

ترجمة وتقنين مقياس الرفاهية النفسية لطلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة

إشراف د. هدى عاصم خليفته

أستاذ الصحة النفسية

وعلم النفس الإيجابي المشارك

الباحثة. أفرح حسين باقيس

ماجستير في علم نفس الموهبة والإبداع

جامعة الملك عبد العزيز/ قسم علم النفس

استلام البحث: ٢٠٢٣/٨/١٩ قبول النشر: ٢٠٢٣/١١/٨ تاريخ النشر: ٢٠٢٤/٤/١

<https://doi.org/10.52839/0111-000-081-012>

المستخلص:

تهدف الدراسة الحالية إلى ترجمة وتقنين مقياس الرفاهية النفسية لطلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة لدى عينة (٢٣٢)، والكشف عن مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة الدراسة، والتعرف على الفروق في مستوى الرفاهية النفسية تبعاً لعدد من المتغيرات الديموغرافية (الجنس، الحالة الاجتماعية، الحالة الوظيفية، المستوى التعليمي)، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتم استخدام مقياس الرفاهية النفسية من إعداد (Diener, et al., 2010) كأداة للدراسة. وأظهرت النتائج دلالات عالية من صدق المقياس، فقد أكدت نتائج التحليل العاملي التوكيدي أن جميع مفردات المقياس ذات تشبع مرتفع؛ حيث تراوحت قيم تشبعات العوامل بين (٠،٤٠ - ٠،٨٠)، وجاءت بمستوى مرتفع من المطابقة؛ حيث قيمة (CFI) = (٠،٩٠)، وكذلك أظهرت نتائج ثبات ألفا كرو نباخ تمتع المقياس الكلي بثبات مرتفع قيمته (٠،٨٨)، إضافة إلى ذلك أظهرت النتائج أن مستوى الرفاهية النفسية كان (٤٥) لدى عينة الدراسة، وتوصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للمتغيرات (الحالة الاجتماعية، الحالة الوظيفية، المستوى التعليمي) ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للمتغير (الجنس)، وبناءً على نتائج الدراسة توصي الباحثة بتشجيع الباحثين على دراسة الاحتياجات النفسية والاجتماعية والجسدية للطلاب، وتوفير الرعاية النفسية والاجتماعية لهم، ومحاولة دعمهم وحل مشاكلهم لتعزيز رفاهيتهم النفسية.

الكلمات المفتاحية: تقنين، مقياس الرفاهية النفسية، الطلاب، جامعة الملك عبد العزيز

Translation and Validation of the Psychological Well-Being Scale for King Abdul-Aziz University's Student in Jeddah

Afrah Hussein Bagais

Master of Psychology in Giftedness and Creativity, Psychology Department, King Abdulaziz University

Frahay_1410@hotmail.com

Dr. Huda Assem Khalifa

Associate Professor of Mental Health and Positive Psychology Department of psychology at king Abdulaziz university

Hudaassem@yahoo.com

Abstract

The current research aims to translate and validate the psychological well-being scale for King Abdul-Aziz University's students in Jeddah among a sample of 232 students. Also, the research aims to reveal the level of psychological well-being among the study sample and identify differences between the levels of psychological well-being according to a number of demographic variables (gender, marital status, employment status, and educational level). This research used a descriptive approach, and the psychological well-being scale prepared by Diener et al. (2010) was applied as the study tool. The results showed a high indication of the validity of the scale. The results of the confirmatory factor analysis confirmed that all items have high saturation, where the values of factor saturation ranged between 0.80-0.43, and they came with a high level of compatibility, where the value of (CFI) = 0.90, as well as the results of the reliability of Alpha Cronbach showed a high reliability (0.88). In addition, the results showed that the level of psychological well-being was 45 among the study sample. There were statistically significant differences attributed to the variables (marital status, employment status, educational level), but no statistically significant differences attributed to the variable (gender). According to the study result, the researcher recommends encouraging researchers to study the psychological, social, and physical needs of KAU students, provide them with psychological and social care, and try to support them and solve their problems to enhance their psychological well-being.

Keywords: validation psychological well-being scale, students, king Abdul-Aziz University

المقدمة:

علم النفس الحديث لم يعد مجرد دراسة للاضطرابات والمشكلات النفسية وحسب، بل ظهر تيار جديد يتمثل في علم النفس الإيجابي، والذي يدرس جوانب القوة في الشخصية، وتطوير قدرة الأفراد على الوقاية من المشكلات النفسية وتجنب الوقوع فيها من خلال تقديم تدخلات إرشادية لكيفية إحداث تغييرات إيجابية ترفع من رفاهيتهم، بالإضافة إلى الاهتمام بمحددات السعادة، والعوامل التي تؤدي إلى تمكن الإنسان من عيش حياة مرضية ومشبعة يحقق فيها طموحاته، ويوظف فيها قدراته إلى أقصى حد ممكن وصولاً إلى الرضا عن الذات وعن الآخرين وعن العالم بصفة عامة (الأسود، ٢٠٢١).

ومن هذا المنطلق وُجدت الرفاهية النفسية وأهميتها، فهي: حالة من الرفاهية أو الرضا يدرك فيها الفرد قدراته، ويستطيع التعامل مع الضغوطات الطبيعية للحياة، ويعمل بشكل مثمر ومتكامل، وينتج ويقدم إسهامات لمجتمعه (عبد الباقي، ٢٠٢٠)، وهذا من أهم أهداف علم النفس الإيجابي، كما يتضح لنا من التعريف أهمية توافر نسبة من الرفاهية النفسية لدى الفرد ليحظى بحياة أفضل؛ حيث ذكرت (Kubzansky, et al. 2018) أن وجود الرفاهية النفسية يعزز من صحة القلب والأوعية الدموية، وأشار وآخرون (Kundi, et al. 2021) لمدى أثر الرفاهية النفسية على جودة الأداء؛ بحيث كلما ارتفعت نسبة الرفاهية النفسية كانت صحة القلب والأوعية الدموية أفضل، وكان أداء الفرد أكثر جودة.

فالرفاهية النفسية تعني سير الحياة على ما يرام، وهي مزيج من الشعور بالرضا مع الأداء الفعال، ولا تعني الرفاهية النفسية أن يشعر الفرد بالراحة طوال الوقت، فالمشاعر المؤلمة كالإحباط والحزن والفشل أحاسيس طبيعية وجزء لا يتجزأ من الحياة، والقدرة على إدارة هذه المشاعر السلبية أو المؤلمة أمر ضروري لاستمراريتها، كما لا تشمل الرفاهية النفسية المشاعر الإيجابية والرضا عن الحياة فقط، بل تشمل العواطف والمشاركة والثقة والمودة مع الآخرين، وتطوير إمكانيات الأفراد، تحقيق أهداف قيمة، وعلاقات إيجابية (عبد الكريم، ٢٠٢١).

ويمثل طلاب الجامعة العمود الفقري لبناء وتطوير المجتمع، فجودة مواصفات الخريجين، وكذلك جودة ثقافتهم بأنفسهم، وقدرتهم على التعامل مع الحياة؛ من شأنه تعزيز قدرتهم على المساهمة والمشاركة في تحقيق متطلبات تنمية المجتمع المستدامة، ولتحقيق هذا لا بد من تقديم ما يساهم في تحقيق الشعور بالرضا الأكاديمي، وتعزيز الشعور بالرفاهية النفسية لديهم (الأبيض وعبد الحفيظ، ٢٠٢٠).

وتعد المرحلة الجامعية فترة الاستقلالية الزائدة والمتطلبات الفريدة التي قد تتسبب في ضغوط قد تسهم في حدوث مشكلات نفسية وسلوكيات غير تكيفية لدى بعض الطلبة، مثل زيادة المصروفات والمتطلبات والضغوط الأكاديمية، والرغبة بإنشاء علاقات هادفة والحفاظ عليها مع محاولة موازنتها مع المسؤوليات، والقلق من احتمالية عدم إيجاد عمل بعد التخرج، وغيرها الكثير؛ أي أن المرحلة الجامعية هي مرحلة انتقالية من المراهقة المتأخرة إلى النضج الكامل، وتحمل معها العديد من الصراعات والمشكلات، وسوء

التكيف معها ومع ما تحمله هذه المرحلة قد يتسبب بآثار سلبية على الطلبة تجعلهم غير قادرين على الاستفادة من الفرص والخبرات التي تقدمها لهم هذه المرحلة؛ مما يؤدي إلى تأثر تحصيلهم الأكاديمي، ونمو سلوكيات أو أفكار غير سوية قد تؤثر على حياتهم ومستقبلهم (خريبه وآخرون، ٢٠١٩)، وحدث هذا بلا شك خسارة كبيرة للمجتمع، فطلبة الجامعة هم بناء المستقبل والأجيال القادمة، وهم المؤسسون التالون والمحافظون على أركان المجتمع.

كما ويؤدي التعرض المستمر للضغوط إلى استنفاد قدرة الفرد على التكيف، وتعرضه للإجهاد الجسدي والنفسي، مما يؤدي لظهور أو تفاقم العديد من المشكلات الصحية والاجتماعية والاقتصادية، ويؤثر سلباً على جودة الحياة بكل أبعادها على المستوى الفردي والمجمعي على حد سواء، ولهذا بدأت الدراسات في السنوات الماضية تتجاوز مجرد دراسة العلاقة بين الحدث الضاغط وشكل المعاناة النفسية، بل شملت الاهتمام والتركيز على المتغيرات الداعمة لقدرة الفرد على المواجهة أو المقاومة (علاق وبنين، ٢٠٢٠)، وهذا يشمل الرفاهية النفسية، فهي أحد المتغيرات الداعمة الإيجابية التي يساعد توافرها لدى الطالب على تحسين قدرته على المواجهة أو المقاومة.

ويمكن القول إن الاهتمام بأنماط الرفاهية النفسية السوية وتنمية الاستعدادات السوية -التي تعتبر حجر أساس في الوقاية من الاضطرابات النفسية- يعد عاملاً أساسياً في الوصول إلى الرفاهية النفسية لدى الطلاب الذين يقع بأيديهم مستقبل هذه الأمة العظيمة، حيث عندما يتمتع الطلاب بحياة أكثر سعادة ورفاهية، وتكون حياتهم حياة مليئة بالسعادة، ويتقبلون ذواتهم ليتقبلهم الآخرون، ويسلكون سلوكاً معتدلاً يدل على اتزانهم الانفعالي والعاطفي والعقلي، في ظل مختلف أنواع المجالات وتحت تأثير الظروف جميعها، يعني أن المجتمع سيكون أكثر استقراراً وأمناً واتزاناً (شاهين، ٢٠١٤)؛ لذا وجب الاعتناء بدراسة الرفاهية النفسية لدى الطلاب، وأهم خطوة في ذلك هو إيجاد طريقة لقياسها لتقييمها، وبالتالي وضع خطة للعناية بها ورفعها وتعزيزها.

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

شباب اليوم هم حاضر هذه الأمة ومستقبلها، وتقع على عاتقهم مسؤولية النهوض بمجتمعاتهم وأممهم، وهذا أوجب الاهتمام بالمرحلة الجامعية وطلابها من المسؤولين والقائمين بالأمر، فتتقيد الشباب في مرحلة ما بعد التعليم العام وتدريبهم وتأهيلهم نفسياً يساعدهم على المضي قدماً في حياتهم بخطى ثابتة تكون فيها شخصياتهم سوية وذات سلوك إيجابي. بطريقة تمكنهم من مواجهة الحياة ومتطلباتها بطريقة إيجابية خالية من الأعراض المرضية (شعبان، ٢٠٢٠)، ولهذا وجبت دراستهم والعناية بهم وبحالتهم النفسية كما الجسدية، وتعد العناية برفاهيتهم النفسية وتعزيزها أحد أهم هذه الوسائل.

فقد لوحظ في السنوات الأخيرة اهتماماً متزايداً بالرفاهية النفسية وارتباط مفهومها بالنتائج الإيجابية في التعليم، وارتباطها بالتحصيل والإنجاز الأكاديمي للطلاب، فهي تعد جوهر الوجود البشري، ويعد تواجد

مستويات عالية من الرفاهية النفسية دلالة على قدرة أكبر على الاستجابة للظروف الصعبة والابتكار والمشاركة البناءة مع الآخرين، بالإضافة إلى تحقيق نتائج جيدة في العديد من المجالات (عثمان، ٢٠٢٢). ومن خلال ملاحظة الباحثة لطلاب جامعة الملك عبد العزيز، وجدت أنهم يمرون بالكثير من الضغوطات المختلفة على الصعيد النفسي والصحي والاجتماعي، وهذا قد يجعلهم عرضة للاضطرابات والمشكلات النفسية ما لم تتم المسارعة إلى تثقيفهم والعناية بهم وبحالتهم النفسية، ومن هذا المنطلق وجدت الباحثة أن العناية بهم وبرفاهيتهم النفسية قد يحد من هذه الاضطرابات والمشكلات ويقلل من آثارها؛ مما يساهم في وصولهم إلى السعادة والرضا والإنجاز، والذي بالتالي يساهم في نمو المجتمع واستقراره بشكل آمن، وتجهيز وسيلة لقياسها تعد أول خطوة في هذا الطريق. وفي سياق ما سبق تتلخص مشكلة الدراسة الحالية في الأسئلة الآتية:

- هل يتمتع مقياس الرفاهية النفسية لطلاب جامعة الملك عبد العزيز بخصائص سيكومترية جيدة؟
- ما مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة؟
- هل توجد فروق في مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة، تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث)؟
- هل توجد فروق في مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة، تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب/عزباء، متزوجة، منفصلة، أرمل/ة)؟
- هل توجد فروق في مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة، تعزى لمتغير المستوى التعليمي (شهادة جامعية (بكالوريوس)، الدراسات العليا (ماجستير - دكتوراة)؟
- هل توجد فروق في مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة، تعزى لمتغير الحالة الوظيفية (موظف، غير موظف)؟

أهمية الدراسة:

توضح الباحثة أهمية الدراسة الحالية فيما يأتي:

الأهمية النظرية:

- تكتسب هذه الدراسة أهميتها من خلال أهمية موضوعها، وهو الرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز.
- قلة واضحة -في حدود اطلاع الباحثة على قواعد البيانات- في عدد الدراسات المحلية أو العربية التي تناولت تقنين مقياس لمتغير الرفاهية النفسية لطلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة.
- تكمن أهمية هذه الدراسة في العينة المستخدمة ألا وهم: الطلاب، والذين هم المؤسسون والقائمون على مستقبل المجتمع.

- تواكب التطور المتجه نحو علم النفس الإيجابي، وهو أحد أحدث المجالات التي تحظى باهتمام الباحثين في علم النفس في الآونة الأخيرة.

الأهمية التطبيقية:

- ترجمة وتقنين مقياس الرفاهية النفسية لطلاب جامعة الملك عبد العزيز؛ حيث تعد هذه الدراسة من أوائل الدراسات العربية التي تتناول مقياس الرفاهية النفسية لطلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة.

- تفيد هذه الدراسة في تفعيل وتطبيق التدخلات النفسية في منظومة الصحة النفسية، ومساعدة الباحثين على إعداد البرامج الإرشادية والعلاجية لتحسين الرفاهية النفسية لدى طلاب جامعة الملك عبد العزيز.

أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف الآتية:

- الكشف عن الخصائص السيكومترية لمقياس الرفاهية النفسية لدى طلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة.

- الكشف عن مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة.

- الكشف عن فروق في مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة، تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث).

- الكشف عن فروق في مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة، تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب/عزباء، متزوجة، منفصلة، أرمل/ة).

- الكشف عن فروق في مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة، تعزى لمتغير المستوى التعليمي (شهادة جامعية (بكالوريوس)، الدراسات العليا (ماجستير - دكتوراة).

- الكشف عن فروق في مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة، تعزى لمتغير الحالة الوظيفية (موظف، غير موظف).

حدود الدراسة:

الحدود الموضوعية: اقتصرَت الدراسة الحالية على ترجمة وتقنين مقياس الرفاهية النفسية لدى طلاب جامعة الملك عبد العزيز.

الحدود البشرية: طبقت الدراسة على طلاب جامعة الملك عبد العزيز بمدينة جدة.

الحدود الزمانية: طبقت الدراسة خلال العام الدراسي ١٤٤٤هـ - ٢٠٢٣م.

مصطلحات الدراسة:

الرفاهية النفسية The Psychological Well-being:

عرفها الأشرم ومحمد (٢٠١٨، ص.٥١) بأنها: " تقبل الذات مع التقييمات الإيجابية لها، بالإضافة إلى الرضا عن النفس، السعادة، الشعور بالإيجابية نحو الماضي، العلاقات الإيجابية مع الآخرين ومع البيئة، القدرة على اتخاذ القرارات رغم الظروف مع وجود هدف من الحياة، والانفتاح للتجارب الجديدة". ويعرفها (Kundi,et all, 2020, p.13) بأنها: "وصف للأشخاص السعداء ذوي الرغبات المشبعة، الراضين، والقادرين على الإنجاز".

وتتبنى الباحثة تعريف (Dienerl, 2010 ,p. 9): "بأنها قدرة الفرد على الشعور بالرضا مع السعادة تجاه ذاته وقدراته وعلاقاته وبيئته، ونحو ماضيه وحاضره ومستقبله، والتفكير الإيجابي تجاههم"، وهي الدرجة التي يحصل عليها الطلاب في مقياس الرفاهية النفسية.

الدراسات السابقة:

بعد اطلاع الباحثة على الأدبيات والدراسات السابقة التي تناولت متغير الرفاهية النفسية وطلاب الجامعات، تم استعراض أهم الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت متغير الدراسة الحالية في علاقته ببعض المتغيرات الأخرى، وذلك بعد ترتيبها من الأقدم إلى الأحدث كما يأتي:

هدفت دراسة (Cicognani ,2011) إلى دراسة استراتيجيات التكيف مع الضغوطات في مرحلة المراهقة والعلاقات ما بين الدعم الاجتماعي والكفاءة الذاتية والرفاهية النفسية في إيطاليا، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، ومقياس استراتيجيات التكيف مع الضغوط ، ومقياس الدعم الاجتماعي ومقياس الكفاءة الذاتية ومقياس الرفاهية النفسية ، وبلغ عدد العينة (٣٤٢) طلبة جامعيين، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية ما بين الرفاهية النفسية والكفاءة الذاتية والتكيف مع الضغوطات، وأشارت إلى أن مستويات الإناث والمرتبطين بعائلاتهم أعلى من غيرهم.

وهدف دراسة (Dogan,et al. 2013) إلى دراسة تأثير تقدير الذات والرفاهية النفسية والكفاءة الذاتية على توازن السعادة في تركيا، استخدم الباحثون المنهج الوصفي، واستبيانات قصيرة لتقدير الذات والكفاءة الذاتية، ومقياس للرفاهية النفسية، ومقياس الأحداث الإيجابية والسلبية، ومقياس الكفاءة الذاتية العاطفية، وبلغ عدد العينة (٣٤٠) طلبة جامعيين، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية وذات مغزى بين الرفاهية النفسية والكفاءة الذاتية، وتأثيرها بصورة إيجابية على تقدير الذات والسعادة. وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى أفراد المجموعة التجريبية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

وحاولت دراسة خطاطبه (٢٠٢٠) إلى الكشف عن العلاقة بين مهارات إدارة الذات والرفاهية النفسية لدى طلبة جامعة الإمام محمد بن سعود، استخدم فيها المنهج الوصفي، وتكونت العينة من (٥٨٨) طالباً وطالبة، طبق عليهم مقياساً لمهارات إدارة الذات ومقياساً للرفاهية النفسية، وأشارت نتائج الدراسة إلى

وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين بعض أبعاد مقياس إدارة الذات وبعض أبعاد مقياس الرفاهية النفسية، ووجدت فروقاً بين الذكور والإناث في بعدي الرفاهية النفسية (تقبل الذات، التمكن من البيئة) لصالح الذكور وفي بعد (العلاقات الإيجابية بالآخرين) لصالح الإناث، ووجدت فروقاً ذات دلالة إحصائية في المستوى التعليمي في مقياس الرفاهية النفسية لصالح الدراسات العليا.

بينما هدفت دراسة الأبييض وعبد الحفيظ (٢٠٢٠) إلى التعرف على اليقظة العقلية وعلاقتها بالرفاهية النفسية وجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة في ضوء تطبيق منظومة التعليم عن بعد في مصر، استخدم الباحثان المنهج الوصفي وطبقا مقياساً لليقظة العقلية والرفاهية النفسية، وبلغ عدد العينة (١٥٠) طالباً جامعياً، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية ما بين الدرجة الكلية للرفاهية النفسية والدرجة الكلية لجودة الحياة الأكاديمية واليقظة العقلية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الرفاهية النفسية لصالح الإناث، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الحالة الوظيفية والاجتماعية.

وسعت دراسة (Kundi, et al. 2021) إلى دراسة الرفاهية النفسية وعلاقتها بجودة الأداء الوظيفي في باكستان، استخدم الباحثون المنهج الوصفي وطبقوا على عينة بلغت (٢٨٠) فرداً، وتم استخدام مقياساً للرفاهية النفسية من إعداد ومقياساً لجودة الأداء الوظيفي، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الرفاهية النفسية وجودة الأداء الوظيفي.

بينما هدفت دراسة عبد الكريم (٢٠٢١) إلى الكشف عن العلاقة بين كفاءة الذات والرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب جامعة جنوب الوادي بقنا، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، ومقياساً للكفاءة الذاتية ومقياساً للرفاهية النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (١٨٠) طالباً وطالبة جامعيتين، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية دالة إحصائية بين كفاءة الذات والرفاهية النفسية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الرفاهية النفسية.

وحاولت دراسة عثمان (٢٠٢٢) إلى التعرف على العلاقات بين الطفو الأكاديمي والرفاهية النفسية والكفاءة الذاتية لدى طالبات الجامعة، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، ومقياساً للطفو الأكاديمي والرفاهية النفسية والكفاءة الذاتية، وبلغ عدد العينة (٥٨٢) طالبة من طالبات جامعة نجران، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين الكفاءة الذاتية والرفاهية النفسية.

كذلك هدفت دراسة القرعيش (٢٠٢٢) إلى الكشف عن العلاقة بين الشفقة بالذات والرفاهية النفسية لدى طلاب التعليم النوعي، استخدمت فيها المنهج الوصفي، وبلغ عدد العينة (٢٠٠) طالب وطالبة، طبقت عليهم مقياسي الشفقة بالذات والرفاهية النفسية، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الشفقة بالذات والرفاهية النفسية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس الرفاهية النفسية لصالح الإناث.

حاولت دراسة الشهري والضبيان (٢٠٢٢) إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الذكاء الانفعالي والرفاهية النفسية لدى الطلبة المتفوقين أكاديمياً بجامعة الملك عبدالعزيز بمدينة جدة، تكونت عينة الدراسة من (٢١٠) طالب وطالبة، اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي في تطبيق الدراسة، وتم استخدام مقياس الذكاء الانفعالي، ومقياس الرفاهية النفسية، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي والرفاهية النفسية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس الرفاهية النفسية تعود للمتغيرات (الجنس، المستوى التعليمي، الحالة الوظيفية).

وهدفت دراسة (Singh,et al. 2022) إلى الكشف عن العلاقة بين الرفاهية النفسية والبيئة الأسرية لدى طلاب جامعة ماتيبور، استخدم الباحث المنهج الوصفي، وطبق على عينة من (١٤٥) طالباً وطالبة مقياساً للرفاهية النفسية، وأوضحت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الرفاهية النفسية والبيئة الأسرية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس الرفاهية النفسية بين الذكور والإناث في بعدي (قبول الذات، الاستقلالية) لصالح الذكور، وفي البعدين (النمو الشخصي، العلاقات الإيجابية مع الآخرين) لصالح الإناث. وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس الرفاهية النفسية لدى أفراد المجموعة التجريبية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية والوظيفية.

وأخيراً سعت دراسة (Commodari,et al. 2022) إلى دراسة الرفاهية النفسية في مرحلة المراهقة، والعلاقة بينها وبين المهارات الحياتية والكفاءة الذاتية والمهارات ما وراء المعرفية في إيطاليا، استخدم الباحثون المنهج الوصفي، وخمس استبيانات لقياس المهارات الاجتماعية والشخصية، والكفاءة الذاتية، وجودة الحياة، والرفاهية النفسية، وبلغ عدد الطلاب المشاركين (٣٨٩) طالباً وطالبة من خمس مدارس إيطالية، وأظهرت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الرفاهية النفسية وجودة الحياة والكفاءة الذاتية. وأظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس، كما كشفت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر المستوى التعليمي.

التعليق على الدراسات السابقة:

تستفيد الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في اختيار منهج الدراسة والتعرف على أهم المقاييس المستخدمة في قياس متغير الدراسة الرفاهية النفسية، وتستفيد منها أيضاً في صياغة فروض الدراسة ومقارنة نتائج الدراسات السابقة بناءً على ما توصلت إليه هذه الدراسات من نتائج.

اختلاف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة:

تميزت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في تناولها مقياساً للرفاهية النفسية لدى طلبة جامعة الملك عبد العزيز، حيث إن أغلب المقاييس العربية قد تمت في بيئات مختلفة مما يتطلب ترجمة وتقنين مقياس للرفاهية النفسية على البيئة السعودية.

إجراءات الدراسة:

منهج الدراسة: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي المقارن؛ لملائمته لتحقيق أهداف الدراسة؛ حيث يهدف إلى وصف الظاهرة كما هي في وقتها الراهن، وذلك بجمع المعلومات عنها ومقارنتها ووصف نوعية العلاقة بين متغيراتها (عبد الوهاب وسليمان، ٢٠١٣)؛ حيث تم استخدام طريقة المقارنة للتعرف على الفروق وفقاً للمتغيرات الديموغرافية.

مجتمع وعينة الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز جميعهم في مدينة جدة، وتم جمع عينة عشوائية منهم تكونت من (٢٣٢) تتراوح أعمارهم من (١٨) وأكثر، وتم تقسيم العينة الكلية إلى عينات فرعية حسب بعض المتغيرات الديموغرافية حيث تم اختيارهم بطريقة عشوائية بناء على معادلة المجتمع وبنسبة (٣٠%) من المجتمع الأصلي: الجنس (ذكر، أنثى)، الحالة الاجتماعية (أعزب/ أعزبا، متزوجة، مطلقة، أرمل/ أرملات)، الحالة الوظيفية (موظف، غير موظف)، المستوى التعليمي (شهادة جامعية (بكالوريوس)، دراسات عليا (ماجستير - دكتورة)، وجدول (١) يوضح الخصائص للمشاركين.

جدول (١) الخصائص الديموغرافية لعينة الدراسة (٢٣٢)

المتغير	مستوى المتغير	التكرار	%
الجنس	ذكر	٧٤	٣١,٩
	أنثى	١٥٨	٦٨,١
الحالة الاجتماعية	أعزب-عزباء	١٦٣	٧٠,٣
	متزوج - متزوجة	٦٥	٢٨,٠
	أرمل - أرملة	١	٠,٤
	منفصل - منفصلة	٣	١,٣
المستوى التعليمي	شهادة جامعية (بكالوريوس)	١٧٠	٧٣,٣
	دراسات عليا (ماجستير - دكتورة)	٦٢	٢٦,٧
الحالة الوظيفية	موظف	٦٣	٢٧,٢
	غير موظف	١٦٩	٧٢,٨

أداتا الدراسة:

شملت أدوات الدراسة على استبانة للأسئلة الديموغرافية، ومقياس الرفاهية النفسية لطلاب جامعة الملك عبد العزيز.

أولاً: استبانة الأسئلة الديموغرافية: تم إعداد استمارة البيانات العامة للمشاركين بهدف التعرف على بعض العوامل الديموغرافية والتي ضمت أسئلة عن (الجنس، المستوى التعليمي، الحالة الاجتماعية، الحالة الوظيفية).

ثانياً: مقياس الرفاهية النفسية لطلاب الجامعة من إعداد (Diener, et al., 2010):

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٨) عبارات، ويتم تحديد استجابة الأفراد وفق التدرج الآتي (لا أوافق بشدة=١)، (لا أوافق=٢)، (لا أوافق قليلاً=٣)، (محايد=٤)، (أوافق قليلاً=٥)، (أوافق=٦)، (أوافق بشدة=٧)، ولا توجد أي عبارات عكسية، ويتراوح مدى الدرجات ما بين (٨-٥٦)، وتظهر الدرجة المرتفعة شعوراً أكبر بالرفاهية النفسية لدى المفحوص.

الخصائص السيكو مترية لمقياس الرفاهية النفسية في الدراسة الحالية:

إجراءات الترجمة والتقنين:

قامت الباحثة باتباع منهجية (Beaton, et al.2000) في إجراءات ترجمة المقياس المستخدم في الدراسة الحالية كما يأتي:

١. الترجمة الأولية للمقياس: تمت ترجمة مقياس الرفاهية النفسية لطلاب جامعة الملك عبد العزيز من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية من قبل مترجمين يتحدثون الإنجليزية بطلاقة، أحد المترجمين كان على اطلاع بالموضوع ومفاهيمه، بينما لم يكن المترجم الآخر على دراية واطلاع بالموضوع الذي يتم تناوله في المقياس، وابتعد كلا المترجمين عن الترجمة الحرفية للعبارات، وذلك لضمان أكبر ملائمة بين الثقافات.

٢. الموائمة بين العبارات في النسختين: تمت المفاضلة بين الترجمات الصادرة من قبل المترجمين، وتم جمع الترجمات وإقصاء أي تناقضات، وأدى هذا الإجراء إلى الاتفاق بالإجماع على عبارات النسخة العربية من المقياس.

٣. الترجمة العكسية: في هذا الإجراء تم عرض عبارات النسخة العربية على مترجمين يتحدثان اللغتين الإنجليزية والعربية بطلاقة، ولم يسبق لهما الاطلاع على عبارات المقياس الأصلية، والمفاهيم المتضمنة له، وكان الهدف تقييم مدى عكس النسخة المترجمة لنسخة المقياس الأصلي.

٤. لجنة الخبراء: تم عرض الترجمة على خبيرين متخصصين في المجال ولديهما طلاقة في اللغتين، وذلك لمراجعة عبارات المقياس والتحقق ومراجعة جميع إصدارات المقياس الأصلي والترجمات، وتم التوصل إلى الصورة النهائية للمقياس بموافقة اللجنة.

٥. الدراسة الاستطلاعية واختبار النسخة الأولية من المقياس: تم تطبيق النسخة الأولية من المقياس على عينة استطلاعية، وذلك للتأكد من فهمهم لجميع عبارات المقياس، من حيث الصياغة، وبدائل الإجابة، ومعرفة ما إذا كان لديهم أي اقتراحات أو تعديلات على عبارات المقياس، وبعد هذه الخطوة تم اعتماد

النسخة العربية النهائية للمقياس، والتي تم استخدامها في الدراسة الحالية، ويظهر جدول (٢) الصورة النهائية لعبارات المقياس.

جدول (٢) عبارات مقياس الرفاهية النفسية بالنسختين العربية والإنجليزية

العبارات المترجمة باللغة العربية في صورتها النهائية	العبارات الأصلية
١. أعيش حياة ذات هدف ومعنى.	1. I lead a purposeful and meaningful life.
٢. علاقاتي الاجتماعية داعمة ومُجزية.	2. My social relationships are supportive and rewarding.
٣. أنا أشارك وأهتم بنشاطاتي اليومية.	3. I am engaged and interested in my daily activities.
٤. أساهم بفاعلية في سعادة ورفاهة الآخرين.	4. I actively contribute to the happiness and wellbeing of others.
٥. أنا كفؤ ومتمكن في الأنشطة المهمة بالنسبة إلي.	5. I am competent and capable in the activities that are important to me.
٦. أنا شخص جيد وأعيش حياة جيدة.	6. I am a good person and live a good life.
٧. أنا متفائل بمستقبلي.	7. I am optimistic about my future.
٨. الناس تحترمني.	8. People respect me.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

لتحقيق أهداف الدراسة ولتحليل البيانات التي تم جمعها؛ تم استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) لتطبيق الأساليب الإحصائية الآتية:

- الإحصاء الوصفي: التكرارات، النسبة المئوية، المتوسطات، الانحرافات المعيارية.

- ألفا كرو نباخ والتجزئة النصفية: للتحقق من الثبات.

- معامل ارتباط بيرسون: للتحقق من الاتساق الداخلي، والفروض.

- اختبار(ت): للتحقق من وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مفردات عينة الدراسة نحو مقياس الدراسة باختلاف متغيراتهم الديموغرافية التي تنقسم إلى فئتين.
- اختبار(ف): للتحقق من وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مفردات عينة الدراسة نحو مقياس الدراسة باختلاف المتغيرات الديموغرافية للعينة التي تنقسم إلى ثلاث فئات وأكثر.
- التحليل العاملي التوكيدي: للتحقق من صدق المقياس.
- حساب حجم الأثر: للتحقق من الدلالة العملية للفروق الإحصائية بين المتوسطات والعلاقة بين المتغيرات.

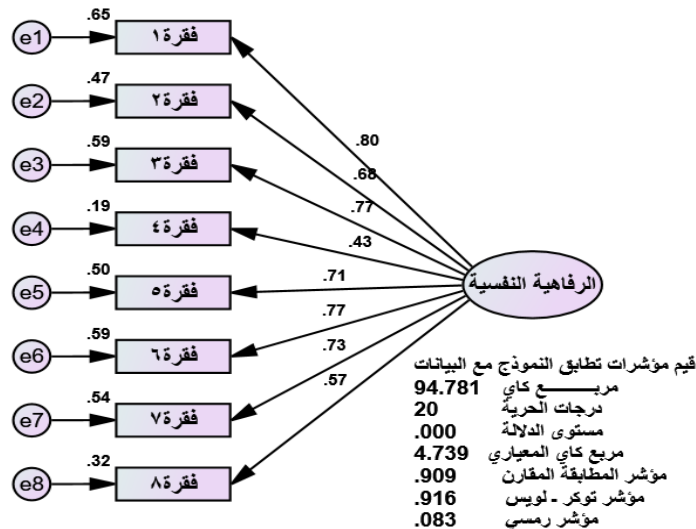
عرض النتائج ومناقشتها:

السؤال الأول: هل يتمتع مقياس الرفاهية النفسية لدى طلاب جامعة الملك عبد العزيز بخصائص سيكو مترية جيدة؟ وللتحقق من الخصائص السيكو مترية للمقياس تم تطبيقه على عينة من (٢٣٢)، لحساب الآتي:

أولاً: الصدق العاملي:

للتحقق من الصدق العاملي للمقياس قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي التوكيدي للتأكد من البنية العملية لمقياس الرفاهية النفسية لعينة الدراسة ببرنامج (AMOS, 26)، وذلك لاختبار صحة النموذج وحسن مطابقته لبيانات الدراسة، حيث تم تصميم نموذج عاملي للمقياس في ضوء النظريات والدراسات السابقة، وقد تم إجراء التحليل العاملي على جميع عبارات المقياس (٨) على عينة طلاب الجامعة بلغ عددهم (٢٣٢)، وتم استخراج قيم التشعب لمفردات المقياس على العامل الكامن، واتضح تشعب المفردات تشعباً دالاً، وتراوحت قيم التشعب للعوامل الكامنة على العامل العام K ما بين (٠،٤٠ - ٠،٨٠)، كما هو موضح في (الشكل ١)

شكل (١) نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الرفاهية النفسية



يتبين من شكل (١) أن كل فقرة من فقرات مقياس الرفاهية النفسية تشبعت على العامل العام، كما أن مؤشرات حسن المطابقة تقع في المدى المقبول لها، ويمكن توضيح معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية لنموذج مقياس الرفاهية النفسية ودلالاتها الإحصائية في جدول (٣)، بينما يوضح جدول (٤) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج مقياس الرفاهية النفسية.

جدول (٣) معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية ودلالاتها الإحصائية لتشبعات الفقرات على العامل

الكامن لمقياس الرفاهية النفسية

العامل	<---	الفقرة	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
الرفاهية النفسية	<---	فقرة ١	٠,٨٠	١,٠٠٠	-	-	-
الرفاهية النفسية	<---	فقرة ٢	٠,٦٨	٠,٩١	٠,٠٠٨	١٠,٨٦	٠,٠٠١
الرفاهية النفسية	<---	فقرة ٣	٠,٧٧	١,٠٠٦	٠,٠٠٨	١٢,٥١	٠,٠٠١
الرفاهية النفسية	<---	فقرة ٤	٠,٤٣	٠,٤٥	٠,٠٠٧	٦,٤٨	٠,٠٠١
الرفاهية النفسية	<---	فقرة ٥	٠,٧١	٠,٧٣	٠,٠٠٦	١١,٣٠	٠,٠٠١
الرفاهية النفسية	<---	فقرة ٦	٠,٧٧	٠,٨٨	٠,٠٠٧	١٢,٤٦	٠,٠٠١
الرفاهية النفسية	<---	فقرة ٧	٠,٧٣	٠,٨١	٠,٠٠٦	١١,٧٨	٠,٠٠١
الرفاهية النفسية	<---	فقرة ٨	٠,٥٧	٠,٥١	٠,٠٠٥	٨,٧٠	٠,٠٠١

يتضح من خلال جدول (٣) أن تشبعات الفقرات جميعها الثمانية للمقياس على العامل العام دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١).

جدول (٤) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج مقياس الرفاهية النفسية

مؤشرات حسن المطابقة	القيمة والتفسير	المدى المثالي للمؤشرات
الاختبار الإحصائي χ^2 مستوى دلالة كا ٢	٩٤,٧٨ دالة ٠,٠٠١	أن تكون قيمة كا ٢ غير دالة، وأحياناً تكون دالة؛ يرجع ذلك إلى حجم العينة.
DF درجة الحرية	٢٠	-
النسبة بين كا ٢ إلى درجة (df/) حريتها	٤,٧٣ (ممتاز)	صفر إلى أقل من ٥

من ٠،٩٠ إلى ١	٠،٩٠ (ممتاز)	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)
من صفر إلى أقل من ٠،١	٠،٠٨ (ممتاز)	مؤشر جذر متوسط (RMSEA) مربع خطأ الاقتراب
من ٠،٩٠ إلى ١	٠،٩٣ (ممتاز)	مؤشر المطابقة التزايدية (IFI)
من ٠،٩٠ إلى ١	٠،٩١ (ممتاز)	مؤشر تاكر- لويس (TLI)
من ٠،٩٠ إلى ١	٠،٩١ (ممتاز)	مؤشر جودة المطابقة (GFI)

يتضح من خلال جدول (٤) أن قيمة χ^2 جاءت دالة إحصائياً؛ نظراً لتأثر قيمة χ^2 بعدد العينة (٢٣٢)، فكلما ازداد حجم العينة تأثرت قيمته ودلالته (الجودة، ٢٠١٦)، وأظهرت مؤشرات جودة المطابقة في الجدول أعلاه GFI-CFI-IFI-TLI-GFI جودة مطابقة الأنموذج لبيانات عينه البحث حيث رصدت درجات اقتربت من الواحد الصحيح. ويتضح من جدول (٤) أيضاً انخفاض مؤشرات الجذر التربيعي RMSEA-RMR؛ ويشير الانخفاض للقيم السابقة إلى جودة الأنموذج المطابق لبيانات عينه البحث. وخلاصة ما ورد في الشكل (١) وجدولي (٣)، (٤) أن نتائج التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الأولى تشير إلى أن المقياس يتمتع بنموذج قياسي ممتاز، وهذا ما أكدته مؤشرات حسن المطابقة، والتي كانت في مداها المثالي، كما تشبعت كل فقرة من فقرات المقياس على العامل العام، كما كانت جميع التشبعتات دالة إحصائياً؛ مما يجعلنا نطمئن إلى مدى صلاحية وملاءمة الأنموذج الحالي في قياس الرفاهية النفسية لدى طلاب الجامعة، وهذه النتيجة توصي الباحثين في هذا المجال بالرجوع إلى هذا المقياس والاستفادة منه، فضلاً عن ذلك أظهرت فقرات المقياس اتساقاً داخلياً مناسباً من خلال معاملات الثبات المرتفعة التي قدّرت منها.

ثانياً: الاتساق الداخلي:

تم التحقق من الاتساق الداخلي عن طريق حساب معامل ارتباط بيرسون بين الفقرة والدرجة الكلية للمقياس، وجدول (٥) يظهر نتائج القياس عبر برنامج (SPSS).

جدول (٥) معامل ارتباط بيرسون بين الفقرة والدرجة الكلية للمقياس

معامل ارتباط بيرسون للفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون للفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون للفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة
**٠,٧٥٥	٧	**٠,٧٢٨	٥	**٠,٨١٢	١
**٠,٦٣٨	٨	**٠,٧٨٢	٦	**٠,٧٦١	٢
مستوى الدلالة ٠,٠١				**٠,٨١١	٣
				**٠,٥٥٢	٤

يتضح من الجدول (٥) أن معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠,٥٥-٠,٨١) وجميعها دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يدل على أن المقياس يتسم بدرجة عالية من الصدق.

ثالثاً: ثبات المقياس:

تم حسابه عن طريق ألفا كرو نباخ والتجزئة النصفية باستخدام برنامج (SPSS)، ويتضح من الجدول (٦) أن معاملات الثبات تراوحت ما بين: (٠,٨٢-٠,٨٨) مما يدل على أن المقياس يتمتع بثبات مرتفع.

جدول (٦) قيمه معامل ثبات ألفا كرو نباخ ل فقرات المقياس مع المقياس ككل

قيمة معامل ثبات التجزئة النصفية	قيمة معامل ثبات ألفا كرو نباخ	عدد الفقرات	مقياس الرفاهية النفسية
٠,٨٢٤	٠,٨٧٦	٨	المقياس ككل

السؤال الثاني: ما مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة؟ للإجابة عن هذا السؤال حُسبت المتوسطات و الانحرافات المعيارية لعينة الدراسة (ن = ٢٣٢)، كما حسب المتوسط الفرصي، عبر جمع بدائل الاستجابة على الاستبيان الرباعي، وتقسيمها على عددها، ثم ضرب الناتج في عدد العبارات، وعليه تكون أوزان البدائل (١,٢,٣,٤,٥,٦,٧) ويكون مجموعها (٢٨)، وعددها (٧) وعند القسمة يصبح أوزان البدائل (٤)، وعند ضرب عدد عبارات الاستبيان (٨ عبارات)،

يكون المتوسط الفرضي للدرجة الكلية للاستبيان = (٣٢)، واستخدم اختبار (ت) للعينة الواحدة، لحساب الفرق بين المتوسطين

التجريبي والفرضي لدى عينة الدراسة من (١٨) عامًا وأكثر على مقياس الرفاهية النفسية لصالح المتوسط الفرضي، ويوضح جدول (٧) هذه النتائج.

جدول (٧) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الرفاهية النفسية

مقياس الرفاهية	المتوسط التجريبي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة ت	مستوى الدلالة	المستوى
المقياس ككل	٤٥	٨,٣١	٣٢	٢٤,٢٩	٠,٠٠٠	مرتفع
دالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٠١						

وتوافق النتيجة الحالية مع نتيجة دراسة عثمان (٢٠٢٢)، ودراسة (Singh, et al. 2022)، وخطابه (٢٠٢٠)، والتي أسفرت نتائجها عن كون الطلاب يتمتعون بدرجة جيدة من الرفاهية النفسية، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الرفاهية النفسية تتطور من خلال مجموعة من المتغيرات في البيئة التعليمية وخصائص الشخصية والخبرة في الحياة، فضلاً عن أنها تزيد مع العمر والتعليم حيث أنه من الممكن أن تُعد خصائص إيجابية متوفرة بدرجة مناسبة لدى طلبة الجامعة، ويمكن تفسير ذلك أيضاً أن طلبة الجامعة لديهم استقرار نفسي واجتماعي كبير حيث يتميزون بالثبات الانفعالي و الثقة بالنفس، فهم يرون الرفاهية النفسية من الأمور الهامة لهم؛ وذلك للحد من المشكلات التي تواجههم من خلال استخدام أساليب عقلانية والسيطرة على عواطفهم و الانشغال بتطوير التحصيل الأكاديمي لديهم، بالتالي ينعكس ذلك بصورة إيجابية على الرفاهية النفسية لديهم مما أدى إلى وجود مستوى مرتفع من الرفاهية لدى عينة الدراسة.

السؤال الثالث: هل توجد فروق في مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز بمدينة جدة، تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث)؟

للإجابة على هذا السؤال؛ تم استخدام اختبارات (ت) للعينات المستقلة لتحديد ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرفاهية النفسية بين الذكور والإناث، وأظهرت نتائج التحليلات الأولية عدم وجود قيم متطرفة في البيانات كما تم تقييمها من خلال فحص (Boxplot)،

وأظهرت نتيجة اختبار شايبرو ويلك ($p = .01$) اعتدالية توزيع كلا المجموعتين (ذكور وإناث) بالنسبة لمتغير الجنس، وكان هناك تجانس في التباين بين المجموعتين وفقاً لاختبار لفين للتجانس ($p = .03$)، و يظهر جدول (٨) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين.

جدول (٨) نتائج اختبار (ت) للعينات المستقلة لتحديد دلالة الفروق في الرفاهية النفسية وفقاً

لمتغير الجنس

المتغير	العينة	عدد العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية	قيمة الدلالة Sig.(2-tailed)	مستوى الدلالة
المقياس ككل	ذكر	٧٤	٤٥,١٢٦	٦,١٧٢	١,٣٣١	٢٣٠	٨٦٨.	غير دال

وتتفق النتيجة الحالية مع نتيجة دراسة عبد الكريم (٢٠٢١)، ودراسة الشهري والضبيان (٢٠٢٢)، ودراسة (Commodari,et al. 2022)، والتي أشارت لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس. وتختلف مع دراسة (Singh,et al.,2022) التي أوضحت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس الرفاهية النفسية بين الذكور والإناث في بعدي (قبول الذات، الاستقلالية) لصالح الذكور، وفي البعدين (النمو الشخصي، العلاقات الإيجابية مع الآخرين) لصالح الإناث. ودراسة خطاطبه (٢٠٢٠)، ودراسة الأبيض وعبد الحفيظ (٢٠٢٠)، والقرعيش (٢٠٢٢) التي وجدت فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الجنسين لصالح الإناث، وقد يعود ذلك لاختلاف بيئة القياس، حيث كانت دراسة الشهري والضبيان (٢٠٢٢) مطبقة على طلاب جامعة الملك عبد العزيز أيضاً، ووصلت لنفس النتيجة، وتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء تقارب

الظروف الحياتية في المجتمع الجامعي، فضلاً عن تشابه مصادر الرفاهية النفسية لكلا الجنسين من استغلال الطاقات والإمكانات البيئية المتاحة لهم، ووضع خطط واضحة ومحددة وتنفيذها ومواجهة الضغوط والتحديات المختلفة، وأن الرفاهية النفسية شعور فردي نابع من الذات ونتج عن قيم الفرد وتوجهاته وأفكاره بصورة تجعله قادراً على صناعة الرفاهية النفسية بغض النظر عن طبيعة النوع الذي ينتمي إليه الفرد، وعليه فإنه لا اختلاف بين الطلاب في الرفاهية النفسية؛ وذلك للاتفاق في الأهداف المشتركة بين الطلاب وتحقيق التطور الشخصي وارتقاء ذاتهم.

السؤال الرابع: هل توجد فروق في مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز بمدينة جدة، تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب - عزباء، متزوج/ة، منفصل/ة، أرمل/ة)؟

للإجابة عن هذا السؤال؛ تم إجراء اختبار تحليل التباين الأحادي (ف) لتحديد ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرفاهية النفسية وفقاً لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب - عزباء، متزوج-متزوجة، منفصل-منفصلة، أرمل-أرملة)، وأظهرت نتائج التحليلات الأولية عدم وجود قيم متطرفة في البيانات كما تم تقييمها من خلال فحص (Boxplot)، وأظهرت نتيجة اختبار شايبرو ويلك ($p = 0.01$) اعتدالية توزيع كلا المجموعات (أعزب - عزباء، متزوج-متزوجة، منفصل-منفصلة، أرمل-أرملة) تبعاً لمستوى الرفاهية النفسية، وكان هناك تجانس في التباين بين المجموعات وفقاً لاختبار ليفين للتجانس ($p = 0.01$)، كما أظهرت النتائج جدول (٩) إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات المجموعات لصالح متزوج/متزوجة.

جدول (٩) نتائج اختبار (ف) لتحديد الفروق في الرفاهية النفسية وفق متغير الحالة الاجتماعية

المتغير	المجموعات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	التباين F	قيمة الدلالة Sig. (2-tailed)	مستوى الدلالة
المقياس ككل	أعزب	١٦٣	٤٤,٠٧٩٨	٨,٣٩١٦٣	٢٢٨	١٣,٣٧٥	.٠٠٠	دال لصالح متزوج/متزوجة
	متزوج	٦٥	٤٨,٦٧٦٩	٥,٧٨٠١١				
	أرمل	١	٨,٠٠٠٠	.				
	منفصل	٣	٤١,٠٠٠	٤,١٠٠				

وتتفق النتيجة الحالية مع دراسة (Cicognani, 2011) التي وجدت ارتفاعاً في درجة الرفاهية النفسية لدى المرتبطين بعائلاتهم، وتختلف مع دراسة (Dogan, et al. 2013)، والأبيض وعبد الحفيظ (٢٠٢٠)، ودراسة (Singh, et al. 2022) التي أشارت لعدم وجود فروق تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، وقد يعود ذلك لاختلاف البيئة التي تم التطبيق عليها، واختلاف نوعية الحياة الزوجية لدى البيئة السعودية، وتعزو الباحثة هذه النتيجة أنه قد تكون الحاجات المُشبعة لدى الطلبة المتزوجين وما يملكونه من استقلالية واعتماد على أنفسهم ، و قدرتهم على تحقيق الكثير من الحاجات الاجتماعية و تحقيق الذات أكثر من غيرهم ، هي السبب في اتجاه الفروق في وتتفق النتيجة الحالية مع دراسة خطاطبه (٢٠٢٠) حيث وجدت فروقاً ذات دلالة إحصائية في المستوى التعليمي في مقياس الرفاهية النفسية لصالح الدراسات العليا، ودراسة (Commodari ,et al. 2022)، وجدت فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر المستوى التعليمي. وتختلف مع دراسة الشهري والضبيبان (٢٠٢٢)، وقد يعود ذلك لكون الدراسة خصصت فئة الطلاب المتفوقين أكاديمياً أو لاختلاف السنة الدراسية، وتفسر الباحثة وجود فروق في الرفاهية النفسية لدى طلبة الدراسات العليا كون هؤلاء الأفراد لديهم اهتمام واضح في إدارة الوقت كما أن لديهم القدرة على تنسيق المهام والأدوار الاجتماعية و المهنية ، خاصة أن طلبة الدراسات العليا أيضاً يمتلكون القدرة على مواجهة الضغوط والتعامل معها و قدرتهم على مواجهة التحديات والتفاعل معها بشكل يومي خصوصاً أن مرحلة الدراسات العليا تختلف عن المرحلة الجامعية العادية ، فضلاً عن أنهم أكثر قدرة على تحمل المسؤولية الذاتية والشخصية و لديهم القدرة أيضاً على الاستمتاع بالحياة و التفاؤل في المستقبل ، وهذا ينعكس على مستوى الرفاهية النفسية لديهم والرضا عن حياتهم.

السؤال السادس: هل توجد فروق في مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز بمدينة جدة، تعزى لمتغير الحالة الوظيفية (موظف، غير موظف)؟
للإجابة عن هذا السؤال ؛ تم استخدام اختبارات (ت) للعينات المستقلة لتحديد ما إذا كان هناك فروق ذات

المتغير	مستوى المتغير	عدد العينة	المتوسط الحسابي	القيمة T	درجة الحرية	قيمة الدلالة Sig.(2-tailed)	مستوى الدلالة
المقياس ككل	شهادة جامعية	١٧٠	٤٤,٠٦٤ ٧	٨,٣٣ ٢٦٩	٢٣٠	٠,٠٠٠	دالّ لصالح الدراسات العليا

دلالة إحصائية في مستوى الرفاهية النفسية وفقاً لمتغير الحالة الوظيفية (موظف، غير موظف)، وأظهرت نتائج التحليلات الأولية عدم وجود قيم متطرفة في البيانات كما تم تقييمها من خلال فحص (Boxplot)، وأظهرت نتيجة اختبار شابيرو ويلك ($p = .01$) اعتدالية توزيع كلا المجموعات (موظف، غير موظف) تبعاً لمستوى الرفاهية النفسية، وكان هناك تجانس في التباين بين المجموعات وفقاً لاختبار لفين للتجانس ($p = .01$) كما أظهرت النتائج جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائية لصالح الموظفين.

جدول (١١) نتائج اختبار (ت) للعينات المستقلة لتحديد دلالة الفروق في الرفاهية النفسية

لمتغير الحالة الوظيفية

المتغير	العينه	عدد العينه	المتوسط الحسابي	المعياري الانحراف	قيمة T	درجة الحرية	قيمة الدلالة Sig.(2-tailed)	مستوى الدلالة
المقيا س ككل	موظف	٦٣	٤٨,١٤٢٩	٧,٩٥٥٢٣	٣,٣١٠	٢٣٠	٠,٠٠٠١	دال لصالح الموظفين
	غير موظف	١٦٩	٤٤,١٧٧٥	٨,٢٠٣٧٦				

اتفقت النتيجة الحالية مع دراسة (Kundi, et al. 2021) حيث توصلت النتائج إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الرفاهية النفسية وجودة الأداء الوظيفي. وتختلف النتيجة الحالية عن نتائج الدراسات السابقة مثل دراسة الأبيض وعبد الحفيظ (٢٠٢٠)، الشهري والضبيبان

(٢٠٢٢)، دراسة (Singh, et al. 2022)، وتغزو الباحثة هذه النتيجة لارتفاع الوعي بأهمية العمل، أو لحرص الطلاب على الجمع ما بين العمل والدراسة لتلبية الاحتياجات الشخصية والاجتماعية والنفسية والتي أدت بذلك لارتفاع الرفاهية النفسية لديهم مقارنة بغير الموظفين خصوصاً مع ارتفاع أسعار متطلبات المعيشة في السنوات الأخيرة. كما أن الفرد الموظف يتعرض للعديد من المشكلات مما يتطلب منه القدرة على حل هذه المشكلات و اتخاذ القرارات الصائبة و التقييم المنطقي للأمور ، مما يعمل على زيادة تحكمه بانفعالاته ، وبالتالي المساعدة على التمتع بالرفاهية النفسية و تكوين علاقات اجتماعية إيجابية مع الآخرين خاصة في المجالات الوظيفية والمهنية ، كما أن الموظف بغض النظر عن طبيعة العمل فهو بهذا العمل يحقق ذاته و مكانته و يشعره بأنه ذو هدف ومعنى واضح في الحياة ويكون لديه تصور إيجابي عن نفسه و يسعى بالارتقاء دوماً في مجال عمله ، وهذا يؤثر بشكل إيجابي على الرفاهية النفسية لدى الفرد.

ملخص النتائج والتوصيات:

تتلخص نتائج الدراسة الحالية فيما يلي:

- نتائج التحليل العاملي التوكيدي أشارت إلى أن المقياس يتمتع بأمودج قياسي ممتاز، وهذا ما أكدته مؤشرات أيضاً حسن المطابقة، والتي كانت في مداها المثالي، كما تشبعت كل فقرة من فقرات المقياس على العامل العام، كما كانت التشبعتات جميعها دالة إحصائياً.
- أظهرت نتائج الاتساق الداخلي بين الفقرة والدرجة الكلية لمقياس الرفاهية النفسية تراوحت ما بين (٠,٥٥-٠,٨١)، مما يدل على أن المقياس يتسم بدرجة عالية من الصدق، وأظهرت نتائج التحقق من ثبات المقياس أن معاملات الثبات تراوحت ما بين (٠,٨٢-٠,٨٨) مما يدل على أن المقياس يتمتع بثبات مرتفع.
- وجود مستوى مرتفع من الرفاهية النفسية لدى عينة الدراسة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الرفاهية النفسية لدى عينة الدراسة تُعزى لمتغير الجنس، في حين توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات الدرجات وفقاً لمتغير الحالة الاجتماعية وذلك لصالح متزوج/متزوجة، وفي متغير المستوى التعليمي وذلك لصالح طلاب الدراسات العليا، وفي متغير الحالة الوظيفية وذلك لصالح الموظفين.
- وفي ضوء نتائج الدراسة الحالية توصي الباحثة بما يلي:
- تشجيع الباحثين للعمل على البحث عن الاحتياجات النفسية والاجتماعية والجسدية لطلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة.
- توفير الرعاية النفسية والاجتماعية، فضلاً عن تحسين الرعاية الصحية، والعمل على زيادة الوعي الصحي لطلاب جامعة الملك عبد العزيز، وذلك من خلال المؤسسات والمراكز المختصة بطلاب جامعة الملك عبد العزيز وتقديم الندوات والمحاضرات لهم.
- العمل على التعرف على المشاكل التي يعاني منها الطلاب والعمل على محاولة حلها.

Summary of results and recommendations

The results of this study are summarized as follows:

- 1.The results of the confirmatory factor analysis indicated that the scale has an excellent standard model, and this was also confirmed by indicators of good conformity, which were in their ideal range, and each paragraph of the scale was saturated on the general factor, and all saturations were statistically significant.
- 2.The results showed the internal consistency between the paragraph (0.55-0.81) and the total score of the psychological well-being scale, which ranged between (0.82-0.88), which indicates that the scale is characterized by a high degree of honesty. This indicates that the scale has a high stability.
- 3.There is a high level of psychological well-being among the study sample.
- 4.There are no statistically significant differences between the mean scores of psychological well-being in the study sample due to the gender variable, while there are statistically significant differences between the mean scores according to the marital status variable in favor of married/married, and in the educational level variable in favor of postgraduate students, and in the status variable functionality for the benefit of employees.

Considering the study results, the researcher recommends the following:

- 1.Encouraging researchers to work on researching the psychological, social, and physical needs of students at King Abdulaziz University in Jeddah.
- 2.Providing psychological and social care, in addition to improving health care, and working to increase health awareness for King Abdulaziz University students, through institutions and centers specialized in King Abdulaziz University students, and providing seminars and lectures to them.
- 3.Work to identify the problems that students suffer from and work to try to solve them.

المراجع العربية:

١. الأبيض، محمد وعبد الحفيظ، هاني. (٢٠٢٠). اليقظة العقلية وعلاقتها بالرفاهية النفسية وجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة في ضوء تطبيق منظومة التعليم عن بعد. المجلة العربية للقياس والتقويم، ١(١)، ١٦٠-٢٠٠.
٢. الأسود، مهريّة. (٢٠٢١). التفكير الإيجابي والكفاءة الذاتية كمتنبئات بالتدفق النفسي. [رسالة دكتوراه غير منشورة]. جامعة الشهيد حمة لخضر-الوادي.
٣. الأثرم، رضا ومحمد، السيد. (٢٠١٨). فعالية برنامج قائم على اليقظة العقلية في خفض الضغوط وتحسين الرفاهية لدى معلمي الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. مجلة التربية الخاصة، ٤(٢٤)، ١-٨١.
٤. خريبه، إيناس وسالم، هانم وعطية، رانيا. (٢٠١٩). النموذج البنائي للعلاقات بين اليقظة العقلية والذكاء الوجداني والرفاهية النفسية لدى طلبة الفرقة الأولى بكلية التربية جامعة الزقازيق. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ٢(١١٦)، ١٠٥-١٦٤.
٥. خطاطبه، يحيى. (٢٠٢٠). مهارات إدارة الذات وعلاقتها بالرفاهية النفسية لدى طلبة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية ٣(٤٥)، ١٩٩-٢٧٨.
٦. شاهين، عمر وليد. (٢٠١٤). فاعلية برنامجي العلاج المعرفي السلوكي وعلاج العقل والجسم في حدة أعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة والأعراض المصاحبة عند المراهقين. [رسالة ماجستير غير منشورة]. الجامعة الإسلامية، كلية التربية، علم النفس، فلسطين.
٧. شعبان، ناصر. (٢٠٢٠). تأثير تدريبات اليقظة العقلية على الرفاهية النفسية لدى طلاب كلية التربية الرياضية. مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة، ٢٦(١٢)، ١-٢٢.

٨. الشهري، اصايل، الضبيبان، نوال. (٢٠٢٢). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالرفاهية النفسية لدى عينة من المتفوقين أكاديمياً في جامعة الملك عبد العزيز بجدة. المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث، ٦(٣٨) ٧٧-٩٩.
٩. عبد الباقي، أمل. (٢٠٢٠). تأثير تحسين مستوى اليقظة العقلية المقررة ذاتياً وأبعادها المختلفة على مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة من الإناث: دراسة شبه تجريبية. مجلة دراسات نفسية، ٣٠(١) ٩٧-١٦٤.
١٠. عبد الكريم، منى. (٢٠٢١). كفاءة الذات وعلاقتها بالرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة كلية الآداب بقنا، ٢(٥٢) ٤٥٦-٤٧٣.
١١. عبد الوهاب، طارق محمد، سليمان، ومصطفى. (٢٠١٣). مناهج البحث في علم النفس. خوارزم العلمية.
١٢. عثمان، عفاف. (٢٠٢٢). النمذجة البنائية بين الطفو الأكاديمي والرفاهية النفسية والكفاءة الذاتية لدى طالبات الجامعة. مجلة العلوم الإنسانية والإدارية، ٣(٢٦) ١٠٢-١٢٥.
١٣. علاق، مباركة وبنين، آمال. (٤-٥ فبراير ٢٠٢٠). اليقظة العقلية ودورها في تحسين جودة الحياة النفسية. أعمال الملتقى الوطني الأول: جودة الحياة والتنمية المستدامة، الجزائر.
١٤. القرعش، هند. (٢٠٢٢). الشفقة بالذات وعلاقتها بالرفاهية النفسية لدى طلاب التعليم النوعي. مجلة دراسات وبحوث التربية النوعية ٨(١) ١٢٧-١٥.

المراجع الأجنبية:

1. AlAbyad, Muhammad and Abdel Hafeez, Hani. (2020). Mental alertness and its relationship to psychological well-being and the quality of academic life among university students in light of the application of the distance education system. Arab Journal of Measurement and Evaluation, 1(1),160-200.
2. black, mahary. (2021). Positive thinking and self-efficacy as predictors of psychological flow. [Unpublished doctoral dissertation]. Martyr Hama Lakhdar University - Al-Wadi.
3. Al-Ashram, Reza and Mohamed, Mr. (2018). The effectiveness of a program based on mindfulness in reducing stress and improving well-being among teachers of children with autism spectrum disorder. Journal of Special Education, 4 (24), 1-81.
4. Khraibeh, Enas and Salem, Hanem and Attia, Rania. (2019). Structural model of the relationships between mental alertness, emotional intelligence, and psychological well-being among first-year students at the Faculty of Education, Zagazig University. Arab Studies in Education and Psychology, 2 (116), 105-164.
5. Khatabaa, Yahya. (2020). Self-management skills and their relationship to psychological well-being among students of Imam Muhammad bin Saud Islamic University. Journal of Humanities and Social Sciences, 3 (45), 199-278.
6. Shaheen, Omar Walid. (2014). The effectiveness of cognitive-behavioral therapy and mind-body therapy programs on the severity of post-traumatic stress disorder symptoms and associated symptoms in adolescents. [A magister message that is not published]. Islamic University, College of Education, Psychology, Palestine.
7. Shaaban, Nasser. (2020). The effect of mental alertness training on psychological well-being among students of the Faculty of Physical Education. Journal of Physical Education and Sport Sciences, 26(12), 1-22.
8. Al-Shehri, Asayel, Al-Dhubaiban, Nawal. (2022). Emotional intelligence and its relationship to psychological well-being among a sample of academically outstanding students at King Abdulaziz University in Jeddah. Arab Journal of Science and Research Publishing, 6(38), 77-99.
9. Abdel-Baqi, Amal. (2020). The effect of improving the level of self-determined mental alertness and its various dimensions on the level of psychological well-being in a sample of females: a quasi-experimental study. Journal of Psychological Studies, 30(1), 97-164.
10. Abdul Karim, Mona. (2021). Self-efficacy and its relationship to psychological well-being among a sample of university students. Journal of the College of Arts in Qena, 2 (52), 456-473.
11. Abdel Wahab, Tariq Mohamed, Suleiman, and Mustafa. (2013). Research Methods in Psychology. scientific algorithm.

- 12.Othman, Afaf. (2022). Structural modeling between academic buoyancy, psychological well-being, and self-efficacy among female university students. *Journal of Humanities and Administrative Sciences*, 3(26), 102-125.
- 13.Allag, Mubarak, baneen, Amaal. (4-5 February 2020). Mental alertness and its role in improving the psychological quality of life. *Proceedings of the First National Forum: Quality of Life and Sustainable Development, Algeria*.
- 14.Al-Qaraish, Hind. (2022). Self-compassion and its relationship to psychological well-being among qualitative education students. *Journal of Specific Education Studies and Research*, 8 (1), 127-152.
- 15.Beaton, D. E., Bombardier, C., Guillemin, F. and Ferraz, M. B. (2000). Guidelines for the process of cross-cultural adaptation of self-report measures. *Spine*, 25, (24), 3186–3191., 25, (24), 3186–3191.
- 16.Cicognani, E. (2011). Coping Strategies with Minor Stressors in Adolescence: Relationships with Social Support, Self-Efficacy, and Psychological Well-Being. *Journal of Applied Social Psychology*, 41(3), 559-578.
- 17.Commodari, E., Platania, S., La Rosa, V., Commodari, G., Carnmolla, G., parisi, J. (2022). Psychological well-being in adolescence: relationships between life skills, self-efficacy, and metacognitive skills. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 10(1), 1-19.
- 18.Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143-156.
- 19.Dogan, T., Totan, T. and Sapmaz, F. (2013). The Role of Self-Esteem, Psychological Well-Being, Emotional Self-Efficacy, and Affect Balance on Happiness. *European Scientific Journal*, 9(20), 31-42.
- 20.Kubzansky, L., Huffman, J., Boehm, J., Hernandez, R., Kim, E., Koga, H., Feig, E., Lloydjones, D., Seligman, M. and Labarthe, D. (2018). Positive Psychological Well-Being and Cardiovascular Disease, 72 (12) 1382–1396.
- 21.Kundi, Y.M., Aboramadan, M., Elhamalawi, E.M.I. and Shahid, S. (2021). Employee psychological well-being and job performance: exploring mediating and moderating mechanisms. *International Journal of Organizational Analysis*, 29 (3), 736-754.
- 22.Singh, Th., Sharma, H., Singh, Sal. and Singh, San. (2022). Physical Education Students' Psychological Well-Being and Family Environment in Manipur. *IJFANS International Journal of Food and Nutritional Sciences*, 11 (3), 2189-2196.