

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة حسبية بن بوعلي الشلف
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية



أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه LMD

الشعبة: علم النفس
التخصص: علم النفس المدرسي

العنوان

الحاجات النفسية والمساندة الاجتماعية وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى طلبة
الجامعة

من إعداد

عائشة قوادري بوجلطية

المناقشة بتاريخ 2024/02/26 من طرف اللجنة المكونة من:

رئيسا

مقرا ومشرفا

ممتحنا

ممتحنا

ممتحنا

ممتحنا

جامعة حسبية بن بوعلي بالشلف

جامعة حسبية بن بوعلي بالشلف

جامعة حسبية بن بوعلي بالشلف

جامعة حسبية بن بوعلي بالشلف

المدرسة العليا للأساتذة - بوزريعة- الجزائر العاصمة

جامعة عمار تليجي بالأغواط

عبد القادر خنوش أستاذ محاضر أ

كلثوم قاجة أستاذ محاضر أ

جميلة بن عمور أستاذ محاضر أ

إسماعيل دحدي أستاذ محاضر أ

عبد الله قلي أستاذ التعليم العالي

عائشة بدوي أستاذ محاضر أ

كلمة شكر وعرفان

قال الله تعالى: "ولئن شكرتم لأزيدنكم"

الحمد لله الذي أثار لي درب العلم والمعرفة وأعاني على أداء هذا الواجب

ووفقي إلى إنجاز هذا العمل

أتقدم من هذا المقام بأسمى آيات الشكر وعظيم الامتنان

للدكتورة المشرفة قاجة كلثوم التي تفضلت بالإشراف على هذا العمل

فلم تبخل عليّ ولو لحظة بجهدتها ووقتها

وأيضاً كل من ساهم من الأساتذة الأفاضل في دعمي لإكمال المسار العلمي بدايةً بلجنة

التكوين في الدكتوراه على رأسهم البروفيسور "رحال سامية" ومدير المخبر الأستاذ

الدكتور "ضامر وليد عبد الرحمن"

كما لا أنسى أساتذة السنوات الماضية

فلا تتسع لا الكلمات ولا المعاني للتعبير عن شكري وتقديري

لحرصهم الدائم وتوجيههم السديد الذي ساعدني في تخطي الصعوبات

لهم مني خالص الثناء راجية من المولى العزيز التقدير أن يجازيهم خيراً

وأوجه شكري وامتناني لأستاذ اللغة العربية "بوجلطية الجيلالي" وأستاذة اللغة الإنجليزية

"بوغاري"

وفي الأخير أشكر كل من رفع أکف الدعاء لنا في السر والعلن

ولجميع من ساندني في إنجاز هذا العمل من قريب أو بعيد جزيل الشكر والتقدير والعرفان

والجميل

فجزاكم الله خير الجزاء إنه هو السميع مجيب الدعاء وأسأل الله أن يرزقنا العلم النافع

ويلهمنا العمل الصالح المقبول.

الإهداء

أهدي ثمرة جهدي إلى معلم هذه الأمة ومن أثار دروبنا بنور الإيمان
سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم...
إلى نبع الحب والحنان أمي الغالية...
إلى سندي في الحياة أبي العزيز أطال الله في عمره...
إلى كل من ساعدني في إنجاز هذه الأطروحة وساندني بالدعاء...
وإلى كل غالي على قلبي إخوتي وأخواتي وصديقاتي المخلصات...
جزاكم الله كل الخير ووفقكم في خطاكم...
وأسأل الله لي ولكم التسهيل والنجاح في كل عمل...

ملخص الدراسة:

استهدفت الدراسة الحالية الكشف عن مدى مساهمة الحاجات النفسية والمساندة الاجتماعية في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم الاعتماد على المنهج الوصفي على عينة مكونة من (480) طالب وطالبة من جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف من كليتي (الحقوق والعلوم السياسية والعلوم الدقيقة والإعلام الآلي)، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية التطبيقية. وللقيام بهذه الدراسة تم الاعتماد على ثلاثة مقاييس وهي:

مقياس الحاجات النفسية ل: ديسي وريان (Deci & Ryan, 2000) تعريب وتقنين محمد عليان (2005)، ومقياس المساندة الاجتماعية ل: محمد ربحي المصري (2019)، وقائمة أكسفورد للسعادة

النفسية النسخة المختصرة من إعداد ميشيل أرجايل وبيتر هيلز Michael Argyle and Peter Hills.

وتمت معالجة البيانات بالاعتماد على برنامج الحزم الإحصائية SPSS الإصدار (20)، وأظهرت النتائج: - مستوى شيوخ الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة جاء متوسطا سواء كان ذلك في الدرجة الكلية أو على مستوى الأبعاد، وكان ترتيبها تنازليا كالاتي (بعد الانتماء في المرتبة الأولى، بعد الاستقلالية في المرتبة الثانية، بعد الكفاءة في المرتبة الثالثة).

- مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة جاء بدرجة مرتفعة سواء كان ذلك في الدرجة الكلية أو على مستوى الأبعاد (المساندة العاطفية، المساندة المالية، المساندة بالمعلومات، المساندة الصحية).

- مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة جاء بدرجة مرتفعة.

- المتغيرات المنبئة تفسر ما نسبته (24.4%) من التباين الحاصل في السعادة النفسية، ويساهم بعدي الحاجات النفسية (الاستقلالية والكفاءة) في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، في حين أن بعد الحاجة للانتماء لا يساهم في التنبؤ بها.

- المتغيرات المنبئة تفسر ما نسبته (6%) من التباين الحاصل في السعادة النفسية، لا يساهم بعدي المساندة الاجتماعية (المساندة العاطفية والمساندة المالية) في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، في حين أن بعد المساندة بالمعلومات تساهم في التنبؤ بها، ويساهم بعد المساندة الصحية في التنبؤ بخفض السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة.

الكلمات المفتاحية: حاجات نفسية؛ مساندة اجتماعية؛ سعادة نفسية.

Abstract :

The current study aimed to reveal the extent to which psychological needs and social support predict psychological happiness among university students. To achieve the objectives of the study, the descriptive approach was relied upon, on a sample of (480) male and female students from the University of Hassiba Ben Bouali Chlef from the faculties of (law, political science and exact and computer sciences), were selected by a stratified random method. To conduct this study, we relied on three scales: the Psychological Needs Scale by: Deci & Ryan (2000), Arabization and codification by Muhammad Alian (2005), the Social Support Scale by: Muhammad Rabhi Al-Masry (2019), and the Oxford Psychological Happiness Inventory, short version. Prepared by Michael Argyle and Peter Hills. The data was processed using SPSS version 20, and the results showed:

- The level of satisfaction of psychological needs among university students was medium, whether that was on the level of dimensions or the overall degree, and their order was descending as follows (relatedness, autonomy, competence).
- The level of social support among university students was high, whether in the overall score or at the level of dimensions (emotional support, financial support, informational support, health support).
- The level of psychological happiness among university students was high.
- The predictive variables explain 24.4% of the variance in psychological happiness, and the two dimensions of psychological needs (independence and competence) contribute to predicting psychological happiness among university students, while the need for belonging dimension does not contribute to predicting it.
- The predictive variables explain 6% of the variance in psychological happiness. The social support dimension (emotional support and financial support) does not contribute to predicting psychological happiness among university students, while the information support dimension contributes to predicting it, and the support dimension contributes. Health in predicting a decrease in psychological happiness among university students.

Keywords: psychological needs; Social support; Psychological happiness.

فهرس المحتويات

الموضوع	الصفحة
شكر وتقدير	أ
إهداء	ب
ملخص الدراسة	ج
قائمة المحتويات	هـ
قائمة الجداول	ح
قائمة الأشكال	ي
قائمة الملاحق	ك
مقدمة	2
الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة	
1- إشكالية الدراسة	6
2- فرضيات الدراسة	13
3- أهداف الدراسة	13
4- أهمية الدراسة	13
5- حدود الدراسة	14
6- التحديد الإجرائي لمتغيرات الدراسة	14
الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة	
تمهيد	17
أولاً: الحاجات النفسية	
1- تعريف الحاجات النفسية	17
2- النظريات المفسرة للحاجات النفسية	18
3- خصائص الحاجات النفسية	25
4- الحاجات النفسية في الإسلام	26
ثانياً: المساندة الاجتماعية	
1- تعريف المساندة الاجتماعية	28

29	2- النظريات والنماذج المفسرة للمساندة الاجتماعية
33	3- أشكال المساندة الاجتماعية
34	4- مصادر المساندة الاجتماعية
35	5- المساندة الاجتماعية في الإسلام
36	ثالثا: السعادة النفسية
36	1- تعريف السعادة النفسية
37	2- النظريات المفسرة للسعادة النفسية
41	3- سمات الشخصية السعيدة
42	4- السعادة النفسية في الإسلام
43	رابعا: الدراسات السابقة
63	خامسا: التعقيب على الدراسات السابقة
65	خلاصة الفصل
الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة	
67	تمهيد
67	أولا: الدراسة الاستطلاعية
67	1- أهداف الدراسة الاستطلاعية
67	2- عينة الدراسة الاستطلاعية
68	3- أدوات الدراسة
78	ثانيا: الدراسة الأساسية
78	1- منهج الدراسة
78	2- مجتمع وعينة الدراسة
80	3- الأساليب الإحصائية المستخدمة
الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج الدراسة	
82	تمهيد
82	1- عرض وتحليل نتائج التساؤل الأول
83	2- عرض وتحليل نتائج التساؤل الثاني

84	3- عرض وتحليل نتائج التساؤل الثالث
84	4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى
88	5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية
الفصل الخامس: مناقشة وتفسير نتائج الدراسة	
93	تمهيد
93	1- مناقشة وتفسير نتائج التساؤل الأول
96	2- مناقشة وتفسير نتائج التساؤل الثاني
101	3- مناقشة وتفسير نتائج التساؤل الثالث
105	4- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى
108	5- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية
113	خاتمة
117	قائمة المراجع
142	قائمة الملاحق

فهرس الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
68	مواصفات عينة الدراسة الاستطلاعية	01
70	مفتاح تصحيح مقياس الحاجات النفسية	02
70	معاملات الارتباط بين كل بند والبعد الذي ينتمي إليه لمقياس الحاجات النفسية في صورته الأولية	03
71	معاملات الارتباط بين كل بند والبعد الذي ينتمي إليه لمقياس الحاجات النفسية في صورته النهائية	04
72	معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية لمقياس الحاجات النفسية في صورته النهائية	05
72	صدق المقارنة الطرفية لأبعاد مقياس الحاجات النفسية والدرجة الكلية	06
73	ثبات مقياس الحاجات النفسية	07
74	معاملات الارتباط بين كل بند والبعد الذي ينتمي إليه لمقياس المساندة الاجتماعية	08
75	معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية	09
75	صدق المقارنة الطرفية لأبعاد مقياس المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية	10
76	ثبات مقياس المساندة الاجتماعية	11
77	معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية لمقياس السعادة النفسية في صورته الأولية	12
78	معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية لمقياس السعادة النفسية في صورته النهائية	13
78	صدق المقارنة الطرفية لمقياس السعادة النفسية	14
79	ثبات مقياس السعادة النفسية	15
80	مواصفات عينة الدراسة الأساسية	16
83	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لمستوى	17

الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة		
84	مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة	18
85	مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة	19
88	تحليل الانحدار المتعدد لدراسة مساهمة أبعاد الحاجات النفسية في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة	20
91	تحليل الانحدار المتعدد لدراسة مساهمة أبعاد المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة	21

فهرس الأشكال

الرقم	المحتوى	الصفحة
01	هرم ماسلو لترتيب الحاجات النفسية	21
02	الآليات المستخدمة لتبادل المساندة الاجتماعية	30
03	نموذج الأثر الرئيسي للمساندة الاجتماعية كما صوره كابلان Caplan	32
04	الأبعاد الأساسية للسعادة النفسية وأسسها النظرية	40
05	مخطط التوزيع الطبيعي للأخطاء العشوائية	85
06	انتشار البواقي مع القيم المتوقعة	86
07	مخطط التوزيع الطبيعي للأخطاء العشوائية	88
08	انتشار البواقي مع القيم المتوقعة	89

فهرس الملاحق

الرقم	المحتوى	الصفحة
01	مقياس الحاجات النفسية في صورته الأولى	142
02	مقياس الحاجات النفسية في صورته النهائية	145
03	مقياس المساندة الاجتماعية	148
04	مقياس السعادة النفسية في صورته الأولى	151
05	مقياس السعادة النفسية في صورته النهائية	153
06	طلب خطي للسيد نائب مديرة الجامعة للتنمية والاستشراف والتوجيه	155
07	احصائيات طلبة كليتي "الحقوق والعلوم السياسية" و"العلوم الدقيقة والاعلام الآلي"	156
08	مخرجات التحليل الإحصائي لبيانات الدراسة باستخدام برنامج SPSS	157

مقدمة

لطالما اهتم الباحثون في علم النفس بالجانب المرضي في شخصية الإنسان أي كل ما يخص الأمراض الاضطرابات النفسية، التي تنتج عن الضغوطات اليومية والمواقف المختلفة التي يعيشها الفرد إلا أن الاتجاه الإنساني سلط الضوء على الجانب الإيجابي لشخصية الإنسان أي ما يشمل الرفاهية والسعادة النفسية والسعي لتوفير العوامل والبيئة الملائمة لتحقيقهم والحفاظ عليهم، والطالب الجامعي أحد فئات المجتمع التي تعتبر من الركائز الهامة والأساسية في أي بلد من بلدان العالم، فإذا تم إعداد نخبة علمية مثقفة من الطلبة فذلك يعني ضمان ازدهار وتقدم المجتمعات.

وبما أن الحاجات النفسية الأساسية للإنسان متعددة وضرورية لاستمراره ونموه بشكل سليم جسميا ونفسيا وعقليا، لاعتبارها من القضايا الهامة التي لاقت اهتماما كبيرا من الباحثين في علم النفس لما لها من فائدة تعود على الطالب الجامعي من خلال توفير بيئة جامعية مناسبة لإشباع حاجاته وتحقيقها والرفع من مستواه التحصيلي وتحسين أدائه، وتوافقه اجتماعيا مع البيئة الجامعية وهذا من أهم الدعام التي تُقَدِّم للطالب الجامعي لإكمال مساره العلمي بغية الانتقال إلى ميدان العمل الذي يستدعي أشخاصا أسوياء قادرين على تحمل مسؤولية أدوارهم في المجتمع.

ومن أبرز العلماء الذين تناولوا موضوع الحاجات النفسية وأعطوا تفسيرات لها نجد ماسلو Maslow الذي أعطى تصنيفا هرميا حسب أولويتها وكلما تحققت واحدة استدعى تحقيق ما بعدها، ونجد أيضا ديسي وريان Deci & Ryan اللذين صنفا الحاجات النفسية إلى ثلاثة تصنيفات وهي الحاجة إلى الاستقلالية والحاجة إلى الانتماء والحاجة إلى الكفاءة تتماشى مع بعضها البعض، حيث يؤدي إشباعها إلى النمو السليم للفرد واتزانه النفسي وتكيفه مع البيئة المحيطة بالإضافة إلى الشعور بالراحة النفسية، في حين أن عدم إشباعها يؤدي إلى الإحباط وكتبها ينتج عنه التوجه إلى طرق غير صحية لتحقيقها.

وخلال المشوار الجامعي يحتاج الطالب إلى الحصول على الدعم والمساندة من طرف أسرته بصفتها المؤسسة الأولى للتنشئة الاجتماعية والأولى لتقديم الرعاية النفسية لأبنائها، كما يحصل عليها من رفاقه وزملائه في الجامعة من خلال توفير كل الخدمات والتسهيلات للطلبة تحسينا لمستواهم الأكاديمي وتقدم هذه المساندة في شكل معلومات ونصائح وتوجيهات، وتكون عبارة عن تقديم الحب والاحترام وكل ما يخص الدعم النفسي، أو عن طريق الإمداد بالخدمات المالية التي تساعد على قضاء الحاجات، أو عند المرور بأزمة مالية أو صحية، كل هذا من شأنه أن يعطي إحساسا للطالب الجامعي بالاطمئنان مما يزيد من ثقته بنفسه ويعزز لديه الدافعية نحو التعلم وتطوير ذاته ومهاراته المعرفية والاجتماعية، وكلما

كانت لديه علاقات اجتماعية إيجابية واسعة كلما أعطيت له الفرصة للحصول على المساندة الاجتماعية وتقديمها للآخرين عند حاجتهم إليها.

والطالب الجامعي كأى فرد من أفراد المجتمع يبحث أيضا ويسعى دائما نحو الحصول على السعادة النفسية التي تعتبر كهدف أساسي بشتى الطرق الإيجابية المختلفة، كالقيام بالأعمال والنشاطات المفضلة أو تكوين صداقات واسعة، بالإضافة إلى الاطلاع الدائم على المعارف الجديدة لاكتساب كل ما هو مفيد للتحسين من الذات وتطويرها، كما أن الحرص والالتزام الديني يعتبر كعامل أساسي يُحسِّن من صحة الفرد النفسية ومن جودة حياته باعتبار الدين ركن أساسي في حياة كل فرد.

ومن أجل ذلك سعت الدراسة الحالية إلى معرفة مستوى إشباع الحاجات النفسية والمساندة الاجتماعية بأبعادها الأربعة والسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، ومعرفة مدى مساهمة كل من إشباع الحاجات النفسية والمساندة الاجتماعية في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى عينة الدراسة.

ولتحقيق أهداف البحث تم تقسيمه إلى خمسة فصول:

الفصل الأول:

يتضمن عرض لإشكالية الدراسة وتساؤلاتها وفرضياتها وأهدافها وأهميتها النظرية والتطبيقية كما يتم التطرق إلى حدود الدراسة وتحديد المفاهيم الإجرائية لمتغيرات الدراسة.

الفصل الثاني:

يتضمن على الإطار النظري والدراسات السابقة لمتغيرات الدراسة، حيث يتم عرض أولا الإطار النظري الخاص بالحاجات النفسية مفهومها، والنظريات المفسرة لها، وخصائصها بالإضافة إلى نظرة الإسلام لها، ثم ثانيا عرض الإطار النظري للمساندة الاجتماعية مفهومها، والنظريات والنماذج المفسرة لها، وأشكالها ومصادرها، ونظرة الإسلام لها، وثالثا تناول الإطار النظري لمتغير السعادة النفسية الذي شمل كل من المفهوم والنظريات المفسرة، ومميزات الأشخاص السعداء وأخيرا نظرة الإسلام للسعادة النفسية، ورابعا وأخيرا تم عرض مجموعة من الدراسات السابقة العربية والأجنبية لمتغيرات الدراسة مع التعقيب عليها من حيث الهدف والعينة والمنهج، والتعرف على أوجه التشابه والاختلاف بينها وبين الدراسة الحالية.

الفصل الثالث:

يتم تخصيصه للإجراءات المنهجية التي تشمل الدراسة الاستطلاعية (العينة والأهداف)، والتطرق إلى أدوات الدراسة التي تم الاعتماد عليها وخصائصها السيكمترية، والدراسة الأساسية بما فيها المنهج المعتمد، ومجتمع الدراسة وعينتها، والأساليب الإحصائية المستخدمة في معالجة البيانات.

الفصل الرابع:

يتم فيه عرض لنتائج الدراسة وتحليلها بعد معالجتها إحصائياً عن طريق برنامج SPSS الإصدار 20.

الفصل الخامس:

يتم تفسير نتائج الدراسة ومناقشتها استناداً إلى الإطار النظري ومقارنتها مع نتائج الدراسات السابقة التي تم ذكرها، وفي الأخير اختتمنا البحث بخاتمة وتوصيات ومقترحات للدراسة.

الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة

- 1- إشكالية الدراسة
- 2- فرضيات الدراسة
- 3- أهداف الدراسة
- 4- أهمية الدراسة
- 5- حدود الدراسة
- 6- التحديد الإجرائي لمتغيرات الدراسة

1- إشكالية الدراسة:

تعد المدرسة والجامعة من أكبر المؤسسات الاجتماعية التي تحقق أهداف المجتمع، وذلك من خلال سعيهما إلى تنمية القدرات لدى الفرد وإكسابه للعديد من المهارات والمعارف التي يحتاجها في حياته، كما تساعده على تعديل وضبط سلوكه، ومن أجل بناء أفراد قادرين على تحقيق أهدافهم وطموحاتهم وإبراز أدوارهم الاجتماعية، الأمر الذي يؤدي إلى شعورهم براحة ورضا داخلي عن ذاتهم وحياتهم، والشباب مهما اختلفت مجتمعاتهم وثقافتهم يعتبرون من أهم الدعائم للتقدم، وطلبة الجامعة إحدى هذه الفئات ما يدعو لضرورة الاهتمام بها من أجل تنمية شخصية سوية قادرة على استثمار الطاقات وتوظيف القدرات بما يحقق لنا ولمجتمعنا التقدم.

فالتألم الجامعي الذي هو محور دراستنا يعيش تجارب وتحديات مختلفة تماماً نتيجة الانتقال إلى مرحلة جديدة ومختلفة تماماً عن المراحل الدراسية التي مضت، وتختلف هذه التجربة من طالب إلى آخر حسب مستواه وجنسه (بن جندل وإبراهيم، 2021)، ويصادف العديد من الضغوطات والمشكلات النفسية والاجتماعية كصعوبة التكيف مع بيئة جديدة بعيداً عن المنزل، والضغوطات المالية، والصعوبات الأكاديمية (Seo et al., 2018)، ومن بين هذه المشاكل أيضاً نذكر تفشي كوفيد COVID-19 التي أحدثت تغييراً كبيراً وأثراً بكل المجالات في جميع أنحاء العالم خاصة بعد إعلان منظمة الصحة العالمية عنه كوباء عالمي، وبعد ذلك نُفِذت معظم بلدان العالم سلسلة من الطرق المضادة للوباء للحد من انتشاره والوقاية منه، مثل إغلاق الأماكن العامة والمؤسسات وتوقيف وسائل النقل العام (Pinki et al., 2022).

كما كان لتفشي كوفيد COVID-19 آثاراً سياسية واقتصادية واجتماعية ونفسية كبيرة على الأفراد بشكل مباشر وغير مباشر (Inchausti et al., 2020)، حيث أن عملية العزل لمليارات من الأشخاص في منازلهم وإغلاق الدول لتنفيذ التباعد الاجتماعي كإجراء لاحتواء انتشار العدوى. تسببت هذه العزلة الاجتماعية إلى الوحدة المزمّنة والملل، والتي إذا طالت بما فيه الكفاية يمكن أن يكون لها آثاراً ضارة على الصحة الجسدية والعقلية (Banerjee & Rai, 2020)، وقد أتاح تطوير التكنولوجيات الجديدة أثناء هذه الجائحة من خلال إدخال الاتصالات السلكية واللاسلكية لأجل البقاء على اتصال مع الأقارب والزملاء في العمل والدراسة لتجنب انتشار الفيروس وفي نفس الوقت القيام بالمهام المطلوبة (Kheloufi, 2021).

أمام كل هذه التحديات والتغيرات المفاجئة وجد الطالب نفسه أمام ضرورة التكيف مع هذه البيئة بكل ما فيها من أجل إكمال مشواره الجامعي وبناء مستقبله، فمرحلة الشباب هي نتاج وامتداد لمرحلة

هامة وأساسية في حياة الانسان، وهي مرحلة الطفولة التي تعتبر أهم مراحل الحياة، ففيها ترسم وتحدد شخصيتهم كما يتحدد مستقبلهم ونموهم الجسمي والعقلي والاجتماعي وحتى الانفعالي، الذي يشمل المزاج العام لهم بشقيه السلبي (التوتر والإحباط) والإيجابي الذي يشمل رفاهية الفرد وسعادته النفسية.

وأشار كل من (الخوالدة، 2012؛ Sajjadian et al., 2016; San Martin et al., 2010) أن السعادة والرفاهية كانت ولا زالت من بين القضايا الأساسية والهامة منذ وقت خلق الإنسان وتوسعي الأنظمة والأديان الفلسفية باستمرار للإجابة على سؤال حول كيفية التوصل إلى السلام الداخلي والسعادة، حيث تعتبر السعادة النفسية من المواضيع الهامة التي يدرسها علم النفس الإيجابي الذي بدوره يركز على الجانب الإيجابي في شخصية الإنسان والعمل على تمتيتها وتطوير مهاراتها، ومن أبرز الباحثين والمهتمين بدراسة موضوع السعادة نجد أرجايل Argyle الذي قام بعدة دراسات حولها في ضوء عدة متغيرات أخرى (عبد الخالق وآخرون، 2019)، وذكر كايا وآخرون (Kaya et al., 2020) أن السعي وراء السعادة يعد هدفاً مهماً، حيث أن السعادة لا تقتصر فقط على الحالة الداخلية للفرد فحسب، بل تتأثر أيضاً بعوامل البيئة بحيث هي حالة نفسية إيجابية تتميز بمستويات عالية من الرضا عن الحياة ومستويات عالية من المشاعر الإيجابية، ومستويات منخفضة من المشاعر السلبية.

وأشار كل من (الشهري، 2020؛ الطالقاني، 2017؛ عياش، 2020) إلى أن سعادة الفرد النفسية تتأثر بعدة عوامل أخرى نذكر منها: علاقات الفرد الاجتماعية التي تشمل أفراد الأسرة والأقارب والجيران وزملاء العمل والمدرسة، وجماعة الرفاق والتفاعل معهم، وما يتحقق عن هذا التفاعل من آثار إيجابية تساهم في توافقه النفسي والتكيف مع البيئة الاجتماعية والشعور بالراحة النفسية، أما الجانب الاقتصادي فيعد من أهم العوامل التي يعتبرها الفرد شرط أساسي للشعور بالسعادة وتحقيق كل احتياجاته كالمال والبطالة والعمل، بالإضافة إلى عامل ثقافة الفرد والمجتمع ككل، وعامل الدين له دور كبير للوصول إلى السعادة كما أن شخصية الفرد لها دور هام في كيفية السعي لتحقيق السعادة، فالشخصية الانبساطية ليست كالشخصية الانطوائية أو المنعزلة، حيث توصلت دراسة زياپور وآخرون (Ziapour et al., 2018) إلى أن هناك علاقة إيجابية كبيرة بين السعادة وسمة الانبساط في الشخصية، كما أظهرت نتائج دراسة النجار وآخرون (Al-Naggar et al., 2010) أن المصدر الرئيسي للسعادة لدى طلبة الجامعة هو المال والعلاقة الجيدة مع الأصدقاء والعائلة هي المصدر الثاني وذكر بعض الطلبة أن استقرار الحياة والصحة الجيدة والنجاح من أسباب السعادة.

كما توصلت نتائج دراسة ليانغ وسان (Liang & Sun, 2022) التي كانت تهدف إلى الكشف عن العوامل المؤثرة في سعادة طلبة جامعة بكين الصينية إلى أن سعادة طلبة الجامعة بحاجة إلى تحسينها من خلال التركيز على أربعة مجالات وهي كالتالي: تنمية شخصية الطالب الإيجابية الفعالة، وأخذ التقاليد والعادات الأسرية الجيدة، والاهتمام بالدور الرائد للتعليم المدرسي، وبناء بيئة اجتماعية متوازنة.

وأشار سليجمان ومارتن (Sligman and Martin (2005/2002) إلى أن إنتاج الفرد ونشاطه يرتفع أو ينخفض حسب سعاده النفسية، فالعمل بجد وانتظام يساهم في تحقيق السعادة وهي بدورها تزيد من حيوية الفرد، وفي هذا السياق أشار زياپور وآخرون (Ziapour et al., (2018 إلى أن منظمة الصحة العالمية تركز بشكل متزايد على السعادة كعنصر من عناصر الصحة النفسية والجسدية، كما ورد في دراسة Malik and Saida. (2013) أن الأشخاص السعداء بشكل عام لديهم شخصيات اجتماعية ودية ورؤية متفائلة عن أنفسهم وكفاءتهم ومستقبلهم، بالإضافة إلى تمتعهم بمناعة نفسية تقيهم من أثر الضغوط النفسية ومن الأفكار السلبية والمعتقدات الخاطئة، حيث توصلت دراسة الأحمد (2020) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين أبعاد المناعة النفسية والسعادة النفسية لدى عينة الدراسة.

إنّ عامل المحيط الاجتماعي للطلاب الجامعي يشمل كل من الأسرة والأصدقاء والأقارب وله تأثير بشكل كبير على سعاده ورضاه عن حياته، حيث توصلت دراسة جيانغ وآخرون (Jiang et al., (2022 إلى أن السعادة ارتبطت بشكل كبير بالعوامل الشخصية والعائلية والاجتماعية للطلاب، بالإضافة إلى ذلك فإنّ أولئك الذين كانوا على اتصال دائم بأسرهم وتربطهم علاقة جيدة بوالديهم كانوا أكثر سعادة من غيرهم. وفي المقابل يوجد لدى بعض الفئة من الطلبة تصورات واعتقادات خاطئة حول مصادر ومفهوم السعادة النفسية، بحيث نجدهم يركزون على مصدر معين دون غيره كربط السعادة بالمال، أو بالنجاح في الدراسة أو بالعمل فقط، وهذا ما أشار إليه دينر وويشي (Diener and Oishi (2005.

ناهيك عن عامل المحيط الاجتماعي هناك عاملين آخرين أشار إليهما أبو عمشة (2013) وهما المساندة الاجتماعية والطبقة الاجتماعية للفرد، إذ أن الشخص الذي يقدم له الدعم النفسي والاجتماعي من مختلف فئات المجتمع أو من شبكة علاقاته الاجتماعية نجده أكثر إحساسا بالراحة والسعادة والالتزان الداخلي وبدوره يكون مستعد لتقديم المساندة الاجتماعية، كما أن الشخص ذو مستوى معيشي مرتفع يستطيع تلبية مختلف احتياجاته في الحياة مما يجعله يشعر بسعادة داخلية وبهجة تنعكس على حياته

اليومية، عكس الأشخاص الذين ينتمون إلى طبقات اجتماعية متوسطة أو منخفضة فإنهم يعيشون في صراع دائم للوصول إلى تحقيق احتياجاتهم والحصول على السعادة.

فالسعادة النفسية موضوع نسبي يتغير مفهومه من شخص لآخر، حسب الظروف الاجتماعية والثقافية والاقتصادية لكل فرد ومجتمع، وهذا يتفق مع ما جاء في دراسة الصوافي (2020)، كما أشارت دراسة المعاينة والحموري (2018) إلى أن الحصول على السعادة الحقيقية يتطلب من الإنسان الحفاظ على المبادئ الأساسية الخاصة بالأخلاق والمعاملة حتى يشعر بالأمن والطمأنينة والرفاهية، ومن أجل تحقيق كل ما سبق على الجامعة أن تحرص على توفير البيئة الملائمة لإشباع حاجات الفرد النفسية والاجتماعية، وتوفير كل متطلباته التي تضمن له حياة مريحة.

إن إشباع الحاجات النفسية تعد من الجوانب المهمة في الحياة، بإسهامها في تشكيل السمات الشخصية والنفسية للطالب الجامعي وتحقق له الرضا الداخلي والتوافق والتكيف داخل البيئة الجامعية وتمنحه القدرة على مواجهة الصعوبات والضغوط النفسية والاجتماعية التي يتلقاها داخل الجامعة أو خارجها، كما تساهم في زيادة الثقة بالنفس لديه كما جاء في دراسة إسكيلغ وآخرون (2012) Eskiler et al. التي توصلت إلى أن هناك ارتباط كبير بين تلبية الحاجات النفسية الأساسية والثقة بالنفس، وينعكس كل هذا على تحصيله وعلاقاته مع الآخرين، فسلوك الإنسان نابع عن حاجة له في شيء ما، وعلى الرغم من اختلاف العلماء في استخدام مصطلح الدافع أو الحافز، والباعث، والرغبة إلا أنها من حيث المعنى تتضمن الدفع إلى القيام بسلوك ما، وقد أشار الكندري (1992) أنه من الضروري العمل على تحقيق وإشباع هذه الحاجات منذ مرحلة الطفولة حتى ينمو الفرد ويتطور باستمرار.

ولعل من أبرز العلماء الذين اجتهدوا في تفسير وتحليل الحاجات النفسية وتصنيفها هو العالم المعروف أبراهام ماسلو Abraham Maslow أحد رواد المدرسة الإنسانية، لأن تحديد الحاجات النفسية والاجتماعية للطلبة الجامعيين له أهمية كبيرة في تمكين الجامعات من تطوير الموارد المناسبة وتقديم خدمات الدعم لتحسين تصورات الطلبة وخبراتهم في الدراسة، وتوفير الفرص لهم لتكوين علاقات واسعة مع الآخرين لاعتباره أمر ضروري من أجل التكيف والاندماج في المحيط الجامعي (Tindle et al., 2022).

بحيث يفترض ديسي وآخرون Deci et al أن هناك نوعا آخر من الحاجات التي تنتمي للفرد وهي حاجات فطرية ونفسية بشكل أساسي، أو بعبارة أخرى فهي الحاجات النفسية الأساسية للبشر وتعتبر

نظرية الحاجات الأساسية هي مفهوم مهم لنظرية تقرير المصير (Li, 2018)، والتي تعترف حاليًا بثلاثة حاجات نفسية أساسية (الاستقلالية والكفاءة والانتماء)، ومع ذلك، كان هناك دائمًا انفتاح لاستكشاف ما إذا كان يمكن أن تكون هناك عناصر أخرى (Martela et al., 2020).

وتفترض هذه النظرية بعض النقاط الأساسية وهي أن درجة صحة الأفراد النفسية وفعاليتهم تأتي من درجة تلبية هذه الحاجات النفسية، والحرمان منها يؤدي إلى الاعتلال النفسي، لذلك فإن المحيط الاجتماعي للطالب والذي يتمثل في (الآباء والمعلمون والأقران) مهم جدًا لتلبيتها، كما تعتبر هذه الحاجات أساسية للفرد بغض النظر عن عمره وجنسه، أو ثقافته ووضعها الاجتماعي والاقتصادي (Guay, 2022).

وأشار كل من (Sari, 2015; Moreno-Casado et al., 2022) أن للحاجات النفسية دور في تحسين العمليات التحفيزية للطلاب نحو التعلم، تستوجب على الأفراد الميل إلى تلبيتها من أجل تحقيق الرفاهية النفسية وتجنب حالات سوء التكيف التي تحدث في البيئة الأكاديمية في حالة عدم إشباع هذه الحاجات النفسية الأساسية.

إضافة إلى ذلك يعتبر إشباع الحاجة لتقدير الذات والاحترام، والحاجة إلى الشعور بالأمن متعلق بشكل مباشر بالانتماء النفسي والانفعالي لدى الطالب (الرواشدة، 2015)، مما يساعده للتعود على البيئة الجامعية والاندماج فيها بصورة سريعة وسهلة وتفتح له آفاقا من النجاح والتميز في مساره العلمي، وذكر ميلر وآخرون (Müller et al., 2021) أنه من المهم دعم رضا الطلبة عن استقلاليتهم وكفاءتهم داخل أماكن التعلم عن بُعد وخارجها، لأنها تؤثر تأثيرا مباشرا على نوعية تحفيز المتعلمين، وتكون مسؤولة عن رفاهيتهم وسعادتهم، بحيث توصلت دراسة الزغول وآخرون (2019) إلى وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيا بين جميع أبعاد الحاجات النفسية (الاستقلالية، الكفاءة والانتماء) والسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، الأمر الذي يؤكد أن تلبية احتياجات الفرد النفسية تساهم في الوقاية من الاضطرابات النفسية وحتى من الأمراض الجسدية التي يتعرض لها الفرد بسبب الضغوطات اليومية.

وهناك الكثير من العوامل التي تؤثر على التحصيل الأكاديمي لطلبة الجامعة وطبيعة حياتهم الشخصية، كالتصور الشخصي للطالب حول ما إذا كانت العلاقات الاجتماعية (العائلة والأصدقاء) داعمة له بما فيه الكفاية أم لا (Yılmaz et al., 2015)، وأشار كيم وكيم (Kim and Kim, 2014) أن البشر هم كائنات اجتماعية تعيش من خلال التفاعلات مع الآخرين ولديهم ميل لاستخدام الموارد التي يوفرها

الآخرون للمساعدة في التكيف النفسي وتعزيز حل المشكلات، وغالبًا ما يتم تقديم المساندة الاجتماعية من قبل الأصدقاء والعائلة في أشكال مختلفة كتقديم توجيهات ونصائح أو الاهتمام بالجانب الصحي والمادي كتوفير المال والسكن (Shiddiq et al., 2018).

واتفق كل من (Talwar et al., 2013 ;Dzulkifli and Yasin, 2010)، والعاسمي (2009) نقلا عن (Sarason et al., 1983) أن المساندة الاجتماعية أو الدعم الاجتماعي يلعب دورًا مهمًا في إدارة وتقليل المشاكل النفسية وكيفية التعامل مع التوتر. وقد أشار بينكي وآخرون (Pinkie et al., 2022) في دراستهم إلى أن المساندة الاجتماعية ترتبط بأقل أعراض الاكتئاب والقدرة على الصمود لدى الطلبة وتعتبر كحاجز ضد الضغوط كما يؤثر بشكل كبير على التحصيل الأكاديمي، وهو ما توصلت له دراسة العيساوي وآخرون (2017) أن للمساندة الاجتماعية علاقة ارتباطية موجبة بالتحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعة، إذ أن تقديم الدعم والمساعدة للطلاب ضروري من أول مرحلة تعليمية وصولاً للجامعة لتحقيق نتيجة أفضل في زيادة الدافعية للتعلم (Dishelle Anne & Melanie, 2023)، الأمر الذي يرتبط ارتباطًا وثيقًا بالرضا عن الحياة الجامعية والتكيف معها (Huang & Zhang, 2022).

في حين أن نقص المساندة من قبل الأسرة والأصدقاء باعتبارهما المصدر الأساسي الذي يمنح المساندة من أحد العوامل التي تؤدي إلى العديد من المشاكل النفسية للطلبة ويؤثر تأثيرًا سلبيًا على الصحة النفسية، والدراسة التي قام بها كل من دزولكيفلي وياسين (Dzulkifli and Yasin 2010) على طلبة الجامعة ستساعد أيضًا الأسرة وخاصة الوالدين، على فهم أدوارهم في مساعدة أبنائهم ودعمهم نفسيًا واجتماعيًا من أجل مواجهة الضغوط النفسية التي تصادفهم، لأن المساندة الاجتماعية تؤثر بشكل إيجابي على صحة الأفراد هذا ما تطرق إليه أيمن وهنية (Aymen and Hania 2007) في دراسته عن العلاقة بين المساندة الاجتماعية المدركة والتوتر لدى طلبة الجامعة، التي تحسن من جودة حياتهم كما جاء في دراسة سماحة (2020) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المساندة الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

وذكر نارايانان وشينغ (Narayanan and Cheang 2016) أن المساندة الاجتماعية المتصورة من الأصدقاء يمكن أن تخفف من مشاكل التكيف التي يواجهها الطلبة في الكلية أو الجامعة، وتساهم في التقبل والرضا عن الحياة كما جاء في دراسة ماهانتا وأجاروال (Mahanta and Aggarwal 2013) ودراسة هيونغ وزهانغ (Huang and Zhang 2022) التي توصلت إلى أنه كلما زادت مستويات المساندة

الاجتماعية من العائلة والأصدقاء زاد الرضا عن الحياة، ضف إلى ذلك أشار فو وبريهادي (2021) Foo and Prihadi إلى أن طلبة الجامعة عندما يدركون أن بيئتهم الاجتماعية داعمة لهم فإنهم سيشعرون بسعادة أكبر، لذلك يمكن التنبؤ بسعادتهم بشكل كبير من خلال التصور بأنهم مدعومون من قبل الأشخاص من حولهم.

والمساندة الاجتماعية التي يتم الحصول عليها داخل الأسرة وخارجها تعزز القدرة على التحمل والتغلب على المشكلات النفسية، وبالتالي تؤدي إلى الشعور بأن الفرد ليس وحده في مواجهة مشاكله مما يؤدي إلى تصور أكثر إيجابية للمستقبل (Terzi, 2008)، في حين يشكل غياب المساندة الاجتماعية تأثيراً سلبياً على الصحة الجسدية والنفسية، لأن المساندة بأبعادها ومصادرها المختلفة تعتبر عاملاً هاماً في نجاح الطالب جامعي (Talwar & Ar, 2013).

مما تم ذكره، جاءت هذه الدراسة للتعرف على الحاجات النفسية الأكثر شيوعاً لدى طلبة الجامعة والكشف عن مستوى المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية، بالإضافة إلى معرفة مدى تنبؤ الحاجات النفسية والمساندة الاجتماعية بالسعادة النفسية، من خلال الإجابة عن التساؤلات الآتية:

- ما الحاجات النفسية الأكثر شيوعاً لدى طلبة الجامعة؟
- ما مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة؟
- ما مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة؟
- ما مدى مساهمة أبعاد الحاجات النفسية في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة؟
- ما مدى مساهمة أبعاد المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة؟

2- فرضيات الدراسة:

- تسهم أبعاد الحاجات النفسية بالتنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة.
- تسهم أبعاد المساندة الاجتماعية بالتنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة.

3- أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى:

- التعرف على الحاجات النفسية الأكثر شيوعاً لدى طلبة الجامعة.
- التعرف على مستوى المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة.

- الكشف عن طبيعة العلاقة الموجودة بين الحاجات النفسية والسعادة النفسية، وبين المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة.

- معرفة مساهمة كل من الحاجات النفسية والمساندة الاجتماعية في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة.

4- أهمية الدراسة:

4-1- الأهمية النظرية:

- توفير خلفية نظرية عن الحاجات النفسية، المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية من خلال الدراسات السابقة العربية والأجنبية.

- أهمية إشباع الحاجات النفسية لطلبة الجامعة والتي قد تسهم بقدر كبير في تشكيل سماتهم الشخصية وتنمية نموهم النفسي وتحقيق السعادة في حياتهم.

- يعد موضوع المساندة الاجتماعية من المواضيع الهامة والجديدة التي لا بد من دراستها خاصة عند هذه الشريحة الهامة من المجتمع (طلبة الجامعة) لما لها من أهمية بالغة في وقاية الفرد من الضغوط النفسية.

- تعد السعادة النفسية هي الغاية النهائية للحياة الإنسانية، وإنّ من يسعون للوصول إليها وتحقيقها هم الأجدر بأن نسميهم ذوي الشخصية السوية لمواجهةهم تحديات الحياة وضغوطاتها، فمن خلال معرفة مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة يسمح لنا بتقييم البيئة الجامعية وتطويرها.

4-2- الأهمية التطبيقية:

- مساعدة الأساتذة والأخصائيين النفسيين على معرفة كيفية التعامل مع الطلبة وتوفير المناخ الجامعي المناسب للوصول إلى إشباع الحاجات النفسية لديهم.

- التعرف على الحاجات النفسية الأساسية لدى الطالب الجامعي تسهل على المسؤولين في الجامعة لبناء البرامج الدراسية وتهيئة البيئة الجامعية الملائمة التي تدعم وتعزز إشباع هذه الحاجات.

- فهم دور المساندة الاجتماعية الذي يتمثل في مساعدة الطلبة على تحسين جودة حياتهم وتطويرهم أكاديمياً.

- توعية الأسر من أجل الحرص على توفير الجو المناسب الذي يدعم ويساند الطالب الجامعي ويشبع حاجاته النفسية ويحقق له السعادة النفسية لإتمام مساره الدراسي واكتساب شخصية قوية وسوية.
- تعريف الطالب الجامعي بحاجاته النفسية وكيفية إشباعها بالطرق المشروعة التي تسهم في استقراره وتوازنه النفسي، ويجنبه الإصابة بمختلف الاضطرابات النفسية.

5- حدود الدراسة:

- 5-1- الحدود الزمانية: تم إجراء الدراسة الحالية في السنة الجامعية 2021-2022، بداية من شهر أكتوبر 2021 إلى شهر جانفي 2022.
- 5-2- الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة الحالية في جامعة حسيبة بن بوعلي بولاية الشلف-الجزائر من كليتي "الحقوق والعلوم السياسية" تخصص أدبي، و"العلوم الدقيقة والإعلام الآلي" تخصص علمي.
- 5-3- الحدود البشرية: تم إجراء الدراسة الحالية على عينة مكونة من (480) من طلبة الجامعة.

6-التحديد الإجرائي لمفاهيم الدراسة:

- 1-الحاجات النفسية: يعرفها كل من ديسي وريان (Deci & Ryan, 2000) أنها "حاجات نفسية فطرية ضرورية للوصول إلى الرفاهية والتكامل والنمو النفسي وتتمثل في الحاجة إلى الكفاءة والانتماء والاستقلالية". وتتبنى الطالبة هذا التعريف، حيث تقاس الحاجات النفسية بالدرجة التي يحصل عليها طلبة الجامعة في المقياس الذي أعده (Deci & Ryan, 2000).
- 2-المساندة الاجتماعية: تعرفها الباحثة بأنها الدعم الذي يتلقاه الطالب الجامعي ويدركه من طرف الزملاء أو الأسرة سواء كان عاطفيا، صحيا، ماليا أو بالمعلومات، مما يشعره بالراحة النفسية ويساعده على أن يكون مرنا في التعامل مع المواقف اليومية المختلفة. حيث تقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي في مقياس المساندة الاجتماعية للمصري 2019.
- 3-السعادة النفسية: تعرفها الطالبة بأنها شعور داخلي بالطمأنينة والتفاؤل والإيجابية في القول والعمل مع الابتعاد عن كل ما يجلب للفرد من توتر وإحباط. حيث تقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي في قائمة أكسفورد المختصرة للسعادة النفسية لـ (Michael Argyle and Peter Hills (2002).

الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات

السابقة

تمهيد

أولاً: الحاجات النفسية

ثانياً: المساندة الاجتماعية

ثالثاً: السعادة النفسية

رابعاً: الدراسات السابقة

خامساً: التعقيب على الدراسات السابقة

خلاصة الفصل

تمهيد:

تعتبر الحاجات النفسية والمساندة الاجتماعية والسعادة النفسية من المواضيع التي اهتم بها علم النفس الإيجابي والاتجاه الجديد في علم النفس، لأهميتها الكبيرة في شخصية الإنسان من خلال تطوير مهاراته واكسابه مهارات جديدة، كما تعمل على تحسين أدائه وتوافقه النفسي والاجتماعي للتكيف مع المحيط وتعطيه القدرة على مواجهة الضغوط النفسية والتعامل مع مختلف المواقف اليومية، وفيما يلي عرض للأدب النظري للمتغيرات الثلاثة المذكورة أعلاه مع مجموعة من الدراسات العربية والأجنبية ذات الصلة بالموضوع في حدود إطلاع الطالبة.

أولاً: الحاجات النفسية:**1-تعريف الحاجة والحاجات النفسية:**

عرفها زهران (1986) أنها افتقار إلى شيء ما، إذا تم توفره فهذا يعني إشباعه وتحقيق الرضا، فالاستقرار النفسي والاجتماعي للفرد يقوم على تحقيق حاجاته الأساسية. هي سعي الفرد للحفاظ على وجوده ونموه الجسدي والنفسي والاجتماعي، وهي عبارة عن حالة من اللاتوازن العضوي والنفسي (نيس، 2011؛ نقلا عن الشراوي، 197).

وهي حالة من عدم الارتياح للفرد تنشأ بسبب رغبة داخلية لم تحقق، وهي دافع طبيعي فطري في الإنسان يسعى إلى تحقيقه من أجل الشعور بالتوافق والانتماء (البارقي، 2022؛ نقلا عن أبو علام، 2004).

يعرف ديسي وريان (Deci and Ryan, 2000) الحاجات النفسية بأنها مطالب نفسية فطرية أساسية للوصول إلى السعادة والنمو النفسي السليم، وتتمثل في: الحاجة إلى الاستقلالية والحاجة إلى الكفاءة والحاجة إلى الانتماء، ويشعر الفرد بمدى أهميتها عندما تواجهه صعوبات في حياته تمنعه من تحقيقها (بلقاسم وحاج، 2017).

عرفتها (الرواشدة، 2015؛ نقلا عن المطيري، 2007) أنها الحاجات التي تتعلق بالتوازن النفسي للطالب وإشباعها يحتاج إلى بيئة تساعد على ذلك ما ينتج عنه تكيف الطالب مع بيئته واندماجه فيها وعدم إشباعها يسوقه إلى الضيق والتوتر.

ومن خلال ما سبق نستخلص أن الحاجات النفسية هي دوافع فطرية في الانسان تدفعه للقيام بعدة سلوكيات عن طريق إشباعها في البيئة الملائمة والمحفزة لذلك، لأن تحقيق الفرد لحاجاته النفسية يساعده على نموه الجسمي والنفسي والاجتماعي السليم، وبناء شخصية سوية خالية من الاضطرابات والأمراض النفسية، ونظرا لأهمية هذا الموضوع درس علماء النفس ذوي الاتجاه الإيجابي موضوع الحاجات وأسوا نظريات اختلفت في طرحها وتصنيفاتها لها، لكنها اتفقت على أن إشباع الحاجات النفسية يؤدي إلى اتزان الفرد نفسيا واجتماعيا ويتحقق توافقه ويتكيف مع المجتمع.

2- النظريات المفسرة للحاجات النفسية:

2-1- نظرية محددات الذات SDT:

أشار كل من (التخاينة، 2014؛ صابر، 2018) إلى أن نظرية محددات الذات تعتبر من أحدث النظريات التي تهتم بمجال الدافعية والشخصية من الجوانب الإيجابية لها، وتركز على أن للإنسان حاجات نفسية ودوافع فطرية تتماشى مع جميع مراحل النمو للإنسان وهي أساس التحفيز والاندماج. كما تركز أيضا على نوعية هذه الدوافع لا على كميتها وعلى العوامل الاجتماعية التي تزيد أو تقلل منها (الجبوري، 2019). وتتمثل هذه الحاجات في: الكفاءة، الانتماء والاستقلالية بحيث كل واحدة تكمل الأخرى ليتم إشباعها في البيئة الملائمة لذلك (الزيادات والشريفين، 2019). والبيئة التي تساعد على تلبية الاحتياجات النفسية الأساسية "الكفاءة والاستقلالية والانتماء" تخلق فردًا مستقلاً ومتحمسًا، فهي مرتبطة بشكل إيجابي بالسلوك الاجتماعي الإيجابي وترتبط سلبًا بالسلوك المعادي للمجتمع (Cosma et al., 2021)، كما تسهل المشاركة في العمل (Deci et al., 2001).

واقترح وايت White أن هذه الحاجات هي أساس الدوافع والسلوك الإنساني بالإضافة إلى إشباع هذه الحاجات يساعد على دعم وتقوية الذات وعدم إشباعها يؤدي إلى الاضطرابات النفسية (مزي وبوفاتح، 2022)، وأشار وهمير Wehmeyer إلى أن محددات الذات هي كل الاتجاهات والقدرات التي تتحكم في سلوك الفرد، وذكر أربعة خصائص أساسية: الاستقلالية، التنظيم الذاتي، القوة السيكلوجية وتحقيق الذات (صابر، 2018).

والحاجات النفسية الثلاثة المتمثلة في "الاستقلالية والكفاءة والانتماء" لها دور مهم في حماية أو تعزيز الصحة العقلية، والرضا عن الحياة والرفع من مستوى السعادة ومن ناحية أخرى فإن تلبية هذه الاحتياجات تسمح للأفراد باختيار سلوكياتهم الخاصة من خلال تحمل المسؤولية والقيام بأدوارهم في

المجتمع وتحقيق أهدافهم المحددة مسبقاً، وانتمائهم إلى جماعات معينة من خلال تكوين علاقات وصدقات، مما يزيد في النهاية من مستوى رفايتهم وسعادتهم (Sapmaz et al., 2012)، كما يؤدي تلبية الاحتياجات النفسية الأساسية الثلاثة إلى تحسين الصحة العقلية كإفراز الاكتئاب والقلق وتحسين جودة الحياة، فضلاً عن المزيد من السلوكيات المواتية للصحة وتحسين الصحة البدنية كالابتعاد عن التدخين وممارسة التمارين الرياضية، والنظام الغذائي الصحي وما إلى ذلك (Ng et al., 2012)، وتحسين مستوى الأداء الأكاديمي للطلاب (Macakova & Wood, 2022)، كما تعتبر هذه الحاجات الأساسية الثلاثة هي الشروط اللازمة للنمو النفسي الفردي والاستيعاب الداخلي والصحة العقلية (Chen & Zhang, 2022) وفيما يلي توضيح لهذه الحاجات الثلاثة:

1- الحاجة إلى الاستقلالية Autonomy: تشير الاستقلالية إلى مدى شعور الفرد بالحرية النفسية في أفكاره وأفعاله ومشاعره، فعندما يكون الفرد راضٍ فالمحيطين به يؤيدون تماماً أفعاله وخياراته، والتي يعتبرونها على أنها أصلية وتعبيرية عن الذات، وهي "من الحاجات الرئيسية التي تعمل على تشكيل شخصية سوية وقوية نفسياً واجتماعياً" (كفاي، 2009)، كما تتضمن الاستقلالية تجربة التأييد الذاتي في سلوك المرء (campbell et al., 2018). وتتميز مرحلة المراهقة بارتفاع الحاجة إلى الاستقلالية بحيث نجد كل المراهقين يبحثون عن كل ما يظهر استقلاليتهم بعيداً عن الأسرة، كما يفضلون أن يعاملهم الآخرون بطريقة تشعرهم بذلك (القحطاني، 2006).

2- الحاجة إلى الكفاءة Competence: تشير الحاجة إلى الكفاءة إلى الشعور بالإتقان والفعالية الشخصية في تطوير إمكانات الفرد ومهاراته، عندما يشعر الفرد بالرضا عن ذاته، تصبح لديه المهارة لمواجهة التحديات في الحياة وقادر على تحقيق أهدافه المخطط لها (Laporte et al., 2021).

3- الحاجة إلى الانتماء Relatedness: وهي الرغبة في الشعور بالارتباط بالآخرين والدعم المتبادل بينهم (León et al., 2013)، ويشير كل من (Moreno-Casado et al., 2022 ; Baard et al., 2004) وعلاوة (2017) إلى أن الحاجة إلى الانتماء هي ذلك التفاعل الإيجابي الذي يشعر فيه الفرد بالاندماج والأمان والاحترام المتبادل مع المحيطين به كالأصدقاء في الدراسة، المعلمين، والمسؤولين الذين يشكلون البيئة الاجتماعية حيث تتم العملية التعليمية، مما ينتج عنه شعور بالانتماء والقبول وتطور شخصيته. بدلاً من الشعور بعدم التكامل أو الاستبعاد والوصول إلى العزلة الاجتماعية في حالة عدم إشباع هذه الحاجة (طاحون، 2023).

وتساهم العوامل البيئية والشخصية الإيجابية في تحقيق إشباع هذه الحاجات الثلاثة باعتبارها غذاء أساسي للأفراد بحيث لا يمكنهم التطور والازدهار بدون إشباعها (Ryan & Deci, 2000)، في حين يعيق إشباعها كل ما هو سلبي في شخصية الفرد أو بيئته (الزهراني، 2017).

فالحاجات النفسية الثلاثة لا تعمل بمعزل عن بعضها بل بشكل مترابط، وبالتالي ينبغي النظر فيها مجتمعة وليس منفصلة. لذلك من الضروري التركيز عليها مع بعض أثناء التدخلات النفسية والمدرسية فالفرد الذي يلبي كل هذه الاحتياجات مع بعض نجده أكثر حيوية وأقل ضغط مقارنة بالفرد غير المشبع (Guay, 2022).

وحسب نظرية محددات الذات SDT فقد أشار ديسي وريان (Deci and Ryan (2011) أن للحاجات النفسية الأساسية ثلاثة وظائف نذكرها:

- تدفع الأفراد للقيام بعدة أنشطة وتوفر لهم الطاقة والحيوية لتلبية حاجاتهم النفسية، في حين إن لم يتم إشباعها فيتوجه الفرد لنشاط آخر بديل للحاجة يولد له الرضا والشعور بالارتياح.

- تساعد الأخصائيين على التعرف على أهمية إشباع الحاجات النفسية التي تساهم في سعادة الفرد وفي مواجهته للضغوط النفسية.

- تمكن الآباء والمعلمين والمسؤولين والأطباء من تقييم المحيط الاجتماعي (المنزل، المدرسة، العمل، المستشفى) الذي يعزز من تلبية الحاجات النفسية الأساسية.

وركزت تطبيقات نظرية SDT في التعليم على تسهيل تلبية الحاجات النفسية الأساسية لكل من الطلبة والمعلمين، وأكدت العديد من الأبحاث في البيئات المدرسية التي تتراوح من المستويات الابتدائية إلى الدرجات المتقدمة وعبر السياقات الثقافية المتنوعة موقف النظرية الذي يدعم الحاجات النفسية الأساسية ويحفز الطلبة داخليا ويعزز رفاهيتهم، كما حددت الأبحاث بشكل متزايد العناصر الأساسية لأساليب التدريس الداعمة للحاجة على الرغم من العقبات المؤسسية مثل المناهج الدراسية الإلزامية والتحكم في ضغوط الأداء... إلخ (Ryan & Deci, 2020)، كما تعلق تطبيقاتها أيضا بمعالجة القضايا الاجتماعية، بما في ذلك تغيير السلوك الصحي والعلاج النفسي ودوافع العمل والبيئات الافتراضية والسلوك الاجتماعي (Deci & Ryan, 2012).

2-2- نظرية التدرج الهرمي لأبراهام ماسلو Abraham Maslow:

يعتبر أبراهام ماسلو من العلماء الذين اهتموا بدراسة الحاجات من خلال وضعه لهرمه الشهير الذي رتب فيه الحاجات بداية من الحاجات الفيزيولوجية منتهيا بتحقيق الذات (علة والود، 2018)، وأضاف ماسلو لعلم النفس اتجاه جديد في دراسة السلوك الإنساني يختلف عن المدرستين السلوكية والتحليل النفسي (بن طاعة، 2021).

كما يركز ماسلو في هذه النظرية على أن السلوك الإنساني ينبع من حاجات ودوافع منظمة تصاعديا وفقا لأهميتها ومدى تأثيرها على الإنسان، بحيث كلما تم إشباع الحاجات الأولية التي يبدأ بها الهرم فإن الحاجات المادية لها تطلب الإشباع وبذلك يصل الإنسان إلى أعلى الهرم (إبراهيم، 2014)، لأنها متداخلة فيما بينها بحيث أن الحاجات الفيزيولوجية يمكن إشباعها بشكل كلي في حين أن الحاجات الأخرى ليس لها حد للإشباع (عتوته، 2007)، وترتبط سعادة الفرد وسلامة صحته النفسية على مدى إشباعه لحاجاته النفسية (علي وعويضة، 1994).

وفيما يلي توضيح لهذه الحاجات حسب ترتيب ماسلو (نفس المرجع، 2014، ص94-95):



الشكل (01) هرم ماسلو لترتيب الحاجات النفسية

وحسب ماسلو فإن الدافعية نحو تحقيق الحاجات العليا يبقى مستمرا لدى الفرد فلا يتوقف عند التحقيق الجزئي لها فقط، وإنما يبقى الفرد ملحا عليها لأنها لا تشبع بصفة كلية، وهذا ما يفسر إصرار الفرد على تحقيق النجاح والتقدم (الأسطل، 2013؛ نقلا عن عليان والكحلوت، 2005).

وقد رتب ماسلو الحاجات النفسية الأساسية في مجموعتين حاجات أساسية تتمثل في الحاجات الفيزيولوجية، وحاجات نمائية أو نفسية واجتماعية تتمثل في الأمن والحب والانتماء وتحقيق وتقدير الذات (حني وقاضي، 2023) وهي كالتالي:

أ- **الحاجات الفيزيولوجية Physiological Needs**: يقصد بها الحاجة إلى الأكل والنوم والماء، الجنس وهي الأكثر إلحاحاً.

ب- **الحاجة إلى الأمن Safety Needs**: وتشير إلى حاجة الفرد للاستقرار وتجنب التوتر والقلق.

ج- **الحاجة إلى الحب والانتماء Love and Belonging Needs**: ويقصد بها رغبة الفرد في تكوين علاقات اجتماعية عامة وخاصة.

د- **الحاجة إلى تقدير الذات Self Esteem Need**: ويقصد بها حاجة الفرد لاحترام ذاته، واحترام المحيطين به له بشكل دائم.

هـ- **الحاجة إلى تحقيق الذات Self Actualization Need**: وتعتبر أعلى الحاجات النفسية الإنسانية التي يسعى الفرد لتحقيقها في جميع مجالات حياته (الحجاج، 2014).

ولقد تم توسيع نموذج ماسلو للحاجات النفسية عام (1970)، ليشمل كل من الحاجات المعرفية (المعرفة وحب الاستكشاف)، الجمالية (البحث عن الجمال والابداع والتوازن)، وتجاوز السمو والتفوق (الدافع وراء الشخص هو القيم التي تتجاوز الذات الشخصية)، وأهمية هذه الحاجات تعتمد على مدى قربها وبعدها عن قاعدة الهرم (البارقي، 2022، ص11-12).

وقد أيد بورتير Porter ماسلو Maslow في مدى أهمية الحاجات وكيفية تأثيرها على السلوك الإنساني وبناء شخصية الفرد، إلا أنه اختلف معه في ترتيب هذه الحاجات، إذ وضع الحاجة إلى الأمن في المرتبة الأولى وأضاف الحاجة إلى الاستقلالية كحاجة مستقلة (الصباغ، 2005). لكن في السنوات الأخيرة تم انتقاد نظرية ماسلو Maslow بسبب تقييدها فيما يتعلق بإمكانية تعميم النمط الهرمي للاحتياجات، وعدم وجود علاقة السبب والنتيجة المباشرة بين الحاجة والسلوكيات (Sharif Nia et al., 2021).

2-3- نظرية الدافعية لهنري موراي Henry Murray:

هي نظرية تفاعلية تنظر إلى السلوك كنتيجة لحاجات داخلية تتفاعل مع مثيرات خارجية، ويعتقد موراي Murray أن الحاجات تؤثر فيها قوتان داخلية بيولوجية وخارجية بيئية، واندماج هذه الحاجات مع بعض تساعد على بناء شخصية الفرد (الآلوسي، 2013، ص567).

عالج موراي Murray الاحتياجات على المستوى النفسي بدلاً من المستوى الفسيولوجي واعتبرها في المقام الأول مكتسبة وليست فطرية، في هذا السياق تم تفسير مفهوم الاحتياجات على نطاق واسع جداً والحاجة هي بناء (خيال مناسب أو مفهوم افتراضي) يرمز إلى قوة (طبيعتها الفيزيائية الكيميائية غير معروفة) في منطقة الدماغ، وهي قوة تنظم الإدراك والتصور والذكاء والتناغم والعمل بطريقة تحول في اتجاه معين حالة موجودة وغير مرضية (Ryan & Deci, 2000).

صنف موراي Murray الحاجات إلى صنفين تبعاً لطريقة تعبير الفرد على سلوكه وتتمثل في: حاجات حشوية المنشأ وأخرى نفسية المنشأ، أو حاجات ظاهرية وأخرى كامنة (صابر، 2018، ص8) والصنف الثاني حسب أساسها أو مصدرها، وهي:

- الحاجات الفسيولوجية البيولوجية: وهي الحاجات التي تستلزم الإشباع الفوري كالطعام، النوم الإخراج... حتى لا تؤثر سلباً على الفرد لأن إشباعها يؤدي إلى الاتزان.

- الحاجات النفسية: وهي التي تتعلق بعملية الاتزان النفسي للفرد ويعمل إشباعها على الحفاظ على الاستقرار النفسي ومواجهة الإحباط والتوتر.

- الحاجات الاجتماعية: ويقصد بها كل ما هو ذو صلة بالمجتمع أي علاقة الفرد بمجتمعه والمحيطين به كالأصدقاء والرفاق (الأسطل، 2013).

2-4- نظرية التحليل النفسي:

يرى فرويد أن حاجات الإنسان ودوافعه لهم مصدرين وهما غريزتي الحياة والموت، فمن خلال غريزة الحياة نجد الإنسان يسعى للحفاظ على نفسه ويكافح من أجل بقاءه، وركز بقوة على الغريزة الجنسية التي تعتبر جزءاً منها، في حين أن غريزة الموت تظهر في العدوان على النفس والدمار، كما يعتبر فرويد أن العدوان هو عبارة عن استعداد فطري مشترك بين مختلف الأفراد، بحيث كل سلوك يصدر عن الإنسان يُفسر من خلال هاتين الغريزتين (سلمان، 2005).

2-5- نظرية كلايتن ألدرفر 1972 Clayton Alderfer:

تعتبر هذه النظرية كبديل لنظرية أبراهام ماسلو Abraham Maslow، حيث اقترح فيها ثلاث حاجات أساسية، وهي كالتالي:

1- حاجات البقاء: ويقصد بها الحاجة للأكل والشرب والنوم، أي ما يقابل الحاجات الفسيولوجية عند ماسلو.

2- حاجات العلاقات والانتماء: ويقصد بها تكوين علاقات اجتماعية وصدقات والشعور بالتقبل من الطرف الآخر، أي ما يقابل حاجات الأمن والانتماء عند ماسلو.

3- حاجات النمو (التطور): وهي الحاجات التي تهتم بتطوير مهارات وقدرات الفرد وتحقيق ذاته في مختلف المواقف الحياتية.

وأشار كلايتن إلى أن الفرد يلجأ إلى بعض الحيل الدفاعية عند عدم مقدرته على إشباع حاجاته ومنها: النكوص، التبرير، التعويض والتقمص (عتوته، 2007).

وتوصلت البحوث التي قام بها كل من (Wanous & Zwany, 1977) إلى أن الاختلاف بين نظريتي "ماسلو Maslow" و"ألدرفر Alderfer" هو أن الثانية تعتبر أن المستويات الثلاثة للحاجات هي مستويات متتابعة يمكن تخطي واحدا منها عكس ما يعتبرها ماسلو على أن متدرجة، وبهذا أزاح عنه أحد المعينات التي تلقاها ماسلو في نظريته (مقحوت، 2021).

2-6- نظرية الذات لكارل روجرز Carl Rogers:

يشير روجرز Rogers في هذه النظرية إلى أن الفرد له دافع فطري للقيام بأي سلوك يحقق من خلاله ذاته، يتضمن هذا الدافع كل الحاجات النفسية والفيزيولوجية، كما يركز على المحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه الفرد وتأثيره عليه وعلى كيفية إدراكه له بموضوعية، كما وضع روجرز علاج نفسي هدفه التركيز على المفحوص للوصول إلى التوافق النفسي (إبراهيم، 2018)، باعتباره محور العملية العلاجية الذي يمكنه من خلالها التوصل إلى حلول لمشكلته في جو خالي من الانتقادات وإصدار الأحكام المسبقة من الفاحص (مزور، 2020).

بالإضافة إلى ما سبق تهتم هذه النظرية بالسعي وراء الوصول إلى مستوى عال من الصحة النفسية من خلال التوازن في تحقيق حاجات الذات المثالية والواقعية، وتركز على أن تتماشى قدرات الفرد مع ما يوجد في المحيط الخارجي لكي يتحقق التكيف والاندماج (السعيد، 2021).

ومن خلال طرح النظريات السابقة نستخلص أن نظرية محددات الذات لديسي وريان Deci and Ryan صنفت الحاجات النفسية إلى ثلاثة تصنيفات أساسية وهي: الحاجة إلى الاستقلالية، الحاجة إلى الانتماء والحاجة إلى الكفاءة بحيث أن تلبيتها تعمل على تغذية الذات والحفاظ على الصحة النفسية والعقلية وتساهم في سعادة الفرد من خلال قيامه بدوره في المجتمع وإحساسه بالانتماء داخله لتطوير مهاراته وتحقيق أهدافه، وتم الاعتماد على هذه النظرية في الدراسة الحالية.

أما نظرية أبراهام ماسلو Abraham Maslow فقد وضع تدرج هرمي رتب فيه الحاجات الإنسانية تصاعدياً بداية بالحاجات الفيزيولوجية وانتهاء بالحاجة إلى تحقيق الذات، وركزت النظرية على أنه كلما تم إشباع الحاجات الأولية للفرد زادت لديه الرغبة في تحقيق الحاجات الموائية لها، أما نظرية الدافعية لهنري موراي Henry Murray قد ركزت على أن سلوك الفرد هو عبارة عن تفاعل بين دوافع داخلية ومثيرات خارجية، واعتبر الحاجات النفسية أنها مكتسبة وليست فطرية، وصنفها إلى صنفين وفقاً لطريقة تعبير الفرد على سلوكه وحسب مصدرها، في حين أن نظرية التحليل النفسي اعتبرت أن سلوك الفرد ناتج عن غريزتي الحياة والموت، وجاء كلايتن ألدفر Clayton Alderfer بنظرية أخرى صنف فيها الحاجات إلى: حاجات البقاء، حاجات الانتماء وحاجات النمو، كما أشار إلى أنه عند عدم إشباع هذه الحاجات يلجأ إلى بعض الحيل الدفاعية، وأخيراً تطرقنا إلى نظرية كارل روجرز Carl Rogers والذي اعتبر فيها أن تحقيق الذات ناتج عن دافع فطري للإنسان يتضمن مختلف الحاجات النفسية والفيزيولوجية بالإضافة إلى أنه طور علاج نفسي محوره المفحوص أو ما يسمى بالعمل.

3- خصائص الحاجات النفسية:

أشار كل من (الحايس، 2015؛ محمود، 2016) إلى بعض الخصائص التي تتميز بها الحاجات النفسية، وسيتم التطرق لها فيما يلي:

- الحاجات النفسية لا نهائية ومتجددة: أي أن بعض الحاجات تتماشى مع كل مراحل نمو الإنسان من الطفولة إلى الشيخوخة ولا يمكنه الاستغناء عنها كالحاجات الفيزيولوجية، بالإضافة إلى أنها تتجدد أي أنه كل ما تم إشباع حاجة ما ينتقل إلى الحاجة الأخرى التي تليها.

- الحاجات النفسية متنوعة ومتدرجة: تختلف الحاجات وتتنوع حسب كل مرحلة من مراحل النمو وحسب أهميتها لدى كل فرد، كما نجدتها تختلف حسب المجتمعات وثقافتهم، ويقصد بتدرج الحاجات أي أنه لا يمكن إشباعها كلها مرة واحدة بل هناك حاجات تسبق أخرى.
 - قابلة للإشباع: كل الحاجات النفسية يستطيع الإنسان إشباعها كلياً أو جزءاً منها، لكن تختلف طرق إشباعها من فرد لآخر حسب دوره في المجتمع وثقافته.
 - يرتبط تحقيق إشباع الحاجات النفسية بالشعور بالرضا الداخلي والسعادة النفسية، في حين يرتبط عدم إشباعها بالشعور بالإحباط وعدم الارتياح.
 - بعض الحاجات النفسية تتماشى مع بعضها البعض حيث تساهم كل منها في ظهور الحاجة الأخرى في حين تتعارض بعض الحاجات كحاجات الأنا الأعلى مع حاجات الهو.
 - تعمل الحاجات النفسية على الحفاظ على كيان الفرد، وتبني شخصية سوية وسليمة.
- 4- الحاجات النفسية في الإسلام:**

أرسل الله تعالى محمداً صلى الله عليه وسلم إلى البشرية بأعظم رسالة تحمل في طياتها كل ما هو نافع للبشرية في كل الجوانب النفسية والجسدية، كما يدعو الناس فيها إلى الخير والنجاح والاستقامة ويحث على التوازن والاعتدال في القول والعمل للحصول على الراحة والسعادة.

وأشار محمد قطب إلى أن نظرة الإسلام إلى الحاجات كانت شاملة والتي تمثلت في الدافع إلى حب الحياة والحفاظ عليها (سلمان، 2005)، لقوله تعالى: "رُزِيَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَّعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَآبِ" (القرآن الكريم، آل عمران، الآية: 14).

كما أن تعاليم الإسلام دائماً ما تحث على التوسط في جميع الأمور ومن بينها تحقيق الحاجات النفسية للفرد، فلا إفراط ولا إهمال فيها، بحيث يسعى إلى تحقيق ذلك التوازن بين مختلف جوانب الحياة الروحية، والنفسية والجسدية والعقلية، فركز الإسلام على أهمية الحاجات النفسية ومدى تأثيرها على الفرد في حالة عدم إشباعها، ومن بين هذه الحاجات ما يلي:

- الحاجة إلى الأمن: لقوله تعالى: ﴿فَلْيَعْبُدُوا رَبَّ هَذَا الْبَيْتِ ۚ الَّذِي أَطْعَمَهُمْ مِنْ جُوعٍ ۖ وَعَآمَنَهُمْ مِنْ خَوْفٍ ۖ﴾ (القرآن الكريم، سورة قريش، الآية: 03-04-05).

- الحاجة إلى الحب: لقوله تعالى: ﴿وَالَّذِينَ تَبَوَّءُوا الدَّارَ وَالْإِيمَانَ مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلَا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِمَّا أُوتُوا وَيُؤْثِرُونَ عَلَىٰ أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَنْ يُوقِ شَحْنًا نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ﴾ (القرآن الكريم، سورة الحشر، الآية: 09).

- الحاجة إلى الانتماء: لقوله تعالى: ﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ﴾ (القرآن الكريم، سورة الحجرات، الآية: 10).

ومن الآيات القرآنية التي تشير إلى تلبية حاجات الإنسان الفطرية المختلفة نجد ما يلي:

قال الله تعالى: ﴿إِنَّا جَعَلْنَا مَا عَلَى الْأَرْضِ زِينَةً لَهَا لِنَبْلُوَهُمْ أَيُّهُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا﴾ (القرآن الكريم، سورة الكهف، الآية: 07).

قال الله تعالى: ﴿يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ (القرآن الكريم، سورة الأعراف، الآية: 31).

قال الله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقَاتُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ﴾ (القرآن الكريم، سورة الحجرات، الآية: 13).

كما أشار الرسول عليه الصلاة والسلام في حديث الشريف إلى أهمية الحاجات الإنسانية من مأكلاً ومشرباً ومسكن وصحة في الجسد (الطهراوي، 2014)، وجاء في الحديث الشريف: عَنْ سَلَمَةَ بْنِ عُبَيْدِ اللَّهِ بْنِ مِحْصَنِ الْخَطْمِيِّ، عَنْ أَبِيهِ، وَكَانَتْ لَهُ صُحْبَةٌ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: " مَنْ أَصْبَحَ مِنْكُمْ آمِنًا فِي سِرْبِهِ، مُعَافَى فِي جَسَدِهِ، عِنْدَهُ قُوَّةٌ يَوْمِهِ، فَكَأَنَّمَا حَبِزَتْ لَهُ الدُّنْيَا " رواه عبد الله بن محصن الأنصاري.

أي أن حاجة الإنسان في الدنيا تتركز على الشعور بالأمن والطمأنينة والكفاية في الأكل والشرب والعافية في البدن من الأمراض والعلل، فهذه الأمور تعتبر من أعظم النعم التي ينعمها الله على عباده لذلك استوجب على المسلم شكرها والسعي إلى الحفاظ عليها.

ثانياً: المساندة الاجتماعية: حظي موضوع المساندة الاجتماعية اهتمام الكثيرين ممن هم في مجال علم الاجتماع أو علم النفس، لما له من أهمية كبيرة في حياة الفرد وتكوين شخصيته وحمايته من الاضطرابات النفسية الناجمة عن الضغوطات التي يواجهها.

1- تعريف المساندة الاجتماعية:

عرفها (Bowly, 1980): أنها وجود أخاص في حياة كل فرد يقدمون له الدعم والمساعدة مادياً ومعنوياً مما يجعله شخصاً قوياً ومرتزناً نفسياً باستطاعته تقديم المساندة للغير، أما في حالة عدم تواجدهم فإن الفرد تضطرب حياته وعلاقاته الاجتماعية (العاسمي، 2009).

وعرفها (Sarason et al, 1983) بأنها شعور الفرد بالتقدير والاحترام من الآخرين نتيجة مساندة عاطفية.

ويعرفها كوهين وويلز (Cohen and Wills 1985) بأنها التوفر المتصور للموارد الشخصية لتلبية المطالب التي تثيرها الأحداث المجهدة ومدى الدعم الذي يقيم درجة اندماج الشخص في شبكة اجتماعية كبيرة (Savarese et al., 2019).

ويعرف (Cutrona, 1996) المساندة بأنها إشباع الفرد لحاجاته الأساسية المتمثلة في الانتماء والحب والاحترام والتقدير من الأشخاص المقربين له في المواقف اليومية الضاغطة (نوافله، 2020).

كما عرف (Sarafino 1998)، المساندة الاجتماعية بأنها تشير إلى الراحة المتصورة أو الرعاية أو التقدير أو المساعدة التي يتلقاها الشخص من أشخاص أو مجموعة أخرى، الأمر الذي يساعده على تغيير استجاباته للضغوط التي يصادفها (Marhamah, & Binti Hamzah, 2017).

وعرفها أيضاً (Argyle, 2000) بأنها هي المساندة التي تعين الفرد على التغلب على مشاكله اليومية بطريقة صحيحة، سواء كانت هذه المساندة مادية أو عاطفية (براهمي وزندي، 2013).

وهي تقديم المساعدة أو الراحة للآخرين لمساعدتهم على التعامل مع مختلف المشاكل، وتأتي المساندة من العلاقات الشخصية وأفراد الأسرة والجيران والجماعات الدينية والأصدقاء (Mahanta, & Aggarwal, 2013).

عرف ياب وديفيلي Yap & Devilly (2004) المساعدة الاجتماعية المدركة (PSS) هي إدراك الفرد بأنه تحت الرعاية والاحترام وأنه جزءًا من المجموعة، ويتأثر بشكل إيجابي بالرفاهية التي تحمي من الأحداث الصادمة مثل الاكتئاب والقلق والتوتر (Abid et al., 2021).

تم تعريف المساعدة الاجتماعية على أنها مساعدة فعالة أو إعلامية أو عاطفية تؤدي إلى تصورات المرء بأنه مدعوم ومشارك في شبكة اجتماعية داعمة، وقد تم تحديد المساعدة كواحدة من أهم موارد التأقلم النفسي الاجتماعي للأشخاص لمكافحة المشاكل العقلية الشديدة والحفاظ على الرفاهية الذاتية (Qi et al., 2020).

نستخلص من كل ما سبق أن التعريفات اتفقت على أن المساعدة الاجتماعية هي إدراك الفرد المتلقي لها للاهتمام والرعاية والمحبة، وباعتبارها تقديم الدعم والمساعدة المعنوية والمادية والتوجيهية من قبل شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد (الأسرة، الأصدقاء، زملاء العمل، الجيران، المراكز النفسية والارشادية والاستشفائية)، ولها دور فعال في حماية الفرد من المشاكل النفسية التي يمكن أن يتعرض لها في حياته اليومية وفي مختلف البيئات التي يتواجد فيها.

2- النظريات والنماذج المفسرة للمساعدة الاجتماعية:

أولاً: النظريات المفسرة للمساعدة الاجتماعية:

تطرق رضوان والشبية (2017) إلى النظريتين البنائية والوظيفية كما هو موضح فيما يلي:

1- النظرية البنائية:

أشار كابلان وآخرون (Caplan et al., 1993) إلى أن مؤسسي هذه النظرية ركزوا على مدى أهمية ضرورة بناء وتوسيع مجال شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد من أجل تقديم الدعم له عند الحاجة وحمائته من الآثار السلبية للضغوط.

كما يرى دوك وسيلفر Duk & Silver أن النظرية البنائية تهتم أيضاً بخصائص بناء شبكة العلاقات لكل فرد لما لها من تأثير إيجابي على صحته النفسية، بالإضافة إلى أنها تشير إلى أنه كلما توسعت شبكة العلاقات الاجتماعية كلما زاد التفاعل الاجتماعي بين الأفراد.

2- النظرية الوظيفية:

أشار أيضا كابلان وآخرون Caplan et al. إلى وظائف ومهام العلاقات المتداخلة في شبكة العلاقات الاجتماعية التي أكد عليها علماء هذه النظرية، والتي تتمثل في تقديم المساعدة للفرد عند الضرورة بالإضافة إلى تشجيع السلوك المتداخل لزيادة مصادر الدعم المساعدة الاجتماعية.

كما يرى دوك وسيلفر Duk and Silver أن المساعدة الاجتماعية هي عبارة عن معلومات وأفكار يعتقد الفرد من خلالها أنه مرغوب فيه وأنه ينتمي إلى جماعة ما تقدره وتحترمه وترعاه (رضوان والشيبة، 2017).

3- نظرية التبادل الاجتماعي: ركز أصحاب هذه النظرية على ضرورة تبادل الفائدة في العلاقات الاجتماعية، فالمساعدة هي سلوك يتشارك فيه الأفراد ويتبادلون الدعم النفسي والمادي والاجتماعي من أجل توسيع شبكة العلاقات ومصادرها (حليم، 2021)، أي أن للمساعدة الاجتماعية ميزة التبادل (مصطفى وآخرون، 2023).

كما أشارت مقاوسي (2017) إلى أن هذه النظرية تقترض وجود بعض الآليات التي يستخدمها الفرد خلال تبادل المساعدة الاجتماعية والدعم مع الغير، والشكل التالي يوضح ذلك:



الشكل (02) الآليات المستخدمة لتبادل المساعدة الاجتماعية

من خلال الشكل أعلاه يقصد بادخار المساندة الاجتماعية هو ذلك المخزون الذي يحتفظ به الفرد من دعم ومساندات كان يقدمها إلى الغير، بحيث يرى أن كل ما يقدمونه له من مساندة غير كافي له، في حين تعتبر القابلية للمساواة هي تقدير كل ما يقدم للفرد من مساندة من الآخرين مع المحاولة لعدم الطلب منهم دعم أكثر من طاقتهم، وتعتبر المودة والترابط أساس العلاقة بين أفراد الأسرة والإحساس بذلك ينعكس عليهم، أما الانتباه الانتقائي فهو القدرة على معرفة ما يستطيع الفرد تقديمه من مساندة للغير وما لا يستطيع عليه، ويقصد باستمرارية الشخصية هي عدم ارتباط تقديم المساندة الاجتماعية بالزمان والمكان، في حين أن المقارنة الاجتماعية هي مقارنة الفرد لما يحصل عليه من مساندة في الماضي مع ما يحصل عليه في الوقت الحالي.

4- نظرية التعلق الوجداني: وهي من النظريات التي فسرت المساندة الاجتماعية ودورها في بناء شخصية الفرد وحمايته، حيث أشار كل من (علي، 2023؛ مصطفى وآخرون، 2023) إلى أن رواد ومؤسسي هذه النظرية Bowibly & Aniswaorth يفترضون أن الفرد يحاول دائما البحث عن مختلف صور التعلق والارتباط من الآخرين، إذ تركز على أهمية تقديم الدعم النفسي والاجتماعي في أوقات الأزمات والضغوط، بالإضافة إلى أن هذه النظرية تهتم بقياس مدى تصور الأفراد للمساندة المقدمة لهم من طرف الأسرة أو الأصدقاء أو رؤساء العمل ومدى رضاهم عنها.

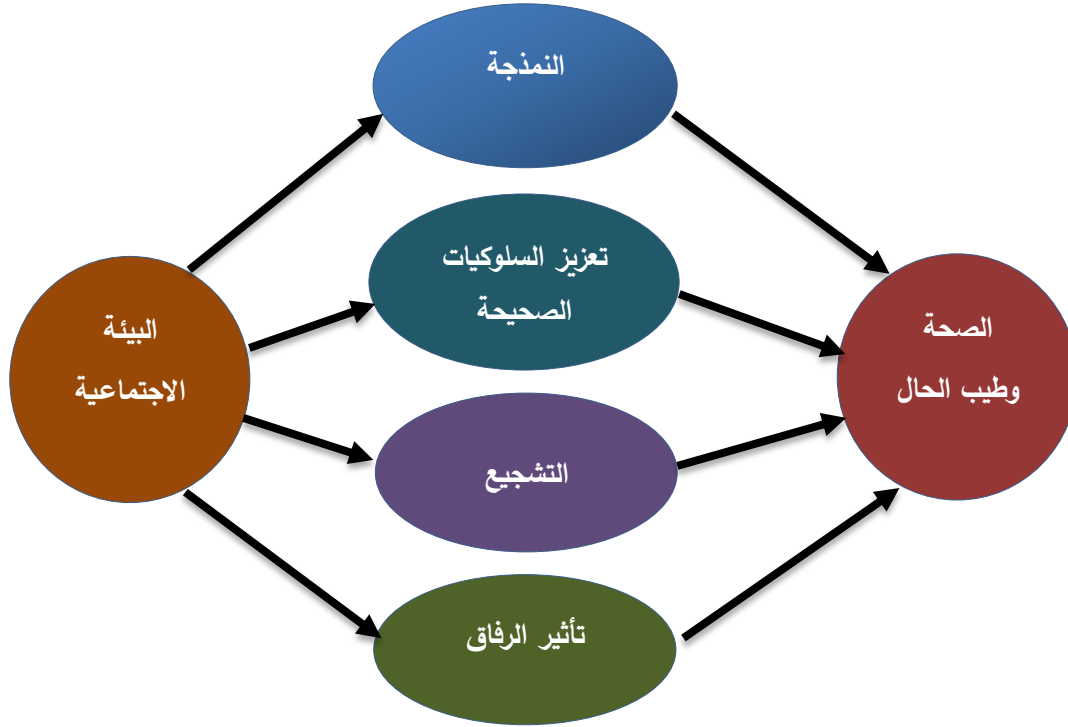
كما تعتبر آثار التعلق الإيجابي أمر أساسي ومهم في إكساب الفرد لمختلف المهارات واكتشاف القدرات التي تساعده على مواجهة وتخفي الآثار السلبية الناتجة عن الضغوط.

ثانيا: النماذج المفسرة للمساندة الاجتماعية: أشار كل من (عبد الرحمن، 2020؛ عرابي، 2018؛ القاضي، 2020؛ مقاوسي، 2017؛ مكي، 2012؛ الهملان، 2008) إلى نموذجين أساسيين لتفسير المساندة الاجتماعية وهما كالتالي:

1- نموذج الأثر الرئيسي The main Effect Model:

يشير هذا النموذج إلى المساندة الاجتماعية على أنها تفاعل اجتماعي بين مجموعة من الأفراد وكلما زاد حجم المساندة والدعم النفسي والاجتماعي أثر بشكل إيجابي على صحة الفرد النفسية والجسدية ضف إلى ذلك أن هذا النموذج يفترض أن للمساندة الاجتماعية إسهام في سعادة الفرد بغض النظر عما إذا كان الفرد يواجه في حياته مشاكل أم لا.

والشكل الآتي يوضح نموذج الأثر الرئيسي للمساندة الاجتماعية (الهملان، 2008، ص53):



الشكل (03) نموذج الأثر الرئيسي للمساندة الاجتماعية كما صوره كابلان Caplan

من خلال الشكل رقم (03) نلاحظ أن البيئة الاجتماعية للفرد تساعده على تقليد السلوك الإيجابي الذي يحدث في محيطه، بالإضافة إلى تحفيز السلوك الاجتماعي الصحيح الذي يعمل على توطيد العلاقات الاجتماعية بين الأفراد وخاصة بين الرفاق، لأن جماعة الرفاق لها تأثير مباشر على كل سلوك يصدر من الفرد كما لها دور هام في مساندة مادي ومعنويًا، وكل ما تم ذكره يؤدي إلى شعور الفرد بالرضا الداخلي والراحة والالتزان النفسي.

2- نموذج الأثر الوافي The Buffering Model:

يشير هذا النموذج إلى أن الضغوطات اليومية التي يتعرض لها الفرد تؤثر بشكل سلبي ومباشر على صحته النفسية والعقلية والبدنية فتسبب له اضطرابات نفسية وأخرى عضوية، بحيث أن "المساندة الاجتماعية من قبل الآخرين تساهم في حماية الشباب" (Hamdan-Mansour & Dawani, 2008) من التأثيرات السلبية للضغوط فيصبح الشخص أقل استجابة وتخفف منها وتقيهم من الاضطرابات، وقد وجد عموماً أن المساندة الاجتماعية تعزز من الرفاهية النفسية، فضلاً عن الحد من آثار الإجهاد (Dwyer & Cummings, 2001)، وهذا ما يعكس مدى أهمية العلاقات القوية المبنية على التقدير والاحترام.

كما تعمل المساندة الاجتماعية على زيادة فعالية الإنسان الأمر الذي يساعده على تجاوز الأزمات والتقليل من حدوث الاضطرابات النفسية بمجرد تلقيه للمساندة الفعلية، باعتبارها آلية من آليات المواجهة (بوحوي، 2020).

ومن خلال ما سبق نرى أن النظرية البنائية ركزت على ضرورة بناء الفرد لعلاقاته الاجتماعية لأجل أن يتلقى الدعم الكافي، أما النظرية الوظيفية ركزت على وظائف الأفراد المتواجدين في شبكة العلاقات لأن ذلك الذي يحدث بينهم يساعد على تقوية العلاقة، ونظرية التبادل الاجتماعي أشارت إلى ضرورة تبادل الدعم النفسي والاجتماعي والمادي من أجل توسيع دائرة العلاقات ومصادرها وذلك باستخدام آليات متعددة، وفسرت نظرية التعلق الوجداني المساندة الاجتماعية بأنها كيفية إدراك الفرد للدعم المقدم له في الأوقات الصعبة، الأمر الذي يعطي له فرصة الارتباط والتعلق بالآخرين. وهناك نموذجين أساسيين تم تناولهما في العديد من الدراسات السابقة فسرا المساندة الاجتماعية وهما: نموذج الأثر الرئيسي ونموذج الأثر الواعي، فالأول يشير إلى أن التفاعل الاجتماعي يساعد في الحصول على الدعم الكافي الذي يساهم في رفع مستوى صحة الفرد النفسية، أما الثاني فيركز على أن المساندة الاجتماعية تساهم في وقاية الفرد من الآثار السلبية للضغوط. وترى الطالبة أن النظريات المذكورة اتفقت على ضرورة تلقي الفرد للمساندة الاجتماعية وتقديمها نظرا لأهميتها في تقوية شخصيته، وكانت كل نظرية مكملة للأخرى.

3- أشكال المساندة الاجتماعية: أشار (Demaray et al., 2005) أن المساندة الاجتماعية تشمل مجموعة متنوعة من الأشكال (العاطفية، والتقييمية، والإعلامية، والمالية) وينبثق من مجموعة متنوعة من المصادر (الآباء، والمدرّبون، والأصدقاء المقربون، وزملاء الدراسة، والمدرسة)، مما قد يساهم في تحسين تكيف الطالب مع بيئته وتحصيله الأكاديمي (Anjum, 2022).

2-3-1- المساندة الادائية أو الإجرائية: ويقصد بها تقديم الدعم المالي من أجل حل مشكلة ما، أو تقديم بعض الخدمات المناسبة لغرض المساعدة والتقليل من الضغوط (التونّي، 2017؛ الفارس، 2021)، أو تقديم كل ما هو ملموس (دراوشة، 2012).

2-3-2- المساندة الذاتية: ويقصد بها كل مساعدة نفسية أو مالية بإمكان الفرد تقديمها لنفسه لغرض حل مشكلة ما (عبد الرحمن، 2020).

2-3-3- المساندة المعلوماتية: ويقصد بها تقديم النصح والإرشاد للفرد بهدف مساعدته على التكيف مع المحيط، أو تبادل المعارف بين الزملاء في الدراسة أو العمل (الصايم وعطا، 2020)، كما تساعد الطالب على التحقق من معلوماته واعتقاداته واكتشاف قدراته للتعامل مع بيئته الاجتماعية (النجار وآخرون، 2011).

2-3-4- المساندة الوجدانية: وتعني كل ما يقدم من إجراءات للاهتمام بمتلقي الدعم (Msipu Phiri et al., 2023)، وتحمل في مضمونها كل معاني العاطفة من حب وتقدير الذي يقدم للفرد في وقت الأزمات للتخفيف عنه واسترجاع ثقته بنفسه (الديداموني، 2009؛ نقلا عن Sarafino, 1998).

2-3-5- المساندة التقديرية أو التقييمية: ويقصد بها تقديم المساعدة والدعم للفرد من أجل بناء شخصيته ومشاعره حتى يستطيع تقييم ذاته واكتشافها (الكيال، 2023)، كما تتضمن التغذية الراجعة والمقارنة الاجتماعية (Hassan et al., 2015).

4- مصادر المساندة الاجتماعية: تختلف مصادر المساندة لدى الفرد حسب المراحل العمرية المختلفة (الفهمي، أبو لطيفة، 2019)، كما يوجد فرق بين الذكور والإناث في مصدر المساندة الذي يلجؤون إليه عند مواجهة الضغوط، وذلك يعود لتنشئتهم الاجتماعية (Day & Livingstone, 2003)، ومن المصادر التي يتلقى منها الفرد المساندة الاجتماعية هي كالتالي:

4-1- المساندة الاجتماعية من الأسرة: وتعني حصول الفرد على الدعم المادي والمعنوي والصحي من أفراد الأسرة (الأب، الأم، الإخوة) وقت الحاجة إليها، الأمر الذي يساعده على الشعور بالحب والانتماء (هلال، 2020)، وتعد المساندة من الأهل آلية ذات أثر مباشر في مواجهة المشكلات (الحربي وعبد العليم، 2022)، كما تبني طالب ذو شخصية قوية قادرة على تحمل المسؤولية والضغوط الناتجة عن الدراسة (الحمادين وآخرون، 2020).

4-2- المساندة الاجتماعية من الأصدقاء: وتعني الحصول على الدعم العاطفي والاجتماعي من مجموعة الرفاق والأصحاب في المدرسة أو العمل، كما أشار (Hamdan-Mansour & Dawani, 2008) أن الأصدقاء هم المصدر الأكثر تواترا للدعم الاجتماعي بين الشباب، حيث وجد شونيت رايشل (Schonet-Reichl, 1994) أنه عندما يواجه المراهقون أحداثاً ضاغطة يلجأ 76% منهم إلى الأصدقاء

للحصول على المساعدة مقارنة بـ 60% يلجؤون إلى العائلة، ويعود ذلك إلى إحساس الفرد بالراحة بين أصدقائه وقدرته على التعبير بحرية أمامهم (الصايم وعطا، 2020).

وأشارت الديداموني (2009) إلى أن هناك مصدرين للمساندة الاجتماعية وهما: المساندة الاجتماعية الرسمية ويقصد بها المراكز النفسية ومراكز الإرشاد النفسي والمؤسسات الاستشفائية والجمعيات التي يقودها مجموعة من الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين يقدمون الدعم المادي والعاطفي والاجتماعي للأفراد المتضررين من الحروب مثلاً، في حين توجد مساندة اجتماعية غير رسمية وهي ما تشمل أفراد الأسرة والأصدقاء وزملاء العمل والأقارب والجيران، فهؤلاء يقدمون المساعدة بدافع الحب والتقدير والمصلحة المشتركة بينهم، وبهدف استمرار العلاقة القائمة على التعاون والاحترام.

5- المساندة الاجتماعية في الإسلام:

إن مصطلح المساندة الاجتماعية هو مصطلح إسلامي جاء تحت مفهوم التكافل والتعاون (المبحوح، 2015)، لقوله تعالى: ﴿مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ تَرَاهُمْ رُكَّعًا سُجَّدًا يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّنَ اللَّهِ وَرِضْوَانًا﴾ (القرآن الكريم، سورة الفتح، الآية: 29).

وأشار كل من (الخشمانى والعبيدي، 2023؛ الديداموني، 2009؛ مرسي، 2000؛ الهملان، 2008) إلى أن القرآن الكريم والسنة النبوية غنية بالآيات والأحاديث الشريفة التي تحث وتنص على تقديم المساعدة والتعاون والمشاركة في الأعمال الخيرية التي تعود بالمنفعة والتأثير الإيجابي على الفرد والمجتمع ككل وتساهم في بناء علاقات اجتماعية سليمة قائمة على حب الخير للغير، لقوله تعالى: ﴿وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ﴾ (القرآن الكريم، سورة المائدة، الآية: 03).

ومن الآيات القرآنية التي تشير إلى المساندة والبعض من معانيها كالدعم والتعاون والأخوة نجد:

قال الله تعالى: ﴿يَسْأَلُونَكَ مَاذَا يُنْفِقُونَ قُلْ مَا أَنْفَقْتُ مِنْ خَيْرٍ فَلِلَّذِينَ وَالْأَقْرَبِينَ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِينِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا تَفْعَلُوا مِنْ خَيْرٍ فَإِنَّ اللَّهَ بِهِ عَلِيمٌ﴾ (القرآن الكريم، سورة البقرة، الآية: 215).

قال الله تعالى: ﴿إِذَا حَضَرَ الْقِسْمَةَ أُولُو الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِينُ فَأَرْزُقُوهُمْ مِنْهُ وَقُولُوا لَهُمْ قَوْلًا مَعْرُوفًا﴾ (القرآن الكريم، سورة النساء، الآية: 08).

قال الله تعالى: ﴿قَالَ سَنَشُدُّ عَضُدَكَ بِأَخِيكَ وَنَجْعَلُ لَكُمَا سُلْطٰنًا فَلَا يَصِلُونَ إِلَيْكُمَا بِأَيِّتِنَا أَنْتُمَا وَمَنْ اتَّبَعَكُمَا الْغٰلِبُونَ﴾ (القرآن الكريم، سورة القصص، الآية: 35).

قال الله تعالى: ﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ﴾ (القرآن الكريم، سورة الحجرات، الآية: 10).

كما نجد أيضا أن الرسول صلى الله عليه وسلم دائما ما ينصح ويوجه أمتة نحو المساندة الاجتماعية والنفسية لأهميتها البالغة في إحساس الفرد المتلقي لها بالأمان والانتماء إلى أهله ومجتمعه وركز أيضا على أن كل من استطاع تقديم يد العون لغيره لا يتردد في ذلك، وفي حديث شريف عن عبد الله بن عمر رضي الله عنهما أخبره، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: " الْمُسْلِمُ أَخُو الْمُسْلِمِ، لَا يَظْلِمُهُ، وَلَا يُسْلِمُهُ، وَمَنْ كَانَ فِي حَاجَةِ أَخِيهِ، كَانَ اللَّهُ فِي حَاجَتِهِ، وَمَنْ فَرَّجَ عَنْ مُسْلِمٍ كُرْبَةً فَرَّجَ اللَّهُ عَنْهُ كُرْبَةً مِنْ كُرْبَاتٍ يَوْمَ الْقِيَامَةِ، وَمَنْ سَتَرَ مُسْلِمًا سَتَرَهُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ." رواه البخاري ومسلم والترمذي وأحمد وأبي داود.

بالإضافة إلى أن تكوين علاقات اجتماعية ناجحة قائمة على التعاون والصحة الصالحة تساهم في بناء شخصية سوية، فقد حث الإسلام على التعارف والاندماج مع أفراد المجتمع، وجاء في حديث شريف عن شُعْبَةَ، عَنْ سُلَيْمَانَ الْأَعْمَشِيِّ، عَنْ يَحْيَى بْنِ وَثَّابٍ، عَنْ شَيْخٍ مِنْ أَصْحَابِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، أَرَاهُ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: " الْمُسْلِمُ إِذَا كَانَ يَخَالِطُ النَّاسَ وَيَصْبِرُ عَلَى أَدَاهُمْ، خَيْرٌ مِنَ الْمُسْلِمِ الَّذِي لَا يَخَالِطُ النَّاسَ وَلَا يَصْبِرُ عَلَى أَدَاهُمْ." رواه أحمد والترمذي.

ثالثا: السعادة النفسية:

3-1- تعريف السعادة النفسية:

تعرفها جودة (2007) بأنها حالة انفعالية وعقلية تتميز بالإيجابية وغياب السلبية، وتشتمل على عدة مؤشرات كالتعاؤل والرفاهية والرضا عن الذات والحياة، ومدى تحكم الفرد في حياته وانفعالاته.

يعرفها (Al-Naggar et al., 2010) بأنها هي الدرجة التي يحكم بها الفرد على الجودة العامة لحياته ككل بشكل إيجابي، وتعتبر عموما الهدف النهائي في الحياة.

يعرف (Ziapour et al., 2014) السعادة بأنها: "عواطف إيجابية لها تأثير كبير على الآليات الجسدية والمعرفية والنفسية التي تحسن أداء الإنسان" (Achour et al., 2017)، وهي تمتع الفرد بما لديه وغياب الألم (Krizanova & Guardiola, 2023).

يعرف كتلو (2015) السعادة بأنها حالة انفعالية ومعرفية، تشمل الراحة والبهجة والأمل والقدرة على التعامل مع الأحداث بشكل إيجابي.

تعرف السعادة بأنها حالة انفعالية وعقلية تتسم بالإيجابية، يخبرها الفرد ذاتياً، وتستمد من إدراكه للمواقف وطريقة تفكيره فيها، وتتضمن هذه الحالة الشعور بالرضا والإشباع، القناعة، تقبل الذات الإيجابية والتحرر من القلق والتوتر، والقدرة على عيش حياة ممتعة خالية من الاضطرابات النفسية والتأثر في الأحداث بإيجابية (علام، 2021، ص 338؛ نقلا عن الدسوقي، 2018).

نستخلص من التعريفات السابقة أنه اتفق كل الباحثين على أن السعادة النفسية هي شعور داخلي يتسم بالطمأنينة والبهجة والتفاؤل والتفكير بإيجابية في الحياة.

3-2- النظريات المفسرة للسعادة النفسية:

3-2-1- نظرية الغاية: تشير هذه النظرية إلى أن السعادة تتحقق أو يمكن الوصول إليها عند تحقيق هدف أو حاجة ما، فالفرد عند إشباعه لإحدى حاجاته النفسية يحصل على السعادة النفسية (أبو عميرة وآخرون، 2015)، ضف إلى ذلك فإن السعادة تتركز على عنصرين مهمين وهما ارتباط الأهداف التي يسعى إليها الفرد والاعتدال في تحقيقها (الوائلي، 2020).

3-2-2- نظرية اللذة والألم: يشير كل من (علي، 2019؛ الهاللي والعجلاني، 2019) إلى أن أصحاب هذه النظرية يرون أن اللذة والألم مفهومان متعلقان ببعضهما البعض في موضوع السعادة، ففي بعض الأحيان يسبق الألم السعادة، بالإضافة إلى أن الفرد إذا حقق هدفه الذي يسعى إليه تغمره السعادة في حين إذا فشل في ذلك يشعر بالتعاسة والخيبة.

3-2-3- نظرية النشاط: يرى أصحاب هذه النظرية أن السعادة هي نتيجة حيوية الفرد وأدائه، أي خلال القيام بأي عمل والتركيز فيه واستخدام المهارات لإكماله يعطي إحساساً بالمتعة والراحة النفسية

أكثر من الانتهاء منه (المرشود، 2019)، والطالب الجامعي تتحقق سعادته في قيامه بنشاطاته العلمية والأكاديمية (إسماعيل وهلالي، 2020).

3-2-4- النظرية الارتباطية: تركز هذه النظرية على أن السعادة النفسية ترتبط بعدة عوامل معرفية واقتصادية واجتماعية وثقافية، ضف إلى ذلك تلك الأحداث الإيجابية المخزنة في الذاكرة التي تساهم في شعور الفرد بالسعادة حين استرجاعها (معوض، 2022).

3-2-5- نظرية النموذج الثلاثي لدينر Diener: طرح براد بورن Bradburn في عام 1969 فكرته عن السعادة والتي اقترح لها مكونين لا يرتبطان مع بعض وهما التأثير الإيجابي والتأثير السلبي، وبعده في عام 1984 طور دينر Diener هذه الفكرة وأطلق عليها اسم "النموذج الثلاثي" والتي تهتم بدراسة الخبرات العاطفية الإيجابية والسلبية والرضا عن الحياة، وتتغير هذه العناصر الثلاثة مع مرور الوقت كما يرى دينر Diener في هذه النظرية أن السعادة هي ذلك التكافؤ بين التأثير الإيجابي والسلبي الذي يتم اختباره من خلال الرضا عن الحياة وتقبلها (محمد، 2019).

3-2-6- نموذج بار-أونز Bar-Ons: أعطى بار أونز نموذجاً فسر من خلاله السعادة النفسية والتي ترتبط بمجموعة من الميزات والمهارات التي تعمل على مساعدة الفرد في التعامل والتغلب على الضغوط اليومية ومن هذه القدرات: القدرة على الوعي والفهم والتعبير عن الذات، القدرة على تكوين علاقات اجتماعية، القدرة على التفاعل والاندماج، والقدرة على التوافق الاجتماعي، وحسب هذا النموذج تتكون السعادة النفسية من خمسة أبعاد تعتبر كأساليب يستعملها الفرد في مختلف المواقف اليومية من أجل الوصول إلى السعادة النفسية وهي: المهارات الشخصية، المهارات البيئشخصية، إدارة الضغوط، التوافق والمزاج العام (رزق وآخرون، 2018).

3-2-7- نموذج رايف Ryff للسعادة النفسية: أشار كل من (الجمال، 2013؛ الجنابي، 2020؛ داودي، 2022؛ الرزاز، 2022؛ الشافعي، 2019؛ الطائي وحسين، 2020؛ طه، 2020؛ الطيب، 2020؛ عبد الرحمن، 2019؛ عبد الله، 2015؛ مسحل، 2019) إلى الأبعاد الستة الأساسية للسعادة النفسية التي ذكرتها رايف وسينجر (Ryff and Singer 2008)، حيث أجرى سلمان والعلي (2021) دراسة على الأبعاد الستة للسعادة عند طلبة الجامعة والتي أظهرت أن أكثر الأبعاد استعمالاً لديهم الاستقلالية في المرتبة الأولى ثم يليها التمكّن البيئي والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، في حين أقل الأبعاد استعمالاً هي بعد التطور الشخصي والحياة الهادفة وتقبل الذات.

وفيما يلي سيتم ذكر هذه الأبعاد الستة:

3-2-7-1- الاستقلالية Autonomy: وتعني أن تكون لدى الفرد القدرة على أن يتخذ قراراته بنفسه ويتحمل مسؤولية أقواله وأفعاله، بالإضافة إلى ضبط وتقييم سلوكه داخله محيطه حسب ما يتطلبه المجتمع من قيم وثقافات تتماشى معه.

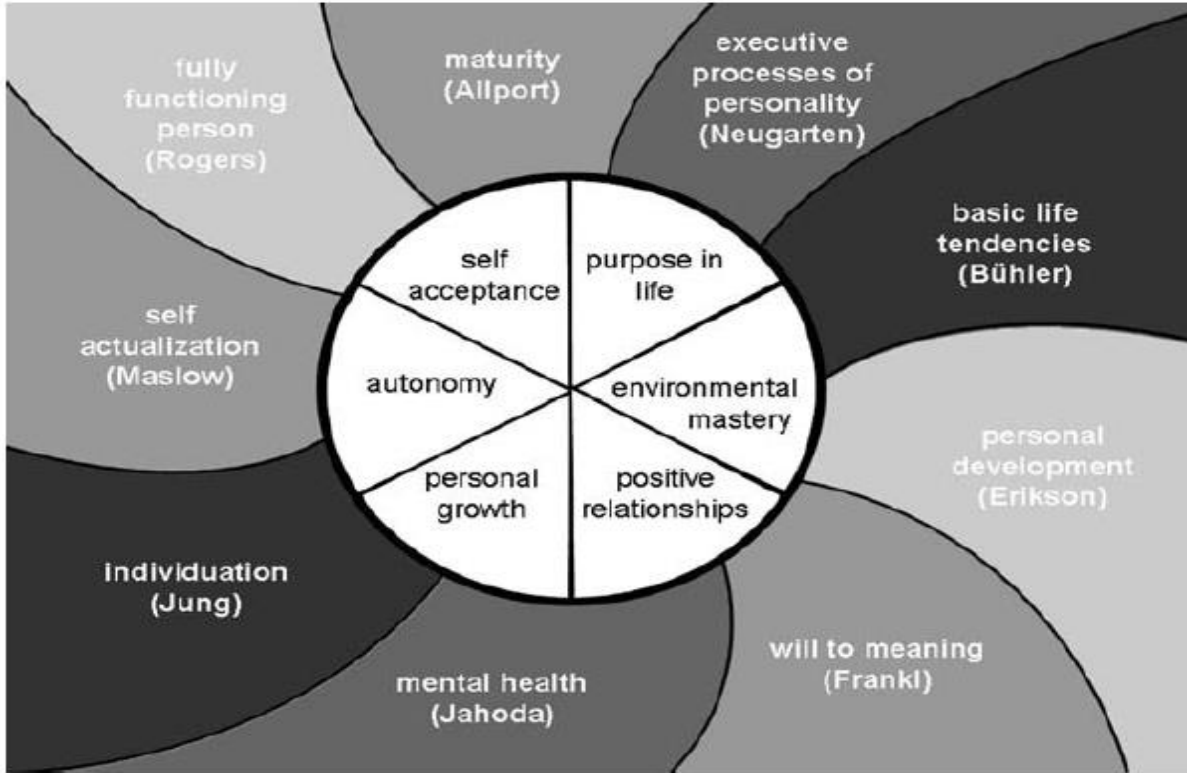
3-2-7-2- التمكن البيئي Environmental Mastery: وتعني مدى قدرة الفرد على التحكم في الظروف البيئية المحيطة به والأحداث، والقدرة على التعامل معها ومواجهتها بطريقة إيجابية تجنبه من الضغوط النفسية والتعلم منها لاكتساب المناعة والمرونة النفسية.

3-2-7-3- التطور الشخصي Personal Growth: وتعني عمل الفرد على تطوير نفسه واكتساب خبرات جديدة في مختلف المجالات، بالإضافة إلى معرفته الكاملة بقدراته النفسية والمعرفية والاجتماعية وتنميتها من أجل تحقيق ذاته في شتى الجوانب.

3-2-7-4- العلاقات الإيجابية مع الآخرين Positive Relations with Others: ويعني هذا المؤشر تكوين علاقات اجتماعية واسعة مبنية على الثقة والاحترام وتبادل المشاعر الإيجابية التي تساعد على تقوية العلاقة، بحيث تعتبر هذه العلاقات الناجحة أحد الأركان الأساسية لصحة الفرد النفسية.

3-2-7-5- الحياة الهادفة Purpose in Life: وهي أن يخطط الفرد لمستقبله وحياته الاجتماعية والعاطفية والمهنية، من خلال وضع وتحديد هدف يسعى إلى تحقيقه من خلال استخدام مهاراته وقدراته المختلفة لتكون حياته ذات معنى يرتق ويتطور فيها باستمرار.

3-2-7-6- تقبل الذات Self-Acceptance: وتعني رضا الفرد عن نفسه بكل ما تحمله من جوانب إيجابية يسعى لتطويرها وتنميتها، وجوانب سلبية يعمل على التقليل منها وإصلاحها، للوصول إلى مرحلة النضج.



الشكل (04) الأبعاد الأساسية للسعادة النفسية وأسسها النظرية (Ryff & Singer, 2008, p20)

تستخلص الطالبة أنه اتفق كل الباحثين على أن السعادة النفسية هي شعور داخلي يتسم بالطمأنينة والبهجة والتفاؤل والتفكير بإيجابية في الحياة، وجاءت عدة نظريات فسرتها كل واحدة بطريقتها فنجد أن نظرية الغاية ركزت على أن السعادة تتحقق عند الوصول إلى الهدف المخطط له، أما نظرية اللذة والألم فتري أن الإنسان يحرص على بقاءه في المتعة وابتعاده عن المعاناة والضرر، ويعد السلوك الإنساني مرتبط بمبدأ اللذة والألم، في حين أن نظرية النشاط تشير إلى أن السعادة تأتي عند قيام الفرد بعمله وانشغاله فيه أي عندما يكون في حالة نشاط وحيوية، أما النظرية الارتباطية فأعطت مجموعة من العوامل المرتبطة بالسعادة (عوامل اجتماعية، ثقافية، اقتصادية)، بالإضافة إلى نظرية النموذج الثلاثي لدينر Diener فركزت على ثلاثة عناصر مهمة تعتبر كمكونات للسعادة النفسية وهي الخبرات العاطفية الايجابية والسلبية والرضا عن الحياة، أي أن السعادة تتحقق عندما يتم التكافؤ بين كلا الخبرتين وتقبلهما أما نموذج بار أونز Bar-Ons فقد أعطى بعض الأساليب التي يستعملها الفرد في حياته اليومية للحصول على السعادة. وتري الطالبة أن كل نظرية أعطت تفسيراً مختلفاً للسعادة وكيفية الحصول عليها وهذا يعتبر كتكامل بين النظريات. وقدمت رايف Ryff ستة أبعاد أساسية للسعادة النفسية شملت كل الجوانب في حياة الانسان وكلها تسعى إلى هدف واحد وهو تطوير شخصية الفرد من الناحية الذاتية والنفسية والاجتماعية.

3-3- سمات الشخصية السعيدة: ذكر (أبو عمشة، 2013؛ العنزي والجاسر، 2019؛ معوض، 2022) ثمانية سمات يتميز بها الشخص السعيد، وهي كالتالي:

3-3-1- الثقة بالنفس: إن الشخص السعيد والمرح غالبا ما نجد لديه ثقة عالية في ذاته، بحيث يؤمن بإمكانياته وقدراته العقلية والمعرفية والنفسية، وهو فرد راض عن حياته وظروفه العامة، بحيث توصلت دراسة الحراسيس والثوابته (2022) إلى أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الثقة بالنفس والسعادة النفسية.

3-3-2- التفكير بواقعية: في الغالب ما نجد أن الأشخاص الذين يفكرون بواقعية ومنطق ويعطون أهمية للظروف المحيطة بهم، هم أشخاص سعداء ومرتاحين نفسيا.

3-3-3- ممارسة الرياضة: إن الأشخاص الذين يمارسون الرياضة بمختلف أنواعها في أوقات الراحة والفراغ دائما ما يشعرون بسلامة صحتهم الجسدية والنفسية، ويتحسن مزاجهم العام، كما تساعد الرياضة على طرد الطاقة السلبية وجلب الطاقة الإيجابية المفيدة لجسم الإنسان.

3-3-4- قوة المعتقدات الدينية: الإنسان الذي يملك إيمانا قويا وله قناعة تامة بكل معتقداته الدينية ويمارس كل واجباته الدينية بانتظام، يساعده هذا الالتزام الديني في الحفاظ على صحته النفسية، وقد توصلت دراسة مليباري والمفرجي (2021) إلى أن للالتزام الديني تأثير كبير على السعادة النفسية ويساهم في التنبؤ بها، وتوصلت دراسة عبد الخالق وآخرون (2020) أن الأشخاص السعداء هم أكثر تدينا والالتزاما من غيرهم.

3-3-5- استغلال الصداقة: إن الشخص السعيد دائما ما يبحث على الانتماء إلى جماعات نشيطة وذات تأثير إيجابي من أجل العمل أو الدراسة، لكي تتوسع دائرة علاقاته ويرتفع مستوى أدائه الذي يساعده على التطور والتقدم باستمرار.

3-3-6- الإيجابية والتطور وحب التعلم: إن السعي وراء الإبداع وحب الاكتشاف والبحث للحصول على مهارات ومعارف جديدة يساعد الفرد على تقوية صحته النفسية والشعور بالسعادة.

3-3-7- حب القراءة: إن تفضيل أوقات الفراغ في قراءة ومطالعة الكتب واكتساب معارف جديدة تصنع فردا حكيما ومتقفا ومتزنا داخليا.

3-3-8- الابتسامة وحب المرح: إن أكثر ما يميز الأشخاص السعداء هو الابتسامة الدائمة على وجوههم، وحبهم لأجواء البهجة والفرح لأن ذلك يساعد على نشر الطاقة الإيجابية في محيطهم.

3-4- السعادة النفسية في الإسلام:

في الإسلام تعتبر السعادة شعور يكمن في القلب يتميز براحة البال والهدوء والشعور بالرفاهية فهو ناتج عن سلوك سليم داخليًا وخارجيًا، وهو مستوحى من الإيمان القوي ويشهد على ذلك القرآن والسنة (Achour et al., 2017)، كما أشار المطلق (2009) أن السعادة تتحقق وتتواجد لدى الإنسان المؤمن من خلال اتباعه وامتثاله لأوامر الله سبحانه وتعالى، لقوله تعالى: **مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثِيَ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ** (القرآن الكريم، سورة النحل، الآية: 97). ومن بين العوامل التي يمكن أن تحقق سعادة الإنسان هي الإيمان بأركان الإيمان وتأدية أركان الإسلام، وعمل الخير الإنفاق في سبيل الله ودفن الصدقات، أي فعل كل ما يقرب من الله ونيل رضاه (Alavi, 2007).

إذا شعر شخص ما بنفسه في علاقة مع الله فإنه يشعر أيضًا بالسعادة، ويعتبر الالتزام الديني كمنبئ بالسعادة، لذلك من الضروري أخذه في الاعتبار في برامج الصحة العقلية والسعادة العامة (Sahraian et al., 2013).

وأشار مرسي (2000) إلى أن السعادة تأتي بالإسلام ويمكن الوصول إليها في الدنيا والآخرة عن طريق الالتزام بالأحكام المفروضة في القرآن والسنة النبوية لينال الفرد السعادة والاطمئنان في الحياة الدنيا التي تعتبر كسبيل للحياة الآخرة.

ومن الآيات القرآنية التي تشير إلى السعادة النفسية والبعض من معانيها كالفرح والبشرى نجد: قال الله تعالى: **وَلَيْنَ أَذَقْنَاهُ نَعْمَاءَ بَعْدَ ضَرَاءٍ مَّسْتَةٍ لِّيَقُولَنَّ ذَهَبَ السَّيِّئَاتُ عَنِّي إِنَّهُ لَفَرِحٌ فَخُورٌ** (القرآن الكريم، سورة هود، الآية: 10).

قال الله تعالى: **هَيَّوْمَ يَأْتِ لَا تَكَلِّمُ نَفْسٌ إِلَّا بِذَنبِهِ فَمِنْهُمْ شَقِيٌّ وَسَعِيدٌ** (القرآن الكريم، سورة هود، الآية: 105).

قال الله تعالى: **وَأَمَّا الَّذِينَ سَعَدُوا فَفِي الْجَنَّةِ خَالِدِينَ فِيهَا مَا دَامَتِ السَّمٰوٰتُ وَالْأَرْضُ إِلَّا مَا شَاءَ رَبُّكَ عَطَاءٌ غَيْرَ مَجْدُوذٍ** (القرآن الكريم، سورة هود، الآية: 105).

قال الله تعالى: ﴿إِنْ نَمَسَّكُمْ حَسَنَةٌ تَسُؤْهُمْ وَإِنْ تُصِبْكُمْ سَيِّئَةٌ يَفْرَحُوا بِهَا وَإِنْ تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا لَا يَضُرُّكُمْ كَيْدُهُمْ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ بِمَا يَعْمَلُونَ مُحِيطٌ﴾ (القرآن الكريم، سورة آل عمران، الآية: 120).

قال الله تعالى: ﴿قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ﴾ (القرآن الكريم، سورة يونس، الآية: 58).

قال الله تعالى: ﴿اللَّهُ الْأَمْرُ مِنْ قَبْلُ وَمِنْ بَعْدٍ وَيَوْمَئِذٍ يَفْرَحُ الْمُؤْمِنُونَ ﴿٣﴾﴾ (القرآن الكريم، سورة الروم، الآية: 3-4).

قال الله تعالى: ﴿فَإِنْ أَعْرَضُوا فَمَا أَرْسَلْنَاكَ عَلَيْهِمْ حَفِيظًا إِنْ عَلَيْكَ إِلَّا الْبَلَاغُ وَإِنَّا إِذَا أَدَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنَّا رَحْمَةً فَرَحْنَا بِهَا وَإِنْ نَصَبْنَاهُمْ سِنِينَ بِمَا قَدَّمْت أَيْدِيَهُمْ فَإِنَّ الْإِنْسَانَ كَفُورٌ﴾ (القرآن الكريم، سورة الشورى، الآية: 45).

قال الله تعالى: ﴿وَقَالُوا الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَذْهَبَ عَنَّا الْحَزْنَ إِنَّ رَبَّنَا لَغَفُورٌ شَكُورٌ﴾ (القرآن الكريم، سورة الشورى، الآية: 45).

قال الله تعالى: ﴿تُرْجَى مِنْ تَشَاءُ مِنْهُنَّ وَتُتَوَى إِلَيْكَ مَنْ تَشَاءُ وَمَنْ أَبْتَغَيْتَ مِمَّنْ عَزَلْتَ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكَ ذَلِكَ أَدْنَىٰ أَنْ تَقْرَءَ عَيْنُهُنَّ وَلَا يَحْزَنَ وَيَرْضَيْنَ بِمَا آتَيْنَهُنَّ كُلُّهُنَّ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا فِي قُلُوبِكُمْ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَلِيمًا﴾ (القرآن الكريم، سورة الأحزاب، الآية: 51).

رابعاً: الدراسات السابقة:

4-1- الدراسات السابقة التي تناولت الحاجات النفسية:

4-1-1- الدراسات العربية:

- دراسة القطناني (2011): هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الحاجات النفسية ومفهوم الذات وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة الأزهر - بغزة في ضوء نظرية محددات الذات، على عينة مكونة من (530) طالبا وطالبة، واعتمد الباحث على المنهج الوصفي، لتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس الحاجات النفسية من إعداد (Deci & Ryan, 2000) تعريب وتقنين محمد عليان (2005)، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية، وبعد استخدام اختبار "ت"، تحليل التباين الأحادي والثنائي واختبار شيفيه، أظهرت الدراسة عدة نتائج منها: أن الحاجة للانتماء جاءت في أعلى مراتب الحاجات النفسية يليها الحاجة للكفاءة، وأخيرا تأتي الحاجة للاستقلالية.

- دراسة أبو دواية (2012): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الاتجاه نحو التطرف لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة وعلاقته بالحاجات النفسية، لدى عينة مكونة من (617) طالبا وطالبة تم توزيعه

نسبياً من الكليات العلمية والأدبية، وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس الحاجات النفسية من إعداد الباحث بعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات، توصلت الدراسة إلى ارتفاع متوسط الحاجات النفسية نسبياً حيث كان ترتيب الحاجات كالتالي: الحاجة إلى الإنجاز وتحقيق الذات، والحاجة إلى تحقيق مكانة اجتماعية والحاجة إلى المعرفة والثقافة، والحاجات الاقتصادية، والحاجة إلى التفاعل مع الآخرين.

- دراسة البادري (2017): هدفت الدراسة إلى الكشف على مستوى الحاجات النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية والميول المهنية ومستويات قلق المستقبل الأكثر انتشاراً لدى طلبة الثاني عشر بمحافظة الظاهرة بسلطنة عمان، على عينة مكونة من (68) طالبا وطالبة من طلاب الصف الثاني عشر بالاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف البحث تم تطبيق مقياس الحاجات النفسية من إعداد ديسي وريان (Deci & Ryan, 2000) تعريب وتقنين محمد عليان (2005)، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات توصلت الدراسة إلى ما يلي: انتشار الحاجة للانتماء تليها حاجة الاستقلالية ثم الحاجة للكفاءة.

- دراسة علة والود (2018): هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الاتجاه نحو التطرف والحاجات النفسية لدى الشباب بمدينة الجلفة والأغواط في ضوء متغير (الجنس والمستوى التعليمي جامعي أو تربوي)، على عينة مكونة من (200) شاب موزعين كالتالي: (102) شاب و(98) شابة، وقد اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي، واستخدما مقياس الحاجات النفسية من إعداد أبو دواية (2012) وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى أن مستوى الحاجات النفسية لدى الشباب جاء متوسطاً.

- دراسة المجايدة (2019): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة وعلاقته بالحاجات النفسية، في ضوء المتغيرات التالية: الجنس المستوى الدراسي، الكلية والجامعة، لدى عينة مكونة من (1187) طالبا وطالبة من مختلف الكليات بالجامعات التالية: الأزهر، الإسلامية، الأقصى. وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي التحليلي ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس الحاجات النفسية من إعداد: إيمان السيد (2008) جامعة المنصورة وتقنيه على البيئة الفلسطينية بعد التأكد من خصائصه السيكومترية، وقد توصلت الدراسة إلى أن مستوى الحاجات النفسية جاء متوسطاً بنسبة (71.9%).

- دراسة بكر (2021): هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى إشباع الحاجات النفسية والتحكم الذاتي لدى طلبة الجامعة، على عينة مكونة من (128) طالبا وطالبة من جامعة صلاح الدين بأربيل، بالاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف البحث تم تطبيق مقياس الحاجات النفسية من إعداد ديسي وريان (Deci & Ryan, 2000)، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى إشباع الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة جاء منخفضا.

- دراسة سعداوي وآخرون (2021): هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى إشباع الحاجات النفسية ودرجة انتشار التطرف لدى طلبة الجامعة، على عينة مكونة من (600) طالبا وطالبة من جامعة الفيوم بالاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف البحث تم تطبيق مقياس الحاجات النفسية ل: أبو دابة (2012) بعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى إشباع الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة جاء منخفضا.

- دراسة قاجة وقاجة (2021): هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى إشباع الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة في ظل جائحة كورونا على عينة مكونة من 150 طالبا وطالبة من جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف بالجزائر، اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي وتطبيق مقياس الحاجات النفسية من إعداد ديسي وريان (Deci & Ryan, 1999) تعريب وتقنين محمد عليان (2005)، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: مستوى إشباع الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة جاء مرتفعا سواء كان ذلك على مستوى الأبعاد أو الدرجة الكلية، وكان ترتيبها تنازليا كالآتي (بعد الانتماء، بعد الاستقلالية، بعد الكفاءة).

- دراسة عمارة وآخرون (2022): هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى تلبية الاحتياجات النفسية الأساسية وتأثيرها على الصحة العقلية للطلاب الجامعيين في جامعات مختارة من دول مجلس التعاون الخليجي على عينة مكونة من (608) طلبة جامعيين من ثلاث دول من دول مجلس التعاون الخليجي (عمان وقطر والمملكة العربية السعودية، بالاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف البحث تم تطبيق النسخة العربية من مقياس الرضا-الإحباط للحاجات النفسية الأساسية من إعداد (Chen et al , 2015) وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى الرضا عن إشباع الحاجات النفسية الأساسية لدى طلبة الجامعة في الدول الثلاثة جاء مرتفعا، وخلصت الدراسة

إلى أن تلبية الاحتياجات النفسية الأساسية ترتبط بشكل إيجابي بالصحة العقلية، بينما ترتبط الاحتياجات بالإحباط بأعراض الاكتئاب.

- دراسة هبازة وبوصلب (2022): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الحاجات النفسية لدى الطالب الجامعي بقسم العلوم الاجتماعية جامعة أم البواقي، على عينة مكونة من (150) طالبا وطالبة واعتمد الباحثان على المنهج الوصفي التحليلي، واستخدما مقياس الحاجات النفسية من إعداد ديسي وريان (Deci & Ryan, 1999) من تعريب الباحثان، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى أن مستوى الحاجات النفسية (الاستقلالية، الكفاءة، الانتماء) لدى طلبة قسم العلوم الاجتماعية جامعة أم البواقي جاء متوسطا.

- دراسة بناي وهوادف (2023): هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الحاجات النفسية ومستوى الطموح العلاقة بينهما لدى طلبة الإرشاد والتوجيه، على عينة مكونة من (120) طالب وطالبة من جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة، بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، وتم استخدام مقياس الحاجات النفسية ل: أبو دوابة (2012) بعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى أن مستوى الحاجات النفسية لدى طلبة الإرشاد والتوجيه جاءت بدرجة مرتفعة.

4-1-2- الدراسات الأجنبية:

- دراسة الردان (2018) ALrdaan: هدفت الدراسة التعرف على مستوى تلبية الاحتياجات النفسية ومواقف الطلاب تجاه التطرف في كلية التربية بجامعة الكويت، على عينة مكونة من (897) طالبا وطالبة بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، ولتحقيق أهداف البحث تم تطبيق مقياس الحاجات النفسية الأساسية من إعداد الباحث، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى إشباع الحاجات النفسية الأساسية لدى طلاب جامعة الكويت جاء متوسطا.

- دراسة ديموك وآخرون (2022) Dimmock et al.: هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التفاعلات الاجتماعية والحاجات النفسية الأساسية والرفاهية أثناء جائحة COVID-19، على عينة مكونة من (127) طالبا وطالبة من كوينزلاند بأستراليا بالاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف البحث تم تطبيق مقياس الحاجات النفسية الأساسية ل: Chen et al. (2015)، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى إشباع الحاجات النفسية الأساسية

لدى طلبة الجامعة جاء مرتفعاً، وتوجد علاقة ارتباطية موجبة بين تلبية إشباع الحاجات النفسية الأساسية والرفاهية النفسية.

- دراسة دوران وآيدن (Duran and Aydin (2022): هدفت الدراسة التعرف على العلاقة بين الاحتياجات النفسية الأساسية والتحصّل الأكاديمي لطلاب الجامعة المهنية لخدمات الرعاية الصحية، على عينة مكونة من (139) طالبا وطالبة، بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، ولتحقيق أهداف البحث تم تطبيق مقياس الاحتياجات النفسية الأساسية لـ: ديسي وريان (Deci & Ryan, 2000) وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى إشباع الاحتياجات النفسية الأساسية على مستوى أعلى لدى الطلبة.

- دراسة واي وآخرون (Wei et al. (2022): هدفت الدراسة إلى التعرف على دور دعم استقلالية الوالدين والرقابة النفسية الأبوية وسلوك لطلبة الجامعات الصينية، على عينة مكونة من (287) طالباً جامعياً صينياً (102 طالبة و185 طالباً)، بالاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس دعم استقلالية الوالدين والرقابة النفسية الأبوية باستخدام مقياس فرعية من مقياس أسلوب الأبوة العامة لـ: Soenens et al. (2006) كما تم اختبار الاحتياجات النفسية الأساسية باستخدام مقياس الرضا والإحباط للاحتياجات النفسية الأساسية لـ: Chen et al. (2015)، بعد التأكد من خصائصها السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن تلبية الاحتياجات النفسية الأساسية ترتبط ارتباطاً إيجابياً بدعم استقلالية الوالدين والتنظيم المستقل للتعلم، كما تم التوصل إلى أن الطلبة الذين يعيشون في بيئة عائلية داعمة للاستقلالية يميلون إلى تلبية الاحتياجات النفسية وكذلك سلوك التعلم المستقل.

4-2- الدراسات السابقة التي تناولت المساندة الاجتماعية:

4-2-1- الدراسات العربية:

- دراسة الجبلي (2006): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى المساندة الاجتماعية والضغط النفسية لدى طلبة كلية الطب والعلوم الصحية، والكشف عن العلاقة بين متغيري الدراسة بالإضافة إلى التعرف على دلالة الفروق في مستوى المساندة الاجتماعية والضغط النفسية في ضوء المتغيرات التالية: الجنس، المستوى الدراسي والتخصص، على عينة مكونة من (261) طالبا وطالبة من المستويين الدراسيين الأول والثالث منهم (136) ذكور و(125) إناث، بالاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق

أهداف البحث تم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية من إعداد النمراني (2001)، بعد التأكد من خصائصه السيكمترية، وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى المساندة الاجتماعية مرتفع لدى طلبة كلية الطب والعلوم الصحية.

- دراسة المنصوري والبدران (2010): هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى المساندة الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي لدى طلبة قسم الإرشاد النفسي، على عينة مكونة من (101) طالبا وطالبة من قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي بجامعة البصرة، بالاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية من إعداد السوسي وعبد المقصود (2001)، بعد التأكد من خصائصه السيكمترية، وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى المساندة الاجتماعية مرتفع لدى طلبة قسم الإرشاد النفسي.

- دراسة الصالحي (2014): هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى المساندة الاجتماعية والضغط النفسية وفقدان معنى الحياة لدى طلبة جامعة الأنبار، على عينة مكونة من (600) طالبا وطالبة من جامعة الأنبار، بالاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية من إعداد الباحثة، بعد التأكد من خصائصه السيكمترية، وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى المساندة الاجتماعية جاء بدرجة منخفضة لدى طلبة الجامعة.

- دراسة الكوامله (2016): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالطمأنينة النفسية والهوية الذاتية لدى طلبة جامعة مؤتة، بالاعتماد على المنهج الوصفي، على عينة مكونة من (300) طالب وطالبة من جامعة مؤتة في الكرك، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية من إعداد الباحث، بعد التأكد من خصائصه السيكمترية، وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى المساندة الاجتماعية لدى طالبات كلية التربية جاء بدرجة متوسطة.

- دراسة جرجيس وعبد الجليل (2017): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى المساندة الاجتماعية وجودة الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات، بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، على عينة مكونة من (200) طالبة من كلية التربية، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية من إعداد الباحثين، بعد التأكد من خصائصه السيكمترية، وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى المساندة الاجتماعية لدى طالبات كلية التربية جاء بدرجة مرتفعة.

- دراسة القاضي (2020): هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين المساندة الاجتماعية والإدمان على الأنترنت لدى طلبة الجامعة، بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي والسببي المقارن، على عينة مكونة من (200) طالبا من طلبة كلية التربية من الجنسين، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية من إعداد الديداموني (2009)، ومقياس إدمان الأنترنت من إعداد الباحث بعد التأكد من خصائصهما السيكومترية، وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلبة كلية التربية جامعة تعز جاء بدرجة منخفضة.

- دراسة حمدونة والمصري (2021): هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتفكير في الانتحار لدى طلبة الجامعات في محافظة غزة، بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، على عينة مكونة من (378) طالبا وطالبة من جامعة الأزهر وجامعة الأقصى بغزة وجامعة القدس المفتوحة ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية الذي أعده المصري (2019)، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية، وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى المساندة الاجتماعية (72%) لدى طلبة الجامعة في محافظة غزة أي أنه مستوى مرتفع.

- دراسة شيري (2021): هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الافصاح عن الذات عبر مواقع التواصل الاجتماعي والمساندة الاجتماعية والقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، على عينة مكونة من (1443) طالبا وطالبة بكلية التربية من جامعة الزقازيق، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية من إعداد الباحثة، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية، وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى المساندة الاجتماعية وأبعادها المختلفة (المساندة من قبل الأسرة، المساندة من قبل الأصدقاء، المساندة من قبل المعلمين) جاء مرتفع.

- دراسة قوادري بوجلطية وقاجة (2022): هدفت الدراسة الكشف عن مستوى المساندة الاجتماعية المدركة لعينة مكونة من (120) طالب وطالبة من جامعة حسيبة بن بوعلي بالشلف، بالاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق استبيان المساندة الاجتماعية للمصري (2019) بعد التأكد من خصائصه السيكومترية، والمعالجة الإحصائية للبيانات توصلت الدراسة إلى أن مستوى المساندة الاجتماعية المدركة لدى طلبة الجامعة جاء بدرجة مرتفعة سواء كان ذلك في الدرجة الكلية أو على مستوى الأبعاد.

- دراسة خلف (2023): هدفت الدراسة الكشف عن مستوى المساندة الاجتماعية والضغط النفسية والعلاقة بينهما لدى طلبة الجامعة، على عينة مكونة من (120) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية في جامعة تكريت، بالاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية من إعداد سوزان ديون وآخرون (Dunn, S et al., (1987)، بعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات توصلت الدراسة إلى أن مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلاب كلية التربية في جامعة تكريت جاء بدرجة منخفضة.

- دراسة نجم وكريم (2023): هدفت الدراسة الكشف عن مستوى المساندة الاجتماعية والضغط المدرك والعلاقة بينهما لدى طلبة الجامعة، على عينة مكونة من (227) طالب وطالبة من مرحلة الدراسات العليا في كليات جامعة واسط، بالاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية من إعداد الباحثان، بعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات توصلت الدراسة إلى أن مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلبة الدراسات العليا من جامعة واسط جاء بدرجة مرتفعة.

4-2-2- الدراسات الأجنبية:

- دراسة حسن وآخرون (Hassan et al. (2015): هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين إدارة النزاعات والمساندة الاجتماعية بين طلاب الجامعات، على عينة مكونة من (100) طالب وطالبة تتراوح أعمارهم بين 18 و30 سنة من أربع جامعات في المنطقة الفيدرالية وهي جامعة Quaid-E-Azam وجامعة Bahria وجامعة Air University وNust In Pakista، بالاعتماد على المنهج الوصفي، وتم استخدام مقياس توفير العلاقات الاجتماعية (PSR) لمعرفة المساندة الاجتماعية من إعداد Frankel, Turner and Levin (1983)، وترجمه أيوب (Ayub, (2004) بعد التأكد من خصائصه السيكومترية، ومن خلال المعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن المساندة الاجتماعية لا ترتبط ارتباطاً كبيراً بأساليب إدارة النزاعات، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المساندة الاجتماعية تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث.

- دراسة بنت حمزه ومرحمة (Binti Hamzah and Marhamah (2017): هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط الأكاديمي بين طلاب السنة الأولى في جامعة Syiah Kuala UNSYIAH بالاعتماد على المنهج الوصفي، على عينة مكونة من (364) طالبا وطالبة

تتراوح أعمارهم بين (16- 21 عاما)، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس متعدد الأبعاد للمساندة الاجتماعية المتصور (MSPSS) من إعداد (Zimet et al., 1988)، وجرى إجهاد حياة الطلبة (SLSI) الذي أعده (Gadzella 1991)، وبعد التأكد من خصائصهما السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى المساندة الاجتماعية متوسط لدى طلاب السنة الأولى في جامعة syiah kuala unsyiah.

- دراسة الرديده والأوراني (Alradaydeh and Alorani 2017): هدفت الدراسة عن العلاقة بين العدوان والمساندة الاجتماعية المتصورة بين طلاب الجامعات في الأردن، على عينة مكونة من (919)، ولتحقيق أهداف البحث تم الاعتماد على المنهج الوصفي، واستخدام مقياس الدعم الاجتماعي المتصور (PSSS) بعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: إدراك متوسط للمساندة الاجتماعية المتصورة، كما أشارت النتائج إلى تعزيز المساندة الاجتماعية بين طلاب الجامعات من خلال إشراكهم في مجموعات دعم الأقران أو الأنشطة اللامنهجية.

- دراسة كونان وآخرون (Konan et al. 2018): هدفت الدراسة إلى تحديد العلاقة بين تصورات المساندة الاجتماعية لطلاب الجامعات وإدمان الهواتف الذكية، على عينة مكونة من (496) طالب وطالبة في تركيا، بالاعتماد على المنهج الوصفي، وتم استخدام مقياس متعدد الأبعاد للمساندة الاجتماعية المتصورة (MSPSS) ل: (Zimet et al., 1988) بعد التأكد من خصائصه السيكومترية، وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن درجات طلاب الجامعات في تصورات المساندة الاجتماعية كانت قريبة من المستوى المرتفع.

- دراسة خان وعريف (Khan and Arif 2019): هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن دور المساندة الاجتماعية كمؤشر للصحة العقلية بين طلاب الجامعات على عينة مكونة من (150) طالبا وطالبة تتراوح أعمارهم بين 18 و30 سنة من جامعتين مختلفتين في إسلام آباد وروالبندي، بالاعتماد على المنهج الوصفي، وتم استخدام مقياس توفير العلاقات الاجتماعية (PSR) لمعرفة المساندة الاجتماعية من إعداد: (Frankel et al., 1983)، وترجمه أيوب (Ayub 2004) بعد التأكد من خصائصه السيكومترية ومن خلال المعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن دعم الأسرة ودعم الأقران مرتبطان ارتباطاً إيجابياً بالسعادة النفسية وترتبط سلباً بالضيق النفسي، كما أن المساندة الاجتماعية تنتبأ بشكل إيجابي بالصحة العقلية بين طلاب الجامعات.

- دراسة أبو حمده وآخرون (Abuhamdah et al. (2021): هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى انتشار الضائقة العقلية والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعات في الأردن: دراسة مقطعية، بالاعتماد على المنهج الوصفي على عينة تكونت من (1063) طالبا جامعيًا من الذكور والإناث من الأردن، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية (SSQ) الذي ينقسم إلى ثلاثة أبعاد " الأسرة، الأصدقاء، أشخاص آخرين"، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى المساندة الاجتماعية جاء بدرجة متوسطة لدى طلاب جامعة الأردن.

- دراسة هو (Ho (2022): تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى المساندة الاجتماعية والفروق بين الجنسين في لطلاب الجامعات الفيتنامية، على عينة مكونة من (859) طالبا وطالبة من الفيتنام (351) من الذكور و(508) من الإناث، بما في ذلك (272) طالبًا في السنة الثانية، و(311) طالبًا في السنة الثالثة و(276) طالبًا في السنة الرابعة، ولتحقيق أهداف البحث تم الاعتماد على المنهج الوصفي، وتم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية المصور النسخة الفيتنامية الذي طوره دين ونجويان (2010) Dinh and Nguyễn بعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات، كشفت نتائج الدراسة أن: طلاب الجامعات الفيتنامية يتمتعون بمستوى عالٍ من المساندة الاجتماعية.

- دراسة ماكلين وآخرون (McLean et al. (2022): هدفت الدراسة الكشف عن مستوى المساندة الاجتماعية المتصورة والتوتر لدى طلبة الجامعة، على عينة مكونة من (315) طالب وطالبة من السنة الأولى في إيرلندا ولتحقيق أهداف البحث تم الاعتماد على المنهج الوصفي، وتم استخدام مقياس متعدد الأبعاد للمساندة الاجتماعية المتصورة MSPSS ل: (Zimet et al., 1988)، وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى أن مستوى المساندة الاجتماعية المتصورة جاء بدرجة متوسطة لدى طلبة الجامعة بإيرلندا.

4-3- الدراسات السابقة التي تناولت السعادة النفسية:

4-3-1- الدراسات العربية:

- دراسة أبو ذويب (2010): هدفت الدراسة إلى الكشف عن السعادة وعلاقتها بالذكاء المعرفي والانفعالي لدى طلبة جامعة اليرموك، بالاعتماد على المنهج الوصفي، على عينة مكونة من (1078) طالبا وطالبة من جامعة اليرموك، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس أكسفورد للسعادة من إعداد

أرجايل ومارتن ولو (1995)، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى السعادة لدى طلبة الجامعة جاء بدرجة مرتفعة.

- دراسة أبو عمشة (2013): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني والسعادة لدى طلبة الجامعة بغزة، بالإضافة الكشف عن طبيعة العلاقة الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني والسعادة، بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، على عينة مكونة من (603) طالبا جامعيًا منهم (290) من جامعة الأزهر و(313) من الجامعة الإسلامية، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام قائمة أكسفورد للسعادة من إعداد أرجايل ومارتن ولو (1995) وتعريب عبد الخالق (2001) وبعد التأكد من خصائصهم السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى السعادة لدى الجامعة بمحافظة غزة متوسط بوزن نسبي قيمته (68.8%).

- دراسة سماوي (2013): هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين السعادة والذكاء الانفعالي والتدين لدى طلبة جامعة العلوم الإسلامية العالمية بالأردن، على عينة مكونة من (650) طالبا وطالبة بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، ومن المقاييس التي تم استخدامها لتحقيق أهداف البحث: قائمة أكسفورد للسعادة النفسية من إعداد أرجايل وهيلز (2002) Argyle and Hills بعد التأكد من خصائصها السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن طلبة جامعة العلوم الإسلامية العالمية لديهم مستوى متوسط من السعادة النفسية.

- دراسة الكساسبة (2015): هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني وكل من السعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة مؤتة، على عينة مكونة من (854) طالب وطالبة، بالاعتماد على المنهج الوصفي، ومن المقاييس التي تم استخدامها لتحقيق أهداف البحث: مقياس السعادة النفسية (2002) Argyle and Hills بعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى أن طلبة جامعة مؤتة لديهم مستوى متوسط من السعادة النفسية.

- دراسة حمادات والقضاة (2016): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى السعادة لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في ضوء بعض المتغيرات في المملكة الأردنية الهاشمية، بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، على عينة مكونة من (193) طالبا وطالبة منهم (105) طالبا وطالبة من مرحلة البكالوريوس و(88) طالبة من مرحلة الدبلوم، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس السعادة من إعداد الباحثان

وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى السعادة لدى طلبة كليتي إربد وعلجون جاء بدرجة متوسطة.

- **دراسة الشاوي والسلمي (2017):** هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى جودة الحياة والسعادة النفسية لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات، بالاعتماد على المنهج الوصفي المسحي على عينة مكونة من (100) طالبة من جامعة بغداد، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس السعادة النفسية من إعداد أبو هاشم (2010)، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى السعادة النفسية لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات جاء بدرجة مرتفعة.

- **دراسة قدومي (2018):** هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التفاؤل وجودة الحياة والسعادة لدى طلبة العلوم الشرطية والعسكرية والأمنية في جامعة الاستقلال بفلسطين، إضافة إلى تحديد العلاقة بين التفاؤل وجودة الحياة والسعادة وتطوير مؤشر لقياس متغيرات الدراسة بصورة مجتمعة، بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، على عينة مكونة من (200) طالب وطالبة، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام قائمة أكسفورد للسعادة من إعداد أرجايل ومارتن ولو (1995) وتعريب عبد الخالق (2001) وبعد التأكد من خصائصها السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى السعادة لدى طلبة العلوم الشرطية والعسكرية والأمنية في جامعة الاستقلال بفلسطين جاء مرتفعاً.

- **دراسة أبوراس (2019):** هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الأفكار اللاعقلانية والسعادة النفسية والعلاقة بينهما لدى عينة من طلبة الجامعة، بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، على عينة مكونة من (320) طالب وطالبة، منهم (97) من الذكور و(223) من الإناث من طلبة منطقة دورا التعليمية في جامعة القدس المفتوحة، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس السعادة النفسية لكارول رايف Carol Ryff سنة 1989، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى السعادة لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة بفلسطين جاء منخفضاً.

- **دراسة الدبابي وآخرون (2019):** هدفت الدراسة إلى الكشف عن التفاؤل وعلاقته بالكفاءة الذاتية والسعادة لدى طلبة جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية، لدى عينة مكونة من (358) طالبا وطالبة بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، ومن المقاييس التي تم استخدامها لتحقيق أهداف البحث: قائمة أكسفورد للسعادة لـ: Argyle and Hills (2002) بعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة

الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن طلبة جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية لديهم مستوى متوسط من السعادة.

- دراسة العنزي والجاسر (2019): هدفت الدراسة إلى تحديد مستوى السعادة النفسية لدى طلاب جامعة الكويت في جميع مراحلهم الدراسية، والكشف عن طبيعة العلاقة بين السعادة النفسية وكل من المرونة المعرفية وتقدير الذات، لدى عينة مكونة من (380) طالبا وطالبة، بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس السعادة النفسية من إعداد آبوت وآخرون (2006) وترجمه الجمال (2013) وتم تعديله من طرف الباحثان، بعد التأكد من خصائصه السيكمترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن السعادة النفسية لدى طلاب جامعة الكويت جاءت بمستوى متوسط.

- دراسة أبو حماد (2019): هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين جودة الحياة النفسية وكل من السعادة النفسية والقيمة الذاتية، والكشف عن الفروق بين الذكور والإناث في كل من جودة الحياة النفسية والسعادة النفسية والقيمة الذاتية لدى طلبة جامعة الأمير سطاتم بن عبد العزيز، على عينة تكونت من (270) طالباً وطالبة منهم (160) ذكورا و(110) إناثا، بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس السعادة النفسية الذي أعده (Rosemary, 2006)، وتمت ترجمته وتقنيته وفق البيئة العربية من طرف الجمال (2013)، وبعد التأكد من خصائصه السيكمترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى السعادة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة من كلا الجنسين جاء مرتفعاً.

- دراسة الجنابي (2020): هدفت الدراسة الى معرفة مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة بالاعتماد على المنهج الوصفي، على عينة مكونة من (200) طالب وطالبة من جامعة المستنصرية، وتم استخدام مقياس السعادة النفسية من إعداد (Springer & Ahauser, 2006) وتعريب أبو هاشم وتكييف الباحثة. وبعد التأكد من خصائصه السيكمترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى السعادة النفسية جاء بدرجة مرتفعة لدى طلاب الجامعة.

- دراسة الدهني (2020): هدفت الدراسة الى معرفة درجة التدين ودرجة السعادة لدى طلبة جامعة اليرموك، والكشف عن العلاقة بين التدين والسعادة، ومعرفة الفروق في التدين والسعادة والعلاقة بينهما تبعاً للجنس والمستوى الاقتصادي الاجتماعي، بالاعتماد على المنهج الوصفي، على عينة مكونة من

(744) طالب وطالبة من جامعة اليرموك في المملكة الأردنية الهاشمية، وتم استخدام مقياس السعادة من إعداد الباحثة. وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى السعادة النفسية جاء بدرجة مرتفعة لدى طلاب جامعة اليرموك.

- دراسة الزين (2020): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى السعادة النفسية والطموح ومعرفة طبيعة العلاقة بينهما لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم، بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، على عينة مكونة من (446) طالبا جامعيًا متوقع تخرجهم، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام قائمة أكسفورد للسعادة النفسية لـ: (Argyle and Hills (2002) المعربة والمعدلة من طرف أبو الذيب (2010)، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم جاء بدرجة متوسطة.

- دراسة الزهراني (2020): هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين السعادة النفسية والتوافق الدراسي لدى طالبات كلية العلوم والآداب بمحافظة قلوة، وبيان درجة السعادة النفسية لدى طالبات كلية العلوم والآداب بمحافظة قلوة، بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، على عينة مكونة من (702) طالبة، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس السعادة النفسية من إعداد روز ماري Rosemary (2006) وتعريب الجمال، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن المتوسط الحسابي الفعلي لمتغير السعادة النفسية لدى طالبات كلية العلوم والآداب بمحافظة قلوة بلغ (32.08) الأمر الذي يشير إلى ارتفاع درجة السعادة النفسية لدى طالبات كلية العلوم والآداب بمحافظة قلوة.

- دراسة الشهري (2020): هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى السعادة النفسية لدى طالبات جامعة الملك خالد، بالاعتماد على المنهج الوصفي، على عينة مكونة من (390) طالبة من كلية التربية بجامعة الملك خالد تتراوح أعمارهن بين 18-28، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس السعادة النفسية من إعداد الباحثة، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى السعادة النفسية جاء بدرجة مرتفعة لدى طالبات جامعة الملك خالد.

- دراسة الوائلي (2020): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى السعادة النفسية لدى الطلبة الجدد المقبولين في أقسام كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة البصرة، بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، على عينة مكونة من (150) طالبا وطالبة، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام قائمة السعادة

النفسية من إعداد أرجايل ولو (Argyle and Lu, 1995) وترجمة عبد الخالق، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى السعادة النفسية لدى طلبة جامعة البصرة جاء بدرجة مرتفعة.

- دراسة داودي (2022): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى السعادة النفسية لدى الطلبة الجامعيين بجامعة زيان عاشور بالجلفة، على عينة مكونة من (120) طالبا وطالبة، بالاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف البحث تم تطبيق مقياس السعادة النفسية من إعداد روزماري Resemary (2006) وتعريب الجمال، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى السعادة النفسية لدى طلبة جامعة الجلفة جاء بدرجة متوسطة.

- دراسة محمد وآخرون (2022): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى السعادة النفسية لدى طلبة جامعة مصراتة في ضوء بعض المتغيرات، بالاعتماد على المنهج الوصفي المقارن، على عينة مكونة من (375) طالبا وطالبة، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس السعادة النفسية من إعداد آبوت وآخرون (2006) Abbott et al., وترجمه الجمال (2013)، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى السعادة النفسية لدى طلبة جامعة مصراتة جاء بدرجة مرتفعة.

- دراسة العطيوي والقضاة (2023): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى المرونة النفسية والسعادة النفسية والكشف عن العلاقة بينهما لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية، بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، على عينة مكونة من (432) طالبا وطالبة، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس السعادة النفسية من إعداد الباحث، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى السعادة النفسية لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية جاء بدرجة مرتفعة.

4-3-2- الدراسات الأجنبية:

- دراسة وان مهد يونس وآخرون (Wan Mohd Yunus et al. 2021): هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة والحالة والاختلافات بين الأعراض العاطفية السلبية والسعادة والتوازن بين العمل والحياة بين طلبة الجامعة أثناء وباء كوفيد-19، على عينة مكونة من (1005) طالب جامعي في جميع أنحاء ماليزيا، بالاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام قائمة أكسفورد للسعادة النفسية ل:

Argyle and Hills (2002) وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى أن: نسبة 50% من طلبة الجامعات الماليزية يتمتعون بالسعادة.

- دراسة السوكا (2021) Alsukah: هدفت الدراسة إلى تحديد المساهمة المنفصلة والتفاعلية للامتنان واليقظة في التنبؤ بالسعادة النفسية، بالاعتماد على المنهج الوصفي، على عينة مكونة من (477) طالبة تتراوح أعمارهن بين 18 و25 عامًا، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام قائمة أكسفورد للسعادة ل: Argyle and Hills (2002)، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن الطلبة في جامعة نورة بنت عبد الرحمن لديهم مستوى متوسط إلى عالي من السعادة النفسية.

- دراسة هاتامي وشيكارشيزاده (2022) Hatami and Shekarchizadeh: هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الصحة الروحية والمرونة والسعادة بين مجموعة من طلاب طب الأسنان، دراسة مقطعية على عينة مكونة من (150) طالب أسنان إيراني من جامعة أزد الإسلامية في أصفهان، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام قائمة أصفهان فورديس للسعادة النسخة الفارسية، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: مستوى السعادة لدى طلبة طب الأسنان جاء متوسطًا، كما ارتبطت الصحة الروحية ارتباطًا مباشرًا بالسعادة.

- دراسة موسى وعلي (2022) Moussa and Ali: هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى السعادة لدى طلاب التعليم العالي وعلاقتها بنجاحهم الأكاديمي خلال فترة إغلاق COVID-19، على عينة مكونة من (191) طالبا وطالبة بالمعهد الخاص للتعليم العالي في دبي بالإمارات العربية المتحدة، بالاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام قائمة أكسفورد للسعادة ل: Argyle and Hills (2002) وبعد التأكد من خصائصها السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن طلاب التعليم العالي في الإمارات يتمتعون بمستويات عالية من السعادة والنجاح الأكاديمي، كما أظهرت النتائج أن مستويات سعادة الطلبة مرتبطة بنجاحهم الأكاديمي.

4-3- الدراسات السابقة التي جمعت بين الحاجات النفسية والسعادة النفسية:

4-3-1- الدراسات العربية:

- دراسة محمد (2019): هدفت الدراسة إلى الكشف عن الحاجات النفسية بوصفها متغيرات منبئة بالسعادة لدى طلاب الجامعة، على عينة مكونة من (400) طالب وطالبة من الجامعات التالية: حلوان عين شمس، بنها، الزقازيق، حيث اعتمد الباحث على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس الحاجات النفسية الأساسية من إعداد ديسي وريان (Deci & Ryan, 2000) تعريب وتقنين علاء سمير (2011)، ومقياس السعادة النفسية من إعداد سبرينجر وهاوزر (Springer & Hauser, 2006) وقام كل من أبو هاشم (2010) وخرنوب (2016) بترجمته والتحقق من خصائصه السيكومترية، وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: ارتباط زيادة درجات السعادة مع ازدياد درجات إشباع الحاجات النفسية الأساسية، وبالنسبة للأبعاد الفرعية لإشباع الحاجات النفسية الأساسية كانت الحاجة إلى الكفاءة الأعلى ارتباطاً بالسعادة، ثم الحاجة إلى الانتماء، ثم الحاجة إلى الاستقلالية بالإضافة إلى تنبؤ درجات إشباع الحاجات النفسية الأساسية بدرجات السعادة لدى أفراد العينة، حيث أظهرت النتائج أن إشباع الحاجة إلى الكفاءة هو الأقوى في التنبؤ بالسعادة، يليه إشباع الحاجة إلى الاستقلالية ثم إشباع الحاجة إلى الانتماء.

- دراسة كحله ونزال (2023): هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى إشباع الحاجات النفسية استناداً للنموذج الواقعي ومستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، على عينة مكونة من (209) طالبا وطالبة من جامعة النجاح الوطنية، بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، ولتحقيق أهداف البحث تم تطبيق مقياسي الحاجات النفسية وفق النموذج الواقعي من إعداد: سونج وجوسو، وقائمة أكسفورد للسعادة النفسية وبعد التأكد من خصائصهما السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن مستوى كل من إشباع الحاجات النفسية استناداً للنموذج الواقعي ومستوى السعادة النفسية جاء مرتفعين.

4-3-2- الدراسات الأجنبية:

- دراسة هويل وآخرون (Howell et al. (2011): تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن مساهمة الحاجات النفسية الأساسية (الانتماء، الاستقلالية، الكفاءة) بالتنبؤ بالسعادة لدى طلبة الجامعة، على عينة مكونة من (144) طالباً جامعياً في علم النفس من جامعة عامة في جنوب كاليفورنيا، بالاعتماد على

المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس الحاجات النفسية لـ Watson and Clark (1994) وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات، تم التوصل إلى أن: بعد الاستقلالية والانتماء يساهمان في التنبؤ بالسعادة، بينما بعد الكفاءة لا يساهم في التنبؤ بالسعادة لدى طلبة الجامعة.

- دراسة ساري (2012) Sari: تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الحاجات النفسية الأساسية (الاستقلالية، الكفاءة، الانتماء) والسعادة النفسية على النحو الموصوف في نظرية تقرير المصير، على عينة مكونة من (402) طالبًا جامعيًا من مدارس التربية البدنية والرياضة من 11 جامعة في تركيا بالاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس الاحتياجات النفسية الأساسية من إعداد (2003) Gagne و (2006) Kashdan et al. وترجمة (2003) Kesici et al.، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات، تم التوصل إلى أن: أشارت نتائج الدراسة إلى أن الحاجات النفسية الأساسية تفسر بشكل كبير (41%) من التباين الكلي في السعادة النفسية، وأظهرت النتائج أنه عند تلبية الاحتياجات النفسية الأساسية يساهم ذلك في التنبؤ بسعادة الأفراد، وهذا يدعم ما طرحه الباحثون في نظرية تقرير المصير (محددات الذات).

- دراسة سابماز وآخرون (2012) Sapmaz et al.: هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين السعادة والرضا عن الحاجة النفسية، والتحقق فيما إذا كانت الحاجة النفسية تتنبأ بشكل كبير بالسعادة من حيث نظرية تقرير المصير، بالاعتماد على نماذج الفحص العلائقي، على عينة تكونت من (192) طالبًا وطالبة من جامعة ساكاريًا بتركيا، تتراوح أعمارهم ما بين 17-45 عامًا منهم (54.7% إناث، 44.3% ذكور) ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس الرضا عن الحاجات الذي أعده ديسي وريان (1991) Deci & Ryan) وترجمه إلى اللغة التركية (2003) Bacanlı & Cihangir-Çankaya، ومقياس أكسفورد للسعادة لـ: (2002) Hills & Argyle) المترجم من طرف (2012) Dogan & Sapmaz، وبعد التأكد من خصائصهما السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن تلبية الحاجات النفسية تتنبأ بشكل كبير بالسعادة لدى طلاب الجامعة، بالإضافة إلى أن الحاجة إلى الكفاءة هي أفضل مؤشر على السعادة وتليها على التوالي الحاجة إلى الاستقلالية ثم الحاجة إلى الانتماء، حيث تشير إلى أنه كلما زادت الحاجات النفسية الأساسية المرضية للاستقلالية والكفاءة والانتماء لدى طلاب الجامعات ساهمت في مستويات السعادة.

- دراسة نونيز وليون (Nuñez and León (2013): هدفت الدراسة إلى تحديد الترتيب السببي بين الحاجات النفسية الأساسية والمؤشرات الثلاثة للسعادة النفسية (الرفاهية الذاتية، احترام الذات، والرضا عن الحياة) في دراسة طولية باستخدام تصميم الموجتين المتقاطع، على عينة مكونة من (272) طالبا جامعيًا، بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام النسخة الإسبانية المكيفة لمقياس الحاجات النفسية (León et al. 2011) الذي أعده (Gillet et al. 2008)، وبعد التأكد من خصائصه السيكمترية والمعالجة الإحصائية للبيانات، تم التوصل إلى أن للانتماء في الوقت المناسب تأثير إيجابي وهام على جميع مؤشرات السعادة، كما أن للكفاءة تأثير إيجابي وهام على جميع المؤشرات باستثناء احترام الذات، في حين أنه من الناحية الداخلية لم يكن للاستقلالية تأثير كبير على أي من مؤشرات السعادة.

- دراسة دينيزلي وكانكيا (Denizli and Cankaya (2020): هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الأمل والتعلق الآمن مع الوالدين ومستويات الرضا عن الاحتياجات النفسية الأساسية (الاستقلالية والكفاءة والانتماء) لطلاب الجامعات في التنبؤ بمستويات سعادتهم، على عينة مكونة من (558) طالبا جامعيًا، 70% من الإناث و30% من الذكور تتراوح أعمارهم بين 18-29 سنة، بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس أكسفورد للسعادة النسخة التركيبية الذي طوره (Dogan & Sapmaz, 2012)، ومقياس الاحتياجات النفسية الأساسية لـ: ديسي وريان (Deci & Ryan, 2000) وترجمه إلى اللغة التركية (Bacanli et al (2003)، وبعد التأكد من خصائصهما السيكمترية والمعالجة الإحصائية للبيانات، تم التوصل إلى أن مستويات الرضا عن احتياجات الكفاءة كانت أقوى مؤشر على السعادة بين طلاب الجامعات، ومستويات الرضا عن الاستقلالية، والحاجة إلى الانتماء لم تساهم كثيرًا في التنبؤ بالسعادة.

4-4- الدراسات السابقة التي جمعت بين المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية:

4-4-1- الدراسات العربية:

- دراسة أبو هاشم (2010): هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، بالاعتماد على المنهج الوصفي، على عينة مكونة من (405) طالبا وطالبة من كلية التربية بجامعة الزقازيق، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس السعادة النفسية من إعداد (Springer &

(Hauser, 2006) وتعريب الباحث، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أنه يمكن التنبؤ من المساندة الاجتماعية (العائلة، الأصدقاء والآخرين) بالسعادة النفسية ومكوناتها مع اختلاف نسب إسهام كل عامل من المساندة الاجتماعية.

- دراسة المطارنة (2015): هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين السعادة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات لدى طلبة جامعة مؤتة، على عينة مكونة من (907) طالب وطالبة، بالاعتماد على المنهج الوصفي، ومن المقاييس التي تم استخدامها لتحقيق أهداف البحث: مقياس السعادة النفسية (2002) Argyle and Hills الذي طوره أبو ذيب (2010)، ومقياس المساندة الاجتماعية من إعداد النجار وآخرون (2011) بعد التأكد من خصائصهما السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن طلبة جامعة مؤتة يتميزون بمستوى متوسط إلى عالي من السعادة النفسية، أما مستوى المساندة الاجتماعية تراوح ما بين عالي إلى عالي جدا، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة موجبة بين السعادة النفسية والمساندة الاجتماعية.

4-4-2- الدراسات الأجنبية:

- دراسة لي وباديليا (Lee and Padilla 2016): هدفت الدراسة إلى التنبؤ بسعادة طلاب جامعة كوريا الجنوبية من خلال المساندة الاجتماعية ومعتقدات الفعالية على عينة مكونة من (198) طالبا جامعيا كوريا جنوبيا ولتحقيق أهداف البحث تم الاعتماد على المنهج الوصفي، واستخدام مقياس السعادة النفسية بعد ترجمته للغة الكورية، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات أشارت تحليلات الانحدار الخطي الهرمي إلى أن تصورات الطلبة الكوريين للمساندة الاجتماعية تتبأت بشكل كبير بسعادتهم النفسية، لا سيما في محيطهم الاجتماعي الأقرب، بالإضافة إلى ذلك، تشكلت سعادتهم بشكل كبير من خلال معتقداتهم في قدراتهم على التغلب على التجارب الصعبة، وتوضح النتائج أهمية إعداد العائلة والأصدقاء المقربين بشكل أفضل لتقديم الدعم والمساندة للطلبة.

- دراسة بريهادي وفو (Prihadi and Foo 2021): هدفت الدراسة إلى التعرف على السعادة النفسية لدى طلاب الجامعة الماليزية ودور الأهمية والتناؤل والمساندة الاجتماعية، بالاعتماد على المنهج الوصفي، على عينة مكونة من (400) طالبا جامعيا تتراوح أعمارهم ما بين 18-30 سنة، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام اختبار توجيه الحياة المنقح لقياس مستوى التناؤل، ومقياس الرضا عن الحياة لقياس مستوى سعادتهم النفسية لـ (Kim, 2009) ومقياس الدعم الاجتماعي متعدد الأبعاد لـ (Zimet et al.,)

(1988)، وبعد التأكد من خصائصهما السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى: أن شعور الطلبة بالدعم والمساندة الاجتماعية من الأشخاص حولهم يساهم في إبقائهم في مستوى سعادة مناسب وسط الوضع الطبيعي الجديد.

- دراسة دانيال جونزاليز وآخرون (Daniel-Gonzalez et al., (2023): هدفت الدراسة إلى اختبار نموذج تنبؤي للسعادة بين طلاب الطب، يعتمد هذا النموذج على المتنبئين الموصوفين من قبل علم النفس الإيجابي والذين يرتبطون بالموارد الشخصية والتصرف، على عينة مكونة من (301) طالبًا مكسيكيًا في السنوات الثلاث الأولى من كلية الطب في جامعة خاصة من مونتيري، تم استخدام تصميم غير تجريبي متعدد القطاعات ولتحقيق أهداف البحث تم تطبيق مقياس السعادة الذاتية (SHS) لـ (Lyubomirsky & Lepper, 1999)، النسخة المعدلة في المكسيك بواسطة (Quezada et al., (2016)، ومقياس المساندة الاجتماعية من الأسرة والأصدقاء من إعداد (Gonzalez and Landero (2014)، بعد التأكد من خصائصهما السيكومترية والمعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى أنه: تم التنبؤ بمستوى أكبر من السعادة من خلال مستويات أكبر من مساندة الأصدقاء لدى طلبة كلية الطب.

خامسا: التعقيب على الدراسات السابقة: من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة تعتبر الدراسة الحالية إضافة إلى الدراسات السابقة في البيئة الجزائرية التي تناولت موضوع الحاجات النفسية والمساندة الاجتماعية وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة.

5-1-1- الدراسات التي تناولت الحاجات النفسية:

5-1-1-1 من حيث الهدف: اتفقت بعض الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في الكشف عن مستوى وترتيب الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة، والكشف عن مدى مساهمة الحاجات النفسية في التنبؤ بالسعادة النفسية كدراسة محمد (2019)، في حين هدفت بعض الدراسات إلى معرفة علاقة الحاجات النفسية ببعض المتغيرات الأخرى كالاغتراب النفسي، الطموح، الاتجاه نحو التطرف...إلخ.

5-1-1-2 من حيث المنهج: اعتمدت كل الدراسات السابقة على المنهج الوصفي بأنواعه المختلفة (ارتباطي، تحليلي، مقارن، مسحي) كونه المناسب لوصف الظواهر المدروسة، واتفقت دراسة كل من (بناي وهوادف، 2023؛ مجايدة، 2019؛ هبازة وبوصلب، 2022) ودراسة (Denizli & Can Kaya, (2020 مع الدراسة الحالية في الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي التحليلي.

5-1-3- من حيث أداة الدراسة: اتفقت بعض الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في استخدامها لمقياس الحاجات النفسية لديسي وريان (Deci & Ryan, 2000)، في حين اختلفت بعض الدراسات الأخرى في استخدام نفس الأداة.

5-1-4- من حيث عينة الدراسة: اتفقت كل الدراسات السابقة العربية والأجنبية مع الدراسة الحالية في تطبيقها لأداة الدراسة على طلبة الجامعة ذكورا وإناثا.

5-2- الدراسات التي تناولت المساندة الاجتماعية:

5-2-1- من حيث الهدف: اتفقت بعض الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في الكشف عن مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، والكشف عن مدى مساهمة المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالسعادة النفسية كدراسة أبو هاشم (2010)، في حين هدفت بعض الدراسات إلى معرفة علاقة المساندة الاجتماعية ببعض المتغيرات الأخرى كالمأمينة النفسية، جودة الحياة، الإدمان على الانترنت، إدارة النزاعات، الضغط الأكاديمي...إلخ.

5-2-2- من حيث المنهج: اعتمدت كل الدراسات السابقة على المنهج الوصفي بأنواعه المختلفة (ارتباطي، تحليلي، مقارنة) كونه المناسب لوصف الظواهر المدروسة، واتفقت دراسة كل من (حمدونة والمصري، 2021؛ شيري، 2021) مع الدراسة الحالية في الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي التحليلي.

5-2-3- من حيث أداة الدراسة: اتفقت دراسة حمدونة والمصري (2021) مع الدراسة الحالية في استخدامها لمقياس المساندة الاجتماعية، في حين اختلفت بعض الدراسات الأخرى في استخدام نفس الأداة.

5-2-4- من حيث عينة الدراسة: اتفقت كل الدراسات السابقة العربية والأجنبية مع الدراسة الحالية في تطبيقها لأداة الدراسة على طلبة الجامعة ذكورا وإناثا.

5-3- الدراسات التي تناولت السعادة النفسية:

5-3-1- من حيث الهدف: اتفقت بعض الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في الكشف عن مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، كما هدفت بعض الدراسات إلى التنبؤ بالسعادة النفسية من خلال

بعض المتغيرات كالمساندة الاجتماعية، الامتتان، اليقظة...، في حين هدفت بعض الدراسات إلى معرفة علاقة السعادة النفسية ببعض المتغيرات الأخرى كالنجاح الأكاديمي، المرونة النفسية، التوافق الدراسي الطموح، الصحة الروحية، التدين...إلخ.

5-3-2- من حيث المنهج: اعتمدت كل الدراسات السابقة على المنهج الوصفي بأنواعه المختلفة (ارتباطي، تحليلي، مسحي) كونه المناسب لوصف الظواهر المدروسة، واتفقت دراسة كل من (أبوراس، 2019؛ أبو عمشة، 2013؛ حمادات والقضاة، 2016؛ سماوي، 2013؛ الزين، 2020؛ الزهراني، 2020؛ قدومي، 2018) مع الدراسة الحالية في الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي التحليلي.

5-3-3- من حيث أداة الدراسة: اتفقت بعض الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في استخدامها لقائمة أكسفورد للسعادة النفسية لـ: (Argyle and Hills (2002، في حين اختلفت بعض الدراسات الأخرى في استخدام نفس الأداة.

5-3-4- من حيث عينة الدراسة: اتفقت كل الدراسات السابقة العربية والأجنبية مع الدراسة الحالية في تطبيقها لأداة الدراسة على طلبة الجامعة ذكورا وإناثا.

خلاصة الفصل:

في هذا الفصل تم عرض الإطار النظري لمتغيرات الدراسات "الحاجات النفسية" و"المساندة الاجتماعية" و"السعادة النفسية"، والتعرف على العلاقة التي تربط بينهم، ومن ثم تم التطرق إلى الدراسات السابقة العربية والأجنبية التي تناولت المتغيرات كل واحدة على حدة، والدراسات التي جمعت بين كل متغيرين مع بعض، حيث لا توجد دراسات سابقة جمعت بين المتغيرات الثلاثة للدراسة الحالية في حدود اطلاع الطالبة وهذا ما يجعلها دراسة حديثة في البيئة الجزائرية.

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة

أولاً: الدراسة الاستطلاعية

1- أهداف الدراسة الاستطلاعية

2- عينة الدراسة الاستطلاعية

3- أدوات الدراسة

ثانياً: الدراسة الأساسية

1- منهج الدراسة

2- مجتمع وعينة الدراسة

3- الأساليب الإحصائية المستخدمة

تمهيد:

سوف نتطرق في هذا الفصل إلى إكمال عملية البحث لإعطاء الصورة النهائية للدراسة الحالية التي تسمح لنا بتحليل البيانات والمعطيات الإحصائية بطريقة علمية دقيقة، وذلك من خلال عرض خطوات الدراسة الاستطلاعية والأساسية التي تشمل التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة والمنهج المتبع بالإضافة إلى عرض للأساليب الإحصائية المستخدمة.

أولاً: الدراسة الاستطلاعية:

1- أهداف الدراسة الاستطلاعية: تطرقت الطالبة للدراسة الاستطلاعية من أجل التعرف على الظروف المحيطة بالظاهرة المراد دراستها، بالإضافة إلى التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة الثلاثة لضبط كل المتغيرات والبدء في تطبيقها على عينة الدراسة الأساسية.

2- عينة الدراسة الاستطلاعية: تكونت عينة الدراسة من (150) طالبا وطالبة من جامعة حسبية بن بوعلي الشلف من كليتي "الحقوق والعلوم السياسية" و"العلوم الدقيقة والإعلام الآلي"، والجدول الآتي يوضح مواصفاتها:

جدول 1

مواصفات عينة الدراسة الاستطلاعية

المتغير	فئات المتغير	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	36	24 %
	أنثى	114	76 %
	المجموع	150	100 %
المستوى الدراسي	ليسانس	107	71.3 %
	ماستر	43	28.7 %
	المجموع	150	100 %
الإقامة	مقيم	31	20.7 %
	غير مقيم	119	79.3 %
	المجموع	150	100 %
التخصص	أدبي	101	67.3 %
	علمي	49	32.7 %
	المجموع	150	100 %
الحالة الاجتماعية	أعزب	139	92.7 %
	متزوج	11	7.3 %
	المجموع	150	100 %

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على البيانات الشخصية للعينة.

يشير الجدول رقم (01) إلى أن نسبة الذكور (24%) وهي أصغر من نسبة الإناث التي بلغت (76%)، في حين أن نسبة طلبة ليسانس (71.3%) وهي أكبر من نسبة طلبة الماستر المساوية لـ (28.7%)، ونلاحظ من خلال الجدول أيضا أن نسبة الطلبة المقيمين (20.7%) وهي أصغر من نسبة الطلبة غير المقيمين المقدرة بـ (79.3%)، وأن نسبة طلبة التخصص الأدبي (67.3%) وهي أكبر من نسبة طلبة التخصص العلمي التي بلغت (32.7%)، في حين أن نسبة الطلبة العزاب (92.7%) وهي أكبر من نسبة الطلبة المتزوجين التي بلغت (7.3%).

3- أدوات الدراسة: تم استخدام في الدراسة الحالية مقياس "الحاجات النفسية" و"المساندة الاجتماعية" و"قائمة أكسفورد للسعادة النفسية"، وهي كالاتي:

3-1 مقياس الحاجات النفسية: من إعداد (Deci & Ryan, 2000) تعريب وتقنين محمد عليان (2005).

يتكون المقياس من 27 فقرة موزعة على ثلاث أبعاد: الاستقلالية وتشمل 9 فقرات، الانتماء ويشمل 10 فقرات، الكفاءة وتشمل 8 فقرات. وتتم الاستجابة على المقياس وفقا لتدرج خماسي (بدرجة كبيرة جدا، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جدا)، والتصحيح على التوالي بالدرجات (5- 4- 3- 2- 1)، فال فقرات ذات الأرقام (1- 2- 3- 4- 5- 6- 7- 8- 9- 10- 11- 12- 13- 14- 17- 21- 22- 24- 26) موجبة التصحيح أما الفقرات ذات الأرقام (3- 4- 7- 11- 15- 16- 18- 19- 20- 23- 25- 27) فتصحيحها يكون عكسي، وتتراوح الدرجة على المقياس بين (27- 135 درجة)، وتدل الدرجة المنخفضة على حاجات منخفضة لأفراد العينة، أما الدرجة المرتفعة فتدل على ارتفاع الحاجات (القطناني، 2011).

استخدم الباحث صدق الاتساق الداخلي للمقياس وذلك للتأكد من مدى ارتباط الفقرات مع البعد الذي تنتمي إليه باستخدام معامل الارتباط بيرسون، وأيضا ارتباط البعد مع الدرجة الكلية، وقد تبين أن جميع فقرات المقياس ترتبط مع البعد الذي تنتمي إليه، بمستوى دلالة يتراوح بين (0.01-0.05) باستثناء الفقرات (11، 22، 23) فهي غير دالة، كما استخدم الباحث صدق المقارنة الطرفية ووجد فروقا بين درجات المجموعات العليا ودرجات المجموعات الدنيا وهو يعطي صورة واضحة عن تمتع مقياس الحاجات النفسية بصدق المقارنة الطرفية العالية، واستخدم معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات المقياس وبلغت قيمته الكلية (0.78) مما يدل على ثبات المقياس.

جدول 2

مفتاح تصحيح مقياس الحاجات النفسية

المتغيرات	مستوى شيوع الحاجات		المدى
	منخفض	متوسط	
الاستقلالية	18-8	29-19	مرتفع 40-30
الانتماء	21-9	34-22	45-35
الكفاءة	18-8	29-19	40-30
الدرجة الكلية	58-25	92-59	125-93

المصدر: من إعداد الطالبة.

- الخصائص السيكومترية للمقياس في البيئة المحلية:

أ- صدق الاتساق الداخلي:

- حساب درجة الارتباط بين درجة كل بند والبعد الذي تنتمي إليه: تم حساب معاملات الارتباط بين كل بند والبعد الذي ينتمي إليه وكانت النتائج كالآتي:

جدول 3

معاملات الارتباط بين كل بند والبعد الذي ينتمي إليه لمقياس الحاجات النفسية في صورته الأولية

البند	بعد الاستقلالية	البند	بعد الانتماء	البند	بعد الكفاءة
1	0.455**	2	0.392**	3	0.511**
4	0.415**	6	0.541**	5	0.327**
8	0.514**	7	0.423**	10	0.445**
11	0.143	9	0.484**	13	0.440**
14	0.335**	12	0.397**	15	0.208*
17	0.390**	16	0.414**	19	0.523**
20	0.469**	18	0.536**	24	0.484**
26	0.472**	21	0.396**	25	0.531**
27	0.326**	22	0.558**		
		23	0.054		

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن جميع فقرات المقياس لديها ارتباط بالبعد الذي تنتمي إليه بمستوى دلالة يتراوح ما بين (0.01 - 0.05)، ماعدا الفقرتين (11) في بعد الاستقلالية حيث بلغت قيمتها (0.143) والفقرة (23) في بعد الانتماء بقيمة (0.054) ليس لذيها ارتباط بالبعد. وعليه ستقوم

الطالبة بحذف الفقرتين لعدم ارتباطهما بالبعد الذي ينتميان إليه، وبذلك يصبح المقياس في صورته النهائية مكون من (25) فقرة و(3) أبعاد هي: الاستقلالية تتكون من 8 فقرات، الانتماء يتكون من 9 فقرات، وبعد الكفاءة يتكون من 8 فقرات.

- حساب درجة الارتباط بين درجة كل بند والبعد الذي تنتمي إليه لمقياس الحاجات النفسية في صورته النهائية: تم حساب معاملات الارتباط بين كل بند والبعد الذي ينتمي إليه وكانت النتائج كالآتي:

جدول 4

معاملات الارتباط بين كل بند والبعد الذي ينتمي إليه لمقياس الحاجات النفسية في صورته النهائية

البند	الاستقلالية	البند	الانتماء	البند	الكفاءة
1	0.490**	2	0.420**	3	0.511**
4	0.423**	6	0.580**	5	0.327**
8	0.542**	7	0.394**	10	0.445**
14	0.364**	9	0.514**	13	0.440**
17	0.429**	12	0.396**	15	0.208*
20	0.472**	16	0.416**	19	0.523**
26	0.516**	18	0.510**	24	0.484**
27	0.300**	21	0.446**	25	0.531**
		22	0.592**		

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

من خلال الجدول يتضح أن جميع فقرات المقياس لديها ارتباط بالأبعاد التي تنتمي إليها، بمستوى دلالة يتراوح ما بين (0.01-0.05).

- حساب درجة الارتباط بين درجة كل البعد والدرجة الكلية لمقياس الحاجات النفسية في صورته النهائية: تم حساب معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كالآتي:

جدول 5

معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية لمقياس الحاجات النفسية في صورته النهائية

الأبعاد	الارتباط بالدرجة الكلية
الاستقلالية	0.836**
الانتماء	0.774**
الكفاءة	0.755**

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

يتضح من خلال الجدول أعلاه أن جميع الأبعاد المكونة لمقياس الحاجات النفسية لديها ارتباط بالدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة (0.01)، وعليه يمكن القول بأن المقياس يتميز بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

ب- صدق المقارنة الطرفية:

جدول 6

صدق المقارنة الطرفية لأبعاد مقياس الحاجات النفسية والدرجة الكلية

المتغيرات	الأساليب الإحصائية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	مستوى الدلالة
الدرجة	الفئة العليا	41	98.00	5.722	54.73	80	0.000	دال عند
الكلية	الفئة الدنيا	41	73.07	4.476				0.01

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

من خلال الجدول نلاحظ أن المتوسط الحسابي للفئة العليا يساوي (98.00) أكبر من المتوسط الحسابي للفئة الدنيا المساوي لـ (73.07)، وكانت قيمة "ت" المحسوبة مساوية لـ (54.73) والقيمة الاحتمالية Sig (0.000) وهي أصغر من (0.01) عند درجة الحرية (80) مما يدل على أن قيمة "ت" دالة عند مستوى 0.01 وبالتالي وجود فروق بين درجات طلبة الفئة العليا وطلبة الفئة الدنيا في مستوى الحاجات النفسية، وعليه فالمقياس صادق.

ج- الثبات: تم حساب معامل الثبات عن طريق ألفا كرونباخ، وكانت النتائج كالآتي:

جدول 7

ثبات مقياس الحاجات النفسية

المتغيرات	الطريقة	عدد الفقرات	ألفا كرونباخ
الدرجة الكلية		25	0.710

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

يتضح من الجدول السابق أن معامل ألفا كرونباخ بلغ (0.710)، ويدل ذلك على تمتع المقياس بدرجة جيدة من الثبات، مما يعني صلاحيته لإجراءات الدراسة النهائية.

3-2- مقياس المساندة الاجتماعية: من إعداد محمد ربحي المصري (2019).

يتكون المقياس من (32) عبارة موزعة على أربع أبعاد هي: المساندة العاطفية ويتكون من 8 عبارات (1، 5، 9، 13، 17، 21، 25، 29)، المساندة المالية ويتكون من 8 عبارات (2، 6، 10، 14، 18، 22، 26، 30)، المساندة بالمعلومات ويتكون من 8 عبارات (3، 7، 11، 15، 19، 23، 27، 31)، المساندة الصحية ويتكون من 8 عبارات (4، 8، 12، 16، 20، 24، 28، 32).

تم وضع أمام كل مفردة مقياس خماسي (أوافق بشدة، أوافق، أحياناً، معترض، معترض بشدة)، حيث يعطى الطالب خمس درجات إذا اختار البديل "أوافق بشدة"، وأربع درجات إذا اختار البديل "أوافق"، وثلاث درجات إذا اختار البديل "أحياناً"، ودرجتين إذا اختار البديل "معترض"، ودرجة واحدة إذا اختار البديل "معترض بشدة" وبذلك تتراوح درجات المقياس بين (32-160).

استخدم الباحث صدق الاتساق الداخلي عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين العبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وظهر أن جميع مفردات أبعاد المقياس كانت دالة عند مستوى 0.01، والذي يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس، كما تم حساب الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس وأن معاملات الارتباط دالة ومرتفعة مما يدل على الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس المساندة الاجتماعية. واستخدم ألفا كرونباخ لقياس ثبات المقياس حيث بلغت قيمة الثبات بطريقة الفا كرونباخ (0.92) مما يدل على ثبات المقياس.

- الخصائص السيكومترية للمقياس في البيئة المحلية:

أ- صدق الاتساق الداخلي:

- درجة الارتباط بين درجة كل بند والبعد الذي تنتمي إليه: تم حساب معاملات الارتباط بين كل بند والبعد الذي ينتمي إليه وكانت النتائج كالآتي:

جدول 8

معاملات الارتباط بين كل بند والبعد الذي ينتمي إليه

البند	بعد المساندة العاطفية	البند	بعد المساندة المالية	البند	بعد المساندة بالمعلومات	البند	بعد المساندة الصحية
1	0.392**	2	0.367**	3	0.258**	4	0.253**
5	0.413**	6	0.609**	7	0.313**	8	0.509**
9	0.362**	10	0.568**	11	0.534**	12	0.392**
13	0.415**	14	0.497**	15	0.495**	16	0.480**
17	0.549**	18	0.635**	19	0.529**	20	0.383**
21	0.585**	22	0.660**	23	0.578**	24	0.605**
25	0.443**	26	0.571**	27	0.701**	28	0.653**
29	0.500**	30	0.638**	31	0.651**	32	0.261**

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

يتضح من خلال الجدول أن جميع فقرات مقياس المساندة الاجتماعية لديها ارتباط بأبعادها، عند مستوى دلالة يتراوح ما بين (0.01-0.05).

- درجة الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس: تم حساب معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كالآتي:

جدول 9

معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس

الأبعاد	الارتباط بالدرجة الكلية
المساندة العاطفية	0.804**
المساندة المالية	0.796**
المساندة بالمعلومات	0.825**
المساندة الصحية	0.645**

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

يتضح من خلال الجدول أعلاه أن جميع الأبعاد المشكلة لمقياس المساندة الاجتماعية لديها ارتباط بالدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة (0.01)، وعليه يمكن القول بأن المقياس يتميز بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

ب- صدق المقارنة الطرفية:

جدول 10

صدق المقارنة الطرفية لأبعاد مقياس المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية

المتغيرات	الأساليب الإحصائية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	مستوى الدلالة
الدرجة	الفئة العليا	41	137.92	5.269	35.85	80	0.000	دال عند
الكلية	الفئة الدنيا	41	110.09	7.415				0.01

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

من خلال الجدول نلاحظ أن المتوسط الحسابي للفئة العليا يساوي (137.92) أكبر من المتوسط الحسابي للفئة الدنيا المساوي لـ (110.09)، وكانت قيمة "ت" المحسوبة مساوية لـ (35.85) والقيمة الاحتمالية Sig (0.000) وهي أصغر من (0.01) عند درجة الحرية (80) مما يدل على أن قيمة "ت" دالة عند مستوى 0.01 وبالتالي وجود فروق بين درجات طلبة الفئة العليا وطلبة الفئة الدنيا في مستوى المساندة الاجتماعية، وعليه فالمقياس صادق.

ج- الثبات: تم حساب معامل الثبات عن طريق ألفا كرونباخ، وكانت النتائج كالآتي:

جدول 11

ثبات مقياس المساندة الاجتماعية

المتغيرات	الطريقة	عدد الفقرات	ألفا كرونباخ
الدرجة الكلية		32	0.803

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

يتضح من الجدول السابق أن معامل ألفا كرونباخ بلغ (0.803)، ويدل ذلك على تمتع المقياس بدرجة جيدة من الثبات، مما يعني صلاحيته لإجراءات الدراسة النهائية.

3-3- مقياس السعادة النفسية: قائمة أكسفورد للسعادة، النسخة المختصرة التي أعدها Michael (Argyle and Peter Hills) (2002) في جامعة أكسفورد بعد أن قام الباحث بترجمة المقياس وراجع الترجمة الأستاذ المساعد الدكتور (حيدر كاظم) المتخصص في طرائق تدريس اللغة الإنكليزية للتأكد من صدق الترجمة، وناقش الباحث صياغة الفقرات مع مجموعة من أساتذة قسم علم النفس للتأكد من صلاحيتها وتحتوي هذه النسخة على 29 فقرة يتم الإجابة عنها بطريقة ليكرت المتدرجة من (1-6) للفقرات الإيجابية، ومن (1-6) للفقرات السلبية (الطالقاني، 2016، 330).

استخدم الباحث أسلوب الاتساق الداخلي لحساب الصدق والقائم على حساب معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والمجموع العام، وقد بينت نتائج حساب معامل ارتباط بيرسون أن جميع معاملات الارتباط كانت دالة عند مستوى دلالة 0.01، كما تم استخدام ألفا كرونباخ لمقياس ثبات قائمة السعادة حيث بلغت قيمته (0.89).

- الخصائص السيكومترية للمقياس في البيئة المحلية:

أ- صدق الاتساق الداخلي:

- درجة الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية: تم حساب معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية، وكانت النتائج كالآتي:

جدول 12

معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية لمقياس السعادة النفسية في صورته الأولية

البند	الدرجة الكلية	البند	الدرجة الكلية	البند	الدرجة الكلية	البند	الدرجة الكلية
1	0.131	8	0.213**	15	0.505**	22	0.533**
2	0.306**	9	0.496**	16	0.378**	23	-0.071
3	0.234**	10	0.341**	17	0.445**	24	0.301**
4	0.402**	11	0.392**	18	0.422*	25	0.572**
5	0.486**	12	0.490**	19	0.566*	26	0.522**
6	0.393**	13	0.257**	20	0.513**	27	0.270**
7	0.395**	14	0.037	21	0.503**	28	0.350**
						29	0.347**

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن جميع فقرات المقياس لديها ارتباط بالدرجة الكلية لمقياس السعادة النفسية بمستوى دلالة يتراوح ما بين (0.01-0.05)، ما عدا الفقرات الآتية: (1، 14، 23). وعليه ستقوم الطالبة بحذف الفقرات الثلاثة لعدم ارتباطهم بالدرجة الكلية، وبذلك يصبح المقياس في صورته النهائية مكون من (26) فقرة.

- درجة الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية لمقياس السعادة النفسية في صورته النهائية: تم حساب معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية، وكانت النتائج كالآتي:

جدول 13

معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية لمقياس السعادة النفسية في صورته النهائية

البند	الدرجة الكلية	البند	الدرجة الكلية	البند	الدرجة الكلية
1	0.368**	10	0.430**	19	0.525**
2	0.282**	11	0.528**	20	0.566**
3	0.455**	12	0.219**	21	0.293**
4	0.463**	13	0.528**	22	0.573**
5	0.357**	14	0.410**	23	0.539**
6	0.425**	15	0.431**	24	0.227**
7	0.227**	16	0.405**	25	0.338**
8	0.521**	17	0.545**	26	0.338**
9	0.298**	18	0.521**		

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

يتضح من خلال الجدول أن جميع فقرات مقياس السعادة النفسية لديها ارتباط بأبعادها، عند مستوى دلالة يتراوح ما بين (0.01-0.05).

ب- صدق المقارنة الطرفية:

جدول 14

صدق المقارنة الطرفية لمقياس السعادة النفسية

المتغيرات	الأساليب الإحصائية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	مستوى الدلالة
السعادة	الفئة العليا	41	123.69	5.695	70.01	80	0.000	دال
النفسية	الفئة الدنيا	41	83.62	8.259				عند 0.01

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

من خلال الجدول نلاحظ أن المتوسط الحسابي للفئة العليا يساوي (123.69) أكبر من المتوسط الحسابي للفئة الدنيا المساوي لـ (83.62)، وكانت قيمة "ت" المحسوبة مساوية لـ (70.01) والقيمة الاحتمالية Sig (0.000) وهي أصغر من (0.01) عند درجة الحرية (80) مما يدل على أن قيمة "ت" دالة عند مستوى 0.01 وبالتالي وجود فروق بين درجات طلبة الفئة العليا وطلبة الفئة الدنيا في مستوى السعادة النفسية، وعليه فالمقياس صادق.

ج-الثبات: تم حساب معامل الثبات عن طريق ألفا كرونباخ، وكانت النتائج كالآتي:

جدول 15

ثبات مقياس السعادة النفسية

المتغيرات	الطريقة	عدد الفقرات	ألفا كرونباخ
الدرجة الكلية		26	0.804

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

من خلال الجدول نلاحظ أن قيمة معامل ألفا كرونباخ بلغت (0.804) ويدل ذلك على تمتع المقياس بدرجة جيدة من الثبات، مما يعني صلاحيته لإجراءات الدراسة النهائية.

ثانيا: الدراسة الأساسية:

1-منهج الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى دراسة مساهمة الحاجات النفسية والمساندة الاجتماعية في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، فإن المنهج المناسب لهذه الدراسة هو المنهج الوصفي.

2-مجتمع وعينة الدراسة: يشمل مجتمع الدراسة كل الطلبة المسجلين في السنة الجامعية 2022/2021 من كليتي "الحقوق والعلوم السياسية" و"العلوم الدقيقة والإعلام الآلي"، الذي بلغ عددهم (6735) في حين تتكون عينة الدراسة من (480) طالب وطالبة من جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف من كليتي "الحقوق والعلوم السياسية" و"العلوم الدقيقة والإعلام الآلي" ما نسبته 7.12% من مجتمع الدراسة، تم اختيارها بالطريقة العشوائية الطبقية.

2-1-تعريف العينة الطبقية: عرفها العزاوي (2008) بأنها: العينة المختارة بمقاييس إحصائية مطابقة للمجتمع تعكس مميزات الأساسية وتستخدم في حالة تجانس وحدات المجتمع ولغرض تسهيل عملية الاختيار يقسم المجتمع إلى طبقات متجانسة، واختيار حجم كل طبقة في العينة بصورة متناسبة مع حجم الطبقة في المجتمع الأصلي، ثم اختيار وحدات العينة بين الطبقات بصورة عشوائية (ص: 168).

واعتمدت الطالبة في اختيار حجم العينة في هذا النوع من العينات على مستوى التوزيع المتناسب.

جدول 16

مواصفات عينة الدراسة الأساسية

المتغير	فئات المتغير	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	115	24 %
	أنثى	365	76 %
	المجموع	480	100 %
المستوى الدراسي	ليسانس	342	71.2 %
	ماستر	138	28.8 %
	المجموع	480	100 %
التخصص	أدبي	322	67.1 %
	علمي	158	32.9 %
	المجموع	480	100 %
الإقامة	مقيم	105	21.9 %
	غير مقيم	375	78.1 %
	المجموع	480	100 %
الحالة الاجتماعية	أعزب	446	92.9 %
	متزوج	34	7.1 %
	المجموع	480	100 %

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على البيانات الشخصية للعينة.

يشير الجدول رقم (16) إلى أن نسبة الذكور (24%) وهي أصغر من نسبة الإناث التي بلغت (76%)، في حين أن نسبة طلبة ليسانس (71.2%) وهي أكبر من نسبة طلبة الماستر المساوية لـ (28.8%)، ونلاحظ من خلال الجدول أيضا أن نسبة الطلبة المقيمين (21.9%) وهي أصغر من نسبة الطلبة غير المقيمين المقدر بـ (78.1%)، وأن نسبة طلبة التخصص الأدبي (67.1%) وهي أكبر من نسبة طلبة التخصص العلمي التي بلغت (32.9%)، في حين أن نسبة الطلبة العزاب (92.9%) وهي أكبر من نسبة الطلبة المتزوجين التي بلغت (7.1%).

3- الأساليب الإحصائية المستخدمة: اعتمدت الطالبة في معالجة بيانات الدراسة الحالية على نوعين من الأساليب الإحصائية:

3-1- الإحصاء الوصفي: التكرارات (EFFECTIFS)، النسب المئوية (POURCENTAGE)، المتوسط الحسابي (MOYENNE)، المتوسط النظري (الفرضي)، الانحراف المعياري (ECART TYPE).

3-2- الإحصاء الاستدلالي: معامل الارتباط بيرسون (للكشف على طبيعة العلاقة بين متغيرات الدراسة)، معادلة ألفا كرونباخ (لحساب ثبات أدوات الدراسة)، اختبار "ت" (لدراسة دلالة الفروق بين متغيرات الدراسة)، تحليل الانحدار الخطي المتعدد (للكشف على القدرة التنبؤية للحاجات النفسية والمساندة الاجتماعية بالسعادة النفسية).

وتمت المعالجة الإحصائية للبيانات من خلال برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS

الإصدار (20).

الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج الدراسة

تمهيد

- 1- عرض وتحليل نتائج التساؤل الأول
- 2- عرض وتحليل نتائج التساؤل الثاني
- 3- عرض وتحليل نتائج التساؤل الثالث
- 4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى
- 5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية

تمهيد:

تتناول الطالبة في الفصل التالي عرض لنتائج الدراسة وتحليلها، بعد المعالجة الإحصائية للبيانات من خلال برنامج SPSS الإصدار 20، للكشف عن الحاجات النفسية الأكثر شيوعاً لدى طلبة الجامعة، ومستوى المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية بالإضافة إلى معرفة مدى تنبؤ كل من الحاجات النفسية والمساندة الاجتماعية بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة.

1- عرض وتحليل نتائج التساؤل الأول:

ينص التساؤل على أن: ما الحاجات النفسية الأكثر شيوعاً لدى طلبة الجامعة؟ ولإجابة عن هذا التساؤل تم حساب المتوسط الحسابي للانحراف المعياري والترتيب لأبعاد المقياس، كما يتضح في الجدول الآتي:

جدول 17

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة

الترتيب	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد الفقرات	المتغيرات
2	4.498	27.520	8	الاستقلالية
1	5.304	29.306	9	الانتماء
3	4.184	26.950	8	الكفاءة
	10.738	83.777	25	الدرجة الكلية

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

من خلال الجدول نلاحظ أن مستوى شيوع الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة جاء متوسطاً سواء كان ذلك في الدرجة الكلية، أو على مستوى الأبعاد والمتمثلة في (الاستقلالية، الانتماء، الكفاءة)، انظر الجدول رقم (2)، حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (83.77) وبلغت قيمة الانحراف المعياري (10.73)، في حين أن الحاجة للانتماء تصدرت الترتيب بمتوسط حسابي (29.30) وانحراف معياري (5.30)، في حين أن الحاجة إلى الاستقلالية جاءت في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي بلغ (27.52) وانحراف معياري (4.49)، أما الحاجة إلى الكفاءة فقد جاءت في المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي قدره (26.95) وانحراف معياري (4.18).

2- عرض وتحليل نتائج التساؤل الثاني:

ينص التساؤل على أن: ما مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة؟ وللإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي، ولمعرفة الفروق بينهما تم استخدام اختبار "ت" لعينة واحدة كما يتضح في الجدول الآتي:

جدول 18

مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة

مستوى الدلالة	القيمة الاحتمالية	قيمة "T"	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الأساليب الإحصائية المتغيرات
دال عند 0.01	0.000	49.233	3.800	24	32.53	المساندة العاطفية
دال عند 0.01	0.000	30.929	4.899	24	30.91	المساندة المالية
دال عند 0.01	0.000	36.415	4.538	24	31.54	المساندة بالمعلومات
دال عند 0.01	0.000	19.501	4.205	24	27.74	المساندة الصحية
دال عند 0.01	0.000	42.090	13.920	96	122.74	الدرجة الكلية للمقياس

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

نلاحظ من خلال الجدول أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية يساوي (122.74) وهو أكبر من المتوسط الفرضي المساوي لـ (96)، وتراوحت المتوسطات الحسابية للأبعاد ما بين (32.53-27.74)، وهي أكبر من المتوسطات الفرضية المساوية لـ (24) في كل بعد.

جاءت قيمة "T" للدرجة الكلية مساوية لـ (42.090) وتراوحت ما بين (49.233-19.501) بالنسبة للأبعاد، وكانت القيمة الاحتمالية في كل مرة مساوية لـ (0.000) سواء كان ذلك في الدرجة الكلية أو على مستوى الأبعاد وهي أصغر من مستوى 0.01، ومنه نستنتج أن قيم "ت" دالة إحصائياً عند درجة الحرية (479) ومستوى الدلالة 0.01

بناء على النتائج التي تم ذكرها سابقاً يمكننا القول أن مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة جاء بدرجة مرتفعة سواء كان ذلك في الدرجة الكلية أو على مستوى الأبعاد المشكلة له، وهي المساندة العاطفية، والمساندة المالية، والمساندة بالمعلومات، والمساندة الصحية.

3- عرض وتحليل نتائج التساؤل الثالث:

ينص التساؤل على أن: ما مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة؟ وللإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي، ولمعرفة الفروق بينهما تم استخدام اختبار "ت" لعينة واحدة كما يتضح في الجدول الآتي:

جدول 19

مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة

الأساليب الإحصائية المتغيرات	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	قيمة "T"	القيمة الاحتمالية	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية للمقياس	102.206	91	17.789	13.801	0.000	دال عند 0.01

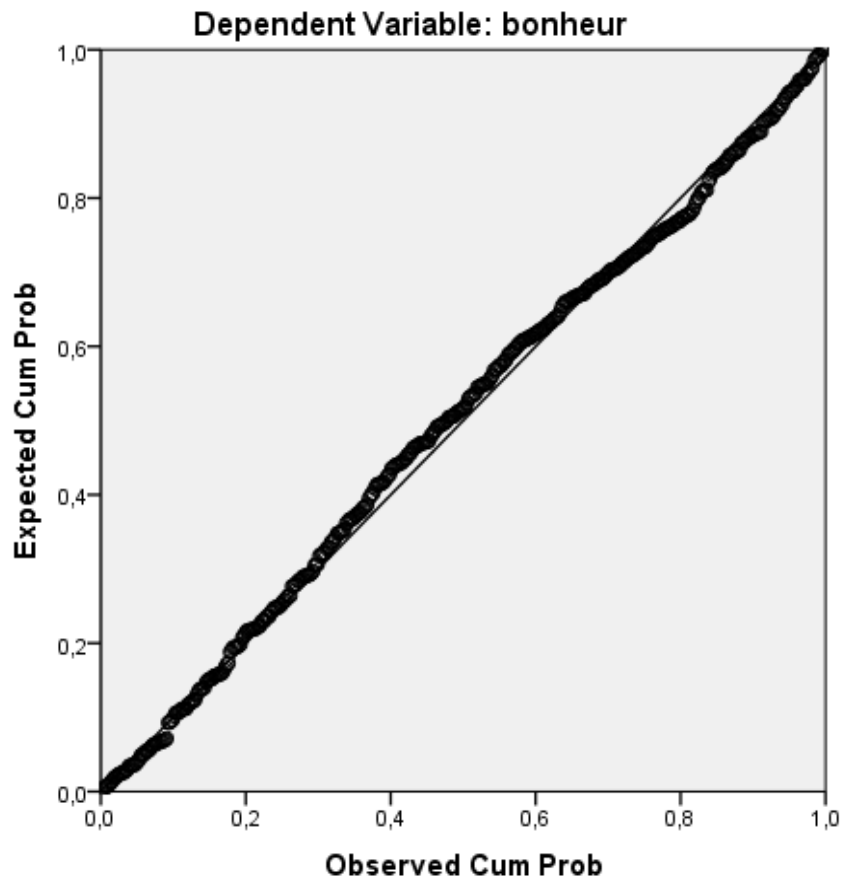
المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

نلاحظ من خلال الجدول أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية يساوي (102.206) وهو أكبر من المتوسط الفرضي المساوي لـ (91)، وجاءت قيمة "T" للدرجة الكلية مساوية لـ (13.801)، وكانت القيمة الاحتمالية مساوية لـ (0.000) وهي أصغر من مستوى 0.01، ومنه نستنتج أن قيمة "T" دالة إحصائياً عند درجة الحرية (479) ومستوى الدلالة 0.01 بناء على النتائج التي تم ذكرها سابقاً يمكننا القول أن مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة جاء بدرجة مرتفعة.

4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

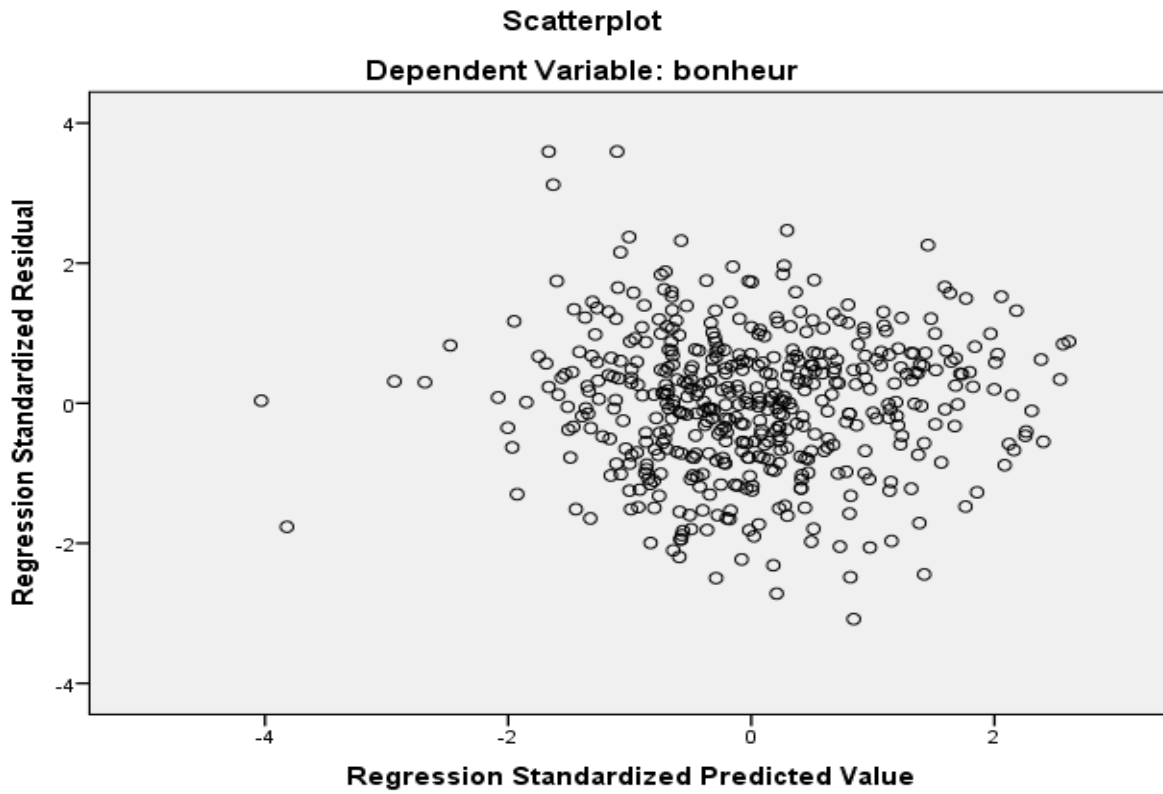
تنص الفرضية على: تسهم أبعاد الحاجات النفسية بالتنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة وللتحقق من هذه الفرضية تم الاعتماد على تحليل الانحدار المتعدد، باستخدام طريقة الانحدار القياسي Enter، وقبل ذلك لابد من التأكد من توفر فرضيات النموذج الخطي المتعدد وذلك وفق الخطوات التالية: لاختبار التوزيع الطبيعي للأخطاء العشوائية تم رصد الأخطاء المعيارية بحيث وقعت أكثر من 95% من الأخطاء ضمن المدى (من -2 إلى 2) وعليه فإن الأخطاء تتوزع توزيعاً طبيعياً.

Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual



الشكل (05) مخطط التوزيع الطبيعي للأخطاء العشوائية

من خلال الشكل (05) نلاحظ أن كل النقاط تتجمع قرب الخط المستقيم وهذا يدل على التوزيع الطبيعي للأخطاء العشوائية.



الشكل (06) انتشار البواقي مع القيم المتوقعة

نلاحظ من خلال الشكل (06) أنه لا يوجد نمط معين للنقاط في الشكل وهذا يتسق مع شرط الخطية.

وبعد استخدام تحليل الانحدار المتعدد باستخدام طريقة الانحدار القياسي Enter، والجدول التالي يوضح ذلك:

تحليل الانحدار المتعدد لدراسة مساهمة أبعاد الحاجات النفسية في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة

الجامعة

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة	الارتباط المتعدد R	معامل التحديد R2	معامل التصحيح المصحح	قيمة F	دلالة F	Beta	قيمة T	دلالة T	معامل تضخم التباين VIF
السعادة النفسية	الاستقلالية	0.499	0.249	0.244	52.53	0.000	0.227	4.77	0.000	1.429
	الانتماء						0.057	1.31	0.189	1.777
	الكفاءة						0.319	6.88	0.000	1.362

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

يوضح الجدول نتائج اختبار التعددية الخطية حيث كشفت النتيجة أن عامل تضخم التباين للنموذج كان يتراوح ما بين (1.362-1.777) وهو أصغر من (3) مما يشير إلى عدم وجود مشكلة التعددية الخطية بين متغيرات النموذج.

من أجل معرفة العلاقة بين السعادة النفسية والمتغيرات المنبئة أو المفسرة لمتغير الحاجات النفسية من خلال العوامل التالية (الاستقلالية، الكفاءة والانتماء)، تم استخدام نموذج الانحدار الخطي المتعدد والذي اعتبرت فيه الحاجة إلى الاستقلالية والكفاءة والانتماء كمتغيرات منبئة ومتغير السعادة النفسية كمتغير تابع.

أظهرت النتائج أن نموذج الانحدار دال إحصائياً حيث بلغت قيمة F (52.53) عند مستوى الدلالة (0.000) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) وتظهر النتائج أن المتغيرات المنبئة تفسر ما نسبته (24.4%) من التباين الحاصل في السعادة النفسية وذلك من خلال معامل التحديد المصحح R2.

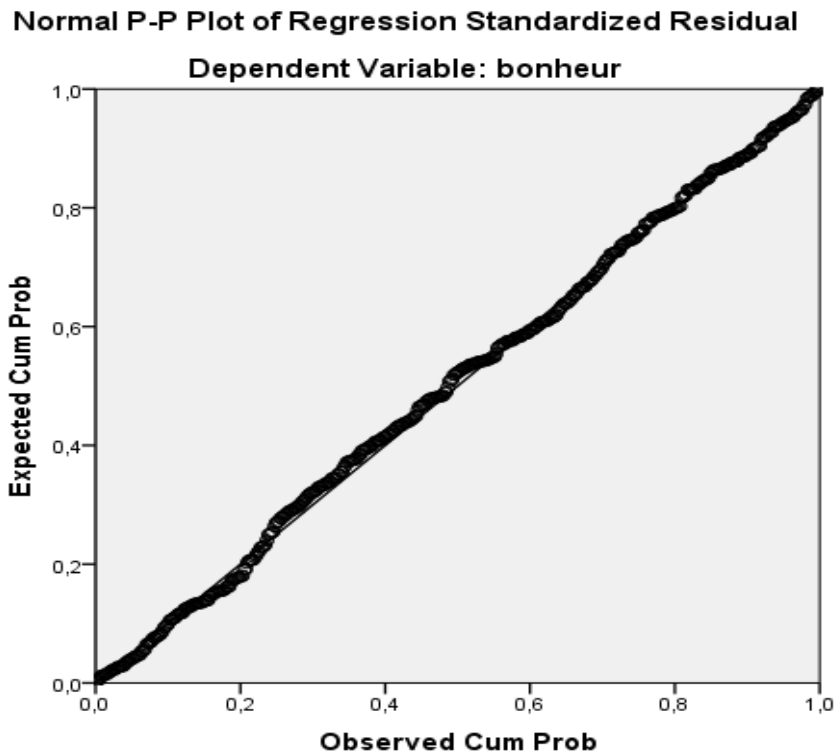
كما جاءت قيم Beta التي توضح العلاقة بين السعادة النفسية والاستقلالية بقيمة (0.227) وهي دالة إحصائياً من خلال قيمة T التي جاءت دالة إحصائياً عند (0.01) ويعني ذلك أنه كلما تحسنت الاستقلالية بمقدار وحدة تحسن مستوى السعادة النفسية بمقدار (0.227).

كما جاءت قيم Beta التي توضح العلاقة بين السعادة النفسية والانتماء بقيمة (0.057) وهي غير دالة إحصائياً من خلال قيمة T التي جاءت أكبر من مستوى الدلالة (0.05) وبالتالي فإنها لا تساهم في التنبؤ بالسعادة النفسية.

كما جاءت قيم Beta التي توضح العلاقة بين السعادة النفسية والكفاءة بقيمة (0.319) وهي دالة إحصائياً من خلال قيمة T التي جاءت دالة إحصائياً عند (0.01) ويعني ذلك أنه كلما تحسنت الكفاءة بمقدار وحدة تحسن مستوى السعادة النفسية بمقدار (0.319).

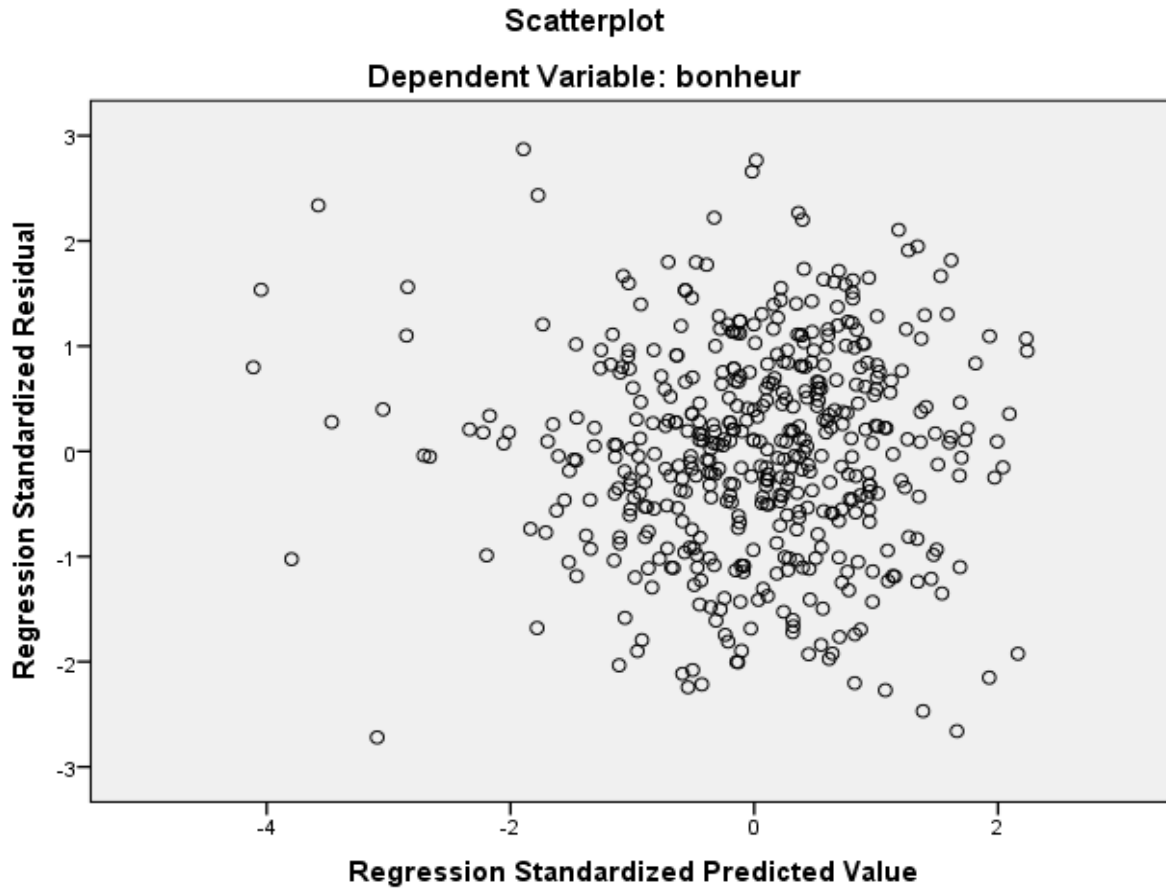
5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية على: تسهم أبعاد المساندة الاجتماعية بالتنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة وللتحقق من هذه الفرضية تم الاعتماد على تحليل الانحدار المتعدد، باستخدام طريقة الانحدار القياسي Enter، وقبل ذلك لابد من التأكد من توفر فرضيات النموذج الخطي المتعدد وذلك وفق الخطوات التالية: لاختبار التوزيع الطبيعي للأخطاء العشوائية تم رصد الأخطاء المعيارية بحيث وقعت أكثر من 95% من الأخطاء ضمن المدى (من -2 إلى 2) وعليه فإن الأخطاء تتوزع توزيعاً طبيعياً.



الشكل (07) مخطط التوزيع الطبيعي للأخطاء العشوائية

من خلال الشكل رقم (07) نلاحظ أن كل النقاط تتجمع قرب الخط المستقيم وهذا يدل على التوزيع الطبيعي للأخطاء العشوائية.



الشكل (08) انتشار البواقي مع القيم المتوقعة

نلاحظ من خلال الشكل (08) أنه لا يوجد نمط معين للنقاط في الشكل وهذا يتسق مع شرط الخطية.

وبعد استخدام تحليل الانحدار المتعدد باستخدام طريقة الانحدار القياسي Enter، والجدول التالي

يوضح ذلك:

جدول 21

تحليل الانحدار المتعدد لدراسة مساهمة المساندة الاجتماعية وأبعادها في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة

المتغير التابع	المتغيرات المنبئة	الارتباط المتعدد R	معامل التحديد R2	معامل التحديد المصحح	قيمة F	دلالة F	Beta	قيمة T	دلالة T	معامل التضخم التباين VIF
السعادة النفسية	المساندة العاطفية	0.260	0.067	0.060	8.585	0.000	0.132	1.91	0.056	2.427
	المساندة المالية						0.018	0.29	0.769	1.971
	المساندة بالمعلومات						0.162	2.42	0.016	2.287
	المساندة الصحية						-0.146	-2.98	0.003	1.223

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على مخرجات Spss

يوضح الجدول نتائج اختبار التعددية الخطية حيث كشفت النتيجة أن عامل تضخم التباين للنموذج كان يتراوح ما بين (1.223-2.427) وهو أصغر من (3) مما يشير إلى عدم وجود مشكلة التعددية الخطية بين متغيرات النموذج .

من أجل معرفة العلاقة بين السعادة النفسية والمتغيرات المتنبئة أو المفسرة لمتغير المساندة الاجتماعية من خلال العوامل التالية (المساندة العاطفية، المساندة المالية، المساندة بالمعلومات، المساندة الصحية)، تم استخدام نموذج الانحدار الخطي المتعدد والذي اعتبرت فيه المساندة العاطفية، المساندة المالية، المساندة بالمعلومات، المساندة الصحية كمتغيرات تفسيرية ومتغير السعادة النفسية كمتغير تابع.

أظهرت النتائج أن نموذج الانحدار دال إحصائياً حيث بلغت قيمة F (8.585) عند مستوى الدلالة (0.000) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) وتفسر النتائج أن المتغيرات المنبئة تفسر ما نسبته (6%) من التباين الحاصل في السعادة النفسية وذلك من خلال معامل التحديد المصحح R2.

كما جاءت قيم Beta التي توضح العلاقة بين السعادة النفسية والمساندة العاطفية بقيمة (0.132) وهي غير دالة إحصائياً من خلال قيمة T التي جاءت أكبر من مستوى الدلالة (0.05) وبالتالي فإنها لا تساهم في التنبؤ بالسعادة النفسية.

كما جاءت قيم Beta التي توضح العلاقة بين السعادة النفسية والمساندة المالية بقيمة (0.018) وهي غير دالة إحصائياً من خلال قيمة T التي جاءت أكبر من مستوى الدلالة (0.05) وبالتالي فإنها لا تساهم في التنبؤ بالسعادة النفسية.

وفيما يتعلق بالتنبؤ بالسعادة النفسية من خلال المساندة بالمعلومات فقد جاءت قيم Beta مساوية لـ (0.162) وهي دالة إحصائياً من خلال قيمة T التي جاءت أقل من مستوى الدلالة (0.05) ويعني ذلك أنه كلما تحسنت المساندة بالمعلومات بوحدة تحسنت السعادة النفسية بمقدار (0.162).

وأخيراً فيما يتعلق بالتنبؤ بالسعادة النفسية من خلال المساندة الصحية فقد بلغت قيمة Beta (-0.146) وهي دالة إحصائياً من خلال قيمة T التي جاءت أقل من مستوى الدلالة (0.05)، ويعني هذا أنه كلما زادت المساندة الصحية بوحدة نقصت السعادة النفسية بمقدار (0.146).

الفصل الخامس: مناقشة وتفسير نتائج

الدراسة

تمهيد

- 1- مناقشة وتفسير نتائج التساؤل الأول
- 2- مناقشة وتفسير نتائج التساؤل الثاني
- 3- مناقشة وتفسير نتائج التساؤل الثالث
- 4- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى
- 5- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية

تمهيد:

تتناول الطالبة في الفصل التالي تفسير لنتائج الدراسة ومناقشتها، بعدما تطرقت إلى عرضها وتحليلها في الفصل السابق، وذلك من خلال الاستناد إلى الإطار النظري للدراسة والاعتماد على الدراسات السابقة العربية والأجنبية والاستعانة بالواقع المعاش لطلبة الجامعة.

1- مناقشة وتفسير نتائج التساؤل الأول:

أسفر التحليل الإحصائي لاختبار التساؤل الأول على وجود مستوى متوسط لشيوع الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة -انظر الجدول رقم (2)، وكان ترتيب الأبعاد الثلاثة كالآتي: بُعد الانتماء في المرتبة الأولى ثم يليه بُعد الاستقلالية في المرتبة الثانية ثم بُعد الكفاءة في المرتبة الثالثة، ويمكن تفسير ذلك بأن طلبة الجامعة أغلبهم يمرون بنفس المرحلة العمرية التي تتراوح بين سن 17 إلى 24 سنة وهذا ما يجعلهم لا يحسون بفارق العمر بينهم بالعكس تماما يشعرون بالارتباط بينهم وتسهل عليهم المعاملة لأنهم من نفس الجيل تقريبا ولديهم نفس طريقة التفكير ونفس الميول والرغبات والحاجات النفسية، بالإضافة إلى كونهم من نفس الولاية فهم يحملون نفس القيم والمبادئ الثقافية والاجتماعية وحتى الدينية، لذلك نجدهم يشكلون جماعات رفاق وصدقات واسعة تسودها المشاركة الوجدانية والاجتماعية والاهتمام المتبادل بين جميع الأطراف وتقدير المشاعر والانفعالات وإدراكها، حيث أشار الأشول (2008) إلى أن جماعة الرفاق تعطي الفرصة لتقاسم المسؤولية لتسيير بعض الأعمال المشتركة وكيفية التعامل مع مختلف المواقف والتعلم من بعضهم البعض، والقدرة على التعبير عن الرأي بحرية كل هذا من أجل الحفاظ على شعور الانتماء والابتعاد عن العزلة الاجتماعية.

وكون الإنسان بطبيعته البشرية اجتماعي فهو لا يستطيع أن يعيش لوحده، ويؤمن بأهمية تلبية حاجاته النفسية المختلفة التي تتحقق من خلال الحفاظ على الجماعة وحماسها والحرص على عدم تهميش أي فرد من أفرادها مهما كان دوره من أجل عدم إحساسه بالتمييز، فالانتماء هو الجمع بين الرضا والاكتفاء، ضف إلى ذلك فإن استشعار الطالب الجامعي لدوره المهم داخل جماعته من خلال مساندة الآخرين، وتقديم الدعم النفسي والاجتماعي من أهم الأمور التي تجعل الطالب الجامعي يحس بالانتماء كما أن التنشئة الاجتماعية تلعب دورا كبيرا في إشباع الحاجة إلى الانتماء، والتنشئة القائمة على تطوير مفاهيم التقبل والمشاركة والحوار المتبادل تبني شخصية متوازنة اجتماعيا تحترم وتقدر الآخرين.

ومن المواقف أيضا التي تعمل على إشباع حاجة الانتماء لدى طلبة الجامعة المشاركة في الأنشطة الجماعية والتعلم ضمن المجموعة كما جاء في دراسة كارا وسارول (2021) Kara and Sarol التي توصلت

إلى أن المشاركة في مختلف النشاطات تؤثر بشكل إيجابي على مختلف مجالات الحياة ويزيد من شعور الفرد بالانتماء، لذلك نجد الجامعة الجزائرية أنها حرصت على تسهيل ممارسة النشاطات الثقافية والرياضية والعلمية للطالب الجامعي بهدف تنمية قدراته العقلية والنفسية وإبرازها، وحتى المكتبات الموجودة في الجامعة تعطي الفرصة للطالب لمشاركة زملائه في القيام بالبحوث العلمية وتسهيل عملية التواصل والتفاعل الاجتماعي وتطوير المهارات وتنميتها واكتساب أخرى جديدة.

أما إشباع الحاجة إلى الاستقلالية راجع إلى اعتبارها حاجة أساسية للتخلص من سلطة وسيطرة الأسرة، ونيل الحرية التامة في التصرف من أجل إثبات أنفسهم وتحمل المسؤولية، ودائما ما نجد أن الطالب الجامعي يحاول تحسين نفسه وشخصيته والعمل على تطويرها لكي يتميز عن الآخرين، كما نجد لديه القدرة على اتخاذ القرارات الصائبة ومعرفة أهدافه والتخطيط لها كلها أمور تدل على نضجه العاطفي وفهمه لدوره الاجتماعي وتدعم استقلاليته. وأشار القحطاني (2006) إلى أن هذه المرحلة من عمر الإنسان تتميز بارتفاع الحاجة إلى الاستقلالية، ونجد الطالب يبحث عن كل ما يظهر استقلاليته ويحققها بعيدا عن الأسرة، وتوصلت دراسة واي وآخرون (2022) Wei et al. أن تلبية الحاجات النفسية الأساسية ترتبط ارتباطا إيجابيا بدعم الوالدين لاستقلالية الطالب، كما تم التوصل إلى أن الطلبة الذين يعيشون في بيئة عائلية داعمة للاستقلالية يميلون إلى تلبية الحاجات النفسية.

كما أن قانون التدريس عن بعد الذي وضعته الجامعة الجزائرية بسبب انتشار كوفيد COVID-19 أعطى للطالب الجامعي وقت فراغ توجه فيه إلى العمل للاعتماد على نفسه وتحقيق ذاته، وللأسرة دور هام في إشباع الحاجة إلى الاستقلالية لمعرفة بعض الالتزامات التي لا يجب تخطيتها والقيم الاجتماعية الخاصة بمجتمعنا المسلم، ما يجعلهم مستقرين ومترنين نفسيا. والأسر الجزائرية كانت في الماضي هي من تحدد سلوك الشباب وفق بعض العادات والتقاليد والقيم السائدة، واليوم وبالرغم من التغيرات والتحديات العصرية والغربية المتسارعة لم تفقد الأسرة هذه السلطة ولا تمنح لأبنائها الحرية الكاملة في التصرف داخل وخارج البيت، أي التوسط بين الاستقلالية التي تدفع للفوضى والسيطرة التي تسبب الانعزال والتبعية والسير وراء عادات موروثه من الأجيال السابقة، مما يبين أن الالب الجامعي أضحي مترنا نفسيا.

وبالنسبة لإشباع الحاجة إلى الكفاءة فقد جاءت في المرتبة الثالثة، وذلك راجع إلى التصور الذاتي الذي يحمله كل طالب وطالبة حول قدراتهم ومهاراتهم المختلفة يلعب دورا كبيرا في شعورهم بكفاءتهم وثقتهم بأنفسهم، بالإضافة إلى التنشئة الأسرية التي لها دور هام في بناء شخصية قوية وسوية للطالب الجامعي،

وتنتج فردا قادرا على تحمل المسؤولية وعلى التعامل مع الأحداث والمواقف اليومية، وقد أشار كارل روجرز في نظريته عن الشخصية ومفهوم الذات إلى أنها "عبارة عن مجموعة أفكار وتصورات حول طبيعة وسلوك الفرد وتشمل الإجابة عن سؤالين مهمين: من أنا؟ وما الذي أستطيع عليه؟ فالذات هي تكوين من الأفكار الذاتية المحددة للكينونة الداخلية والخارجية" (مزور، 2020، ص129)، كما يعتبر التكوين الجامعي للطلبة في مرحلتى الليسانس والماستر والزامهم بالقيام بالترتيب الميداني المناسب لتخصصاتهم في آخر سنة من كل مرحلة، يسمح لهم بتطوير كفاءتهم وتنمية مهاراتهم العملية والمهنية واكتساب خبرات جديدة تزيد من ثقتهم بأنفسهم، وعندما يكون الفرد راض عن ذاته، تصبح لديه القدرة على مواجهة التحديات والمواقف المختلفة في الحياة وتصبح لديه القدرة على تحقيق أهدافه وغاياته التي خطط لها (Laporte et al, 2021).

وحسب نظرية محددات الذات SDT لديسي وريان Deci & Ryan فإن كل هذه الحاجات الثلاثة: الانتماء Relatedness، والاستقلالية Autonomy، والكفاءة Comprtence، هي حاجات تكمل بعضها البعض ويتم إشباعها في البيئة الملائمة لذلك، والجامعة الجزائرية حرصت ووفرت الجو المناسب لتلبيتها من أجل بناء فردا مستقلا ذاتيا وقادر على التفاعل الاجتماعي الإيجابي الذي يسهل له العمل وتكوين العلاقات الاجتماعية، وتحميه من الاضطرابات النفسية التي تظهر عن عدم إشباع هذه الحاجات النفسية الأساسية، وتحسن من نموه النفسي والعقلي، كما أن إشباع هذه الحاجات يساهم في الرفع من مستوى السعادة النفسية ومستوى التحصيل الأكاديمي وتحسين جودة الحياة وهذا ما أشار إليه كل من (Ng et al, 2022)؛ (Macakova & Wood, 2022)؛ (Chen and Zhang, 2022)؛ (Sapmaz et al, 2012)؛ (2012)، فالطالب القادر على تلبية كل هذه الحاجات مع بعض، نجده أكثر نشاطا وأقل ضغطا مقارنة بغيره (Guay, 2022) وتوصلت دراسة ساري (Sari, 2012) أنه عند تلبية الحاجات النفسية الأساسية يساهم ذلك في التنبؤ بسعادة الأفراد، وهذا يدعم ما طرحه الباحثون في نظرية محددات الذات.

وأشار كل من (Ryan, 2009 ; Ryan & Deci, 2022) أنه عند تسليط الضوء على طبيعة الحاجات النفسية الأساسية وعلاقتها بالصحة النفسية والرفاهية للفرد حسب نظرية محددات الذات SDT تم التركيز على: أن الحاجة إلى الكفاءة والاستقلالية والانتماء هي حاجات ضرورية لتحسين جودة الحياة والأداء الأمثل لجميع الناس، كما أن السياقات الاجتماعية التي تدعم الحاجات الثلاثة ستعزز من سعادة الفرد النفسية ومن فعاليته، في حين أن السياقات التي لا تدعم ولا تعزز من إشباع هذه الحاجات تؤدي إلى الإحباط، وفي هذا السياق توصلت دراسة عمارة وآخرون (2022) إلى أن تلبية الحاجات النفسية الأساسية ترتبط بشكل إيجابي بالصحة العقلية، بينما ترتبط الحاجات بالإحباط بأعراض الاكتئاب.

اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة كل من (علة والود، 2018؛ المجايدة، 2019؛ هبازة وبوصلب، 2022) ودراسة (Alradaan, 2018) التي أسفرت عن وجود مستوى متوسط لإشباع الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة، كما اتفقت مع دراسة القطناني (2011) في ترتيب البعد الأول (بُعد الانتماء الذي جاء في المرتبة الأولى) واختلفت معها في ترتيب باقي الأبعاد (الاستقلالية والكفاءة)، واتفقت مع دراستي (البادري، 2017؛ قاجة وقاجة، 2021) في ترتيب الأبعاد (بُعد الانتماء في المرتبة الأولى وُبعد الاستقلالية في المرتبة الثانية، وُبعد الكفاءة في المرتبة الثالثة)، واختلفت مع نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كل من (أبو دوابه، 2012؛ بناي وهوادف، 2023؛ عمارة وآخرون؛ كحلة ونزال، 2023) ودراستي (Dimmock et al., 2022 ; Duran and Aydin, 2022) التي أسفرت عن وجود مستوى مرتفع لإشباع الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة، ومع دراستي (بكر، 2021؛ سعداوي وآخرون، 2021) اللتان أسفرتا عن وجود مستوى منخفض لإشباع الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة.

2- مناقشة وتفسير نتائج التساؤل الثاني:

أسفر التحليل الإحصائي لاختبار التساؤل الثاني أن مستوى المساندة الاجتماعية جاء بدرجة مرتفعة لدى طلبة الجامعة سواء كان ذلك في الدرجة الكلية أو على مستوى الأبعاد المشكلة لها (المساندة العاطفية، المساندة المالية، المساندة بالمعلومات، المساندة الصحية)، ويمكن تفسير ارتفاع مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة إلى وجود ارتباط عاطفي قوي، وعلاقة متينة بين الطالب الجامعي وأفراد أسرته تسودها المحبة والاهتمام المتبادل، وكذا الاحترام والتقبل، الأمر الذي يساهم في إحساس الطالب بالأمن والاستقرار النفسي والتوازن داخل الأسرة، فوعي الأسرة الجزائرية بمدى أهمية تقديم الدعم والمساندة العاطفية والرعاية لأبنائها الطلبة يساعد على وقايتهم من الاضطرابات النفسية، ومن الآثار السلبية للضغوطات اليومية.

بالإضافة إلى إحساس الطالب الجامعي بغض النظر عن نوع جنسه بأهميته ومدى قبوله من طرف أصدقائه في الوسط الجامعي، والمحبة والتعاون المتبادل بينهم يعمل على تقوية العلاقة ونجاحها، كما أن جماعة الرفاق تعتبر أيضا كمصدر للتفيس والتفريغ الانفعالي، حيث أشار شونيت رايشل Schonnet-Reichl (1994) أنه عندما يمر الشباب بأزمات أو مشاكل يلجأ 76% منهم إلى الأصدقاء للحصول على الدعم النفسي والاجتماعي مقارنة بـ 60% يلجؤون إلى العائلة، ويرجع ذلك إلى إحساس الفرد بالراحة بين أصدقائه وقدرته على التعبير بحرية أمامهم (الصايم، عطا، 2020)، فالطالب عندما يكون داخل جماعة من نفس سنه وتفكيره يجعله يحس بالراحة النفسية والانتماء إليهم ما يسهل عليه التعبير عن نفسه ومشاعره والتحدث عن مشاكله بدون خوف، فتلك المشاركة الوجدانية وتبادل الأحاديث تقوي وتزيد من الروابط العاطفية وتساهم

في الحفاظ على صحته النفسية، ضف إلى ذلك أن تمتع الطالب الجامعي بالذكاء العاطفي الذي يركز على فهم مشاعر الذات ومشاعر الآخرين، والتحكم في الانفعالات والقدرة على إدراكها ومشاركة الآخرين في أزماتهم، كلها أمور تساهم من رفع مستوى المساندة العاطفية لدى طلبة الجامعة وتمنحهم فرصة التكيف النفسي والاجتماعي بشكل سريع مع الحياة الجامعية والضغوطات الأكاديمية.

كما قد يعود سبب ارتفاع المساندة العاطفية لدى طلبة الجامعة إلى الجلسات العائلية والحوارات التي نُفِّتَح فيها، وتؤخذ المشورة من أفراد الأسرة فيما بينهم تزيد من ترابطهم واتصالهم ببعض، كما تخلق جواً مليئاً بالطمأنينة والتفاهم وتساعدهم على تفريغ طاقتهم السلبية وشحن كل ما هو إيجابي من أجل مواجهة ظروف الحياة، فالحوار يزيل كل ما هو مبهم، ويزيد من المحبة والثقة بين الأفراد، وقد أشار رمضان وآخرون (2020) إلى أهمية الحوار الأسري التي تكمن في بناء أسرة مترابطة ويسهل عملية التربية الأخلاقية والنفسية وترسخ المبادئ والقيم الصحيحة للأبناء، كما يساعد على النمو النفسي السليم من خلال التعبير عن المشاعر الداخلية وعدم كبتها، ويحفز على اتخاذ القرارات الصائبة فكلما كان الحوار بطريقة لينة بدون تعنيف لفظي أو جسدي كلما وصلت الرسالة منه بشكل سريع وكانت مقنعة أكثر، وقد توصلت دراسة خان وعريف (2019) أن دعم الأسرة ودعم الأقران مرتبطان ارتباطاً إيجابياً بالسعادة النفسية وترتبط سلباً بالضيق النفسي وتعتبر كآلية ذات الأثر المباشر في مواجهة الأزمات، كما أن المساندة الاجتماعية تنتبأ بشكل إيجابي بالصحة العقلية بين طلاب الجامعات.

أما بالنسبة لارتفاع مستوى المساندة المالية لدى طلبة الجامعة فقد يعود السبب إلى حرص الأولياء على تقديم كل ما باستطاعتهم من دعم مالي لأبنائهم الطلبة لسد احتياجاتهم المختلفة، فالطلبة الجامعيين خلال مسارهم العلمي يحتاجون مصاريف كثيرة بالنسبة للمقيمين بالإقامات الجامعية أو غير المقيمين ذكورا وإناثا أو مهما اختلفت حالتهم الاجتماعية حتى يتمكنوا من إكمال دراستهم في أحسن الأحوال والانتقال إلى أعلى المراتب، بالإضافة إلى أن الجامعة الجزائرية فكرت في طلبتها وسهرت من أجل تسهيل كل الظروف والخدمات الجامعية ليستطيع الطالب تلبية احتياجاته المادية. وذلك من خلال الاستفادة من المنحة الجامعية التي تختلف باختلاف مستوى الطالب الجامعي حسب المرسوم التنفيذي رقم 09-351 المؤرخ في 7 ذي القعدة عام 1430 الموافق لـ 26 أكتوبر 2009 يعد ويتم المرسوم التنفيذي رقم 90-170 المؤرخ في 9 ذي القعدة عام 1410 الموافق لـ 02 يونيو 1990 الذي يحدد شروط تخصيص المنح الدراسية ومبلغها، شرط أن يكون الطالب مسجلاً في الجامعة وأن يكون دخل والداه أقل من 08 مرات الحد الأدنى الوطني المضمون للأجور أو يعادلها (المادة 16 المعدلة والمتممة بالمرسوم التنفيذي رقم 09-351 المؤرخ في 26

أكتوبر 2009 المادة 02 منه)، وتقدم المنحة الجامعية للطالب أربع مرات في السنة كل ثلاثة أشهر، وبذلك يتمكن الطالب من توفير بعض المتطلبات الدراسية لنفسه دون اللجوء لأي أحد.

ضف إلى ذلك توفير الإقامات الجامعية للطلبة القاطنين في مدن بعيدة عن الجامعة على بعد 50 كلم بالنسبة للذكور و30 كلم بالنسبة للإناث عن المؤسسات البيداغوجية المسجلين بها شرط توفر طاقة الاستيعاب للإيواء من أجل التخفيف من مصاريف التنقل، حسب القرار الوزاري رقم 42 المؤرخ في 25 جوان 1998 المتضمن للنظام الداخلي للإقامات الجامعية المادة رقم 01. ويعود سبب ارتفاع مستوى المساندة المالية لدى طلبة الجامعة إلى توفير النقل الجامعي للطلبة المسجلين من كل المستويات ويشمل عدة خطوط ليغطي معظم مناطق الولاية ويتمكن الطالب أينما كان من التنقل والذهاب للجامعة بكل سهولة، وتوفير خدمة الإطعام لكل طالب مقيم أو غير مقيم من حقه الاستفادة من الوجبات في المطاعم الجامعية الموزعة على مؤسسات التعليم العالي والبحث العلمي (مطاعم مركزية ومطاعم جامعية) لتحسين المستوى المعيشي للطلبة والرفع من مستوى راحتهم ورفاهيتهم وسعادتهم النفسية، ضف إلى ذلك التدريس المزدوج بين الحضوري وعن بعد الذي فرضه انتشار فيروس كورونا على الجامعات الجزائرية سمح للعديد من الطلبة الذكور والإناث بالتوجه إلى ميدان العمل في أوقات الفراغ وإنشاء مشاريع مصغرة والعمل عليها من أجل تطويرها لتوفير المال وتلبية متطلبات الدراسة.

ويعود سبب ارتفاع مستوى المساندة بالمعلومات لدى طلبة الجامعة إلى وعي الأسر الجزائرية بمختلف التغيرات السريعة في شتى المجالات في العصر الحالي الأمر الذي يدفعهم للحرص على تقديم النصائح والإرشادات اللازمة لأبنائهم وبناتهم الطالبات من أجل تسهيل التعامل والتعايش مع الظروف المحيطة بهم في البيئة الجامعية أو خارجها، وخاصة أن المرحلة العمرية التي يمر بها الطلبة هي مرحلة تتميز بالاستقلالية والاندفاع نحو الحياة، ما يجعل الوالدين في حالة من الخوف نوعا ما من تهور أبنائهم بسبب نقص خبرتهم في الحياة، فنجدهم يوجهونهم بطريقة لا تشعرهم بالنقص أو السيطرة وإنما توضح لهم الطريق الصحيح أمامهم.

كما أن وجود الطالب ضمن جماعة أصدقاء تتميز بالإيجابية والحيوية تساعده على العمل وتحفزه على تبادل الأفكار والمعارف الجديدة، وتمكينه من الإبداع وإخراج المواهب بدون خوف أو خجل، وهنا يمكننا الإشارة إلى التعلم التعاوني الذي يعزز التفاعل الاجتماعي ويطور العلاقات الاجتماعية وينمي المهارات الاجتماعية، ويقوي شعور الاعتماد المتبادل الإيجابي بين الطلبة، وهو عمل جماعي يركز على

تبادل المعلومات وحل المشكلة من أجل الوصول إلى هدف معين (بهجات وآخرون، 2018). وتساعد جماعة الرفاق أيضا على المشاركة في مختلف النشاطات الترفيهية والمطالعة التي تعطي للطلاب الفرصة للتعبير بحرية عن رأيه وأفكاره، وأشارت النتائج في دراسة الردايده والأوراني (Alradaydeh and Alorani 2017) إلى تعزيز المساندة الاجتماعية بين طلاب الجامعات من خلال إشراكهم في مجموعات دعم الأقران أو الأنشطة اللامنهجية.

وقد يعود سبب ارتفاع مستوى المساندة بالمعلومات إلى وضعية بعض الطلبة الاقتصادية التي لا تسمح لهم باقتناء بعض الدروس من المكتبات أو دفع مستحقات الأنترنت للحصول على المعلومات والكتب والقيام بواجباتهم المنزلية، فنجد زملاؤهم يساعونهم على تقديم الملخصات للدروس والمحاضرات وإعارة بعض الكتب، لكي لا يشعرون بذلك الفرق في المستوى الاقتصادي بينهم، وهذا بدوره يقوي العلاقة بينهم ويعتبر أيضا كآلية من آليات خفض مستوى الضغوطات لديهم وبقوتهم من الاضطرابات النفسية.

ولا شك أن الاقتداء والامتثال لأوامر الله سبحانه وتعالى ولوصايا الرسول صلى الله عليه وسلم التي تحث على تقديم يد العون والنصيحة بالطريقة الصحيحة للغير وقت الحاجة، كما جاء في الحديث الشريف عَنْ تَمِيمِ الدَّارِيِّ، أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: "الدِّينُ النَّصِيحَةُ". قُلْنَا: لِمَنْ؟ قَالَ: "لِلَّهِ وَلِكِتَابِهِ وَلِرَسُولِهِ وَلِأَيِّمَّةِ الْمُسْلِمِينَ وَعَامَّتِهِمْ."، وجاء في حديث آخر حَدَّثَنَا مُسَدَّدٌ، قَالَ: حَدَّثَنَا يَحْيَى، عَنْ شُعْبَةَ، عَنْ قَتَادَةَ، عَنْ أَنَسِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: " لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ حَتَّى يُحِبَّ لِأَخِيهِ مَا يُحِبُّ لِنَفْسِهِ" رواه أنس بن مالك الأنصاري.

كما أن هناك العديد من الآيات القرآنية الشريفة التي تشير إلى تقديم النصيحة وطلبها، قال الله تعالى: "وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ (3)" (القرآن الكريم، سورة المائدة، الآية: 3)، وقال تعالى: "فَتَوَلَّىٰ عَنْهُمْ وَقَالَ يٰقَوْمِ لَقَدْ أَبْلَغْتُكُمْ رِسَالَةَ رَبِّي وَنَصَحْتُ لَكُمْ وَلَكِنْ لَا تُحِبُّونَ النَّصِيحَ (78)" (القرآن الكريم، سورة الأعراف، الآية: 78)، قال تعالى: "وَلَتَكُنَّ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ (104)" (القرآن الكريم، سورة آل عمران، الآية: 104)، وقال سبحانه وتعالى: "كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَلَوْ آمَنَ أَهْلُ الْكُتُبِ لَكَانَ خَيْرًا لَّهُمْ مِنْهُمْ الْمُؤْمِنُونَ وَأَكْثَرُهُمُ الْفَاسِقُونَ (110)" (القرآن الكريم، سورة آل عمران، الآية: 110). فالإنسان حين يبذل جهده في نصح الناس إلى الخير وتوجيههم له الأجر العظيم، وهنا يعكس مدى وعي طلبة الجامعة وحرصهم على تقديم الدعم التوجيهي لبعضهم البعض والالتزام بتعاليم الدين الإسلامي.

ويعود ارتفاع مستوى المساندة الصحية لدى طلبة الجامعة إلى درجة وعي الأولياء والمسؤولين بالجامعة بمدى أهمية تقديم الدعم الصحي للطلبة من أجل وقايتهم من الأمراض، بالإضافة إلى امتلاكهم للثقافة الصحية ومعرفتهم بمخاطر عدم زيارة الطبيب أثناء المرض، يجعلهم يقفون بجانب أبنائهم الطلبة عند إصابتهم بأي مرض، وذلك بتوفير المال والوقت من طرف الوالدين لعلاج أبنائهم والقيام بمختلف التحاليل وشراء الأدوية اللازمة خوفاً على صحتهم، كما أن انتشار فيروس كورونا زرع الخوف في قلوب الأولياء والمسؤولين في الجامعة ما جعلهم يضعون صحة الطالب النفسية والجسدية من أولى أولوياتهم، والاهتمام به وتوفير كل ما يلزم من أجل راحته وعدم تراجع تحصيله الدراسي، فالمساندة الصحية من الأسرة تساهم في الرفع من مستوى التحصيل وتحسين الأداء الأكاديمي لدى الطالب، وهذا ما توصلت إليه دراسة الحمادين وآخرون (2020) على وجود علاقة ارتباطية بين المساندة الأسرية والتحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعة.

والخوف من الإصابة بأمراض نفسية وجسدية جعل الطلبة الجامعيين يلتزمون بمختلف الإجراءات الوقائية، كما أن الجامعة وفرت المرافق الصحية من أجل الحرص والسهر على سلامة الطالب الجامعي من خلال توظيف أطباء وأخصائيين نفسانيين يقومون بالتغطية الصحية الشاملة للطالب، وتنظيم أيام توعوية وتحسيسية، والمرافقة النفسية للطلبة من أجل الاطمئنان على صحتهم البدنية والعقلية التي تسمح لهم بالتكيف النفسي والاجتماعي بشكل سريع مع الحياة الجامعية، كما يقوم الأخصائيون بتقديم الاستشارات الطبية للطالب وقت الحاجة، وأيضاً الحرص على المتابعة الدورية لمراقبة المحيط الجامعي في الأقسام والغرف بالإقامات، ونظافة المطعم ونوعية الأكل المقدم للطلبة، كل هذا يشعر الطالب بالأمن والارتياح خلال مساره العلمي في بيئة صحية نظيفة. كما قامت الجامعة أيضاً بتوفير بطاقة الشفاء للطالب الجامعي للاستفادة من الامتيازات الممنوحة له كالعلاج في وكالات الضمان الاجتماعي واقتناء الأدوية بنظام الشفاء حيث يستفيد الطلبة من نسبة 80% من التخفيض على الأدوية.

وحسب نموذج الأثر الرئيسي للمساندة الاجتماعية الذي يؤكد على ضرورة توسيع دائرة العلاقات الاجتماعية من أجل الحصول على دعم ومساندة أكبر، بغض النظر عما إذا كانت هذه المساندة عاطفية أو مادية، فإنها تساهم في شعور الفرد بالسعادة النفسية والاستقرار، كما يشير إلى أنه كلما كانت البيئة الاجتماعية إيجابية ومحفزة للسلوك الصحي للفرد، كلما ساهمت في زيادة رفايته وتحسين جودة حياته بالإضافة إلى الدور الهام للأصدقاء في استجابات وتصرفات الطالب من خلال مساندته. أما بالنسبة لنموذج الأثر الوافي فيشير إلى أن المساندة الاجتماعية تعتبر كآلية وقائية من الاضطرابات النفسية التي تسببها

المواقف الصعبة والضغوطات النفسية للحياة اليومية، والمساعدة له على الإحساس بالطاقة الإيجابية التي تحفزها على الاستمرار والتحدي.

اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كل من (الجبلي، 2006؛ جرجيس وعبد الجليل، 2017؛ حمدونة والمصري، 2021؛ شيري، 2021؛ قوادري بوجلطية وقاجة، 2022؛ المنصوري والبدران، 2010؛ نجم وكريم، 2023)، ودراستي (Ho, 2022 ; Konan et al, 2018) التي أسفرت عن وجود مستوى مرتفع للمساعدة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، واختلفت مع نتائج دراسة الكوامله (2016) ودراسة كل من (Abuhamdah et al., 2021 ; Alradaydah & Alorani, 2017 ; Binti Hamzah & Marhamah, 2017 ;) (McLean et al., 2022) التي أسفرت عن وجود مستوى متوسط للمساعدة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، ودراسة كل من (خلف، 2023؛ الصالحي، 2014؛ القاضي، 2020) التي أسفرت عن وجود مستوى منخفض للمساعدة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة.

3- مناقشة وتفسير نتائج التساؤل الثالث:

أسفر التحليل الإحصائي للتساؤل الثالث أن مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة جاء مرتفعاً وذلك يعود إلى عدة أسباب نذكر منها المرحلة العمرية التي يمر بها طلبة الجامعة وهي مرحلة المراهقة المتأخرة إلى مرحلة الشباب، وهي مرحلة جد مهمة من حياة الإنسان ذكراً كان أم أنثى، بحيث تتميز بالنشاط والحيوية وحب الاستكشاف، والقدرة على التحدي ومواجهة ظروف الحياة فهي مرحلة يظهر فيها الطالب كل طاقاته وقدراته في جميع نواحي حياته، لذلك فإنه لن يبقى له الوقت الكافي من أجل التفكير في الأمور السلبية أو القيام بنشاطات تضر بصحته النفسية والجسدية.

وفي فترة انتشار كوفيد COVID-19 وبعد إيقاف الحجر الصحي وعودة النشاط لكل المؤسسات في الوطن ومنها الجامعات التي وضعت قانون جديد للتدريس وهو الدمج بين التدريس الحضوري وعن بعد ساهم هذا الأخير في نقص الضغط الأكاديمي على الطلبة وهذا سبب آخر لشعورهم بالراحة النفسية وأعطى لهم الوقت الكافي من أجل القيام بمختلف النشاطات التي ترفه عنهم، كممارسة الرياضة في البيت أو في المراكز المخصصة لذلك، مطالعة وقراءة الكتب في مجال تخصص الطالب أو كتب أخرى تثقيفية، ممارسة الهوايات وتطويرها، التسجيل في مراكز تعلم اللغات من أجل اكتساب لغة جديدة، القيام بدورات تدريبية للحصول على شهادات إضافية تزيد من فرص العمل للطلاب وغيرها من النشاطات المفيدة التي تحسن من شخصية الطالب وتكسبه مهارات جديدة، لأن الفرد خلال نشاطه والتركيز في أي عمل كان يعطي له إحساساً بالسعادة والمتعة وهذا ما أشارت إليه نظرية النشاط، فقدره الطالب على السيطرة والتحكم في وقته وتنظيمه بين الدراسة والترفيه والعمل وكيفية تسيير حياته لأفضل يشعره بالراحة والسعادة النفسية والتوازن

في الحياة، فالطالب الفوضوي الذي ليس لديه ضوابط وحدود وأهداف مسطرة هو إنسان غير متزن وغير قادر على إسعاد نفسه، حيث كلما استغل الإنسان وقته استغلالاً أفضل كلما كانت له القدرة على إدارة حياته والتحكم فيها.

بالإضافة إلى مجانية التعليم في الجزائر وتوفر الخدمات الجامعية بشكل مجاني أيضاً للطلبة تساهم بشكل كبير في خفض الضغط على الطالب الجامعي والرفع من مستوى رفايته وراحته النفسية لأن التفكير في هذه الأمور والتخطيط لها أمر صعب خاصة بالنسبة للطلبة الذين مستواهم الاقتصادي ضعيف بينما الجامعة الجزائرية فكرت في ذلك من أجل توفير بيئة مريحة تشمل جميع الخدمات لأجل تحسين أداء وتحصيل الطالب. كما أن توفر الهواتف الذكية والأنترنيت لدى معظم الطلبة الجامعيين سهل الاتصال والتواصل عبر مختلف مواقع ومنصات التواصل الاجتماعي مع الزملاء والأساتذة في أي وقت، وساعدهم على القيام بالواجبات والبحوث في وقتها بدون جهد وعدم تأجيلها لكي لا تتراكم وتسبب الضغط النفسي، ضف إلى ذلك فإن من أساسيات السعادة النفسية أن يكون للفرد هدف واضح ومحدد ومخطط له والطالب الجامعي لحظة نجاحه وحصوله على شهادة البكالوريا يبدأ بالتخطيط لحياته الجامعية من كل النواحي بداية باختيار تخصصه الجامعي الذي يناسب ميوله وقدراته المعرفية، مع اختيار الجامعة التي يدرس بها وتنظيم كل ما يحتاجه للوصول إلى هدفه.

والحياة الجامعية تتطلب تكوين علاقات اجتماعية ناجحة وواسعة، فالجامعة هي مؤسسة تضم الآلاف من الطلبة من مختلف المناطق والمدن من الجنسين ما يسمح للطالب باختيار وانتقاء جماعة رفاقه وزملائه في الدراسة أو خارجها في الإقامة الجامعية مثلاً، وهنا يبدأ الطالب بالإحساس بالاستقلالية التي تميز هذه المرحلة من عمره وتعتبر كمؤشر على نضجه النفسي والاجتماعي الذي يساعده على الخروج من دائرة السيطرة والتحكم به من قبل والديه، فحين يتحكم بذاته ويتخذ قراراته بنفسه يزيد من شعوره بالثقة بالنفس، فالشخص السعيد هو شخص واعي ومنتيقظ ولديه القدرة على اتخاذ القرارات الشخصية المتعلقة بحياته ودراسته وعمله، الأمر الذي يجعل الطالب الجامعي يقوم بدوره الاجتماعي في كل مكان يتواجد فيه (البيت، الجامعة، الشارع، مكان العمل) ويساعده على الاعتماد على نفسه والقيام بمهامه المعطاة له.

كما قد يعود سبب ارتفاع مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة إلى تقبل حياتهم، فكلما كان الإنسان راضياً عن حياته كلما أعطى لها قيمة أكبر بحيث يظهر ذلك من خلال تصرفاته، كما يشير الرضا عن الحياة أنه "حالة من التقبل والسعادة التي يبديها الفرد اتجاه نواحي الحياة وتتبع هذه الحالة من خلال

رضا الفرد بما قسمه الله له وإيمانه بعد الله" (أبو عبيد، 2013، ص13)، وقد جاء في القرآن الكريم العديد من الآيات التي تشير إلى الرضا وانعكاساته الإيجابية على حياة الفرد، قال الله تعالى: "وَمَا كَانَ لِمُؤْمِنٍ وَلَا مِؤْمِنَةٍ إِذَا قُضِيَ إِلَيْهِمْ أَمْرًا أَنْ يَكُونَ لَهُمُ الْخَيْرَةُ مِنْ أَمْرِهِمْ وَمَنْ يَعْصِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ ضَلَّ ضَلَالًا مُّبِينًا" (القرآن الكريم، سورة الأحزاب، الآية: 36)، وقال تعالى: "مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلٍ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ * لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ" (القرآن الكريم، سورة الحديد، الآية: 22-23)، وقال سبحانه وتعالى: "وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ" (القرآن الكريم، سورة البقرة، الآية: 216).

وكلما رضي الطالب عن تخصصه وجامعته كلما كانت له القدرة على التكيف مع البيئة الجامعية بما فيها من قوانين جديدة ونظام تدريس جديد ومختلف تماما عما كان يوجد في الأطوار السابقة، زيادة على ذلك فإن التصالح مع الذات وتقبل خيبات الماضي وذكرياته يصنع فردا قويا وسعيدا يمكنه تخطي مختلف الظروف والضغوط اليومية الصعبة، وقد يعود إلى حصول الطالب الجامعي على المساندة والدعم النفسي والاجتماعي معنويا وماديا وتوجيهيا من طرف الأسرة التي تشمل الأب والأم والإخوة، أو جماعة الرفاق والزملاء في الوسط الجامعي يساعده على تخطي الأزمات وتقيه من الاضطرابات النفسية التي تنتج عن عدم وجود الدعم، وكل هذا يساهم في طمأنينة الطالب وشعوره بالأمن والحب والانتماء والبهجة.

ونشير أيضا إلى التزام الطالب الجامعي دينيا وعدم تهاونه والامتثال لتعاليم وضوابط الدين الإسلامي والسعي وراء الثبات فيه، ونرى في تصرفاته واستجاباته في الحياة اليومية كتقديم المساعدة للغير والأمر بالمعروف والنهي عن كل ما يؤدي النفس ويبعدها عن طريق الصلاح والاستقامة، والحفاظ على الصلوات الخمس يعلم الطالب الانضباط ويقوده نحو النجاح والتميز، كما أن خلو النفس من الحقد والكراهية، وحب الخير للناس يساعد على هدوئها ورضا القلب وسعادته، فقد وضح عبود وإيدري (2020) أهمية الالتزام الديني التي تكمن في استقرار المجتمع وتماسك أفرادها وانتشار المحبة والخير بينهم، فهم الذات وتقبلها وتحقيق الأهداف المحددة مسبقا، يساعد الالتزام الديني أيضا على تأديب النفس وبناء شخصية سوية وقادرة على التواصل والتفاعل الاجتماعي وتكوين علاقات سليمة، وتحقيق السعادة النفسية وراحة البال، حيث توصلت دراسة مليباري والمفرجي (2021) أن للالتزام الديني تأثير ومساهمة في زيادة السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة.

ونجد أيضا أن الطالب الجامعي يتميز ببعض الصفات الخاصة بالأشخاص السعداء التي أشار إليها كل من (أبو عمشة، 2013؛ العنزي والجاسر، 2019؛ معوض، 2022)، كالثقة العالية بالنفس فالطلب الجامعي الذي لديه مستوى عالي من السعادة النفسية يتميز بتقديره لذاته ولكفاءته وقدراته المختلفة حيث توصلت دراسة قاسم وعبد الاله (2018) أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الثقة بالنفس والشعور بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، والتفكير بطريقة منطقية وإيجابية يتبين من خلالها وعي الطالب ونضجه العقلي والنفسي وتقبله لحياته وظروفه المعيشية الاجتماعية والاقتصادية وتكيفه معها واندماجه فيها يساعده على الاستمرار في العمل والتحدي لإكمال مساره العلمي. كما يساهم في تحسين ظروفه وتطوير مهاراته وعدم الاستسلام للصعاب والأزمات، بالإضافة إلى ممارسة الرياضة ومطالعة الكتب وحب الاستطلاع على كل ما هو جديد وحصري، والحرص على الذكر وقراءة القرآن بانتظام يقوي من شخصيته ويبني بينه وبين الله سبحانه وتعالى علاقة متينة وهو أمر مهم لاستقرار مزاجه الجيد وسعادته لقوله تعالى: "الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَّا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ" (القرآن الكريم، سورة الرعد، الآية: 28).

وقضاء وقت الفراغ بعد الدراسة في أمور مفيدة وصحية هي تصرف صحيح وإيجابي يعكس مدى نجاح الفرد في حياته اليومية، ويجعل منه فردا مرحا ومتفائلا لا تغادره الابتسامة مع الجميع. ضف إلى ذلك فإن الطالب الجامعي الذي لديه مستوى مرتفع من السعادة النفسية هو شخص يجذب إليه العديد من الطلبة ونجد لديه صداقات واسعة تتميز بالإيجابية والحيوية، فهو يستغل علاقاته الاجتماعية الناجحة في نشر كل ما يفيد مجتمعه ويقوده نحو الأفضل.

وحسب نموذج رايف Ryff للسعادة النفسية فإن الاستقلالية Autonomy والتمكن البيئي Environmental Mastery والتطور الشخصي Personal Growth والعلاقات الإيجابية مع الآخرين Positive Relations with Others والحياة الهادفة Purpose in Life وتقبل الذات Self-Acceptance هي مؤشرات تفسر السعادة النفسية، فالطالب الجامعي المستقل في ذاته ولديه القدرة التعامل مع المواقف والظروف اليومية وباستطاعته تطوير نفسه ومهاراته وقدراته وتخطي العراقيل، هو شخص قادر على تكوين علاقات وصداقات واسعة ذات طابع إيجابي يستطيع من خلالها تحقيق أهدافه وإشباع حاجات النفسية الأساسية، فيشعر بالرضا عن نفسه ويتقبل حياته ويصبح شخصا فعالا في المجتمع ومرتزا نفسيا واجتماعيا.

اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كل من (أبو حماد، 2019؛ أبو ذويب، 2010؛ الجنابي، 2020؛ الدهني، 2020؛ الزهراني، 2020؛ الشاوي والسلمي، 2017؛ الشهري، 2020؛ العطيوي والقضاة،

2023؛ قدومي، 2018؛ محمد وآخرون، 2022؛ الوائلي، 2020)، ودراسة (Moussa and Ali. (2022) التي أسفرت عن وجود مستوى مرتفع للسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، واختلفت مع نتائج دراسة كل من (أبو عمشة، 2013؛ حمادات والقضاة، 2016؛ داودي، 2022؛ الدبابي وآخرون، 2019؛ الزين، 2020؛ سماوي، 2013؛ العنزي والجاسر، 2019؛ الكساسبة، 2015؛ المطارنة، 2015)، بالإضافة إلى دراسة كل من (Alsukah, 2021 ; Hatami & Shekarchizadeh, 2022 ; Wan Mohd Yunus et al., 2021) التي أسفرت عن وجود مستوى متوسط للسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة ودراسة أبوراس (2019) التي أسفرت عن وجود مستوى منخفض للسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة.

4- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

أسفر التحليل الإحصائي لاختبار نتيجة الفرضية الأولى أن بعدي الحاجات النفسية (الاستقلالية والكفاءة) يساهمان في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، في حين أن بعد الحاجة للانتماء لا يساهم في التنبؤ بها، وسبب مساهمة كل من إشباع الحاجة إلى الاستقلالية والكفاءة راجع إلى أنه عند دعمهما عن طريق البيئة الاجتماعية الملائمة تسهل على الطلبة المشاركة الأكاديمية بينهم القائمة على تبادل المهارات (Niemiec & Ryan, 2009)، التي تؤدي إلى تحسين المستوى الدراسي لديهم وبالتالي الشعور بالسعادة النفسية لأن الإحساس بالنجاح والتميز دائما ما يتماشى مع الشعور بالراحة والرضا النفسي، كما أنه عند تلبية الحاجات النفسية يتحسن أداء الفرد نحو الفعالية وتحميه من الاضطرابات النفسية وتعزز نموه النفسي والعقلي السليم، ويعتبر إشباع حاجتي الاستقلالية والكفاءة يساهم في التنبؤ بالرفاهية النفسية بغض النظر عن ثقافة الفرد أو مجتمعه (Deci & Ryan, 2008).

ومن العوامل المعززة للاستقلالية لدى الفرد إعطائه الفرصة للاختيار والتصرف الذاتي بالاعتماد على خبراته السابقة ومهاراته الاجتماعية مع القدرة على تقديم المبررات المقنعة لأي قرار أو اقتراح صادر منه، بالإضافة إلى المبادأة الذاتية التي يقصد بها اندفاع الفرد نحو عمل ما والقيام به دون الاستناد إلى أي أحد (محمد، 2019)، وعند تطبيق أحد هذه العوامل في البيئة الجامعية من طرف المسؤولين والأساتذة مع الطلبة في شتى المواقف الأكاديمية يؤثر ذلك وبشكل إيجابي على معنوياتهم وأدائهم نحو الأفضل وبالتالي الإحساس بالسعادة النفسية.

وأشار أبو عميرة وآخرون (2015) أن الكفاءة الاجتماعية تساهم في نجاح الفرد عمليا وأكاديميا كما تعمل على تنمية وتطوير المهارات الاجتماعية لدى الفرد التي تسهل عليه التفاعل الاجتماعي الإيجابي حيث توصلت دراسته إلى أن هناك علاقة ارتباطية بين الكفاءة الاجتماعية والسعادة النفسية لدى الطلبة

المتفوقين دراسياً، ضف إلى ذلك فإن الشعور بالكفاءة تعطي للطالب الجامعي الفرصة للإحساس بالمسؤولية والقدرة على فهم الذات والآخرين ومشاركتهم لانفعالاتهم، لأن الافتقار للكفاءة الاجتماعية يعني تدني التحصيل الدراسي وانخفاض مستوى الرضا عن الذات.

وقد يعود سبب مساهمة إشباع حاجتي الاستقلالية والكفاءة بالتنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة إلى أن السعادة تكمن في الإقدام على الحياة بإيجابية، وتحتاج إلى شخصية قوية قادرة على مواجهه ظروف الحياة وإثبات الطالب لنفسه وقدراته الواسعة في مجال الدراسة والعمل وتحقيق أهدافه المحددة والمضبوطة، وبالتالي تحسين جودة الحياة وكل هذا يشمل معنى كفاءة الطالب واستقلاليته.

ويعود سبب عدم تنبؤ الحاجة للانتماء بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة إلى التغيرات التكنولوجية العصرية والتطورات التي حدثت في مجال الأجهزة الالكترونية عموماً والتي تستعمل في الاتصال والتواصل الاجتماعي خاصة، كالهواتف الذكية واللوحات الإلكترونية والألعاب الالكترونية التي اكتسحت ودخلت معظم البيوت، وأصبح كل طالب جامعي لديه صفحة شخصية على الفيسبوك أو الانستغرام وغيرهم من مواقع التواصل الاجتماعي يتفاعل من خلالها مع العالم الافتراضي لساعات طويلة، بحيث أثرت بشكل مباشر وسلبى على حياة الفرد كتفكك الروابط الاجتماعية وأصبح الأصدقاء في الجماعة الواحدة أو أفراد الأسرة يعيشون حياتهم بكل نواحيها في عزلة ولا يشعرون بأي ترابط عاطفي بينهم يحسسهم بالانتماء وانقطع التفاعل والتواصل بينهم ونجدهم يفضلون الاتصال الوهمي عن الاتصال الحقيقي الذي يعطي المعنى للحياة.

حيث توصلت دراسة لقلوق وقرناني (2022) إلى أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي قد مس العلاقات الاجتماعية بصفة عامة والأسرية بصفة خاصة، وأن هناك علاقة ارتباطية بين مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية، فكلما زاد استخدام مواقع التواصل الاجتماعي كلما زاد شعور الفرد بالوحدة والعزلة الاجتماعية، وتوصلت دراسة السلغوس (2021) إلى وجود علاقة طردية بين إدمان الألعاب الالكترونية ومشكلة العزلة الاجتماعية أي أنه كلما زاد الإدمان زاد معه انعزال الفرد اجتماعياً.

كما أصبح لدى الطالب الجامعي أولويات ضرورية في حياته وهي الحصول على شهادة والبحث عن عمل لذلك أصبح معظم وقته بين الدراسة أو في التنقل من مكان لآخر ولم يعد له الوقت الكافي للجلوس مع أفراد الأسرة أو الأصدقاء والاحساس بشعور الانتماء إليهم. ومن الآثار السلبية التي تركها انتشار كوفيد

Covid-19 هي التباعد الاجتماعي الذي فرض على الجميع وفي الجامعة أيضا والذي كان في بداية الأمر غير مقبول تماما، ثم مع الوقت تم التأقلم مع الوضع وأصبحوا يفضلون الانعزال والوحدة خوفا من العدوى.

بالإضافة إلى نقص الثقة بين الناس لكثرة وانتشار الآفات الاجتماعية الخطيرة في مجتمعاتنا العربية الإسلامية، أصبح الفرد يخاف من تكوين علاقات وصدقات ومخالطة الناس، وبما أن الجامعة مؤسسة تضم العديد من الطلبة الذين تختلف طبائعهم وسلوكياتهم وتنشئتهم الاجتماعية لذلك يفضل كل طالب أن يكون علاقات سطحية مع زملائه. ضف إلى ذلك فإن الإكبار على الانتماء إلى مجموعة ما من الأفراد لا يساهم في شعور الفرد بالسعادة النفسية والراحة، كانضمام الطالب الجامعي إلى مجموعة بحث بدون إرادته.

اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة مع دراستي محمد (2019) وسابماز وآخرون (2020) Sapmaz et al. اللتين توصلتا إلى أن إشباع الحاجة إلى الكفاءة والاستقلالية يساهمان في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، واختلفت معهما في مساهمة إشباع الحاجة إلى الانتماء في التنبؤ بالسعادة النفسية، وفي نسبة تفسير الحاجات النفسية الأساسية من التباين الكلي في السعادة النفسية التي بلغت (79%) في دراسة محمد (2019)، واتفقت مع دراسة نونيز وليون (2013) Núñez and León التي توصلت إلى أن إشباع الحاجة إلى الكفاءة تساهم في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، واختلفت معها في مساهمة إشباع الحاجة إلى الانتماء وفي عدم مساهمة إشباع الحاجة إلى الاستقلالية في التنبؤ بالسعادة النفسية.

كما اتفقت مع دراسة دينيزلي وكانكايا (2020) Denizli and Cankaya التي توصلت إلى أن إشباع الحاجة إلى الكفاءة تساهم في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، وأن إشباع الحاجة إلى الانتماء لا يساهم في التنبؤ بالسعادة النفسية في حين اختلفت معها في عدم مساهمة بعد إشباع الحاجة إلى الاستقلالية في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة. واختلفت مع دراسة ساري (2012) Sari في نسبة تفسير الحاجات النفسية الأساسية من التباين الكلي في السعادة النفسية التي بلغت (41%)، واتفقت مع دراسة هويل وآخرون (2011) Howell et al., التي توصلت إلى أن إشباع الحاجة إلى الاستقلالية يساهم في التنبؤ بالسعادة النفسية في حين اختلفت معها في أن إشباع الحاجة إلى الانتماء يتنبأ بالسعادة، وأن إشباع الحاجة إلى الكفاءة لا يساهم في التنبؤ بالسعادة لدى طلبة الجامعة.

5- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

أسفر التحليل الإحصائي لاختبار نتيجة الفرضية الثانية أن المتغيرات المنبئة تفسر ما نسبته (6%) من التباين الحاصل في السعادة النفسية، وأن بعدي المساندة الاجتماعية (المساندة العاطفية والمساندة

المالية) لا يساهمان في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، في حين أن بعد المساندة بالمعلومات تساهم في التنبؤ بها، ويساهم بعد المساندة الصحية في التنبؤ بخفض السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة.

إن عدم إسهام كل من بعد المساندة العاطفية وبعد المساندة المالية في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، يعود إلى أن الدعم العاطفي والمعنوي تظهر آثاره الإيجابية على نمو الفرد النفسي والعقلي في مراحل عمره الأولى من الطفولة حتى المراهقة، وبما أن طلبة الجامعة تجاوزوا هاتين المرحلتين فلم يعد يهمهم ذلك الارتباط العاطفي القوي والشعور بالرعاية داخل أسرهم أو مع أقرانهم من نفس جنسهم خاصة أنهم وجدوا دعم واهتمام عاطفي أكبر وإشباع لحاجاتهم العاطفية في علاقاتهم وصدقاتهم مع الجنس الآخر، ضف إلى ذلك عند مرور الطالب الجامعي بأي ضغط أو مشكل حتى وإن تلقى المساندة معنوية ربما يشعر براحة نفسية لحظية فقط وتزول بسرعة لأن المشكل مازال قائماً، والسعادة النفسية لديهم تتحقق بزوال المشكل أو العقبة، لأن الفرد في وقت الأزمات يبحث عن حلول واقعية ملموسة لا على العواطف والاهتمام.

أما بالنسبة لعدم مساهمة المساندة المالية في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، فقد يرجع ذلك إلى إحساس الطالب بأنه يحمل والديه أكثر من طاقتهما، ويشعر بأنه عبء عليهما عندما يجد نفسه يطلب المال في كل مرة حتى وإن كانت حالتهم المادية جيدة، لأن تحصيل المال عن طريق العمل المستقل يساهم في شعور الفرد بالسعادة والاستقرار أكثر من الذي يحصل عليه من خلال تلقي الدعم من أي طرف، وجاء في حديث شريف عن عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ وَهُوَ عَلَى الْمُنْبَرِ، وَذَكَرَ الصَّدَقَةَ وَالتَّعَفُّفَ وَالْمَسْأَلَةَ: "الْيَدُ الْعُلْيَا خَيْرٌ مِنَ الْيَدِ السُّفْلَى، فَالْيَدُ الْعُلْيَا هِيَ الْمُنْفَعَةُ، وَالسُّفْلَى هِيَ السَّائِلَةُ" رواه مسلم وأبو داود والنسائي.

كما أن المساندة المالية قد تكون على شكل قرض مالي من صديق أو زميل بالدراسة عند المرور بأزمة مالية فهو تصرف نبيل يعكس مدى طيبة الشخص وحبه للطاء ومساعدة الآخرين، وبالتالي يستطيع الطالب الجامعي من خلال ذلك قضاء مصالحه، ولكن سرعان ما يبدأ بالتفكير في كيفية إرجاع المال وقضاء الدين وهذا بدوره يخلق إزعاجاً وتوتراً لديه، فلا يستطيع ممارسة نشاطاته اليومية بشكل مريح حتى يسدد دينه، بالإضافة إلى أن الطالب الجامعي المؤمن يعلم جيداً أن السعادة النفسية الحقيقية تكمن في إرضاء الله سبحانه وتعالى والسعي نحو العمل الصالح والحلال، فيعتبر أن المساندة المالية هي موقف عادي يمر به أي طالب لا يساهم في زيادة سعادته أو نقصانها.

ويرجع السبب في أن المساندة بالمعلومات تساهم في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة إلى أنه لا شك بأن كل طالب جامعي يمر بفترات ضغوط نفسية وأكاديمية خلال مساره الدراسي لعدة أسباب منها عدم القدرة على التكيف والاندماج في الوسط الجامعي بشكل سريع، إضافة إلى صعوبة المناهج الدراسية وطرق التدريس التي يمارسها بعض الأساتذة في حصصهم الجامعية والتي قد لا تتناسب مع قدرات الطالب الجامعي، كلها تزيد من توتره وقد تؤثر على طريقة تفكيره واستجاباته للمواقف اليومية ولكن عن تلقيه للمساندة والدعم من أفراد الأسرة والأصدقاء يساهم ذلك في التخفيف عنه من آثار الضغوط السلبية وتساعد على مواجهتها، وذلك من خلال التقديم له النصائح والتوجيهات القيمة والمناسبة لوضعيته، وإعطائه الفرصة للتحدث عن مشاكله أثناء التجمع العائلي أو عن تواجده مع جماعة الرفاق.

فالمساندة من طرف الأصدقاء لها دور هام وتأثير إيجابي على صحة الفرد النفسية والعقلية، كما أن المساعدة والمشاركة المتبادلة بين الطلبة للدروس والمحاضرات يساهم في إحساس الطالب بالراحة والاستقرار النفسي، وتخفض له من مستوى التوتر وتحسن مستوى أدائه الأكاديمي وبالتالي ينجح ويحس بسعادة نفسية أكبر. كما أن الطاقم الجامعي الذي يشمل الإداريين والأساتذة في كل كلية من كليات الجامعة لا يقصرون في تقديم الإرشادات للطلبة فيما يخص شؤونهم البيداغوجية، ويوجهونهم أحسن توجيه لقضاء أمورهم وعدم ارتباكهم في مختلف المواقف، ضف إلى ذلك فإن مهام الإشراف التي يكلف بها الأساتذة على مذكرات التخرج في السنة الثالثة ليسانس والسنة الثانية ماستر لكل التخصصات تعتبر كعامل من عوامل تعزيز المساندة المعلوماتية، فمن خلال هذه المهام يقدم الأستاذ المشرف أكبر قدر ممكن من التوجيهات القيمة لطلبه لإتمام مذكراتهم وتكوينهم أكاديميا، كما يخصصون لهم وقتا كافيا لطرح انشغالاتهم واستشاراتهم التي تخص البحث العلمي لتزويدهم بكل ما هو مفيد وجديد فتنطور وتنمو خبراتهم ومهاراتهم ويتحسن مستواهم الدراسي.

قد يعود سبب مساهمة بعد المساندة الصحية في التنبؤ بخفض السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة إلى أن الفرد عادة ما يشعر بالتقييد أثناء إصابته بمرض ما أو أي اضطراب نفسي، وهو ما يحدث أيضا مع الطالب الجامعي حين يمرض يتلقى المساندة الصحية من طرف أفراد أسرته والقريبين منه فيهتمون به ويقدمون له كل ما بوسعهم لتسهيل العلاج ويشفي بأقصى سرعة، لكن هذا من الممكن أن يتماشى مع الأمراض غير المستعصية أو المزمنة، إلا أن هناك بعض الطلبة مصابون بأمراض صعبة تطول مدتها ومدة علاجها وقد يستلزم ذلك بقاءه في البيت أو المستشفى، الأمر الذي قد يؤدي إلى تعطل دراسته ويتغيب عن امتحاناته وربما يرسب ولا ينتقل إلى السنة المقبلة فيضيع منه عام دراسي كامل ويتأخر معه حصوله

على الشهادة الجامعية، وهنا يشعر بالخيبة وينتابه القلق نحو مستقبله الدراسي والمهني ولا يشعر بالسعادة النفسية حتى عند تلقيه الدعم الصحي من الأهل والأصدقاء.

كما أن هناك بعض الطلبة الجامعيين يفضلون تلقي الدعم الصحي عند طلبهم لذلك فقط، أي عند مرورهم بأزمة صحية غالباً ما يخفون ذلك عن والديهم خوفاً من الإثقال عليهم بكثرة التكاليف ومصاريف العلاج والتنقل، وخاصة بالنسبة للعائلات التي مستوياتها الاقتصادية ضعيف، فنجد أن المساندة الصحية التي يقدمها الأهل لأبنائهم الطلبة في هذه الحالة لا تعطي مفعولها الحقيقي وهو حماية الأفراد من الأزمات النفسية وتحسين الصحة البدنية وإنما تخفض من مستوى سعادتهم، لأنهم يظنون أن الاهتمام بهم ورعايتهم في حالة المرض هو عبء كبير يتحمله أوليائهم فيشعرون بالذنب والانزعاج وتأنيب الضمير.

بالإضافة إلى أن الإنسان في حالة المرض الجسدي أو النفسي تتحول شخصيته إلى شخصية حساسة وينتبه إلى أدق التفاصيل في الحياة كالمعاملة والأحاديث، وقد يعتبر في بعض الأحيان أن رعايته من طرف أفراد أسرته والتوفير له العلاج الكامل والملائم لحالته أنه مجرد شفقة عليه فحسب، ويحسسه ذلك بالضعف والعجز وكل شخص لديه هذه الأحاسيس بالطبع لا يستطيع إسعاد نفسه والتمتع بحياته وممارسة نشاطاته بإيجابية.

ويرجع السبب أيضاً إلى طبيعة المرحلة العمرية لطلبة الجامعة فهم في مرحلة الشباب التي تتميز بالاستقلالية والاعتماد عن النفس، والتصرف دون قيود أو تبعية لأحد، وبالطبع بما أنهم في مرحلة الدراسة والتكوين الجامعي فهذا يعني أن معظمهم لا يمارسون أي عمل وليس لديهم راتب شهري مستقل لتحمل مختلف المصاريف اليومية ومصاريف العلاج، وهنا يحس الطالب إذا ساءت حالته الصحية بالعجز وعدم القدرة على الاهتمام بنفسه وتتبادر في ذهنه أفكار لا عقلانية كالخوف من تطور المرض أو الخوف من الموت ونقل العدوى إلى الغير في حالة الأمراض المعدية، ما يسبب لديهم اضطرابات نفسية صعبة وخاصة في فترة انتشار والآثار السلبية التي خلفها والوفيات التي تصاعدت بسببه أصبح لدى الناس قلق دائم وخوف من الإصابة به أو بأي مرض آخر في المستقبل.

اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة أبو هاشم (2010) ودراسة كل من (Daniel-Gonzalez et al., 2023 ; Lee & Pandilla, 2016 ; Prihadi & Foo, 2021) التي توصلت إلى أنه يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من خلال المساندة الاجتماعية من (الأسرة والأصدقاء) لدى طلبة الجامعة.

خاتمة

من أجل توفير بيئة جامعية ملائمة وصحية وأمنة تسهم في زيادة رفاهية الطالب الجامعي وراحته النفسية، وتعمل على رفع مستواه الأكاديمي وتحصيله الدراسي، وبيئة تبني شخصيته وتنميها وتدعم نموه النفسي والعقلي والمعرفي لا بد من السعي بجد وراء توفير المحيط المناسب لإشباع وتلبية حاجات الطالب النفسية الأساسية، التي تعتبر كغذاء أساسي لتطوره وإحساسه بالسعادة النفسية، في حين أنه عند حدوث أي خلل أو عراقيل تمنع من تحقيق إشباع هذه الحاجات يؤدي ذلك إلى تدهور صحة الطالب النفسية والبدنية، وينخفض مستوى أدائه وقد يصاب باضطرابات نفسية نحن في غنى عنها، وقد بينت العديد من الدراسات السابقة القديمة والحديثة العربية منها والأجنبية مدى أهمية تحقيق الفرد لحاجاته النفسية المختلفة للوصول إلى أعلى مراتب الاتزان الانفعالي والاستقرار النفسي والاجتماعي.

كان ديسي وريان (2000) Deci and Ryan من بين العلماء الذين اهتموا بدراسة الحاجات النفسية وأسسوا نظرية أطلقوا عليها اسم نظرية محددات الذات Self-determination Theory والتي تهتم بالجانب الإيجابي في شخصية الإنسان، كما تركز على البيئة الاجتماعية الداعمة والمحفزة على إشباع الحاجات النفسية الثلاثة الآتية (الحاجة إلى الاستقلالية، الحاجة إلى الكفاءة، الحاجة إلى الانتماء) والتي لها دور فعال في تقوية الفرد وحمايته من الآثار السلبية للضغوط.

حيث تعني الاستقلالية مدى تحكم الفرد في حياته وقدرته على إدارتها واتخاذ القرارات الشخصية وتعتبر من أهم الميزات التي يتميز بها الطالب الجامعي في هذه المرحلة من عمره، أما الكفاءة فتعني شعور الفرد بقدرته على تطوير ذاته واكتساب مهارات جديدة مختلفة يحقق من خلالها أهدافه المستقبلية، وأما الانتماء فهو شعور الفرد بالارتباط بجماعة ما تتبادل فيما بينها الدعم والاحترام من خلال تواصلها وتفاعلها اجتماعياً، وتعتبر هذه الحاجات الثلاثة مكملة لبعضها البعض لذلك من الضروري جداً أخذها بعين الاعتبار أثناء إجراء أي تغييرات وتعديلات في الوسط الجامعي لأن الفرد عموماً والطالب الجامعي بشكل خاص الذي يستطيع على تحقيقها هو شخص سوي نفسياً يتمتع بالنشاط والإيجابية في أداء مختلف نشاطاته اليومية.

ومن جهة أخرى لا بد من تقديم الدعم والمساندة الاجتماعية للطالب الجامعي والحرص على ذلك من طرف الأسرة التي تعتبر البيئة الاجتماعية الأولى التي ينشأ فيها الفرد وتتحدد معالم شخصيته

ويتطور فيها نموه النفسي والجسدي، ومن الأصدقاء والزملاء فيما بينهم لأنهم يعتبرون الملجأ الأول الذي يرجع إليه الشاب عند مروره بأي أزمة أو ضغوط نفسية بسبب تقارب أعمارهم وطريقة تفكيرهم وتشابه مشاكلهم فنجدهم يساندون بعضهم البعض بشتى الطرق، أو من طرف المسؤولين والقائمين على الجامعة من خلال تسهيل مختلف الإجراءات والظروف والخدمات الجامعية لاستقرار الطالب وتكيفه مع البيئة الجديدة.

وتقدم المساندة الاجتماعية في عدة أشكال منها المساندة العاطفية التي تكون في شكل الرعاية والاهتمام وكل مشاعر الحب والتقدير من طرف أفراد الأسرة أو الزملاء وجماعة الرفاق وحتى من المسؤولين في العمل أو الدراسة، بالإضافة إلى المساندة المالية والتي تكون على شكل تقديم خدمة أو التسهيل فيها، أو إعانة مالية من أجل حل مشكلة ما، وهناك المساندة بالمعلومات والتي يقصد بها إعطاء الفرد النصائح والتوجيهات التي تفيده في مساره العلمي والعملية وتصحح له خبراته السابقة وتساعده على التكيف مع محيطه، وهناك أيضا المساندة الصحية والتي تشمل مساعدة الفرد الذي يعاني من أزمة صحية جسدية أو نفسية من أجل العلاج وكل متطلباته، حيث اتفق معظم العلماء والباحثين في الكثير من الدراسات السابقة في حدود اطلاع الطالبة أن للمساندة الاجتماعية وظيفة وقائية تحمي الفرد من الاضطرابات النفسية وتقوي ذاته وتخفف عنه من أثر الضغوط وتساعده على اختيار الأسلوب المناسب لمواجهة المشاكل اليومية، ووظيفة أخرى تتمثل في إسعاد الفرد وزيادة مستوى رفاهيته وتحسين جودة حياته من خلال توسيع دائرة العلاقات الاجتماعية الإيجابية.

لهذا قد تتحقق سعادة الفرد من خلال إشباعه لحاجاته النفسية الأساسية، وحصوله على الدعم بمختلف أشكاله ومن عدة مصادر ضمن حلقة علاقاته الاجتماعية، فالسعادة النفسية هي مجموعة المشاعر الإيجابية (البهجة، الأمل، التفاؤل، الحيوية والنشاط) والخلو من المشاعر السلبية (القلق، التوتر، الخوف، اليأس، التشاؤم)، بالإضافة إلى القدرة على إدارة الحياة وتسييرها بالتماشى مع مختلف الظروف المحيطة والمفاجأة في بعض الأحيان، وللأشخاص السعداء العديد من الصفات التي تشمل التفكير بإيجابية والقدرة على تكوين صداقات واسعة وحب التعلم والابتكار والسعي وراء اكتساب مهارات جديدة وقضاء أغلب الأوقات في العمل والنشاطات الصحية التي تبني شخصا قويا وملتزما ومتحمسا ومتزنا نفسيا وتكون لديه حياة هادئة مبنية على أسس ودعائم قوية، ولاشك أن الجانب الديني يلعب دورا كبيرا في حصول الفرد على السعادة النفسية والحفاظ عليها، فالشخص الملتزم دينيا هو شخص هادئ يتميز بالرزانة والثبات في كل أقواله وأعماله وقد أثبتت ذلك العديد من الدراسات السابقة.

خاتمة

وجاءت الدراسة الحالية للكشف عن علاقة الحاجات النفسية والمساندة الاجتماعية بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، حيث استهدفت الدراسة عينة قوامها (480) طالبا وطالبة من جامعة حسية بن بوعلي بالشلف، حيث استخدمت الطالبة مقياس الحاجات النفسية لـ: ديسي وريان (Deci & Ryan, 2000)، تعريب وتقنين محمد عليان (2005)، ومقياس المساندة الاجتماعية لـ: محمد ربحي المصري (2019)، وقائمة أكسفورد للسعادة النفسية النسخة المختصرة من إعداد ميشيل أرجايل وبيتر هيلز Michael Argyle and Peter Hills، وذلك من أجل الإجابة على التساؤلات الآتية:

- ما الحاجات النفسية الأكثر شيوعا لدى طلبة الجامعة؟
 - ما مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة؟
 - ما مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة؟
 - ما مدى تتبؤ أبعاد الحاجات النفسية بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة؟
 - ما مدى تتبؤ أبعاد المساندة الاجتماعية بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة؟
- وبعد التحليل الإحصائي لبيانات الدراسة عن طرق البرنامج الإحصائي SPSS الإصدار (20)، أسفرت نتائج الدراسة على ما يلي:

- مستوى شيوع الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة جاء متوسطا سواء كان ذلك في الدرجة الكلية أو على مستوى الأبعاد، وكان ترتيبها تنازليا كالاتي (بُعد الانتماء في المرتبة الأولى، بُعد الاستقلالية في المرتبة الثانية، بُعد الكفاءة في المرتبة الثالثة).
- مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة جاء بدرجة مرتفعة سواء كان ذلك في الدرجة الكلية أو على مستوى الأبعاد (المساندة العاطفية، المساندة المالية، المساندة بالمعلومات، المساندة الصحية).
- مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة جاء بدرجة مرتفعة.
- المتغيرات المنبئة تفسر ما نسبته (24.4%) من التباين الحاصل في السعادة النفسية، ويساهم بعدي الحاجات النفسية (الاستقلالية والكفاءة) في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة، في حين أن بُعد الحاجة للانتماء لا يساهم في التنبؤ بها.
- المتغيرات المنبئة تفسر ما نسبته (6%) من التباين الحاصل في السعادة النفسية، لا يساهم بعدي المساندة الاجتماعية (المساندة العاطفية والمساندة المالية) في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى طلبة

الجامعة، في حين أن بُعد المساندة بالمعلومات تساهم في التنبؤ بها، ويساهم بُعد المساندة الصحية في التنبؤ بخفض السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة.

وفي ضوء هذه النتائج تم تقديم مجموعة من التوصيات والمقترحات، وهي كالآتي:

التوصيات:

- تنظيم نشاطات ثقافية وأخرى ترفيهية جماعية من أجل تنمية روح المشاركة والتفاعل وتبادل المهارات والشعور بالانتماء.
- العمل على تعديل الأفكار السلبية لدى المراهقين والشباب عن السعادة النفسية والمفاهيم المرتبطة بها كالتفاؤل والأمل.
- الاهتمام بالتربية الدينية الصحيحة التي تحث على الدعم وتقديم يد العون للغير من أجل الارتقاء بمجتمعاتنا إلى التماسك والاتحاد.
- الحرص على توفير أخصائيين في علم النفس وعلم الاجتماع في الجامعات لتسهيل تقديم الاستشارات النفسية من الطلبة الجامعيين، ودعمهم للتخلص من الضغوط النفسية والأكاديمية.
- توعية وتحسيس المجتمع إعلامياً وخاصة الأولياء والمسؤولين بمدى أهمية تقديم المساندة الاجتماعية بمختلف أشكالها لحماية الطالب من الاضطرابات النفسية.
- تهيئة وتوفير بيئة جامعية وصحية تنمي وتطور من أداء الطالب وتساهم في إشباع الحاجات النفسية لديه وبالتالي الرفع من مستوى تحصيله الدراسي.

المقترحات:

- إجراء دراسات مماثلة حول هذا الموضوع لدى فئات أخرى من المجتمع.
- إجراء دراسات حول الحاجات النفسية والمساندة الاجتماعية وعلاقتها بمتغيرات نفسية أخرى.
- إجراء دراسة حول المساندة الاجتماعية وأثرها في التغلب على الضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة.
- إجراء المزيد من الأبحاث حول الجانب الإيجابي من شخصية الإنسان.
- بناء برامج إرشادية للمراهقين والشباب تساعد على التحرر من الأفكار اللاعقلانية واكتساب الطاقة الإيجابية.
- ضرورة الأخذ بعين الاعتبار الجانب الإرشادي التربوي من أجل التحفيز على تحقيق الذات وتلبية حاجاتها النفسية.
- تفعيل دور المراكز النفسية لخدمة الشباب والاستماع لانشغالاتهم وتصوراتهم المختلفة.

قائمة المراجع

- المراجع العربية:

- إبراهيم، حنان خالد. (2018). التطرف الفكري وعلاقته بالحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة العراقية. مجلة الأستاذ للعلوم الإنسانية والاجتماعية، 6(2018) عدد خاص، 205-226.
<https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM>
- إبراهيم، سليمان عبد الواحد. (2014). الشخصية الإنسانية واضطراباتها النفسية رؤية في إطار علم النفس الإيجابي. مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.
- أبو حماد، ناصر الدين إبراهيم. (2019). جودة الحياة النفسية وعلاقتها بالسعادة النفسية والقيمة الذاتية لدى عينة من طلبة جامعة الأمير سطاتم بن عبد العزيز. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، جامعة القدس المفتوحة، 10(27)، 268-281.
<https://portal.arid.my/ar-LY>
- أبو دوابة، محمد محمود محمد. (2012). الاتجاه نحو التطرف وعلاقته بالحاجات النفسية لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة. (رقم المنشور 18655) رسالة ماجستير، جامعة الأزهر-غزة]. قاعدة البيانات شمعة، الرسائل الجامعية.
- أبو ذويب، أحمد. (2010). السعادة وعلاقتها بالنكاه المعرفي والانفعالي لدى طلبة جامعة اليرموك. (رقم المنشور 742011) أطروحة دكتوراه، جامعة اليرموك]. قاعدة البيانات دار المنظومة، الرسائل الجامعية.
- أبو عبيد، دعاء شعبان شعبان. (2013). الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة. (رقم المنشور 693596) رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية-غزة]. قاعدة البيانات دار المنظومة، الرسائل الجامعية.
- أبو عمشة، إبراهيم باسل. (2013). النكاه الاجتماعي والنكاه الوجداني وعلاقتها بالسعادة لدى طلبة الجامعة في محافظة غزة. (رقم المنشور 18702) رسالة ماجستير، جامعة الأزهر-غزة]. قاعدة البيانات شمعة، الرسائل الجامعية.
- أبو عميرة، عريب علي؛ البوريني، إيمان سعيد؛ المجالي، عرين عبد القادر؛ والمجالي، حسين خازر. (2015). مستوى الشعور بالسعادة وعلاقته بمستوى الكفاءة الاجتماعية لدى الطلبة المتفوقين في مدارس الملك عبد الله الثاني للتميز في الأردن. مجلة كلية التربية-جامعة الأزهر، (165)، ج5، 169-203.
<https://doi.org/10.21608/jsrep.2015.55827>

قائمة المراجع

- أبو هاشم، السيد محمد. (2010). النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية، 20(81)، 268-350. https://fac.ksu.edu.sa/sites/default/files/lmwwdhj_lbnyy.pdf
- أبوراس، يوسف سلامة عبد الرحمن. (2019). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة فرع دورا. مجلة حقائق للدراسات النفسية والاجتماعية، 16(16)، 20-42. <https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-1287065>
- الأحمد، محمد رفيق محمد. (2020). المناعة النفسية وعلاقتها بالسعادة لدى عينة من الطلاب الأيتام بالمرحلة الأساسية العليا في محافظة جرش. مجلة العلوم التربوية والنفسية، 4(9)، 125-144. <https://journals.ajsrp.com/index.php/jeps>
- الأسطل، سماح ضيف الله محمد. (2013). الحاجات النفسية لدى تلاميذ المرحلة الأساسية بمحافظة غزة "دراسة مقارنة بين المحرومين وغير المحرومين من الأم". (رقم المنشور 18706) [رسالة ماجستير، جامعة الأزهر-غزة]. قاعدة البيانات شعبة، الرسائل الجامعية.
- إسماعيل، محمد عبد الله أحمد المتولي؛ وهلال، عمرو محمد رضا عبد الغني. (2020). ممارسة الأنشطة الترويحية وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى طلاب جامعة دمياط. المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، 2020(14)، 1-29. https://journals.ekb.eg/article_83400.html
- الأشول، عادل عز الدين. (2008). علم النفس النمو من الجنين إلى الشيخوخة. مكتبة الأنجلو المصرية للنشر.
- البادري، سعود مبارك. (2017). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والحاجات النفسية والميول المهنية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلبة الثاني عشر بمحافظة الظاهرة بسلطنة عمان دراسة تحليلية. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، 2(4)، 145-183. <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/33754>
- البارقي، مرام عبد الله محمد. (2022). الحاجات النفسية والاجتماعية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية الموهوبين بمدينة جدة. المجلة الالكترونية الشاملة متعددة التخصصات، 51(51)، 1-27.
- براهمي، براهيم؛ وزندي، يمينة. (2013). المساندة الاجتماعية ودورها في التخفيف من شدة الضغوط الدراسية لدى الطلاب الجامعيين "دراسة مقارنة بين الطلاب المقيمين مع أسرهم والطلاب المقيمين بالأحياء الجامعية". دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية، 13(1)، 411-431. <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/132621>

قائمة المراجع

- بكر، مها حسن. (2021). مستوى إشباع الحاجات النفسية والتحكم الذاتي لدى طلبة الجامعة في مدينة أربيل. مجلة كلية التربية الأساسية، 27(110)، 1079-1096.
<http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=282039>
- بلقاسم، محمد؛ وحاج، شتوان. (2017). الحاجات الإرشادية وعلاقتها بدافعية التعلم عند تلاميذ الطور الثانوي. دراسات في علوم التربية، 1(2)، 39-61.
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/31444>
- بن جخل، سعد الحاج؛ وإبراهيم، سعد. (2021). مؤشرات الرضا عن الحياة وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية المدركة (PSS) لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية. مجلة المحترف لعلوم الرياضة والعلوم الإنسانية والاجتماعية، 8(2)، 49-482.
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/155146>
- بن طاطة، عبد القادر. (2021). الحاجات النفسية ومفهوم الذات وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي والدراسي لدى المراهق. [أطروحة دكتوراه، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الجزائر 2 أبو قاسم عبد الله]. مستودع من الأصول الرقمية لأطروحات الدكتوراه ورسائل الماجستير، جامعة الجزائر 2 أبو قاسم عبد الله.
<http://ddeposit.univ-alger2.dz:8080/xmlui/handle/20.500.12387/3406>
- بن طاطة، عبد القادر، ولحشر، محمد. (2021). مدى تأثير الحاجات النفسية غير المشبعة على التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى من التعليم الثانوي (دراسة ميدانية). مجلة آفاق علمية، 13(2)، 157-174.
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/150034>
- بناي، نوال؛ هوادف رابح. (2023). الحاجات النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى الطلبة الجامعيين "دراسة ميدانية في جامعة خميس مليانة". مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، 8(1)، 858-880.
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/219970>
- بهجات، رفعت محمود؛ الجندي، نادرة إبراهيم؛ عبد المنعم، أماني أحمد؛ وضويحي، سطاتم جابر. (2018). التعلم التعاوني: عناصر واستراتيجيات تطبيقه. مجلة العلوم التربوية-كلية التربية بقنا، 1(37)، 326-337.
<https://doi.org/10.21608/maeq.2018.140738>
- بوحوي، نادية. (2020). إدراك الضغط النفسي وعلاقته بالمساندة الاجتماعية لدى آباء وأمهات الأطفال المصابين بالتوحد. المجلة الجزائرية للأمن الإنساني، 5(2)، 170-190.
<https://www.asjp.cerist.dz>
- التخاينة، رشاد أحمد حسن. (2014). مستوى الحاجات النفسية والاجتماعية للطلبة الأيتام في مدارس محافظة الكرك استنادا لنظرية هورني وعلاقتها بالرضا الحياتي. (رقم المنشور 787017) [رسالة ماجستير، جامعة مؤتة]. قاعدة البيانات دار المنظومة، الرسائل الجامعية.

قائمة المراجع

التوني، سهير كامل. (2017). أثر المساندة الاجتماعية على المرونة النفسية لدى أولياء أمور الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. *المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال-جامعة أسيوط*، 2(2)، ج2، 89-

<https://www.google.com/url?sa=journals.ekb.eg> .154

الجبلي، منى محمد عثمان عبد الله. (2006). *المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغط النفسي لدى طلبة كلية الطب والعلوم الصحية بجامعة صنعاء*. (رقم المنشور 588611) [رسالة ماجستير جامعة صنعاء]. قاعدة البيانات دار المنظومة، الرسائل الجامعية.

الجبوري، حمزة هاتف عبد عويز. (2019). انحياز الوضع الراهن وعلاقته برضا الحاجات النفسية.

مجلة بحوث الشرق الأوسط، (51)، 293-336. <https://www.google.com/url?sa.ekb.eg>

الجرجيس، أشواق سامي؛ وعبد الجليل، نور حسين. (2017). *المساندة الاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات*. *مجلة كلية التربية للبنات*، 28(3)، 807-817.

<https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM>

الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية. (15 نوفمبر 2017). *المرسوم التنفيذي رقم 09-351 المؤرخ في*

7 ذي القعدة عام 1430 الموافق لـ 26 أكتوبر 2009 يعدل ويتم المرسوم التنفيذي رقم 90-170

المؤرخ في 9 ذي القعدة عام 1410 الموافق لـ 02 يونيو 1990 الذي يحدد شروط تخصيص المنح

الدراسية ومبلغها. (67). الجزائر. <https://www.joradp.dz/FTP/jo-arabe/2017/A2017067.pdf>

الجمال، سمية أحمد. (2013). *السعادة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي والاتجاه نحو الدراسة*

الجامعية لدى طلاب جامعة تبوك. *مجلة كلية التربية بالزقازيق، دراسات تربوية ونفسية*، 28(78)،

1-65. <http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=101838>

الجنابي، ندى صباح عباس. (2020). *السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة*. *مجلة العلوم الإسلامية*،

2020(24)، 521-554. <https://www.iasj.net/iasj/pdf/947f7832aa5bd6b7>

جودة، أمال. (2007). *الذكاء الانفعالي وعلاقته بالسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الأقصى*. *مجلة*

جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، 21(3)، 697-738.

<https://www.google.com/urlrepository.najah.edu>

الحايس، عبد الوهاب جودة. (2015). *تقدير الاحتياجات الأساسية للسكان المحليين كمدخل للتنمية*

الشاملة "رؤى نظرية ومنهجية". *دراسات في التنمية والمجتمع*، 2(2)، 9-31. <https://www.univ->

<chlef.dz/eds/?article>

الحجاج، جمعه سليمان. (2014). *الحاجات الأساسية والحاجات النفسية*. *مجلة كليات التربية*، (1)،

123-142. <https://dspace.zu.edu.ly/handle/1/41>

قائمة المراجع

- الحراسيس، مي عبد الله؛ والثوابته، أحمد محمود. (2022). المرونة المعرفية والثقة بالنفس وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية. *المجلة الأردنية للعلوم التطبيقية-سلسلة العلوم الإنسانية*، 32(1)، 1-13. <https://ttu-jo.academia.edu/AhmadThawabieh>
- الحربي، حاكم هليل شباب؛ وعبد العليم، أحمد مجاور. (2022). دور المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالقلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة. *مجلة العلوم التربوية والإنسانية*، (23)، 106-135. <https://doi.org/10.55074/hesj.v0i23.480>
- حليم، شيرى مسعد. (2021). الإفصاح عن الذات عبر مواقع التواصل الاجتماعي والمساندة الاجتماعية والقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية-جامعة عين الشمس*، (45)، ج1، 15-102. <https://dx.doi.org/10.21608/jfeps.2021.180062>
- الحمدات، محمد حسن محمد؛ والقضاة، أحمد. (2016). مستوى السعادة لدى عينة من طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في ضوء بعض المتغيرات في المملكة الأردنية الهاشمية. *المنارة للبحوث والدراسات*، (3)22، 145-176. <https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-796246>
- الحمادين، خالد محمد دخل الله؛ الرقاد، سناء كاسب عواد؛ والمساعدة، رغبة يوسف ساري. (2020). المساندة الأسرية وعلاقتها بالتحصيل لدى طلبة الثانوية العامة في المدارس الحكومية الثانوية الأردنية من وجهة نظر المرشدين والمرشدات. *المجلة الأكاديمية لأبحاث والنشر العلمي*، (12)، 1-20. <https://www.ajrsp.com/vol/issue12>
- حمدونة، أسامة سعيد؛ والمصري، محمد ربحي. (2021). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتفكير في الانتحار لدى طلبة الجامعات بمحافظة غزة. *مجلة جامعة الأزهر*، 23(1)، 271-300. <https://digitalcommons.aaru.edu.jo/alazhar/vol23/iss1/11>
- حني، سليمان، وقاضي، عبد الحميد. (2023). الحاجات الإرشادية لدى الطلبة الجامعيين بتمنراست. في كلثوم قاجة، أسماء بن حليم، فؤاد شيحا (محررون)، *الحاجات الإرشادية لدى طلبة الجامعة* (ط1، ص ص 113-129). ألفا للوثائق للنشر والتوزيع.
- الخشماني، أوان كاظم عزيز؛ والعيدي، فاطمة إسماعيل طلال. (2023). المساندة الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوية. *مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية*، 30(1)، ج2، 356-382. <http://dx.doi.org/10.25130/jtuh.30.1.2.2023.19>
- خلف، علي إبراهيم. (2023). الضغوط النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلاب كلية التربية في جامعة تكريت. *مجلة آداب الفراهيدي، جامعة تكريت*، 15(54)، 351-365. <https://doi.org/10.51990/jaa.15.54.2.23>

قائمة المراجع

- الخوالدة، تيسير محمد أحمد. (2012). مستوى السعادة لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة آل البيت وعلاقته بدرجة ملائمة البيئة الجامعية. *مجلة المنارة للبحوث والدراسات*، 18(4)، 141-175.
<https://academia-arabia.com/ar/reader/2/24117>
- داودي، خيرة. (2022). السعادة النفسية لدى الطلبة الجامعيين دراسة ميدانية بجامعة الجلفة. *مجلة العلوم القانونية والاجتماعية*، 7(4)، 411-428.
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/205882>
- الدبابي، خلدون؛ الدبابي، رابعة؛ وعبد الرحمن، عبد السلام. (2019). التفاوض وعلاقته بالكفاءة الذاتية والسعادة لدى طلبة جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية. *مجلة دراسات، العلوم التربوية*. 46(2)، 107-123.
<http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=264661>
- دراوشة، شريف عمر. (2012). *المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالقلق لدى الطلبة*. (رقم المنشور 579545) [رسالة ماجستير، جامعة عمان العربية]. قاعدة البيانات معرفة، الرسائل الجامعية.
- الدهني، غفران غالب أحمد. (2020). التدين وعلاقته بالسعادة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة كلية التربية بالمنصورة*، 109(2)، 1015-1049.
<https://doi.org/10.21608/maed.2020.131609>
- الديداموني، شيماء أحمد محمد. (2009). *المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالموهبة الابتكارية للمراهقين*. [رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق]. مستودع من الأصول الرقمية لأطروحات الدكتوراه ورسائل الماجستير، جامعة الزقازيق. https://archive.org/details/319_20201223
- الرزاز، مها أحمد محمد. (2022). مصادر السعادة النفسية لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال بكلية التربية جامعة طنطا دراسة وصفية. *مجلة الطفولة والتربية*، 14(50)، ج1، 427-472.
https://fthj.journals.ekb.eg/article_231168.html
- رزق، كوثر إبراهيم؛ الشامي، جمال الدين محمد؛ الزياد، فاطمة محمود؛ وعزيزه، إيمان سري محمد إبراهيم. (2018). السعادة النفسية وعلاقتها بالتفكير الاستراتيجي لدى طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية-جامعة كفر الشيخ-العدد رقم (91)*، 5(2)، 262-304.
<https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-1318022>
- رضوان، شعبان جاب الله؛ والشيبه، هويدا عبد الله عمر. (2017). العلاقة بين المساندة الاجتماعية والأعراض النفسية الجسمية لدى عينة من طلاب الجامعة اليمنية. *دراسات عربية*، 16(3)، 593-646.
https://assj.journals.ekb.eg/article_92679.html

قائمة المراجع

- رمضان، وليد ربيع؛ الحنطور، محمود محمد؛ وعبد السلام، دعاء سميح. (2020). حوار الآباء مع أبنائهم في القرآن الكريم. مجلة كلية التربية-جامعة عين الشمس، (26)، ج2، 99-136.
https://jfehls.journals.ekb.eg/article_123113.html
- الرواشدة، أماني عبد الحكيم. (2015). مستوى إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الأساسية العليا المتفوقين تحصيليا وعلاقته بالتكيف لديهم. (رقم المنشور 786057) رسالة ماجستير، جامعة مؤتة]. قاعدة البيانات دار المنظومة، الرسائل الجامعية.
- الزين، ممدوح بنيه لافي. (2020). السعادة النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، (28)، 251-269.
<https://journals.iugaza.edu.ps/index.php/IUGJEPS/article/view/5639/3003>
- الزغلول، رافع؛ الدبابي، خلدون؛ وعبد الرحمن، عبد السلام. (2019). الحاجات النفسية في ضوء نظرية تحديد الذات وعلاقتها بالسعادة لدى طلبة جامعة اليرموك. مجلة دراسات للعلوم التربوية، (46)، 1، ملحق2، 47-61.
<https://archives.ju.edu.jo/index.php/edu/article/view/14218>
- زهران، حامد عبد السلام. (1986). علم النفس النمو الطفولة والمراهقة. دار المعارف.
- الزهراني، جواهر محمد أحمد. (2020). السعادة النفسية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى عينة من طالبات كلية العلوم والآداب بمحافظة قلوة. مجلة كلية التربية، (111)، 2737-2770.
https://maed.journals.ekb.eg/article_177574.html
- الزهراني، محمد علي حسن. (2017). الأمن الفكري وعلاقته بتحقيق الحاجات النفسية ومرونة الأنا لدى الطلبة الموهوبين في مدينة جدة بالمملكة العربية السعودية. المجلة العلمية لكلية التربية، (33)، 1، 57-90.
<http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=125194>
- الزيادات، مريم؛ والشرفين، أحمد. (2019). القدرة التنبؤية لإشباع الحاجات النفسية الأساسية بالسعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة. مجلة المنارة، (25)، 4، 81-116.
<https://repository.aabu.edu.jo/jspui/handle/123456789/1948>
- سعداوي، هبة عبد الرؤوف عبد الرحمن؛ الطيب، محمد عبد الظاهر؛ والشيخ، محمد عبد العال أحمد. (2021). الحاجات النفسية وعلاقتها بالتطرف لدى طلبة الجامعة. مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، (15)، 15، 1594-1641.
<https://doi.org/10.21608/jfust.2021.262723>
- السعيد، منذر بن خالد مرهون. (2021). مستوى تقدير الذات وعلاقته ببعض المتغيرات لدى الأخصائيين النفسيين في مدارس سلطنة عمان "دراسة مسحية". مجلة البحوث التربوية والنفسية، (70)، 18، 177-213.
<https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM>

قائمة المراجع

- السلعوس، ميرفت مهدي. (2021). واقع إدمان الألعاب الإلكترونية وعلاقته ببعض المشكلات الانفعالية والسلوكية لدى الطفولة المتأخرة في محافظة نابلس. [رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية]. مستودع من الأصول الرقمية لأطروحات الدكتوراه ورسائل الماجستير، جامعة النجاح الوطنية. <https://hdl.handle.net/20.500.11888/17289>
- سلمان، آمنة محمد أحمد التوم. (2005). الحاجات النفسية لدى المكفوفين وعلاقتها بالتحصيل الدراسي "دراسة وصفية بمعهد النور لتعليم المكفوفين بمرحلة الأساس". (رقم المنشور 336946) [رسالة ماجستير، جامعة أم درمان]. قاعدة البيانات معرفة، الرسائل الجامعية.
- سلمان، سارة حسن؛ والعلي، ماجدة هليل. (2021). إنموذج العوامل الستة للسعادة لدى طلبة الجامعة. مجلة الآداب، ملحق 1، (137)، 351-372. <https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM>
- سليجمان، مارتن. (2005). السعادة الحقيقية: الاستخدام الحديث في علم النفس الإيجابي لتتبين ما لديك لحياة أكثر إنجازاً. (الأعسر وآخرون، مترجم). دار العين للنشر. (نشر العمل الأصلي 2002).
- سماحة، محمد عبد الرحمن أحمد. (2020). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية بينها، (124)، ج 3، 520-544. <https://doi.org/10.21608/jfeb.2020.179989>
- سماوي، فادي سعود فريد. (2013). السعادة وعلاقتها بالذكاء الانفعالي والتدين لدى طلبة جامعة العلوم الإسلامية العالمية. مجلة دراسات، العلوم التربوية، (40)، 729-747. <https://journals.ju.edu.jo/DirasatEdu/article/viewFile/4272/3167>
- الشافعي، أحمد حسين. (2019). الصداقة وتأثيرها على كل من الذكاء الوجداني والشعور بالسعادة لدى طلبة الجامعة في ضوء الفروق بين الجنسين. مجلة بحوث كلية الآداب، (119)، 1169-1209. <https://doi.org/10.21608/sjam.2019.122826>
- الشاوي، سعاد سبتي؛ والسلمي، عبير داخل. (2017). جودة الحياة وعلاقته بالسعادة النفسية لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات/ جامعة بغداد. المجلة الدولية للبحوث الرياضية المتقدمة، (3)، 1761-1770. <http://dx.doi.org/10.11111/assrarabic.v4i3.1639>
- الشهري، رشا بنت محمد بن مرضي. (2020). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى طالبات كلية التربية. دراسات عربية في التربية وعلم النفس (ASEP)، (124)، 113-149. <https://doi.org/10.21608/saep.2020.107305>

قائمة المراجع

- صابر، أحمد عبد العظيم حسب الله؛ غانم، محمد حسن؛ و خليل، إيهاب محمد. (2018). ترتيب إشباع الحاجات النفسية لدى عينة من الطلاب المصريين متبايني مستوى التحصيل الدراسي بالمرحلة الإعدادية. *دراسات عربية، 17*(1)، 1-33. <https://doi.org/10.21608/assj.2018.91844>
- الصالح، حنان خالد إبراهيم جواد. (2014). *المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغط النفسية وفقدان معنى الحياة لدى طلبة الجامعة*. [أطروحة دكتوراه، كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة تكريت، العراق]. مستودع من الأصول الرقمية لأطروحات الدكتوراه ورسائل الماجستير، جامعة تكريت. <https://theses.tu.edu.iq/cedw/master/337>
- الصايم، رانيا شعبان؛ وعطا، سالي نبيل، (2020). العلاقات السببية بين الصمود الأكاديمي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلبة الجامعة "دراسة سيكومترية كينائية". *مجلة البحث العلمي في التربية، (21)*، 215-279. <http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=311767>
- الصباغ، روضة محي الدين؛ والحيالي، نداء زيدان. (2005). دراسة مقارنة في الحاجات النفسية لطلبة معاهد الفنون الجميلة والمعلمين في محافظة نينوى. *مجلة التربية والعلم، 12*(2)، 298-324. <https://www.iasj.net/iasj/article/76840>
- الصوافي، محمد بن ناصر بن سعيد. (2020). القدرة التنبؤية للسعادة النفسية في التدفق النفسي ومفهوم الذات لدى طلبة الصف التاسع الأساسي في مدارس ولاية المضيبي بسلطنة عمان: دراسة ميدانية. *المجلة الالكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)*، (21)، 1-23. <https://www.mecs.com/ar>
- طاحون، رحاب سمير عبد الغني. (2023). التجنب التجريبي والرضا-الإحباط عن إشباع الاحتياجات النفسية والرضا عن الحياة كمنبأت بالتعاطف مع الذات لدى طلبة كلية التربية. *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، 4*(17)، 228-288. <https://doi.org/10.21608/jfust.2023.292723>
- الطالقاني، إحسان خضير كاظم. (2017). مستويات الإحساس بالسعادة لدى طلبة كلية التربية للعلوم الصرفة في جامعة كربلاء وفقا لآراء أركانيل. *مجلة العميد، 6*(21)، 312-366. <https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM>
- الطائي، إيمان محمد؛ وحسين، علاء الدين علي. (2020). الشعور بالسعادة النفسية لدى طلبة جامعتي بغداد والموصل (دراسة مقارنة). *مجلة العلوم الاجتماعية، (14)*، 393-412. <https://democraticac.de/?p=67484>

قائمة المراجع

- طه، هبة حسين إسماعيل. (2020). أبعاد الرفاهية النفسية وفق نظرية رايف Ryff محددات للسمود الأكاديمي لدى الطلاب الموهوبين. *مجلة الخدمة النفسية*، (13)، 81-120.
<https://dx.doi.org/10.21608/jps.2020.98773>
- الطهراوي، إسلام جميل. (2014). *الحاجات النفسية المشبعة لدى مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي "الفييس بوك" من طلبة الجامعات*. (رقم المنشور 128991) [رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية- غزة]. قاعدة البيانات شمعة، الرسائل الجامعية.
- الطيب، محمد محمد نور أحمد. (2020). دور البيئة المدرسية في تعزي السعادة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (دراسة ميدانية بمدارس محلية الخرطوم). *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، 6(3)، 39-60.
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/120097>
- العاسمي، رياض. (2009). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالاكنتاب والعزلة والمساندة الاجتماعية دراسة تشخيصية على عينة من طلبة جامعة دمشق. *مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس*، 7(2)، 208-251.
<https://www.google.com/url?sa=search.mandumah.com>
- عبد الخالق، أحمد محمد؛ عبد العاطي، سامية بكري؛ ونصر، فتحي مهدي محمد. (2020). معدلات السعادة وعلاقتها بالحياة الطيبة والتدين لدى عينة من طلاب الجامعات السعودية. *مجلة علم النفس*، (124)، 47-62.
<https://www.researchgate.net/publication/339253058>
- عبد الخالق، أحمد محمد؛ عبد الله، تيسير؛ والعرجا، ناهدة. (2019). معدلات السعادة وارتباطها بالحياة الطيبة والتدين لدى عينة من طلبة الجامعة في فلسطين. *المجلة العربية لعلم النفس*، 4(1)، 32-45.
<http://search.shamaa.org>
- عبد الرحمن، رشا محمد عبد الله. (2019). العلاقة بين تقدير الذات والسعادة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية. *مجلة البحث العلمي في الآداب*، (20)، ج7، 1-33.
<https://doi.org/10.21608/jssa.2019.63124>
- عبد الرحمن، نورا أحمد حسين؛ زيدان، أكرم فتحي؛ وسعد الدين، محمد حسين محمد. (2020). المساندة الاجتماعية لدى الأطفال. *المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة*، 7(2)، 289-306.
<https://doi.org/10.21608/maml.2020.129461>
- عبد الله، أمينة عبد الفتاح. (2015). أنماط الذكاءات المتعددة وعلاقتها بكل من السعادة النفسية وتقدير الذات لدى طلاب كلية التربية-جامعة عين الشمس "دراسة تنبؤية". *مجلة الإرشاد النفسي-مركز الإرشاد النفسي*، (44)، 364-442.
<https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM>

قائمة المراجع

- عبود، محمد هاني؛ وايدري، نادية. (2020). العلاقة بين الالتزام الديني وقوة الأنا لدى عينة من طلبة الجامعة الهاشمية. *مجلة الدراسات التربوية والنفسية، 14(3)*، 398-416.
<https://www.researchgate.net/publication/>
- عتوتة، صالح. (2007). الحاجات الإرشادية للطلاب الجامعي في ضوء معايير الجودة التعليمية الشاملة. [رقم المنشور 18490] رسالة ماجستير، جامعة العقيد الحاج لخضر-باتنة]. قاعدة البيانات شمعة، الرسائل الجامعية.
- عربي، محمد محمد علي. (2018). المساندة الاجتماعية المدركة وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى المراهقين المكفوفين. [رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة بورسعيد]. مستودع من الأصول الرقمية لأطروحات الدكتوراه ورسائل الماجستير، جامعة بورسعيد.
<https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fdrive.google.com>
- العزاوي، رحيم يونس كرو. (2008). مقدمة في منهج البحث العلمي. دار دجلة للنشر والتوزيع.
- العطوي، إسراء شوكت؛ والقضاة، محمد إسماعيل. (2023). المرونة النفسية وعلاقتها بالسعادة لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية. *مجلة مؤتة للدراسات الإنسانية والاجتماعية، 1(1)*، 293-332.
<https://ejournal.mutah.edu.jo>
- علام، غادة صلاح محمد. (2021). التفاؤل والسعادة والمرونة النفسية في التنبؤ بشفقة الذات لدى المراهقين. *مجلة التربية في القرن 21 للدراسات التربوية والنفسية، 17(1)*، 331-356.
https://jsep.journals.ekb.eg/article_141006
- علاونة، ربيعة. (2017). الانتماء وعلاقته بتحقيق الذات لدى الطالب الجامعي. *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، 30(3)*، 23-40.
<https://dspace.univ-ouargla.dz/jspui/bitstream>
- علة، عيشة؛ والود، نوري. (2018). اتجاهات الشباب نحو التطرف الأيديولوجي وعلاقته بحاجاتهم النفسية "دراسة ميدانية". *مجلة تنوير للدراسات الأدبية والإنسانية، 1(1)*، 62-82.
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/78474>
- علي، حنان أحمد محمد. (2023). الدور الوسيط للمساندة الاجتماعية في العلاقة بين فعالية الذات وجودة الحياة لدى معلمي المرحلتين الابتدائية والثانوية. *مجلة الإرشاد النفسي، 74(ج1)*، 61-15.
<https://dx.doi.org/10.21608/cpc.2023.295115>
- علي، سامي عبد القوي؛ وعويضة، محمد أحمد. (1994). الحاجات النفسية لدى طلاب الجامعة دراسة نفسية مقارنة. *الهيئة المصرية العامة للكتاب، 8(32)*، 96-118.

قائمة المراجع

- علي، هبة محمود محمد. (2019). دور الوحدة النفسية والسعادة الشخصية والاندفاعية وبعض المتغيرات الديموجرافية في التنبؤ بالنوموفوبيا لدى الشباب الجامعي. *دراسات نفسية*، 29(4)، 761-831.
<https://doi.org/10.21608/psj.2019.92622>
- عمارة، إيهاب؛ زايد، كاشف؛ البوصافي، ماجد؛ العطية، أسماء؛ الرواحي، ناصر؛ الحراملة، أحمد؛ الشملي، علي؛ الجديدي، خليفة؛ والقائدي، عبد الله. (2022). مدى إشباع الحاجات النفسية الأساسية وأثره على الصحة النفسية لدى عينة من طلبة بعض الجامعات الخليجية. *مجلة دراسات-العلوم التربوية*، 49(1)، 363-376.
<https://scholar.google.com/scholar>
- العززي، فيصل خليف ساير؛ والجاسر، لولوة مطلق فارس. (2019). السعادة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات والمرونة المعرفية لدى طلاب جامعة الكويت. *المجلة الدولية للتربية المتخصصة*، 8(12)، 47-64.
http://iijoe.org/v8/IJJOE_05_12_08_2019.pdf
- عياش، وفاء. (2020). مستوى السعادة النفسية لدى المشاركات وغير المشاركات في الأنشطة الموسيقية. *مجلة تطوير العلوم الاجتماعية*، 13(1)، 76-95.
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/134173>
- العيساوي، مريم عبد القادر أبو القاسم؛ سليمان، سناء محمد؛ وإبراهيم، أسماء عبد المنعم. (2017). علاقة المساندة الاجتماعية بتقدير الذات والتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة. *مجلة البحث العلمي في الآداب*، 18(1)، 3، 1-24.
<https://dx.doi.org/10.21608/jssa.2017.11002>
- الفارس، مجدي. (2021). الحاجة إلى المساندة الاجتماعية وعلاقتها بكثافة التعرض لمواقع التواصل الاجتماعي لدى عينة من طلبة جامعة دمشق. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، 37(1)، 87-121.
<https://journal.damascusuniversity.edu.sy/index.php/edu>
- الفهمي، فهد حاسن حسن؛ وأبو لطيفة، لؤي حسن محمد. (2019). بناء مقياس للمساندة الاجتماعية المدركة لدى طلاب المرحلة الثانوية بمكة المكرمة. *المجلة العلمية لكلية التربية-جامعة أسيوط*، 35(2)، 147-178.
<https://mfes.journals.ekb.eg/article>
- قاجة، كلثوم؛ وقاجة، رقية. (2021). أفريل. 10-11). *مستوى إشباع الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة في ظل جائحة كورونا* [عرض ورقة علمية]. الملتقى الدولي للإرشاد النفسي (الواقع والتحديات)، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الشهيد حمه لخضر-الوادي، الجزائر.
- قاسم، آمنة قاسم إسماعيل؛ وعبد الاله، سحر محمود محمد. (2018). السعادة النفسية في علاقتها بالمرونة المعرفية والثقة بالنفس لدى عينة من طلاب الدراسات العليا بجامعة سوهاج. *المجلة التربوية*، 53(53)، 80-145.
<http://jedu.sohag-univ.edu.eg/wp-content/uploads.pdf>

قائمة المراجع

- القاضي، عدنان محمد عبده. (2020). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بإدمان الأنترنت لدى طلبة كلية التربية جامعة تعز. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، 6(4)، 115-139. <http://dspace.univ-eloued.dz/handle/123456789/16272>
- القحطاني، عبد الله سعيد عبد الله آل السريعي. (2006). *الحاجات النفسية والرضا الدراسي لطلاب كلية المعلمين وطالبات كلية التربية بأبها بالمملكة العربية السعودية*. (رقم المنشور 563930) [رسالة ماجستير، جامعة أم درمان الإسلامية، جمهورية السودان]. قاعدة البيانات دار المنظومة، الرسائل الجامعية.
- قدومي، عبد الناصر عبد الرحيم محمد. (2018). التفاوض وجودة الحياة والسعادة لدى طلبة العلوم الشرطية والعسكرية والأمنية "دراسة ميدانية في علم النفس الإيجابي على طلبة جامعة الاستقلال بفلسطين". *المجلة العربية للدراسات الأمنية*، 33(71)، 191-224. <https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM>
- القطناني، علاء سمير موسى. (2011). *الحاجات النفسية ومفهوم الذات وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة في ضوء نظرية محددات الذات*. (رقم المنشور 15451) [رسالة ماجستير، جامعة الأزهر - غزة]. قاعدة البيانات شمعة، الرسائل الجامعية.
- قوادري بوجلطية، عائشة؛ وقاجة، كلثوم. (2022). المساندة الاجتماعية المدركة لدى طلبة الجامعة. *مجلة الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية*، 14(2)، 115-125. <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/197482>
- كتلو، كامل حسن. (2015). السعادة وعلاقتها بكل من التدين والرضا عن الحياة والحب لدى عينة من الطلاب الجامعيين المتزوجين. *مجلة دراسات، العلوم التربوية*، 42(2)، 661-679. <http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=111779>
- كحله، ميس ماجد؛ ونزال، فلسطين إسماعيل. (2023). مستوى إشباع الحاجات النفسية استنادا للنموذج الواقعي وعلاقته بالسعادة النفسية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية/ نابلس-فلسطين. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، 7(25)، 64-80. <https://journals.ajsrp.com/index.php/jeps/article/view/6703>
- الكاسبية، حسن عطا الله. (2015). *الذكاء الوجداني وعلاقته بالسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة مؤتة*. (رقم المنشور 677415) [رسالة ماجستير، جامعة مؤتة، الأردن]. قاعدة البيانات معرفة، الرسائل الجامعية.
- كفافي، علاء الدين. (2009). *علم النفس الأسري*. دار الفكر للنشر والتوزيع.
- الكندري، أحمد محمد مبارك. (1992). *علم النفس الأسري*. مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.

قائمة المراجع

- الكوامله، عمر ضافي. (2016). *المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالطمأنينة النفسية والهوية الذاتية لدى طلبة جامعة مؤتة*. (رقم المنشور 787060) [رسالة ماجستير، جامعة مؤتة، الأردن]. قاعدة البيانات دار المنظومة، الرسائل الجامعية.
- الكيال، دعاء سليم علي. (2023). *المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالرفاه النفسي لدى طلاب الصف العاشر في محافظات غزة*. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، 7(9)، 102-125. <https://doi.org/10.26389/AJSRP.L121022>
- لقلوق، رقية؛ وقرناني، ياسين. (2022). *مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية من وجهة نظر مستخدمي موقع الفيسبوك*. *مجلة العلوم الاجتماعية*، 16(1)، 466-476. <https://doi.org/10.34118/ssj.v16i1.1941>
- المبحوح، أسامة محمد. (2015). *المساندة النفسية الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق الأكاديمي لدى الطلاب المستفيدين من صندوق الطالب بالجامعة الإسلامية بغزة*. (رقم المنشور 129018) [رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة]. قاعدة البيانات شمعة، الرسائل الجامعية.
- المجايدة، سعيد فايز. (2019). *الاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة وعلاقته بالحاجات النفسية*. (رقم المنشور 1415211) [رسالة ماجستير، جامعة الأزهر-غزة]. قاعدة البيانات معرفة، الرسائل الجامعية.
- محمد، أحمد حسنين أحمد؛ بوعبيده، منصور محمد علي؛ والصادي، أنور عمران. (2022). *مستوى السعادة النفسية لدى عينة من طلاب جامعة مصراتة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية*. *مجلة دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 2(2)، 49-66. <https://www.google.com/url?.researchgate.net>
- محمد، عبد النعيم عرفه محمود. (2019). *علاقة خداع الذات بالسعادة النفسية والتكؤ الأكاديمي لدى طلاب الجامعة*. *مجلة كلية التربية-جامعة الأزهر*، (183)، ج3، 215-302. https://jsrep.journals.ekb.eg/article_64814
- محمد، محمد عبد الراضي السمان. (2019). *الحاجات النفسية الأساسية بوصفها متغيرات منبئة بالسعادة لدى طلاب الجامعة*. *مجلة كلية الآداب*. جامعة سوهاج، (50)، ج2، 291-310. <https://ebook.univeyes.com/215196>
- محمود، ألاء عزت بهجت. (2016). *مستوى إشباع الحاجات النفسية للنوع الاجتماعي وعلاقتها بمستوى التوافق المهني للعاملين في المؤسسات الحكومية في محافظات شمال الضفة الغربية من وجهة نظرهم*. [رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين]. مستودع من الأصول

قائمة المراجع

- الرقمية لأطروحات الدكتوراه ورسائل الماجستير، جامعة النجاح الوطنية. <https://hdl.handle.net/20.500.11888/10334>
- مرسي، إبراهيم كمال. (2000). *السعادة وتنمية الصحة النفسية*. دار النشر للجامعات.
- المرشود، جوهرة صالح. (2011). السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طالبات الجامعة. *مجلة العلوم العربية والإنسانية*، 4(2)، 797-878. <https://abhathna.com/files/maqa/97.pdf>
- مزور، اشريف. (2020). نظرية الذات لكارل روجرز. *مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية*، (65)، 127-136. <https://www.google.com/url?mandumah.com>
- مزي، زينب؛ وبوفاتح، محمد. (2022). الحاجات النفسية لدى طلبة العلوم النفسية والاجتماعية بجامعة عمار تليجي بالأغواط. *مجلة دراسات وأبحاث المجلة العربية للأبحاث والدراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 14(1)، 885-902. <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/179393>
- مسحل، رابعة عبد الناصر أحمد. (2019). جودة الساعة البيولوجية كمنبئ باليقظة العقلية والشعور بالسعادة والابداع الانفعالي لدى طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية-جامعة عين شمس*، (43)، ج4، 145-216. https://jfejs.journals.ekb.eg/article_78134
- مصطفى، عبير عبد السميع محمد؛ مكاوي، صلاح فؤاد محمد؛ وجريش، إيمان عطية حسين. (2023). المساندة الاجتماعية كمنبئ بالتدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا بكلية التربية جامعة قناة السويس. *مجلة كلية التربية بالإسماعيلية*، (55)، 1-39. <https://doi.org/10.21608/jfes.2023.283304>
- المطارنة، إهداء عادل. (2015). *السعادة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية وتقدير الذات لدى طلبة جامعة مؤتة*. (رقم المنشور 786581) [رسالة ماجستير، جامعة مؤتة، الأردن]. قاعدة البيانات دار المنظومة، الرسائل الجامعية.
- المطلق، عبد المحسن علي. (2009). *الحياة الطيبة أو قاموس السعادة في الإسلام*. مكتبة التوبة.
- المعاينة، رولا؛ والحموري، صالح. (2018). *السعادة المجتمعية*. ط1. قنديل للطباعة والنشر والتوزيع.
- معوض، دينا صلاح الدين إبراهيم. (2022). السعادة النفسية في علاقتها بالكفاءة الانفعالية لدى طلبة جامعة المنصورة. *مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة*، (117)، 861-906. <https://dx.doi.org/10.21608/maed.2022.248399>
- مقاوسي، كريمة. (2017). أثر المساندة الاجتماعية على الصحة والمرض. *مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية*، (23)، 7-15. <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/79446>

قائمة المراجع

- مقحوت، فتيحة. (2021). السمات الشخصية والحاجات النفسية-الاجتماعية للطلاب الموهوبين والمتفوقين أكاديميا دراسة ميدانية بثنائية "مخبي محند للرياضيات" القبة الجديدة-الجزائر العاصمة-. [أطروحة دكتوراه، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر، بسكرة]. مستودع من الأصول الرقمية لأطروحات الدكتوراه ورسائل الماجستير، جامعة محمد خيضر. <http://thesis.univ-biskra.dz/id/eprint/5317>
- مكي، فتحي صبحي. (2012). مدى فعالية برنامج إرشادي لرفع مستوى المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لمرضى سرطان القولون "دراسة تجريبية بقطاع غزة". (رقم المنشور 337780) [أطروحة دكتوراه، جامعة أم درمان الإسلامية، السودان]. قاعدة البيانات معرفة، الرسائل الجامعية. مليباري، وحيد بن محمد بن علي؛ والمفرجي، سالم بن محمد بن عبد الله. (2021). الالتزام الديني وعلاقته بالسعادة لدى طلاب الجامعات السعودية-جامعة أم القرى نموذجا. المجلة العربية للآداب والدراسات الإنسانية، 5(18)، 35-86. <https://doi.org/10.21608/ajahs.2021.164207>
- المنصوري، أمل عبد الرزاق؛ والبدران، هناء صادق. (2010). مستوى التفاعل الاجتماعي وعلاقته بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة قسم الإرشاد النفسي. مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية، 35(2)، 100-132. <http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=120433>
- النجار، نبيل جمعه؛ الصرايرة، أسماء نايف؛ وأبو درويش، منى. (2011). المساندة الاجتماعية وتقدير الذات والوحدة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي والمستوى الدراسي والجنس لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة مؤتة. مؤتة للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، 26(1)، 257-292. <https://www.researchgate.net/publication/328175207>
- نجم، ندى نضال؛ وكريم، ريام كاظم. (2023). الضغط المدرك وعلاقته بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة الدراسات العليا جامعة واسط. مجلة لارك للفلسفة واللسانيات والعلوم الاجتماعية، كلية الآداب-جامعة واسط، 50(2)، 706-736. <https://doi.org/10.31185>
- نوافله، أحمد صالح رجا. (2020). فاعلية برنامج المساندة الاجتماعية في تنمية مهارات التفاعل الاجتماعي وتربية الشعور بالمسؤولية الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوية. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 28(5)، 243-260. <https://journals.iugaza.edu.ps>
- نيس، حكيمة. (2011). الحاجات الإرشادية وعلاقتها بالتوافق النفسي والرضا عن الدراسة لدى تلاميذ السنة الأولى من التعليم الثانوي. [رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة

قائمة المراجع

- الجزائر2]. مستودع من الأصول الرقمية لأطروحات الدكتوراه ورسائل الماجستير، جامعة الجزائر 2.
<https://mobt3ath.com/pdf.php?ext=pdf&id=2658&tit>
- هبازة، مروى؛ وبوصلب، عبد الحكيم. (2022). الحاجات النفسية لدى الطالب الجامعي في ضوء نظرية التقرير الذاتي في قسم العلوم الاجتماعية جامعة أم البواقي. *مجلة المعيار*، 13(1)، 690-704.
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/192337>
- هلال، مروة حمدي عبد الله. (2020). التنبؤ بالنهوض الأكاديمي من المساندة الاجتماعية وفاعلية الذات الأكاديمية لدى طلبة جامعة الزقازيق. *مجلة كلية التربية بينها*، 31(123)، ج1، 373-416.
<https://doi.org/10.21608/jfeb.2020.167001>
- الهاللي، محمد الحسن محمد؛ والعجلاني، يوسف بن أحمد. (2019). الشعور بالسعادة وعلاقته بالتفكير الإبداعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمنطقة عسير. *المجلة العلمية لكلية التربية-جامعة أسيوط*، 35(9)، ج2، 496-520.
<http://search.shamaa.org/PDF/Articles>
- الهملان، أمل فلاح فهد. (2008). الاحتراق النفسي والمساندة الاجتماعية وعلاقتها باتجاه العاملين الكويتيين نحو التقاعد المبكر "دراسة سيكومترية كلينكية". [رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق]. مستودع من الأصول الرقمية لأطروحات الدكتوراه ورسائل الماجستير، جامعة الزقازيق.
http://srv3.eulc.edu.eg/eulc_v5/Libraries/Thesis/BrowseThesisPages.aspx?fn=PublicDrawThesis&BibID=10482775
- الوائي، تحرير زكي. (2020). السعادة وعلاقتها بنوع التخصص الدراسي لدى الطلبة المقبولين الجدد في الجامعة. *مجلة جامعة بابل للعلوم الإنسانية*، 28(2)، 90-109.
<https://www.iasj.net/iasj/article/186863>
- وزارة التعليم العالي والبحث العلمي. (د.ت). دليل الطالب داخل الإقامات الجامعية. مسترجع بتاريخ 01 سبتمبر، 2023، من موقع <https://www.mesrs.dz/https://www.google.com/url>

– المراجع الأجنبية:

- Abuhamdah, S. M. A., Naser, A. Y., Abdelwahab, G. M., & AlQatawneh, A. (2021). The Prevalence of Mental Distress and Social Support among University Students in Jordan: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18 (11622). 1-12. <https://doi.org/10.3390/ijerph182111622>
- Achour, M., Mohd Nor, M. R., Amel, B., Bin Seman, H. M., & MohdYusoff, M. Y. Z. (2017). Religious commitment and its relation to happiness among Muslim students: The educational level as moderator. *Journal of religion and health*, 56, 1870-1889.
<https://scholar.google.com/scholar>
- Alavi, H.R. (2007). Correlatives of Happiness in the University Students of Iran (A Religious Approach). *J Relig Health*, 46, 480-499. <https://doi.org/10.1007/s10943-007-9115-4>
- Al-Naggar, R. A., Al-Jashamy, K. A., Low, W. Y., Isa, Z. M., Alsaror, M. I., & Al-Naggar, A. G. A. (2010). Perceptions and opinion of happiness among university students in a

- Malaysian university. *ASEAN Journal of Psychiatry*, 11(2), 198-205. <https://scholar.google.com/scholar>
- Alradaan, D., (2018). The level of satisfaction of psychological needs as a function to predict the attitude towards extremism amongst university students. *Global Journal of Guidance and Counseling in Schools: Current Perspectives*, 12(1), 12-39. <https://doi.org/10.18844/gjgc.v12i1.5425>
- Alradaydeh, M. F., Alorani, O. I. (2017). The Relationship between Aggression and Perceived Social Support among University Students in Jordan. *International Journal of Humanities and Social Science*. 7(1). 200-205. <https://www.researchgate.net/publication/322628694>
- Alsukah, A. I. (2021). The Relative Contribution of Mindfulness and Gratitude in Predicting Happiness among University Students. *Journal of Educational and Social Research*. 11 (4). 303-318. DOI: <https://doi.org/10.36941/jesr-2021-0097>
- Baard, P. P., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2004). Intrinsic need satisfaction: a motivational basis of performance and well-being in two work settings 1. *Journal of applied social psychology*, 34(10), 2045-2068. <https://scholar.google.com/scholar?q>
- Banerjee, D., & Rai, M. (2020). Social isolation in Covid-19: The impact of loneliness. *International journal of social psychiatry*, 66(6), 525-527. <https://scholar.google.com/scholar?hl>
- Campbell, R., Soenens, B., Beyers, W., & Vansteenkiste, M. (2018). University students' sleep during an exam period: The role of basic psychological needs and stress. *Motivation and Emotion*, 42(5), 671–681. <https://doi.org/10.1007/s11031-018-9699-x>
- Cankaya, Z. C., & Denizli, S. (2020). An Explanation of Happiness with Secure Attachment, Basic Psychological Needs and Hope: The Case of Turkish University Students. *European Journal of Educational Research*. 9 (1). 433-444. <https://scholar.google.com/scholar?hl>
- Cheang, A. W., & Narayanan, S. S. (2016). The influence of Perceived Social Support and Self-Efficacy on Resilience among First Year Malaysian Students. *Kajian Malaysia*, 34(2), 1-23. <https://scholar.google.com/scholar?hl>
- Chen, H., & Zhang, M. H. (2022). The relationship between basic psychological needs satisfaction and university students' academic engagement: The mediating effect of emotional intelligence. *Frontiers in psychology*, 13, 917578. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.917578>
- Cosma, G. A., Chiracu, A., Stepan, A. R., Gatzel, R., Iancu, A., & Cosma, A. (2021). Sportsmanship and basic psychological needs in sports students. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 13(6), 53-65. <http://doi.org/10.29359/BJHP.13.Spec.Iss1.05>
- Daniel-Gonzalez, L., Moral-de la Rubia, J., Valle-de la O, A., Martinez-Marti, M. L., & Garcia-Cadena, C. H. (2023). A predictive model of happiness among medical students. *Current Psychology*, 42(2), 955-966. <https://scholar.google.com/scholar?hl>
- Day, A. L., & Livingstone, H. A. (2003). Gender differences in perceptions of stressors and utilization of social support among university students. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 35(2), 73-83. <https://scholar.google.com/scholar?hl>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*. 11(4), 227-268. <https://scholar.google.com/scholar?hl>

قائمة المراجع

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology / Psychologie canadienne*, 49(3), 182–185. <https://doi.org/10.1037/a0012801>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2011). Levels of analysis, regnant causes of behavior and well-being: The role of psychological needs. *Psychological inquiry*, 22(1), 17-22. <http://doi.org/10.1080/1047840X.2011.545978>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2012). Self-determination theory. *Handbook of theories of social psychology*, 1(20), 416-436. <https://scholar.google.com/scholar?hl>
- Deci, E. L., Ryan, R. M., Gagné, M., Leone, D. R., Usunov, J., & Kornazheva, B. P. (2001). Need satisfaction, motivation, and well-being in the work organizations of a former Eastern bloc country: A cross-cultural study of self-determination. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(8), 930–942. <https://doi.org/10.1177/0146167201278002>
- Diener, E., & Oishi, S. (2005). The nonobvious social psychology of happiness. *Psychological Inquiry*, 16(4), 162-167. <https://scholar.google.com/scholar?hl>
- Dimmock, J., Krause, A. E., Rebar, A., & Jackson, B. (2022). Relationships between social interactions, basic psychological needs, and wellbeing during the COVID-19 pandemic. *Psychology & health*, 37(4), 457-469. <https://doi.org/10.1080/08870446.2021.1921178>
- Dishelle Anne, T. H., Melanie, G., G. (2023). Individual, Motivational, and Social Support Factors Towards Learning Mathematics of University Students in the Blended Learning Approach. *American Journal of Educational Research*, 11(4), 175-182. <http://doi.org/10.12691/education-11-4-1>
- Duran, S., & Aydin, C. (2022). Examining the Correlation Between Academic Achievement and Basic Psychological Needs: A Study on University Students. *Eurasian Journal of Family Medicine*, 11(3), 179-184. <http://doi.org/10.33880/ejfm.2022110306>
- Dwyer, A. L., & Cummings, A. L. (2001). Stress, self-efficacy, social support, and coping strategies in university students. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 35(3). 208-220. <https://scholar.google.com/scholar?hl>
- Eskiler, E., Sari, I., Soyer, F., & Talaghir, L. G. (2012). The Effect of basic psychological needs on university students' self-confidence. *Annals of "Dunarea de Jos" University of Galati. Fascicle XV, Physical Education and Sport Management*, 1, 56-61. <https://scholar.google.com/scholar?hl>
- Foo, Z., & Prihadi, K. D. (2021). Happiness of university students in new normal Malaysia: The role of mattering, optimism, and social support. *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)*, 10(2), 448-454. <http://doi.org/10.11591/ijere.v10i2.21138>
- Guay, F. (2022). Applying self-determination theory to education: Regulations types, psychological needs, and autonomy supporting behaviors. *Canadian Journal of School Psychology*, 37(1), 75-92. <https://doi.org/10.1177/08295735211055355>
- Hamdan-Mansour, A. M., & Dawani, H. A. (2008). Social support and stress among university students in Jordan. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 6, 442-450. <https://scholar.google.com/scholar>
- Hatami, S., Shekarchizadeh, H. (2022). Relationship between spiritual health, resilience, and happiness among a group of dental students: a cross-sectional study with structural equation modeling method. *BMC Med Educ*, 22(184), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03243-8>

- Ho, T. T. Q. (2022). Social Support Among Vietnamese University Students: Evidence of Gender Differences. *Dalat University Journal of Science*, 12(1), 69-77. <https://scholar.google.com/scholar?hl>
- Howell, R. T., Chenot, D., Hill, G., & Howell, C. J. (2011). Momentary happiness: The role of psychological need satisfaction. *Journal of Happiness Studies*, 12, 1-15. <https://www.researchgate.net/profile/Graham-Hill/publication/227294752>
- Huang, L., & Zhang, T. (2022). Perceived Social Support, Psychological Capital, and Subjective Well-Being among College Students in the Context of Online Learning during the COVID-19 Pandemic. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 31(5), 563–574. <https://doi.org/10.1007/s40299-021-00608-3>
- Inchausti, F., MacBeth, A., Hasson-Ohayon, I., & Dimaggio, G. (2020). Psychological Intervention and COVID-19: What We Know So Far and What We Can Do. *Journal of contemporary psychotherapy*, 50(4), 243–250. <https://doi.org/10.1007/s10879-020-09460-w>
- Jiang, Y., Lu, C., Chen, J., Miao, Y., Li, Y., & Deng, Q. (2022). Happiness in University Students: Personal, Familial, and Social Factors: A Cross-Sectional Questionnaire Survey. *International journal of environmental research and public health*, 19(8), 4713. <https://doi.org/10.3390/ijerph19084713>
- Kara, F. M., & Sarol, H. (2021). Level up the Life!! Leisure Involvement, Basic Psychological Need Satisfaction and Life Satisfaction among University Students. *Higher Education Studies*, 11(4), 91-101. <https://scholar.google.com/scholar?hl>
- Kaya, A., Demire, M., & Tükel, Y. (2020). The Relationship between Smartphone Use and Happiness among University Students. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9 (7). 124-133. <https://scholar.google.com/scholar?hl>
- Kheloufi, S. (2021). Les dispositifs de Suivi Psychologiques pendant la crise de la Covid-19. *Revue Santé Mentale et Neurosciences*, 3(5), 41-54. <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/214382>
- Kim, H. W., & Kim, M. R. (2014). Influence of nursing Students' satisfaction with their major, self-identity, and social support on their career identity. *Advanced Science and Technology Letters*, 72, 36-39. <http://dx.doi.org/10.14257/astl.2014.72.09>
- Konan, N., Durmuş, E., Ağıroğlu Bakır, A., & Türkoğlu, D. (2018). The Relationship between Smartphone Addiction and Perceived Social Support of University Students'. *International Online Journal of Educational Sciences*, 10(5), 244-259. <https://scholar.google.com/scholar?q>
- Krizanova, J., & Guardiola, J. (2023). Conceptualizations of Happiness and Vegetarianism: Empirical Evidence from University Students in Spain. *Journal of Happiness Studies*, 24, 1483-1503. <https://doi.org/10.1007/s10902-023-00650-6>
- Laporte, N., Soenens, B., Brenning, K., & Vansteenkiste, M. (2021). Adolescents as active managers of their own psychological needs: The role of psychological need crafting in adolescents' mental health. *Journal of adolescence*, 88, 67–83. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.02.004>
- Lee, D. S., & Padilla, A. M. (2016). Predicting South Korean University Students' Happiness through social support and Efficacy beliefs. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 38(1), 48-60. <http://doi.org/10.1007/s10447-015-9255-2>

- Leon, J., & Núñez, J. L. (2013). Causal Ordering of Basic Psychological Needs and Well-Being. *Soc Indic Res.* 114. 243-253. <http://doi.org/10.1007/s11205-012-0143-4>
- Li, M. (2018). The Influence of Psychological Needs and Exercise Motivation on Exercise Dependence among Chinese College Students. *Psychiatric Quarterly.* 89. 983-990. <https://doi.org/10.1007/s1126-018-9595-2>
- Liang, C., & Sun, J. (2022). A Study of the Happiness of Chinese University Students and Its Influencing Factors—A Case Study of Beijing Universities. *Sustainability*, 14(23), 1-15. <http://doi.org/10.3390/su142316057>.
- Macakova, V., & Wood, C. (2022). The relationship between academic achievement, self-efficacy, implicit theories and basic psychological needs satisfaction among university students. *Studies in Higher Education*, 47(2), 259-269. <https://scholar.google.com/scholar?q>
- Mahanta, D., & Aggarwal, M. (2013). Effect of perceived social support on life satisfaction of university students. *European Academic Research*, 1(6), 1083-1094. <https://scholar.google.com/scholar?q>
- Malik, S. Saida. (2013). Gender differences in self-esteem and happiness among university students. *International Journal of Development and Sustainability*, 2(1), 445-454. <https://idsnet.com/ijds-v2n1-31.pdf>
- Marhamah, F., & Binti Hamzah, H. (2017). The relationship between social support and academic stress among first year students at syiah kuala university. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 1(1). 149-172. <https://www.google.com/jurnal.ar-raniry.ac.id>
- Martela, F., & Ryan, R. M. (2020). Distinguishing between basic psychological needs and basic wellness enhancers: the case of beneficence as a candidate psychological need. *Motivation and Emotion*. 44. 116-133. <https://doi.org/10.1007/s11031-019-09800->
- McLean, L., Gaul, D., & Penco, R. (2022). Perceived social support and stress: a study of 1st year students in Ireland. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-21. <http://doi.org/10.1007/s11469-021-00710-z>
- Moreno-Casado, H., Leo, F. M., Lopez-Gajardo, M. A., García-Calvo, T., Cuevas, R., & Pulido, J. J. (2022). Teacher leadership and students' psychological needs: A multilevel approach. *Teaching and Teacher Education*. 116. 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2022.103763>
- Moussa, N. M., & Ali, W. F. (2022). Exploring the Relationship Between Students' Academic Success and Happiness Levels in the Higher Education Settings During the Lockdown Period of COVID-19. *Psychological reports*, 125(2), 986–1010. <https://doi.org/10.1177/0033294121994568>
- Müller, F. H., Thomas, A. E., Carmignola, M., Dittrich, A. K., Eckes, A., Großmann, N., Martinek, D., Wilde, M., & Bieg, S. (2021). University Students' Basic Psychological Needs, Motivation, and Vitality Before and During COVID-19: A Self-Determination Theory Approach. *Frontiers in psychology*, 12, 1-14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.775804>
- Ng, J. Y., Ntoumanis, N., Thøgersen-Ntoumani, C., Deci, E. L., Ryan, R. M., Duda, J. L., & Williams, G. C. (2012). Self-determination theory applied to health contexts: A meta-analysis. *Perspectives on psychological science*, 7(4), 325-340. <http://doi.org/10.1177/1745691612447309>

- Niemiec, C. P., & Ryan, R. M. (2009). Autonomy, competence, and relatedness in the classroom: Applying self-determination theory to educational practice. *Theory and research in Education*, 7(2), 133-144. <https://doi.org/10.1177/1477878509104318>
- Pinki, Gobind, & Sarita. (2022). Correlational Study of Depression, Social Support and Resilience among University Students in Haryana during COVID-19. *International Journal of Indian Psychology*, 10(4), 181-186. <http://doi.org/10.25215/1004.020>
- Qi, M., Zhou, S. J., Guo, Z. C., Zhang, L. G., Min, H. J., Li, X. M., & Chen, J. X. (2020). The Effect of Social Support on Mental Health in Chinese Adolescents During the Outbreak of COVID-19. *The Journal of adolescent health : official publication of the Society for Adolescent Medicine*, 67(4), 514–518. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.07.001>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68-78. <http://doi.org/10.1037110003-066X.55.1.68>
- Ryan, R. (2009). Self determination theory and well being. *Social Psychology*, 84(822), 848. https://www.welldev.org.uk/wed-new/network/research-review/Review_1_Ryan.pdf
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary educational psychology*, 61, 1-11, <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2022). Self-determination theory. In *Encyclopedia of quality of life and well-being research*. 1-7. https://doi.org/10.1007/978-3-319-69909-7_2630-2
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of happiness studies*, 9, 13-39. <http://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Sahraian, A., Gholami, A., Javadpour, A., & Omidvar, B. (2013). Association between religiosity and happiness among a group of Muslim undergraduate students. *Journal of religion and health*, 52, 450-453. <http://doi.org/10.1007/s10943-011-9484-6>
- Sajjadian, P., Kalantari, M., Abedi, M.R., & Nilforooshan, P. (2016). Predictive Model of Happiness on the Basis of Positive Psychology Constructs. *Review of European Studies*, 8(4), 81-94. <http://dx.doi.org/10.5539/res.v8n4p81>
- San Martín, J., Perles, F., & Canto, J. M. (2010). Life satisfaction and perception of Happiness among university students. *The Spanish journal of psychology*, 13(2), 617-628. <http://doi.org/10.1017/s1138741600002298>
- Sapmaz, F., Doğan, T., Sapmaz, S., Temizel, S., & Tel, F. D. (2012). Examining predictive role of psychological need satisfaction on happiness in terms of self-determination theory. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 55, 861-868. <http://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.09.573>
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 127–139. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.44.1.127>
- Sari, I. (2012). The Relationship between Psychological Well-Being and The Satisfaction of The Basic Psychological Needs in University Students. *Energy Education Science and Technology Part B: Social and Educational Studies*. 4 (4). 1969-1978. <https://www.researchgate.net/publication/260907859>

- Sari, I. (2015). Satisfaction of Basic Psychological Needs and Goal Orientation in Young Athletes: a Test of Basic Psychological Needs Theory. *Kinesiology*, 47, 159-168. <https://www.researchgate.net/publication/294122975>
- Sari, I., Soyer, F., & Yiğiter, K. (2012). The Relationship among Sports Coaches' Perceived Leadership Behaviours, Athletes' Communication Skills and Satisfaction of the Basic Psychological Needs: A Study on Athletes. *International Journal of Academic Research*, 4 (1), 112-119. <https://www.researchgate.net/publication/271507019>
- Savarese, G., Pecoraro, N., Fasano, O., Mollo, M., Iannaccone, A., Manzi, F., & Curcio, L. (2019). Perceived social support and clinical symptomatology in Italian university students. *Global Journal of Guidance and Counseling in Schools: Current Perspectives*, 9(3), 90-94. <https://scholar.google.com/scholar?q>
- Seo, E. H., Kim, S. G., Kim, S. H., Kim, J. H., Park, J. H., & Yoon, H. J. (2018). Life satisfaction and happiness associated with depressive symptoms among university students: a cross-sectional study in Korea. *Annals of general psychiatry*, 17, 52. <https://doi.org/10.1186/s12991-018-0223-1>
- Sharif Nia, H., Rahmatpour, P., Khoshnavay Fomani, F., Arslan, G., Kaveh, O., Pahlevan Sharif, S., & Kaur, H. (2021). Psychometric evaluation of Persian version of the balanced measure of psychological needs scale among university students. *Nursing open*, 8(5), 2784–2793. <https://doi.org/10.1002/nop2.854>
- Shiddiq, M. I., Fitra, M. A., Patricia, R., Afriani, D. I., Bahar, F. A., & Malay, E. D. (2018). Social Support is Positively Correlated With College Adjustment in First-Year Students. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 494, 549- 558. <https://scholar.google.com/scholar?q>
- Talwar, P., & AR, M. F. (2013). Perceived social support among university students in Malaysia: a reliability study. *Malaysian Journal of Psychiatry*, 22(1), 31-38. <https://scholar.google.com/scholar>
- Talwar, P., Kumaraswamy, N., & AR, M. F. (2013). Perceived social support, stress and gender differences among university students: A cross sectional study. *Malaysian Journal of Psychiatry*, 22(2), 42-49. <https://journals.lww.com/mjp/>
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 3(29), 1-11. <https://dergipark.org.tr/en/pub/tpdrd/issue/21449/229847>
- Tindle, R., Castillo, P., Doring, N., Grant, L., & Willis, R. (2022). Developing and validating a university needs instrument to measure the psychosocial needs of university students. *British Journal of Educational Psychology*, 92, 1550–1570. <https://doi.org/10.1111/bjep.12515>
- Wan Mohd Yunus, W. M. A., Badri, S. K. Z., Panatik, S. A., & Mukhtar, F. (2021). The Unprecedented Movement Control Order (Lockdown) and Factors Associated With the Negative Emotional Symptoms, Happiness, and Work-Life Balance of Malaysian University Students During the Coronavirus Disease (COVID-19) Pandemic. *Frontiers in psychiatry*, 11, 566221. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.566221>
- Wei, S., Teo, T., Malpique, A., & Lausen, A. (2022). Parental Autonomy Support, Parental Psychological Control and Chinese University Students' Behavior Regulation: The Mediating Role of Basic Psychological Needs. *Frontiers in psychology*, 12, 735570. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.735570>

قائمة المراجع

- Yasin, A. S., & Dzulkifli, M. A. (2010). The relationship between social support and psychological problems among students. *International Journal of Business and Social Science*, 1(3), 110-116. https://ijbssnet.com/journals/Vol.1_No.3_December_2010/11.pdf
- Yılmaz, G., Şar, A. H., & Civan, S. (2015). Ergenlerde mobil telefon bağımlılığı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying*, 2(2), 20-37. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ojtac/issue/28470/303439>
- Ziapour, A., Khatony, A., Jafari, F., & Kianipour, N. (2018). Correlation of Personality Traits with Happiness among University Students. *Journal of Clinical & Diagnostic Research*, 12(4), 26-29. <http://doi.org/10.7860/JCDR/2018/31260.11450>

قائمة الملاحق

الملحق رقم 01:

مقياس الحاجات النفسية في صورته الأولى

أعزائي الطلبة...عزيراتي الطالبات

بين أيديكم مجموعة من العبارات الرجاء الإجابة عنها بوضع علامة (+) في الخانة المناسبة، علما أن الإجابات المتحصل عليها لا تستخدم إلا في أغراض البحث العلمي، لذا نرجو منكم الإجابة عنها بصدق وموضوعية.

البيانات الشخصية:

الجنس: ذكر () أنثى ()

الحالة الاجتماعية: أعزب () متزوج ()

الإقامة: داخلي () خارجي ()

المستوى الدراسي: ليسانس السنة الأولى () السنة الثانية () السنة الثالثة ()

ماستر السنة الأولى () السنة الثانية ()

الرقم	الفقرات	بدرجة كبيرة جدا	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة قليلة	بدرجة قليلة جدا
1	أشعر أنني حر في تحديد نمط حياتي.					
2	أحب الناس الذين أختلط بهم.					
3	معظم الوقت لا أشعر أنني أنسان كفؤ.					
4	أعاني من ضغوط في حياتي.					
5	الناس في غالب الأحيان يقدرون ما أقوم به من أعمال.					
6	أنسجم مع الناس الذين أخالطهم.					
7	أعيش لنفسي ولا يوجد لي علاقات اجتماعية كثيرة.					
8	أعبر عن آرائي وأفكاري بشكل حر.					

قائمة الملاحق

					9	أعتبر الناس الذين أختلط بهم أصدقائي.
					10	أستطيع تعلم مهارات جديدة ومهمة.
					11	في حياتي اليومية أقوم عادة بما يطلب مني.
					12	أجد الاهتمام ممن حولي.
					13	معظم الأحيان أشعر بنشوة الانجاز جراء النشاطات التي أقوم بها.
					14	الناس الذين أتعامل معهم يقدرون مشاعري ويضعونها بعين الاعتبار.
					15	في حياتي لم تتح لي الكثير من الفرص لإظهار قدراتي.
					16	أصدقائي قليلون وعلاقتي محدودة.
					17	أشعر بأنني أعبر عن ذاتي في حياتي اليومية.
					18	أشعر بالعزلة مع الناس الذين أتعامل معهم.
					19	في العادة لا أشعر بأنني قادر على القيام بواجباتي.
					20	لا يوجد أمامي فرص كثيرة لكي أقرر بنفسي كيفية القيام بمهامي اليومية.
					21	الناس الذين أتعامل معهم يكونون شيء من الود تجاهي.
					22	عندما أكون مع زملائي أشعر بأنني محبوب.
					23	عندما أكون مع المسؤولين أشعر بأن هناك فجوة بالعلاقات.
					24	عندما أكون مع أصدقائي أشعر بأنني كفؤ.
					25	عندما أكون مع المسؤولين أشعر بأنني غير كفؤ.

قائمة الملاحق

					26	عندما أكون مع أصدقائي أعبّر عن نفسي بشكل حر.
					27	عندما أكون مع المسؤولين أشعر بأنني مرغم على التصرف بطريقة غير معينة.

الملحق رقم 02:

مقياس الحاجات النفسية في صورته النهائية

أعزائي الطلبة...عزيزاتي الطالبات

بين أيديكم مجموعة من العبارات الرجاء الإجابة عنها بوضع علامة (+) في الخانة المناسبة، علما أن الإجابات المتحصل عليها لا تستخدم إلا في أغراض البحث العلمي، لذا نرجو منكم الإجابة عنها بصدق وموضوعية.

البيانات الشخصية:

الجنس: ذكر () أنثى ()

الحالة الاجتماعية: أعزب () متزوج ()

الإقامة: داخلي () خارجي ()

المستوى الدراسي: ليسانس السنة الأولى () السنة الثانية () السنة الثالثة ()

ماستر السنة الأولى () السنة الثانية ()

الرقم	الفقرات	بدرجة كبيرة جدا	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة قليلة	بدرجة قليلة جدا
1	أشعر أنني حر في تحديد نمط حياتي.					
2	أحب الناس الذين أختلط بهم.					
3	معظم الوقت لا أشعر أنني أنسان كفو.					
4	أعاني من ضغوط في حياتي.					
5	الناس في غالب الأحيان يقدرون ما أقوم به من أعمال.					
6	أنسجم مع الناس الذين أخالطهم.					
7	أعيش لنفسي ولا يوجد لي علاقات اجتماعية كثيرة.					
8	أعبر عن آرائ وأفكاري بشكل حر.					

قائمة الملاحق

					9	أعتبر الناس الذين أختلط بهم أصدقائي.
					10	أستطيع تعلم مهارات جديدة ومهمة.
					11	أجد الاهتمام ممن حولي.
					12	معظم الأحيان أشعر بنشوة الانجاز جراء النشاطات التي أقوم بها.
					13	الناس الذين أتعامل معهم يقدرون مشاعري ويضعونها بعين الاعتبار.
					14	في حياتي لم تتح لي الكثير من الفرص لإظهار قدراتي.
					15	أصدقائي قليلون وعلاقتي محدودة.
					16	أشعر بأنني أعبر عن ذاتي في حياتي اليومية.
					17	أشعر بالعزلة مع الناس الذين أتعامل معهم.
					18	في العادة لا أشعر بأنني قادر على القيام بواجباتي.
					19	لا يوجد أمامي فرص كثيرة لكي أقرر بنفسي كيفية القيام بمهامي اليومية.
					20	الناس الذين أتعامل معهم يكونون شيء من الود تجاهي.
					21	عندما أكون مع زملائي أشعر بأنني محبوب.
					22	عندما أكون مع أصدقائي أشعر بأنني كفؤ.
					23	عندما أكون مع المسؤولين أشعر بأنني غير كفؤ.
					24	عندما أكون مع أصدقائي أعبر عن نفسي بشكل حر.
					25	عندما أكون مع المسؤولين أشعر بأنني مرغم

قائمة الملاحق

					على التصرف بطريقة غير معينة.	
--	--	--	--	--	------------------------------	--

الملحق رقم 03:

مقياس المساندة الاجتماعية

أعزائي الطلبة...عزيزاتي الطالبات

بين أيديكم مجموعة من العبارات الرجاء الإجابة عنها بوضع علامة (+) في الخانة المناسبة، علما أن الإجابات المتحصل عليها لا تستخدم إلا في أغراض البحث العلمي، لذا نرجو منكم الإجابة عنها بصدق وموضوعية.

البيانات الشخصية:

الجنس: ذكر () أنثى ()

الحالة الاجتماعية: أعزب () متزوج ()

الإقامة: داخلي () خارجي ()

المستوى الدراسي: ليسانس السنة الأولى () السنة الثانية () السنة الثالثة ()

ماستر السنة الأولى () السنة الثانية ()

الرقم	الفقرات	أوافق بشدة	أوافق	محايد	معارض	معارض بشدة
1	أشعر بارتباط قوي نحو أسرتي عاطفيا.					
2	أشعر بالسعادة لمقدرة الآخرين مساعدتي ماليا.					
3	أشعر بالسعادة عند تقديم زملائي الملخصات العلمية.					
4	أجد من يساندني عند الإصابة بوعكة صحية.					
5	أشعر بأهميتي عندما أكون بين زملائي.					
6	أشعر بالارتياح لموقف أسرتي المالي الجيد.					
7	أشعر بالسعادة عندما يقدم لي زملائي النصيحة.					
8	أفكر بسوء حالتي الصحية دون وجود من يساندني.					

قائمة الملاحق

					9 تمنحني المساندة شعورا جميلا بالرعاية والعطف.
					10 أجد من يساندي ماليا.
					11 تقدم لي الأسرة النصائح الجيدة.
					12 أشعر بعدم مقدرة أسرتي تحمل تكلفة علاجي.
					13 أشعر بالسعادة عندما يقدرون زملائي مشاعري.
					14 يقف أصدقائي بجانبني عندما أحتاجهم.
					15 يشجعني الزملاء على التخيل والابتكار.
					16 أجد من يقف بجواري عندما أصاب بالمرض.
					17 أحظى بحب زملائي.
					18 أشعر بالارتياح بسبب ما يقدمه والدي لي من دعم مالي.
					19 يقدم لي الزملاء نماذج للأسئلة عندما أحتاجها.
					20 يشجعني زملائي على ممارسة الانشطة البدنية.
					21 تقدم لي أسرتي المساندة العاطفية.
					22 أجد من يساندي ماليا عند مروري بضائقة مالية.
					23 تساعدني أسرتي على اتخاذ قرارات سليمة.
					24 أخشى إصابتي بمرض خطير مستقبلا.
					25 أشعر بالأمان مع أسرتي.
					26 أشعر بتضحية أسرتي بالجهد والمال لأجلي.
					27 تقدم لي الأسرة اقتراحات حين أواجه صعوبة في اتخاذ قرار.

قائمة الملاحق

					أخشى من الإصابة بمرض نفسي مستقبلاً.	28
					أجد من يفهمني عندما أتحدث عن مشاعري.	29
					تلمي أسرتي احتياجاتي الخاصة دون تردد.	30
					تقدم أسرتي تفسيرات للأمور التي أجد صعوبة فيها.	31
					تهتم أسرتي لصحتي الجسدية والنفسية.	32

الملحق رقم 04:

مقياس السعادة النفسية في صورته الأولى

أعزائي الطلبة...عزيراتي الطالبات

بين أيديكم مجموعة من العبارات الرجاء الإجابة عنها بوضع علامة (+) في الخانة المناسبة، علما أن الإجابات المتحصل عليها لا تستخدم إلا في أغراض البحث العلمي، لذا نرجو منكم الإجابة عنها بصدق وموضوعية.

البيانات الشخصية:

الجنس: ذكر () أنثى ()

الحالة الاجتماعية: أعزب () متزوج ()

الإقامة: داخلي () خارجي ()

المستوى الدراسي: ليسانس السنة الأولى () السنة الثانية () السنة الثالثة ()

ماستر السنة الأولى () السنة الثانية ()

الرقم	الفقرات	لا أتفق أبدا	لا أتفق كثيرا	لا أتفق أحيانا	أتفق أحيانا	أتفق كثيرا	أتفق دائما
1	لا أشعر بالسعادة بشكل خاص في وضعي الحالي.						
2	أهتم بشدة بمن حولي من الناس.						
3	أشعر أن الحياة مرضية.						
4	أشعر بمشاعر ودية تجاه الجميع.						
5	أستيقظ وأنا أشعر بالراحة دائما.						
6	عمليا أنا لست متفائلا بالمستقبل.						
7	أجد أن الكثير من الأشياء مسلية.						
8	أنا صارم وجاد دائما.						
9	الحياة شيء جميل.						

قائمة الملاحق

						10 لا أشعر أن العالم مكان جيد.
						11 أضحك كثيرا.
						12 أنا مقتنع بكل شيء في حياتي.
						13 لا أعتقد أنني شخص جذاب.
						14 هنالك فرق بين ما أود فعله وما أنا عليه.
						15 أنا سعيد جدا.
						16 أجد الجمال في بعض الأشياء.
						17 لدي تأثير مبهج على الآخرين دائما.
						18 أستطيع إيجاد الوقت عندما أرغب القيام بعمل.
						19 أشعر أنه لدي السيطرة على حياتي.
						20 أشعر أنني قادر على تولي أي مهمة.
						21 أشعر أنني متيقظ عقليا.
						22 غالبا ما أمارس أنشطة ممتعة ومبهجة.
						23 لا أجد سهولة في اتخاذ القرارات.
						24 ليس لدي إحساس بالمعنى أو الهدف من الحياة.
						25 أشعر أن لدي الكثير من الطاقة والحيوية.
						26 عادة ما يكون لدي تأثير جيد على الأحداث.
						27 لا أشعر بالمرح مع الناس.
						28 لا أشعر أن صحتي على ما يرام.
						29 ليست لدي ذكريات سعيدة عن الماضي.

الملحق رقم 05:

مقياس السعادة النفسية في صورته النهائية

أعزائي الطلبة...عزيراتي الطالبات

بين أيديكم مجموعة من العبارات الرجاء الإجابة عنها بوضع علامة (+) في الخانة المناسبة، علما أن الإجابات المتحصل عليها لا تستخدم إلا في أغراض البحث العلمي، لذا نرجو منكم الإجابة عنها بصدق وموضوعية.

البيانات الشخصية:

الجنس: ذكر () أنثى ()

الحالة الاجتماعية: أعزب () متزوج ()

الإقامة: داخلي () خارجي ()

المستوى الدراسي: ليسانس السنة الأولى () السنة الثانية () السنة الثالثة ()

ماستر السنة الأولى () السنة الثانية ()

الرقم	الفقرات	لا أتفق أبدا	لا أتفق كثيرا	لا أتفق أحيانا	أتفق أحيانا	أتفق كثيرا	أتفق دائما
1	أهتم بشدة بمن حولي من الناس.						
2	أشعر أن الحياة مرضية.						
3	أشعر بمشاعر ودية تجاه الجميع.						
4	أستيقظ وأنا أشعر بالراحة دائما.						
5	عمليا أنا لست متفائلا بالمستقبل.						
6	أجد أن الكثير من الأشياء مسلية.						
7	أنا صارم وجاد دائما.						
8	الحياة شيء جميل.						
9	لا أشعر أن العالم مكان جيد.						
10	أضحك كثيرا.						

قائمة الملاحق

						11 أنا مقتنع بكل شيء في حياتي.
						12 لا أعتقد أنني شخص جذاب.
						13 أنا سعيد جدا.
						14 أجد الجمال في بعض الأشياء.
						15 لدي تأثير مبهج على الآخرين دائما.
						16 أستطيع إيجاد الوقت عندما أرغب القيام بعمل.
						17 أشعر أنه لدي السيطرة على حياتي.
						18 أشعر أنني قادر على تولي أي مهمة.
						19 أشعر أنني متيقظ عقليا.
						20 غالبا ما أمارس أنشطة ممتعة ومبهجة.
						21 ليس لدي إحساس بالمعنى أو الهدف من الحياة.
						22 أشعر أن لدي الكثير من الطاقة والحيوية.
						23 عادة ما يكون لدي تأثير جيد على الأحداث.
						24 لا أشعر بالمرح مع الناس.
						25 لا أشعر أن صحتي على ما يرام.
						26 ليست لدي ذكريات سعيدة عن الماضي.

الملحق رقم 06:

طلب خطي للسيد نائب مديرية الجامعة للتنمية والاستشراف والتوجيه

يوم الأحد 05 جوان 2022

الاسم واللقب: عائشة قوادري بوجلطية.

المستوى: السنة الثانية دكتوراه.

رقم التسجيل: 0247160191

العنوان: أولاد حاج قدور - أولاد فارس - الشلف

رقم هاتف: 0542726355

إلى السيد: نائب مديرية الجامعة للتنمية والاستشراف والتوجيه

الموضوع: طلب إحصائيات طلبة كلية الحقوق والعلوم السياسية وكلية العلوم الدقيقة والإعلام الآلي.

لي الشرف العظيم أن أتقدم إلى سيادتكم الموقرة بطلبي هذا والتمثل في طلب إحصائيات طلبة كلية الحقوق والعلوم السياسية وكلية العلوم الدقيقة والإعلام الآلي حسب الجنس "ذكور/إناث" والمستوى الدراسي "ليسانس/ ماستر"، وهذا لغرض البحث العلمي. وفي الأخير تقبلوا مني فائق الاحترام والتقدير.

إمضاء المتضي

الموافق: 06/06/2022

إحصائيات طلبة كليتي "الحقوق والعلوم السياسية" و "العلوم الدقيقة والإعلام الآلي"

إحصائيات الطلبة المسجلين في الفروع (البنات-البنين) للدراسات الجامعية للعام الجامعي 2021-2022 في كلية الحقوق والعلوم السياسية وكلية العلوم الدقيقة والإعلام الآلي

الكلية / الفرع	البنات		البنين		السنة الأولى		السنة الثانية		السنة الثالثة		السنة الأولى		
	إجمالي	بنات	بنين	بنات	بنين	بنات	بنين	بنات	بنين	بنات	بنين		
كلية الحقوق والعلوم السياسية - الحقوق	4409	2428	1981	527	208	413	224	459	371	228	422	701	156
كلية الحقوق والعلوم السياسية - العلوم السياسية	106	53	53	17	11	3	3	10	13	2	10	19	19
كلية العلوم الدقيقة والإعلام الآلي - المجموع	4515	2481	2034	344	219	413	374	469	384	535	482	720	675
كلية العلوم الدقيقة والإعلام الآلي - المجموع	2220	1330	890	143	110	211	142	212	176	258	196	473	396
المجموع	2220	1330	890	143	110	244	142	212	106	258	136	473	396

الملحق رقم 08: مخرجات التحليل الإحصائي لبيانات الدراسة باستخدام برنامج SPSS

الخصائص السيكومترية لمقياس الحاجات النفسية "معامل ألفا كرونباخ":

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,710	25

الخصائص السيكومترية لمقياس المساندة الاجتماعية "معامل ألفا كرونباخ":

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,803	32

الخصائص السيكومترية لمقياس السعادة النفسية "معامل ألفا كرونباخ":

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,804	26

مخرجات اختبار التساؤل الأول:

Statistiques descriptives						
	N	Minimum	Maximu m	Somme	Moyenne	Ecart type
الحاجات النفسية	480	45,00	115,00	40213,00	83,7771	10,73822
الاستقلالية	480	12,00	39,00	13210,00	27,5208	4,49815
الانتماء	480	10,00	44,00	14067,00	29,3063	5,30450
الكفاءة	480	12,00	39,00	12936,00	26,9500	4,18487
N valide (liste)	480					

مخرجات اختبار التساؤل الثاني:

One-Sample Statistics				
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
المساندة الاجتماعية	480	122,7438	13,92070	,63539

قائمة الملاحق

One-Sample Test						
Test Value = 96						
	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
المساندة الاجتماعية	42,090	479	,000	26,74375	25,4953	27,9922

One-Sample Statistics				
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
المساندة العاطفية	480	32,5396	3,80013	,17345
المساندة المالية	480	30,9167	4,89955	,22363
المساندة بالمعلومات	480	31,5438	4,53865	,20716
المساندة الصحية	480	27,7438	4,20594	,19197

One-Sample Test						
Test Value = 24						
	T	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
المساندة العاطفية	49,233	479	,000	8,53958	8,1988	8,8804
المساندة المالية	30,929	479	,000	6,91667	6,4772	7,3561
المساندة بالمعلومات	36,415	479	,000	7,54375	7,1367	7,9508
المساندة الصحية	19,501	479	,000	3,74375	3,3665	4,1210

مخرجات اختبار التساؤل الثالث:

One-Sample Statistics				
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
السعادة النفسية	480	102,2063	17,78957	,81198

One-Sample Test						
Test Value = 91						
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
السعادة النفسية	13,801	479	,000	11,20625	9,6108	12,8017

مخرجات اختبار الفرضية الأولى:

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,499 ^a	,249	,244	15,46772

a. Predictors: (Constant), الكفاءة, الانتماء, الاستقلالية

b. Dependent Variable: السعادة النفسية

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	37705,480	3	12568,493	52,533	,000 ^b
	Residual	113883,101	476	239,250		
	Total	151588,581	479			

a. Dependent Variable: السعادة النفسية

b. Predictors: (Constant), الكفاءة, الانتماء, الاستقلالية

Coefficients ^a							
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	35,427	5,598		6,329	,000	
	الاستقلالية	,896	,188	,227	4,770	,000	,700 1,429
	الانتماء	,190	,145	,057	1,315	,189	,850 1,177
	الكفاءة	1,356	,197	,319	6,883	,000	,734 1,362

a. Dependent Variable: السعادة النفسية

مخرجات اختبار الفرضية الثانية:

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,260 ^a	,067	,060	17,25163

a. Predictors: (Constant), مساندة بالمعلومات, مساندة مالية, مساندة صحية, عاطفية

b. Dependent Variable: السعادة النفسية

قائمة الملاحق

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	10219,757	4	2554,939	8,585	,000 ^b
	Residual	141368,824	475	297,619		
	Total	151588,581	479			

a. Dependent Variable: السعادة النفسية

b. Predictors: (Constant), مساندة عاطفية, مساندة بالمعلومات, مساندة مالية, مساندة صحية

Coefficients ^a								
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error				Beta	Tolerance
1	(Constant)	77,090	7,357		10,479	,000		
	المساندة العاطفية	,619	,323	,132	1,917	,056	,412	2,427
	المساندة المالية	,067	,226	,018	,294	,769	,507	1,971
	المساندة بالمعلومات	,636	,263	,162	2,422	,016	,437	2,287
	المساندة الصحية	-,619	,207	-,146	-2,984	,003	,818	1,223

a. Dependent Variable: السعادة النفسية