

## الازدهار النفسي لدى أساتذة الجامعة

ليان ازاد عبدالعزيز

قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة صلاح الدين، أربيل، اقليم كوردستان، العراق

[laylan.abdulaziz@su.edu.krd](mailto:laylan.abdulaziz@su.edu.krd)

أ. د. مها حسن بكر

قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة صلاح الدين، أربيل، اقليم كوردستان، العراق

[maha.bakir@su.edu.krd](mailto:maha.bakir@su.edu.krd)

### ملخص البحث

يعد مفهوم الازدهار النفسي (psychological flourishing) من أهم المتغيرات الحديثة في علم النفس الإيجابي، ويعد امتلاك الفرد للمشاعر الإيجابية والاندماج النفسي والعلاقات الإيجابية ومعنى الحياة والأداء النفسي والاجتماعي من علامات الصحة النفسية العالية إذ يبعد الفرد عن الإصابة بالاضطرابات النفسية ويكون ذا القدرة عالية على مواجهة الازمات والضغوط النفسية والمشكلات الاجتماعية ويكون لديه القدرة على فهم ذاته والثقة بقدراته وإمكانية تطور هذه القدرات بحسب الأهداف التي يحاول أن يحققها.

ولغرض تحقيق أهداف البحث قامت الباحثة باتباع المنهج الوصفي لكونه أنسب المناهج وأكثرها ملائمة لدراسة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات، والكشف عن الفروق فيما بينها من أجل الوصف والتحليل للظاهرة المدروسة. يتكون المجتمع الإحصائي للبحث من أساتذة الجامعة ممثلة بالكليات العلمية والإنسانية في جامعة صلاح الدين للعام الدراسي (2021-2022)، وقد بلغ عدد الأساتذة الجامعة (2532)، وشملت عينة البحث (253) أستاذ وأستاذة، وتم اختيارهم بطريقة (الطبقية العشوائية) من جامعة صلاح الدين. وتم تقسيم عينة البحث في جامعة صلاح الدين على وفق الكليات ذات التخصصات العلمية والإنسانية. واختارت الباحثة تسعة كليات وهي كلية (الآداب، الهندسة، اللغات، الزراعة، القانون، العلوم السياسية، التربية، التربية شقلاوة، الإدارة واقتصاد). واعتمدت الباحثة لجمع البيانات من عينة البحث على ما يأتي:

- تبنّي مقياس (عمار عبد الأمير الزويني، 2018) للازدهار النفسي. وكانت النتائج كالآتي:

- 1- تتمتع عينة البحث (أساتذة الجامعة) بمستوى عالي من الازدهار النفسي.
- 2- ارتفاع مستوى الازدهار النفسي لدى الجنسين (ذكور — إناث)، وذوى الاختصاص (العلمي — الإنساني) عدم وجود فروق بحسب المتغير الجنس والاختصاص.

### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2022/9/25

القبول: 2022/11/8

النشر: صيف 2023

الكلمات المفتاحية:

Psychological Flourishing, University Teachers, Positive Emotion, Engagement, Relationship

Doi:

10.25212/lfu.qzj.8.3.29

3- ارتباط الازدهار النفسي بالقلب العلمي بعلاقة طردية دالة.  
على وفق النتائج توصلت الباحثة إلى مجموعة من التوصيات  
والمقترحات.

## الفصل الأول: الإطار العام للبحث:

### أولاً: مشكلة البحث:

يعيش العالم عصر المعلومات والتقدم العلمي والتكنولوجي، على الرغم من تزايد مشكلات المجتمع سواء كانت مشكلات نفسية أو اجتماعية أو اقتصادية أو سياسية، تلك المشاكل تحتاج الى عقل نير وخطوات بحثية للوصول الى حلها ولو بشكل جزئي، وهنا يبرز لنا دور الجامعات للقيام بأدوار إضافية استجابة لما يفرض من تغيرات متسارعة للحد من تفاقم المشكلات المجتمعية، حيث أن الجامعة هي العقل المفكر للمجتمع وهي صانعة القرارات الموضوعية، فضلاً عن ذلك الدور الذي يلعبه الأستاذ الجامعي في إعادة الاعتبار للقيم الأخلاقية والانسانية التي عاش عليها المجتمع في المراحل السابقة من تاريخه فهو الجزء الأساسي وصانع القرار في الجامعة(سكيك، 2013،ص245).

في السنوات الماضية أصبح الوضع في كردستان غير مستقر بسبب الحرب ضد الإرهاب، الأمر الذي تسبب في انعدام الاستقرار في المجتمع وارتفاع الازمة المالية وانخفاض الرواتب، كل ذلك كان له اثر سلبي على أفراد المجتمع بشكل عام، لان الوضع المالي والاقتصادي السيء وانعدام الأمن في المجتمع، يجعل الفرد يعاني من الضغط النفسي والتوتر وعدم الأمان. ومن ناحية أخرى انتشر (فيروس كورونا) كان له تأثيراً سلبياً ولفترة طويلة على مختلف جوانب الحياة، فضلاً عن تأثيره علي الصحة النفسية والاجتماعية للأفراد بالإضافة الى تأثيره على الجوانب الاقتصادية والسياسية بشكل عام، ومع انتشار الوباء عاش الأفراد تحت ظروف نفسية قاسية وشعورهم المستمر بالإجهاد والقلق والتوتر والكآبة، وزادت عندهم المشاعر السلبية والإحباط وانخفاض في مستوى الأمل والتفاؤل والسعادة لديهم.

وتبلورت مشكلة البحث من خلال اطلاع الباحثة على البحوث والدراسات والأدبيات المتعلقة بمتغيرات البحث الحالي ومن خلال خبرة الباحثة السابقة كعميدة في الجامعة وملاحظتها ومشاهدتها ومن خلال تفاعلها مع أساتذة الجامعة حيث يتعرض أساتذة الجامعة للعديد من الأحداث الحياتية الضاغطة والتي تستهلك قدراتهم وطاقتهم على إيجاد أساليب فعالة لمواجهة الضغوط النفسية، ومن هنا برزت مشكلة البحث الحالي في بيان مستوى الازدهار النفسي لدى أساتذة الجامعة، لان ارتفاع مستوى الازدهار النفسي يساعد الفرد على مواجهة ضغوط الحياة التي سبق وان ذكرتها في المجتمع الكردي.

### ثانياً: أهمية البحث:

عند الحديث عن الجودة والاعتماد في التعليم الجامعي سوف يتبادر إلى الذهن المهام التي تقع على عاتق الأستاذ الجامعي، سواء كانت تلك المهام على مستوى العملية التعليمية والتربوية أو على مستوى العملية البحثية، أم على مستوى المسؤولية المجتمعية فتحقيق الجودة في التعليم الجامعي إنما يعتمد بشكل كبير على جودة أداء الأستاذ الجامعي، وما يبذله من ممارسات وأنشطة وسلوكيات تهدف في

جلها لتحقيق الأهداف المنشودة من التعليم الجامعي، كما أن كل ذلك مرتبط بمدى حصوله على الكفايات والمهارات اللازمة لتحقيق تلك الأهداف (مرجين، 2015، ص1).  
تتم أهمية البحث الحالية في أن موضوعها يعد من موضوعات الدراسات الإنسانية النفسية، كما يعتبر هذا البحث إضافة علمية في مجال علم النفس الإيجابي (Scorsolini, 2012, p.663).  
ويعد "الازدهار النفسي" Psychological flourishing، أحد الموضوعات الحديثة في علم النفس خصوصاً علم النفس الإيجابي. فالأفراد الذين لديهم الازدهار النفسي أكثر إيجابية لديهم قدرة عالية على اتخاذ قرارات وحل المشكلات التي يواجهونها في حياتهم، فالإنسان ذو الازدهار النفسي المرتفعة يعيش أفضل وبعيداً عن الاحباطات والضغوطات، ولديهم ثقة عالية في أدائهم المطلوبة وقدراتهم ويميلون إلى المعرفة أكثر من ذوى الازدهار النفسي المنخفضة، ويتمتعون بالحياة نظراً لتفاعلهم مع الآخرين ولديهم علاقات إيجابية وشعورهم بالازدهار يجعلهم يشعرون بالرضا والسعادة عن حياتهم ويزداد الرضا عن الآخرين والبيئة الذي يعيشون فيه. كما أنهم أكثر جدية وقدرتهم على الاستمتاع بالحياة والتفأؤل في المستقبل إضافة الى ما تتطلبه هذه المرحلة هي مرحلة الرشد من القدرة على تحمل المسؤولية والقدرة على المواجهة وحل المشكلات.

#### ثالثاً: أهداف البحث:

- يهدف البحث الحالي التعرف على:
- 1- مستوى الازدهار النفسي لدى العينة الكلية للبحث.
- 2- قياس الفروق في الازدهار النفسي بحسب المتغير الجنس (ذكر – أنثى) والاختصاص (علمي – أنساني).
- 3- قياس العلاقة الارتباطية بين الازدهار النفسي واللقب العلمي.

#### حدود البحث:

تشمل الحدود الزمنية والمكانية للبحث الحالي بأستاذة الجامعة صلاح الدين - أربيل، من كلا الجنسين (ذكور، إناث)، ومن التخصص (العلمي، والإنساني) للعام الدراسي (2021-2022).

#### تحديد متغيرات البحث:

- 1- الازدهار النفسي psychological flourishing
- تعريف " ادوارد دينر" Diner 2009: الإدراك الذاتي للنجاح في مجالات متنوعة كنسج العلاقات مع الآخرين والشعور بالمعنى والإحساس بالتفأؤل (Diner et al., 2009, p.144)
- تعريف " سليجمان" Seligman 2011: الأداء الأمثل الذي ينتج عن امتلاك الفرد لمستويات عالية من المشاعر الإيجابية والاندماج النفسي ومعنى الحياة والعلاقات الإيجابية والإنجاز (Seligman, 2011, p.6).
- 2- الأستاذ الجامعي

تعريف رضوان 2015: هو العامل الذى يقوم بعملية التدريس في الجامعة على إختلاف تخصصاتهم ومؤهلاتهم العلمية (رضوان، 2015، ص72).

## الفصل الثاني: الإطار النظري و الدراسات السابقة:

### أولاً: مفهوم الازدهار النفسي:

يعد مفهوم الازدهار النفسي psychological flourishing من المفاهيم الحديثة نسبياً التي يتناولها علم النفس الإيجابي لما له من دور هام في تحقيق الصحة النفسية والتكيف النفسي لدى الأفراد، وهو من المفاهيم الأساسية في علم النفس الإيجابي، وقد يكون هناك تداخل بينه وبين بعض المفاهيم كالرفاهية النفسية والسعادة النفسية، لكن الازدهار النفسي أوسع منهما ويحتويهما فهو فضلاً عنهما مرتبط بالحالة المزاجية الإيجابية للفرد والتفاؤل وشعور الفرد بمسؤوليته تجاه رفاهية الآخرين (العبيدي، 2020، ص40).

الازدهار النفسي هو مفهوم جديد نسبياً ولكنه يعتمد على الفكرة الفلسفية اليونانية القديمة للحياة الفاضلة. يمكن العثور على الجذور الوليدة لمفهوم الازدهار في علم النفس الإيجابي وفكرة أن الشخص يمكن أن يؤثر على حياته أو حياتها، بما في ذلك التفكير في الأشياء الإيجابية والتفكير في عدد أقل من الأشياء غير المواتية في حياتهم. سيوجه التفكير الإيجابي والشبكات الاجتماعية والحياة الهادفة، الحياة في الاتجاه الصحيح (Kainualainen, 2018, p. 1-19).

وهو نتيجة السعي والمشاركة الإيجابية الفاعلة بين الأفراد التي تجلب الفرح والسعادة من خلال تحقيق الأهداف والتواصل مع الآخرين. وأنها ليس شيئاً ثابتاً، إذ بإمكان أي شخص أن يشعر به إذا بذل بعض الجهد. الازدهار النفسي هو مفهوم أكثر رقياً وعمومية وشمولاً من السعادة وطيب الحياة، لأنه لا يقتصر على المكونات وعناصر الذاتية للفرد كالكفاءة والحيوية والتفاؤل والاندماج ومفهوم الذات إنما يشمل جوانب موضوعية والاجتماعية أخرى كالعلاقات الاجتماعية الإيجابية والمساهمة الاجتماعية والحياة ذات المعنى (عدوى & الشربيني، 2021، ص397).

ولا شك أن الازدهار النفسي psychological flourishing من المفاهيم المعقدة نسبياً نظراً لصعوبة تحليل عناصرها والعوامل التي تبني عليها إذ يشكل هذا المفهوم العمود الفقري لعلم النفس الإيجابي الذي يعد "سليجمان" رائده والذي يتناول الجوانب الإيجابية لشخصية الإنسان بعيد عن الأمراض النفسية كالتفك والتوتر والخوف، فالازدهار النفسي هو ما يسعى كل شخص سليم نفسي الوصول إليه والعيش في عالمه (العبيدي، 2020، ص40).

### ثانياً: أهمية الازدهار النفسي:

ماذا يفيد أن يكون الشخص مزدهراً أو يكون المجتمع مزدهر، هل لهذا أهمية؟

بأن المشاعر الإيجابية مثل المزاج، السعادة، تحمل فوائد نفسية أكثر من مجرد التجربة الشخصية، ومن الأهمية العامة للازدهار بالنسبة للفرد:

1. يوسع الاهتمامات، يؤدي الى توسيع الخبرات السلوكية، وهو ما يعنى توسيع مهارات الفرد أو الأهداف التي تنفيذها بشكل منتظم وزيادة الحدس وزيادة الإبداع.
  2. الازدهار مظاهر الفسيولوجية منها الآثار الإيجابية الهامة للقلب والأوعية الدموية، مثل خفض ضغط الدم.
  3. المشاعر الإيجابية كجزء من الازدهار يتوقع منها نتائج صحية عقلية وبدنية، مما يرتبط إيجابياً بطول العمر، وإنخفاض اللوظائف النفسية للفرد يرتبط إكمال الصحة العقلية.
- Positive emotion, engagement, relationship, meaning, accomplishment
4. بأدنى معدلات العجز المكتسب.
  5. أعلى معدلات وضوح أهداف، فذوى الصحة النفسية يعرفون ماذا يريدون من الحياة وكيف يحصلون على ما يريدون.
  6. اعلى معدلات الصمود، وتجاوز المحن والتعلم منها.
  7. أعلى معدلات العلاقات الحميمة الناجحة كما تتمثل في علاقات قوية بالاسر والادقاء(إبراهيم،2015،ص8-7).

## - النظريات النفسية في مفهوم الازدهار النفسي psychological theories in the concept of psychological flourishing

### أ- نظرية مارتن سليجمان - Martin Seligman Theory 2011

يعتبر "سليجمان" 2011 Seligman من أوائل مؤسسي علم النفس الإيجابي وقدم مفهوم السعادة Happiness، ثم اقترح مفهوم الازدهار النفسي كمحك ومقيار لها، وتبنى أخيراً دعم وتنمية الازدهار على مستوى الأفراد، والأسر، والمجتمعات كهدف رئيسي لعلم النفس الإيجابي، ثم قدم نظرية للازدهار تتضمن تصوراً للازدهار النفسي أطلق PERMA ، ويتكون من خمسة مكونات هي (المشاعر الإيجابية positive Emotions ، الاندماج النفسي Engagement ، العلاقات الإيجابية Positive Relationships، معنى الحياة meaning، الإنجاز Accomplishment)(Zaki & Herb، 2021، ص890-891).

### الجدول (1) التحول من نظرية السعادة إلى نظرية الازدهار

الموضوع: الازدهار Flourishing	الموضوع: السعادة Happiness
القياس: المشاعر الايجابية، والانشغال، المعنى، والعلاقات الايجابية، والإنجاز.	القياس: الرضا عن الحياة
الهدف: زياد الازدهار من خلال زيادة المشاعر الايجابية والانشغال والمعنى، والعلاقات الايجابية، والإنجاز.	الهدف: زيادة الرضا عن الحياة

(إبراهيم،2015،ص12)

يعتقد "سليجمان" أن موضوع علم النفس الإيجابي هو السعادة، وأن المعيار الذي يعتمد عليه القياس السعادة هو الرضا عن الحياة وأن الهدف من علم النفس الإيجابي هو زيادة الرضا عن الحياة، و موضوع علم النفس الإيجابي هو الازدهار، وأن المعيار الذي يعتمد عليه لقياس الازدهار هو عناصر الازدهار، ويوضح الجدول (1) التحول من نظرية السعادة إلى نظرية الازدهار (إبراهيم، 2015، ص12).

## - أنموذج بيرما PERMA Modeling

المكونات الخمسة لنموذج بيرما The components of perma modeling

### 1. المشاعر الايجابية Positive Emotional

هي أحد أكثر جوانب الازدهار، هي الموصوفة في نموذج التوسيع إلى أن المشاعر الإيجابية الأداء والنمو، ويشير التوسيع إلى أن المشاعر الإيجابية تسهل التفكير التوسيعي الذي ينتج عنه سلوكيات تكيفية، المشاعر الإيجابية عززت الانتباه، وساعدت على توليد أفكار إبداعية ومرونة والمثابرة على المهام واعتماد الهدف من الحياة (Lambert & Zaidi, 2016, p.907).

### 2. الاندماج النفسي Engagement

تشير إلى مشاركة إلى ارتباط نفسي العميق على سبيل المثال: (الاهتمام المشاركة والاستيعاب) للنشاط أو سبب معين. ثم تعريف المستويات الكاملة للمشاركة على أنها حالة تدفق ويعرف "كسيكز نيتيمي هالي" 1997-1990 مفهوم تدفق على أنها غمر أحادي التفكير، وحالة مثالية من التركيز على مهمة محفزة جوهرياً والوعي بالوقت قد تتلاشى، وقد يكون الفكر والشعور الإيجابي غائبين أثناء حالة التدفق (Forgeard et al., 2011, p.82).

### 3. العلاقات الايجابية positive relationships

تشير إلى الشعور بالحب والدعم والتقدير من قبل الآخرين، ووجود علاقات إيجابية مع يعتبر الآخرون جزءاً مهماً من الحياة للشعور بالرضا والسير على ما يرام (Khaw & Kern, 2015, p.82). فالعلاقات والروابط القوية التي تتميز بالحميمية والنمو والمرونة والتواصل مع الآخرين وتبادل الحب والفرح والتقدير والامتنان والفخر هي العلاقات التي تحقق مشاعر إيجابية دائمة وتساهم بشكل كبير في الازدهار النفسي للفرد، وهذا ما قادني إلى إن العلاقات الإيجابية هي أحد العناصر الخمسة الرئيسية للازدهار النفسي (الزويني، 2018، ص40-41).

### 4. معنى الحياة Meaning of life

يشير "سليجمان" انه بينما الحياة الممتعة قد تجعلنا نشعر بمشاعر الإيجابية، وتعزز بشكل عميق وكبير السعادة الممتعة إلا اننا نحتاج إلى اكتشاف عالم المعنى، كذلك ان من دون تطبيق قوى الشخص الفريدة وتطوير فضائله تجاه هدف كبير من ذاته وأن إمكانية الفرد تميل الى ان تكون طريقاً مقطوعاً وتؤدي به

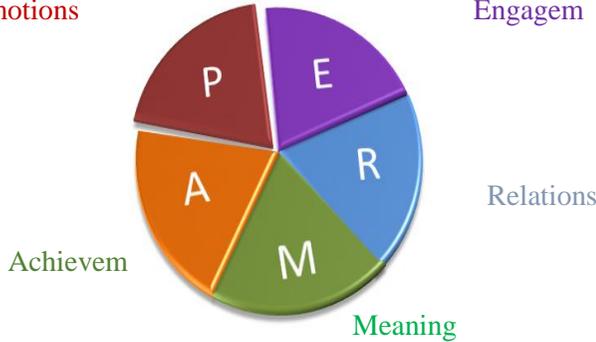
الشعور بالملل والحزن والسعي الفارغ نحو المتعة. أكد "سليجمان" إن الحياة الطيبة مكان للسعادة والعلاقات الإيجابية الجيدة والعمل الممتع، ومن هذه النقطة يشجع "سليجمان" الناس على الذهاب بعيداً أثناء سعيهم وراء الحياة ذات المعنى، أي أن السعي المستمر لطلب السعادة والازدهار، وبينما الحياة الممتعة قد تجعلنا نشعر بالانفعال الإيجابي (بول ديزين وآخرون، 2018، ص6).

## 5. الإنجاز Achievement

هو العنصر الخامس لمصلحتها الخاصة، وليس مجرد وسيلة لتحقيق غاية عديدة رجال الأعمال الأثرياء للغاية، على سبيل المثال: يرون الإنجاز كههدف منفصل عن كسب المال. يذهب هذا إلى حد ما في تفسير سبب إعطاء الأفراد الأثرياء جزءاً من ثروتهم لأسباب خيرية، إذا استخدمنا التحصيل الأكاديمي كمثال، فإن بحث "أنجيلا داكورث" يكشف عن مدى أهمية العزيمة، هذا هو الجزء غير المعرفي من الإنجاز، حيث تكون الشخصية حاسمة، تتيح لنا قوة الانضباط الذاتي الانخراط في ممارسة متعمدة، ولكن ها هي النتيجة الرائعة يعد الانضباط الذاتي مؤشراً للنجاح الأكاديمي أكثر أهمية من معدل الذكاء ومع ذلك، فإن الانضباط الذاتي يعني التضحية بالمتعة قصيرة المدى لتحقيق مكاسب طويلة المدى، وهذا يتطلب إصراراً يعرف "داكورث" المثابرة بأنها مزيج من المثابرة والعاطفة القوية عند التركيز على النتيجة (Seligman, p.4-5).

Positive Emotions

Engagem



شكل (1): نموذج PERMA (عرفي، 2021، ص1290).

## ب- نظرية هوبيرت وتيموثي Huppert and timothy theory :

تري كل من "هوبيرت وتيموثي" أن الازدهار النفسي هو أكثر من عدم وجود مرض نفسي أو اضطراب في شخصية الفرد وأن الأفراد يختلفون على نطاق واسع في المستوى الاعتيادي للازدهار النفسي ففي ضوء زيادة الازدهار في عدد السكان قد نقوم بالمزيد للحد من المشكلات العقلية والنفسية

والسلوكية الشائعة أكثر من التركيز على العلاج والوقاية من المرض والاضطراب مؤكداً على تجاوز استهداف التخفيف من الفوضى والمرض إلى التركيز على الازدهار النفسي والعلاقات الشخصية فهذا النهج يزيد من ازدهار السكان ويقلل من المشاكل الصحية والنفسية بالإضافة إلى التأثيرات الإيجابية للازدهار النفسي على تصورات الفرد وأفكاره وسلوكياته وحتى على وظائف الأعضاء والصحة العامة له وقد اتفقت كل من (هوبيرت وتيموثي) من جامعة كامبريدج على تعريف وقياس للازدهار النفسي، وقامتا بقياسه في مجموعة لدى أكثر من ألف بالغ في (11) دول في أوروبا وتوصلت إلى الازدهار النفسي يتكون بوجود مشاعر إيجابية مرتفعة لدى الفرد وتمتعه بقدر مرتفع من الخصائص الجوهرية أو الميزات الأساسية التالية، وتنا من الميزات الإضافية، أذ وضعنا (هوبيرت وتيموثي) هذه العناصر أو المقومات باعتبارها مكونات تقيس مستوى الازدهار النفسي للأفراد وهذه العناصر هي: (أحمد & علي، 2021، ص251).

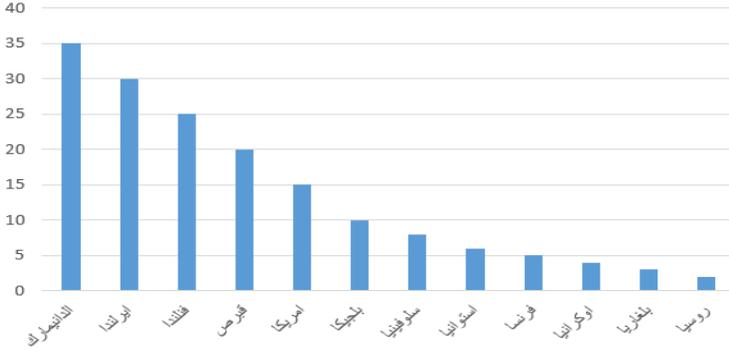
جدول (2) مميزات عناصر الأساسية للازدهار النفسي أو مكونات تقيس مستوى الازدهار النفسي

حسب نظرية "هوبيرت وتيموثي" Huppert & Timothy

ت	المميزات	التعريف
1	الكفاءة Competence	قدرة الفرد على القيام بسلوك معين باتقان وكفاءة عالية.
2	الالتزان الانفعالي Emotional stability	قدرة الفرد على التحكم في انفعالاته.
3	الاندماج Engagement	تركيز الفرد على العمل او المهمة المنشودة للفرد.
4	المعنى meaning	شعور الفرد بأهمية وقيمة الحياة.
5	التفاؤل optimism	شعور الفرد الإيجابية بالتفاؤل مقابل مستقبله.
6	المشاعر الإيجابية positive emotion	شعور الفرد بالمشاعر الإيجابية والحب والرضا والارتياح... الخ من مشاعر إيجابية، وهذه التضمنينات تكون موجبة لذات وللآخرين والحياة.
7	العلاقات الإيجابية positive relationship	العلاقات التي تتميز بالمحبة والتعاطف والتعاون والتواد كما تتضمن الاهتمام بمصالح الآخرين.
8	المرونة Resilience	قدرة الفرد على التأقلم مع تغيير الظروف.
9	تقدير الذات self esteem	شعور الفرد بإمكاناته وقدراته وقراراته وتقديره للامور كما تتضمن تقديره لذاته.
10	الحيوية Vitality	إيمان الفرد بالنشاط والحيوية.

(Huppert & Timothy, 2013, p.843)

وقد ظهرت كل من "هوبيرت وتيموثي" Felicia Huppert & Timothy So في دراسته لدى أكثر من ألف بالغ في (11) دول مثل (الدانمارك، أيرلندا، فنلندا، قبرص، أمريكا، بلجيكا، سلوفينيا، أسطونيا، فرنسا، أوكرانيا، بلغاريا، روسيا). التي تشير إلى أن الدول التي تقي بمعايير الازدهار النفسي مرتبة من أكثر الدول ازدهاراً إلى أدناها ازدهاراً. هي كما في الشكل ( 2 ).  
المحور الأفقي: الدول من الأكثر ازدهاراً إلى الأقل ازدهاراً.  
المحور الرأسي: النسبة المؤية التي تقي بمعايير الازدهار



الشكل (2) ترتيب الدول من الأكثر ازدهاراً إلى الأدنى ازدهاراً (الزويني، 2018، ص27)

#### الدراسات سابقة

فيما يلي عرض لهذه الدراسات التي تمكن الباحثة من الوصول إليها بعد الرجوع إلى المصادر العلمية المختلفة، ومن ثم عرضها بترتيب الزمني من الأحدث إلى الأقدم:

#### 1- دراسة إبراهيم: (2015)

##### (العلاقة بين الازدهار النفسي والسعادة لدى طالبات كلية البنات)

هدفت الدراسة الكشف عن العلاقة بين الازدهار النفسي والسعادة لدى طالبات كلية البنات، والتعرف على الفروق بين مقاييس التقدير الذاتي التي تعتمد على قياس جانب واحد من جوانب السعادة ومقاييس التقدير الذاتي التي تعتمد على قياس الأبعاد المتعددة للسعادة من خلال الكشف عن العلاقة بين السعادة الذاتية كأحد ابعاد مقياس الازدهار النفسي والسعادة العامة وكلاهما يمثل للتقدير الذاتي. وقد تكونت الدراسة من (300) طالبة تراوحت أعمارهن ما بين (17-19) عاماً من طالبات الفرقة الأولى بكلية البنات. واشتملت أدوات الدراسة على مقياس الازدهار النفسي اعداد (Corey Keyes) ومقياس السعادة (سونجا يوبوميرسكى)، وقد كشفت الدراسة الى ان لا توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات مجموعة المزهدين ودرجات مجموعة الوهن في السعادة، وتوجد علاقة إيجابية دالة احصائياً بين السعادة الذاتية والسعادة العامة لدى طالبات كلية البنات (إبراهيم، 2015، ص2-1).

#### 2- دراسة الزويني (2018):

##### (الازدهار النفسي وعلاقته بالتنظيم الذاتي لدى تدريسي الجامعة)

هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة الازدهار النفسي ودرجة التنظيم الذاتي لدى تدريسي الجامعة والعلاقة بينهما. تكونت عينة الدراسة من (400) تدريسي وتدرسه، تم اختيارهم بالأسلوب العشوائي الطبقي ذات التوزيع المتناسب، وقام الباحث ببناء مقياس الازدهار النفسي واعتماداً على نظرية (Seligman, 2011) وأظهرت النتائج إلى أن تدريسي الجامعة يتمتعون بدرجة عالية من الازدهار

النفسى، ويمتلكون تنظيمًا ذاتيًا. ووجود علاقة ارتباطية طردية قوية بين الازدهار النفسى والتنظيم الذاتى لدى عينة البحث ولكلا الجنسين (ذكور - اناث) والتخصصين (علمى - إنسانى)، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة الارتباطية بين الازدهار النفسى والتنظيم الذاتى تبعاً للجنس (ذكور — اناث) و التخصص (علمى - إنسانى)(الزوينى،2018،ص18-19).

### الفصل الثالث: إجراءات البحث ومنهجيته:

يتضمن الفصل الحالى الإجراءات المنهجية التي اتبعتها الباحثة لتحديد مجتمع البحث واختيار عينته، وتحديد عن إعداد مقاييس البحث بعد التأكد من الخصائص السيكومترية لها، والمعالجة الإحصائية المستخدمة في تحليل البيانات وعلى النحو الآتى:

### أولاً: منهجية البحث Research methodology

تم الاعتماد على المنهج الوصفى في البحث الحالى لكونه أنسب المناهج وأكثرها ملائمة لدراسة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات والكشف عن الفروق فيما بينهما من اجل الوصف والتحليل للظاهرة المدروسة. اذ يعد المنهج الوصفى من أساليب البحث العلمى الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما هي في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنها تعبيراً كيفياً وكمياً، فالتعبير الكيفى يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها، أما التعبير الكمي فيعطينا وصفاً رقمياً ليوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها ودرجات ارتباطها مع الظواهر الأخرى (أحمد،2021،ص28).

### ثانياً: مجتمع البحث Research population

اذ يتحدد مجتمع البحث الحالى بأساتذة جامعة صلاح الدين ولكلا الجنسين (ذكور - اناث) والتخصص (علمى - إنسانى) في العام الدراسى (2021-2022) البالغ عددهم (2532) بواقع (1511) ذكور و(1021) اناث.

### ثالثاً: عينة البحث Research sampling

لتحقيق أهداف البحث فقد اختارت الباحثة عينة البحث (وهى نفس العينة لتحليل الاحصائي والتطبيق النهائى) بالطريقة (الطبقية العشوائية) ذات التوزيع المناسب اذ تم اختيار (253) من أساتذة الجامعة وتمثل ما نسبة حوالى (10%) من العدد الكلى لمجتمع البحث البالغ عددهم (2532).

تم اختيار عينة البحث على بناءً الخطوات الآتية:

- تم اختيار جامعة صلاح الدين.
- تم تقسيم عينة البحث على وفق الكليات ذات التخصصات العلمية والإنسانية في جامعة صلاح الدين، اختارت الباحثة تسعة كليات وهي(كلية الآداب، كلية الزراعة، كلية التربية، كلية اللغات، كلية إدارة والاقتصاد، كلية القانون، كلية العلوم السياسية، كلية الهندسة، كلية التربية شقلاوة).

- تم اختيار أساتذة الجامعة صلاح الدين من كلا الجنسين (ذكور - إناث)، ومن التخصص (علمي - إنساني)، بطريقة (الطبقية عشوائية).

#### رابعاً: أدوات البحث Research instruments

#### مقياس الازدهار النفسي Psychological flourishing scale

- وقع اختيار الباحثة على مقياس (عمار عبدالأمير الزويني، 2018)، الذي قام ببناء مقياس للازدهار النفسي، والذي يتكون من خمسة أبعاد (المشاعر الإيجابية، الاندماج النفسي، معنى الحياة، العلاقات الإيجابية، الإنجاز)
- اعتمد (الزويني، 2018) على تعريف النظري لـ "سليجمان" Martin Seligman, 2011 للازدهار النفسي.
- وكما اعتمد (الزويني، 2018) على نظرية "سليجمان" Martin Seligman 2011 إطاراً نظرياً.

جدول (3) ابعاد مقياس الازدهار النفسي وعدد فقرات كل بعد

ت	ابعاد المقياس	عدد الفقرات
1	المشاعر الإيجابية: هي مستوى الفرد العالي في الشعور بالارتياح والسرور والدفء والنشوة والبهجة والحب وما شابه ذلك من مشاعر وأنشطة إيجابية للتعبير عن الحياة المبهجة.	1-13
2	الاندماج النفسي: استغراق الفرد التام في المهام المحببة وانشغاله عن تفكيره وشعوره عند تدفق الحالة بحيث يفقد بها مسار الوقت ويعيش الوقت الحاضر والتركيز الكامل على المهمة.	14-22
3	معنى الحياة: أحساس الفرد بأهمية وقيمة الحياة، وشعوره بوجود أهداف ذات مغزى ومعنى لديه، يسعى بإيجابية نحو تحقيقها، والانتماء لشيء أو خدمة شيء يعتقد انه أعظم من ذاته كالإيمان لحزب أو عائلة أو غيرها.	23-34
4	العلاقات الإيجابية: هي الروابط القائمة بين الأشخاص التي تتسم بالحميمية والنمو والمرونة والتواصل وتبادل مشاعر الحب والفرح والتقدير والامتنان والفخر وهذه العلاقات توفر مشاعر إيجابية.	35-45
5	الإنجاز: شعور الفرد بالقدرة على وضع الأهداف وتحقيقها وإكمال المهام والمسؤوليات اليومية والتغلب على العقبات من أجل أداء المهام الصعبة بإتقان ونجاح وتفوق.	46-60
	المجموع	60

(الزويني، 2018، ص79-80)

#### الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي:

1- الصدق Validity

- الصدق الظاهري:

الصدق الظاهري يعتبر مؤشراً أساسياً وأدائياً علي صدق المقياس وهو تقييم سريع يشير إلى الدرجة التي يبدو أن المقياس صالح لما صمم من أجل قياسه ويعتمد خبرة المحكمين بدون تجريب(القصابي،2020،ص543).

وقد تحقق هذا النوع من الصدق للمقياس بعرضه على مجموعة من الخبراء المتخصصين في ميدان التربية وعلم النفس، وقد طُلب من كل خبير بيان رأيه في مدى صلاحية فقرات مقياس الازدهار النفسي، وكانت نسبة اتفاق الخبراء أعلى من 80% على صلاحية أغلب الفقرات بصورة عامة وهذه النسبة تعد معياراً مقبولاً عند الكثير من الباحثين الذي يتم في ضوئه قبول الفقرة أو تعديلها وكذلك تم حذف (11) فقرة وتعديل بعض الفقرات الأداة على وفق ملاحظات الخبراء وحذفت الفقرات رقم (6,9,15,19,22,31,40,42,46,54,57) وعليه تم الإبقاء على (49) فقرة لتكون جاهزة بصورة الأولوية لإجراءات الصدق والثبات.

## 2- ثبات المقياس Scale validity

يقصد بالثبات Reliability مدى الاتساق consistency، والتكرارية repeatability في الظاهرة ذاتها. والقياسات العالية الثبات تتضمن مقداراً أقل من خطأ القياس(أحمد،2017،ص60). ومن أجل التحقيق من ثبات مقياس الازدهار النفسي فقد استخدمت الباحثة:

### - طريقة إعادة الاختبار Test – retest

يستعمل أساساً لقياس الثبات الكلي، ويتمثل في تكرار الاختبار في فترتين زمنيتين مختلفتين تحت الظروف نفسها قدر الإمكان(دليو،2014،ص86). ومن أجل إيجاد ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار فقد تم تطبيق المقياس على عينة عشوائية مكونة من (30) أستاذ وأستاذة في جامعة صلاح الدين من كلية (الأداب) وكلية (الزراعة) وتم تطبيق المقياس بعد مضي أسبوعين من التطبيق الأول، وخضعت نتائج التطبيقين الأول والثاني للتحليل الإحصائي باستخدام معادلة (بيرسون)، وكانت قيمة معامل ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار (0.72) وهو معامل ثبات دال ويمكن الاعتماد عليه.

### جدول (4) ثبات المقياس

الاختباران	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	مستوى دلالة 0.05
الاختبار الأول	30	204.26	16.24	0.72	دالة
الاختبار الثاني	30	199.70	16.41		

وصف مقياس الازدهار النفسي بصورة نهائية Describe psychological flourishing scale in as final

يتكون مقياس الازدهار النفسي من (49) فقرة، توزعت الفقرات على خمس مجالات هي: ( المشاعر الإيجابية، الاندماج النفسي، معنى الحياة، العلاقات الإيجابية، الإنجاز). وقد وضع أمام كل فقرة خمسة

بدائل هي: ( تنطبق علي بدرجة عالية جدا ) و ( تنطبق علي بدرجة عالية ) و ( تنطبق علي بدرجة متوسطة ) و ( تنطبق علي بدرجة منخفضة ) و ( تنطبق علي بدرجة منخفضة جدا )، وجميع الفقرات المقياس كانت ايجابية، بهذه الطريقة يتم حساب الدرجة الكلية لكل مفحوص بالجمع الجبري لدرجات اجابته على جميع الفقرات.

### تصحيح مقياس الازدهار النفسي Correction of psychological flourishing scale

الاجابة على فقرات المقياس مؤلفة من خمسة بدائل: (تنطبق علي بدرجة عالية جدا ) و ( تنطبق علي بدرجة عالية ) و ( تنطبق علي بدرجة متوسطة ) و ( تنطبق علي بدرجة منخفضة ) و ( تنطبق علي بدرجة منخفضة جدا)، وقد غدت الدرجات الآتية على البدائل للفقرات التي تشير إلى الازدهار النفسي(1،2،3،4،5) وتعد الدرجات (1،2،3،4،5) للفقرات التي تشير إلى ما يتعارض الازدهار النفسي. لذا أعلى درجة محتملة للمستجيب هي (5) وأدنى درجة له هي (1) ومتوسط الفرضي للمقياس هو (147).

### التطبيق النهائي Final application

قامت الباحثة بتطبيقهما على عينة البحث في طريق الاستبيان وجوجل فورم (Google form)، والبالغ حجمها (253) أستاذ وأستاذة في جامعة صلاح الدين، في المدة الزمنية الواقعة بين (2022\4\12) - (2022\5\22) وبعد الانتهاء من التطبيق، استعملت الباحثة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS.

### الوسائل الإحصائية Statistical instruments

لغرض التحقق من أهداف البحث، استعملت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية بالاستعانة بالبرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية SPSS وكالاتي:

#### ➤ الاختبار التائية لعينة واحدة T-test one sample

استخدم لاختبار الفرق بين المتوسط الحسابي لدرجات العينة على مقاييس البحث والمتوسط الفرضي لها.

#### ➤ الاختبار التائية لعينتين مستقلتين T-test for two independent sample

استخدم لاستخراج القيمة التائية للمقارنة في متغيرات البحث على وفق متغيري الجنس والتخصص واللقب العلمي.

#### ➤ معامل الارتباط بيرسون Person correlation coefficient

استخدم لحساب ثبات استجابات أفراد العينة على المقياس، وعلاقته درجة متغيرات البحث، وطبيعة علاقة العلاقات بين متغيرات البحث.

### الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها:

يتناول هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل إليها في البحث الحالي على وفق الأهداف المبنية مسبقاً ومناقشتها ومن ثم تقديم التوصيات والمقترحات اللازمة، وكالاتي:  
الهدف الأول: قياس مستوى الازدهار النفسي لدى العينة الكلية للبحث.

على وفق النتائج بلغ متوسط درجات الازدهار النفسي لدى أساتذة الجامعة بشكل عام (201.92) درجة وبنحرف معياري قدره (21.72)، وظهر بأن المتوسط الحسابي أكبر من الوسط الفرضي على مقياس الخماسي (1-5) درجة ومقياس الازدهار النفسي البالغ ما بين (49) درجة كحد أدنى و(147) درجة كوسط حيادي (نظري) و(245) درجة كحد أعلى. وعند مقارنة المتوسط الحسابي لعينة البحث ككل والبالغ (201.92) درجة مع المتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (147) درجة وباستخدام اختبار (-T test) ومقارنة قيمة التائية المحسوبة (40.21) مع القيمة التائية الجدولية (1.96)، تبين أن امتلاك أفراد العينة مستوى عالي من الازدهار النفسي كما موضح في جدول (5).

جدول (5) الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابي والفرضي لمقياس الازدهار النفسي للعينة الكلية

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	المتوسط الفرضي	t المحسوبة	t الجدولية	مستوى الدلالة	النتيجة
الازدهار النفسي	253	201.92	21.72	252	147	40.21	1.96	0.05	دالة

القيمة التائية الجدولية، للاختبار ذي التائيين، ولدرجة حرية (252) ومستوى دلالة (0.05) = 1.96  
المتوسط الفرضي للمقياس = متوسط أوزان البدائل × عدد فقرات المقياس

مما يشير ذلك إلى أن مستوى الازدهار النفسي مرتفع وبشكل دال لدى عينة البحث، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء نظرية (Seligman, 2011) أكد "سليجمان" أن الازدهار النفسي هي نتيجة تفاعل الخمسة مكونات التي أختصرها في كلمة (PERMA) (المشاعر الإيجابية، الاندماج النفسي، العلاقات الإيجابية، معنى الحياة، الإنجاز).

حيث أشارت نتيجة الهدف الأول إلى ارتفاع مستوى الازدهار النفسي بمعنى أن عينة البحث تمتلك احساس إيجابي وتمتع بالعلاقات الإيجابية والاندماج النفسي الإيجابي ولديها القدرة على الإنجاز وإيجاد معنى للحياة، رغم المعاناة التي واجهها أساتذة الجامعة مع المجتمع، تعتقد الباحثة أن هذه النتيجة ربما تعود إلى الإحساس بالأمل والتفائل والإصرار على تحقيق الهدف والرغبة في مواجهة السلبيات التي تمر بها عينة البحث لتصبح قوى داعمة لهم لتحقيق كل ما هو إيجابي ومفيد وترى الباحثة بأن التنشئة الاجتماعية لها دور في التعزيز الثقة بالنفس التي تساعده على تحقيق أهدافه الشخصية والاجتماعية بالصبر والمثابرة فضلاً عن ذلك الرغبة في مساعدة الآخرين واسعادهم وانعكاس ذلك على شعور الفرد بكيانه باعتباره شخصاً مفيداً اجتماعياً.

وتتفق نتيجة هذا الهدف مع كل دراسة (الزويني، 2018) و(العبيدي، 2019)، حيث طبقتها (الزويني) على أساتذة الجامعة ووجد أن مستوى الازدهار النفسي مرتفع لديهم، أما (العبيدي) فطبقتها على طلبة الجامعة وقد وجد ارتفاع مستوى الازدهار النفسي. الهدف الثاني: قياس الفروق في الازدهار النفسي حسب المتغير الجنس (ذكور - الاناث) والاختصاص (علمي –إنساني).

#### أ- الفروق حسب الجنس (ذكور – إناث)

ومن أجل التعرف على الفرق في مستوى الازدهار النفسي لدى عينة البحث بحسب متغير الجنس، فقد استخدم التحليل الإحصائي (T-test) على وفق مقارنة المتوسط الحسابي للازدهار النفسي لدى الذكور البالغ (201.33) وبانحراف المعياري قدره (21.33) مع المتوسطات الحسابية للازدهار النفسي لدى الإناث البالغ (202.62) وبانحراف المعياري قدره (22.36) وبلغت القيمة التائية المحسوبة (-0.47) وهي أقل من القيمة التائية الجدولية (1.96) تبين انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أستاذ وأستاذة الجامعي في مستوى الازدهار النفسي كما هو مبين في الجدول رقم (6).

جدول (6) نتائج الاختبار التائية لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في مستوى الازدهار النفسي تبعاً لمتغيري الجنس (ذكور – إناث)

النتيجة	مستوى الدلالة	t الجدولية	الدرجة الحرة	t المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	المتغير	الازدهار النفسي
غير دالة	0.05	1.96	251	- 0.47	21.23	201.33	138	ذكور	
					22.36	202.62	115	إناث	

القيمة التائية الجدولية، للاختبار ذي النهايتين، ولدرجة حرة (251) ومستوى دلالة (0.05)=1.96

ترى الباحثة أن عدم وجود فروق بين الذكور والاناث في الازدهار النفسي، يرجع الى كون أفراد عينة البحث يتمتعون بدرجة عالية من الازدهار النفسي، ويمكن تفسير ذلك في أن الازدهار النفسي ليس له خصوصية تتعلق بجنس الأستاذ الجامعي ومكان عمله، فظروف العمل اليوم صارت تقريباً متساوية، فعندما تكون متاحة ومتساوية فيشعرون بالازدهار النفسي بدرجات متقاربة.

كما تتفق هذه النتيجة مع النتائج دراسة(عرفي، 2021) التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الازدهار النفسي وكل من التسامح والحكمة لدى طلاب كلية التربية في جامعة سوهاج، التي أكدت إلى لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الازدهار النفسي، وكما تتفق جزئياً مع نتائج دراسة (رزق، 2020) التي أكدت وجود فروق في الازدهار النفسي تبعاً لاختلاف النوع (ذكور – إناث) في بعض الأبعاد والبعض الآخر لا.

أ- الفروق حسب الاختصاص (علمي - إنساني)  
 فيما يتعلق بتغير الازدهار النفسي حسب التخصصات (العلمي والإنساني) فقد تبين أن متوسط درجات الازدهار النفسي للتخصص العلمي (204.12) وبانحراف المعياري قدره (19.83) مع المتوسطات الحسابية للازدهار النفسي لدى التخصص الإنساني البالغ (200.48) وبانحراف المعياري قدره (22.82) وبلغت القيمة التائية المحسوبة (1.30) وهي أقل من القيمة التائية الجدولية (1.96) تبين انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الازدهار النفسي حسب التخصص كما هو مبين في الجدول رقم (7).

جدول (7) نتائج الاختبار التائية لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في مستوى الازدهار النفسي تبعاً لمتغيري التخصص (علمي - إنساني)

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	t المحسوبة	الدرجة الحرة	t الجدولية	مستوى الدلالة	النتيجة
الازدهار النفسي	علمي	204.12	19.83	1.30	251	1.96	0.05	غير دالة
	إنساني	200.48	22.82					
القيمة التائية الجدولية، للاختبار ذي النهايتين، ولدرجة حرية (251) ومستوى دلالة (0.05)=1.96								

يمكن تفسير ذلك الى أن أساتذة الجامعة لديهم أهداف متشابهة من حيث توقعاتهم المستقبلية والجانب العلمي المعرفي واهدافهم والمستوى العلمي الذي يحاولون الوصول له لانهم يعملون في مكان ومستوى واحد يتطلب مستويات علمية ومعرفية عالية أيضا فهم بحاجة للوصول الى مستوى مرتفع من الازهار لمواكبة حياتهم العلمية والاجتماعية التي تساعدهم اكثر على الشعور بالراحة والرفاهية.  
 الهدف الثالث: قياس العلاقة الارتباطية بين كل من الازدهار النفسي وباللقب العلمي (أستاذ، أستاذ مساعد، مدرس، مدرس مساعد)\*.

لتحقيق هذا الهدف استخدم معامل ارتباط بيرسون (person correlation) لإيجاد مصفوفة علاقات الارتباط بين متغيرات البحث (الازدهار النفسي واللقب العلمي) وأظهرت النتائج هناك علاقة طردية بين الازدهار النفسي واللقب العلمي بقيمة (0.128)، ولغرض التأكد من دلالة الارتباط قامت الباحثة باستخدام الاختبار التائية (t-test) لدلالة الارتباط وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة لدلالة الارتباط (2.04) وهي أصغر من القيمة الجدولية البالغة (1.96) مما يعني أن هنالك علاقة حقيقة وقوية ذات

\* - تم اعتبار اللقب العلمي متغيراً مستمراً يتألف من أربع درجات: الأستاذ (4)، والأستاذ مساعد (3)، والمدرس (2) والمدرس مساعد (1).

دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (251) بين الازدهار النفسي واللقب العلمي وجدول (8) يوضح ذلك.

جدول (8) معاملات الارتباط بيرسون بين الازدهار النفسي من جهة واللقب العلمي (أستاذ، أستاذ مساعد، مدرس، مدرس مساعد) من جهة أخرى

النتيجة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	t الجدولية	t المحسوبة	معامل بيرسون	علاقة الازدهار النفسي باللقب العلمي
دالة	0.05	251	1.96	2.04	*0.128	
تدل علامة (*) على أن معامل الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)						

أظهرت نتائج الهدف الثالث بوجود علاقة ارتباطية بين اللقب العلمي ومتغير الازدهار النفسي بمعنى أن المستوى التحصيلي والعلمي يساعد الفرد علي تحديد اختباره في الوصول إلى أهدافه ويتمكن من المحافظة على ذاته والاعتناء بها وخلق الظروف الإيجابية التي تساعد على زيادة مستوى الأمل والسعادة والراحة لديه لأن معرفته بذاته وقدراته تكون أكثر وأعمق مما يساعده ذلك على تقدير ذاته وشعوره بالراحة والازدهار مع مختلف الظروف البيئية التي تواجههم السلبية والإيجابية، لان الثقة بالنفس تمكن الفرد من الخوض ومواجهة الظروف وخلق الازدهار والرفاهية لذاته.

### الاستنتاجات Conclusions:

- من خلال عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها استنتجت الباحثة ما يأتي :
- 1- تتمتع عينة البحث (أساتذة الجامعة) بمستوى عالي من الازدهار النفسي.
  - 2- ارتفاع مستوى الازدهار النفسي لدى الجنسين (ذكور — إناث)، وذوى التخصص (العلمي - الإنساني) عدم وجود فروق بحسب المتغير (الجنس والتخصص).
  - 3- ارتباط الازدهار النفسي باللقب العلمي بعلاقة طردية دالة.

### التوصيات Recommendations

- في ضوء النتائج البحث الحالي توصي الباحثة بما يأتي:
- على وزارة التعليم العالي والبحث العلمي الاهتمام بالبرامج الإرشادية والتجريبية واللقاءات الدولية التي تساعد أساتذة الجامعة على رفع مستوى الازدهار النفسي لديهم.

- الاهتمام بالجانب الترفيهي والاجتماعي من خلال التركيز على البرامج التي تقوى العلاقات الاجتماعية والتي تزيد التعامل بين أساتذة الجامعة مثل: (السفرات الترفيهية، عمل بالكروبات).
- فتح دورات تأهيلية وتدريبية بحسب التخصص لتقوية القدرات والإمكانيات لدى أساتذة الجامعة فضلاً عن فتح مراكز لدعم الهوايات وميول الأساتذة.

### المقترحات Proposals

على وفق النتائج التي توصلت اليها الباحثة اليها في البحث الحالي، تقترح على الباحثين إجراء الدراسات الآتية:

- إجراء دراسة للتعرف عن العلاقة بين الازهار النفسي ومتغيرات نفسية واجتماعية أخرى مثل (فاعلية الذات، الشخصية الناضجة، أساليب المعاملة الودية، الشفقة بالذات، الدافع المعرفي، التوافق الاجتماعي، إشباع الحاجات النفسية، أحلام اليقظة).
- إجراء دراسات مماثلة لشرائح أخرى من المجتمع مثل (طلبة الجامعة، موظفين، مدرسين، معلمين، عسكريين، طلبة الدراسات العليا).
- إجراء دراسات مماثلة للبحث الحالي تأخذ متغيرات ديموغرافية أخرى مثل ( الحالة الاجتماعية، المستوى الاقتصادي، المهنة).

### المصادر:

- إبراهيم، أماني مصطفى(2015). العلاقة بين الازدهار النفسي والسعادة. دراسة ميدانية، جامعة عين الشمس، قسم علم النفس، المجلد، العدد 16.
- أحمد، زكريا عبد & علي لميس إبراهيم(2021). الازدهار النفسي وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى معلمي ومعلمات مدارس تكريت. كلية التربية البنات، جامعة تكريت، قسم العلوم التربوية والنفسية، مركز البحوث النفسية.
- رضوان، بواب (2015). الأداء الوظيفي والاجتماعي للأستاذ الجامعي في نظام المدي(LMD). جامعة محمد الصديق بن يحيي جيجل، المجلد22.
- أحمد، نزار زرار(2017). الاغتراب السياسي وعلاقته بالحرمان النسبي لدى الشباب في مدينة أربيل. رسالة ماجستير، جامعة صلاح الدين، كلية الآداب، قسم علم النفس، 2017.
- أحمد، هه لات عبدالواحد(2021). الشخصية الاستقلالية وعلاقتها بإخفاء المشاعر لدى الشباب الجامعي. رسالة ماجستير، جامعة صلاح الدين، كلية الآداب، قسم علم النفس.
- الأسود، الزهرة & جعفر، ربيعة(2011). الأستاذ الجامعي المكون: خصائصه وكفاياته، دراسة ميدانية من وجهة نظر المتكئين بالمدرسة العليا للأساتذة. المركز الجامعي.
- ديزن، بول واخرون(2018). مارتن سليجمان: حياته ومفاهيمه واعماله النظرية (السعادة، أساليب الحياة، المعنى والتدفق، الايثارية). ترجمة: على عبدالرحيم صالح، شبكة العلوم النفسية العربية.
- رزق، زينب شعبان(2019). بنية الازدهار النفسي لدى الطالب المعلم في ضوء المستوى الاقتصادي المدرك والنوع. دراسة ميدانية، جامعة عين شمس، كلية التربية.

- زكى، هناء محمد & حرب، سامح حسن سعدالدين(2021). فاعلية برنامج قائم على الرأفة بالذات في الضغوط الأكاديمية والازدهار النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة المتفوقين عقلياً. كلية التربية، جامعة سوهاج، المجلة التربوية، المجلد، 90، العدد90.
- الزويني، عمار عبدالأمير(2018). الازدهار النفسي وعلاقته بالتنظيم الذاتي لدى تدريسي الجامعة. رسالة ماجستير، جامعة كربلاء، كلية التربية للعلوم الإنسانية.
- سكيك، سامية إسماعيل، دور الأستاذ الجامعي في تعزيز القيم الأخلاقية لدى الطلبة في الجامعات الفلسطينية. دراسة ميدانية، الجامعة الإسلامية.
- العبيدي، صباح مرشود منوخ، الذكاء الانفعالي وعلاقته بالرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة. مجلة التكريت للعلوم الإنسانية، المجلد 27، العدد10.
- عدوى، طه ربيع & الشريبي، عاطف مسعد(2021). الازدهار النفسي وتقدير الذات كمؤشرين للتنبؤ بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب جامعة قطر. مجلة الدراسات التربوية والنفسية، جامعة السلطان قابوس، قطر، مجلد15، عدد3.
- عرفي، كريم محمد(2021). نمذجة العلاقات السببية بين الازدهار النفسي وكل من التسامح والحكمة لدى طلاب كلية التربية. جامعة سوهاج، كلية التربية.
- القصابي، خليفة بن أحمد حميد(2020). تحليل الفقرات المقاييس النفسية: الصدق الظاهري، صدق الفقرات، الصدق العاملي. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، جامعة نزوى، سلطنة عمان.
- مرجين، حسين سالم(2014). الأستاذ الجامعي ومعايير الجودة والاعتماد الليبية بين عراقيل الواقع الراهن وأفاق المستقبل جامعة طرابلس النموذجاً. دراسة ميدانية، جامعة طرابلس، كلية الآداب، قسم علم الاجتماع.
- Diner, Ed et al (2009). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. Social indicators research.
- Forgeard, Marie J.C. et al., (2011). Doing the right thing: measuring wellbeing for public polic. International journal of wellbeing.
- Huppert, Felicia (2009). Anew approach to reducing disorder and improving well-being. University of Cambridge, well-being institute, Perspectives on psychological science.
- Kainulainen, Sakari (2018). Flourishing within working – aged Finnish population. Diaconia University, Helsinki, Finland, Springer nature and the international society for quality of life studies.
- Khaw, Daniel & Kern, Margaret (2015). Across cultural comparison of the PERMA model of well-being. Journal of psychological Berkeley.
- Lambert, Louise & Zaidi, naushen (2016). Using the PERMA model in the united Arab emirates, Social indicators research.
- Scorsolini, Comin Fabio et al (2012). From Authentic Happiness to well-being: The flourishing of positive psychology.
- Seligman, Martin (2011). Flourish: a visionary new understanding of happiness and well-being.

## دروهوشانهوى دهرونى لای مامؤستایانى زانکؤ

### پوخته:

چه مکی درهوشانهوى دهرونى یه کیکه له گرنگترین گؤراوه سه رده میه کان له دهروونزانی ئه ریئیدا. که بریتیه له ههستی ئه ریئی تاک، یه کگرتنی دهرونى، په ویوه ندی ئه ریئیه کان، مانای ژبان، ئه دای دهرونى و کؤمه لایه تی که له نیشانه باوه کانی ته ندروستی دهروونین و تاک دوورده خه نه وه له شله ژانه دهروونیه کان و توانایه کی به هیزی ههیه بؤ رووبه رووبونه وهی شکسته کان و فشاره دهروونیه کان و کیشه کؤمه لایه تیه کان، ههروه ها توانای تیگه یشتنی تاک له خودی خؤی متمانه کردن به تواناکانی ئه ویش به پیی ئه و ئامانجانیه کی هه ولی بؤ ده دات.

به مه بهستی گه یشتن به ئامانجه کانی توئیژینه وه توئیژر رپیازی وه سفی په پیره و کردوه چونکه گونجاوترین شیوازه بؤ لیکؤلینه وه له په یوه ندی نیوان گؤراوه کان، ههروه ها درخستنی جیاوازیه کانی نیوانیان به مه بهستی شیکردنه وهی ئه و دیارده یه کی لیکؤلینه وهی له سه رکراوه. کؤمه لگای ئاماری توئیژینه وه که پیکدیته له مامؤستایانى زانکؤی صلاح الدین بؤ هه ردووک فاکه لئی (زانستی - ویژه یی) که ژماره یان (۲۵۳۲) مامؤستایه، بؤ سالی خویندنی (۲۰۲۱-۲۰۲۲)، نمونه ی توئیژینه وه که بریتیه له (۲۵۳) مامؤستای زانکؤ که به شیوه ی (هه ره مه کی چین چین) هه لئیردراون و دابه شکارون به سه ر (۹) کؤلیژدا که بریتین له کؤلیژه کانی (ئاداب، ئه نداداری، زمان، کشتو کال، یاسا، زانسته سیاسیه کان، پهروه رده، پهروه رده ی شه قلاوه، بهرپوه بردن و ئابوری). بؤ کؤکردنه وهی زانیاری له سه ر نمونه ی توئیژینه وه که توئیژر پشتنی به ستوه به م پیوه ره ی خواره وه:

- گرتنه به ری پیوه ری (عمار عبدالامیر الزوینی، ۲۰۱۸) بؤ گؤراوی درهوشانه وهی دهرونى.

ئهنجامه کانی توئیژینه وه بریتیبون له:

1- نمونه ی توئیژینه وه (مامؤستایانى زانکؤ) ئاستیکی به رزیان ههیه له درهوشانه وهی دهرونى.

2- به رزی ئاستی درهوشانه وهی دهرونى بؤ هه ردوو ره گه ز (نیر - می) و هه ردوو پسپوری.

(زانستی - ویژه یی)، ههروه ها هیچ جیاوازیبه ک نیه به پیی ره گه ز و پسپوری.

- 3- په یوه ندى دره وشانه وهى د هروونى به ناو نيشانى زانستى په یوه نديیه كى ئه رېنى و به لگه داره.
- به پېی ئه نجامه كانى توپژینه وه كه توپژهر كوومه لیک راسپارده و پيشنیاى خستوته روو.

## Psychological Flourishing Among University Teachers

### Laylan Azad Abdulaziz

Department of Psychology, College of Arts, Salahaddin University, Erbil, Kurdistan Region, Iraq

[laylan.abdulaziz@su.edu.krd](mailto:laylan.abdulaziz@su.edu.krd)

### Prof. Dr. Maha Hassan Bakir

Department of Psychology, College of Arts, Salahaddin University, Erbil, Kurdistan Region, Iraq

[maha.bakir@su.edu.krd](mailto:maha.bakir@su.edu.krd)

**Keywords:** *Psychological Flourishing, University Teachers, Positive Emotion, Engagement, Relationship*

### Abstract:

The concept of psychological flourishing is one of the most important modern variables in positive psychology. These include positive feelings, mental integration, positive relationships, meaning of life, mental and social performance are among the signs of high mental health, as it keeps the individual away from mental disorders and has a high ability to survive with failures, psychological pressures and social problems. And he has the ability to understand himself, confidence in his abilities and the possibility of developing these capabilities according to the goals he is trying to achieve.

For the purpose of achieving the objectives of the research, the researcher followed the descriptive approach because it is the most appropriate method

between them in order to describe and analyze the phenomenon studied. The research statistical population consists of university teachers represented by the (scientific – humanistic) which number (2532) for academic year (2021 – 2022). A sample of the research consists from (253) university teachers which are divided into nine colleges (arts, engineering, language, agriculture, law, politics, education, shaqlawa education, management and economics). The researcher relied on collecting data from the research sample on the following:

- Adopting a scale (Ammar abdelamir al zawini, 2018) for psychological flourishing.

The results were as follows:

- 1- The research sample (university teachers) enjoys a high level of psychological flourishing.
- 2- The high level of psychological flourishing for both sexes (male – female), and those with (scientific – humanistic) faculties, no difference according to the variable gender and faculties.
- 3- The correlation of psychological flourishing with the scientific title in a positive and direct relationship.
  - According to the results, the researcher reached a set of recommendations and suggestions.