

الازدهار النفسي وعلاقته بالاستقلال النفسي لدى طلبة جامعة تكريت

احمد مزهر علوان



الملخص

استهدف البحث الحالي التعرف على الازدهار النفسي والاستقلال النفسي لدى طلبة الجامعة وكذلك العلاقة الارتباطية بين الازدهار النفسي والاستقلال النفسي لدى طلبة الجامعة , ولتحقيق تلك الاهداف قام الباحث باعداد مقياس الازدهار النفسي بالاعتماد على النظرية بيرما (PERMA) لـ سليجمان (Seligman, ٢٠١١, p٩٧) الذي تتكون من خمسة مجالات, وبلغ عدد فقراته (٤٣) فقرة وقد استخرجت له الخصائص السيكومترية كالصدق والثبات واستخراج الثبات بطريقتين (طريقة التجزئة النصفية وطريقة الفا كوناخ). كما اعد الباحث مقياسا للاستقلال النفسي وتكون من خمسة مجالات و(٣٤) فقرة وقد استخرجت له الخصائص السيكومترية كالصدق والثبات واستخراج الثبات . قام الباحث باختيار عينة البحث الاساسية البالغة (٤٠٠) طالب وطالبة بالطريقة العشوائية المتناسبة من الكليات العلمية والإنسانية في جامعة تكريت. وطبق المقياسان على عينة البحث التي اظهرت النتائج:

١- وجود مستويات عالية من الازدهار النفسي والاستقلال النفسي وعلى نحو دال احصائيا لدى طلبة الجامعة عينة البحث.

٢- وجود علاقة دالة احصائيا بين الازدهار النفسي والاستقلال النفسي لدى طلبة الجامعة. في ضوء النتائج وضع الباحث عدد من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات. الكلمات المفتاحية : الازدهار النفسي , الاستقلال النفسي , طلبة الجامعة .

Abstract

The current research aimed to identify psychological prosperity and psychological independence among university students, as well as the correlation between psychological prosperity and psychological independence among university students. To achieve these goals, the researcher prepared a psychological prosperity scale based on Seligman's PERMA theory (Seligman, 2011, p97), which consists of five domains, and the number of its paragraphs reached (43) paragraphs. Psychometric properties such as validity, reliability, and reliability were extracted in two ways (the split-half method and the Alpha Conbach method). The researcher also prepared a psychological independence scale consisting of five domains and (34) paragraphs. Psychometric properties such as validity, reliability, and reliability were extracted. The researcher selected the basic research sample of (400) male and female students using the proportional random method from the scientific and humanities colleges at Tikrit University. The two scales were applied to the research sample, which showed the following results:

-The presence of high levels of psychological prosperity and psychological independence in a statistically significant manner among university students in the research sample.

-The presence of a statistically significant relationship between psychological prosperity and psychological independence among university students.

In light of the results, the researcher developed a number of conclusions, recommendations and proposals.

Keywords: Psychological prosperity, psychological independence, university students.

مشكلة البحث :

لعمود طويلة، كان الدور التقليدي لعلم النفس يقتصر على التركيز على فحص الجوانب السلبية في شخصية الشخص وتجاهل الجوانب الإيجابية في شخصية الشخص. من الجوانب المشرقة في حياة الإنسان مثل (التفائل - الشعور بالرضا عن الحياة) وكذلك الجوانب الإنسانية الأكثر رقياً وتحضراً مثل الإحساس بمعنى الحياة - ونوعية الحياة. بالإضافة إلى الجوانب الإيجابية في علاقة الإنسان بالآخرين وبالعالم الخارجي من حوله وغيرها من الجوانب. الإيجابية في شخصية الإنسان الأكثر إيجابية وفعالية (الشوري وآخرون ، ١٣٨٦ : ١) .

أظهرت العديد من الدراسات أن الأشخاص المزهريين يكون أداؤهم أفضل من الأشخاص الذين يعانون من مستويات منخفضة من الرفاهية ويعانون بدرجة أقل من الأمراض العقلية أو الأمراض الجسدية أو العقلية مثل الاكتئاب (Keyes & Simoes, ٢٠١٢) : ص ٢١٦٤ .

يشير الازدهار إلى الحالة التي يمتلئ فيها الأفراد بمستويات عالية من:

- المشاعر الإيجابية (السعادة العاطفية) (السعادة العاطفية)

- الوظيفة النفسية (الصحة النفسية)

- الأداء المجتمعي (الرعاية الاجتماعية) .

في المقابل، الأفراد غير المزهريين هم أولئك الذين يعانون من الفراغ والركود ويصفون أنفسهم وحياتهم بـ "الجوفاء"، وبالتالي يعانون من صحة عقلية متوسطة، ويجب أن يظهروا مستويات عالية في واحد على الأقل من معايير الرفاهية العاطفية (التأثير الإيجابي). والرضا عن الحياة) ومستويات الأداء النفسي والاجتماعي (مفاتيح وآخرون ، ٢٠١١ : ٢٠٦-٢٠٨) .

وأظهرت الدراسة (إبراهيم، ٢٠١٤) أن هناك علاقة سلبية بين الازدهار النفسي وكل من القلق والاكتئاب (إبراهيم، ٢٠١٤ : ٧٨) .

الازدهار النفسي للإنسان على الصحة العامة والقدرات الإنتاجية والإبداعية والسلام النفسي والتضامن الاجتماعي (سيليجمان، ٢٠١١ : ٣٤) .

الاستقلال النفسي الطوعي يحدث تدريجياً مع تقدم الإنسان وتطوره . يسعى الإنسان إلى الهروب من الاعتماد على والديه والاعتماد عليهما والقيام بعمله بمفرده وبما يتوافق مع نموه الزمني والعقلي مع إشراك والديه في شؤون الحياة والألعاب التي يمارسها (القيمي). (١٣٦٥ : ٥٣٠) . إن عملية

الاستقلال النفسي التي تحدث في المرحلة الجامعية تنطوي على درجة عالية من الحساسية لإعادة تنظيم الشخصية، حيث يضعف الارتباط بالأسرة وتتحلل الأهداف الطفولية التي اتحدت بها في مرحلة الطفولة. ظهور الوالدين (محمد، ١٣٧٧: ٣٢٤).

كما أن للوالدين دوراً كبيراً في استقلالية أبنائهم فإما أن يدعموا أبنائهم ويسهلوا عملية الاستقلال، أو قد يعارضون إرادة أبنائهم ويرفضونها، ونتيجة لذلك تقل فرصة الاستقلال أو تنعدم. -يكون موجوداً دليلاً، ٢٠١٠-٢٠١١: ٥٧).

لا يستطيع تحقيق الاستقلال النفسي الطوعي عن والديه أثناء الجامعة لن يحقق ذلك مستقبلاً، وغالباً ما يفشل في علاقاته الزوجية والاجتماعية (الشيواني، ١٩٧٣: ١٣٥).

يعتبر الطلاب من أهم شرائح المجتمع، فهم فئة الشباب الذين يتأثرون بالتغيرات التي تحدث في المجتمع، وهم كشباب المحور الأساسي لدوران العملية التعليمية في البيئة الجامعية. المرحلة هي مرحلة متميزة يشعر فيها الإنسان باللحظة الأولى لدخوله الحياة، والتحرر من سلطة الأسرة وتكوين شخصية متميزة هي مرحلة النضج الجسدي والفكري الكامل. إلا أن شبابنا قد يتعرض لأزمات وصراعات وأحداث تؤدي إلى صعوبات في التكيف مع الحياة مما يؤثر على الازدهار النفسي. - التفاؤل - السعادة - المعنى الشخصي - نمط الحياة وغيرها من المفاهيم التي يمتلكها الإنسان والتي تؤثر على العلاقات الإيجابية والاندماج النفسي مع المجتمع (الشكري ، ٢٠١٣: ٤).

وعلى هذا الأساس تتجلى مشكلة البحث الحالي في التساؤل التالي:

- هل توجد علاقة بين الاستقلال النفسي لدى الطلاب؟
أهمية البحث:

الازدهار النفسي هو مفهوم أكثر تعقيداً وعمومية وشمولاً من السعادة والرفاهية ، لأنه لا يقتصر على المكونات العقلية للإنسان مثل الكفاءة والحيوية والتفاؤل والسلامة النفسية ومفهوم الذات، بل يشمل أيضاً أهداف وغايات أخرى. . الجوانب الاجتماعية مثل العلاقات الاجتماعية الإيجابية والمشاركة الاجتماعية والشعور بالرضا عن الحياة (هون، وآخرون ، ٢٠١٤: ٧). يحدث الازدهار النفسي عندما يتمكن الإنسان من تحقيق أهدافه الشخصية والاجتماعية، ويكون متفاعلاً مع الآخرين، ويتم تلبية جميع احتياجات الإنسان، ويستطيع التصرف بطريقة متوازنة، وتحقق أهدافه، ويتمتع بالخير. وبعد ذلك يمكن القول أن الإنسان يعيش في صحة نفسية، لأن الصحة ممتازة لجميع الاحتياجات العقلية والروحية والجسدية (العبيدي، ٢٠١٩: ٤٠). الازدهار النفسي هو كل ما يفيد الإنسان في مجال التنمية الذاتية للطاقة العقلية والعقلية، وتعلم كيفية حل المشكلات، واستخدام أساليب التعامل مع المواقف الضاغطة، والمبادرة لمساعدة

الآخرين والتضحية من أجل الخير. وفي هذه الحالة يتميز الإنسان بالشعور بالسعادة والرغبة والتضحية والحب والسعادة للآخرين (ريف، ١٩٨٩: ٩، ١٠).

الأشخاص الذين يتمتعون بمستويات عالية من الازدهار النفسي إلى التركيز على النمو الشخصي، ويميلون إلى تشكيل تجارب الحياة الصعبة، ويكونون أكثر فعالية في اكتساب رؤى جديدة عن أنفسهم، فضلاً عن قدرتهم على بناء علاقات ناجحة مع الآخرين، أو معتقدات إيجابية (أو راحة نفسية) (جاك وجنيفر، ٢٠٠٨: ٨١-١٠٤) .

وعلى العكس من ذلك نجد أن الأشخاص ذوي المستويات المنخفضة من الصحة النفسية يشعرون بعدم الرضا وعدم الرضا عن أنفسهم، ويعتمدون على أحكام الآخرين لاتخاذ قرارات مهمة، ويستجيبون للضغوط الاجتماعية، ويواجهون صعوبة في إدارة حياتهم . كأهدافهم المتعددة في الحياة (Wood, ٢٠١٠: ١٢٢) .

الازدهار النفسي هو وصف للصحة العقلية الإيجابية التي تسمح للناس عمومًا بتجربة المشاعر الإيجابية والأداء النفسي الإيجابي والأداء الاجتماعي الإيجابي في الحياة والحياة التي تشارك بشكل ممتع في الأداء الجيد.

الصحة النفسية ليست مجرد مقياس للسعادة أو الرضا عن الحياة أو التفكير الإيجابي. بل إن تطوير السمات والمستويات الاجتماعية والشخصية هو الذي يوضح نقاط القوة وفضائل الشخصية المنطق عليها عبر الثقافات.

(سيليجمان، بارك وبيترسون، شتاين، ٢٠٠٥: ٣٤)

وأشار الشام وأشار (دينر، ٢٠١٣) إلى أن من أهم الخصائص التي يتميز بها الناجحون نفسياً هي الكفاءة الذاتية، والقدرة على الحب، وتشجيع السلوك الاجتماعي الإيجابي مع التكامل الفعال، ومحاولة تحقيق الأهداف الصعبة، والرغبة في النجاح. (ليوبوميرسكي وكينغ ودينر، ٢٠١٣، ٨٥٥-٨٠٣)

زيادة الازدهار النفسي يزيد من قدرة الإنسان على التعلم والاكتساب. إن طرق التفكير السلبية لها أثر مهم في التصرف الصحيح، لذلك ينبغي من خلال محاولة تطوير مكوناته وأبعاده زيادة الازدهار النفسي، لأنه وسيلة مهمة للحد منه. الاضطرابات والمواقف السلبية هي وسيلة لزيادة الحياة. الرضا وتحسين التعلم (سيليجمان، ٢٠١١: ٧٨) .

يعتبر الاستقلال النفسي من الخصائص الأساسية لشخصية الإنسان، لأنه يشكل مجموعة من الخصائص الإبداعية مثل الشجاعة والإقدام والجرأة والصبر وتحمل المخاطر، كما اهتم علماء النفس، وخاصة الإنسانويون، بهذا المفهوم، لأن أما بالنسبة لآراء الاستقلال فقد ناقشوه بآراء وتفسيرات مختلفة، ولكن لارتباطه بالوجه يتفقون إلى حد ما على أهميته في حياة الإنسان وصعوبات الحياة وتحدياتها. (علي، ١٣٦٩: ٣٢).

إن الإنسان الذي يجد الاستقلال النفسي أو الاعتماد على الذات مهم جداً في تطوره، وهذا الاستقلال المكتسب أو الاعتماد على الذات يتغير طبيعته مع مراحل تطور الإنسان. **ويعتبر الاستقلال النفسي الطوعي** من السمات التي يشجع المجتمع على إبرازها في شخصية أفرادها وتأهيلهم لتحمل المسؤولية (هورمس، ١٩٧٥: ٧٥). ومن الباحثين الذين أولوا أهمية كبيرة لهذه السمة في دراسة وقياس الشخصية هو ألبورت الذي يعتبرها في نظريته وحدة تكوين الشخصية التي تصف الشخص من خلال مجموعة من السمات المتميزة (صالح، ١٣٦٧: ٣٤). . .

يمكن أن يكون الاستقلال النفسي أحد أبرز سمات الشخصية، لأن العديد من المنظرين ومن بينهم ماسلو وروجرز يعتبرون الاستقلال حاجة إنسانية أساسية تتحكم في العديد من أنماط سلوكه في المواقف المتعددة. داود والعبدي، ١٩٩٠: ٣٨).

وأن شخصية الإنسان هي شخصية شخص معين، مما يعني أن الإنسان كائن فريد بالنسبة لنفسه له خصائصه وسماته وخصائصه، لأن هذه الخصائص تختلف عن أخيه التوأم وتجعله يتميز عن غيره من البشر والآخر ليس تأكيداً لذاته ويختلف في خصائصه وخصائصه الخاصة والعامة، وبنية الإنسان وخلقه، فلا تضاهي شخصية إنسان أبداً شخصية إنسان آخر ومن حيث اللون والحركات والحركات والقرب النفسي وغيرها. خصائص مماثلة. إلا أن هذا التشابه، مهما بدا ظاهرياً، فهو مختلف في المظهر والسلوك وفي الباطن من الذكاء والمزاج وغيرها من الاختلافات الدقيقة التي تعطي كل شخصية خصائص وهوية وشخصية مميزة (الركبي وآخرون، ٢٠١٠: ١٩).

يعد طلبة الجامعة جزءاً مهماً من المجتمع لأنهم ثروة وطنية وجيل يواجه التحديات في كافة مجالات الحياة، خاصة بعد التخرج، فقد أصبحت الشهادة الجامعية مطلباً مهماً للاستعداد المتزايد للوظائف، وكذلك من خلال النفسية والعقلية. وأصبح الإعداد العلمي وتنمية إحساسهم بالحياة والقيمة الشخصية معياراً هاماً للقيادة في جميع مجالات الحياة. التنمية الأخلاقية والتربوية والاجتماعية للطلاب وأسلوب حياتهم ومعرفتهم. ومعنى وجودها وسببها، بالإضافة إلى تكوين علاقات اجتماعية ناجحة واندماج نفسي، هو السعادة (الكبيسي وعبد الرحمن، ١٩٩١: ٣٠).

وبناء على ما سبق يمكن تلخيص أهمية البحث فيما يلي:

١. يتناول البحث الحالي جزءاً مهماً وهو الطلاب، لأنهم المحور الأساسي الذي تدور حوله العملية التعليمية في المجتمع الجامعي، فهم بناء المجتمع وتقدمه.
٢. ويأتي ذلك من خلال توضيح متغيري الازدهار النفسي والاستقلال النفسي لدى الطلاب ودراسة العلاقة بينهما.

ثالثاً: أهداف البحث: الهدف من هذا البحث هو التعرف على ما يلي :

- ١- الازدهار النفسي لدى الطلاب .

٢- الاستقلال النفسي لدى الطلاب.

٣- العلاقة بين الرخاء النفسي والاستقلال النفسي لدى طلبة الجامعة.

٤- رابعاً: حدود البحث:

تقتصر الدراسة الحالية على طلبة المرحلة الصباحية حسب الجنس (ذكور وإناث) والتخصص (علمي وإنساني) في جامعة تكريت خلال العام الدراسي الحالي (٢٠٢٤-٢٠٢٥).

خامساً: تعريف المصطلحات:

١- التطور النفسي :

- (العبيدي، ٢٠١٩): "شعور الإنسان بالتفاؤل والكفاءة، وقدرته على توفير رفاة الآخرين، وجهوده لتحسين بيئته لتلبية احتياجاته واحتياجات الآخرين، حرية تقرير المصير . مقاومة الضغوط الاجتماعية والانفتاح على الحياة والرضا عن الوضع العام، وكذلك الشعور بالرضا المادي والصحي والاجتماعي والجسدي والروحي (العبيدي، ٢٠١٩).

- **التعريف النظري** : قبل الباحث تعريف سليغمان يقدم سيليجمان (٢٠١١) تعريفاً نظرياً لمفهوم الازدهار النفسي للبحث الحالي.

- **التعريف الإجرائي** : الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب من خلال إجابته على فقرات مقياس الازدهار النفسي الذي أعده الباحث في هذا البحث.

٢- الاستقلال النفسي

حسن (٢٠١٢) (قدرة الإنسان على توجيه نفسه والتحكم في أفكاره ومشاعره وقراراته وقدرته على الاستقلال الانفعالي عن الآخرين) (حسن، ٢٠١٢: ٥٥).

- وعرف الباحث الاستقلال النفسي بأنه: الاستعدادات الشخصية التي تمكن الإنسان من الاعتماد على نفسه في تلبية احتياجاته وتحقيق أهدافه، وتحريره من اتخاذ القرارات وتوجيه أفكاره دون الرجوع إلى الحاضر والمستقبل. الماضي).

- **التعريف النظري** : قبل الباحث تعريف ألبورت (١٩٣٦) للاستقلال النفسي لأنه قبل نظريته في بناء المقياس.

- **التعريف الإجرائي** : (هو الدرجة الإجمالية التي يحصل عليها المبحوث من خلال إجابته على فقرات المقياس).

الموسم الثاني الإطار النظري

أولاً : الازدهار النفسي:

(منظمة الصحة العالمية، ٢٠٠٥) ، والمعهد الأسترالي للصحة والرعاية ، وفريدريكسون ولوسادا في عام ٢٠٠٥، ووكالة الصحة الكندية في عام ٢٠٠٦ انفقوا على تعريف الصحة العقلية الكاملة بأنها حالة من الازدهار يدرك فيها الشخص قدراته أو قدراتها ببطء فهو قادر على التكيف مع ضغوط الحياة، وقادر على العمل بفعالية ومستمرة، وقادر على مساعدة المجتمع. والمقومات الأساسية لهذا التعريف هي:

١- ازدهار

٢- الأداء الفعال والفعال للفرد.

٣- الأداء الفعال للمجتمع

وأشارت وكالة الصحة الكندية إلى أن الصحة العقلية الكاملة مطلوبة لأداء المهام اليومية (العمل المنتج - التعلم - بناء العلاقات والحفاظ عليها - المساهمة في المجتمع - النشاط البدني - النوم والاستحمام والتغذية - الاحتياجات النفسية) (بيرسون هان، ٢٠١٢: ٦٧١). . . ويشير العشاء وأشار (دينر، ٢٠١٠) إلى أن الرفاه النفسي مفهوم أكثر تعقيدا وعمومية من الرفاهية لأنه لا يقتصر على المكونات الذاتية الفردية مثل الكفاءة والتعاون والحيوية والنزاهة ، بل جوانب موضوعية واجتماعية أخرى مثل: العلاقات الاجتماعية الإيجابية والإحساس بمعنى الحياة ويتضمن النجاح . ٧٧: ٢٠١٣). وهذا مفهوم يتجاوز مستوى السعادة والرفاهية، حيث تعتمد الصحة النفسية على امتلاك الشخص لمستويات عالية من رأس المال النفسي ورأس المال الاجتماعي.

(دينر وآخرون، ٢٠١٠: ٧٦-١٩٧)

لين (٢٠٠٩) أيضًا أن الأشخاص المزدهرين هم أولئك الذين يتمتعون بمستويات عالية من جودة الحياة العاطفية والنفسية والاجتماعية والقدرة على الاستفادة من المشكلات، ويوضح سبريتسرت (٢٠١٠) أن الازدهار النفسي هو مجموعة مترابطة من الإدراك والإدراك الأساسي . يكون المكونات العاطفية للتنمية البشرية (٦٤: ٢٠١٤، Hon et al.).

الأشخاص الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من الصحة النفسية، يركزون طاقتهم على التنمية الشخصية ويميلون إلى تأطير تجارب الحياة الصعبة بما يتوافق مع أفكارهم ، فهم أكثر فعالية في اكتساب رؤى جديدة عن أنفسهم ولديهم القدرة على التعامل معها الضغوط الاجتماعية والاستخدام الفعال. وهم ناجحون من الفرص المتاحة فضلا عن قدراتهم على خلق علاقات اجتماعية مع الآخرين ولديهم معتقدات إيجابية وسلام نفسي (جاك، ٢٠٠٨: ٨١) .

مظاهر الازدهار النفسي

يشير ديفريز (ديفريز، ٢٠٠١) من أهم سمات وخصائص الفرد المزدهر نفسياً هو الشعور المستقر بالهوية، والقدرة الممتازة على تجربة الواقع، والاستفادة من آليات الدفاع الناضجة، وتحمل الفرد المسؤولية عن تصرفاته. إن صورة الجسم الصحية وفعاليته، بالإضافة إلى المشاركة في أنشطة تعزيز الذات، تؤدي إلى حياة منتجة، ويمكنه التحكم في القلق، ويتميز بعلاقات ناجحة مع الآخرين، ولديه شعور بالانتماء، ولديه القدرة على التعامل مع الضغوط. والمحن وخيبات الأمل. الأمل ونظرته الإيجابية إلى نفسه (الترميز، ٢٠٠٦: ٣١-٣٢).

ويرى كيز (٢٠١٢) أن أهم ما يميز الأشخاص نفسياً هو الشعور بالسعادة والرضا عن الحياة، فهم يتمتعون بنجاح وكفاءة عالية في عملهم، ويتقبلون كافة جوانب شخصيتهم، ويتمتعون بالاستقرار الدائم. الشعور بالتطور والتغيير، والشعور بالاستقلالية، وموقع الرقابة الداخلية (Keyes and Sims, ٢٠١٢: ١٤٣).

ويرى دينر (٢٠١٣) أن من أهم خصائص الأشخاص المزدهرين نفسياً هي الكفاءة الذاتية والقدرة على الحب والفكاهة وتشجيع السلوك الاجتماعي الإيجابي والرغبة في النجاح، مما يمكن الإنسان من عيش حياة إيجابية وتحقيق الأهداف الاجتماعية. تحقيق الأداء الإيجابي الفعال في المواقف الحياتية المختلفة، وإنتاج السلع والقيام بالعمل، مما يؤدي إلى ارتفاع الرضا وزيادة خلق المشاعر الإيجابية (Lubomirsky&Diener&King, ٢٠١٣: ٥٥٤).

ثانياً : الاستقلال النفسي :

شخصية كل شخص متميزة وفريدة في سماتها وخصائصها، ولكنها في نفس الوقت تشترك مع الآخرين من جنسها في جوانب عديدة تجعلها وعليهم سواء، الاستقرار الموجود في المواقف، الاتجاهات، طرق التعامل معها. ، ويظهر إحساسها بالهوية، على العكس من ذلك، أنها تخضع للتغيير والتحول، وهذا ما تحدده مكونات الشخصية الموجودة عليها. من ناحية والبيئة التي تنشأ فيها ومن ناحية أخرى تنمو (الركابي وآخرون، ٢٠١٠: ٢١).

ويرى ألبورت أن المكون الرئيسي للشخصية هو مجموعة من الخصائص، والتي قسمها إلى خصائص رئيسية، ومجموعة صغيرة من الخصائص المركزية ، ومجموعة ثالثة ثانوية هي الخصائص السكندرية (سوكر، ٢٠١٢: ٣٧٤).

وذكر الجسماني (١٩٩٤) أن عناد الأب والتزامه تجاه الابن يضعف دوافع الفرد، ويرجع ذلك إلى أثرين: أن الابن يعتبر أباه يفرض شخصيته وسيطر عليه، فيفقد نشاطه، وهو بالنسبة للمراهق في هذا العمر، فإن المبررات لا تطاق، نظراً لأنه يبدو موجوداً في هذا العصر. تختلف عن طبيعتها

في النهار. بدأ في طفولته يطمح إلى الاستقلال النفسي الطوعي، لأنه فهم واقعياً معنى اعتبار نفسه أحد مكونات الشخصية، المكونات التي يميل إليها الإنسان بوعيه وغير وعيه، وحتى يشعر بالانسجام الناتج عنها. وبين هذين الاتجاهين يتحقق التوازن العاطفي والتوافق الانفعالي، ومنه يتحقق التكامل في الشخصية المتوازنة والليقة (الجمالي، ١٩٩٤: ١٧٣).

الحاجة إلى الاستقلالية: إن الحاجة إلى الاستقلالية أمر أساسي لتقرير مصير الشخص، حيث إنها الرغبة في الحصول على رغباتنا الخاصة بدلاً من المكافآت أو الضغوط الخارجية واتخاذ قرارات بشأن أفعالنا. يحاول الأشخاص تحمل مسؤولية سلوكهم ويقاومون باستمرار الضغوط من الضوابط الخارجية مثل القواعد وجدول الأعمال والمواعيد النهائية والأوامر والحدود المفوضة من الآخرين، وأحياناً يرفضون المساعدة حتى يتمكن الشخص من السيطرة على مصيره. أنيتا وولفوك (٢٠١٠: ٨١٧).

الشيء نفسه ينطبق على هورن يحتاج كل إنسان إلى الاستقلال عن الآخرين، لذلك يحاول الإنسان أن يصبح مستقلاً عن الآخرين دون الاعتماد على الآخرين في إشباع احتياجاته الداخلية والخارجية. شولتز (١٩٨٣: ١٠٠-١٢٢).

يتم إشباعها من قبل الوالدين من خلال استجاباتهم لجهود الأطفال في الاستقلال في العمل واللعب، لذلك ذكر محمد ومرسي (١٩٨٦) أن الوالدين هما من يمنحان الاستقلال للطفل من خلال الدعم والتعزيز. السلوك المستقل للأطفال (المهدي، ٢٠٠٨: ٣٠).

يتخلص طوعية من الاعتماد على الكبار في تلبية احتياجاته، لأنه يشعر في هذه المرحلة أن ما يقلل من قيمته في نظر الكبار هو اعتماده عليهم (الجمالي، ١٩٩٤: ١٨٣).

يظهران في السلوك الأخلاقي في نفس الوقت الذي يظهر فيه التفكير البديهي والمنطقي، كما وجد بياجيه أن الإرادة تلعب دوراً هاماً في الحياة العاطفية للإنسان، مثل الدور الذي تلعبه العمليات العقلية في حياته. عقل والنشاط المعرفي، فإذا حققت العمليات العقلية الاتساق والتوازن للفرد، فإن الإرادة تضيف على سلوكه طابعاً غائباً وتعطي أسباب الاستقرار والتوازن لشخصيته (الدافي والخالدي، ٢٠١٣: ٦٣). (٦٤).

إنهم لا ينفصلون عن أسرهم ، لكنهم يريدون أن يكونوا على دراية بما يدور في أذهانهم وما يدور في أرواحهم، فهم متمردون وألسنتهم مقيدة بالخجل والخوف حتى لا يفعل ذلك الكبار وأحسن الظن بهم بمعاييرك (الجمالي، ١٩٩٤: ٢٠٢).

ترتبط بيانات الفصول الدراسية التي تدعم استقلالية الطالب واتجاهاته وكفاءته بشكل أفضل. الإبداع والتعلم المفاهيمي وتفضيله للتحدي. يبدو أن هذه العلاقات موجودة من الصف الأول حتى مرحلة الدراسات العليا ، وعندما يتمكن الطلاب من الاختيار، فمن المرجح أن يعتقدوا أن العمل مهم،

حتى لو لم يكن ممتعاً، لذلك يميلون إلى استيعاب الأهداف التعليمية وقبولها. في حد ذاتها، على عكس الفصول الدراسية التي تدعم الاستقلالية، تميل البيئات الخاضعة للرقابة إلى تحسين الأداء فقط في مهام الحفظ، وعندما يضطر الطلاب إلى القيام بذلك، فإنهم غالباً ما يبحثون عن الحل الأسرع والأسهل. ومع ذلك، فإن النتيجة المرضية هي أن كلا من الطلاب وأولياء الأمور يفضلون المعلمين الأكثر تحكماً، على الرغم من أن الطلاب يتعلمون أكثر عندما يدعم معلمهم الاستقلالية (أنيتا وولفولك ، ٢٠١٠: ٨١٧-٨١٨).

الفصل الثالث

يتضمن هذا الفصل عرض الإجراءات المستخدمة في هذه الدراسة لتحقيق أهدافها، وذلك من خلال تحديد المنهجية والمجتمع والعينة وطريقة الاختيار، وتحديد أدواتها وطرقها للتحقق من الصدق والثبات، وكذلك تعريف الأساليب الإحصائية. لمعالجة البيانات على النحو التالي:

أولاً: منهج البحث: وقد اختار الباحث المنهج الوصفي الارتباطي باعتباره الأسلوب الأنسب لدراسة هذا النوع من الدراسة.

ثانياً: مجتمع البحث: يضم مجتمع البحث الحالي طلاب وطالبات جامعة تكريت من تخصصات العلوم والانسانيات للعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥) والبالغ عددهم (٢٧٣٠٠) طالب وطالبة يتوزعون على (٢٧٣٠٠) طالب وطالبة يتوزعون على (٢٢) الكليات. ويتوزعون على أساس الخبرات العلمية والإنسانية بواقع (١٠,٤٣٨) طالباً وطالبة في المجال العلمي، و(١٦,٨٦٢) طالباً وطالبة في المجال الإنساني).

ثالثاً: عينة البحث: قام الباحث باختيار عينة عشوائية مكونة من (٤٠٠) طالب وطالبة من كليات العلوم والإنسانيات بعدد (٢٠٠) طالب وطالبة من الكليات العلمية (الهندسة والعلوم). وتكونت عينة البحث من ٢٠٠ طالب وطالبة من الكليات الإنسانية (التربية والفنون) حسب متغير الجنس . وطالب في الكليات الإنسانية.

رابعاً: أدوات البحث:

أولاً: مقياس السعادة النفسية

وبعد الاطلاع على الأدبيات النفسية المتعلقة بالموضوع لم يجد الباحث مقياساً مناسباً لعينة بحثه، الأمر الذي يتطلب إعداد مقياس الازدهار النفسي الذي أعده الباحث اعتماداً على نظرية بيرما لسليجمان (سيليجمان، ٢٠١١، ٢٠١١). (٩٧ خطوة الباحث أدناه) المعتمدة في إعداد العمل:

- **تحديد مجالات المقياس:** تم تحديد مجالات المقياس في ضوء مراجعة الأدبيات ذات العلاقة بالموضوع وهي نظرية سليغمان (الازدهار النفسي). سيليجمان (٢٠١١) . وبهذا تم تحديد خمسة مجالات يشملها الازدهار النفسي وهي:

١- المشاعر الإيجابية

٢- التكامل الذاتي

٣- الشعور بالرضا عن الحياة

٤- علاقات إيجابية

٥- إنجاز

- **اجمع الفقرات الخاصة بكل مجال وقم بصياغتها:**

وبعد تحديد مجالات المقياس قامت الباحثة بصياغة الفقرات مع مراعاة ما يلي:

- يجب أن تعبر الفقرة عن فكرة واحدة فقط.

- ويجب أن يكون محتوى الفقرة واضحاً ومباشراً وصريحاً ومناسباً لمستوى أفراد العينة.

- وتم توزيع (٤٣) صنفاً على خمس مناطق:

- تحتوي كل فقرة على خمسة خيارات تنطبق علي تماماً، كثيراً ما ينطبق علي ، وأحياناً ينطبق علي، ونادراً ما ينطبق علي ، ولا ينطبق علي أبداً).

صحة الفقرات: عرضت الفقرات في البداية على مجموعة من محكمي العلوم النفسية :

١. للتأكد من صحة جمل الفقرات.

٢. نسبة الفقرات ذات السياق.

٣. بنود المقياس المناسب لعينة البحث.

٤. صحة اختيارات الإجابة.

وبناء على آراء المحكمين وملاحظاتهم واللقاءات معهم تم تعديل بعض البنود واعتماد النسبة كمؤشر على صحة المادة أو رفضها على مقياس حصل على نسبة مئوية (نسبة مئوية). تم الاحتفاظ بنسبة ٨٠٪ أو أكثر، وبالتالي تضمنت قدرًا من الازدهار النفسي (٤٣). الجملة من أول جملتها .

- **وضوح تعليمات المقياس وفهم بنوده:** تحديد مستوى فهم بنود المقياس الازدهار النفسي، وضوح تعليمات الاستجابة وبدائلها، تحديد الزمن اللازم للإجابة على البنود، التعرف على المشكلات التي واجهته. وأثناء تطبيق المقياس وملاحظة رد فعل أفراد العينة على الصيغة اللغوية، استخدم الباحث مقياس الازدهار النفسي على عينة عشوائية مكونة من (٤٠) طالباً وطالبة من جامعة تكريت كلية التكنولوجيا والهندسة . وأوضح هذا الباحث أنه ضم (٢٠) طالباً و(٢٠) طالبة، وذلك للتأكد من فهم الطلاب لمفردات المقياس. بالنسبة للطلاب الذين اعتبروا أن الغرض من

استخدام المقياس هو البحث العلمي، قمت بشرح طريقة الإجابة لهم، وبعد الانتهاء من طلب المقياس، قمت بتسجيل زمن الإجابة في بداية البرنامج ونهايته. وكشفت ملاحظات وإجابات أسئلة الطلاب للباحث أن فقرات المقياس وتعليماته وطريقة الإجابة واضحة ومفهومة للطلاب. استغرق جميع أفراد العينة وقتاً للإجابة على المقياس (١٢-١٦) دقيقة واحدة بسرعة (١٤) دقيقة .

التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الازدهار النفسي:

يناقش علماء القياس النفسي أهمية التحقق من تميز فقرات المقياس وفق الإجراءات التالية والتحقق من خلال:

قوة التمييز بين المجموعتين المتطرفتين (الأعلى والأدنى)، ومعاملات ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية، وعلاقة الفقرة بالسياق الذي تنتمي إليه.

أ- **القوة التمييزية : اختارت الباحثة حجم العينة للتحليل الإحصائي لفقرات مقياس الازدهار النفسي (٤٠٠ طالب وطالبة) وتابعت الباحثة لاستخراج القوة التمييزية للفقرات باستخدام أسلوب المجموعتين المتطرفتين . الإجراءات التالية:**

- استخراج الدرجة الكلية لكل ورقة إجابة.
- تم ترتيب مجموع درجات الاستبيانات من أعلى مجموع الدرجات إلى أدنى مجموع الدرجات.
- وتم اختيار المجموعة الأعلى (٢٧٪) من الدرجات التي تمثل أعلى مجموعة للازدهار النفسي وكانت (١٠٨) درجات وأقل المجموعة التي مثلت (٢٧٪) من الدرجات التي تمثل أدنى مجموعة للازدهار النفسي. وأيضا رقم (١٠٨) درجة.
- وقامت الباحثة بالتحقق من القوة التمييزية لمفردات مقياس الازدهار النفسي باستخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين (اختبار ت) لاختبار دلالة الفرق بين متوسط درجات المجموعتين العالية والمنخفضة في درجات الاختبار. كل فقرة من فقرات مقياس الازدهار النفسي (٤٣) لأن قيمة T المحسوبة تمثل معامل التمايز .

ويبدو أن جميع العناصر متميزة، لأن قيم T المحسوبة لها أكبر من قيمة T للجدول (١.٩٦) بمستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجات حرية (٢١٤)، وبالتالي يكون عدد العناصر في مقياس الازدهار النفسي (٤٣) كائناً.

ب- **علاقة درجة المادة بالدرجة الكلية والمدى :** تم حساب علاقة درجة المادة بالدرجة الكلية والمدى الذي تنتمي إليه باستخدام معامل ارتباط بيرسون (الفردي) . وأظهرت النتائج أن جميع الفقرات ذات دلالة إحصائية ولها ارتباط قوي مع الدرجة الكلية والمجال الذي تنتمي إليه لأن قيمة معامل الارتباط المحسوب لهذه الفقرات أعلى من القيمة الجدولية (٠.٠٩٨). وبلغ مستوى الدلالة (٠.٠٥) ودرجة الحرية (٣٩٨)، ونتيجة لذلك فإن عدد مقياس الازدهار النفسي يتضمن (٤٣) فقرة. الفقرة لأن جميع الفقرات ذات دلالة إحصائية.

- **الثبات:** استخدم الباحث نوعين من الثبات للاتساق الداخلي وهما: النصفان وطريقة ألفا كرونباخ
أ- **الطريقة شبه المنفصلة:** استخدم الباحث الأسلوب شبه المنفصل للتأكد من استقرار الصحة النفسية. (٠.٦٠) لتصحيح معامل الارتباط بين نصفي الاختبار، استخدم الباحث معادلة هورست للحالات غير المتكافئة (الجلبي (٢٠٠٥: ٤٧) حيث بلغ معامل ثبات المقياس (٠.٧٨). وتبين أن وأن معامل ثبات المقياس جيد .

ب- **اتساق ألفا كرونباخ الداخلي :** تم الحصول على معادلة ألفا كرونباخ من خلال تطبيق المقياس على عينة الثبات واستخدام معادلة ألفا كرونباخ .

وصف مقياس الازدهار النفسي بصورته النهائية: مقياس الازدهار النفسي بصورته النهائية جاهز للاستخدام في عينة البحث الأساسي ويتضمن (٤٣) فقرة أمام كل فقرة، تم وضع (٥) خيارات للإجابة : (في حالي ينطبق علي تماما ينطبق علي الكثير ينطبق علي أحيانا ينطبق علي نادرا ما ينطبق علي أبدا) درجات العناصر الإيجابية (١،٢،٣،٤،٥) وبالنسبة للبنود السلبية فإن الدرجات (١،٢،٣،٤،٥) بناء على اختيار المستجيب، أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب هي (٢١٥) وأقل درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب هي أنها بطيئة (٤٣) بمعدل نظري (١٢٩) .

أولاً: قياس الاستقلال النفسي

وبعد الاطلاع على العديد من الدراسات السابقة وفحص المقاييس المتعلقة بموضوع البحث لم يتمكن الباحث من إيجاد مقياس مناسب لقياس الاستقلال النفسي الطوعي لدى الطلبة يتمتع بالخصائص السيكومترية اللازمة . ويتم عمل الميزان وفق الخطوات التالية:

١ . **تعريف المفهوم المراد قياسه:** حددت الباحثة التعريف النظري لمفهوم الاستقلال النفسي الطوعي على النحو التالي (نمط من الاستعدادات الشخصية التي تحول الإنسان من كائن حي يسعى للتخلص من التوتر وتحت سيطرة القوى البيولوجية إلى العيش بشكل مستقل التوجه نحو المستقبل) .

٢. **تحديد المجالات :** من خلال دراسة النظرية المعتمدة تم تحديد مكونات الاستقلال النفسي الطوعي في خمسة مكونات:

١. توسيع إحساسك بذاتك

٢. العلاقات الحميمة مع الآخرين

٣. قبول الذات

٤. التصور العقلاني للواقع

٥. فلسفة الحياة

٣. صياغة بنود المقياس : بعد تحديد مكونات المقياس قامت الباحثة بتجميع فقراته مع مراعاة ما يلي:

- يجب أن تعبر الفقرة عن فكرة واحدة فقط.
- ويجب ألا تكون الفقرة قصيرة أو طويلة وأن تكون واضحة ومفهومة بما يتناسب مع مستوى فهم أفراد العينة.
- لتجنب الالتباس في الإجابة، قم بإزالة المقالات السلبية .

يتكون مقياس الاستقلال النفسي الطوعي بصورته الأصلية من (٣٨) فقرة كما في الجدول (١).

الجدول (١)

فقرات مقياس الاستقلال النفسي الطوعي بمكوناته في صورته الأصلية

ت	عناصر	عدد الفقرات
١	توسيع إحساسك بالذات	٧
٢	العلاقات الحميمة مع الآخرين	٨
٣	قبول الذات	٨
٤	الفهم العقلاني للواقع	٧
٥	فلسفة الحياة	٨

ولتصحيح المقياس استخدم الباحث أسلوب الخمس نقاط لإعداد بدائل الإجابة، وبما أن هناك خمسة خيارات (دائمًا، غالبًا، أحيانًا، نادرًا، وأبدًا)، فإن الحالات الإيجابية تُعطى الدرجات ١، ٢، ٣، ٤، و٥، والحالات السلبية تُعطى الدرجات ٥، ٤، ٣، ٢، و١.

٤- عرض فقرات المقياس على المحكمين (صلاحية الفقرات): للحصول على آرائهم حول صلاحية الفقرات قام الباحث بعرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين في القياس والتقويم والعلوم التربوية وعلم النفس. للمفردات، ومدى ملاءمتها للمكون الذي تتدرج فيه، والإجابة على بعض الفقرات مع بعض التصحيحات اللغوية للتعرف على صحة الاختيارات. وبعد جمع آراء الخبراء تم اعتبار نسبة الموافقة (٨٠٪) معياراً لقبول البند، وبناءً على ذلك تم حذف البندين (٢٣) و(٣٠) على التوالي، ونتيجة للمقياس. وتكونت من (٣٦) مادة .

❖ **تعليمات المقياس :** عندما يقوم أحد المشاركين بالإجابة على عناصر المقياس، فإن

تعليمات المقياس تعمل كدليل. لذلك ونظراً لملاءمة الطلاب مع مستوى فهم واستيعاب العينة فقد قامت الباحثة بتوضيح طريقة الإجابة من خلال التعليمات المعدة للطلاب والمفهومة والمناسبة لمستوى المواد بما في ذلك كيفية الإجابة على العناصر من المقياس والإجابة بدقة وصدق على جميع البنود دون الإشارة إلى غرض المقياس واطلب من

المستجيب عدم ذكر اسم وذلك لتقليل التأثير السلبي المحتمل على دقة وموضوعية الإجابة

❖ **الاستخدام الاستكشافي :** للتأكد من وضوح فقرات المقياس وتعليماته، ومعرفة أي إشكاليات قد تواجه المستجيب قبل استخدام المقياس في نسخته النهائية، بالإضافة إلى معرفة الوقت اللازم للإجابة، وقد تم اختيار ٣٠ طالب وطالبة من تخصصات العلوم الإنسانية والعلوم بشكل عشوائي، وأعطاهم الباحث مقياس الاستقلال النفسي الطوعي، وتم تخصيص ما بين ٢٠ إلى ٢٥ دقيقة للإجابة على فقرات المقياس.

❖ **التحليل الإحصائي لبنود المقياس:**

أولاً: فقرات متميزة:

أ. طريقة المجموعة ذات الاتجاهين لاستخراج أبرز الفقرات

١. تم استخدام الإجراءات التالية لفحص فقرات مقياس الاستقلال النفسي الاختياري في مجموعتين مكونتين من ٤٠٠ طالب مؤكد:

٢. إيجاد النتيجة لكل من نماذج التنبؤ الـ ٤٠٠.

٣. ترتيب النماذج حسب الأقل إلى الأفضل.

٤. لتحديد دلالة الفرق بين المجموعتين العالية والمنخفضة في كل مثال تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين وتم موازنة قيمة (ت) مع القيمة الجدولية (١.٩٦) لمعامل التمييز لكل فقرة وحسب النتائج فإن كل فقرة فريدة عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) ودرجة الحرية (٢١٤) باستثناء الفقرتين المحذوفتين.

ثانياً: صحة العبارات

❖ **العلاقة بين درجة المادة والدرجة الكلية لمقياس الاستقلال النفسي الطوعي**

الحصول على هذا النوع من الصدق في مقياس الاستقلال النفسي الطوعي من خلال إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، واستخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس. نتيجة. مجموع النقاط

❖ وتمت معالجة درجات التلاميذ على مقياس الاستقلال النفسي الطوعي إحصائياً، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجة الحرية (٣٩٩) لـ (٣٤) حالة والقيمة الجدولية (٠.٠٨٩) عند مستوى الدلالة (٠.٠٥).

❖ **العلاقة بين درجة الفقرة والنتيجة الميدانية (صلاحية العناصر) :** ويتم الحصول على هذه الصدق في قياس الاستقلال النفسي الطوعي من خلال البحث عن الارتباطات بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للمقرر، وذلك باستخدام معامل ارتباط بيرسون لاستخراج الارتباط بين درجات المادة ودرجات التقدير. وأظهرت نتائج المعالجة الإحصائية لدرجات مقياس الاستقلال النفسي للطلبة أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية ودرجة ارتباط معينة مقارنة بالقيمة الجدولية (٠.٠٩٨). الحرية (٣٩٨).

❖ **استقرار النطاق :** وتم استخراج ثبات المقياس الحالي بطريقتين: **أسلوب الاختبار - إعادة الاختبار :** ولتحقيق هذا الأسلوب أعادت الباحثة تطبيق مقياس الاستقلال النفسي بعد (١٥) يوماً على عينة مكونة من (٥٠) طالباً وطالبة في العلوم والعلوم الإنسانية ومن ثم من معامل الارتباط بيرسون مستخدم ولحساب معامل الارتباط بين درجات التطبيقين الأول والثاني فقد بلغ معامل الثبات في هذه الطريقة (٠.٨٩) وهذا مؤشر جيد لثبات المقياس. **بالنسبة لطريقة ألفا كرونباخ ،** تم استخدام معادلة ألفا كرونباخ لحساب الثبات، واعتبرت درجة الثبات في هذه الطريقة جيدة (٠.٧٧) مقارنة بالدراسات السابقة.

● **المقياس بصورته النهائية:** يتضمن المقياس الحالي بصورته النهائية (٣٤) خياراً للمقياس الموسع: (دائماً. غالباً). أحيانا نادراً أبداً) ودرجات التصحيح بالترتيب التنازلي (٥، ٤، ٣، ٢، ١) لل فقرات الإيجابية والعكس لل فقرات السالبة وأعلى درجة (١٧٠)، وأقل درجة (٣٤) . والمتوسط الفرضي هو (١٠٢).

- **الاستخدام النهائي (مقياس الازدهار النفسي والاستقلال النفسي) :** واستخدم الباحث أداتي البحث لعينة البحث الأساسية وهما مقياس الازدهار النفسي والاستقلال النفسي (١٦ يوماً) .
- **الأساليب الإحصائية:** استخدم الباحث البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS) لتحليل البيانات .

الفصل الرابع

يتضمن هذا الفصل عرض وتفسير ومناقشة نتائج البحث التي حصل عليها الباحث بما يتوافق مع أهداف البحث، كما يقدم أهم التوصيات والمقترحات على النحو التالي:

الهدف الأول: (التعرف على الازدهار النفسي لدى الطلاب)

وقد قام الباحث بتطبيق مقياس الازدهار النفسي على عينة البحث الأساسية والبالغة (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة الكليات العلمية والإنسانية وبعد تدوين البيانات وتصحيح الاستمارات تبين أن المتوسط الحسابي في عينة البحث الأساسي بلغ ١٥٤.٢٦. درجات، بانحراف

معياري قدره (٢٢.٦٧) درجة، وبمقارنة الوسط الحسابي مع الوسط الافتراضي للمقياس تكون قيمته (١٢٩) درجة، وعند استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة يعرف وكانت وبحسب الجدول (٢) فإن قيمة (ت) المحسوبة (٢٢.٢٨) أكبر من قيمة (ت) الجدولية (١.٩٦) عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) ودرجة الحرية (٣٩٩).

الجدول (٢)

اختبار (ت) لعينة واحدة لاختبار دلالة الفرق بين المتوسطين الحسابي والفرضي لمقياس الازدهار النفسي

مستوى الأهمية هو ٠.٠٥	قيمة T		يعني افتراضي	الانحراف المعياري	الوسط حسابي	لا	عامل
	جدولة	تم حسابها					
وظيفة	١.٩٦	٢٢.٢٨	١٢٩	٢٢.٦٧	١٥٤.٢٦	٤٠٠	ازدهار نفسية

وأظهرت النتائج أن طلبة الجامعة لديهم درجة عالية من الازدهار النفسي ويظهر الازدهار النفسي لدى الطلاب من خلال السلوكيات المرتبطة بالمشاعر الإيجابية والمشاركة والعلاقات والمعنى والنجاح، وهذا يتفق مع ما ورد في نظرية سليغمان (٢٠١١) مما يعني أنه يقع في النطاق المثالي لتقدم الطلاب وأدائهم ونموهم ومرونتهم، وهو البناء المفاهيمي للازدهار من خلال المشاعر الإيجابية، والاستقرار الانفعالي، والحيوية، والتفاؤل، والمرونة، والذات. الاحترام والمشاركة والكفاءة يعني العلاقات الإيجابية. حالة من الرفاهية يدرك فيها الشخص قدراته الخاصة، ويمكنه التعامل بشكل منتج مع الضغوطات الطبيعية للحياة الأكاديمية والعملية، ويكون قادرًا على المساهمة في مجتمعه من خلال العلاقات الداعمة، ويساهم في الرفاهية. من الآخرين بطيئة الكفاءة وقبول الذات والتفاؤل والاحترام يشعر الأشخاص الناجحون بالرضا عن حياتهم ويدركون أن قدراتهم وشغفهم لتحقيق النجاح والازدهار والمساهمة الهادفة في المجتمع ووجود العلاقات الاجتماعية هي بالإضافة إلى الخصائص الشخصية الإيجابية. ، وهذه النتيجة متفق عليها

الهدف الثاني : (التعرف على الاستقلال النفسي لدى الطلاب)

ولتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتطبيق معيار الاستقلال النفسي الطوعي على عينة الدراسة واستخرج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للأفراد عينة الدراسة. تم إجراء اختبار t لعينة واحدة للحصول على الوسط الحسابي (١٠٢) للتحقق من الدلالة بين الوسط الحسابي والمتوسط المفترض وهو أعلى من قيمة t في الجدول (١.٩٦).

الجدول (٣)

اختبار (ت) لعينة واحدة لاختبار دلالة الفرق بين المتوسطين الحسابي والفرضي لمقياس

الاستقلال النفسي

عامل	لا	الوسط حسابي	الانحراف المعياري	يعني افتراضي	قيمة T		مستوى الأهمية هو ٠.٠٥
					تم حسابها	جدولة	
وإلا تصبح مستقلاً نفسياً	٤٠٠	١٤١,٧٣	١٢.٣٨	١٠٢	٦٤.١٤٦	١,٩٦	٠.٠٥

وتبين هذه النتيجة أن عينة البحث الحالية تتمتع بالاستقلال النفسي الطوعي ويعزى ذلك إلى اعتماد الطلبة على أنفسهم في أداء عملهم والتفكير في الحاضر والمستقبل أكثر من التفكير في الماضي.

وتشير هذه النتيجة أيضاً إلى أن عينة البحث الحالية تمتلك الإرادة والوعي الذاتي، فضلاً عن شخصيات فريدة ومستقلة وطموحة. ولديها حرية التعبير في مختلف جوانب الحياة، ولديها الحرية وتحمل المسؤولية في اختيار شريك حياتها .

كما تظهر هذه النتيجة أن كل فرد من أفراد الدراسة الحالية يعتبرون متقبلين لذاتهم وأصحاب قرار ذاتي، ويتعاطفون مع الآخرين ويتعاملون معهم على أساس الحب والتسامح ، ولديهم أسلوب خاص في التعامل مع المواقف البيئية. . وتحفيزه لتحقيق الأفضل وبكفاءة أكبر يؤثر على درجة كفاءته وسيطرته، وكل إنسان يسعى إلى تحقيق أهدافه للوصول إلى أعلى مستويات المجتمع .

الهدف الثالث : (التعرف على العلاقة بين الازدهار النفسي وإلا الاستقلال النفسي لدى طلاب الجامعة)

واستخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون بين درجات المتغيرين للكشف عن العلاقة الارتباطية بين الازدهار النفسي والاستقلال النفسي لدى طلبة جامعة تكريت، وتوجد علاقة ارتباطية موجبة ومعنوية بين المتغيرين.

أن هناك علاقة إيجابية ومباشرة بين الازدهار النفسي والاستقلال النفسي والمعرفة (التفكير والإدراك والذاكرة) والتأثير (العاطفة والشعور والمزاج) والعمل (النشاط الحركي والإرادة)، ونتيجة لذلك زيادة الاستقلال النفسي. للإنسان يؤدي إلى الرخاء النفسي.

خاتمة : وفي ضوء النتائج التي توصلت إليها الباحثة من خلال تحليل البيانات وتفسيرها توصلت إلى الاستنتاج التالي :

- ١- يتمتع طلبة الجامعة بمستويات عالية من الازدهار النفسي ويتجلى ذلك من خلال المؤشرات السلوكية للسعادة والمتعة والراحة والمشاركة الإيجابية في الدراسة والحياة، واندماجهم مع البيئة الأكاديمية وارتباطهم بعلاقات إيجابية مع أقرانهم.
 - ٢- ينكشف من خلال إحساسهم بأنهم منتجون ومفيدون بطريقة ما لأنفسهم وللآخرين، ومن خلال قبول إمكاناتهم وقبول المسؤولية والالتزام عنها تجاه أنفسهم والآخرين.
 - ٣- المرحلة العمرية التي يتميز بها طلبة الجامعة تتيح لهم التمتع بمستويات عالية من الازدهار النفسي وتجارب ذات معنى شخصي، لأن لديهم إرادة قوية للحياة، على الرغم من مواجهة الأزمات والصراعات والأحداث التي تؤدي إلى مشاكل تعيق التكيف مع الحياة. التغلب على الشدائد والمحن.
 - ٤- إن التنبؤ بازدهار الطلاب من خلال الاستقلال النفسي يعد حجر الزاوية في الازدهار النفسي، أي أن الاستقلال النفسي عنصر ضروري يصاحب الاستمتاع والسعادة.
- التوصيات:** في ضوء نتائج البحث الحالي يوصي الباحث بما يلي:
- ١- ومن الضروري تعزيز الازدهار النفسي لدى الطلاب من خلال عقد الندوات وورش العمل التثقيفية لضمان استدامتها من أجل تثقيف الطلاب على أساس المشاعر الإيجابية والمشاركة والعلاقات الإيجابية والمعنى والإنجازات الناجحة للجامعة.
 - ٢- إن الاهتمام المتزايد بنمو وتعليم طلبة الجامعة ضروري لخلق الاستقلال النفسي والحفاظ عليه ، ويهتدي به الاستقلال النفسي كخريطة معرفية في دورة حياته.
 - ٣- تشتمل المناهج الجامعية على أنشطة ودروس تمكن الطلاب من تحقيق الازدهار النفسي من خلال فهم مكوناته وفهم دور الاستقلال النفسي في حياتهم.
- اقتراحات:** في ضوء نتائج البحث الحالي اقترحت الباحثة ما يلي :
- ١- إجراء بحث مماثل على طلاب المرحلة الثانوية اعتمادا على متغيري البحث الحالي ومقارنة نتائجه مع البحث الحالي.
 - ٢- دراسة الازدهار النفسي وعلاقته بالوحدة النفسية أو المرونة المعرفية أو التفكير المرن.
 - ٣- التحقق من الاستقلال النفسي وعلاقته بمتغيرات أخرى مثل الشخصية الهامشية أو أنماط السلوك الوالدي أو تقدير الذات.