



اسم مشتق من الذكوة وهي الجمرة الملتهبة والمراد بالذكوات
الربوات البيض الصغيرة المحيطة بمقام أمير المؤمنين علي بن أبي
طالب {عليه السلام}

شبهها لضياؤها وتوهجها عند شروق الشمس عليها لما فيها
موضع قبر علي بن أبي طالب {عليه السلام}
من الدراري المضيئة

{**در النجف**} فكأنها جمرات ملتهبة وهي المرتفع من الأرض، وهي ثلاثة
مرتفعات صغيرة نتوءات بارزة في أرض الغري وقد سميت الغري باسمها، وكلمة
بيض لبروزها عن الأرض. وفي رواية إنها موضع خلوته أو إنها موضع عبادته
وفي رواية أخرى في رواية المفضل عن الإمام الصادق {عليه السلام} قال:
قلت: يا سيدي فأين يكون دار المهدي ومجمع المؤمنين؟ قال: يكون ملكه
بالكوفة، ومجلس حكمه جامعها وبيت ماله ومقسم غنائم المسلمين
مسجد السهلة وموضع خلوته الذكوات البيض



مَجَلَّةُ عِلْمِيَّةُ فِكْرِيَّةُ فَصْلِيَّةُ مُحْكَمَةٌ تُصَدِّرُ عَنْ
دَائِرَةِ الْبُحُوثِ وَالدرَّاسَاتِ فِي دِيوانِ الْوَقْفِ الشَّيْخِيِّ



العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ تشرين الأول ٢٠٢٥ م

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق (١١٢٥)

الرقم المعياري الدولي ISSN 2786-1763

الذِّكْرُ الْبَيْضُ



التدقيق اللغوي
م.د. مشتاق قاسم جعفر

الترجمة الانكليزية
أ.م.د. رافد سامي مجيد

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ - تشرين الأول ٢٠٢٥ م

عمار موسى طاهر الموسوي
مدير عام دائرة البحوث والدراسات
رئيس التحرير

أ.د. فائز هاتو الشرع

مدير التحرير

حسين علي محمد حسن الحسني

هيئة التحرير

أ.د. عبد الرضا بهية داود

أ.د. حسن منديل العكيلي

أ.د. نضال حنش الساعدي

أ.د. حميد جاسم عبود الغرابي

أ.م.د. فاضل محمد رضا الشرع

أ.م.د. عقيل عباس الريكان

أ.م.د. أحمد حسين حيال

أ.م.د. صفاء عبد الله برهان

م.د. موفق صبري الساعدي

م.د. طارق عودة مري

م.د. نوزاد صفر بخش

هيئة التحرير من خارج العراق

أ.د. نور الدين أبو لحية / الجزائر

أ.د. جمال شلبي / الاردن

أ.د. محمد خاقاني / إيران

أ.د. مها خير بك ناصر / لبنان

الذَّكْوَانُ الْبَيْضُ

مَجَلَّةٌ عِلْمِيَّةٌ فِكْرِيَّةٌ فَصْلِيَّةٌ مُحْكَمَةٌ تَصْدُرُ عَنْ
دَائِرَةِ الْبَحْوثِ وَالدرَّاسَاتِ فِي دِيْوَانِ الْوَقْفِ الشَّيْخِيِّ



العنوان الموقعي

مجلة الذكوات البيض

جمهورية العراق

بغداد / باب المعظم

مقابل وزارة الصحة

دائرة البحوث والدراسات

الاتصالات

مدير التحرير

٠٧٧٣٩١٨٣٧٦١

صندوق البريد / ٣٣٠٠١

الرقم المعياري الدولي

ISSN ١٧٦٣-٢٧٨٦

رقم الإيداع

في دار الكتب والوثائق (١١٢٥)

لسنة ٢٠٢١

البريد الإلكتروني

إيميل

off_research@sed.gov.iq

hus65in@gmail.com

العدد (١٧) السنة الثالثة حمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ - تشرين الأول ٢٠٢٥ م

..... دليل المؤلف

- ١- أن يتسم البحث بالأصالة والجدة والقيمة العلمية والمعرفية الكبيرة وسلامة اللغة ودقة التوثيق.
- ٢- أن تحتوي الصفحة الأولى من البحث على:
أ. عنوان البحث باللغة العربية .
ب. اسم الباحث باللغة العربي، ودرجته العلمية وشهادته.
ت. بريد الباحث الإلكتروني.
ث. ملخصان: أحدهما باللغة العربية والآخر باللغة الإنكليزية.
ج. تدرج مفاتيح الكلمات باللغة العربية بعد الملخص العربي.
- ٣- أن يكون مطبوعاً على الحاسوب بنظام (office Word ٢٠٠٧ أو ٢٠١٠) وعلى قرص ليزري مدمج (CD) على شكل ملف واحد فقط (أي لا يُجزأ البحث بأكثر من ملف على القرص) وتُرَوَّد هيئة التحرير بثلاث نسخ ورقية وتوضع الرسوم أو الأشكال، إن وجدت، في مكانها من البحث، على أن تكون صالحة من الناحية الفنية للطباعة.
- ٤- أن لا يزيد عدد صفحات البحث على (٢٥) خمس وعشرين صفحة من الحجم (A4) .
٥. يلتزم الباحث في ترتيب وتنسيق المصادر على الصيغة APA
- ٦- أن يلتزم الباحث بدفع أجور النشر المحددة البالغة (٧٥.٠٠٠) خمسة وسبعين ألف دينار عراقي، أو ما يعادلها بالعملة الأجنبية.
- ٧- أن يكون البحث خالياً من الأخطاء اللغوية والنحوية والإملائية.
- ٨- أن يلتزم الباحث بالخطوط وأحجامها على النحو الآتي:
أ. اللغة العربية: نوع الخط (Arabic Simplified) وحجم الخط (١٤) للمتن.
ب. اللغة الإنكليزية: نوع الخط (Times New Roman) عناوين البحث (١٦) . والملخصات (١٢)
أما فقرات البحث الأخرى، فبحجم (١٤) .
- ٩- أن تكون هوامش البحث بالنظام الإلكتروني (تعليقات ختامية) في نهاية البحث. بحجم ١٢.
- ١٠- تكون مسافة الحواشي الجانبية (٢,٥٤) سم، والمسافة بين الأسطر (١) .
- ١١- في حال استعمال برنامج مصحف المدينة للآيات القرآنية يتحمل الباحث ظهور هذه الآيات المباركة بالشكل الصحيح من عدمه، لذا يفضل النسخ من المصحف الإلكتروني المتوافر على شبكة الانترنت.
- ١٢- يبلغ الباحث بقرار صلاحية النشر أو عدمها في مدة لا تتجاوز شهرين من تاريخ وصوله إلى هيئة التحرير.
- ١٣- يلتزم الباحث بإجراء تعديلات اخضعين على بحثه وفق التقارير المرسلة إليه وموافاة المجلة بنسخة معدلة في مدة لا تتجاوز (١٥) خمسة عشر يوماً.
- ١٤- لا يحق للباحث المطالبة بمطالبات البحث كافة بعد مرور سنة من تاريخ النشر.
- ١٥- لا تعاد البحوث الى أصحابها سواء قبلت أم لم تقبل.
- ١٦- تكون مصادر البحث وهوامشه في نهاية البحث، مع كتابة معلومات المصدر عندما يرد لأول مرة.
- ١٧- يخضع البحث للتقويم السري من ثلاثة خبراء ليبيان صلاحيته للنشر.
- ١٨- يشترط على طلبة الدراسات العليا فصلاً عن الشروط السابقة جلب ما يثبت موافقة الأستاذ المشرف على البحث وفق النموذج المعتمد في المجلة.
- ١٩- يحصل الباحث على مسئل واحد لبحثه، ونسخة من المجلة، وإذا رغب في الحصول على نسخة أخرى فعليه شراؤها بسعر (١٥) ألف دينار.
- ٢٠- تعبر الأبحاث المنشورة في المجلة عن آراء أصحابها لا عن رأي المجلة.
- ٢١- ترسل البحوث إلى مقر المجلة - دائرة البحوث والدراسات في ديوان الوقف الشيعي بغداد - باب المعظم)
أو البريد الإلكتروني: (hus65in@Gmail.com) (off reserch@sed.gov.iq) بعد دفع الأجر في مقر المجلة
- ٢٢- لا تلزم المجلة بنشر البحوث التي تُخلُ بشرط من هذه الشروط .

مجلة علمية فكرية فصلية محكمة تصدر عن دائرة البحوث والدراسات في ديوان الوقف الشيعي

محتوى العدد (١٧) المجلد الثالث

ت	عنوانات البحوث	اسم الباحث	ص
١	التعريف بالحاكم الجشمي وتفسيره التهذيب ومكانته العلمية	د. مهدي محمد صالح عطية الباحث: أحمد نجم عباس	٨
٢	أثر استراتيجية الحالات المصغرة في تنمية المهارات القرائية لدى طلاب الصف الأول المتوسط	أ.م.د. احسان عدنان عبد الرزاق	١٦
٣	مدرسة الحكمة المتعالية عند صدر الدين الشيرازي	د. زينب علي جاسم	٣٢
٤	القيمة والمعيار: قراءة في رؤية اليوسف للشعر ووضائفه «مقال مراجعة»	م. د. زينب ميثم علي	٤٠
٥	النموذج الصالح في الثقافة الإسلامية «مقال مراجعة»	م. د. نورا حسين علي	٤٦
٦	تطور الذكاء الانعاعي عند المراهقين	م. د. محمود محمد طالب	٥٢
٧	التكرار ودوره في ترسيخ الذاكرة الشعرية في قصيدة (تاريخ الدموع) للشاعر مهدي الهبيري	م. د. سندس عبد الكاظم جاسم	٦٨
٨	العمل التطوعي ودوره في تعزيز مشاركة المرأة في تنمية المجتمعات الريفية دراسة ميدانية في محافظة بغداد	الباحثة: ساره محمد يوسف أ. د. ميسم ياسين عبيد	٧٦
٩	الحصانة النفسية وعلاقتها بالرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة	م. د. رسول شاهين جمال أ.م.د. أحمد عجيل ياور	٩٢
١٠	التحول بين أبنية صيغ الأسماء في اللغة العربية	أ.م.د. علي سامي أمين	١٢٠
١١	بلاغة الاقتناع اللغوي لجملته الاعتراض في الخطاب القرآني	م. د. محمد جاسم حنون	١٤٢
١٢	سليات وسائل التواصل الاجتماعي على المجتمع العراقي وعلاجها في ضوء الفكر الاسلامي (السهير) النموذجاً «دراسة علمية»	م. د. لمياء صاحب مشكور م. د. نغم يحيى ناجي م. د. ايثاس عبد الرحمن زايد	١٥٨
١٣	تطور الطاقة الكهربائية في الدولة العثمانية، محطتي طرسوس وسيلا تار اغا نموذجاً ١٩٠٢-١٩١٤م	م. د. علي اسماعيل زيدان م. د. غدير خليل عبد الأمير	١٧٢
١٤	دور الإرادة في تحديد القانون الواجب التطبيق في العقود الدولية	همام ستار صادق أ. د. مهدي مرددashi	١٨٢
١٥	التوثيقات الرجالية وأثرها في الترجيح بين الأخبار المتعارضة	م. د. شذى عبد الأمير عبد الله	١٩٢
١٦	قياس الكفاءة الادارية لمديري الاشراف التربوي في ضوء بعض المتغيرات	م. د. اسماء جليل عباس	٢٠٢
١٧	الاتفاق الاقتصادية للدولة الفاطمية	م. د. هناء عطية تبيان	٢١٦
١٨	تسميات النجف وقرى أمير المؤمنين (عليه السلام) دراسة من الناحية التاريخية والأثرية	م. د. أحمد عبد الكاظم محمد	٢٢٨
١٩	استراتيجيات التعلم القائم على الألعاب الرقمية في تعزيز الطلاقة الحاسوبية لطلبة المرحلة المتوسطة	م. د. حميد محمد عبد الله	٢٤٨
٢٠	الثورات العربية وتأثيرها على مصر من ٢٠١١م الى ٢٠٢٠م.	م. د. رحاب حسن عبد	٢٦٨
٢١	المدافع في القرآن الكريم والسنة النبوية	الباحث: مصطفى محمد ذياب	٢٨٤
٢٢	ألفاظ المنع والعطاء في القرآن الكريم	م. د. انتصار محمد رضا محسن	٢٩٢
٢٣	أدبية النص القرآني دراسة في البنية الإيقاعية والتصويرية والقصصية	م. د. محمد حمزة عبد الواحد أ.م.د. سري سليم عبد الشهيد	٣٠٨
٢٤	حكم الجزية والأمان عند الإمامة	م. د. ولاء علي حسين	٣١٦
٢٥	المملكة العربية السعودية ودور شركات النفط في التطورات الحديثة فيها	م. د. نور صفر سايه خان	٣٢٦
٢٦	هيكل السلطات في الدولة الإسلامية: دراسة تاريخية وتحليل وظيفي	م. د. غياث خالد منفي	٣٣٨
٢٧	أنماط الشخصية وتحولاتها في رواية أرض زيكولا «قراءة في البنى النفسية والدلالية»	م. د. إيمان صاحب كطافه	٣٥٤
٢٨	The Intersection of Language and Artificial Intelligence: Implications for Linguistic Diversity	Lecturer Ahlam Abdulrazzaq Thiab Al-Dulaimi	٣٦٦
٢٩	The Role of Applied Linguistics in Translation Studies: Challenges and innovations	Researcher: Shrouq Shahab Ahmad	٣٨٢

فصلية مُحكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية
العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م



فصلية مُحكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية



الحصانة النفسية وعلاقتها بالرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة

م. م. رسول شاهين جمال الوندأوي
وزارة التربية/المديرية العامة لتربية كركوك
أ.م. د. أحمد عجيل ياور دمرال
جامعة كركوك/ كلية التربية للعلوم الإنسانية



فصلية محكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

المستخلص:

يهدف البحث الحالي التعرف على:

١. مستوى الحصانة النفسية لدى طلبة الجامعة.
 ٢. دلالة الفروق في مستوى الحصانة النفسية لدى طلبة الجامعة وفق متغير الجنس (ذكور - إناث).
 ٣. دلالة الفروق في مستوى الحصانة النفسية لدى طلبة الجامعة وفق متغير التخصص (علمي - إنساني).
 ٤. مستوى الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة.
 ٥. دلالة الفروق في مستوى الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة وفق متغير الجنس (ذكور - إناث).
 ٦. دلالة الفروق في مستوى رفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة وفق متغير التخصص (علمي - إنساني).
 ٧. العلاقة الارتباطية بين الحصانة النفسية والرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة.
- قام الباحثان باختيار عينة مكونة من (٣٠٠) من طلبة جامعة كركوك تم اختيارهم بالطريقة الطبقية العشوائية ذات التوزيع المتناسب، للدراسة الصباحية وللعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥). قام الباحثان ببناء مقياس (الحصانة النفسية) اعتماداً على نظرية أولاه (Olah, ٢٠٠٥) وتعريفه للحصانة النفسية وبعد استخراج الخصائص السايكومترية للمقياس (كالصدق والثبات)، أصبح المقياس بصيغته النهائية مكون من (٣٨) فقرة. وتبنى مقياس (فرحان، ٢٠١٨) للرفاهية النفسية، وأصبح المقياس بصيغته النهائية مكون من (٤٦) فقرة. استعمل: (الاختبار التائي لعينة واحدة ولعنتين مستقلتين، معادلة ألفا كرونباخ، قانون بيرسون) لتحليل البيانات احصائياً. توصل البحث الى النتائج الاتية:

- (١) ان طلبة الجامعة يمتلكون مستوى عالٍ من الحصانة النفسية.
 - (٢) عدم وجود فرق ذات دلالة في الحصانة النفسية وفق متغير الجنس (ذكور - إناث).
 - (٣) عدم وجود فرق ذات دلالة في الحصانة النفسية وفق متغير التخصص (علمي - إنساني).
 - (٤) ان طلبة الجامعة يمتلكون مستوى عالي من الرفاهية النفسية.
 - (٥) هناك فرق ذات دلالة في الرفاهية النفسية وفق متغير الجنس ولصالح الاناث.
 - (٦) عدم وجود فرق ذات دلالة في الرفاهية النفسية وفق متغير التخصص (علمي - إنساني).
 - (٧) وجود علاقة ارتباطية طردية دالة احصائياً بين الحصانة النفسية والرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة.
- بناءً على نتائج البحث الحالي قدم الباحثان مجموعة من التوصيات والمقترحات.
- الكلمات المفتاحية: الحصانة النفسية، الرفاهية النفسية.

Abstract:

This study aims to identify:

1. The level of psychological immunity among university students.
2. The significance of differences in the level of psychological immunity among university students according to the gender variable (male-female).
3. The significance of differences in the level of psychological immunity among university students according to the specialization variable (scientific-humanities).
4. The level of psychological well-being among university students.
5. The significance of differences in the level of psychological well-being among university students according to the gender variable



(male-female).

6. The significance of differences in the level of psychological well-being among university students according to the specialization variable (scientific-humanities).

7. The correlational relationship between psychological immunity and psychological well-being among university students.

The researchers selected a sample of (300) students from University of Kirkuk, chosen by proportional stratified random sampling, from the morning study program for the academic year (2024-2025). The researchers developed a Psychological Immunity Scale based on Olah's (2005) theory and his definition of psychological immunity. After extracting the psychometric properties of the scale (validity and reliability), the final version consisted of (38) items. They also adopted Farhan's (2018) Psychological Well-being Scale, with the final version consisting of (46) items. The following statistical tools were used: one-sample and independent-samples t-tests, Cronbach's Alpha, and Pearson's correlation coefficient.

The findings of the study can be summarized as follows:

1. University students have a high level of psychological immunity.
2. No statistically significant differences in psychological immunity according to the gender variable (male-female).
3. No statistically significant differences in psychological immunity according to the specialization variable (scientific-humanities).
4. University students have a high level of psychological well-being.
5. There are statistically significant differences in psychological well-being according to the gender variable, in favor of females.
6. No statistically significant differences in psychological well-being according to the specialization variable (scientific-humanities).
7. There is a statistically significant positive correlation between psychological immunity and psychological well-being among university students.

Based on the results of the current study, the researchers presented a set of recommendations and suggestions.

Keywords: Psychological Immunity, Psychological Well-being.

الفصل الاول:

أولاً: مشكلة البحث:

تعد الحصانة النفسية هدفاً أساسياً لكل فرد، ففي السنوات الأخيرة ازداد الاهتمام بالمواضيع التي تؤكد على إيجابية الشخصية الإنسانية، حيث يشدد علماء النفس الإنساني على ضرورة أن تكون الحياة الداخلية والخارجية للإنسان أكثر عمقاً وتوافقاً ما يجعله قادراً على التعامل الجيد مع أقصى الظروف التي يواجهها في حياته اليومية،



كما ان الحصانة النفسية له علاقة وثيقة مع الكثير من المفاهيم والمتغيرات الايجابية، التي تعد مؤشراً مهماً في تفسير السلوك الانساني والتنبؤ به.

حيث يشير أولاه (Olah, ٢٠٠٩) الى ان تعرض الفرد للشدائد والحن والضغوط بصورة مستمرة يؤدي به تدريجياً الى استنزاف طاقته وضعف قدرته على المقاومة والمواجهة وبالنتيجة تقل عن حصانة النفسية لديه. فانخفاضها يولد خطر كبير على ائزان الطلبة وفي اشباع حاجاتهم الاساسية كما يهدد كيانهم وعجزهم عن ممارسة مهامهم الحياتية اليومية وتدني الدافعية الدراسية لديهم وبالنتيجة ضياع النظرة الايجابية كون الحصانة النفسية ترتبط مع الكثير من المفاهيم الايجابية الاجتماعية والعاطفي. (Olah, ٢٠٠٩: ٢٣).

ان الحصانة النفسية تعد مرشحاً الامن والحصن المتين ضد هذه الضغوط والحن، حيث يتعرض طلبة الجامعة كغيرهم من فئة شباب المجتمع الى ضغوطات عديدة، نتيجة للظروف الصعبة والقاسية التي يمر بها المجتمع العراقي وما مر به من الصراعات والضغوطات النفسية الكبيرة بالإضافة الى طبيعة المرحلة العمرية والدراسية وقلة الخبرات الشخصية التي انعكست سلباً على حياتهم الاجتماعية وبالتالي تأثيرها الواضح على بناتهم الشخصي والفكري والانفعالي وتحصيلهم الجامعي. (خدادوست وجعفر، ٢٠٢٢: ٣٦).

بناءً على ما سبق ذكره يرى الباحثان ان امام هذه التحديات والظروف الحياتية الصعبة والضغوط التي يواجهها طلبة الجامعة تتجلى أهمية الحاجة الى الحصانة النفسية وما ينطوي عليها من قدرات والسمات التي تعمل على تقوية شخصية الطالب وتساعد على الانسجام مع الظروف الحياتية المختلفة.

من جانب آخر يعيش الافراد اليوم في حالة من عدم الاستقرار والارتباك في الكثير من النواحي السياسية والاجتماعية والاقتصادية جعلت الشعور بالرهابية النفسية امرأ صعب المثال، وان الاستمتاع بالحياة يضيء على شخصية الفرد حالة من الرهابية النفسية، والاحساس بالهنا والرضا عن كل جوانب الحياة فتجعله أكثر بحجة وشعوراً بالرهابية النفسية والمتعة حين يقضي الفرد قيمة على حياته عند استمتاعه بها. وبما يجعله أكثر ارتباطاً وتمسكاً بهذه الحياة وبما يجعلها أكثر بحجة ومرحاً وسعادة. (عبد العال واخرون، ٢٠١٣: ٨١).

كما يسعى الانسان دائماً الى تحقيق الافضل في كل شيء والحصول على ما هو محروم منه، ظناً منه انه بتحقيق هذه الاشياء سيصل الى الرهابية النفسية، وتختلف الطرق والوسائل التي يستعملها وذلك لاختلاف السبب الذي يظنه أو يراه وراء مشكلاته، ولكن ما ان يصل الى ما يسعى اليه فمن الممكن أن يكتشف أن هذا لا يكفي، أو ليس هو المطلوب، أو أنه بحاجة الى أشياء أخرى، ومن هنا تبدأ معاناته للحصول على ما يتمناه، مما يجعله يفقد الشعور بالرهابية النفسية والاستمتاع بها. (فرحان، ٢٠١٨: ٢).

بناءً على ما سبق ذكره يرى الباحثان ان الشعور بالرهابية النفسية يعد أحد المتطلبات الاساسية والهامة للافراد في جميع مراحل الحياة خصوصاً في المرحلة الجامعية، نتيجة الضغوط الدراسية التي يعاني منها الطالب الجامعي والتي تستدعي تمتع الطالب بقدر جيد من الرهابية النفسية والذي يعد من تلك الضغوط الدراسية. ويمكن تحديد مشكلة البحث الحالي بالتساؤلات الآتية:-

- ما مستوى الحصانة النفسية لدى طلبة الجامعة ؟
- ما مستوى الرهابية النفسية لدى طلبة الجامعة ؟
- ما مستوى العلاقة الارتباطية بين الحصانة النفسية والرهابية النفسية لدى طلبة الجامعة ؟

ثانياً: أهمية البحث:

تعد الحصانة النفسية أحد المفاهيم المهمة التي ظهرت في الآونة الاخيرة في مجال علم النفس الايجابي وأشار أولاه (Olah, ٢٠٠٩) الى أن الحصانة النفسية وحدة متكاملة متعددة الأبعاد لحوارد الشخصية المرتبطة بالجوانب (المعرفية، الدافعية، السلوكية) والتي تقدم للفرد مناعة يستطيع من خلالها التعامل مع الضغوط ومقامتها.)





فصلية محكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

(Olah, ٢٠٠٤: ١٦١).

يشير باندالوس (Bandalos, ٢٠٠٢) إلى أن الحصانة النفسية تتضمن قدرة الفرد على توظيف قدراته العقلية والبدنية ومهاراته الشخصية لتحقيق أهدافه والتغلب على المتاعب والعوائق التي تعترضه في حياته اليومية، وقدرته على تحويل الفشل إلى نجاح، وكذلك فهم المشكلات والصعوبات والعمل على إيجاد الحلول المناسبة لها، والتعامل الفعال مع الضغوط التي يواجهها. (Bandalos, ٢٠٠٢: ٧٩).

إن الحصانة النفسية تعمل على حماية الفرد من الضغوط الناتج عن القلق المستمر والتوتر العصبي والازمات والتحديات التي يواجهها الفرد حياته اليومية. (القاضي, ٢٠١٩: ٧). فهي تمنح الافراد مناعة نفسية وتجعل لديه من قدرة على التوافق وإيجاد الحلول للمشكلات المتجددة والتعامل الجيد مع المواقف الطارئة. (ختاتنة وابو سعد, ٢٠١٠: ٢٧٠).

ولاهمية حداثة متغير الحصانة النفسية فقد أجريت دراسات عديدة حول الحصانة النفسية منها دراسة (القاضي, ٢٠١٩) التي بحثت حول العلاقة بين الحصانة النفسية والادمان على الانترنت لدى طلبة الجامعة. وقد اظهرت نتائج الدراسة الى ان طلبة الجامعة يمتلكون مستوى عالٍ من الحصانة النفسية. واستنتجت الدراسة بأن الطلبة ذوي الحصانة النفسية المرتفعة لديهم القدرة على تحمل الاجهاد والضغوط والتعامل مع التهديدات بطريقة لا تضر بالشخصية بأي شكل من الاشكال بل تشكل اساساً لتحسين والرأء الصحة النفسية. (القاضي, ٢٠١٩: ١٢).

يرى الباحثان ان الحصانة النفسية تعزز قدره الطالب وتساعد على مواجهة الضغوط والاجهاد والانهك النفسي والتهديدات والمخاطر والاحباطات والازمات النفسية، وذلك عن طريق الحصانة النفسية بالتفكير الايجابي بالضبط الانفعالات والابداع في حل المشكلات وارتفاع مستوى فاعلية الذات.

بناء على ما سبق فالحصانة النفسية تعمل كالدرع المقاوم في سبيل العمل على التقليل من حدة الاحتراق النفسي لدى الطلبة وتساهم في زيادة درجة الرضا لديهم، وتقليل التوتر الذي ينشأ من الضغوط.

من جانب آخر يعد مفهوم الرفاهية النفسية المفهوم الرئيس في علم النفس الايجابي لما له من مكان بارزة في تاريخ الفكر الانساني. فقد سعى الجميع في الثقافات المختلفة الى الرفاهية بوصفها هدفاً أسمى للحياة لعلاقتها بالحالة المزاجية الايجابية، والرضا عن الحياة وجودتها في تحقيق الذات وتقديرها والتفاؤل. (فرحان, ٢٠١٨: ٤). فهي تعني شعور الفرد بالرفاهية والرضا من أجل تحقيق المعنى في الحياة وتحقيق أهدافه وقيمه الخاصة والتي هي نتائج قدرته على التطور والنمو بالشكل الذي يجعله قادراً على تحقيق أهدافه من اجل ان يحيا ويتصرف بحرية والسعادة ويصبح وجوده متميزاً عن الآخرين وذا طابع يعكس اتجاهاته. (جودة وابو جراد, ٢٠١٠: ١٥). كما تعد الرفاهية النفسية حالة خاصة فردية، وان الفرد هو العامل المحدد، فهناك ادلة تشير الى ان الناس السعداء يفسرون المواقف بطريقة ايجابية، وهناك اخرون يعتمدون على الاحداث والانشطة المبهجة التي يجربها الفرد.

(أرجايل, ١٩٩٣: ١٥١).

والرفاهية النفسية تعد مقياساً للصحة النفسية، حيث تقاس الصحة النفسية للفرد بماذا قدرته على التأثير في بيئته وقدرته على التأقلم مع الحياة بما يؤدي صاحبها الى قدر معقول من الاشباع الشخصي والكفاءة، وإنما يسعد الانسان ينمي صحته النفسية والبدنية وما يشقيه يضعف نفسه. (اماني, ٢٠٠٠: ٤٣)

فالرفاهية النفسية تعد أحد المؤشرات الهامة للرضا عن الحياة، فهي الغاية المنشودة التي يسعى الانسان الى الوصول اليها، والتي يؤدي تحقيقها إلى شعور الفرد بالرضا والتفاؤل والامل والبهجة وتقدير الذات والسعادة فإدارة الفرد لذاته تؤثر على نظرتة لنفسه وإلى العالم الذي يعيش فيه مهما كانت المتاعب والازمات والضغوط

فصلية مُحَكِّمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م



التي يمر بها. (الزهراني والكشكشي، ٢٠٢٠ : ٢٢٠).

وتعتبر الرفاهية النفسية من المطالب التي يسعى الإنسان الى تحقيقها في الحياة، فالعيش في هنا والسعادة من الامور التي تدفع الشخص لتجابه الصعاب وتحملها والقدرة على التعايش معها وبهذا الصدد أشار دبير وآخرون (Diener, et, al, ١٩٩٩) الى أن موضوع الرفاهية النفسية يعد محور اهتمام الفلسفة وعلوم أخرى كالعلوم الاجتماعية. فاعتبر الفلاسفة الانسان دائم البحث عن الرفاهية، وان تحقيقه لأي هدف من أهدافه كالقوة والصحة والمال والزواج..... وغيرها هي اشياء تستمد قيمتها من توقع الانسان أنها ستجعله سعيداً، (محمود، ٢٠٠٧ : ١٦٥).

يشير جوزيف (Josef ٢٠٠٤) الى ان الرفاهية النفسية تعني: (وجود عدد من الحالات الانفعالية والمعرفية التي تتسم الايجابية وليس فقط فقدان المشاعر الاكتئابية). (فرحان، ٢٠١٨ : ٦). وتنظر النبال وماجده (١٩٩٥) الى الرفاهية النفسية بأنها: (مشاعر راقية سامية، وانفعال وجدان إيجابي ما زال الانسان ينشد الوصول اليه، وقد يكون الوصول اليها معقداً باعتبارها غاية من غايات الانسان القصوى. (النبال وماجده، ١٩٩٥ : ٢٥).

ولأهمية موضوع الرفاهية النفسية فقد اجريت العديد من الدراسات حول الرفاهية النفسية منها دراسة (فرحان، ٢٠١٨) التي بحثت حول العلاقة بين الرفاهية النفسية وعلاقتها بنمطي الشخصية (A – B) لدى طلب الجامعة. اشارت نتائج الدراسة الى وجود علاقة ايجابية بين رفاهية النفسية وكل من الانبساط والاتزان. ايضا توصلت الدراسة الى ان طلبة الجامعة يتمتعون برفاهية نفسية عالية وهذا يدل على انهم قد تجاوزوا الصعوبات والمعوقات والمشاكل التي يمرون بها وهذا مؤشر ايجابي على ان الطلبة لديهم مرونة نفسية مما يجعلهم قادرين على التعامل مع المواقف المختلفة مما يعكس ايجابيا على سلوكهم وتصرفاتهم. (فرحان، ٢٠١٨ : ٩٤).

ايضا توصلت (دراسة العجمي والهملان، ٢٠٢١) الى وجود علاقة موجبة بين كل من التنظيم الانفعالي والكفاءة اكااديمية والرفاه النفسي. كما اسفرت نتائج الدراسة الى ان هناك فروق ذات دلالة احصائي في الرفاه النفسي وفق متغير الجنس ولصالح الاناث. (العجمي والهملان، ٢٠٢١ : ١٤١).

ايضا توصلت نتائج دراسة الياس وبوجواك (Elias&Uguak, ٢٠٠٦). الى وجود علاقة موجبة وذا دلالة احصائية بين توافق الدراسي والرفاهية النفسية. وعدم وجود فروق ذا دلالة احصائية في الرفاهية النفسية بين الجنسين. (Elias& Uguak, ٢٠٠٦ : ١٠١٢).

بناء على ما سبق ذكره يرى الباحثان ان الرفاهية النفسية تعد من المتغيرات النفسية المهمة وان توافرها ضروري لدى افراد المجتمع بشكل عام والطلاب الجامعة بشكل خاص. لانه من خلالها يمكن للطلاب الجامعي ان يخفف شتى اشكال الضغوط النفسية وتقل لديه الازمات النفسية الناتجة من خلال الازمات التي يمر بها اثناء دراسته الجامعية. وترفع لديهم المرونة والصلابة والحصانة النفسية.

تبرز أهمية البحث الحالي من خلال جانبين:

أولاً: الجانب النظري:

١. يعد متغير الحصانة النفسية جانباً وقائياً من الامراض النفسية والجسدية.
٢. اثناء للمكتبة السيكولوجية العربية والعراقية في مجال متغيرات الدراسة.
٣. يعد هذا البحث محاولة للتعرف على الحصانة النفسية وعلاقتها برفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة.

ثانياً: الجانب التطبيقي:

١. قيام الباحثان ببناء اداة للحصانة النفسية والتي يتصف بمواصفات سيكومترية تناسب البيئة العراقية، والذي يمكن الاستفادة منها في الدراسات اللاحقة.



فصلية محكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

٢. كذلك تتوضح أهمية البحث الحالي في العينة التي تتناولها وهم طلبة الجامعة، وذلك باعتبارهم أكثر الفئات المؤثرة في المجتمع كما تعد من أهم المراحل التي يمرون بها في تكوين مستقبلهم وفي تشكيل شخصيتهم.

٣. اسهام البحث الحالي في توعية طلبة الجامعة بأن الحصانة النفسية ورفاهية النفسية قد تزيد من قدرتهم على التعامل مع الضغوط والتحديات الأكاديمية بإيجابية.

ثالثاً: أهداف البحث: يهدف البحث الحالي التعرف على:

- (١) مستوى الحصانة النفسية لدى طلبة الجامعة.
 - (٢) الفروق ذات دلالة الاحصائية في مستوى الحصانة النفسية لدى طلبة وفق متغير الجنس (ذكور - إناث).
 - (٣) الفروق ذات الدلالة الاحصائية في مستوى الحصانة النفسية وفق متغير التخصص (علمي - انساني).
 - (٤) مستوى الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة.
 - (٥) الفروق ذات دلالة الاحصائية في مستوى الرفاهية النفسية لدى الطلبة وفق متغير الجنس (ذكور - إناث).
 - (٦) الفروق ذات الدلالة الاحصائية في مستوى رفاهية النفسية وفق متغير التخصص (علمي - انساني).
 - (٧) العلاقة الارتباطية بين الحصانة النفسية والرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة.
- رابعاً: حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بطلبة المرحلة الثالثة في جامعة كركوك للعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥) للدراسة الصباحية ومن كلا الجنس (ذكور - إناث) وكلا التخصص (علمي - انساني).
- خامساً: تحديد المصطلحات:

- (١) الحصانة النفسية: (Psycholoical Immunity) عرفه كل من:
 - أولاه (Olah, ٢٠٠٤): وحدة متكاملة متعددة الابعاد من الموارد الشخصية المرتبطة بالجوانب المعرفية والدافعية والسلوكية تيسر للفرد التعامل مع الضغوط ومقاومتها. (Olah, ٢٠٠٤: ١٦١).
 - بريد (Bredacs, ٢٠١٦): نظام قائم متكامل يعمل على وقاية الذات حيث ان مكوناته تجعل الافراد قادرين على مواجهه الضغوط. (Bredacs, ٢٠١٦: ١٢٠).
 - القاضي (٢٠١٩): هي منظومة متكاملة ذات ابعاد متعددة وهي المرونة النفسية والصلابة النفسية والصمود النفسي التي تجعل الفرد قادراً على مواجهة الازمات، واحداث الحياه الضاغطة وتحمل التأثيرات الناتجة عن الضغوط، حيث ينتج عنها مضادات نفسية تحمي الفرد وتحافظ على الطمأنينة الداخليه للفرد. (القاضي: ٢٠١٩: ١٥).
- التعريف النظري: تبني الباحثان تعريف أولاه (Olah, ٢٠٠٤) تعريفاً نظرياً للحصانة النفسية. لكونهما اعتمدا على نظريته في بناء المقياس.
- التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على فقرات مقياس الحصانة النفسية المعد لهذا الغرض.

- (٢) الرفاهية النفسية (Psychological Well-Being) عرفه كل من:
 - رايف وستنجر (Ryff & Singer, ٢٠٠٨) مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام. (Ryff & singer, ٢٠٠٨: ٣٨).
 - ياسين واخرون (٢٠١٤): شعور المرء بالسعادة والرضا عن الحياه في مجالاتها السلوكية والدينية والصحية والاجتماعية مع تحلي الفرد بالفاعلية في إدارة الذات. (ياسين واخرون، ٢٠١٤: ٣٩٠).
 - فرحان (٢٠١٨): شعور داخلي ايجابي واستمتاع باطمئنانية نفسية والقدرة على التعامل مع المشكلات في سبيل تحقيق حياة أفضل. (فرحان، ٢٠١٨: ١٣).
- التعريف النظري: تبني الباحثان تعريف (فرحان، ٢٠١٨) تعريفاً نظرياً للرفاهية النفسية لكونه صاحب المقياس



فصلية محكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

المستخدم في البحث الحالي.

التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على فقرات مقياس الرفاهية النفسية المستخدم في البحث الحالي.

الفصل الثاني: اطار نظري ودراسات سابقة.

أولاً : اطار نظري: الحصانة النفسية

مفهوم الحصانة النفسية: يعد مفهوم الحصانة النفسية من المفاهيم المهمة في مجالات ودراسات علم النفس الايجابي في القرن الحادي والعشرين باعتبارها مجموعة من السمات الشخصية التي تجعل الفرد قادراً على تحمل التأثيرات الناتجة عن الضغوط والانحماك النفسي ودمج كافة الخبرات المكتسبة منها لاستخدامها في المواقف المشابهة التي ينتج عنها اجسام مضادة نفسية تحمي الفرد من التأثيرات البيئية. (Albert & Marton, ٢٠١١: ١٠٤)

ذكر أولاه (Olah, ٢٠٠٥) إن مفهوم الحصانة النفسية هو من احدث المفاهيم في مجالات ودراسات الصحة النفسية وعلم النفس الايجابي، فهو ذو أهمية للفرد في مواجهة الضغوط والشدائد. والاثار النفسية والمشاعر السلبية، والدفاع عن الذات ضد الازمات والتهديدات والمخاطر النفسية، وتساعد الفرد على التعامل وبشكل ايجابي مع الخبرات الجديدة، وفي تحسين النمو الصحي. وتعزيز الصحة النفسية (Olah, ٨٧: ٢٠٠٥). ان نظام الحصانة النفسية يقوم على استعمال اليات معرفية توافقية تعمل على حماية الفرد من الشعور بالمعاناة، وتحسين الحالة المزاجية لجعل الحالة الراهنة اكثر اكتمالا للموقف الراهن، وأكثر قدرة على توليد البدائل المساعدة في تجاوز الازمة. حيث يتم ذلك كله في نطاق اللاشعور بعيداً عن ادراك الفرد ووعيه. (Wilson & Gilbert, ٢٠٠٥: ١٣١).

كما ان جهاز الحصانة النفسية اذا تم تعزيزه يمكن الافراد من التعامل بشكل جيد مع المشاكل والشدائد دون ان تظهر عندهم مستويات عالية من الاكتئاب او القلق او الياس. وهذا سيحصنهم ضد الاصابة بالفيروسات او البكتيريا او امراض أخرى ويكسبهم جهاز مناعي بيولوجي قوي وصحي... (Gilbert & Ebert, ٢٠٠٢: ٥٠٣) أهداف الحصانة النفسية: يشير (ختاتنة وابو سعد، ٢٠١٠) الاهداف الاساسية للحصانة النفسية تتمثل بـ:

١. الثبات والصمود امام الضغوط والازمات والتيارات الوافدة التي تهدف الى زعزعة ثقة الافراد في انفسهم.
٢. استمرار عطاء فرد وحنه على الصحوه واليقظة لمتابعة مسيرة في الحياة. (ختاتنة وابو سعد، ٢٠١٠: ٢٧٠)

خصائص الحصانة النفسية: ان خصائص الحصانة النفسية عند أولاه (Olah, ٢٠٠٩) تتمثل بـ:-

١. تساهم في ضبط الجهاز المعرفي للحصول على نتائج ايجابية.
٢. تعزز توقع امكانية نجاح السلوك الايجابي.
٣. تدعيم وتفسير السلوك الناجح. (Olah, ٢٠٠٩: ١٠).

وظائف الحصانة النفسية: ان وظائف الحصانة النفسية وفقاً لالبرت والخرن (Albert, et al, ٢٠١٢) تتمثل في:

١. تساعد الافراد على الشعور بالتحسن بعد معاناتهم من الضغوطات النفسية او العواصف النفسية.
٢. استعادة التوازن الانفعالي من خلال النزعة الطبيعية بالبحث عن وسائل تجعل الفرد سعيداً.
٣. احداث التوازن بين التخييلات السوداوية والتصورات المبهجة المفرحة المليئة بالامل (Albert, et al, ٢٠١١: ١٠٥).

العوامل المؤثرة على الحصانة النفسية: اشار بونا (Bona, ٢٠١٤) الى العوامل المؤثرة على الحصانة النفسية وهي:



فصلية محكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

١. ضعف التفكير التنبؤي والتخفاض اليقظة الذهنية.

٢. الاجتهاد والافكاح النفسي.

٣. اختيار البات الدفاع. (Bona, ٢٠١٤: ٥٤).

خصائص الافراد الذين يتسمون بالحصانة النفسية:

١. لديهم شعورا ان لهم تقديرا ومكانة خاصة.

٢. لديهم مهارات عالية في بناء العلاقات الايجابية مع الآخرين.

٣. لديهم القدرة على حل المشكلات واتخاذ القرارات الصحيحة.

٤. ينظرون الى الاخطاء او المعوقات على انها فرص للتعلم والتحدى، وليست محبطات يجب تجنبها. (جولد ستين، ٢٠١١: ٥١٤).

نظريات الحصانة النفسية:

١. نظرية أولاه (Olah, ٢٠٠٥): يرى أولاه (Olah, ٢٠٠٥) ان هناك عدد من الابعاد التي تساهم في مفهوم الحصانة النفسية ونشأتها وان هذه الابعاد: (معرفية سلوكية، انفعالية، اجتماعية، دافعية، شخصية، بيئية، نفسية)، اذ ان هذه الابعاد تزود الفرد بالحصانة وتعزز النمو النفسي والجسمي وتؤدي وظيفة المقاومة ضد الظروف الخارجية. (Olah, ٢٠٢١: ٢٢١).

يبين أولاه (Olah, ٢٠٠٤) ان هناك تراكيب متصلة بالضغط التي يواجهها الانسان من حيث صحته النفسية اذ بعدها عامل اساسي لبناء الشخصية وقوتها وحمايتها واثار أولاه (Olah, ٢٠٠٤) ان العوامل الايجابية في حياة الانسان تعد من العوامل المهمة وان اعطائها حيز كبير من حياته اليومية تؤدي الى زيادة صحته النفسية وبالتالي يؤدي ذلك الى قوة المناعة والحصانة لدى الفرد. (Olah, ٢٠٠٤: ٣٨). يؤكد أولاه (Olah, ٢٠٠٤) الى ضرورة دمج تلك الابعاد فلا يمكن الاعتماد على بعد او اكثر من ابعاد الشخصية واحمال باقي الابعاد بل يجب ان ننظر لها كمنظومة نفسية ايجابية شاملة ومتكاملة ومتراصة، وذلك كون ان شخصية الفرد تتشكل من جوانب وابعاد متشاركة ومتعددة ومن الصعب ان تحمي او تصمد او تدفع عن نفسها ضد التهديدات الداخلية او الخارجية كالعرض للشدائد والمصائب والحن والاحداث والمواقف الصادمة والضاغطة بكافة انواعها والتي تستنزف الطاقة والمقاومة النفسية. (Olah, ٢٠٢٣: ٢٤٠).

كما يؤكد أولاه (Olah, ٢٠٠٦) الى ان تلك المنظومة المتكاملة هي التي تجعل الفرد قادراً على تحمل اثار العوامل والتوتر ودمج الخبرات المكتسبة في تنمية المقاومة النفسية من اجل تكوين حصانة ووقاية علاجية تحمي الشخص عندما يتعرض للضغوط الداخلية والخارجية التي تواجهه وتعيق اهدافه المطلوبة (Olah, ٢٠٠٦: ٣٧٤).

اشار أولاه (Olah, ٢٠٠٥) ان نظرية في الحصانة النفسية تتكون من (ثلاث) مجالات اساسية رئيسية و (١٦) مكون فرعي تتمثل به:

(أ) المجال الأول: الاعتقادات:

ويعني به: مستوى ثقة الفرد بيئته وامكانيته على التأثير فيها ويتكون هذا المجال من:-

١. التفكير الايجابي: ويقصد به: ميل الفرد الى تقبل الافكار والمعارف الجديدة التي تبسط كل ما هو معقد، وبالنتيجة يتوقع الفرد نتائج ايجابية تؤدي الى النجاح فيما يريد ويفكر في المستقبل.

٢. الاحساس بالسيطرة: ويعني به: قابلية وامكانية الفرد على ضبط سلوكه وانفعالاته والاحداث التي تؤثر في البيئة المحيطة به.

٣. الاحساس بنمو الذات: ويعني به: شعور الفرد واحساسه بان ذاته تنمو وتتطور يوما بعد يوم.



فصلية مُحَكِّمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

٤. الاحساس بالتماسك: ويعني به: شعور الفرد بأنه يعيش شخصية متكاملة متماسكة قوية ذات تأثير وأهمية، وقيمة في المجتمع الذي يعيش به ويتفاعل معه. (Olah, ٢٠٠٤: ٣٢).

(ب) المجال الثاني: التنفيذي والاخلاق والرقابة:

ويعني به: قابلية الفرد وقدرته للعمل بصورة مؤثرة في البيئة التي يعيش فيها ويتألف هذا المجال من:

١. التوجه نحو التحدي والتغير: ويعني به: رغبة الفرد في تغيير ظروفه الراهنة نحو الاحسن واستثمار ذلك النمو الشخصي لمواجهة الاحداث والمواقف والقدرة على تحمل الضغوط والانفتاح على التغير.

٢. الرقابة الاجتماعية: ويعني به: قابلي الفرد وامكانيته على مراقبة واكتشاف ادوار الناس في المجتمع.

٣. التوجه نحو الاهداف: قابلية الفرد وامكانيته على تحديد وتحقيق ما يصبوا اليه من اهداف وبشكل دقيق.

٤. المفهوم الذاتي المبدع: ويعني: شعور الفرد بان لديه قدرة ذاتية على العطاء والابتكار والابداع وتقديم المزيد.

٥. امكانية الفرد على حل المشكلات: قابلية وامكانيته الفرد على استخدام المعلومات السابقة ومهاراته المكتسبة للتغلب على موقف غير مألوف يواجهه.

٦. التأثير الذاتي: اعتقاد الفرد و ثقته في قدراته التي تكون بمثابة الدافع القوي في تجاوز مهامه بصورة فعالة مما يحقق له الرضا والتوافق النفسي.

٧. التحشيد الاجتماعي: المساعدة في اقامه العلاقات مع الآخرين، وتفعيل ومراقبة دعمهم.

٨. القدرة على خلق مصدر اجتماعي: السلوك الذي يقوم به الفرد بصورة طوعية لغرض مساعدة شخص اخر بدافع العطف والحب وتقديم المساعدة للآخرين. (Dubey & shahi, ٢٠١١: ٣٧).

(ت) المجال الثالث/ تنظيم الذات:

ويعني به: امكانية الفرد للتغير والتوافق مع ما هو مطلوب ويتألف هذا المجال من:-

١. التزام والتماسي: قدرة الفرد على متابعة التغييرات في البيئة مع ايلاء الاهتمام بالنشاط الذي يتم اجراؤه.

٢. السيطرة على الاندفاع: قدرة الفرد في السيطرة على اندفاعاته ومشاعره بالطريقة التي يراها مناسبة.

٣. السيطرة العاطفية: قدرة الفرد في السيطرة على العواطف والمشاعر والتحمل والحياط وإدارة الحياة الانفعالي في حالة الشدائد والضغوط.

٤. سيطرة الفرد على الغضب: قدرة الفرد في السيطرة والتحكم بنفسه في المواقف الانفعالية المتأزمة والصعبة. (Olah, ٢٠٠٥: ٣٤).

يتفق الباحثان مع نظرية اولاه (Olah, ٢٠٠٥) في تفسير الحصانة النفسية فهذه النظرية تنظر الى الحصانة النفسية بأنها تعد من المتغيرات الايجابية في الشخصية وغياها يؤدي الى مشكلات نفسية واجتماعية وصحية وبدنية.

كما تؤكد هذه النظرية على تقوية الاتجاهات والاعتقادات التي يعتنقها الشخص وبناء مقاومة ضد الازمات والخن والمصائب التي يتعرض لها في المستقبل وانما تزود وتدعم الفرد بالمهارات والامكانيات التي تمكنه من التعامل مع المواقف الضاغطة المستقبلية.

تؤكد هذه النظرية ايضا ان الحصانة النفسية لها القدرة على مواجهة الايجابية الفعالة مع متاعب الحياة اليومية. تبني الباحثان نظرية اولاه (Olah, ٢٠٠٥) مع المجالات في بناء مقياس الحصانة النفسية.

الرغاهية النفسية:

مفهوم الرغاهية النفسية: يعد الارتقاء بالإنسان الهدف الرئيسي لعلم النفس قديماً وحديثاً، لكن آلية المعالجة المتبعة في ذلك قد اختلفت، حيث تم التركيز لسنوات طويلة على الامراض والاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب والسلوك اللاسوي... وغيرها من النواحي السلبية في حياة الانسان. واهمال العديد من النواحي الإيجابية



فصلية محكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

التي يتصف بها الانسان. التفاؤل والسعادة والمرونة النفسية والمتانة العقلية وجودة الحياة والرفاهية النفسية وغير ذلك من القوى والفضائل الانسانية. ويبدو ذلك الاهمال واضحا في النقص الحاد في اعداد الدراسات والبحوث حول الجوانب الايجابية، فقد اشار كل من مايرز ودينير (Myers & Diener, ١٩٩٥) الى ان نسبة الدراسات النفسية المتعلقة بالحالات السلبية مقارنة بالحالات الايجابية قد بلغ (١:١٧). (Myers & Diener, ٢٧: ١٩٩٥).

ان الرفاهية النفسية تعد من المفاهيم الحديثة نسبياً في علم النفس، وهو يمثل محور اهتمام علم النفس الايجابي خلال العقود الماضية، ويشير دينير (Diener, ٢٠٠٠) وهو من اكبر الباحثين في موضوع الرفاهية ان معرفة علماء النفس بمصطلح الرفاهية ما زالت اولية ابتداء من عام (١٩٣٨) إلى (٢٠٠٢) كان هناك (١٣٨) دراسة علمية تناولت الرفاهية. وقد اختلفت ترجمته الى اللغة العربية فبعضهم يعده مرادفاً للسعادة، كما تمت ترجمته الى الرضا عن الحياة وغيرهم يراه مرادفاً للصحة النفسية أو جودة الحياة. (معمرية، ٢٠١٢: ١٢٦). يوضح الزهراني والكشكشي (٢٠٢٠) ان الرفاهية النفسية تتمثل في تمتع الفرد بالصحة النفسية الجيدة واليجابية والقدرة على متابعة الاهداف ذات المغزى واقامة العلاقات الاجتماعية مع الآخرين. (الزهراني والكشكشي، ٢٠٢٠: ٢٢٣).

كما ان الشعور بالرفاهية النفسية والتعبير عنها يختلف من فرد لآخر ومن ثقافة لآخرى، ومن مرحلة عمرية لآخرى، وكذلك تتباين مصادر الرفاهية من فرد لآخر. وتعددت تعريفات الرفاهية النفسية فيعرفها سيلجمان (Seligman, ٢٠٠٢) بأنه: الاحساس بالعواطف الايجابية أكثر، والشعور بان الحياة جديرة بأن نعيشها. (Seligman, ٢٥٤: ٢٠٠٢).

وعرف كفاي والنيال (٢٠٠٨) الرفاهية النفسية بأنه: حالة من المرح والهناء والاشباع تنشأ اساساً من اشباع الدوافع ولكنها قد تسموا الى مستوى الرضا النفسي وهي وجدان يصاحب تحقيق الذات ككل. (كفاي والنيال، ٢٥: ٢٠٠٨).

يتضح مما سبق ان اهمية الرفاهية النفسية تبرز بكونها احد المؤشرات الهامة للرضا عن الحياة، فهي الغاية المنشودة التي يسعى الانسان الى الوصول اليها والتي يؤدي تحقيقها الى شعور الفرد بالرضا والسعادة والبهجة والتفاؤل. (الزهراني والكشكشي، ٢٠٢٠: ٢٢٠).

خصائص الرفاهية النفسية:

١. **شمولية هذا المصطلح:** حيث انه يغطي مدى واسع من المشاعر الإنسانية بداية من المعاناة حتى النشوة اذ لا يركز فقط على الاكتئاب وفقدان الامل... الخ بل يتناول ايضا الاسباب لوجود فروق فردية بين الافراد في مستويات السعادة.

٢. **الخبرة الداخلية:** تركز الرفاهية النفسية على الخبرة الداخلية ولا يفترض ان الاطار الخارجي هو المرجع لتقدير الهناء على الرغم من ان معايير الصحة العقلية تبحث من الخارج (النضج، الوراثة، الاستقلالية) ولكن تقاس الرفاهية النفسية من خلال الادراك الذاتي للشخص، حيث ان هذا المجال يضع الثقل لادراك الافراد لحياتهم.

٣. **التركيز على الحالة الطويلة المدى:** اذ يهتم بالمشاعر الثابتة المستقرة لا في الانفعالات العابرة. (Diener, et, al, 1997:394).

أبعاد الرفاهية النفسية: وضع رايف وسنجر (Ryff & Singer, ٢٠٠٨) ست أبعاد رئيسية للرفاهية النفسية وهذه الابعاد تتمثل بـ:

١. **تقبل الذات:** ويشير الى القدرة على تحقيق الذات والاتجاهات الايجابية نحو الذات والحياة الماضية. وقبول المظاهر المختلفة للذات بما فيها من جوانب ايجابية وسلبية.

فصلية محكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

٢. العلاقات الإيجابية مع الآخرين: قدرة الفرد على تكوين علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين وتتميز بالثقة والصداقة وحب الخير والتعاطف مع الآخرين.

٣. الهدف في الحياة: وهو اعتقاد الفرد أن حياته هادفة وذات معنى.

٤. الاستقلالية: تشير إلى تقرير الفرد مصيره واعتماده على نفسه في مواجهة الضغوط الاجتماعية عن طريق التفكير والتصرف بطرق جديدة.

٥. النمو الشخصي: قدرة الفرد على النمو والنضج وتطوير إمكاناته بشكل مستمر ومواجهة التحديات الجديدة خلال فترات حياته.

٦. التمكن البيئي: قدرة الفرد على إدارة وتنظيم بيئته المحيطة به بشكل فعال من خلال استغلال الفرص وذلك من أجل تحقيق احتياجاته الشخصية وقيمه. (Ryff&singer, ٢٠٠٨: ٣٨).

خصائص الأفراد ذوي الرفاهية النفسية:

يتمتع الأفراد ذوي الرفاهية النفسية بمجموعة من الخصائص منها: (أهم يتمتعون بالأمل والتفاؤل ويتوقعون حصول الأفضل، وكذلك يحققون درجات عالية على مقاييس الثقة بالنفس والكفاءة الذاتية. (معمرية، ٢٠١٢: ٩٩).

كذلك يمتازون بالصلابة النفسية وتقدير الذات المرتفع، وهم أكثر تفهماً لمشاعر الآخرين ويتمتعون بدرجة عالية من الذكاء الوجداني إضافة إلى التزامهم، وهذا ما يؤهلهم لأن يكونوا الأفراد الأكثر صحة من الناحية النفسية والبدنية. (الحوالي، ٢٠٠٢: ١٥٠).

نظريات الرفاهية النفسية:

١. نظرية المقارنة الاجتماعية: مؤسس هذه النظرية فستنجر (Festinger, ١٩٥٤) مبيناً أن الناس في حاجة إلى فهم مستوى قدراتهم وتصحيح آرائهم، حيث تفترض هذه النظرية وجود حاجة لمعرفة معلومات صحيحة عن الذات لكي نرتقي بفهم الذات، وتلك المعلومات الموضوعية عندما تكون غير متاحة يسعى الناس لمعرفة معلومات عن الذات بالبحث عن الأفراد الذين يشبهونهم والفرد عندما يكون غير متأكد أو خائف يميل لأن يعرف مدى ملائمة حالته الانفعالية لملاحظة وجود أفعال الآخرين عندما يتعرض لنفس الحالة، يرتبط الأفراد أحياناً بالمقارنة الاجتماعية ليس لكي يحصل على معلومات دقيقة بل ليدعم تقديرهم لذواتهم وشعورهم بالرفاهية النفسية، واتضح أيضاً وجود ظاهرة سميت (بالمقارنة الاجتماعية الهابطة) وتعني: مقارنة الفرد لنفسه بمستويات أدنى ولها آثار إيجابية وسلبية على السلوك، وتعد المقارنة الهابطة ليست سلبية في جميع الحالات فقد وجد أن مرضى السرطان عندما قارنوا أنفسهم بمن هم أسوأ منهم أدى ذلك إلى تحسن حالتهم. (Geen, ١٩٩٥: ٨٩-٩٠).

٢. النظرية المزاجية: هناك فروق فردية ثابتة بين الأفراد في الشخصية وفي انشاء والرفاهية النفسية باعتبارهم أحد متغيرات الشخصية وتعد المكونات الوراثة هي منشأ لتلك الفروق. يقود هذا إلى أن الرفاهية النفسية والشعور بالسعادة يحدد من خلال استعداداتنا الوراثة وهناك أبحاث أخرى تذهب إلى أن أحداث الحياة لها دور غاية في تحديد مستوى الرفاهية، فجاءت هذه النظرية لتشرح لنا لماذا يوجد أشخاص سعداء جداً وراضين عن حياتهم وأشخاص آخرون تعساء وغير راضين (Diener, ٢٠٠٠: ٥٤٢).

٣. نظرية هرم ماسلو (Maslo) لتحقيق الحاجات: اقترح ماسلو هرمًا لاحتياجات الإنسان حيث يسعى لأشباع خمس مجموعات من الحاجات تبدأ: (بالحاجات الفسيولوجية، ثم الحاجة للأمان، ثم الحاجة الاجتماعية، وتنتهي الهرم بالحاجة إلى تحقيق الذات)، حيث يتحرك الفرد لتحقيق رغباته عند شعوره بالحرمان، والحاجة لها، وأن الحاجات الأعلى تعمل كمحفز للسلوك، وأن الأشخاص الأكثر قدرة على تلبية حاجاتهم هم أيضاً الأكثر



تحقيقاً للرفاهية النفسية (Charles & Eddie, ٢٠٠٩: ١٨٣)

تالياً: الدراسات السابقة: الخور الاول: الدراسات السابقة المتعلقة بالحصانة النفسية:

أولاً: الدراسات العربية:

١- دراسة القاضي (٢٠١٩): (الحصانة النفسية وعلاقتها بالادمان على الانترنت لدى طلبة الجامعة) تهدف هذه الدراسة الى التعرف على مستوى الحصانة النفسية لدى طلبة الجامعة، كما تهدف الى التعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية في الحصانة النفسية وفق متغير الجنس (ذكور - اناث) والتخصص (علمي - انساني). تكونت العينة من (٢٤٠) طالب وطالبة. تمثلت أدوات الدراسة بقياس الحصانة النفسية (اعداد الباحث). واستعملت الوسائل الاحصائية: (معامل ارتباط بيرسون، مربع كاي، الاختبار التائي لعينة واحدة ولعنتين مستقلتين). اسفرت نتائج الدراسة: ان طلبة الجامعة يمتلكون مستوى عال من الحصانة النفسية وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الحصانة النفسية وفق متغير الجنس (ذكور - اناث) والتخصص (علمي - انساني). (القاضي، ٢٠١٩: ١١٩).

٢- دراسة خدادوست وجعفر (٢٠٢٢): (الحصانة النفسية عند طلبة الجامعة). تهدف هذه الدراسة الى التعرف على الحصانة النفسية لدى طلبة الجامعة. تكونت العينة من (٤٠٠) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية المتناسبة. استعملت مقياس الحصانة النفسية (اعداد الباحثان). واستعملت الوسائل الاحصائية: (مربع كاي، المتوسط الحسابي، الاختبار التائي لعينة واحدة ولعنتين مستقلتين). توصلت نتائج الدراسة: الى ان طلبة الجامعة يمتلكون مستوى عال من الحصانة النفسية. خدادوست وجعفر، ٢٠٢٢: ٣٦).

ثانياً: الدراسات الاجنبية:

١- دراسة لابسلي وهيل (Lapsley & Hill, ٢٠١٠: ٢٠١). (الحصانة النفسية الذاتية، التفاؤل والتكيف في مرحلة البلوغ المبكرة).

هدفت هذه الدراسة الى تقييم العلاقة بين الحصانة النفسية الذاتية والتفاؤل والتكيف في مرحلة البلوغ، وارتباطها بسلوكيات المخاطرة. تكونت العينة من (٣٥٠) طالب وطالبة من اوربا وامريكا. تم استعمال المنهج الوصفي التحليلي في الدراسة. تم قياس الحصانة الذاتية بمقياس الحصانة لدى المراهقين (AIS). اسفرت النتائج ان الحصانة الذاتية كانت من عوامل البناء مع القدرات المختلفة للتكيف وتنبؤ المخاطر، وأنها مرتبطة بسلوكيات المخاطرة أكثر من التفاؤل، وأنها ترتبط ارتباطاً عكسياً بالاكئاب والمشاكل الشخصية. Lapsley & Hill, ٢٠١٠: ٨٤٧).

الخور الثاني: الدراسات السابقة المتعلقة بالرفاهية النفسية:

أولاً: الدراسات العربية:

١- دراسة فرحان (٢٠١٨): (الرفاهية النفسية وعلاقتها بنمطي الشخصية (A-B) لدى طلبة الجامعة) تهدف الدراسة الى التعرف على الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة، كما تهدف الى التعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية في الرفاهية النفسية وفق متغير الجنس والتخصص. بلغت عينة البحث (٢٦٠) طالب وطالبة. استعملت مقياس الرفاهية النفسية (اعداد الباحث). تم استعمال الوسائل الاحصائية: (قانون الاختبار التائي لعينة واحدة ولعنتين مستقلتين، معادلة ألفا كرونباخ، معامل ارتباط بيرسون). اسفرت نتائج الدراسة: (ان طلبة الجامعة يتمتعون برفاهية نفسية بمستوى عال، كما اشارت نتائج الدراسة بعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الرفاهية النفسية وفق متغير الجنس والتخصص. (فرحان، ٢٠١٨: ٩٤-٩٥).

٢- دراسة العجمي والمسلان (٢٠٢١): (التنظيم الانفعالي والكفاءة الاكاديمية كمؤشر تنبؤي للرفاه النفسي



لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية في الكويت).

تهدف الدراسة الى التحقق من علاقة التنظيم الانفعالي والكفاءة الاكاديمية كمؤشر تنبؤي بالرفاه النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الاحمدى بدولة الكويت. بلغ عينة الدراسة (٣٥٠) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية. تم استعمال مقياس الرفاه النفسي اعداد رايف (Ryff, ١٩٩٤)، توصلت نتائج الدراسة: وجود علاقة موجبة بين كل من التنظيم الانفعالي والكفاءة الاكاديمية والرفاه النفسي، وهناك فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاه النفسي وفق متغير الجنس ولصالح الاناث، وهناك فروق في الرفاه النفسي وفق متغير التخصص ولصالح التخصص العلمي.

(٣) دراسة العبري (٢٠٢١): (الرفاهية النفسية وعلاقتها بالتحصيل الاكاديمي لدى طلبة جامعة سلطان قابوس - سلطنة عمان).

هدفت الدراسة الى قياس الرفاهية النفسية لطلبة جامعة السلطان قابوس، سلطنة قابوس، والتعرف على الفروق في الرفاهية النفسية وفق متغير الجنس والكلية، بلغت عينة الدراسة (٤٨٥) طالب وطالبة. واستعملت مقياس رايف (Ryff, ٢٠١٠) بالرفاهية النفسية. تمثلت الوسائل الاحصائية: (المتوسط الحسابي، قانون T لعينة واحدة، وتحليل التباين الاحادي والمتعدد). توصلت النتائج الى ان الطلبة يتمتعون بمستوى عال من الرفاهية النفسية، وهناك فرق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الاناث، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفق متغير الكلية. (العبري، ٢٠٢١: ٢٠). دراسة الصرايرة (٢٠٢١) (اليقظة العقلية وعلاقتها بالرفاهية النفسية وفقا لنموذج رايف لدى طلبة جامعة مؤتة).

تهدف الدراسة الى التعرف على مستوى الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة والتعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية وفق متغير الجنس (ذكور - اناث) ونوع الكلية (علمية - انسانية). بلغت عينة الدراسة (٦٠٠) طالب وطالبة. تم استعمال مقياس الرفاهية النفسية تقنين خرنبوب (٢٠١٦). واستخدم (المتوسط الحسابي، معامل الفاكرونباخ، معامل ارتباط بيرسون) لتحليل البيانات احصائياً. توصلت النتائج ان العينة يمتلكون مستوى متوسط من الرفاهية النفسية وهناك فرق ذات دلالة إحصائية في رفاهية النفسي وفق متغير الجنس ولصالح الذكور وعدم وجود فرق وفق متغير نوع الكلية (علمية - انسانية) (الصرايرة، ٢٠٢١: ٦٤٧).

ثانياً: الدراسات الاجنبية:

(١) دراسة الياس ويوجواك (Elias & uguak, ٢٠٠٦). (التوافق الدراسي والرفاهية النفسية لدى الطلاب بالمدارس الدولية في ماليزيا).

هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة بين التوافق الدراسي والرفاهية النفسية لدى عينة من الطلبة الاجانب في ماليزيا، ومعرفة الفروق ذات الدلالة الاحصائية في الرفاهية النفسية بين الجنسين، تكونت العينة من (١١٠) طالب وطالبة، توصلت نتائج الدراسة الى وجود علاقة موجبة وذات دلالة إحصائية بين التوافق الدراسي والرفاهية النفسية وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاهية النفسية بين الجنسين. (Elias & uguak, ٢٠٠٦: ١٠١٢).

الفصل الثالث/ منهجية البحث وإجراءاته

أولاً/ منهجية البحث: تحقيقاً لأهداف البحث أعتمد الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي في البحث الحالي، أي دراسة العلاقة بين متغيرين أو أكثر من حيث نوع الارتباط وقوة الارتباط.

ثانياً/ مجتمع البحث: يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة جامعة كركوك - المرحلة الثالثة والبالغ عددهم (٣٣٩٨) طالباً وطالبة. بواقع (١٩٧٨) طالب وطالبة للتخصص العلمي. و (١٤٢٠) طالباً وطالبة للتخصص الانساني. للعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥) للدراسة الصباحية. جدول (١) يوضح ذلك.

فصلية محكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

جدول (١) مجتمع البحث/ أعداد طلبة جامعة كركوك / المرحلة الثالثة/ موزعة حسب الجنس والتخصص

ت	التخصص	الكلية	الجنس		المجموع	المجموع	التخصص
			ذكور	إناث			
١	العلمي	الطب	١٦٤	٣١٥	٣٧٩	١٩٧٨	١٩٧٨
٢		الصيدلة	٨٢	١٦٩	٢٥١		
٣		الهندسة	٩٦	٢٠	١١٦		
٤		طب اسنان	٥٧	١٠٩	١٦٦		
٥		العلوم	١٦٩	١٦٧	٣٣٦		
٦		التقني	٨٦	١٤٦	٢٣٢		
٧		الزراعة	٣٤	٥	٣٩		
٨		التربية للعلوم الصرفة	١١٢	١٤٦	٢٥٨		
٩		الطب البشري	٢٥	٣٥	٦٠		
١٠		علوم الحاسوب وتكنولوجيا المعلومات	٤٠	٨	٤٨		
١١		الزراعة الحرجية	٨٨	٥	٩٣		
١٢	الإتصالي	المجموع	٩٥٢	١٠٢٥	١٩٧٨		
١٣		القانون والعلوم السياسية	٢٩٢	٦٣	٣٥٥		
١٤		الآداب	٢٩	١٦	٤٥		
١٥		التربية للبيئات	٥	٦٢	٦٧		

ثالثاً: عينة البحث: يقصد بالعينة: جزء من المجتمع تجري عليها الدراسة ويختارها الباحث وفقاً لقواعد خاصة لتمثل مجتم البحث تمثيلاً صحيحاً. (دميرال، ٢٠١٩: ٣٧٦).

قام الباحثان باختيار عينة البحث بالطريقة الطبقية العشوائية، إذ تم اختيار (٦) كليات عشوائياً، ثلاث كليات تمثل التخصص الانساني هي: (القانون والعلوم السياسية، التربية للعلوم الانسانية، التربية الأساسية)، وثلاث كليات تمثل التخصص العلمي هي: (العلوم، الصيدلة، التربية للعلوم الصرفة). وتم اختيار من كل كلية قسم دراسي واحد بصورة عشوائية. ومن هذه الاقسام تم سحب عينة عشوائية من طلبة المرحلة الثالثة. وتألقت عينة البحث من (٣٠٠) طالب وطالبة بنسبة (١٦٪) من الكليات الست. بواقع (١٣٥) طالب وطالبة للتخصص العلمي. و (١٦٥) طالب وطالبة للتخصص الانساني. جدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢) عينة البحث موزعة بحسب الجنس والتخصص

ت	التخصص	الكلية	الجنس		المجموع	العدد الكلي
			ذكور	إناث		
١	العلمي	الصيدلة	١٣	٢٧	٤٠	١٣٥
٢		العلوم	٢٧	٢٧	٥٤	
٣		التربية للعلوم الصرفة	١٨	٢٣	٤١	
			المجموع	٥٨	٧٧	١٣٥

رابعاً: أدوات البحث: لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي قام الباحثان ببناء مقياس الحصانة النفسية وتبني مقياس الرفاهية النفسية وعلى النحو الآتي:-

أ- الأداة الأولى: مقياس الحصانة النفسية: من أجل تحقيق أهداف البحث الحالي قام الباحثان ببناء مقياس الحصانة النفسية لدى الطلبة وفق الخطوات الآتية:

١) الأساس النظري وتحديد مفهوم الحصانة النفسية: ان مقياس الحصانة النفسية له أساساً نظرياً اعتمد عليه



فصلية تحكّمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

الباحثان يتمثل بنظرية أولاه (Olah, ٢٠٠٤). وقام الباحثان بتبني تعريف أولاه (Olah, ٢٠٠٤) ونظريته في بناء مقياس الحصانة النفسية.

(٢) تحديد مجالات المقياس: حدد أولاه (Olah, ٢٠٠٥) ثلاث مجالات أساسية و (١٦) مكون تتكون منه الحصانة النفسية اعتمدها الباحثان وتمثل بـ:

(أ) المجال الأول: (الاعتقادات):

يتألف من: (التفكير الإيجابي والاحساس بالسيطرة والاحساس بالتماسك والاحساس بنمو الذات).

(ب) المجال الثاني: (التفدي والاحلاق والرقابة):

يتكون من: (التوجه نحو التحدي والرقابة الاجتماعية والمفهوم الذاتي المبدع وتوجيه الفرد نحو الاهداف وامكانية الفرد التغلب على المشكلات والتشديد الاجتماعي والتأثير الذاتي وامكانية الخلق).

(ت) المجال الثالث: (تنظيم الذات):

يتكون من: (التزامن والتماشي والسيطرة العاطفية والسيطرة على الاندفاع وسيطرة الفرد على الغضب).

(٣) صياغة فقرات المقياس واعداد البدائل: بعد تحديد مجالات مقياس الحصانة النفسية قام الباحثان بصياغة (٣٨) فقرة موزعة على ثلاث مجالات رئيسية هي: (مجال الاعتقادات، ومجال التفدي والاحلاق والرقابة، ومجال تنظيم الذات).

وقد روعي في صياغة الفقرات ما يلي:

(أ) أن تكون الفقرات واضحة ومفهومة لدى المستجيب.

(ب) أن تكون الفقرات في مستوى المستجيب. (علام، ٢٠٢٠: ٤٢٤).

(ت) أن يعبر كل فقرة عن فكرة واحدة فقط.

(ث) أن تكون الفقرات ذات جمل قصيرة محددة. (عطية، ٢٠٠٩: ٢١٩).

تم وضع بدائل خماسية للاجابة هي: (تنطبق علي تماماً، تنطبق علي كثيراً، تنطبق علي بدرجة متوسطة، تنطبق علي قليلاً، لا تنطبق علي أبداً). تكون درجات تصحيحها (٥، ٤، ٣، ٢، ١) للفقرات الايجابية، و (١، ٢، ٣، ٤، ٥) للفقرات السلبية.

(٤) صلاحية فقرات المقياس (الصدق الظاهري): تم عرض مقياس الحصانة النفسية المتكون من (٣٨) فقرة بصيغته الاولى على (١٠) من السادة الخبراء والחקمين في علم النفس والقياس النفسي ملحق (١) لاستخراج الصدق الظاهري للمقياس، وقد طلب الباحثان من الخبراء ابداء رايهم حول الفقرات ما اذا كانت صالحة او غير صالحة او بحاجة الى تعديل. وقد اعتمد الباحثان نسبة اتفاق (٨٠٪) فأكثر كنسبة لصلاحية الفقرة. كما اعتمد الباحثان على مربع كاي للتأكد من مدى صلاحية الفقرات. بعد جمع آراء الخبراء والחקمين وتحليلها باستعمال مربع كاي وكذلك استخراج النسب المتوية للموافقين ودلائلها الاحصائية، تم قبول جميع فقرات مقياس لأن قيم مربع كاي المحسوبة لها أكبر من قيم كاي الجدولية البالغة (٨٤،٣) عند مستوى دلالة (٠،٥) وتم الأخذ بآراء الخبراء واقتراحاتهم بشأن تعديل بعض الفقرات.

(٥) اعداد تعليمات المقياس وفهم فقراته وحساب وقت الاجابة: للتحقق من مدى وضوح تعليمات المقياس وفقراته وحساب الوقت المستغرق للاجابة عن فقرات المقياس. قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (٤٠) طالب وطالبة من المرحلة الثالثة اختبروا بطريقة عشوائية متساوية. جدول (٣).

جدول (٣) عينة وضوح تعليمات مقياس الحصانة النفسية

ودلائلها الاحصائية، تم قبول جميع فقرات مقياس لأن قيم مربع كاي المحسوبة لها أكبر من قيم كاي الجدولية البالغة (٨٤،٣) عند مستوى دلالة (٠،٥) وتم الأخذ بآراء الخبراء واقتراحاتهم بشأن تعديل بعض الفقرات.

(٥) اعداد تعليمات المقياس وفهم فقراته وحساب وقت الاجابة: للتحقق من مدى وضوح تعليمات المقياس وفقراته وحساب الوقت المستغرق للاجابة عن فقرات المقياس، قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة



فصلية محكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

اتضح للباحثان ان جميع فقرات المقياس كانت واضحة ومفهومة. وكان مدى الوقت المستغرق للاستغرق للاستغرق على الفقرات (١٥-٢٠) دقيقة ويمدى (١٧، ٥) دقيقة.

٦) التحليل الاحصائي للفقرات: يشير ايبيل (Ebel) إلى أن التحليل الاحصائي للفقرات يعد اداة فعالة لتحسين الاختبار وكذلك يسهم في تجميع مجموعة من الفقرات عالية الجودة بحيث تكون دقيقة في قياس ما وضعت لقياس (Ebel, ٢٢٥: ١٩٧٢). استعمل الباحثان اسلوبين لتحليل الفقرات احصائياً هما :

أ) القوة التمييزية للفقرات: تشير القوة التمييزية للفقرة إلى قدرة الفقرة على التمييز بصورة صحيحة بين المفحوصين من حيث امتلاكهم للسمة أو الخاصية التي يقيسها الاختبار. (Anastasi&urbinag, ٨١: ١٩٩٧). ومن أجل التحقق من القوة التمييزية لفقرات المقياس أتبع الباحثان الأسلوب الآتي:

أسلوب المجموعتان المتطرفتين: قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (٣٠٠) طالب وطالبة اختبروا بالطريقة الطبقيّة العشوائية من المرحلة الثالثة. جدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤) عينة التحليل الاحصائي

تقنيات	فقرات	النسب	المجموع	المجموع النسب
تصريح	٣٩	٦٤	١١٩	
عقب اسنان	٥٥	٤٤	٧٩	
الشفاه	٦٨	١١١	١٧٩	١٧٩
الاذن واللسان	٦٠	٩٧	١٥٧	
الغريزة البنية	٣٧	٧	٤٤	
المجموع	٩٧	٣١٤	٤١١	٤١١
المجموع النسب	١٥٥	١٥٥	٣٠٠	٣٠٠

وبعد تصحيح الاستمارات (٣٠٠) استمارة تم ترتيبها تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة. وفي ضوء الترتيب اختار الباحثان (٢٧٪) من الدرجات العليا و(٢٧٪) من الدرجات الدنيا. وقد اعتمد الباحثان على هذه النسبة لأنها توفر للمجموعتين على أفضل ما يمكن من حجم وتمايز. (Anastasi&urbinag, ٨٠: ١٩٩٧). وقد تضمنت المجموعتين على (١٦٢) استمارة، اشتملت (٨١) استمارة في كل مجموعة. وبعد استعمال الاختبار التائي (T. test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق الاحصائية بين أواسط المجموعتين ولكل فقرة من فقرات المقياس البالغة (٣٨) فقرة، تبين ان جميع فقرات المقياس مميزة لأنها حصلت على قيمة تائية محسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (٩٦،١) عند مستوى دلالة (٥،٠) ودرجة حرية (١٦٠) جدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥) (القوة التمييزية لفقرات مقياس الحصانة النفسية)

الفقرات	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري
١	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
٢	4.7884	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
٣	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
٤	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
٥	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
٦	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
٧	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
٨	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
٩	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
١٠	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
١١	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
١٢	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
١٣	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
١٤	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
١٥	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
١٦	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
١٧	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
١٨	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
١٩	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
٢٠	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
٢١	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
٢٢	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
٢٣	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
٢٤	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
٢٥	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
٢٦	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
٢٧	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988
٢٨	4.7321	1.0151	4.0123	0.9133	3.555	0.988

فصلية محكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

(ب) علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية:

قام الباحثان باستعمال معامل ارتباط بيرسون (Person) لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية، ولتحقيق هذا الغرض تم استخراج معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس مع الدرجة الكلية له. اظهرت النتائج أن جميع معاملات الارتباط ذات دلالة احصائية وذلك عند مقارنة القيم الثنائية المحسوبة بالقيمة الثنائية الجدولية البالغة (٩٦,١) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) جدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦) (معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس المتانة العقلية)

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	.449 ^{***}	٢٠	.305 ^{***}
٢	.392 ^{***}	٢١	.288 ^{***}
٣	.391 ^{***}	٢٢	.424 ^{***}
٤	.421 ^{***}	٢٣	.342 ^{***}
٥	.316 ^{***}	٢٤	.289 ^{***}
٦	.348 ^{***}	٢٥	.248 ^{***}
٧	.237 ^{***}	٢٦	.252 ^{***}
٨	.296 ^{***}	٢٧	.332 ^{***}
٩	.278 ^{***}	٢٨	.343 ^{***}
١٠	.276 ^{***}	٢٩	.430 ^{***}
١١	.390 ^{***}	٣٠	.283 ^{***}
١٢	.283 ^{***}	٣١	.468 ^{***}
١٣	.327 ^{***}	٣٢	.387 ^{***}
١٤	.342 ^{***}	٣٣	.457 ^{***}
١٥	.323 ^{***}	٣٤	.353 ^{***}
١٦	.508 ^{***}	٣٥	.391 ^{***}
١٧	.477 ^{***}	٣٦	.272 ^{***}
١٨	.346 ^{***}	٣٧	.298 ^{***}
١٩	.420 ^{***}	٣٨	.388 ^{***}

الخصائص السايكومترية للمقياس:

أولاً: الصدق (Validity): يعد الصدق من الخصائص الهامة للاختبار النفسي والتربوي الجيد، بل يرى البعض أن الصدق هو أهم شرط من شروط الاختبارات الجيدة. (غنيم، ٢٠٠٤ : ٨٧). ويقصد بالصدق: (قدرة المقياس على أن يقيس ما وضع لقياسه). (الطريوي، ١٩٩٧ : ٢١٩).

قام الباحثان بالتحقق من صدق المقياس من خلال الاجراءات الآتية:-

(١) الصدق الظاهري: تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس من خلال عرض فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء واخكمين في العلوم التربوية والنفسية. ملحق (١).

(٢) صدق البناء: تم التحقق هذا النوع من الصدق، من خلال استخراج القوة التمييزية للفقرات وإيجاد علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

ثانياً: ثبات المقياس (Reliability): يعد الثبات من الخصائص السايكومترية المهمة في المقاييس النفسية ويقصد به: (الاتساق في الدرجات التي يحصل عليها من نفس الأفراد بتطبيق نفس الاختبار). (الطريوي، ١٩٩٧ : ١٧١).

قام الباحثان باستخراج الثبات من خلال طريقتين :-





فصلية محكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

(١) الاختبار - إعادة الاختبار (Test-Retest): تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من (٤٠) طالب وطالبة تم سحبهم بطريقة عشوائية متساوية جدول (٧) ثم أعيد تطبيق المقياس وذلك بعد مرور أسبوعين من التطبيق الأول على العينة نفسها. وباستعمال معامل ارتباط بيرسون (Person) بين درجات التطبيقين بلغ معامل الثبات (٨١٦,٠) وهو معامل ثبات جيد.

جدول (٧) عينة الثبات لمقياس الحصانة النفسية موزعة حسب (الجنس - التخصص)

المجموع	الجنس	
	إناث	ذكور
٤٠	٢٠	٢٠
٤٠	٢٠	٢٠

(٢) معامل ألفا كرونباخ (الانساق الداخلي): تم استخراج معامل الثبات بطريقة الفا كرونباخ، وقد بلغ معامل الثبات (٨٨٢,٠) وهو معامل ثبات جيد يمكن الركود عليه. (عودة: ١٩٨٥: ١٥٩).

المقياس بصيغته النهائية:
يتكون مقياس الحصانة النفسية بصيغته النهائية من (٣٨) فقرة ذات بدائل خماسية هي: - (تنطبق على تماماً، تنطبق على كثيراً، تنطبق على بدرجة متوسطة، تنطبق على قليلاً، لا تنطبق على أبداً). درجات تصحيحها (٥، ٤، ٣، ٢، ١) لل فقرات الايجابية، و (١، ٢، ٣، ٤، ٥) لل فقرات السلبية. بذلك تكون أقصى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب (١٩٠) درجة، وأدنى درجة هي (٣٨) درجة وبمتوسط نظري (١١٤) درجة.

ب_ الأداة الثانية: مقياس الرفاهية النفسية: لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي قام الباحثان ببناء مقياس (فرحان، ٢٠١٨) لمقياس الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة. يتألف مقياس (فرحان، ٢٠١٨) للرفاهية النفسية من (٤٩) فقرة بصيغته النهائية وموزعة على أربعة مجالات وهي: - (١) الهدف في الحياة (٢) العلاقات الايجابية مع الآخرين (٣) الاستقلالية (٤) تقبل الذات). علماً أن لكل فقرة خمس بدائل هي: (موافق جداً موافق، لا رأي لي، غير موافق، غير موافق جداً). تصحح الفقرات الايجابية بالاتجاه (١، ٢، ٣، ٤، ٥) والفقرات السلبية تصحح بالاتجاه (١، ٢، ٣، ٤، ٥). ولغرض التحقق من صلاحية المقياس تم استخراج الخصائص السيكمترية للمقياس من صدق وثبات وفق الاجراءات الاتية:-

الصدق الظاهري: تم عرض المقياس المتكون من (٤٩) فقرة بصيغته الاولى على مجموعة من الخبراء والمختصين في علم النفس ملحق (١) لمعرفة قدرة فقرات المقياس على تمثيل السمة المراد قياسها، وبعد جمع وتحليل آراء الخبراء باستعمال (النسبة المئوية ومربع كاي) لمعرفة دلالة الفروق بين آراء الخبراء، تم قبول جميع فقرات المقياس لكونها فقرات صالحة.

التحليل الاحصائي لفقرات المقياس: يشير ايبيل (Ebel) الى ان التحليل الاحصائي للفقرات يعد أداة فعالة لتحسين الاختبار كذلك يساهم في تجميع مجموعة من الفقرات عالية الجودة بحيث تكون دقيقة في قياس ما وضعت فعلاً من اجل قياسه. (Ebel, ١٩٧٢: ٢٢٥) قام الباحثان باستعمال عدة اساليب لتحليل الفقرات احصائياً وكالاتي:-

أ_ القوة التمييزية للفقرات: تم استخراج القوة التمييزية لفقرات مقياس الرفاهية النفسية وفق أسلوب (المجموعتين المتطرفتين) حيث تم تطبيق المقياس على عينة عشوائية مكونة من (٣٠٠) طالب وطالبة المشار اليها انفاً في جدول (٤) وبعد تصحيح الاستمارات البالغة (٣٠٠) استمارة تم ترتيبها تنازلياً واختير (٢٧٪) من الدرجات العليا و (٢٧٪) من الدرجات الدنيا لتمثل المجموعتين المتطرفتين. تم استعمال الاختبار التائي (T.test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق الاحصائية بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس، وقد عدت القيمة الثانية مؤشراً لتمييز كل فقرة عن طريق مقارنتها بالقيمة الثانية الجدولية البالغة (٩٦,١). اظهرت النتائج ان



فصلية مُحَكِّمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

الفقرات جميعها مميزة، لكونها حصلت على قيمة ثانية محسوبة أكبر من القيمة الثانية الجدولية البالغة (٩٦،١) عند مستوى دلالة (٠٥،٠) ودرجة حرية (١٦٠) ما عدا الفقرات (١٤، ١٥، ٢٢)، لكون القيم الثانية المحسوبة لها أقل من قيمتها الثانية الجدولية. لذا تم حذف هذه الفقرات. جدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨) القوة التمييزية لفقرات مقياس الرفاهية النفسية

الفقرات	المجموعة العليا	المجموعة الدنيا	القيمة الثانية المحسوبة	الدلالة 0.05
١	3.8250	2.6250	4.548	دالة
٢	4.5375	3.6875	4.838	دالة
٣	3.8250	2.9750	4.780	دالة
٤	3.0125	2.4875	2.414	دالة
٥	4.5875	3.7625	5.468	دالة
٦	4.5000	3.8500	4.033	دالة
٧	4.5750	3.8500	4.398	دالة
٨	4.4125	3.4375	6.146	دالة
٩	4.4875	3.9250	3.759	دالة
١٠	3.1250	2.5250	2.706	دالة
١١	4.4875	3.7625	4.339	دالة
١٢	4.4250	3.6750	4.984	دالة
١٣	4.5125	3.6375	5.787	دالة
١٤	3.2625	2.9000	1.881	غير دالة
١٥	3.3000	3.1375	.731	غير دالة
١٦	4.5625	3.8125	4.350	دالة
١٧	4.3500	3.3125	6.574	دالة
١٨	3.5125	2.9000	3.162	دالة
١٩	3.8625	2.9750	5.485	دالة
٢٠	3.4750	2.8000	3.237	دالة
٢١	4.1500	3.1750	5.569	دالة
٢٢	4.3875	3.5250	5.015	دالة
٢٣	4.2500	3.4375	4.450	دالة
٢٤	4.3500	3.6250	4.215	دالة
٢٥	4.1750	3.6375	3.052	دالة
٢٦	4.0500	3.3500	3.859	دالة
٢٧	4.2375	3.6125	3.401	دالة
٢٨	4.0000	3.0250	5.746	دالة
٢٩	3.8250	3.1250	3.476	دالة
٣٠	4.5000	3.6625	4.733	دالة
٣١	4.6500	3.7750	6.193	دالة
٣٢	4.1500	3.3250	4.781	دالة
٣٣	4.3000	3.6125	4.054	دالة
٣٤	3.7875	2.8750	4.662	دالة
٣٥	4.0375	3.0750	4.935	دالة
٣٦	3.5975	2.9500	3.653	دالة
٣٨	4.5125	3.7375	4.879	دالة
٣٩	3.9250	3.0375	4.841	دالة
٤٠	4.2000	3.5375	3.699	دالة
٤١	3.2125	2.6125	2.761	دالة
٤٢	3.0750	2.9000	.819	غير دالة
٤٣	4.1875	3.7250	2.924	دالة
٤٤	4.4875	3.5625	5.748	دالة
٤٥	4.2500	3.3375	5.755	دالة
٤٦	4.3125	3.5875	4.466	دالة
٤٧	3.2750	2.4375	3.712	دالة
٤٨	4.2875	3.8250	2.756	دالة
٤٩	4.4500	3.8500	3.479	دالة



فصلية محكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

الخصائص السايكومترية للمقياس:

أولاً/ المصدق (Validity): يقصد بالمصدق: (أن يقيس المقياس ما وضع فعلاً لقياسه). (جمال: ٢٠٢٤: ٩٩٦)

. تم استخراج المصدق من خلال نوعين هما:-

(١) المصدق الظاهري: تم التحقق من هذا النوع من المصدق بعرض المقياس بصيغته الأولية على مجموعة من الخبراء في علم النفس والقياس النفسي ملحق (١) وبعد الأخذ بآرائهم وتحليلها باستعمال النسبة المئوية تم قبول جميع فقرات المقياس لكونها فقرات صالحة.

(٢) صدق البناء: تحقق الباحثان من هذا النوع من المصدق من خلال القوة التمييزية لفقرات المقياس في ضوء أسلوب المجموعتان المتطرفتان. المشار اليه أنفاً في جدول (٨).

ثانياً/ الثبات (Reliability): يعرف الثبات بأنه: (أن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما أعيد على نفس الأفراد في نفس الظروف. (الامام واخرون، ١٩٩٠: ١٤٥). تم استخراج ثبات المقياس من خلال طريقتين:-

(١) الاختبار - إعادة الاختبار (Test-Retest): تم تطبيق المقياس على عينة عشوائية مكونة من (٤٠) طالب وطالبة وهي العينة ذاتها التي طبقت عليها مقياس الحصانة النفسية جدول (٧) وبعد مرور أسبوعين تم إعادة تطبيق المقياس على العينة ذاتها. واستعمل معامل ارتباط بيرسون (Person) بين درجات الطلبة في التطبيقين، اذ بلغ معامل الثبات (٨٨٥,٠) وهذا يعد مؤشراً جيداً على الثبات.

(٢) معامل ألفا كرونباخ: تم استخراج معامل ثبات المقياس بطريقة الفا كرونباخ حيث بلغ (٨٠٩,٠). المقياس بصيغته النهائية: يتألف مقياس الرفاهية النفسية بصيغته النهائية من (٤٦) فقرة وأمام كل فقرة (٥) بدائل هي: (موافق جداً، موافق، لا رأي لي، غير موافق، غير موافق جداً). تصحح الفقرات الإيجابية بالاتجاه (٥، ٤، ٣، ٢، ١) والفقرات السلبية تصحح (١، ٢، ٣، ٤، ٥). وبذلك فإن أقصى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب هي (٢٣٠) درجة. وأدنى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب هي (٤٦) درجة. ومتوسط نظري (١٣٨) درجة. خامساً/ التطبيق النهائي: قام الباحثان بتطبيق المقياسين معاً على عينة البحث البالغة (٣٠٠) طالب وطالبة المشار اليها في جدول (٢) ومن كلا الجنس والتخصص للعام الدراسي (٢٠٢٤ - ٢٠٢٥) خلال الفترة من (١٢ / ١ / ٢٠٢٥) ولغاية (٢٦ / ١ / ٢٠٢٥).

سادساً/ الوسائل الاحصائية:

(١) الاختبار التائي لعينة واحدة: استعمل لتعرف على مستوى الحصانة النفسية والرفاهية النفسية لدى الطلبة.

(٢) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين: استعمل في حساب القوة التمييزية لفقرات مقياس الحصانة النفسية ومقياس الرفاهية النفسية، كذلك في حساب الفروق في متغير الجنس والتخصص لمقياسي الحصانة النفسية والرفاهية النفسية.

(٣) معامل الفا كرونباخ: استعمل في إيجاد ثبات (الاتساق الداخلي) لمقياس الحصانة النفسية والرفاهية النفسية.

الفصل الرابع/ عرض النتائج وتفسيرها

(١) الهدف الاول: التعرف على مستوى الحصانة النفسية لدى طلبة الجامعة.

اظهر تحليل إجابات الطلبة أن المتوسط الحسابي بلغ (١٤٩,١٠٠) والانحراف المعياري بلغ (٧٠٥,١٤) وعند مقارنة المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي البالغ (١١٤) تبين أن المتوسط الحسابي أكبر من المتوسط الفرضي، وعند استعمال قانون التائي (T. test) لعينة واحدة اظهرت النتائج وجود فرق ذات دلالة احصائية بين المتوسطين، وأن القيمة التائية الحسوبة تساوي (٣٥٥,٤١) وهي أعلى من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٩). جدول (٩).

فصلية مُحَكِّمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية
العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

جدول (٩) نتائج الاختبار الثاني لعينة واحدة على مقياس الحصانة النفسية لدى طلبة الجامعة

المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط القياسي	درجة الحرية	القيمة التائية	الدلالة عند مستوى ٠.٠٥
الحصانة النفسية	300	٤٩.١١٠٠	١٤.٧٠٥	١١٤	299	3٥٥.٤١	1.96

تشير النتيجة في اعلاه إلى أن طلبة الجامعة لديهم حصانة نفسية بمستوى عالٍ. ويفسر الباحثان هذه النتيجة وفق نظرية أولاه (Olah, ٢٠٠٥) المتبناة في البحث الحالي، بأن أفراد عينة البحث يمتلكون حصانة نفسية متكاملة الابعاد وهذا له مردود إيجابي عند طلبة الجامعة يجعلهم قادرين على الصمود والتوافق ضد الاضرار والانحماك النفسي والاجهاد وهذا بدوره يعزز لديهم القدرة على مواجهة الازمات واخذ وتحمل الصعاب والمصائب والتعامل معها بشكل فعال. كذلك ان طلبة الجامعة قد وصلوا الى مرحلة الرشد والتي تتصف بالنضج العقلي والاجتماعي المتوازي مع باقي جوانب الشخصية العقلية والنفسية والعاطفية والاخلاقية، فالطلبة الذين يمتلكون حصانة نفسية لديهم مهارات عالية في بناء العلاقات الاجتماعية الايجابية مع الآخرين كما أنهم ينظرون الى الاخطاء أو المعوقات على أنها فرص للتعلم والتحدى وليست محبطات يجب تجنبها ولديهم السيطرة على الغضب ويضعون لأنفسهم أهدافاً وتوقعات ايجابية وأنهم ذو أهمية ومكانة خاصة في المجتمع المحيط بهم. فالحصانة النفسية تعد بمثابة حصانة الفرد من مشاعر الاليأس والعداوة والانتقام والعجز والتشاؤم بالتالي ارتفاع الحصانة النفسية تمكن الطلبة من تجاوز الصعاب والازمات وصولاً الى النجاح والعطاء في الحياة.

وقد اتفقت نتيجة البحث الحالي مع نتائج دراسة (القاضي، ٢٠١٩) ودراسة (خداد وست وجعفر، ٢٠٢٢)، التي توصلت نتائج دراسة كل منهم الى أن الطلبة يتمتعون بالحصانة النفسية بمستوى عالٍ.

٢) الهدف الثاني: الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الحصانة النفسية وفق متغير الجنس (ذكور-إناث). أظهرت تحليل اجابات الطلبة ان المتوسط الحسابي للذكور في مستوى الحصانة النفسية قيمتها (٥٨٠.١٤٨) وانحراف المعياري قيمتها (١٥٠.٥٥٠) وان المتوسط الحسابي للإناث (٢٣٤.١٥٠) وانحراف معياري (١٤٠.٢٨٦) تم استعمال القانون الثاني (T.test) لعينتين مستقلتين لكشف دلالة الفروق وجد أن القيمة التائية المحسوبة تساوي (-٢٨٢.١) وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغ (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) تبين ان الفرق غير دال إحصائياً. جدول (١٠).

جدول (١٠) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين بين متوسطي الجنس (ذكور-إناث) في مقياس الحصانة النفسية

المتغير	العينة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية	الدلالة عند مستوى ٠.٠٥
الحصانة النفسية	الذكور	١٥٥	٥٨٠.١٤٨	١٥٠.٥٥٠	٢٩٨	١.٢٨٢	١.٩٦
	الإناث	١٤٥	٢٣٤.١٥٠	١٤٠.٢٨٦			

تشير النتيجة في اعلاه بعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الحصانة النفسية وفق متغير الجنس، لان القيمة التائية المحسوبة أصغر من القيمة التائية الجدولية. ويرى الباحثان أن الحصانة النفسية لا يتأثر بالجنس كون بيئة الجامعة واحدة ويوفر لكل منهما مناخ دراسي يتلائم مع طبيعة خصائص الطلبة كما أن المناهج الدراسية واحدة لكلا الجنس مما يعزز لديهم الخبرات المعرفية والتربوية والتعليمية. بالإضافة الى النشاطات والندوات المتنوعة التي تقيمها أقسام الجامعة في ترسيخ المفاهيم النفسية والدينية والتربوية والاخلاقية لدى الطلبة التي بدورها تنمي وتعزز الحصانة النفسية لدى كلا الجنس.

اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسة (القاضي، ٢٠١٩). التي توصلت الى عدم وجود فروق بين متغير الجنس (ذكور - إناث) في الحصانة النفسية.

٣) الهدف الثالث: الفروق ذات الدلالة الاحصائية في مستوى الحصانة النفسية وفق متغير التخصص



فصلية محكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

(علمي - إنساني).

أظهرت تحليل إجابات الطلبة أن المتوسط الحسابي للتخصص العلمي بلغ قيمتها (١٥٢,٦٢٩) وانحراف معياري بلغ (٤٢,٤٥٥)، وأن المتوسط الحسابي للتخصص الإنساني بلغ (١٤٨,٩٥٧) وانحراف معياري (١٤,٧٢١)، تم استعمال قانون التائي (T. test) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق وجد أن القيمة التائية المحسوبة بلغ (٠,٣٨٠١) وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغ (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) تبين أن الفرق غير دال إحصائياً. جدول (١١).

جدول (١١) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين بين متوسطي تخصص (علمي-إنساني) في حصانة نفسية

المتغير	العينة	حجم العينة المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة عند مستوى ٠,٠٥
الحصانة النفسية	علمي	١٣٥	١٥٢,٦٢٩	٤٢,٤٥٥	٢٩٨	٠,٣٨٠١	١,٩٦
	إنساني	١٦٥	١٤٨,٩٥٧	١٤,٧٢١			غير دال

تشير النتيجة بعدم وجود فروق ذات دلالة وفق متغير التخصص (علمي - إنساني) في الحصانة النفسية، لأن القيمة التائية المحسوبة أصغر من القيمة التائية الجدولية، ويفسر الباحثان هذه النتيجة بأن الحصانة النفسية تتأثر بعوامل عدة غير التخصص الدراسي مثل (التنشئة الاجتماعية وأساليب المعاملة الوالدية والتفاعل مع البيئة المحيطة). بالإضافة إلى الأفكار والبنى الإدراكية التي كونها الفرد عن ذاته وعن الأحداث التي تمر به، كل تلك العوامل له دور مهم في تشكيل الحصانة النفسية عند الفرد.

اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسة (القاضي، ٢٠١٩) التي توصلت إلى عدم وجود فروق بين متغير التخصص في الحصانة النفسية.

٤) الهدف الرابع: التعرف على مستوى الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة.

أظهر تحليل إجابات الطلبة أن المتوسط الحسابي بلغ (٠,٢٣٣,١٧١) والانحراف المعياري بلغ (٠,٦٧,١٦) وعند مقارنة المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي البالغ (١٣٨) تبين أن المتوسط الحسابي أكبر من المتوسط الفرضي، وعند استعمال قانون التائي (T. test) لعينة واحدة أظهرت النتائج وجود فرق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطين، وأن القيمة التائية المحسوبة تساوي (٥٩٨,٣٥) وهي أعلى من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٩). جدول (١٢).

جدول (١٢) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة على مقياس الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة

المتغير	حجم العينة المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	الدرجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة عند مستوى ٠,٠٥
الرفاهية النفسية	300	٠,٢٣٣,١٧١	١٣٨	299	٥٩٨,٣٥	1,96	دال

يتبين من الجدول أعلاه إلى أن طلبة الجامعة يمتلكون مستوى عالٍ من الرفاهية النفسية، وهذا مؤشر إيجابي بأن الطلبة لديهم مرونة وصلابة نفسية تجعلهم قادرين على التعامل الجيد مع المواقف المختلفة مما ينعكس إيجابياً على سلوكهم وتصرفاتهم.

يشير الخولي (٢٠٠٢) بأن الأفراد ذوي الرفاهية النفسية يمتازون بالصلاية النفسية وتقدير الذات المرتفع وهم أكثر تفهماً لمشاعر الآخرين ويمتازون بدرجة عالية من الذكاء الوجداني (الخولي، ٢٠٠٠: ١٥٠).

يرى الباحثان أن نتائج هذه الدراسة تتفق مع نتائج دراسة (فرحان، ٢٠١٨) ودراسة (العري، ٢٠٢١) ودراسة (الصرايرة، ٢٠٢١). التي توصلت نتائج دراسة كل منهم إلى أن طلبة الجامعة لديهم رفاهية نفسية.

٥) الهدف الخامس: الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الرفاهية النفسية وفق متغير الجنس (ذكور-إناث). أظهرت تحليل إجابات الطلبة أن المتوسط الحسابي للذكور في مستوى الرفاهية النفسية قيمتها (٠,٥٨١,١٦٨)

فصلية مُحكَّمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

وانحراف المعياري قيمتها (٠,٩٣٤,١٧) وان المتوسط الحسابي للإناث (١٩٣١,١٧٤) وانحراف معياري (٢٨٧٨,١٤) تم استعمال القانون الثاني (T.test) لعينتين مستقلتين لكشف دلالة الفروق وجد أن القيمة الثانية المحسوبة تساوي (٣٦١,٣) وعند مقارنتها بالقيمة الثانية الجدولية البالغ (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) تبين أن الفرق دال إحصائياً ولصالح الإناث. جدول (١٣).

جدول (١٣) الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين بين متوسطي الجنس (ذكور-إناث) في الرفاهية النفسية

المتغير	العينة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة الثانية المحسوبة	القيمة الثانية الجدولية	الدلالة عند مستوى
الرفاهية النفسية	الذكور	١٥٥	٥٨١,١٦٨	٠,٩٣٤,١٧	٢٩٨	٣٦١,٣	١,٩٦	دال
	الإناث	١٤٥	١٩٣١,١٧٤	٢٨٧٨,١٤				

يتبين من الجدول أعلاه وجود فروق ذات دلالة في الرفاهية النفسية وفق متغير الجنس ولصالح الإناث، يرى الباحثان بأن الإناث لديهن القدرة والمهارة في التعامل مع مواقف الحياة المختلفة وخاصة المتطلبات الأكاديمية بطريقة فاعلة. يرى الباحثان أن نتائج هذه الدراسة تتفق مع نتائج دراسة (العجمي والمملان، ٢٠٢١) ودراسة (العربي، ٢٠٢١). واختلفت نتائج البحث الحالي مع نتائج دراسة (فرحان، ٢٠١٨) ودراسة (الصرايرة، ٢٠٢١) ودراسة (Elias&Uguak، ٢٠٠٦).

٦) الهدف السادس: الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الرفاهية النفسية وفق متغير التخصص (علمي - إنساني).

أظهرت تحليل إجابات الطلبة أن المتوسط الحسابي للتخصص العلمي بلغ قيمتها (٥٣٣٣,١٧١) وانحراف معياري بلغ (١٥,٩١٠,١٠)، وأن المتوسط الحسابي للتخصص الإنساني بلغ (١٧٠,٦٠٦١) وانحراف معياري (١٦,٢٣١٨)، تم استعمال قانون الثاني (T.test) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق وجد أن القيمة الثانية المحسوبة بلغ (-٤٩٧,٠) وعند مقارنتها بالقيمة الثانية الجدولية البالغ (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) تبين أن الفرق غير دال إحصائياً. جدول (١٤).

جدول (١٤) الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين بين متوسطي التخصص (علمي-إنساني) في رفاهية نفسية

المتغير	العينة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة الثانية		الدلالة عند مستوى
						المحسوبة	الجدولية	
الرفاهية النفسية	علمي	١٣٥	٥٣٣٣,١٧١	١١٠١٠,١٥	٢٩٨	٠,٤٩٧-	١,٩٦	غير دال
	إنساني	١٦٥	٦٠٦١,١٧٠	٢٣١٨,١٦				

يشير النتيجة في أعلاه بعدم وجود فروق ذات دلالة في الرفاهية النفسية لدى الطلبة وفق متغير التخصص (علمي-إنساني). يفسر الباحثان هذه النتيجة بأن الجامعة يوفر للطلبة ولكلا الاختصاص فرص استثمار إمكاناتهم المعرفية والتربوية والاجتماعية والبدنية وتوفر لهم فرص تنمية الوصول بها إلى المستويات الممكنة على حد سواء. يرى الباحثان أن نتائج هذه الدراسة يتفق مع نتائج دراسة (فرحان، ٢٠١٨) ودراسة (العربي، ٢٠٢١) ودراسة (الصرايرة، ٢٠٢١). واختلفت نتائج البحث الحالي مع نتائج دراسة (العجمي والمملان، ٢٠٢١).

٧) الهدف السابع: التعرف على العلاقة الارتباطية بين الحصانة النفسية والرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة. لتحقيق هذا الهدف استعمل معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين الحصانة النفسية الرفاهية النفسية، إذا بلغ قيمة معامل الارتباط فيها (٠,٨٥١) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وهي علاقة دالة إحصائياً. جدول (١٥).



فصلية محكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

جدول (١٥) العلاقة الارتباطية بين الحصانة النفسية والرفاهية النفسية

العلاقة الارتباطية بين المتغيرين			
الحصانة النفسية	Pearson Correlation	الرفاهية النفسية	الحصانة النفسية
		١	٨٥١,٠٠
		Sig. (2-tailed)	.000
		N	300
الرفاهية النفسية	Pearson Correlation	الرفاهية النفسية	الحصانة النفسية
		٨٥١,٠٠	١
		Sig. (2-tailed)	.000
		N	300

يتبين من الجدول اعلاه وجود علاقة ايجابية بين الحصانة النفسية والرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة، اذ بلغت قيمة معامل الارتباط (٠,٨٥١) وهي علاقة ارتباطية ايجابية دالة احصائياً. وهذا يعني بانه كلما ارتفع الحصانة النفسية لدى طلبة الجامعة ارتفع الرفاهية النفسية لديهم.

الاستنتاجات:

- ١) ان طلبة الجامعة يمتلكون مستوى عالي من الحصانة النفسية.
- ٢) عدم وجود فرق ذات دلالة احصائية في الحصانة النفسية لدى طلبة وفق متغير الجنس (ذكور - اناث).
- ٣) عدم وجود فرق ذات دلالة احصائية في الحصانة النفسية لدى طلبة وفق متغير التخصص (علمي - انساني).
- ٤) ان طلبة الجامعة يمتلكون مستوى عالي من الرفاهية النفسية.
- ٥) هناك فرق ذات دلالة احصائية في الرفاهية النفسية لدى طلبة وفق متغير الجنس ولصالح الاناث.
- ٦) عدم وجود فرق ذات دلالة احصائية في الرفاهية النفسية لدى طلبة وفق متغير التخصص (علمي - انساني).
- ٧) وجود علاقة ارتباطية طردية دالة احصائياً بين الحصانة النفسية والرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة. وهذا يعني انه كلما ارتفع الحصانة النفسية ارتفع الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة.

التوصيات:

- ١) اكساب الطلبة مهارات وممارسات تعزز لديهم الحصانة النفسية.
- ٢) أعداد ندوات دورية في الجامعة حول مفهوم الحصانة النفسية والرفاهية النفسية لدى الطلبة.
- ٣) نشر الوعي النفسي والتربوي والارشادي لدى الطلبة، للتعرف على أهمية الحصانة النفسية بما يساهم في رفع الصحة النفسية والبدنية لديهم.
- ٤) توصية الباحثين الاهتمام في بحوثهم بمواضيع علم النفس الايجابي تتمثل بالحصانة النفسية والرفاهية النفسية ، وذلك لضرورة مثل هذه الدراسات في مجتمعنا المليء بالضغوط.

المقترحات:

- ١) إجراء دراسة الحصانة النفسية وعلاقتها بمتغيرات مثل: (تقدير الذات، التفاؤل، التفكير الايجابي).
- ٢) إجراء دراسة الحصانة النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية.
- ٣) إجراء دراسة الرفاهية النفسية وعلاقتها بمتغيرات مثل: (الابداع الانفعالي، الذكاء الاخلاقي، جودة الحياة).
- ٤) اجراء دراسة لمعرفة مستوى الرفاهية النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية.

المصادر/أولاً: المصادر العربية:

١. أرجايل، مايكل (١٩٩٣): سيكولوجية السعادة، ترجمة (فيصل يونس)، عالم المعرفة، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت، العدد(١٧٥).



فصلية محكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

٢. الامام، مصطفى محمود وآخرون (١٩٩٠): القياس والتقويم، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد.
٣. أماني، عبد الوهاب (٢٠٠٠): السعادة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من المراهقين من الجنسين، مجلة البحوث النفسية والتربوية، مجلد (٢١) العدد (٢) كلية التربية جامعة المنوفية، (٢٥٤-٣٠٨).
٤. جمال، رسول شاهين (٢٠٢٤): المتانة العقلية لدى طلبة جامعة كركوك، مجلة جامعة كركوك للدراسات الإنسانية، المجلد (١٩)، العدد (٢)، الجزء الثاني، ٩٦٩-١٠٠٧.
٥. جودة، أمال وأبو جراد، حمدي (٢٠١٠): التنبؤ بالسعادة في ضوء الأمل والتفاؤل لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، مجلد (٢٤)، العدد (٢)، ١٣٠-١٦٢.
٦. جولدستين، بروكس (٢٠١١): الصمود لدى الأطفال، ترجمة (صفاء الأعسر)، المركز القومي، القاهرة.
٧. ختانتة، سامي محسن وأبو سعد، أحمد عبد اللطيف (٢٠١٠): علم النفس الإسلامي، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع، الأردن.
٨. خدادوست، الفراح لطيف وجعفر، زهرة موسى (٢٠٢٢): الحصانة النفسية عند طلبة الجامعة، مجلة ديبالي للبحوث الإنسانية، العدد الثاني والتسعون، العراق.
٩. الحولي، هشام (٢٠٠٢): الذكاء الوجداني كدالة للتفاعل بين الجنس، تقدير الذات، السعادة، والقلق لدى عينة من طلاب المرحلة الجامعية، مجلة كلية التربية بنينا، ٤٨، ١١٩-١٥٩.
١٠. دميال، أحمد عجيل ياور (٢٠١٩): التعصب وعلاقته بالذكاء الأخلاقي لدى طلبة كلية التربية للعلوم الإنسانية والصفحة (دراسة مقارنة)، مجلة جامعة كركوك للدراسات الإنسانية، المجلد (١٥)، العدد (٢).
١١. الزهراني، أحلام والكشكشي، مجدة (٢٠٢٠): الرفاهية النفسية وعلاقتها بإدارة الذات لدى عينة من الطالبات ذوات الإعاقة بجامعة الملك عبد العزيز، مجلة الملك عبد العزيز للآداب والعلوم الإنسانية، المجلد (٢٨)، العدد (١٣)، ٢٢٠.
١٢. الصرايرة، أسماء تاياف (٢٠٢١): اليقظة العقلية وعلاقتها بالرفاهية النفسية وفقاً لنموذج رايف لدى طلبة جامعة مؤتة، مجلة مؤتة للدراسات الإنسانية، المجلد (٣٧)، العدد (٢)، ٦٤٧-٦٩٦.
١٣. الطريحي، عبد الرحمن بن سليمان (١٩٩٧)، القياس النفسي والتربوي (نظريته أسسه تطبيقاته)، ط١، مكتبة الرشد، الرياض.
١٤. عبد العال، محمد أحمد، وآخرون (٢٠١٣): الاستمتاع بالحياة في علاقته ببعض متغيرات الشخصية الإيجابية « دراسة في علم النفس الإيجابي » مجلة كلية التربية بنينا، العدد (٩٣)، الجزء (٢).
١٥. العري، هلال بن سالم بن سليمان (٢٠٢١): الرفاهية النفسية وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي لدى طلبة جامعة السلطان قابوس - سلطنة عمان، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد (٧)، العدد (١)، ٢٠-٤٢.
١٦. المعجمي، راشد مانع والمملان، أمل فلاح (٢٠٢١): التنظيم الانفعالي والكفاءة الأكاديمية كمؤشر تنبؤي للرفاه النفسي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الأحدي بدولة الكويت، مجلة أكاديمية شمال أوروبا للعلوم والبحث العلمي، المجلد (٣)، العدد (١١)، ١٤١-١٦٨.
١٧. عطية، محسن علي (٢٠٠٩): البحث العلمي في التربية (مناهج - أدوات - وسائل الاحصائية)، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
١٨. غلام، رجاء محمود أبو (٢٠٢٠): مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، ط٧، دار النشر للجامعات، القاهرة.
١٩. عودة، أحمد سليمان (١٩٨٥): القياس والتوجيه النفسي في العملية التدريسية، دار الفكر للنشر والتوزيع، الأردن.
٢٠. غنيم، محمد عبد السلام (٢٠٠٤): مبادئ القياس والتقويم النفسي والتربوي، جامعة حلوان، مصر.
٢١. فرحان، حميد عبدالله (٢٠١٨): الرفاهية النفسية وعلاقتها بنسبتي الشخصية (A-B) لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة تكريت، العراق.
٢٢. القاضي، بيان يونس عابد (٢٠١٩): الحصانة النفسية وعلاقتها بالإدما على الانترنت لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة تكريت، العراق.
٢٣. كفاي، علاء الدين والنبال، مایسة (٢٠٠٨): سيكولوجية الرفاهية النفسية (دراسات نظرية وتطبيقية)، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.
٢٤. محمود، أحلام (٢٠٠٧): مستويات ومادر اشباع السعادة كما يدركها المسنون في ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية وبعض

فصلية مُحَكِّمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

- المتغيرات الأخرى، المجلة العربية للدراسات النفسية، المجلد (٧)، العدد (٥٦)، ١١٥-١٩٣.
٢٥. معمرية، بشير (٢٠١٢): علم النفس الإيجابي - اتجاه جديد لدراسة القوة والفضائل الإنسانية، دار الخلدونية، الجزائر.
٢٦. النبال، مایسة وماجدة، علي (١٩٩٥): السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والشخصية لدى عينة من المسنين والمسنات، مجلة علم النفس، العدد (٣٦)، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب، (٤٦-٧٨).
٢٧. ياسين، حمدي محمد وسرميني، إيمان وشاهين، هيام صابر صادق (٢٠١٤): الصداقة والرفاهية النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية (جامعة بنها)، مصر، ٣٥١-٣٩٧.
- ثانياً: المصادر الأجنبية:

28. Albert, L. E.-L., & Marton, R. (2011): Relationship between the characteristics of psychological immune system and the emotional tone of personality in adolescents. The New Education, 23(1), 103-115.
29. Albert-Lorincz, Albert-Lorincz, M.Kadar, A. Krizbai and Marton, R.(2012): Relationship between the characteristics of the Psychological immune system and the emotional tone of Personality in adolescents. The New Education Review, Vol(23), No(1), 103-115.
30. Anastasia ,A and Urbin,S. (1997): Psychology Testing, 7th ed, Prentice-Hall , New YORK.
31. Bandalos, D, L, (2002): The effects of item parceling on goodness-of-fit and parameter estimate bias in structural equation modeling. Structural equation modeling, 9(1), 79-102.
32. Bona, K. (2014): An Exploration of the Psychological immunity System in Hungarian Gymnasts, Master s Thesis in Sport and Exercise Psychology. University of Jyväskylä.
33. Bredacs, A. M. (2016): Psycholoical Immunity Research to the Improvement of the Profesional Teacher Training National Methodological and Training. Practice and Theory in Systems of Eduaation, 11(2), 118-141.
34. Charles, S. C., & Eddie, H.J. (2009): Anger is an approach-related affect: evidence and implications. American Psychological Association, 135(2), 183-204.
35. Diener, E. (2000): Subjective wellbeing. Psychological Bulletin, 2(95), 542
36. Diener, N.1.(1997): What the experts say: scholarly research on post-divorce parenting and child well-being (chapter). Washington study, 1-11.
37. Dubey, A., & Shahi, D.(2011): Psychological Immunity and Coping strategies : A study on medical professionals. Indian Journal Science Researches, 8(1-2), 36-47.
38. Ebel, R.L (1972): Essentials of educational measurement second edition. New Jersey prentice Hall.
39. Elias, H. uguak (2006): Academic Adjustment and Psycholoical Well-Being among Students in an International School in Kualalumpur, Malaysia. Journal





فصلية محكمة تعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية
العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

- of Personality and Social Psychology. Vo.25, No.4, 1012-1022.
40. Geen, G.R, G. (1995): Human motivation – Asocial psychological approach. California, Grove, Calif, Brooks Cloe Publishing Company.
41. Gibert, D. T., & Ebert, J.E.J. (2002): Decisions and Revisions: The Affective forecasting of changeable outcomes, Journal of Personality and Social Psychology, 82(4), 503-514.
42. Lapsley, D. K., & Hill, P. L. (2010): Subjective Invulnerability, Optimism Bias and Adjustrnt in Emerging Adulthood. Journal of Youth & Adolescence. Aug2010, Vol (39) Issue 8, 847-857.
43. Myers, D. & Deiner, E. (1995): Who is happy? Psychological Science, 6(1).
44. Olah, A. (2004): Psychological immunity: A new concept in coping with stress. Applied Psychology in Hungary, 56, 149-161.
45. Olah, A., (2005): Anxiety, Coping and Flow, Empirical studies in interactional perspective, Budapest, trffortpress.
46. Olah, A., (2006): Social Context Of the Healthy Personality development and Psychological Immunity: a longitudinal approach, Journal of Personality and Social psychology. Vol(5), N(4), 615-643.
47. Olah, A., (2009): Psychological immunity: A New concept of coping and resilience. Dubrovnik. Coping & Resilience International Conference.
48. Ryff, C. and singer, (2008): Psycholoical Wei-Being and Ill- Being: Do they Have Distinct or Mirrored Biological Correlates? Psychotherapy Psychometrics, 75.
49. Seligman, M. (2002): Positive Therapy. In C. Snyder & S. J. Lopez (Eds.). The Handbook of positive psychology. New York: Ox Ford.
50. White, M., & Waters, L. (2014): A case study of the Goods school, The Journal of Positive Psychology, (69), 719-727.
51. Wilson, T. & Gilbert, D. (2005): Affective forecasting Knowing What to want, American Psychologiczal Societ, 14(3), 131-134.

ملحق (١) قائمة بأسماء السادة الخبراء والمحكمين

ت	اللقب العلمي	الاسم الثلاثي	الاختصاص	جهة العمل
١	أ. د.	اوان عزيز كاظم	علم النفس التربوي	جامعة تكريت/ كلية التربية
٢	أ. د.	جبار عبد القادر احمد	علم النفس التربوي	جامعة كركوك/ كلية التربية
٣	أ. د.	جنان قحطان سرحان	علم النفس التربوي	جامعة كركوك/ كلية التربية
٤	أ. د.	عامر مهدي صالح	القياس والتقويم	جامعة تكريت/ كلية التربية
٥	أ. د.	تمير ابراهيم حميد	علم النفس التربوي	جامعة تكريت/ كلية التربية
٦	أ. د.	سعد عبدالله حسن	علم النفس العام	جامعة كركوك/ كلية التربية
٧	أ. د.	نكري عید الحافظ عبد اللطيف	علم النفس التربوي	جامعة كركوك/ كلية التربية
٨	أ. د.	غزوان رمضان صالح	علم النفس التربوي	جامعة تكريت/ كلية التربية للبنات
٩	أ. د.	محمد عبدالله محمد	علم الاجتماع	جامعة كركوك/ كلية التربية
10	أ. د.	قحطان محمد عباس	علم النفس التربوي	جامعة كركوك/ كلية التربية

فصلية مُحكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية
العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م



فصلية مُحكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية



٤٠٤

Al-Thakawat Al-Biedh Maga-

Website address

White Males Magazine

Republic of Iraq

Baghdad / Bab Al-Muadham

Opposite the Ministry of Health

Department of Research and Studies

Communications

managing editor

07739183761

P.O. Box: 33001

International standard number

ISSN 2786-1763

Deposit number

In the House of Books and Documents

(1125)

For the year 2021

e-mail

Email

off reserch@sed.gov.iq

hus65in@gmail.com



فصلية محكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية
العدد (١٧) السنة الثالثة جمادى الآخرة ١٤٤٦ هـ كانون الأول ٢٠٢٥ م

general supervisor

Ammar Musa Taher Al Musawi

Director General of Research and Studies Department

editor

Mr. Dr. fayiz hatu alsharae

managing editor

Hussein Ali Mohammed Al-Hasani

Editorial staff

Mr. Dr. Abd al-Ridha Bahiya Dawood

Mr. Dr. Hassan Mandil Al-Aqili

Prof. Dr. Nidal Hanash Al-Saedy

a.m.d. Aqil Abbas Al-Rikan

a.m.d. Ahmed Hussain Hai

a.m.d. Safaa Abdullah Burhan

Mother. Dr. Hamid Jassim Aboud Al-Gharabi

Dr. Muwaffaq Sabry Al-Saedy

M.D. Fadel Mohammed Reda Al-Shara

Dr. Tarek Odeh Mary

M.D. Nawzad Safarbakhsh

Prof. Nouredine Abu Lehya / Algeria

Mr. Dr. Jamal Shalaby/ Jordan

Mr. Dr. Mohammad Khaqani / Iran

Mr. Dr. Maha Khair Bey Nasser / Lebanon