

الرفاه النفسي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى الموظفين

أ.م.د. طالب خلف حسن

الجامعة المستنصرية / كلية التربية الاساسية / قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

الاختصاص الدقيق : صحة نفسية

0077702608952

مستخلص البحث:

الرفاهية من المفاهيم الحديثة في مجال علم النفس، وخلال العقود الماضية يمثل محور اهتمام علم النفس، إن الرفاهية النفسية تؤدي إلى ارتفاع الرضا عن الحياة، وهي تشير إلى انخفاض بين الوضع الحالي وما يعتقد ليكون معياراً مثالياً، ويعد الجانب الوجداني من العوامل المؤثرة للرفاهية النفسية بما يتضمنه من عواطف ومشاعر وانفعالات لأنها تؤثر في رفاهية الأفراد. ويعد الرضا عن الحياة من المواضيع الهامة في علم النفس والصحة النفسية وعلم الأمراض النفسية والعقلية على حد سواء، كذلك هناك علامات هامة تدل على مدى تمتع الفرد بالصحة النفسية، إذ يدل المفهوم على أنه تشجيع الفرد على العيش لحياة هادئة ومستقرة، إذ تعد رغبة واقعية من الممكن إن يعيشها الفرد، لذلك فهو يتضمن صفات كثيرة مثل تقبل الذات والفرح والتفاؤل، فإن تحقيق هذه الصفات لدى الفرد فانه يشعر بالرفاهية أكثر من أي وقت مضى وخاصة إن الرفاهية مرتبطة بشكل وثيق بالرضا عن الحياة. وفي ضوء المعطيات جاءت اهداف البحث بالصورة الاتية:

- 1- الرفاهية النفسية لدى الموظفين.
 - 2- دلالة الفروق في الرفاهية النفسية لدى الموظفين على وفق متغيري النوع (ذكور – اناث).
 - 3- الرضا عن الحياة لدى الموظفين.
 - 4- دلالة الفروق في الرضا عن الحياة لدى الموظفين على وفق متغيري النوع (ذكور – اناث).
 - 5- العلاقة الارتباطية بين الرفاهية النفسية والرضا عن الحياة.
- ولتحقيق اهداف البحث قام الباحث ببناء مقياسين الأول للرفاهية النفسية والثاني للرضا عن الحياة، وتكون كل مقياس من 30 فقرة، وتحقق الباحث من الصدق والثبات، وبلغت عينة البحث من (400) موظف اختيروا بالطريقة العشوائية، وبعد معالجة البيانات باستخدام الوسائل الاحصائية تم التوصل إلى النتائج الاتية:

- 1- إن الموظفين يتمتعون بمستوى من الرفاهية النفسية.
 - 2- لا توجد فروق بالرفاهية النفسية تبعاً لمتغير الجنس لدى الموظفين.
 - 3- إن الموظفين يتمتعون بمستوى من الرضا عن الحياة.
 - 4- لا توجد فروق بالرضا عن الحياة تبعاً لمتغير الجنس لدى الموظفين.
 - 5- هناك علاقة طردية موجبة بين الرفاه النفسية والرضا عن الحياة.
- وقد فسرت النتائج وفقاً للنظريات المتبناة والدراسات السابقة، وفي ضوء النتائج تقدم الباحث بعدد من التوصيات والمقترحات.

الفصل الأول

مشكلة البحث :

الحياة تختلف من مجتمع إلى مجتمع آخر، وكذلك يشمل التغير عبر الأزمنة المختلفة ، نتيجة لاختلاف التقاليد والقيم والاعراف للتطور الذي قد يحصل في المجتمعات ، وايضا ما يتعرض له الفرد من احداث لحياة ضاغطة داخل المجتمع الذي يعيش فيه ، وان تلك الاختلافات من المؤكد ان تأثر على سلوكه وعلى حالته النفسية وبالأخص الموظفين، وما يتعرض له الموظفين في هذا الوقت الحاضر من انخفاض الاستقرار الوظيفي بسبب العامل الاقتصادي قد يجعلها سببا في عدم تمتعهم بالرفاهية النفسية (العيسوي، 1998، ص25). ولا يغيب عن البال ما يشهده القرن الواحد والعشرين من تغيرات في الجانب الثقافي، والاجتماعي، والسياسي، وكذلك الاقتصادي، والتغيرات التي حدثت بالقيم المجتمعية ، والتي من المؤكد تسببت في الكثير من الصراعات بين القيم القديمة والجديدة ، هذه التغيرات والصراعات المتسارعة والكثيرة التي تحمل بطياتها المتاعب والالام النفسية ، والتي تؤدي إلى ضغوط على الفرد والمجتمع ، وهذا قد يجعل من الرفاهية النفسية امرا شاقا ومستحيلا يصعب الوصول له (المعمور و محبس، 2016، ص17).

الرفاهية النفسية احد أهم المؤشرات للرضا عن الحياة فهي الغاية المنشودة التي يسعى لها الفرد من اجل الوصول إليها، وان تحقيقها يؤدي إلى الشعور بالفرح والرفاه والرضا والتفاؤل ومن ثم تحقيق الفرد لذاته ، فإدارة الفرد لنفسه تؤثر على نظرته لذاته وللعالم المحيط به مهما تواجهه من ضغوط ومتاعب (الزهراني والكشكي، 2020، ص 220) .

وبسبب تعقد الحياة وظهور مشكلات ناجمة عن الضغوط المتعلقة بالتغيرات السريعة في كافة المجالات الاجتماعية ، والاقتصادية ، والسياسية ، والثقافية ، الأمر الذي أدى إلى تعرض المجتمعات والافراد ولا سيما المجتمع العراقي إلى عدم الشعور بالارتياح وصعوبات وتحديات التي تعكس بطريقة ما على مستوى الرضا لدى الأفراد عن حياتهم والكيفية التي يديرون بها انفعالاتهم ويتقن العاملون في مجال الصحة النفسية على ازمات الحياة التي يعيشها الأفراد اليوم عامل اساسي لأحداث الاضطرابات النفسية ، فضغوط الحياة والصراعات التي يعيشها الفرد من الممكن ان تهز كيانه بالإضافة للظروف الاقتصادية والاجتماعية الضاغطة التي يمر بها المجتمع والتي تؤثر على زيادة الشعور بالانزغال عن المجتمع والحياة حيث لا يستطيع ان يجد في المجتمع والمحيطين به الوسيلة الفعالة للتنفيس الانفعالي وبالتالي يعود على نفسه وحيدا وسط طموحاته واماله الشخصية التي لا يستطيع ان يحقق منها شيئا" (ابو سعد ، 2010 ، 697) . وتحدد مشكلة البحث في الإجابة عن السؤال الآتي :هل هناك علاقة بين الرفاه النفسي والرضا عن الحياة لدى الموظفين ؟

أهمية البحث:

يعد مفهوم الرفاهية النفسية من المفاهيم الأساسية لعلم النفس الايجابي لما له مكانة في التاريخ الانساني ، وتعد الرفاهية النفسية هدفا اساسيا في الثقافات المختلفة لارتباطها بصورة مباشرة بالحالة الانفعالية للأفراد ، وكذلك تؤدي إلى الرضا عن الحياة والتفاؤل وتحقيق الذات ، والغاية الأساسية لعلم النفس هو مساعدة الأفراد خلال مسيرة حياتهم ان يشعروا بالسعادة ، ويرى بعض الباحثين في مجال علم النفس الايجابي ان الدراسات النفسية ركزت بشكل مباشر على الجانب السلبي مثل القلق والضغوط الحياة والاكتئاب والتشاؤم واغفلت الجانب الايجابي (احمد ، وفرحان ، 2018، ص 520-521) .

مفهوم الرفاهية من المفاهيم الحديثة في مجال علم النفس ، وخلال العقود الماضية يمثل محور اهتمام علم النفس، إذ يشير (Diener , 2009) إن الرفاهية النفسية تؤدي إلى ارتفاع الرضا عن الحياة ، وهي تشير إلى انخفاض بين الوضع الحالي وما يعتقد ليكون معياراً مثالياً ، ويعد الجانب الوجداني من العوامل المؤثرة للرفاهية النفسية بما يتضمنه من عواطف ومشاعر وانفعالات لأنها تؤثر في رفاهية الأفراد، إن الأفراد الذين لديهم مستويات عالية من الرفاهية النفسية يميلون إلى مستويات عالية من الإبداع ، ولديهم أدوار عديدة، ولديهم شخصية منظمة وهم أقل الأفراد تعرضاً للأمراض، ولهم القدرة الكبيرة للثقة بأنفسهم ، ولديهم تعاطف ومودة تجاه الأفراد الآخرين ، وهم أقل عدائية من الآخرين ، وأقل انطواء حول أنفسهم (Diener ,2009,p.22) . الرضا عن الحياة من المفاهيم والمصطلحات الشائعة في الحياة اليومية ، فالعديد من البحوث والأدبيات والدراسات حاولت معرفة العوامل المحددة له ، فالإحساس بضعف الرضا عن الحياة له تأثير على حياة الشخص في علاقته وتكيفه داخل السياق الاجتماعي الذي ينشأ فيه ، وهو تأثير لا يمكن إغفاله وتجاهله إذ يريد الفرد العيش حياة آمنة ومسترة (العاني، وفيصل، 2019، ص 328-329)

ويعد الرضا عن الحياة من المواضيع الهامة في علم النفس والصحة النفسية وعلم الأمراض النفسية والعقلية على حد سواء ، كذلك هناك علامات هامة تدل على مدى تمتع الفرد بالصحة النفسية ، إذ يدل المفهوم على أنه تشجيع الفرد على العيش لحياة هادئة ومستقرة ، إذ تعد رغبة واقعية من الممكن إن يعيشها الفرد، لذلك فهو يتضمن صفات كثيرة مثل تقبل الذات والفرح والتفاؤل ، فإن تحقيق هذه الصفات لدى الفرد فإنه يشعر بالرفاهية أكثر من أي وقت مضى وخاصة إن الرفاهية مرتبطة بشكل وثيق بالرضا عن الحياة (رشيد، والمحمدي ، 2020، ص 84).

اهداف البحث

- يهدف البحث الحالي التعرف إلى
1. التعرف على الرفاهية النفسية لدى الموظفين .
 2. التعرف على دلالة الفروق في الرفاهية النفسية لدى الموظفين على وفق متغيري النوع (ذكور – إناث).
 3. التعرف على الرضا عن الحياة لدى الموظفين .
 4. التعرف على دلالة الفروق في الرضا عن الحياة لدى الموظفين على وفق متغيري النوع (ذكور – إناث).
 5. التعرف على العلاقة الارتباطية بين الرفاهية النفسية والرضا عن الحياة .

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بموظفي الدولة العراقية للعام 2024 ولكلا الجنسين (ذكور – إناث)

تحديد المصطلحات

أولاً : الرفاه النفسي

تعريف جارة 2024

"مفهوم متعدد الأبعاد يتضمن فهماً عميقاً للذات وعلاقات ذات معنى مع الآخرين والشعور بالاستقلال والسيطرة على بيئة الفرد وحياة هادئة وإحساس شخصي بالنمو والتطور (جارة ، 2024، ص 1318).

تعريف Ryff & Singer , 2008

الرفاه النفسي بأنها شعور الفرد الايجابي بطيب العيش وحسن الحال، واستقلاليته في الحياة واعتماده على نفسه، وقدرته على اتخاذ قراراته بنفسه وتنظيم شؤون حياته المختلفة، والاستفادة بفاعلية وإيجابية من جميع الظروف البيئية المحيطة به، وأن يكون لديه هدف واضح وواقعي يوجهه جل أفعاله وسلوكياته وتصرفاته في سبيل الوصول إلى هذا الهدف، وقدرته على بناء علاقات اجتماعية متوازنة ودافئة وإيجابية مع الآخرين، (Ryff & Singer , 2008 ,141)

التعريف النظري :

تبنى الباحث تعريف Ryff & Singer تعريفا نظريا للبحث الحالي ، كونه اعتمد نظريته .
التعريف الاجرائي : هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها الفرد عن اجابته على مقياس الرفاهية النفسية المعد لأغراض هذا البحث .

ثانيا : الرضا عن الحياة

تعريف منظمة الصحة العلمية : " بأنه تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقا لنسقه القيمي ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الامثل الذي يعتمد انه مناسب لحياته " (الدسوقي ، 1988 ، ص 162) .

يبين (استرلين 2001) ان الافراد يقارنون انفسهم مع الآخرين ضمن الثقافة الواحدة ويكونون اكر سعادة اذا كانت ظروفهم افضل ممن يحيطون بهم فالمقارنة تخلق درجات مختلفة من الرضا ضمن المجتمع والثقافة الواحدة والرضا عن الحياة يعتمد على المقارنة بين المعايير الموضوعية او المتوقعة (الثقافية او الاجتماعية او المادية) من ناحية وما تم تحقيقه على ارض الواقع من ناحية اخرى . (سليمان ، 2003 ، ص 15)

التعريف النظري : اعتمد الباحث تعريف (استرلين 2001) تعريفا نظريا للبحث الحالي .
التعريف الاجرائي : هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها الفرد عن اجابته على مقياس الرضا عن الحياة المعد لأغراض هذا البحث .

الفصل الثاني (الاطار النظري)**مفهوم الرفاه النفسي**

ان مفهوم الرفاهية من المفاهيم الحديثة نسبيا في علم النفس، وهو يمثل محور اهتمام علم النفس الايجابي خلال العقود الماضية، وقد ترجم هذا المصطلح واختلف على تسميته العلماء فمنهم من وجد انه مرادف لمصطلح السعادة او طيب العيش او الوجود الافضل، وبعضهم يرى انه م اردف للصحة النفسية او الرفاه النفسي او اردف جودة الحياة، وازافة لما سبق يستعمل الباحثون عدة مفاهيم أخرى منها الهناء الشخصي، وحسن الحال والتتعم الذاتي، والحياة الطيبة. (حبيب، 2013، ص 45)

أنواع الرفاهية النفسية:

- ❖ الرفاهية الذاتية : و يقصد بالرفاهية الذاتية تقييمات الوجدانية والمعرفية لحياتهم وما إذا كانت حياة كريمة وسعيدة أو مدركة و حزينة.
- ❖ الرفاهية النفسية : انها حالة وجدانية إيجابية تعكس شعور الفرد بالسعادة نتيجة لما يتعرض له من مصادر السعادة الشخصية والمتمثلة في الصحة الجسمية والنفسية .
- ❖ الرفاهية الموضوعية :وتشمل خمسة أنواع وهي الرفاهية المادية، والصحة، النمو والنشاط، والرفاهية الاجتماعية، والرفاهية الانفعالية. (ابو عمشة ، 2013 ، ص 76) .

أولاً : النظرية المفسرة للرفاهية النفسية**نموذج Ryff & Signer للرفاهية النفسية**

قدمت (Ryff) نموذجاً نظرياً للرفاهية النفسية يوضح بشكل عام التحديات والسلوك الإيجابي ، وقد اعتمدت في صياغة نموذجها على مجموعة من التوجهات منها تصور عن الذات والأفكار حول التميز والتفرد والتصور عن النضج ونظرية أريكسون في النمو النفسي الاجتماعي وكذلك معايير الصحة النفسية الإيجابية (Ryff, 1996, p.14-15).

الاسس النظرية لنموذج Ryff يتضمن ستة ابعاد هي :

أولاً: الاستقلالية: تعني قدرة الشخص على تنظيم سلوكه ، ومواجهة التحديات ، وتقرير مصيره ، والتصرف على وفق القيم الخاصة به ، ولا يهتم إلى تقييم الآخرين له لأنه لديه قناعة وثباته يستطيع من خلالها تقييم ذاته على اساس المعايير الشخصية الخاصة به ، لذلك تشير الاستقلالية إلى اتخاذ الفرد لقراراته حسب قناعاته وعدم الاعتراف بالتقاليد والاعراف غير المقبولة من وجهة نظره والخاصة بالمجتمع الذي يعيش فيه ، ومن ثم قد يتطلب منه اتخاذ مواقف ضد الآخرين والمؤدية إلى العزلة لان مواقف الحياة تضعه في اختبار قد لا يتسق مع أفكاره (جبر ، 2025، ص 608-609).

ثانياً: العلاقات الإيجابية مع الآخرين : يتضمن هذا البعد جودة العلاقة بين الفرد والآخرين ، وتعني قدرتهم على اقامة علاقات والحفاظ على تلك العلاقات مع الآخرين .

ثالثاً: قبول الذات : "يشير مفهوم قبول الذات إلى الدرجة التي يمتلك بها الفرد ادراكاً إيجابياً وقبولاً لأنفسهم بما في ذلك نقاط القوة والضعف والتجارب السابقة " (جبر ، 2025، ص 1318-1319) .

رابعاً: الهدف من الحياة: يتمثل هذا البعد بالشعور لدى الفرد بأن الحياة لها هدف ومعنى، وأن يكون الفرد عارفاً لهدفه وبوضوح، ومن ثم لديه القدرة على تحقيق تلك الأهداف (التكامل الانفعالي ، والابداع في الانتاجية) فضلاً عن المثابرة ومواجهة التحديات والصعوبات التي تقف أمام الفرد لتحقيق أهدافه ، فالفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية لديه أهداف وأفكار تعطي معنى لحياته .

خامساً: التمكن البيئي: وهي قدرة الفرد على خلق بيئة تناسب ظروفه النفسية ، وهذه البيئات هي من سماء الشخص التي يتمتع بصحة نفسية وعقلية سليمة ومن ثم يحقق الرفاهية النفسية ، وهي قدرة الفرد على التحكم في بيئته وتنظيمها ومن ثم التحكم بها لصالحه وتغييرها حسب ما لديه من خبرات سابقة وحالية من أجل تحقيق أهدافه .

سادساً: النمو الشخصي : يمكن القول إن الاداء النفسي يتطلب من الفرد استمراره في تطوير قدراته وامكانياته وتغييرها نحو الافضل، والانفتاح على الجديدة لزيادة كفاءته الذاتية والشخصية من أجل تنفيذ خطته وأهدافه في الحياة (جارة ، 2024، ص 1318-1319) .

ثانياً : الرضا عن الحياة**مفهوم الرضا عن الحياة :**

الرضا عن الحياة عبارة عن تقييم الافراد لحياتهم بأبعادها المختلفة من خلال الصفات والسمات الشخصية والفروق الفردية واهتم الباحثون في مجالات علم النفس والصحة النفسية بمفهوم الرضا عن الحياة والذي يتضمن بداخله شعور الفرد بالسعادة وتمتعه بالحياة التي يعيشها وبالتالي تمتعه بدرجة عالية من المصحة النفسية السواء (عيسى ، رشوان ، 2006 ، ص 33)
العوامل المساعد على الرضا عن الحياة :

1. الأوضاع المريحة : مثل المنزل الجيد والغذاء والدخل الوفير والمستقبل الامن .
2. الحالة الجسدية : وتشمل الخلو من الامراض والتوتر والقلق .
3. العلاقات الاجتماعية والتواصل مع الاقارب .
4. الجو الاسري والعناية بالاطفال .

5. وجود شريك في الحياة . (المالكي، 2011 ، ص 54)
ابعاد الرضا عن الحياة :

1. التفاعل الاجتماعي : قدرة الفرد على التفاعل والاندماج والاتصال مع الآخرين .
 2. القناعة : رضا الفرد بما يقدم له من مساعدات وقبول ذاته والمحيطين به .
 3. التفاؤل : توقعات الفرد الايجابية نحو مستقبل حياته .
 4. الثبات الانفعالي : التعايش مع الاحداث والمواقف بالثبات النسبي مع القدرة على ضبط النفس واستقرار الحالة المزاجية . (تفاعلة، 2009، ص 276)
- النظرية التي تناولت الرفاه النفسي**
نظرية المقارنة الاجتماعية

يرى ايسترلين 2001 إن الأفراد يقارنون انفسهم بالآخرين ضمن اطار الجماعة وضمن المجتمع والثقافة الواحدة ، ويشعر الأفراد بانهم أكثر استقرارا واكثر فرحا وسعادة عندما يدركون إن ظروفهم افضل من الأفراد الآخرين المحيطين بهم ، فالمقارنة الاجتماعية تختلف ضمن المجتمع الواحد عندما يدرك الأفراد أو يشعرون بنوع الرضا عن الحياة ، فالرضا عن الحياة يعتمد بدرجة اساسية على مقارنة الفرد بين الاتجاهات التي يحملها الأفراد ضمن الجماعة ومنها اجتماعية واقتصادية وثقافية ومن ثم تطبيقها على الواقع الذي يعيشه به الفرد ، وأشار ايسترلين إن الأفراد العاديين في أي ثقافة يكونون محايدين في درجة الرضا عن الحياة لانهم يركزون على دور العوامل المادية وعلاقته بالسعادة والرضا عن الحياة لان الدخل المادي يرتبط بجميع مفاصل الحياة (سليمان ، 2003 ، ص15)

الدراسات السابقة

أولا : الدراسات التي تناولت الرفاهية النفسية

" لقد اشارت بعض الدراسات مثل دينر 1985 ، وسلامة 2008 ، ودولفاي 2012 إن الرفاه النفسي مؤشر عام لصحة الفرد النفسية والاجتماعية والانفعالية وظهر لدى افراد العينة مستوى عال من الرفاهية النفسية " . إما دراسة هيفرونوبينويل 2011 حول الرفاهية النفسية عبر الامم ، فقد توصلت نتائج الدراسة بوجود فروق دالة احصائيا بين الجنسين حيث إن الرجال أكثر شعورا بالرفاهية من النساء (المعموري ، ومحبس ، 2016، ص 18).

ثانيا : الدراسات التي تناولت الرضا عن الحياة

اشارت بعض الدراسات ومنها دراسة جاسم ومحمد 2025 بعنوان استمرارية هوية المكان وعلاقتها بالرضا عن الحياة إلى وجود مستوى منخفض عن الرضا عن الحياة

(جاسم ومحمد ، 2025 ، ص 118).

إما دراسة غافل 2023 بعنوان الرضا عن الحياة وعلاقتها بالأفكار التطفلية فقد اظهرت النتائج بان هناك مستوى عال عن الرضا عن الحياة لدى افراد عينة البحث (غافل ، 2023، ص28).

إما دراسة جلاله (2015) بعنوان الرضا عن الحياة وعلاقتها بالاجهاد النفسي الناتج عن الحصار ، فقد اظهرت النتائج بعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية لمتغيري النوع ذكو واناث في الرضا عن الحياة (جلاله ، 2015 ، ص 109) .

الفصل الثالث

منهجية البحث واجراءاته

أولاً : منهج البحث :

اعتمد الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، على اعتبار أنها تنصب على استقصاء ظاهرة من الظواهر النفسية كما هي قائمة في الوقت الحاضر بقصد تشخيصها والكشف عن جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها أو بين ظواهر نفسية واجتماعية (الكبيسي، والجناي، 1978، ص 33)

ثانياً : مجتمع البحث :

يحدد مجتمع البحث بموظفي الوزارات العراقية والبالغ عددهم (28672) موظف وموظفة / موزعين على وفق متغير الجنس (ذكور — اناث) والجدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1)

إعداد الموظفين في وزارات الدولة في محافظة بغداد تبعا لمتغير الجنس

اسم الوزارة	ذكور	اناث	المجموع
التخطيط	737	499	1236
التعليم العالي والبحث العلمي	1070	785	1853
الاعمار والاسكان والبلديات والاشغال العامة	619	413	1032
الثقافة والسياحة والاثار	1835	897	2732
العمل والشؤون الاجتماعية	329	219	548
الشباب والرياضة	2235	871	3106
الكهرباء	1010	480	1490
الزراعة	830	485	1315
النقل	517	302	819
العدل	370	330	700
الخارجية	825	309	1134
المالية	816	726	1542
الصحة والبيئة	2260	1942	4202
النفط	764	510	1274
الصناعة والمعادن	523	289	812
الهجرة والمهجرين	433	225	658
التربية	2588	1631	4219
المجموع	17772	10900	28672

ثالثاً : عينة البحث :

بلغت حجم عينة البحث الحالي (400) موظف وموظفة وهي عينة مناسبة تمثل المجتمع على وفق المعايير المعروفة (انستانزي، 2015: 212) واختيرت بالطريقة العشوائية الطبقية من (4) كليات الجامعة المستنصرية \ وزارة التعليم العالي والبحث العلمي وهي كلية الهندسة ووزارة التربية ، الكهرباء ، المالية ، بطريقة الاختيار المتساوي من كل كلية والجدول (2) يوضح ذلك

جدول (2) عينة التحليل الاحصائي
افراد عينة البحث

الوزارة	الكلية	ذكور	اناث
التعليم العالي والبحث العلمي	كلية الهندسة	50	50
وزارة التربية	الرصافة الاولى	50	50
وزارة الكهرباء	مديرية كهرباء الكرخ	50	50
المالية	مركز الوزارة	50	50
	المجموع	200	200

رابعاً : أداتا البحث :

لغرض تحقيق اهداف البحث قام الباحث بما يلي :-

- 1 - بناء مقياس الرفاه النفسي .
 - 2 - بناء مقياس الرضا عن الحياة .
- بعد الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة التي تناولت موضوع الرفاه النفسي والرضا عن الحياة ولعدم وجود مقياسين يصلح لتطبيقهما على عينة البحث الحالي من وجهة نظر الباحث فقد قام ببناء المقياسين وقد اتبعا في بناءهما الخطوات التالية :-

1- تحديد المفهوم :

قام الباحث بتحديد مفهومي

أ - الرفاه النفسي :

ب - الرضا عن الحياة :

2- صياغة الفقرات :

قام الباحث بصياغة ((30)) فقرة لمقياس الرفاه النفسي معتمداً على نموذج

((Ryff&Singer,2008)) وكذلك صاغ (30) فقرة لمقياس الرضا عن الحياة معتمداً على نظرية (المقارنة الاجتماعية) وقد وضع خمسة بدائل لكل فقرة وهي ((تنطبق علي تماماً ، تنطبق علي كثيراً ، تنطبق علي أحياناً ، تنطبق علي نادراً ، لا تنطبق أبداً))

3- تعليمات المقياسين :

فقد وضع الباحث تعليمات خاصة لكل مقياس للموظفين شرح من خلالهما طريقة الاجابة على المقياسين دون ذكر عنوان المقياس فضلاً عن ذلك تم الاشارة على ان هذه الفقرات لا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي راجين الاجابة عليها جميعاً وان الاجابة لن يطلع عليها سوى الباحث راجين الاجابة بصدق وصراحة دون الحاجة الى ذكر اسم المستجيب .

4- بدائل المقياس وأوزانه :

تم تحديد خمسة بدائل لكل فقرة من فقرات المقياسين ((تنطبق علي تماماً ، تنطبق علي كثيراً ، تنطبق علي أحياناً ، تنطبق علي نادراً ، لا تنطبق أبداً)) وان الفقرات التي مع المتغير تم وضع أوزان لها ((1,2,3,4,5)) أما اذا كانت الفقرة ضد المتغير (سلبية) فتأخذ الاوزان (1، 2، 3، 4، 5).

صلاحية فقرات المقياسين :

من أجل التأكد من صلاحية الفقرات لقياس الظاهرة أو السمة المراد قياسها في المقياسين فقد تم عرض المقياسين على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص في التربية وعلم النفس والبالغ عددهم ((15)) خبير وطلب من المحكمين إبداء آراءهم لمدى صلاحية كل فقرة لقياس الظاهرة المراد قياسها في المقياسين وذلك بوضع علامة ((صح)) في حقل صالحة إذا كانت الفقرة صالحة لقياس هذه السمة والعلامة نفسها في حقل غير صالحة إن كانت الفقرة لا تقيس السمة وإجراء التعديل المناسب على الفقرة في حقل التعديل المناسب ، وقد اعتمد الباحث بنسبة اتفاق ((100%)) فأكثر على ابقاء الفقرة والفقرة التي لم تحصل على هذه النسبة تستبعد من المقياسين وعلى وفق هذا الاجراء حصل المقياسين على نسبة الاتفاق المطلوبة من جميع المحكمين .

التجربة الاستطلاعية للمقياسين :**كان الهدف من هذه التجربة هو التعرف على الاتي :-**

- مدى وضوح تعليمات المقياسين .
 - مدى وضوح الفقرات المقياسين من حيث الصياغة والمعنى .
 - حساب الوقت المستغرق في الاجابة على المقياسين .
- ولتحقيق هذا الهدف قام الباحث بتطبيق المقياسين على عينة مكونة من ((50)) موظف وموظفة بواقع ((25)) موظف و ((25)) موظفة تم اختيارهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية من موظفي الجامعة المستنصرية كلية التربية الأساسية وقد تبين ان تعليمات المقياسين كانت واضحة ومفهومة لكل من الذكور والاناث وكذلك فقراتهما وان الوقت المستغرق للاجابة يتراوح بين ((13-17)) دقيقة وبمعدل قدره ((15)) دقيقة .

عينة التحليل الاحصائي :

تم تطبيق مقياسي الرفاه النفسي والرضا عن الحياة على عينة بلغت ((400)) موظف وموظفة من كليات الهندسة والعلوم والتربية والتربية الأساسية بواقع (100) موظف وموظفة من كل كلية وكان الاختيار بالطريقة المتساوية وتم استخراج القوة التمييزية بطريقتين هما :

1- طريقة المجموعتان المتطرفتان :

يعد استعمال المجموعات المتطرفة احد الممارسات الشائعة في تحليل الفقرات ، هي مقارنة النسبة المئوية من الحالات التي تجيب على فقرة معينة اجابة صحيحة في مجموعتين محكمتين متناقضتين ، وعندما يتم قياس المحك على طول ميزان متصل تنتقي المجموعة المحكة العليا والمجموعة المحكة الدنيا من طرفي التوزيع ، والنقطة المثلى في التوزيع الاعتدالي تتوازن عند هاتان الحالتان نصل إليها عندما تكون نسبة الحالات العليا والدنيا 27% من حجم العينة (انستازي و اوربينا ، 2015 ، ص 233) .

بعد تصحيح استمارات عينة التحليل الاحصائي البالغة ((400)) استمارة تم ترتيب الاستمارات بالطريقة التنازلية من أعلى درجة الى أدنى درجة وتم اختيار ((27%)) من المجموعة العليا ونفس النسبة ((27%)) من المجموعة الدنيا وقد بلغت استمارات المجموعة العليا ((108)) استمارة والمجموعة الدنيا أيضاً ((108)) استمارة وتم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والقيمة التائية لجميع الفقرات وقد تبين ان جميع فقرات مقياس الرفاه النفسي كانت مميزة لأن قيمتها التائية المحسوبة كانت أعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة ((1,96)) عند مستوى دلالة ((0,05)) ودرجة حرية ((214)) . والجدول (3) يوضح ذلك .

وكذلك تم الاجراء نفسه على متغير الرضا عن الحياة وقد تبين ان جميع فقرات المقياس كانت هي الاخرى مميزة لان قيمتها التائية المحسوبة اعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (214) والجدول (3) يوضح ذلك :

جدول (3) القوة التمييزية لمقياس الرفاه النفسي

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		تسلسل الفقرة
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
5,38	0,6734	2,2180	0,2711	4,8100	1
7,90	0,57723	2,015	0,0024	3,0019	2
21,55	0,33467	1,7343	0,13442	3,9812	3
12,94	0,53213	1,5534	0,33700	4,8713	4
26,68	0,6422	1,3324	0,0332	3,9987	5
18,08	0,4500	1,6808	0,0065	3,0077	6
15,30	0,79911	1,25	0,00404	3,0113	7
5,78	0,70334	1,1967	0,5000	4,0089	8
18,50	0,50222	2,4901	0,1644	3,9711	9
13,28	0,8223	2,009	0,3005	3,908	10
29,66	0,1735	1,1102	0,0701	3,0011	11
13,53	0,7866	1,0499	0,0778	4,6650	12
16,33	0,5981	2,4100	0,1212	3,8871	13
21,80	0,502	1,48	0,4400	3,6656	14
6,61	0,8260	2,1421	0,0065	3,0056	15
6,44	0,7030	1,0113	0,9001	3,1712	16
16,42	0,8430	1,5755	0,3300	3,8991	17
6,66	0,7528	1,2132	0,0550	3,0011	18
4,67	0,7307	1,5000	0,6210	3,2231	19
5,34	0,7847	1,2443	0,6733	3,0101	20
12,14	0,7217	2,0666	0,5100	3,7720	21
2,77	0,7699	3,5687	0,9988	4,0001	22
9,41	0,70398	2,8699	0,7785	4,4543	23
3,10	0,5271	1,0011	0,7665	2,0910	24
24,71	0,2783	1,0888	0,4056	2,8009	25
9,13	0,9022	1,5252	0,3160	2,8966	26
14,00	0,4059	2,2022	0,4962	3,6543	27
15,01	0,3989	3,1929	0,4926	4,6060	28
14,40	0,4633	3,3133	0,4353	4,7505	29
19,62	0,1907	1,0444	0,4901	2,6111	30

جدول (4) القوة التمييزية لفقرات مقياس الرضا عن الحياة

الدالة	القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
دالة	9,244	1,213	2,67	1,060	3,59	.1
دالة	6,611	0,8260	2,142	0,006	3,005	.2
دالة	10,829	1,132	3,84	0,555	4,69	.3
دالة	11,566	1,298	2,86	1,079	4,06	.4
دالة	4,680	1,306	2,95	1,381	3,50	.5
دالة	14,521	1,186	3,26	0,736	4,52	.6
دالة	6,574	1,360	3,66	1,113	4,38	.7
دالة	6,402	1,042	4,18	0,733	4,69	.8
دالة	2,569	1,164	2,26	1,733	3,54	.9
دالة	9,281	1,069	3,81	0,793	4,57	.10
دالة	9,412	0,7038	2,99	0,775	4,43	.11
دالة	7,726	1,247	2,33	1,395	3,23	.12
دالة	10,585	1,280	3,50	0,848	4,50	.13
دالة	9,816	1,211	3,37	0,975	4,31	.14
دالة	7,881	1,280	2,98	1,303	3,87	.15
دالة	3,859	1,338	2,78	1,334	3,23	.16
دالة	8,807	1,403	2,99	1,176	3,99	.17
دالة	8,366	1,277	3,42	1,063	4,28	.18
دالة	11,417	1,098	3,64	0,652	4,54	.19
دالة	15,312	1,274	2,74	0,944	4,24	.20
دالة	8,104	1,333	3,88	0,800	4,66	.21
دالة	9,291	1,97	3,79	0,740	4,55	.22
دالة	12,949	1,280	3,21	0,933	4,48	.23
دالة	5,781	0,703	1,19	0,500	3,00	.24
دالة	8,690	1,093	3,79	0,731	4,49	.25
دالة	7,489	1,154	3,76	0,825	4,42	.26
دالة	12,957	1,072	3,71	0,594	4,69	.27
دالة	12,708	1,238	3,23	0,798	4,39	.28
دالة	11,989	1,312	3,10	0,884	4,27	.29
دالة	9,894	1,177	2,91	1,180	3,93	.30

2- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الرفاه النفسي:

يشير أسلوب (الاتساق الداخلي) إلى تجانس فقرات المقياس في الظاهرة السلوكية لأن كل فقرة من فقرات المقياس تسير في المسار نفسه الذي يسير فيه المقياس ككل ، فضلاً عن طريقة الاتساق الداخلي تعد ادق الوسائل المستعملة في حساب الاتساق الداخلي للمقياس ، وبالتالي ينبغي الاستبقاء على الفقرات التي تكون معاملات ارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس عالية ، وحذف الفقرة عندما يكون معامل ارتباط فقراتها مع الدرجة الكلية واطئة (الكبيسي ، 2010 ، ص46-47) .

تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس لعينة التحليل الاحصائي البالغ ((400)) موظف وموظفة ويتبين من الجدول ((5)) ان جميع معاملات الارتباط كانت ذات دلالة احصائية لأنها أعلى من القيمة الجدولية البالغة ((1,113)) عند مستوى دلالة ((0,05)) ودرجة حرية ((398))

جدول (5)

معامل الارتباط بين درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس (الرفاه النفسي)

رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
1	0,409	15	0,555
2	0,485	16	0,644
3	0,526	18	0,343
4	0,509	19	0,677
5	0,511	20	0,643
6	0,528	21	0,546
7	0,564	22	0,511
8	0,559	23	0,408
9	0,640	24	0,441
10	0,578	25	0,515
11	0,563	26	0,582
12	0,525	27	0,558
13	0,470	28	0,574
14	0,453	29	0,887
15	0,522	30	0,555

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة:

تم اتخاذ الاجراء نفسه على مقياس الرضا عن الحياة ومن الجدول (6) يتبين ان جميع معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة كانت دالة احصائياً لأنها أعلى من درجة معامل الارتباط الجدولية البالغة ((1,113)) عند مستوى دلالة ((0,05)) ودرجة حرية ((398)) ومن خلال هاتين الاجراءين يتضح ان جميع فقرات الرضا عن الحياة كانت مميزة وتم استبقائها في المقياس واصبح المقياس بصيغته النهائية مؤلفاً من ((30)) فقرة .

جدول (6)

قيم معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياه والدلالة المعنوية لها

معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت
0,271	16	0,408	1
0,226	17	0,412	2
0,402	18	0,215	3
0,164	19	0,359	4
0,375	20	0,181	5
0,243	21	0,522	6
0,319	22	0,381	7
0,478	23	0,419	8
0,559	24	0,499	9
0,336	25	0,410	10
0,384	26	0,285	11
0,465	27	0,520	12
0,271	28	0,401	13
0,226	29	0,175	14
0,431	30	0,194	15

مؤشرات صدق المقياسين :

يعد صدق المقياس من أهم الخصائص القياسية التي يجب ان تتوافر في المقياس النفسي لانه يعبر عن قدرة المقياس على قياس السمة التي اعد لقياسها وبذلك يمكن أن تدرج جميع الخصائص السيكومترية الاخرى للمقياس تحت خاصية صدقه وتم استخراج مؤشرات الصدق بالطرائق الاتية :-

❖ الصدق الظاهري :

تحقق هذا النوع من الصدق على فكرة مدى مناسبة الاختبار لما يقيسه ، من خلال ما يقرره مجموعة من المختصين في المجال الذي يفترض ان ينتمي إليه هذا الاختبار أو ذاك ، اذ يؤخذ بالحسبان التعليمات والزمن المحدد ومدى اتفاقه مع اطار مجتمع الأفراد الذي صمم من اجله ، والامكانات المفروض توافرها من اجل التطبيق والتصحيح (عبد الرحمن ، 2008 ، ص199) .

وقد تحقق هذا النوع من الصدق للمقياسين عندما تم عرض فقراتهما على مجموعة من المحكمين المختصين في علم النفس والارشاد النفسي والقياس والتقويم والصحة النفسية الذي اتفق نسبة ((80%)) فأكثر على صلاحية فقرات المقياسين وتعليماتهما وبدائلهما وطريقة تصحيحهما .

❖ صدق البناء :

يعد استخراج القوة التمييزية وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية احدى مؤشرات صدق البناء كاختيار الفرضية وقد تم اتخاذ هذا الاجراء من خلال عينة التحليل الاحصائي والتي تم من خلالها استخراج

القوة التمييزية بطريقتين الاولى اسلوب العينتان المتطرفتان والثانية اسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس وقد تم الاشارة اليها مع الجداول في فقرة عينة التحليل الاحصائي .
مؤشرات الثبات للمقياسين :

يشير الثبات إلى دقة الاختبار وعدم تناقضه مع نفسه (الجبالي ، 1997، ص121) ، ويشير Guilford , 1954 إن مفهوم الثبات هو نسبة التباين الحقيقي في الدرجة المستخلصة من اختبار ما إلى التباين الكلي للدرجة على الاختبار (فرج ، 2007 ، ص 296).

ويعني الثبات ان المقياس يكون ثابتاً فيما يعطي من نتائج فاذا طبق المقياس على المجموعة نفسها من الافراد في مرتين متلاحقتين كانت النتائج متشابهة أما إذا كانت النتائج مختلفة اختلافاً كبيراً دل ذلك على ان معامل ثبات المقياس ضعيف ويعبر عن معامل الثبات احصائياً بمعامل ارتباط بين نتائج المقياس بين مرتين متلاحقتين بمدة (14) يوم بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني ، ويجب ان يكون معامل الارتباط للمقياس أكثر من ((70%)) في المعيار المطلق وحسب معيار ايبل .

وقد استخرج ثبات المقياسين بطريقتين هما :-

1- الاختبار وإعادة الاختبار (الاتساق الخارجي) :

قام الباحث بتطبيق المقياسين على عينة مكونة من ((50)) موظف وموظفة واختيرو بالطريقة الطباقية العشوائية من موظفي الجامعة المستنصرية كلية التربية الاساسية وقد تم تطبيق المقياسين على العينة المذكورة وذلك يوم الاثنين الموافق 2026 / 3 / 12 وقد وضعت علامات خاصة لمعرفة أسماء المستجيبين دون علمهم واعيد تطبيق المقياس على نفس العينة بعد مرور اسبوعين من التطبيق الأول وجمعت الاستمارتين معاً بالنسبة للمقياسين إذ تبين ان معامل الارتباط بالنسبة لمقياس الرفاه النفسي بلغ ((0,81)) وهو معامل ارتباط مقبول أما بالنسبة لمقياس الرضا عن الحياة فقد بلغ معامل الارتباط ((80%)) .

2- طريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة الفاكرونباخ :

لحساب الثبات بهذه الطريقة قام الباحث بتطبيق معادلة الفاكرونباخ للاتساق الداخلي على عينة التحليل الاحصائي البالغة ((400)) استمارة وقد تبين ان معامل الثبات على وفق هذه الطريقة بلغت ((0,85)) بالنسبة لمقياس الرفاه النفسي وهو معامل ثبات مقبول أما معامل الاتساق الداخلي باستعمال معادلة الفاكرونباخ على مقياس الرضا عن الحياة فقد بلغ ((0,87)) .
عينة التطبيق :

بما ان الباحث وضع مقياسي الرفاه النفسي والرضا عن الحياة في ملف واحد عند تطبيقه على عينة التحليل الاحصائي البالغة (400) موظف وموظفة من كليات الهندسة والعلوم والتربية والتربية الاساسية وبما انه لم تسقط اية فقرة من فقرات المقياسين عند تحليلها احصائياً بطريقة المجموعتين المتطرفتين وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية لذا اعتمدها الباحث كعينة تطبيق نهائية واستخرج منها نتائج البحث .

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

الهدف الاول : التعرف على الرفاه النفسي لدى الموظفين :

تحقيقاً لهذا الهدف تم توزيع مقياس الرفاه النفسي على عينة البحث الحالي من موظفي الجامعة والبالغ عددها ((400)) موظف وموظفة وبعد تفريغ البيانات تم حساب المتوسط الحسابي إذ بلغ ((100,988)) وبانحراف معياري ((5,771)) وعند مقارنة المتوسط الحسابي مع المتوسط الفرضي البالغ ((90)) وباستعمال الاختبار التائي لعينة مستقلة واحدة تم حساب القيمة التائية المحسوبة إذ بلغت ((38,152)) وهي أعلى من القيمة التائية الجدولية والبالغة ((1,96)) عند مستوى دلالة ((0,05)) ودرجة حرية ((399)) والجدول ((7)) يوضح ذلك .

جدول ((7))

التعرف على الرفاه النفسي لدى الموظفين

الدلالة	القيم التائية		المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة
	الجدولي	المحسوبة				
دالة احصائية	1,96	38,152	90	5,771	100,988	400

ومن الجدول ((7)) يتضح ان القيمة التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية وهذا يعني ان عينة البحث الحالي من الموظفين لديهم رفاه نفسي وهذا ما أكد عليه نظرية Ryff, 1996 إن لدى الفرد القدرة على الاستقلالية في اتخاذ قراراته بنفسه دون الرجوع إلى الآخرين ، وإيجاد علاقات إيجابية مع الآخرين ، وقبول الفرد لذاته ولتجارب الحياة السابقة وان الفرد لديه هدف ومعنى للحياة وهو مدرك بأهدافه ولديه القدرة على تحقيقها وكذلك لدى الفرد القدرة على التحكم في بيئته من خلال خلق بيئة تناسب ظروف الفرد ، وهذه النتيجة تتفق مع العديد من الدراسات منها دراسة ديز ، 1985 ، ودراسة سلامة 2008 ، إن الرفاه النفسي مؤشر عام لصحة الفرد النفسية .

الهدف الثاني: إيجاد دلالة الفروق في الرفاه النفسي لدى الموظفين على وفق متغير الجنس ذكور وإناث :

تحقيقاً لهذا الهدف تم توزيع مقياس الرفاه النفسي على عينة البحث الحالي والبالغ ((400)) موظف وموظفة بواقع ((200)) موظف و ((200)) موظفة وبعد تفريغ البيانات تم حساب المتوسط الحسابي لعينة الذكور إذ بلغ ((100)) وبانحراف معياري ((4,998)) في حين بلغ المتوسط الحسابي للإناث ((100,120)) وبانحراف معياري ((5,001)) وعند مقارنة المتوسطين تم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة ((0,239)) وهي أصغر من القيمة التائية الجدولية ((1,96)) عند مستوى دلالة ((0,05)) ودرجة حرية ((398)) والجدول ((8)) يوضح ذلك .

جدول (8)

إيجاد دلالة الفروق في الرفاه النفسي لدى الموظفين على وفق متغير الجنس .

الدلالة	القيم التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	العينة
	الجدولية	المحسوبة				
غير دلالة احصائياً	1,96	0,239	4,998	100	200	ذكور
			5,001	100,120	200	إناث

ومن الجول (8) يتضح ان القيمة التائية المحسوبة أقل من القيمة التائية الجدولية وتفسير ذلك انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرفاه النفسي بين الجنسين وهذا متفق مع رأي Ryff,1996 الذي اكد فيه ان الأفراد يقيمون بشكل عام التحديات والضغوط التي تواجههم والسلوك الايجابي الذي يخرطون به بنفس المنظور سواء كانوا من الذكور أم من الاناث ، وتختلف هذه الدراسة مع دراسة هيفرونوبينويل ، 2011 ، بوجود فرق بين الذكور والاناث في الرفاه النفسي ولصالح الذكور .

الهدف الثالث : التعرف على الرضا عن الحياه لدى الموظفين .

تحقيقاً لهذا الهدف تم توزيع مقاييس البحث الحالي على عينة من موظفي الجامعة والبالغ عددها ((400)) موظف وموظفة وبعد تقريغ بيانات تلك الاستمارات أظهرت النتائج ان المتوسط الحسابي لعينة البحث بلغت ((94,996)) وبأنحراف معياري بلغ ((8,343)) وبمتوسط فرضي ((90)) وعند مقارنة الوسط الحسابي مع الوسط الفرضي بأستخدام الاختبار التائي لعينة مستقلة واحدة تم استخراج العينة التائية المحسوبة وقد بلغت ((11,980)) وعند مقارنة القيمة التائية المحسوبة مع القيمة التائية الجدولية والبالغة ((1,96)) عند مستوى دلالة ((0,05)) ودرجة حرية ((399)) يتبين ان القيمة التائية المحسوبة اعلى من القيمة التائية الجدولية وبدلالة احصائية والجدول ((9)) يبين ذلك .

جدول (9)

الاختبار التائي لعينة واحدة لدرجات أفراد العينة على مقياس الرضا عن الحياه

مستوى الدلالة sig	القيمة التائية		درجة الحرية Df	الانحراف المعياري std	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	العينة
	الجدولية	المحسوبة					
0.05	1,96	11,980	399	8,343	94,996	90	400

ومن الجدول ((9)) يتبين أن عينة البحث الحالي ان الموظفين يتمتعون بالرضا عن الحياه إذ يعزى ذلك إلى طبيعة التنشئة الأسرية للموظفين وكذلك تأثير الخبرات الحياتية التي تساعد على ترسيخ تكوين مفاهيم الرضا عن الحياه لديهم ، وان تقييم الفرد لنوعية حياته التي يعيشها طبقاً لنسقه القيمي حيث يشعر الافراد الذي يتمتعون بمستوى عال من الرضا عن الحياه انهم أكثر استقراراً وأكثر فرحاً وسعادة من الآخرين المحيطين بهم عندما يدركون ان ظروفهم افضل من ظروف الآخرين المحيطين بهم ، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة غافل ، 2023 ، وتختلف من حيث هذه النتيجة مع دراسة جاسم ، ومحمد ، 2025.

الهدف الرابع

إيجاد دلالة الفروق في الرضا عن الحياة لدى الموظفين على وفق متغير الجنس :
تحقيقاً لهذا الهدف وبعد تطبيق المقياس على عينة البحث الحالي والبالغ ((400)) موظف وموظفة بواقع ((200)) موظف و ((200)) موظفة وبعد تفريغ البيانات تم حساب المتوسط الحسابي لعينة الذكور إذ بلغ الذكور ((93,227)) وبانحراف معياري مقداره ((7,700)) كما تم حساب المتوسط الحسابي لعينة الإناث إذ بلغ ((92,979)) وبانحراف معياري قدره ((7,332)) وبمقارنة المتوسطين مع المتوسط الفرضي البالغ ((90)) تم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة ((1,334)) وهي أصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة ((1,96)) عند مستوى دلالة ((0,05)) ودرجة حرية ((399)) والجدول ((10)) يوضح ذلك .

جدول (10)

إيجاد دلالة الفروق في الرضا عن الحياة لدى الموظفين على وفق متغير النوع

الدلالة	القيم التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	العينة
	الجدولية	المحسوبة				
غير دالة احصائياً	1,96	0,436	7,700	93,227	200	ذكور
			7,332	92,979	200	إناث

ومن الجدول ((10)) يتضح ان القيمة التائية المحسوبة أصغر من القيمة التائية الجدولية ويعني ذلك ان الفروق لدى عينة البحث من الموظفين ليست ذات دلالة احصائية في الرضا عن الحياة وفقاً لمتغير النوع ويمكن للباحث أن يفسر هذه النتيجة لا توجد فروق في الرضا عن الحياة على وفق متغير النوع، وقد يعزى ذلك إلى تعرض كل من الذكور والإناث إلى خبرات متشابهة ، وكذلك انتماء كل من الذكور والإناث إلى بيئة ثقافية واحدة، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة جلالة ، 2015 بعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين بالرضا عن الحياة .

الهدف الخامس

إيجاد طبيعة العلاقة بين الرفاه النفسي والرضا عن الحياة لدى الموظفين :

تم استعمال معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين الرفاه النفسي والرضا عن الحياة لدى الموظفين إذ بلغ ((0,785)) وهو معامل ارتباط موجب ودال احصائياً عند بمقارنته بمعامل الارتباط الجدولية البالغة (0,138) وهذا يعني ان الموظفين ممن يتمتعون بالرفاه النفسي تكون هناك علاقة ارتباط موجبة طردية مع الرضا عن الحياة ، أي كلما كان هناك رفاه نفسي يؤدي الى الرضا عن الحياة لدى الموظفين الجدول ((11)) يوضح ذلك .

جدول (11)

إيجاد طبيعة العلاقة بين الالتزام الديني والنمو الخلقي

العينة	قيمة معامل الارتباط	الدلالة
400	0,785	دالة احصائياً

الاستنتاجات :

في ضوء نتائج البحث يمكن للباحث ان يستنتج النقاط الاتية :

1. ان الموظفين يتمتعون بقدر عال من الرفاه النفسي .
2. ان الموظفين يتمتعون بقدر عال من الرضا عن الحياة.
3. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرفاه النفسي على وفق متغير الجنس اي ان الموظفين من الذكور والاناث يتمتعون بقدر متقارب من الرفاه النفسي .
4. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرضا عن الحياة على وفق متغير الجنس اي ان الموظفين من الذكور والاناث يتمتعون بقدر متقارب من الرضا عن الحياة .
5. وجود علاقة ارتباطية طردية موجبة بين الرفاه النفسي والرضا عن الحياة لدى الموظفين .

التوصيات :

على ضوء ما جاء بنتائج البحث يمكن للباحث أن يوصى بالآتي : –

- 1- الاهتمام بمكانة الموظف النفسية والاجتماعية حتى يتمكن من اداء عمله ودوره الفاعل في المؤسسة .
- 2- إعداد برامج ودورات تدريبية وتنقيفية إثناء الخدمة ولا سيما إلى الموظفين الجدد .
- 3- إعداد برامج ارشادية التي تساعد الموظفين للشعور بالرضا عن الحياة التي تؤدي دورا هاما في حدوث التوافق النفسي والاجتماعي بينهم وتحقيق قدرا هاما من الصحة النفسية.

المقترحات :

استكمالاً لنتائج البحث الحالي يقترح الباحث ما يلي :-

- 1- تطبيق مقياس الرفاه النفسي والرضا عن الحياة على عينات اخرى مثل طلبة الجامعة.
- 2- اجراء دراسة تجريبية لمعرفة اثر الرفاهية النفسية على الرضا عن الحياة .

المصادر

أولا : المصادر العربية

- ابو سعد ، احمد عبد اللطيف (2010) . الفرق في الشعور بالوحدة والتوجه الحياتي بين المتزوجين والعازبين والراجل من مستويات اقتصادية مختلفة ، جامعة دمشق ، المجلد 20 ، العدد 3 ، كلية العلوم التربوية ، دمشق .
- أبو عمشة ، إبراهيم باسل (2013) الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني وعلاقتها بالشعور بالسعادة لدى طلبة الجامعة في محافظة غزة ، رسالة ماجستير ، علم النفس ، كلية التربية ، جامعة الازهر ، غزة.
- احمد ، زكريا عبد ، وفرحان ، حميد عبد الله (2018) . الرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة ، مجلة جامعة تكريت للعلوم الانسانية ، المجلد 25 ، العدد 11 ، ص ص (519-537)
- انستازي ، انا ، واوبينا ، سوزان (2015) . القياس النفسي ، ترجمة صلاح الدين محمود ، الاردن ، عمان ، دار الفكر .
- تفاحة جمال (2009) الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى عينة من المسنين دراسة مقارنة ، مجلة كلية التربية ، العدد 19
- جارة ، هدى كاظم (2025) . الرفاهية النفسية لدى ايتام دور الدولة الحكومية والاهلية (دراسة مقارنة) ، مجلة نسق ، العدد 2 ، المجلد 43 .
- جاسم ، كريم انور ، ومحمد ، الاء صباح (2025) . استمرارية هوية المكان وعلاقتها بالرضا عن الحياة ، مجلة لارك Lark المجلد 17 العدد 4 .

- الجبالي ، حسني (1997) . الفروق الفردية في القدرات العقلية ، الناشر مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة ، مصر العربية .
- جبر ، هديل علي (2025) . الانهماك المعرفي وعلاقته بالرفاهية النفسية لدى طلبة مدارس المتميزين ، مجلة المنوال ، مجلد 1 ، العدد 9 .
- جلالة ، سهيلة (2015) . الرضا عن الحياة وعلاقتها بالاجهاد النفسي الناتج عن الحصار ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، الجامعة الاسلامية ، غزة ، فلسطين .
- حبيب ، أسعد فاخر (2013) السعادة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من منتسبي جامعة البصرة ، بحث مقدم الى كلية التربية للعلوم الانسانية ، جامعة البصرة .
- الدسوقي ، مجدي محمد (1988) . دراسة لابعاد الرضا عن الحياة وعلاقته بعدد من المتغيرات النفسية لدى عينة من الراشدين وصغار السن ، المجلة المصرية للدراسات .
- رشيد ، خلف رشيد ، والمحمدي ، ايلاف حميد (2020) . التطرف الاجتماعي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الانبار ، مجلة مركز البحوث النفسية ، المجلد 31 ، العدد الأول .
- الزهراني ، احلام علي احمد ، والكشكي ،مجدة علي السيد علي (2020) . الرفاهية النفسية وعلاقتها بإدارة الوقت لدى عينة من طالبات ذوات الاعاقة بجامعة الملك عبد العزيز ، مجلة الملك عبد العزيز للآداب والعلوم الانسانية ، م 28، ع 14 ، ص ص (219-244) .
- سليمان ، عادل (2003) . الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى مديرية المدارس الحكومية ومديراتها في محافظات فلسطين الشمالية (رسالة ماجستير غير منشورة) ، جامعة النجاح الوطنية ، فلسطين .
- عيسى ، جابر محمد ورشوان ربيع عبده احمد (2006) الذكاء الوجداني لدى الاطفال مجلة الدراسات التربوية والاجتماعية ، كلية التربية ، جامعة حلوان ، مجلة 12 ، العدد 4
- العاني ، ذر منير مسيهر ، وفيصل ، سناء مجول (2019) . المشاعر الايجابية وعلاقتها بالرضا عن الحياة ، مجلة الآداب ، ملحق 2 ، العدد 131 .
- العيسوي ، عبد الرحمن محمد (1988) . امراض العصر ، دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية ، مصر .
- غافل ، نغم شريف (2023) . الرضا عن الحياة وعلاقتها بالأفكار التطفلية ، مجلة نايبو للبحوث والدراسات ، المجلد 32 ، العدد 41 .
- فرج ، صفوت (2007) . القياس النفسي ، الطبعة السادسة ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة ، جمهورية مصر العربية .
- الكبيسي ، وهيب مجيد (2010) . القياس النفسي بين التنظير والقياس ، الطبعة الاولى ، مؤسسة مصر مرتضى للكتاب العراقي ، بيروت ، لبنان .
- الكبيسي ، وهيب مجيد ، والجنابي ، يونس صالح (1987) . طرائق البحث في العلوم السلوكية ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، الجزء الأول .
- المالكي ، رانيا 2011 ، فعالية الانا وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى عينة من السعوديات في مدينة مكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية والاجتماعية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة ام القرى .
- المعموري ، لمياء جاسم محمد ، ومحبس ، نداء شاكر (2016) . الرفاة الذاتي لدى طلبة الجامعة ، American Academic & Scholarly Journal , Vol .8 ,No . 3 , April 2016 .

Sources

First: Arabic Sources

- Abu Saad, Ahmed Abdel Latif (2010). The Difference in Feelings of Loneliness and Life Orientation Between Married, Single, and Widowed Individuals from Different Economic Levels, Damascus University, Volume 20, Issue 3, Faculty of Educational Sciences, Damascus.
- Abu Amsha, Ibrahim Basel (2013). Social Intelligence and Emotional Intelligence and Their Relationship to Feelings of Happiness Among University Students in the Gaza Governorate, Master's Thesis, Psychology, Faculty of Education, Al-Azhar University, Gaza.
- Ahmed, Zakaria Abdel, and Farhan, Hamid Abdullah (2018). Psychological Well-being Among University Students, Tikrit University Journal of Human Sciences, Volume 25, Issue 11, pp. (519-537).
- Anastasia, Anna, and Obina, Susan (2015). Psychometrics, translated by Salah El-Din Mahmoud, Jordan, Amman, Dar Al-Fikr.
- Jamal Tuffaha (2009). Psychological Resilience and Life Satisfaction Among a Sample of the Elderly: A Comparative Study. Journal of the College of Education, Issue 19.
- Jara, Huda Kadhim (2025). Psychological Well-being Among Orphans in Governmental and Private Institutions (A Comparative Study). Nasq Journal, Issue 2, Volume 43.
- Jassim, Karim Anwar, and Muhammad, Alaa Sabah (2025). Continuity of Place Identity and its Relationship to Life Satisfaction. Lark Journal, Volume 17, Issue 4.
- Al-Jabali, Husni (1997). Individual Differences in Mental Abilities. Publisher: Anglo-Egyptian Library, Cairo, Egypt.
- Jabr, Hadeel Ali (2025). Cognitive Engagement and its Relationship to Psychological Well-being Among Students in Gifted Schools. Al-Manwal Journal, Volume 1, Issue 9.
- Jalala, Suhaila (2015). Life Satisfaction and its Relationship to Psychological Stress Resulting from the Siege, Master's Thesis, Faculty of Education, Islamic University, Gaza, Palestine.
- Habib, Asaad Fakher (2013). Psychological Happiness and its Relationship to Life Satisfaction among a Sample of University of Basra Staff, Research submitted to the Faculty of Education for Human Sciences, University of Basra.
- Al-Desouki, Magdi Muhammad (1988). A Study of the Dimensions of Life Satisfaction and its Relationship to a Number of Psychological Variables among a Sample of Adults and Young People, Egyptian Journal of Studies.
- Rashid, Khalaf Rashid, and Al-Muhammadi, Elaf Hamid (2020). Social Extremism and its Relationship to Life Satisfaction among Students of Anbar University, Journal of the Center for Psychological Research, Volume 31, Issue 1.
- Al-Zahrani, Ahlam Ali Ahmed, and Al-Kashki, Majda Ali Al-Sayed Ali (2020). Psychological well-being and its relationship to time management among a sample

of female students with disabilities at King Abdulaziz University, King Abdulaziz Journal of Arts and Humanities, Vol. 28, No. 14, pp. (219-244).

•Sulaiman, Adel (2003). Life satisfaction and its relationship to self-esteem among public school directors and their principals in the directorates of the northern Palestinian governorates (Unpublished Master's Thesis), An-Najah National University, Palestine.

•Issa, Jaber Muhammad and Rashwan Rabie Abdo Ahmed (2006). Emotional intelligence in children, Journal of Educational and Social Studies, Faculty of Education, Helwan University, Vol. 12, No. 4.

•Al-Ani, Dhar Munir Musayhir, and Faisal, Sanaa Majoul (2019). Positive emotions and their relationship to life satisfaction, Journal of Arts, Supplement 2, No. 131.

•Al-Issawi, Abdul Rahman Muhammad (1988). Modern Diseases, University Knowledge House, Alexandria, Egypt.

•Ghafil, Nagham Sharif (2023). Life Satisfaction and its Relationship to Intrusive Thoughts, Nayo Journal of Research and Studies, Volume 32, Issue 41.

•Farag, Safwat (2007). Psychometrics, 6th Edition, Anglo-Egyptian Library, Cairo, Egypt.

•Al-Kubaisi, Wahib Majid (2010). Psychometrics: Between Theory and Measurement, 1st Edition, Egypt Murtada Foundation for Iraqi Books, Beirut, Lebanon.

•Al-Kubaisi, Wahib Majid, and Al-Janabi, Younis Saleh (1987). Research Methods in Behavioral Sciences, Ministry of Higher Education and Scientific Research, University of Baghdad, Higher Education Press, Part 1. • Al-Maliki, Rania (2011). Ego Effectiveness and its Relationship to Life Satisfaction among a Sample of Saudi Women in Makkah in Light of Some Demographic and Social Variables. Unpublished Master's Thesis, Umm Al-Qura University.

•Al-Maamouri, Lamia Jassim Mohammed, and Mahbas, Nada Shaker (2016). Self-Wellbeing among University Students. American Academic & Scholarly Journal, Vol. 8, No. 3, April 2016.

ثانيا : المصادر الاجنبية

• Diener , E (2009) : The Science of Well – Being , In . E .Diener(Ed) . New york .

• Ryff ,C,D&DurtonH.Sinrer (1996). Psychological well Bing meaning measurement and implication for psychotherapy research psychotherapy 65 ,p .14-23.

Psychological Well-Being And Its Relationship To Life Satisfaction Among Employees

Assistant Professor Talib Khalaf Hassan

Mustansiriyah University / College of Basic Education

Department of Psychological Counseling and Educational Guidance

talibkalf@uomustansiriyah.iq

07702608952

Abstract

Wellbeing is a relatively new concept in psychology, and it has been a central focus of the field in recent decades. Psychological wellbeing leads to increased life satisfaction and indicates a difference between one's current situation and what is perceived as an ideal standard. The emotional aspect, encompassing feelings, emotions, and sentiments, is a significant factor influencing psychological wellbeing, as it impacts an individual's overall well-being. Life satisfaction is a crucial topic in psychology, mental health, and psychiatry. There are important indicators of an individual's psychological well-being. The concept suggests that well-being encourages individuals to live a calm and stable life, a realistic and attainable goal. Therefore, it includes qualities such as self-acceptance, joy, and optimism. When individuals experience these qualities, they feel more well-being than ever before, especially since well-being is closely linked to life satisfaction. Based on the data, the research objectives are as follows:

- 1- Psychological well-being among employees.
- 2 -The significance of differences in psychological well-being among employees according to the gender variable (male-female).
- 3- Employee life satisfaction.
- 4-Significance of differences in employee life satisfaction based on gender (male-female).
- 5-Correlation between psychological well-being and life satisfaction.

To achieve the research objectives, the researcher developed two scales: one for psychological well-being and the other for life satisfaction. Each scale consisted of 30 items. The researcher verified the validity and reliability of both scales. The research sample consisted of 400 employees selected randomly. After processing the data using statistical methods, the following results were obtained:

- 1-Employees enjoy a certain level of psychological well-being.
- 2-There are no differences in psychological well-being based on gender among employees.
- 3-Employees enjoy a certain level of life satisfaction.
- 4-There are no differences in life satisfaction based on gender among employees.
- 5- There is a positive correlation between psychological well-being and life satisfaction.

The results were interpreted in accordance with the adopted theories and previous studies, and in light of the results, the researcher presented a number of recommendations and suggestions.