السعادة النفسية عند طلبة الجامعة

الكلمات المفتاحية : السعادة النفسية ، طلبة الجامعة

البحث مستل من رسالة ماجستير

إسحاق فيصل عزيز أ٠م٠د٠مظهر عبد الكريم سليم

جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الانسانية

Mkoom661@gmail.com Drmazhar62@yahoo.com

الملخص

يهدف البحث الحالي الى تعرف : السعادة النفسية عند طلبة الجامعة، و دلالة الفروق الإحصائية في السعادة النفسية عند طلبة الجامعة بحسب الجنس والتخصص، تكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالب وطالبة من جامعة ديالى بواقع (٢٠٠) طالبا و(٢٠٠) طالبة ، تم اختيارهم بالطريقة الطبقية العشوائية، ولغرض تحقيق أهداف البحث قام الباحث ببناء مقياس لقياس السعادة النفسية ، ويتألف المقياس من (٣٦) فقرة ، تم التحقق من الصدق الظاهري وصدق البناء للأداة وتم التحقق من الثبات بطريقة إلفا كرونباخ وبلغ معامل الثبات (٠,٧١) ، في حين بلغ معامل ثبات الأداة بطريقة اعادة الاختبار (٠,٨٤) ، وباستخدام الوسائل الإحصائية (الاختبار التائي لعينة واحدة، والاختبار التائي لعينتين مستقلتين، تحليل التباين الثنائي بتفاعل،) . وتم التوصل الى النتائج الآتية : يتمتع طلبة الجامعة بالسعادة النفسية ، لا توجد فروق في السعادة النفسية بحسب الجنس والتخصص .

مشكلة البحث :

يشهد العالم في القرن الحادي والعشرين وخصوصا في المرحلة الراهنة الكثير من التغيرات التقنية والاجتماعية ، والاقتصادية ، والثقافية وغيرها من التغيرات التي أثرت في القيم البشرية ، وسببت صراعات بين الماضي والحاضر . أن هذه التغيرات المتسارعة والنزاعات المتعددة تحمل بين طياتها العديد من الآلام والمتاعب النفسية والعديد من مصادر الضغط النفسي للفرد ، وبالتالي الكثير من الشقاء الإنساني ، وهذا ما يجعل السعادة أمرا متعبا يصعب الحصول عليه (جودة ، ٢٠٠٦: ٢) .

وكما بين (Feldman , 2008) أن أساس السعادة النفسية يكون من خلال قدرة الشخص على إشباع حاجاته النفسية الرئيسية ، وأن السعادة تكاد تكون مستقرة خلال فترة الحياة ، وذلك لكونها متصلة بدرجة عالية بمدى إمكانية الأشخاص على الوفاء بحاجاتهم النفسية الأساسية (Feldman , 2008 , p : 610) .

وتحدد مشكلة البحث الحالي بالإجابة عن السؤالات الاتية :

- هل يتمتع طلبة الجامعة بالسعادة النفسية ؟
- هل توجد فروق إحصائية في السعادة النفسية عند طلبة الجامعة ؟

أهمية البحث :

ان البحث الحالي يكتسب أهميته من أهمية العينة وذلك لأنه يجري على طلبة الجامعة وتظهر هذه الأهمية من جانبين : الأول هو المرحلة العمرية التي يمر بها طلبة الجامعة وهي مرحلة الشباب وما لها من أهمية كبيرة في حياة المجتمع ، والجانب الثاني يتمثل في أهمية الجامعة نفسها ، فالجامعة لها دورٌ أساسي ومهم في المجتمع فهي تقوم في صميم رسالتها من خلال إعداد الشباب وتأهيلهم لوظائف إنتاجية في المجتمع وتساعدهم على النضج والتطور نفسياً وجسمياً (أحمد ، ٢٠١٤: ٧) .

وتوصلت دراسة (الأنصاري ، ٢٠٠٨) الى أهمية دراسة متغير السعادة النفسية من حقيقة ضخامة الواقع المأسوي الذي يشهده الإنسان الى الدرجة التي ربما أوصلته الى ضعف الإحساس بهويته وفاعليته ، مما يحتم على الباحثين النفسيين دراسة المتغيرات التي تعيد الى أفراده توازنهم وإمكانيتهم على بناء حياة جيدة توصلهم الى خبرة السعادة (الأنصاري ، ٢٠٠٨: ١٣) .

وتظهر أهمية دراسة موضوع السعادة النفسية في ما لها من أثار ايجابية على السلوك الخلقي للشخص وبالتالي على المجتمع حيث تنمي الإيثار ، والاجتماعية ، كما إنها تعلو بالنشاط والمبادأة، فالأشخاص السعداء يعيشون سنين أطول ، وان هناك الكثير من الأمور التي تساعد على آرتفاع الشعور بالسعادة كما يراها (أرجايل ، ١٩٩٣) كالعلاقات الاجتماعية حيث تزيد السعادة من خلال

الأقارب والأصدقاء والنشاط الذي يمارسه الفرد في وقت فراغه كسبب رئيس للشعور بالسعادة النفسية (المرسى ، ٢٠٠٧:١٦٥) .

وأن السعادة النفسية من المتغيرات التي أهتم بها الفلاسفة ، فالبحث عن السعادة النفسية عند اليونان هو المطلب الأسمى للفرد ، وخيره الأعلى وغايته القصوى ، حيث ان (أرسطو) ينظر الى السعادة النفسية على أنها لا تعدو أن تكون حالا من أحوال النفس البشرية ، والإنسان تكون سعادته بمزاولته ما يختص به عن سائر الموجودات ، أي باستخدام الحياة الناطقة على أكمل الوجوه (ربيع ، ٢٠٠٤:١٠٥) .

وللسعادة النفسية أهمية كبيرة حيث إنها غاية الإنسان القصوى وطموحه منذ القدم ، وقد بينت الدراسات والأبحاث أن للسعادة أهمية عالمية بوصفها الهدف الإنساني الأرقى ، كما إنها في مختلف إنحاء العالم تبدو مصادرها واحدة ، ومع تعدد الثقافات فإن العوامل الأساسية التي تشارك في تكوين السعادة النفسية تبدو عالمية ، كما أنّ العوامل التي تشارك في خلق السعادة النفسية واحدة لجميع الأعمار بغض النظر عن البيئة التي يعيشون فيها . (هيلات وآخرون ، ٢٠١٥:٢٠٢-٢٠٣) .

وتعتبر السعادة النفسية من المتغيرات الأساسية في علم النفس الإيجابي بما يحتله في تاريخ الفكر الإنساني من مكانة راقية ، وفي الثقافات المختلفة قد سعى الجميع إلى السعادة بوصفها هدفاً مهما للحياة لارتباطها بالرضا عن الحياة وجودتها ، والحالة المزاجية الإيجابية ، والتفاؤل ، وتحقيق الذات (أبو هاشم ، ٢٠١٠:١) .

أهداف البحث :

يهدف البحث الحالي الى التعرف على :

١. السعادة النفسية عند طلبة الجامعة .

٢. دلالة الفروق الإحصائية في السعادة النفسية عند طلبة الجامعة بحسب (الجنس، والتخصص) .

حدود البحث :

تحدد البحث الحالي بطَلبة جامعة ديالى من كلا الجنسين (ذكور، إناث) ومن التخصص(علمي، إنساني) للدِراسة الأولية الصباحية فقط، وللعام الدراسي(٢٠١٦ – ٢٠١٧).

تحديد المصطلحات :

أولا : السعادة النفسية (Psychological Well- Being) عرفها كل من:

١.رايف (Ryff , 1989) بأنها " مجموعة من المؤشرات السلوكية تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام" (أبو هاشم، ٢٠١٠: ٢٧٧) .

التعريف النظري للسعادة النفسية :

" تبنى الباحث تعريف رايف (Ryff , 1989) للسعادة النفسية لاعتماده على تعريفها ونظريتها " .

إما التعريف الإجرائي للسعادة النفسية فهو :

" الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب من خلال إجابته على مقياس السعادة النفسية في البحث الحالي .

الفصل الثاني

إطار نظري

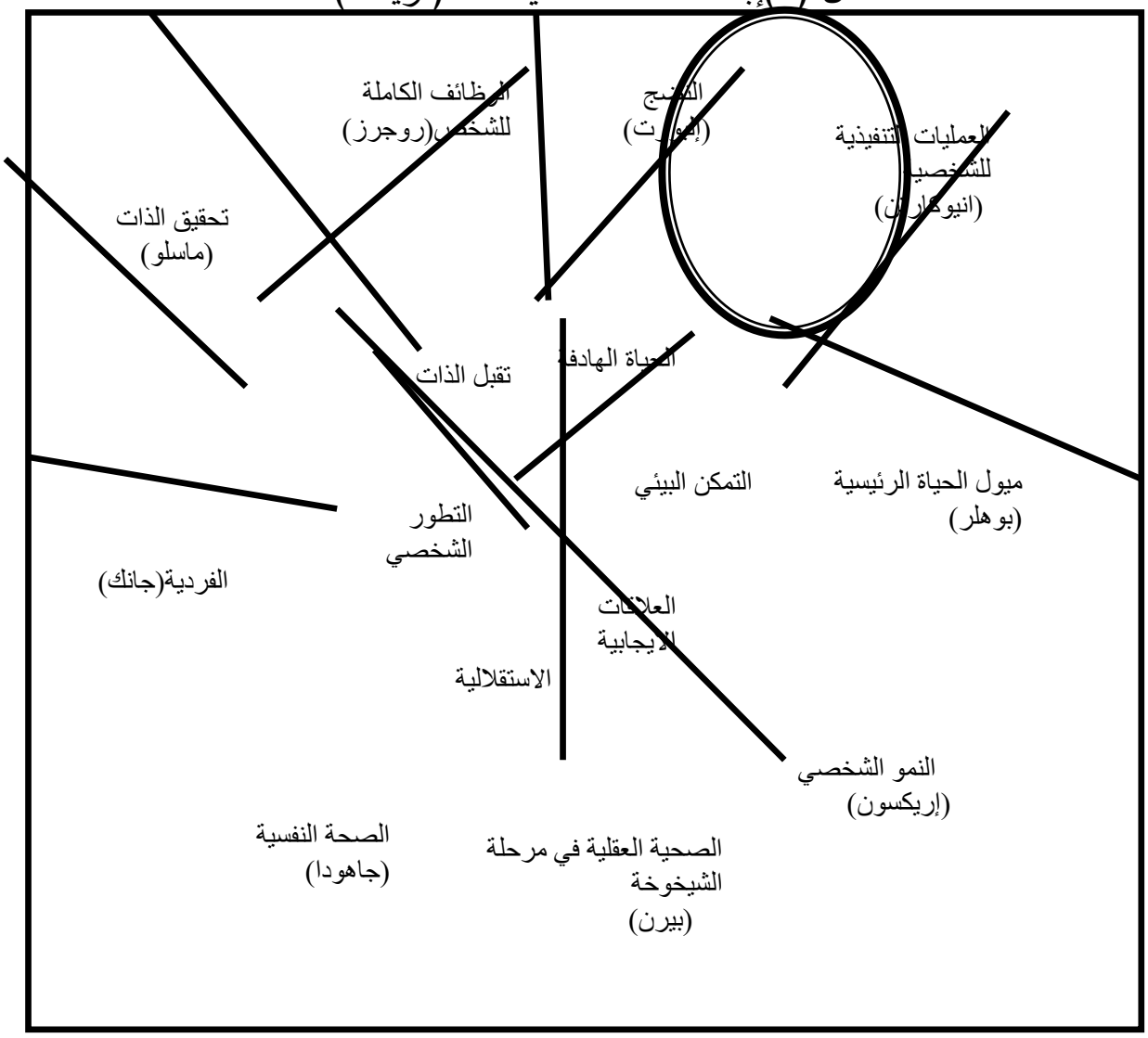
النظرية التي فسرت السعادة النفسية(Ryff , 1989) Psychological (Well-Being)

قامت رايف (Ryff , 1989) بالعديد من الدراسات والأبحاث حول موضوع السعادة النفسية وتعد من أكثر الدراسات التي اهتمت بها من حيث أدوات البحث المستعملة فيه ، والأدوات المستعملة في قياسه ، والمؤشرات الأساسية المتبعة من اجل التعرف عليها ، وان (رايف) قدمت بناءاً نظريا للسعادة النفسية ، إذ ان الشخص الذي يصل الى مرحلة الشعور بجودة الحياة ينعكس عن طريق مستوى أحساسة بالسعادة التي بينتها (رايف) بست مجالات هي : (الاستقلالية ، والتمكن البيئي ، والتطور الشخصي ، والعلاقات الايجابية مع الاخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات) وقد تم بناء الشكل النظري هذا عن طريق البعض

من النظريات والآراء النظرية المختلفة التي تخص الشخصية ، كما وضحتها (Ryff , 1995, p :100) .

وان (Ryff) قد أكدت على درجة مشاركة مفاهيم نظريات الشخصية في الوصول الى السعادة النفسية ومن المفاهيم هذه هي : النمو الشخصي Personal Development (Erikson) ، الصحة العقلية في مرحلة الشيخوخة (Aging Mental Health (Birren ، وميول الحياة الرئيسية Basic LifeTendencies (Buhler)، الوظائف الكاملة للشخص(Rogers) Fully Functioning Person، والعمليات التنفيذية للشخصية(Neugarten) Executive Processes of Personality، والنضج(Allport) Maturity، وتحقيق الذات(Maslow) Self actualization ، والفردية(Jung) Individuation (السيد ابوهاشم،٢٠١٠:٢٨٢) .

الشكل (١)إبعاد السعادة النفسية عند (رايف)



(أبو هاشم ، ٢٠١٠ : ٢٨١)

وكـذلك فـأن (Ryff) قـد قامـت بتقـديم وصـف تفصـيلي ودقيـق حـول خصـائص الأشخاص المرتفعين والمنخفضين للسعادة النفسية والجدول الاتي يوضح ذلك :

الجدول رقم (١)

المجالات	الأشخاص المرتفعين للسعادة	الأشخاص المنخفضين للسعادة
الاستقلالية: Autonomy	استقلالية الشخص- الإمكانية على اتخاذ القرار لوحده والإمكانية على مواجهة الضغوط الاجتماعية التي يتعرض لها- والتفكير والتفاعل بطرق معينة وضبط السلوك الداخلي وتقدير الذات من خلال المعايير الشخصية .	الاهتمام بتوقعات وتقييمات الأشخاص الاخرين له- الخضوع بشكل كامل لأحكام الأشخاص الاخرين في اتخاذ القرارات الأساسية- وكذلك فإنّ الضغوط الاجتماعية تؤثر في اتخاذ قراراته وأفكاره أيضا .
التمكن البيئي: Environmental Mesentery	يحس بأن لديه إمكانية وكفاءة في إدارة الأمور الخارجية- والعمل على استعمال الاحتياجات الملائمة بفعالية- والإمكانية على تحديد وإيجاد البيئة الملائمة للحاجات والقيم الشخصية أيضا.	يحس بصعوبة تمشية أمور حياته اليومية- لا توجد لديه إمكانية لتغير او تحسين البيئة المحيطة به- ضعف الوعي بالفرص الملائمة- وكذلك ضعف سيطرته على البيئة التي يوجد فيها.
التطور الشخصي: Personal growth	الإحساس بالتطور الدائم للشخصية- والانفتاح على الخبرات الحديثة والاستفادة منها- الشعور بالتفاؤل والمرح - التحول في التفكير كانعكاس للمعرفة الذاتية- الشعور بالتطور الدائم للسلوكيات والذات بمرور الزمن .	الشعور بضعف التطور الشخصي- وضعف الإمكانية على التطور بمرور الزمن - وكذلك ضعف الاستمتاع بالحياة الشخصية - الشعور بالضجر والإمكانية الضعيفة في اكتساب الاتجاهات والسلوكيات الحديثة .

العلاقات الايجابية مع الاخرين: Positive Relations with other	العلاقات الشخصية مع الأفراد الاخرين يسودها الثقة والدفء والرضا- والاهتمام بسعادة الأشخاص الاخرين والإمكانية على التفهم والصداقة والاخذ والعطاء والتأثير الايجابي بالعلاقات الانسانية مع الاخرين .	ان العلاقات الشخصية مع الاخرين قليلة وكذلك ضعف الثقة بينهم – وكذلك يجد صعوبة في بناء علاقات ايجابية ودافئة مع الاخرين- والانعزال باستمرار والإحساس بالإحباط أيضا- وإمكانيته ضعيفة في بناء صداقات حديثة مع الأشخاص الاخرين .
الأهداف في الحياة: Purpose In Life	الشعور بالأهداف والتوجه نحو الحياة- الإحساس بأن الحياة لها معنا في الوقت الحالي وفي ما سبق أيضا- والموضوعية والثقة في اختيار الأهداف بالحياة .	شعوره بالحياة ضعيف- وقلة أهدافه – وكذلك ضعف التوجه الذاتي- وإمكانيته ضعيفة في اختيار أهدافه- ولا توجد لديه وجهة نظر .
تقبل الذات: Self Acceptance	تكون اتجاهاته ايجابية نحو الذات – تقبله للظواهر المتعددة للذات بما فيها من ايجابيات عن الحياة السابقة .	شعوره ضعيف بالرضا عن الذات- ويشعر بضعف الأمل نحو الحياة السابقة- ضعف الراحة الدائمة من الأشخاص الاخرين والشعور بأنهم غير متوافقين معه.

(أبو هاشم ،٢٠١٠: ١٤)

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته : ويتضمن أهم الاجراءات كما يلي :

أولا: منهجية البحث :

ولتحقيق أهداف البحث استعمل الباحث منهج البحث الوصفي ويعدّ المنهج الوصفي البداية التي تبدأ بها المناهج الأخرى ، وهو لا يقتصر فقط على دراسة الظاهرة وبيان حجمها

وخصائصها بل يصل لجمع المعلومات وتحليلها واستنباط الاستنتاجات ، لتكون أساسا في تفسيرها (العتبي، إلهيتي ،٢٠١١ :٢٥).

ثانيا: مجتمع البحث :

يقصد به مجموعة العناصر الكلية التي يسعى الباحث إلى تعميم نتائج بحثه عليها بأن تكون ذات علاقة وصلة بمشكلة البحث (عباس وآخرون ، ٢٠٠٩ : ٢١٧) . ويتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة ديالى للدراسة الصباحية الأولية فقط وللعام الدراسي (٢٠١٦– ٢٠١٧) والبالغ عددهم (١٧٣٩٢) بواقع (٧٦٤١) ذكور و(٩٧٥١) إناث كما موضح في الجدول الاتي :

الجدول (٢) مجتمع البحث موزع حسب الكلية والجنس والتخصص *

ت	الكلية	التخصص	الذكور	الإناث	المجموع
١	كلية التربية الأساسية	إنساني	١٧٣٦	١٩٠٦	٣٦٤٢
٢	كلية العلوم الإسلامية	إنساني	٥٣١	٧٩٩	١٣٣٠
٣	كلية التربية للعلوم الانسانية	إنساني	١٤٢٦	٢٨٣٧	٤٢٦٣
٤	كلية القانون	إنساني	٥٦٣	٤٧٤	١٠٣٧
	المجموع		٤٢٥٦	٦٠١٦	١٠٢٧٢
ت	الكلية	التخصص	الذكور	الإناث	المجموع
١	كلية الإدارة والاقتصاد	علمي	٣٩٩	٢٦٠	٦٥٩
٢	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علمي	٦٥١	١٧٢	٨٢٣
٣	كلية الطب البيطري	علمي	٩٧	١١٩	٢١٦
٤	كلية العلوم	علمي	٥٢٠	٨١٢	١٣٣٢
٥	كلية التربية للعلوم الصرفة	علمي	٤١٨	٦٢١	١٠٣٩
٦	كلية الهندسة	علمي	٥٤٢	٧٢٥	١٢٦٧
٧	كلية الزراعة	علمي	٥٢٥	٤٧٥	١٠٠٠
٨	كلية الطب	علمي	١١٨	٢٦٢	٣٨٠
٩	كلية الفنون	علمي	١١٥	٢٨٩	٤٠٤
	المجموع		٣٣٨٥	٣٧٣٥	٧١٢٠

ثالثاً: عينة البحث :

هي جزء أو أنموذج من المجتمع الأصلي الذي يخص مشكلة البحث وتكون هذه العينة مطابقة له وتحمل نفس صفاته المشتركة (الجابري ، صبري ، ٢٠١٣ : ١٥) . والجدول (٣) يوضح ذلك :

الجدول (٣) توزيع عينة البحث الأساسية بحسب الكلية والجنس والتخصص

الكلية	عدد الطلبة		المجموع
	ذكور	إناث	
العلوم	٥٠	٥٠	١٠٠
التربية للعلوم الصرفة	٥٠	٥٠	١٠٠
التربية للعلوم الانسانية	٥٠	٥٠	١٠٠
التربية الأساسية	٥٠	٥٠	١٠٠
المجموع	٢٠٠	٢٠٠	٤٠٠

٢-١-أداة البحث :

أداة القياس، ويقصد بها طريقة مقننة وموضوعية لقياس عينة محددة من السلوك (أبو جادو ، ٢٠٠٣ : ٣٩٨) . ومن اجل تحقيق أهداف البحث لابد من توفير أداة لقياس السعادة النفسية، ومن خلال إطلاع الباحث على الأدبيات ودراسات سابقة التي لها صلة بموضوع البحث ، لم يجد أداة ملائمة لعينة البحث لقياس السعادة النفسية مما أدى إلى بناء أداة لقياس السعادة النفسية، وتم الاعتماد على الإجراءات الآتية لإعداد أداة البحث :

- مقياس السعادة النفسية :

وقد تم تحقيق ذلك بأتباع الخطوات الآتية :

- تحديد المنطلقات النظرية للسعادة النفسية :

من خلال إطلاع الباحثين على الأدبيات والدراسات السابقة التي لها صلة بالبحث الحالي ، تم تحديد نظرية (Ryyf , 1989) للسعادة النفسية الذي بينت

مفهوم السعادة النفسية بأنها: (عدد من المؤشرات السلوكية تدل على زيادة مستويات رضا الشخص عن حياته بصورة عامة) .

- **تحديد مجالات المقياس** : حددت (Ryff) المجالات التي تشترك في تحديد السعادة النفسية إلى ست مجالات وهي :

أ- **الأستقلالية** : وتشير الى إستقلال الشخص وإمكانيته على إتخاذ القرارات بمفرده ، ومواجهة الضغوط الأجتماعية وضبط وتنظيم السلوك الشخصي خلال التفاعل مع الأشخاص الاخرين .

ب- **التمكن البيئي** : إمكانية الشخص على التمكن من تنظيم الظروف والتحكم بالعديد من الانشطة، والاستفادة بطريقة فعالة من الظروف المحيطة به، وتوفير البيئة الملائمة، والمرونة الشخصية.

ج- **التطور الشخصي** : إمكانية الشخص على زيادة وتطوير إمكانياته، وتنمية فعاليتة وكفاءته الفردية في الجوانب المتعددة، والشعور بالتفاؤل.

د- **العلاقات الايجابية مع الاخرين** : إمكانية الشخص على أقامه وتكوين علاقات وصداقات إيجابية متبادلة مع الأشخاص الاخرين على أساس من التعاطف، والود، والثقة المتبادلة، والتفهم، والصداقة، والتأثير، والاخذ والعطاء .

هـ-**الحياة الهادفة** : إمكانية الشخص على تحديد أهدافه في الحياة بصورة موضوعية، وأن يكون له هدف ورؤية واضحة توجه أفعاله وسلوكياته مع المثابرة والاصرار من اجل الوصول لأهدافه.

و- **تقبل الذات** : إمكانية الشخص على تحقيق ذاته والاتجاهات الايجابية نحو الذات والحياة الماضية، وتقبل المظاهر المتعددة للذات بما فيها من جوانب ايجابية وسلبية (أبو هاشم ، ٢٠١٠ : ٢٧٧) .

- **صياغة فقرات المقياس** :

من المفترض تكون صياغة الفقرات بصورة واضحة وسهلة الفهم وان لا تكون معقدة وتكون الجملة قصيرة وغير مركبة ، وإن يحتوي السؤال على فكرة واحدة فقط بمعنى إن لا يتضمن السؤال أكثر من فكرة حتى لا يقع المستجيب في تردد أو حيرة بالإجابة (الخرابشة ، ٢٠٠٧ : ١٤٨) . ومن اجل صياغة فقرات المقياس

المناسبة لقياس السعادة النفسية قام الباحثان بالاطلاع على دراسات والمقاييس التي لها صلة بالسعادة النفسية من أجل الإفادة منها في بناء المقياس ومنها دراسة (السيد ابو هاشم، ٢٠١٠) ودراسة (الجمال ،٢٠١١) ودراسة (ابو عبدالله ،٢٠١٥) ووفق ذلك تم صياغة (٦) فقرات بواقع (٤) فقرات ايجابية و(٢) فقرتان سلبية لكل مجال ، وبهذا يتكون المقياس من (٣٦) فقرة ، وتمت صياغة فقرات المقياس بصورة تراعي وجود السمة او الحالة المقاسة وتتضمن الفقرة فكرة واحدة ، وتكون واضحة بصورة جيدة ، وقد تم تحديد خمسة بدائل للإجابة وهي (نطبق على دائما ، تنطبق على غالبا ، تنطبق على أحيانا ، تنطبق على نادرا ، لا تنطبق على أبدا) وحددت درجات الإجابة(٥ ، ٤ ، ٣ ، ٢ ، ١) للفقرات الايجابية وبالعكس للفقرات السلبية .

إعداد تعليمات المقياس :

إذ تعد تعليمات المقياس الدليل الذي يسترشد به المستجيب لكيفية الإجابة عن فقرات المقياس ، وعند إعداد هذه التعليمات يكتمل المقياس بصورته الأولية ويصبح جاهزا للتطبيق (الفتلاوي ، ٢٠١٠ : ١٣١) . وأكد الباحثان على الطلبة ان يقوموا باختيار البديل الملائم الذي ينطبق حقا عليه من خلال وضع علامة (✓) أمام البديل الملائم وكذلك أكد الباحث أن لا يتركوا فقرة دون إجابة وان لا يذكروا الاسم او أية معلومة أخرى .

عينة وضوح التعليمات والفقرات :

وتم تطبيق المقياس على عينة عشوائية طبقية بلغ عددها (٤٠) طالبا وطالبة من جامعة ديالى كلية التربية للعلوم الانسانية وكلية التربية للعلوم الصرفة وذلك من أجل التحقق من مدى فهم الطلبة لفقرات المقياس وكيفية الإجابة وحساب الزمن المستغرق ، وتبين من خلال هذا التطبيق ان فقرات المقياس وتعليمات الإجابة واضحة وسهلة ومفهومة لجميع الطلبة وأستغرق الوقت للإجابة على المقياس (١٠ – ١٥) دقيقة وكان متوسط الزمن (١٢.٥) دقيقة كما موضح في الجدول الآتي :

الجدول (٤)توزيع أفراد عينية وضوح التعليمات والفقرات لمقياس السعادة النفسية وحسب الجنس والتخصص

التخصص	الجنس		المجموع عدد الطلبة
	ذكور	إناث	
علمي	١٠	١٠	٢٠
إنساني	١٠	١٠	٢٠
المجموع	٢٠	٢٠	٤٠

التحليل الإحصائي لفقرات المقياس :

أن التحليل المنطقي قد لا يكشف في بعض الأحيان عن صلاحية الفقرات وصدقها بصورة دقيقة ، بينما يكشف التحليل الإحصائي للدرجات عن دقة الفقرات لقياس ما وضعت لقياسه (Ebell , 1972 , P : 392) وتكونت عينة التحليل الإحصائي من(٤٠٠) طالب وطالبة وترى انستازي (Anastasi , 1976) إلى أن عينة التمييز من الأفضل أن لا تقل عن (٤٠٠) شخص (Anastasi , p : 209 , 1976) . ومن اجل التحليل الإحصائي للمقياس قد تم تطبيق المقياس على عينة التحليل الإحصائي المؤلفة من (٤٠٠) طالب وطالبة موزعة على اقسام الكليات من طلبة جامعة ديالى كما في الجدول الآتي :

الجدول (٥)توزيع عينة البحث الإحصائية بحسب الكلية والجنس والتخصص

الكلية	عدد الطلبة		المجموع
	ذكور	إناث	
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	٥٠	٥٠	١٠٠
التربية للعلوم الصرفة	٥٠	٥٠	١٠٠
التربية للعلوم الانسانية	٥٠	٥٠	١٠٠
كلية العلوم الإسلامية	٥٠	٥٠	١٠٠
المجموع	٢٠٠	٢٠٠	٤٠٠

أ- القوة التمييزية للفقرات :

يراد بقوة تمييز الفقرة مدى إمكانيتها على التمييز بين الإفراد ذوي المستويات العليا وذوي المستويات الدنيا بالنسبة إلى السمة أو الخاصية التي تقيسها الفقرة **(Stanely & Hopkins , 1972 , P : 450)** . ومن أجل إيجاد القوة التمييزية لفقرات المقياس اتبع الباحث أسلوب المجموعتين المتطرفتين وتم استخراج الدرجة الكلية لكل شخص وتم ترتيب الدرجات تنازليا من أعلى درجة إلى أدنى درجة وقد تم اعتماد نسبة (٢٧ %) مجموعة عليا و(٢٧ %) مجموعة دنيا والغرض من ذلك تحديد المجموعتين اللتين تتصفان بأكبر حجم وأقصى تباين ممكن (Ahman & Clock , 1971 , P : 182) . وبذلك بلغ عدد الاستمارات الخاضعة للتحليل (٢١٦) استمارة بواقع (١٠٨) تمثل المجموعة العليا و(١٠٨) تمثل المجموعة الدنيا وبعد استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين أوساط المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس ، وقد ظهر أن كل عناصر المقياس مميزة وتعتبر كل فقرة مميزة أذا كانت قيمتها المحسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) ، كما موضح في الجدول الأتي :

الجدول (٦)القوة التميزية لفقرات مقياس السعادة النفسية باستعمال أسلوب المجموعتين المتطرفتين

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	الدلالة
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
١	٤,٤١	٠,٩٠	٢,٤٧	١,٣٤	١٢,٤٦	دالة
٢	٤,٤٧	٠,٧٦	٣,٧٨	١,٠٣	٥,٥٣	دالة
٣	٣,٩٧	١,٠٨	٣,٦٢	١,٢٦	٢,١٩	دالة
٤	٤,٣٦	٠,٧٠	٣,٧٠	١,١٣	٥,١٠	دالة
٥	٤,٢٤	٠,٩٢	٣,٣٧	١,٢٩	٥,٦٢	دالة
٦	٤,٢٣	١,٠٤	٣,١٩	١,٣٨	٦,٢١	دالة
٧	٤,٣٨	٠,٩٢	٣,٢١	١,١٨	٨,١٣	دالة

٨	٤,٥٨	٠,٦٥	٣,٢٤	١,٣٧	٩,١٦	دالة
٩	٤,٢٦	١,٠٧	٣,٦٥	١,٣٨	٣,٦٣	دالة
١٠	٤,٢٠	١,٠١	٣,٢٤	١,٣٤	٥,٩٤	دالة
١١	٤,٢٥	٠,٩٩	٣,٥٩	١,٣١	٤,٢٠	دالة
١٢	٤,٤١	٠,٧٩	٣,٤٩	١,٢٠	٦,٦٦	دالة
١٣	٤,٣٤	٠,٧٥	٣,٢٥	١,٢٧	٧,٦٦	دالة
١٤	٣,٦٦	١,٤٧	٢,٥٢	١,٤١	٥,٨٠	دالة
١٥	٤,٦٥	٠,٦٥	٣,٧٠	١,٢٤	٧,٠٢	دالة
١٦	٤,٥٧	٠,٧٥	٣,٧٤	١,١٢	٦,٤١	دالة
١٧	٤,٣٢	٠,٨٠	٣,٦٤	١,١٨	٤,٨٩	دالة
١٨	٤,٧٠	٠,٦٧	٣,٧٢	١,٢٥	٧,١٤	دالة
١٩	٤,٣٦	٠,٧٤	٣,٧٠	١,٢٠	٤,٨٣	دالة
٢٠	٤,٤١	٠,٧٦	٣,٧٠	١,٢٨	٤,٩٦	دالة
٢١	٤,١٥	١,٠٢	٣,٦٩	١,٢٨	٢,٩٢	دالة
٢٢	٤,٥٨	٠,٦١	٤,٢٦	١,٠	٢,٦٦	دالة
٢٣	٤,٨٠	٠,٤٤	٤,١٥	١,١٢	٥,٥٥	دالة
٢٤	٤,٢٢	٠,٩٢	٣,٨٢	١,١١	٢,٨٥	دالة
٢٥	٣,٥٢	١,٢٠	٣,١٥	١,٣٧	٢,١٠	دالة
٢٦	٣,٧٠	١,١٩	٢,١٩	١,١٧	٩,٣٧	دالة
٢٧	٣,٦٩	١,٢١	٢,١٤	١,١٥	٩,٦٢	دالة
٢٨	٢,٨٦	١,١٤	٢,٠٨	١,٠٦	٥,١٥	دالة
٢٩	٤,٠٠	١,١٧	٢,٢٤	١,١٩	٨,٩٩	دالة
٣٠	٣,٧٢	١,٣٣	٢,١٧	١,١٩	١٠,١١	دالة
٣١	٣,٨٥	١,١٧	٢,٢٥	١,١٣	٩,٢٧	دالة
٣٢	٣,٥٩	١,٢٢	٢,١١	١,١٢	٩,٢٧	دالة
٣٣	٣,٤٠	١,٣٠	٢,٠٨	١,١٦	٧,٨٥	دالة

٣٤	٤,٠٤	١,١٣	٢,٣٨	١,٣٥	٩,٧٤	دالة
٣٥	٣,٧١	١,٣٣	٢,٣٢	١,٣٦	٧,٥٦	دالة
٣٦	٤,٤٧	٠,٩٢	٢,٣٣	١,٣٣	١٣,٧١	دالة

*دلالة فقرات المقياس عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٨) ومقارنتها بالقيمة الجدولية (١,٩٦) .

ب- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس :

إن مؤشر صدق الفقرة بالمقياس هو ارتباط درجتها لمحك داخلي او خارجي ، وإذا لم يوجد محك خارجي يستعمل محك داخلي ، ومن الأفضل محك داخلي و هو درجة المستجيب الكلية على المقياس (ملحم ، ٢٠٠٠ :١٩) . وتم استعمال معامل ارتباط بيرسون لحساب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس ، وتبين ان جميع الفقرات ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطا ذا دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) أذا أنها أعلى من القيمة الجدولية (١,٩٦) عند درجة حرية (٣٩٨) كما هو موضح في الجدول الآتي :

الجدول (٧) معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس

الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	القيمة التائية	الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	القيمة التائية	الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	القيمة التائية
١	٠,٥٠	,٥١ ١١	١٣	٠,٤٠	٨,٧٠	٢٥	٠,١٥	٣,٠٢
٢	٠,٣٣	٦,٩٣	١٤	٠,٣٠	٦,٢٧	٢٦	٠,٤٥	١٠,٠٣
٣	٠,١٩	٣,٨٤	١٥	٠,٣٥	٧,٤٤	٢٧	٠,٤٥	١٠,٠٣
٤	٠,٢٨	٥,٧٩	١٦	٠,٣٣	٦,٩٣	٢٨	٠,٢٧	٥,٥٨
٥	٠,٢٩	٦,٠٣	١٧	٠,٢٤	٤,٩١	٢٩	٠,٤٨	١٠,٩١
٦	٠,٣٥	٧,٤٤	١٨	٠,٣٨	٨,١٧	٣٠	٠,٤٣	٩,٤٧
٧	٠,٤٢	٩,١٩	١٩	٠,٢٦	٥,٣٤	٣١	٠,٥١	١١,٨٢
٨	٠,٤٦	,٣٢	٢٠	٠,٢٧	٥,٥٨	٣٢	٠,٤٥	١٠,٠٣

						١٠		
٩	٠,٢١	٤,٢٧	٢١	٠,٢٠	٤,٠٧	٣٣	٠,٣٧	٧,٩١
١٠	٠,٣٢	٦,٧٢	٢٢	٠,١٩	٣,٨٤	٣٤	٠,٤٧	١٠,٦١
١١	٠,٢٢	٤,٤٧	٢٣	٠,٣٠	٦,٢٧	٣٥	٠,٣٧	٧,٩١
١٢	٠,٣٦	٧,٦٥	٢٤	٠,١٦	٣,٢٢	٣٦	٠,٥٣	١٢,٤٦

* دلالة القيمة التائية الحرجة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨) عند مقارنتها بالقيمة الجدولية (١, ٩٦) .

ج- الصدق :

يراد بصدق الاختبار أن يقيس الاختبار ما وضع لأجل قياسه(مجيد ، عيال ، ٢٠١٢ : ٩٥) .

١- صدق الظاهري face validity :

يمثل المظهر العام للمقياس من حيث وضوح مفرداته وكيفية صياغتها وعباراتها وتعليمات ذلك المقياس وأيضا نوع تلك المفردات ودقتها وما تتمتع فيه من موضوعية (الغريب ، ١٩٨٠ : ٦٧٠) . ومن اجل التحقق من الصدق الظاهري قام الباحث بعرض المقياس على (٢٠) محكما من ذوي الاختصاص في العلوم التربوية والنفسية، وقد استخدم الباحث مربع كأي من اجل معرفة اتفاق المحكمين على المقياس كما في الجدول (٤) .

٢- صدق البناء Construct Validity :

يعدّ صدق البناء من أكثر أنواع الصدق أهمية وذلك لأنه يعتمد على التحقق التجريبي من مدى تطابق درجات المقياس (Thorundike , 199 7 , p : 48) . وتوصل الباحث لهذا النوع من الصدق من خلال المؤشرات الاحصائية التي تضمنت استخراج القوة التمييزية لفقرات مقياس السعادة النفسية، وكذلك علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس ، وبذلك توفر هذا النوع من الصدق في مقياس السعادة النفسية من خلال مؤشرات التحليل الاحصائي للفقرات في قدرتها على التمييز وتجانس تلك الفقرات بدلالة احصائية .

الثبات Reliability :

يعدّ الثبات من المفاهيم الأساسية التي يتطلب أي مقياس ان يتمتع بها لكي يكون صالحا للاستخدام ، وكذلك يعني أن الاختبار يعطي نفس النتائج إذا أعيد على نفس المجموعة والظروف ، وكذلك يعني الاستقرار بمعنى لو كررت قياس الفرد الواحد لعدت مرات لا ظهرت النتائج شيئا من الاستقرار، وكذلك يعني الموضوعية ، اي أن الشخص يحصل على الدرجة نفسها أيا كان المصحح (الإمام ، ١٩٩٠ : ١٤٢-١٤٧) .

- ولحساب معامل الثبات أستخدم الباحث طريقتين هما:

١- طريقة إعادة الاختبار Test-Retest Method :

وهي تعتبر من أكثر الطرق وضوحا من أجل يجاد ثبات درجات الاختبارات وهي إعادة تطبيق الاختبار نفسه في وقت أخر وبهذه الصورة هو ببساطة الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها الإفراد نفسهم في الاختبارين (علام ، ٢٠١٥ : ١٢٢) . وقد قام الباحثان بتطبيق الاختبار على عينة الثبات البالغ عددها(١٠٠) طالب وطالبة وبعد مرور أسبوعين من التطبيق الأول تم إعادة الاختبار على عينة الثبات وتم حساب معامل ارتباط بيرسون للتطبيقين حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (٠,٨٤) وهذا معامل ثبات جيد يمكن الاعتماد عليه .

٢- طريقة استعمال معادلة إلفا كرونباخ Alpha- Cronbach :

وقد تستخدم هذه الطريقة للتأكد من الاتساق الداخلي إذ إنها من أكثر المعادلات استخداما في حساب معامل الثبات عندما لا تصحح الفقرات بصورة ثنائية ، وبهذه الطريقة تعطي الحد الأدنى للقيمة التقديرية لمعامل ثبات درجات المقياس ، وعندما تكون قيمة إلفا مرتفعة فهذا يدل على ثبات المقياس (الاسدي وفارس ، ٢٠١٥ : ٢١٢- ٢١٣) . إذ بلغ معامل الثبات باستخدام الطريقة هذه (٠,٧١) التي أجريت على عينة التحليل الإحصائية البالغ عددها (٤٠٠) طالب وطالبة وهذا يدل على ثبات المقياس .

-المقياس بصيغته النهائية :

وقد تكون المقياس الحالي بصيغة النهائية من (٣٦) فقرة في ملحق (٤) موزعة على ست مجالات ، وقد وضع للمقياس (٥) بدائل (تنطبق علي دائماً ، تنطبق علي غالبا ، تنطبق علي أحيانا ، تنطبق علي نادراً ، لا تنطبق علي أبدا) وتعطى عند التصحيح (٥ ، ٤ ، ٣ ، ٢ ، ١) للفقرات الايجابية (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٤، ١٥، ١٦، ١٨، ١٩، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٣، ٢٤، ٢٩) وبالعكس للفقرات السلبية (١٧، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٣٠، ٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٥، ٣٦) وبلغ المتوسط الفرضي للمقياس (١٠٨) .

الوسائل الاحصائية :

١- الاختبار التائي لعينة واحدة .

٢- والاختبار التائي لعينتين مستقلتين .

٢- تحليل التباين الثنائي .

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها :

الهدف الاول (تعرف السعادة النفسية عند طلبة الجامعة) .

من اجل تحقيق هذا الهدف تم استخراج المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث على مقياس السعادة النفسية والبالغ (١٣٠,٥٦) وبانحراف معياري قدره (١٩,٣٦) في حين بلغ المتوسط الفرضي (١٠٨) ولمعرفة دلالة الفروق الإحصائية بين متوسط الحسابي والمتوسط الفرضي تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وأظهرت نتائج الاختبار أن القيمة التائية المحسوبة(٢٣,٣) أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة(١,٩٦) عند مستوى دلالة(٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٩) وهذا يشير الى ان إفراد عينة البحث يتمتعون بالسعادة النفسية كما هو موضح في الجدول رقم (٨) :

الجدول رقم (٨)نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة على مقياس السعادة النفسية

العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى دلالة ٠,٠٥
				المحسوبة	الجدولية	
٤٠٠	١٣٠,٥٦	١٩,٣٦	١٠٨	٢٣,٣	١,٩٦	دالة إحصائية

الهدف الثاني (تعرف دلالة الفروق الإحصائية في السعادة النفسية عند طلبة الجامعة بحسب الجنس والتخصص) .

وتم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الطلبة على مقياس السعادة النفسية للذكور إذ بلغ المتوسط الحسابي (١٣٠,١٥٦) والانحراف المعياري (١٢٧,٤٦٤) وللإناث بلغ المتوسط الحسابي (١٣٠,٩٦٥) والانحراف المعياري (١٢٨,٢٦٤) وللتخصص العلمي بلغ المتوسط الحسابي (١٣٠,٥٥٥) والانحراف المعياري (٢٠,٣٥٣) وللتخصص الانساني بلغ المتوسط الحسابي (١٣٠,٥٧٥) والانحراف المعياري (١٨,٣٨٤) كما في الجدول رقم (١٥) ولمعرفة دلالة الفروق الاحصائية في السعادة النفسية عند طلبة الجامعة بحسب الجنس والتخصص تم استعمال تحليل التباين الثنائي بتفاعل كما في الجدول رقم (١٠):

جدول (٩)المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير السعادة النفسية بحسب الجنس والتخصص

التخصص		عدد الطلبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الجنس	عدد الطلبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
علمي		٢٠٠	١٣٠,٥٥٥	٢٠,٣٥٣	علمي ذكور	١٠٠	١٣٠,٦٣٣	١٩,٦٣٠
					علمي إناث	١٠٠	١٣٠,٤٨٠	٢١,١٥٠
إنساني		٢٠٠	١٣٠,٥٧٥	١٨,٣٨٤	إنساني ذكور	١٠٠	١٢٩,٧٠٠	١٦,١٠٥
					إنساني إناث	١٠٠	١٣١,٤٥٤	٢٠,٤٥٦
الجنس كلي	ذكور	٢٠٠	١٣٠,١٥٦	١٢٧,٤٦٤	السعادة النفسية كلي	٤٠٠	١٣٠,٥٦٥	١٩,٣٦٩
	إناث	٢٠٠	١٣٠,٩٦٥	١٢٨,٢٦٤				

الجدول (١٠)تحليل التباين الثنائي بتفاعل لمعرفة الفروق في مستوى السعادة النفسية بحسب الجنس والتخصص

مصدر التباين	مجموعات المربعات	درجة الحرية	متوسطات المربعات	النسبة الفائية	مستوى دلالة الاختبار*	الدلالة
الجنس	٦٤,٠٠٠	١	٦٤,٠٠٠	٠,١٦٩	٠,٦٨١	غير دالة
التخصص	٠,٠٤٠	١	٠,٠٤٠	٠,٠٠٠	٠,٩٩٢	غير دالة
الجنس*التخصص	٩٠,٢٥٠	١	٩٠,٢٥٠	٠,٢٣٩	٠,٦٢٥	غير دالة
الخطأ	١٤٩٥٣٦,٠٢٠	٣٩٦	٣٧٧,٦١٦			
الكلي	٦٩٦٨٥٧٨,٠٠٠	٤٠٠				

*القيمة الفائية الجدولية (٣,٨٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجتي حرية(١ ،٣٩٦) .

مناقشة النتائج وتفسيرها :

– أشارت نتائج البحث الحالي الى ان افراد العينة يتمتعون بالسعادة النفسية :

ويمكن تفسير ذلك بأن طلبة الجامعة يمتلكون قوة فطرية تدفعهم نحو المطالبة بالكمال والتعالي على الغرائز، والسعادة النفسية بموجب هذه الفكرة تكون مستقرة نسبياً بثبات صفات الاشخاص التكوينية، وإن طلبة الجامعة ليسوا بمعزل عن هذا الأمر لما اكتسبوه من وعي معرفي واجتماعي ، فضلاً عن الجانب الروحي الذي أخذ يزداد بسبب التغييرات التي تحدث من خلال التأكيد على الجوانب الروحية والاخلاقية . (سيلجمان ،٢٠٠٦ :١١٨) .

– وكذلك أظهرت النتائج الى أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في السعادة النفسية عند طلبة الجامعة بحسب الجنس والتخصص :

ويمكن تفسير ذلك بأن طلبة الجامعة وما يمتلكونه من أبعاد فكرية تهيئ النفس الانسانية الى اعتناق الجوانب الايجابية في نفوس الاشخاص الى جانب ذلك فان للمرحلة الدراسية كذلك دورا في كيفية اكتساب الافكار الايجابية، إذ إنّ طلبة

الجامعة أصبح لديهم من النضج المعرفي والانساني ما يجعلهم أن يستمدوا القوى والفضائل البشرية بحكم اكتسابهم للخبرات الحياتية وتحملهم للمسؤولية المناطة لهم أكثر من بقية المراحل الدراسية الاخرى التي تقل عنهم في المستوى الدراسي (الحجامي ، ٢٠١٥ :١٤٩) . وهذه النتيجة تعد طبيعية لان الله سبحانه وتعالى أعطى (الذكر، والانثى) الاستعداد الوراثي للسعادة وهذه النتيجة اتفقت مع ما ذكره سيلجمان حيث إنّ لكل شخص استعداداً معيناً للسعادة وكذلك تأثير البيئة (سيلجمان ، ٢٠٠٦:٦٧) .

الاستنتاجات :

في ضوء النتائج التي توصل أليها الباحث تم استنتاج ما يأتي :

١- تمتع أفراد عينة البحث بالسعادة النفسية رغم الظروف التي يمر بها بلدنا وهذا يدل على قوة الارادة لديهم .

٢- لا توجد فروق في السعادة النفسية عند طلبة الجامعة بحسب الجنس والتخصص .

التوصيات :

وفق النتائج التي توصل إليها ، يوصي الباحث ما يأتي :

١.تعزيز أهمية السعادة النفسية عند طلبة الجامعة من أجل تحقيق وجودهم الأفضل بالحياة عن طريق البرامج والدورات التدريبية .

٢.من الممكن استعمال مقايس البحث الحالي للتعرف على السعادة النفسية عند الطلبة في مراحلة دراسية أدنى .

المقترحات :

١- إجراء دراسات مشابهة للدراسة الحالية على مراحل أخرى و موازنتها مع نتائج البحث الحالي ، مرحلة المتوسطة والثانوية والاعدادية .

٢- إجراء دراسات تتناول السعادة النفسية وعلاقتها بمتغيرات نفسية أخرى مثل تقدير الذات والمساندة الاجتماعية و المرونة النفسية .

Abstract

Psychological Well-Being for university Students

Keyword : Psychological Well-Being , university Students

A research extracted from a thesis

M.A. Student *Supervisor*
Ishaac Fasial Aziz *Prof. Mudhir Abdulkareem Saleem , (Ph.D.)*
University of Diyala
College of Education for Human

The current study aims at recognizing : Psycho well being of the university students , The reference of the statistical differences in the psycho well being for university students according to the gender and specialization , The sample comprises of "400" female and male students from the university of Diyala As "200" females and "200" males randomly chosen in the Randomness method , In order to achieve the aim of the study, the researcher constructed a questionnaire to assess the psycho well being which consists of "36" items . The apparent validity and reliability of the construct of the tool were verified by Alpha Chronbach. The reliability factor was "71.0" while the reliability of the tool by retest method was "0.84" . Using the statistical means : T-test for one sample, T-test for two independent sample and analyzing the dual interaction , The results are as follows : The university students enjoy psycho well being , There are no differences in the psycho well being according to the gender and specialisation .

المصادر

المصادر العربية :

- جودة، أمال (٢٠٠٦): العلاقة بين أساليب مواجهة ضغوط الحياة والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من المسنين، دراسة منشورة في مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات .
- الخرابشة ، عمر محمد (٢٠٠٧): أساليب البحث العلمي ، دائرة المطبوعات والنشر ، جامعة البلقاء التطبيقية .
- الفتلاوي، علي شاكر (٢٠١٠): سيكولوجية الزمن، ط١، دار صفحات للطباعة والنشر، دمشق – سوريا .
- ملحم، سامي محمد (٢٠٠٠): القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان – الأردن.

- سيلجمان، مارتن (٢٠٠٦): السعادة الحقيقية، ط١، مكتبة جرير للنشر والتوزيع، المملكة العربية السعودية .
- الحجامي، عبد العباس (٢٠١٥): الحاجات النفسية الاساسية والعوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بالسعادة الحقيقية ، كلية التربية الجامعة المستنصرية .
- علام صلاح الدين (٢٠١٥): القياس النفسي، ط١، دار الفكر ناشرون وموزعون.
- مجيد ، عبد الحسين رزوقي ، عيال ياسين عبد الحميد (٢٠١٢): القياس والتقويم للطالب الجامعي ، مكتبة اليمامة للطباعة والنشر .
- الغريب ، رمزية (١٩٨٠): مدخل الى مناهج البحث التربوي ، ط٤، مكتبة الفلاح الكويت .
- الإمام ، مصطفى محمود ،و آخرون (١٩٩٠): التقويم والقياس ، جامعة بغداد ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي.
- الأنصاري، سامية لطفي (٢٠٠٨): علم النفس الايجابي وجودة الحياة، قراءة على الهامش، دراسة منشورة في الجمعية المصرية للدراسات النفسية، العدد (٧٢).
- أحمد، اشرف عبد العظيم (٢٠١٤): الصحة النفسية وعلاقتها بالذكاء الاجتماعي لدى عينة من طالبات كلية التربية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمر المختار .
- المرسي، كمال إبراهيم (٢٠٠٢): السعادة وتنمية الصحة البشرية، دار الفكر للنشر، القاهرة – مصر .
- أبو هاشم، السيد محمد (٢٠١٠): النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمس الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، دراسة منشورة في مجلة كلية التربية، جامعة بنها، المجلد(٢٠)، العدد (٨١) .

- العتبي، عزيز عباس ،الهيتي ،محمد يوسف (٢٠١١): مناهج البحث العلمي المفاهيم والأساليب والتحليل والكتابة ، مكتبة اليمامة .
- عباس ، محمد خليل وآخرون (٢٠٠٩) : مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ط٢ ، دار المسرة ، عمان – الأردن .
- الجابري ، كاظم، صبري ، داود (٢٠١٣): مناهج البحث العلمي ، دار الكتب والوثائق ببغداد .
- أبو جادو ، صالح (٢٠٠٣): علم النفس التربوي ، ط٣ ، دار المسرة للنشر والتوزيع عمان .
- ربيع، محمد (٢٠٠٤): التراث النفسي عند العلماء المسلمين، دار غريب للنشر، القاهرة .
- هيلات، مصطفى قسيم (٢٠١٥): أساليب التفكر وعلاقتها بالسعادة لدى الطلبة الموهوبين في مدرسة اليوبيل في عمان، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية وعلم النفس، المملكة العربية السعودية .

المصادر الاجنبية :

- ***Feldman,R.(2008): Development across the life span(5th ed)upper saddle river, NJ:Pearson Prentice Hall.***
- ***Ryff, C (1995): Psychological Well – Being in Adult Life, Current Directions in Psychological Science, 4 .***
- ***Ebell, Robert (1972): Essential Of Educational Measurement (2nd.ed), New York, Prentic, Hill, Inc .***
- ***Anastasi , A (1976): Pcychological Testing , Macmillan, New york .***
- ***Stanely, G.& Hopkins, K. (1972): Educational & Psychological Measurement and Evaluation, New Jersey: prentice Hall .***
- ***Ahman & Clock , H (1971): Uequring and evaluation educational achievement , Boston , Ally nana Bacon .***