠٨، ومقياس الشعور بالسعادة: إعداد أحمد عبد

الخالق وصلاح مراد، ٢٠٠١، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين العفو وبعدي الرضا عن الحياة والدرجة الكلية للسعادة، كما أظهرت الدراسة عدم وجود تأثير دال إحصائياً لمتغيري السن والجنس على درجة الشعور بالسعادة، وكان الفروق في السن على درجة الشعور بالسعادة لصالح الفرقة الرابعة مقارنة بطلاب الفرقة الأولى.

ج.دراسة أبو عمشة (٢٠١٣) : هدفت إلى دراسة الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني وعلاقتها بالشعور بالسعادة، كما هدفت إلى التعرف على مستوى الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني والشعور بالسعادة لدى أفراد العينة، كما هدفت إلى معرفة أي مدى يمكن التنبؤ بالشعور بالسعادة من خلال الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني، على عينة قوامها (٦٠٣) طالب وطالبة من طلاب جامعتي الأزهر والإسلامية، وقد استخدم الباحث مقياس الذكاء الاجتماعي؛ إعداد الباحث، ومقياس الذكاء الوجداني؛ إعداد الباحث، ومقياس أكسفورد للسعادة؛ تعريب أحمد عبد الخالق (٢٠٠١)، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى كل من الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني والشعور بالسعادة لدى أفراد عينة الدراسة من طلبة الجامعات بمحافظة غزة على التوالي (٨٦,٨٪). (٧٦,٨٪). (٧٣,٨٪)، كما توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق في الذكاء الوجداني والشعور بالسعادة تعزى إلى متغير الجنس.

د.دراسة صالح (٢٠١٣) : هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين الشعور بالسعادة، والتوجه نحو الحياة لدى عينة من المعاقين حركياً المتضررين من العدوان على غزة، كما وهدفت إلى معرفة إذا ما كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس السعادة، والتوجه نحو الحياة تعزى إلى متغير (الحالة الاقتصادية، العمر، الجنس، درجة الإعاقة)، على عينة قوامها (١٢٢) طالباً وطالبة من المعاقين حركياً الملتحقين ببرنامج التعليم المستمر بالجامعة الإسلامية، وقد استخدمت الباحثة مقياس السعادة ومقياس التوجه نحو الحياة من (إعداد الباحثة)، وتوصلت الدراسة إلى وجود مستوى عالٍ من السعادة النفسية ووجود علاقة دالة إحصائياً بين الشعور بالسعادة لدى المعاقين حركياً المتضررين من العدوان الإسرائيلي على غزة، والتوجه نحو الحياة، كما توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب على مقياس السعادة ومقياس التوجه نحو الحياة تعزى إلى متغير الجنس (ذكر- أنثى).

هـ. دراسة أبو هاشم (٢٠١٠)؛ هدف البحث الحالي إلى التعرف على طبيعة النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة وتكونت العينة من (٤٠٥) طالباً وطالبة بكلية التربية جامعة الرقازيق أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث في السعادة. منهجية الدراسة وإجراءاتها؛

١. منهج الدراسة: اتبع الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي.
٢. مجتمع الدراسة: ويشمل جميع طلاب كلية التربية - جامعة دنقلا حيث يبلغ (٨٢٩) طالب وطالبة في المستويات الأربعة (الأول والثاني والثالث والرابع).
٣. عينة الدراسة:

أ. العينة الاستطلاعية: حيث بلغت ٤٠ طالب وطالبة من المستويات الأربعة ١٠ من كل مستوى وكان الهدف منها التأكد من الخصائص السيكومترية من صدق وقياس للأداة.

ب. العينة الفعلية: بلغ حجم عينة الدراسة (١٦٦) طالب وطالبة منها (٨٣) طالب و(٨٣) طالبة تم اختيارها بنسبة (٢٠%) من مجتمع الدراسة الأصلي (٨٢٩) عن طريق العينة العشوائية الطبقية والجدول رقم (١) يوضح خصائص عينة الدراسة.

| التوزيع وفقاً للمستوى الدراسي | | | |
|-------------------------------|---------|---------|--|
| النسبة % | التكرار | المستوى | |
| ٢٦,٥ | ٤٤ | الأول | |
| ٢٩,٥ | ٤٩ | الثاني | |
| ٢٣,٥ | ٣٩ | الثالث | |
| ٢٠,٥ | ٣٤ | الرابع | |
| ١٠٠,٠% | ١٦٦ | المجموع | |

أداة الدراسة:

مقياس السعادة النفسية: من إعداد (Springer & Hauser ٢٠٠٦) تعريب أبو هاشم (٢٠١٠) حيث قامت (Ryff ١٩٨٩) بإعداد مقياس للسعادة النفسية يتكون من (١٢٠) عبارة موزعة على ست أبعاد بواقع (٢٠) عبارة لكل بعد، ثم

ظهرت صور عديدة من هذا المقياس منها الصورة الحالية، مستخدمة في دراسة أبو هاشم (٢٠١٠) والتي تتكون من (٥٤) عبارة بواقع (٩) عبارات لكل بعد من أبعاد السعادة النفسية الستة وهي : الاستقلال الذاتي ، والتمكن البيئي ، والتطور الشخصي ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات . وهي من نوع التقرير الذاتي يجيب عنها الأفراد في ضوء مقياس سداسي التدرج (أرفض بشدة ، أرفض بدرجة متوسطة ، أرفض بدرجة قليلة ، أوافق بدرجة قليلة ، أوافق بدرجة متوسطة ، أوافق بشدة) وتغطي الدرجات (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦) في حالة العبارات الموجبة والعكس في حالة العبارات السالبة ، وتدل الدرجة المرتفعة على تمتع الفرد بدرجة مرتفعة من السعادة النفسية، جدول رقم (٢) يوضح توزيع عبارات المقياس

جدول رقم (٢) توزيع عبارات المقياس الموجبة والسالبة وفقاً للأبعاد المقاسة

| الأبعاد | عدد الفقرات | العبارات الموجبة | العبارات السالبة |
|--------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| الاستقلال الذاتي | ٩ | ١، ٧، ٢٥، ٣١، ٤٩ | ١٣، ١٩، ٣٧، ٤٣ |
| التمكن البيئي | ٩ | ٢، ١٤، ٣٢، ٣٨ | ٨، ٢٠، ٤٤، ٢٦، ٥٠ |
| التطور الشخصي | ٩ | ٩، ٢١، ٤٥ | ٣، ١٥، ٢٧، ٣٣، ٣٩، ٥١ |
| العلاقات الإيجابية | ٩ | ٤، ١٠، ٢٨، ٣٤، ٤٠ | ١٦، ٢٢، ٤٦، ٥٢ |
| الحياة الهادفة | ٩ | ٥، ١٧، ٣٥، ٤٧ | ١١، ٢٣، ٢٩، ٤١، ٥٣ |
| تقبل الذات | ٩ | ١٢، ١٨، ٣٠، ٤٨، ٥٤ | ٦، ٢٤، ٣٦، ٤٢ |

تشير النتائج إلى تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الصدق والثبات على عينات مختلفة وفي دراسة أبو هاشم (٢٠١٠)، حيث استخدم الباحث معامل الاتساق الداخلي وذلك عن طريقتين حساب معامل الارتباط بين درجات العينة الاستطلاعية على كل عبارة ودرجاتهم الكلية على العامل الفرعي الذي تنتمي إليه العبارة، وانحصرت قيم معاملات الارتباط بين (٠,٣١٦-٠,٦٧٢) عند مستوى الدلالة (٠,٠١)، حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للعامل والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك معاملات الارتباط بين العوامل وبعضها، وانحصرت قيم معاملات الارتباط بين العوامل وبعضها بين (٠,٢٦٢-٠,٧٤٩)، ومعاملات ارتباط العوامل بالدرجة الكلية بين (٠,٥٥١-٠,٨٦١)، وكذلك التحليل العاملي التوكيدي أما ثبات المقياس فتم حسابه عن طريق معادلة الفاكرونباخ وكانت (٠,٨٤٨). وقد

اختار الباحث هذا المقياس لعدت أسباب منها ، مناسبتها للبيئة السودانية وما يتمتع به من خصائص سيكومترية .

صدق وثبات المقياس في الدراسة الحالية :

(أ) صدق المقياس: استخدم الباحث أربعة مؤشرات للدلالة على صدق المقياس : المؤشر الأول (صدق المحكمين) قام الباحث بعرضه على عدد (٧) من الأساتذة والخبراء في علم النفس والتربية في بعض الجامعات السودانية ، لفحص عبارات المقياس وابدوا آراءهم على كل عبارة ، وتم قبول الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق (٨٠%) فأكثر، وقد اتفق المحكمون على إجراء بعض التعديلات حتى تتماشى مع البيئة السودانية . أما المؤشر الثاني فهو الصدق الذاتي وهو من أنواع الصدق الإحصائي، ويقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات المحسوب بأي طريقة من طرق حساب الثبات وكانت الدرجة الكلية لصدق المقياس حوالي (٠,٩١) . أما المؤشر الثالث فهو صدق البناء (معامل الاتساق الداخلي بين الفقرات) ويقول كرونباخ Gronbach المذكور في عبد الرحمن العيسوي ، صدق البناء هو عبارة عن تحليل معاني ودرجات الاختبار. ويتم حسابه بعدة طرق منها التحليل العاملي والاتساق الداخلي لمعرفة الفقرات المتسقة مع بعضها البعض (١٢ : ٥٠) ، لمعرفة الفقرات المتسقة مع بعضها البعض، والجدول (٣) يوضح ذلك :

جدول رقم (٣) معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية :

| الارتباط | الفقرة | الارتباط | الفقرة | الارتباط | الفقرة | الارتباط | الفقرة | الارتباط | الفقرة |
|----------|--------|----------|--------|----------|--------|----------|--------|----------|--------|
| ٤٢٥. | ٤٥ | ٢٩٦ | ٣٤ | ١٦٦. | ٢٣ | ٣٦٠. | ١٢ | ٣٧٦. | ١ |
| ٤٤٩. | ٤٦ | ٢٣٩. | ٣٥ | ٣١٠. | ٢٤ | ٤٣٩. | ١٣ | ٢٥٨. | ٢ |
| ٢٣٨. | ٤٧ | ٢٩٣. | ٣٦ | ٣٨٥. | ٢٥ | ٣٦٦. | ١٣ | ٤٠٤. | ٣ |
| ٤٤٢. | ٤٨ | ٢٧٨. | ٣٧ | ٤٩٥. | ٢٦ | ٣٢٨. | ١٥ | ٠٧٦. | ٤ |
| ٣٦٢. | ٤٩ | ١٧٩. | ٣٨ | ٤٥١. | ٢٧ | ٢٦٥. | ١٦ | ٤٠٤. | ٥ |
| ٣٧٥. | ٥٠ | ٣٣٤. | ٣٩ | ٣١٤. | ٢٨ | ٣٦٢. | ١٧ | ٣٢٩. | ٦ |

| | | | | | | | | | |
|------|----|-------|----|------|----|------|----|------|----|
| ٣٤١. | ٥١ | ٤٩٣. | ٤٠ | ٣٦١. | ٢٩ | ٤١٣. | ١٨ | ٤٥٧. | ٧ |
| ٣٧٤. | ٥٢ | ٣٣٢. | ٤١ | ٣٣٧. | ٣٠ | ٤٤١. | ١٩ | ٣٧٨. | ٨ |
| ٣٥٧. | ٥٣ | ٤١٩. | ٤٢ | ٢٤٠. | ٣١ | ٢٣٨. | ٢٠ | ٢٥٢. | ٩ |
| ١٩١. | ٥٤ | ٢٧٢. | ٤٣ | ٤٣٧. | ٣٢ | ١٥٨. | ٢١ | ٣٩٨. | ١٠ |
| | | ٠٩١٠. | ٤٤ | ٣٨٣. | ٣٣ | ١٥٥. | ٢٢ | ٥٩٦. | ١١ |

يتضح من الجدول رقم (٣) أن جميع الفقرات حققت دلالة الإحصائية، في حين لم تحقق الفقرات التالية الدلالة الإحصائية (٤ و ٥ و ٦ و ٧ و ٨ و ٩ و ١٠ و ١١) وبالتالي تم حذفها فيكون المقياس في صورته النهائية مكون من (٤٨) عبارة، فيكون البعد الأول: الاستقلال الذاتي مكون من (٩) عبارات و التمكن البيئي (٨) عبارات، والتطور الشخصي (٨) عبارات، و العلاقات الإيجابية (٧) عبارات، و الحياة الهادفة (٨) عبارات وتقبل الذات (٨) في صورته النهائية، حيث تتراوح الدرجة الكلية ما بين (٤٨-٢٨٨) بمتوسط فرضي قدره (١٩٢). أما المؤشر الرابع فهو الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية) ويتم حسابه عن طريق الفروق الإحصائية بين أعلى درجات وبين أدنى درجات من المقياس (٢ : ٣٦٦) ، قام الباحث بحساب أعلى ٢٠ درجة من الدرجة الكلية للمقياس و ٢٠ درجة من أدنى درجات المقياس وذلك بحساب اختبار (ت) بين مجموعتين والجدول رقم (٤) يوضح ذلك

جدول (٤) نتائج الصدق التمييزي لمقياس السعادة النفسية :

| المقياس | الفئة | العدد | الوسط | الانحراف المعياري | قيمة (ت) | الدلالة |
|---------|-------|-------|----------|-------------------|----------|---------|
| السعادة | عليا | 20 | 2.2600E2 | 27.37652 | 6.336 | 000. |
| | دنيا | 20 | 1.7950E2 | 18.10641 | | |

(ب) ثبات المقياس Reliability ، استخدم الباحث مؤشرا لتأكد من ثبات المقياس، الأولى هي طريقة التجزئة النصفية وذلك بحساب معامل الارتباط بين العبارات الفردية والعبارات الزوجية باستخدام قانون الارتباط الخام لبيرسون (١٨ : ٣٣٢) ، حيث بلغ معامل الارتباط (٠.٧٤٧ ×) عند مستوى الدلالة ٠.٠١ وهو معامل ارتباط قوي ومقبول. أما الطريقة الثانية فتم حساب المقياس بطريقة (الفكرونباخ) وصل معامل ثبات الدرجة الكلية (٨٣١٠) والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول رقم (5) يوضح معاملات الثبات بطريقة التجزئة والفاكرونباخ :

| الأبعاد | عدد الفقرات | التجزئة النصفية | الفكرونباخ |
|--------------------|-------------|-----------------|------------|
| الاستقلال الذاتي | ٩ | ××٥٢٠ | ٧٧٣ |
| التمكن البيئي | ٨ | ×٣١٥ | ٧٩١ |
| التطور الشخصي | ٨ | ××٤٢٠ | ٨٢٤ |
| العلاقات الإيجابية | ٧ | ××٥٤٨ | ٨١٣ |
| الحياة الهادفة | ٨ | ××٦٩٣ | ٨٢٢ |
| تقبل الذات | ٨ | ××٥٨١ | ٧٩٦ |
| الدرجة الكلية | ٤٨ | ××٧٤٧ | ٨٣١ |

من خلال الإجراءات السابقة يظهر أن المقياس له درجتا صدق وثبات تؤيدان استخدامه في مجتمع الدراسة لقياس السعادة النفسية.

٥. الأساليب الإحصائية :

استخدمت الوسائل الإحصائية الآتية لتحقيق أهداف الدراسة :

معامل ارتباط بيرسون Pearson correlation coefficient

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين. (T-Test Two Independent sample)

معادلة الفاكرونباخ (Cronbach – Alpha formula).

المتوسطات والانحراف المعياري والوزن النسبي.

استعمال الحزم الإحصائية للعلوم النفسية والاجتماعية (spss) لمعالجة البيانات التي وردت في هذه الدراسة .

عرض ومناقشة نتائج الدراسة :

في هذا جزء من الدراسة سوف يقوم الباحث بعرض تساؤلات الدراسة وتحليلها من خلال التحليل الإحصائية وتفسيرها على ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

عرض نتيجة التساؤل الأول :

ما درجة الشعور بالسعادة النفسية لدى طلاب كلية التربية مروي؟

لمعرفة درجة الشعور بالسعادة، قام الباحث باستخدام المتوسطات والوزن النسبي لكل بعد . والجدول (٦) يبين ذلك :

جدول (٦) الوسط والانحراف والوزن النسبي لمعرفة درجة الشعور بالسعادة :

| الترتيب | الوزن النسبي | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | الدرجة الكلية | عدد الفقرات | الأبعاد |
|---------|--------------|-------------------|---------------|---------------|-------------|--------------------|
| ١ | %٢٣,٥٩ | ٦,٩٠٩٥٢ | ٤٣,٦٩٢٨ | ٥٤ | ٩ | الاستقلال الذاتي |
| ٤ | %١٦,٨١ | ٨,٠٥٣٥٧ | ٣٥,٠٢٤١ | ٤٨ | ٨ | التمكن البيئي |
| ٥ | %١٦,٤٢ | ٩,٠٩٥٣٣ | ٣٤,٢١٠٨ | ٤٨ | ٨ | التطور الشخصي |
| ٦ | %١٣,١٢ | ٧,٦٢٨٠٥ | ٣١,٢٤٧٠ | ٤٢ | ٧ | العلاقات الإيجابية |
| ٣ | %١٧,٣٠ | ٩,٨٦٧٤٢ | ٣٦,٠٦٠٢ | ٤٨ | ٨ | الحياة الهادفة |
| ٢ | %١٧,٦١ | ٩,٣٧٦٦١ | ٣٦,٦٩٨٨ | ٤٨ | ٨ | تقبل الذات |
| | %١٧,٤٨ | ٥٠,٩٣٠٥ | ٣٦,١٥٦ | ٢٨٨ | ٤٨ | الدرجة الكلية |

يتضح من الجدول رقم (٦) أن مستوى السعادة النفسية لأفراد عينة الدراسة جاءت بدرجة منخفضة ، حيث كان الوسط الحسابي = (٣٦,١٥٦) والوزن النسبي = (١٧,٤٨%)، وجاءت ترتيب المحاور حسب قوة متوسطها ووزنها النسبي كالتالي، جاء المحور الأول: الاستقلال الذاتي في المرتبة الأولى بوزن نسبي قدره (٢٣,٥٩%) وجاء المحور السادس: تقبل الذات في المرتبة الثانية بوزن نسبي قدره، (١٧,٦١%) وجاء المحور الخامس: الحياة الهادفة في المرتبة الثالثة بوزن نسبي قدره، (١٧,٣٠%) وجاء المحور الثاني: التمكن البيئي، في المرتبة الرابعة بوزن نسبي قدره (١٦,٨١%) وجاء المحور الثالث: التطور الشخصي، في المرتبة الخامسة بوزن نسبي قدره (١٦,٤٢%) وجاء المحور السادس: العلاقات الإيجابية، في المرتبة الأخيرة بوزن نسبي قدره (١٣,١٢%)، مما يشير إلى انخفاض مستوى السعادة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة.

إن انخفاض مستوى السعادة النفسية لدى طلاب كلية التربية مروي مؤشراً خطيراً للأمراض النفسية، وتدخل في ذلك العديد من العوامل من خلال ملاحظة الباحث من ضمنها بعد الكلية عن أسر الغالبية العظمى من الطلاب ربما كان لذلك أثر في

ظهور هذه النتيجة، كما أن تطبيق أدوات الدراسة جاء في فتره متقاربة جداً من الامتحانات، وتؤكد هذه النتيجة ما أشارت إليه الكثير من الدراسات أن هذا العصر هو عصر القلق منها دراسة قمر (٢٠١٥) حيث وجد مستوى عال من قلق لدى طلاب جامعة دنقلا، اختلفت الدراسة مع دراسة صالح (٢٠١٣)، ومع دراسة نيتفج وآخرون (Natvig, et al, ٢٠٠٣). ودراسة أبو عمشة (٢٠١٣). ودراسة صالح (٢٠١٣).
عرض نتيجة التساؤل الثاني:

هل هناك علاقة بين السعادة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلاب جامعة دنقلا - كلية التربية مروي؟
للإجابة على هذا التساؤل قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين السعادة النفسية والتحصيل

الدراسي والجدول (٧) يوضح ذلك .

جدول (٧) معامل ارتباط بين السعادة النفسية والتحصيل الدراسي :

| المتغير | س | ص | الارتباط | مستوى الدلالة | الاستنتاج |
|---------|--------------------|--------------------|---------------------|------------------|---------------------|
| | السعادة النفسية | التحصيل الدراسي | $\times \times 213$ | ٠٠٦. | توجد علاقة موجبة |

دالة عند مستوى الدلالة (٠٠١٠)

تشير بيانات الجدول رقم (٧) كلما ارتفعت السعادة النفسية لدى الطلاب صاحبها ارتفاع في التحصيل الدراسي، تبدو هذه النتيجة مطقة في السعادة هي من المؤشرات الأساسية للصحة النفسية وتسعى كل فروع علم النفس إلى بلوغها لدى الإنسان، ووجود عنصر السعادة لدى طلاب كلية التربية مروي تدخل في توفره مجموعة من العوامل منها العوامل الأسرية التي تتوقف على حد كبير على أساليب التنشئة الاجتماعية بالإضافة إلى العوامل الاجتماعية.
عرض نتيجة التساؤل الثالث:

هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في السعادة النفسية لدى طلاب كلية التربية مروي تعزى لمتغير النوع (ذكر- أنثى).

لتحقيق هذا الهدف فقد طبق اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق في الثقة بالنفس بين الطلاب والطالبات، حيث بلغت الدرجة الكلية للمتوسط الحسابي لطلاب (٢,١٣٢٨٤٢) عند انحراف معياري (٢٧,٢٨٩٠٢) وبلغ المتوسط الحسابي للطالبات (٢,٢٠٥٩٤٢) بانحراف معياري قدره (٢٢,٧٧٦٧٧) ودرجة حرية

قدرها (١٦٤) ومستوى دلالة قدره (٣٥٤.) مما يشير إلى عدم وجود فروق بين الطلاب والطالبات في

السعادة النفسية، والجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول رقم (٨) اختبار (ت) لمعرفة الفروق في الثقة بالنفس بين الجنسين :

| الدرجة الكلية للمقياس | الجنس | ن | س | ع | قيمة (ت) | الدلالة | النتيجة |
|-----------------------|-------|----|----------|----------|----------|---------|--------------|
| الكلية للمقياس | ذكر | 83 | 2.1328E2 | 27.28902 | -1.874- | 354. | لا توجد فروق |
| | أنثى | 83 | 2.2059E2 | 22.77677 | | | |

لا توجد فروق في جميع أبعاد السعادة النفسية بين الطلاب والطالبات، يعزى ذلك إلى ما يحظى به الجنسين من تكافؤ في البيئة الاجتماعية وربما وجدت فروق ولكن بصورة ضئيلة لم يظهرها الجانب الإحصائي، اتفقت الدراسة مع دراسة نيتفج وآخرون (Natvig, et al., ٢٠٠٣). ومع دراسة أبو عمشة (٢٠١٣). ودراسة دراسة صالح (٢٠١٣). مع دراسة أبوهاشم (٢٠١٠)

عرض نتيجة السؤال الرابع:

هل يمكن التنبؤ بالتحصيل الدراسي من خلال مستويات السعادة النفسية؟

ولتحقق من ذلك قام الباحث بجراء معاملات الارتباط المتعدد والانحدار المتعدد فيما يلي الجدول رقم (٩) و (١٠) يوضحان ذلك.

جدول رقم (٩) معاملات الانحدار المتعدد تبين أكثر أبعاد السعادة النفسية تنبؤاً

بالتحصيل الدراسي :

| النموذج | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة (ف) | مستوى الدلالة | النتيجة |
|----------|----------------|-------------|----------------|----------|---------------|---------|
| الانحدار | 18.297 | 6 | 3.049 | 4.054 | 001a. | دالة |
| الباقى | 119.607 | 159 | 752. | | | |
| المجموع | 137.904 | 165 | | | | |

يتضح أن قيمة (ف) = (٤,٠٥٤) عند مستوى الدلالة (٠٠١a.) مما يشير إلى أن مستوى التنبؤ قوي.

جدول رقم (١٠) يوضح معاملات الارتباط المتعدد بين السعادة النفسية والتحصيل الدراسي

| الاستنتاج | مستوى المعنوية | قيمة (ت) | الارتباط المعير | الارتباط غير المعير | | النموذج الثابت |
|-----------|----------------|----------|-----------------|---------------------|--------|--------------------|
| | | | | بيتا | الخطأ | |
| غير منبئ | ٠٨٣. | ١,٧٤٥ | بيتا | ٦٠٨. | ١,٠٦١ | الثابت |
| منبئ | ٠١٣. | ٢,٥١٥ | ١٩٩. | ٠١٠. | ٠٢٦. | الاستقلال الذاتي |
| منبئ | ٠٤٣. | ٢,٠٣٦ | ١٥٥. | ٠٠٩. | ٠١٨. | التمكن البيئي |
| غير منبئ | ٢٩٤. | -١,٠٥٢- | -٠٧٨.- | ٠٠٧. | -٠٠٨.- | التطور الشخصي |
| غير منبئ | ٥٣٩. | ٦١٥. | ٠٤٨. | ٠٠٩. | ٠٠٦. | العلاقات الإيجابية |
| منبئ | ٠٣٣. | ٢,١٥٢ | ١٦٤. | ٠٠٧. | ٠١٥. | الحياة الهادفة |
| غير منبئ | ٣٤٠. | -٩٥٦.- | -٠٧٤.- | ٠٠٨. | -٠٠٧.- | تقبل الذات |

من الجدول رقم (١٠) نجد أن قيمة (ت) في الأبعاد على التوالي (٧,٤٢٢) عند الدلالة (٠٠٠) وهي دالة وفي الاستقلال الذاتي (٢,٥١٥) عند مستوى الدلالة (٠١٣.) وهي دالة، والتمكن البيئي (٢,٠٣٦) عند مستوى الدلالة (٠٤٣.) وهي قيمة دالة إحصائياً، والتطور الشخصي (-١,٠٥٢-) عند مستوى الدلالة (٢٩٤.) وهي قيمة غير دالة، والعلاقات الإيجابية (٦١٥.) عند مستوى الدلالة (٥٣٩.) وهي قيمة غير دالة، والحياة الهادفة (٢,١٥٢) عند مستوى الدلالة (٠٣٣.) وهي دالة، وتقبل الذات (-٩٥٦.-) عند مستوى الدلالة (٣٤٠.) وهي غير دالة.

إن أكثر أبعاد السعادة النفسية تنبؤاً بالتحصيل الدراسي هي الاستقلال الذاتي و التمكن البيئي والحياة الهادفة، إذا توفر لدى الطلاب الاستقلال الذاتي دون تدخل الآخرين في شؤونه المستقبلية (التدخل السلبي) يجعل من الفرد يصبو نحو وضع أهداف في حياته (الحياة الهادفة) إذا توفرت مقومات المناخ الأكاديمي (التمكن البيئي)، مما يعزز الجانب الإيجابي واستقلله في تحقيق طموحاته التي يسعى إليها، حيث شارث (Ryff, ١٩٩٥: ١٠٣) إلى أن سلوكيات الأفراد تتأثر في المواقف الحياتية المختلفة بالحالة المزاجية لهم، وأن كل من التمكن البيئي، والأهداف في الحياة، وتقبل الذات تسهم بحوالي (٢٠-٢٩%) في هذه السلوكيات، بينما يسهم كل

من النمو الشخصي، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والاستقلالية بحوالي (١٧-٢٧٪).

لم يتثنى للباحث الحصول على دراسة تناولت هذا الجانب وبالتالي يكون الباحث تناوله من زاوية جديدة.

عرض نتيجة التساؤل الخامس:

هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في السعادة النفسية لدى طلاب كلية التربية تعزى لمتغير المستوى الدراسي (الأول، الثاني، الثالث، الرابع)؟

للتحقق من صحة من هذا السؤال قام الباحث بجراء معامل التباين الأحادي (One Way ANOVA)

لمعرفة مدى تأثير متغير المستوى الدراسي في الثقة بالنفس، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (١١) تحليل التباين الأحادي لأثر متغير الصف في مقياس السعادة النفسية:

| التغير | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة F | مستوى الدلالة | الاستنتاج |
|---------------|----------------|----------------|-------------|----------------|--------|---------------|-----------|
| الدرجة الكلية | بين المجموعات | ٧٠٥٢,٩٤٠ | ٣ | ٢٣٥٠,٩٨٠ | ٣,٨٥٦ | ٠,١١٠ | دالة |
| | داخل المجموعات | ٩٨٧٧١,٣٣١ | ١٦٢ | ٦٠٩,٧٠٠ | | | |
| | المجموع | ١٠٥٨٢٤,٢٧١ | ١٦٥ | | | | |

قيمة «ف» الجدولية عند درجات حرية (٣، ١٦٢-١٦٥) وعند مستوى دلالة (٠,١١) = ٣,٨٥٦ مما يشير إلى وجود تأثير لمتغير المستوى الدراسي.

تبين النتائج الواردة في الجدول رقم (١١) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في السعادة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير المستوى الدراسي، ولمعرفة أين تكمن الفروق قام الباحث بإجراء اختبار دنكان البعدي للمقارنات المتعددة (Duncan test) وذلك كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (١٢) نتائج اختبار دنكان للفروق البعدية تبعاً لمتغير المستوى الدراسي

| الاستنتاج | = Subset for alpha | | ن | المستوى | البعد |
|----------------------------|--------------------|----------|----|---------|---------------|
| | ٠,٠٥ | ٠,٠١ | | | |
| لصالح المستوى الرابع | | ٢٠٧,٣٦٣٦ | ٤٤ | الأول | الدرجة الكلية |
| | ٢١٥,٢٠٥١ | ٢١٥,٢٠٥١ | ٣٩ | الثالث | |
| | ٢٢٢,٣٠٦١ | | ٤٩ | الثاني | |
| | ٢٢٣,٥٥٨٨ | | ٣٤ | الرابع | |
| | ١٥٢. | ١٥٤. | | .Sig | |

إن الفروق لصالح المستوى الرابع في الدرجة الكلية لمقياس السعادة النفسية، يعزى ذلك إلى أن طلاب المستوى الرابع قد حققوا جل ما يحلمون في الوصول إليه من التفوق الدراسي والوصول إلى المستوى الدراسي النهائي بعد مجهود من السنين ربما كان لذلك أثر في ظهور هذه النتيجة. اتفقت الدراسة مع دراسة الهياص (٢٠٠٩).

نتائج وتوصيات الدراسة

في هذا الجزء من الدراسة سوف سيتعرض الباحث للنتائج التي توصل إليها وفي ضوء نتائج الدراسة خرج الباحث بمجموعة من التوصيات، وأخيراً قام الباحث بتثبيت كافة المراجع التي استعانة بها وهي على النحو التالي:

أولاً: النتائج:

١. أن درجة الشعور بالسعادة لدى طلاب كلية التربية مروى تتميز بالانخفاض.
٢. وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية موجبة بين السعادة النفسية والتحصيل الدراسي.
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في السعادة النفسية لدى طلاب كلية التربية تعزى لمتغير النوع.
٤. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في السعادة النفسية لدى طلاب كلية التربية تعزى لمتغيرات المستوى الدراسي لصالح المستوى الدراسي الرابع.
٤. أن أكثر أبعاد السعادة النفسية تنبؤاً بالتحصيل الدراسي هي الاستقلال الذاتي والتمكن البيئي والحياة الهادفة.

ثانياً: التوصيات:

١. تصميم برنامج إرشادي يبحث عن الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى انخفاض مستوى الشعور بالسعادة النفسية لدى طلاب جامعة دنقلا- كلية التربية- من خلال العلاج وندوات الهادفة تقوم بها مجموعة من التخصصات النفسية والتربوية بين الأساتذة والطلاب.
 ٢. العمل على تعزيز الجانب الإيجابي الذي أظهرته الدراسة في توضيح العلاقة بين السعادة النفسية والتحصيل الدراسي.
 ٣. قيام دراسات أخرى في نفس الموضوع مع متغيرات أخرى للتحقق من نتائج هذه الدراسة وخصوصاً دالة الفروق الفردية في النوع والمستوى الدراسي.
- البحث عن أسباب الرئيسية التي أدت إلى غياب بعض الأبعاد في المقياس السعادة النفسية في تأثيرها على التنبؤ بالتحصيل الدراسي.

ثالثاً: قائمة المصادر والمراجع:

١. أبوهاشم، السيد محمد (٢٠١٠): النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، المجلد (٢٠) العدد ٨١، جامعة بنها، ص ٣٤٣.
٢. أبو حطب، فؤاد؛ صادق، أمال (١٩٩١): مناهج البحث وطرق التحليل الإحصائي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
٣. أبو عمشه، إبراهيم (٢٠١٣): الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني وعلاقتها بالسعادة لدى طلبة الجامعة في محافظة غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.
٤. البحقوتي، نجوى (٢٠٠٦): السعادة والاكتئاب وعلاقتها ببعض المتغيرات الديمغرافية لدى طلاب الجامعة اللبنانية، دراسات عربية في علم النفس، مج ٥، العدد ٤.
٥. الهياص، سيد (٢٠٠٩): العفو كمتغير وسيط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة لدى طلبة الجامعة مجلة الإرشاد النفسي، العدد (٢٣)، ص ٣٢٧-٣٧٨.
٦. مايكل أرجل (١٩٩٧): سيكولوجية السعادة، ترجمة فيصل عبد القادر ومراجعة شوقي جلال، القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر.

٧. مبروك، غزة عبد الكريم (٢٠٠٧)؛ إبعاد الرضا العام عن الحياة ومحدداته لدى عينة من المسنين المصريين، دراسات نفسية، المجلد (١٧)، العدد (٢).
٨. متولي، أحمد (٢٠٠٦)؛ الشعور الذاتي بالسعادة كدالة لكل من الجنس والعمل والذكاء الانفعالي وقوة الأنا، بحوث المؤتمر الخامس لكلية التربية بكفر الشيخ.
٩. النيال، مایسة وعلى، ماجدة (١٩٩٥)؛ السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والشخصية لدى عينة من المسنين والمسنات، مجلة علم النفس، ٣٦ع، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة، مصر.
١٠. سليمان، سناء (٢٠١٠)؛ السعادة والرضا أمنية غالية وصناعة راقية، ط ١، عالم الكتب للنشر، القاهرة، مصر.
١١. عبد الخالق، أحمد وآخرون (٢٠٠٣)؛ معدلات السعادة لدى عينات عمریه مختلفة في المجتمع الكويتي، دراسات نفسية، مجلد ١٣، العدد (١٤).
١٢. العيسوي، عبد الرحمن محمد (٢٠٠٥)؛ فن القياس النفسي، دار الفكر العربي، بيروت، لبنان.
١٣. العنزى، فريح (٢٠٠١)؛ الشعور بالسعادة وعلاقته ببعض السمات الشخصية دراسة ارتباطيه بين الذكور والإناث، دراسات نفسية، الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب، مج ١١ع (٣).
١٤. عثمان، أحمد عبد الرحمن (٢٠٠٧)؛ المساندة الاجتماعية من الأزواج وعلاقتها بالسعادة والتوافق مع الحياة الجامعية لدى طالبات الجامعة المتزوجات، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، العدد (٣٧).
١٥. صالح، عايدة شعبان (٢٠١٣)؛ الشعور بالسعادة وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة لدى عينة من المعاقين حركياً المتضررين من العدوان الإسرائيلي على غزة، مجلة جامعة الأقصى (سلسلة العلوم الإنسانية) المجلد السابع عشر، العدد الأول.
١٦. قمر، مجذوب أحمد (٢٠١٥)؛ تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني وقلق المستقبل وبعض المتغيرات الديموغرافية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة دنقلا.
١٧. قسم، موزي (٢٠١١)؛ الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من السعادة الأمل لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.
١٨. خيرى، السيد (١٩٧٠م)؛ الإحصاء في البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية

19. Diener.E.2000.subjective well- being;Thescience of happiness and aproposal of national kind ex. America psychologist.
20. Lu, L. & Shih, J. (1997). «Sources of happiness: A qualitative approach». Journal of Social Psychology. 137(2).
21. Christopher , J (1999). Situating Psychological Well – Being : Exploring The Cultural Roots Of Its Theory and Research , Journal Of Counseling & Development , 77. .
22. Natvig, G., Albrektsen, G. & Qvarnstrom, U. (2003). «Association between psychosocial factors and happiness among school adolescents». International Journal of Nursing Practice. 9(3). 166-175.
23. Joseph, et al., (2004) . « Rabid assessment of wellbeing: the short depression- happiness scale « psychology & psychotherapy: theory, Research & practice. 77,4
24. Gonzalez , M , Casas , F & Coneders , G (2006) . A Complexity Approach To Psychological Well – Being In Adolescence : Major Strengths and Methodological Issues , Social Indicators Research , 80.
25. Ryff , C & Singer , B (2008). Know Thyself and Become What You Are :AEudaimonic Approach To Psychological Well – Being , Journal of Happiness Studies , 9 , 13-39
26. Ryff , C & Keyes , L (1995). The Structure of PsychologicalWell- Being Revisited , Journal of Personality and Social Psychology , 69(4)