

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية



جامعة محمد بوضياف - المسيلة
Université Mohamed Boudiaf - M'sila

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

الرقم التسلسلي: 2024/.....

مستوى الهناء الذاتي لدى عمال البلدية - دراسة ميدانية ببلدية برهوم-ولاية المسيلة

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في شعبة علوم التربية

تخصص: العمل والتنظيم وتسيير الموارد البشرية

تحت إشراف الأستاذة الدكتورة:

بوضياف نوال

إعداد الطالبتان:

- غزي ريمة
- عزوز هجيرة

لجنة المناقشة:

الاسم واللقب	الرتبة العلمية	المؤسسة الجامعية	الصفة
نوال صديقي	الدكتورة	جامعة المسيلة	رئيسا
نوال بوضياف	الدكتورة	جامعة المسيلة	مشرفا ومقررا
حميدة زموري	الدكتورة	جامعة المسيلة	عضوا

السنة الجامعية: 2024/2023 م

الحمد لله سبحانه وتعالى الذي أعاننا بالعلم وزيننا بالحلم وأكرمنا بالتقوى ونعمة
السلام والعافية

وأصلي وأسلم على خاتم الأنبياء والمرسلين سيدنا محمد عليه أفضل صلوات الله
وأزكى التسليم

بادئ ذي بدء أتقدم بالشكر الجزيل للوالدين الكريمين الذين لولاهما لما وصلت
إلى هذا اليوم.

إلى رمز تفاؤلي إخواني وأخواتي الأعزاء الذين يهنئ القلب لوجودهم وتستقر
النفس لرؤيتهم

إخوتي كريم، حلیم، أشرف

وأخواتي سمراء، دليلة

والى براعم العائلة رائد، إياد، ادم، ألاء، أسيل

والى رفيقة دربي في مسيرتنا العلمية ليسانس وماستر هجيرة وزميلاتي شهرة،
سهام، وناسة، حبيبة، مرزاقه، سميحة، عبلة

أتقدم بالشكر الجزيل وبكثير من التقدير للأستاذة الفاضلة

"نوال بوضياف" على قبولها الإشراف على هذا العمل وتقديمها لنا النصائح
والتوجيهات القيمة.

كما لا يفوتني تقديم الشكر الجزيل للسادة أعضاء لجنة المناقشة على قبولهم
مناقشة مذكرتي

والشكر موصول إلى كل من قدم لنا يد المساعدة من قريب أو من بعيد خاصة
عمال بلدية برهوم

شكر و عرفان



الحمد لله سبحانه وتعالى الذي أعاننا بالعلم وزيننا بالحلم وأكرمنا بالتقوى ونعمة
السلام والعافية

وأصلي وأسلم على خاتم الأنبياء والمرسلين سيدنا محمد عليه أفضل صلوات الله
وأزكى التسليم

بادئ ذي بدء أتقدم بالشكر الجزيل لامي حبيبة قلبي والى جدتي الغالية.
والى فلذات كبدي أولادي.

وسيم، رنيم، رؤيا

والى إخوتي عبد الرزاق، صلاح الدين، فاتح، احمد، عديلة، ريمة
إلى رفيقة دربي في مسيرتنا العلمية ليسانس وماستر ريمه وزميلاتي شهرة،
لمونة، الطاوس، حورية كنزة.

أتقدم بالشكر الجزيل وبكثير من التقدير للأستاذة الفاضلة
"نوال بوضياف" على قبولها الإشراف على هذا العمل وتقديمها لنا النصائح
والتوجيهات القيمة.

كما لا يفوتني تقديم الشكر الجزيل للسادة أعضاء لجنة المناقشة على قبولهم
مناقشة مذكرتي

والشكر موصول إلى كل من قدم لنا يد المساعدة من قريب أو من بعيد خاصة
عمال بلدية برهوم.



شكر وعرّفان

الحمد لله والشكر لله الذي وفقنا بتوفيقه وأعاننا بعونه إلى حسن التوكل عليه لإنجاز هذا العمل فنسأله عز وجل أن يتقبله منا ويجعله لنا في ميزان حسناتنا، ويجد في نفوس المطالعين عليه راحة واطمئنان آمين.

كما أتقدم بخالص الشكر والتحية والتقدير لمن غمرتنا بفضله وتوجيهاتها القيمة التي كان لها الأثر الكبير في إنجاز هذه المذكرة أستاذتي المشرفة الدكتورة **بوضياف نوال** التي لم تبخل علينا بقبول الإشراف على هذه المذكرة ، وكذلك صبرها الجميل على طوال السنة فلك ممنا كل الاحترام والتبجيل .

كما يسعدني أن أتوجه بجزيل الشكر والعرّفان إلى كل من علمني حرفا من المعلمين والأساتذة جامعة محمد بوضياف بالمسيلة، إدارة قسم علم النفس .

كما لايفوتنا أن نتقدم بجزيل الشكر إلى رئيس بلدية برهوم ولاية المسيلة (**انسي هذلي**) على حسن تعامله ورحابة صدره وتفضله علينا بوقته لإثراء هذا العمل والى كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد في إتمام هذا العمل المتواضع...

الطالبتان ريمة غزي ، هجيرة عزوز .

فهرس المحتويات

شكر وعرقان

ملخص الدراسة باللغة العربية

ملخص الدراسة باللغة الأجنبية

مقدمة.....أ- ب- ج

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

تمهيد:

- 1- إشكالية الدراسة وتساؤلاتها 03
- 2- فرضيات البحث..... 05
- 3- أهمية الدراسة..... 06
- 4- أهداف الدراسة..... 06
- 5- تحديد المصطلحات الإجرائية..... 07
- 6- الدراسات السابقة..... 07

الخلفية النظرية للهناء الذاتي

تمهيد:

- 1- مفهوم الهناء الذاتي 13
- 2- أهمية الهناء الذاتي 14
- 3- خصائص الهناء الذاتي..... 15
- 4- أبعاد الهناء الذاتي..... 16
- 5- مكونات الهناء الذاتي..... 17
- 6- الاتجاهات النظرية المفسرة للهناء الذاتي 17
- 7- محددات الهناء الذاتي 19
- 8- العوامل المؤثرة في الهناء الذاتي 20
- خلاصة 22

الفصل الثاني: إجراءات الدراسة الميدانية

- تمهيد..... 24
- 1- الدراسة الاستطلاعية 25
- 2- منهج البحث 26
- 3- حدود الدراسة..... 26
- 4- مجتمع الدراسة الأساسية..... 27
- 5- أداة الدراسة..... 27
- 6- عينة الدراسة الأساسية وخصائصها 28
- 7- الخصائص السيكومترية لأداتي الدراسة..... 29
- 8- الأساليب الإحصائية..... 37
- خلاصة 39

الفصل الثالث: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

- 1- عرض وتحليل النتائج..... 41
- 2- مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات..... 41
- الاستنتاج العام 44
- خاتمة..... 47
- قائمة المصادر والمراجع.....

قائمة الأشكال

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يوضح معامل الارتباط بين كل بند والمقياس ككل	30
02	يوضح قيمة معامل ثبات الاستبيان باستخدام ألفا كرونباخ	30
03	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات لمقياس الهناء الذاتي	
04	يوضح لمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لاستتبانه مستوى الهناء الذاتي أدى عمال بلدية برهوم لمسيلة تبعا لمتغير الجنس	32
05	يوضح الفروق بين أفراد العينة في مستوى الهناء الذاتي تبعا لمتغير المؤهل العلمي .	34
06	يوضح الفروق بين أفراد العينة في مستوى الهناء الذاتي تبعا لمتغير سنوات الخبرة	36

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	جدول يوضح معامل الارتباط بين كل بند والمقياس ككل	29
02	جدول يبين قيمة معامل ثبات الاستبيان باستخدام ألفا كرونباخ	30
03	جدول يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات لمقياس الهناء الذاتي	31
04	جدول المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لاستتبانه مستوى الهناء الذاتي أدى عمال بلدية برهوم لمسيلة تبعا لمتغير الجنس	32
05	جدول يوضح الفروق بين أفراد العينة في مستوى الهناء الذاتي تبعا لمتغير المؤهل العلمي .	34
06	جدول يوضح الفروق بين أفراد العينة في مستوى الهناء الذاتي تبعا لمتغير سنوات الخبرة	36

ملخص الدراسة باللغة العربية:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة، وكذا أثر كل من الجنس، المؤهل العلمي، سنوات الخدمة في ذلك، ولتحقيق ذلك تم استخدام مقياس الهناء الذاتي، طبق على عينة مكونة من (120) عاملا وعاملة، واستخدمنا المنهج الوصفي واعتمدنا أداة الاستبيان ، وأسفرت نتائج الدراسة أن:

1- مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة مرتفع.

2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير الجنس.

3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

4- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير سنوات الخبرة.

الكلمات المفتاحية: الهناء الذاتي، العمال، بلدية برهوم.

الملخص باللغة الإنجليزية:

This study aimed to identify the level of subjective well-being

among the workers of the municipality of Berhoum in the state of M'Sila, as well as the effect of gender, educational qualification, and years of service on that. To achieve this, a measure of subjective well-being was used, applied to a sample of (120) male and female workers, and results were obtained. The study showed that:

1 The level of subjective well-being among workers in the municipality of Barhoum in the state of M'sila is high.

2- There are no statistically significant differences in the level of subjective well-being among the workers of the municipality of Berhoum in the Wilayat of M'sila due to the variable of gender.

3- There are no statistically significant differences in the level of subjective well-being among the workers of the municipality of Berhoum in the Wilayat of M'sila due to the variable of years of experience.

4- There are no statistically significant differences in the level of subjective well-being among the workers of the Barhoum municipality in the state of M'sila due to the educational qualification variable..

Keywords: subjective well-being, workers, Barhoum municipality.

مقدمة

تعتبر مرحلة الشباب هي مرحلة انتقالية من الاعتماد على غيرهم إلى الاعتماد على النفس، وما يصاحبه من بحث عن وظيفة، ومواجهة تحديات الحياة والنجاح والعمل وتحقيق الذات، وهذه مطالب نمو تتعلق بمرحلة الشباب، ويجب إشباع هذه المتطلبات المهمة في هذه المرحلة، وتحقيقها يسبب للفرد التمتع بالصحة النفسية والتوافق الاجتماعي والهناء الذاتي.

ويعد هذا الأخير احد موضوعات علم النفس الايجابي الذي يهتم بدراسة الجوانب الايجابية في الشخصية، ويركز على جوانب القوة وتدعيمها ومن ثم تتلاشى جوانب الضعف لدى الفرد، فالهناء الذاتي يعبر عن تقييمات الأفراد لحياتهم ككل سواء، في الماضي أو الحاضر أو المستقبل، ويذكر أن علم النفس الايجابي يهتم بدراسة عدد كبير من الموضوعات يأتي على رأسها مفهوم الهناء الذاتي، لهذا أصبح هناك توجه لعلماء النفس في العصر الحالي إلى مجالات فهم المشاعر النفسية الايجابية فبدا الاهتمام بالجوانب الايجابية من السلوك مثل التفاؤل والأمل والثقة وتقدير الذات.

ويعتبر الهناء الذاتي مطلباً بوصفه هدف أسمى للحياة لارتباطه بالحالة المزاجية الايجابية والرضا عن الحياة والسعادة وتحقيق الذات والتفاؤل، وعلى الرغم من أن الغاية الأساسية لعلم النفس هي مساعدة الفرد على أن يحي الحياة الطيبة التي يشعر بها بالسعادة، فقد تجاهل علماء النفس لفترات طويلة المشاعر الايجابية، وأصبحت الانفعالات السلبية مثل القلق والاكتئاب الأكثر انتشاراً واهتماماً في بحوثهم ودراساتهم. وانطلاقاً من هذا السياق جاء موضوع دراستنا **الهناء الذاتي** حيث اخترنا عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة كعينة، وتم معالجة متغير الدراسة في جانبين الشق النظري وتناولنا في فصله الأول الإطار العام للدراسة بحيث تم التطرق فيه إلى الإشكالية، وفرضياتها، أهدافها وأهميتها، والمفاهيم الإجرائية، والدراسات السابقة وأخيراً الخلفية النظرية المتعلقة بالهناء الذاتي.

أما الشق الثاني المتعلق بالجانب الميداني تناولنا فيه فصلين مهمين الفصل الثاني تناولنا فيه إجراءات الدراسة الميدانية والمتمثل في الدراسة الاستطلاعية والفصل الثالث تناولنا فيه عرض ومناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات وأخيراً قائمة المصادر والمراجع وملاحق الدراسة.

الفصل الأول

الإطار العام

للدراسة

إشكالية الدراسة وتساؤلاتها:

إن العصر الذي نعيش فيه يختلف عن ما سبقه من العصور، انه العصر الذي أطلق عليه (يصر القلق والتوتر)، إذ أن الحصول على الصحة النفسية الجيدة في هذا العصر إنما هو طريق شاق تحيط به مشاكل وعقبات جمة لا يمكن حصرها لتنوعها وتعقدها، وتشابكها، فلا شك أن التغيير السريع والمتلاحق ألقى على المجتمعات العديد من الأدوار، مما عبا أفراد هذا المجتمع بالعديد من الدوافع والحاجات المطلوب إشباعها حتى لا يعيش الفرد في حالة قلق وتوتر يكون معه فريسة للاضطرابات والأمراض النفسية.

فالمطلوب من الفرد إذا في هذا العصر الذي نعيش فيه أن يتمتع بالصحة النفسية لكي يستطيع المساهمة الفعالة والجادة في نمو مجتمعه، ونظرا لأهمية الصحة النفسية بالنسبة للفرد والمجتمع جاءت الحاجة الماسة إلى إيجاد علم النفس في مختلف مجالات الحياة، حيث يحتل في الوقت الحاضر حسب القاسم (2001) مكانة بارزة بين العلوم المختلفة ويحظى باهتمام معظم فئات المجتمع، وقد امتد ليشمل ميادين الحياة كافة بحكم مجالاته المتعددة التي تدرس أنماط سلوك الإنسان في الأسرة والمدرسة والعمل، واستناده إلى القوانين والمبادئ الأساسية التي تحكم السلوك الإنساني وتنظيمه، فالملاحظ أن دراسة وتفسير السلوك البشري لم تقتصر فقط على العيادات النفسية في هذا المناخ التنظيمي أمام تشخيص ومحاولة فهم الحالة النفسية للعمال والموظفين ومعالجة مشكلاتهم والتنبيه بها، وممارسة بعض العمليات النفسية المهنية التي تكفل للعامل حياة مهنية متوافقة ترقى لتحقيق الرفاهية النفسية.

وفي أواخر القرن العشرين وجه العلماء اهتمام خاصا بما يدعى علم النفس الايجابي وتركز البحث العلمي فيه على الأسباب التي تجلب السعادة للفرد، إذ أن من أهدافه المساعدة على رفع مستوى الشعور بأهمية الحياة الايجابية أي من خلال الشعور بمزيد من السعادة والفرح والرضا، مما يؤدي إلى رفع المناعة النفسية التي منها التوتر والقلق الناجم عن ضغوطات الحياة اليومية، ويعد الهناء الذاتي من المصطلحات الحديثة في علم النفس الايجابي الذي يجهل الكثير من الأفراد ما يضيفه على حياتهم، وقوة الإيثار لديهم وسوف يتم تسليط الضوء على هذا المتغير وأهميته في ازدهار الحياة، حيث أن الهناء الذاتي له علاقة وثيقة بالطريق الصحيح لإنجاز الأهداف التي يسعى إليها الفرد.

ونظرا لوجود دور كبير للهناء كمؤشر لمتغيرات كثيرة فقد زاد الاهتمام بدراسة الهناء لدى الأفراد في بيئات العمل، فالعمل يعد أكثر من مجرد وسيلة للعيش والبقاء، فهو يمنح للفرد هويته الشخصية، وتحقيقه لذاته وصورته الاجتماعية، فحياة العمل تضم جزءا كبيرا ومهما من الحياة اليومية للفرد، وقد ذكرت الأدبيات أن حياة العمل تعد بعدا مهما للرضا عن الحياة، وأن بعض الأدوات التي تقيس تضم

مفردات تدور حول الرضا عن الحياة، ويعد الهناء المرتبط بالعمل عاملاً مهماً لتحديد أداء المؤسسات على المدى البعيد، فقد توصل الباحثون أن هناء الموظفين قد يتأثر بمتطلبات الوظيفة وموارد الوظيفة، فمتطلبات الوظيفة قد تؤدي إلى نتائج سلبية للموظفين، بينما قد تؤدي الموارد الوظيفية إلى نتائج إيجابية. (خريبة، 2016، ص 414)

ومن خلال مراجعة الأدب تبين مدى أهمية علم النفس الإيجابي في وقتنا الحاضر، وإننا بحاجة ماسة إلى الشعور بالهناء الذاتي باعتباره أحد المفاهيم المهمة في حياة الفرد أكثر من أي وقت مضى، كما ولوحظ قلة في عدد الدراسات -حسب علم الباحثان- التي أجريت في هذا المجال في الجزائر من خلال الرجوع إلى قاعدة البيانات الموجودة في الجامعات الجزائرية (Despace)، عموماً حيث تناولت أغلب الدراسات الهناء الذاتي وعلاقته مع متغيرات أخرى كمتغير التسامح وتقدير الذات، ومن أمثلة الدراسات التي تناولت هذه المتغيرات دراسة الفونس [4]، ودراسة وود وجوزيف ومالتبي [12]، ودراسة فاجلي [5]، التي أشارت نتائج دراساتهم إلى أن الهناء الذاتي له آثار إيجابية على القيم الشخصية للفرد والمساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة ومستوى النمو الشخص (صفاء، 2023)

وعلى الصعيد المحلي نجد دراسة جعادي صبرينة (2022) ارتكزت دراستها على معرفة العلاقة بين الهناء الذاتي والمرونة التنظيمية لدى العاملين في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية محمد خيضر بسكرة.

وفي السياق ذاته وعلى الصعيد العربي اهتمت دراسة الهواري (2023) بالتعرف على قدرة الهوية المهنية والمواطنة الرقمية في التنبؤ بمستوى الهناء الذاتي لدى المعلمين في مدارس الثقافة العسكرية، كما قدم عجاجة (2022) دراسة هدف من خلالها إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين إدارة العطاء والهناء الذاتي لدى العاملين بالقطاعات الخدمية بينما هدفت دراسة خريبة (2016) إلى التعرف على الهناء الذاتي الأكاديمي لدى أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم بكلية التربية جامعة الزقازيق في ضوء بعض المتغيرات.

وعلى ذلك فقد بدأت فكرة البحث الحالي من خلال عمل الباحثان في المجال الخدمي - بلدية برهوم بالمسيلة- ومن خلال رصد مجموعة من الملاحظات والتي تعد كفيلاً وجديرة بالذكر لاختيار متغيرات البحث الحالي في مجال عملها وما يتمتعون به من حرص شديد والتزام في مكان عملهم جعلهم يشعرون بنوع من السعادة في تأدية المهام المنوطة بهم، للتغلب على ما يواجههم من ضغوط والتعامل مع كافة الشرائح، لذا تعد هذه المهنة من أصعب المهن التي تتطلب المشقة والضغط وعليه تأتي مجمل الضغوط

من مصادر العمل المحيطة بالعامل وعليه دراسة المورد البشري في المؤسسات الخدمية التي لها دور كبير في تحسين نوعية وجودة الخدمات العمومية.

ويعد الهناء الذاتي مؤشر صحة الفرد الانفعالية والاجتماعية والنفسية ومن خلال الاهتمام المتزايد الاهتمام المتزايد بتطبيق علم النفس الإيجابي في جميع مجالات الحياة حاول الباحثون مؤخرا دراسة الهناء الذاتي في مجال العمل أو ما يسمى الهناء الذاتي الوظيفي. (الزهيري، 2022، ص 992) وعليه فقد حددت الدراسة الحالية المشكلة فيما يلي:

1- ما مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير الجنس؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير المؤهل العلمي؟

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير سنوات الخبرة؟

- فرضيات البحث:

تحددت فرضيات الدراسة فيما يلي:

1- مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة متوسط.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير الجنس.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير سنوات الخبرة.

3- أهمية الدراسة:

تنبثق أهمية هذه الدراسة في محاولة كشفها عن مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة في ضوء متغيرات المؤهل العلمي وسنوات الخبرة والجنس، ويمكن تحديد أهمية هذه الدراسة في النقاط التالية:

❖ قد تساعد نتائج الدراسة الحالية على حث الباحثين في توظيف متغيرات علم النفس الايجابي في مجال إدارة تسيير الموارد البشرية للمساهمة في بناء التراكم المعرفي في ذات المجال.

❖ قد تساعد نتائج الدراسة في وضع برامج تهدف لتحسين وتعزيز الصحة النفسية للموظفين.

4- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- 1- التعرف على مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة.
- 2- الكشف عن دلالة الفروق في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير الجنس.
- 3- الكشف عن دلالة الفروق في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير المؤهل العلمي.
- 4- الكشف عن دلالة الفروق في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير سنوات الخبرة.

5- تحديد المصطلحات الإجرائية:

الهناء الذاتي:

أ- اصطلاحاً: هو الحالة النفسية الايجابية التي تتميز بمستوى مرتفع من الرضا عن الحياة والوجدان الايجابي ومستوى منخفض من الوجدان السلبي (نادر أحمد المطارنة، 2021، ص 103)

ب- إجرائياً: هو الدرجة التي يتحصل عليها أفراد العينة الحالية من خلال استجاباتهم على مقياس ريف للهناء الذاتي.

تعريف عمال البلدية: هم الأشخاص الذين يعملون في البلدية ويأخذون أجراً مادياً ومعنوياً والبلدية عبارة عن مرفق عام يتمتع بالشخصية المعنوية ويسوده مبدأ التخصص وعليه لا يمكن القول إن المؤسسة العمومية عبارة عن مرفق عام بل هي أسلوب من الأساليب الإدارية.

6- الدراسات السابقة:

من خلال البحث في الأدب النظري المتعلق بالهناء الذاتي أو الرفاهية النفسية كمتغير مرادف له في ذات المجال، فقد عثرت الباحثتان على عدة دراسات سنحاول استعراضها وفق مايلي:

الدراسات المحلية:

وعلى الصعيد المحلي نجد دراسة جعادي صبرينة (2022) ارتكزت دراستها على معرفة العلاقة بين الهناء الذاتي والمرونة التنظيمية لدى العاملين في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية محمد خيضر بسكرة ولقد توصلت وجود علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة معنوية بين متغيري الهناء الذاتي والمرونة التنظيمية.

• الدراسات العربية:

قام الهواري (2023) بدراسة هدفت لتعرف على قدرة الهوية المهنية والمواطنة الرقمية في التنبؤ بمستوى الهناء الذاتي لدى المعلمين في مدارس الثقافة العسكرية في المملكة الأردنية الهاشمية، فقد تكونت عينة الدراسة من (767) معلماً ومعلمةً، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطوير ثلاثة مقاييس: الهوية المهنية والمواطنة الرقمية والهناء الذاتي وبعد التأكد من صدقهم وثباتهم. أظهرت النتائج أن مستوى الهوية المهنية جاء متوسطاً في حين جاء مستوى المواطنة الرقمية والهناء الذاتي مرتفعاً، وقد فسرت الهوية المهنية ما نسبته 20.6% والمواطنة الرقمية ما نسبته 23.6% من التباين الكلي في متغير الهناء الذاتي، وأظهرت النتائج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهوية المهنية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الذكور، ولم تظهر النتائج وجود فروق دالة إحصائية في مستوى المواطنة الرقمية والهناء الذاتي تعزى للجنس.

وفي دراسة السمر (2022) هدفت إلى التعرف على مستوى كل من التمثل العاطفي والهناء الذاتي لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا من اللاجئين السوريين في مدارس مديرية التربية والتعليم بلواء الجيزة، والتعرف على طبيعة العلاقة بين التمثل العاطفي والهناء الذاتي، وتحديد إمكانية التنبؤ بمستوى الهناء الذاتي من خلال مستوى التمثل العاطفي لدى الطلبة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (185) طالباً وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وطُبق عليهم المقياسين، وتوصلت الدراسة إلى وجود مستوى متوسط من التمثل العاطفي والهناء الذاتي لدى الطلبة، ووجود علاقة إيجابية بين التمثل العاطفي والهناء الذاتي لدى طلبة، كما تبين إمكانية التنبؤ بالهناء الذاتي من خلال التمثل العاطفي، وكذلك تبين وجود فروق في التمثل العاطفي تعزى للجنس ولصالح الإناث، بينما تبين عدم وجود فروق في الهناء الذاتي تعزى للجنس.

وقامت عجاجة (2022) بدراسة استهدفت معرفة العلاقة الارتباطية بين إدارة العطاء والهناء الذاتي لدى العاملين بالقطاعات الخدمية. ومعرفة مستوى إدارة العطاء والهناء الذاتي لديهم وكذلك إمكانية التنبؤ بالهناء الذاتي لدى العاملين بالقطاعات الخدمية (الصحة والتربية والتعليم والخدمات الخيرية التطوعية) من خلال بعض أبعاد إدارة العطاء ومعرفة الفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في كل من: إدارة العطاء والهناء الذاتي. وتكونت عينة الدراسة من (276) فرداً من العاملين بالقطاعات الخدمية (الصحة والتربية والتعليم والخدمات الخيرية التطوعية). وتم اختيار العينة من الريف والحضر ومن أكثر من محافظة وامتدت أعمارهم من (16-65) عاماً وتمثلت أدوات الدراسة في مقياسي: إدارة العطاء والهناء الذاتي (من إعداد الباحثة) وأسفرت النتائج أن: مستوى كل من: البعد الأول (العطاء العام)، والبعد الثاني (العطاء بالمنع) والدرجة الكلية لإدارة العطاء لدى العاملين بالقطاعات الخدمية (الصحة والتربية والتعليم والخدمات الخيرية التطوعية) مستوى مرتفع، بينما مستوى البعد الثالث (العطاء رغم الحاجة) مستوى متوسط. في حين وجود مستوى مرتفع من الهناء الذاتي لدى عينة الدراسة كما بينت وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى العاملين بالقطاعات الخدمية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث.

كما أجرت بيري (2021) دراسة هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين إدمان العمل والتهكم التنظيمي والهناء الذاتي الوظيفي والتوافق الأسرى لدى العاملين الإداريين والفروق في المتغيرات محل الدراسة تبعاً للنوع الاجتماعي ونوع العمل، وسنوات الخبرة وتكونت العينة من (400) عامل إداري تراوحت أعمارهم ما بين (30-60) عاماً، استخدم المنهج الوصفي، وتم تطبيق مقياس كلاً من (إدمان العمل- التهكم التنظيمي- الهناء الذاتي الوظيفي- التوافق الأسرى) من إعداد/ الباحثة، وقد أشارت النتائج إلى ما

يلي: وجود علاقة ارتباطيه موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,01) بين درجات أفراد العينة على مقياس إدمان العمل ومقياس التهكم التنظيمي ، ووجود علاقة ارتباطيه سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,01) و(0,05) بين درجات أفراد العينة على مقياس إدمان العمل ومقياس الهناء الذاتي الوظيفي، وعدم وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس إدمان العمل ومقياس التوافق الأسري، وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,01) على مقياس إدمان العمل تبعاً للنوع لصالح الذكور ووفقاً لنوع العمل لصالح الحكومي وتبعاً لسنوات الخبرة لصالح سنوات الخبرة من عشرة سنوات فأكثر، وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,01) على مقياس التهكم التنظيمي تبعاً للنوع ولنوع العمل ولسنوات الخبرة ، وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,01) على مقياس الهناء الذاتي الوظيفي تبعاً للنوع ولنوع العمل ولسنوات الخبرة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التوافق الأسري تبعاً للنوع ووجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقاً لنوع العمل ولسنوات الخبرة، وأنه يمكن التنبؤ بإدمان العمل من خلال التهكم التنظيمي والهناء الذاتي الوظيفي.

وفي دراسة السيد (2020).هدفت إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الهناء الذاتي الوظيفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية، والتعرف على مستوى الهناء الذاتي الوظيفي لدى أفراد عينة الدراسة. وطُبقت الدراسة على عينة مكونة من (400) معلم ومعلمة في المرحلة الابتدائية. وأشارت نتائج الدراسة إلى ما يلي: يتمتع مقياس الهناء الذاتي بخصائص سيكومترية جيدة من حيث الاتساق الداخلي، والصدق، والثبات. كما أسفرت أيضاً عن وجود مستوى متوسط للهناء الذاتي الوظيفي.

وقام أيضا خريبه (2016)استهدفت التعرف على درجة الهناء الذاتي الوظيفي الأكاديمي لدى أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم بكلية التربية جامعة الزقازيق، والكشف عن مدى اختلافه واختلاف مكوناته باختلاف كل من النوع والدرجة الوظيفية وعدد سنوات الخبرة. ولتحقيق هذه الأهداف قامت الباحثة بإعداد مقياس الهناء الذاتي الوظيفي الأكاديمي، ثم قامت بتطبيقه على عينة قوامها (109) من أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم بكلية التربية جامعة الزقازيق من جميع الأقسام. وتوصلت نتائج الدراسة: يتوافر الهناء الذاتي الوظيفي الأكاديمي بدرجة مرتفعة لدى عينة البحث.

وكذا عدم اختلاف درجة الهناء الذاتي الوظيفي الأكاديمي ومكونه الوجداني باختلاف النوع، بينما يختلف المكون المعرفي تبعاً للنوع لصالح الذكور.

عدم اختلاف الهناء الذاتي الوظيفي الأكاديمي ومكونه المعرفي باختلاف الدرجة الوظيفية، بينما يختلف المكون الوجداني تبعاً للدرجة الوظيفية وذلك لصالح فئة الدرجة الوظيفية الأدنى (المدرسين-المعاونين) وعدم اختلاف درجة الهناء الذاتي الوظيفي الأكاديمي و مكونيه باختلاف عدد سنوات الخبرة.

• **الدراسات الأجنبية:**

كما قام (Ünal 2012) بدراسة هدفت البحث في الخصائص الانفعالية النفسية للمخططات الانفعالية غير التكييفية وأنماط الأبوة والأمومة وبعض المتغيرات الديموغرافية على الهناء الذاتي، وذلك على عينة قوامها (318) طالبا جامعيًا تتراوح أعمارهم ما بين 18-33 عاما وطبق الباحث مقياس المخططات الانفعالية والهناء الذاتي، وتوصلت النتائج لوجود ارتباطات موجبة قوية بين مخططات الانفصال/الرفض وانخفاض مستويات الهناء الذاتي.(البري، 2021، ص281)

كما قام (Akhter, 2015) بدراسة هدفت إلى التعرف على الفروق في الهناء النفسي بين الجنسين، وأجريت الدراسة على عينة تكونت من (50) طالب و(50) طالبة من طالب المستوى العاشر، تم تطبيق مقياس الهناء النفسي عليهم ولعد تحليل البيانات أظهرت النتائج الفروق بين الجنسين في مستويات الهناء النفسي.(القماطي، 2022، ص269)

• **التعقيب عن الدراسات السابقة:**

أجمعت الدراسات السابقة على دراسة مستوى الهناء الذاتي لدى عينات مختلفة من جهة وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية من جهة أخرى، وعليه فقد تباينت من حيث:

- **من حيث الهدف:**

تنوعت الدراسات السابقة من حيث الهدف، فأحيانا تهدف إلى معرفة مستوى الهناء الذاتي الوظيفي والأكاديمي كدراسة كلا من **خريبه (2016)** و**السيد (2020)** و**Akhter(2015)**، وأحيانا أخرى تهدف إلى الكشف عن العلاقة بينها وبين بعض المتغيرات النفسية كدراسة كلا من **الهوري (2023)** **السمور (2022)** **عجاجة (2022)** **بيرق (2021)** ودراسة **(Ünal 2012)**.

- **من حيث العينة:**

أما فيما يتعلق بالعينات التي اعتمدت في الدراسات السابقة والتي معظمها كانت على العاملين في مختلف المؤسسات الخدمانية.

- **من حيث المنهج:**

يتضح أن معظم الدراسات السابقة كانت الأغلبية للمنهج الوصفي في الاستخدام.

مثل : دراسة خريبه (2016) و السيد (2020) و(Akhter, (2015). وأحيانا أخرى تهدف إلى الكشف عن العلاقة بينها وبين بعض المتغيرات النفسية كدراسة الهواري (2023) السمر (2022)،عجاجة (2022)،بيرق (2021)،ودراسة (Ünal 2012).وهنا لملائمة طبيعة الدراسة على حدّ علمنا.

- من حيث الأدوات:

من خلال الدراسات السابقة نلاحظ أن جل الباحثين قاموا ببناء وتطوير أدوات تقيس واقع مستوى الهناء الذاتي في مختلف المؤسسات الخدمائية مثل : دراسة كلا من خريبه (2016) و السيد (2020) و(Akhter (2015) و الهواري (2023) السمر (2022)،عجاجة (2022)،بيرق (2021)،ودراسة (Ünal 2012).

- من حيث النتائج:

أشارت نتائج الدراسات التي اهتمت مستوى الهناء الذاتي والوظيفي والأكاديمي في مختلف المؤسسات الخدمائية، وأثر بعض المتغيرات في ذلك إلى ما يلي:

توصلت دراسة (2017Kun Krasz) إلى أن تمتع الموظفين بمستوى مرتفع من الهناء الذاتي في حين .توصلت دراسة خريبه (2016)إلى أن مستوى الهناء الذاتي الوظيفي الأكاديمي لدى أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم بكلية التربية جامعة الزقازيق مرتفعا، وكذا دراسة عجاجة (2022) إلى مستوى الهناء الذاتي لدى العاملين بالقطاعات الخدمائية مرتفع وفي حين آخر توصلت دراسة السمر (2022) أن مستوى الهناء الذاتي الوظيفي لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا من اللاجئيين السوريين في مدارس مديرية التربية والتعليم بلواء الجيزة، ودراسة سيد (2020) في مستوى الهناء الذاتي الوظيفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية متوسطا، وكذا دراسة (Ünal,2012)، أكدت على وجود مستويات الهناء الذاتي منخفضة.

وأیضا أظهرت دراسة كلا من خريبه (2016) في عدم وجود فروق في درجة الهناء الذاتي الوظيفي الأكاديمي ومكونيه تبعا للجنس.عجاجة (2022) في وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الهناء الذاتي لدى العاملين بالقطاعات الخدمائية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث وعدم وجود فروق في درجة الهناء الذاتي الوظيفي الأكاديمي و مكونيه باختلاف عدد سنوات الخبرة.ودراسة الخطيب والقرعان (2020) في وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي تعزى لمتغير النوع الاجتماعي ولصالح الذكور، وكذا مع دراسة كلا من بيق (2022) ومصطفى (2010) ودراسة(Karaj&Rapti2012) في وجود فروق ذات دالة إحصائية في مستوى الهناء الوظيفي لصالح سنوات الخبرة الأكبر.

• أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة

يمكن تلخيص الفوائد التي حصلت عليها الطالبتان الباحثتان من خلال اطلاعها على الدراسات

السابقة في النقاط التالية:

- 1- ساعدت الطالبتان على اختيار منهج الدراسة.
- 2- ساعدت الطالبتان في تحديد متغيرات الدراسة.
- 3- ساعدت الطالبتان في اشتقاق فرضيات الدراسة الحالية.
- 3- ساعدت الطالبتان في اشتقاق أداة لقياس الهناء الذاتي المتعلقة بعمال بلدية برهوم بولاية المسيلة.
- 4- ساعدت الطالبتان على تنفيذ إجراءات الدراسة واختيار المعالجات الإحصائية المناسبة للدراسة.
- 5- ساعدت الطالبتان في عرض ومناقشة النتائج وتفسيرها، وتقديم التوصيات والمقترحات معرفة المعالجات الإحصائية لمثل لهذا النوع من الدراسات.

7 - الخلفية النظرية للهناء الذاتي:

تمهيد:

يعتبر مصطلح الهناء الذاتي من المصطلحات الحديثة في علم النفس والذي امتدت جذوره إلى الفلسفة اليونانية القديمة والذي لقي اهتمام الباحثين في علم النفس الايجابي مؤخرا، وقد اختلفت الترجمات العربية في تحديده، فقد اعتبره البعض مرادفا للسعادة وترجم إلى الوجود الأفضل، كما استخدمت عدة مصطلحات أخرى كالهناء الشخصي، والرفاهية النفسية.

من خلال ذلك سنتطرق في هذا الفصل إلى شيء من التفصيل والتعرف أكثر على ماهية الهناء الذاتي وأهميته وخصائصه وإبعاده، محدداته والعوامل المؤثرة فيه واهم الاتجاهات المفسرة له.

7 - 1 - مفهوم الهناء الذاتي:

يعد مفهوم الهناء الذاتي من المفاهيم ذات الأهمية في مجال علم النفس الايجابي حيث يعتبر بعض العلماء المصطلح السيكلوجي للسعادة، ويفرق الباحثون بين المصطلحين بان السعادة تهتم بالجانب الوجداني، لأنها أشبه ماتكون بحالة انفعالية حساسة للتغيرات المفاجئة في المزاج، بينما يعد الهناء الذاتي اعم واشمل بالجانبين الوجداني والمعرفي، ويعتمد على حكم الفرد على ذاته. (سيد، 2020، ص 78)

ويطرح أيضا بن تسور (ben - zur 2003) تعريفا للهناء الشخصي بأنه "بناء متعدد الأبعاد يتضمن المكونات الوجدانية والمعرفية على حد سواء" وتشمل التجارب اللطيفة عاطفيا (تأثيرا ايجابيا) وتجارب المشاعر السلبية مثل القلق وعدم الرضا (تأثير سلبي) والحكم على حياة الآخرين وتشمل (الرضا عن الحياة عموما أو الرضا في مجال معين). (محبوب، 2017، ص5)

نقلا عن فاطمة بنت رمزي المدني يرى سليجمان (seligman 2011) أن الهناء الذاتي وطيب الحال كلاهما أفضل مايو صف به علم النفس الايجابي كما أن الهناء الذاتي يساعد الشخص على أن يستعيد توازنه النفسي، فضلا عن كونه شعور يحتاج إليه الشخص في حياته ليقاوم بعض المواقف الضاغطة، ويعادل من حدة القلق والتوتر الذي يتعرض لها الشخص في حياته.

وأشار أيضا القرني (2018) إلى انه يمكن توظيف مفهوم الهناء الذاتي في مجالات بعينها وليس دراسته بشكل عام، فالهناء حالة نسبية يختلف الشعور بها من مجال لأخر لدى الفرد نفسه، وعلى سبيل المثال قد يشعر الفرد بالهناء الذاتي في مجال معين كالمجال المهني ويكون راضيا عن حياته المهنية

ولديه انفعالات ايجابية في مهنته ولكنه يشعر بالتعاسة والشقاء في مجال آخر. (بيرق، 2021، ص 311)

ومن خلال ماسبق ونظرا لتقارب مفهوم الهناء الذاتي مع مصطلح الرفاه النفسي فإننا نستطيع تبني تعريف ريف (ryff -1995) للفاه النفسي بأنه مجموعة واسعة من الأفكار الايجابية التي تشمل التقييمات عن الذات وحياة المرء الماضية (قبول الذات)، والشعور باستمرار النمو والتطور كشخص (نمو الشخصية) والاعتقاد بان حياه المرء هادفة وذات معنى (هدف في الحياة)، وامتلاك علاقات جيدة مع الآخرين (العلاقات الايجابية مع الآخرين) القدرة على إدارة المرء لحياته والعالم المحيط به بفعالية (التمكن البيئي)، والشعور بالقدرة على اتخاذ القرار (الحكم الذاتي). (المري، 2018، ص344)

7 - 2 أهمية الهناء الذاتي

مثل الهناء الذاتي أهمية كبيرة في تحسين عدة مجالات في حياة الفرد نذكر منها حسب مرعي سلامة يونس مايلي:

أ- العلاقات الاجتماعية:

بينت الدراسات أن الرفاهية الذاتية تنتج عن وجود عدد كبير من الأصدقاء وأفراد الأسرة، وان الأشخاص ذوي المستويات الأساسية المرتفعة من الرفاهية يتمتعون فيما بعد بعلاقات اجتماعية داعمة وقوية.

ويقترح هذا الدليل (jesen - 1987 .cunningham .1988):

أن الأشخاص السعداء يخلقون نظم الدعم الاجتماعي الخاصة بهم، على سبيل المثال، نجد ان الأشخاص الذين يتمتعون بالرضا عن حياتهم قبل الزواج هم الأكثر إقبالا على الزواج والأكثر استمرارا فيه، مع التمتع بالسعادة في زواجهم، والأشخاص الذين يعانون من ضعف الرضا عن حياتهم هم الأكثر عرضة للطلاق.

ب - العمل والدخل

يتميز الأشخاص ذوي مستوى الرفاهية المرتفع بإمكانية على جني مزيد من الأموال بغض النظر عن الوظيفة أو تدرجها كما أنهم استماعا بعملهم، دراسة diener . nickerson .lucas .samdvik 2002 بالإضافة تقترح دراسات أخرى 1999 . wright . cropanzo أن الأشخاص الذين يتسمون بإنتاجية، تحمل مسؤولية إبداع، وجودة عامة في العمل هم الأكثر سعادة بشكل عام، كما أن العاملين السعداء

يتمتعون كذلك بمستويات مرتفعة من المواطنة المؤسسية التنظيمية مما يعني أنهم على استعداد للقيام بمهام غير مطلوبة منهم في العمل مثل مساعدة الزملاء.

ج - الصحة والعمر المديد:

الرفاهية الذاتية تزيد من تمتع الفرد بصحة جيدة وعمر طويل، فالأشخاص السعداء يتمتعون عادة بصحة أفضل وفي دراسات حديثة قام الباحثين بحقن المشاركين بفيروس، فظهر الأشخاص ذوي الانفعالات الأكثر ايجابية بمقاومة أكثر للعدوى، كما أن الأشخاص السعداء يتمتعون بنظم مناعية أقوى وقلوب صحيحة غير معتلة تمكنهم من المشاركة في سلوكيات حية والابتعاد عن الأمراض المتعلقة بأسلوب الحياة مثل إدمان الكحول أو المخدرات.

د - الفوائد الاجتماعية:

الرفاهية الذاتية العالية تعود بالنفع على الأفراد والمجتمع ككل ، فالأشخاص السعداء هم الأكثر مشاركة في الأنشطة الاجتماعية الايجابية الدائمة بشكل تطوعي لصالح المجتمع والأعمال الخيرية عن غيرهم من المواطنين ومن بين المتطوعين بالأعمال نجد الأشخاص السعداء هم أكثر من يستمر أطول وقت ممكن ، وبشكل عام أن السعداء يميلون أكثر للثقة بالآخرين وللتعاون معهم كما أنهم يتقنون كثيرا بحكوماتهم ويؤيدون الديمقراطية ويتمتعون بمزيد من التحمل والتقبل للمهاجرين والأقليات العرقية ، وبهذه الطريقة بإمكان المستويات المرتفعة من الرفاهية الذاتية أن تساعد في خلق مجتمع أكثر إنتاجا ، استقرارا وأداء وأكثر فاعلية .(دولفاي و يونس، 2011، ص123)

7- 3 - خصائص الهناء الذاتي:

تمثلت خصائص الهناء الذاتي حسب ما ذكرها (المحفوظ، 2018، ص - ص6-7) فيما يلي:

1-شمولية هذا المصطلح حيث أنه يغطي مدى واسع من المشاعر الإنسانية بداية من المعاناة حتى النشوة لا يركز فقط على الاكتئاب وفقدان الأمل، بل يتناول أيضا الأسباب لوجود فروق فردية بين الأفراد في مستويات السعادة.

2- تركز الرفاهية النفسية على الخبرة الداخلية ولا يفترض أن الإطار الخارجي هو المرجع لتقدير الهناء على الرغم من معايير الصحة العقلية تبحث من الخارج (النضج، الوراثة، الاستقلالية) ولكن تقاس الرفاهية النفسية من خلال الإدراك الذاتي لشخص حيث أن هذا المجال يضع الثقل لإدراك الأفراد لحياتهم.

3- هذا المجال يركز على الحياة الطويلة المدى إذ يهتم بالمشاعر الثابتة المستقرة للانفعالات العابرة.(المحفوظ، 2018، ص - ص6-7)

التعقيب:

الهناء الذاتي يعكس كثرة الأفكار والمشاعر الايجابية حول حياة الفرد ومن ثم يهتم بأسباب تقييم الناس لحياتهم بشكل ايجابي فهو يركز على المشاعر الايجابية طويلة المدى وليس على الحالة الانفعالية المؤقتة.

7 - 4 أبعاد الهناء الذاتي:

1- التسامح: ويعرفه طه مطر (2018-83) بأنه مكون معرفي وجداني سلوكي يتضح في توافق الفرد مع ذاته واحترامه، وتحمل وقبول واحترام اختلافات الآخرين عنه ويتجنب الغضب والعنف، والعفو عن يسيء إليه وواضح (318, thenpsen et al 2005) إن التسامح يعني استبدال الفرد للمشاعر والأفكار والسلوكيات السلبية المصاحبة لحالة الاستياء والغضب والبغض، بأخرى حيادية أو ايجابية إزاء ذاته أو الآخرين أو موقف يرى المرء انه خارج عن سيطرة أي شخص.

2- السلام الداخلي: ويعرف (mehta, 2015, 5) السلام الداخلي بأنه العيش في تناغم وتوافق مع النفس والبيئة المحيطة.

وتعرف هيبه حسين (2013-152) السلام الداخلي بأنه شعور الفرد بالاستقرار النفسي، والتحرر من الخوف والقلق المرتبط بتحقيق متطلباته وأهدافه، وما يصاحب ذلك من ثقة الفرد في قدراته وإمكانياته، وتقبله لذاته، وانسجامه مع الآخرين، ومع البيئة المحيطة.

3 - السعادة: ويعرفها فين هوفن بأنها الدرجة التي يحكم بها الشخص على نوعية حياته الحاضرة بوجه عام، وتعني حب الشخص للحياة التي يعيشها واستمتاعه بها وتقديره الذاتي لها ككل.

ويرى (springer - hauser, 2006, 1081) أنها حالة من الرضا العام لدى الفرد عن ذاته وحياته، وسعيه المتواصل لتحقيق أهدافه الشخصية، واستقلاليته في تحديد مسار حياته، وإقامته لعلاقات اجتماعية ايجابية متبادلة مع الآخرين.

4 - الرضا عن الحياة: ويرى احمد محمد (2013، 115) إن الرضا عن الحياة هو اقتناع الفرد بحياته وتقبله لها بوجه عام، وشعوره بالارتياح بجوانب محددة فيها، كالنواحي المهنية، والاجتماعية، والشخصية.

ويعرفه مجدي محمد (2013، 2008) بأنه تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها وفقا لنسقه القيمي، ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد انه مناسب لحياته. (شلبي، 2022، ص - ص 18، 19)

7 - 5 - مكونات الهناء الذاتي:

لقد توصل عدد من الباحثين إلى مصطلح الخير والرفاه الشخصي على انه المفهوم الأعم والاشمل بين المفاهيم الثلاثة وهي الرفاه، السعادة، الرضا عن الحياة، ويميزوا بين المكونين للخير أو الرفاه الشخصي حسب (1 ، 2) ونذكرهما فيما يلي: (الزهيري، 2021، ص 69) و (samman, 2007, p. 15)

- المكون الوجداني أو العاطفي: الذي يتمثل في العواطف الايجابية والسلبية.

- المكون المعرفي: الذي يتمثل في الرضا عن الحياة ويعكس التقويم المعرفي للوضع الحياتي للفرد.

ووفقا لوجهة النظر هذه يرتبط الخير أو لرفاه الشخصي بسائر جوانب الحياة ويتطلب تقويمه أسئلة متنوعة تتصل بجوانب مختلفة من الحياة للحصول على صورة أكثر كمالا عنها، في حين تعد التقلبات والتغيرات اليومية في السعادة مهمة على الصعيد الفردي، إذ يعكس الشعور بالرضا عن الحياة خلاصة أحكام الفرد حول مشاعره الشخصية، ويميل إلى الاستقرار نسبيا كما أن الشعور يعطي على المستوى الاجتماعي والسياسي المؤشر الأفضل عن الكيفية التي تسير بها حياة الناس.

وتتكون الرفاهية الذاتية حسب دينر (1984) من ثلاث مكونات: عنصر إدراكي (وصف

غالبا بالرضا عن الحياة)، وتأثير ايجابي وسلبي ويمكن وصف غلبة التأثير الايجابي التأثير السلبي بالسعادة.

7 - 6 - الاتجاهات النظرية المفسرة للهناء الذاتي:

تناولت الدراسة فيما يلي بعض الاتجاهات التي فسرت الهناء الذاتي.

الاتجاه الأول: الاتجاه المعرفي الانفعالي

يعد ادوارد دينر 1994 أول من استخدم مفهوم الهناء الشخصي والذي أشار إلى أن الهناء الشخصي اعم واشمل من السعادة كحالة انفعالية ايجابية حيث يتحدد مفهوم الهناء الشخصي على انه تقييم معرفي لنوعية الحياة، ويشمل هذا التقييم الجانبين المزاجي والمعرفي حيث يشعر الناس بالهناء، حينما يخبرون بكثير من المشاعر الايجابية وقليل من المشاعر السلبية وعندما ينخرطون في أنشطة مهمة ومثيرة، وعندما يشبعون حاجاتهم الأساسية ويشعرون بالرضا عن الحياة، حيث تنعكس انفعالات الناس وعواطفهم في استجاباتهم وردود أفعالهم اتجاه الأحداث التي تحدث لهم.

واقترح بريكمان وكامبل 1978 أن ما يجعل الناس سعداء هو انجازاتهم ومواردهم الشخصية وتوقعاتهم بالتقدم، وهم يحزنون عندما يلاقهم سوء الحظ ويخفقون في التقدم، وأشار كامبل وآخرون في

دراسة له عن مصادر الهناء الشخصي لدى الفرد إلى عشرة مصادر جاء في مقدمتها: الخل، عدد الأصدقاء، التدين، الذكاء، درجة الانجاز التعليمي وأسهمت هذه العوامل بنسبة 15% من التباين الكلي في درجة الهناء الشخصي. (محبوب، 2017، ص 6)

الاتجاه الثاني: تحقيق الأهداف

يرى ولسون 1960 أن إشباع الحاجات يسبب السعادة، وبالعكس الحرمان من إشباع الحاجات يسبب التعاسة وي طرح بعض الفلاسفة أسئلة تتعلق بما إذا كانت السعادة تتحقق بإشباع الرغبات أو عن طريق كبتها وطرح البعض أسئلة عن أهم الرغبات والأهداف في الحياة، كما يعتقد بعض الباحثين أن الشخص يكون واعيا بأهداف معينة، وربما يكون لدى الشخص قيما معينة، تؤدي لأهداف معينة، عموما هناك اتفاق على إن تحقيق الحاجات والأهداف والرغبات له ارتباط بالسعادة.

وفكرة أن السعادة هي الوصول إلى الأهداف أو الحاجات تؤدي إلى طرح موضوع مهم هو إن السرور والألم مترابطان فكلما كان النقص والحرمان كان هناك مشاعر بالسعادة الغامرة عند تحقيق الأهداف وفكرة تحقيق الأهداف، وفكرة تحقيق الحاجات تؤدي إلى السعادة القصوى.

الاتجاه الثالث: المقارنة الاجتماعية

يرى أصحاب هذا الاتجاه أن هناك دافعا داخل الأفراد للحصول على تقييمات ذاتية دقيقة، وإن البشر لديهم الدافع الأساسي لتقييم أرائهم وقدراتهم من خلال مقارنة أنفسهم بالآخرين، ويتحدد الهناء النفسي للفرد من خلال المقارنة الذاتية مع من حوله، أي مقارنة ما لديه، وما لدى الآخرين، أو يتذكر الفرد ما فعله في الماضي وترى هذه النظرية بان الفرد يقارن نفسه بالإفراد الآخرين ويجعلهم معيارا فإذا كان وضعه أفضل فانه سيكون قانعا وسعيدا. (محبوب، 2017، ص - ص 6-7)

ويرى فينهوفن أن الشعور بالهناء النفسي ينتج من المقارنة الاجتماعية، عبر مقارنة عقلية واعية، تتضمن الدرجة التي بها تصورات الفرد من الحياة كما هي في الواقع، مع معايير حول ما يجب أن يكون فكلما كان التطابق أكبر كلما شعر الفرد بالهناء ويتفق معظم العلماء اليوم على أن الأفراد يسعون جاهدين نحو تصورات ذاتية دقيقة ولديهم دوافع متنوعة لمقارنة أنفسهم بالآخرين وغالبا ما تكون مثل هذه الدوافع عرضة لوجهات نظر متحيزة للذات، ويمكن للأفراد أن يقارنوا أنفسهم بالآخرين لتحسين مهاراتهم أو قدراتهم وحماية أو تعزيز احترامهم لذواتهم. (مصطفى و فرحان، 2021، ص 379)

التعقيب على النظريات:

يركز الاتجاه الأول على أن المشاعر الايجابية هي التي تحدد الهناء الشخصي أما الاتجاه الثاني فيرى أن تحقيق الحاجات والأهداف والرغبات له ارتباط بالسعادة والهناء الشخصي بينما الاتجاه الثالث يرى أن الهناء النفسي ينتج من المقارنة الاجتماعية.

من خلال ماسبق نرى انه كلما كان الشخص واعيا بأهدافه ورغباته وكان لديه دافعا للحصول على تقييم لذاته حقق الشعور بالسعادة والهناء النفسي.

7 - 7 - محددات الهناء الذاتي:

إن الاهتمام المتزايد بسلوكيات الحياة الطيبة، أظهرت العديد من البرامج التي حاولت فهم وتفسير الانفعالات الايجابية من منظور علمي، وهناك العديد من الأبحاث التي تثبت إن الانفعالات الايجابية تسبق ظهور العديد من النتائج الجيدة كالقناعة والنجاح في مجال العمل ومن هذه الانفعالات الايجابية (رضوان، 2018، ص 9)

1- الشعور بالرضا عن الحياة:

يعد الشعور بالرضا واحد من المكونات الأساسية لسعادة والشعور بالرضا هو نوع من التقدير الهادئ، والتأمل لمدى حسن سير الأمور سواء الآن أو في الماضي. (اراجيل و يوسف، 1993، ص181).

كما يعرف الديب الرضا عن الحياة بأنه تقبل الفرد لذاته وأسلوب الحياة في المجال الحيوي الذي يحيط به، وعرفته منظمة الصحة العالمية بأنه عبارة عن معتقدات الفرد عن موقعه من الحياة وأهدافه وتوقعاته ومعاييره واهتماماته في ضوء السياق الثقافي ومنظومة القيم في المجتمع الذي يعيش فيه. (الفحل، 2016، ص 8)

2 - الأمل:

ينظر إلى الأمل على انه صفة قد تكون وظيفة عامة من شأنها تسهيل التكيف الناجح مع أحداث الحياة الخطيرة أو الجامدة.

كما يعرفه (دو فولتن ومارتوسشي) بأنه عملية تتميز بتوقع يجمع بين الثقة وعدم التأكد بما يحقق مصلحة في المستقبل. (الديار، 2012، ص - ص 20 - 22)

3 - التفاؤل:

هو الميل لاعتبار الأشياء والأمور تسير في الاتجاه الأفضل، فالشخص المتفائل يعكس الثقة لحدوث شيء ايجابي وجيد لحدث معين. (يونس، 2011، ص 219)

يعد التفاؤل أحد المتغيرات الايجابية الفعالة لتقليل حدة الضغوط النفسية من خلال تنمية قدرات الفرد ونظريته للحياة، وايجابيته في حل المشكلات الحياتية والأسرية وإقامة علاقات اجتماعية ناجحة. (القحطاني، ص 41)

4 - حب الحياة:

قدم عبد الخالق مفهوم الحياة باعتباره مكون فرعيا مرتبطا بمجال الهناء الشخصي وقد عرفه بأنه اتجاه ايجابي لدى الفرد نحو حياته الخاصة بوجه عام، وشدة التمسك بها وتقديرها، وأشار إلى وجود فروق فردية في حب الحياة. (محمد، 2012، ص 527)

7 - 8 - العوامل المؤثرة في الهناء الذاتي:

لقد أشار ليوبومرسكي و دينر (2005) إلى أن الناس الذين لديهم حسن الحال أو رفاه الشخصي يعدون أناسا ناجحين في معظم أبعاد ومجالات حياتهم ويعود ذلك إلى امتلاكهم مشاعر بالسعادة، ويعد هؤلاء أيضا أكثر اجتماعية ينظرون لأنفسهم وللآخرين نظرة أكثر ايجابية، كما أن أجسادهم قوية ولديهم ثقة بالذات ومهارات لحل الصراعات والنزاعات والمشكلات أفضل، ولديهم أفكار إبداعية، وفي هذا الإطار يختلف الناس في مستوى الرفاه الشخصي، حيث تلعب عدة عوامل دورا في تحقيقه ومنها: (باشا، 2019، ص - ص 85، 86)

1 - الثروة: تشير نتائج البحوث النفسية إلى أن الثروة والدخل المرتفع يرتبط أن بعيد من النتائج الايجابية في الحياة، حيث يعتقد بعض الناس بان الثروة تعطي الهناء الشخصي أكثر من أي عامل آخر.

2 - الصحة الجسدية هناك علاقة ايجابية بين الصحة الجسدية والهناء الشخصي حيث إن الاكتئاب مثلا يؤثر في الصحة الجسدية على المدى الطويل، في حين العواطف الايجابية مثل التفاؤل يكون لها تأثير ايجابي على صحة القلب والشرايين وعلى عمل جهاز المناعة.

3 - القيم: وتكون بمنزلة مبادئ توجيهية في حياة الناس، وتعتبر القيم مؤثرة في رأي الفرد، وأحكامه وسلوكه وتصرفاته ومن هنا فالقيم التي يتبناها الفرد مؤثرة على حياته ورضا عنها ومؤثرة أيضا في سعادته وبالتالي على هنائه الشخصي.

- 4 - ثقافة المجتمع والهناء الشخصي: تعتبر ثقافة المجتمع عاملاً في تحقيق الهناء الشخصي للفرد فلكل مجتمع ثقافته الخاصة التي تنعكس على الحالة النفسية العامة.
- 5 - الإيمان بالله: كلما كانت علاقة الفرد بمعتقداته الدينية قوية كان لديه شعور بالرضا عن الحياة مما ينعكس إيجاباً على هنائه الشخصي.
- 6 - الترفيه: يرى علماء النفس أن الترفيه والتمتع بالحياة يفضيان إلى الهناء الشخصي للفرد. (صفاء، 2023)

خلاصة:

انطلاقاً مما تم التطرق إليه في هذا الفصل من مفاهيم، خصائص، أبعاد، نظريات، ومحددات حول موضوع الهناء الذاتي، فإننا نرى أن الهناء الذاتي يقاس بشكل مختلف من قبل أفراد مختلفين، يمكن أن ينظر إليه بشكل متكامل من حيث تجارب الحياة ومراعاة الهناء الذاتي من حيث عدة نواحي كمشاعر الفرد ووظائفه العاطفية والاجتماعية والصحة الجسمية والقدرة على تطوير الشخصية، فتحقيق الهناء الذاتي يختلف باختلاف الأفراد وإمكاناتهم ورغباتهم ونظرتهم للحياة.

الفصل الثاني

إجراءات الدراسة

الميدانية

تمهيد:

يتضمن هذا الفصل وصفا للإجراءات المنهجية التي أتبعته لتحقيق أهداف الدراسة والتحقق من فرضياتها بداية بالدراسة الاستطلاعية وتحديد المنهج المناسب للدراسة، وحدودها المكانية والزمانية والبشرية وتحديد مجتمع وعينة الدراسة الاستطلاعية والأساسية وأدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية وتحديد الأساليب الإحصائية وعليه يأتي هذا الفصل الميداني استكمالاً للدراسة النظرية التي حاولت من خلالها الطالبتان الكشف عن مستوى الهناء الذاتي لدى عينة من عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة وقد تم تقسيم هذا الإجراء إلى جزأين:

الأولى: يظم إجراءات الدراسة الاستطلاعية.

الثاني: إجراءات الدراسة الميدانية.

1- الدراسة الاستطلاعية:

مما لا شك فيه أن كل بحث يجب أن يكون مسبقاً بدراسة استطلاعية منهجية لمعرفة واقعه وتفاصيله وعوائقه وتهيئة الجو المناسب لتطبيق وإعداد ما يلزم من المواد والوسائل واختيار خطة الدراسة... إلخ، من أجل تطبيق الدراسة الأساسية في أفضل الظروف والحالات.

1-1- الغرض من الدراسة الاستطلاعية:

حيث هدفت الدراسة إلى:

- التعرف على مدى ملائمة أدوات الدراسة على العينة المختارة (عمال البلدية).
 - التعرف على مدى فهم عينة الدراسة لمحتوى المقياس (مستوى الهناء الذاتي) وإجراء التعديلات اللازمة لتطبيقه في الدراسة الأساسية.
 - الوقوف على أهم العراقيل والصعوبات الممكنة أن تعترض سبيل الطالبان الباحثان لتفاديها في الدراسة الأساسية.
- لهذا يفضل القيام بدراسة استطلاعية على عدد محدود من الأفراد حيث تحقق الدراسة الاستطلاعية.

1-2- عينة الدراسة الاستطلاعية:

للتأكد من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة قامت الطالبان الباحثان بتطبيق أداة الدراسة (الهناء الذاتي) على عينة من عمال البلدية قوامها (120) عامل وعاملة. وقد استغرقت مدة الدراسة الاستطلاعية (07) أيام بهدف التحقق من صلاحية أداة الدراسة لتطبيق على أفراد العينة الأساسية من خلال حساب الصدق والثبات بالطرق الإحصائية الملائمة.

1-3- الهدف من الدراسة:

- التأكد من جدوى الدراسة التي ترغب الطالبتان الباحثتان القيام بها.
- توفر الفرص لطالبتان الباحثتان لتقويم مدى مواءمة البيانات التي يتحصل عليها لدراسة. كما يتأكد من صلاحية الأدوات التي يستخدمها لهذه الدراسة.
- تساعد الدراسة الاستطلاعية الطالبتان الباحثتان على اختيار أولي لفروض الدراسة.
- تمكن الدراسة الاستطلاعية الطالبتان الباحثتان من إظهار مدى كفاية إجراءات البحث والمقاييس التي اختيرت لقياس المتغيرات وخصائصها السيكومترية.

1-4- النتائج المتحصل عليها:

- مدى ملائمة عبارات المقياس وصلاحية لتطبيق من حيث الصدق والثبات العالين.
- استجابات عمال البلدية نحو المقياس كانت عالية ومدى إعجابهم بمتغيرات البحث وانتقاءها في إطار مقياس مهم وجوهري في البلدية.

2- منهج البحث:

من خلال موضوع دراستنا الراهنة والتي تبحث في التعرف على مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم، وعليه فإن المنهج الذي يمكن أن نعتمد عليه في دراستنا هذه والذي ارتأيناه أكثر ملائمة هو المنهج الوصفي لأنه مناسب للبحوث ولرصد الظاهرة محل الدراسة وتفسيرها وجمع البيانات عليها.

3- حدود الدراسة:

اقتصرت الدراسة الحالية على الحدود والمجالات التالية:

- * **المجال البشري:** تم إجراء هذه الدراسة على عينة من عمال بلدية برهوم ولاية المسيلة.
- * **المجال المكاني:** تم إجراء هذه الدراسة على عمال بلدية برهوم ولاية المسيلة.
- * **المجال الزمني:** تم إجراء هذه الدراسة في الموسم الجامعي (2023-2024) بداية من شهر فيفري.

4- مجتمع الدراسة الأساسية:

بعد وضع الحدود الزمانية والمكانية للمجتمع الأصلي الذي تمثل في بعض عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة وقد قدر العدد الإجمالي للمجتمع البحث بـ (400).

5- أداة الدراسة:

بعد الإطلاع على الدراسات السابقة التي بحثت في مستوى الهناء الذاتي وفي ضوء الدراسة الحالية تم تطبيق مقياس الهناء الذاتي.

5-3- تطبيق المقياس:

يطبق المقياس على عمال بلدية برهوم يتكون المقياس في صورته النهائية من 18 فقرة موزعة على ستة أبعاد رئيسية (الاستقلال الذاتي، التمكن البيئي، التطور الشخصي، العلاقات الايجابية، الهدف من الحياة، تقبل الذات)، وقد تدرج سلم الإجابة وفق مقياس ليكرت الخماسي: موافق تماما، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق على الإطلاق.

5-4- مفتاح التصحيح:

تم الاعتماد على المعيار التالي للحكم على تقديرات المتوسطات الحسابية وتم تقسيم درجات التقدير إلى ثلاث مستويات (مرتفعة، متوسطة، منخفضة) بالاعتماد على المعادلة التالية:

$$\frac{\text{الحد الأعلى للبدائل} - \text{الحد الأدنى للبدائل}}{5-1} = 1.33$$

عدد المستويات 3

$$\text{المدى الأول (منخفض): } 2.33 = 1.33 + 1$$

$$\text{المدى الثاني (متوسط): } 3.67 = 1.33 + 2.34$$

$$\text{المدى الثالث (مرتفع): } 5 = 1.33 + 3.68$$

فتصبح التقديرات بعد ذلك:

- أقل من أو تساوي 2.33 مؤشر منخفضا.

- أكبر من تساوي 2.34 لأقل من 3.68متوسطا.

- أكبر من أو تساوي 3.68 مؤشرا مرتفعا.

6- عينة الدراسة الأساسية وخصائصها:

6-1- عينة الدراسة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة في صورتها النهائية من (120) موظف وموظفة وقد تم اختيار هذه العينة من عمال بلدية برهوم مدينة المسيلة بطريقة عشوائية التوزيع بغرض زيادة في البحث العلمي وقياس مستوى الهناء الذاتي لدى هذه الفئة التي تعتبر من أهم العناصر المسيرة للبلدية.

1 - الخصائص السيكومترية لأداتي الدراسة

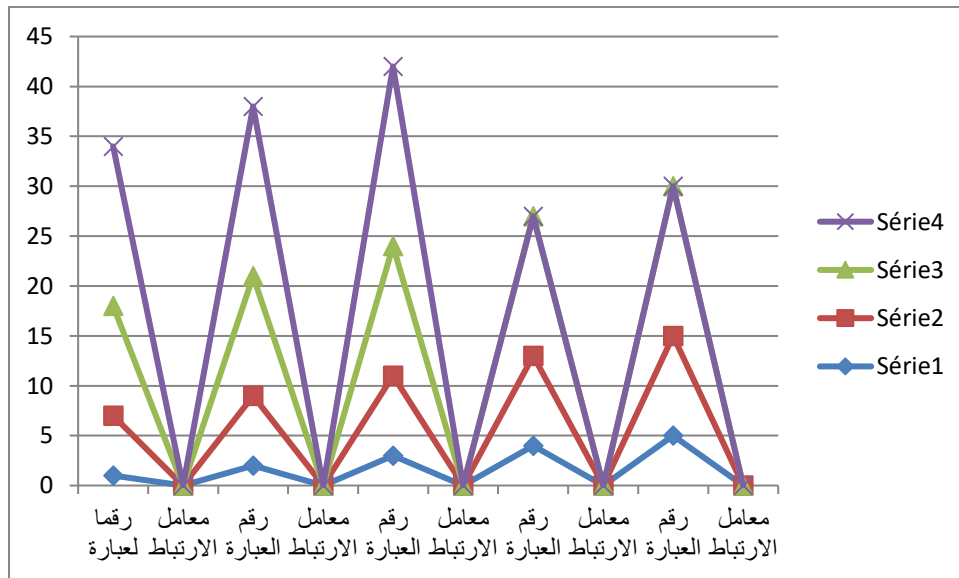
1-1-الصدق:

تم حسابه عن طريق صدق التكوين الفرضي: حيث تم الاعتماد على طريقة التناسق الداخلي للأداة بحساب معامل الارتباط بيرسون بين كل عبارة والأداة ككل والجدول التالي يوضح ذلك.

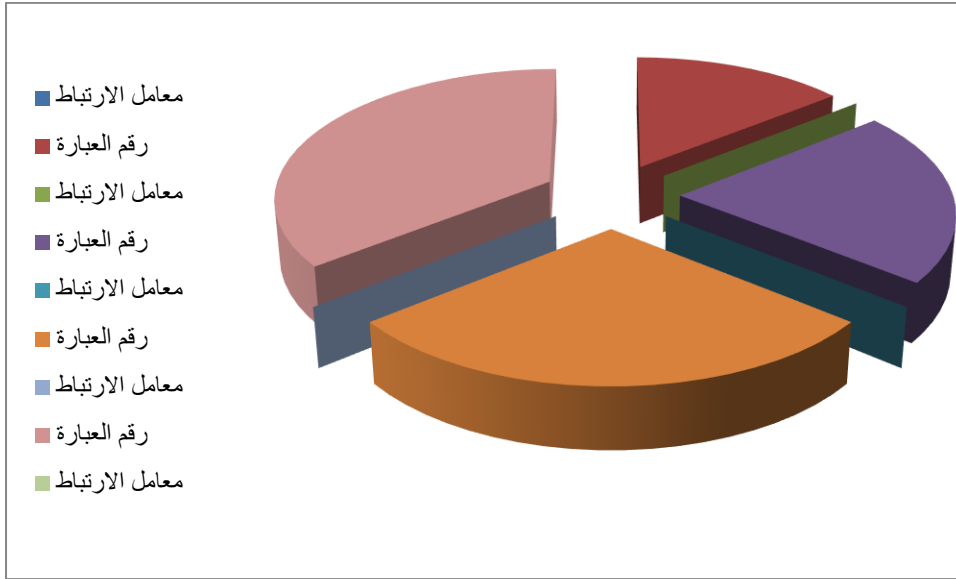
الجدول رقم (01): يوضح معامل الارتباط بين كل بند والمقياس ككل.

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
1	.152**	2	536**	3	.337**	4	.256**	5	.337**
6	.559**	7	.377**	8	306**	9	.393**	10	.286**
11	.497**	12	.446**	13	.405**	14	0.265**	15	0.423**
16	0.504**	17	0.777**	18	0.423**				

يتضح من قيم الارتباطات البنود أن معاملات ارتباطها مقبولة تتراوح بين 0,26 و0,55، فضلا عن دلالتها الإحصائية.



الشكل رقم (01) يوضح معامل الارتباط بين كل بند والمقياس ككل



الشكل رقم (01) يوضح معامل الارتباط بين كل بند والمقياس ككل
2- حساب ثبات مقياس الهناء الذاتي:

تم حساب الثبات بمعامل ألفا كرونباخ للمقياس

جدول رقم (02) : يبين قيمة معامل ثبات الاستبيان باستخدام ألفا كرونباخ

18	عدد بنود الاستبيان
.690	معامل الفا

يتضح من الجدول رقم (02) أن معامل ألفا للمقياس ككل قد بلغت قيمته (0.690). الأمر الذي يشير إلى تمتع الاستبيان بثبات مقبول. وبناء على ما تقدم تبين أنّ استبيان الدراسة استوفى الشروط السيكومترية للمقياس الجيد، وهي صالحة للتطبيق.

1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الجزئية الأولى "مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة متوسط" وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمنا المتوسطات الحسابية والانحرافات والجدول التالي يوضح نتائج ذلك.

جدول رقم (03): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات لمقياس الهناء الذاتي.

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
1	من الممكن أن أغير قراراتي إذا تم الاعتراض عليها من قبل الآخرين.	2.4500	1.22885	متوسط
2	لدي الثقة في معظم ما أقوم به	4.2500	.96362	مرتفع
3	أتصرف وفقاً لما اعتقد أنه مهم وليس وفقاً لما يتفق مع آراء الآخرين.	4.3417	.86477	مرتفع
4	أشعر بأنني مسؤول عن الوضع الذي أعيش فيه.	3.6917	1.23531	مرتفع
5	لا أشعر بالضغط والإجهاد نتيجة لزيادة أعباء ومتطلبات الحياة اليومية.	2.5250	1.42583	متوسط
6	أدير معظم مسؤوليات حياتي اليومية بشكل جيد.	3.7167	1.07049	مرتفع
7	لدي القدرة على اكتساب الخبرات من المواقف المختلفة .	4.4500	.67176	مرتفع
8	لدي الاستعداد لتعلم طرق جديدة لتطوير ذاتي.	4.3250	.72370	مرتفع
9	أميل إلى التغيير في حياتي.	4.3833	.76897	مرتفع
10	لا أجد صعوبة في المحافظة على العلاقات الطيبة مع الآخرين.	3.8833	1.23794	مرتفع
11	يصفني الآخرون بأنني شخص معطاء وعلى استعداد إن أشارك بوقتي مع الآخرين.	3.8500	1.12758	مرتفع
12	لدي علاقات كثيرة تتسم بمشاعر طيبة والثقة في الآخرين.	3.8583	1.16168	مرتفع
13	أفكر في اليوم الذي أعيش فيه كما أشغل نفسي بالتفكير في المستقبل.	3.8583	1.05556	مرتفع
14	بعض الأفراد لا أهداف لهم في الحياة ولكنني لست واحد منهم.	4.3333	.82333	مرتفع
15	لدي رؤية جيدة عما أحاول إنجازه في الحياة.	4.1500	.79547	مرتفع
16	عندما انظر في حياتي أشعر بالسعادة لسير الأمور على النحو الذي سارت عليه.	3.4417	1.16530	متوسط
17	أشعر بالرضا والثقة في نفسي.	4.1750	.88558	مرتفع
18	أشعر أنني حققت في حياتي ما كنت أتمناه.	2.8333	1.21844	متوسط
	المتوسط العام للمقياس	3.8065	41723	مرتفع

(المصدر: تفرغ البيانات)

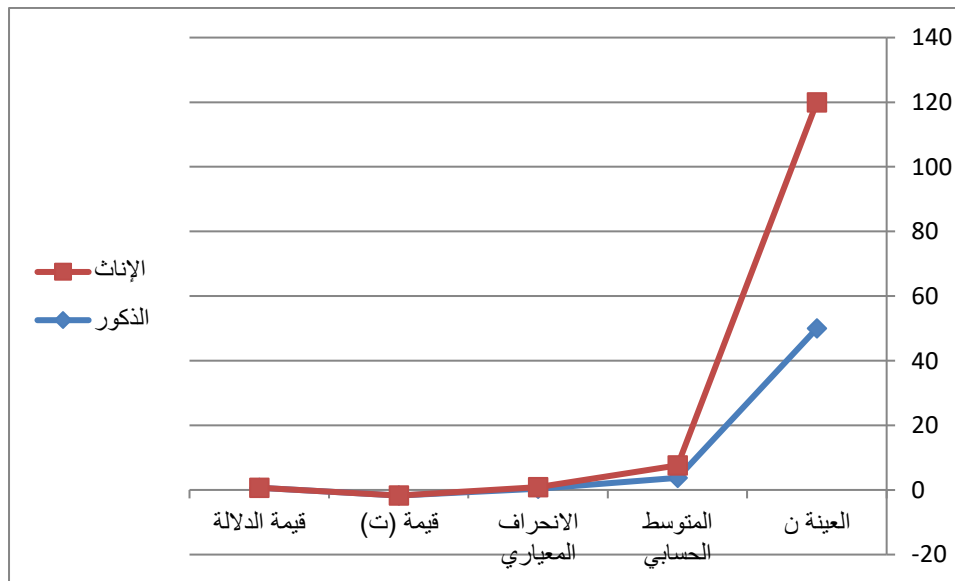
يتضح من الجدول رقم (03) أن المتوسطات الحسابية لعبارات مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة/ الجزائر انحصرت مابين (2.45-4.45)أبين التقدير المرتفع.وفيما يتعلق بالدرجة الكلية لعبارات مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة/ الجزائر كان مرتفعا، وجاءت العبارة رقم (07) "لدي القدرة على اكتساب الخبرات من المواقف المختلفة" وقد احتلت المرتبة الأولى بمتوسط حساب يقدر بـ (4.45) وبانحراف معياري (0.671) بدرجة مرتفعة. أما الفقرة رقم (01) والتي تنص على بأن "من الممكن أن أغير قراراتي إذا تم الاعتراض عليها من قبل الآخرين". فقد جاءت في المرتبة الأخيرة بمتوسط قدر (2.45) وانحراف معياري (1.228) وبدرجة متوسطة.

1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

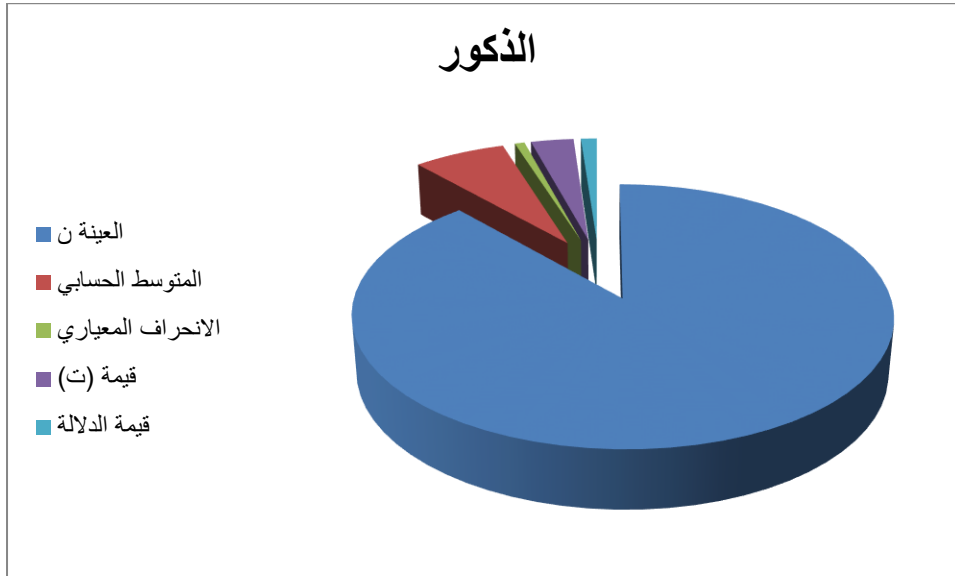
تنص الفرضية الجزئية الثانية " هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير الجنس؟".

والجدول رقم(04): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لاستبانته مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تبعا لمتغير الجنس

الجنس	العينة ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	قيمة الدلالة
الذكور	50	3.7289	.39534	-1.736	.645
الإناث	70	3.8619	.42634		



والشكل رقم(04): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لاستبانته مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تبعا لمتغير الجنس



والشكل رقم(04): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لاستبانته مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تبعا لمتغير الجنس

المصدر: المعالجة الإحصائية

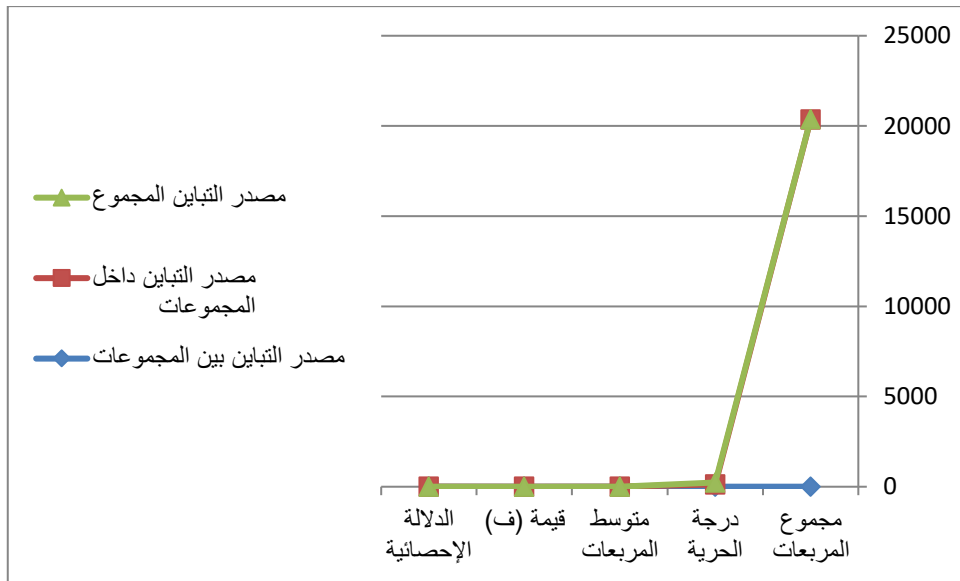
تشير النتائج المدونة في الجدول رقم (04) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة / الجزائر تعزى إلى متغير الجنس، وذلك استنادا إلى قيمة (ت) المحسوبة، إذ بلغت (-1.736) وبمستوى دلالة (0.645) على الأداة، وبما أن قيمة مستوى (Sig) المقابلة لاختبار (T) أكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)، نستنتج بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس.

1-4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

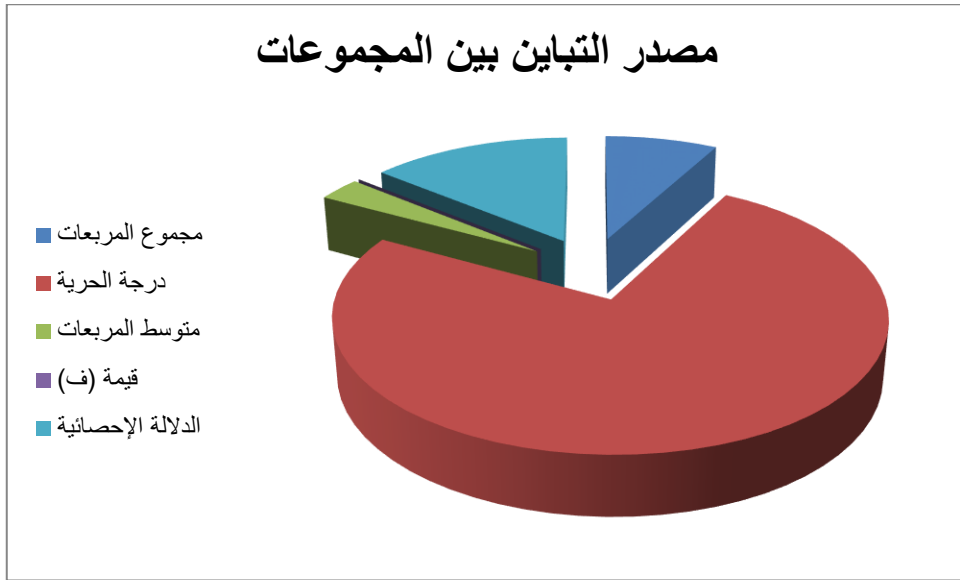
تنص الفرضية الجزئية الثالثة "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير المؤهل العلمي؟".

والجدول رقم (05): يوضح الفروق بين أفراد العينة في مستوى الهناء الذاتي تبعا لمتغير المؤهل العلمي

الدالة الإحصائية	قيمة (ف)	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
0.562	0,686	0.120	3	0.316	بين المجموعات
		0.175	116	20,355	داخل المجموعات
			119	20.716	المجموع



الشكل رقم (05) : يوضح الفروق بين أفراد العينة في مستوى الهناء الذاتي تبعا لمتغير المؤهل العلمي



الشكل رقم (05): يوضح الفروق بين أفراد العينة في مستوى الهناء الذاتي تبعا لمتغير المؤهل العلمي

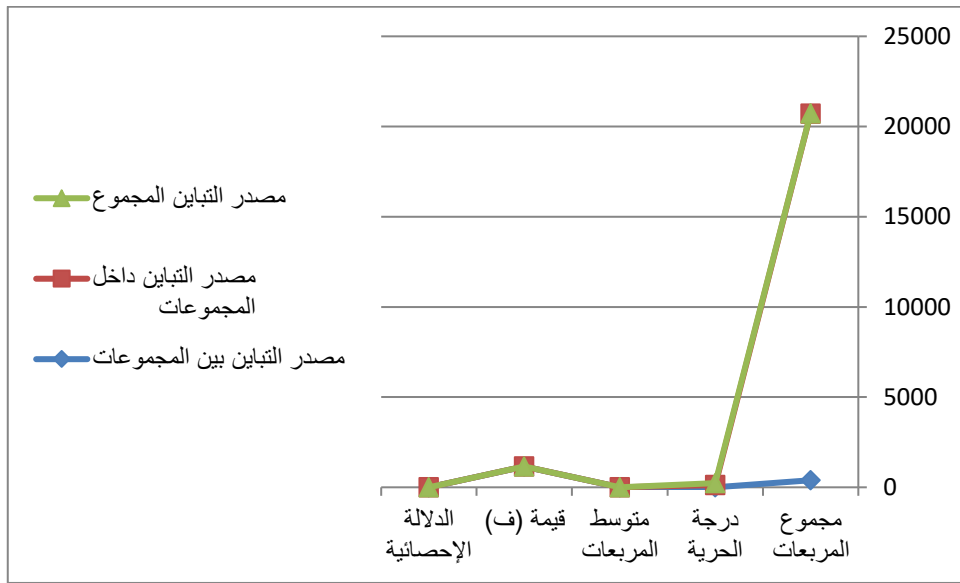
يتضح من الجدول أن قيمة (ف) غير دالة إحصائياً في متغير الهناء الذاتي حيث بلغت قيمته (sig=0.562) وهي أكبر من 0.05، من هنا يمكننا القول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي يعزي لمتغير المؤهل العلمي، أي متغير المؤهل العلمي لا يؤثر في مستوى الهناء الذاتي.

1-5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة:

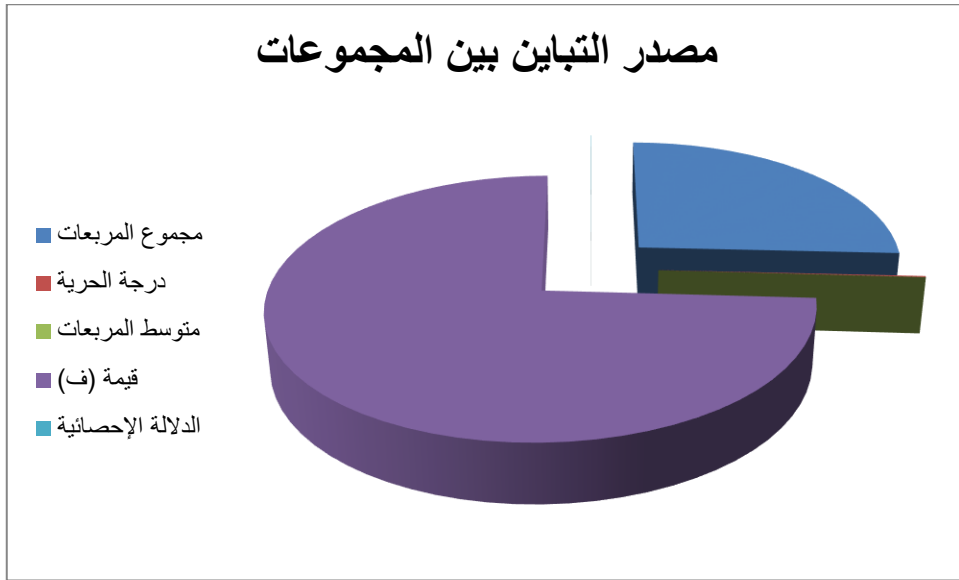
تنص الفرضية الجزئية الرابعة "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير سنوات الخبرة؟"

والجدول رقم (06): يوضح الفروق بين أفراد العينة في مستوى الهناء الذاتي تبعا لمتغير سنوات الخبرة

الدالة الإحصائية	قيمة (ف)	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
0.320	1,151	0.200	2	.400	بين المجموعات
		0.174	117	20,316	داخل المجموعات
			119	20.716	المجموع



الشكل رقم (06): يوضح الفروق بين أفراد العينة في مستوى الهناء الذاتي تبعا لمتغير سنوات الخبرة



الشكل رقم (06): يوضح الفروق بين أفراد العينة في مستوى الهناء الذاتي تبعاً لمتغير سنوات الخبرة

يتضح من الجدول أن قيمة (ف) غير دالة إحصائياً في متغير الهناء الذاتي حيث بلغت قيمته (sig=0.320) وهي أكبر من 0.05، من هنا يمكننا القول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي يعزى لمتغير سنوات الخبرة، أي متغير سنوات الخبرة لا يؤثر في مستوى الهناء الذاتي.

6- الأساليب الإحصائية:

قامت الطالبتان بتفريغ وتحليل للمقاييس من خلال برنامج التحليل الإحصائي

Statistical Package For Social Sciences (Spss V20)

وقد تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

1. معامل ألفا كرونباخ (Cranbach's. Alpha): لمعرفة ثبات فقرات أدوات الدراسة.
2. معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation Coefficient): للتحقق من الصدق والاتساق الداخلي بين فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس ولقياس معاملات الارتباط يستخدم معامل ارتباط بيرسون لدراسة العلاقة بين متغيرات الدراسة.
3. تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية وفقاً لمتغيرات الدراسة (المؤهل العلمي، سنوات الخبرة).

4. اختبار النزعة المركزية: من خلال المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمعرفة مستوى الهناء الذاتي.

خلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل إلى إجراءات الدراسة الميدانية من خلال تبني المنهج المناسب لمجتمع الدراسة ولاختيار عينة الدراسة الأساسية كما تم إجراء دراسة استطلاعية بهدف التأكد من صلاحية أدوات الدراسة لتطبيق على عينة الدراسة الأساسية وحساب خصائصها السيكومترية والتي تتمثل في الصدق والثبات. حيث تبين بعد تطبيق أدوات الدراسة على العينة الاستطلاعية صلاحية الأدوات لتطبيق في الدراسة الأساسية كما تمت الإشارة إلى الأساليب الإحصائية المستخدمة لمعالجة الفرضيات التي سوف يتم عرضها ومناقشتها في فصل الملاحق.

عرض

ومناقشة

نتائج الدراسة

-مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات:

بعد عرض الطالبان الباحثان نتائج الدراسة وتحليلها باستخدام الإحصاء الوصفي وفقا لاستجابات عينة الدراسة، تتناول الطالبان الباحثان مناقشة وتفسير نتائج الدراسة في ضوء الأطر النظرية وكذا ربطهما بنتائج الدراسة والتجربة الشخصية لطالبان الباحثان.

1-مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على "مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة متوسط " وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمنا المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وأثبتت النتائج المتحصل عليها أن مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة مرتفع، وتفسر الطالبان الباحثان هذه النتيجة في مدى مساهمة قدرة العامل على اكتساب الخبرات من المواقف المختلفة لدى العاملين، فإنه يعزز شعوره بالكفاءة والقدرة على التعامل مع التحديات والضغوطات التي تواجهه في البلدية، وهذا ما يؤدي إلى زيادة ثقته بنفسه وإيمانه بقدراته مما يعزز الهناء الذاتي في بيئات العمل، ويشعر الموظف بالنمو والتطور المهني؛ مما يؤدي به إلى شعور بالإنجاز والرضا عن نفسه وعن العمل كما يساعده في التكيف مع التغيرات الطارئة في بيئة العمل، وعليه تؤكد النتيجة السابقة أن العاملين في البلدية يعطون أولوية كبيرة في تطوير الجانب الشخصي وهذا الأخير مرهون بتطور المهارات الذاتية وتحديد الأهداف الشخصية فيشعرون بالهدف والمعني في الحياة، مما يؤدي إلى تحسين أدائهم وزيادة إنتاجيتهم من خلال مؤشرات بيئة العمل الداعمة والمشجعة على التعلم والنمو.

وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (Kun Krasz, 2017)، والتي أكدت على أن تمتع الموظفين بمستوى مرتفع من الهناء الذاتي يلعب دورا حاسما في حياة المنظمات ومؤسسات العمل؛ حيث يؤثر في معدلات الغياب عن العمل، والصراع في مكان العمل، والتعاون بين الأفراد، والأداء الشخصي، وبشكل عام التأثير في النجاح التنظيمي.

وتتفق نتيجة هذه الدراسة أيضا مع دراسة خريبة (2016) في مستوى الهناء الذاتي الوظيفي الأكاديمي لدى أعضاء هيئة التدريس ومعاونهم بكلية التربية جامعة الزقازيق مرتفعا، وكذا مع دراسة عجاجة (2022) مستوى الهناء الذاتي لدى العاملين بالقطاعات الخدماتية مرتفع.

في حين اختلفت مع دراسة كلا من السمر (2022) في مستوى الهناء الذاتي الوظيفي لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا من اللاجئين السوريين في مدارس مديرية التربية والتربية بلواء الجيزة، ودراسة سيد (2020) في مستوى الهناء الذاتي الوظيفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية متوسطا، وكذا مع دراسة (Unal, 2012) في انخفاض مستويات الهناء الذاتي.

2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أن "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير الجنس. وللتحقق من صحة هذا استخدمنا الفرض استخدمنا اختبار (ت) T. test (لدلالة الفروق بين استجابات أفراد العينة، وأثبتت النتائج المتحصل عليها أنه لا توجد فروق في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير الجنس، وهذا يشير أن العمال في بلدية برهوم يشعرون بالهناء الذاتي مهما اختلف جنسهم الأمر الذي يشعروهم بالتفاؤل والانجاز، من خلال انتمائهم للمهنة وعلاقتهم مع الآخرين التي تمنحهم تعزيزا أكبر لتطوير أنفسهم وتزويدهم بمعنى إيجابي عن عملهم، ويصلون لمرحلة الاندماج المهني، ليتحملوا الضغوط المهنية ومحاولة التوافق معها وحلها والقدرة إلى إعادة توازنهم لمقاومة تحديات المهنة. (الهواري، 2022)

كذلك يمكن أن نعزو ذلك عدم وجود فروق في مستوى الهناء الذاتي إلى عدة مؤشرات تتعلق ب: بالوعي المتزايد بأهمية المساواة بين الجنسين في مكان العمل.

-أن التوقعات الاجتماعية والأدوار الجندرية أقل تأثيراً على سلوكيات العاملين في مكان العمل مما يتيح لهم التركيز على تحقيق أهدافهم الشخصية والمهنية دون قيود وشروط.

-قد تعزى إلى العوامل الشخصية المتعلقة بالعاملين بمعنى أن يكون لدى الجنسين القدرة العالية على التكيف مع ظروف العمل المختلفة بمعنى تشابهه في نفس الظروف المحيطة بالعمل مما يتيح لهم تحقيق مستويات متشابهة من النجاح والإنجاز.

وعليه تتفق نتيجة هذه الدراسة من دراسة كلا من السمور (2022) في عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي تعزى للجنس. ومع دراسة الهواري (2023) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى المعلمين في مدارس الثقافة العسكرية في المملكة الأردنية الهاشمية تعزى للجنس.

وأيضاً مع دراسة خريبة (2016) في عدم وجود فروق في درجة الهناء الذاتي الوظيفي الأكاديمي ومكونيه تبعاً للجنس.

في حين اختلفت مع دراسة عجاجة (2022) في وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى العاملين بالقطاعات الخدمية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث. وكذا مع دراسة الخطيب والقرعان (2020) في وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي تعزى لمتغير النوع الاجتماعي ولصالح الذكور.

3- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثانية على أن "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير المؤهل العلمي. وللتحقق من صحة هذا

الفرض استخدمنا اختبار تحليل التباين الأحادي (onewayAnova) لدلالة الفروق بين

استجابات أفراد العينة، وأثبتت النتائج المتحصل عليها أنه لا توجد فروق في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير المؤهل العلمي. وترى الباحثتان

عدم وجود اختلاف في مستوى الهناء الذاتي لدى جميع العاملين في بلدية برهوم بولاية

المسيلة مهما اختلفت مستويات المؤهل العلمي فهم يعملون في نفس المؤسسة الخدمية لها

نفس الضوابط واللوائح القانونية ويستخدمون نفس المرافق ويتعاملون مع نفس الشرائح المجتمعية ويتعاملون

مع زملائهم في نفس بيئة العمل التي بدورها تحظى بنفس الامتيازات والحوافز للجميع وبالتالي يحضون بنفس الوضع الاجتماعي المقبول عموماً .

4- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

تنص الفرضية الرابعة على أن "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير سنوات الخبرة. وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمنا اختبار تحليل التباين الأحادي (onewayAnova) لدلالة الفروق بين استجابات أفراد العينة، وأثبتت النتائج المتحصل عليها أنه لا توجد فروق في الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير سنوات الخبرة، نفس كون جميع العاملين من مختلف المؤهلات العلمية يتمتعون بفرص متساوية لتحقيق النجاح والسعادة في وظائفهم هذا لكون الهناء الذاتي عنصر أساسي في تحقيق الصحة النفسية الإيجابية في بيئات العمل، مما تعزو الشعور بالانتماء والولاء والرضا الوظيفي مهما اختلفت سنوات الخبرة سواء قلت أو زادت فالهدف والمطلب واحد بين جميع العاملين في بلدية برهوم، وهذا ما أدى بهم جميعاً للمساهمة في توفير مناخاً نفسياً صالحاً للعمل.

وعليه تتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة خريبة (2016) في عدم وجود فروق في درجة الهناء الذاتي الوظيفي الأكاديمي ومكونيه باختلاف عدد سنوات الخبرة. في حين تختلف مع دراسة كلا من بيرق (2022) ومصطفى (2010) ودراسة (Karaj & Rapti 2012) في وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الوظيفي لصالح سنوات الخبرة الأكبر .

5-الاستنتاج العام:

تبعاً لنتائج الدراسة وفي ضوء ما تم عرضه من إطار نظري ودراسات سابقة واعتماداً على الأساليب الإحصائية المتحصل عليها في الجانب الميداني لدراسة وانطلاقاً من الهدف الرئيسي للدراسة وهو التعرف على مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

-مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة مرتفع.

2-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير الجنس.

3-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

4 -لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة تعزى لمتغير سنوات الخبرة.

خاتمة

من خلال ما تم التطرق إليه في موضوع الدراسة توصلنا إلى أن مستوى الهناء الذاتي لدى عمال بلدية برهوم بولاية المسيلة (مرتفع). ويفسر هذا في ظل تطبيق مبادئ علم النفس الإيجابي في تسيير الموارد البشرية، إذ تجسدت مؤشرات في الآثار الجلية في مدى مساهمة متغير الهناء الذاتي في تطوير المؤسسات الخدمائية بشكل إيجابي من خلال مشاعر الرضا والسعادة والانجاز وتحقيق الأهداف التي يشعر به العاملين اتجاه وظيفتهم ويتجلى هذا الأخير في كونهم يتمتعون بثقة أكبر بأنفسهم وتقديرهم لذواتهم المرتفع، الأمر الذي سيشرعهم بفرص النمو والتطور الشخصي والشعور بالتفاؤل والاتجاهات الإيجابية نحو الذات. وهذا بطبيعة الحال سوف ينعكس على مظاهر النمو المهني للعاملين وتحقيق الرضا الوظيفي والمهني لديهم بزيادة الولاء للمنظمة من خلال تحسين جودة الخدمات المقدمة للعملاء، وكل هذا على وجه التحديد سوف يسهم في تحقيق استدامة السلوك الإيجابي في إدارة المنظمات فالتركيز على هذا المطلب يساعد على خل بيئة عمل إيجابية تعزز الهناء الذاتي لدى جميع العاملين على المستوى الشخصي والتنظيمي.

الاقتراحات:

في ضوء نتائج البحث العلمي الحالي توصي الطالبتان بمايلي:

- اقتراح برامج تدريبية لمساعدة العاملين على تطوير مهاراتهم وتشجيع الابتكار والإبداع في بيئات العمل.

- اقتراح ورشات عمل تفاعلية تتيح للموظفين اكتساب مهارات جديدة وتطوير سلوكيات إيجابية.

-- إجراء دراسة تنبؤية حول متغيرات علم النفس الإيجابي كالتفكير الإيجابي والتفاؤل وعلاقتها بالهناء الذاتي.

- إجراء دراسة حول الهناء الذاتي وعلاقته بالسلوك الإبداعي لدى العاملين.

- إجراء دراسة حول ممارسة الامتتان ودوره في تعزيز الهناء الذاتي الوظيفي لدى العاملين.

قائمة المصادر والمراجع

الكتب

- 1 . انتونيلا دولفافي، و مرعي سلامة يونس. (2011). علم النفس الايجابي للجميع، مقدمة، مفاهيم، وتطبيقات في العمر المدرسي (المجلد 1). مصر: مكتبة الانجلو المصرية.
- 2 . مسعد ابو الديار. (2012). سيكولوجية الامل (المجلد 1). الكويت: مكتبة الكويت الوطنية، ط 1.
- 3 . نبيل محمد الفحل. (2016). مقياس الرضا عن الحياة للمراهقين المكفوفين (المجلد 1). القاهرة: دار العلوم للنشر والتوزيع، ط 1.

رسائل الماجستير

- 4 . رشا محمد عبد الرزاق الزهيري، (2022)، التأثير المجتمعي لأبحاث جامعة الازهر المنشورة على قاعدة البيانات - اطروحة ماجستير، جامعة الازهر: القاهرة.
- 5 . عبد الهادي بن محمد بن عبد الله القحطاني. الضغوط النفسية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات النفسية (رسالة ماجستير: علم النفس الارشادي).
- 6 . فاتن باشا. (2019). برنامج تدريبي لعلم النفس الايجابي ودورها في تحسين جودة الحياة (اطروحة دوكتوراه: العلوم الاجتماعية).
- 7 . ايناس علي اسماعيل السيد رضوان. (2018). فعلية برنامج ارشادي قائم على العلاج بالواقع لتحسين الرفاهية والاستغراق الوظيفي لدى عينة من المعلمات (رسالة ماجستير :صحة نفسية).

المجلات

- 8 . احنان بنت محمد امين محبوب. (ديسمبر , 2017). الهناء الشخصي وعلاقته بالذكاء الوجداني لدى عينة من طلاب جامعة ام القرى. مجلة البحث العلمي في التربية المجلد 18، الجزء 11.
- 9 . اميرة احمد الزهيري. (2021). اثر القيادة الخاصة في الرفاهية النفسية للعاملين (دراسة التاثير الوسيط في الثقة في القائد). المجلة العربية للادارة، المجلد 41، العدد 04، قسم دراسات الطفولة،كلية الدراسات العليا، جامعة القاهرة، مصر.
- 10 . الحربي نايف بن محمد. (2012). العنف الاسري واثره على كل من الهناء الشخصي والعدوانية لدى الابناء بالمدينة المنورة. رابطة التربويين العرب، العدد 24، السعودية.
- 11 . الحسين بن حسن سيد. (اكتوبر , 2020). الخصائص السيكومترية لمقياس الهناء الذاتي الوظيفي لدى معلمات المرحلة الابتدائية. المجلة العربية للتربية النوعية، المجلد 04، العدد 15، السعودية.

- 12 . دعاء حافظ عباس شلبي. (2022). الهناء الذاتي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية. مجلة بحوث التعليم والابتكار. جامعة عين شمس مصر.
- 13 . سلوى فهاد المري. (اكتوبر, 2018). الخصائص السيكومترية لمقياس الرفاه النفسي لدى الاناث المصابات بامراض مزمنة. العربية للعلوم التربوية والنفسية العدد 05.
- 14 . صبا عبد المنعم المحفوظ. (تشرين الاول, 2018). الرفاهية النفسية لدى معلمات رياض الاطفال. مجلة دراسات تربوية، العدد 44.
- 15 . صفاء يبرق شحاتة يبرق. (2021). ادمان العمل وعلاقته بالتهكم التنظيمي والهناء الذاتي الوظيفي والتوافق الاسري لدى العاملين الاداريين. مجلة كلية التربية، المجلد 06، العدد 45، كلية التربية، جامعة عين شمس، مصر.
- 16 . عبد الرحمان ابراهيم مصطفى، وعمار عوض فرحان. (كانون الأول، 2021). خداع الذات وعلاقته بالهناء النفسي. مجلة جامعة الانبار للعلوم الانسانية. العدد 04 ، المجلد 02.
- 17 . فرجاني صفاء. (04 04, 2023). الهناء الشخصي. تاريخ الاسترداد 2021، من <https://www.alarabi.nccal.gov.kw>.
- 18 . مايكل اراجيل، وفيصل عبد القادر يوسف. (1993). سيكولوجية السعادة (المجلد د ط). الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والاداب.
- 19 . مرعي سلامة يونس. (2011). علم النفس الايجابي للجميع. مصر: مكتبة الانجلو المصرية .

المراجع الأجنبية:

samman, E. (2007, may). psychological and subjective wellbeing ;A proposal for internationally comparable indicators ,. 15. oxford.

الملاحق

الملحق رقم 1: استمارة الاستبيان الهناء الذاتي

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف المسيلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

تخصص: علم النفس العمل والتنظيم وتسيير الموارد البشرية

الأخ المحترم الأخت المحترمة؛

تقوم الباحثتان بدراسة بعنوان: مستوى الهناء الذاتي لدى عمال البلدية

دراسة ميدانية لبلدية برهوم ولاية المسيلة

مقدمة لنيل شهادة الماستر ولأجل تحقيق هذا الهدف وضعت الباحثتان بين يديك مجموعة من العبارات والمطلوب منك قراءتها والإجابة عنها بموضوعية علما بأن إجابتك لن يطع عليها سوى الباحثتان ولا تستخدم إلى لأغراض البحث العلمي شاكرين حسن تعاملكم معنا

ارجوا من حضرتكم وضع علامة (X) داخل خانة الإجابة المناسبة :

النوع الاجتماعي :

ذكر : أنثى :

سنوات الخبرة :

اقل من 10 سنوات اقل من 20 سنة اكثر من 20 سنة

المؤهل العلمي :

ثانوي ليسانس ماستر دكتوراه

الرقم	العنوان	موافق تماما	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق على الاطلاق
الاستقلال الذاتي						
1	من الممكن أن أغير قراراتي إذا تم الاعتراض عليها من قبل الآخرين .					
2	لدي الثقة في معظم ما أقوم به					
3	أتصرف وفقا لما اعتقد انه مهم وليس وفقا لما يتفق مع آراء الآخرين.					
التمكين البيئي						
4	اشعر بأنني مسؤول عن الوضع الذي أعيش فيه.					
5	لا اشعر بالضغط والإجهاد نتيجة لزيادة أعباء ومتطلبات الحياة اليومية.					
6	أدير معظم مسؤوليات حياتي اليومية بشكل جيد.					
التطور الشخصي						
7	لدي القدرة على اكتساب الخبرات من المواقف المختلفة .					
8	لدي الاستعداد لتعلم طرق جديدة لتطوير ذاتي.					
9	أميل إلى التغيير في حياتي.					
العلاقات الايجابية						
10	لاجد صعوبة في المحافظة على العلاقات الطيبة مع الآخرين.					
11	يصفني الآخرون بأنني شخص معطاء وعلى استعداد إن أشارك بوقتي مع الآخرين.					
12	لدى علاقات كثيرة تتسم بمشاعر طيبة والثقة في الآخرين.					

الهدف من الحياة					
				أفكر في اليوم الذي أعيش فيه كما اشغل نفسي بالتفكير في المستقبل.	13
			.	بعض الأفراد لا أهداف لهم في الحياة ولكنني لست واحد منهم.	14
				لدي رؤية جيدة عما أحاول انجازه في الحياة.	15
تقبل الذات					
				عندما انظر في حياتي اشعر بالسعادة لسير الأمور على النحو الذي سارت عليه.	16
				اشعر بالرضا والثقة في نفسي.	17
				اشعر أنني حققت في حياتي ما كنت أتمناه.	18

نتائج المعالجة الإحصائية

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	120	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	120	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.690	18

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	120	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	120	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Part 1	Value	.438
		N of Items	9 ^a
	Part 2	Value	.653
		N of Items	9 ^b
Total N of Items			18
Correlation Between Forms			.427
Spearman-Brown Coefficient	Equal Length		.598
	Unequal Length		.598
Guttman Split-Half Coefficient			.588

a. The items are: q1, q2, q3, q4, q5, q6, q7, q8, q9.

b. The items are: q10, q11, q12, q13, q14, q15, q16, q17, q18.

الجنس

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	50	41.7	41.7	41.7
	2.00	70	58.3	58.3	100.0
Total		120	100.0	100.0	

الخبرة

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	52	43.3	43.3	43.3
	2.00	44	36.7	36.7	80.0
	3.00	24	20.0	20.0	100.0
Total		120	100.0	100.0	

المؤهل

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	30	25.0	25.0	25.0
	2.00	60	50.0	50.0	75.0
	3.00	28	23.3	23.3	98.3
	4.00	2	1.7	1.7	100.0
	Total		120	100.0	100.0

T-Test

Notes

Output Created	27-APR-2024 11:07:38	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	120
Missing Value Handling	Definition of Missing	User defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each analysis are based on the cases with no missing or out-of-range data for any variable in the analysis.
Syntax	T-TEST /TESTVAL=0 /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES=المقياس /CRITERIA=CI(.95).	
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.01

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
المقياس	120	3.8065	.41723	.03809

One-Sample Test

		Test Value = 0		95% Confidence Interval of the Difference		
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Lower	Upper
المقياس	99.939	119	.000	3.80648	3.7311	3.8819

T-Test

Notes

Output Created	27-APR-2024 11:08:01
----------------	----------------------

Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	120
Missing Value Handling	Definition of Missing	User defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each analysis are based on the cases with no missing or out-of-range data for any variable in the analysis.
Syntax	T-TEST GROUPS=الجنس(1 2) /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES=المقياس /CRITERIA=CI(.95).	
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.01

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
المقياس	1.00	50	3.7289	.39534	.05591
	2.00	70	3.8619	.42634	.05096

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df					
المقياس	Equal variances assumed	.213	.645	-1.736-	118					
	Equal variances not assumed			-1.758-	110.212					

Notes

Output Created	27-APR-2024 11:08:22	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0

	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	120
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each analysis are based on cases with no missing data for any variable in the analysis.
Syntax		ONEWAY الخبرة BY المقياس /MISSING ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.01

ANOVA

المقياس

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	.400	2	.200	1.151	.320
Within Groups	20.316	117	.174		
Total	20.716	119			

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ