مستوى الهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الأساسية في دولة الكويت في ضوء بعض المتغيرات

إعداد

د/ حمدان سعود العدواني
أستاذ مشارك – قسم التربية الخاصة
كلية التربية الأساسية - الكويت

د/ سلوى عبدالهادي الظفيري
أستاذ مشارك – قسم التربية الخاصة
كلية التربية الأساسية – الكويت

مستوى الهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الأساسية في دولة الكويت في ضوء بعض المتغيرات

حمدان سعود العدواني[١]، سلوى عبدالهادي الظفيري[٢]

قسم التربية الخاصة، كلية التربية الأساسية، الكويت

[١] **البريد الالكتروني للباحث الرئيس: Hamdansq8@hotmail.com**

ملخص البحث:

هدف البحث إلي التعرف على مستوى الهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الأساسية في ضوء بعض المتغيرات(النوع، التخصص، المعدل التراكمي، العمر، السنة الدراسية، والحالة الاجتماعية)، وقد تكونت عينة البحث من (٣٢٢) طالباً وطالبةً تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وطُبق عليهم مقياس الهناء النفسي إعداد (Ryff, 1989)، وترجمة العنزي (٢٠٢٢)، وأظهرت النتائج: أن مستوى الهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الأساسية كان مرتفعًا في جميع ابعاد مقياس الهناء النفسي، إذ حل بالمرتبة الأولى بعد العلاقات الايجابية مع الأخرين، في حين جاء بعد الاستقلالية بالمرتبة الأخيرة، كما بينت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الهناء النفسي تعزي لمتغيرات النوع والعمر والتخصص والسنة الدراسية، في حين وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء النفسي تعزي لمتغير الحالة الاجتماعية لصالح الطلبة المتزوجين، كما أوضحت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء النفسي تعزي لمتغير المعدل التراكمي وذلك لصالح فئات المعدل (ممتاز، وجيد جدا، وجيد) عند الذكور.

الكلمات المفتاحية: الهناء النفسي، النوع، التخصص، المعدل التراكمي، العمر، السنة الدراسية، الحالة الاجتماعية، طلبة التربية الخاصة.

Psychological Well-Being Levels among Special Education Students at the College of Basic Education in Kuwait: A Study of Various Variables

Hamdan Saud Al-Adwani[١], Salwa Abdulhadi Al-Zafiri[٢]
Department of Special Education, College of Basic Education, Kuwait.
[١]Corresponding author E-mail: Hamdansq8@hotmail.com

ABSTRACT

This research aimed to investigate the level of psychological well-being among special education students at the Faculty of Basic Education, considering various variables such as gender, specialization, cumulative GPA, age, academic year, and social status. The research sample comprised 322 randomly selected students. The Psychological Well-Being Scale, developed by Ryff (1989) and translated by Al-Anzi (2022), was administered to the participants. The results revealed that the psychological well-being level among special education students at the Faculty of Basic Education was high across all dimensions of the psychological well-being scale. Positive relationships ranked highest, while independence ranked lowest. Additionally, the findings indicated no statistically significant differences in the level of psychological well-being based on gender, age, specialization, and academic year. However, significant differences were observed in the level of psychological well-being concerning the social status variable, favoring married students. Furthermore, statistically significant differences in the level of psychological well-being were found concerning the cumulative GPA variable, favoring specific GPA categories (Excellent, Very Good, and Good) among male students.

Keywords: Psychological Well-being, Gender, Specialization, Cumulative GPA, Age, Academic Year, Marital Status, Special Education Students.

مقدمة:

تعد السعادة مطلبًا وغاية يسعى إليها جميع الأفراد على مختلف تخصصاتهم وانتمآتهم ومستوياتهم الثقافية والمجتمعية والاقتصادية؛ فمنذ أن نشأت الحضارات كانت غاياتها الوصول إلى تحقيق الرفاهية وتحسين مستوى العيش ونيل السعادة لجميع أفرادها. وبالرغم من اختلاف وجهات النظر لمفهوم السعادة لدى افراد المجتمعات والمنطلقات الفكرية، فكل مجتمع يبحر في خيالاته وتوظيف ابداعاته لتحقيق آليات السعادة كما يراها. ومن هذا المنطلق فإن للهناء النفسي دور كبير وهو وسيلة فاعلة تحقق الاتزان الانفعالي لمواجهة معترك الحياة وتحدياتها المتجددة والوصول للسعادة المنشودة. وتتجلى منارة التعليم معلما ينشده ويتطلع إليه الأفراد والمجتمعات لتحسين أحوالهم ومعيشتهم وتحقيق الرفاهية لعموم أفراد المجتمع. وكما هو معلوم بأن المجتمعات تقوم بعد الله سبحانه وتعالى على سواعد أبنائها باستثمار قدراتهم الواعدة من خلال تبني التنمية الشاملة في بناء وتأصيل شخصيات افرادها. وبهذا يبرز مفهوم الهناء النفسي ليكون مكونا أساسيا في بناء البرامج المهتمة بالتنمية البشرية للتعامل مع تطورات الحياة ومشكلاتها المتجددة ووضع الحلول الإبداعية وتبنيها. وبذلك تتحمل المؤسسات التعليمية والتربوية مسؤولية كبيرة في تقديم البرامج التنموية من أجل بناء شخصية طلابها، وإعداد المخرجات التي تشع بالثقة والمهارات المتعددة لتحقيق هذا المبدأ الأصيل.

ويختلف الطلاب بشكل كبير في قدرتهم على التعامل مع هذه التحديات الجديدة والتكيف معها، ويواجه بعضهم تحديات أكثر من غيرهم؛ فالطلاب الذين يتكيفون بشكل فعال مع بيئتهم الاجتماعية والأكاديمية الجديدة هم أكثر قدرة علي الاستمرار في الكلية والحصول في نهاية المطاف على درجة علمية، ومن الموارد المهمة لإنجاز هذا التحول في الحياة بنجاح هو الأداء النفسي الإيجابي والمعروف باسم الهناء النفسي، لذا فإن المهارات والتصورات التي تشكل خطط الفرد اليومية ضرورية للانخراط بنجاح في علاقات هادفة، والتنقل في بيئة الفرد، وتحقيق أقصى إمكاناته طوال حياته (Bowman,2010) .

وأوضح (Ryff, 1989) أن الهناء النفسي يشير إلى مدى شعور الفرد بأن لديه سيطرة ذات معنى على حياته وأنشطته. ومع ذلك أصبحت مشاكل الصحة النفسية شائعة بشكل متزايد بين طلاب الجامعات في الوقت الحاضر، وقد قدم Ryff ستة أبعاد أساسية للهناء النفسي وهي: ١) قبول الذات (حالة وجود أفكار ومشاعر إيجابية تجاه الذات)؛ ٢) العلاقات الإيجابية مع الآخرين (القدرة على الدخول في علاقة دافئة وثقة مع الآخرين)؛ ٣) الاستقلالية (القدرة على الاستقلال والتعامل مع الضغوط الاجتماعية)؛ ٤) التمكن البيئي (القدرة على التكيف أو التغيير أو خلق البيئة الخاصة بالفرد وفقًا لاحتياجاته من خلال الأنشطة البدنية والعقلية)؛ ٥) الهدف في الحياة (حالة وجود أهداف وغايات في الحياة والعمل على تحقيق الأهداف)؛ و٦) النمو الشخصي (النمو والتطور المستمر للذات).(Roslan., Ahmad., Nabilla., & Ghiami, 2017)

وأشار (Siddiqui,2015) إلي أن هناك عوامل مختلفة تؤثر على مستوى الهناء النفسي لدى الطلاب فهم يتعرضون للعديد من المواقف الضاغطة التي تسبب لهم القلق والإحباط والإرهاق العاطفي والتعاسة وانخفاض مستوي الرضا مما يقلل من مستوى الهناء النفسي لديهم.

ويرى (Ryff, & Singer, 1996) أن سيطرة الفرد على البيئية واستقلاليته تميل إلى الزيادة مع تقدم العمر (خاصة من الشباب إلى البالغين في منتصف العمر)، في حين يتناقص الهدف في الحياة والنمو الشخصي مع تقدم العمر (خاصة من منتصف العمر إلى البالغين

المسنين)، دون فروق عمرية بالنسبة للذات والقبول والعلاقات الإيجابية مع الآخرين؛ علاوة على ذلك أن الاناث من جميع الأعمار يقدرن أنفسهن بشكل أعلى في العلاقات الإيجابية مع الآخرين والنمو الشخصي، كما وجد أن الطلاب ممن هم في المرحلة المتأخرة من المراهقة المراهقين أظهروا نموًا شخصيًا وهدفًا في الحياة أكبر من المراهقين المتوسطين، وأن الذكور يقدرون أنفسهم بشكل أعلى في التمكن البيئي وقبول الذات من الإناث(Siddiqui, 2015)

ويعد التوتر أمرًا شائعًا بين الطلاب في السياق الأكاديمي (Zajacova., Lynch., & Espenshade, 2005). نتيجة لذلك فإن قدرة الطالب على منع الاضطراب النفسي يرتبط ارتباطًا وثيقًا بإمكاناته الشخصية، وتحديدًا الاستخدام الفعال لاستراتيجيات المواجهة(Salami 2008) . وتعد التحديات رد فعل تكيفي للكائن الحي لمتطلبات البيئة وعندما تنشأ هذه المطالب في سياق تعليمي فمن المهم الإشارة إلى آليات التكيف الخاصة بالضغوط الأكاديمية (Gustems-Carnice., & Calderón,2013) .

وأظهرت بعض الدراسات أن الضغوط الأكاديمية تزداد مع تقدم الطلاب في حياتهم المهنية الأكاديمية ، وأنه يصل إلى أعلى مستوياته أثناء البحث الجامعية ويرجع ذلك جزئيًا إلى أن الطلاب يواجهون العديد من الأعمال التي تعتبر عبئًا عليهم من وجهة نظرهم، وقد يتزامن ذلك مع دخولهم الجامعة و وانفصالهم عن الأسرة والتكيف مع البيئة الجامعية الجديدة ولذا قد يشعر الطلاب بالإرهاق الجسدي والنفسي، وتكون لديهم شكوك حول قدراتهم، ويتطور لديهم موقف تجنبي تجاه دراستهم (de Jorge Moreno., Gil., de Lucas., & Triguero, 2011). ومن المهم بالنسبة للمؤسسة التعليمية أن تكون على دراية بمستويات التوتر الأكاديمي بين طلابها، حيث يرتبط التوتر بأعراض جسدية (Donaghy, 2004) ، وأعراض نفسية مثل القلق والاكتئاب (Gustems-Carnicer., & Calderón, 2013)

مشكلة البحث:

يمر العالم بتطورات إقليمية وعالمية مليئة بالصراعات التي بدورها تثير القلق والتفكير في صناعة المستقبل والتعامل مع المشكلات المتجددة لإيجاد موطن قدم واستقرار للأفراد وللحضارات المنتمين لها. وهذا بدوره يشكل ضغطا نفسيا كبيرا على افراد المجتمعات، ويشكل الطلبة المعلمين عنصرا مهما وفاعلا في صناعة التنمية البشرية لمواجهة هذه الازمات، مما يتطلب على العاملين في المجال التعليمي والتربوي مسؤوليات كبيرة تسهم في تشكيل وتطمين الافراد من خلال تطوير ذواتهم واكتشاف وتطوير القدرات والامكانيات والمواهب المتعددة لتحقيق الرقي والرفاهية والهناء النفسي لعموم أفراد المجتمعات.

بالإضافة إلى ذلك أظهرت بعض الدراسات أن ٤٦,٢% من الطلاب يعانون من اضطرابات وجدانية (Zaid., Chan., & Ho, 2007) . كما وجد (Fuad,2015) أن معدلات انتشار التوتر والقلق والاكتئاب لدى الطلاب بين الطلاب كانت ١٦,٩٪ و ٥٢٪ و ٢٤,٤٪ على التوالي. وقد كشفت هذه الدراسات الكثير عن الحالة النفسية المحبطة للطلاب في مؤسسات التعليم العالي. كما أظهرت الدراسات التي أجريت في ماليزيا أيضًا انخفاض مستوى الهناء النفسي بين طلاب الجامعات في ماليزيا (Zulkefly., & Baharudin, 2010) . وأفاد أيضًا أن الضغوطات ذات الصلة بالأكاديمية أثرت على الطلاب أكثر من غيرهم(Roslan., Ahmad, Nabill., & Ghiami,2017)

كما يعد التحقق من الفروق بين الجنسين في الهناء النفسي أمرًا مهمًا، فليس كل الأفراد متطابقون. فقد أسفرت بعض الدراسات حول الاختلافات بين الجنسين في الهناء النفسي عن نتائج متناقضة (Ryff & Singer, 1998; Roothman., Kirsten., & Wissing 2003) مما يؤكد الحاجة إلى دراسة المزيد حول تأثير النوع الاجتماعي على الهناء النفسي، ويمكن أن يؤدي إلى الأداء البشري التكيفي وتجارب الحياة الإيجابية (Perez.,2012)

وأوضحت بعض الدراسات في البيئة العربية وجود تأثيرات مباشرة موجبة دال إحصائيًا للحكمة في بعض أبعاد الهناء النفسي (الخطيب،٢٠١٧) كما وجدت علاقه ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس حس الفكاهة والهناء النفسي (رمضان،٢٠١٩)، كما وجدت فروق في الهناء الشخصي بأبعاده (الرضا عن الحياة، الوجدان الإيجابي، الوجدان السلبي) لصالح الإناث، وفي بعدي الرضا عن الحياة والوجدان الإيجابي لصالح المتزوجات دراسة محبوب(٢٠١٧)، كما وجدت فروقًا في الهناء النفسي لصالح الإناث(محمد ، ٢٠١٩)، (التميمي؛ وناصر،٢٠١٩)، في حين لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الهناء النفسي بين المتزوجات وغير المتزوجات (فهد، وعباس،٢٠٢٢).

ومن الملاحظ في الميدان التربوي قيام المدارس في معظمها بالتركيز والاهتمام بالمجال التحصيلي الاكاديمي لتنمية طلبتها. وغالبا يكون اختزال مفهوم التنمية عند الطلبة المتفوقين والعاديين في المجال التحصيلي فقط، وقد لمست هذه الحقيقة أثناء عملي في المدارس كمعلم وتربوي لمدة طويلة؛ كما أن التنمية البشرية للطلبة للمتفوقين والموهوبين والعاديين لا بد أن تتناول التنمية الشاملة للشخصية في جميع جوانبها والتي لا تقل أهمية عن المجال التحصيلي، ومن هذه المجالات المهمة تبني تنمية الجانب الانفعالي والابداعي والاجتماعي والدافعي إلى الجانب العقلي والتحصيلي.

لذا فإن قيام هذا البحث والذي تناولت مفهوم الهناء النفسي وتبنيه بمفهومه الشامل ثم توظيفه في برامج إعداد الطلبة معلمي التربية الخاصة، لتطوير مهاراتهم حتى نطمئن من قدراتهم وكفاءة قيامهم برسالتهم في المستقبل القريب، وتطبيق برامج تطوير رعاية الشخصية للطلبة المتفوقين والموهوبين والمعاقين والعاديين؛ الأمر الذي يعطي دفعة قوية لإعداد هذا البحث والوقوف على نتائج تكون لبنه متواضعة وقيمة مضافة في منظومة رعاية طلبة التربية الخاصة بجميع فئاتهم بالإضافة للطلبة العاديين، وتتحدد مشكلة البحث الحالي في السؤال الرئيس التالي: ما مستوى الهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الأساسية في دولة الكويت في ضوء بعض المتغيرات؟ **ويتفرع منه الأسئلة التالية:**

السؤال الأول: ما مستوى الهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الاساسية في دولة الكويت؟

السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الأساسية في دولة الكويت تعزى لمتغير النوع (ذكور/ إناث)؟

السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الأساسية في دولة الكويت تعزى لمتغير عمر الطالب(٢١ سنة فأكثر، و أقل من ٢١ سنة) ؟

السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α≤ ٠,٠٥) بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الاساسية في دولة الكويت تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية(أعزب/ متزوج)؟

السؤال الخامس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α≤ ٠,٠٥) بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الاساسية في دولة الكويت تعزى لمتغير التخصص (تفوق، صعوبات تعلم، إعاقة عقلية، إعاقة سمعية)؟

السؤال السادس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α≤ ٠,٠٥) بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الاساسية في دولة الكويت تعزى لمتغير السنة الدراسية(أولى، ثانية، ثالثة، رابعة)؟

السؤال السابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α≤ ٠,٠٥) بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الاساسية في دولة الكويت تعزى لمتغير المعدل الجامعي(ممتاز، جيد جدا، جيد، مقبول)؟

أهداف البحث: هدف البحث إلي:

- التعرف علي مستوى الهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الأساسية في دولة الكويت.
- معرفة الفروق بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الاساسية في دولة الكويت وفقًا لمتغير النوع.
- معرفة الفروق بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الاساسية في دولة الكويت وفقًا لمتغير عمر الطالب.
- معرفة الفروق بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الاساسية في دولة الكويت وفقًا لمتغير الحالة الاجتماعية.
- معرفة الفروق بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الاساسية في دولة الكويت وفقًا لمتغير التخصص.
- معرفة الفروق بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الاساسية في دولة الكويت وفقًا لمتغير السنة الدراسية.
- معرفة الفروق بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الأساسية في دولة الكويت وفقًا لمتغير المعدل الجامعي.

أهمية البحث: تكمن أهمية البحث الحالي النظرية والتطبيقية فيما يلي:

(١)- الأهمية النظرية والتي تتمثل في محاولة فهم مستوي الهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الاساسية في دولة الكويت، والتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الهناء

النفسي، ويمكن تطويره من خلال دراسات أخرى، كما أن النتائج التي يمكن التوصل إليها قد تفتح المجال لدراسات أخرى تبحث في مستوى الهناء النفسي وعلاقتها بمتغيرات أخرى بما فيها سمات الشخصية.

(٢)- الأهمية التطبيقية والتي يمكن أن تساعد نتائج هذا البحث في زيادة وعي أولياء الأمور بمستوي الهناء النفسي لدي ابنائهم، وزيادة وعي المعلمين بمدي تأثير مستوي الهناء النفسي علي مستوى التحصيل الأكاديمي لهم، وإعداد البرامج الارشادية للطلاب الذين لديهم مستوى منخفض من الهناء النفسي، وعقد الورش والتدريبات للمعلمين وأولياء الأمور والمعنيين بالأمر لزيادة وعيهم بأهمية الاهتمام بجوانب الهناء النفسي لأبنائهم الطلاب.

مصطلحات البحث:

الهناء النفسي: Psychological Well-Being

يعرفه (Ryff, 1989) بأنه إلى مدى شعور الأشخاص بأن لديهم سيطرة ذات معنى على حياتهم وأنشطتهم وذلك من خلال أبعاد متمثلة في قبول الذات وإقامة علاقات إيجابية مع الآخرين، والتعامل باستقلالية مع الضغوط الاجتماعية، والتمكن البيئي خلال الأنشطة البدنية والعقلية، ووجود هدف في الحياة، مع النمو والتطور الشخصي.

ويعرف إجرائيًا في الدارسة الحالية بأنها: الدرجة التي يحصل عليها طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الأساسية علي مقياس الهناء النفسي الذي أعده (Ryff, 1989)، وترجمة خوري (٢٠١٩)، المستخدم في هذا البحث.

حدود البحث: تتحدد نتائج البحث الحالي بعدد من المحددات علي النحو الآتي:

(١)- محددات موضوعيّة: والتي تضمنت متغير الهناء النفسي والمتغيرات الديمجرافية وهي النوع(ذكور/ إناث)، والعمر(٢١ سنة فأكثر، و أقل من ٢١ سنة) والحالة الاجتماعية(أعزب/ متزوج)، والتخصص(تفوق، صعوبات تعلم، إعاقة عقلية، إعاقة سمعية)، والسنة الدراسية(أولى، ثانية، ثالثة، رابعة)، والمعدل الجامعي(ممتاز، جيد جدا، جيد، مقبول).

(٢)- محددات بشرية: والتي شملت عينة من طلبة التربية الخاصة بكلية التربية الأساسية.

(٣)- محددات مكانية: والتي تتحدد بكلية التربية الأساسية بمدينة الكويت.

(٤)- محددات زمانية: تم تطبيق أدوات البحث في ٢٠٢٢/٢٠٢٣م

الإطار النظري والدراسات السابقة:

اهتم علماء النفس والتربية بموضوع الهناء النفسي من حيث انه بعد مؤثر في الشخصية وعامل رئيسي في نجاحات الفرد في حياته الشخصية والاسرية والوظيفية ، وهم بذلك ركزوا على إيضاح مفهوم الهناء النفسي والعوامل المكونة له. والقيام بالعديد من البحوث والدراسات لتغطية هذا الجانب للوصول الى عالم الرفاهية التي ينشدها جميع الافراد واستفادة المجتمعات من الطاقات الكامنة والفاعلة التي وهبها الله للأفراد والمجتمعات على حد سواء.

وقد تعددت تعريفات الهناء النفسي تبعا لتعدد المنطلقات النظرية والفكرية والايدولوجية لدى الباحثين ، ومن هذه التعريفات ما جاء عند ارنوط (٢٠١٩) بأنه رضا الفرد عن

نفسه وشعوره بحالة إيجابية وتوازن داخلي لدى الفرد نتيجة لوعيه المعرفي والوجداني الإيجابي عن نفسه، بطابع مرن يقوم بتوظيفه في حياته الشخصية والأسرية والاجتماعية والمهنية، بالإضافة إلى علاقاته بالآخرين، والسعي نحو الإبداع.

وأشار السويلم (٢٠١٩) بأنها حالة صحية ونفسية المعنوية ، وشعوره بالرضا عن نفسه وتقبل ذاته مما يساعده على التواصل الفاعل وحل المشكلات والوصول للتفاؤل والسعادة والإيجابية.

نظرية رايف للهناء النفسي: بينت نظرية رايف أن الهناء النفسي يتضمن عدة أبعاد منها:

النمو الشخصي: ويتضمن فهم الفرد لنفسه والعمل على تطوير ذاته من الجوانب العقلية والانفعالية والاجتماعية ليكون مستعدا لتلقي الخبرات الجديدة وتوظيفها مع خبراته السابقة للوصول إلى التقدم المستمر.

بعد العلاقات مع الآخرين: وهو يشير الى العلاقة التي تتسم بالحب والدفء مع الآخرين والصحة النفسية والثقة المتبادلة مع الآخرين والوصول للنضج والصحة النفسية.

الاستقلالية: وهي قدرة الفرد على إدارة ذاته وتنظيم سلوكياته ومهاراته واتخاذ قراراته بمفرده.

التمكن البيئي: ويشير إلى قدرة الفرد في توفير واختيار البيئة المناسبة له والتي يستطيع بها التقدم وتوظيف طاقاته وابداعاته وتحقيق ذاته.

الغرض على الحياة: وهو إدراك الفرد لمعنى الحياة والصحة النفسية بما يحقق آماله وافكاره ومعرفة المعنى الحقيق للحياة.

أبعاد الهناء النفسي:

يعد الهناء النفسي مفهومًا متعدد الأبعاد، فهو لا يشتمل على بعد أو جانب واحد، ولكنه له جوانب متعددة، حيث يشير ديينر وآخرون (Diener et al., 1999) أن الهناء النفسي يشتمل على أربعة مكونات، هي كما يلي:

- **الهناء الإيجابي**: يشتمل هذا البعد على الجانب الإيجابي من الهناء، وهو يتعلق بالمشاعر الإيجابية مثل مشاعر الفرح، والسعادة والصحة النفسية.
- **الضغط النفسي**: ويشير إلى التأثيرات غير السار والذي يشتمل على مشاعر الذنب، والحزن، والغضب، والقلق، والتوتر والقلق.
- **الرضا عن الحياة**: يشتمل هذا الجانب على الرضا عن مختلف جوانب الحياة الأسرية والمهنية والمدرسية والاجتماعية، بحيث يشعر الفرد بدرجة من السعادة في ممارسة مختلف أنشطة حياته.
- **الرضا الموقفي**: يشير إلى الرضا المتعلق بمجال معين مثل العمل أو الصحة أو التعليم أو الأسرة، أو بمواقف محددة خلال هذا المجال.

ثم لخص(Diener, 2000) جوانب الهناء النفسي السابقة في ثلاثة جوانب فقط؛ هي كما يلي:

- **الرضا عن الحياة**: يشير إلى رضا الفرد عن حياته بمختلف جوانبها مثل الجانب المهني والجانب الزواجي، والجانب الاجتماعي والعلاقات بالآخرين، والجانب الصحي وغيرها من الجوانب.
- **المشاعر السارة**: تشتمل على الشعور بالمتعة والبهجة والسعادة والاعتزاز بالنفس والثقة فيها، وتقدير الذات المرتفع.
- **المشاعر السلبية:** مثل الحزن والخزي والعار والذنب والإنكسار وضعف الثقة بالنفس وغيرها.

أما (Santhosh & Appu, 2015) فيرى أن الهناء النفسي يتضمن بعدين هما:

- **المزاج**: يشير إلى الحالة الانفعالية المسيطرة على الفرد خلال فترة معينة من حياته، والتي يجب أن تكون حالة انفعالية سارة، يسودها الرضا والسعادة والقبول، حتى يشعر الفرد بالهناء النفسي.
- **العواطف**: تشتمل على تقييمات الفرد بصفة عامة حول حياته بصفة عامة أو بعض الجوانب المحددة منها، مثل الجانب المهني او المدرسي أو الأسري أو الاجتماعي أو غيره.

وقد قامت (Ryff & Keyes, 1995) بإجراء دراسة للتحقق من العوامل المكونة للهناء النفسي، وتبين أن هناك ستة عوامل للهناء النفسي هي كما يلي:

١- **قبول الذات**: ويشير المستوى المرتفع منه إلى تمتع الفرد بموقف إيجابي نحو ذاته، وقبول الجوانب المختلفة التي يتسم بها، سواء اشتملت على سمات جيدة أم صفات غير جيدة، كما تشتمل على شعور الإنسان بالرضا عن حياته الماضية. أما المستوى المتدني من قبول الذات فهو يشير إلى وانخفاض رضا الفرد عن ذاته، أو صفاته، وشعوره بالخزي وانخفاض الرضا عن حياته الماضية، كما يتمنى أن يتمتع بصفات مختلفة عما لديه.

٢- **العلاقات الإيجابية مع الآخرين**: ويشير المستوى المرتفع في هذا البعد إلى تمتع الفرد بعلاقات دافئة ومرضية مع الآخرين، تسودها الثقة المتبادلة، والاهتمام برفاهية الآخرين، والتعاطف القوي، والعاطفة الفعالة. أما الدرجة المنخفضة فتشير إلى انغلاق الفرد على ذاته، وضعف الثقة في الآخرين، والإحباط في العلاقات الشخصية.

٣- **الحكم الذاتي**: تشير الدرجة المرتفعة منه إلى قدرة الفرد على مقاومة الضغوط الاجتماعية للتفكير والتصرف، والقدرة على تنظيم السلوك داخليًا، والحكم بالمعايير الشخصية للفرد، والاستقلالية في الحكم والتفكير. وتشير الدرجة المنخفضة إلى الاهتمام الزائد بتوقعات وآراء الآخرين، والاعتماد على الآخرين في اتخاذ القرارات الخاصة به، والانصياع لضغوط الآخرين في مختلف المواقف.

٤- **التمكن من البيئة**: يشير المستوى المرتفع من هذا البعد إلى فعالية الفرد وقدرته على إدارة البيئة، واكتشاف الفرص في البيئة من أجل الاستفادة من تلك الفرص لتحقيق الأهداف، والعمل على ترتيب السياقات البيئية للاحتياجات الشخصية والقيم والشعور بالسيطرة على البيئة. أما الدرجة المنخفضة فهي تشير إلى صعوبة إدارة الفرد لحياته اليومية، وضعف إدراك الفرص المحيطة به، وضعف الإحساس بالسيطرة على البيئة.

٥- **الهدف من الحياة**: يشير المستوى المرتفع من هذا البعد إلى شعور الفرد بأنه لديه أهداف يسعى إلى تحقيقها من حياته، وأن الحياة لها معنى عنده سواء في الماضي أو الحاضر أو المستقبل، ويشير المستوى المتدني من هذا البعد إلى افتقاد المعنى من الحياة، والشعور بأن الحياة لا قيمة لها، والشعور بانخفاض وجود توجيه لحياته المستقبلية.

٦- **النمو الشخصي**: وتشير الدرجة المرتفعة من هذا البعد إلى التطور المستمر للفرد، وشعوره بنمو قدراته بصوره دائمة، ويشعر بتحسن سلوكياته ونمو ذاته بمرور الوقت. أما المستوى المنخفض من هذا البعد يشير إلى شعور الفرد بالثبات والركود، والافتقار للشعور بالتحسن أو نمو قدراته مع مرور الوقت.

الدراسات السابقة:

هدفت دراسة (Perez,2012) إلي تحديد الفروق بين الجنسين في مختلف جوانب الهناء النفسي بين طلاب الجامعات الفلبينية، وشارك في هذا البحث(٥٨٨) طالبًا. أكمل المشاركون ثمانية مقاييس لقياس جوانب مختلفة من الهناء النفسي، وأوضحت النتائج وجود اختلافات بين الجنسين من حيث الخبرة الروحية اليومية، والعلاقة مع الأب، والعلاقة مع الأقران، والاستقلالية، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والهدف في الحياة. ولم توجد فروق بين الجنسين في جوانب التأثير الإيجابي، والتأثير السلبي، والعلاقة بالأم، والعلاقة بالمعلم، والإتقان البيئي، والنمو الشخصي، وقبول الذات.

وسعت دراسة ابراهيم(٢٠١٦) إلى بناء واختبار نموذج للتسامح في علاقته بكل من العرفان، والعوامل الخمس الكبرى للشخصية(كمدخلات)، والهناء الذاتي (متمثلا في مكوناته ارضا عن الحياة، والوجدان الموجب، والوجدان السالب كمخرجات) لدي طلاب الجامعة. وتألفت العينة من (٣٩٦) طالبًا وطالبة، وطبقت عليهم مقاييس للعرفان ولعوامل الشخصية الخمس الكبرى, وللتسامح, ولهناء الذاتي، كشفت البحث عن النتائج التالية: تم استخراج أفضل نموذج حقق حسن مطابقة مع بيانات عينة البحث والذي تتضمن: مسارات موجبة دالة إحصائيا من العرفان، والانبساطية إلى التسامح، ومسار سالب دال إحصائيا من متغير العرفان إلى الوجدان الموجب، ومسار موجب دال إحصائيا من متغير العصابية إلى الوجدان السالب، ومسارات موجبة دالة إحصائيا لمتغير التسامح إلى متغيري الرضا عن الحياة، والوجدان الموجب، ومسار سالب غير دال إحصائيا من متغير التسامح الي متغير الوجدان السالب.

وهدفت دراسة (Shaheen.,& Shaheen,2016) إلى التعرف على علاقة الذكاء العاطفي بالهناء النفسي لدى طلاب مدارس الثانوية العليا بجامعة الإسلامية بالهند، علي بلغت(١٠٠) طالبًا وطالبة، تم اختيارهم عشوائيًا، وطُبق عليهم مقياس مظاهر الهناء النفسي (Masse, et al, 1998)ومقياس الذكاء العاطفي (Schutte et al, 1998)، وأظهرت نتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الذكاء العاطفي والهناء النفسي، وأن الطالبات سجلن درجات أعلى بكثير مقارنة بالطلاب في الذكاء العاطفي، في حين لم يكن هناك فرق كبير بين درجات الطلاب والطالبات في مستوى الهناء النفسي وكذلك في جميع أبعادها.

وحاولت دراسة الخطيب(٢٠١٧) بحث العلاقة السببية بين العوامل الخمسة للشخصية (يقظة الضمير، الانبساط، التفتح على الخبرات، العصابية، والمقبولية) كمتغيرات مستقلة، والحكمة كمتغير وسيط وأبعاد الهناء النفسي (الاستقلالية، السيطرة على البيئة والنضج الشخصي، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، الهدف في الحياة، وتقبل الذات) كمتغيرات تابعة. وبلغت عينة البحث (١٦٧) طالب وطالبة للعوامل الخمسة للشخصية إعداد Costa & McCrae 1992تعريب محمد أحمد هيبة ٢٠١١، ومقياس الحكمة إعداد مختار أحمد الكيال ومحمد إسماعيل حميدة ٢٠١٥، ومقياس الهناء النفسي إعداد ١٩٨٩ Ryff ترجمة وتعريب طه ربيع عدوي ٢٠٠٨. وتوصلت البحث إلى وجود مطابقة جديدة للنموذج المقترح بيانات عينة البحث. وتوصلت البحث إلى وجود تأثيرات مباشرة موجبة دالة إحصائيا لكل من يقظة الضمير والانبساط والتفتيح على الخبراء والحكمة، ووجود تأثيرات مباشرة موجبة دال إحصائية للحكمة في بعض أبعاد الهناء النفسي (السيطرة على البيئة، النضج الشخصي، والهدف في الحياة، وتقبل الذات.

وسعت دراسة محبوب (٢٠١٧) إلى الكشف عن العلاقة بين الهناء الشخصي والذكاء الوجداني لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى، تكونت عينة البحث من (٢٠٠) طالبا وطالبة من جامعة أم القرى طبق عليهم مقياس الهناء الشخصي (محمد، ٢٠٠٨) ومقياس الذكاء الوجداني(عبدالله وآخرون، ٢٠١٠)، وأشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة ارتباطية طردية بين الذكاء الوجداني وبعض أبعاد الهناء الشخصي، كما وجدت فروق ذو دلالة إحصائية في مقياس الهناء الشخصي بأبعاده (الرضا عن الحياة، الوجدان الإيجابي، الوجدان السلبي) لصالح الإناث في بعدي الرضا عن الحياة والوجدان الإيجابي ولصالح المتزوجات ولأفراد العينة ذوي السن ٢٤ سنة فأكثر، أما بعد الوجدان السلبي كان لصالح الذكور، ولصالح أفراد العينة ذوي السن ١٨ إلى أقل. كما بينت النتائج أنه توجد فروق ذو دلالة إحصائية في مقياس الذكاء الوجداني بأبعاده (الوعي بالذات، إدارة الاتصالات، التفهم، والتعامل مع الغير) لصالح الإناث في أبعاد الوعي بالذات، إدارة الاتصالات، التفهم لصالح المتزوجات ولأفراد العينة، وذوي السن ٢٤ سنة فأكثر، أما بعد التعامل مع الآخرين كان لصالح الذكور، ولصالح أفراد العينة ذوي السن ٢٤ سنة فأكثر.

وحاولت دراسة خليفة (٢٠١٩) الكشف عن فاعلية برنامج قائم على العمل التطوعي لتنمية الهناء النفسي للطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة وتم استخدام مقياس الهناء النفسي لرايف (1995) Ryff ترجمة وإعداد الباحثة، كما أعدت الباحثة برنامج قائم على العمل التطوعي لتنمية الهناء النفسي للطالبة المعلمة، واتبعت في هذه البحث المنهج شبه التجريبي باستخدام تصميم المجموعة الواحدة بالاختبار (القبلي، البعدي). وتكونت عينة البحث من (٤٠) طالبة من طالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية للطفولة المبكرة- جامعة بني سويف. وقد أسفرت نتائج البحث عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القياسين القبلي والبعدي في أبعاد مقياس الهناء النفسي (تقبل الذات، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، الاستقلالية، النمو الشخصي، التحكم البيئي، الهدف من الحياة، الدرجة الكلية) لصالح التطبيق البعدي، وكذلك لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في مقياس الهناء النفسي".

وهدفت دراسة علاجي (٢٠٢٠) إلى تحديد مستوى انتشار كل من الهناء النفسي والشفقة بالذات والكشف عن العلاقة بينهما، والتنبؤ بالشفقة بالذات من خلال الهناء النفسي لدي طالبات المرحلة الثانوية، من خلال استخدام مقياس الهناء النفسي إعداد Ryff,2014) : ترجمة محمد غازي، ٢٠١٩)، ومقياس الشفقة بالذات إعداد Neff 2003) :ترجمة: رياض

العاسمي، ٢٠١٥)، وتكونت عينة البحث من (٩٦) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية، وتوصلت النتائج إلى أن الأهمية النسبية للدرجة الكلية للهناء النفسي لدى الطالبات عينة البحث بلغت ٧٣,٨٣% وهي قيمة مرتفعة؛ مما يشير إلى ارتفاع مستوى الهناء النفسي لديهن، كما أن الأهمية النسبية للدرجة الكلية للشفقة بالذات لدى الطالبات عينة البحث بلغت ٦٣,١١% وهي قيمة متوسطة؛ مما يشير إلى ارتفاع مستوى الشفقة بالذات لدى الطالبات عينة البحث بشكل متوسط، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا عند مستوي بين الدرجة الكلية للهناء النفسي والدرجة الكلية للشفقة بالذات وأبعادهم المدروسة، كما يمكن التنبؤ بالدرجة الكلية للشفقة بالذات من خلال أبعاد الهناء النفسي.

وهدفت دراسة رمضان (٢٠١٩) إلى نمذجة العلاقات السببية بين حس الفكاهة والاندماج الأكاديمي والهناء النفسي، وتكونت عينة البحث من (١٠٠) من الطلاب المعلمين تخصص التربية الخاصة بكلية التربية بجامعة الباحة، وطُبق عليهم مقاييس: حس الفكاهة، ومقياس الاندماج الأكاديمي، ومقياس الهناء النفسي وجميعهم من إعداد الباحث، وأظهرت النتائج وجود علاقه ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس حس الفكاهة والهناء النفسي، ووجود علاقه ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس الاندماج الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس الهناء النفسي، في حين لا يوجد تأثير مباشر دال إحصائيا لحس الفكاهة في الهناء النفسي لدى أفراد عينة البحث، كما وجد تأثير مباشر دال إحصائيا لحس الفكاهة في الاندماج الأكاديمي لدى أفراد عينة البحث، وأيضا يوجد تأثير مباشر دال إحصائيا للاندماج الأكاديمي في الهناء النفسي لدى أفراد عينة البحث، ولا يوجد تأثير غير مباشر دال إحصائيا لحس الفكاهة في الهناء النفسي عبر الاندماج الأكاديمي.

وحاولت دراسة محمد (٢٠١٩) قياس مستوى الهناء النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية والفروق في مستوى الهناء النفسي وفقاً لمتغير المدارس (حكومية- أهلية)، ومتغير الجنس (ذكور- إناث)، وقد تكونت عينة البحث من (٢٩١) معلم ومعلمة اختيروا بطريقة عشوائية، واستخدمت الباحثة مقياس (Rayff,2006) بنسخته الأصلية ترجمة (النابغة فتحي محمد)، وأظهرت النتائج: تمتع أفراد العينة بصورة عامة بمستوى جيد من الهناء النفسي، كما وجدت فروق دالة إحصائياً وفقاً لمتغير المدارس (الحكومية-الأهلية) لصالح المدارس الحكومية، كما وجدت فروقًا بين (الذكور-الاناث) لصالح الإناث.

وهدفت دراسة التميمي؛ وناصر(٢٠١٩) إلى التعرف على الشخصية المبدعة والهناء النفسي لدى طلبة كلية التربية الأساسية في ضوء متغير النوع، وتكونت عينة البحث من (٣٢٠) طالبًا وطالبة، طُبق عيهم مقياسي الشخصية المبدعة والهناء النفسي، وأسفرت النتائج أن طلبة كلية التربية الأساسية من ذوي الشخصية المبدعة، وليس هناك بين طلاب وطالبات كلية التربية الأساسية علي مقياس الشخصية المبدعة، وأن طلبة كلية التربية الأساسية يتمتعون بالهناء النفسي كما وجدت فروقا دالة إحصائيا في الهناء النفسي بالنسبة لمتغير التوع لصالح الاناث.

وسعت دراسة علة؛ وبن الظاهر(٢٠٢٠) إلى قياس مستوى الذكاء الانفعالي والهناء النفسي لدى عينة من طلبة الجامعة، وقد أجريت البحث على عينة قوامها (٣٨٨) طالبًا، وتم تطبيق مقياس الذكاء الانفعالي من إعداد فاروق (٢٠٠٦) ومقياس الهناء النفسي من إعداد صادق

(٢٠١٦)، وأظهرت النتائج أن كل من مستوى الذكاء الانفعالي والهناء النفسي لدى الطلبة الجامعيين كان متوسطًا، ولم توجد وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الذكاء الانفعالي ومستوى الهناء النفسي لدى الطالب الجامعي تعزى لتغيري طبيعة النظام والسنن في حين وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء النفسي لدى الطالب الجامعي تعزي لمتغير الذكاء.

وهدفت دراسة عبدالجواد (٢٠٢١) إلى التعرف على العلاقات بين التشوهات المعرفية والصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة، علي عينة بلغت(٤٠٠) طالبة، طُبق عليهن مقاييس (التشوهات المعرفية - الصمود الأكاديمي - الهناء النفسي) من إعداد الباحثة، وأسفرت نتائج البحث عن وجود علاقة سلبية بين التشوهات المعرفية والصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة، كما وجدت وجود علاقة إيجابية بين الصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة، كما وجدت فروق في بعض أبعاد التشوهات المعرفية لدى طالبات الفرقة الرابعة، وفروق في الصمود الأكاديمي لصالح طالبات الفرقة الأولى، وفروق غير دالة في الهناء النفسي بين طالبات الفرقتين الأولى والرابعة، كما اوضحت النتائج انخفاض مستوى التشوهات المعرفية وارتفاع مستوى الصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة.

وحاولت دراسة حسن، وفضيل (٢٠٢١) التعرف على درجة الهناء النفسي لدى طلبة جامعة واسط، وتكونت العينة من ٤٠٠ طالبا وطالبة، طُبق عليهم مقياس الهناء النفسي من إعداد الباحثان، وأسفرت النتائج الى أن طلبة جامعة واسط يتمتعون بقدر متوسط من الهناء النفسي.

وحاولت دراسة أبوعيشة (٢٠٢٢) التعرف على علاقة الذكاء الانفعالي بكل من السمات الأساسية للشخصية والهناء النفسي، ودرجة إسهام كل من الذكاء الانفعالي والسمات الأساسية للشخصية في التنبؤ بالهناء النفسي، وذلك علي عينة بلغت(٢٤٧) طالبة جامعية، بعد تطبيق مقاييس البحث المتمثلة في الذكاء الانفعالي إعداد (عثمان ورزق ٢٠٠١) ومقياس السمات الأساسية للشخصية إعداد كوسا وماكري ترجمة الانصاري ١٩٩٧) ومقياس الهناء النفسي إعداد الباحث ، تبين وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الهناء النفسي والذكاء الانفعالي لدى طالبات جامعة الطائف، وبين الدرجة الكلية لمقياس الهناء النفسي وكافة السمات الأساسية للشخصية والدرجة الكلية له، كما وجدت علاقة ارتباطية بين أبعاد مقياس الذكاء الانفعالي وبعض السمات الأساسية للشخصية والدرجة الكلية له، وجاء الذكاء الانفعالي في الترتيب الأول من حيث إسهامه في الهناء النفسي لدى الطالبات، فيما جاءت السمات الأساسية للشخصية في الترتيب الثاني.

هدفت دراسة فهد، وعباس(٢٠٢٢) إلى التعرف على الفروق في الهناء النفسي لمعلمات رياض الأطفال تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية، ولتحقيق هدف البحث تم استخدام مقياس الهناء النفسي على عينة من مكونة من ٤٠٠ معلمة رياض أطفال، وتوصلت النتائج إلى أن معلمات رياض الأطفال يتصفن بالهناء النفسي بدرجة مرتفعة ، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الهناء النفسي بين المتزوجات وغير المتزوجات.

وسعت دراسة العبيدي، وانصاف (٢٠٢٢) إلي التعرف على الرفاهية النفسية لدى المرشدين التربويين والتعرف على دلالة الفروق في الرفاهية النفسية تبعا لمتغيري والنوع ومدة الخدمة، وتكونت العينة من ٤٠٠ مرشدًا من مرشدي المدارس الثانوية، وأسفرت النتائج أن

المرشدين التربويين يتمتعون بالرفاهية النفسية، في حين لا توجد فروق في الرفاهية النفسية بالنسبة لمتغيري النوع ومدة الخدمة.

هدفت دراسة العنزي (٢٠٢٢) إلى الكشف عن القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي والكفاءة الذاتية الاجتماعية والمناعة النفسية بالهناء النفسي لدى الطلبة الموهوبين علي عينة البحث بلغت (١٦٤) من طلبة المرحلة الثانوية الموهوبين بدولة الكويت، وتمثلت أدوات البحث في اختبار الحكم الموقفي للذكاء الانفعالي، ومقياس الكفاءة الذاتية الاجتماعية المدركة، ومقياس كونر-ديفيدسون للمناعة النفسية، ومقياس رايف للهناء النفسي، وأوضحت النتائج أنه يمكن التنبؤ بالهناء النفسي من خلال كل من المناعة النفسية والذكاء الانفعالي والكفاءة الذاتية الاجتماعية علي الترتيب، إذ أفادت نتائج البحث بقدرة بعدين من أبعاد الذكاء الانفعالي على التنبؤ بالهناء النفسي وهما بُعد السياق الانفعالي وبُعد استخدام مشاعر الفرد الذاتية وأن بُعد استشعار مشاعر الآخرين لا التنبؤ بالهناء النفسي، وأن بُعد الصلابة وبُعد التفاؤل من أبعاد المناعة النفسية يمكنهما التنبؤ بالهناء النفسي في حين بُعد المصادر لا يمكنه التنبؤ به.

تعقيب علي الدراسات السابقة: من خلال عرض الدراسات السابقة يتبين ما يلي:

- أن متغير الهناء النفسي أحد المتغيرات المهمة في الشخصية وهذا ما أكدته الدراسات السابقة؛ حيث تم دراسته لدي عينات مختلفة مثل المعلمين والطلاب والمراهقين.
- أن العديد من الدراسات السابقة استخدمت مقياس الهناء النفسي الذي أعده Ryff وتم ترجمته الي العديد من الثقافات الأجنبية، وعليه يمكن الاعتماد علي هذا المقياس في قياس الهناء النفسي لدي عينة البحث.
- أوضحت الدراسات السابقة أن هناك تناقض في نتائج الدراسات السابقة فيما يخص مستوي الهناء النفسي، وأيضًا المتغيرات الديموجرافية مثل النوع والسنة الدراسية وغيرها.
- أمكن الاستفادة من نتائج الدراسات السابقة في صياغة وتدعيم مشكلة البحث.

اجراءات البحث:

(١)- منهج البحث:

استخدام الباحثان المنهج الوصفي من أجل تحقيق أهداف البحث، والذي يهدف من خلاله وصف الظاهرة موضوع البحث وجمع المعلومات والبيانات الكمية وتحليل واقع الظاهرة وتفسيرها من حيث؛ طبيعتها ومستوي وجودها، واقتراح الخطوات والأساليب التي يمكن أن تتبع للوصول إلى الصورة التي ينبغي أن تكون عليه(المحمودي، ٢٠١٩، ٦٤).

(٢)- مجتمع البحث وعينته:

تكون مجتمع البحث من جميع طلبة التربية الخاصة في كلية التربية الأساسية في دولة الكويت الدارسين في الفصل الأول للعام الدراسي ٢٠٢٣/٢٠٢٤ ، والبلغ عددهم (٢٦٣٧) طالبًا وطالبة وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية، وبلغت العينة الكلية (٣٢٢) طالبا وطالبة، ويبين الجدول(١) توزع أفراد عينة البحث حسب متغيرات البحث:

الجدول (١)

توزيع أفراد عينة البحث حسب متغيرات البحث

الجنس			**العمر**			**الحالة الاجتماعية**		
الفئات	العدد	النسبة	الفئات	العدد	النسبة	الفئات	العدد	النسبة
أنثى	**202**	**62.7**	٢١ فأكثر	**196**	**60.9**	أعزب	**258**	**80.1**
ذكر	**120**	**37.3**	أقل من ٢١	**126**	**39.1**	متزوج	**64**	**19.9**
المجموع	**322**	**100**	المجموع	**322**	**100**	المجموع	**322**	**100**
التخصص			**السنة الدراسية**			**المعدل الجامعي**		
الفئات	العدد	النسبة	الفئات	العدد	النسبة	الفئات	العدد	النسبة
تفوق	**118**	**36.6**	أولى	**32**	**9.9**	ممتاز	**122**	**37.9**
صعوبات تعلم	**57**	**17.7**	ثانية	**116**	**36**	جيد جدا	**162**	**50.3**
اعاقة عقلية	**131**	**40.7**	ثالثة	**131**	**40.7**	جيد	**32**	**9.9**
اعقة سمعية	**16**	**5**	رابعة	**43**	**13.4**	مقبول	**6**	**1.9**
المجموع	**322**	**100**	المجموع	**322**	**100**	المجموع	**322**	**100**

يتبين من جدول (١) توزيع أفراد عينة البحث حسب متغيرات البحث بلغ عدد أفراد عينة البحث (٣٢٢) طالبا وطالبة، منهم (٢٠٢) من الاناث شكلوا ما نسبته (٦٢,٧%) من مجمل العينة، في حين شكل الذكور ما نسبته (٣٧,٣%).

(٣)- أداة البحث: مقياس الهناء النفسي: (Ryff ,1998) وطوره في البيئة الكويتيه العنزي(٢٠٢٢):

(أ)- وصف المقياس: قامت العنزي (٢٠٢٢) بتطوير مقياس الهناء النفسي على البيئة الكويتية، حيث تكون المقياس من (٤٢) عبارة موزعه على ستة أبعاد بواقع (٧) فقرات لكل بعد وهي: الاستقلالية، والتمكن البيئي، النمو الشخصي، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والحياة الهادفة، وتقبل الذات، وقد استخدم تدريج ليكرت السداسي، إذ يتطلب من الفرد الإجابة عنه من خلال اختيار انطباق كل جمله عليه باختيار أحد الاختيارات التالية: (١= غير موافق بشدة)، (٢= غير موافق بدرجة متوسطة)، (٣= غير موافق بدرجة بسيطة)، (٤= موافق بدرجة بسيطة)، (٥= موافق بدرجة متوسطة)، (٦= موافق بشدة)، ويتم عكس التدريج في العبارات السلبية وعددها (٢٢) وهي العبارات أرقام (٥،٦، ٧، ١٢، ١٣، ١٤، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠، ٢١، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٥، ٤٠، ٤١، ٤٢).

(ب)- الخصائص السيكومترية لمقياس الهناء النفسي: قام الباحثان في البحث الحالي بالتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس كما يلي:

الاتساق الداخلي للمقياس:

تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد، وذلك بعد تطبيقه على(٦٠) طالبًا وطالبة من طلبة التربية الخاصة في كلية التربية الاساسية للتحقق من الخصائص السيكومترية لأداة البحث، والجدول الآتي يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه:

جدول(٢)

معاملات الارتباط بين العبارة والدرجة الكلية للبعد ن=(٦٠)

الاستقلال		التمكين البيئي		النمو الشخصي		العلاقات الايجابية		الحياة الهادفة		تقبل الذات	
رقم ع	الارتباط	رقم ع	الارتباط	رقم ع	الارتباط	رقم ع	الارتباط	رقم ع	الارتباط	رقم ع	الارتباط
١	**٠,٥٦٧	٢	**٠,٤٥٦	٣	**٠,٦٦٤	٤	**٠,٥٤٣	٥	**٠,٦٧٢	٦	**٠,٦٥٤
٧	**٠,٧٢٣	٨	**٠,٦٧٢	٩	**٠,٤٣٤	١٠	**٠,٥٦١	١١	**٠,٥٦٢	١٢	**٠,٧٣٢
١٣	**٠,٤٥١	١٤	**٠,٧٩٢	١٥	**٠,٦٥٤	١٦	**٠,٧٣١	١٧	**٠,٦٣٢	١٨	**٠,٤٥٧
١٩	**٠,٦٤٣	٢٠	**٠,٧٠١	٢١	**٠,٥٨١	٢٢	**٠,٥٥٣	٢٣	**٠,٦٥١	٢٤	**٠,٥١٤
٢٥	**٠,٥٦١	٢٦	**٠,٤١٠	٢٧	**٠,٧٠٢	٢٨	**٠,٦٢١	٢٩	**٠,٦٤٣	٣٠	**٠,٦٥٣
٣١	**٠,٥٥٥	٣٢	**٠,٤٩١	٣٣	**٠,٥٦٧	٣٤	**٠,٦٣١	٣٥	**٠,٦٥٢	٣٦	**٠,٥٦٦
٣٧	**٠,٧٦١	٣٨	**٠,٧٨٢	٣٩	**٠,٧٧١	٤٠	**٠,٤٨٣	٤١	**٠,٥٦٢	٤٢	**٠,٥٦٤
٤٣	**٠,٤٩٨	٤٤	**٠,٦٧٢	٤٥	**٠,٥٥٦	٤٦	**٠,٦٧١	٤٧	**٠,٦٣٧	٤٨	**٠,٧٦٣
٤٩	**٠,٦٥٤	٥٠	**٠,٤٥١	٥١	**٠,٧٢١	٥٢	*٠,٦٣٢	٥٣	**٠,٥٦٤	٥٤	**٠,٧٤٣

**0.01 **

يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الارتباط الدالة تراوحت ما بين (٠,٤١٠ : ٠,٧٩٢) وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) وأصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (٤٢) عبارة.

الثبات: قام الباحثان بحساب ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ علي عينة بلغ قوامها(٦٠) طالبًا وطالبة من طلبة التربية الخاصة في كلية التربية للتحقق من الخصائص السيكومترية لأداة البحث، والجدول الآتي يوضح معاملات الثبات لأبعاد المقياس:

جدول(٣)

معاملات الثبات مقياس الهناء النفسي ن=(٦٠)

البعد	معامل ألفا للثبات	البعد	معامل الفا للثبات	البعد	معامل الفا للثبات
الاستقلال الذاتي	٠,٨٩١	النمو الشخصي	٠,٨٧٢	الحياة الهادفة	٠,٩٢١
التمكن البيئي	٠,٨٢٢	العلاقات الإيجابية	٠,٨٥١	تقبل الذات	٠,٩٣٤
الدرجة الكلية	معامل ألفا للثبات =٠,٩٦١				

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الثبات لأبعاد مقياس السعادة النفسية (الاستقلال الذاتي، التمكن البيئي، التطور الشخصي، العلاقات الإيجابية، الحياة الهادفة، تقبل الذات، الدرجة الكلية) بلغت على الترتيب (٠,٨٩١-٠,٨٢٢-٠,٨٧٢-٠,٨٥١-٠,٩٢١-٠,٩٣٤-٠,٩٦١) وهي مقبولة احصائيًا؛ مما يدعو إلى الثقة في النتائج التي يمكن التوصل إليها عند استخدام المقياس، وبهذا تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين(٤٢– ٢٥٢) درجة.

للحكم على مستوى المتوسطات الحسابيَّة للهناء النفسي استخدمت المعادلة الآتية:

(أعلى قيمة في التدريج – أدنى قيمة)/3

= (٦-1)/3= ١,٦٧

وبالتالي تكون فئات الحكم على المتوسطات الحسابية كما يلي:

١- إذا كان الوسط الحسابي أقل من أو يساوي (٢,٦٧) يكون المستوى منخفض.

٢- إذا كان الوسط الحسابي محصور بين (٢,٦٨- ٤,٣٥) يكون المستوى متوسط.

٣- إذا كان الوسط الحسابي أكبر من أو يساوي (٤,٣٦) يكون المستوى مرتفع.

المعالجة الإحصائية: لمعالجة بيانات البحث: تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة، وتحليل التباين الأحادي (ANOVA)

عرض النتائج ومناقشتها:

نتائج السؤال الأول ومناقشتها: والذي ينص علي ما يلي: ما مستوى الهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة لكلية التربية الاساسية في دولة الكويت؟" وللتحقق من هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الهناء النفسي كما هو موضح بجدول (٤) الآتي:

جدول (٤)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة في كلية التربية الاساسية في دولة الكويت ن(٣٢٢)

رقم البعد	البعد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	المستوى
4	العلاقات الايجابية مع الأخرين	**4.52**	**0.93**	**1**	مرتفع
3	النمو الشخصي	**4.48**	**0.89**	**2**	مرتفع
2	التمكن البيئي	**4.46**	**0.92**	**3**	مرتفع
5	الحياة الهادفة	**4.45**	**0.93**	**4**	مرتفع
6	تقبل الذات	**4.37**	**0.91**	**5**	مرتفع
1	الاستقلالية	**4.36**	**0.80**	**6**	مرتفع
	الدرجة الكلية للهناء النفسي	**4.44**	**0.66**	-	مرتفع

يبين الجدول (٤) أن مستوى الهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة في كلية التربية الاساسية جاء مرتفعا، إذ بلغ متوسطة الحسابي (٤,٤٤) وبانحراف معياري (٠,٨٠). وقد جاء بعد "العلاقات الايجابية مع الأخرين" بالمرتبة الأولى وبوسط حسابي (٤,٥٢) وبانحراف معياري(٠,٩٣). وبدرجة مرتفعة، أمّا بعد " النمو الشخصي" فقد جاء بالترتيب الثاني بوسط حسابي (٤,٤٨) وبانحراف معياري (٠,٨٩) وبدرجة مرتفعة، وفي المرتبة الأخيرة جاء بعد "الاستقلالية" بوسط حسابي (٤,٣٦) وانحراف معياري (٠,٨٠) وبدرجة مرتفعة، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة فهد، وعباس(٢٠٢٢) دارسة محمد (٢٠١٩) ودارسة حسن، فضيل (٢٠٢١) ، ودراسة العبيدي، انصاف (٢٠٢٢) ، ودراسة التميمي وناصر(٢٠١٩)؛ حيث أشارت إلى تمتع أفراد العينة بدرجة مرتفعة.

نتائج السؤال الثاني ومناقشتها: والذي ينص علي ما يلي: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥ ≥α) بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة في كلية التربية الاساسية تعزى لمتغير النوع(ذكور/ إناث)؟ وللتحقق من هذا السؤال تم استخدام قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ومستوى الدلالة للعينات المستقلة علي مقياس الهناء النفسي في ضوء متغير النوع (ذكور/ إناث) كما هو موضح بجدول (٥) الآتي:

جدول (٥)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للهناء النفسي وقيمة "ت" ومستوى الدلالة في ضوء متغير النوع(ذكور/ إناث) ن=(٣٢٢)

الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
أنثى	**4.43**	**0.71**	**0.03**	**320**	**0.97**
ذكر	**4.44**	**0.57**			

يبين الجدول (٥) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة تعزى لمتغير الجنس، حيث بلغت قيمة "ت" (٠,٠٣) وهي قيمة غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (**α**= ٠,٠٥). وقد اتفقت هذه النتيجة مع اغلب الدراسات السابقة المذكورة في البحث الحالية. واختلف نتيجة هذا السؤال في البحث الحالي مع دراسة محمد (٢٠١٩) حيث أشارت إلى وجود فروق في الهناء النفسي بين معلمي المدارس الحكومية والخاصة لصالح الاناث في المدارس الحكومية، ويبرر الباحثان هذا الاختلاف في البحث الحالي إلى أن جميع خريجي التربية الأساسية يعملون في المدارس الحكومية وتقارب المستوى سواء كان ذلك أثناء دراستهم في كلية التربية الأساسية أم العمل في المستقبل في المدارس الحكومية، كما اختلفت نتيجة هذا السؤال مع دراسة التميمي وناصر(٢٠١٩)؛ حيث اشارت بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في الهناء النفسي لصالح الاناث. كما اختلفت هذه النتيجة مع دراسة العنزي (٢٠١٨) والتي أشارت إلى وجود فروق في الهناء النفسي لصالح الذكور.

نتائج السؤال الثالث ومناقشتها: والذي ينص علي ما يلي: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (**α**≤ ٠,٠٥) بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة في كلية التربية الاساسية تعزى لمتغير عمر الطالب(٢١ سنة فأكثر، و أقل من ٢١ سنة) ؟، وللتحقق من هذا السؤال تم استخدام قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ومستوى الدلالة للعينات المستقلة علي مقياس الهناء النفسي في ضوء متغير عمر الطالب(٢١ سنة فأكثر، و أقل من ٢١ سنة) كما هو موضح بجدول (٦) الآتي:

جدول (٦)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للهناء النفسي وقيمة "ت" ومستوى الدلالة حسب متغير عمر الطالب ن=(٣٢٢)

العمر	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
٢١ سنة فأكثر	**4.48**	**0.68**	**1.25**	**320**	**0.21**
أقل من ٢١	**4.38**	**0.63**			

يبين جدول (٦) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة تعزى لمتغير عمر الطالب، حيث بلغت قيمة "ت" (١,٢٥) وهي قيمة غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (α= ٠,٠٥). وقد اختلفت هذه النتيجة مع ما جاء في دارسة محبوب (٢٠١٧) حيث في بعد (الرضا عن الحياة) عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأفراد العينة عن عمر ٢٤ فأكثر، ويبرر الباحثان ذلك بأن طلبة كلية التربية الأساسية قبل التخرج لا يصلون إلى هذا العمر، وبالتالي لا يمكن القول بأن هذه النتيجة قد تعارضت مع ما جاء في دراسة محبوب.

نتائج السؤال الرابع ومناقشتها: والذي ينص علي ما يلي: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α≤ ٠,٠٥) بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة في كلية التربية الاساسية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية(أعزب/ متزوج)؟، وللتحقق من هذا السؤال تم استخدام قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ومستوى الدلالة للعينات المستقلة علي مقياس الهناء النفسي في ضوء متغير الحالة الاجتماعية(أعزب/ متزوج)، كما هو موضح بجدول (٧) الآتي:

جدول (٧)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للهناء النفسي وقيمة "ت" ومستوى الدلالة حسب متغير الحالة الاجتماعية ن=(٣٢٢)

الحالة الاجتماعية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
أعزب	**4.40**	**0.66**	**2.04**	**320**	**0.04***
متزوج	**4.59**	**0.68**			

يبين جدول (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، حيث بلغت قيمة "ت" (٢,٠٤) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (α= ٠,٠٥)، وتعزى هذه الفروق لصالح الطلبة المتزوجين حيث بلغ متوسطهم الحسابي (٤,٥٩) وبانحراف معياري (٠,٦٨). وتتفق هذه النتيجة مع دراسة محبوب، (٢٠١٧) حيث أشارت في بعد (الرضا عن الحياة) لصالح المتزوجات، كما تختلف نتيجة هذا السؤال في البحث الحالي مع فهد، وعباس(٢٠٢٢) والتي أشارت أنه لا توجد فروق بين في الهناء النفسي لدى المتزوجات وغير المتزوجات.

ويبرر الباحثان هذه النتيجة في البحث الحالي إلى أن الحياة الزوجية من المفترض أنها تمثل الاستقرار النفسي والعاطفي لكلا الزوجين وهذه الخبرات تساعد على التعامل الفعال مع معطيات الحياة اليومية ويبعث بالطمأنينة والراحة النفسية لديهما.

نتائج السؤال الخامس ومناقشتها: والذي ينص علي ما يلي: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥ ≥α) بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة في كلية التربية الاساسية تعزى لمتغير والتخصص(تفوق، صعوبات تعلم، إعاقة عقلية، إعاقة سمعية)؟، وللتحقق من هذا السؤال تم استخدام تحليل التباين الأحادي (one-way ANOVA) وجدول (٨) يبين قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للهناء النفسي حسب متغير التخصص(تفوق، صعوبات تعلم، إعاقة عقلية، إعاقة سمعية).

جدول (٨)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للهناء النفسي حسب مستويات متغير التخصص ن=(٣٢٢)

التخصص	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
موهبة وتفوق	**4.52**	**0.68**
صعوبات التعلم	**4.44**	**0.62**
إعاقة عقلية	**4.36**	**0.67**
إعاقة سمعية	**4.52**	**0.66**

يبين (٨) أن هناك فروقا ظاهرية بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي تبعا لمتغير التخصص، ولفحص دلالة الفروق بين هذه المتوسطات تم استخدام تحليل التباين الأحادي (one-way ANOVA) والجدول (٩) يبين هذه النتائج.

جدول (٩)

نتائج تحليل التباين للفروق بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي حسب متغير التخصص ن=(٣٢٢)

المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
التخصص	**1.667**	**3**	**0.556**	**1.262**	**0.287**
الخطأ	**140.047**	**318**	**0.44**		
المجموع	**6490.855**	**322**			
المجموع المصحح	**141.715**	**321**			

يبين جدول (٩) أنه لا وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة تعزى لمتغير التخصص حيث بلغت قيمة (F) (١,٢٦٢) وهي قيمة غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (٠,٠٥ =α). ولم يجد الباحثان في الدراسات السابقة المذكورة في هذا البحث أو دراسات أخرى على حد علم الباحثان اشارت الى وجود اختلافات في تخصصات التربية الخاصة في الهناء النفسي، وذلك قد يرجع إلي الدراسة النظرية لطلبة التربية الخاصة في كلية التربية الأساسية في معظم سنوات دراستهم عدا فصل التربية

العملية والذي يكون في آخر سنة دراسية ، مما يدفع الى منطقية هذه النتيجة في هذا السؤال، ولربما يكون هناك اختلافات بعد الانخراط في المجال التدريسي والتعامل مع فئات التربية الخاصة بشكل مباشر في المستقبل.

نتائج السؤال السادس ومناقشتها: والذي ينص علي ما يلي: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α≤ ٠,٠٥) بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة في كلية التربية الاساسية تعزى لمتغير الدراسية(أولى، ثانية، ثالثة، رابعة)؟، وللتحقق من هذا السؤال تم استخدام تحليل التباين الأحادي (one-way ANOVA) وجدول (١٠) يبين قيم المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية للهناء النفسي حسب متغير السنة الدراسية(أولى، ثانية، ثالثة، رابعة):

جدول (١٠)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للهناء النفسي حسب مستويات متغير السنة الدراسية ن=(٣٢٢)

السنة الدراسية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
اولى	**4.40**	**0.57**
ثانية	**4.35**	**0.71**
ثالثة	**4.49**	**0.62**
رابعة	**4.58**	**0.72**

يبين جدول (١٠) أن هناك فروقا ظاهرية بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي تبعا لمتغير السنة الدراسية، ولفحص دلالة الفروق بين هذه المتوسطات تم استخدام تحليل التباين الأحادي (one-way ANOVA) والجدول (١١) يبين هذه النتائج.

جدول (١١)

نتائج تحليل التباين للفروق بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي حسب متغير السنة الدراسية ن=(٣٢٢)

المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
السنة الدراسية	**2.087**	**3**	**0.696**	**1.584**	**0.193**
الخطأ	**139.628**	**318**	**0.439**		
المجموع	**6490.855**	**322**			
المجموع المصحح	**141.715**	**321**			

يبين جدول (١١) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة تعزى لمتغير السنة الدراسية، حيث بلغت قيمة (F) (١,٥٨٤) وهي قيمة غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α= ٠,٠٥). كما لم يجد الباحثان في الدراسات السابقة المذكورة في البحث الحالي ، أو في الدراسات الأخرى على حد علم الباحثان تناولت فروقا في الهناء النفسي يعود لاختلاف السنة الدراسية، ويعود ذلك للطابع النظري الغالب على المقررات الدراسية.

نتائج السؤال السابع ومناقشتها: والذي ينص علي ما يلي: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة في كلية التربية الاساسية تعزى لمتغير والمعدل الجامعي(ممتاز، جيد جدا، جيد، مقبول)؟، وللتحقق من هذا السؤال تم استخدام تحليل التباين الأحادي (one-way ANOVA) وجدول (١٢) يبين قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للهناء النفسي حسب متغير المعدل الجامعي(ممتاز، جيد جدا، جيد، مقبول).

جدول (١٢)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للهناء النفسي حسب مستويات متغير المعدل الجامعي ن=(٣٢٢)

المعدل الجامعي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ممتاز	**4.60**	**0.67**
جيد جدا	**4.38**	**0.64**
جيد	**4.28**	**0.64**
مقبول	**3.78**	**0.44**

يبين (١٢) أن هناك فروقا ظاهرية بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي تبعا لمتغير المعدل الجامعي، ولفحص دلالة الفروق بين هذه المتوسطات تم استخدام تحليل التباين الأحادي (one-way ANOVA) وجدول (١٣) يبين هذه النتائج.

جدول (١٣)

نتائج تحليل التباين للفروق بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي حسب متغير المعدل الجامعي ن=(٣٢٢)

المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
المعدل الجامعي	7.009	3	2.336	5.515	*0.001
الخطأ	134.706	318	0.424		
المجموع	6490.855	322			
المجموع المصحح	141.715	321			

يبين جدول (١٣) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة تعزى لمتغير المعدل الجامعي، حيث بلغت قيمة (F) (٥,٥١٥) وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α= ٠,٠٥). وللكشف عن مصدر الفروق تم استخدام اختبار شافيه للمقارنات البعدية والجدول (١٤) يبين هذه النتائج.

الجدول (١٤)

نتائج اختبار شافيه للمقارنات البعدية ن=(٣٢٢)

فئة المعدل	جيد جدا	جيد	مقبول
ممتاز	0.22	0.31	*0.82
جيد جدا		0.09	*0.60
جيد			*0.51

يبين جدول (١٤) أن مصدر الفروق بين المتوسطات الحسابية للهناء النفسي تعزى لصالح طلبة ذوي الفئات (ممتاز، والجيد جدا، والجيد)، إذ لم تكن الفروق دالة إحصائيا بين المتوسطات الحسابية لهذه الفئات، في حين أن الفرق بين المتوسطات الحسابية للطلبة ذوي فئة المعدل ممتاز والطلبة ذوي فئة المعدل مقبول كانت دالة إحصائيا ولصالح الطلبة ذوي فئة المعدل ممتاز، كما كانت الفروق دالة إحصائيا بين المتوسطات الحسابية للطلبة ذوي فئة المعدل جيد جدا والطلبة ذوي فئة المعدل مقبول ولصالح الطلبة ذوي فئة المعدل جيد جدا، وكذلك كانت الفروق دالة إحصائيا بين المتوسطات الحسابية للطلبة ذوي فئة المعدل جيد والطلبة ذوي فئة المعدل مقبول ولصالح الطلبة ذوي فئة المعدل جيد، وعلية فأن الطلبة ذوي المعدل المقبول كان شعورهم بالهناء النفسي أقل من الطلبة ذوي التقديرات (ممتاز، والجيد جدا، والجيد). واتفقت نتيجة هذا السؤال مع ما جاء في دراسة العنزي(٢٠١٨) والتي أشارت لفروق ذات دلالة إحصائية في الهناء النفسي لصالح الطلبة الموهوبين، وفي البحث الحالي نجد أن الفروق لصالح الطلبة ذوي المعدل الممتاز، كما جاء في البحث الحالي أنه كلما ارتفع المعدل تتضح الفروق بين الطلبة ذوي المعدل

المقبول والجيد و الجيد جدا والممتاز. وأن الطلبة المتفوقين والحاصلين على معدلات مرتفعة يشعرون بالإنجاز والرضا عن انفسهم ، وقد اشارت دراسة محبوب (٢٠١٧) عن علاقة طردية ما بين درجة الهناء الشخصي والذكاء الوجداني.

التوصيات:

من خلال النتائج السابقة يمكن إقتراح ما يلي:

- العمل على تعزيز أبعاد الهناء النفسي لدى طلبة التربية الخاصة بشكل خاص في كليات التعليم وذلك لأهميتها في بناء شخصية معلم التربية الخاصة واعداده للعمل المستقبلي مع فئات التربية الخاصة.
- متابعة خريجي التربية الخاصة اثناء عملهم في المدارس والتأكيد على الهناء النفسي في جميع أبعاده أثناء الخدمة.
- إقامة دورات تدريبية وتثقيفية دورية للمعلمين في أبعاد الهناء النفسي.
- التأكيد على تعزيز أبعاد الهناء النفسي عند الطلبة غير المتفوقين.
- تطوير مهارات الهناء النفسي لغير المتزوجين.

المراجع:

أولا: المراجع العربية:

إبراهيم، تامر شوقي.(٢٠١٦). النمذجة البنائية للتسامح النفسي في علاقته بكل من العرفان وعوامل الشخصية الخمس الكبرى والهناء الذاتي لدى طلاب الجامعة. *مجلة الارشاد النفسي والتربوي*، مركز الارشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٤٦، ٢٣١-٣٠٨.

أبوعيشة، زاهد جميل.(٢٠٢٢).الإسهام النسبي للذكاء الانفعالي والسمات الأساسية للشخصية في التنبؤ بالهناء النفسي لدى طالبات جامعة الطائف. *مجلة جامعة النجاح للأبحاث*، العلوم الانسانية، جامعة النجاح الوطنية، ٣٦(٦)، ١١٤٣-١١٧٢.

أرنوط، بشرى اسماعيل. (٢٠١٩). فعالية برنامج إرشادي قائم على العلاج بالقبول والالتزام في تنمية مقومات الشخصية القوية والهناء النفسي لدى معلمات المرحلة الثانوية: دراسة مقارنة بين التطبيقين التقليدي وعبر الانترنت. *المجلة التربوية*، كلية التربية، جامعة سوهاج، ٦٣(٦٣)، ٧٢٦-٧٧٦.

التميمي، رافد؛ وناصر، اشواق(٢٠١٩). الشخصية المبدعة وعلاقتها بالهناء النفسي لدى طلبة كلية الأساسية في العراق. *Route Educational & Social Science Journal* ، ٦،(٣) ٥٦-٧٦.

حسن، أحمد؛ فضيل، مالك(٢٠٢١). الهناء النفسي لدى طلبة جامعة واسط. *مجلة كلية التربية*، كلية التربية للعلوم الانسانية، جامعة واسط، ٥١(٢)، ٢٢٢٦- ٢٤٦.

الخطيب، وليد عاشور.(٢٠١٧). العلاقات السببية بين العوامل الخمسة للشخصية والحكمة والهناء النفسي لدى طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية*، كلية التربية، جامعة عين شمس، ٤١(٤)، ٢٨٢- ٣٢١.

خليفة، اسماء محمد .(٢٠١٩). فاعلية برنامج قائم على العمل التطوعي لتنمية الهناء النفسي للطالبة المعلمة. *مجلة الطفولة والتربية*، كلية رياض الأطفال، جامعة الإسكندرية ، ١١(٤٠)، ٢٢٩- ٢٦٨.

خوري، نسرين (٢٠١٩). الرفاه النفسي لدى مرتفعي ومنخفضي الشعور بالوحدة النفسية من المتقاعدين المصابين بارتفاع ضغط الدم. *رسالة دكتوراه*، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة محمد لمين سطيف.

رمضان، حسين عاشور.(٢٠١٩). نمذجة العلاقات السببية بين حس الفكاهة والإندماج الأكاديمي والهناء النفسي لدى الطلاب معلمي التربية الخاصة. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية*، كلية التربية، جامعة عين شمس، ٤٣(١)، ١٥٨- ٢٤٤.

السويلم، سارة سليمان. (٢٠١٩). الرفاهية النفسية لدى عينة من طالبات جامعة الحدود الشمالية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. *السعودية، مجلة البحث العلمي في التربية*، ٢٠(٩)، ٥٠٣- ٥٣٢.

عبدالجواد، وفاء رشاد.(٢٠٢١). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة. مجلة *كلية رياض الاطفال*، كلية رياض الأطفال، جامعة بور سعيد، ١٨، ٣٩٢، ٥٠٠.

العبيدي، انصاف جاسم؛ والمحمداوي، هاشم فرحان. (٢٠٢٢). الرفاهية النفسية لدى المرشدين التربويين. *مجلة البحوث التربوية والنفسية*، جامعة بغداد، ٧٢(١٩)، ٥٧٢-٦٠٣.

علاجي، اميرة بنت العايدي.(٢٠٢٠). الهناء النفسي وعلاقته بالشفقة بالذات لدي طالبات المرحلة الثانوية. *مجلة التربية*، كلية التربية، جامعة الازهر، ١٨٥(١)، ٥٨٥- ٦٠٦.

علة، عيشة؛ و بن الظاهر التيجاني.(٢٠٢٠). علاقة الهناء النفسي بالذكاء الانفعالي لدى الطلبة الجامعيين: دراسة ميدانية. *مجلة دراسات وابحاث*، جامعة الجلفة، ١٢(١)، ١٩٦-٢٠٨.

العنزي، مزنة زامل (٢٠٢٢) القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي والكفاءة الذاتية والاجتماعية والمناعة النفسية بالهناء النفسي لدى الطلبة الموهوبين. *رسالة ماجستير*، كلية الدراسات العليا، جامعة الخليج العربي.

فهد، زينب جاسم؛ عباس، الهام فاضل. (٢٠٢٢). الهناء النفسي لدى معلمات رياض الأطفال المتزوجات وغير المتزوجات جامعة بغداد كلية التربية للبنات قسم رياض الأطفال. *المجلة العراقية للبحوث الإنسانية والاجتماعية والعلمية* ، ٧، ١٦٢- ١٧٦.

محبوب، حنان بنت محمد. (٢٠١٧). الهناء الشخصي وعلاقته بالذكاء الوجداني لدى عينة من طلاب جامعة ام القرى. *مجلة البحث العلمي في التربية*، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، ١٨(١١)، ١-٢٥.

محمد، عبير حسين.(٢٠١٩). قياس الهناء النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية والأهلية في مدينة الموصل. *مجلة ابحاث كلية التربية الاساسية*، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل، ١٥(٤)، ٥٩-٨٢.

المحمودي، محمد سرحان.(٢٠١٩). *مناهج البحث العلمي*. صنعاء، دار الكتب.

ثانيا: المراجع العربية مترجمة:

Ibrahim, Tamer Shoukry. (2016). Structural modeling of psychological tolerance in its relationship to awareness, the Big Five personality factors, and self-contentment among university students. *Journal of Psychological and Educational Counseling*, Counseling Center, Ain Shams University, 46, 231-308.

Abu Aisha, Zahid Jameel. (2022). The relative contribution of emotional intelligence and core personality traits in predicting psychological well-being among female students at Taif University. *Journal of Success University for Research, Humanities*, National Success University, 36(6), 1143-1172.

Arnout, Bushra Ismail. (2019). The effectiveness of a counseling program based on acceptance and commitment therapy in developing strong personality components and psychological well-being among secondary school female teachers: A comparative study between traditional and online applications. *Educational Journal*, Faculty of Education, Sohag University, 63(63), 726-776.

Tammimi, Rafid, & Nasser, Ashwaq. (2019). Creative personality and its relationship to psychological well-being among elementary college students in Iraq. *Route Educational & Social Science Journal*, 6(3), 56-76.

Hassan, Ahmed, & Fadil, Malik. (2021). Psychological well-being among Wasit University students. *Journal of Education College*, College of Education for Human Sciences, Wasit University, 51(2), 2226-246.

Al-Khatib, Waleed Ashour. (2017). Causal relationships between the Big Five personality factors, wisdom, and psychological well-being among university students. *Journal of College of Education in Psychological Sciences*, College of Education, Ain Shams University, 41(4), 282-321.

Khalifa, Asmaa Mohamed. (2019). The effectiveness of a program based on volunteer work in developing psychological well-being for female students. *Journal of Childhood and Education*, Kindergarten College, Alexandria University, 11(40), 229-268.

Khouri, Nisreen. (2019). Psychological well-being among retirees with high and low levels of self-perceived loneliness and high blood pressure. *Doctoral Dissertation*, College of Humanities and Social Sciences, University of Mohamed Lamine Debaghini Sétif.

Ramadan, Hussein Ashour. (2019). Modeling the causal relationships between a sense of humor, academic integration, and psychological well-being among students of special education teachers. *Journal of College of Education in Psychological Sciences*, College of Education, Ain Shams University, 43(1), 158-244.

Al-Suweilem, Sarah Suleiman. (2019). Psychological well-being among a sample of female students at Northern Borders University in light of some demographic variables. *Scientific Research Journal in Education*, 20(9), 503-532.

Abdel-Gawad, Wafaa Rashad. (2021). Cognitive distortions and their relationship to academic resilience and psychological well-being among early childhood education students. *Journal of Kindergarten College*, Kindergarten College, Port Said University, 18, 392, 500.

Al-Obaidi, Ansaf Jasim, & Al-Mohammadi, Hashim Farhan. (2022). Psychological well-being among educational counselors. *Journal of Educational and Psychological Research*, University of Baghdad, 72(19), 572-603.

Alaji, Amira Bint Al-Ayedi. (2020). Psychological well-being and its relationship to self-compassion among high school students. *Journal of Education*, Faculty of Education, Al-Azhar University, 185(1), 585-606.

Allah, Aisha, & Ben Al-Zaher Al-Tajani. (2020). The relationship between psychological well-being and emotional intelligence among university students: A field study. *Studies and Research Journal*, University of Guelma, 12(1), 196-208.

Al-Anzi, Muznah Zamel. (2022). Predictive ability of emotional intelligence, self-efficacy, social competence, and psychological immunity in psychological well-being among gifted students. *Master's Thesis*, College of Graduate Studies, Arab Gulf University.

Fahad, Zainab Jasim, & Abbas, Ilham Fadel. (2022). Psychological well-being among married and unmarried kindergarten teachers at the University of Baghdad, College of Education for Girls, Kindergarten Department. *Iraqi Journal of Human and Social Sciences and Scientific Research*, 7, 162-176.

Mahboub, Hanan Bint Muhammad. (2017). Personal happiness and its relationship to emotional intelligence among a sample of Umm Al-Qura University students. *Scientific Research Journal in Education*, Faculty of Arts, Sciences, and Education, Ain Shams University, 18(11), 1-25.

Mohammed, Abeer Hussein. (2019). Measuring psychological well-being among public and private school teachers in Mosul. *Research Journal of the College of Basic Education*, College of Basic Education, University of Mosul, 15(4), 59-82.

Mahmoudi, Mohammed Srahan. (2019). Research methods. *Sana'a*, Dar Al-Kutub.

ثالثا: المراجع الأجنبية:

de Jorge Moreno, J., Gil, L. G., de Lucas, F. M., & Triguero, M. S. (2011). Evidencia empírica de los motivos del absentismo en los estudiantes universitarios. *Revista de Investigación en Educación*, *9*(2), 76-90.

Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 4, 34-43.

Diener, E., Suh, E., Lucas, R., & Smith, H. (1999). Subjective well-being three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276- 302.

Donaghy, M. (2004). Symptoms and the perception of disease. *Clinical medicine*, *4*(6), 541.

Fuad, M.D.(2015).Prevalence and risk factors of stress, anxiety and depression among medical students of a private medical university in Malaysia. Education in Medicine Journal, 2015, 7(2): 44-52.

Perez, J. A. (2012). Gender difference in psychological well-being among Filipino college student samples. *International journal of humanities and social science*, *2*(13), 84-93.

Roothman, B., Kirsten, D. K., & Wissing, M. P. (2003). Gender differences in aspects of psychological well-being. *South African journal of psychology*, *33*(4), 212-218.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, *57*(6), 1069.

Ryff, C., & Keyes, C. L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*(4), 719- 727.

Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and psychosomatics*, *65*(1), 14-23.

Ryff, C., Love, G., Urry, H., & Muller, D. (2006). Psychological well-being and Ill-being. Do they have distinct or mirrored biological correlates? *Psychotherapy Psychosomatics*, 75, 85–95.

Salami, S. O. (2010). Emotional intelligence, self-efficacy, psychological well-being and students attitudes: Implications for quality education. *European Journal of Educational Studies*, *2*(3), 247-257.

Shaheen, S., & Shaheen, H. (2016). Emotional intelligence in relation to psychological well-being among students. *The International Journal of Indian Psychology*, *3*(4), 206-213.

VanWel, F., & Linssen, A., & Abma, R., (2000). The parental bond and the well-being adolescents and young adults. Journal of Youth and Adolescents, 29, 307-318.

Zaid, Z. A., Chan, S. C., & Ho, J. J. (2007). Emotional disorders among medical students in a Malaysian private medical school. *Singapore medical journal*, *48*(10), 895.

Zajacova, A., Lynch, S. M., & Espenshade, T. J. (2005). Self-efficacy, stress, and academic success in college. *Research in higher education*, *46*, 677-706.

Zulkefly, N. S., & Baharudin, R. (2010). Using the 12-item General Health Questionnaire (GHQ-12) to assess the psychological health of Malaysian college students. *Global Journal of Health Science*, *2*(1), 73.-80.