الخوف من السعادة والأمن النفسي لدى الشباب الجامعي

أ.د. يوسف حمه صالح مصطفى

قسم علم النفس

كلية الآداب

جامعة صلاح الدين

م.م. هەناو حسن محمد خان

كلية التربية الأساسية

جامعة السليمانية

كورتە

ترس لە بەختەوەری یەکیکە لەو کیشانەی کە چەند کاریگەرییەکی نیگەتیڤی لی دەبیتەوە لەسەر کەسایەتی و هەست کردن بە ئاسایش، وە هەست کردن بە ئاسایش یەکیکە لە مەرجە سەرەکییەکانی بەدەست هێنانی گونجاندنی کۆمەڵایەتی و دەروونی لای مرۆڤ. ئەم تۆێژینەوەیەش یەکێک لە تۆێژە گرنگەکانی کۆمەڵگا دەگرێتەخۆ کە ئەویش گەنجانی زانکۆیە کە رۆل و کاریگەری ڕاستەوخویان هەیە بۆسەر پێشکەوتنی کۆمەڵگا. بۆیە ئامانجی ئەم تۆێژینەوەیە بریتییە لە زانینی ئاستی هەریەک لە ترس لە بەختەوەری وە هەست کردن بە ئاسایش بە گشتی و بە پێی ڕەگەز و بواری خویندن (زانستی- مرۆیی) لە لای سامپڵی تۆێژینەوە (٦٠٠) خوێندکار لە ڕەگەزی نێر و مێ وە هەردوو بواری (زانستی- مرۆیی) وە بۆ گەشتن بە ئامانجەکان تویژەر هەستا بە ئامادە کردنی دوو پێوەر بۆ پێوانی هەردوو گۆڕاوی ترس لە بەختەوەری وە هەست کردن بە ئاسایش، وە دوای شیکردنەوەی داتاکان بە بکارهێنانی پرۆگرامی (spss) ئەنجامی تویژینەوەکە دەریخست کە' ترس لە بختەوەری لە ئاستیکی نزمدایە وە هەست کردن بە ئاسایش لە ئاستیکی بەرزدایە لای خوێندکارانی زانکو، وە نەبونی جیاوازی لە هەرددو گورەوەکە بە پیی ڕەگەز، وەهەروەها دەرکەوت کەئاستی ترس لە بەختەوەری لای خوێندکارانی خوێندنی مرۆیی بەرزترە، وە ئاستی هەستکردن بە ئاسایش لای لای خوێندکارانی خوێندنی زانستی بەرزترە.

الملخص

ان الشعور بالخوف من السعادة مشكلة جوهرية، تترتب عليها تأثيرات سلبية على شخصية الفرد وشعوره بالأمن النفسي، وتُعدْ الأمن النفسي من الشروط الأساسية التي يتوقف عليها تحقيق التوافق النفسي والأجتماعي لدى الانسان، وتناول البحث الحالي شريحة مهمة في المجتمع وهي الشباب الجامعي حيث يمثلون عناصر فاعلة في المجتمع وفي تقدمه مستقبلاً. وتهدف البحث الحالي الى التعرف على مستوى الخوف من السعادة والأمن النفسي ككل وبحسب الجنس والتخصص (علمي_انساني) والعلاقة بينهما لدى عينة البحث التي شملت (٦٠٠) طالب وطالبة. تم اختيارها

بالأسلوب الطبقي العشوائي في ثلاث جامعات الأقليم(السليمانية واربيل ودهوك). ولأجل تحقيق الأهداف تم اعداد مقياسين لقياس كل من الخوف من السعادة والأمن النفسي، وتم التحقق من الصدق والثبات لهما, واستخدم برنامج (SPSS) بعد التطبيق النهائي للمقياسين على عينة البحث وتفريغ البيانات ومعالجتها احصائياً. وقد أظهرت النتائج ان الخوف من السعادة لدى طلبة الجامعة في مستوى منخفض بشكل دال، ويتمتعون بشكل دال من بالأمن النفسي وبشكل دال، ولاتوجد فروق ذات دلالة معنوية في مستوى الخوف من السعادة والأمن النفسي بين الطلاب والطالبات، وجود فروق ذات دلالة معنوية في مستوى الخوف من السعادة بين طلبة الدراسات العلمية وطلبة الدراسات الادبية لصالح طلبة الدراسات الأدبية، و وجود فروق ذات دلالة معنوية في مستوى الأمن النفسي بين طلبة الدراسات العلمية والادبية ولصالح طلبة الدراسات العلمية.

Summary

The sense of fear of happiness is a fundamental problem, which has negative effects on the personality of the individual and his sense of psychological security, Psychological security is one of the basic conditions upon which the psychological and social compatibility of human beings depends. The current research dealt with an important slice of the society, namely; university youth, who represents an effective components in the society and in its future advancement. The current research aims to identify the level of fear of happiness and psychological security as a whole and by sex and specialization (science_humanity) and the relationship between them in the sample of the study, which included (600) students. It was chosen by random sample method in three universities in kurdistan region (Sulaymaniyah, Arbil and Dohuk). In order to achieve the objectives, two measures were prepared to measure both the fear of happiness and psychological security. The validity of the SPSS was verified after the final application of the measurements on the sample and the data was processed statistically. The results showed that the fear of happiness among university students is at a low level, and they enjoy a degree of psychological security, and there are no significant differences in the level of fear of happiness and psychological security between male and female students. There are significant differences in the level of fear of Happiness between students of both scientific and humanity studies , which is higher among students of humanity studies, and there are no significant differences in the level of psychological security between students of scientific and humanity studies, which is higher among students of scientific studies.

التعريف بالبحث

مشكلة البحث:

تُعَدْ السعادة من اهم المشاعر الايجابية التي ينشدها الانسان ويعيشها، والسعادة تعد من الموضوعات المهمة في علم النفس الايجابي وهي من الانفعالات الايجابية التي يتعامل الفرد معها والتي تجعله ينظر الى الجانب المشرق من الحياة بأمل و تفاؤل وأتزان. وتكمن المشكلة هنا في إن بعض الناس يتوجسون من السعادة ومن اللحظات المفرحة في مواقفهم الحياتية, ويتوقعون عواقباً

وخيمة من جراء ما يترتب عليه عبر مشاعرهم بالسعادة وتفاعلهم مع مفرداتها، حيث ينجم عن ذلك (الخوف من السعادة) اي الحذر الشديد من المواقف السعيدة و المبهجة نتجة لتلك التوقعات السيئة والسلبية عما ينتج عنها من اثار غير محمودة مستقبلاً، او قد ينجم هذا الخوف من خشية هؤلاء لفقدانهم تلك المواقف الفرحة والسارة، الامر الذي يحرمهم سواء من التمتع باللحظات أوالمواقف السعيدة او من التعبير عنها و التفاعل معها بأيجابية.

وقد وجدا الباحثان بأن هذا النوع من المخاوف شائع بين افراد المجتمع الشرقي عموماً والكردي بالأخص، وهناك تأثيرات للحضارة والقيم والتقاليد بهذا الصدد في كيفية التعاطي مع المواقف السارة والمفرحة.

كما و ان الخوف من السعادة يشير الى شعور الفرد بان سعادته ستنتهي بمصيبة وان هذا الفرح لن يطول او ان امراً مكورهاً غير متوقع سيحصل له مما يحول دون تمتع الفرد بالمواقف السارة([1]). كما ويشير المختصون في العلاج النفسي(weeks , ٢٠٠٩) , (Gilbert, Ewon,et al, 2011 الى ان المشكلات النفسية و امراضها ترتبط بزيادة تأثير الانفعالات والاحاسيس السلبية مثل الخوف و الغضب و أنخفاض تأثير الانفعالات والمشاعر الايجابية على الفرد مثل السعادة و السرور، ويؤدي الى ارتفاع مستوى الخوف من السعادة لدى الفرد وتقييم الحياة بصورة سلبية وعدم الرضا عنها ([2]). وان استفحال حالة الخوف من السعادة لدى الافراد الاعتياديين في المجتمع ربما يؤدي بهم الى مرض الشيروفوبيا (cherophobia) أو رهاب السعادة (Aver sionto happsness) وهي حالة نفسية يقوم فيها المريض بتجنب التجارب او المواقف السعيدة . والبحث الحالي يستقصي مستويات الخوف من السعادة كحالة عامة لدى طلبة الجامعة في علاقتها مع الأمن النفسي لديهم .

ما الامن النفسي فهو حاجة مهمة على مدار حياة الفرد يؤدي اشباعها الى الشعور بالطمأنينة و الأستقرار كما يؤدي ادراك الفرد للعالم كونه يبعث على السعادة والميل لتوقع حصول الخير والنظرة

1 Gluck,L .Fear of Happiness. (1996). Michigan Quarterly Review, xxxv (4).P679

2Gilbert, P, McEwan,k, et al, Fear of compassion and happiness in relation to alexithymia, mindfulness and self-criticism. (2011) .Psychology and psychotherapy Theory research and practice, British psychological society, number 85 ,P1.

المتفائلة، وايضا الميل للشعور بالرضا والسعادة، بينما عدم الشعور بالأمن ينتاب الفرد الميل لتوقع الأسوء والنظرة المتشائمة للمستقبل والشعور بالحزن وعدم الرضا.([1]).

وانخفاض مستوى الامن النفسي لدى الافراد يؤدي بهم الى مشاعر الخوف والهلع فيها يتعلق بمصيرهم وضمان حياتهم و حياة اسرهم الآن وفي المستقبل. كما وقد يؤدي ضعف في الشعور بالامن النفسي لدى الفرد الى انخفاض الانجار و الدافعية و التوافق النفسي و الاجتماعي و ربما يؤدي بالفرد الى امراض نفسية منها القلق والكآبة .

ولذلك تتجلى مشكلة البحث الحالي في الكشف على مستوى الخوف من السعادة و علاقته بالامن النفسي ولدى الشباب الجامعي

اهمية البحث:

ان اساس تقدم المجتمعات البشرية وتطورها في مجالات شتى ربما يعزى بالدرجة الأولى الى طاقات شبابها في البناء وجهودهم المبدعة التي تصب في خدمة الأنسان، الأمر الذي يستدعي التحري عن تلك الطاقات الشبابية وتنميتها وتسخيرها في الأبداع والتطور وفي خدمة المجتمع، والحيلولة دون هدرها أو قمعها وذلك من خلال إزالة كل ما يُعيق التعبير عن النشاطات الأبداعية الجسدية منها والنفسية والأجتماعية وتقد التسهيلات اللازمة لحرية الفكر والأبداع والتعبير لدى هذه الشريحة الحيوية من المجتمع. وتبرز أهمية البحث هذا من القيمة النفسية لكلا المفهومين (خوف من السعادة و الأمن النفسي) إن تحققا بمستويات مطلوبة لدى الشباب الأمر الذي سيمهد لهم السبل الكفيلة للحصول على الصحة النفسية وعلى شخصيات ايجابية منسجمة والى تحريرهم لطاقات ايجابية للبناء والتقدم.ولأن الخوف من السعادة من أهم المتغيرات في علم النفس الحديث كما اشار (جوشانلو و ويجرز) من حيث تحقيقها والبحث في السبل لأتاحتها لدى أفراد المجتمع وكذلك التحري عن الأسباب التي تعرقل تحقيقها. والخوف من السعادة من معرقلات الشعور بالسعادة وهو من الأهمية بمكان من حيث دراسته و معالجة اسبابه، وهناك في ثقافات متعددة الكثير من الأفراد لا يلتفتون الى أهمية مشاعر السعادة كونها مسؤول الى نهاية أو نتيجة سيئة ([2]) وبينت الدراسات بأن الخوف من

١حسن، الحارث عبد الحميد وداينى، غسان حسين سالم، علم النفس الأمني(٢٠٠٦)، ، لبنان : الدار العربية للعلوم ط١،ص١٥٨.

2 Joshanloo, Mohsen,The influence of fear of happiness beliefs on responses to the satisfaction with life scale(2013), Victoria University of, New Zealand Journal Elsevier(54),p643

السعادة كأي نوع من انواع الخوف قد يرتبط بمتغيرات نفسية اخرى من حيث تأثيراتها المتبادلة بين هذا الخوف وبين تلك المتغيرات. ويرى بعض الباحثين ، بأن هناك علاقة بين ثقافة المجتمع والشعور بالخوف من السعادة، وان هناك مجتمعات متعددة تؤمن بأن المشاعر الأيجابية لا تؤدي الى نتائج ايجابية وبينت دراسة (Miyamoto,Ma,2011) بأن للحضارة تأثير على إتجاه الفرد نحو الخبرات الأيجابية ولها دور فعال في تشكيل تنظيم العاطفة، ([1]).

واكتشف كل من (Diener,Oishi&Ryan,2013) و (joshanloo,2013) علاقة عكسية بين مستوى الخوف من السعادة لدى الفرد ومستوى رضا الحياة (Life satisfaction) بمعنى ان عدم الرضا الفرد عن حياته يؤدي الى عدم الأرتياح و توقعات سلبية حول المستقبل وازدياد نسبة شعور الخوف من السعادة ([2])و([3]) . و أظهرت في دراسة جلبرت و إيوان (Gilbert,Ewan,2011) وجود علاقة طردية بين الخوف من السعادة و كلا من الشعور بالذنب والكابة وصعوبات الفتور العاطفي (Alexithymia) لدى الفرد, لأن في بعض الأحيان يشعر الفرد بأنه لايستحق الخير او هذه السعادة لذا يعتقد بأنه سيعاقب ويفقد الفرح([4]). واشارت دراسة(Gilbert,2014) وجود علاقة بين الخوف من المشاعر الأيجابية والسعادة وصعوبات الفتور العاطفي او ما يعرف ب(التبلد العاطفي)، وهي حالة ضعف في الشخصية للتعبير عن العواطف والمشاعر والتعلق الاجتماعي، والعلاقات الشخصية. وفضلاً عن ذلك، الأشخاص الذين يعانون من االيكسيثيميا يجدون أيضا صعوبة في التمييز بين مشاعر الاخرين وتقديرها ([5]). واشارت (Leung&Bond,2008) بأن هناك علاقة ايجابية بين الخوف من السعادة والديناميكية الخارجية والتي يشير الى الأعتقاد بأن الحوادث الخارجية محددة مسبقاً([6]).

ويُعَد الأمن النفسي من أهم مقومات الحياة لكل الأفراد والمجتمعات, إذ يتطلع الإنسان اليه في كل زمان ومكان, ومن مهده إلى لحده, فإذا ما وجد مايهدده في نفسه وماله وأرضه ودينه, هرع إلى

1 Joshanloo, M. Zarina Kh, et al,Cross- Cultural Validaion of Fear of Happiness Scal across 14 National Groups(2014) new zealand, journal of cross – Cultural Psychology, Vol 45(2)p247.
2 Diener,E. Oishi,S & Ryan, K.L, universal and Cultural differences in the couses and structure of happiness(2013), p153
3 Joshanloo, M. Weijers, D ,Fear of happiness across cultures: a review of where and why are people afraid of happiness, (2013), Journal Elsevier, new Zealand,P647.
4 Gilbert,Ewan,2011,P1
5Gilbert, P, McEwan,k, et al, Fear of Negative Emotions in Relation to Fear of Happiness, Compassion, Alexithymia and Psychopathology in a Depressed, (2014),Journal of Depress Anexiety ISSN:2167,P1.
6 Leung ,K & Bond, M.H ,Individuals and cultures in multilevel analysis(2008). New york,P200.

ملجأ آمن ينشد فيه الأمن والأمان والسكينة. وينطوي الإحساس بالأمن النفسي على مشاعر متعددة تستند إلى مدلولات متشابهة, فغياب القلق والخوف وتبدد مظاهر التهديد والمخاطر على مكونات الشخصية من الداخل والخارج مع الاحساس بالإطمئنان والاستقرار الإنفعالي والمادي, ودرجات معقولة من التقبل لمكونات البيئة. ([1]). ويرى لندرفيل ومين (Londerville & main) أن الأمن النفسي من المتطلبات الأساسية للصحة النفسية التي يحتاج الفرد اليها كي يتمتع بشخصية اجابية متزنة ومنتجة لأن الأداء الجيد والنجاح في الحياة ينعكس مدى اطمئنانية الفرد على حياته ومستقبله ([2]). ويشير دراسة (جبر،٢٠١٥) الى وجود علاقة بين الأمن النفسي والقلق وأن القلق الزائد يسبب للفرد اضطرابات نفسية متعددة واحساس بضعف الشعور بالأمن النفسي، ([3]). وفي دراسة (السهلي،٢٠٠٣) و (الصوافي،٢٠٠٨) ظهر بأن الأمن النفسي وشعور الفرد بالأستقرار والتحرر من الخوف والقلق يساعد الأنسان تحقيق متطلباته وادراك قدراته ويجعله اكثر تكيفا ([4]). وكما اشار (عدس،١٩٩٦)الى ان الأمن النفسي هو ايجاد علاقات متوازنة بين الفرد وذاته من ناحية وبينه وبين الآخرين من ناحية اخرى، فاذا توفرت هذه العلاقات المتوازنة فان سلوك الفرد يميل الى الستقرار وبالتالي يصبح أكثر قابلية للعمل والأنتاج. ويرى (الطيب والدد،٢٠٠٢) ان الأحساس بالأمن حاجة نفسية ضرورية لتكون لديه القدرة على الأنجاز والنجاح في العمل. وفي دراسة(الشحري٢٠١٣) تبين بأن الأرتفاع في الأمن النفسي لدى المدرسين يؤدي الى ارتفاع في كفاءة الأداء والنجاح في أدائهم لمهامهم الوظيفية. وهناك دور فعال تؤدية التنشئة الأجتماعية في تحقيق او عدم تحقيق الأمن النفسي لدى الأفراد، حيث ([5]). وبينت دراسة (زايد،٢٠٠٧) بأن للأمن النفسي تأثير على دافعية الأنجاز و

---

١ الطهراوي, جميل حسن. الأمن النفسي لدى طلبة الجامعات وعلاقته باتجاهاتهم نحو الانسحاب الإسرائيلي(٢٠٠٧)، كلية الآداب، جامعة غزة، فلسطين،ص٧.

2Londer ville,Susan & Main, Mary,Security of attachment, Compliance, and maternal training methods in the second year of life(1981). Developmental Psychology- vol 7,p290.

٣جبر، حسين عبيد ، الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم القلق لدى طلبة كلية فنون الجميلة(٢٠١٥)، جامعة بابل،ص٧٥

٤ الشحري، امينة بنت مستهيل سعيد مشرح، الأمن النفسي وعلاقته بكفاءة الأداء لدى أخصائيي قواعد البيانات في المدارس (٢٠١٣)، رسالة الماجستير غير منشورة، جامعة نزوى، سلطنة عمان,ص٦.

٥ عقل, وفاء علي سليمان ، الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى المعاقين بصرياً(٢٠٠٩). رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأسلامية، غزة,ص٢١.

ان فقدان الأمن يؤدي الى عرقلة جميع انشطة الحياة واحداث خلل في توازن الأفراد ([1]) .

ومن هنا تبرز اهمية المتغيرات البحث الحالي، الخوف من السعادة وعلاقته بالأمن النفسي لدى الشباب الجامعي الذين يعدون شريحة واسعة ولديهم دور مباشر وتأثير في تطور المجتمع وتقدمه.

اهداف البحث : يهدف الباحثان في البحث الحالي الى التعرف على ما يأتي:

١- مستويات الخوف من السعادة والأمن النفسي لدى العينة ككل ودلالات الفروق بينها وبين اوساطها الفرضية.

٢- مستويات الخوف من السعادة والأمن النفسي لدى شباب الجامعي ودلالات الفروق بحسب الجنس والتخصص .

٣- التعرف على طبيعة العلاقة بين متغيرات الدراسة (الخوف من السعادة والأمن النفسي) لدى العينة ككل.

حدود البحث: تشمل الحدود الزمانية والمكانية للبحث الحالي على الشباب من طلبة كل من جامعة صلاح الدين- اربيل وجامعة سليمانية و جامعة دهوك للعام الدراسي ٢٠١٦-٢٠١٧

تحديد المصطلحات :

١-الخوف من السعادة:

-**تعريف جيلبرت** ٢٠١١ (Gilbert) : قلق الفرد وتصوراته السلبية ازاء شعوره بالسعادة والمشاعر الأيجابية التي تراوده([2]).

-**تعريف جوشانلو** ٢٠١٤ (Joshanloo) :هو شعور الفرد بعدم واقعية السعادة و موضوعيتها و ذلك لأسباب ثقافية ودينية في المجتمع ([3]).

- **تعريف ويست** ٢٠١٦ (west): يشير الى ان الفرد ينتابه شعور داخلي إزاء الفرح والسعادة يتجلى عند الناس بطرق مختلفة، قد يكون الحذر من السعادة و يتضمن الصعوبة في الأستمرار بالبهجة والفرح وقد يظهر في محاولة الفرد تجنب الخبرات الأيجابية والمفرحة([1]).

١زايد، سهام عريبي ، الأمن النفسي ودافعية الأنجاز (٢٠٠٧)، مجلة كلية الآداب جامعة بغداد ، عدد٨٣,ص٤٦٧.

2 Gilbert,2011,p8

3Joshanloo, M. Zarina Kh, et al,Cross- Cultural Validaion of Fear of Happiness Scal across 14 National Groups(2014) new zea, journal of cross – Cultural Psychology, Vol 45(2)p246

التعريف النظري: شعور بالقلق والخوف من فقدان السعادة لدى الفرد بسبب توقعاته و تفكيراته السلبية للخبرات السارة ، ولايدع الفرد أن يشعر بالأرتياح والتمتع بالسعادة.

التعريف الأجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها كل طالب وطالبة على المقياس المعد لهذا الغرض.

٢- الأمن النفسي:

-تعريف مازلو ١٩٥٢ (Maslow)**:** شعور الفرد بأنه محبوب و متقبل من الآخرين وله مكانة بينهم ويدرك بأن بيئته صديقة ودوره فيها غير محبط ويشعر فيها بندرة الخطر والتهديد والقلق ([٢])

-تعريف السويركي (٢٠١٣) **:** أنه الطمأنينة النفسية والأنفعالية، وهو حالة يكون فيها إشباع الحاجات مضموناً وغير معرض للخطر، وأيضاً هو مركب من اطمئنان الذات والثقة بها ([٣])

-تعريف الغامدي (2015) : شعور الفرد بسعادة ورضا عن حياة والبعد عن المخاوف في الحاضر والمستقبل ([٤]).

التعريف النظري: حالة من الأستقرار والأطمئنان النفسي التي يشعر بها الفرد نتيجة تحرره من القلق والتهديد واحساسه بالحب والأحترام وتقبل الآخرين في البيئة التي يعيشها.

التعريف الأجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها كل طالب و طالبة على المقياس المعد لهذا الغرض.

التنظيير والدراسات السابقة

أولاً: الخوف من السعادة (Fear of Happy) :

تُعَد السعادة تعد مفهوما مركبا من عدة أنفعالات ومشاعر أيجابية كالمتعة والأثارة والبهجة والفرح والرضا أو هي الدرجة التي يحكم عندها الفرد بأن نوعية حياته على درجة عالية من الرضى ([١]) وهناك

---

1 West, Morris, Could You Have A Fear Of Happiness?(2016) http://innerspacetherapy.in/fear-of-happiness/

٢ الصرايرة، خالد أحمد،الأمن النفسي لدى طلبة الجامعات في محافظات غزة (٢٠٠٩)،الأردن، المجلة العربية لضمان جودة التعليمي، العدد(٣),ص٥.

٣ السويركي، رمزي شحدة سعيد ، الأمن النفسي وعلاقته بالأستقلال / الأعتمادية وجودة الحياة لدى المعاقين بصرياً بمحافظات غزة (٢٠١٣)، كلية التربة جامعة الأسلامية، فلسطين,ص٩.

٤ الغامدي, محمد عبدالله علي آل علي, الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلبة جامعة الدمام (٢٠١٥)، كلية التربية، جامعة بنها,السعودية,ص١٤.

صنف من الناس, ربما يتجنب المواقف السعيدة أو يتوجس الخيفة منها حيث توقع بما لا يُحمد عقباه من تلك المواقف، وتدعى هذه الحالة بالخوف من السعادة (Fear of Happy) أو شيروفوبيا (Chero Phobia)، الأمر الذي يجعل من الفرد في هذه الحالة ان يتهرب من المواقف السارة او على الأمل لايُعبر عنها ويحرم نفسه من التمتع بها بحكم ادراكه السلبي لتلك المواقف السارة ([٢]). والخوف(f ear) هو انفعال يبدو في استجابة الفرد لمثيرات معينة كالانسحاب او الهروب من الواقع المجهول او هو شعور بالقلق والخشية من المستقبل دون سبب معين يدعو للخوف، أو هو الخوف المزمن، فالخوف مرادف للقلق، الا ان الخوف استجابة لخطر محدد، بينما القلق استجابة لخطر غير محدد ربما مجهول المصدر، وطالما ان المصدر الحقيقي للخطر غير معروف للشخص العصابي، فان استخدام القلق يقتصر على المخاوف العصابية ([٣]). وهناك أنواع مختلفة من المخاوف المرضية منها خوف من السعادة، وهو شكل من أشكال القلق، فالقلق هنا هو شعور غير عقلاني ينجم من تهديد يتصوره الشخص في حالة اخوفه من السعادة، ويرتبط القلق بالمشاركة في الأنشطة التي قد تجعله سعيدا .والشخص الذي يعاني من رهاب السعادة، ليس بالضرورة شخص حزين، ولكنه يتجنب الأنشطة التي يمكن أن تؤدي إلى السعادة أو الفرح، ومن أمثلة ذلك :تجنب حضور أنشطة مبهجة مثل، الحفلات، أو الأفراح و رفض الفرص التي يمكن أن تؤدي إلى تغييرات إيجابية في الحياة بسبب الخوف من أن شيئا سيئا سيحدث بعد ذلك . ويشير (Gilbert2011,) بأن الفرد ينشأ عنده أحياناً نوعا من الخوف لا سيما عندما تنتابه مشاعر ايجابية مثل السعادة والبهجة والمتعة والنجاح من جراءه الطريقة المشوهة والسلبية في ادراك مسببات الأحداث السارة والسعيدة ونتائجها، فضلاً عن توقعاته السيئة لما ينتهي به المطاف ممن معاناة ومشكلات على اثر تلك المواقف السعيدة. لذا يكون دائما في حالة قلق وخوف من فقدان المشاعر الايجابية التي يعيش فيها. ويرى جلبرت (Gilbert et,2011) بأن الخوف من السعادة خلل او اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة , مع تشويه

---

١ القاسم, موضي بنت محمد بن حمد، الذكاء الوجداني و علاقته بكل من السعادة والأمل لدى عينة من طالبات جامعة أم قرى (٢٠١١)، كلية التربية ، جامعة أم قرى، السعودية,ص٣٩.

٢ حسن, بسمة، مرض شيروفوبيا (٢٠١٧), https://www.almrsal.com/post/477838

٣نـــــاجي,علاء, الخـــــوف و علاقتـــــه بتكيـــــف الدراســـــي لـــــدى تلاميـــــذ الأبتدائية(٢٠١٧)https://annabaa.org/arabic/studies/10357

و تحريف ادراكي معرفي للواقع و للذات من خلال استحضار الذكريات و الخبرات الماضية غير السارة, مع التضخيم للسلبيات ودحض للايجابيات المرتبطة بالذات و الواقع, تجعل من صاحبها في حالة التوتر وعدم الأمن, و تؤدي به الى حالة من التوتر والتشاؤم من المستقبل الى قلق التفكير في المستقبل , و الخوف من المشكلات الاجتماعية و الاقتصادية المستقبلة المتوقعة, و الأفكار الوسواسية وقلق الموت و اليأس. وأشار جلبرت ايضا بأن أحيانا الخوف من السعادة ينجم عن لوم الذات والشعور بالذنب لدى الفرد ويجعله ان ينتقد ذاته ويفكر بأنه لا يستحق السعادة([1])

ويستنج من ذلك بأن الخوف من السعادة حالة تلازم الفرد تنصف بأفكار متشائمة غير واقعية ازاء الموقف السارة والسعيدة في الحياة، يتوقع فيها بأن هناك خطر مما يفقده الشعور بالمتعة والسرور وينعكس ذلك في سلوك الفرد التي تأخذ أشكالا مخيفة مثل تجنب المواقف المثيرة بالسعادة والبهجة أو في بعض الأحيان عدم التعبير عن الفرح والسرور لكي لا يواجه ما تخفيه هذه السعادة من تعاسة متوقعة.

الخوف من السعادة وفق بعض النظريات:

أولاً :- نظرية التحليل النفسي (Psycho - Analysis Theory):

يُعَد فرويد (Freud) مؤسس مدرسة التحليل النفسي حيث أشار بأن السعادة ترتبط بالتوازن بين المكونات الشخصية الثلاثة (الأنا والأنا الأعلى والهو). وكما يشير إلى أن الخوف هو تحذير من الأنا (Ego) بأن هنالك دافعاً غير مقبول يضغط على الوعي بغية الانطلاق، وهو اشارة لأستعداد للأفعال دفاعية ضد الضغط الموجه إليها, وإن ازدياد القلق فوق الحد المقبول والمفيد قد يعرض الشخص إلى نوبات من الهلع والرعب, وبعدها يبدأ الشخص يستعيد توازنه النفسي عن طريق استخدام كبت الخيالات والمشاعر والدوافع المسببة، وإذا فشل الكبت كوسيلة دفاعية فأن آليات الدفاع الأخرى مثل (التحويل, الإزاحة, النكوص) هي التي تنشط مما ينجم عن ذلك صورة من صور الاضطرابات العصابية (كالهستريا, والفوبيا والوسواس القهري) ([2]).

---

1 Gilbert, P, McEwan,k, et al, Fear of compassion and happiness in relation to alexithymia, mindfulness and self-criticism. (2011) .Psychology and psychotherapy Theory research and practice, British psychological society, number 85 ,P1-5.

٢ البدري, نبيل عبد العزيز عبد الكريم, القلق وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، (٢٠٠٣)، كلية التربة ،جامعة تكريت,ص٠٢.

وبين فرويد (Freud , 1939) بأن القوى الدافعة للسلوك، هي قوى داخلية قد تسبب الصراع الداخلي بين مكونات الشخصية، (الهو Id) وتعود المضايقات الى المرحلة المبكرة للأطفال عندما يشعرون بارباك الاحتياجات التي لا يستطيعون السيطرة عليها بسبب عجزهم. ([1]) وتُعَد(الانا Ego)، المصدر والمنشأ الوحيد للقلق والذي يسبب الخوف و(الانا الاعلى Super ego) والتي توضح معاناة الافراد من القلق، نتيجة شعورهم بالذنب في حالة خرقهم للقوانين والتقاليد ([2]). بمعنى أن القلق هو نتاج الضغوط الحضارية والثقافية التي تعكسها الأسرة خلال أساليب التنشئة الاجتماعية.

فالبيئة الداخلية لايمكنها بمفردها من تحقق السعادة والأمن وعدم الخوف وأنما هناك الكثير من العوامل الخارجية التي تحدد امكانية البشر في الحصول على السعادة، فالمجتمع له دور أساس في تكوين القلق والخوف، بل في بعض الأحيان يحول دون أن يتمتع الفرد باللحظات السعيدة، بسبب الأختلاف بين الثقافة او الدين او تقاليد المجتمع وبين الأسباب الباعثة على أن يكون الفرد سعيداً، لذا فعندما يتبع الأنسان غرائزه ويصل الى الشعور كونه سعيد ومتمتع هو سعيد و ممتع قد يؤدي الى نوع من الصراع بين تلك المتناقضات ممايؤدي ذلك الى شعوره بالذنب ومن ثم خوفه من فقدان السعادة.

ويرى (فرويد) بأن الحضارة تأسست عندما تخلى الأنسان عن كفاحاته الغريزية، وأنه بسبب ذلك تكون الحضارة مسؤولة عن الكثير من بؤس الأنسان، وأن بأمكانه ان يحصل على منفعة أكبر لو لم يلزم نفسه بالكثير من مستلزمات الحضارة وضغوطها. وبهذا يرى (فرويد) ان كل فرد هو عدو للحضارة ([3]).

وبحسب (فرويد) ان الدين والمعايير الأجتماعية تشكل نوعًا من الضغوط على الأفراد بأستمرار، لأن التكيف مع المجتمع والأبتعاد عن الشعور بالذنب يتطلب منه أن يتخلى أو يكبت جزءا كبيرا من غرائزه ودوافعه. ومن هنا يتبين لنا بأن كلما زاد مستوى التأثر الفرد بحضارة مجتمعه، وبما يزيد لك لديه الشعور بالخوف من السعادة، لأنه عندما يصل الى السعادة واللذة عن طريق أشباع غرائزه و

1 Vyas, JN, Niraj Ahuja , Text book of postgraduate psychiatry, (1999) New Delhi second edittion,jaypee rothers. Nedical publishers, p25

2Murray, R, Hill. P, McGuffin,) The Essentionls of postgraduate psychiatry(١٩٩٧) uk , cambridge university pres, p40.

٣ صالح، قاسم حسين، الشخصية بين التنظير و القياس, كلية الآداب(١٩٨٨)، جامعة بغداد,ص١٣٣

دوافعه الجنسية، يشعر بالذنب تجاه ضميره الذي تشكل تحت تأثير الدين والحضارة، فيصيبه بالتوتر والخوف من أنه سيواجهه عقاباً بعد سعادته التي سببت له الأنحراف عن الثقافة والدين والمعايير الأجتماعية.

ثانياً : النظرية المعرفية (Cognitive Theory):

يرى أصحاب النظرية السلوكية المعرفية أن القلق هو استجابة تلقائية – سلوكية - معرفية, والتي قد تكون مرتبطة مباشرةً بالمعتقدات غير المنطقية والخاطئة وإن العمليات المعرفية تؤدي دوراً بارزاً في القلق المرضي بشكل إدراكات أو عمليات معرفية مثيرة للقلق([1]).وتركز هذه النظرية على طريقة تفكير الافراد الذين يعانون من الخوف و القلق، إذ يميل الفرد القَلِق الى وضع توقعات غير واقعية لمواقف متعددة في الحياة، فتوصل (لازاروس) (Lazarus , 1963) الى ان القلق والخوف انفعال قائم على تقييم التهديد، وهذا التقييم يتضمن عوامل رمزية، وموقفية أخرى غير محددة. ([2]).

ويضيف (كيلي Kelly)(١٩٨٦) و(ماندلر Mandler)(١٩٨٦) الى أن الاضطرابات، ما هي الا استجابات انفعالية وجدانية، يكتسبها الفرد خلال خبرته في الحياة، وذلك خلال التفاعل بين الموقف والاستجابة والتفكير ، إذ يتبنى الفرد المضطرب أفكاراً لا منطقية غير مستقرة، تجعل من استجاباته المستقبلية استجابات مرضية ([3]) .

ويستنتج بحسب المنظور المعرفي من ان الخوف من السعادة يتضمن توقعات الفرد لحدوث أمراً سيئاً عندما يكون سعيداً، وسبب هذه التوقعات يعود الى خبرات السيئة في الحياة لدى الفرد، حيث أن لخبرات السيئة تأثر سلبي على قدرة الأنسان في التمتع بالسعادة وتجعل من الفرد أن يشعر بالخطر ويتوقع حدوث شيئاً سيئاً ومن ثم يزول السرور. وبين جلبرت (Gilbert,2014) بأن عندما تكون خبرات الفرد السيئة أكثر من خبراته الأيجابية فهذا يؤدي الى عدم القدرة على تمييز المشاعر وعلى فهمها وعلى التعبير عنها الذي يسمى بالفتور العاطفي أو التبلد العاطفي (Alexithymia) ولا يقدر الفرد أن يعبر عن مشاعره ، أي أن السعادة بالنسبة له ليست أيجابية دائماً وانما الخبرات السيئة

---

1 Murray, R, Hill. P, McGuffin,) The Essentionls of postgraduate psychiatry(١٩٩٧) uk , cambridge university pres, p49.

٢ العزاوي، نبيل رفيق محمد إبراهيم، قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة المرحلة الإعدادية (٢٠٠٢)، كلية التربية (ابن الهيثم) جامعة بغداد,ص١٦.

3 Beidel ,D.C, and Turner,S.M. Acritigue of the theoretical bases of cognitive – behavioral theories therapy, clinical psychology review, 1986,P160

التي يمر بها الأنسان تجعله أن لا يكون قادرا على التمييز والتعبير عن مشاعره، وتجعله غير واثق من سعادته وخائفاً من تكرار تلك الخبرات السيئة ([1])

ثالثاً: المنظور الأنساني:

وقد ركز علماء النفس الإنسانيون على الصراعات وخصوصاً تلك التي تتمرد عندما نختار أسلوب الحياة الصحيح أو الأكثر معنى (دافيدوف,١٩٨٠, ص١٠٢) ,ويرى (مازلو Maslow) أن الفرد القلق هو ذلك الفرد الذي حرم نفسه أو حُرم من الوصول إلى الإشباع الكافي لحاجاته الأساسية, وهذه الحالة قد تمنع التقدم نحو الهدف النهائي المتمثل بتحقيق الذات, إذ يشعر الفرد القلق بالتهديد وانعدام الأمن وانخفاض في تقدير الذات ([2]). في حين يرى (مازلو) بأن إشباع الحاجات الأساسية البيولوجية والأجتماعية والنفسية ومواجهة التحديات بأقصى ما تتمكن الفرد يعد مصدراً مباشراً للشعور بالسعادة والبهجة وهذا مايطلق عليه دورة الخبرة والتي تعبر عن أجمل او اروع لحظات العمر([3]). ويشير مازلو ايضاً(Maslow , 1972) الى أن نمو الشخصية وتطورها يعتمد على الحاجات وتدرجها في الاشباع حسب اهميتها وضرورتها للفرد، وان طبيعة البيئة التي يتعرض لها تؤثر تاثيراً كبيراً على عملية نمو الشخصية، فالبيئة التي تكون مصدر تهديد للفرد، ولا تسمح له اشباع حاجاته الأساسية، فأنها تعيق نموه، فيدرك العالم من حوله على انه عدائي أو خطير ومهدد، فيشعر بسوء التوافق ([4]). ولهذا فان الخوف من السعادة من منظور أصحاب هذه النظرية ينشأ من توقعات الانسان لما قد يحدث ويرتبط بحاضر الفرد ومستقبله وليس ناتجاً عن ماضي الفرد نفسه، وهذه التوقعات تتوقف على مدى ومستوى اشباع الحاجات. حيث يرى (مازلو) بأن الأنسان يرى العالم من خلال حاجاته ويتوقع للمستقبل تحت تأثير مدى الأشباع لهذه الحاجات.

---

1 Gilbert, P, McEwan,k, et al, Fear of Negative Emotions in Relation to Fear of Happiness, Compassion, Alexithymia and Psychopathology in a Depressed, (2014),Journal of Depress Anexiety ISSN:2167,P1-2.

٢ أغردس، روبرت وجورج، ستانبسيو ، العلم في منظوره الحديث ترجمة كمال خلايلي(١٩٨٩)، الكويت، سلسلة عالم المعرفة,ص٩٣.

٣ النيال، مايسة أحمد، وعلي, ماجدة خميس، السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من المسنين والمسنات دراسة سايكومترية مقارنة(١٩٩٥)، جامعة أو قرى ، السعودية مجلة علم النفس،ص٢٢.

4 Maslow, A, H. Motivation and personality(1972. NewYork, 370.

الدراسات السابقة حول الخوف من السعادة:

١-**دراسة جيلبيرت وآخرون** (Gilbert,McEwan,et al,2011)

(الخوف من التعاطف والسعادة وعلاقته بكل من الفتور العاطفي والتركيز الذهن ونقد الذات**)**

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى خوف من التعاطف (fear of compassion) والخوف من السعادة وعلاقتهما بالفتور العاطفي (Alexithymia) ونقد الذات لدى عينة (١٨٥) من طلبة الجامعة. ولغرض تحقيق الأهداف قام بأعداد مقياسا للخوف من السعادة, واستخدم مقياس للفتور العاطفي، ومقياس لنقد الذات. ولقياس خوف من التعاطف، استخدم مقياس للمشاعر الأيجابية ومقياس للقلق والكآبة، ولقياس التركيز الذهني اعتمد على مقايس قوة التركيز. وأظهرت النتائج بأن هناك علاقة سلبية بين الخوف من السعادة والخوف من التعاطف، وهناك علاقة ايجابية بين الخوف من السعادة والفتور العاطفي ونقد الذات، وأظهرت الدراسة ايضا مستوى عال ودال ان الخوف من السعادة لدى العينة. ([1])

٢- **دراسة جوشانلو و آخرون** (Joshanloo et al,2013)

(صلاحية مقياس خوف من السعادة عبر الحضارات من خلال (١٤) مجموعة قومية)

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى الخوف من السعادة حسب المجتمعات، التي أجريت على عينة (2398) في (١٤) دول مختلفة في العالم ،ومن أجل تحقيق الأهداف قاموا ببناء مقياس الخوف من السعادة، واظهرت النتائج بان هناك مستوى عالٍ من الخوف من السعادة بصورة عامة لدى العينة ككل، ولكن اختلفت المستويات بحسب المجتمعات، فكانت أعلى مستوى لدى الأيرانيين و الكوريين وادنى مستوى لدى الهنديين و الكينيين. ([2])

٣- **دراسة جوشانلو** (Joshanloo,2013)

(تأثير المعتقدات الخاصة بالخوف من السعادة على مقياس الرضا عن الحياة)

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على مستوى الخوف من السعادة لدى (٢٢٠) طلبة في جامعة طهران وتأثيره على الرضا عن حياة، واعتمد الباحث على مقياس معد للخوف من السعادة ووقام

1 Gilbert, P, McEwan,k, et al, Fear of compassion and happiness in relation to alexithymia, mindfulness and self-criticism. (2011) .Psychology and psychotherapy Theory research and practice, British psychological society, number 85 ,P1-12

2Joshanloo, M. Zarina Kh, et al,Cross- Cultural Validaion of Fear of Happiness Scal across 14 National Groups(2014) new zea, journal of cross – Cultural Psychology, Vol 45(2)p246-247.

بأعداد مقياس الرضا من الحياة، وبعد المعالجات الأحصائية أظهرت النتئج بأن الخوف من السعادة في مستوى منخفض لدى عينة البحث, وهناك علاقة سلبية دالة بين الخوف من السعادة والرضا عن حياة والرفاهية([1]).

٤-دراسة جيلبرت وآخرون (Gilbert,McEwan,et al,2014)

(الخوف من المشاعر السلبية وعلاقته بالخوف من السعادة والفتور العاطفي)

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على الخوف من المشاعر السلبية وعلاقته بالخوف من السعادة والفتور العاطفي لدى العينة من (٥٢) من المكتئبين في احدى مستشفيات الأمراض النفسية والعقلية. وتم الأعتماد على مقياس لخوف من السعادة ومقياس الخوف من المشاعر السلبية (القلق و الكآبة). ولم تظهر علاقة دالة بين الخوف من السعادة والخوف من المشاعر الأيجابية الا أنه ظهرت علاقة ايجابية دالة بين الخوف من السعادة والفتور العاطفي , وأظهرت مستوى عالٍ ودال الخوف من السعادة لدى العينة ([2]) .

ثانياً: مفهوم الأمن النفسي Psychological Security :

يعد مفهوم الأمن النفسي مفهوماً شاملاً تناولته نظريات علم النفس بشكل عام وركزت عليه دراسات الصحة النفسية بشكل خاص، واختلفت مفاهيم الأمن النفسي باختلاف الباحثين واختلاف منظور كل منهم لهذا المفهوم المهم, ولم يخل الأمر مع هذا المفهوم من بعض التداخل مع المفاهيم النفسية الأخرى كالطمأنينة الإنفعالية, والأمن الذاتي, والأمن الإنفعالي. فالأمن النفسي هو الحالة النفسية والعقلية التي من خلالها تتحدد علاقة الفرد بالمجتمع والتي تحقق له القدرة على مواجهة تحديات الحياة والضغوط التي يتعرض لها بشكل يضمن له التوافق. فالشعور بالأمن النفسي يشير الى انعدام الشعور بالألم من أي نوع أو الخوف أو الخطر، وان الإحساس بالأمن النفسي ينطوي على مشاعر متعددة تستند إلى مدلولات متشابهة، فغياب القلق والخوف المرضي وتبدد مظاهر التهديد والمخاطر على مكونات الشخصية من الداخل أو من الخارج مع الأحساس بالطمأنينة والاستقرار

1 Joshanloo, Mohsen,The influence of fear of happiness beliefs on responses to the satisfaction with life scale(2013), Victoria University of, New Zealand ,Journal Elsevier(54),p643-250

2 Gilbert, P, McEwan,k, et al, Fear of Negative Emotions in Relation to Fear of Happiness, Compassion, Alexithymia and Psychopathology in a Depressed, (2014),Journal of Depress Anexiety ISSN:2167,P1-٨.
P1-8,

الانفعالي والمادي ودرجات معقولة من القبول والتقبل في العلاقة مع مكونات البيئة النفسية والبشرية كلها مؤشرات تدل وفق أدبيات علم النفس على مفهوم الأمن النفسي, ويتكون الأمن النفسي من جانبين وهما:

- الأول: داخلي يتمثل في عملية التوافق النفسي مع الذات أي قدرة المرء على حل الصراعات التي تواجهه و على تحمل الأزمات والحرمان وعلى تسخير امكانية الذاتية بصورة سليمة لمواجهة الضغوط.

- الثاني: خارجي و يتمثل في عملية التكيف الاجتماعي ، بمعنى قدرة المرء على التلاؤم مع البيئة الخارجية و التوفيق بين المتطبات الغريزة و بين العالم الخارجي والأنا الأعلى.كما ويشير (حمودي،٢٠٠٩) ايضاً الى التقسيم ذاته للشعور بالأمن الداخلي الذي يتوفر في الانسجام، والتوافق الشخصي، والأنفعالي، أما الأمن الخارجي الذي يتوفر فيه الأنسجام، والتوافق الأجتماعي ([1]). ويرى لندرفيل ومين (Londerville & main) أن الأمن النفسي من أهم الحاجات النفسية, ومن أهم دوافع السلوك طوال الحياة, وهو من الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي والتوافق النفسي والصحة النفسية للفرد([2]) . وينشأ الأمن النفسي نتيجة تفاعل الأنسان مع البيئة المحيطة به من خلال الخبرات التي يمر بها والعوامل البيئية والأجتماعية والسياسية وألقتصادية التي تؤثر في الفرد ([3]).

ويشير علماء النفس إلى أن الأمن النفسي إنما يتحقق من خلال إشباع الحاجات النفسية الأساسية كالحاجة إلى الحب والقبول والانتماء وتقدير الذات واحترامها فهو يقع إذاً في مقدمة الحاجات النفسية ويكاد يتفق على ذلك عدد كبير من المشتغلين بعلم النفس والصحة النفسية. فالشخص الآمن نفسياً هو الذي يشعر أن حاجاته مشبعة وأن المقومات الأساسية لحياته غير معرضة للخطر فالإنسان الآمن نفسياً يكون في حالة توازن أو توافق أمني.

---

١ أبو زيتون، جمال عبدالله سلامة، ومقدادي، يوسف فرحان. الأمن النفسي لدى طلبة المعاقين في ضوء البعض المتغيرات(٢٠١٢)، مجلة جامعة ديمشق، المجلد ٢٨، عدد(٣) جامعة آل بيت، الأردن,ص٢٥٢.

2Londer ville,Susan & Main, Mary,Security of attachment, Compliance, and maternal training methods in the second year of life(1981). Developmental Psychology- vol 7,p290.

٣ نعيسة، رغداء, الأمن النفسي و علاقته بالتوافق الأجتماعي، لدى طلبة جامعة دمشق(٢٠١٤) ، كلية التربية، جامعة دمشق ،مجلة جامعة دمشق المجلد-٢٨، العدد(٣)ص ٩٢.

الاتجاهات النظرية في تفسير الأمن النفسي:

اختلفت وجهات النظر للأمن النفسي باختلاف المدارس المختلفة في علم النفس, بل وأحياناً وجد الخلاف حتى بين أتباع المدرسة الواحدة, وفيما يلي عرض موجز لبعضٍ منها:

ويتمثل هذا الأتجاه التحليل النفسي، وجه نظر (سيجموند فرويد) (Sigmund Freud) الذي يرى بأن الشخصية تتكون من ثلاثة مكونات وهما: هو او هي ألهو (Id) : وهو مستودع الغرائز لدى الأنسان ويحوي كل ما هو موروث وما هو موجود منذ الولادة وما هو ثابت، والآنا (Ego) : وهو جهاز وسيط بين الهو وبين العالم الخارجي الواقعي، والانا الأعلى (Super Ego) : وهو جهاز يمثل سلطة الوالدين والمجتمع و المُثُل العليا في ذلك المجتمع. ويرى فرويد ان الأنا هو المسؤول عن توفير الأمن النفسي ذلك بمحافظته على ذات الفرد من التهديدات لداخلية والخارجية. وتتنافس هذه العناصر من أجل الطاقة النفسانية المتاحة، و الشعور بالأمن من خلال قدرة الأنا على التوفيق بين مكونات الشخصية المختلفة أو في الوصول إلى حل للصراع الذي ينشا بين هذه المكونات بعضها مع البعض الآخر و في الصراع الذي ينشا بينها و بين الواقع([1]). ويفسر فرويد مفهوم الأمن النفسي عبر افتراضات نظرية, وآراء مثيرة للجدل, فهو يرى أن الإنسان كائن بيولوجي غرائزي, مدفوع لتحقيق اللذة وتجنب الألم والقلق, باستخدام الطاقة النفسية الحيوية الجنسية. ويربط فرويد بين الأمن النفسي والأمن البدني وتحقيق الحاجات المرتبطة به, حين يرى الفرد مدفوعاً لتحقيق حاجاته للوصول إلى الاستقرار, وعندما لا ينجح يشكل ذلك تهديداً للذات ويسبب الضيق والتوتر والألم النفسي. لقد كان فرويد من أبرز الذين أكدوا على مصادر الخطر الداخلية في الإنسان, التي تقود إلى سوء التكيف, وعدم الاستقرار, حينما يؤكد الميول العدوانية والشهوانية الشريرة التي تولد مع الإنسان, وبالتالي فإن الإنسان يحمل في هذا المعنى أسباب عدم أمنه ([2]).

ويرى آدلر(Adler) أن عدم الشعور بالأمن ينشأ عن شعور الفرد بالدونية والتحقير الناتجين عن احساس بالقصور العضوي أو المعنوي, مما يدفعه إلى القيام بتعويض ذلك, ببذل المزيد من الجهد الذي قد يكون ايجابياً نافعاً للمجتمع, أو سلبياً كالعنف والتطرف, وقد أطلق على هذه الظاهرة (التعويض

---

١ دمشق(٢٠١٤) ، كلية التربية، جامعة دمشق ،مجلة جامعة دمشق المجلد-٢٨، العدد(٣)ص ١٣٤.

٢ سعد, علي مستويات الأمن النفسي لدى الشباب الجامعي_ بحث ميداني عبر حضاري مقارن بين طلبة كليات التربية في دمشق(١٩٩٩), الكويت, وأدنبره- مجلة جامعة دمشق, مجلد ١٥, العدد الأول ،ص٢٨.

النفسي الزائد) لذا فقد ارتبط مفهوم الأمن النفسي لدى آدلر بقدرة الفرد على تحقيق التكيف والسعادة في ميادين العمل والحب والمجتمع. ([1])

وترى هورني (Horney) وهي من أنصار التحليل النفسي الاجتماعي - أن شعور الفرد بالأمن النفسي, يعود في جذوره إلى أسباب اجتماعية أهمها علاقة الطفل بوالدية منذ بداية مرحلة الطفولة, فعطف الوالدين ودفء علاقتهما بطفلهما يشبعان حاجة الطفل للأمن, وترى أن أصول السلوك العصابي يكمن في إهمال الطفل وعدم مبالاة الوالدين به, فينشأ في جو أسري لا ينعم فيه بالدفء والحب مما يسبب انعدام الأمن والشعور بالقلق الأساسي وبالتالي يلجأ إلى عدة أساليب دفاعية ليستعيد أمنه المفقود, أو يحاول أن يكون لنفسه صورة مثالية, " فالقلق لديها ناتج من مشاعر عدم توفر الأمن في العلاقات الشخصية المتبادلة على العكس من فرويد فهي لا تؤمن بأن القلق جزء لا يمكن اجتنابه في الطبيعة الإنسانية ([2]).

أما فروم (Froom)الذي تأثر بشكل أساسي بفكر كل من كارل ماركس الاجتماعي وفكر فرويد في التحليل النفسي، كما تأثر بشكل تبادلي بفكر هورني مما أدى به إلى توسيع مفهوم التحليل النفسي ليتعامل مع الفرد ككائن في مجتمع له ثقافة يتعامل فيه مع الآخرين باعتمادية متبادلة، فيؤكد على الجانب الاجتماعي، ويرى أن شعور الطفل بالأمن والانتماء يتحقق من خلال التوحد مع الوالدين و الاعتماد عليهم، و ان انفصاله عنهم يمثل تهديدا لكيانه و هدما للشعور بالأمن، وباعثا على الخطر والشعور بالعجز والقلق. واهتم (فروم) بتأثير الخبرات اللاشعورية، وذهب إلى ابعد مما ذهب إليه فرويد حيث يرى أن هناك لاشعوريا اجتماعيا يعمل على كبت الخبرات والرغبات غير المقبولة اجتماعيا حيث يستخدم ميكانزمات اجتماعية ثقافية تشمل اللغة والقوانين والمحرمات الاجتماعية ([3]). وبذلك فإن وجهة نظر الاتجاه السلوكي تتجسد بأن الشعور بعدم الأمن النفسي هو نتيجة لعمليات متتالية من التكيف الخاطئ في السلوك التي تبدأ منذ عمر مبكر، كما ، و يجد السلوكيون في التعلم المنطلق الأساس لفهم و تفسير السلوك الإنساني بما يصاحبه من فكر و عاطفة. وبمعنى آخر يعتقد السلوكيون ان الشعور بالأمن النفسي يتم من خلال اكتساب الفرد عادات مناسبة تساعده على التعامل

---

١ الطهراوي, جميل حسن. الأمن النفسي لدى طلبة الجامعات في محافظات غزة وعلاقته باتجاهاتهم نحو الانسحاب الإسرائيلي(٢٠٠٧)، كلية الآداب، جامعة غزة، فلسطين،ص١٢.

٢ أنجلز,باربرا، مدخل إلى نظريات الشخصية, ترجمة: فهد بن دليم - دار الحارثي للطباعة والنشر الطائف,١٩٩٩،ص١٣٢.

3Froom , Erick , E,scrape from freedom farad kinhard WG, (1941) New York,p9

مع الآخرين و مواجهة المواقف و التوافق مع البيئة و يرون في الإنسان تنظيما لعدد من وحدات صغيرة تمثل كل منها ارتباطا بين (مثير واستجابة).

أما المعرفيون فإنهم يربطون شعور الفرد بالأمن النفسي بالتفكير العقلاني, بحيث يعتمد كل منهما على الآخر, فالشخص السوي يعيش حياة نفسية طيبة بفضل طريقة تفكيره العقلانية ومن هؤلاء البرت أليس (Albert Ellis) وبولبي(Bowlby) الذي يرى "أن كل موقف نقابله أو نتعرض له في حياتنا ممكن تفسيره تحت ما يُطلق عليه النماذج التصورية أو المعرفية Representational or Cognitive models وهذه النماذج تشكل صيغة Schema نستقبل بها المعلومات الواردة إلينا من البيئة المحيطة عبر أعضاء الحس, كما تحدد تصوراتنا عن أنفسنا والعالم والآخرين([1]).

ويعتبر ماسلو (Maslow) واحداً من أصحاب المدرسة الإنسانية في علم النفس, و يعد من أكثر الباحثين النفسيين اهتماماً بالأمن النفسي واشباع الحاجات, وتكاد لا تخلو دراسة تهتم بالحاجات النفسية "ومنها الحاجة إلى الأمن" من إشارة إلى إسهاماته ودراساته الميدانية في هذا المجال, وقد وضع ماسلو الحاجة إلى الأمن في المرتبة الثانية في هرمه الشهير للحاجات([2]).

وقام ماسلو بوضع مجموعة مؤشرات, اعتبرها دالة على احساس الفرد بالأمن النفسي, وتتلخص هذه المؤشرات في التالي:

١- الشعور بمحبة الآخرين وقبولهم. والشعور بالعالم كوطن, والانتماء والمكانة بين المجموعة.

٢- احساس الأمان و عدم التهديد والقلق. وإدراك العالم والحياة بدفء ومسرة, حيث يستطيع الناس العيش بأخوة وصداقة.

٣- إدراك البشر بصفتهم الخيرة من حيث الجوهر, وبصفتهم ودودين وخيرين.

٤- مشاعر الصداقة والثقة نحو الآخرين, حيث التسامح وقلة العدوانية, ومشاعر المودة مع الآخرين.

٥- الاتجاه نحو توقع الخير والإحساس بالتفاؤل بشكل عام، والميل للسعادة والقناعة.

---

١ مخيمر, عماد (٢٠٠٣): إدراك الأطفال للأمن النفسي من الوالدين وعلاقته بالقلق واليأس, مجلة دراسات نفسية, مجلد ١٣, العدد الرابع,ص١١٦

٢ دواني, كمال و ديراني, عيد, اختبار ماسلو للشعور بالأمن النفسي(١٩٨٣), الجامعة الأردنية, مجلة دراسات العلوم الإنسانية, مجلد ١٠, العدد الثاني،ص١٥٢,عمان.

٦- مشاعر الهدوء والراحة والاسترخاء وانتفاء الصراع, والاستقرار الانفعالي.

٧- الميل للانطلاق من خارج الذات, والقدرة على التفاعل مع العالم ومشكلاته بموضوعية دون تمركز حول الذات، وتقبل الذات والتسامح معها وتفهم الاندفاعات الشخصية.

٨- الرغبة بامتلاك القوة والكفاية في مواجهة المشكلات بدلاً من الرغبة في السيطرة على الآخرين.والخلو النسبي من الاضطرابات العصابية أوالذهانية وقدرة منظمة في مواجهة الواقع.

٩- الاهتمامات الاجتماعية وبروز روح التعاون واللطف والاهتمام بالآخرين. ([1])ومما سبق يتضح شمولية نظرة ماسلو للحاجة إلى الأمن, والتي تمتد لتشمل جميع مناحي حياة الفرد, لاسيما في تفاعله الاجتماعي مع الآخرين.

دراسات السابقة:

١-الغامدي(٢٠١٥):الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدة طلبة جامعة الدمام

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على مستوى الأمن النفسي وطبيعة علاقته بجودة الحياة لدى عينة (١٠٠) طالب و طالبة من كلية التربية بجامعة دمام، وأيضا التعرف على فروق في مستوى الأمن النفسي حسب متغير الجنس، وأعتمد الباحث على مقياسا معدا لقياس الأمن النفسي، واطهرت النتائج مستوى عالي من أمن النفسي لدى عينة البحث و وجود فروق في ذات مستوى الدلالة معنوية في الأمن النفسي حسب متغير الجنس و لصالح الذكور. وأيضا وجود علاقة ايجابية بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى طلبة جامعة دمام ([2])

٢-رحال (٢٠١٦): الأمن النفسي وعلاقته بالوحدة النفسية لدى طلبة طلبة الجامعة المقميين بالأقامات الجامعية

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على مستوى الأمن النفسي وعلاقته بالوحدة النفسية لدى (٥٥٥) طالب و طالبة المقيميين لولاية بسكرة، وتم الأستخدام المقياس للأمن النفسي من اعداد الباحث وبعد معالجات الأحصائية اظهرت النتائج ان مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة الجامعيين المقيميين

---

١ سعد, علي مستويات الأمن النفسي لدى الشباب الجامعي_ بحث ميداني عبر حضاري مقارن بين طلبة كليات التربية في دمشق(١٩٩٩), الكويت, وأدنبره- مجلة جامعة دمشق, مجلد ١٥, العدد الأول،ص١٨.

٢ الغامدي, محمد عبدالله علي آل علي, الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلبة جامعة الدمام (٢٠١٥)، كلية التربية، جامعة بنها,السعودية,ص ب.

لولاية بسكرة في مستوى متوسط، وأيضاً ظهرت وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الأمن النفسي والوحدة النفسية وعدم وجود فروق في مستوى الأمن حسب متغير الجنس و الأختصاص (الأدبي والعلمي) ([1])

٣-افولابي وبالوجون (Afolabi & Balogun,2017) : تأثير الأمن النفسي والذكاء الأنفعالي وفاعلية الذات على رضا الحياة لدى طلبة جامعة في نيجيريا

هدفت الدراسة التعرف على مستوى كل من الأمن النفسي و الذكاء الأنفعالي وفاعلية الذات لدى (٢٧٣) طالب و طالبة من جامعة نجيريا و تأثيرهم على مستوى رضا الحياة، وتم الأعتماد على مقياسا معدا لقياس الأمن النفسي ، وبعد معالجة الأحصائية أظهرت النتائج مستوى عالي من الأمن النفسي لدى الطلبة و وعدم وجود فروق في ذات مستوى الدلالة معنوية في الأمن النفسي حسب متغير الجنس ، واظهرت أيضا من النتائج بأن الأمن النفسي يأثر ايجابياً على مستوى رضا الجياة لدى طلبة جامعة نيجيريا. ([2])

اجراءات البحث

يتضمن الفصل الحالي الاجراءات المنهجية التي أتبِعَت للصول الى النتائج وعلى النحو الآتي:

اولاً : منهجية البحث: تم الأعتماد على المنهج الوصفي في البحث الحالي لكونه أنسب المناهج وأكثرها ملائمة لدراسة العلاقات الأرتباطية بين المتغيرات والكشف عن الفروق فيما بينما من اجل الوصف والتحليل للظاهرة المدروسة.

ثانيا: مجتمع البحث: يتكون المجتمع الاحصائي للبحث الحالي من طلبة الجامعة ممثلة بالكليات العلمية والأنسانية من جامعات حكومية في اقليم الكردستان للعام الدراسي(٢٠١٦-٢٠١٧)، اذ بلغ عدد الجامعات (١٤) جامعة و منها (٨) جامعة من المحافظات و(٦) جامعة من الأطراف، وقد بلغ عدد الطلبة (١٢٦١٥٥) طالباً وطالبة.

---

١ رحال، سعيد، الأمن النفسي وعلاقته بالوحدة النفسية لدى الطالب الجامعي المقيم (اطروحة دكتورا غير منشورة) (٢٠١٦)، كلية العلوم الأنسانية والأجتماعية، جامعة بسكرة،ص٣.

2 Afolabi, Olukayode Ayooluwa &Balogun, Anthony Gbenro, Impacts of Psychological Security, Emotional Intelligence and Self-Efficacy on Undergraduates' Life Satisfaction, , Adekunle Ajasin University, State,NigeriaPsychological Thought, 2017, Vol. 10(2), 247.

ثالثا: عينة البحث: شملت عينة البحث (٦٠٠) طالب وطالبة الذي تم اختيارها بالأسلوب الطبقي العشوائي من ثلاث جامعة(السليمانية واربيل ودهوك).وتم تقسيم عينة البحث في كل جامعة على وفق (الكليات ذات التخصصات العلمية و الأنسانية). واختارت الباحثان في كل جامعة اربع كليات وهي (كلية الآداب والعلوم والقانون والهندسة) بواقع (٢٠٠) من الطلبة لكل جامعة بشكل متكافئ بحسب الجنس(٥٠) لكل من الذكور والأناث وبحسب التخصص (١٠٠) لكل من الدراسات العلمية والأنسانية.

ثالثاً: أدوات البحث : تحقيقا لاهداف البحث إعتُمِدَ لجمع البيانات من عينة البحث على ما يأتي:

ا-مقياس خوف من السعادة: بالنظر لعدم الحصول على مقياس الخوف من السعادة بحيث يلائم مجتمع البحث الحالي، فقد تم الأختيار اعداد مقياس الخوف من السعادة **(Fear of happiness)** لدى طلبة الجامعة. ولهذا الغرض وعلى وفق ما يعكسه التعريف النظري، وايضا على وفق نتائج الدراسة الأستطلاعية التي قامت بيها الباحثة ومراجعة الأدبيات السابقة تم الحصول على مجموعة من الفقرات جرى توحيدها وصياغتها في (١٨) فقرة، بوصفها صيغة اولية لمقياس خوف من السعادة .ولغرض التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس فقد اتبعت الأجرائات الآتية:

١-الصدق الظاهري (Face Validity) : وقد تحقق هذا النوع من الصدق للمقياس عندما تم عرضه على مجموعة من الخبراء المختصين في علم النفس وقد طُلِبَ من كل خبير بيان رأيه في مدى صلاحية فقرات مقياس الخوف من السعادة , وكانت نسبة إتفاق الخبراء ٨٠% على صلاحية اغلب الفقرات بصورة عامة و هذه النسبة تعد معيارا مقبولاً عند الكثير من الباحثين يتم في ضوئه قبول الفقرة او تعديلها و كذلك تم حذف او تعديل بعض فقرات الأداة على وفق ملاحظات الخبراء وعليه تم الأبقاء على (١٤) فقرة لتكون جاهزة بصورتها الأولية لأجراءات الصدق و الثبات.

٢-ثبات المقياس (Scale Reliability): ومن أجل ايجاد ثبات المقياس بطريقة اعادة الاختبار فقد تم تطبيق المقياس على عينة عشوائية مكونة من (٦٠) طالبا وطالبة من كلية تربية الأساسية في جامعة السليمانية. وتم تطبيق المقياس بعد مضي اسبوعين من التطبيق الاول، وخضعت نتائج التطبيقين الاول والثاني للتحليل الاحصائي بمعادلة (بيرسون)، و كانت قيمة معامل ثبات المقياس بطريقة اعادة الأختبار (٠,٨٩٦) وهو معامل ثبات دال ويمكن الاعتماد عليه. الجدول (١).

جدول(١) بيانات معامل الثبات لمقياس الخوف من السعادة

الاختبارين	الاختبار الأول	الاختبار الثاني	معامل الارتباط
العينة	٦٠	٦٠	
المتوسط الحسابي	٣٥,٢٨	٣٤,٨٥	
الانحراف المعياري	٨,٠١	٧,٧٤	٠،٨٩٦

٣- مقياس خوف من السعادة بصورته النهائية: وبهذه الأجراءات فقد تم الحصول على مقياس خوف من السعادة يتمتع بمؤشرات الصدق والثبات، ولفقراته قدرة على التمييز، ويتصف بخصائص وصفية احصائية تجعله قريبا من التوزيع الأعتدالي.وأصبح المقياس بصيغته النهائية يتألف من(١٢) فقرة مع خمس بدائل من الأجابة.

٤-تصحيح مقياس الخوف من السعادة وحساب الدرجات : تم الأحتيار طريقة (ليكرت) في المقياس للاعتبارات لأنه تعد من الطرق المفضلة والاكثر شيوعا في المقاييس النفسية وتتيح لمتبعها اكبر عدد من الفقرات والتي ترتبط ارتباطا عاليا مع المقياس كله وتتناول جوانب عديدة من الموضوع المبحوث وتعطي معلومات اشمل عن المستجيب. وعليه فقد تم اختيار البدائل الآتية لفقرات المقياس واعطيت لها الاوزان الآتية: تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا، تنطبق علي بدرجة كبيرة، تنطبق علي بدرجة متوسطة، تنطبق علي بدرجة قليلة، لا تنطبق علي. وقد حسبت الدرجات الآتية على البدائل للفقرات التي تشير الى الخوف من السعادة (٥،٤،٣،٢،١) وحسبت الدرجات (١،٢،٣،٤،٥) للفقرات التي تشير الى ما يتعارض مع الخوف من السعادة. لذا اعلى درجة المحتملة للمستجيب هي (٦٠) وأدنى درجة له هي (١٢)، و متوسط الفرضي للمقياس هو (٣٦)درجة.

ب-**مقياس الأمن النفسي Scale Of Psychologycal Sequerity:** لقد استخدمت الأجراءات ذاتها كما في مقياس الخوف من السعادة وعلى وفق ما تخمض عن الأجراءات المذكورة فقد تم أشتقاق (٢٣) فقرة بصيغتها الأولية كمقياس الأمن النفسي

لغرض التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس فقد اتُبِعَت الأجراءات الآتية:

١-الصدق الظاهري (Face Validity) : بهدف التحقق من الصدق الظاهري لمقياس الأمن النفسي أعتُمِد نفس الخبراء المعتمدين في مقياس الخوف من السعادة، وظهرت نسبة إتفاق الخبراء ٨٢% على صلاحية اغلب الفقرات ما عدا الفقرات (٤،٧،٢١) وهذه النسبة تعد معيارا مقبولاً عند الكثير من الباحثين يتم في ضوئه قبول الفقرة او تعديلها وكذلك عدلت بعض فقرات الأداة على وفق ملاحظات الخبراء وحذفت الفقرات رقم (٤،٧،٢١). وعليه تم الأبقاء على (٢٠) فقرة لتكون جاهزة بصورتها الأولية لأجراءات الصدق والثبات.

٢-ثبات المقياس (Scale Reliability): تم تطبيق نفس الأجراءات كما في مقياس (الخوف من السعادة) فلتأكد من ثبات المقياس بطريقة إعادة الأختبار على عينة مكون من (٦٠) طالب و طالبة من كلية التربية الأساسية في جامعة السليمانية فقد بلغ معامل الثبات (٠،٨٩٦) وهو دال أحصائياً. الجدول (٢)

جدول(٢) بيانات معامل الثبات لمقياس الأمن النفسي

الاختبارين	الاختبار الأول	الاختبار الثاني	معامل الارتباط
العينة	٦٠	٦٠	
المتوسط الحسابي	٦٥,٣١	٦٥,٦١	
الانحراف المعياري	٩,٧٥	٩,٥٥	٠,٩٢٠

٣-مقياس الأمن النفسي بصورته النهائية: وبهذه الأجراءات تم الحصول على مقياس الأمن النفسي يتمتع بمؤشرات الصدق والثبات، ولفقراته قدرة. وأصبح المقياس بصيغته النهائية يتألف من(١٩) فقرة مع خمس بدائل الأجابية.

٤-تصحيح مقياس الأمن النفسي وحساب الدرجات :

أخترت طريقة (ليكرت) في تحديد الأجابة على فقرات المقياس والمؤلفة من خمسة بدائل: تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا، تنطبق علي بدرجة كبيرة، تنطبق علي بدرجة متوسطة، تنطبق علي بدرجة قليلة، لا تنطبق علي. وقد حسبت الدرجات الآتية على البدائل للفقرات التي تشير الى الأمن النفسي (٥،٤،٣،٢،١) وحسبت الدرجات (١،٢،٣،٤،٥) للفقرات التي تشير الى ما يتعارض مع الأمن النفسي. لذا اعلى درجة المحتملة للمستجيب هي (٩٥) وأدنى درجة له هي (١٩)، والمتوسط الفرضي للمقياس هو (٥٧)درجة.

عرض النتائج ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج ومناقشتها على وفق الأهداف المحددة مسبقاً.

اولا: مستوى الخوف من السعادة والأمن النفسي لدى العينة ككل ودلالات الفروق بينهما وبين أوساطها الفرضية.

على وفق النتائج ان متوسط درجات الخوف من السعادة لدى طلبة الجامعة بشكل عام هو (٣٣,٤٨) درجة وبانحراف معياري قدره (٨,٤٦)، وظهر بأن المتوسط الحسابي اضغر من الوسط الفرضي على المقياس الخماسي (١-٥) درجة لمقياس الخوف من السعادة البالغ مابين (١٢) درجة كحد ادنى و (٣٦) درجة كوسط حيادي (نظري) و (٦٠) درجة كحد اعلى. وعند مقارنة المتوسط الحسابي لعينة البحث ككل والبالغ (٣٣,٤٨)درجة مع المتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (٣٦) درجة وباستخدام الاختبار (t - t est) والمقارنة قيمة التائية المحسوبة(٩٦,٨٩) مع قيمة التائية الجدولية(١,٩٦)، تبين بان الفرق دال وبمستوى (٠,٠٥) كما موضح في الجدول (٣):

جدول (٣)

الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابي و الفرضي لمقايس الخوف من السعادة والأمن النفسي للعينة الكلية

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرة	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
الخوف من السعادة	٦٠٠	٣٣,٤٨	٨,٤٦	٥٩٩	٣٦	٩٦,٨٩	١,٩٦	(قيمة p =٠,٠٥)
الأمن النفسي		٦٥,٣٨	١٠,٢٤		٦٠	١٥٦,٣٧		

مما يشير ذلك الى ان عينة البحث من طلبة الجامعة لا يعانون من الخوف من السعادة والذي ظهر لديهم في مستوى منخفض وبشكل دال، ويعزى ذلك الى أن الشباب في هذه المرحلة العمرية ام

يخضعوا كثيرا لتأثير بعض القيم السائدة في مجتمعهم والتي تشكل المصدر الأساسي للخوف من السعادة كما أشار اليه (Joshanloo,2014)، وهذا بسبب كثرة انشغالهم بالمناخ الدراسي والتكنولوجيا و وسائل الأتصال والتواصل الأجتماعي الذي يؤدي الى عزلهم للناس والمجتمع. وبحسب نظرية التحليل النفسي كلما مستوى تأثر الفرد بحضارة مجتمعه، يزداد لديه الفرد الشعور بالذنب، والشعور بالذنب يعد مشكلة الحضارة ويسبب نقصاً في شعورنا بالسعادة، فيصيبه بالتوتر والخوف من أن يواجهه عقاباً بعد سعادته الذي سببت له الأنحراف عن الثقافة والدين والمعايير الأجتماعية.

علماً بأن هذه النتيجة تتفق مع نتيجة دراسة (Joshanloo,2015) التي أشارت الى مستوى منخفض في الخوف من السعادة هذا بسبب التقارب بين المجتع العراقي والمجتمع الأيراني وأيضا الفئات العمرية، وايضاً جاءت مغايره للنتائج التي توصلت اليها دراسات كل من (Joshanloo et al,2013) و(Gilbert,2011) و(Gilbert,2014) التي تشير الى ان العينات لديهم مستوى مرتفع من الخوف من السعادة. وتعزو الباحثة أختلاف نتائج البحث مع نتيجة هذه البحوث الى أختلاف بين طبيعة المجتمعات والمجتمع البحث الحالي والأداة المختلفة في قياس الخوف من السعادة.

وفيما يتعلق بمتغير (الأمن النفسي) تبين أن متوسط درجات أمن النفسي لدى طلبة الجامعة بشكل عام هو (٦٥,٣٨) درجة وبأنحراف معياري قدره (١٠,٢٤). وهو اكبر من الوسط على المقياس الخماسي (١-٥) درجة لقياس أمن النفسي البالغ مابين (٢٠) درجة كحد ادنى و (٦٠) درجة كوسط حيادي (نظري) و (١٠٠) درجة عليا، مما يشير ذلك الى ان مستوى أمن النفسي لديهم عالي و بشكل دال وكما موضح في الجدول رقم (١٨). وربما يعزى ذلك الى الدور الأيجابي للأسرة في تعزيز الأمن النفسي وطبيعة التنشئة الأجتماعية التي أبعدت أفراد العينة عن المشاعر الخوف والتهديد. وترى هورني (Horney) بأن شعور الفرد بالأمن النفسي, يعود في جذوره إلى أسباب اجتماعية وأهمها علاقة الطفل بالوالدين, فعطف الوالدين ودفء الأهتمام بطفلهما يشبعان حاجة الطفل للأمن(انجليز،١٩٩٩) او ربما يعود السبب الى التوازن الداخلي كما يؤكد (فرويد) على أهمية توافق والتوازن بين المكونات الشخصية لتحقيق الأمان النفسي (فهمي،١٩٦٧) ويمكن أن يعكس هذه المستوى العالي من الأمن النفسي الى أشباع حاجاتهم الأساسية وعدم شعورهم بالحرمان على وفق (مازلو) ذلك لأن شعور الأفراد بالأمن يعكس مدى أشباعهم لحاجاتهم دراسات، ويتفق هذه النتيجة مع النتائيج التي توصلت اليها كل من (Afolabi & Balogun,2017) و الغامدي(٢٠١٥).

ثانياً : مستويات الخوف من السعادة والأمن النفسي لدى شباب الجامعي ودلالات الفروق بحسب الجنس والتخصص .

ومن أجل التعرف على الفرق في مستوى الخوف من السعادة حسب متغير الجنس, فقد استخدم التحليل الإحصائي (t - t est) على وفق مقارنة المتوسط الحسابي للخوف من السعادة للطلاب البالغ (٣٣,٣٦) وبانحراف معياري قدره (٨,٢٥) مع المتوسطات الحسابية للخوف من السعادة للطالبات البالغ (٣٣,٦٠) وبانحراف معياري قدره (٨,٦٨)، وبلغت القيمة التائية المحسوبة(١،٦١) وهي اقلمن القيمة التائية الجدولية(١,٩٦)، تبين انه لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الطلاب والطالبات في مستوى الخوف من السعادة كما مبين في الجدول رقم (٤):

جدول(٤)

نتائج الأختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في مستوى الخوف من السعادة تبعا لمتغيري الجنس والأختصاص

المتغير		العينة	المتوسط الحسابي	الأنحراف المعياري	درجات الحرة	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
الجنس	ذكور	300	٣٣,٣٦	٨,٢٥	٥٩٨	1.61	١,٩٦	٠،٠٥
	اناث	300	٣٣,٦٠	٨,٦٨				
الاختصاص	العلمي	300	32.42	8.45	٥٩٨	3.08	١,٩٦	٠،٠٥
	الأدبي	300	34.53	٨,٣٥				

وقد يُعزى عدم وجود فروق في مستوى الخوف من السعادة بين الجنسين الى ان ظروف الحياة الحالية وتحدياتها وربما التربية الأجتماعيةاثرت بصورة متكافئة على افراد العينة من الجنسين و ابعدتهم عن التفكير بصورة سلبية عن السعادة والمستقبل والأمر الذي أدى الخفض من مستوى هذا الخوف لديهم بصورة عامة. وللتعرف على الفروق في مستوى الخوف من السعادة بحسب متغير التخصص (علمي - انساني) كشفت نتائج تحليل البيانات الإحصائية ان متوسط الخوف من السعادة للطلبة من الاختصاص العلمي بلغ (٣٢،٤٢) درجة وبانحراف معياري قدره (8.45) درجة. اما متوسط

الخوف من السعادة لطلبة الاختصاص الادبي فقد بلغ (34.53) درجة وبانحراف معياري قدره (٨,٣٥) درجة. وباستخدام الاختبار التائي (t - t est) عند مقارنة قيمة التائية المحسوبة(3.08) مع قيمة التائية الجدولية(١,٩٦)، تبين وجود فروق ذات دلالة معنوية في مستوى الخوف من السعادة بين طلبة الدراسات العلمية والادبية لصالح طلبة الدراسات العلمية، اي أن طلبة الدرارسات الأدبية لديهم مسيوى دال من الخوف من السعادة مقارنة بذوي الدراسات العلمية. وقد يعزى ذلك الى أن طلبة الدراسات الأدبية يميلون الى الطلاع على المواد الأنسانية والأجتماعية بحسب تخصصهم، الأمر الذي يحدوا بهم الى تفاعل اجتماعي اكثر وبالتالي الى التاثير أكثر بمضامين ثقافة مجتمعهم، هذه الثقافة التي تعزز لدى الأفراد الخوف من السعادة. كما اشار (Joshanloo,2014) الى أن للدين والثقافة تأثيرٌ مباشر على أفكار الفرد وتوقعاته وعندما هناك بعض المعتقدات الدينية في المجتمع يدعى بأن السعادة ينتهي بالكوارث فهذا يأثر على أفراد المجتمع وعلى تفكيرهم وتحليلهم لمواقف السارة وعدم التمتع به ونبع الخوف بأن شيئا خطيرا سيحدث. ومن أجل التعرف على الفرق في مستوى الأمن النفسي حسب متغير الجنس, فقد استخدم التحليل الإحصائي (t - t est) للمقارنة بين المتوسط الحسابي للأمن النفسي للطلاب البالغ (64.71) وبانحراف معياري قدره (٩,٩٣) مع المتوسط الحسابي للطالبات البالغ (٦٦,١١) وبانحراف معياري قدره (١٠,٥١)، وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة(1.61) وبمقارنتها بالقيمة التائية الجدولية(١,٩٦)، تبين انه لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الطلاب والطالبات في مستوى الأمن النفسي. وفيما يتعلق بمتغير التخصص الدراسي (علمي - انساني) كشفت نتائج تحليل البيانات الإحصائية ان متوسط الأمن النفسي للطلبة من الاختصاص العلمي بلغ (٦٥,٧١) درجة وبانحراف معياري قدره (١٠,٢٥) درجة، اما متوسط الأمن النفسي لطلبة الاختصاص الادبي فقد بلغ (٦٥,٠٥) درجة وبانحراف معياري قدره (١٠,٢٥) درجة، وباستخدام الاختبار التائي (t-test) بلغت القيمة التائية المحسوبة(٠,٨٨) مع اما القيمة التائية الجدولية(١,٩٦)، تبين انه لا توجود فروق معنوية في مستوى الأمن النفسي بين طلبة الدراسات العلمية والادبية كما مبين في الجدول رقم (٥):

جدول(٥)

نتائج الأختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالت الفروق في مستوى الأمن النفسي تبعا لمتغيري الجنس والأختصاص

المتغير		العينة	المتوسط الحسابي	الأنحراف المعياري	درجات الحرة	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
الجنس	ذكور	٣٠٥	64.71	٩,٩٣	٥٩٨	1.61	١,٩٦	٠,٠٥
	اناث	٢٩٥	66.06	١٠,٥١				
الاختصاص	العلمي	٣١٨	65.71	١٠,٢٥	٥٩٨	0.88	١,٩٦	٠,٠٥
	الأدبي	٢٨٢	65.05	١٠,٢٥				

وتختلف هذه النتيجة مع دراسة (الغامدي،٢٠١٥) التي اشارت كلها الى وجود فروق دالة معنوياً في الأمن النفسي تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الذكور. كما تتفق هذه النتيجة مع دراسة(رحال،٢٠١٦) وافولابي وبالوجون (Afolabi & Balogun,2017) و(رحال،٢٠١٦) التي اشارت الى عدم وجود فروق تبعاً لمتغير الجنس والتخصص الدراسي. وتعد النتيجة أعلاه لتجانس الأفراد العينة من جهة الأطار الأجتماعي والسياسي والثقافي الذي نشأوا فيه، والخبرات والمشكلات والمعاناة التي تعرضوا لها. فضلا أن فرص أشباع الحاجات أمام الجنسين و الشباب الجامعي بشكل عام في كل التخصصات أصبحت متساوية.

ثالثاً: التعرف على طبيعة العلاقة بين الخوف من السعادة والأمن النفسي لدى العينة ككل.

لتحقيق هذا الهدف استُخْدِمَ معامل ارتباط بيرسون لأيجاد العلاقة الأرتباط بين الخوف من السعادة والأمن النفسي لدى العينة ككل. وقد أظهرت النتائج وجود علاقة سلبية دالة (-٠,٥١٠) بين الخوف من السعادة والأمن النفسي، جدول (٦).

جدول(٦)

يبين الارتباط بين خوف من السعادة و الأمن النفسي لدى عينة البحث

المتغيرات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	معامل الأرتباط	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
الخوف من السعادة	٦٠٠	٣٣,٤٨	٨,٤٦	٥٩٨	١٤,٤٩-	٠,٥١٠-	٣,٢٩	٠,٠٥
الأمن النفسي		٦٥،٣٨	١٠,٢٤					

وتشير النتائج هذه الى أنه كلما ازداد الخوف من السعادة لدى العينة قل الأمن النفسي لديهم بشكل دال والعكس صحيح. ويمكن تفسير هذه النتيجة كالآتي: فالشعور بالأمن النفسي يشير الى ان الفرد بمنأى عن المخاوف والمخاطر، وذلك لأن الأحساس بالأمن النفسي يشمل الشعور بالهدوء والارتياح والشعور بالسواء والتوافق والصحة النفسية والاستقرار الانفعالى، والخلو من الصراعات يساعد الفرد على الشعور بالتفاؤل وتوقع الخير، والأمل والاطمئنان إلى المستقبل وبالسعادة والرضا عن النفس بعيداً عن التشاؤم والتفكير السلبي لمواقف الحياة، وبذلك يستطيع أن يتمتع بحياته وكل مالديه من المصادر السعادة كالأمكانيات والأنجازات والأشخاص المقربين والمحبين ولايفكر بفقدانهم. هذه النتيجة تتفق مع نتجة دراسة (شقير,٢٠٠١) التي تشير الى وجود علاقة عكسية دالة بين الأمن النفسي وبين التشاؤم والتفاؤل و وجود علاقة عكسية دالة بين الأمن النفسي الأكتئاب.

الأستنتاجات (Conclusions):

على وفق النتائج أعلاه يمكن استنتاج الآتي:

١- ان الشباب الجامعي لديهم مستوى منخفض في الخوف من السعادة ، ويتمتعون بمستوى عال من الأمن النفسي.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الطلاب والطالبات في مستوى الخوف من السعادة الأمن

النفسي. و وجود فروق ذات دلالة معنوية في مستوى الخوف من السعادة بين طلبة الدراسات العلمية وطلبة الدراسات الادبية لصالح طلبة الدراسات الأنسانية، وعدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في مستوى الأمن النفسي بين طلبة الدراسات العلمية و الانسانية.

٣- وجود علاقة سلبية بين الخوف من السعادة و الأمن النفسي .

التوصيات(Recommendations) :

١- امكانية استخدام اختبار القياسين المعد في البحث الحالي من قبل الجامعات بوصفهن لديهن الخصائص السايكومترية قادرة لقياس مستوى خوف من السعادة والأمن النفسي لدى الطلبة.

٢-على المؤسسات التربوية في وزارتي التربية والتعليم العالي العمل على توفير المناخ النفسي السليم لدى الطلبة ليتسنى لهم التمتع بالأوقات السعيدة والتزود بالأمل وبالنظرة الأيجابية في الحياة.

المقترحات: (Suggestions) استكمالاً للبحث الحالي وتطويراً له أقترح اجراء دراسات لاحقة وعلى النحوالآتي:

١- علاقة الخوف من السعادة بمتغيرات اخرى لم يشملها البحث الحالي مثل مركز التحكم، تقدير الذات، جودة الحياة، وبعض الأصطرابات الشخصية (الشيزية والهستريونين والتجنبية) لدى طلبة الجامعة .

٢- علاقة الخوف من السعادة والأمن النفسي لدى طلبة المراحل الدراسية الاخرى.

المصادر

١- أنجلز,باربرا، مدخل إلى نظريات الشخصية, ترجمة: فهد بن دليم - دار الحارثي للطباعة والنشر الطائف,١٩٩٩،ص١٣٢.

٢- أغردس، روبرت وجورج، ستانبسيو ، العلم في منظوره الحديث ترجمة كمال خلايلي(١٩٨٩)، الكويت، سلسلة عالم المعرفة,ص٩٣.

٣- أبو زيتون، جمال عبدالله سلامة، ومقدادي، يوسف فرحان. الأمن النفسي لدى طلبة المعاقين في ضوء البعض المتغيرات(٢٠١٢)، مجلة جامعة ديمشق، المجلد ٢٨، عدد(٣) جامعة آل بيت، الأردن,ص٢٥٢.

٤- البدري, نبيل عبد العزيز عبد الكريم, القلق وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة(٢٠٠٣)، كلية التربة ،جامعة تكريت,ص٠٢.

٥- دافيدوف، لندال (١٩٨٠)،مدخل علم النفس، ط٢، ترجمة سيد الطواب وآخرون، القاهرة، دار ماكجروهيل للنشر.

٦- دواني, كمال و ديراني, عيد, اختبار ماسلو للشعور بالأمن النفسي(١٩٨٣), الجامعة الأردنية, مجلة دراسات العلوم الإنسانية, مجلد ١٠, العدد الثاني،ص١٥٢,عمان.

٧- حسن، الحارث عبد الحميد وداييني، غسان حسين سالم، علم النفس الأمني(٢٠٠٦)، ، لبنان : الدار العربية للعلوم ط١،ص١٥٨.

٨- جبر، حسين عبيد ، الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم القلق لدى طلبة كلية فنون الجميلة(٢٠١٥)، جامعة بابل،ص٧٥ .

٩- حسن, بسمة، مرض شيروفوبيا (رهاب السعادة) (٢٠١٧), https://www.almrsal.com/post/477838

١٠-رحال، سعيد، الأمن النفسي وعلاقته بالوحدة النفسية لدى الطالب الجامعي المقيم (اطروحة دكتورا غير منشورة) (٢٠١٦)، كلية العلوم الأنسانية والأجتماعية، جامعة بسكرة،ص٣.

١١-زايد، سهام عريبي ، الأمن النفسي ودافعية الأنجاز (٢٠٠٧)، مجلة كلية الآداب جامعة بغداد ، عدد٨٣,ص٤٦٧.

١٢-سعد, علي مستويات الأمن النفسي لدى الشباب الجامعي_ بحث ميداني عبر حضاري مقارن بين طلبة كليات التربية في دمشق(١٩٩٩), الكويت, وأدنبره- مجلة جامعة دمشق, مجلد ١٥, العدد الأول، ص١٨-٢٨ .

١٣-السويركي، رمزي شحدة سعيد ، الأمن النفسي وعلاقته بالأستقلال / الأعتمادية وجودة الحياة لدى المعاقين بصرياً بمحافظات غزة (رسالة ماجستير غير منشورة) (٢٠١٣)، كلية التربة جامعة الأسلامية، فلسطين,ص٩.

١٤-الشحري، امينة بنت مستهيل سعيد مشرح، الأمن النفسي وعلاقته بكفاءة الأداء لدى أخصائيي قواعد البيانات في المدارس (٢٠١٣)، رسالة الماجستير غير منشورة، جامعة نزوى، سلطنة عمان,ص٦.

١٥-صالح، قاسم حسين، الشخصية بين التنظير و القياس, كلية الآداب(١٩٨٨)، جامعة بغداد,ص١٣٣.

١٦-الصرايرة، خالد أحمد،الأمن النفسي لدى طلبة الجامعات في محافظات غزة (٢٠٠٩)،الأردن، المجلة العربية لضمان جودة التعليمي، العدد(٣),ص٥.

١٧-الطهراوي, جميل حسن. الأمن النفسي لدى طلبة الجامعات في محافظات غزة وعلاقته باتجاهاتهم نحو الانسحاب الإسرائيلي(٢٠٠٧)، كلية الآداب، جامعة غزة، فلسطين،ص٧-١٢.

١٨-العزاوي، نبيل رفيق محمد إبراهيم، قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة المرحلة الإعدادية (رسالة الماجستير غير منشورة) (٢٠٠٢)، كلية التربية (ابن الهيثم) جامعة بغداد,ص١٦.

١٩-عقل, وفاء علي سليمان ، الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى المعاقين بصرياً(٢٠٠٩). رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأسلامية، غزة,ص٢١.

٢٠- الغامدي, محمد عبدالله علي آل علي, الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلبة جامعة الدمام(رسالة ماجستير غير منشورة) (٢٠١٥)، كلية التربية، جامعة بنها,السعودية,ص ب-١٤.

٢١-القاسم, موضي بنت محمد بن حمد، الذكاء الوجداني و علاقته بكل من السعادة والأمل لدى عينة من طالبات جامعة أم قرى (رسالة ماجستير غير منشورة) (٢٠١١)، كلية التربية ، جامعة أم قرى، السعودية,ص٣٩.

٢٢-النيال، مايسة أحمد، وعلي, ماجدة خميس، السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من المسنين والمسنات دراسة سايكومترية مقارنة(١٩٩٥)، جامعة أو قرى ، السعودية مجلة علم النفس،ص٢٢.

٢٣-نعيسة، رغداء, الأمن النفسي و علاقته بالتوافق الأجتماعي، لدى طلبة جامعة دمشق(٢٠١٤) ، كلية التربية، جامعة دمشق ،مجلة جامعة دمشق المجلد-٢٨، العدد(٣)ص ١٣٤-٩٢.

المصادر الأجنبية:

1. Afolabi, Olukayode Ayooluwa &Balogun, Anthony Gbenro, Impacts of Psychological Security, Emotional Intelligence and Self-Efficacy on Undergraduates' Life Satisfaction, , Adekunle Ajasin University, State,NigeriaPsychological Thought, 2017, Vol. 10(2), 247.
2. Beidel ,D.C, and Turner,S.M. Acritigue of the theoretical bases of cognitive – behavioral theories therapy, clinical psychology review, 1986,P160
3. Diener,E. Oishi,S & Ryan, K.L, universal and Cultural differences in the couses and structure of happiness(2013), p153
4. Froom , Erick , E,scrape from freedom farad kinhard WG, (1941) New York,p9
5. Gluck,L .Fear of Happiness. (1996). Michigan Quarterly Review, xxxv (4).P679
6. Gilbert, P, McEwan,k, et al, Fear of compassion and happiness in relation to alexithymia, mindfulness and self-criticism. (2011) .Psychology and psychotherapy Theory research and practice, British psychological society, number 85 ,P1-5-12.
7. Gilbert, P, McEwan,k, et al, Fear of Negative Emotions in Relation to Fear of Happiness, Compassion, Alexithymia and Psychopathology in a Depressed, (2014),Journal of Depress Anexiety ISSN:2167,P1-2.
8. - Joshanloo, Mohsen,The influence of fear of happiness beliefs on responses to the satisfaction with life scale(2013), Victoria University of, New Zealand
Journal Elsevier(54),p643-250
9. Joshanloo, M. Weijers, D ,Fear of happiness across cultures: a review of where and why are people afraid of happiness, (2013), Journal Elsevier, new Zealand,P647.
10. Joshanloo, M. Zarina Kh, et al,Cross- Cultural Validaion of Fear of Happiness Scal across 14 National Groups(2014) new zea, journal of cross – Cultural Psychology, Vol 45(2)p246-247.
11. Londer ville,Susan & Main, Mary,Security of attachment, Compliance, and maternal training methods in the second year of life(1981). Developmental Psychology- vol 7,p290.
12. Leung ,K & Bond, M.H ,Individuals and cultures in multilevel analysis(2008). New york,P200.
13. Maslow, A, H. Motivation and personality(1972. NewYork, p٣٧٠.
14. Murray, R, Hill. P, McGuffin,) The Essentionls of postgraduate psychiatry(١٩٩٧) uk , cambridge university pres, p40-49.
15. Vyas, JN, Niraj Ahuja , Text book of postgraduate psychiatry, (1999) New Delhi second edittion,jaypee rothers. Nedical publishers, p25>.
16. West, Morris, Could You Have A Fear Of Happiness? (2016) http://innerspacetherapy.in/fear-of-happiness/