

السعادة النفسية لدى المدمنين للمخدرات في السجن الاصلاحى

أ.د. انعام قاسم الصريفي

صابرين حسين بداي السعيدي

كلية التربية للعلوم الانسانية/ جامعة ذي قار/ ذي قار/ العراق

المخلص

يستهدف البحث الحالي تعرف إلى:

- ١ - السعادة النفسية لدى المدمنين للمخدرات.
- ٢- دلالة الفروق في السعادة النفسية لدى المدمنين للمخدرات تبعاً لمتغير العمر. (١٥-٤٥)

وتحقيقاً لأهداف البحث الحالي قامت الباحثة بأعداد مقياس السعادة النفسية والمكون من (٣٦) فقرة . وقد اجري البحث على عينه عددها (٢٠٠) مدمناً للمخدرات في السجن الاصلاحى في محافظة ذي قار ، ولكون المقياس قد حافظ على هيكلية فان ذلك يبرر للباحثة امكانية استخدام عينه التحليل الاحصائي كعينه التطبيق النهائي تماختيار اختيارهم بالأسلوب العشوائي البسيط ذات التوزيع المناسب، ثم حلت فقرات المقياس منطقياً واحصائياً لحساب قدرتها التمييزية ومعاملات صدقها وتحققت الباحثة من الصدق الظاهري ومؤشرات الصدق البناء للمقياسين وحساب ثبات المقياسين بطريقه (الفا كرونباخ) اذ بلغ معامل الثبات الفا كرونباخ (٠٠٩٠) المقياس السعادة النفسية، ولغرض التأكد من اجراءات البحث ونتائجه استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية الأتية. (معادلة الفا كرونباخ الاختبار الثاني لعينة واحده الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين معامل الارتباط بيرسون ، التحليل العاملي التوكيدي والاستكشافي معامل كيودر ريتشاردسون ومعامل جاكسون وطريقه الموازنة الطرفية)

اسفرت النتائج عما يأتي:

١. ان المدمنين للمخدرات في السجن الاصلاحى في ذي قار بصورة عامه لديهم سعادة نفسية.
٢. لا توجد فروق في السعادة النفسية تبعاً لمتغير العمر .

وقد خرجت الباحثة بمجموعه من التوصيات والمقترحات.

التوصيات:-

- ١- العمل على تخطيط بعض الاحياء ذات الاسكان المتردي والتي تستقطب المجرمين اليها..

المقترحات :-

- ١- اجراء دراسات تتناول السعادة النفسية على شرائح اخرى وفئات عمرية اخرى.

Psychological Well -Being among drug addicts in correctional prison

Prof. Dr. Anaam Q. Al-Suraifi

Sabreen H. Baddai Al-Saedi

College of Education for pure sciences/ Thi-Qar university/ Thi-Qar/ Iraq

Abstract

The current research aims to identify psychological Well-Being among drug addicts in correctional prison according to the variable of age. To achieve the objectives of the research, the researcher prepared a measure of psychological Well-Being based on the theory. It consisted of (36) Items, and the study sample consisted of (200) drug addicts in the correctional prison, where the researcher used the statistical bag and the statistical methods for the research (SPSS). The results showed that the sample of the current research had psychological Well-Being, and there were no differences in psychological Well-Being according to the variable of age, and in the mid of results The researcher reached a set of conclusions and recommendations and the proposals.

Recommendations: Work on planning some neighborhoods with poor housing that attract criminals to them

Suggestions: Conducting studies dealing with psychological happiness on other segments and other age groups.

Keywords: Psychological Well-Being Of drug addicts in correctional prison

مشكلة البحث: (The Problem of Research)

أن الاهتمام بقضية الادمان على المخدرات اصبح واضحا ومهما لأنه أساس للمشكلات الاجتماعية الصعبة التي تواجه المجتمعات اليوم وذلك بسبب سوء استعمال المتعاطين لجميع أنواع المخدرات الصناعية والطبيعية كوسيلة لحل مشكلاتهم والتغلب على متاعبهم وهمومهم اليومية التي يواجهونها، ولا تقتصر مشكلة ادمان المخدرات على حاضر الافراد فهي ترسم له أيضا دورا مهما بحياة الشخص المدمن التي قد تؤدي به إلى السجن وارتكاب الجرائم ، وتعتبر المخدرات قسما من اقسام المكيفات التي قد تجعل الفرد يندفع الى تعاطيها الأسباب نفسية او اجتماعية او شهوانية او نتيجة لطبيعة حرفة المدمن او مهنته. (بهنج، ٢٠٠٢:ص٦)

تعد مشكلة تعاطي المخدرات ومازالت تحدي كبير لدى الأشخاص المشتغلين في البحوث الاجتماعية، وخاصة عند المدمنين الأحداث لذلك يجب تركيز الاهتمام على تلك الفئة تقع مسؤوليتها على كثير من مؤسسات المجتمع وأن تحضى الأسرة بالنصيب الوافر من هذا الاهتمام وذلك من خلال تكوين الأسرة والتزواج ينشأ تعاقب الاجيال فيكون للأسرة التي يعيش ويتربى فيها الطفل دور كبير وتأثير مهم وفعال في توجيه سلوكه والتزامه بعادات وتقاليد المجتمع الذي يوجد فيه واندماجه فيه والتزامه بالأخلاق التي يحصل عليها من التربية والتنشئة الاسرية الصحيحة التي يحصل عليها من خلال متابعة الابوين له فإذا نشأ الطفل في أسرة مضطربة أيا كان نوع هذا الاضطراب فلا شك بان الطفل سينشأ متأثرا في المعاملة المضطربة ، التي قد تؤدي به إلى الانحراف المتمثل في ادمان وتعاطي المخدرات واي نوع اخر من انواع الانحراف . أما إذا نشأ الطفل في اسرة يسودها الود والاحترام فانه يتجنب الوقوع في الانحراف مما يؤدي إلى الشعور بالسعادة النفسية. (القحطاني ، ٢٠٠٣ : ص٦) أن السعادة النفسية تعد انفعال وجداني يصعب الوصول اليه وذلك بسبب ضغوط الحياة المتعددة التي يتعرض لها الفرد والنزاعات الخارجية بينه وبين المجتمع الذي يعيش فيه والنزاعات الداخلية التي تحدث بين غرائزه المتناقضة مما تحت الحاجة الى القيام بدراسات في محاوله تحقيق اكبر قدر ممكن من السعادة النفسية. علماء النفس ولسنوات عديدة لم يهتموا بدراسة السعادة النفسية بينما بقت التعاسة والاكتئاب والقلق وغيرها من المواضيع السلبية من اشد اهتماماتهم مما جعل ارتباط علم النفس في تفكير الكثير من الأفراد بانه علم الاضطرابات العقلية والنفسية . (ارجايل، ١٩٩٣:ص١٤٩)

وتحدد مشكله البحث الحالي بالإجابة عن التساؤل التالي:

هل يتمتع المدمنين للمخدرات بالسعادة النفسية

أهمية البحث: (importance of Research)

يعد مفهوم السعادة النفسية من المفاهيم النفسية المهمة التي اهتم بها الفلاسفة فالبحت عنها كان عند اليونان هو المطلب الأساسي للفرد ، حيث أن ارسطو ينظر إلى السعادة النفسية تشكل حالا من أحوال النفس البشرية وأن الفرد تكمن سعادته باختلافه مع ما يختص به سائر المخلوقات الأخرى أي باستخدام الحياة الناطقة على

اكمل وجه ، كذلك يؤكد على أن الابداع في الحياة ضروري للحصول على السعادة النفسية وتحقيق ما هو خير .(ربيع، ٢٠٠٤:ص١٥)

فالسعادة تعتبر من اهم المفاهيم التي يبحث فيها علم الصحة النفسية لان هذا العلم عاده ما يعرف على اساس انه يهدف الى تحقيق السعادة النفسية للفرد لان الصحة النفسية تهدف المساعدة كل فرد ع العيش السعيد في بيئة اجتماعيه كما تعد السعادة مقياسا للصحة النفسية للفرد وتحدد الصحة النفسية للفرد على اساسها، ومدى قدره الفرد في التأثير في بيئته وامكانياته وقدرته على التكيف مع الحياه بما يؤدي الى قدر معقول من الاشباع الشخصي والسعادة والكفاءة وما يسعد الانسان ينمي صحته النفسية وما يشقيه يضعف نفسه وينحرف بها. (أمانى، ٢٠٠٠: ص١٠)

وأن مفهوم السعادة في حقيقته مفهوم عالمي المضمون والمغزى وله اهميته المتماثلة في مختلف انحاء العالم بدءا من أكثر المجتمعات تقدما الى اكثرها بدائية وترى فينهوفين ان حروف اللغة والثقافة لا تؤثر على الطبيعة العالمية للسعادة ، لأنها توصف غايه قصوى للإنسان في كل مكان، فقد كشفت الابحاث على ان السعادة لها اهميتها العالمية بوصفها الهدف الانساني الاسمي واسبابها تبدو متشابهة في مختلف انحاء العالم ومع اختلاف الثقافات التي تناولت مفهوم السعادة. (عبد الرزاق ، ٢٠١٢ : ص ٨). (Carsten & Turk Charles) ذكر كارستين، تورك تشارلز بأن الأفراد كلما تقدموا بالعمر نقلوا توجهاتهم نحو المستقبل، وبالتالي فإن الأفراد يمارسون حياتهم في تعظيم الجانب الايجابي الوجداني وتقليل الجانب الوجداني السلبي وهذا ينبئ بتحسين مستويات السعادة النفسية. (معمرية، ٢٠١٢:ص١٢٢)

ان الشعور بالسعادة يختلف من فرد الى اخر ومن مرحله عمريه الى اخرى لان السعادة النفسية تمثل شعور وانفعال وجداني متكامل وما زال الفرد يرغب في الوصول اليه لأنه الغاية والهدف الرئيسي في حياته لما لها من اثار قوية على سلوكه ، فالفرد يفكر بطرق مختلفة عندما يكون سعيدا مقارنة بحالته وعندما يكون كئيبا وحزينا ويمتلك ثقة اكثر بالنفس وتقديرا لذاته ويتمتع بالكفاءة الاجتماعية ويكون أكثر استعدادا لحل مشكلاته بطرق افضل ويكون أكثر قدرة لتقديم المساعدة الاجتماعية للأفراد الآخرين .(العبيدي ، ٢٠١٥:ص١٨٤)

حيث يولد الشعور بالسعادة النفسية مناعة نفسية ضد الاضطرابات النفسية والامراض، وذلك بما يقي ذاته من المشاعر السلبية والافكار ، بهذه النظرة يستطيع الفرد أن يتغلب على الكثير من الصعوبات التي يتعرض لها في حياته اليومية. (الزين ، ٢٠١٣: ص٥٥٨)

وتظهر اهمية دراسة موضوع السعادة النفسية لما لها من آثار ايجابية على سلوك الفرد وكذلك على المجتمع اذ تنمي لديه الاجتماعية والايثار وانها تعلق بالنشاط والمبادأة بالسعادة النفسية هي شيء صحي ومفيد للأفراد فالأشخاص السعداء يعيشون سنين اطول وان الكثير من الأمور التي تساعد على ارتفاع الفرد وشعوره بالسعادة النفسية كما يراها) ارجايل (١٩٩٣) كالعلاقات الاجتماعية اذ تزيد السعادة النفسية من خلال العلاقات بين

الاقارب والاصدقاء والنشاط الذي يمارسه الفرد في وقت فراغه كسبب رئيسي لشعور الفرد بالسعادة. (المرسى، ٢٠٠٧ : ص ١٦٥)

تتيح السعادة النفسية فرصه كبيره بمدى تقبل الفرد للآخرين وكذلك رضاه عن حياته مما يعطيه صوره صحيحة وإيجابيه عن ذاته، ليحقق اهدافه وطموحاته ورغباته التي يسعى اليها. (حسن، ٢٠١٠: ص ٤)

ويذكر (Diner 1984) ان التقارير الذاتية في الشعور بالسعادة النفسية تتسم بالثبات على الرغم من تغير بعض الظروف ومرور الوقت فان الشعور بالسعادة النفسية و يبنى بالصحة النفسية العامة للفرد، اذا اردنا تصنيف السعادة النفسية يمكننا ان ننفها الى نفسيه ماديه نفسيه فرديه جسديه جماعيه، لكننا اذا اردنا المقارنة بين انواعها نقول انه اجمل ما في الكون هو الانسان واجمل ما في الانسان هو عقله فربما كانت السعادة المعرفية هي اجمل انواع السعادة النفسية. (Diener,1984,p:542)

إذا اكدت دراسة كامبل (Campell, ١٩٨١) أن العلاقات الاجتماعية تشكل مصدرا مشتركا للسعادة النفسية كالعلاقات مع اعضاء الأسرة والاصدقاء فالعلاقات الاجتماعية بين الاشخاص تشارك في سعادتهم وبالأخص العلاقات الشخصية فان اهميه وجود الام بالنسبة لطفل الرضيع ورعايتها له واهتمامها به تحدد اذا كان سعيدا ام لا اي ان الشخص تتأثر سعادته من خلال علاقاته الاجتماعية مع الآخرين الذين يشكلون اهميه كبيره بالنسبة له. (Elizabeth, 1992,p:200)

ويمكن تلخيص أهمية البحث الحالي من الناحيتين النظرية والتطبيقية بالنقاط الآتية:

الأهمية النظرية :-

- ١-يهتم البحث الحالي بشريحة المدمنين للمخدرات وهي من الشرائح المهمة في المجتمع .
- ٢-محاولة البحث عن طريق دراسة هذا المتغير هي للتوصل إلى تعميمات جديدة تعيد الباحثين في بحوثهم اللاحقة لتسليط الضوء على تحفيز افكار جديده لديهم في البحث الحالي.

الاهمية التطبيقية :

١. يعد البحث الحالي بداية لجهود علمي يعتمد عليه الباحثون بما توفره الدراسة الحالية من أدوات قياس مهمة تستعمل لقياس السعادة النفسية لدى المدمنين للمخدرات وفئات اخرى مقاربه ضمن ثقافتنا المحلية.
٢. يوفر البحث الحالي اداة لقياس (السعادة النفسية) لدى المدمنين للمخدرات يمكن الاستفادة منه في البحوث العلمية مستقبلا.
٣. اصالة الدراسة وحدثتها إذا لم يتم بحدود علم الباحثة إجراء دراسة كشفت عن انتشار وشيوع السعادة النفسية لدى عينه البحث اوعينه مشابهه لها.

٤. يمكن الاستفادة من البحث الحالي في الدراسات المستقبلية.

أهداف البحث : (Research aim)

يستهدف البحث الحالي تعرف إلى :-

١- السعادة النفسية لدى المدمنين للمخدرات في السجن الاصلاحى في محافظة ذي قار .

٢- دلالة الفروق في السعادة النفسية وفقا لمتغير العمر. (١٥-٤٥)

حدود البحث : (limitation of the Research)

ستجرى هذه الدراسة في اطار المحددات الآتية:

يتحدد البحث الحالي بالسعادة النفسية لدى المدمنين للمخدرات في السجن الاصلاحى في محافظة ذي قار

للذكور فقط وفقا لمتغير العمر للعام (٢٠٢٣-٢٠٢٤)

تحديد المصطلحات:

السعادة النفسية : (Psychological Well-Being)

وعرفها كل من:-

Ryff - (Ryff, 2008) بأنها مجموعة من المؤشرات السلوكية تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام. (اسحاق، ٢٠١٧) (Ryff,2008,p:100)

-**قاسم وعبد الاله (٢٠١٨)** : رضا عام لدى الفرد عن حياته والاشباح وما يتبعه من الارتياح وتحقيق الذات وسعيه المستمر لتحقيق اهدافه

الشخصية في اطار الاحتفاظ بالعلاقات الاجتماعية والإيجابية مع

الآخرين. (قاسم) وعبد الاله ، ٢٠١٨ ، ص: ٨٩)

-**فينهوفن (٢٠٠١): (Veenhoven, ٢٠٠١)** انها شعور الفرد بالبهجة والاستمتاع واللذة للوصول الى درجة من الرضا عن الحياة (Veenhoven, 2001, p:14)

التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف رايف (Ryff , ٢٠٠٨) تعريفا نظريا لمفهوم السعادة النفسية والذي استخدمت نموذجة.

التعريف الاجرائي:الدرجة التي يحصل عليها المستجيب بعد اجابته على مقياس السعادة النفسية المعتمد في البحث الحالي.

الاطار النظري والدراسات السابقة:

نبذة تاريخية عن تطور مفهوم السعادة النفسية :

تعود الجذور الأولى لدراسة السعادة النفسية الى محاولات الفلاسفة في البحث عن العوامل التي تؤدي وتؤثر في سعادة الانسان وكل منهم ذكر وجهه نظر مختلفة حول ما يجعل الانسان سعيدا في حياته ، ويعد ارسطو من اهم الفلاسفة الذين ناقشوا موضوع السعادة حيث اعتبر ان النفس والجسد شيء واحدا وما السعادة الا هي هبة من الله يحصل عليها الانسان عن طريق اتباع الفضيلة والخير ولها ركائز عدة وهي الصحة والسلطة والمال وسلامه العقل والسمعة الطيبة وعلى هذا رفض ارسطو فكره حياه الوحدة والعزلة تؤدي الى الشعور بالسعادة.

(McMahon,2006,p:42)

بعد ذلك جاء الفيلسوف بير تراند راسل (Bertrand Russell) يؤكد على وجود اربعة مقومات السعادة النفسية وهي الصحة والمال والعلاقات الجيدة مع الآخرين واخرها النجاح في العمل. (العوا ، ١٩٩٩:ص٢٧٤) اما بالنسبة لعلم النفس فقد كانت بداية ظهور علم نفس السعادة في عام ١٩٣٠ لعالم النفس (واطسون) من خلال الدراسة التي قام بها بعنوان السعادة النفسية لدى الطلاب البالغين لكن بعد تلك الدراسة دخل مفهوم السعادة في كمون حتى اواخر الخمسينيات من القرن الماضي وقد فسر البعض هذا التردد في دراسة السعادة بجديه الى وجود الخرافات الثقافية التي سيطرت على تفكير الناس لقرون فعلى سبيل المثال اعتبر الناس بان السعادة غير قابله للتفسير كونها تعد واحده من الغاز الحياه فيما اعتقد البعض الاخر بان السعادة هي مجرد حظ او قدر فبعض الناس سعداء والبعض الاخر هم تعساء بالإضافة الى التخوف من طرح موضوع السعادة لان ذلك يؤدي الى فقدانها. (Fordyce,n,dp:25)

وقد فسر (فين هوفن ١٩٩٣) (Veenhoven,1993) السعادة النفسية بانها الدرجة التي يحكم بها الشخص ايجابيا على نوعيه حياته الحاضر بوجه عام وهنا يؤكد فان هوفن عن التقدير الشخصي للحياة من قبل الفرد فليس هناك معيار موضوعي مفترض لشعور الفرد فالشخص الذي يعتقد بانه سعيد فهو سيكون سعيد حقا. (Veenhoven,1993p:17) وفسره كل من ما يريز ودينير ١٩٩٥ السعادة النفسية بانها الدرجة المرتفعة من السعادة التي تتحدد على اساس ثلاثة مكونات هي تكرار الوجدان الايجابي والغياب النسبي للوجدان السلبي والاحساس بالرضا عن الحياه. (خليفة، ٢٠٠٩:ص٧)

وقد اشار كل من (warmoth, Resnick, Serlin) إلى ان السعادة النفسية هي حاله من الرفاهية الذاتية، لا تتضمن فقط طريقه ايجابيه في التصرف والتفكير لكن في جوهره تعتبر كتله من الاحساس بالسرور والمتعة. (Warmoth Resnick&Serlii,2001p:6)

ابعاد أنموذج رايف للسعادة النفسية:

١ - الاستقلالية (Autonomy)

ويشير الى استقلال الفرد وقدرته على اتخاذ القرارات وعلى التفكير والتصرف بطرق معينه وتقييم نفسه على وفق المعايير الاجتماعية اي مدى قدره الفرد على تحديد ذاته وثقته في نفسه وآرائه الخاصة.

٢- التمكّن البيئي (Environmental Misery)

هو قدره الفرد على التمكّن من تنظيم الظروف المحيطة به ومدى الاستفادة بطريقه فعاله من هذه الظروف المحيطة به وتوفير بيئة مناسبة له .

٣- التطور الشخصي (Personal Growth)

هو قدره الفرد على تنميه قدراته وتطويرها وزياده فاعليته وكفاءته الشخصية في جوانب حياته المختلفة وشعوره بالتفاؤل اي قدره الفرد على ادراك طاقاته والارتقاء بها لكي تتسع وتتقدم باستمرار.

٤-العلاقات الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين (Positive Relations With others)

وهي قدره الفرد على اقامه وتكوين علاقات وصدقات اجتماعيه ايجابية متبادلة مع الآخرين على اساس المحبة والألفة والود والثقة المتبادلة والمتمثلة في القدرة على التفاعل والتعاطف القوي بينهم والتفهم والدفع والصدقة والتأثير وكذلك الاخذ والعطاء .

٥-الحياة الهادفة (purpose In Life)

هي قدره الفرد على تحقيق اهدافه في الحياه بشكل موضوعي وواقعي وان يكون لديه هدف ورؤيه توجه تصرفاته وافعاله وسلوكياته مع الاصرار والمثابرة في تحقيق اهدافه في الحياة

٦-تقبل الذات (Self-Acceptance)

يشير هذا البعد الى قدره الفرد على تحقيق ذاته وتقبلها والاتجاهات الإيجابية نحو الحياه والذات وتقبل الفرد للمظاهر المختلفة لذاته بما فيها من جوانب ايجابية واخرى سلبية.

النظريات التي فسرت السعادة النفسية:

-نموذج كارول رايف للسعادة النفسية:-

قدمت رايف (Ryff, ٢٠٠٨) نموذجا للسعادة النفسية يعتمد على سته عوامل رئيسيه يمكن من خلالها الاستدلال على السعادة النفسية واعتمدت في نموذجها المبتكر على قاعدة مفادها بان الصحة النفسية ليست مجرد الخلو من المرض وان السعادة ناجمه من الحياه التي هي على ما يرام وهذا متوقف على وجهه نظر رايف على مواجهه التحديات التي تواجهه في حياته عن طريق تطوير امكانياته لأقصى درجة ممكنه ومدى قدرته على الاستفادة من الامكانيات البيئية المتاحة وحسب تعامله مع الآخرين وان يكون له هدفا يسعى الى

تحقيقه وان يتقبل ذاته كما هي. (Ryff , 1989,p: 170) حيث وضعت Ryff اطارا نظريا متكاملا للسعادة النفسية استنادا على دراسة وتطوير العديد من المفاهيم والنظريات ومن المفاهيم التي اعتمدت عليها مفهوم تحقيق الذات لماسلو والوظائف الشخصية الكاملة لروجرز والفردية ليونج ومفهوم النضج لألبورت والمراحل النفسية لأريكسون ونزعات الحياه الأساسية لبوهلر والعمليات الإجرائية للشخصية لنيو جارتن ومفهوم الصحة النفسية وقامت ببناء نموذج اصلي للسعادة النفسية انطلاقا من مفهوم بان الصحة هي ليست مجرد الخلو من المرض وانما هي الشعور بشيء من الإيجابية (Ryff & Singer, 2008:100)

ترى (كارول رايف, ١٩٩١) ان السعادة النفسية من اهم المتغيرات التي يمكن ان تؤثر في نظره الفرد للحياة والعالم ، والتي تمثل في الاحساس الايجابي بحسن الحال كما يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته وعن حياته بشكل عام وكذلك سعيه المتواصل لتحقيق اهداف شخصيه مهمه وذات قيمه ومعنى بالنسبة له واستقلاليته في تحديد وجهه ومسار حياته واقامه علاقات ايجابية مستمرة ومتبادلة

مع الآخرين، كذلك الاحساس العام بالسكينة والطمأنينة النفسية فالفرد يشعر بالسعادة النفسية والهدف من الحياه والقدرة على مواجه ظروف الحياه الصعبة وتحدياتها اذ كان يعيش ويقدر حياته بوجوده عالية اما الفرد الذي تكون مستويات جوده حياته متدنیه فيعيش حياه صعبه مليئة بالمشكلات التي يسودها القلق وعدم الامان والاكتئاب، مما يؤدي الى اصابته ببعض الأمراض النفسية. (العبودي وصالح ، ٢٠١٥ : ص ٩٥-٩٦)

مبررات تبني انموذج كارول رايف للسعادة النفسية:

بعد اطلاع الباحثة على وجهات النظر التي فسرت متغير السعادة النفسية لم تجد نظريه تكلمت عن السعادة النفسية لذلك وجدت بان (نموذج رايف ٢٠٠٨)

-تعد من النظريات الحديثة في تفسير مفهوم السعادة النفسية.

-هو انسب نموذج يمكن الاعتماد عليه لتعريف مفهوم السعادة النفسية والاعتماد من خلالها في صياغة فقرات المقياس وكذلك في تفسير النتائج التي سيحققها البحث

-اعطى تعريفا واضحا عن مفهوم السعادة النفسية

-اعطى نظره شموليه لمفهوم السعادة النفسية غطت الموضوع بتفاصيله بحيث لم تغطيها باقي النظريات الاخرى.

الدراسات السابقة :

بعد اطلاع الباحثة على الدراسات السابقة والادبيات لم تجد أي دراسة تناولت عينة البحث الحالي (المدمنين للمخدرات) وحسب علم الباحثة، لذا لم تذكر اي دراسة سابقة ، وتعد اول دراسة في العراق تناولت متغير (السعادة النفسية) مع عينة البحث الحالي (المدمنين للمخدرات)

منهجية البحث وإجراءاته:

أولاً-منهج البحث :

اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي لكونه يناسب البحث الحالي.

ثانيا - مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث الحالي من المدمنين للمخدرات في السجن الاصلاحى في محافظه ذي قار وبلغ مجتمع البحث الكلي (٢١٦) مدمن ومدمنه إذا بلغ عدد المدمنين الذكور (٢٠٠) لذا ارتأت الباحثة بأخذ المجتمع الكلي كعينه (٢٠٠) ذكور فقط في البحث الحالي .



ثالثا - عينه البحث:

تكونت عينة البحث الحالي من المدمنين للمخدرات في السجن الاصلاحى في محافظه ذي قار من مختلف الاعمار وكانت تتراوح أعمارهم ما بين (١٥-٤٥) ومن الذكور فقط وبطريقة الطبقة العشوائية البسيطة حسب التوزيع المتناسب. وفي سجن الناصرية للأحكام الخفيفة في محافظة ذي قار.

رابعا - اداة البحث :

مقياس السعادة النفسية :

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة هو مراجعه الادبيات عن نفسه وتحقيقا لهدف البحث الحالي قامت الباحثة بأعداد مقياس السعادة النفسية لعينه البحث الحالي (المدمنين للمخدرات في السجن الاصلاحى الذي يمكن عن طريقه قياس السعادة النفسية ولكي يقيس المقياس المفهوم بدقة يجب علينا تحديد السلوك الذي يجب قياسه بوضوح وثبات ولتحقيق هذا الهدف وبعد الاطلاع على الدراسات والادبيات السابقة المتعلقة بمقياس السعادة النفسية قامت الباحثة بأعداد مقياس السعادة النفسية وقد تبنت تعريف رايف التي عرفتها بأنها مجموعه من المؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام. (Ryff,2008,p:100)

ب حساب الخصائص السايكومترية للفقرات:

ان الخصائص السايكومترية لفقرات المقياس تشكل اهميه كبيره في تحديد قدرته على قياس ما وضعه لقياسه بالفعل ، ومن الخصائص القياسية التي يجب التحقق منها في فقرات المقاييس القوه التمييزية للفقرات ومعاملات صدقها (الزيباري ، ١٩٩٧ : ص ٧٥) نظرا لان اختيار الفقرات ذات الخصائص القياسية المناسبة يمكن أن يبني مقياسا بخصائص قياسية جيده فمن الضروري التحقق من هذه الخصائص القياسية للفقرات لاختيار الخصائص القياسية المناسبة، وتعديل الفقرات غير الملائمة او غير مناسبة واستبعادها.

أ- القوة التمييزية لفقرات المقياس :

ويقصد بتمييز الفقرة قدرة الفقرة على تمييز الفروق الفردية بين الأفراد الذين يملكون الصفة من الذين لا يملكونها (العجيلي وآخرين، ١٩٩٠ ، ص ١١٤). ولتحقيق ذلك اعتمدت الباحثة أسلوب المجموعتين الطرفيتين ، إذ يتم في هذا الأسلوب اختيار مجموعتين طرفيتين من الأفراد بناء على الدرجات الكلية التي حصلوا عليها في المقياس ، وقد تم تحليل كل فقرة من فقرات مقياس السعادة النفسية باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين. فقد تم تحليل فقراتها باستعمال معادلة (جاكسون كون الاجابة على فقراته ثنائية البديل) . الاستمارات التي خضعت للتحليل بلغ (١٠٨) استمارة قامت الباحثة بتطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لحساب تمييز فقرات السعادة النفسية ، وتعد الفقرة مميزة إذا كانت قيمة الاختبار المحسوبة (٠,٣٠) فأعلى وذلك بحسب معيار ايبيل (Ebel الزوبعي وآخرون ، ١٩٨١) ومقياس السعادة النفسية تم مقارنتها مع القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند

مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٠٦) ، وبهذا تبين أن جميع فقرات مقاييس السعادة النفسية داله احصائيا والجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول رقم (٤)

القوة التمييزية لمقياس السعادة النفسية باستعمال المجموعتين الطرفيتين

رقم الفقرة ضمن المقياس	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التائية المحسوبة	الدالة
1	عليا	4.57	0.72	4.43	دالة
	دنيا	3.59	1.46		
٢	عليا	4.3	0.69	2.57	دالة
	دنيا	3.8	1.25		
3	عليا	4.44	0.72	5.24	دالة
	دنيا	3.5	1.11		
4	عليا	4.54	0.75	7.51	دالة
	دنيا	3.09	1.2		
5	عليا	4.37	1.19	3.67	دالة
	دنيا	3.48	1.33		
6	عليا	4.7	0.5	8.47	دالة
	دنيا	2.98	1.41		
7	عليا	4.61	0.74	7.77	دالة
	دنيا	2.98	1.35		
8	عليا	4.72	0.53	7.55	دالة
	دنيا	3.33	1.24		
9	عليا	4.76	0.43	11	دالة
	دنيا	2.93	1.15		
10	عليا	4.65	0.59	6.55	دالة
	دنيا	3.43	1.24		
11	عليا	4.72	0.49	12.47	دالة
	دنيا	2.72	1.07		

دالة	9.27	0.56	4.63	عليا	12
		1.13	3.04	دنيا	
دالة	8.94	0.6	4.56	عليا	13
		1.2	2.93	دنيا	
دالة	8.36	0.74	4.57	عليا	١٤
		1.26	2.91	دنيا	
دالة	5.18	0.82	4.46	عليا	15
		1.35	3.35	دنيا	
دالة	4.59	0.69	4.54	عليا	16
		1.31	3.61	دنيا	
دالة	6.68	0.72	4.54	عليا	17
		1.25	3.22	دنيا	
دالة	7.23	0.68	4.63	عليا	18
		1.28	3.2	دنيا	
دالة	7.56	0.56	4.72	عليا	19
		1.31	3.26	دنيا	
دالة	5.48	0.62	4.65	عليا	20
		1.46	3.46	دنيا	
دالة	6.36	0.79	4.56	عليا	21
		1.57	3.04	دنيا	
دالة	5.93	0.55	4.65	عليا	22
		1.48	3.37	دنيا	
دالة	6.31	0.69	4.7	عليا	23
		1.39	3.37	دنيا	
دالة	7.76	0.86	4.59	عليا	24
		1.39	2.87	دنيا	
دالة	7.86	0.92	4.59	عليا	25
		1.26	2.93	دنيا	
دالة	8.46	0.95	4.52	عليا	26

		1.32	2.65	دنيا	
دالة	9.37	0.81	4.61	عليا	27
		1.41	2.54	دنيا	
دالة	7.28	0.97	4.5	عليا	28
		1.33	2.87	دنيا	
دالة	6.16	0.98	4.44	عليا	29
		1.41	3	دنيا	
دالة	6.55	0.6	4.7	عليا	30
		1.41	3.33	دنيا	
دالة	5.31	0.64	4.67	عليا	31
		1.34	3.59	دنيا	
دالة	9.82	0.68	4.65	عليا	32
		1.33	2.65	دنيا	
دالة	7.57	0.76	4.65	عليا	33
		1.57	2.85	دنيا	
دالة	7.11	0.81	4.59	عليا	34
		1.39	3.04	دنيا	
دالة	6.90	0.88	4.52	عليا	35
		1.56	2.83	دنيا	
دالة	8.11	0.56	4.74	عليا	36
		1.62	2.85	دنيا	

ب- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس صدق الفقرة .

تعد الدرجة الكلية للمقياس بمثابة مقاييس محكية آنية عن طريق ارتباطها بدرجات الأفراد على الفقرات، ومن ثم فإن ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس يعني أن الفقرة تقيس ما تقيسه الدرجة الكلية، وفي ضوء هذا المؤشر يتم الإبقاء على الفقرات التي تكون معاملات ارتباط درجاتها بالدرجة الكلية دالة إحصائياً والمقياس الذي تنتخب فقراته طبقاً لهذا المؤشر يمتلك صدقاً بنائياً عند (Anastasi, 1976, p154) إجراء تحليل فقراته

ولتحقيق ذلك استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لإيجاد علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس السعادة النفسية ، لان الإجابة عن الفقرة منقطعة تقطيعاً ثنائياً (فيركسون (١٩٩١ ص. ١٥) ، وقد أتضح أن الارتباطات كلها دالة إحصائياً وذلك من مقارنتها بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط البالغة (٠,١٤) عن مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨) والجدول (٥) يوضح ذلك

جدول (٥)

صدق فقرات مقياس السعادة النفسية باستعمال أسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية

الفقرة	قيمة الارتباط	الدالة	الفقرة	قيمة الارتباط	الدالة	الفقرة	قيمة الارتباط	الدالة	الفقرة	قيمة الارتباط	الدالة
1	0.32	دالة	10	0.46	دالة	19	0.48	دالة	٢٨	0.46	دالة
2	0.18	دالة	11	0.65	دالة	20	0.42	دالة	٢٩	0.43	دالة
3	0.37	دالة	12	0.57	دالة	21	0.48	دالة	٣٠	0.38	دالة
4	0.48	دالة	13	0.55	دالة	22	0.41	دالة	٣١	0.36	دالة
5	0.30	دالة	14	0.57	دالة	23	0.44	دالة	٣٢	0.53	دالة
6	0.51	دالة	15	0.42	دالة	24	0.54	دالة	٣٣	0.49	دالة
٧	0.48	دالة	16	0.39	دالة	٢٥	0.53	دالة	٣٤	0.49	دالة
٨	0.45	دالة	17	0.46	دالة	٢٦	0.58	دالة	٣٥	0.46	دالة
9	0.59	دالة	18	0.47	دالة	٢٧	0.56	دالة	٣٦	0.48	دالة

ت علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية والمجال بالمجال لمقياس السعادة النفسية:

تم تحقيق ذلك بإيجاد العلاقة الارتباطية بين درجات أفراد العينة ضمن كل مجال من مجالات المقياس والدرجة الكلية لمقياس السعادة النفسية فضلاً عن علاقة المجالات مع بعضها وذلك بالاعتماد على درجات أفراد العينة ككل وقد أتضح أن معاملات الارتباط دالة إحصائياً خلال موازنتها بالقيمة الجدولية لبيرسون وبالبالغة (٠,١٤) عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨)، والجدول (٦) يوضح ذلك .



جدول (٦)

صدق مقياس السعادة النفسية باستعمال اسلوب علاقة المجال بالمجال وبالدرجة الكلية

السعادة النفسية	تقبل الذات	الحياة الهادفة	العلاقات الايجابية مع الاخرين	التطور الشخصي	التمكن البيئي	الاستقلالية	المجال / المجال
0.52	0.19	0.18	0.17	0.22	0.50	1	الاستقلالية
0.75	0.36	0.36	0.22	0.49	1	--	التمكن البيئي
0.66	0.27	0.25	0.33	1	--	--	التطور الشخصي
0.60	0.19	0.33	1	--	--	--	العلاقات الايجابية مع الاخرين
0.66	0.32	١	--	--	--	--	الحياة الهادفة
0.61	١	--	--	--	--	--	تقبل الذات

التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس السعادة النفسية :

قيمة اختبار كايزر ما ير اولن تبلغ كما في الجدول اعلاه (٠,٧٨) تقارن مع (٠,٥٠) درجة القطع ، وهي اعلى من درجة القطع مما يشير الى ان حجم عينة البحث مناسبة للتحليل العاملي

جدول (٧)

مصفوفة العوامل المقياس السعادة النفسية بعد التدوير

العامل السادس	العامل الخامس	العامل الرابع	العامل الثالث	العامل الثاني	العامل الاول	تسلسل الفقرة في المقياس
	0.73					١
	0.73					٢
	0.77					٣
0.44	0.54					٤
	0.46					٥

	0.55					٦
0.61				0.34		٧
0.44						٨
0.42	0.31	0.32				٩
0.69		0.33				١٠
0.59	0.41		0.317			١١
0.64	0.34					١٢
				0.72		١٣
				0.76		١٤
				0.66		١٥
				0.73		١٦
				0.67		١٧
				0.48		١٨
				0.36	0.65	١٩
					0.78	٢٠
					0.77	٢١
					0.84	٢٢
					0.73	٢٣
		0.317			0.68	٢٤
		0.52			0.42	٢٥
	فلم	0.62			0.43	٢٦
		0.67				٢٧
	0.54	0.79				٢٨
		0.77				٢٩
		0.69				٣٠
-0.33			0.54			٣١
		0.34	0.75			٣٢
			0.83			٣٣
			0.79			٣٤

			0.82			٣٥
			0.81			٣٦
2.20	3.44	3.72	4.01	4.20	4.43	الجذر الكامن
6.12	9.56	10.33	11.15	11.66	12.31	التباين المفسر

- معادلة ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي :

الحساب الثبات فقد تحققت الباحثة من ثبات مقياس السعادة النفسية باستعمال معادلة ألفا كرونباخ كون المقاس ثنائي البديل والجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

ثبات ألفا كرونباخ مقياس السعادة النفسية

ت	المقياس	قيمة الثبات
1	السعادة النفسية	0.90

- المؤشرات الإحصائية الوصفية لمقياس السعادة النفسية :

عند تطبيق مقياس السعادة النفسية على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (٢٠٠) فرد حصلت الباحثة على عدد من المؤشرات الإحصائية الموضحة في الجدول (٩) ، ولما كان توزيع درجات أفراد العينة على المقياسين توزيعاً اعتدالياً (شكل) إذا كانت قيمتي الالتواء (١) فأقل (السيد، ١٩٧٩ (١٢٧)، لذا لجأت الباحثة الى استعمال الوسائل الإحصائية المعلمية (Parametric Statistic) في تحليل بيانات بحثها احصائياً

جدول (٩)

الخصائص الإحصائية الوصفية لعينة البحث على مقياس السعادة النفسية.

ت	المؤشر	السعادة النفسية
1	المتوسط Mean	138.16

138	الوسيط Median	2
126	المنوال Mode	3
21.31	الانحراف المعياري Std.Dev	4
0.02	الالتواء Skewness	5
-0.30	التفطح Kurtosis	6
92	أقل درجة Minimum	7
180	أعلى درجة Maximum	8

ثانيا : ثبات المقياس :

يقصد بثبات المقياس بانه دقة الاختبار في القياس وعدم تناقضه مع نفسه واتساقه بالمعلومات التي يزودنا بها عن سلوك المفحوص المستجيب) ، (رزوقي وعيال، ٢٠١١ : ص ٨١) ولغرض التحقق من ثبات

مقياس السعادة النفسية اعتمدت الباحثة على طريقة واحدة .

وصف مقياس السعادة النفسية بصيغته النهائية :

بعد التحقق من الخصائص القياسية المتمثلة بمؤشرات التحليل الإحصائي واستخراج الصدق والثبات للمقياس اصبح مقياس السعادة النفسية بصيغته النهائية مكون من (٣٦) فقره ويتكون من خمسة بدائل تنطبق على دائما، تنطبق علي غالبا ، تنطبق عليه احيانا ، تنطبق على نادرا، لا تنطبق علي ابدا) واعطى التصحيح ، (١،٢،٣،٤،٥) لفقرات الإيجابية والعكس للفقرات السلبية ، وبلغ أعلى درجة للمقياس (١٨٠) وادنى درجة (٣٦) وبذلك اصبح المتوسط الفرضي للمقياس يكون (١٠٨) درجة وذلك اصبح المقياس جاهزا للتطبيق على عينه

البحث الأساسية والملحق يتضمن المقياس بصيغته النهائية

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

الهدف (١) : تعرف السعادة النفسية لدى مدمني المخدرات .

لتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتطبيق مقياس السعادة النفسية على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (200) مدمن ، وقد أظهرت النتائج أن متوسط درجاتهم على المقياس بلغ (١٣٨,١٦) درجة وبانحراف معياري مقداره (٢١,٣١) درجة ، وعند موازنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي () للمقياس والبالغ (١٠٨) درجة ، وباستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة تبين أن الفرق دال إحصائياً ولصالح المتوسط الحسابي ، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية والبالغة (1.96) بدرجة حرية (199) ومستوى دلالة (0.05) والجدول (١٠) يوضح ذلك .

يمكن تفسير هذه النتيجة وفق نموذج رايف (٢٠٠٨, Ryff) للسعادة النفسية الذي يعتمد على ستة عوامل رئيسية يمكن من خلالها الاستدلال على السعادة النفسية واعتمدت في نموذجها المبتكر على قاعده مفادها بان الصحة النفسية ليست مجرد الخلو من المرض وان السعادة ناجمة من الحياه التي هي على ما يرام وهذا متوقف على وجهه نظر رايف على مواجهة التحديات التي تواجهه في حياته عن طريق تطوير امكانياته لأقصى درجه ممكنه ومدى قدرته على الاستفادة من الامكانيات البيئية المتاحة وحسب تعامله مع الآخرين وان يكون له هدفا يسعى الى تحقيقه وان يتقبل ذاته كما هي(رايف، ١٩٨٩ : ١٠٧١)، وترى أن السعادة النفسية من اهم المتغيرات التي يمكن ان تؤثر في نظرة الفرد للحياة والعالم، والتي تمثل في الاحساس الايجابي بحسن الحال، كما يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته وعن حياته بشكل عام وكذلك سعيه المتواصل لتحقيق اهداف شخصيه مهمه وذات قيمه ومعنى بالنسبة له واستقلالته في تحديد وجهه ومسار حياته واقامه علاقات ايجابية مستمرة ومتبادلة مع الآخرين، كذلك الاحساس العام بالسكينة والطمأنينة النفسية فالفرد يشعر بالسعادة النفسية والهدف من الحياه والقدرة على مواجه ظروف الحياه الصعبة وتحدياتها اذ كان يعيش ويقدّر حياته بجوده عالية اما الفرد الذي تكون مستويات جوده حياته متدنية فيعيش حياه صعبه مليئة بالمشكلات التي يسودها القلق وعدم الامان مما يؤدي الى اصابته ببعض الامراض النفسيه(العبودي وصالح ، ٢٠١٥ : ص.٩٥-٩٦).

جدول (١٠)

الاختبار التائي للفرق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي لمقياس السعادة النفسية

^١ تم استخراج المتوسط الفرضي لمقياس (السعادة النفسية) وذلك من خلال جمع أوزان بدائل المقياس الخمس وقسمتها على عددها ثم ضرب الناتج في عدد فقرات المقياس والبالغة (٣٦) فقرة.

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
٢٠٠	١٣٨,١٦	٢١,٣١	١٠٨	20.02	1.96	199	دال

تشير نتيجة الجدول (١٠) الى ان عينة البحث لديهم سعادة نفسية .

الهدف (٢) : تعرف دلالة الفرق في السعادة النفسية لدى مدمني المخدرات تبعا لمتغير العمر .
ولتحقيق هذا الهدف تم استعمال تحليل التباين الاحادي لتعرف الفروق في السعادة النفسية لدى مدمني المخدرات تبعا لمتغير العمر والجدول (١١) يوضح ذلك :

ونفسر الباحثة ذلك على الرغم من الظروف التي تمر على افراد العينة الآن وصعوبتها الا أن البحث عن السعادة من الاشياء الوحيدة التي يكاد يتفق عليها اغلب افراد العينة فالكل يبحث عن السعادة النفسية سواء الافراد المدمنين او غيرهم لجميع الاعمار وبكافه المجالات فنحن شعب محب للحياة وبهذا تحقق الهدف الثاني بين السعادة النفسية هي ليس لها عمر محدد وان الفرد دائما يبحث عن السعادة في كل مراحل حياته من الطفولة الى الممات.

جدول (١١)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس السعادة النفسية لدى مدمني المخدرات تبعا لمتغير العمر

الاعمار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
15-24	86	136	21
25-34	80	140	21
35-44	34	140	22
الكلي	200	138	21

جدول (١٢)

تحليل التباين الاحادي للكشف عن دلالة الفروق في السعادة النفسية لدى مدمني المخدرات تبعا لمتغير العمر

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية F	الدلالة Sig
s.of.v	s.of.s	D.F	M.S	F	
بين المجموعات	838.720	2	419.360	0.92	غير دال

		454.397	197	89516.160	داخل المجموعات
			199	90354.880	الكلية

تشير النتيجة أعلاه الى أنه ليس هناك فرق دال احصائياً في السعادة النفسية لدى مدمني المخدرات تبعا لمتغير العمر ، إذ كانت القيمة الفائية المحسوبة أقل من القيمة الفائية الجدولية وبالبالغة (٣) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (2-197).

- النتائج :-

بناء على ما توصلت الي الباحثة من نتائج البحث يمكن استنتاج ما يأتي:

- ١- ان المدمنين للمخدرات في السجن الاصلاحى في قار لديهم سعادة نفسية .
- ٢- لا توجد فروق داله إحصائياً في السعادة النفسية وفقاً لمتغير العمر لدى عينة البحث الحالي.

- التوصيات :-

- ١- عدم سجن المتعاطي لأول مره واعتباره مريض وضحيه بحاجه الى العلاج والتعرف على اسباب تعاطيه للمخدرات والحاقه ببرنامج خاص للعلاج من التعاطي والادمان تحت المراقبة والاشراف.
- ٢- نشر الوعي الديني من خلال رسائل الاعلام بمختلف انواعها والتي عليها عبء كبير ومسؤوليه في الوقاية من هذه الافه بالتوعية المنضبطة بالضوابط القانونية والشرعية.

- المقترحات :-

١. اجراء دراسة تتناول السعادة النفسية على شرائح اخرى وفئات عمرية اخرى.
٢. اجراء دراسات تتناول علاقة السعادة النفسية بكل من المتغيرات الأتية: (المساندة الاجتماعية -المرونة النفسية -تقدير الذات)

المصادر:

المصادر العربية:-

- ارجايل ، مايكل. سيكولوجية السعادة . (١٩٩٣) : ترجمة فيصل عبد القادر ، عالم المعرفة المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت.
- أماني ، عبد المقصود عبد الوهاب . (٢٠٠٠). السعادة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى عينة من المراهقين ، جامعة المنوفية.
- بهنج، وسام الليثي ابراهيم (٢٠٢٠) الادمان على المخدرات وسبل علاجه في التشريع الجزائري، بحث منشور ، جامعه، قاصدي مرياح ورقلة، الجزائر.
- حسن، نادية جودت . (٢٠١٠) جودة الحياة لدى طلبة الجامعة ، بحث منشور ، العدد (٣١٥٢)

- خليفة عبد اللطيف محمد (٢٠٠٩): الأنشطة والاحداث السارة لدى طلبة مركز والبحوث والدراسات النفسية.(٥)، ٦٣-١.
- ربيع، محمد.(٢٠٠٤) :التراث النفسي عند العلماء المسلمين، القاهرة ،دار غريب للنشر .
- رزوقي ، عبد الحسين وعيال ، ياسين حميد ،(٢٠١١) . القياس والتقييم للطلاب الجامعي . كلية التربية . ابن ارشد .
- الزين سمير عاطف.(٢٠١٣): معرفه النفس الإنسانية في الكتاب والسنة ط١،دار الكتاب المصري- دار الكتاب اللبناني.
- الزوبعي، عبد الجليل ابراهيم وبكر ،محمد الياس والكناني ،ابراهيم عبد الحسن.(١٩٨١): الاختبارات والمقاييس النفسية ،جامعه الموصل، الجمهورية العراقية.
- الزبيري ،صابر عبد الله سعيد.(١٩٩٧): الخصائص السيكو مترية لأسلوبي المواقف اللفظية والعبارات التقريرية في بناء مقياس الشخصية اطروحة الدكتوراه غير منشوره، جامعه بغداد، كليه التربية، ابن رشد.
- السيد فؤاد البهي . (١٩٧٩) علم النفس الاحصائي وقياس العقل البشري، القاهرة، دار الفكر العربي.
- عبد الرزاق ،خنساء .(٢٠١٢):اثر استراتيجيات علم النفس الايجابي في السعادة لدى طالبات المرحلة الإعدادية ،اطروحة الدكتوراه غير منشوره ،الجامعة المستنصرية.
- العبيدي، غفران ابراهيم (٢٠١٥): الحكمة وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى عينه من طلبة الجامعة ، بغداد، المجلة العربية لتطوير التفوق ، مجلد (٦) ، عند (١٠).
- العبودي طارق محمد بدر وصالح ، علي عبد الرحيم . (٢٠١٥) : علم النفس الايجابي رؤى معاصره ، ط ١ ، معالم الفكر ، بيروت، لبنان.
- العجيلي، صباح حسين ،عبد الرحيم انور ،و الامام مصطفى .(١٩٩٠)، القياس والتقييم ، مطبوعات بغداد.
- العوا ،عادل.(١٩٩٩):مذاهب السعادة دمشق ، دار الفاضل .
- فيركسون، جورج اي .(١٩٩١): التحليل الاحصائي في التربية وعلم النفس، ترجمه هناء العكيلي، الجامعة المستنصرية ،دار الحكمة للطباعة والنشر .
- قاسم ،امنه قاسم وعبد الاله ،سحر محمود.(٢٠١٨): السعادة النفسية وعلاقتها بالمرونة المعرفية والثقة بالنفس لدى عينة من طلاب الدراسات العليا، المجلة التربوية عدد (٥٣) ،جامعة سوهاج.
- القحطاني، ربيع طاحوس.(٢٠٠٣): انماط التنشئة الأسرية للأحداث المتعاطين ،دراسة تطبيقية للأحداث المتعاطين للمخدرات بدار الملاحظة، الرياض.
- المرسي،منى مختار.(٢٠٠٧): بناء مقياس السعادة في شغل وقت فراغ لدى كبار السن من الجنسين، دراسة منشوره في مجله اسبوط للعلوم والفنون التربية الرياضية.
- معمرية، بشير .(٢٠١٢):تقنين قائمه السعادة الحقيقية على عينات من البيئة الجزائرية، مجله شبكه العلوم العربية والنفسية ،العدد(٣٢-٣٣) .

المصادر الاجنبية:-

- Anastasi, A, (1876): Psychological Psychological Testing, New York: Mac Milan Co.
- Diener, Diener, C (1984); most people Pleave ave Happy, Psychological science)(185-181)(7).
- Ebel, R. L. (1972): Essentials of Educational, New York, u.s. A.
- Elizabeth, G.M. (1992): modified quality of life measure for youths psychometric properties, Diabetes, Educe.
- Fordyce, M.(n.d.). Human Happiness: Its Nature and Its Attainment.(A two-volume set available for free online at <http://www.gethappy.net/freebook.htm>.
- McMahon, D. (2006). Happiness: A History. New York: Grove Press.
- .-Ryff, 8 singers B (2008): know thyself and Become what you are: Eu demonic Approaach To Psychological well-being, Journal of Happiness Studies, 9.
- Ryff, C (1995): Psychological Well Being in Adult Life, Current Directions in Psychological Science, 4.
- Ryff, C. (1989): Happiness is ever thing, or is it? Exploration on the me- aning of Psychological well-being, Journal of Personality and Social Psychology, Vol(57), pp 1069-1081.
- Veenhoven, (2001): what we know about happiness Paper Presented at The dialoguean "gross" national happiness, wodsaten. Zeist" the Netherlands.
- veenhoven, Ruut (1993): wotions on thegood life in david s. A Boniweells, Ayers AC (Eds) The of ford Hand book of happiness, 1
- Warmoth, A., Resnick, 5. Serlin, I-(2001) Contributions of Humanistic Psychology to positive - Psychology. Paper presented at The old say brook 2 Con ferences University of west Georg