



ISSN: 1994-4217 (Print) 2518-5586(online)

Journal of College of Education

Available online at: <https://eduj.uowasit.edu.iq>

Resea. Zahoor  
Muhammad Hamid .

Dr. Asmaa Shaker  
Hamoudi

Waist University  
College of Education for  
Human Sciences

Email:  
[zuhoorhmeed@gmail.com](mailto:zuhoorhmeed@gmail.com)

**Keywords:**

psychological harmony



#### Article info

##### Article history:

Received 22.JUN.2023

Accepted 26.JUL.2023

Published 28.FEB.2024



### Psychological harmony among university students

#### A B S T R A C T

The current research aims to identify:

1. The degree of psychological harmony among teachers of university students.
2. The significance of the differences according to the variable of gender and specialization.

In order to achieve the objectives of the research, the two researchers adopted the (Salman, 2019) scale, consisting of (36) items. The current research community was determined by the students of the University of Wasit for morning studies for the academic year (2022-2023), whose number is (14394), by (8748) students from scientific disciplines and (5646) male and female students from the humanities, and the current research sample included (400) male and female students from the University of Wasit, by (200) male students and (200) female students for scientific and human specialization, and the researchers used the statistical bag for social sciences (spss) in Analyzing the scale statistically, and the results showed that (university students do not enjoy psychological harmony, and there is a statistically significant difference according to the gender variable in favor of males, and specialization in favor of science). In light of the results, the two researchers put forward proposals and recommendations related to the results.

© 2022 EDUJ, College of Education for Human Science, Wasit University

DOI: <https://doi.org/10.31185/eduj.Vol54.Iss2.3593>

## الانسجام النفسي لدى طلبة الجامعة

الباحثة: زهور محمد حميد أ.م.د. أسماء شاكر حمودي

كلية التربية للعلوم الانسانية / جامعة واسط

## مستخلص البحث :

يستهدف البحث الحالي الى التعرف على :

١. درجة الانسجام النفسي لدى مدرسي طلبة الجامعة .

٢. دلالة الفروق تبعاً لمتغير الجنس والتخصص .

ولتحقيق اهداف البحث قام الباحثان بتبني مقياس (سلمان، ٢٠١٩) والمكون من (٣٦) فقرة وقد تحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة واسط للدراسات الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢٣) وبالبالغ عددهم (١٤٣٩٤) بواقع (٨٧٤٨) طالباً وطالبة من التخصصات العلمية و (٥٦٤٦) طالباً وطالبة من التخصصات الانسانية، وقد اشتملت عينة البحث الحالي على (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة واسط ، بواقع (٢٠٠) طالباً و(٢٠٠) طالبة للتخصص العلمي والإنساني، وقد استعمل الباحثان الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) في تحليل المقياس احصائياً وقد اظهرت النتائج ان ( طلبة الجامعة لا يتمتعون بالانسجام النفسي، ووجود فرق دال احصائياً تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الذكور، والتخصص لصالح العلمي)، وفي ضوء النتائج وضع الباحثان مقترحات وتوصيات تتعلق بالنتائج.

الكلمات المفتاحية: الانسجام النفسي

## الفصل الاول: التعريف بالبحث:

## أولاً: مشكلة البحث:

يعد الانسجام النفسي أول مهمة تواجه الشخص في حياته وتكون طريقة تعامله مع كل مشكلات حياته اليومية، وتحدد أساليب الحياة التي يتبناها الفرد إذ تجعل منه أن يكون قادراً على التعاون مع الآخرين ويعمل بما تقتضيه حاجاتهم واهداف المصلحة العامة (شلنز، ١٩٨٣: ٢٨) وبعد الانخفاض بمستوى الانسجام النفسي مشكلة نفسية لدى الأشخاص عموماً والطلبة على وجه الخصوص، إذ يؤدي بهم إلى ضعف الاستمتاع بالحياة وعدم ادائهم لمهامهم الحياتية والدراسية بصورة ضعيفة وتقتل صحتهم النسبية وهذا يؤثر في عدم ادراك دورهم في الحياة ، ما يضعف لديهم المعنى الشخصي ونقل الاحاسيس والمشاعر الايجابية لديهم، ويجعل الشخص يشعر بتعب الحياة وضيق العيش وفقدان اهدافه Diener et (37 - 33: 1998, al). كما يؤدي انخفاض مستوى الانسجام النفسي في انخفاض مستوى الاداء الإبداعي والانجاز لدى الطلبة وإلى عدم تكيفهم في جوانب الحياة المتعددة الدراسية والعائلية والاجتماعية وكذلك تأثيره على الصحة العامة وعدم القدرة على مواجهة تحديات الحياة الصعبة وادارة شؤون حياتهم العامة وعدم القدرة على اتخاذ القرارات المهمة وتحمل المسؤولية وضبط الذات وعدم التوافق مع الضغوط النفسية (Seligman 2011:31)، ويعتقد أن الطلبة الذين يتمتعون بمستويات منخفضة من الانسجام النفسي الممتلئ ، يكونوا اقل فاعلية في اكتاب رؤى جديدة حول الذات وأقل قدرة على تحديد مصيرهم وأهدافهم في الحياة وفقدانهم القدرة على مواجهة الضغوط وقلة استثمار الفرص المتاحة لديهم ويفقدون القدرة على تكوين علاقات مع الآخرين وذلك يؤدي الى ضعف الانسجام و توازن معنى الحياة لديهم (مقادي ٢٠١٥ : ٢٦٩-٢٨٤). وأشارت دراسة كو مجاكرافن (٢٠١٥) Komjakraphan أن ضعف الانسجام والتوازن النفسي يؤديان إلى زيادة

الشعور بالضغط والحمل الزائد للحياة. فالمسألة مهمة وضرورية في الوقت نفسه ألا وذلك أن الانسجام والتوازن النفسي يسعيان إلى بناء الكيان الإنساني والمحافظة على أركانه ودعمها بالتوازن والمرونة والتأسيس على منظومته بالقيم والأحكام والمعتقدات المعرفية والأفعال السلوكية والانفعالات الوجدانية. فالناس كثيراً ما يهتمون وينشغلون بالعيش بانسجام وتوازن نفسي ما بين ما يعتقدونه وبين ما يكونون عليه وهذا ما يجعلهم يحددون أساليب حياتهم الخاصة مدفوعين للمحافظة عليها لكي لا ينجرفوا نحو التناقض وضعف الاستقرار النفسي (6: Komjakraphan.2015).

#### ثانياً: أهمية البحث:

يعد الانسجام النفسي من أكثر المفاهيم أهمية في علم النفس الإيجابي والاكثر شمولاً وعمومية من الرفاهية النفسية لأهميته في نمو الشخصية الطالب وتطوير وتقدير ذاته وزيادة معدلات العلاقات الاجتماعية المتمثلة بالأصدقاء والأسر. كما ويؤثر في ارتفاع مستوى كلمة المطالب بنفسه وتوسيع قدرته على الابتكار والتميز في انجاز مهام حياته وزيادة فاعليته في مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية (76: Hone, 2013). فالانسجام النفسي هو أكثر رقياً وعمومية وشمولاً من السعادة والرفاهية لأنه لا يختصر على المكونات الذاتية للفرد كالذكاء والحيوية والتعاون والاندماج النفسي ومفهوم الذات ولما يتضمن جوانب موضوعية واجتماعية اخرى كالعلاقات الاجتماعية الإيجابية والمساهمة الاجتماعية والشعور بالرضا عن الحياة (7: Hone at al, 2013). ويشمل الانسجام مستويات مختلفة هي ذات الفرد ، بين الأفراد (العلاقات)، وبين البشر والعالم أو حتى الكون، ففي العلاقات يمكن تحقيق الانسجام بين الأفراد على مختلف المستويات الأسرة والمجتمع، والأمة، والعالم وكذلك وداخل الجماعات العرقية المختلفة ، يكون أيضاً في داخل الجماعة الواحدة نفسها. ويشير الانسجام بين البشر والعالم إلى وجود علاقة خاصة تشمل انسجام المجتمعات البشرية والعالم الطبيعي مع هدف نهائي يتمثل في الوصول إلى انسجام كبير في جميع أنحاء الكون. ويمكن أن يوجد البشر بشكل منسجم مع البيئة بناء على تنمية مستدامة ومرابطة يمضي صيف للانسجام وصولاً إلى الرفاهية والسعادة (295: Fabio & Tada, 2018). وبناء على ما تقدم يمكن بيان أهمية البحث الحالي بإيجاز في جانبها النظري والتطبيقي :

#### الأهمية النظرية :

١. تهتم الدراسة الحالية بفئة طلبة الجامعة وهي من الفئات المهمة بالمجتمع لما لها من دور كبير في بناء مستقبل المجتمع بالاعتماد على اعدادهم الشخصي المتكامل
٢. وخصوصاً في هذه المرحلة الجامعية
٣. يركز هذا البحث على أهمية الحاجة الى الانسجام النفسي لدى طلبة الجامعة لما لها من دور كبير في رقي الطلبة وتساميهم وتنمية الجانب الروحي لديهم و مدى انعكاسه على الجانب الدراسي لديهم.

#### الأهمية التطبيقية:

- وتبرز الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة في إمكانية الإفادة من نتائجها في المجالات التربوية وكما يأتي:
١. يعد البحث الحالي إضافة جديدة لأنه البحث الأول من ناحية الربط بين متغيرات البحث، والأول أيضاً من حيث دراسة هذه المتغيرات على العينة المختارة على حد علم الباحثة.
  ٢. يمكن الإفادة من نتائج البحث الحالي في مجال الصحة النفسية والإرشاد النفسي عن طريق التركيز على أهمية الحاجة الى التجاوز لما لها اثر كبير في نفوس الطلبة وشعورهم بالسعادة.

**ثالثاً: اهداف البحث:** يهدف البحث الحالي التعرف على:

١. درجة الانسجام النفسي لدى طلبة الجامعة.
  ٢. الفرق ذات الدلالة الاحصائية تبعاً لمتغيري الجنس ( ذكور ، اناث) التخصص (علمي ، انساني).
- رابعاً: حدود البحث:** يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة واسط ومن كلا الجنسين ( ذكور ، اناث) ولكلا التخصصين (علمي، إنساني) وللعام الدراسي ( ٢٠٢٢ - ٢٠٢٣ ) .

**خامساً: تعريف المصطلحات: عرفه كل من**

١. لي (Li, 2008) : "هو التوازن والتناسق لمختلف الجوانب مع الذات والمحيط، إذ تزدهر فيها الأشياء من خلال الدعم والاعتماد المتبادلين" (Li, 2008: 427).
٢. تشن (Chen, 2009) : "أنه التوازن والتناسق بين المشاعر، والعلاقات ، والآراء ، وهذا يدل على حالة التوازن بين القوى المؤثرة والمتعارضة مع بعضها البعض . (Chen,2009.p464).
٣. كجيل (٢٠١١) Kjell : "هو عملية ديناميكية مستمرة غير مؤقتة ومواءمة بين مختلف جوانب ومكونات الشخصية مما يؤدي بالفرد إلى الشعور بالتحكم النفسي والتميز والرفاهية . كما ينطوي على السلام الداخلي والشعور بالانتماء إلى الذات" ( Kjell, 2011: 260).
٤. عودة ( ٢٠٢٠ ) : "هو الأداء الأمثل الذي ينتج عن امتلاك الفرد لمستويات عالية من المشاعر الإيجابية والاندماج والشعور بالرضا عن الحياة والعلاقات الإيجابية والإنجاز" ( عودة، ٢٠٢٠ : ٣٩).

**التعريف النظري:** اعتمد الباحثان تعريف عودة ( ٢٠٢٠ ) للانسجام النفسي تعريفاً نظرياً.

**التعريف الإجرائي:** هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجابته على فقرات مقياس الانسجام النفسي.

**الفصل الثاني: إطار نظري:**

**مفهوم الانسجام النفسي:**

ظهر مفهوم الانسجام النفسي لأول مرة في الفكر الفلسفي في اخلاقيات الفضيحة لأرسطو، فكانت فكرة الانسجام كظاهرة اجتماعية واضحة ايضاً في الفلسفة الماركسية والتي كانت تدعو الى اعادة تنظيم المجتمع (Gokcen, Hefferon & trees, 2012: 12). اثار هذا المفهوم اهتمام المنظمات الصحية والنفسية حتى اتفقت كل من منظمة الصحة العالمية والمعهد الاسترالي للصحة والرعاية ووكالة الصحة الكندية في تحديد الصحة العقلية المكتملة والتي ينظر اليها بأنها حالة من الانسجام النفسي، يتم عن طريقها فهم الفرد لقدراته الشخصية وتكون لديه القدرة على العمل بصورة منتجة ومستمرة وايضا تكون لديه القدرة بالمساهمة في بناء مجتمعه ويتمكن من التأقلم مع الضغوط وتحديات الحياة الاعتيادية، اذ كانت المكونات او المقومات الرئيسة لهذا المفهوم، هي: ( الأداء الفعال من أجل المجتمع ، الأداء المؤثر والفعال للفرد). وقد اضافت وكالة الصحة الكندية أن الصحة العقلية المكتملة مطلوبة لأداء المهام والنشاطات اليومية مثل : (التعلم ، الحاجات النفسية، مساهمة الفرد في المجتمع النشاط البدني الذي يؤديه الفرد ، العمل المنتج ) ( pearson hon, 2012: 671).

واقترح كيس (Keyes 2014,181) بنية ثلاثية الأبعاد الانسجام النفسي على اعتبار أنه اكتمال للصحة النفسية للفرد والوصول للأداء الأمثل للسلوك الإنساني وهذه الأبعاد هي:

- أ. الرفاهية الوجدانية: وهي المشاعر الإيجابية تجاه الذات كالمرح والسعادة ، الهدوء والسلام النفسي تجاه الحياة ومجالاتها بشكل عام.
- ب. الرفاهية الشخصية: وهي قبول الذات ، والنمو الشخصي ليصبح شخصا أفضل والهدف في الحياة ، والتمكن البيني لإدارة مسؤوليات الحياة ، والاستقلالية في التعبير عن الأفكار والآراء والقيم الخاصة ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين دافئة وموثوقة.
- ت. الرفاهية الاجتماعية: وهي القبول الاجتماعي تجاه الآخرين، والنمو الاجتماعي سمات الافراد المنسجمين نفسياً:

١. استقرار شعوره بالهوية، وان يكون لديه قدرة كبيرة لاختبار الواقع،
٢. قدره على الإفادة من آليات الدفاع الناضجة،
٣. وتحمل المسؤولية عن افعاله،
٤. كما يتمتع بالكفاءة الذاتية
٥. يتمتع بصورة سليمة للجسم
٦. المشاركة في نشاط يعزز الذات ويعيش بشكل منتج،
٧. يتمكن من إدارة القلق،
٨. يتميز بعلاقاته الناجحة مع الآخرين وشعوره بالانتماء،
٩. تكون لديه القدرة على التعامل مع الضغوط والمحن وخيبات الامل
١٠. ونظرته الايجابية نحو ذاته (Codding, 2006: 31-32).

#### النظريات التي تناولت مفهوم الانسجام النفسي

##### أولاً: نظرية ماركوس (Markus & Kitayama, 1991):

يوجد لدى الناس في مختلف ثقافاتهم تأويلات متفاوتة بطريقة لافتة النظر إلى الذات والآخرين والترابط بينهما، ويمكن إرجاع هذه الاختلافات بينهم إلى طبيعة التجربة الفردية، بما في ذلك الإدراك، والعاطفة، والدوافع وغيرها، ففي الثقافات الآسيوية هناك العديد من التصورات المتميزة عن الفردية ولكنها تتشارك وتؤكد العلاقة الأساسية بين الأفراد لبعضهم البعض وينصب التركيز على الاهتمام بالآخرين والالتزام والترابط المنسجم معهم. أما في الثقافة الأمريكية لا تفترض أو تشتمل مثل هذا الترابط العلني بين الأفراد، إنما يسعى الأفراد للحفاظ على استقلالهم عن الآخرين من خلال حضور الذات وعن طريق اكتشاف سماتهم الداخلية الفريدة والتعبير عنها، وأما في الثقافة اليابانية يشعر الفرد بالاضطراب وقلة الاستقرار النفسي لوجود اختلال في علاقاته مع الآخرين ، فتتولد لديه حاجة قوية لاستعادة الانسجام النفسي لأن الفرد يعد نفسه جزءاً لا يتجزأ من الجماعة المحيطة (Markus & Kitayama, 1991: 224 – 231).

##### ثانياً: نظرية سليجمان الانسجام النفسي (٢٠٠٠-٢٠١٢):

ان الأب الروحي لعلم النفس الإيجابي، هو مارتن سليجمان حيث دعا في محاضراته الافتتاحية الذي كان فيها كرئيس للجمعية الأمريكية لعلم النفس في عام ١٩٩٨ الى نهج أكثر إيجابية نحو فهم مجال علم النفس، والدعوة الى ما هو جيداً او ممتاز في الطبيعة البشرية، او ما يجعل الناس سعداء، أدى هذا الى ظهور كتابه السعادة الأصلية في عام (٢٠٠٢)

واستخدام علم النفس الإيجابي لتحقيق قدرات الفرد لتحقيق دائم للسعادة، اذ يناقش بأن السعادة هي نتيجة لحياة ممتعة وجيدة وذات مغزى (Llewellyn & Marius, 2014: 1).

في نظرية السعادة الحقيقية هو، زيادة السعادة في حياة الفرد، وهدف علم النفس الإيجابي في نظرية الرفاهية (الانسجام النفسي) هو زيادة كمية الانسجام في حياة الفرد ويعتبر ايضاً من المشاعر الإيجابية والمشاركة والعلاقات الإيجابية والمعنى والإنجازات الناجحة (Seligman, 2011: 97).

قدم سليجمان في كتابه مقدمة لنظريته (PERMA) عن الانسجام النفسي وتعتمد هذه النظرية الجديدة على المفهوم الأصلي للسعادة الأصلية (المكونه من المتعة - المعنى - المشاركة) مع اثنين من الإضافات الجديدة:

١. العلاقات الإيجابية.

٢. الإنجازات الناجحة

وقدم العناصر المقترحة لنظريته وهو يحاول رسم الروابط النظرية بين المتغيرات ومفهوم الانسجام ، ويرى أن قمة السعادة البشرية. (Ryff, 1989: 69).

### ثالثاً: نظرية دينر (Diener, 2003) للانسجام النفسي:

بين دينر (Diener, 2003) الانسجام النفسي بتساؤلٍ هو (كيف يقيم الناس حياتهم - سواء في الوقت الحالي أم لمدد أطول مثل العام الماضي؟)، تشمل هذه التقييمات ردود فعل الناس العاطفية على الأحداث، وحالاتهم المزاجية، والأحكام التي يشكلونها حول رضاهم عن الحياة، وما حققوه في مجالات مثل الزواج والعمل (Diener, 2003: 403 - 425).

وعرّفت الانسجام النفسي بأنها واحدة من أكثر المفاهيم المدروسة على نطاق واسع في علم النفس الإيجابي على: "أنها الطريقة التي يقيم بها الشخص حياته الخاصة فيما يتعلق بجوانب منفصلة وهي: الرضا عن الحياة، والتأثير الإيجابي، وغياب التأثير السلبي (Diener & Suh, 1999: 15).

وقد وأشار دينر إلى أن الانسجام النفسي يشتمل على مكونين أساسيين هما:

١. **المكون الوجداني:** والذي يشير إلى توافر المشاعر الإيجابية أو فقدان التأثيرات السلبية وهو ما أطلق عليه "فينهوفن" (Veenhoven, R 1996) الشعور بالكينونة والاحساس بالرضا والإنجاز في الحياة.

٢. **المكون المعرفي:** وهو ذلك التقييم الذي يصدره الفرد على مدى رضا عن الحياة التي يحيها بجلوها ومُرها بعزها وقساوتها وجذبها وخصبها (عبد العال، ٢٠١٣: ٨٥).

ووجد دينر (١٩٩٩) Diener أن هناك علاقة قوية بين الرضا بالحياة - وهو المكون المعرفي للرفاهية الذاتية - والانسجام النفسي في المجتمعات الشرقية إذ تعدّ الثقافات في تلك المجتمعات الاحترام الذاتي العالي مؤشراً قوياً على الرفاهية الذاتية SWB التي تقدر المجموعة قبل الفرد، وأكد أن الهدف الرئيسي للفرد في الثقافات الجماعية ، ليس تمييز نفسه عن الآخرين ولكن الحفاظ على الانسجام النفسي معهم، وغالباً ما تخضع رغباته الشخصية إلى الرغبات التي تراها المجموعة التي ينتمي إليها (Diener, 1999: 281 - 284).

وان مفهوم الانسجام النفسي بوصفه كياناً شاملاً يؤكد على التوازن والمرونة في القضايا الاجتماعية والبيئية ، وينطوي الانسجام النفسي على قيم وأحكام مختلفة على وفق الثقافة التي ينتمي إليها الفرد لذلك ،ومن المهم معرفة القيم الثقافية من أجل فهم أفضل للانسجام النفسي. (Greenfield, 1994; Markus, Mullally, & Kitayama, 1997).

وناقش أوسكار كجيل (Oscar Kjell, 2011) مكونات الانسجام النفسي وتحديد المكون المعرفي (رضا الحياة) غير تام وأن علينا تصحيح هذه المكونات بحيث يضاف الانسجام النفسي في الحياة إلى جانب الرضا بالحياة (Oscar Kjell, 2011: 260).

ويمكن القول بأن أهمية توافق الفرد مع توقعاته ، لا تمثل سوى جزءاً واحداً من الانسجام النفسي ، على سبيل المثال ، طلب من (٦٦٦) مشارك من سبع دول غربية للإجابة عن أسئلة مفتوحة حول تحديد السعادة. وكشفت نتائج دراسة ديلى (Delle, 2011) عن أن السعادة تعني التوازن النفسي والانسجام النفسي وأنها لم تكن مرتبطة بالرضا بالحياة، أما الأجوبة فكانت ٢٥٪ منها تشير إلى أن السعادة تتعلق بالتوازن والانسجام النفسي، في حين أن ٧٪ فقط من الأجوبة أثبتت أن السعادة تشير إلى الرضا بالحياة، وبالتالي فإن نتائجهم تشير إلى أن الرضا بالحياة هو جزء واحد فقط من الرفاهية، وأن السعادة يمكن أن تكون في المقام الأول شرطاً للتوازن النفسي والانسجام النفسي ومع ذلك، من إذ مقياس رضا الحياة (SWLS)، قد يجادل المرء أن الرضا بالحياة يمكن أن يشمل التوازن و الانسجام النفسي، أي أنه يمكن للمرء أن يشعر بأن حياته تتطلب التوازن و الانسجام النفسي (Delle et al, 2011: 194).

وبالنظر لوجود اختلاف أساسي بين مفهوم الرضا بالحياة والانسجام النفسي ينبغي لنا فهم كل مفهوم على حدة وما العناصر التي تكونه، أن الرضا بالحياة يتميز بوجود التوقعات والإنجازات والمدى الزمني لهما، في حين أن الانسجام النفسي ينطوي على السلام الداخلي، وقبول الذات، والشعور بالتوازن (Delle et al, 2011: 199).

#### رابعاً: أنموذج كجيل (Kjell, 2011 – 2018) الانسجام في الحياة (Harmony in life):

أهملت الأدبيات المتعلقة بالرفاهية وتجاهلت أهمية الانسجام النفسي في الحياة والترابط والتوازن النفسي ولم تعده من مكونات الرفاهية الذاتية ، وكما أنها أكدت الانحياز الفردي في الأساليب والإجراءات التجريبية المتعلقة بالرفاهية (SWB) والسعادة (Happiness)، من خلال التركيز المفرط على أهمية الجوانب المتمركزة على الذات للرفاهية (ومنها التركيز الكبير على الرضا بالحياة (SWL)، إذ يوجد تحيز في المناهج والإجراءات المتعلقة بالرفاهية والسعادة فعلى سبيل المثال، يتم التركيز بشكل مفرط على أهمية الجوانب الأنايية للأفراد في الرفاهية، وكما أن الإجراءات المنهجية لقياس الرفاهية تفرض قيماً معينة على الباحثين وتحدهم من قدرة المجيبين عن التعبير عن أنفسهم فيما يتعلق بسلامتهم النفسية (Kjell, 2018: 36).

وأكد كجيل (Kjell, 2018) أن الطريقة التي نحدد بها الرفاهية تؤثر في البحث النفسي والمجتمع بشكل عام، وقد يؤدي هذا التأثير إلى شيء من هذا القبيل: إذ إن الطريقة التي يتم بها تعريف الرفاهية لها تأثير مباشر في بناء أسئلة لقياسها، فإن الأسئلة التي تشكل استبانات الرفاهية ستركز على الرضا والإنجازات بدلاً من الانسجام النفسي والتوازن. نتيجة لذلك تؤثر استبانات الرفاهية في الأبحاث من خلال استخدامها لتقييم فعالية العلاجات أو التدخلات الرامية إلى زيادة الرفاهية، ومن الممكن أن يكون التدخل الذي يزيد في المقام الأول إحساس الفرد بالسلام والتوازن، لكن ليس إحساسه بالإنجاز والرضا ، ويعد غير ذي صلة إذا تم تقييمه على أساس الرضا بالحياة بدلاً من الانسجام النفسي. وأنها ستؤثر في الاسرة والمجتمع عامة، و كذلك في شكل توجيه للسياسات الاجتماعية، والعلاج، والتعليم (Kjell, 2018: 18) .

لذلك تم الشروع في البحوث التجريبية على مفهوم الانسجام النفسي في الحياة عموماً. وكان الهدف هو التحقق من أنه يكمل الرضا بالحياة ويعطينا فهماً أكثر شمولاً واستيعاباً للرفاهية الذاتية ومكونها المعرفي (Kjell et al, 2015: 23).

وهل يمكن للفرد أن يفكر في حياته بطريقة مختلفة والتي قد تمثل طريقة مميزة في الرفاهية الذاتية، وجدت (Delle) أن تفكير الأفراد في التوازن والانسجام النفسي أكثر أهمية لتحقيق السعادة. (Delle Fav, et al, 2011: 185-207).

#### خامساً: نظرية كوري كيبس (Keyes Corey, 2012).

ركز "كوري كيبس" جهوده على العمل الذي يكسر المسار و يقيس الصحة النفسية المكتملة بعبارات ايجابية بدلا من عدم وجود أعراض المرض النفسي لدى الفرد إذ استعمل مصطلح الانسجام النفسي بعده مستوى عال من الصحة النفسية الايجابية المكتملة الذي يسعى علم النفس الايجابي إلى تحقيقه عند الأفراد. (Keyes & Simoes, 2012: 36) ولذا فإن الانسجام النفسي هو مفهوم مركزي في علم النفس الايجابي، إذ يعبر الانسجام النفسي عن الأداء الأمثل للسلوك الإنساني بمعنى أنه يقارن بين الفرد ونفسه، أي يقارن بين أدائه الحالي وما يسعى للوصول إليه كمحاولة الفرد الترتي في الأداء الوظيفي من موظف إلي مدير، فيقارن بين أدائه الحالي وهل سوف يساعده هذا الأداء للوصول إلى ما يسعى إليه (Keyes, 2014: 3).

كما انه وصف للصحة النفسية الايجابية المكتملة ومستوى عال من رفاهية الحياة العامة وهذا يعني الوصول إلى الحياة الممتعة والحياة الاجتماعية المفيدة، إذ يتطلب الانسجام النفسي السمات والمستويات الشخصية والاجتماعية التي تظهر نقاط القوة والفضائل التي عادة ما تكون متفق عليها عبر ثقافات مختلفة، فالأفراد الذين يتصفون بالانسجام النفسي أو بانهم منسجمون لديهم مستويات عالية من الرفاهية النفسية والرفاهية الاجتماعية كما يشعرون بالسعادة والرضا عن الحياة ويميلون إلى رؤية حياتهم كغرض مهم ويشعرون بدرجة عالية من الإتقان والكفاءة في أعمالهم ويتقبلون كل جوانب شخصياتهم ولديهم شعور بنمو الشخصية بمعنى انهم ذوو إحساس دائم بالتطوير والتغيير وأخيراً لديهم شعور بالاستقلال وموقع السيطرة الداخلية كما إن استعمال الأفراد لإمكانياتهم المعرفية والبدنية والاجتماعية في الأنشطة التي ينخرطون فيها بشكل مثالي ومزدهر تؤدي إلى النجاحات التجريبية والفعلية وهذا ما يؤدي إلى حياة مزدهرة وهذا أهم ما يميز الأفراد ذوو الانسجام النفسي (Keyes & Simoes, 2012: 142).

يذكر "كيس" بان الأطفال وكذلك الكبار يتأثرون بشكل مباشر بالانسجام الآباء والمعلمين أو قلة أدائهم ويقترح إن على الناس أن يشجعوا الأطفال والبالغين على المشاركة اجتماعياً لان مشاركة الناس الذين يظهرون انسجاماً نفسياً لها تبعات ايجابية على الفرد المشارك في معرض المشاركة الاجتماعية مما يخلق إحساساً بالمساهمة واتقاناً بيئياً يعزز الشعور بالرفاهية والانسجام النفسي (Edmund, 2012: 15).

#### الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته:

أولاً: منهج البحث: اعتمد البحث الحالي المنهج الوصفي الارتباطي كونه أنسب المناهج لهذه الدراسة.

ثانياً: مجتمع البحث: تحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة الجامعة ومن كلا النوعين (الذكور - الاناث) للعام الدراسي (٢٠٢٢ - ٢٠٢٣) والبالغ عددهم (١٤٣٩٤) طالباً وطالبة، إذ بلغ عدد الذكور (٤٢٠٥) وعدد الاناث (٤٥٤٣) وكلا التخصصين (العلمي - الإنساني).

ثالثاً: عينة البحث : تألفت عينة التحليل الاحصائي من (٤٠٠) طالباً وطالبة تم اختيارهم من (٤) كليات، تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية الطبقية بواقع (٢٠٠) ذكور و(٢٠٠) اناث، بواقع (٢٠٠) علمي و(٢٠٠) انساني.

رابعاً: أداة البحث: بعد الاطلاع على الادبيات السابقة ذات العلاقة بالبحث الحالي ، تبنت الباحثة مقياس (سلمان ، ٢٠١٩) والمكون من (٣٦).

صلاحية الفقرات: تم عرض فقرات المقياس بشكلها الأولي على مجموعة من الخبراء المختصين في التربية وعلم النفس والقياس والتقويم والبالغ عددهم (١٠) خبيراً وفي ضوء آراء الخبراء أستقيت الفقرات جميعها لأنها حصلت على نسبة اتفاق (٨٠%) فما فوق مع إجراء تعديلات بسيطة في اللغة والأسلوب على بعض الفقرات والتي أشار إليها الخبراء في ملاحظاتهم على المقياس كما في الجدول (١).

### جدول (١)

#### آراء الخبراء في صلاحية فقرات مقياس الانسجام النفسي

ارقام الفقرات	عدد المحكمين	الموافقون		المعارضون	
		النسبة	تكرار	النسبة	تكرار
٢-٥-٦-٧-٩-١٢-١٣-١٥-١٩	١٠	١٠٠%	١٠	—	—
١-٣-٤-٦-٨-١٦-١٧-٢٣-٢٤-٢٥	١٠	٩٠%	٩	١٠%	١
١٠-١١-١٤-١٥-١٨-٢٠-٢٢-٢٧-٢٨-٢٩-٣١-٣٣	١٠	٨٠%	٨	٢٠%	٢

تعليمات المقياس : إنَّ التعليمات تعد بمثابة الدليل الذي يسترشد به المستجيب في أثناء إجابته على الفقرات لكل مقياس ، وروعي أن تكون التعليمات سهلة ومفهومة، كما تم التأكيد فيها على المستجيب ضرورة اختيار البديل المناسب، والذي يعبر عن رأيه وذلك من خلال وضع علامة (✓) أمام البديل المناسب، وأنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، وإن الإجابة لن يطلع عليها احد سوى الباحثة، وسوف تستعمل لأغراض البحث .

التطبيق الاستطلاعي للأداة: ولغرض تحقيق ذلك طبق المقياس على عينة مكونة من (٢٠) طالباً وطالبة والتي تم ذكرها سابقاً، وبعد إجراء التطبيق الاستطلاعي اتضح أن جميع فقرات المقياس واضحة لأفراد العينة، كما أن مدى الوقت الذي استغرقه المستجيب في الإجابة على المقياس (٣-١٥) دقيقة وبمعدل (١٥) دقيقة.

#### التحليل الإحصائي لفقرات المقياس:

القوة التمييزية لفقرات مقياس الانسجام النفسي: يعد حساب القوة التمييزية لكل فقرة ، هو قدرة الفقرة على التمييز بين الأفراد الذين حصلوا على درجة عالية في المقياس وبين الذين حصلوا على درجة واطئة ( Stang & Wrightsman, 1982:51) وبعد تطبيق المقياس ولغرض الإبقاء على الفقرات المميزة، اجري تحليل الفقرات باستخدام أسلوب المجموعتين المتطرفتين باتباع الخطوات التالية:

- تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة من الاستمارات البالغ عددها (٤٠٠) استمارة.+
- ترتيب الاستمارات من أعلى درجة إلى أدنى درجة.
- تعيين نسبة (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا والبالغ عددها (١٠٨) استمارة ، كذلك تعيين نسبة (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا والبالغ عددها (١٠٨) استمارة ، وبذلك يكون عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل (٢١٦) استمارة من أصل (٤٠٠) استمارة.

د. تطبيق الاختبار التائي ( t-test ) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة، وقد عدت القيمة التائية مؤشراً لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (214) وكانت جميع الفقرات مميزة ، والجدول (11) يتضمن الفرق في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل فقرة من فقرات المقياس الـ(36) للمجموعتين العليا والدنيا والقيمة التائية لهما.

### جدول ( ٢ )

#### تمييز فقرات مقياس الانسجام النفسي بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

الدالة	القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت الفقرة
		الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
دالة	4.754	0.987	2.13	1.18	2.83	1
دالة	3.594	1.112	2.34	1.338	2.94	2
دالة	3.389	1.231	2.58	1.375	3.19	3
دالة	3.666	1.194	2.22	1.291	2.84	4
دالة	2.548	1.308	2.63	1.414	3.1	5
دالة	3.829	1.167	2.32	1.214	2.94	6
دالة	3.162	1.286	2.5	1.296	3.06	7
دالة	2.886	1.146	2.35	1.301	2.83	8
دالة	5.971	1.069	2.16	1.162	3.06	9
دالة	2.104	1.144	2.41	1.246	2.75	10
دالة	5.176	1.144	2.29	1.246	3.13	11
دالة	3.544	1.22	2.37	1.237	2.96	12
دالة	4.050	1.141	2.23	1.275	2.9	13
دالة	4.597	1.186	2.35	1.298	3.13	14
دالة	4.561	1.119	2.4	1.32	3.16	15
دالة	4.252	1.188	2.47	1.244	3.18	16
دالة	5.282	1.077	2.13	1.308	2.99	17
دالة	6.423	1.151	2.24	1.116	3.23	18
دالة	4.971	1.072	2.03	1.274	2.82	19
دالة	7.073	1.017	1.95	1.259	3.06	20
دالة	5.695	1.075	2.32	1.282	3.24	21
دالة	4.677	0.956	2.24	1.315	2.97	22
دالة	7.795	1.008	2.05	1.184	3.21	23
دالة	6.385	1.056	2.07	1.198	3.06	24
دالة	6.445	1.089	2.46	1.022	3.39	25
دالة	4.466	1.091	2.38	1.25	3.09	26
دالة	4.885	1.071	2.35	1.236	3.12	27
دالة	3.089	1.097	2.46	1.233	2.95	28
دالة	7.823	0.97	2.22	1.129	3.34	29
دالة	6.161	1.036	2.03	1.23	2.98	30
دالة	8.181	1.064	1.91	1.241	3.19	31
دالة	6.217	1.018	2.19	1.247	3.16	32
دالة	6.997	1.063	2.17	1.226	3.26	33
دالة	7.066	1.036	2.14	1.192	3.21	34
دالة	7.795	1.008	2.05	1.184	3.21	35
دالة	6.385	1.056	2.07	1.198	3.06	36

## ١. الخصائص السيكومترية :

أولاً: الصدق **Validity**: ترى انستازي ان المقياس الصادق هو المقياس الذي يحقق الوظيفة التي يعد من أجلها (Anastasia,1988: 139) وهناك عدة أنواع للصدق منها:

أ. الصدق الظاهري: وتحقق الصدق الظاهري من خلال عرض المقياس الحالي على مجموعة من الخبراء والمحكمين كما تم شرحه في صلاحية الفقرات.

ب. صدق البناء: وتم التأكد من صدق البناء من خلال المؤشر:

• علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية : وقد تحقق هذا النوع من الصدق في مقياس الانسجام النفسي من خلال إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، واستخدم معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لـ(٤٠٠) استمارة ، وأظهرت نتائج المعالجة الإحصائية لدرجات الأفراد على مقياس الانسجام النفسي وجود علاقة ارتباطية دالة لدى مقارنتها بالقيمة الجدولية (٠,٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية(٣٩٨) ولجميع الفقرات ، والجدول (٣) يوضح ذلك.

## جدول (٣)

معاملات ارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس الانسجام النفسي

معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	الفقرة
0.329	25	0.214	13	0.252	1
0.266	26	0.275	14	0.302	2
0.238	27	0.241	15	0.273	3
0.208	28	0.250	16	0.266	4
0.324	29	0.290	17	0.253	5
0.300	30	0.284	18	0.225	6
0.349	31	0.272	19	0.242	7
0.344	32	0.348	20	0.215	8
0.362	33	0.310	21	0.328	9
0.376	34	0.272	22	0.342	10
0.399	35	0.399	23	0.269	11
0.332	36	0.332	24	0.235	12

ثانياً : الثبات **Reliability** : يُعدّ مفهوم الثبات من المفاهيم الأساسية في القياس، ويجب توفره في المقياس كي يكون صالحاً للاستخدام (الإمام وآخرون، ١٩٩٠، ص ١٤٣) وتم التحقق من ثبات المقياس بطريقتين هما:

- طريقة الاتساق الخارجي باستخدام إعادة الاختبار : باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجات الاختبار في التطبيق الأول ودرجات الاختبار في التطبيق الثاني ، وكان معامل الارتباط (٠,٨٦) وهذا يُعدّ مؤشراً جيداً بثبات المقياس
- طريق الاتساق الداخلي باستخدام معادلة (الفا كرونباخ) : وبتطبيق معادلة (إلغا كرونباخ) للاتساق الداخلي بلغ معامل ثبات (٠,٨٢) كما موضح في الجدول (٤).

## جدول (٤)

ثبات الإعادة بالاختبار وثبات الفا كرونباخ لمقياس الانسجام النفسي

المتغير	إعادة الاختبار	الفا كرونباخ
الانسجام النفسي	٠,٨٦	٠,٨٢

## ٢. المؤشرات الإحصائية لمقياس الانسجام النفسي:

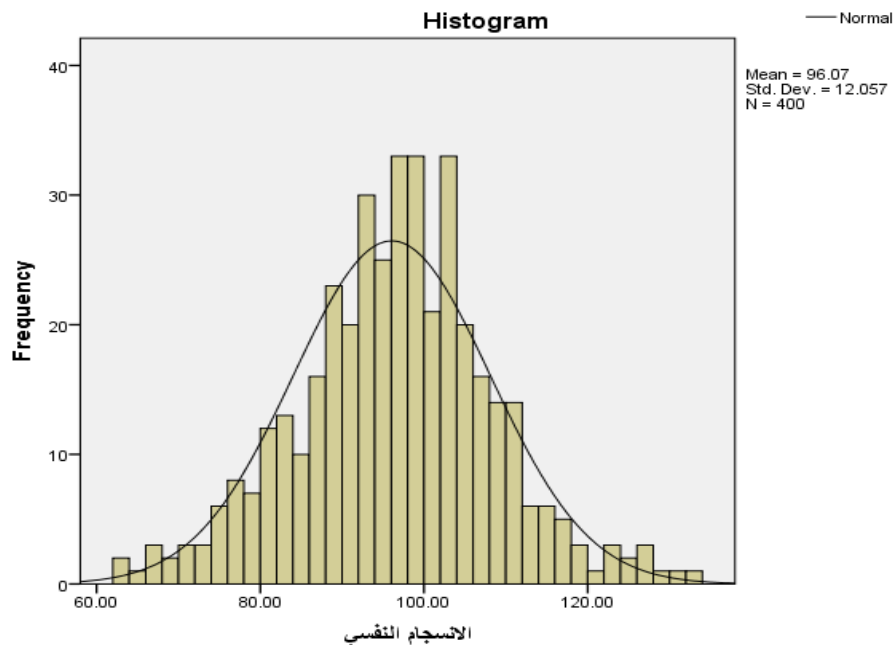
من خلال استخراج المؤشرات الإحصائية لدرجات استجابات عينة البحث. تبين أن توزيع درجات عينة التحليل الإحصائي في مقياس الانسجام النفسي كان اقرب إلى التوزيع الاعتدالي ، الجدول (٥) والشكل (١) يوضحان ذلك .

## جدول (٥)

المؤشرات الإحصائية لدرجات استجابات عينة البحث في مقياس الانسجام النفسي

القيم	المؤشرات الإحصائية	
96.0650	Mean	المتوسط الحسابي
103	Median	الوسيط
96	Mode	المنوال
12.0569	Std.Deviation	الانحراف المعياري
145.369	Variance	التباين
-.010-	Skewnes	الالتواء
.378	Kurtosis	التفرطح
70	Range	المدى
63.00	Minimum	أدنى درجة
133.00	Maximum	أعلى درجة

## شكل (٢) منحنى التوزيع الطبيعي لمتغير الانسجام المدرسي



## الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها:

## الهدف الثاني : التعرف على الانسجام النفسي لدى طلبة الجامعة:

تحقيقاً لهذا الهدف استخرجت الباحثة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات افراد عينة البحث على فقرات مقياس الانسجام النفسي حيث بلغ المتوسط الحسابي (٩٦,٠٦٥٠) وانحراف معياري (١٢,٠٥٦٩١) وهو اعلى من المتوسط الفرضي البالغ (١٠٨) ولإيجاد دلالة الفرق استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة، فتبين ان قيمة الاختبار التائي المحسوبة هي (١٩,٧٩٨) وهي أعلى من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وهي دالة احصائياً وكما هو موضح في الجدول (٦).

جدول (٦) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لمقياس الانسجام النفسي

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		الدلالة (٠,٠٥)
					المحسوبة	الجدولية	
الانسجام النفسي	٤٠٠	٩٦,٠٦٥٠	١٢,٠٥٦٩١	١٠٨	١٩,٧٩٨	١,٩٦	غير دالة

ومن جدول أعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائياً للانسجام النفسي ويرجع السبب الى انخفاض مستوى الانسجام النفسي. لدى طلبة الجامعة بشكل عام ، وجاءت النتيجة مطابقة مع الواقع الذي يعيشه المجتمع العراقي في الوقت الحالي وعدم الاستقرار وانخفاض مستوى الانسجام النفسي من أحد أويهم وكون الطلبة هم جزءاً صغيراً من المجتمع العراقي، فإن تعرضهم إلى الضغوط الاجتماعية أو الاقتصادية أو المهنية، أو الأسرية أو الضغوط الشخصية سبب لهم عدم الاستقرار والشعور بالأمان بشكل مستمر أو منقطع ، أو نفسي أو ذهني مما يؤدي الى انخفاض مستوى الانسجام النفسي في اسرهم نتيجة ما يمر به المجتمع من ظروف استثنائية من انفصال الوالدين أو فقدان احد الوالدين او التصدع الأسري داخل الاسرة الواحدة أو التصدع الاجتماعي مما يؤثر في الاسرة ذاتها.

## الهدف الرابع: الفرق في الانسجام النفسي لدى طلبة الجامعة وفقاً لمتغيري الجنس (ذكور - اناث) والتخصص (العلمي - الإنساني).

ولغرض التحقق من هذا الهدف قامت الباحثة بأخذ استجابات عينة البحث البالغة (٤٠٠) طالب وطالبة على مقياس الانسجام النفسي، وبعد معالجة البيانات إحصائياً استخرجت متوسطات درجات افراد العينة على المقياس تبعا لمتغيري الجنس ( ذكور ، اناث) والتخصص (علمي ، انساني) ، وكما موضح في الجدول (٧)

جدول (٧)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري الانسجام النفسي وفقاً للمتغيرات الجنس (ذكور ، اناث) والتخصص (علمي ، انساني)

الجنس	التخصص	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ذكور	علمي	100	104.4300	9.44977
	انساني	100	92.1000	17.31322
	الكلّي	200	98.2650	15.22312
انثى	علمي	100	90.4600	5.72505
	انساني	100	97.2700	6.65583
	الكلّي	200	93.8650	7.07084
الكلّي	علمي	200	97.4450	10.47692
	انساني	200	94.6850	13.33698
	الكلّي	400	96.0650	12.05691

وللتأكد من الفروق في الانسجام النفسي تبعا للجنس والتخصص استعملت الباحثة اختبار تحليل التباين الثنائي بتفاعل ، وكانت النتائج كما موضحة في الجدول (٨).

#### جدول (٨)

تحليل التباين لمعرفة دلالة الفروق في التأهب الدراسي تبعا لمتغيري (الجنس ، التخصص)

الدلالة (٠,٠٥)	النسبة الفائية	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
	16.614	1936.000	1	1936.000	الجنس
	6.537	761.760	1	761.760	التخصص
	78.593	9158.490	1	9158.490	الجنس * التخصص
		116.530	396	46146.060	الخطأ
			399	58002.310	الكلية

اشارت نتائج تحليل التباين الى ما يأتي :

- توجد فروق ذات دلالة احصائية في الانسجام النفسي تبعا لمتغير الجنس اذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (١٦,٦١٤) وهذه القيمة اعلى من القيمة الجدولية (٣,٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة الحرية (١ - ٣٩٦) ويمكن تفسير هذه النتيجة ومن الجدول اعلاه ان الانسجام النفسي كان لصالح الذكور يمكن تفسير الى ان الذكور اكثر انسجاما من الاناث كونهم يتميزون بالإثبات الانفعالي من خلال استخدام اساليب عقلانية لضبط انفعالاتهم وسيطرة على عواطفهم فهم يرون الانسجام النفسي من امور الهامة وذلك لحد من المشكلات التي تواجههم .
- توجد فروق ذات دلالة احصائية في الانسجام النفسي تبعا لمتغير التخصص اذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (٦,٥٣٧) وهذه القيمة اعلى من القيمة الجدولية (٣,٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة الحرية (١ - ٣٩٦) ويمكن تفسير هذه النتيجة وجود فروق دالة إحصائيا لصالح العلمي لدى طلاب الجامعة في الانسجام النفسي. جميع الامكانيات العلمية التي اكتسبها الطلاب المتعلمين ادت بهم الى ثقافه اكاديمية مماثلة الى حد ما وثقافه عامه وقدرة على تحمل المواقف الصعبة. والضغط النفسية وكيفية التعامل معها والمواجهة باختيار الاساليب الناجحة من هنا اصبح الطلاب المتعلمين على حد سواء يتميز بأداء ايجابي ومشاعر ايجابية تؤدي الى تمتع بالرفاهية الشخصية والوجدانية والاجتماعية.

#### الاستنتاجات

- لا يتمتع طلبة جامعة واسط بالانسجام النفسي.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية في الانسجام النفسي لدى طلبة الجامعة وفقاً للمتغيرين الجنس (ذكور\_اناث) لصالح الذكور ، وجود فروق للمتغير التخصص (علمي\_وانساني).

#### توصيات

- ضرورة تعزيز الانسجام النفسي عند الطلبة المرحلة الجامعية للضمان ديمومته .
- تضمين المقررات الدراسية في الجامعات على الانشطة والدروس لتمكين الطلبة من الوصول الانسجام النفسي وأهميته في حياتهم.

**المقترحات:**

١. اجراء دراسة حول الانسجام النفسي ومتغيرات اخرى مثل جودة الحياة، رفاهية النفسية، الاقناع.
٢. اجراء دراسة تتناول المتغير الانسجام النفسي على عينات اخرى. تدرسي الجامعة، مدرسي المرحلة الثانوية المرشدين التربويين.

## المصادر:

١. شلنز، دوان (١٩٨٣) *نظريات الشخصية*، ترجمة حمد علي الكربولي وعبد الرحمن القيسي وزارة التعليم العالي والبحث العلمي جامعة بغداد.
٢. جميل، محمد جواد (٢٠١٥): *قوى الشخصية وعلاقته باضطراب ما بعد الضغوط الصدمية لدى طلبة الجامعة من ذوي شهاد الإرهاب*، رسالة غير منشورة، كلية التربية، جامعة كربلاء.
٣. جوارد سيدني م. وتيد لنزمن (١٩٨٨) *الشخصية السليمة*. ترجمة حمد علي الكربولي وموفق الحمداني . بغداد: مطبعة التعليم العالي.
٤. حباب، علي وأبو مرق، جمال (٢٠٠٩) *التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في ضوء بعض المتغيرات*، مجلة *جامعة النجاح في الأبحاث (العلوم الإنسانية)*، المجلد ٢٣ فلسطين ، نابلس.
٥. حسين، بروج خضير (٢٠٢٠): *التماسك الاسري وجودة الحياة وعلاقتها بالاندماج الجامعي لدى طلبة الجامعة*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة واسط.
6. Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). *Subjective well-being: Three decades of progress*. *Psychological Bulletin*, 125, 276–302 .
7. Diener, E., Wirtz, D, Tov, W, Kim – Prieto, c, Choi, D, Oishi, S, & Biseas – Diener, R. (2010): *New measures of Well-being: Flourishing and Positive and negative feeling*, *Social Indicators Research*, 39, 247-266 .
8. Diener,E( 1984): *Subjective well-being .The science of happiness and a proposal for a national index*, *American psychologist*, directions in quest of.55.
9. Seligman, M. E. P. (2011): *Floueish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York, NY: Free press.
10. Seligman, M.(2004): *Can happiness be taught*, *Daedal us Journal*, 3 (2): 1-59 .
11. Hone, L. C. Jarden, A. Schofield, G. M., Duncan, S. (2014):( *Measuring flourishing: The impact of operational definitions on the prevalence og high levels of wellbeing*, *International Journal of wellbeing*, 4(1), 62-90.
12. Kavikondala S., Stewart, S. M., NI, M. Y., Chan, B. H. Y., Lee, P. H., Li, K.-K. 2016 *Structure and validity of Family Harmony Scale: An instrument for measuring harmony*.<http://psycnet.apa.org/record/>
13. Tekin. Tzu Luk,1 Man Ping Wang,1 Lok Tung Leung,2 Yongda Wu,1 Jianjiu Chen, (2013). *Associations of perceived interparental relationship, family harmony and family happiness with smoking intention in never-smoking Chinese children and adolescents: A cross-sectional study*.
14. Kjell, O. N. E. (2011). *Sustainable well-being: A potential synergy between sustainability and well-being research*. *Review of General Psychology*, 15(3), 255–266.
15. Kjell, O. N. E. (2013). *Sustainable well-being: A potential synergy between sustainability and well-being research*. *Review of General Psychology*.