مجلة الحكمة للدراسات الفلسفية
Eissn:2602-5264 Issn : 2353-0499
المجلد11/ العدد: 01 (2023)، ص: 400-412

واقع الارتياح النفسي من وجهة نظر عمال الإقامة الجامعية للإناث قسنطينة2

The reality of psychological satisfaction from the point of view of female university residence workers, Constantine 2

دكار كريمة[1]، غليط شافية[2]

[1] طالبة دكتوراه، مخبر تحليل السيرورات الاجتماعية و المؤسساتية، قسنطينة 2،

dokkar.karima10@gmail.com

[2] أستاذة التعليم العالي، مخبر التطبيقات النفسية والتربوية، قسنطينة2.

Chafgh3 @gmail.com

تاريخ الاستلام: 2022/12/03 تاريخ القبول: 2023/01/05 تاريخ النشر: 2023/03/05

ملخص:

تهدف الدراسة من خلال تناولها للموضوع الحالي الى التعرف على واقع الارتياح النفسي هذا الأخير الذي يعبر عن مدى رضا العامل عن حياته المهنية وتقديره لذاته بطريقة إيجابية من اجل حل المشكلات المختلفة بأفضل الطرق بالإضافة الى إقامة علاقات اجتماعية ناجحة وقوية. ولجمع معطيات حول متغيرات الدراسة اعتمدنا في ذلك على اجراء دراسة ميدانية لعمال الإقامة الجامعية للإناث لالة فاطمة نسومر قسنطينة2 بلغ عددهم الاجمالي 229 عامل ولتحقيق اهداف الدراسة تم الاستعانة بتطبيق أداة لقياس الارتياح النفسي وهذا ما سيتم مناقشته فيما يلي كما ان هناك المزيد من التفاصيل سنتوقف عليها. هذا وقد توصلت الدراسة الى ابرز النتائج التالية:

-مستوى الارتياح النفسي لدى عمال الإقامة الجامعية متوسط

- توجد فروق في مستوى الارتياح النفسي لدى العمال تعزى لمتغير الجنس

- لا توجد فروق في مستوى الارتياح النفسي لدى العمال تعزى لمتغير تقلد منصب مسؤولية

الكلمات المفتاحية: الارتياح النفسي، عمال الإقامة الجامعية.

Abstract:

The study, by addressing the current topic, to identify the reality of psychological satisfaction the latter which expresses the extent of the worker's satisfaction with his professional life and self-esteem in a positive way in order to solve various problemsin the best way, in addition to establishing successful and strong social relationships. In order to collect data about the variables of the study, we relied on conducting a field study for female university residence workers for Lalla Fatima N'Soumer Constantine 2, their total number was 229 workers This study reached the following main results:

-The level of psychological comfort among university residence workers is average.

-There are differences in the level of psychological comfort among workers due to the gender variable

- There are no differences in the level of psychological comfort among workers due to the variable of holding a position of responsibility

Keywords: psychological satisfaction, university residence workers.

***المؤلف المرسل:غليط شافية**

1. مقدمة

كثيرا ما يكثر الحديث عن الصحة الجسدية على غرار الصحة النفسية وبهذا فان هذه الأخيرة تشمل العديد من المفاهيم منها الارتياح النفسي والذي يعتبر من

المفاهيم التي نالت حظ اوفر من اهتمام علم النفس الإيجابي، وذلك من اجل جعل الفرد يسعى لتحقيق الاحساس بالسعادة والشعور بالارتياح والرضا. بهذا ويعد موضوع الارتياح النفسي من المواضيع التي نالت حظا من اهتمام علماء النفس الإيجابي على حد سواء بحيث ان ظاهرة الارتياح النفسي هي ترجمة للأحاسيس والعواطف الإيجابية للعامل ما تنعكس عليه إيجابيا في بيئته المهنية وكذا علاقاته مع زملائه في العمل ومردوديته. لهذا لايزال وسيبقى الارتياح النفسي موضوع مستهدف ويستدعي الدراسة كون انه ظاهرة تستدعي الدراسة لأنها مرتبطة بالفرد البشري والعامل بشكل خاص، كما يعتبر الارتياح النفسي من النواتج المهمة التي تسعى أي مؤسسة الى الوصول اليها وتحقيقها لكن هذا لا يتأتى بسهولة وانما ينبغي تحقيق كل السبل والوقوف على اهم العوامل التي تخلق هذا الشعور الإيجابي كما اصبح على القادة والمسؤولين الاعتماد على التقنيات والأساليب الصحية والسليمة التي تكفل الراحة للعمال في أماكن عملهم من اجل تحقيق التوافق بين خصائص العامل ومتطلبات عملهم، وكذا الحفاظ على تحسين العلاقات المهنية بين العمال كل ذلك لتحقيق الاهداف التنظيمية وكذا أهدافهم الشخصية. ومن أجل التحكم في الموضوع كان التركيز على الارتياح النفسي وذلك من خلال الاشكال العام للدراسة والمتمثل في:

- ما هو مستوى الارتياح النفسي لدى عمال الإقامة الجامعية للإناث قسنطينة 2؟
- هل توجد فروق في مستوى الارتياح النفسي لدى العمال تبعا لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق في مستوى الارتياح النفسي لدى العمال تبعا لمتغير تقلد منصب مسؤولية؟

فرضيات الدراسة:

بناء على مجمل التساؤلات السابقة صيغت الفرضيات التالية:

- يتسم الارتياح النفسي بمستوى متوسط لعمال الإقامة الجامعية للإناث.

- توجد فروق في مستوى الارتياح النفسي لدى العمال تبعا لمتغير الجنس.
- توجد فروق في مستوى الارتياح النفسي لدى العمال تبعا لمتغير تقلد منصب مسؤولية.

- **أهمية الدراسة:**
- **تنبثق أهمية الدراسة الحالية من أهمية موضوعها الذي يركز على الارتياح النفسي كونه موضوع جوهري كما يعتبر من المواضيع الحديثة في علم النفس الإيجابي، وذلك من خلال الآثار الإيجابية التي يحدثها في حياة الفرد العامل وركزت هذه الدراسة بالخصوص على استكشاف مستوى الارتياح النفسي عند العمال بالإضافة الى التعرف على علاقة الارتياح النفسي ببعض المتغيرات والتي تساهم في فهم وتوفير معلومات اكثر موضوعية عنه.**
- **أهداف الدراسة:**
- **ترمي هذه الدراسة الحالية الى التعريف بالارتياح النفسي كونه مفهوم حديث بالإضافة الى تحديد مدى أهميته بالنسبة للعامل بشكل خاص والمؤسسة بشكل عام كل هذا والتعرف الى طبيعة العلاقة بين بعض المتغيرات منها (الجنس وتقلد منصب مسؤولية) ومستوى الارتياح النفسي لدى عمال الإقامة الجامعية للإناث لالة فاطمة نسومر قسنطينة2،** وبالتالي التعرف التوصل الى الأهداف التالية:
- معرفة مستوى الارتياح النفسي لدى العمال الإقامة الجامعية للإناث.
- التعرف على الفروق في مستوى الارتياح النفسي لدى العمال تبعا لمتغير الجنس.
- التعرف على الفروق في مستوى الارتياح النفسي لدى العمال تبعا لمتغير تقلد منصب مسؤولية.

2. الجانب المفاهيمي

1.2 التعريف بالارتياح النفسي في العمل:

يسعى الجسم البشري الى الحفاظ على حالة التوازن من خلال قيامه بأي نشاط ذهني او بدني وليس بمعنى اخر الراحة النفسي او الجسدية من اجل التخفيف من حدة التعب والقلق وغيرها وبهذا فقد تلعب الحالة النفسية دور مهم في تحقيق الراحة الجسدية. من هنا نشير الى ان ريف (Ryff) تعتبر من الأوائل الذين تناولو موضوع الارتياح النفسي بالإضافة الى اهم مؤشرات التعرف عليه وكيفية قياسه. وفي هذا السياق ترى ريف وأخرون Ryff & al (2006) ان الارتياح النفسي هو ذلك الإحساس الإيجابي ويتم رصده من خلال المؤشرات السلوكية منها الرضا عن الذات والحياة بشكل عام كما يرتبط الإحساس العام بالسعادة والطمأنينة(مشري، 2014، ص226).

ان الشعور بالسعادة النفسية يتجسد من خلال السلوكيات والتأثيرات الإيجابية من تقدير للذات والاستقرار وكذا توجهه وهدفه نحو الحياة ومن جهة أخرى التقليل من القلق والتوتر. هذا ويعد بيتر وور (1990) Peter Warr اول من اهتم بدراسة الارتياح النفسي في العمل حيث يعتقد ان العمل وما يحمله من خصائص ومميزات يخلق للموظف احساسيين الإحساس الأول يتمثل في البهجة والمتعة اما الإحساس الثاني يتمثل في الاثارة وكلهما يمكنهما قياس مستوى إحساس الفرد بالارتياح النفسي داخل البيئة المهنية (بن دحو ومقدم، 2017، ص342). من هنا نشير الى ان الارتياح النفسي في العمل يتمثل في إحساس العامل الإيجابي حول عمله وزملائه وحتى البيئة المهنية التي يعمل بها.

ولقد صممت ريف (1989) نموذج للعوامل الستة للرفاهية النفسية تمثلت في عوامل ستة كانت على النحو التالي: تقبل الذات، التطور الشخصي، الاستقلال الذاتي، والعلاقات الإيجابية مع الاخرين، الحياة الهادفة وكذا التمكن البيئي. ولقد أشار كل من " Bishop et Feist " الى ان الارتياح النفسي يضم جانبين موضوعي وشخصي (Bishop, M.,& Feist, 2001). يمكننا القول ان الارتياح النفسي يتحدد

في جانبين جانب ذاتي يرجع الى تقييم الفرد الشخصي لرضاه عن حياته اما الجانب الموضوعي فيعتمد على المستوى الاجتماعي والاقتصادي للفرد والارتياح النفسي بصفة عامة هو قدرة الفرد على التكيف والتوافق مع مختلف الاحداث والتغيرات التي تحدث في سائر جوانب حياته. ونعني بالارتياح النفسي في الدراسة الحالية ذلك شعور واحساس العامل الإيجابي بالإضافة الى قدرته على تقييم مستوى انفعالاته الإيجابية وتحقيق استقلاليته وأهدافه الشخصية وتقبله لذاته وعلاقاته الاجتماعية والرضا عنها، اما فيما يخص ابعاد الارتياح النفسي فتتمثل في:

يفترض العديد من الباحثين أن الارتياح النفسي يحتوي على ثلاث ابعاد رئيسية تتمثل في الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي وكذا الرضا عن الحياة بوجه عام وهذا كما يلي:

- الانفعال الإيجابي: مثل السرور والفرح وتشير Hanin (2000) أنه يقوم على نغمة الانفعالات السارة عكس الانفعالات غير السارة.

-الانفعال السلبي: هي النقصان في الانفعالات السارة الايجابية وطغيان الانفعالات السلبية.

-الرضا عن الحياة: ان الرضا يمكن أن يجنب الفرد الكثير من المشاكل الصحية منها توتر وامراض مزمنة، مشاكل نوم وغيرها ويعمل على تحسين الحالة الصحية لديه وهو بهذا شعور يختلف من شخص الى أخر ما يجعل معايير تقييمه خاصة بكل شخص (مريم، 2016، ص356)

في هذا السياق نشير بان الفرد يحكم على درجة الرضا عن الحياة بمقارنته للظروف الحياتية التي يعيشها وكذا تحقيق الذات وقدرته العالية على مواجهة الضغوط بإيجابية ومحاولة حلها والاستخدام الأمثل لكل مصادره الشخصية كي يدرك ويفسر ويواجه احداث الحياة ويحقق الإنجاز من اجل تحقيق ارتياح نفسي مرتفع وهي محتوى العمل ، طبيعة الاشراف ، العدالة في الأجور والحوافز.

بالنظر إلى الارتياح بشكل عام في حياة الفرد فإنها ترتبط بأسلوب حياة الفرد وبما يقوم به من نشاطات للسيطرة على ما يجري حوله ومستقبله كما ان هناك العديد من المعوقات التي تمنع الفرد من الوصول إلى الإحساس بالارتياح. اما <<فيما يخص الارتياح النفسي خاصة في المجال المهني فإنها تتمثل في مجموعة من الأبعاد التي تناولتها الأدبيات منذ ظهور المفهوم>>(أبو سيف، 2018 ،ص136).

فالجانب الانفعال والذي يتمثل أساسا في المشاعر الايجابية والسلبية التي يعيشها الفرد، والتي ترتبط فيما يسمى مكون المتعة Hedonique ،وهذا البعد غير ثابت نسبيا وهذا انطلاقا من الأخذ بعين الاعتبار أحداث في الحياة .لقد درس الارتياح النفسي من علماء عدة حيث جند انه يتطور من مرحلة إلى أخرى حيث يظهر أن كل دراسة تستفيد من سابقتها فنجد على سبيل المثال ان أردال" Ardell"سنة 1984حدد أربعة أبعاد للارتياح وهي -الوعي الفيزيائي (Physical awareness)

-الوعي الغذائي)(.Nutritional awareness)

-الإحساس بالمحيط (.Environment alsensitivity)

.- إدراك و تسير القلق -Awareness and management of stress)

في حين بعض العلماء من تجاوز هاته الابعاد حيث قدرة 12 عشر مثل ميكالوس سنة1985 وريف سنة 1986 ستة ابعاد اما كبث وهال سنة1996 تم تحديد عشرة ابعاد.

وفي الأخير نستنج أن هناك اختلاف بين الدراسات في تناولها ا لأبعاد الارتياح، ومع هذا لا تزال الدراسات في هذا الموضوع قائمة، وبالتالي يمكن أن تظهر أبعاد جديدة وهذا يعود أيضا إلى اختلاف البيئات والثقافات لدى الشعوب وبالتالي التنوع في معنى هذا المفهوم وأبعاده.

اما عندما نتكلم عن الارتياح في الوسط المهني ،فان بيتر وور (1990) Peter Warr يعتبر أول من اهتم بالبحث عن ظاهرة الارتياح النفسي في العمل من خلال دراسته للوجدان الإيجابي والوجدان السلبي والذي حدده في اثنا عشرة انفعال منها ستة انفعالات إيجابية والباقي يتمثل في البهجة أو المتعة أما الإحساس الثاني يتمثل في الإثارة وكلاهما يمكنهما قياس مستوى إحساس الفرد بالارتياح النفسي داخل البيئة المهنية (بن دحو، 2017، ص22).

بناء على ما سبق ، يلاحظ أن يحتاج جسم الإنسان إلى الحفاظ على التوزان بين الطاقة المستهلكة والطاقة المعوضة لها ،بمعنى هناك ضرورة لأخذ فترات معينة للراحة كمتطلبات فيزيولوجية للمحافظة على مستوى العامل في الداء

سواء تعلق بالعمل الجسدي أو الذهني، وتعتبر هذه الحالة ذات أهمية بالغة للإنسان فعلى سبيل المثال يمكن أن تندرج الراحة في إطار تصميم العمل الكلي بحيث يسمح للعامل بتغيير نشاطه خلال فترات منتظمة ومدروسة. و من هنا يتبين تطور فهم الصحة المهنية فهما ليس حصريا على البيئة المادية وانما أيضا الجوانب التي تتضمن الجانب النفسي والاجتماعي وكذا الشخصي واستخدام البيئة المهنية بشكل مناسب يكفل تعزيز الصحة والسلامة الوقائية للعمال (Maria,2010).

ولقد تم تطوير تعريف مكان العمل الصحي بحيث انه يعتبر المكان الذي يتعاون فيه العمال والمسؤولين لاستخدام عملية التحسين المستمر من أجل حماية وتعزيز صحة وسلامة ورفاهية جميع العمال، وعلى العموم مفهوم الراحة لدى العامل يبقى مرهون بنوعها ومدتها وتكرارها وتوقيتها ومحتواها مثال ذلك الابتعاد عن مكان العمل خصوصا إذا كان هذا الأخير فيه مستوى عال من الضوضاء او غيرها من الظروف الفيزيقية الأخرى كل هذا يفيد في تخفيض التعب والملل من جهة وزيادة الإنتاج من جهة أخرى.

نستنتج مما ورد في هذا الجانب أن الارتياح النفسي أو السعادة مسالة نالت اهتمام الفلاسفة منذ عصور، وبالرغم من الدراسات المتعددة في هذا الموضوع إلا أنه لم يتم الاتفاق على مفهوم واضح وموحد له. بالإضافة إلى أنه مفهوم واسع مما أدى إلى اختلاف العلماء حوله. فمن الناحية الفلسفية نجد أن الارتياح أو

السعادة يغطي جوانب اللذة والمتعة، وهناك من تطرق الى الارتياح في جانب إنجازات الفرد هي التي تحقق له السعادة .وان الارتياح النفسي لديه جانبني: الجانب الأول وهو موضوعي والذي يعتمد على معايير موضوعية لقياس مستوى الارتياح أما الجانب الثاني فهو ذاتي والذي يعتمد على تقييم الفرد الذاتية لدرجة ارتياحه .وكنتيجة عامة لكل هذا الجدل فان الارتياح هو قدرة الفرد على مواجهة العقبات وحل المشكلات وأنه ال يتمثل في الجانب اللامادي وحده وإنما يتكون من عوامل مادية وأخرى ذاتية. وان هذا المفهوم يختلف باختلاف الفرد وظروفه الحياتية ، والتي تعترضها كل من الصحة والمرض ،او الفقر والغنا ،الامن والسلم ،الفشل والنجاح ،،،،

3. الجانب التطبيقي

1.3 الإجراءات المنهجية:

-**المنهج المعتمد:** بما ان المنهج هو الطريقة او الأسلوب المعتمد في البحث العلمي من اجل دراسة ظاهرة اذن لقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي، وذلك بدوافع طبيعة الموضوع بحيث يعتبر الأنسب بالمقارنة مع المناهج الأخرى وذلك من خلال وصف النتائج المتحصل عليها وصف دقيق ثم بعد ذلك تحليلها وتفسيرها من اجل الوصول الى دلائل وحقائق عن الظاهرة موضوع الدراسة والتي تتمثل في معرفة واقع الارتياح النفسي في الإقامة الجامعية للإناث لالة فاطمة نسومر قسنطينة 2.

-**عينة الدراسة:** في هذه المرحلة تم اختيار عمال الإقامة الجامعية لالة فاطمة نسومر قسنطينة 2 بطريقة عشوائية ولقد بلغ مجتمع الدراسة 229 عامل تم

اختيار بطريقة السحب العشوائي وبلغ عددهم 63 عامل. والجدول الموالي يوضح خصائص العينة المستهدفة.

الجدول 1: يوضح توزيع افراد العينة حسب متغير الجنس وتقلد منصب المسؤولية:

الخصائص	التفاصيل	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	ذكور	36	% 57.1
	إناث	27	%42.9
تقلد منصب مسؤولية	نعم	18	%28.6
	لا	45	%71.4
المجموع		63	

المصدر: من اعداد الباحثتان

يتبين من خلال الجدول رقم (01) توزيع أفراد مجتمع الدراسة على حسب الجنس وتقلد منصب المسؤولية بحيث كان تكرار الذكور (36) بينما الإناث (27)، وتوزيع على حسب تقلد منصب مسؤولية بلغت نسبة العمال الذين لم يتقلدوا منصب مسؤولية اعلى نسبة وهي (71.4%) مقارنة بالذين تقلدو المنصب والتي بلغت نسبة (28.6%).

-أداة الدراسة: بعد مراجعة الدراسات السابقة والاطلاع على مختلف الأدوات المستعملة في الوصول الى أهدافها والتحقق منها اعتمدنا في الدراسة الحالية من اجل جمع معلومات عن الموضوع محل الدراسة أداة مصممة ومكيفة من طرف الباحث منصور بن زاهي المكونة من 42 فقرة شملت (06) ابعاد رئيسية تمثلت في: الاستقلالية-السيطرة على ما يحيط بنا- النمو الشخصي – العلاقات الايجابية مع

الآخرين- الهدف في الحياة- الرضا عن الذات وتم استخدام مقياس ثلاثي متكون من: معارض - محايد -موافق.

-الأساليب الإحصائية المستخدمة: من اجل معالجة البيانات في هذه الدراسة المتحصل عليها وتحليلها تم الاستعانة ببرنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وذلك من خلال حساب كل من استجابات افراد عينة الدراسة كل من:

- التكرارات والنسب المئوية
- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري
- اختبارت لدلالة الفروق (الجنس، تقلد منصب مسؤولية)

2.3عرض وتحليل نتائج الدراسة:

-عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

وتنص الفرضية الأولى على: يتسم الارتياح النفسي بمستوى متوسط لعمال الإقامة الجامعية قسنطينة2.

- بعد معالجتنا للمعطيات يتم عرض النتائج موزعة على حسب الابعاد الست للارتياح النفسي وهي كتالي:

1-1 **الكشف عن مستوى الاستقلالية:** وتم التوصل إلى النتائج الموضحة في الجدول كما يلي:

جدول 2: يبين التكرارات والنسب وكذا المتوسط والانحراف لبعد الاستقلالية

العبارة	معارض		محايد		موافق		المتوسط الحسابي	الانح المعي
	ت	%	ت	%	ت	%		
1	1	1.6	2	3.2	60	95.2	2.94	30
7	39	61.9	22	34.9	2	3.2	1.41	55

13	13	20.6	11	17.5	39	61.9	2.41	81
19	14	22.2	41	65.1	8	12.7	1.90	58
25	1	1.6	27	42.9	35	55.6	2.54	53
31	59	93.7	2	3.2	2	3.2	1.10	39
37	3	4.8	0	0	60	95.2	2.90	42
المجموع	63						2.17	51

المصدر: من اعداد الباحثتان

يتبين من خلال الجدول رقم (02) الموضح أعلاه ان توزيع إجابات افراد العينة بلغت اعلى نسبة في العبارة 31 التي تنص على ان : أجد صعوبة في التعبير عن آرائي بشأن المسائل المثيرة للجدل في عملي وذلك بنسبة بلغت 93.7 %على البديل معارض مقارنة مع البدائل الأخرى بتكرار 59 ومتوسط حسابي بلغ 1.10 في حين الانحراف المعياري 0.39 ونشير الى ان المتوسط الحسابي لبعد الاستقلالية بلغ 2.17 بمستوى متوسط.

2-1 الكشف عن مستوى السيطرة على ما يحيط بنا: وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول الموالي:

جدول 3: يبين التكرارات والنسب وكذا المتوسط والانحراف لبعد السيطرة على ما يحيط بنا:

العبارة	معارض		محايد		موافق		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
	ت	%	ت	%	ت	%			
2	2	3.2	1	1.6	60	95.2	2.92	0.37	مرتفع
8	4	6.3	32	50.	27	42.	2.37	0.60	مرتفع

			9		8				
مرتفع	0.40	2.89	92.1	58	4.8	3	3.2	2	14
متوسط	0.55	1.95	12.7	8	69.8	44	17.5	11	20
مرتفع	0.61	2.43	49.2	31	44.4	28	6.3	4	26
متوسط	0.91	2.14	28.6	18	0	0	71.4	45	32
متوسط	0.71	2.10	30.2	19	49.2	31	20.6	13	38
متوسط	0.59	2,4	63						المجموع

المصدر: من اعداد الباحثتان

يوضح الجدول رقم (03) توزيع إجابات افراد العينة في الفقرة 32 كانت بموافق ومعارض فقط ولقد بلغت نسبة هذه الأخيرة اعلى نسبة ب 71.4% بتكرار بلغ 45 والفقرة كانت على النحو التالي: اجد صعوبة في ترتيب حياتي المهنية بطريقة مرضية ويلاحظ هنا ان المتوسط الحسابي للبعد ككل بلغ 2.4 هذا ما يعني ان مستوى الارتياح لدى العمال متوسط حسب بعد السيطرة على ما يحيط بنا.

3-1 الكشف عن مستوى النمو الشخصي: الجدول الموالي يوضح توزيع إجابات افراد العينة وهي كتالي:

جدول 4: يبين التكرارات والنسب وكذا المتوسط والانحراف لبعد النمو الشخصي

العبارة	معارض		محايد		موافق		المتوسط الحسا	الانحراف المعيار	المستوى

								ي	بي
	ت	%	ت	%	ت	%	ت		
3	13	20.6	14	22.2	36	57.1		0.80	2.37	مرتفع
9	21	33.3	0	0	42	66.7		0.47	2.67	مرتفع
15	48	76.2	11	17.5	4	6.3		0.58	1.30	منخفض
21	12	19.0	26	41.3	25	39.7		0.74	2.21	منخفض
27	32	50.8	2	3.2	29	46.0		0.99	1.95	منخفض
33	13	20.6	28	44.4	22	34.9		0.73	2.14	متوسط
39	42	66.7	1	1.6	20	31.7		0.93	1.65	منخفض
المجموع	63							0.74	2.04	متوسط

المصدر: من اعداد الباحثتان

حسب الجدول رقم (04) الموضح أعلاه يبين ان اعلى نسبة كانت 76.2% بتكرار 48 على بديل معارض للفقرة التي كانت كتالي: عندما أتأمل في ذاتي أجد انني لم اتحسن كثيرا في عملي على مر السنين ونشير الى ان المتوسط الحسابي للبعد ككل بلغ 2.04 بمستوى متوسط.

4-1 الكشف عن مستوى العلاقات الإيجابية مع الآخرين:

جدول5: يبين التكرارات والنسب وكذا المتوسط والانحراف لبعد العلاقات الإيجابية مع الاخرين

العبارة	معارض		محايد		موافق		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
	ت	%	ت	%	ت	%			
4	0	0	12	19.0	51	81.0	2.81	0.39	مرتفع
10	19	30.2	42	66.7	2	3.2	1.73	0.51	منخفض
16	19	30.2	3	4.8	41	65.1	2.35	0.91	مرتفع
22	13	20.6	2	3.2	48	76.2	2.56	0.81	مرتفع
28	0	0	32	50.8	31	49.2	2.49	0.50	مرتفع
34	56	88.9	4	6.3	3	4.8	1.16	0.48	منخفض
40	1	1.6	33	52.4	29	46.0	2.44	0.53	مرتفع
المجموع					63		2.22	0.59	متوسط

المصدر: من اعداد الباحثتان

يشير الجدول رقم (05) الى ان اعلى نسبة كانت 88.9% بتكرار بلغ 56 على البديل معارض للفقرة التي نصت على: ليست لدي علاقات دافئة وثقة مع زملائي

في العمل ومتوسط حسابي 1.16 وانحراف معياري 0.48 وهذا ما يعكس ان متوسط الحسابي لبعد العلاقات الإيجابية مع الآخرين بلغ 2.22 ما يبرر مستوى متوسط للارتياح النفسي للعمال حسب بعد العلاقات الإيجابية مع الاخرين.

5-1 الكشف عن مستوى الهدف في الحياة:

جدول 6: يبين التكرارات والنسب وكذا المتوسط والانحراف لبعد الهدف في الحياة

العبارة	معارض		محايد		موافق		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
	ت	%	ت	%	ت	%			
5	25	39.7	2	3.2	36	57.1	2.17	0.97	متوسط
11	2	3.2	25	39.7	36	57.1	2.54	0.56	مرتفع
17	4	6.3	41	65.1	18	28.6	2.22	0.55	متوسط
23	7	11.1	28	44.4	28	44.4	2.33	0.67	متوسط
29	14	22.2	29	46.0	20	31.7	2.10	0.73	متوسط
35	3	4.8	28	44.4	32	50.8	2.46	0.59	مرتفع
41	28	44.4	4	6.3	31	49.2	2.05	0.97	متوسط
المجم					63		2.26	0.72	متوسط

وع				ط

المصدر: من اعداد الباحثتان

يعكس الجدول رقم (06) المبين أعلاه توزيع إجابات افراد العينة اذ تبرز اعلى وهي 44.4% بتكرار 28 على البديل معارض للفقرة: اشعر بالرضا عن نفسي عندما اقارن نفسي بزملائي في العمل كما نشير الى ان المتوسط الحسابي لبعد الهدف في الحياة بلغ 2.26 وانحراف معياري 0.72 وهنا نشير الى ان مستوى الارتياح النفسي للعمال متوسط.

6-1 الكشف عن مستوى الرضا عن الذات:

جدول 7 يبين التكرارات والنسب وكذا المتوسط والانحراف لبعد الرضا عن الذات

العبارة	معارض		محايد		موافق		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
	ت	%	ت	%	ت	%			
6	33	52.4	2	3.2	36	57.1	1.89	0.96	منخفض
12	11	17.5	12	19.0	40	63.5	2.46	0.77	مرتفع
18	23	36.5	33	52.4	7	11.1	1.75	0.64	متوسط
24	1	1.6	15	23.8	47	74.6	2.73	0.48	مرتفع
30	18	28.6	32	50.8	13	20.6	1.92	0.70	متوسط
36	16	25.	2	3.2	45	71.	2.46	0.87	مرتفع

			4				4		
مرتفع	0.59	2.49	54.0	34	41.3	26	4.8	3	42
متوسط	0.71	2.24						63	المجموع

المصدر: من اعداد الباحثتان

يتبين من خلال الجدول رقم (07) الموضح أعلاه ان اعلى تكرار كان 33 بنسبة مئوية بلغت 52.4% على البديل معارض للعبارة التالية: اشعر بالسرور عندما أتذكر مراحل حياتي المهنية هذا ما يبرر ان غالبية الافراد يشعرون بالرضا والسرور عن حياتهم المهنية وهذا ما يعزز ذلك بلغت العبارة متوسط حسابي هو 1.89 وانحراف معياري 0.96 اذن مستوى الارتياح النفسي لدى العمال متوسط حسب بعد الرضا عن الذات.

-عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

وتنص الفرضية الثانية على: توجد فروق في مستوى الارتياح النفسي لدى العمال تبعا لمتغير الجنس. ومن اجل التعرف على صحتها استخدمنا اختبار ت للفروق وتم التوصل إلى النتائج الموضحة كما يلي:

جدول 8: يوضح قيم اختبار "ت" للفروق

الجنس	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الح
ذكور	36	91.38	6.38	0.77	61
اناث	27	94.74	6.34		

المصدر: من اعداد الباحثتان

نلاحظ من خلال الجدول رقم (08) الموضح أعلاه ان قيمة ت بلغت 0.77 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.05 وعليه نقبل الفرضية التي تنص على انه توجد فروق في مستوى الارتياح النفسي لدى العمال تعزى لمتغير الجنس.

-عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

وتنص الفرضية الثالثة على: توجد فروق في مستوى الارتياح النفسي لدى العمال تبعا لمتغير تقلد منصب المسؤولية. ومن اجل التعرف على صحتها استخدمنا اختبار ت للفروق وتم التوصل إلى النتائج الموضحة كما يلي:

جدول 9: يوضح قيم اختبار "ت" للفروق

تقلد منصب مسؤولية	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية
نعم	18	92.50	9.52	0.00	61
لا	45	92.95	4.99		

المصدر: من اعداد الباحثتان

الملاحظ من الجدول رقم (09) يبين نتائج قيم اختبار ت لمتغير تقلد منصب مسؤولية بحيث تعبر قيمة ت عن 0.00 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا يعبر عن اننا نرفض الفرضية الجزئية التي تنص على انه توجد فروق في مستوى شعور العمال بالارتياح النفسي تبعا لمتغير تقلد منصب مسؤولية وعليه نقبل الفرض الصفري الذي يدل على انه لا توجد فروق في مستوى الارتياح النفسي لدى العمال تعزى لمتغير تقلد منصب مسؤولية.

4. مناقشة النتائج وتفسيرها:

بعد المعالجة الإحصائية للمعطيات نلاحظ من خلال النتائج المتحصل عليها تبين: ان مستوى شعور عمال الإقامة الجامعية للإناث لالة فاطمة نسومر بالارتياح النفسي كان متوسط وهذا بناء على نتيجة المتوسط الحسابي الاجمالي المتحصل عليها الذي بلغ 2.16 ودرجة الانحراف المعياري الكلية التي كانت 0.64 وهذا ما يعكس ان عمال الإقامة الجامعية لالة فاطمة نسومر بقسنطينة 2 يشعرون بمستوى متوسط للارتياح النفسي في عملهم وهذا ما يتفق مع دراسة كل من بن دحو ومقدم (2017) حيث توصلت نتائج الدراسة الى ان مستوى شعور الموظفين الجمركيين بالارتياح النفسي جاء متوسط. يرجع شعور عمال الإقامة الجامعية للإناث بالارتياح النفسي بشكل متوسط الى عدة اسباب وعليه نستطيع ان

نستنتج بعض هذه الأسباب منها ما جاء في المعطيات والنتائج المحصل عليها وهي ان معظم العمال لا يفكرون في مستقبلهم المهني وهذا بنسبة 57.1% وهذا ما يبرر انهم يعيشون فقط حياتهم المهنية وفقط دون ان يضعون مخططات مستقبلية خاصة بهم ونضيف أيضا سبب اخر لشعور العمال بمستوى متوسط للارتياح النفسي وهو ان الحفاظ على العلاقات الإنسانية من الأمور الصعبة والمحبطة والتي كانت بنسبة 66.7 %. وهنا قد اكد العمال انهم لا يهتمون ببناء علاقات اجتماعية متزنة ومتنوعة هذا ونضيف سبب اخر وهو ان العمال يعبرون انهم لم يتحسنوا كثيرا في عملهم كانت بنسبة 76.2% ما يبرر ان العمال لا يجدون حوافز وتدريبات دورية على عملهم ومن جهة أخرى العمال انفسهم لا يحبون ان يكونوا في وضعيات جديدة والتي كانت بنسبة تعبر عن 50.8% هذا ما يعكس ان العمال لا يقومون بتغييرات جديدة في وضعياتهم المهنية ويميلون الى الروتين والطرق التقليدية في ممارسة أعمالهم. هذا ونشير الى سبب اخر هو شعور العمال بالوحدة في عملهم بنسبة 65.1% وهذا يعكس ان لديهم زملاء قليلون في العمل ولا يميلون الى الحضور في الاجتماعات الرسمية وغير الرسمية هذا ونشير الى سبب آخر هو ان عمال الإقامة الجامعية يشعرون بصعوبة ترتيب حياتهم المهنية بالطريقة المرضية وذلك بنسبة 71.4% ونضيف الى ان العمال يجدون صعوبة في التعبير عن آرائهم بشأن الأمور المهنية بنسبة 93.7%. وعليه نستخلص من خلال ما تقدم ان شعور عمال الإقامة الجامعية لالة فاطمة نسومر قسنطينة 2 بمستوى متوسط وهناك العديد من الأسباب التي تم الإشارة اليها سابقا بالتفصيل وهنا نشير الى قبول الفرضية العامة التي تنص على ان شعور عمال الإقامة الجامعية للإناث بالارتياح النفسي متوسط.

-من خلال معالجة نتائج الفرضية الثانية التي تنص على انه توجد فروق في مستوى الارتياح النفسي لدى العمال تبعا لمتغير الجنس هذا انه شعور العمال سواء ذكور او اناث في مستوى مختلف لشعورهم بالارتياح النفسي ونقلا عن بن دحو ومقدم (2017) اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج الدراستين المنشورتين في الولايات المتحدة الامريكية ما بين السنتين 1957و1976 التي كشفت عن وجود ارتباط بلغ مقدراه ب 0.45 بين الشعور بالهناء والارتياح في حالة الزواج في مقابل

عدم الزواج وهذا التأثير اعلى لدى الذكور منه لدى الاناث(ص353) كما اختلفت نتائج الدراسة مع نتائج دراسة كل من الشربيني 2007 والجندي 2009 وجود فروق بين الجنسين (الذكور والاناث) في شعورهم بالسعادة النفسية (الارتياح النفسي) بمختلف مكوناتها. اذن ما يلاحظ هو ان عامل الجنس يلعب دور مهم في شعور عمال الإقامة الجامعية بالارتياح النفسي وكان هناك فرق بين شعور الذكور وشعور الاناث بالارتياح هذا ما يبرر ان الإحساس الإيجابي بالراحة النفسية يتمتع به الجنسين من العمال بدرجة متفاوتة ما يجعلهم يسعون الى الوصول لهدفهم في الحياة وتحقيق ذاتهم المهنية كل على حسب خصوصياته وطموحاته المستقبلية. وعليه نقبل الفرضية الجزئية التي تنص على وجود فروق في مستوى شعور عمال الإقامة الجامعية للإناث بالارتياح النفسي تعزى لمتغير الجنس.

-من خلال ما سبق من نتائج المتحصل عليها انه لا توجد فروق في مستوى الارتياح النفسي لدى العمال تبعا لمتغير تقلد منصب مسؤولية هو ما اختلفت مع نتائج دراسة بن دحو ومقدم (2017) بحيث توصلت الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الارتياح النفسي عند الموظفين الجمركين الذين يعملون بالمديرية الجهوية يعزى لمتغير الرتبة المهنية وعليه نرجع أسباب ذلك الى العمال لا يرفضون فكرة تقلد مسؤولية مدام انها تزيد في شعورهم بالارتياح النفسي مهما كان نوع المنصب كون ان هذه الأخيرة يحقق لهم شعور إيجابي واحساسهم بالرضا عن حياتهم المهنية. وعليه نشير الى رفض الفرضية الجزئية الثالثة التي تنص على وجود فروق في مستوى شعور عمال الإقامة الجامعية للإناث بالارتياح النفسي تعزى لمتغير تقلد منصب مسؤولية ومن هنا يتم قبول الفرضية الصفرية التي تنص على انه لا توجد فروق في مستوى شعور عمال الإقامة الجامعية للإناث بالارتياح النفسي تعزى لمتغير تقلد منصب مسؤولية.

5. خاتمة:

ان حماية العامل من المخاطر والامراض المهنية وغيرها حق من الحقوق التي كفلها المشرع الجزائري ولما كان هذا الحق شرعي كان لابد من العمل على

تجسيده على ارض الواقع في كل المؤسسات والقطاعات على اختلافها، كل هذا من شانه أن يكفل حماية العامل نفسيا وجسديا وهذا ما ينعكس على مردوديته وارتفاع الإنتاج بشكل عام. وفي الأخير نشير الى ان حماية ورعاية العامل لا تقتصر فقط على الناحية الجسدية وانما لابد ان تشمل النواحي النفسية والسيكولوجية كون ان هذه الأخيرة تلعب دور جد حساس في ممارسات العامل و سلوكياته في مختلف الوضعيات. وبهذا تكون الفرصة لتقليل الصراعات والمشاكل النفسية وتحقيق أكبر قدر من الراحة النفسية للعامل وهو ما يعتبر من اهم العوامل المساهمة في تحقيق نتائج كمية ونوعية أفضل للعامل والمنظمة والمجتمع ككل. ومن خلال هذا توصي الدراسة الحالية ببعض التوصيات والاقتراحات كانت على الشكل التالي:

- الحرص على تقديم الحوافز والدعم المعنوي.
- تشجيع المبادرات الفردية والجماعية.
- غرس روح المساندة وتعزيز العلاقات الاجتماعية الإيجابية بين العمال.
- الاهتمام بالصحة المهنية للعامل (نفسية وجسدية).

6. قائمة المراجع:

- أبو سيف، محمود سيد علي. (2018). *دور جودة حياة العمل في العلاقة بين رأس المال النفسي ومستوى الإلتزام التنظيمي*، المجلة الدولية للبحوث في العلوم التربوية السعودية المجلد 1 العدد(4)،

-الجندي، أمسية السيد. (2009). مصادر الشعور بالسعادة وعلاقتها بالذكاء الوجداني لطلاب كلية التربية بجامعة الإسكندرية، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، المجلد 19، العدد 62، 11-70.

-الشربيني، السيد كامل. (2007). جودة الحياة وعلاقتها بالذكاء الانفعالي وسمة ما وراء المزاج والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية والقلق، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، المجلد 17، العدد 57، 1-80.

-بن دحو، سمية ومقدم، سهيل. (2017). *الارتياح النفسي في العمل وعلاقته بالخلفية الفردية للعامل*، *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، العدد 31، 341-356.

-تلمساني، فاطمة. (2015). الارتياح النفسي الشخصي لدى الطلبة الجامعيين، *الاكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية*، العدد 14، 27-32
-مشري، سعيد. (2014). *جودة الحياة من منظور علم النفس الإيجابي*، *مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية*، العدد(08)، 2015-237.

مريم، رجاء محمود. (2016). *الصلابة النفسية وعلاقتهما بجودة الحياة*، دراسات عربية في التربية وعلم النفس (ASEP)، العدد(74)، 355 – 384

-Bishop, M.,& Feist-price,S. (2001). Quality of life in - rehabilitation counselling: Making the philosophical practical. Rehabilitation Education, 15(3), 201-212
-Claude Dubar, (2000)La Socialisation ,Construction des identités Sociales et Professionnelles,"4eme édition ,Armand Colin, Paris .

-Diener, E. (2009). Subjective well- being. In E. Diener (Ed ,(.The science of Well- being (pp. 11- 58): New York: Spring