

جودة الصداقة وعلاقتها بالرفاهية النفسية لدى طالبات الجامعة

Friendship Quality and Psychological Well being among University students

د. حورية شرقي*، جامعة مستغانم، الجزائر.

cherguiemosta@hotmail.fr

تاريخ التسليم: (2020/03/26)، تاريخ المراجعة: (2020/05/01)، تاريخ القبول: (2020/05/25)

Abstract :

ملخص :

The current study was designed to examine the relationship between Friendship Quality and Psychological Well-being. There were 125 female students from the University of Mostaganem, Algeria. Their ages were between 18 and 42. These participants were assessed using the Friendship Quality Scale and psychological well being Scale. The results of the study showed high level of friendship. The results also indicated a positive relationship between friendship and psychological well being. One Way ANOVA find impact of length of the relationship on friendship quality. Findings indicate that friendship quality predicted Psychological well being.

Keywords: Friendship Quality, Psychological Well-Being, University Students

هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين جودة الصداقة والرفاهية النفسية لدى طالبات الجامعة، حيث شملت عينة الدراسة 125 طالبة تم اختيارها بطريقة عشوائية من كلية العلوم الاجتماعية بجامعة مستغانم، وباستخدام المنهج الوصفي ومقاييس الصداقة والرفاهية النفسية، كشفت النتائج عن وجود مستوى عالي من جودة الصداقة لدى الطالبات، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة عند مستوى دلالة 0,01 بين الصداقة والرفاهية النفسية. كما أظهرت النتائج أيضا وجود فروق في الصداقة حسب متغير مدة الصداقة وعدم وجود فروق دالة حسب متغير العمر، كما كشفت النتائج أيضا أن جودة الصداقة يمكنها التنبؤ بالرفاهية النفسية.

الكلمات المفتاحية: جودة الصداقة، الرفاهية النفسية، طلبة الجامعة.

* المؤلف المراسل: د. حورية شرقي، الإيميل: cherguiemosta@hotmail.fr

مقدمة:

تعتبر الصداقة من العلاقات الإنسانية المهمة التي تشبع حاجات الفرد في الانتماء والإحساس بالأمان وتقدير الذات، فلا يخلو تراثنا من الأمثال والحكم التي تعبر عن دور الصديق في حياة الإنسان، مثل "الصديق وقت الضيق"، "الرفيق قبل الطريق"، "الصداقة كالصحة لا تعرف قيمتها إلا إذا خسرتها"، "شر البلاد، بلاد لا صديق فيه". وما هذه الأقوال إلا دليلاً على ما تكتسبه الصداقة من أهمية في الحياة اليومية للفرد.

فدور الصديق لا يقتصر على كونه بيت أسرار فقط بل يتعداه إلى أكثر من ذلك فهو قد يكون مصدراً لسعادة الفرد وصحته النفسية فوجوده يبعث الفرح والسرور في النفس ويحفظ توازن الفرد النفسي من خلال مشاركته لهوموه والتعاطف مع أحاسيسه وإشعاره بأهميته كإنسان ومساندته ودعمه في أمور حياته. حيث تتفق معظم البحوث النفسية المتصلة بوظائف الصداقة، على أن الأصدقاء يؤدون دوراً كبيراً في خفض مشاعر القلق والتوتر لدى الصديق، وذلك بدعم المشاعر الإيجابية السارة، وإبعاده عن الوحدة التي يشعر معها بعزلة حقيقية، وبذلك يحقق الاجتماع بالأصدقاء قدراً من الارتياح النفسي، والشعور بظروف الحياة العادية". (الشماس، 2012، ص 21)

وتعتبر الرفاهية النفسية من المطالب التي يسعى الإنسان إلى تحقيقها في هذه الحياة، فالعيش في هناء وسعادة من الأمور التي تدفع الشخص لمجابهة الصعاب وتحملها والقدرة على التعايش معها. وإن مقومات البقاء ترتبط ببيولوجيا بالسعادة لدى البشر كالعيش في بيئة آمنة وتوفر الماء والخضرة والمناخ المعتدل والسكن كلها مدعاة للارتياح والسعادة ويضاف إليها روابط الاقتران وإقامة علاقات متينة مع جماعات الانتماء كلها تشعر المرء بالسعادة والرفاهية لارتباطها بتوفير مقومات البقاء والأمن. (حجازي، 2012، ص 296)

وسنحاول في هذه الدراسة تناول العلاقة بين جودة الصداقة والرفاهية النفسية وذلك باختيار طالبات من جامعة مستغانم نموذجاً.

- إشكالية الدراسة:

أصبح السعي إلى تحقيق السعادة والرفاهية النفسية من الأمور التي تشغل الباحثين في مجال علم النفس الإيجابي بهدف الوصول بالفرد إلى تنظيم سلوكه وتحكمه في إدارة شؤون حياته اليومية وتطوير نفسه وتقبله لذاته مع بناء لعلاقات إيجابية مع الآخرين فتصبح الحياة ذات معنى وهدف فتزيد إمكاناته الشخصية فيما يفيد مجتمعه ويطوره، ولما كانت الصداقة أحد العوامل التي ترتبط بسعادة الفرد ورفاهيته النفسية فقد هدف الباحثون إلى دراسة العلاقة بين بينهما حيث أشارت العديد من الدراسات إلى العلاقة التي تربط بين الصداقة والرفاهية مثل دراسة (Miething et al. 2016) التي أظهرت أن جودة الصداقة ترتبط بالرفاهية النفسية لدى المراهقين والشباب، ودراسة (ياسين حمدي وآخرون 2014)، التي

كشفت عن قدرة الصداقة على التنبؤ بالرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة، ودراسة (2018 Subhashini) التي أظهرت وجود علاقة إيجابية بين كل من الصداقة وأبعاد الرفاهية النفسية. كما أثبتت الأبحاث أن جودة الصداقة العالية ترتبط بالمتغيرات النفسية التكيفية، وبعبارة أخرى، يرتبط وجود الصداقة بتحسين الرفاهية النفسية لدى الأفراد (Bakalim & Taşdelen-Karçkay, 2016, p2)، وأشارت (Simard 2010) إلى أن الآباء والأصدقاء من الشخصيات العلائقية المهمة المفسرة للرفاهية النفسية لطلاب الجامعة، وأكدت دراسات (Akin et al 2016) و (Sima & Singh 2017) على أهمية الصداقة في التوافق النفسي للفرد حسب ما أشار إليه (الشميري، 2019، ص147)، حيث وجد (Akin et al 2016) ارتباطاً إيجابياً بين كل من القدرة الذهنية والحيوية الشخصية ونوعية الصداقة، مما يبرز أهمية جودة الصداقة في التكيف النفسي والمعرفي. كما تعتبر صداقة الإناث أكثر جودة من الذكور فهناك أدلة كثيرة تشير إلى وجود فروق بين الجنسين، حيث تتميز صداقات النساء بجودة أفضل، وتقارب، واستمتاع، وألفة، مثل دراسات Bell 1991، (Jones 1991, Sapadin 1988, Wright & Scanlon 1991)، (Abod & Mandelson, 1999, p130). ومنه جاءت رغبتنا في دراسة جودة الصداقة وعلاقتها بالرفاهية النفسية باختيار طالبات من جامعة مستغانم.

وتمثلت تساؤلات الدراسة فيما يلي:

- هل توجد علاقة بين جودة الصداقة والرفاهية النفسية لدى الطالبات؟
- ما هو مستوى جودة الصداقة لدى طالبات جامعة مستغانم؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الصداقة حسب متغير مدة الصداقة؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الصداقة حسب متغير العمر؟
- هل تساهم جودة الصداقة في التنبؤ بالرفاهية النفسية لدى طالبات الجامعة؟
- **فرضيات الدراسة:**
- توجد علاقة ايجابية بين جودة الصداقة والرفاهية النفسية لدى طالبات الجامعة.
- مستوى جودة الصداقة مرتفع لدى طالبات الجامعة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الصداقة حسب متغير مدة الصداقة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الصداقة حسب متغير العمر.
- تساهم جودة الصداقة في التنبؤ بالرفاهية النفسية لدى طالبات الجامعة.
- **أهمية الدراسة:** تتمثل أهمية الدراسة في أهمية موضوع الصداقة باعتباره من المواضيع التي تستدعي اهتمام الباحثين في علم النفس لما تحققه من إشباع نفسي واجتماعي، كما تسهم الدراسة في لفت الانتباه حول مجال من مجالات علم النفس الايجابي وهو الرفاهية النفسية.

كما يمكن للنتائج أن تساعد المختصين في علم النفس والمستشارين في تصميم برامج لتنمية مهارات الصداقة لدى الأطفال والمراهقين والشباب نظرا للدور الذي تلعبه في تحقيق الرفاهية النفسية.

- أهداف الدراسة:

- الكشف عن العلاقة بين جودة الصداقة والرفاهية النفسية لدى الطالبات.
- الكشف عن مستوى جودة الصداقة لدى الطالبات.
- معرفة تأثير طول مدة الصداقة على جودة الصداقة.
- معرفة تأثير العمر على جودة الصداقة.
- الكشف عن مساهمة الصداقة في التنبؤ بالرفاهية النفسية لدى الطالبات.

- المفاهيم الإجرائية:

أ - **جودة الصداقة:** ونقصد بها الدرجة التي تحصل عليها الطالبة على مقياس الصداقة McGill Friendship (1996) Mendelson & Aboud الذي يقيس الأبعاد التالية:

- **الإثارة:** وتدل على القيام مع الأشياء السعيدة والممتعة والمثيرة، حيث تركز على المتعة والإثارة في الأنشطة المشتركة.

- **المساعدة:** تدل على توفر التوجيه والمساعدة وغيرها من أشكال المساعدات لتلبية الاحتياجات أو الأهداف.

- **الألفة:** تشير إلى قدرة الفرد على الإحساس باحتياجات الطرف الآخر حتى لو لم يفصح عن ذلك، والقدرة على التعبير عن الأفكار والمشاعر الشخصية بكل سهولة، والإفصاح عن الأمور الشخصية بصراحة.

- **الترابط الوثيق:** وتشير إلى القدرة على الاعتماد على تواجد الطرف الآخر ووفاءه الدائم.

- **التحقق الذاتي:** تشير إلى إدراك الطرف الآخر بأنه مطمئن ومتقبل ومشجع ويساعد على الحفاظ على الصورة الذاتية كشخص كفؤ وذو قيمة.

- **الأمن العاطفي:** القدرة على منح الراحة والثقة في المواقف الجديدة أو المهددة (Mendelson & Aboud, 2014, p2)

ب- **الرفاهية النفسية:** نقصد بها في هذه الدراسة الدرجة العالية التي تحصل عليها الطالبة على مقياس ريف Ryff للرفاهية النفسية الذي يقيس الأبعاد التالية:

- **الاستقلالية:** يعني أن الفرد مستقل وينظم سلوكه بشكل مستقل عن الضغوط الاجتماعية.

- **التحكم البيئي:** يعني أن الفرد متمكن من استخدام الفرص بكفاءة، ولديه حس التحكم في إدارة

العوامل والأنشطة البيئية، بما في ذلك إدارة شؤونه اليومية وخلق لمواقف نافعة لحاجاته الشخصية.

- **النمو الشخصي:** يعني أن الفرد يستمر في تطوير نفسه، متقبلا الخبرات الجديدة، ومدركا لتحسنه

السلوكي والنفسي عبر الزمن.

- العلاقات الإيجابية مع الآخرين: تدل على أن الفرد يشترك في علاقات جادة مع الآخرين، تتضمن التعاطف، الألفة، والمودة المتبادلة.

- الحياة الهادفة: تدل على أن الفرد يملك هدفاً محدداً قويا ولديه قناعة بأن الحياة لها معنى.

- تقبل الذات: يدل على أن للفرد موقفاً إيجابياً تجاه نفسه. (Seifert, 2005, p16)

2- الإطار النظري والدراسات السابقة:

1-2- مفهوم الصداقة: عرف أبو سريع الصداقة بين أبناء الجنس الواحد بأنها علاقة اجتماعية وثيقة تقوم على مشاعر الحب والجادبية المتبادلة بشخص أو أكثر وتميزها عدة خصائص كالدوام النسبي والاستقرار والتقارب العمري مع توافر قدر من التماثل بينهم في سمات الشخصية والقدرات العقلية والاهتمامات والاتجاهات والقيم والظروف الاجتماعية. (أبو سريع، 1993، ص30).

وتعرف الصداقة بأنها علاقة بين شخصين قد تستمر طوال العمر، وتؤدي دوراً حيوياً للحفاظ على الترابط الاجتماعي تتميز المودة والثقة والالتزام والاحترام والمعاملة بالمثل (et al, 2019, p2). فالصداقة هي علاقة إنسانية متبادلة بين شخصين أو أكثر من نفس الجنس تجمعهم روابط متينة وثقة متبادلة وإحساس كل طرف باحتياجات ومشاعر الطرف الآخر، بحيث يستطيع أن يفصح له عن أموره خاصة دون خوف لأنه يشعره بالتقبل والاطمئنان والراحة.

2-2- خصائص الصداقة: يشير سيرز Sears وزملاؤه إلى أن الصداقة علاقة اجتماعية وثيقة لها 3 خصائص أساسية :

- الاعتمادية المتبادلة: حيث يؤثر كل طرف في مشاعر ومعتقدات وسلوك الطرف الآخر .

- العلاقات الوثيقة: فيميل الأصدقاء إلى المشاركة في نشاطات واهتمامات مختلفة ومواضيع

متنوعة.

- قدرة كل طرف على استثارة انفعالات قوية في الطرف الآخر وهي خاصية مترتبة على الاعتمادية

المتبادلة بين الأصدقاء إذ تعد مصدراً لكثير من المشاعر الإيجابية السارة وأحياناً غير السارة (في أبو سريع، 1993، ص28)

وتتمو علاقة الصداقة عبر الزمن ويوماً بعد يوم تتضح المشاعر العاطفية بين الأصدقاء وتتعمق

الروابط بينهم فيمكن كلاً منهم أن يعلن عن نفسه بثقة واطمئنان أمام الآخرين بلا خوف أو قناع. ويتمنى

من أصدقائه أن يكونوا قادرين على فهم شخصيته وكيانه العميق من خلال ما يعلن عنه وما

يعيشه. (اليسوعي، 2013، ص13)

وتعتبر الصداقة مثلها مثل العلاقات الإنسانية الأخرى تختلف في مدى جودتها. رغم أنه من الصعب

الحكم على جودة الصداقة، وتعتبر المظاهر السلوكية وطول مدة العلاقة والتعامل المتبادل، هي إجمالي

معايير جودة الصداقة (Aboud & Mendelson, 1999, p2). فيمكن الحكم على جودة الصداقة من

خلال ما تؤديه من وظائف أساسية كالحميمية والألفة، الشعور بالأمن العاطفي، الثقة والتقبل، المساعدة، الاعتماد، المشاركة في الأنشطة المختلفة.

2-3- الرفاهية النفسية: اهتم كثير من علماء النفس بتحليل السعادة وتحديد علاماتها ومظاهرها وعواملها، ونظروا إليها بزوايتين زاوية نفسية وجدانية، وتشمل مشاعر الأمن والطمأنينة والارتياح، وزاوية عقلية معرفية وتشمل ما يدركه الإنسان بعقله من رضا وما يجده وما يحققه من نجاح وما يحصل عليه من مساعدة حتى تسير الأمور وفق ما يتوقع. (كمال مرسي، 2000، ص40)، وتعرف ريف (1989) الرفاهية النفسية بأنها التطور وتحقيق الفرد لذاته (Ryff & Singer, 2008, p14).

فالرفاهية النفسية تعني قدرة الفرد على تحديد أهدافه وتحقيقها في هذه الحياة من خلال توظيف إمكانياته والاستفادة من تجاربه الماضية، وسعيه نحو تطوير نفسه باستمرار والإيمان بذاته وأفكاره وبأنه شخص مستقل قادر على التصرف بما يناسبه غير خاضع لتحكم الآخرين، مع احتفاظه بعلاقات ايجابية مع الآخرين أساسها الاحترام والثقة والتفهم والتعاطف.

2-4- أبعاد الرفاهية النفسية: طورا كل من كارول ريف ويورتون سنجر نموذجا توليفيا من ستة أبعاد تحيط بالرفاهية النفسية وعناصر قياسها:

2-4-1- تقبل الذات: وهو النظرة الايجابية إلى الذات، والوعي العميق بايجابياتنا وسلبياتنا وتكامل الاثنين فيما أسماه يونج بالتفرد واريكسون بتكامل الأنا حيث يتصالح المرء مع ايجابياته وسلبياته (انتصاراته وخيباته في الحياة).

2-4-2- الحياة الهادفة: وهي القدرة على إعطاء معنى وتوجه لحياتنا وتجربتنا وعلى خلق أهداف والسعي في سبيلها، وهي وثيقة الصلة بالقدرة على مجابهة المحن. (حجازي، 2012، ص285).

2-4-3- العلاقات الإيجابية مع الآخرين: تعتبر العلاقات الشخصية الايجابية سمة أساسية

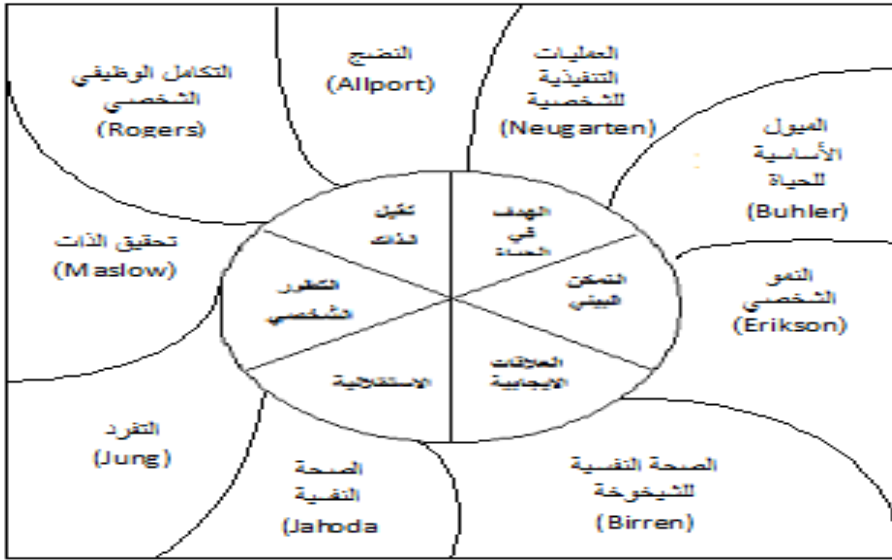
لحياة جيدة. وحسب جاهودا، فالقدرة على الحب تعتبر عنصرا مركزيا في الصحة العقلية.

2-4-4- التطور الشخصي: والتي تنطوي على عملية تطوير لإمكانات الفرد بشكل مستمر، والانفتاح على الخبرات ومواجهة تحديات جديدة في فترات مختلفة من حياته. (Ryff & Singer, 2008, p 21)

2-4-5- التمكن البيئي: هو الشعور بالتمكن والكفاءة في إدارة البيئة؛ والتحكم في مجموعة معقدة من الأنشطة الخارجية، والاستخدام الفعال للفرص المتاحة، والقدرة على اختيار أو إنشاء سياقات ملائمة للاحتياجات الشخصية والقيم.

2-4-6- الاستقلالية: وهي تقرير المصير والاستقلال الذاتي، فيكون الفرد قادرا على مقاومة الضغوط الاجتماعية والتفكير والتصرف بطرق معينة؛ وينظم سلوكه من داخله. ويقوم ذاته بمعايير الشخصية. (Ryff, 1995, p101)

الشكل (01): أبعاد الرفاهية النفسية وأصولها النظرية



(Ryff & Singer, 2008, p20)

هناك ثلاث تيارات نظرية تسهم في التوجيه النظري لمفهوم الرفاهية النفسية، فعلم النفس النمو يقدم العديد من صور الرفاهية باعتبارها تطور النمو المستمر عبر مسارات الحياة ويشمل نموذج Erikson لمراحل التطور النفسي الاجتماعي، وصياغة Buhler عن الميول الأساسية للحياة التي تعمل على تحقيق الحياة، ونموذج Neugarten عن التغيير في مرحلة البلوغ والشيوخة. وعلم النفس العيادي يقدم نماذج متعددة من الرفاهية، مثل تصور Maslow لتحقيق الذات، ورؤية Rogers للتكامل الوظيفي للشخص، وصياغة Jung للتفرد، ومفهوم Allport للتضج، وتيار الصحة النفسية يقدم صياغة Jahoda للمعايير الإيجابية للصحة النفسية وتصور بيرن للأداء الإيجابي. (Ryff, 1995, p99) فحسب هذا النموذج فإن الرفاهية النفسية تتضمن القدرة على تحقيق الذات والمعنى من الحياة من خلال التطور المستمر والنظرة الإيجابية للذات وتقبلها بإيجابياتها وسلبياتها بعيدا عن الضغوط الاجتماعية والاستفادة من الخبرات الماضية بكل ما فيها من فشل ونجاح واستغلالها لبناء مستقبل مشرق.

2-5- الدراسات السابقة: سنعرض هنا بعض الدراسات التي ربطت بين متغير الصداقة والرفاهية النفسية:

- دراسة ياسين حمدي وآخرون (2014)، حول الصداقة والرفاهية النفسية وأثر بعض المتغيرات الديمغرافية على الرفاهية لدى عينة من 139 طالب وطالبة بكلية التربية بجامعة عين شمس، وأظهرت النتائج أن الرفاهية النفسية لا تختلف باختلاف الجنس، كما كشف مقياس الصداقة عن قدرته في التنبؤ بالرفاهية النفسية.

- دراسة **Almquist et al (2014)** حول العلاقة بين شبكات الصداقة والرفاهية النفسية لدى المراهقين والمراهقات في سن التاسعة عشر، حيث تم اختيار عينة عشوائية من السويديين الذين ولدوا في 1990. وأشارت النتائج إلى أن شبكات الصداقة بين الذكور والإناث كانت متشابهة فيما يتعلق بالجودة والثقة، في حين تتميز شبكات صداقة الذكور بالانخفاض في بعد الكشف عن الذات وتفضيل للصداقات من نفس الجنس، كما ارتبط الدعم العاطفي بالرفاهية النفسية، ولكن كانت هناك اختلافات بين الجنسين حيث أن الإناث استقدن من الناحية الصحية أكثر من وجود شبكات صداقة عالية الجودة والثقة، في حين كان الكشف عن الذات لدى الذكور مرتبطاً بشكل إيجابي بالرفاهية، ولم يكن كذلك لدى الإناث.
- دراسة **Gleckel (2015)**، حول العلاقة بين الشخصية وجودة الصداقة والرفاهية النفسية لدى عينة مكونة من 394 شاب بالغ. وأظهرت النتائج أن هناك تباين بين أبعاد شخصية وأبعاد الرفاهية، كما يمكن لجودة الصداقة التنبؤ بالسعادة والانتماء والقلق تتجاوز تأثير الشخصية، كما كشفت النتائج أيضاً أن صفات الصداقة الايجابية فقط تتبأت بالتباين في السعادة والانتماء، في حين أن ميزات الصداقة السلبية فقط هي التي توقعت التباين في القلق.
- دراسة **Bakalim & Taşdelen-Karçkay (2016)**، حول الدور الوسيط للدعم الاجتماعي المدرك بين جودة الصداقة والرفاهية النفسية لدى عينة من (309 أنثى و220 ذكر)، مراهقون من مدارس ثانوية بتركيا. تتراوح أعمارهم ما بين 14 و19 عاماً. باستخدام مقياس الصداقة والدعم الاجتماعي والرفاهية النفسية. أظهرت النتائج أن الدعم الاجتماعي يلعب دوراً في العلاقة بين جودة الصداقة والرفاهية النفسية.
- دراسة **Cuadros & berger (2016)** حول الدور الوسيط لأبعاد جودة الصداقة، في إيذاء الأصدقاء والرفاهية النفسية على عينة مكونة من 614 مراهقاً ومراهقة (من الصف الرابع إلى الصف السادس، وأظهرت النتائج أن بعدي الإفصاح والمساندة فقط يتفاعلان مع إيذاء الأصدقاء ويؤثران على الرفاهية خاصة عند الفتيات.
- دراسة **Falki & Khatoon (2016)** حول الدور الذي تلعبه الصداقة في الرفاهية النفسية، حيث أجريت دراسة على عينة من 200 فرد من مواطني الالبغار بالهند تتراوح أعمارهم بين 17 و35 عاماً بتطبيق مقياسي الصداقة والرفاهية النفسية حيث أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية ($r = 0.723$) عند مستوى 0.01 بين الصداقة والرفاهية النفسية.
- دراسة **Subhashini (2018)** حول العلاقة بين الصداقة في العمل والرفاهية النفسية لدى المدراء التنفيذيين. حيث تكونت العينة من 60 مديراً تنفيذياً في مجال الإدارة، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لدراسة العلاقة بين الصداقة في العمل والرفاهية النفسية. واختبار ANOVA لدراسة تأثير العمر على الصداقة والرفاهية النفسية، وأظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين الصداقة وأبعاد الرفاهية النفسية

(الاستقلال الذاتي، التمكّن البيئي، العلاقات الشخصية، الهدف في الحياة، وتقبل الذات) ووجود فروق دالة بين الفئات العمرية في فرص الصداقة، والاستقلال الذاتي وتقبل الذات لصالح الفئة العمرية الأكبر. - دراسة **Bagci. et al (2018)** حول العلاقة بين جماعات الأصدقاء والرفاهية النفسية لدى عينة من 269 معاقاً حركياً ذكوراً وإناثاً بالغين. تم استخدام مقياس جودة الصداقة، مقياس المواقف المتصورة لمجموعة الأغلبية تجاه مجموعة الأقليات، ومقياس تقدير الذات الجماعية، ومقياس اتجاهات العمل الجماعي ومقياس الرفاهية النفسية. فأظهرت النتائج أن صداقة الأشخاص ذوي الإعاقة مع الجماعات كانت مرتبطة بشكل مباشر وغير مباشر بمستويات أعلى من الرفاهية النفسية عبر طريقتين: الأولى من خلال تعزيز مواقف الأغلبية المتصورة والتي أدت بالتالي إلى مواقف أكثر إيجابية تجاه المجموعة الخارجية (تحقيق الرفاهية من خلال فرضية التكامل الاجتماعي) والآخر من خلال الوصول إلى مستويات أعلى من احترام الذات الجماعي والتي عززت ميول العمل الجماعي (الرفاهية من خلال فرضية التمكين البيئي).

- دراسة **Foody et al (2019)** حول العلاقة بين جودة الصداقة والجنس والتمتع الإلكتروني والرفاهية النفسية لعينة من تلاميذ ما بعد المرحلة الابتدائية (تتراوح أعمارهم ما بين 12 و 16 عاماً) بايرلندا. حيث هدفت إلى كشف الاختلافات في الرفاهية النفسية والتمتع الإلكتروني، والفروق بين الجنسين، إلى جانب تأثير جودة الصداقة والإساءة عبر الإنترنت على الرفاهية المبلغ عنها ذاتياً. ولمعرفة الارتباطات بين الجنس وجودة الصداقة على الرفاهية النفسية أجريت تحليلات الانحدار المتعددة حيث أظهرت النتائج فروقاً في جودة الصداقة بين المتورطين/المتعرضين للتمتع الإلكتروني وبين الطلاب الغير المتورطين لصالح الفئة الأخيرة، كما وجدت فروقاً بين الذكور والإناث في جودة الصداقة لصالح الإناث، كما أظهرت متغيرات الدراسة كالعمر والجنس وجودة الصداقة والتمتع الإلكتروني نسباً مختلفة من التباين في الرفاهية النفسية. وقد أوصى الباحثون بإجراء دراسات طولية لتوضيح دور جودة الصداقة في تعزيز الصحة النفسية والرفاهية لدى الشباب.

- دراسة **Liu, J. et al (2019)** حول العلاقة بين فقدان الأصدقاء والرفاهية النفسية لدى المهاجرين الصينيين في شيكاغو وعلاقتها بمتغيرات السن والجنس والحالة الزوجية والاتصال الاجتماعي. وأظهرت النتائج وجود ارتباط بين فقدان الأصدقاء والشعور بالوحدة، وكانت العلاقة بين فقدان الأصدقاء والشعور بالوحدة أقوى لدى المتزوجين والشباب، كما ظهر الارتباط بين فقدان الأصدقاء ونوعية الحياة أقوى لدى الشباب والمسنين وذوي المستوى العالي من الاتصال الاجتماعي، حيث أشار الباحثون في ضوء نتائج الدراسة إلى دور الأصدقاء في الرفاهية النفسية لدى المهاجرين.

- **تعقيب:** يظهر لنا من خلال الدراسات السابقة أنها هدفت إلى دراسة العلاقة بين الصداقة والرفاهية النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات الوسيطة كالجنس، السن، الشخصية، الدعم الاجتماعي، إيذاء الأصدقاء، التمتع الإلكتروني، الاتصال الاجتماعي، كما ظهر هناك تباين في عينات الدراسات فمنها ما

تناولت فئة المراهقين مثل دراسات (2013 Almquist et al) و (Bakalim & Taşdelen-) و (2016 Karçkay) و (2016 Cuadros & berger) و (2019 Foody et al)، ومنها ما تناولت الطلبة والشباب مثل دراسات (ياسين حمدي وآخرون 2014)، و (2015 Gleckel)، ودراسات أخرى تناولت العاملين والمهاجرين والمعاقين مثل دراسات (2018 Subhashini) و (2019 Liu et al)، وقد استخلصت جميعها وجود علاقة ايجابية بين الصداقة والرفاهية النفسية، كما يمكن للصداقة التنبؤ بالرفاهية، واستنتجت ضرورة الاهتمام بموضوع الصداقة باعتباره ذو أهمية في تفسير بعض جوانب الرفاهية النفسية.

3- الدراسة الميدانية:

3-1- الدراسة الاستطلاعية: تمت الدراسة الاستطلاعية في الفترة الممتدة ما بين 2020/02/23 إلى 2020/02/25 من أجل التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة حيث تم اختيار عينة عشوائية بسيطة متكونة من 40 طالبة من كلية العلوم الاجتماعية بجامعة مستغانم.

9-2- أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية:

9-2-1- مقياس الصداقة (1996) McGill Friendship ل (Mendelson & Aboud)،

يتألف المقياس من (30) فقرة ذات تدرج خماسي موزعة على (06) أبعاد:

جدول (01): يبين أبعاد مقياس الصداقة

الأبعاد	الفقرات
01 الإثارة	4، 7، 18، 22، 28
02 المساعدة	1، 9، 13، 24، 27
03 الألفة	3، 8، 15، 21، 29
04 الترابط الوثيق	5، 12، 16، 20، 26
05 التحقق الذات	6، 10، 17، 19، 25
06 الأمن العاطفي	2، 11، 14، 23، 30

ب- تصحيح المقياس: يعتمد المقياس على خمس بدائل هي: (أبدا، نادرا، أحيانا، غالبا، دائما)، يقابله سلم درجات هي (1، 2، 3، 4، 5) على التوالي.

ج- الصدق الداخلي: تم التحقق من مدى الاتساق الداخلي بحساب معاملات الارتباط (بيرسون) بين كل فقرة مع الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس وبين درجة الكلية لكل بعد مع درجة الكلية للمقياس:

الجدول رقم (02): معاملات ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس الصداقة

بعد الإثارة		بعد المساعدة		بعد الألفة		بعد الترابط الوثيق		بعد التحقق الذاتي		بعد الأمن العاطفي	
رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط
الفقرة	الارتباط	الف	الارتباط	الف	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط

							قوة		قوة		
*0,62	2	*0,69	6	*0,45	5	*0,68	3	**0,51	1	**0,67	4
*	11	*	10	*	12	*	8	**0,81	9	**0,54	7
*0,61	14	*0,61	17	*0,76	16	*0,81	15	**0,53	13	**0,58	18
*	23	*	19	*	20	*	21	**0,71	24	**0,52	22
*0,70	30	*0,56	25	*0,43	26	*0,60	29	**0,63	27	**0,41	28
*		*		*		*					
*0,72		*0,67		*0,77		*0,74					
*		*		*		*					
*0,71		*0,66		*0,74		*0,82					
*		*		*		*					

**دالة عند مستوى 0,01

بحساب معاملات ارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية لكل بعد خلصت النتائج إلى أنها دالة عند مستوى 0,01 مما يشير إلى تمتع المقياس بالصدق الداخلي.

جدول رقم (03): معاملات الارتباط بين درجات كل بعد مع الدرجة الكلية لمقياس الصداقة

الأبعاد	الإثارة	المساعدة	الألفة	التربط الوثيق	التحقق الذاتي	الأمن العاطفي
المقياس ككل	**0,60	**0,80	**0,81	**0,77	**0,76	**0,79

**دالة عند مستوى 0,01

يظهر أن معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس كانت دالة عند مستوى 0,01 وبالتالي فالمقياس يتمتع بالصدق الداخلي.

د- ثبات المقياس عن طريق ألفا كرونباخ:

الجدول رقم (04): معامل ثبات كل بعد من أبعاد مقياس الصداقة باستخدام ألفا كرونباخ

البعد	الإثارة	المساعدة	الألفة	الثقة	التحق الذاتي	الأمن العاطفي	مقياس ككل
معامل ألفا	0,41	0,65	0,79	0,65	0,63	0,68	0,84

يتضح من جدول أن معاملات ثبات أبعاد المقياس باستخدام ألفا كرونباخ قد تراوحت ما بين (0,41) - (0,84) مما يشير إلى تمتع المقياس بثبات جيد.

9-2-2- مقياس الرفاهية النفسية: (Psychological Well-Being Scales (PWB) الذي تم

إعداده من طرف (Ryff 1989)، وقد استخدمنا في هذه الدراسة النسخة التي تم تقنينها من طرف (Abbott, R.A. et al (2006) على عينة من النساء، وترجمت من طرف الخشاب (2013). وتكونت

النسخة من (42) فقرة ذات تدرج خماسي موزعة على 6 أبعاد بواقع سبع عبارات لكل بعد:

جدول (05): يبين أبعاد مقياس الرفاهية النفسية

العوامل	العبارات
---------	----------

1، 2، 3، 4، 5*، 6*، 7*	الاستقلال الذاتي
8، 9، 10، 11، 12*، 13*، 14*	التمكن البيئي
15، 16، 17*، 18*، 19*، 20*، 21*	التطور الشخصي
22، 23، 24، 25، 26*، 27*، 28*	العلاقات الإيجابية مع الآخرين
29، 30، 31*، 32*، 33*، 34*، 35	الحياة الهادفة
36، 37، 38، 39، 40*، 41*، 42*	تقبل الذات

* العبارات السلبية

ب- **تصحيح المقياس:** يعتمد المقياس على خمس بدائل هي: (أرفض بشدة، أرفض بدرجة متوسطة، أرفض بدرجة قليلة، أوافق بدرجة قليلة، أوافق بدرجة متوسطة، أوافق بشدة) وتعطي الدرجات (1، 2، 3، 4، 5، 6) في حالة العبارات الموجبة وقلب الأوزان في حالة العبارات السالبة، وتدل الدرجة المرتفعة على تمتع الفرد بدرجة مرتفعة من السعادة النفسية.

ج- **الصدق الداخلي:** تم التحقق من مدى الاتساق الداخلي بحساب معاملات الارتباط (بيرسون) بين كل فقرة مع الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس وبين درجة الكلية لكل بعد مع درجة الكلية للمقياس:

الجدول رقم (06): معاملات ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية لكل بعد أبعاد مقياس الرفاهية النفسية

بعد الاستقلال الذاتي		بعد التمكن البيئي		بعد التطور الشخصي		بعد العلاقات الإيجابية		بعد الحياة الهادفة		بعد تقبل الذات	
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	**0.66	8	**0.71	15	*0.38	22	**0.33	29	**0.52	36	0.48
2	**0.41	9	**0.70	16	*0.36	23	**0.65	30	**0.60	37	**
3	**0.55	10	**0.55	17	**0.71	24	**0.72	31	**0.44	38	0.72
4	*0.31	11	**0.45	18	**0.50	25	**0.60	32	**0.63	39	**
5	**0.56	12	*0.37	19	**0.57	26	**0.47	33	**0.71	40	0.41
6	**0.62	13	**0.46	20	*0.32	27	**0.60	34	**0.52	41	**
7	**0.44	14	**0.60	21	**0.69	28	**0.53	35	*0.38	42	0.66
											**
											0.44
											**
											0.65
											**
											0.56
											**

**دالة عند مستوى 0,01 *دالة عند مستوى 0.05

بحساب معاملات ارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية لكل بعد خلصت النتائج إلى أنها دالة عند مستوى 0,01 و 0,05، مما يشير إلى تمتع المقياس بالصدق الداخلي.

جدول رقم (07): معاملات الارتباط بين درجات كل بعد مع الدرجة الكلية لمقياس الرفاهية النفسية

الأبعاد	الاستقلال الذاتي	التمكن البيئي	التطور الشخصي	العلاقات الإيجابية	الحياة الهادفة	تقبل الذات
المقياس ككل	**0,60	**0,75	**0,68	**0,64	**0,75	**0,67

**دالة عند مستوى 0,01

يظهر أن معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس كانت دالة عند مستوى 0,01 وبالتالي فالمقياس يتمتع بالصدق الداخلي.

د- ثبات المقياس عن طريق ألفا كرونباخ:

الجدول رقم (08): معامل ثبات كل بعد من أبعاد مقياس الرفاهية النفسية باستخدام ألفا كرونباخ

البعد	الاستقلال الذاتي	التمكن البيئي	التطور الشخصي	العلاقات الإيجابية مع الآخرين	الحياة الهادفة	تقبل الذات	مقياس ككل
معامل ألفا	0,51	0,60	0,54	0,62	0,60	0,64	0,84

يتضح من جدول أن معاملات ثبات أبعاد المقياس باستخدام ألفا كرونباخ قد تراوحت ما بين (0,51-0,64) ومعامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل (0,84) مما يشير إلى تمتع المقياس بثبات جيد.

3-3-3- الدراسة الأساسية:

3-3-3-1- منهج الدراسة: تم استخدام المنهج الوصفي كونه أنسب المناهج لدراسة هذا النوع من

المواضيع، فهو لا يقتصر على جمع البيانات وتبويبها ولكنه سوف يتضمن قدراً من التفسيرات لهذه البيانات" (مرسي، 270، ص1994).

3-3-2- الإطار المكاني والزمني: تمت الدراسة بجامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم، حيث

امتدت فترة الدراسة من 2020/03/01 إلى 2020/03/08 م.

3-3-3- عينة الدراسة: تم اختيار عينة عشوائية من طلبة كلية العلوم الاجتماعية بجامعة مستغانم للسنة الجامعية 2019-2020 م، حيث بلغ حجم العينة 125 طالبة تتراوح أعمارهم ما بين 18-42 سنة.

3-3-4- مواصفات عينة الدراسة:

الجدول رقم (09): توزيع العينة حسب المستوى الدراسي

النسب المئوية	التكرار	المستوى الدراسي
25,6%	32	السنة الأولى علوم اجتماعية
20%	25	السنة الثانية علم النفس
24%	30	السنة الثانية علوم التربية
16%	20	السنة الثالثة علم النفس المدرسي
14,4%	18	السنة الأولى ماستر علم النفس العيادي
100%	125	المجموع الكلي

يمثل الجدول توزيع العينة حسب المستوى الدراسي والتخصص، حيث تتوزع في السنة الثانية علم النفس ب 20% والسنة الثانية علوم التربية ب 24% والسنة الأولى علوم اجتماعية ب 25,6% والسنة الثالثة مدرسي بنسبة 16%، والسنة الأولى ماستر علم النفس العيادي ب 14,4% .

الجدول رقم (10): توزيع العينة حسب السن

الفئات العمرية							
20 - 18 سنة		25-21 سنة		42-26 سنة		المج	
ت	%	ت	%	ت	%	ت	%
54	43,2%	59	47,2%	12	9,5%	125	100%

مثلت نسبة الفئة العمرية (18-20) سنة ب 43,2% والفئة (21-25) ب 47,2% والفئة (26-42) ب 9,5%.

الجدول رقم (11): توزيع العينة حسب طول مدة الصداقة

طول مدة الصداقة							
1- 5 سنوات		6- 9 سنوات		10-18 سنة		المج	
ت	%	ت	%	ت	%	ت	%
61	48,8%	38	30,4%	26	20,8%	125	100%

مثلت فئة طول مدة الصداقة (1- 5) سنوات أعلى نسبة ب 48,8% تليها فئة (6- 10) سنوات ب 30,4% ثم فئة (11- 18) سنة ب 20,8%.

3-3-5- الأساليب الإحصائية: تم الإعتماد في هذه الدراسة على الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، النسب المئوية، معامل الارتباط بيرسون، اختبار "ت"، تحليل التباين الأحادي، الانحدار الخطي البسيط.

- معامل الثبات ألفا كرونباخ، لحساب معاملات ثبات أدوات الدراسة.

4- عرض وتحليل نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات:

4-1- نتيجة الفرضية الأولى: تنص الفرضية على وجود علاقة إيجابية بين الصداقة والرفاهية النفسية.

وللتحقق من الفرضية تم استخدام معامل ارتباط بيرسون بين الصداقة و الرفاهية النفسية كما يلي:

الجدول رقم (12): معامل ارتباط بيرسون بين الصداقة وبعد الاستقلال الذاتي

المتغيرات	حجم العينة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة Sig	الدلالة
الصداقة / الرفاهية النفسية	125	0,27	0,002	دالة

*دالة عند مستوى 0,01

يظهر من خلال الجدول أن معامل ارتباط بيرسون بين متغير الصداقة والرفاهية النفسية هو 0,27 وهو ذو دلالة إحصائية عند مستوى 0,01.

وبالتالي تقبل الفرضية التي تنص على وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين جودة الصداقة والرفاهية النفسية.

وقد تشابهت هذه النتيجة مع عديد من الدراسات السابقة التي درست العلاقة بين الصداقة

والرفاهية النفسية مثل دراسة Almquist et al (2014) حيث أظهرت أن شبكات الصداقة مفيدة

للرفاهية النفسية لدى المراهقين، ودراسة Falki & Khatoun (2016) التي أوجدت علاقة إيجابية دالة

عند مستوى 0.01 بين الصداقة والرفاهية النفسية، ودراسة (Bakalim & Karçkay, 2016) التي

أوجدت ارتباطات إيجابية وكبيرة بين جودة الصداقة بجميع أبعادها والرفاهية النفسية.

كما أظهرت دراسة Subhashini (2018) وجود علاقة إيجابية بين الصداقة وأبعاد الرفاهية

النفسية (الاستقلال الذاتي، التمكن البيئي، العلاقات الشخصية، الهدف في الحياة، وتقبل الذات)، وأشارت

دراسة Bagci et al. (2018) إلى أن صداقة الأشخاص ذوي الإعاقة كانت مرتبطة بشكل مباشر وغير

مباشر بمستويات أعلى من الرفاهية النفسية من خلال فرضية التكامل الاجتماعي والتمكين البيئي.

نجد أن معظم الدراسات قد أشارت إلى العلاقة الإيجابية بين الصداقة والرفاهية، إذ أنه كلما زادت

جودة الصداقة لدى الطالبات زادت الرفاهية النفسية لديهم، حيث تلعب الصداقة القوية دورا في تحسين

العلاقات الإيجابية مع الآخرين والشعور بتقدير الذات والأمن العاطفي مما يجعل حياة الفرد ذات هدف

ومعنى فتتحقق الرفاهية النفسية للأفراد.

فقد ثبت علمياً أن النسيج الاجتماعي هو الضمان لجودة الحياة الرضا والسعادة والوقاية من القلق والاكتئاب بل ينبه قدرة المخ على التفاعل مع كروب الحياة بل هو يزيد من خلايا المخ والموصلات العصبية المسؤولة عن السعادة. (عكاشة، 2008: 08).

4-2- نتيجة الفرضية الثانية: تنص الفرضية على أن مستوى جودة الصداقة مرتفع لدى الطالبات. للتحقق من الفرضية تم حساب الفرق بين المتوسط الحسابي والوسط الفرضي لمقياس الصداقة كما يلي:

الجدول رقم (13): اختبار "ت" بين المتوسط الحسابي للعينة والوسط الفرضي لمقياس الصداقة

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة ت	درجة الحرية	الدالة
125	128,22	14,25	90	29,98	124	0,00

يظهر الجدول وجود فرق دال إحصائياً بين المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة على مقياس الصداقة والوسط الفرضي للمقياس، حيث بلغت قيمة "ت" 29,98 وهي دالة إحصائياً عند مستوى 0,01. كما يظهر أن متوسط درجات العينة بلغ 128,22 وهو أكبر من المتوسط الفرضي الذي بلغ 90 وبالتالي فإن أفراد العينة لديهم مستوى عال من الصداقة.

وبالتالي تقبل الفرضية التي تنص على أن مستوى جودة الصداقة لدى الطالبات مرتفع.

ويرجع ذلك إلى الدور الذي تلعبه الصداقة في حياة الطالبات وما توفره لهن من علاقات إيجابية

وشعور بالأمن العاطفي وما تقدمه الصديقات من مساعدات في مجال الدراسة والبحوث وتبادل المعلومات فيما بينهم حيث يعتبر توفر الصديق الجيد من المتطلبات الأساسية في هذه الفترة من الحياة. وقد تشابهت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة الشميري (2019) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الصداقة لدى طلبة جامعة تعز على عينة مكونة من 520 طالب وطالبة منها 347 من الإناث، بأن مستوى الصداقة لدى الطلبة كان مرتفعاً وفسر ذلك بحرص الطلبة على الصداقة لما لها من أهمية في حياتهم ومن آثار إيجابية تنعكس على اتزانهم الانفعالي وتوافقهم مع المجتمع.

4-3- نتيجة الفرضية الثالثة: تنص الفرضية على وجود دالة إحصائياً في جودة الصداقة حسب متغير مدة الصداقة.

الجدول رقم (14): تكرار فئات مدة الصداقة ومتوسط درجات الصداقة لكل فئة

فئات مدة الصداقة					
1- 5 سنوات		6- 9 سنوات		10- 18 سنة	
ت	المتوسط	ت	المتوسط	ت	المتوسط
61	124,45	38	130,71	26	133,42

يبين الجدول السابق أن متوسط الصداقة لفئة مدة الصداقة ما بين 1-5 سنوات بلغ 124,45، ومتوسط الفئة من 6-9 سنوات بلغ 130,71، أما متوسط الفئة ما بين 10-18 سنة فبلغ 133,42
الجدول رقم (15): دلالة الفروق في الصداقة حسب متغير مدة الصداقة.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية	مستوى الدلالة
بين المجموعات	1802,41	2	901,20	4,702	0,011 دالة عند 0,05
داخل المجموعات	23383,30	122	191,66		
المجموع	25185,72	124			

أظهر الجدول أن قيمة ف = 4,702 وهي دالة عند مستوى 0,05 وبالتالي يوجد فروق في الصداقة حسب متغير مدة الصداقة لصالح الفئة (10-18 سنة).

وبالتالي تتحقق الفرضية التي تنص على وجود فروق في جودة الصداقة حسب متغير مدة الصداقة. وهذه النتيجة طبيعية نظرا لأنه كلما زادت مدة الصداقة تعمقت العلاقة أكثر وتوطدت أواصر الثقة بينهما، وزاد تقبل كل منهما للآخر وأصبحت الصداقة أكثر توازنا واستقرارا.
4-4- نتيجة الفرضية الرابعة: تنص الفرضية على بعدم وجود فروق دالة إحصائية في جودة الصداقة حسب العمر.

الجدول رقم (16): تكرار الفئات العمرية ومتوسط درجات الصداقة لكل فئة

الفئات العمرية					
20-18 سنة		25-21 سنة		26-42 سنة	
ت	متوسط الصداقة	ت	متوسط الصداقة	ت	متوسط الصداقة
54	128,42	59	127,6	12	130,08

يظهر من خلال الجدول أن متوسطات الصداقة حسب الفئات العمرية جاءت متقاربة فيما بينها حيث بلغت عند الفئة الأكبر سنا 130,08 والفئة الصغرى 128,42 والفئة ما بين 21-25 سنة 127,6.

الجدول رقم (17): تحليل التباين الأحادي لدرجات الأفراد وفقا لمتغير العمر

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية	مستوى الدلالة
بين المجموعات	62,387	2	31,194	0,151	0,860 غير دالة
داخل المجموعات	25123,34	122	205,929		
المجموع	25185,72	124			

أظهر الجدول أن قيمة ف = 0,151 وهي غير دالة عند مستوى 0,05 وبالتالي لا يوجد فروق في الصداقة حسب متغير العمر.

وبالتالي تحققت الفرضية التي تنص على عدم وجود فروق في مستوى الصداقة حسب متغير العمر.

اختلفت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة Subhashini (2018) إلى وجود فروق دالة بين الفئات العمرية (25-35 سنة) و(35-45 سنة) و(45-65 سنة) في فرص الصداقة لصالح الفئة الأكبر. وقد يرجع ذلك إلى أن الفوارق العمرية لدى عينة البحث ليست كبيرة، رغم أن المتوسط الحسابي للصداقة لدى الفئة الأكبر سنا (26-42) كان أعلى من الفئات الأخرى إلا أنه ليس ذو دلالة إحصائية.

4-5- نتيجة الفرضية الخامسة: تنص الفرضية على أن جودة الصداقة تسهم في التنبؤ بالرفاهية النفسية.

الجدول رقم (18): تحليل الانحدار لدرجات جودة الصداقة على الرفاهية النفسية

النموذج ج	معامل الارتباط R	معامل التحديد R ²	ف المحسوبة	sig	معاملات الانحدار			
					b	الخطأ المعياري	bet a	
1	,272 ^a	,074	9,791	0.002	الثابت	118,465	20,460	5,790
					الصداقة	,496	,159	3,129

يظهر من خلال الجدول أن 0,074 من التباين في متغير الرفاهية النفسية يرجع إلى متغير جودة الصداقة كما تظهر قيمة ف لاختبار دلالة R² وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى اقل من 0,05 وبالنظر إلى قيمة ت ومستوى الدلالة الخاص باختبار دلالة قيمة beta يتضح أن تأثير متغير الصداقة في متغير الرفاهية النفسية تأثير دال إحصائياً.

وبالتالي تقبل الفرضية التي تنص على أن جودة الصداقة تسهم في التنبؤ بالرفاهية النفسية.

وقد تشابهت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة ياسين حمدي وآخرون (2014) التي أظهرت قدرة مقياس الصداقة على التنبؤ بالرفاهية النفسية، ودراسة Gleckel (2015)، التي بينت أنه يمكن لجودة الصداقة التنبؤ بالسعادة كما أن صفات الصداقة الايجابية فقط تنبأت بالتباين في السعادة.

حيث أشار Blieszner et al. (2019) في دراستهم حول الصداقة في الفترة اللاحقة من الحياة أن العزلة الاجتماعية لدى كبار السن تشكل خطراً على الحالة الصحية والرفاهية النفسية لديهم، حيث يمكن تصميم برامج اجتماعية تهدف إلى تعزيز مهارات واستراتيجيات شخصية لتكوين أصدقاء والمحافظة عليهم.

خاتمة:

من خلال ما سبق يتضح لنا أن دور الصداقة لا ينحصر في إشباع ميل الإنسان للاجتماع بالآخرين بل يتعداه إلى أكثر من ذلك حيث أظهرت لنا نتائج هذه الدراسة أن هناك علاقة ايجابية دالة

بين الصداقة والرفاهية النفسية لدى طالبات جامعة مستغانم، حيث ظهر مستوى الصداقة لديهن مرتفعاً كما اختلف مستوى جودة الصداقة حسب مدة الصداقة لصالح أطول مدة الزمنية ولم تختلف جودة الصداقة حسب متغير العمر حيث تراوحت أعمار عينة الدراسة ما بين 18-42 سنة، وتوصلت الدراسة إلى أنه يمكن للصداقة أن تساهم في التنبؤ بالرفاهية النفسية لدى الطالبات مما يجعلنا نتساءل عن الكيفية التي تساهم بها الصداقة في تحقيق الرفاهية النفسية، إلا أن هذه الدراسة لم تتطرق إلى علاقة أبعاد الرفاهية النفسية بأبعاد الصداقة وكذلك لم تدرس تأثير عوامل ديمغرافية أخرى كالجنس على العلاقة بين الصداقة والرفاهية النفسية. ومن خلال النتائج التي توصلنا إليها نقترح بعض التوصيات والاقتراحات كما يلي:

- إجراء مزيد من الدراسات لإبراز دور أبعاد الصداقة في الرفاهية النفسية عند فئات عمرية مختلفة.
- تصميم برامج لتنمية مهارات الصداقة لدى الأفراد.
- الاهتمام بتوفير أماكن خاصة للقيام بالنشاطات الجماعية في الجامعة لتقوية الصداقة بين الطلاب.
- القيام بالمزيد من الدراسات التي تتناول الرفاهية النفسية في المجتمع
- قائمة المراجع:

أولاً - المراجع باللغة العربية:

- أبو سريع، أسامة سعد. (1993). الصداقة من منظور علم النفس. الكويت، عالم المعرفة.
- عكاشة، أحمد. (2008). الرضا النفسي الباب الملكي للصحة والسعادة. القاهرة. مصر: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- ياسين، حمدي وشاهين، هيام وسرميني، إيمان. (2014). الصداقة والرفاهية النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية، (25)، 353-379.
- الجمال، سميرة. (2013). السعادة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي والاتجاه نحو الدراسة الجامعية لدى طلاب جامعة تيوك. مجلة كلية التربية، (28)، 1-65.
- حجازي، مصطفى. (2012). إطلاق طاقات الحياة: قراءات في علم النفس الإيجابي. بيروت، لبنان، التنوير للطباعة والنشر.
- الشماس، عيسى. (2012). الصداقة عند الشباب الجامعي. مجلة جامعة دمشق، (28)، 13-58.
- الشميري، خالد عبد الرحمن حميد. (2019). الصداقة لدى طلبة جامعة تعز في ضوء بعض المتغيرات. مجلة العلوم التربوية والدراسات الإنسانية، (3)، 144-173.
- مرسي، كمال إبراهيم. (2000). السعادة وتنمية الصحة النفسية (الطبعة الأولى). القاهرة، مصر: دار النشر للجامعات.
- اليسوعي، نادر ميشال. (2013). الصداقة فرح وحياة: من واقعنا الإنساني والروحي (الطبعة الأولى). بيروت، لبنان: دار المشرق.

ثانياً - المراجع باللغة الأجنبية:

- Aboud, F. E. & Mendelson, M. J. (1999). Measuring Friendship Quality in Late Adolescents and Young Adults: McGill Friendship Questionnaire. *Canadian Journal of behavioural science*, 31 (2), 130- 132.
- Abbott, R. Ploubidis, G. A Huppert, F. Kuh, D. Wadsworth, M. and Croudace, T. (2006). Psychometric evaluation and predictive validity of Ryff's psychological well-being items in a UK birth cohort sample of women. *Health and Quality of Life Outcomes*, 4(76), 1-16.
- Mendelson, M. J. & Aboud, F. (2014). McGill Friendship Questionnaire-Friendship Functions: Measurement Instrument Database for the Social Science. Retrieved from <http://www.midss.ie>. (viewed 25 /Feb / 2020)
- Akin, U. & Akin, A. & Uğur, El. (2016). Mediating Role of Mindfulness on the Associations of Friendship Quality and Subjective Vitality. *Journal Psychological Reports*, 119 (2), 516-526.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4 (4), 99-104.
- Ryff, C. D. & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A Eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9, 13-39.
- Gleckel, E. (2015). Friendship Quality and Personality as Predictors of Psychological Well-Being in Emerging Adults. Honors Thesis. Department of Psychology, University of Richmond.
- Liu, J. Mao, W. Guo, M. Xu, L. Chi, I. & Dong, X. (2019). Loss of friends and psychological well-being of older Chinese immigrants. *Aging & Mental Health*. Retrieved from <http://www.tandfonline.com/action/journalInformation>.
- Foody, M. McGuire, L. Kuldass, S. and O'Higgins Norman, J. (2019). Friendship Quality and Gender Differences in Association With Cyberbullying Involvement and Psychological Well-Being. *Front. Psychol*, (10) 1723, 1-13.
- Cuadros, O. & Christian Berger, C. (2016). The Protective Role of Friendship Quality on the Wellbeing of Adolescents Victimized by Peers. *Journal of Youth and Adolescence*, 45, 1877-1888.
- Bakalim, O. & Taşdelen-Karçkay, A. (2016). Friendship Quality and Psychological Well-Being: The Mediating Role of Perceived Social Support. *International Online Journal of Educational Sciences*, 8 (4), 1-9.
- Blieszner, R. Ogletree, A. M. G. Adam, R. G. (2019). Friendship in Later Life: A Research Agenda. *Innovation in Aging*, 3 (1), 1- 18.
- Bagci, S. Turnuklu, A. Bekmezci, E. (2018). Cross Group Friendships and Psychological Well Being: A dual Pathway Through Social Integration and Empowerment. *British Journal of Social Psychology*, 57 (4). Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication>.
- Miething, A. Almquist, Y. Östberg, V. Rostila, M. Edling, C. and Rydgren, J. (2016). Friendship networks and Psychological Well-Being from late

adolescence to young adulthood: a gender-specific structural equation modeling approach. *BMC Psychology*, 4 (34), 1-11.

- Seifert, T. A. (2005). The Ryff scales of Psychological Well-Being. Assessment Notes.

- Subhashini, P. Kumar, S. (2018). Workplace Friendship and Psychological Well-Being among Executives. *Journal of Community Guidance & Research*, 35 (2), 263-273.

- Simard, K. (2010). Le bien-être psychologique subjectif des étudiants universitaires : le rôle du soutien à l'autonomie des parents, des amis et du partenaire amoureux. Mémoire de maîtrise. Université Laval.

- Almquist, Y.B. Östberg, V. Rostil, M.(2014). Friendship Network Characteristics and Psychological Well-being in late Adolescence: Exploring differences by gender and gender composition. *Scandinavian Journal of Public Health*, 42(2), 146-154.

- Falki, S. Khatoon, F. (2016). Friendship and Psychological Well-Being. *The International Journal of Indian Psychology*, 4 (1), 125-131.