Bilad Alrafidain Journal of Humanities and Social Science Vol. 6, No. 3 **ISSN: 2788-6026**
Doi: 10.54720/bajhss/2024.060303 **Pages: 27-41**

اليوديمونيا لدى طلبة الجامعة

م. د. احمد حسن خلف الكرخي
المديرية العامة لتربية ديالى، وزارة التربية، ديالى، 32001، العراق.
Ahmedscyo@gmail.com

الملخص

يهدف هذا البحث التعرف الى اليوديمونيا لدى طلبة الجامعة، ودلالة الفروق الإحصائية في اليوديمونيا تبعا لمتغير الجنس (ذكور، اناث) والتخصص (علمي ـــ إنساني) لدى طلبة الجامعة، ولتحقيق اهداف البحث قام الباحث ببناء مقياس (اليوديمونيا) وفق أنموذج (9)، ويتكون مقياس اليوديمونيا من (12) فقرة وتم التحقق من الصدق الظاهري وصدق بناء الاداة وقد تم التحقق من الثبات للمقياس بطريقة اعادة الاختبار، اذ بلغ معامل ثباته (0,84)، وبلغ معامل الثبات بطريقة الفاــ كرونباخ (0,86)، وتم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين المختصين بمجال العلوم التربوية والنفسية والقياس والتقويم واستخراج القوة التمييزية للفقرات، وبلغت عينة هذا البحث (400) طالِبا وطالِبة من طلبة الجامعة، وباستخدام الوسائل الاحصائية (الاختبار التائي لعينة واحدة والاختبار التائي لعينتِين مستقلتين ومعامل الفا ـــ كرونباخ ومعامل ارتباط بيرسون والنسبة المئوية) وباستعمال الحقيبة الإحصائية (SPSS) وأظهرت نتائج البحث انه يوجد يوديمونيا لدى طلبة الجامعة، ولا وجود لفروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير الجنس (ذكور، اناث)، ولا وجود لفروق ذات دلالة احصائية تبعا لمتغير التخصص (علمي، إنساني)، وخرج البحث بمجموعة من المقترحات والتوصيات.

الكلمات المفتاحية: اليوديمونيا، طلبة الجامعة.

Eudaimonia Among University Students

Lect. Dr. Ahmed Hassan Khalaf Al-Karkhi
General Directorate of Education, Ministry of Education, Diyala, Diyala, 32001, Iraq.
Ahmedscyo@gmail.com

Abstract

This research aimed to identify Eudaimonia among University students, and the significance of statistical differences in Eudaimonia according to the variable of gender (males, females) and specialization (scientific - humanities) among university students. To achieve the research objectives, the researcher built a scale (Eudaimonia) according to the Huta model (9). The Eudaimonia scale consisted of (12) items, and the face validity and construct validity of the tool was verified. The reliability of the scale was verified by a retest method, as its reliability coefficient reached (0.84), and the reliability coefficient using Cronbach's alpha method reached (0.86). The scale was presented to a group of arbitrators specialized in the field of educational and psychological sciences, measurement, evaluation, and extracting the discriminatory power of the items. The sample of this research amounted to (400) male and female University students, and using statistical methods (t-test for one sample and

for two independent samples, the Cronbach's alpha coefficient, the Pearson correlation coefficient, and the ratio Percentile) and using the statistical package (SPSS). The results of the research showed that there is Eudaimonia among University students, and there are no statistically significant differences depending on the gender variable (males, females), and there are no statistically significant differences depending on the specialization variable (scientific, humanities), and the research concluded. A set of suggestions and recommendations.

Keywords: Eudaimonia, University Students.

الفصل الاول

مشكلة البحث:

ان عدم استكشاف الطلبة لقيمهم الفردية (الأصالة)، وتجربة النمو الفردي، وتطوير الكفاءة كشخص (التميز)، والتركيز فقط على الجوانب الممتعة للتعليم (الاستمتاع) لن يساعد الطلبة على جني فوائد الدافع اليوديموني، الذي يسمح للطلبة بتحمل المشاعر السلبية التي لا يمكن تجنبها في الجامعة لأنها المرة الأولى التي يواجهون فيها بيئة تتمتع بقدر كبير من الحرية والمسؤولية لإدارة وقتهم، وهذا يمكن أن يجعل من السهل والمغري للطلبة متابعة جوانب الجامعة الممتعة أكثر من اللازم [1].

بالإضافة إلى ذلك، فإن مرحلة البلوغ هي الوقت المناسب لاستكشاف هوية الفرد وتطويرها، والتي يمكن أن تشمل الموضوعات التي يهتمون بها والمهن التي يرغبون في متابعتها. وبالتالي، فإن التعامل مع هوية الفرد واهتماماته واختياره الوظيفي أكثر انسجاما مع دوافع اليوديمونيا مثل (السعي لتحقيق النمو الفردي وتوضيح الذات والقيم الحقيقية للفرد) من دوافع المتعة [2]. وفي دراسة أجريت [3] على طلبة الجامعة بينت نتائجها إن الافتقار إلى اليوديمونيا قد يدفع الأفراد إلى البحث عن المتعة المباشرة وتجنب الألم من خلال الاستمرار في استراتيجيات التكيف التجنبية عندما يواجهون صعوبات الحياة اي لا يواجهون المشكلات بل يتجنبونها ولا يفكرون بأي حلول لها [3].

واحساسا من الباحث يرى ان هناك مشكلة في دوافع اليوديمونيا التي تكون اقل ظهورا من الناحية التنموية لدى طلبة الجامعة، ومن المهم للغاية فهم دوافعهم لأن عواقب سعيهم لتحقيق الرفاهية يمكن أن يكون لها آثار دائمة على حياتهم وتمتد مشكلة البحث بالإجابة عن التساؤلات الاتية:

- هل يمتلك طلبة الجامعة اليوديمونيا ؟
- هل هناك فروق في اليوديمونيا تبعا للجنس والتخصص لدى طلبة الجامعة؟

اهمية البحث:

توفر الثقافة الجامعية قليلا من التنظيم والمراقبة، مما يجعلها المرة الأولى التي يتمتع فيها العديد من الطلبة بقدر كبير من الحرية والاختيار في كيفية قضاء وقتهم، هذه الزيادة في الاستقلالية والمسؤولية تجعل نوع الإنجاز الذي يرغب الطلبة في استخلاصه من التعليم (النمو الفردي والتميز، أو الاستمتاع والمرح، أو الراحة والسهولة) ذا أهمية خاصة، لأن دوافع الفرد من المرجح أن تؤثر على الأنشطة والخبرات التي يبحثون عنها وقت فراغهم، على وجه التحديد ترتبط دوافع اليوديمونيا التي تم قياسها على المستوى العالمي بارتفاع المعدل التراكمي لدى طلاب الجامعات [4].

وفي دراسة [5] بينت أهمية تمييز اليوديمونيا في أنماط المعالجة المعرفية المختلفة وأنظمة الدماغ البيولوجية، مما يدل على أن التمييز أساسي لعلم النفس وليس مجرد تقليد في الحياة، حيث تم التوصل الى أن اليوديمونيا مرتبطة بأنظمة الدماغ هي تلك التي نتشاركها مع الأنواع الأخرى من العمليات المعرفية والغرض منها هو توفير مشاعر ذاتية وفورية من المتعة [5].

وبينت دراسة [2] إن مرحلة الجامعة هي الوقت المناسب والمهم لاستكشاف هوية الفرد وتطويرها، والتي يمكن أن تشمل الموضوعات التي يهتمون بها والمهن التي يرغبون في متابعتها، وبالتالي، فإن التعامل مع هوية الفرد واهتماماته واختياره الوظيفي

أكثر انسجاما مع دوافع اليوديمونيا مثل(السعي لتحقيق النمو الفردي وتوضيح الذات والقيم الحقيقية للفرد)، وإن مساعدة الطلبة على تحقيق أهداف الحياة الجيدة في تعليمهم ستساعدهم على استخلاص فوائد أكثر تنوعًا من الجامعة تتجاوز الشعور بالرضا، مثل الشعور بالمشاركة، والتوافق مع عملهم، والارتباط بأنفسهم وقيمهم، والشعور بأن مساعيهم الأكاديمية تتناسب مع الصورة الأكبر لذواتهم [2].

اهداف البحث: يهدف البحث التعرف الى:

1. اليوديمونيا لدى طلبة الجامعة.
2. الفروق الاحصائية في اليوديمونيا لمُتغير الجِنس (ذكور، اناث) لدى طلبة الجامعة.
3. الفروق الاحصائية في اليوديمونيا لمُتغير التَخصص (عِلمي، إنساني) لدى طلبة الجامعة.

حِدود البحث:

يتحدد هذا البحث بـــــ:ـ

طَلبة جامعة ديالى ولكلا الجنسين (ذكور ــ إناث) والتخصص (علمي ــ إنساني) الدراسة الصباحية الأولية للعام الدراسي (2023-2024).

تحديد المصطلحات:

اولا: اليوديمونيا (Eudaimonia) عرفتها: -

1. [6]: هي دافع للسعي لاستخدام وتطوير أفضل ما في الذات، بطرق تتوافق مع قيم الفرد وذواته الحقيقية، وتوجه نحو تحقيق الأصالة، والمعنى، والتميز، والنمو [6].
2. التعريف النظري: تبنى الباحث تعريف [6] لليوديمونيا الوارد انفا لأنه اعتمد على أنموذجها النظري لبناء المقياس.
3. التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يَحصل عليها الطالب من خلال اجابته على مِقياس اليوديمونيا الذي بناه الباحث وقدمه له.

ثانيا: طلبة الجامعة: الطالب الجامعي هو عنصر اساسي ومهم في العملية التعليمية الذي يقوم بالدراسة في الجامعة التي اختار الدراسة فيها او وقع قبوله في احدى كليات الجامعة وفقا لمعدله الذي حصل عليه في المرحلة الثانوية مثلا (طالب طب، طالب صيدلة، طالب تربية، الخ....) ويتخرج منها بعد تفوقه في الدروس ويحصل على شهادة البكالوريوس منها.

الفصل الثاني : اطار نظري:

الأنموذج النظري الذي فسر اليوديمونيا (9) (Eudaimonia):

المقدمة

يعود تاريخ مفهوم اليوديمونيا إلى النظريات الفلسفية القديمة حول كيفية تحقيق حياة جيدة، تبنى (أريستيبوس) الفيلسوف اليوناني في القرن الرابع قبل الميلاد، وجهة نظر المتعة وافترض أنه يجب تعظيم السعي وراء المتعة، ويجب تقليل الألم إلى الحد الأدنى، في المقابل اعتقد أرسطو الذي عاش أيضا في القرن الرابع قبل الميلاد، أن اليوديمونيا تتحقق من خلال السعادة الجيدة، والتي تنطوي على العيش بمستوى أخلاقي عالٍ، وممارسة الفضائل مثل اللطف، والسعي لتطوير الأفضل في الذات، تتم الآن دراسة اليوديمونيا بشكل تجريبي باستخدام الأساليب العلمية لعلم النفس الحديث تم تضمين مفهوم اليوديمونيا (Eudaimonia) من اليونان القديمة يتكون المصطلح من كلمتين، (Eu) وتعني جيدا أو صحيا، و(Daimon) وتعني الروح أو الذات الحقيقية [7].

الأنموذج النظري الذي فسر اليوديمونيـــا [8] (Eudaimonia):

اشارت [6] إلى أن تعريف اليوديمونيا يشمل الأصالة/الاستقلالية، والتميز/الفضيلة، والنمو/تحقيق الذات، والمعنى/المساهمة، وبالتالي فإنها تمثل مظلة واسعة، ولكن بشكل عام يتعلق الأمر بحياة ذات معنى ومحققة، على النقيض من حياة المتعة الممتعة، إن التمييز بين المتعة واليوديمونيا له تاريخ فلسفي طويل، يمتد إلى ألفي عام على الأقل، حتى أن الباحثين اقترحوا أن هذا التمييز يرسم خرائط لأنظمة دماغية مختلفة، حيث يتم رسم خرائط عمليات اليوديمونيا على الدماغ الأمامي وعمليات المتعة على الدماغ المتوسط والدماغ المؤخر [9].

إن اليوديمونيا تدور حول بناء شيء أوسع على المدى الطويل، ربما يكون هذا هو التمييز الأساسي، إن اليوديمونيا هي وظيفة تنمية العطاء للذات والاستثمار في جانب أكبر من الذات أو في مشروع طويل الأمد، أو في العالم المحيط، ومن ثم فإن الأمر يتعلق تقريبا بالأخذ مقابل العطاء والمنظور الضيق مقابل المنظور الواسع، والمنظور القصير مقابل المدى الطويل، ويمكـــن تلخيص العقليات المرتبطة بهذه التوجهات على أنها الرغبة مقابل الرعاية، وتبـــدأ اليوديمونيا عندما يتحمل الفرد بعض المسؤولية عن حياته وعن الآثار المترتبة على أفعاله [8].

تبني اليوديمونيا إحساسا بالمعنى والقيمة فهي تربط الأحداث المنفصلة في إطار تكتسب فيه الأحداث أدوارا إضافية وبالتالي قيمة وحيوية إضافية، يعزز إطار المعنى زيادة التنظيم والتعقيد، وهي السمات المميزة للتطور، فاليوديمونيا ترفع الفرد إلى مستوى أعلى من الأداء، بحيث يرى أبعد وتنتج السعادة التعلم والإنجاز والتقدم والمهارة، بحيث يمثل الفرد شريحة أكبر من الحياة، فهو يؤدي إلى صقل وتقدير الأشياء من وجهات نظر متعددة، مما يزيد من قدرة الفرد على التنقل بين الفروق الدقيقة والتحديات الكبيرة، اليوديمونيا هي ما يبني المجتمع والحضارة [10].

وكما افترضت [8] ان اليوديمونيا تتضمن أربعة مكونات هي (الأصالة، والمعنى، والتميز، والنمو):

(1) الأصالة (Authenticity): هي توضيح الذات الحقيقية والقيم العميقة، والبقاء على اتصال بها، والتصرف وفقًا لها.

(2) المعنى (Meaning): هو فهم الصورة الأكبر والارتباط بها والمساهمة فيها (قد تتضمن الصورة الأكبر جوانب أوسع من حياتك أو هويتك، أو غرضا ما، على المدى الطويل، أو المجتمع، أو النظام البيئي، أو حتى تصور لكيفية عمل العالم بأكمله).

(3) التميز(Excellence): السعي لتحقيق جودة أعلى ومعايير أعلى في سلوك الفرد وأدائه وإنجازاته وأخلاقه.

(4) النمـــو (Growth): هـــو تحقيق الفـــرد مـــا يشعـــر أنـــه مناســـب لنفســـه، وتحقيـــق إمكاناتـــه، والسعي لتحقيـــق الأهداف الفرديـــة، النمـــو الفـــردي، والتعلـــم، والتحسيـــن، والبحـــث عـــن التحديات، وينضـــج كإنسان [8].

الأصالة (Authenticity):

تتضمن الأصالة توضيح ذاتك الحقيقية وقيمك العميقة والبقاء على اتصال بها والتصرف وفقا لها، يمكن أن تكون الأصالة مُرضية على المستوى الفردي للغاية ويتم اختبارها على أنها ذات معنى في الوقت نفسه مثل العناصر الأخرى من اليوديمونيا يتم السعي لتحقيقها إلى حد كبير لسبب أكثر دقة - كغاية في حد ذاتها وهو شيء يبدو صحيحًا ببساطة [8].

ويتضمن التحرك نحو هوية أكثر وضوحا حواراً بين تجارب الحياة والذات الداخلية ويمكنك تنمية عادة ملاحظة اللحظات التي يجذب فيها شيء ما اهتمامك أو خيالك أو فضولك، أن هناك صوتا بداخلك مهما كان غامضا يمكنه أن يفرز ما هو "أنت"، أطلق علماء النفس الإنسانيون على هذا الصوت اسم عملية التقييم العضوي، ويفترض الكثير من علماء علم النفس الإيجابي أننا جميعا نمتلك هذه القدرة يمكنك أن تتعلم سماع هذا الصوت الداخلي وقياس متى يتحدث عقلك بشكل أصيل ومتى يكون متحيزًا، إحدى الحيل لتجاوز تحيزاتك هي أن تسأل نفسك: ماذا سيقول شخص يعرفني جيدا [11].

إن مواجهة نفسك يتطلب جرعة جيدة من التواضع وإن البحث عن الروح لتأسيس هويتك وإعادة تقييمها وتطويرها يجلب عدم اليقين، وقد يكون وقت أزمة، وليس من السهل دائما أن تجعل شخصيتك ومهنتك وعلاقاتك متوافقة مع ذاتك الحقيقية، فقد يتطلب الأمر

شجاعة وقد تكون هناك قيود وقد تضطر إلى تقديم تنازلات، ومع ذلك فإن العثور على مسارات نحو الأصالة هو أمر يحررنا ويجلب الوضوح ويجعل الحياة تبدو أكثر واقعية ويضع أساسا أكثر صلابة للبناء عليه، ويتضمن التحرك نحو هوية أكثر وضوحا حوارا بين تجارب الحياة والذات الداخلية، أذ يمكنـــك تنمية عادة ملاحظـــة اللحظات التـــي يجذب فيها شيء ما اهتمامك أو خيالك أو فضولك [8].

جزء مهـــم من شخصيتك هـــو نقـــاط قـــوة شخصيتك، لتحديد هذه العناصر يمكنك أخذ جرد نقاط القوة للقيم موضع التنفيذ، وان نقاط قوة الرأس هي (حب التعلم، الفضول، الحكم الجيد، الإبداع،) ونقاط قوة القلب (العدالة، التسامح، الامتنان، الصدق، الأمل، الفكاهة، اللطف، القيادة، الحب، التواضع، المثابرة، الحكمة، العمل الجماعي، الحماس، الشجاعة، المنظور، التنظيم الذاتي، الحماس، الشجاعة) [12].

المعنى (Meaning):

يتضمن المعنى فهم صورة أكبر والارتباط بها والمساهمة فيها، قد تتضمن الصورة الأكبر جوانب أوسع من حياتك أو هويتك أو هدفا أو على المدى الطويل، أو مجتمعك، أو النظام البيئي، أو حتى تصورا لكيفية عمل العالم كله أو من المفترض أن يعمل، هناك ما هو أكثر من ذلك في مفهوم المعنى ، لكن جانب التعالي الذاتي له صلة خاصة باليوديمونيا، وإن تطوير فهم الصورة الأكبر قد ينطوي على أسئلة وجودية محيرة، كما أن المساهمة في العالم المحيط قد تنطوي على تضحيات شخصية، ومع ذلك فإن الارتباط بسياق أوسع يعطي دورا لأفعالك، وفرصة لإحداث فرق [13]. إن السعي إلى فهم إطار أكبر يعني الاسترشاد بأسئلة كبيرة: كيف تعمل هذه الصورة الأكبر؟ ما هو الغرض منه؟ ما الذي يهم في هذا السياق الأكبر؟ تثير مثل هذه الأسئلة احتمالية الشك في نظرتنا الحالية للعالم، مما يهدد في بعض الأحيان إحساسنا بالاستقرار، وعدم التعامل إلا مع القدر الذي نحن مستعدون له، ويمكنك أن تكون منهجيا إلى حد ما في بناء فهمك من خلال تصنيف فرضياتك، على سبيل المثال "فرضية غير مكتملة" أو "لا توجد فرضية ولكن سؤال مثير للاهتمام!" ومجرد تعيين مثل هذه التسميات يوجه عقلك الباطن نحو البحث عن إجابات[8] .

إن المساهمات في الصورة الأكبر لها قيمة بمعنى أوسع أو أعمق أو على المدى الطويل، يمكن للناس المساهمة بعدة طرق مختلفة مثل أعمال اللطف العشوائية، أو الخدمة، أو البناء، أو الإبداع، أو النشاط، أو التدريس، أو تربية الأطفال، أو توجيه الجيل القادم، أو الاستثمار، إن المقصود بالمساهمة الأوسع يتم التقاطه من خلال مفهوم التوليد (المهمة المركزية لمرحلة البلوغ)، تشمل المساهمة أيضا الامتناع عن الأذى وهو جزء كبير من الأنشطة مثل السلوك المؤيد للبيئة [14]. وغالبا ما نقوم بتطوير فلسفات حياتنا من خلال التعرض لنظرة الآخرين من خلال آبائنا وثقافتنا أو ديننا أو سفرنا أو مناقشاتنا مع الأصدقاء أو الخيال، أنت بحاجة إلى الاهتمام بتجاربك الخاصة ثم معالجتها كلها من خلال التفكير اللاواعي جزئيا، أو من خلال الاستخدام المتعمد للاستعارة أو السرد أو من خلال عملية بديهية تصطف فيها مع الصورة الأكبر ببساطة عن طريق عمل ما، يعتمد المعنى على الروابط والتناقضات والتسلسل الهرمي، فأنت بحاجة إلى ربط النقاط بطريقة أو بأخرى، وإلا سيكون لديك ببساطة كوم من الأفكار التي قد تتعبك [8].

التميز (Excellence):

يتضمن التميز السعي لتحقيق جودة أعلى ومعايير أعلى في سلوكك وأدائك وإنجازاتك وأخلاقياتك، وأن المعايير يجب أن تتناسب مع ذاتك الحقيقية، ووسائلك، والمرحلة التي تمر بها في الحياة ويتعلق الأمر بالجهد والعملية، سواء تم تحقيق الهدف أم لا، ويتطلب التميز العمل والالتزام طويل الأمد وفي بعض الأحيان المخاطرة، ومع ذلك قد يكون من دواعي السرور العميق أن تعرف أنك بذلت قصارى جهدك أو فعلت الشيء الصحيح أو قمت بعمل جيد يفرحك ويجلب لك في الوقت نفسه شعورا بالحرية، كما لو أن شيئا ما قد بلغ ذروته لأنك أعطيته كل ما لديك وإنه يبني مشاعر الجودة والفخر الصحي، أنت تقدر الأشياء بشكل أعمق وتعرف مقدار العمل الذي يتطلب كسبه وهو يرتقي بك ويلهمك ويوصلك إلى مستوى أعلى من الأداء[8].

للتمييز بين الأعلى والأسفل في السعي لتحقيق التميز، تحتاج إلى بعض التصور حول متى يكون الاختيار جيدا أو صحيحًا أو ذا جودة أعلى أو حقيقيا، جميلا، نحن نستوعب مثل هذه المفاهيم من آبائنا وثقافتنا، وأحيانا من تعليم الفردية في المدرسة، ويمكنك بناء رؤية لمعيارك أو مثالك من خلال تخيل كيف ستتصرف وتشعر وما ستكون قادرا على فعله، ربما عن طريق كتابة مقال عن "أفضل ما لديك"، يمكنك البحث عن نماذج يحتذى بها، والافراد الذين يلهمونك من المفيد أن تتعلم عنهم بالتفصيل لتنغمس في طريقة تفكيرهم

وتصرفاتهم، وتحصل على إحساس واقعي بالوقت الذي استثمروه في تفوقهم ومدى كون حياتهم عادية تماما، ومع ذلك فإن تطوير الحكم والمثل العليا يحتاج إلى الموازنة مع التسامح، خشية أن يتحول إلى حكم على الآخرين أو على نفسك [15].

النمـــو (Growth):

يتضمن النمـــو تحقيق مـــا تشعـــر أنـــه مناســـب لك، وتحقيق إمكاناتـــك، والسعـــي لتحقيـــق أهدافك الشخصية النمـــو الشخصي، والتعلـــم، والتحسين، والبحث عن التحديات والنضج كإنسان، فالنمو مثله مثل التميز يتطلب الالتزام والجهد ويجلب معه حالة من عدم اليقين وعدم الاستقرار بسبب التغيير، ومع ذلك يبحث الناس بطبيعة الحال عن أنشطة تتجاوز قدرتهم الحالية قليلا، قد يؤذينا بعض الافراد من خلال الإشارة ضمنا لأننا نريد أن يكون كل شيء سهلاً، يبني النمو مشاعر التقدم والإنجاز والكفاءة وتحقيق إنجاز مشروع شخصي، يهدف النضج أكثر إلى تحقيق أهداف عالمية، ويكون تحقيقها أكثر تحديدًا لكل شخص، والنمو الفردي يقع في مكان ما بينهما [11].

يتضمن النمو الشخصي عمليات مثل تعلم المعلومات والمهارات واكتساب الخبرة والتحسين وتعميق الرؤية والتغلب على العقبات وتجاوز المعاناة ووضع التحديات لنفسك، العقل مثل أي عضلة يريد أن يستخدم ويتطور لكي نكون منفتحين على النمو من المهم أن نؤمن بأن ذلك ممكن وأن النجاح يعتمد على التعلم والعمل الجاد (عقلية النمو)، بدلاً من الاعتقاد بأن الناس لا يستطيعون التغيير وأن النجاح يعتمد على القدرة الفطرية (عقلية ثابتة) [8].

لن تحدث عملية التحول الداخلي الغامضة إلى حد ما إذا لم تكن منخرطا ومتفاعلا حقا مع الحياة، كما تظهر نظرية التدفق، التدفق هو حالة الانغماس في نشاط ما والتي لا يمكنك القيام بها بشكل تلقائي بعد ولكنك تجد تحديا وتكون قادرا على مواجهته بمهارة كافية لمواجهة التحدي (القليل جدا من المهارة يؤدي إلى القلق، والكثير من المهارة تؤدي إلى الملل)، يبدو أن الناس يميلون إلى البحث عن التدفق، وبما أن أنشطة التدفق توسع قدراتنا فإنها تؤدي إلى النمو الشخصي والفضول [16].

اتبع شغفـــك أولا دون القلـــق بشأن المكـــان الذي سيأخذك إليـــه أو ما إذا كان سينجح أو ما إذا كان سيكسب المال واللوجستية تأتي فـــي وقت لاحق، نعـــم قد تحتاج إلى تعديـــل رؤيتك فـــي مواجهة الظروف المقيـــدة ولكنك ستمضـــي قدما أكثر مما لو لم تبدأ أبدا وسوف تبقي الشعلـــة مشتعلـــة، إنه مثل الفن - يجب أن تكـــون العقلية الأساسية تجريبيـــة، لتتحسس طريقك مـــن خلال فكرة مـــا، بينما تلعب الاعتبارات العملية والتحليلية دورا أساسيا ولكن داعما، ومن المثير للاهتمام أن الأمور تبدأ بعد ذلك في وضعها في مكانها الصحيح [8].

الفصل الثالث: منهج البحث واجراءاته: ـ

استعمل الباحث المنهج الارتباطي الوصفي واهتم بجمع التفسيرات الواقعية والعلمية للظواهر المدروسة وشرح المشكلة وتفسيرها وإيجاد الحلول ويصف درجة ارتباط متغيرات الدراسة فيما بينها [17].

اولا: مجتمع البحث: ـ

تكوّن مجتمـــع البحـــث من طلبة الجامعة الدراســـة الصباحيـــة وللتخصص (العلمي والانساني) والجنس (الذكور ــ الإناث) في جامعة ديالى للعام الدراسي (2023-2024)، ويتكون مجتمع الدراسة من (400) طالبٍ وطالبةٍ الجدول (1).

الجدول (1): مجتمع البحث

التخصص	الكليات	الجنس		المجموع
		ذكور	اناث	
العلمي	العلوم	544	1120	1664
	الهندسة	1041	587	1628
	التربية للعلوم الصرفة	450	898	1348
	التربية الرياضية والعلوم البدنية	850	255	1105
	الادارة والاقتصاد	533	533	1066
	الطب	289	765	1054

	الفنون الجميلة	164	357	521
	الزراعة	200	244	444
	الطب البيطري	151	142	293
مجموع التخصص العلمي		4222	4901	9123
الانساني	التربية الاساسية	1727	2625	4352
	التربية للعلوم الانسانية	1465	2820	4285
	العلوم الاسلامية	503	1255	1758
	القانون والعلوم السياسية	534	515	1049
	التربية المقداد	296	421	717
مجموع التخصص الانساني		4525	7636	12161
المجموع الكلي		8747	12537	21284

ثانيا: عينة البحث: ـ

تم اختيار عينة البحث الحالي من المجتمع الذي سيتم إجراء البحث فيه اذ بلغت (400) طالبا وطالبة بنسبة (1,8%) من مجتمع البحث، وعدد الطلبة ذوي التخصص العلمي من كلا الجنسين (159) وبنسبة (0,07%) من المشمولين بالبحث، وذوي التخصص الإنساني من كلا الجنسين (241) وبنسبة (1,13%) من المشمولين بالبحث، الجدول (2).

الجدول (2): عينة البحث

ت	التخصص	الكليات	الجنس		المجموع
			الذكور	الاناث	
1	العلمي	العلوم	19	38	57
2		الهندسة	36	20	56
3		التربية للعلوم الصرفة	15	31	46
مجموع العلمي			70	89	159
4	الانساني	العلوم الاسلامية	17	42	59
5		العلوم الانسانية	50	96	146
6		القانون والعلوم السياسية	18	18	36
مجموع الانساني			85	156	241
المجموع الكلي			155	245	400

ثالثا: اداة البحث: ـ

مقياس اليوديمونيا (Eudaimonia): -

تحديد الانموذج والمفهوم:

اعتمد الباحث تعريف [6] والأنموذج النظري لليوديمونيا [8]: هي دافع للسعي لاستخدام وتطوير أفضل ما في الذات، بطرق تتوافق مع قيم الفرد وذواته الحقيقية، وتوجه نحو تحقيق الأصالة، والمعنى، والتميز، والنمو.[6]

تحديد مكونات المفهوم:

افترضت [9] ان اليوديمونيا تتضمن أربعة مكونات هي (الأصالة، والتميز، والنمو، والمعنى).

صياغة فقرات المقياس:

قام الباحث بصياغة فقرات المقياس اعتماداً علـــى أنموذج [8] مع مراعاته لصياغة الفقرات جيدا والتعبير عنها بعبارات بسيطة ومفهومة، وان لا تحتوي الفقرات على اكثر من فكرة، وعدم استعمال ادوات النفي في الاجابة لعدم الارباك [18].أذ تم صياغة (12) فقرة لمقياس اليوديمونيا بصيغته الاولية، ذو تدرج خماسي للفقرات هي (تَنطبق عليَّ دائِما، تَنطبق عليَّ غالِبا، تَنطبِق عليَّ احيانِا، لاتَنطبق عليَّ إبِدا)، وقد وضعت الدرجات (5،4، 3، 2، 1) لتصحيحه باتجاه المفهوم.

اعداد تعليمات المقياس: -

المقياس من اجل البحث العلمي ولن يطلع سوى الباحث عليها، ولا تترك أي فقرة دون إجابة، ومن الضروري الإجابة بصدق ودقة، والاجابة على كافة الفقرات، ووضع (√) امام الاختيار الذي يناسب المستجيب [19].

صلاحية فقرات المقياس: -

عرض الباحث مقياس اليوديمونيا بصيغة اولية على (8) محكمين ملحق (1) وقد طلب الباحث منهم وهم خبراء في القياس والتقويم وعلم النفس تقييم جميع محتويات الكلمات والتعابير وما إذا كانت بحاجة إلى تغيير إن وجدت، وكان مستوى إجماع المحكمين موافقة بنسبة أكثر من (80%).

عينة وضوح التعليمات: -

لتحديد تعليمات المقياس، وحساب الزمن الذي قضاه المبحوث في الإجابة عليها، طبق الباحث المقياس على عينة خاصة من الطلاب والطالبات (30)، وطلب منهم تحديد أي فقرات أو كلمات غير واضحة، اذ اتضح أن التعليمات والاسئلة واضحة، وكانت نسبة الاستجابة معقولة لعينة الدراسة وكان زمن متوسط الاستجابة (4) دقائق، الجدول (3).

الجدول (3): عينة وضوح الفقرات التعليمات

ت	الكلية	الجنس		المجموع
		الذكور	الاناث	
1	العلوم الصرفة	2	5	7
2	التربية للعلوم الانسانية	8	15	23
	المجموع	10	20	30

التحليل الإحصائي لمقياس اليوديمونيا:-

1. **القوة التمييزية لفقرات المقياس:**

والغرض منها هو تمييز شيء ما، أي التمييز بين الطلبة الذين لديهم درجة عالية من هذه الخاصية والطلبة الذين لديهم خاصية منخفضة في الخصائص المراد قياسها، ويتم هذا الفرق من خلال تضمين فقرات [20].

تم ترتيب درجات أعضاء العينة لاستجاباتهم لمقياس اليوديمونيا من أعلى (درجة) إلى أدنى (درجة)

- أخذ نسبة (27%) لكل مجموعة (العليا والدنيا) لتمثيل المجموعتين المتطرفتين.
- تكونت العينة من (400) طالب وطالبة من طلبة الجامعة، وبذلك يكون عدد أفراد المجموعتين العليا والدنيا (216) طالبا أي (108) في المجموعة الدنيا و (108) في المجموعة العليا.
- استعمال اختبار (T-Test) لعينتين مستقلتين لتحديد الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا ويتضح من الجدول (4) أن جميع الفقرات المقاسة مميزة لأن قيمة (T) المحسوبة أكبر من قيمة (T) الجدولية بدرجة حرية (214) وعند مستوى الدلالة (0,05).

الجدول (4): القوة التمييزية لفقرات المقياس

ت	مجموعة عليا		مجموعة دنيا		القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة عند 0,05
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
.1	4,76	0,609	3,31	1,095	12,013	دالة
.2	4,42	0,833	2,97	0,971	11,732	دالة
.3	4,62	0,720	2,99	0,912	14,577	دالة

.4	4,59	0,656	2,66	0,997	16,851	دالة
.5	4,70	0,615	3,08	10,33	14,002	دالة
.6	4,59	0,684	2,93	0,993	14,369	دالة
.7	4,53	0,703	2,86	0,880	15,373	دالة
.8	4,48	0,755	2,87	1,015	13,239	دالة
.9	4.73	0,635	2,99	1,018	15,069	دالة
.10	4,56	0,714	2,95	0,990	13,721	دالة
.11	4,55	0,741	2,90	0,906	14,631	دالة
.12	4,56	0,812	2,89	0,980	13,689	دالة

* القيمة التائية الجدولية عند درجة حرية (214) ومستوى دلالة (0,05) = (1,96).

2. علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية:

عند حساب قيمة صدق الفقرات استعمل الباحث معامل ارتباط (بيرسون) الذي يربط درجات كل فقرة بالدرجة الكلية، حيث أن درجة الفقرة متدرجة ومتصلة، وإن عينة صدق فقرات المقياس تتكون من (305) من طلبة الجامعة، ومن الواضح أن جميع المعاملات مرتبطة بالأرقام مقارنة بالقيم، مما يدل على دقة المقياس في قياس الظاهرة، ولأي غرض تم تصميمه، الجدول (5).

الجدول (5): علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
1	0,631	7	0,646
2	0,585	8	0,624
3	0,622	9	0,653
4	0,668	10	0,654
5	0,679	11	0,596
6	0,652	12	0,611

*القيمة الجدولية لمعامل الارتباط بدرجة الحرية (248) عند مستوى دلالة (0,05) = (0,098).

علاقة درجة الفقرة بدرجة المكون:

باستعمال ارتباط بيرسون قام الباحث بحساب ارتباط درجة كل فقرة مع درجة المكون المنتمية اليه في عينة التحليل الإحصائي البالغة (400) وقد تبين أن جميع المعاملات المحسوبة ذات دلالة إحصائية أعلى من مستوى الدلالة للقيمة الحرجة (0,098) الجدول (6).

الجدول (6): معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمكون الذي تنتمي اليه

المكون الاول	معامل الارتباط	المكون الثاني	معامل الارتباط	المكون الثالث	معامل الارتباط	المكون الرابع	معامل الارتباط
1	0,761	4	0,790	7	0,756	10	0,738
2	0,746	5	0,738	8	0,767	11	0,709
3	0,741	6	0,776	9	0,785	12	0,767

*القيمة الجدولية لمعامل الارتباط بدرجة الحرية (398) عند مستوى دلالة (0,05) = (0,098).

علاقة درجة المكون بالمكونات الأُخرى:

باستعمال معامل بيرسون تم التحقق من الصدق لتحديد الارتباط بين درجات الأفراد لكل مكون والدرجة الكلية لمعامل واتضح ان جميع القيم المحسوبة لمعاملات الارتباط بين المجالات أكبر من القيمة الحرجة (0,098) بمستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (398) وتبين أن هناك دلالة إحصائية عند قياس السمات وهناك علاقة ارتباطية داخلية (اتساق داخلي) بين درجة المكون والدرجة الكلية، وجدول (8).

Bilad Alrafidain Journal of Humanities and Social Science Vol. 6, No. 3 **ISSN: 2788-6026**
Doi: 10.54720/bajhss/2024.060303 **Pages: 27-41**

الجدول (7): مصفوفة الارتباطات الداخليةُ بين مكونات المقياس

اليوديمونيا	المكون الاول	المكون الثاني	المكون الثالث	المكون الرابع
المجموع الكلي	0,818	0,866	0,833	0,839
المكون الاول	1	0,655	0,545	0,558
المكون الثاني	1		0,615	0,634
المكون الثالث	1			0,628
المكون الرابع	1			

* القيمة الجدولية لمعامل الارتباط بدرجة الحرية (398) عند مستوى دلالة (0,05) = (0,098).

3. **الخصائص السايكومترية للمقياس:**

اولا: صدق المقياس:

أ- الصدق الظاهري:

عرض الباحث مقياس اليوديمونيا بصيغة اولية على (8) محكمين ملحق (1) وقد طلب الباحث منهم وهم خبراء في القياس والتقويم وعلم النفس تقييم جميع محتويات الكلمات والتعابير وما إذا كانت بحاجة إلى تغيير إن وجدت، وكان مستوى إجماع المحكمين بنسبة أكثر من (80%) بعد اجراء بعض تعديلات على فقراته لغوياً.

ب- صدق البناء:

تحقق الباحث منه بالطرق الاتية:

1. حساب القوة التمييزية لفقرات المقياس وكانت جميعها مميزة الجدول (4).
2. علاقة درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس الجدول (5).
3. علاقة درجة كل فقرة بدرجة المكون الجدول (6).
4. علاقة درجة المكون بالمكونات الأُخرى الجدول (7).

ثانيا: الثبـــات:

استخرج الباحث الثبات بطريقتين (اعادة الاختبار ــ الاتساق الداخلي) على عينة الثبات (100) من طلبة الجامعة، الجدول (8).

الجدول (8): عينة الثبات

ت	الكلية	الجنس		المجموع
		الذكور	الاناث	
1	الهندسة	18	10	28
2	التربية للعلوم الانسانية	25	47	72
	المجموع	43	57	100

أ- اعادة الاختبار:

طبق المقياس على العينة البالغة (100) طالبا وطالبة الجدول (8)، واعاد الباحث تطبيقه عل نفس العينة بعد (14) يوما على نفس العينة وبحساب معامل "بيرسون" بين الدرجات في التطبيقين الاول والثاني اذ بلغ (0,84)، ويعـد معامل جيد جدا يدل إلى أن المقياس يتمتع بمستوى عالٍ من الثبات، كما يشير معامل الثبات من (70-90) إلى أن الاختبار جيد جدا [21].

ب- طريقة الاتساق الداخلي:

تم الحصول على معامل الثبات وهو (0,86) لدرجات الثبات لعينة الطلاب والطالبات (400) الجدول (2)، حيث تعتبر هذه الدرجات دليلاً جيداً جدا على الثبات المستقر لمقياس اليوديمونيا، فإن معامل ألفا كرونباخ يجب ألا يقل عن (0,70) [22].

المؤشرات الاحصائية لمقياس:

وقام الباحث بحساب المؤشرات الإحصائية للمقياس، والتي تبين توزيع درجات افراد العينة على وفق درجات التوزيع الاعتدالي، الجدول (9).

الجدول (9): المؤشرات الاحصائية الوصفية للمقياس

المؤشرات الاحصائية	القيمة
وسط حسابي	45,8
خطا معياري	0,413
وسيط	46
منوال	44
انحراف معياري	8,255
تباين	68,147
التواء	0,839-
الخطأ المعياري للالتواء	0,122
تفرطح	1,476
خطا معياري للتفرطح	0,243
مدى	48
اقل درجة	12
اعلى درجة	60

من المؤشرات تفرطح (1,476) والالتواء (-0,839) التي تقترب من قيم معيارية التوزيع الاعتدالي بالاقتراب مـــن درجة (صفر) ومـــــن تقارب مقاييس النزعة المركزية (وسط 45,8، وسيط 46، منوال 44) يتضح التقارب لخصائص توزيع الدرجات لأفراد عينة البحث من التوزيع الاعتدالي، اذ يكون توزيع العينة يشبه التوزيع الاعتدالي لأفراد المجتمع، ويساعد هذا على تعميم نتائج البحث المستخرجة من عينة البحث على افراد المجتمع على مقياس اليوديمونيا.

مقياس اليوديمونيا بصيغته النهائية:

تكون مقياس اليوديمونيا بصيغته النهائيــة من (12) فقرة جميعها بتجاه المفهوم، وبدائل الاستجابة خماسيا، وبلغت درجات الاستجابة بين (5-1) درجة للفقرات، ودرجة المقياس القصوى بلغت (60) درجة ودرجة المقياس الدنيا بلغت (12) درجة والمتوسط الفرضي (36) درجة، واصبحت الاداة هنا جاهزة للتطبيق على العينة الاساسية للبحث التي بلغت (400) طالبٍ وطالبةٍ من طلبة الجامعة.

التطبيق النهائي: ــ

طبق الباحث مقياس اليوديمونيا على العينة الاساسية للبحث جدول (2) والتي بلغت (400) طالبا وطالبة باتباعه الإجراءات الاتية:

1. يوضح لأفراد العينة ان الفائدة من المقياس هي لأغراض لبحث العلمي.
2. ترفق استمارة تعليمات خاصة بالمقياس توضح طريقة الاجابة والوقت المخصص للإجابة مفتوح وتم تطبيق مقياس البحث بصورة جماعية.
3. جمع الاستمارات بعد اجابتهم على جميع فقرات المقياس.

الفصل الرابـــع:

تضمن هذا الفصل عرض نتائج البحث ومناقشة هذه النتائج وتفسيرها بحسب الاهداف الاساسية للبحث وفق الأنموذج النظري لهوتا في الفصل الثاني والاستنتاجات وتوصيات ومقترحات الباحث، وادناه نتائج البحث التي توصل لها الباحث: -

اولا: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

الهدف الاول: التعرف الى اليوديمونيا لدى طلبة الجامعة:

قام الباحث بتطبيق مقياس اليوديمونيا على عينة البحث البالغة (400) طالِبا وطالبِة، وتم استخراج المتوسط الحِسابي والبالغ (45,8)، وبانحراف معياري قدره (8,255)، وبلغ المتوسط الفرضي للمقياس (36)، وباستعمال اختبار (T) لعينة واحدة ظهرت قيمة (T) المحسوبة (23,737) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (1,960) بمستوى دلالة (0,05) وبدرجِة الحرية (399) وهذا مؤشر على وجود اليوديمونيا لدى طلبة الجامعة، والجدول (10) يوضح ذلك.

جدول (10):نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي لعينة البحث والمتوسط الفرضي للمقياس

المتغير	عينة البحث	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية	
					المحسوبة	الجدولية
اليوديمونيا	400	45,8	8,255	36	23,737	1,960

*القيمة التائية (T) الجدولية بمستوى دلالة (0,05) وبدرجة الحرية (399) = (1,960).

تبين نتائــج هذا الهــدف بوجـــود اليوديمونيا لدى طَلبة الجامعة، ويفسر الباحث هذه النتيجة في ضوء الأنموذج المتبنى لهوتا [8] الذي تفترض فيه بان الافراد لديهم يوديمونيا، لان اليوديمونيا ترتبط بتجارب مختلفة، بحيث يكون لدى الأفراد الذين يتبعون المتعة والحياة الجيدة صورة أكثر شمولاً للرفاهية من الأفراد الذين يسعون وراء أحدهما فقط، وترتبط اليوديمونيا بالمعنى والترابط الذاتي، والرضا عن الحياة، وانخفاض الاكتئاب [8].

ويفسر الباحث هذه النتيجة بان طلبة الجامعة لديهم انفتاح أ كثر على الحياة وتجارب جديدة واصدقاء جدد وحياة جديدة مما يجعل اغلب الامور التي يقومون بها ذات معنى وتميز لان نموهم يختلف عن مرحلة المراهقة واتضحت اصالتهم وشخصيتهم بالنسبة لهم.

الهدف الثاني: الفروق الاحصائية في اليوديمونيا لمُتغير الجِنس (ذكور، اناث) لدى طلبة الجامعة:

لتحقيق هذا الهدف وباسِــتعمال الاختبار التائي لعينتين مســتقلتين ظهر ان القيمة (**T**) المحِســوبة البالِغة (1,474) اقل من القيمِة (**T**) الجدولية والبالغة (1,960) بمســـتوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (398)، اذ لا توجد فروق ذات دلالة احصـــائية في متغير اليوديمونيا على وفق الجنس (ذكور ـــ اناث) والجدول (11) يبين ذلك.

جدول (11): نتائج الاختبار التائي لدلالة الفروق الاحصائية في اليوديمونيا تبعا لمتغير الجنس

اليوديمونيا	عينة البحث	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	
				المحسوبة	الجدولية
الذكور	155	46,56	7,744	1,474	1,960
الاناث	245	45,31	8,543		

*القيمة التائية (T) الجدولية بمستوى دلالة (0,05) وبدرجة الحرية (398) = (1,960).

يفسـر الباحث هذه النتيجة بان عينة البحث متجانسـة في كافة المؤثرات المحيطة بهم وانهم يتمتعون بحياتهم الجامعية بنفس المسـتوى وان متغير اليوديمونيا له نفس التأثير على الاناث والذكور ويتعاملون مع امورهم اليومية بنفس القدر من الالتزام وانهم يدركون ان حياتهم ذات معنى وتميز.

الهدف الثالث: الفروق الاحصائية في اليوديمونيا لمُتغير التَخصص (عِلمي، أنساني) لدى طلبة الجامعة:

لتحقيق هذا الهدف استعمل الباحث الاختبار التائي (T) لعينتين مستقلتين ظهر ان قيمة (T) المحسوبة البالغة (-0,331) أصغر من قيمة (T) الجدولية والبالغة (1,960) وبمستوى دلالة (0,05) بدرجة الحرية (398)، اذ لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في اليوديمونيا وفق تخصص الطلبة (علمي، انساني) والجدول (12) يبين ذلك.

جدول (12): نتائج الاختبار التائي لدلالة الفروق الاحصائية في اليوديمونيا تبعا لمتغير التخصص

اليوديمونيا	عينة البحث	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	
				المحسوبة	الجدولية
علمي	159	45,6289	8,08229	0,331-	1,960
انساني	241	45,9087	8,38202		

*القيمة التائية (T) الجدولية بمستوى دلالة (0,05) وبدرجة الحرية (398) = (1,960).

يفسر الباحث هذه النتيجة بان اليوديمونيا لها نفس التأثير على طلبة الجامعة ومن التخصصين (العلمي والانساني) لانهم يعيشون نفس الظروف البيئية وان اليوديمونيا لا ترتبط بجزئيات الفرد بل بالفرد ككل اي داخل الفرد وما يشعر به ويميزه وتفكيرهم المجرد والاهتمام بالمستقبل.

ثانيا: الاستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث توصل الباحث الى: -

ان عينة البحث من طلبة الجامعة يتمتعون اليوديمونيا ولديهم سمات مختلفة إلى حد ما فيما يتعلق بالفروق الفردية الأخرى، مما يمنحهم إحساسا بكيفية اختلاف طبائعهم عن غيرهم حيث يكونون مرحين أكثر من غيرهم ويكونون غير منطوين وهادئين ويركزون على أفكارهم وآرائهم.

ثالثا: الَتوصيات:

1. الطلب من وزارة التعليم العالي والجامعات ووسائل الاعلام بعمل ورش تدريبية لتعزيز اليوديمونيا لدى طلبة الجامعة.
2. تعريف الطلبة بمعنى الحياة واصالتها وكيفية اعطاء حياتهم معنى وتميز والتعامل معها.

رابعا: المقترحات:

استكمالا للبحث الحالي فان الباحث يقترح ما يأتي:

1. اجراء دراسة تجريبية (إثر برنامج ارشادي لتعزيز اليوديمونيا لدى طلبة الجامعة وعينات اخرى).

2. اجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين اليوديمونيا والمتغيرات كالرضا عن الحياة والرفاهية الذاتية ...الخ.

المصادر:

[1]. Ortner, C. N., Corno, D., Fung, T. Y., & Rapinda, K. (2018). The roles of hedonic and eudaimonic motives in emotion regulation. Personality and Individual Differences, 120, p 209-212.

[2]. Braaten, A., Huta, V., Tyrany, L., & Thompson, A. (2019). Hedonic and eudaimonic motives toward university studies: How they relate to each other and to well-being derived from school. Journal of Positive Psychology and Wellbeing, 3(2), p 179-196.

[3]. Chua, L. W., Milfont, T. L., & Jose, P. E. (2015). Coping skills help explain how future-oriented adolescents accrue greater well-being over time. Journal of youth and adolescence, 44, p 2028-2041.

[4]. Kryza-Lacombe, M., Tanzini, E., & O'Neill, S. (2019). Hedonic and eudaimonic motives: Associations with academic achievement and negative emotional states among urban college students. Journal of Happiness studies, 20, p 1323-1341.

[5]. Pearce, K., Huta, V., & Voloaca, M. (2021). How eudaimonic and hedonic orientations map onto seeing beyond the 'me, now, and tangible'. The Journal of Positive Psychology, 16(5), p 610-621.

[6]. Huta, V., & Waterman, A. S. (2014). Eudaimonia and its distinction from hedonia: Developing a classification and terminology for understanding conceptual and operational definitions. Journal of happiness studies, 15, p 1425-1456.

[7]. LeFebvre, A., & Huta, V. (2021). Age and gender differences in eudaimonic, hedonic, and extrinsic motivations. Journal of happiness studies, 22(5), p 2299-2321.

[8]. Huta, V. (2020). How distinct are eudaimonia and hedonia? It depends on how they are measured. Journal of Well-Being Assessment, 4(3), p 511-537.

[9]. Huta, V. (2015). The complementary roles of eudaimonia and hedonia and how they can be pursued in practice. Positive psychology in practice: Promoting human flourishing in work, health, education, and everyday life, p 159-182.

[10]. Huta, V. (2016). Eudaimonic and hedonic orientations: Theoretical considerations and research findings. Handbook of eudaimonic well-being, p 215-231.

[11]. Waterman, A. S., & Schwartz, S. J. (2013). Eudaimonic identity theory.

[12]. Park, N., Peterson, C., & Ruch, W. (2009). Orientations to happiness and life satisfaction in twenty-seven nations. The Journal of Positive Psychology, 4(4), p273-279.

[13]. Huta, V., & Zuroff, D. C. (2007). Examining mediators of the link between generativity and well-being. Journal of adult development, 14, 47-52.

[14]. Pelletier, L. G., Baxter, D., & Huta, V. (2010). Personal autonomy and environmental sustainability. In Human autonomy in cross-cultural context: Perspectives on the psychology of agency, freedom, and well-being. Dordrecht: Springer Netherlands. p 257-277.

[15]. Berkowitz, M. W., & Bier, M. C. (2004). Based character education. The Annals of the American Academy of Political and Social Science, 591(1), 72-85.

[16]. Vitterso, J., Oelmann, H. I., & Wang, A. L. (2009). Life satisfaction is not a balanced estimator of the good life: Evidence from reaction time measures and self-reported emotions. Journal of Happiness Studies, 10, p1–17. doi:10.1007/s10902-007-9058-1.

[17]. المحمودي، محمد سرحان (٢٠١٩): مناهج البحث العلمي، دار الكتب، صنعاء، ط3.

[18]. الخرابشة، عمر محمد، عربيات، احمد عبد الحليم (2007): الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة المتفوقين واستراتيجية التعامل معها، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة دمشق، المجلد (5)، العدد (2).

[19]. عبد الخالق، احمد محمد (1987): الابعاد الاساسية للشخصية، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، مصر، ط4.

[20]. ملحم، سامي محمد (2000): القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، ط.

[21]. عيسوي، عبد الرحمن محمد (1985): تصميم البحوث النفسية والاجتماعية والتربوية، دار الراتب الجامعية، بيروت، ط1.

[22]. ابو علام، رجاء محمود (2011): مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، دار النشر للجامعات، القاهرة، ط7.

Bilad Alrafidain Journal of Humanities and Social Science Vol. 6, No. 3 **ISSN: 2788-6026**
Doi: 10.54720/bajhss/2024.060303 **Pages: 27-41**

ملحق (1)

ت	الدرجة العلمية	أسماء السادة المحكمين	التخصص	الجامعة / الكلية
.1	أ. د.	أحسان عليوي ناصر	القياس والتقويم	جامعة بغداد/ كلية التربية ابن الهيثم
.2	أ. د.	انتصار هاشم مهدي	علم نفس النمو	جامعة بغداد/ كلية التربية ابن رشد
.3	أ. د.	بان عدنان عبد الرحمن	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية / كلية الاداب
.4	أ. د.	زهرة موسى جعفر	علم نفس النمو	جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الانسانية
.5	أ. د.	مظهر عبد الكريم سليم	علم النفس التربوي	جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الانسانية
.6	أ. د.	ياسين حميد عيال	القياس والتقويم	جامعة بغداد / كلية التربية أبن رشد
.7	أ. م. د.	محمد ابراهيم حسين	علم النفس التربوي	جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الانسانية
.8	أ. م. د.	زينة شهيد علي	علم النفس التربوي	جامعة ديالى / كلية التربية المقداد