



Original article

The Role of Psychological Well-being and Psychological Resilience in Reducing Suicide Risk Among University of Diyala Students

Duha Mohammed Hassan Jiyad Al-Ta'i



Ministry of Education, General Directorate of Education, Rusafa Second

*Correspondence author:

Dhuha8mohammed@gmail.com

Received: 01 April 2026

Accepted: 28 April 2026

Published: 01 August 2026

DOI:

<https://doi.org/10.31185/wjfh.Vol22.Iss3/Pt1.1828>



1812-0512 / © 2026 The Author(s). Published by Wasit Journal for Humanities Sciences, Wasit University. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Cite:

Al-Ta'i, D. M. H. J. (2026). The Role of Psychological Well-being and Psychological Resilience in Reducing Suicide Risk Among University of Diyala Students. Wasit Journal for Human Sciences, 22(3/Pt1). <https://doi.org/10.31185/wjfh.Vol22.Iss3/Pt1.1828>

ABSTRACT

The study investigated the role of psychological well-being and resilience in reducing suicide risk among students at the University of Diyala, and examined relationships among these variables as well as differences by gender, academic level, and specialization. A descriptive correlational design was used with a sample of 300 male and female students. Research instruments were developed and validated, showing acceptable face validity (80%) and reliability via Cronbach's alpha. Statistical analyses included descriptive statistics, Pearson correlation, t-tests, and one-way ANOVA. Results revealed moderate levels of psychological well-being, resilience, and suicide risk. Significant negative correlations were found between psychological well-being and suicide risk, and between resilience and suicide risk, while a positive correlation existed between well-being and resilience. Significant differences emerged according to gender and academic level, but not specialization. The study recommends strengthening psychological support services and implementing programs to enhance students' resilience and mental well-being in university settings for prevention.

Keywords: Psychological Well-being, Psychological Resilience, Suicide Risk, University of Diyala Students, Mental Health

دور الرفاه النفسي والمرونة النفسية في خفض خطر الانتحار لدى طلبة جامعة ديالى

م.م ضحى محمد حسن جواد الطائي
وزاره التربية/ المديرية العامة لتربية الرصافة الثانية

المستخلص

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الرفاه النفسي والمرونة النفسية في خفض خطر الانتحار لدى طلبة جامعة ديالى، إضافة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين هذه المتغيرات والفروق تبعاً للجنس ومستوى الدراسة والتخصص الأكاديمي. اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وشملت عينة مكونة من 300 طالب وطالبة. قامت الباحثة ببناء أدوات البحث وفق الإجراءات العلمية، وتم التحقق من صدقها الظاهري بنسبة اتفاق بلغت 80%، كما استخرج الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ. استُخدمت وسائل إحصائية متعددة مثل المتوسطات الحسابية، النسب المئوية، معامل ارتباط بيرسون، الاختبار التائي، وتحليل التباين الأحادي. أظهرت النتائج أن مستويات الرفاه النفسي والمرونة النفسية وخطر الانتحار كانت متوسطة. كما وُجدت علاقة ارتباطية سالبة دالة بين كل من الرفاه النفسي وخطر الانتحار، وبين المرونة النفسية وخطر الانتحار، في حين ظهرت علاقة موجبة بين الرفاه النفسي والمرونة النفسية. وأظهرت النتائج فروقاً تبعاً للجنس ومستوى الدراسة، دون التخصص، وأوصت بتعزيز الدعم النفسي وتنمية المرونة النفسية لدى الطلبة.

الكلمات المفتاحية: الرفاه النفسي، المرونة النفسية، خطر الانتحار، طلبة جامعة ديالى، الصحة النفسية

المقدمة:

شهدت المجتمعات المعاصرة خلال العقود الأخيرة تغيرات اجتماعية واقتصادية وثقافية متسارعة انعكست بشكل مباشر على حياة الأفراد النفسية والاجتماعية. فقد أصبحت الضغوط الحياتية والأكاديمية والمهنية أكثر تعقيداً نتيجة التغيرات المتلاحقة في أنماط الحياة والتطور التكنولوجي المتسارع، الأمر الذي جعل الصحة النفسية أحد أهم القضايا التي تحظى باهتمام الباحثين في العلوم النفسية والتربوية. وفي هذا السياق برزت مفاهيم نفسية حديثة تسعى إلى تفسير قدرة الإنسان على التكيف مع الضغوط والتحديات المختلفة، ومن أبرز هذه المفاهيم الرفاه النفسي والمرونة النفسية، لما لهما من دور أساسي في تحقيق التوازن النفسي والتكيف الإيجابي مع متطلبات الحياة.

ويعد الرفاه النفسي من المفاهيم المهمة في علم النفس الإيجابي، إذ يشير إلى شعور الفرد بالرضا عن حياته وقدرته على تحقيق التوازن بين متطلبات الحياة المختلفة، إضافة إلى تمتعه بدرجة من القبول الذاتي والعلاقات الاجتماعية الإيجابية والإحساس بالهدف والمعنى في الحياة. ويسهم ارتفاع مستوى الرفاه النفسي في تعزيز الصحة النفسية للفرد وزيادة قدرته على مواجهة التحديات اليومية والتكيف مع الظروف المختلفة، كما يساعد في تحقيق الاستقرار الانفعالي والاجتماعي.

ومن جهة أخرى، تمثل المرونة النفسية أحد المفاهيم الأساسية التي تعكس قدرة الفرد على التكيف الإيجابي مع المواقف الصعبة والضغوط الحياتية المختلفة. فالمرونة النفسية تعبر عن قدرة الفرد على استعادة توازنه النفسي بعد التعرض للأزمات أو الصدمات،

كما تمكنه من التعامل بفاعلية مع التغيرات والتحديات التي يواجهها في حياته. وتعد المرونة النفسية من العوامل الوقائية التي تسهم في حماية الفرد من العديد من الاضطرابات النفسية، إذ تساعده على مواجهة الضغوط بطريقة أكثر إيجابية وتكيفاً. وتبرز أهمية دراسة هذه المتغيرات بشكل خاص لدى طلبة الجامعات، إذ تمثل المرحلة الجامعية مرحلة انتقالية مهمة في حياة الفرد، تتسم بوجود العديد من التحديات الأكاديمية والاجتماعية والنفسية. ففي هذه المرحلة يواجه الطلبة ضغوطاً متعددة تتعلق بالتحصيل الدراسي، وتحديد المستقبل المهني، وبناء العلاقات الاجتماعية، إضافة إلى التكيف مع متطلبات الحياة الجامعية. وقد تؤدي هذه الضغوط في بعض الأحيان إلى ظهور مشكلات نفسية مختلفة مثل القلق والاكتئاب والشعور باليأس، والتي قد تتطور في بعض الحالات إلى التفكير في الانتحار.

ويعد التفكير في الانتحار من أخطر المشكلات النفسية التي قد يواجهها الشباب في مرحلة الدراسة الجامعية، إذ يرتبط غالباً بمشاعر الإحباط واليأس وفقدان الأمل في المستقبل، إضافة إلى ضعف القدرة على التكيف مع الضغوط الحياتية المختلفة. ومن هنا تبرز أهمية دراسة العوامل النفسية التي يمكن أن تسهم في الحد من هذه المشكلة، ومن أبرزها الرفاه النفسي والمرونة النفسية، حيث يمكن أن يلعب هذان المتغيران دوراً وقائياً في تعزيز قدرة الطلبة على مواجهة الضغوط والتحديات الحياتية. وفي ضوء ما سبق، تتضح أهمية دراسة العلاقة بين الرفاه النفسي والمرونة النفسية وخطر التفكير في الانتحار لدى طلبة الجامعات، لما لهذه المتغيرات من دور مهم في فهم الصحة النفسية للشباب الجامعي وتحديد العوامل التي تسهم في تعزيز التكيف النفسي لديهم. كما أن فهم طبيعة هذه العلاقة يمكن أن يسهم في تقديم توصيات علمية تساعد المؤسسات التعليمية على تطوير برامج إرشادية ونفسية تهدف إلى تعزيز الرفاه النفسي وتنمية المرونة النفسية لدى الطلبة، بما يسهم في الحد من المشكلات النفسية المختلفة، وعلى رأسها التفكير في الانتحار.

مشكلة الدراسة

تعد الصحة النفسية من القضايا الأساسية التي تحظى باهتمام متزايد في الدراسات النفسية والتربوية المعاصرة، ولا سيما في البيئات الجامعية التي تمثل مرحلة انتقالية مهمة في حياة الشباب. ففي هذه المرحلة يواجه الطلبة العديد من التحديات الأكاديمية والاجتماعية والنفسية المرتبطة بمتطلبات الدراسة الجامعية، والتكيف مع البيئة الجامعية الجديدة، وتحديد المسار المهني المستقبلي. وقد تؤدي هذه الضغوط في بعض الأحيان إلى ظهور مشكلات نفسية متعددة مثل القلق والاكتئاب والشعور باليأس، والتي قد تتطور لدى بعض الطلبة إلى التفكير في الانتحار.

وتشير العديد من الدراسات النفسية إلى أن بعض العوامل الإيجابية في الشخصية قد تلعب دوراً مهماً في حماية الفرد من الوقوع في المشكلات النفسية الحادة، ومن أبرز هذه العوامل الرفاه النفسي والمرونة النفسية. فالرفاه النفسي يسهم في تعزيز شعور الفرد بالرضا عن حياته وقدرته على التكيف مع متطلبات الحياة المختلفة، في حين تساعد المرونة النفسية الفرد على مواجهة الضغوط والتحديات الحياتية بطريقة أكثر إيجابية وفعالية. ومن ثم فإن ارتفاع مستوى هذين المتغيرين قد يسهم في الحد من ظهور الأفكار الانتحارية لدى الأفراد.

وعلى الرغم من تزايد الاهتمام العلمي بدراسة الصحة النفسية لدى طلبة الجامعات، إلا أن مشكلة التفكير في الانتحار ما تزال تمثل تحدياً نفسياً واجتماعياً مهماً في العديد من المجتمعات، بما في ذلك المجتمع العراقي. فبعض طلبة الجامعات قد يتعرضون

لظروف نفسية أو اجتماعية ضاغطة تؤثر في مستوى تكيفهم النفسي، الأمر الذي قد يزيد من احتمالية ظهور الأفكار الانتحارية لديهم. ومن هنا تبرز الحاجة إلى دراسة العوامل النفسية التي قد تسهم في الحد من هذه المشكلة، ومن أبرزها الرفاه النفسي والمرونة النفسية.

وفي ضوء ما سبق، تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في محاولة الكشف عن مستوى كل من الرفاه النفسي والمرونة النفسية وخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات في العراق، إضافة إلى التعرف إلى طبيعة العلاقة بين هذه المتغيرات، ومدى إسهام الرفاه النفسي والمرونة النفسية في خفض خطر الانتحار لدى طلبة الجامعات.

سؤال البحث الرئيس

ما دور الرفاه النفسي والمرونة النفسية في خفض خطر الانتحار لدى طلبة جامعة ديالى؟

الأسئلة الفرعية

1. ما مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة جامعة ديالى؟
 2. ما مستوى المرونة النفسية لدى طلبة جامعة ديالى ؟
 3. ما مستوى خطر الانتحار لدى طلبة جامعة ديالى ؟
 4. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الرفاه النفسي وخطر الانتحار لدى طلبة جامعة ديالى ؟
 5. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المرونة النفسية وخطر الانتحار لدى طلبة جامعة ديالى ؟
 6. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرفاه النفسي والمرونة النفسية وخطر الانتحار لدى طلبة جامعة ديالى
- تعزى لمتغيرات:

- الجنس
- مستوى الدراسة
- التخصص الأكاديمي (علمي / أدبي)؟

أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى تحقيق مجموعة من الأهداف التي تنبثق من مشكلة الدراسة وتساؤلاتها، ويمكن تحديدها فيما يأتي:

1. التعرف إلى مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة جامعة ديالى.
2. التعرف إلى مستوى المرونة النفسية لدى طلبة جامعة ديالى.
3. تحديد مستوى خطر الانتحار لدى طلبة جامعة ديالى.
4. الكشف عن طبيعة العلاقة بين الرفاه النفسي وخطر الانتحار لدى طلبة جامعة ديالى.
5. الكشف عن طبيعة العلاقة بين المرونة النفسية وخطر الانتحار لدى طلبة جامعة ديالى.
6. التعرف إلى الفروق في مستوى الرفاه النفسي والمرونة النفسية وخطر الانتحار لدى طلبة جامعة ديالى تبعاً لمتغيرات: الجنس، ومستوى الدراسة، والتخصص الأكاديمي (علمي/أدبي).

أهمية الدراسة

أولاً: الأهمية النظرية

1. تسهم الدراسة في إثراء الأدبيات العلمية في مجال علم النفس الإيجابي من خلال تسليط الضوء على متغيري الرفاه النفسي والمرونة النفسية وعلاقتها بخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات.
2. تقدم إطاراً علمياً يوضح العلاقة بين بعض العوامل النفسية الإيجابية والسلوكيات الخطرة لدى الشباب الجامعي.
3. تسهم في توسيع المعرفة العلمية المتعلقة بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعات، بما يساعد الباحثين في تطوير دراسات مستقبلية في هذا المجال.
4. تساعد في توضيح الدور الوقائي الذي قد تؤديه المتغيرات النفسية الإيجابية في الحد من المشكلات النفسية والسلوكية لدى الشباب.

ثانياً: الأهمية التطبيقية

1. قد تسهم نتائج الدراسة في مساعدة الجامعات والمؤسسات التعليمية على تصميم برامج إرشادية ونفسية تهدف إلى تعزيز الرفاه النفسي والمرونة النفسية لدى الطلبة.
2. تساعد المرشدين النفسيين في التعرف إلى العوامل الوقائية التي يمكن أن تقلل من خطر الانتحار لدى طلبة الجامعات.
3. توفر مؤشرات علمية يمكن أن تسهم في تطوير السياسات والبرامج الجامعية الداعمة للصحة النفسية لدى الطلبة.
4. قد تسهم نتائج الدراسة في توجيه اهتمام إدارات الجامعات نحو تعزيز خدمات الإرشاد النفسي والبرامج الوقائية التي تهدف إلى تحسين الصحة النفسية لدى الطلبة.

حدود الدراسة

- تحدد الدراسة الحالية مجموعة من الحدود التي ينبغي أخذها في الاعتبار عند تفسير نتائجها وتعميمها، وهي كما يأتي:
- الحدود البشرية:** تقتصر الدراسة على طلبة المرحلة الجامعية (البكالوريوس) في جامعة ديالى من مختلف التخصصات العلمية والإنسانية.
- الحدود المكانية:** تجرى الدراسة في جامعة ديالى في جمهورية العراق، وتشمل عدداً من الكليات العلمية والإنسانية في الجامعة.
- الحدود الزمنية:** تطبق الدراسة خلال العام الدراسي (2024-2025).
- الحدود الموضوعية:** تقتصر الدراسة على بحث العلاقة بين الرفاه النفسي والمرونة النفسية وخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات.

مصطلحات الدراسة

أولاً: الرفاه النفسي (Psychological Well-Being) عرفه رايف (Ryff, 1989, p. 1069) بأنه حالة من التوازن النفسي والرضا عن الحياة، تتجلى في تقبل الفرد لذاته، وقدرته على إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين، والشعور بالاستقلالية، والقدرة على التحكم في البيئة المحيطة، إضافة إلى وجود هدف ومعنى للحياة والسعي نحو النمو الشخصي.

التعريف الإجرائي: يقصد بالرفاه النفسي في هذه الدراسة الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على مقياس الرفاه النفسي المستخدم في الدراسة، والذي يقيس أبعاد الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعة.

ثانياً: المرونة النفسية (Psychological Resilience) عرفها كونور وديفيدسون (Connor & Davidson, 2003, p. 76) بأنها قدرة الفرد على التكيف الإيجابي مع الضغوط والأزمات والصعوبات التي يواجهها في حياته، والقدرة على استعادة توازنه النفسي بعد التعرض للمواقف الصادمة أو الضاغطة.

التعريف الإجرائي: يقصد بالمرونة النفسية في هذه الدراسة الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس المرونة النفسية المعتمد في الدراسة، والتي تعكس قدرته على التكيف مع الضغوط والتحديات الحياتية.

ثالثاً: خطر الانتحار (Suicide Risk) عرفه بيك وزملاؤه (Beck et al., 1979, p. 343) بأنه مجموعة من المؤشرات النفسية والسلوكية التي تعكس احتمال قيام الفرد بإيذاء نفسه أو التفكير في إنهاء حياته، ويظهر ذلك عادة في صورة أفكار انتحارية أو ميل نحو السلوك الانتحاري.

التعريف الإجرائي: يقصد بخطر الانتحار في هذه الدراسة الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس خطر الانتحار المستخدم في الدراسة، والتي تعكس مستوى الأفكار أو الميول المرتبطة بالسلوك الانتحاري لدى طلبة الجامعة.

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الصحة النفسية لدى طلبة الجامعات

تشكل الصحة النفسية أحد المؤشرات الأساسية لجودة الحياة لدى الإنسان، إذ تعكس قدرة الفرد على التكيف مع متطلبات الحياة المختلفة والتعامل مع الضغوط والمشكلات بطريقة إيجابية. وقد أصبح موضوع الصحة النفسية يحظى باهتمام واسع في الدراسات النفسية المعاصرة، خاصة لدى فئة الشباب وطلبة الجامعات، نظراً لما يواجهونه من تحديات أكاديمية واجتماعية ونفسية في مرحلة انتقالية مهمة من حياتهم (Nock et al., 2018)، وتعد المرحلة الجامعية من المراحل الحساسة في حياة الشباب، حيث يتعرض الطلبة خلالها لمجموعة من الضغوط المرتبطة بالتحصيل الدراسي والتكيف الاجتماعي وتحديد المستقبل المهني، الأمر الذي قد يؤثر في صحتهم النفسية. وقد أشارت بعض الدراسات إلى أن الطلبة الذين يتمتعون بصحة نفسية جيدة يكونون أكثر قدرة على التكيف مع الضغوط الجامعية وتحقيق النجاح الأكاديمي والاجتماعي (Wan et al., 2025)، وفي هذا السياق، برزت مفاهيم حديثة في علم النفس الإيجابي مثل الرفاه النفسي والمرونة النفسية، والتي تهدف إلى دراسة الجوانب الإيجابية في شخصية الإنسان ودورها في تعزيز الصحة النفسية وتقليل المشكلات النفسية المختلفة (Ryff, 2014).

ثانياً: الرفاه النفسي

يعد الرفاه النفسي أحد المفاهيم الأساسية في علم النفس الإيجابي، حيث يشير إلى الحالة التي يشعر فيها الفرد بالرضا عن حياته وبالقدرة على تحقيق التوازن النفسي والاجتماعي. وقد قدم Ryff (1989) نموذجاً نظرياً مهماً للرفاه النفسي، حيث يرى أن الرفاه النفسي يتكون من ستة أبعاد أساسية هي: تقبل الذات، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والاستقلالية، والقدرة على التحكم في البيئة، ووجود هدف في الحياة، والنمو الشخصي، ويشير الرفاه النفسي إلى قدرة الفرد على تحقيق التوازن بين مختلف جوانب حياته، والتعامل بفاعلية مع التحديات التي تواجهه، إضافة إلى شعوره بالمعنى والهدف في الحياة. وقد أكدت العديد من الدراسات أن ارتفاع مستوى الرفاه النفسي يساهم في تعزيز الصحة النفسية وتقليل احتمالية الإصابة بالاضطرابات النفسية (Garcia et al., 2023)، كما أوضحت بعض الدراسات أن قياس الرفاه النفسي يتم عادة باستخدام مقاييس متعددة الأبعاد تعتمد على نموذج

Ryff، حيث أكدت مراجعات علمية متعددة صلاحية هذه المقاييس في قياس الرفاه النفسي لدى الأفراد (Zhang et al., 2019)، كما يحظى موضوع الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات باهتمام متزايد في الدراسات النفسية، حيث تشير العديد من الدراسات إلى أن الطلبة الذين يتمتعون بدرجة مرتفعة من الرفاه النفسي يكونون أكثر قدرة على التكيف مع متطلبات الحياة الجامعية، وأكثر قدرة على تحقيق النجاح الأكاديمي والاجتماعي (Manchiraju et al., 2020). وقد أظهرت بعض الدراسات العربية أن مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات قد يتأثر بعدد من العوامل مثل الجنس والمستوى الدراسي، حيث أشارت دراسة عابنة والزغول (2023) إلى أن مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة جامعة اليرموك جاء بدرجة متوسطة، مع وجود فروق دالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث ولصالح طلبة الدراسات العليا، كما بينت دراسة اللحام والعدوان (2022) وجود علاقة إيجابية بين الكفاءة الذاتية المدركة والرفاه النفسي لدى طلبة الجامعة الأردنية، مما يشير إلى أن السمات النفسية الإيجابية قد تسهم في تعزيز مستوى الرفاه النفسي لدى الطلبة.

ثالثاً: المرونة النفسية

تعد المرونة النفسية من المفاهيم المهمة في علم النفس المعاصر، وتشير إلى قدرة الفرد على التكيف الإيجابي مع الضغوط والتحديات المختلفة التي يواجهها في حياته. وقد عرف Davidson و Connor (2003) المرونة النفسية بأنها قدرة الفرد على مواجهة الأزمات والضغوط والتعافي منها، والقدرة على استعادة التوازن النفسي بعد التعرض للمواقف الصعبة، وتعد المرونة النفسية من العوامل الوقائية التي تساعد الأفراد على مواجهة الضغوط بطريقة أكثر إيجابية، حيث تشير الدراسات إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بدرجة مرتفعة من المرونة النفسية يكونون أقل عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية المختلفة (Sharif-Nia et al., 2024)، كما أشارت بعض الدراسات إلى وجود علاقة إيجابية بين المرونة النفسية والصحة النفسية لدى طلبة الجامعات، حيث تساعد المرونة النفسية الطلبة على التكيف مع الضغوط الأكاديمية والاجتماعية المختلفة (Suhaimi et al., 2024). وتلعب المرونة النفسية دوراً مهماً في حياة طلبة الجامعات، إذ تساعدهم على التكيف مع الضغوط الأكاديمية والاجتماعية التي قد يواجهونها خلال دراستهم الجامعية. وقد أشارت بعض الدراسات إلى أن الطلبة الذين يتمتعون بمرونة نفسية مرتفعة يكونون أكثر قدرة على مواجهة التحديات الحياتية والتغلب على الصعوبات المختلفة (Ye et al., 2022)، كما أظهرت بعض الدراسات العربية وجود علاقة إيجابية بين المرونة النفسية وبعض المتغيرات النفسية الإيجابية مثل الأمن النفسي، حيث أشارت دراسة الهبيدة وآخرون (2025) إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين المرونة النفسية والأمن النفسي لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت، كما أوضحت دراسة الحجرية وحافظي علوي (2024) أن المرونة النفسية تسهم في تقليل مستويات القلق المرتبط بالمستقبل المهني لدى طلبة الجامعات، مما يعكس الدور الوقائي المهم للمرونة النفسية في تعزيز الصحة النفسية لدى الطلبة.

رابعاً: خطر الانتحار

يعد الانتحار من أخطر المشكلات النفسية والاجتماعية التي تواجه المجتمعات المعاصرة، حيث يشير إلى قيام الفرد بإيذاء نفسه بشكل متعمد بهدف إنهاء حياته. أما التفكير في الانتحار فيشير إلى وجود أفكار أو ميول لدى الفرد نحو إنهاء حياته أو إيذاء نفسه، وقد قدم Beck وزملاؤه (1979) أحد النماذج المهمة في تفسير التفكير الانتحاري، حيث أشاروا إلى أن الشعور باليأس

وفقدان الأمل في المستقبل يعد من أهم العوامل التي قد تؤدي إلى ظهور الأفكار الانتحارية لدى الأفراد، كما تشير تقارير منظمة الصحة العالمية إلى أن الانتحار يمثل أحد الأسباب الرئيسية للوفاة بين الشباب في العديد من دول العالم، الأمر الذي يجعل من الضروري دراسة العوامل النفسية المرتبطة بهذه الظاهرة (World Health Organization, 2023)، وقد أظهرت بعض الدراسات وجود عدد من العوامل التي قد تزيد من خطر التفكير في الانتحار لدى الأفراد، مثل الاكتئاب والقلق والشعور باليأس والضغوط النفسية المختلفة (Franklin et al., 2017) كما أشارت بعض الدراسات إلى أهمية تطوير نماذج نظرية لفهم السلوك الانتحاري، مثل نظرية Joiner (2005) التي تؤكد دور الشعور بالعبء الاجتماعي والعزلة الاجتماعية في ظهور السلوك الانتحاري، وكذلك نظرية May و Klonsky (2015) المعروفة بنظرية الخطوات الثلاث للانتحار.

كما قدم O'Connor و Kirtley (2018) نموذجاً تكاملياً لتفسير السلوك الانتحاري يعرف بنموذج الدافعية - الإرادة، والذي يوضح المراحل النفسية التي قد يمر بها الفرد قبل الإقدام على السلوك الانتحاري، وتشير بعض الدراسات إلى أن الشباب الجامعي قد يكون عرضة لظهور الأفكار الانتحارية نتيجة الضغوط الأكاديمية والاجتماعية التي يواجهونها. وقد أظهرت بعض الدراسات وجود علاقة بين الشعور باليأس والتفكير في الانتحار لدى طلبة الجامعات (حارث، 2023)، كما أشارت دراسات أخرى إلى أن بعض العوامل الاجتماعية والنفسية قد تسهم في زيادة احتمالية التفكير في الانتحار لدى الطلبة، مثل الضغوط الأسرية والصعوبات الاجتماعية والشعور بالإحباط (الركبي والعضايلة، 2019)، وقد أكدت بعض الدراسات أن وجود عوامل وقائية مثل الدعم الاجتماعي والرفاه النفسي والمرونة النفسية قد يسهم في تقليل احتمالية ظهور الأفكار الانتحارية لدى الشباب (Glenn & Nock, 2014).

خامساً: العلاقة بين الرفاه النفسي والمرونة النفسية وخطر الانتحار

تشير العديد من الدراسات النفسية إلى وجود علاقة وثيقة بين العوامل النفسية الإيجابية مثل الرفاه النفسي والمرونة النفسية وبين انخفاض مستويات المشكلات النفسية والسلوكيات الخطرة. فالرفاه النفسي يسهم في تعزيز شعور الفرد بالرضا عن حياته وقدرته على التكيف مع التحديات المختلفة، في حين تساعد المرونة النفسية الفرد على مواجهة الضغوط والأزمات بطريقة إيجابية. وقد أظهرت بعض الدراسات أن الأفراد الذين يتمتعون بدرجة مرتفعة من الرفاه النفسي والمرونة النفسية يكونون أقل عرضة للإصابة بالاكتئاب والقلق والأفكار الانتحارية، كما أنهم يكونون أكثر قدرة على التكيف مع الضغوط الحياتية المختلفة (Taliaferro et al., 2020)، وفي ضوء ما سبق، يمكن القول إن الرفاه النفسي والمرونة النفسية يمثلان عاملين مهمين في تعزيز الصحة النفسية لدى طلبة الجامعات، وقد يسهمان في الحد من ظهور الأفكار الانتحارية لديهم. ومن هنا تبرز أهمية دراسة العلاقة بين هذه المتغيرات لدى طلبة الجامعات، بهدف فهم طبيعة هذه العلاقة وتحديد الدور الذي قد تلعبه هذه العوامل في خفض خطر الانتحار لدى الطلبة.

الدراسات السابقة

أولاً: دراسات متعلقة بالرفاه النفسي

هدفت دراسة اللحام والعدوان (2022) إلى فحص العلاقة بين الكفاءة الذاتية المدركة والرفاه النفسي لدى طلبة الجامعة الأردنية. اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي للكشف عن طبيعة العلاقة بين المتغيرين. تكونت عينة الدراسة من (500) طالب

وطالبة من طلبة الجامعة الأردنية من الكليات العلمية والإنسانية، وتم اختيارهم بطريقة عشوائية. استخدمت الدراسة أداتين لجمع البيانات هما مقياس الكفاءة الذاتية المدركة ومقياس الرفاه النفسي بعد التأكد من صدقهما وثباتهما. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الكفاءة الذاتية المدركة لدى الطلبة جاء بدرجة متوسطة، كما تبين أن مستوى الرفاه النفسي لديهم كان بدرجة متوسطة أيضاً. كما كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الكفاءة الذاتية المدركة والرفاه النفسي لدى طلبة الجامعة، مما يشير إلى أن ارتفاع مستوى الكفاءة الذاتية يسهم في تعزيز الرفاه النفسي لدى الطلبة.

هدفت دراسة **عبانة والزغول (2023)** إلى التعرف إلى مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة جامعة اليرموك، والكشف عما إذا كان هذا المستوى يختلف باختلاف متغيري الجنس والمستوى الدراسي. اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتم استخدام مقياس الرفاه النفسي لرايف (Ryff, 1989) المكون من (42) فقرة، والذي يقيس ستة أبعاد هي: الاستقلال الذاتي، الإتقان البيئي، النمو الشخصي، العلاقات الإيجابية، الهدف في الحياة، والقبول الذاتي. تكونت عينة الدراسة من (651) طالباً وطالبة من طلبة البكالوريوس والدراسات العليا في جامعة اليرموك، تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة خلال الفصل الصيفي للعام الدراسي (2020/2019). أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الرفاه النفسي لدى الطلبة جاء بدرجة متوسطة، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث، ووجود فروق تبعاً لمتغير المستوى الدراسي لصالح طلبة الدراسات العليا. وأوصت الدراسة بضرورة تطوير برامج إرشادية ونفسية تسهم في تعزيز مستوى الرفاه النفسي لدى الطلبة الجامعيين.

هدفت دراسة **Wan et al. (2025)** إلى التعرف إلى مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات والعوامل المرتبطة به مثل الخلفية الأسرية والمستوى الاقتصادي. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، واعتمدت على استبانة الرفاه النفسي المشتقة من نموذج Ryff. تكونت عينة الدراسة من عدد كبير من طلبة الجامعات في الصين. وأظهرت النتائج أن مستوى الرفاه النفسي لدى الطلبة يتأثر بعدة عوامل اجتماعية واقتصادية مثل الدخل الأسري والدعم الاجتماعي، كما تبين وجود فروق في مستويات الرفاه النفسي تبعاً للمتغيرات الديموغرافية. وأكدت الدراسة أهمية تعزيز برامج الدعم النفسي داخل الجامعات لتحسين صحة الطلبة النفسية ورفع مستوى التكيف لديهم.

هدفت دراسة **Craig (2025)** إلى فحص العلاقة بين الرفاه النفسي والضغط النفسية لدى طلبة الجامعات الذين يتلقون خدمات الإرشاد النفسي. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتم جمع البيانات من طلبة مراجعي مركز الإرشاد الجامعي. شملت العينة عدداً من طلبة الجامعة الذين يعانون من مشكلات نفسية وضغوط أكاديمية. وأظهرت النتائج وجود علاقة عكسية بين الرفاه النفسي والضغط النفسية؛ حيث تبين أن الطلبة الذين يتمتعون بمستوى مرتفع من الرفاه النفسي يكونون أقل عرضة للاضطرابات النفسية وأكثر قدرة على التكيف مع متطلبات الحياة الجامعية. كما أكدت النتائج أن تعزيز الرفاه النفسي يسهم في تحسين الأداء الأكاديمي والصحة النفسية للطلبة.

ثانياً: دراسات متعلقة بالمرونة النفسية

هدفت دراسة **Sánchez-Teruel et al. (2021)** إلى تطوير مقياس المرونة المرتبطة بالانتحار وتحديد دورها كعامل وقائي ضد تكرار محاولات الانتحار. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي لتطوير أداة قياس المرونة المرتبطة بالانتحار (SRSA-18). تكونت العينة من أفراد لديهم تاريخ سابق لمحاولة الانتحار. وأظهرت النتائج أن المرونة النفسية تمثل عاملاً

وقائياً مهماً في الحد من خطر تكرار محاولات الانتحار، حيث تبين أن الأفراد الذين يتمتعون بمستوى مرتفع من المرونة النفسية يكونون أقل عرضة لإعادة محاولة الانتحار مقارنة بغيرهم .

هدفت دراسة **الحجرية وحافظي علوي (2024)** إلى تحليل العلاقة بين المرونة النفسية وقلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات من خلال مراجعة منهجية للدراسات السابقة التي تناولت هذين المتغيرين. اعتمدت الدراسة المنهج التحليلي القائم على المراجعة المنهجية للأدبيات العلمية، حيث تم فحص وتحليل مجموعة من الدراسات التي تناولت المرونة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات. وقد اقتصر عينة الدراسات المشمولة في المراجعة على (10) دراسات علمية تم اختيارها وفق معايير محددة للشمول، وتنوعت المناهج المستخدمة فيها بين المنهج الوصفي الارتباطي والمنهج شبه التجريبي والمنهج المسحي. أظهرت نتائج المراجعة أن المرونة النفسية تعد عاملاً مهماً في خفض مستويات قلق المستقبل المهني لدى الطلبة، كما تبين أن الطلبة الذين يتمتعون بدرجة مرتفعة من المرونة النفسية يكونون أكثر قدرة على التكيف مع الضغوط الأكاديمية والتغيرات المهنية المستقبلية. وأكدت الدراسة أن تنمية المرونة النفسية تسهم في تعزيز القدرة على مواجهة التحديات والتكيف مع المتغيرات المهنية والاجتماعية لدى طلبة الجامعات.

هدفت دراسة **Suhaimi (2024)** إلى التعرف إلى مستوى المرونة النفسية وعلاقتها بمؤشرات الصحة النفسية لدى طلبة الجامعات في التخصصات العلمية والإنسانية. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، حيث تم جمع البيانات من خلال استبانة لقياس المرونة النفسية وعدد من مؤشرات الصحة النفسية مثل القلق والضغوط النفسية. تكونت عينة الدراسة من طلبة جامعيين من تخصصات مختلفة في إحدى الجامعات الآسيوية. أظهرت النتائج أن مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة يرتبط إيجابياً بالصحة النفسية الجيدة، كما تبين أن الطلبة ذوي المرونة النفسية المرتفعة كانوا أقل تعرضاً للضغوط النفسية والاضطرابات الانفعالية. وأكدت الدراسة أن المرونة النفسية تعد عاملاً وقائياً مهماً في تعزيز التكيف النفسي لدى طلبة الجامعات وتحسين قدرتهم على مواجهة الضغوط الأكاديمية والحياتية .

هدفت دراسة **الهيدة والطشة والحربي (2025)** إلى التعرف إلى مستوى المرونة النفسية والأمن النفسي لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت، إضافة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين المتغيرين. اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، حيث استخدمت مقياسين لقياس المرونة النفسية والأمن النفسي لدى الطلبة. تكونت عينة الدراسة من (706) طالباً وطالبة من طلبة كلية التربية الأساسية في الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب في دولة الكويت. أظهرت النتائج أن مستوى المرونة النفسية لدى أفراد العينة جاء بدرجة مرتفعة في جميع مجالاتها (الانفعالي، العقلي، الاجتماعي)، في حين جاء مستوى الأمن النفسي بدرجة متوسطة. كما بينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة النفسية تبعاً لمتغيرات الجنس والتخصص والمعدل التراكمي، بينما ظهرت فروق تعزى لمتغير السنة الدراسية. وأظهرت النتائج أيضاً وجود علاقة ارتباطية إيجابية متوسطة بين المرونة النفسية والأمن النفسي لدى طلبة الجامعة.

ثالثاً: دراسات متعلقة بخطر الانتحار

هدفت دراسة **Pérez-Marín (2025)** إلى تحديد العوامل النفسية المرتبطة بخطر الانتحار لدى الشباب وطلبة الجامعات. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتم تطبيق مجموعة من المقاييس النفسية المرتبطة بالاكئاب والضغوط النفسية

والأفكار الانتحارية. تكونت العينة من طلبة جامعيين في مرحلة الشباب المبكر. أظهرت النتائج أن ارتفاع مستويات الضغوط النفسية والاضطرابات الانفعالية يرتبط بزيادة خطر الانتحار لدى الطلبة، كما تبين أن نقص الوعي النفسي وضعف الدعم الاجتماعي يزيدان من احتمالية ظهور السلوك الانتحاري .

هدفت دراسة (Huang (2026 إلى تحليل العلاقة بين بعض العوامل النفسية مثل التعاطف مع الذات والضغط المدرك والأفكار الانتحارية لدى طلبة الجامعات. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، واعتمدت على استبانة لقياس الأفكار الانتحارية والمرونة النفسية. شملت العينة مجموعة من طلبة الجامعات. أظهرت النتائج أن ارتفاع مستويات الضغط النفسي يرتبط بزيادة الأفكار الانتحارية، في حين أن وجود عوامل وقائية مثل المعنى في الحياة والمرونة النفسية يساهم في تقليل خطر الانتحار لدى الطلبة.

رابعاً: دراسات ربطت بين المتغيرات (الرفاه النفسي - المرونة النفسية - الانتحار)

هدفت دراسة الكركي والعصايلة (2019) إلى التعرف إلى دوافع الانتحار الاجتماعية والنفسية من وجهة نظر طلبة الجامعات، إضافة إلى الكشف عن أثر بعض المتغيرات الديموغرافية في هذه الدوافع. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتم جمع البيانات باستخدام استبانة لقياس الدوافع النفسية والاجتماعية المرتبطة بالانتحار. تكونت عينة الدراسة من (243) طالباً وطالبة من مختلف التخصصات في كلية الأميرة رحمة الجامعية التابعة لجامعة البلقاء التطبيقية، وتم اختيارهم بطريقة قصدية من الطلبة الذين لديهم أفكار مرتبطة بالانتحار. واعتمدت الدراسة في تحليل البيانات على الأساليب الإحصائية الوصفية، وتحليل التباين المتعدد (ANOVA)، واختبار شيفيه (Scheffe)، واختبار (T-test) للعينات المستقلة. أظهرت النتائج أن أبرز الدوافع النفسية المؤدية للانتحار تمثلت في الشعور بالعجز عن مواجهة الحياة، والاكتئاب، والتعرض لصدمات نفسية، بينما تمثلت أهم الدوافع الاجتماعية في القيود الأسرية والتوتر داخل الأسرة وإجبار الأبناء على الزواج. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدوافع النفسية والاجتماعية تعزى لمتغير الجنس، في حين ظهرت فروق دالة إحصائية تعزى لمستوى تعليم الأب. هدفت دراسة حارث (2023) إلى التعرف على مستوى اليأس النفسي وعلاقته بالتفكير في الانتحار لدى طلبة جامعة ديالى. اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي للكشف عن طبيعة العلاقة بين المتغيرين. تكونت عينة الدراسة من (220) طالباً وطالبة من طلبة كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة ديالى. استخدمت الدراسة مقياس الشعور باليأس لبك (Beck & Steer, 1974) لقياس مستوى اليأس النفسي، إضافة إلى مقياس التفكير في الانتحار الذي أعده العنبيكي (2019)، واعتمدت الدراسة نظرية بيك المعرفية (A. T. Beck) إطاراً نظرياً لتفسير النتائج. أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور باليأس لدى أفراد العينة، كما تبين وجود فروق دالة إحصائية في مستوى التفكير في الانتحار. كذلك كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية قوية بين اليأس النفسي والتفكير في الانتحار، مما يشير إلى أن ارتفاع مستوى اليأس لدى الطلبة قد يساهم في زيادة احتمالية التفكير في الانتحار.

هدفت دراسة (Asghar (2025 إلى فحص العلاقة بين الدعم الاجتماعي والمرونة النفسية والرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتم جمع البيانات باستخدام مقاييس معيارية مثل مقياس Ryff للرفاه النفسي ومقياس المرونة النفسية. تكونت العينة من طلبة جامعيين في باكستان. أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية دالة إحصائية بين

المرونة النفسية والرفاه النفسي، كما تبين أن الدعم الاجتماعي يسهم في تعزيز المرونة النفسية وتحسين مستوى الرفاه النفسي لدى الطلبة .

هدفت دراسة (Selak et al. (2024 إلى اختبار دور المرونة النفسية كعامل وقائي في العلاقة بين الظروف الحياتية الصعبة وخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي مع تحليل الانحدار المتعدد. تكونت العينة من (4645) طالباً جامعياً. أظهرت النتائج أن المرونة النفسية تلعب دوراً مهماً في تقليل احتمال ظهور الأفكار الانتحارية، كما تبين أن الطلبة الذين يتمتعون بمستويات مرتفعة من المرونة النفسية يتمتعون بصحة نفسية أفضل ومستوى أعلى من الرفاه النفسي مقارنة بغيرهم .

التعقيب على الدراسات السابقة

يتضح من خلال استعراض الدراسات السابقة أنها ركزت على دراسة متغيرات الرفاه النفسي والمرونة النفسية وخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات من زوايا متعددة، حيث بينت العديد من الدراسات أن الرفاه النفسي يعد مؤشراً مهماً للصحة النفسية لدى الطلبة ويرتبط بعدد من العوامل النفسية والاجتماعية مثل الكفاءة الذاتية والدعم الاجتماعي. كما أشارت الدراسات المتعلقة بالمرونة النفسية إلى أنها تمثل عاملاً وقائياً مهماً يساعد الطلبة على التكيف مع الضغوط الأكاديمية والحياتية ويعزز قدرتهم على مواجهة التحديات المختلفة. وفيما يتعلق بخطر الانتحار، فقد بينت الدراسات أن مجموعة من العوامل النفسية مثل اليأس والضغوط النفسية قد تسهم في زيادة احتمالية التفكير في الانتحار لدى الشباب. كذلك أظهرت الدراسات التي ربطت بين المتغيرات الثلاثة وجود علاقة وثيقة بين الرفاه النفسي والمرونة النفسية من جهة، وانخفاض خطر الانتحار من جهة أخرى، حيث تسهم العوامل النفسية الإيجابية في تعزيز الصحة النفسية وتقليل السلوكيات الخطرة. وتتميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في أنها تسعى إلى دراسة العلاقة بين الرفاه النفسي والمرونة النفسية وخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات في البيئة العراقية، الأمر الذي يسهم في تقديم فهم أعمق لطبيعة هذه المتغيرات في هذا السياق الثقافي والاجتماعي.

الطريقة والإجراءات

يتناول هذا الفصل عرضاً تفصيلياً للإجراءات المنهجية التي اعتمدت عليها الدراسة لتحقيق أهدافها والإجابة عن أسئلتها. ويهدف هذا الفصل إلى توضيح الأسس العلمية التي استند إليها الباحث في جمع البيانات وتحليلها، بما يضمن الوصول إلى نتائج دقيقة يمكن الاعتماد عليها في تفسير ظاهرة الدراسة.

منهجية الدراسة

اعتمدت الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي المقارن لملاءمته لطبيعة موضوعها وأهدافها، إذ يهدف إلى الكشف عن مستوى الرفاه النفسي والمرونة النفسية وخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات، وتحليل العلاقات الارتباطية بينها، كما يتيح هذا المنهج فحص الفروق في متغيرات الدراسة تبعاً لمتغيرات الجنس ومستوى الدراسة والتخصص الأكاديمي، واعتمد الباحث هذا المنهج لأنه الأنسب في دراسة الظواهر النفسية كما هي في الواقع دون تدخل في ضبط المتغيرات أو التلاعب بها، وبذلك يوفر المنهج الوصفي الارتباطي المقارن إطاراً علمياً ملائماً لفهم طبيعة العلاقات والفروق بين متغيرات الدراسة لدى طلبة جامعة ديالى.

مجتمع الدراسة

يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة المرحلة الجامعية (البكالوريوس) في جامعة ديالى في جمهورية العراق خلال العام الدراسي 2024-2025، من مختلف التخصصات العلمية والإنسانية. ويعد طلبة الجامعات من الفئات المهمة التي تستحق الدراسة في مجال الصحة النفسية، نظراً لما يواجهونه من تحديات أكاديمية واجتماعية ونفسية قد تؤثر في مستوى الرفاه النفسي والمرونة النفسية لديهم.

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (300) طالب وطالبة من طلبة جامعة ديالى، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية من عدد من الكليات العلمية والإنسانية، وذلك لضمان تمثيل التخصصات المختلفة في الجامعة. وقد روعي في اختيار العينة التنوع في متغيرات الجنس ومستوى الدراسة والتخصص الأكاديمي.

جدول (1) الخصائص الديموغرافية لعينة الدراسة

المتغير	الفئة	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	ذكور	144	48%
	إناث	156	52%
المجموع		300	100%
مستوى الدراسة	المرحلة الأولى	75	25%
	المرحلة الثانية	75	25%
	المرحلة الثالثة	75	25%
	المرحلة الرابعة	75	25%
المجموع		300	100%
التخصص الأكاديمي	علمي	150	50%
	إنساني	150	50%
المجموع		300	100%

أداة الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة والإجابة عن أسئلتها، اعتمد الباحث الاستبانة أداة رئيسة لجمع البيانات من أفراد عينة الدراسة. وقد قام الباحث ببناء الاستبانة بالاستناد إلى الأدبيات النظرية والدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الرفاه النفسي والمرونة النفسية وخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات، وذلك بما يتلاءم مع طبيعة المجتمع الجامعي وخصائصه.

تكونت أداة الدراسة في صورتها الأولى من (80) فقرة موزعة على ثلاثة مقاييس رئيسية، وهي: مقياس الرفاه النفسي، ومقياس المرونة النفسية، ومقياس خطر الانتحار. وقد تضمن مقياس الرفاه النفسي (36) فقرة تقيس مجموعة من الأبعاد المرتبطة بالحالة النفسية الإيجابية للفرد مثل تقبل الذات والعلاقات الإيجابية مع الآخرين والاستقلالية والقدرة على إدارة متطلبات الحياة والهدف في الحياة والنمو الشخصي. أما مقياس المرونة النفسية فقد اشتمل على (24) فقرة تقيس قدرة الفرد على التكيف مع الضغوط والصعوبات ومواجهة التحديات الحياتية والتعافي من المواقف الصعبة. في حين تضمن مقياس خطر الانتحار (20) فقرة تقيس بعض المؤشرات النفسية المرتبطة بالأفكار السلبية واليأس والعزلة النفسية وضعف الرغبة في الاستمرار بالحياة.

وقد صيغت فقرات الاستبانة بما يتناسب مع خصائص طلبة الجامعات، واشتملت على عبارات موجبة وأخرى سالبة بهدف الحد من تحيز الاستجابة. كما اعتمد الباحث مقياس ليكرت الخماسي للإجابة عن فقرات الاستبانة، حيث تتدرج البدائل من: (1) تتطبق علي دائماً، تتطبق علي غالباً، تتطبق علي أحياناً، تتطبق علي نادراً، لا تتطبق علي أبداً، وتم إعطاؤها الأوزان (5، 4، 3، 2، 1) على التوالي، مع عكس الدرجات في الفقرات السالبة. وتشير الدرجة المرتفعة في مقياس الرفاه النفسي والمرونة النفسية إلى ارتفاع مستوى هذين المتغيرين لدى الطلبة، في حين تشير الدرجة المرتفعة في مقياس خطر الانتحار إلى ارتفاع مستوى الخطر المرتبط بالأفكار الانتحارية.

الخصائص السيكمترية لأداة الدراسة

قام الباحث بالتحقق من الخصائص السيكمترية لأداة الدراسة؛ لضمان صلاحيتها في قياس متغيرات البحث، وذلك من خلال التحقق من الصدق والثبات باستخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية المناسبة.

أولاً: صدق الأداة

• الصدق الظاهري (صدق المحكمين)

للتحقق من الصدق الظاهري لأداة الدراسة، تم عرض الاستبانة في صورتها الأولى على مجموعة من المحكمين المتخصصين في علم النفس التربوي والإرشاد النفسي، بهدف التأكد من:

• سلامة الصياغة اللغوية للفقرات

• مدى ملائمة الفقرات لمجالات المقياس

• وضوح العبارات بالنسبة لأفراد العينة

وقد بلغ عدد المحكمين (10) محكمين من أساتذة الجامعات، حيث طُلب منهم إبداء آرائهم حول صلاحية الفقرات، واقتراح التعديلات المناسبة من حذف أو إضافة أو إعادة صياغة.

وبعد جمع آراء المحكمين، تم اعتماد الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق (80%) فأكثر، مع إجراء التعديلات اللغوية اللازمة، وبذلك أصبحت الأداة بصورتها النهائية مكونة من (80) فقرة.

ثانياً: صدق البناء

• قوة تمييز الفقرات

للتحقق من قدرة فقرات المقياس على التمييز بين الأفراد، استخدمت الباحثة أسلوب المجموعتين المتطرفتين، حيث تم اختيار أعلى (27%) من الدرجات وأدنى (27%) من الدرجات من أفراد عينة الدراسة البالغ عددهم (300) طالب وطالبة. وبذلك بلغ عدد أفراد المجموعة العليا (81) طالباً، وعدد أفراد المجموعة الدنيا (81) طالباً. وقد تم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (T-test) للكشف عن الفروق بين المجموعتين.

وأظهرت النتائج أن جميع الفقرات كانت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، مما يدل على تمتعها بقدرة تمييزية جيدة.

جدول (2) نتائج اختبار القوة التمييزية لفقرات المقياس

المقياس	عدد الفقرات	أقل قيمة تائية	أعلى قيمة تائية	مستوى الدلالة
الرفاه النفسي	36	3.45	6.21	دالة
المرونة النفسية	24	3.10	5.84	دالة
خطر الانتحار	20	3.25	6.03	دالة

• الاتساق الداخلي للفقرات

تم للتحقق من صدق الاتساق الداخلي، تم تطبيق أداة الدراسة على عينة مكونة من (300) طالب وطالبة من طلبة جامعة ديالى، حيث تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه. وقد تراوحت معاملات الارتباط بين (0.41 - 0.73)، وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، مما يدل على تمتع الفقرات بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي.

جدول (3) معاملات ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية

المقياس	أقل معامل ارتباط	أعلى معامل ارتباط
الرفاه النفسي	0.45	0.73
المرونة النفسية	0.41	0.69
خطر الانتحار	0.43	0.71

ثالثاً: ثبات الأداة

للتحقق من ثبات أداة الدراسة، تم تطبيقها على عينة مكونة من (300) طالب وطالبة من طلبة جامعة ديالى، وتم استخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha) لقياس درجة الاتساق الداخلي لفقرات المقاييس.

وقد أظهرت النتائج أن معاملات الثبات جاءت مرتفعة، حيث بلغ معامل الثبات لمقياس الرفاه النفسي (0.89)، ولمقياس المرونة النفسية (0.87)، ولمقياس خطر الانتحار (0.85)، بينما بلغ للمقياس الكلي (0.91)، مما يدل على تمتع الأداة بدرجة عالية من الثبات.

جدول (4) معاملات الثبات لمقاييس الدراسة

المقياس	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
الرفاه النفسي	36	0.89
المرونة النفسية	24	0.87
خطر الانتحار	20	0.85
المقياس الكلي	80	0.91

تشير النتائج إلى أن أداة الدراسة تتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات، حيث جاءت معاملات الارتباط دالة إحصائياً، كما بلغت معاملات الثبات قيمة مرتفعة باستخدام معامل ألفا كرونباخ، مما يؤكد صلاحية الأداة للتطبيق في الدراسة الحالية..

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة والإجابة عن أسئلتها، استخدم الباحث مجموعة من الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة البيانات ومتغيرات الدراسة، وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وقد تمثلت الأساليب الإحصائية المستخدمة فيما يأتي:

1. التكرارات والنسب المئوية لوصف الخصائص الديموغرافية لعينة الدراسة مثل الجنس ومستوى الدراسة والتخصص الأكاديمي.
2. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتعرف على مستوى الرفاه النفسي والمرونة النفسية وخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات.
3. معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) للكشف عن طبيعة العلاقة بين متغيرات الدراسة (الرفاه النفسي، المرونة النفسية، خطر الانتحار).
4. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (Independent Samples T-test) للكشف عن الفروق في متغيرات الدراسة تبعاً لمتغيري الجنس والتخصص الأكاديمي.
5. تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للكشف عن الفروق في متغيرات الدراسة تبعاً لمتغير مستوى الدراسة.
6. معامل ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha) لقياس ثبات أداة الدراسة والتأكد من درجة الاتساق الداخلي لفقراتها.

وقد ساعدت هذه الأساليب الإحصائية في تحليل بيانات الدراسة واستخلاص النتائج المتعلقة بمتغيرات الرفاه النفسي والمرونة النفسية وخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات.

نتائج الدراسة

يتناول هذا الفصل عرض نتائج الدراسة التي تم التوصل إليها بعد تحليل البيانات التي جمعت من أفراد عينة البحث باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة. وقد جرى تحليل البيانات باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) بهدف الإجابة عن أسئلة الدراسة والتحقق من الفرضيات المتعلقة بمتغيرات الرفاه النفسي والمرونة النفسية وخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات. وفيما يأتي عرض النتائج وفق ترتيب أسئلة الدراسة.

نتائج السؤال الأول

السؤال الأول: ما مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخدام المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لقياس مستوى الرفاه النفسي لدى أفراد عينة الدراسة، وذلك على مستوى المقياس الكلي وأبعاده الفرعية، اعتماداً على استجابات أفراد العينة البالغ عددهم (300) طالب وطالبة من طلبة جامعة ديالى. ويتكون مقياس الرفاه النفسي من ستة أبعاد هي: تقبل الذات، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والاستقلالية، والإلتقان البيئي، والهدف في الحياة، والنمو الشخصي.

جدول (5) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الرفاه النفسي وأبعاده

البعد	عدد الفقرات	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	الترتبة	مستوى الرفاه
الهدف في الحياة	6	3.25	65.0%	1	متوسط
الإلتقان البيئي	6	3.21	64.2%	2	متوسط
العلاقات الإيجابية	6	3.18	63.6%	3	متوسط
النمو الشخصي	6	3.17	63.4%	4	متوسط
تقبل الذات	6	3.12	62.4%	5	متوسط
الاستقلالية	6	3.09	61.8%	6	متوسط
المقياس الكلي	36	3.16	63.2%	—	متوسط

يبين جدول (5) مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة جامعة ديالى، حيث بلغ المتوسط الحسابي للمقياس الكلي (3.16) بنسبة مئوية (63.2%)، مما يشير إلى أن مستوى الرفاه النفسي جاء بدرجة متوسطة.

وعلى مستوى الأبعاد، جاء بعد الهدف في الحياة في المرتبة الأولى بنسبة (65.0%)، يليه بعد الإلتقان البيئي بنسبة (64.2%)، ثم بعد العلاقات الإيجابية مع الآخرين بنسبة (63.6%)، في حين جاء بعد الاستقلالية في المرتبة الأخيرة بنسبة (61.8%).

وتشير هذه النتائج إلى أن جميع أبعاد الرفاه النفسي لدى طلبة جامعة ديالى جاءت ضمن المستوى المتوسط، مما يعكس تمتع الطلبة بدرجة معتدلة من الرفاه النفسي.

إلا أن جميع الأبعاد جاءت ضمن المستوى المتوسط، يمكن تفسير هذه النتيجة بأن طلبة الجامعات يعيشون مرحلة انتقالية تتسم بوجود مجموعة من التحديات الأكاديمية والاجتماعية والمستقبلية، مما قد يؤثر في مستوى شعورهم بالرضا عن حياتهم وتوازنهم النفسي. كما أن الضغوط الدراسية ومتطلبات الحياة الجامعية قد تحد من ارتفاع مستويات الرفاه النفسي لديهم، الأمر الذي يجعل مستواه في حدود متوسطة، تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة عابنة والزغول (2023) التي أشارت إلى أن مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة جامعة اليرموك جاء بدرجة متوسطة. كما تتفق مع نتائج دراسة اللحام والعدوان (2022) التي بينت أن مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعة الأردنية كان متوسطاً. كذلك تتقاطع هذه النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة Wan et al. (2025) التي أكدت أن مستوى الرفاه النفسي لدى الطلبة يتأثر بعدة عوامل اجتماعية واقتصادية، مما قد يؤدي إلى تباين مستوياته بين الطلبة.

نتائج السؤال الثاني

السؤال الثاني: ما مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الجامعات؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخدام المتوسطات الحسابية والنسب المئوية للتعرف إلى مستوى المرونة النفسية لدى طلبة جامعة ديالى، وذلك على مستوى المقياس الكلي وأبعاده الفرعية، اعتماداً على استجابات أفراد عينة الدراسة البالغ عددهم (300) طالب وطالبة. ويتكون مقياس المرونة النفسية من أربعة أبعاد هي: الكفاءة الشخصية، والقدرة على التكيف مع الضغوط، والتعاؤل والنظرة الإيجابية للحياة، وضبط الانفعالات.

جدول (6) مستوى المرونة النفسية لدى طلبة جامعة ديالى

البعد	عدد الفقرات	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	الرتبة	مستوى المرونة
التعاؤل والنظرة الإيجابية للحياة	6	3.18	63.6%	1	متوسط
الكفاءة الشخصية	6	3.14	62.8%	2	متوسط
القدرة على التكيف مع الضغوط	6	3.09	61.8%	3	متوسط
ضبط الانفعالات	6	3.07	61.4%	4	متوسط
المقياس الكلي	24	3.12	62.4%	—	متوسط

يبين جدول (6) مستوى المرونة النفسية لدى طلبة جامعة ديالى، حيث بلغ المتوسط الحسابي للمقياس الكلي (3.12) بنسبة مئوية (62.4%)، مما يشير إلى أن مستوى المرونة النفسية لدى أفراد العينة جاء بدرجة متوسطة.

وعلى مستوى الأبعاد، جاء بعد التفاؤل والنظرة الإيجابية للحياة في المرتبة الأولى بنسبة (63.6%)، يليه بعد الكفاءة الشخصية بنسبة (62.8%)، ثم بعد القدرة على التكيف مع الضغوط بنسبة (61.8%)، في حين جاء بعد ضبط الانفعالات في المرتبة الأخيرة بنسبة (61.4%).

وتشير هذه النتائج إلى أن جميع أبعاد المرونة النفسية لدى طلبة جامعة ديالى جاءت ضمن المستوى المتوسط، مما يعكس امتلاك الطلبة لقدرة معتدلة على التكيف مع الضغوط والتحديات الحياتية. يمكن تفسير هذه النتيجة بأن طلبة الجامعات يمتلكون درجة متوسطة من القدرة على التكيف مع الضغوط الأكاديمية والاجتماعية التي يواجهونها خلال دراستهم الجامعية. وقد يعود ذلك إلى طبيعة المرحلة العمرية التي يمر بها الطلبة، حيث يواجهون العديد من التحديات المرتبطة بالمستقبل الدراسي والمهني، مما يتطلب منهم تطوير قدراتهم على التكيف والصمود النفسي، تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (Suhaimi (2024 التي أشارت إلى أن المرونة النفسية ترتبط إيجابياً بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعات، وأن الطلبة الذين يتمتعون بدرجة مرتفعة من المرونة النفسية يكونون أكثر قدرة على مواجهة الضغوط. كما تتقاطع هذه النتيجة مع نتائج دراسة الحبرية وحافظي علوي (2024) التي أكدت أن المرونة النفسية تسهم في تقليل مستويات القلق لدى الطلبة وتعزيز قدرتهم على التكيف مع التحديات المستقبلية. كذلك تشير نتائج الدراسة إلى أهمية تنمية المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين باعتبارها عاملاً مهماً في تعزيز الصحة النفسية والقدرة على مواجهة الضغوط الحياتية.

نتائج السؤال الثالث

السؤال الثالث: ما مستوى خطر الانتحار لدى طلبة الجامعات؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخدام المتوسطات الحسابية والنسب المئوية للتعرف إلى مستوى خطر الانتحار لدى طلبة جامعة ديالى، وذلك على مستوى المقياس الكلي وأبعاده الفرعية، اعتماداً على استجابات أفراد عينة الدراسة البالغ عددهم (300) طالب وطالبة. ويتكون مقياس خطر الانتحار من أربعة أبعاد هي: الشعور باليأس وفقدان الأمل، والأفكار المرتبطة بإيذاء الذات، والعزلة النفسية والاجتماعية، وضعف الرغبة في الاستمرار بالحياة.

جدول (7) مستوى خطر الانتحار لدى طلبة جامعة ديالى

البعد	عدد الفقرات	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	الرتبة	مستوى الخطر
الشعور باليأس وفقدان الأمل	5	2.91	58.2%	1	متوسط
ضعف الرغبة في الاستمرار بالحياة	5	2.86	57.2%	2	متوسط
الأفكار المرتبطة بإيذاء الذات	5	2.83	56.6%	3	متوسط

العزلة النفسية والاجتماعية	5	2.79	55.8%	4	متوسط
المقياس الكلي	20	2.85	57.0%	—	متوسط

يبين جدول (7) مستوى خطر الانتحار لدى طلبة جامعة ديالى، حيث بلغ المتوسط الحسابي للمقياس الكلي (2.85) بنسبة مئوية (57.0%)، مما يشير إلى أن مستوى خطر الانتحار جاء ضمن الحدود المتوسطة. وعلى مستوى الأبعاد، جاء بعد الشعور باليأس وفقدان الأمل في المرتبة الأولى بنسبة (58.2%)، يليه بعد ضعف الرغبة في الاستمرار بالحياة بنسبة (57.2%)، ثم بعد الأفكار المرتبطة بإيذاء الذات بنسبة (56.6%)، في حين جاء بعد العزلة النفسية والاجتماعية في المرتبة الأخيرة بنسبة (55.8%).

وتشير هذه النتائج إلى أن المستوى المتوسط لخطر الانتحار لا يعني انتشار السلوك الانتحاري بين الطلبة، بل يعكس وجود بعض المؤشرات النفسية المرتبطة به ضمن حدود محدودة نسبياً، مثل الشعور بالضغط أو القلق أو الإحباط، وهي حالات طبيعية قد تظهر لدى الطلبة في المرحلة الجامعية دون أن تصل إلى مستوى السلوك الانتحاري الفعلي.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة بوجود عوامل وقائية تسهم في الحد من تصاعد هذه المؤشرات، مثل الدعم الأسري والاجتماعي، وامتلاك الطلبة مستويات مقبولة من الرفاه النفسي والمرونة النفسية، مما يساعدهم على التكيف مع الضغوط الحياتية. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة حارث (2023) التي أشارت إلى وجود علاقة بين الشعور باليأس والتفكير في الانتحار لدى طلبة الجامعة، كما تتقاطع مع نتائج دراسة الكركي والعضايلة (2019) التي بينت أن الضغوط النفسية والاجتماعية قد تسهم في ظهور بعض الأفكار المرتبطة بالانتحار. كذلك تتفق مع ما أشارت إليه دراسة Pérez-Marín (2025) التي أكدت أن الضغوط النفسية والاضطرابات الانفعالية تعد من العوامل المؤثرة في زيادة هذه المؤشرات لدى الشباب.

نتائج السؤال الرابع

السؤال الرابع: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الرفاه النفسي وخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات؟ للإجابة عن هذا السؤال استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) للكشف عن طبيعة العلاقة بين الرفاه النفسي وخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات. وقد تم حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس الرفاه النفسي والدرجة الكلية لمقياس خطر الانتحار لدى أفراد عينة الدراسة البالغ عددهم (300) طالب وطالبة.

جدول (8) معامل الارتباط بين الرفاه النفسي وخطر الانتحار

المتغير	معامل الارتباط (Pearson)	مستوى الدلالة
الرفاه النفسي × خطر الانتحار	-0.77	دال إحصائياً عند (0.05)

يبين جدول (8) نتائج معامل ارتباط بيرسون بين الرفاه النفسي وخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات، حيث بلغ معامل الارتباط (-0.77)، وهو معامل ارتباط سلبي قوي ودال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05).

وهذا يعني أنه كلما ارتفع مستوى الرفاه النفسي لدى الطلبة انخفض مستوى خطر الانتحار لديهم، والعكس صحيح يمكن تفسير هذه النتيجة بأن الطلبة الذين يتمتعون بدرجة مرتفعة من الرفاه النفسي غالباً ما يكونون أكثر قدرة على التكيف مع الضغوط الحياتية والأكاديمية، كما أنهم يمتلكون شعوراً أعلى بالرضا عن الحياة والمعنى الشخصي، مما يقلل من احتمالية ظهور الأفكار السلبية أو الانتحارية لديهم.

كما أن الرفاه النفسي يسهم في تعزيز الشعور بالاستقرار النفسي والتوازن الانفعالي لدى الطلبة، الأمر الذي يعد عاملاً وقائياً مهماً في الحد من خطر الانتحار، تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (Craig (2025 التي أكدت وجود علاقة عكسية بين الرفاه النفسي والضغط النفسية لدى طلبة الجامعات، حيث تبين أن ارتفاع مستوى الرفاه النفسي يسهم في تحسين الصحة النفسية والتكيف مع الضغوط. كما تتقاطع هذه النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة (Wan et al. (2025 التي بينت أن ارتفاع الرفاه النفسي يرتبط بتحسين التكيف النفسي لدى الطلبة. كذلك تدعم هذه النتيجة ما أشارت إليه بعض الدراسات النفسية الحديثة إلى أن العوامل النفسية الإيجابية مثل الرفاه النفسي تسهم في خفض احتمالية ظهور السلوكيات الخطرة لدى الشباب.

نتائج السؤال الخامس

السؤال الخامس: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المرونة النفسية وخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات؟
للإجابة عن هذا السؤال استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) للكشف عن طبيعة العلاقة بين المرونة النفسية وخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات. وقد تم حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسية والدرجة الكلية لمقياس خطر الانتحار لدى أفراد عينة الدراسة البالغ عددهم (300) طالب وطالبة.

جدول (9) معامل الارتباط بين المرونة النفسية وخطر الانتحار

المتغير	معامل الارتباط (Pearson)	مستوى الدلالة
المرونة النفسية × خطر الانتحار	-0.82	دال إحصائياً عند (0.05)

يبين جدول (9) نتائج معامل ارتباط بيرسون بين المرونة النفسية وخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات، حيث بلغ معامل الارتباط (-0.82)، وهو معامل ارتباط سلبي قوي ودال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05).

وهذا يشير إلى أنه كلما ارتفع مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة انخفض مستوى خطر الانتحار لديهم، والعكس صحيح، يمكن تفسير هذه النتيجة بأن المرونة النفسية تمثل عاملاً وقائياً مهماً يساعد الطلبة على التكيف مع الضغوط الحياتية والأكاديمية التي قد يواجهونها خلال حياتهم الجامعية. فالطلبة الذين يتمتعون بدرجة مرتفعة من المرونة النفسية يكونون أكثر قدرة على مواجهة التحديات والتعامل مع المشكلات بطريقة إيجابية، مما يقلل من احتمالية ظهور الأفكار الانتحارية لديهم، كما أن المرونة النفسية تسهم في تعزيز القدرة على ضبط الانفعالات والتعامل مع الضغوط النفسية بصورة أكثر فاعلية، وهو ما يعزز الصحة النفسية لدى الطلبة ويحد من السلوكيات الخطرة، تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (Suhaimi (2024 التي أشارت إلى أن المرونة النفسية ترتبط إيجابياً بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعات وتقلل من تأثير الضغوط النفسية عليهم. كما تتفق مع نتائج دراسة (Selak et al. (2024 التي أكدت أن المرونة النفسية تلعب دوراً وقائياً مهماً في تقليل احتمالية ظهور الأفكار الانتحارية

لدى الشباب. كذلك تدعم هذه النتيجة ما أشارت إليه دراسة (Sánchez–Teruel et al. (2021 التي بينت أن المرونة النفسية تمثل عاملاً مهماً في الحد من خطر تكرار محاولات الانتحار لدى الأفراد.

نتائج السؤال السادس

السؤال السادس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرفاه النفسي والمرونة النفسية وخطر الانتحار لدى طلبة الجامعات في العراق تعزى لمتغيرات (الجنس، مستوى الدراسة، التخصص الأكاديمي)؟

أولاً: الفروق تبعاً لمتغير الجنس

للتحقق من وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغيرات الدراسة (الرفاه النفسي، المرونة النفسية، خطر الانتحار) تبعاً لمتغير الجنس، استخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (Independent Samples T–test) للمقارنة بين متوسطات الذكور والإناث في متغيرات الدراسة.

جدول (10) نتائج اختبار (T–test) للفروق تبعاً لمتغير الجنس

المتغير	الجنس	المتوسط الحسابي	القيمة التائية المحسوبة (T)	القيمة الجدولية (df)	درجة الحرية (df)	مستوى الدلالة
الرفاه النفسي	ذكور	3.08	2.11	1.97	298	دال عند (0.05)
	إناث	3.23	—	—	—	—
المرونة النفسية	ذكور	3.05	2.34	1.97	298	دال عند (0.05)
	إناث	3.18	—	—	—	—
خطر الانتحار	ذكور	2.93	2.07	1.97	298	دال عند (0.05)
	إناث	2.78	—	—	—	—

يبين جدول (10) نتائج اختبار (T–test) للفروق في متغيرات الدراسة تبعاً لمتغير الجنس لدى طلبة جامعة ديالى، حيث تم مقارنة المتوسطات الحسابية بين الذكور والإناث.

وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05)، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة لمتغير الرفاه النفسي (2.11)، وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.97)، مما يدل على وجود فروق لصالح الإناث. كما بلغت القيمة التائية المحسوبة لمتغير المرونة النفسية (2.34)، وهي أيضاً أكبر من القيمة الجدولية، مما يشير إلى وجود فروق لصالح

الإناث. وفيما يتعلق بخطر الانتحار، فقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (2.07)، وهي أكبر من القيمة الجدولية، مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية لصالح الذكور.

يمكن تفسير هذه النتيجة بأن الإناث قد يمتلكن مستويات أعلى من الدعم الاجتماعي والتفاعل العاطفي مع الآخرين، مما يساهم في تعزيز مستوى الرفاه النفسي والمرونة النفسية لديهن. كما أن الإناث غالباً ما يلجأن إلى طلب الدعم النفسي والاجتماعي عند مواجهة الضغوط، وهو ما قد يساعد في تقليل مستويات الضغوط النفسية والأفكار السلبية.

أما ارتفاع مستوى خطر الانتحار نسبياً لدى الذكور فقد يعود إلى ميل الذكور إلى كتمان الضغوط النفسية وعدم الإفصاح عنها أو طلب المساعدة، الأمر الذي قد يزيد من تأثير الضغوط النفسية عليهم. تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة عبابنة والزرغول (2023) التي أشارت إلى وجود فروق في مستوى الرفاه النفسي تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث. كما تتقاطع هذه النتيجة مع بعض الدراسات النفسية التي أشارت إلى أن الذكور قد يكونون أكثر عرضة للضغوط النفسية المرتبطة بالأفكار الانتحارية مقارنة بالإناث.

ثانياً: الفروق تبعاً لمتغير مستوى الدراسة

للتحقق من وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغيرات الدراسة (الرفاه النفسي، المرونة النفسية، خطر الانتحار) تبعاً لمتغير مستوى الدراسة، استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للمقارنة بين متوسطات المراحل الدراسية الأربع (الأولى، الثانية، الثالثة، الرابعة).

جدول (11) نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق تبعاً لمتغير مستوى الدراسة

المتغير	مستوى الدراسة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (F)	مستوى الدلالة
الرفاه النفسي	المرحلة الأولى	3.05	0.72	3.18	دال
	المرحلة الثانية	3.11	0.70		
	المرحلة الثالثة	3.19	0.68		
	المرحلة الرابعة	3.27	0.67		
المرونة النفسية	المرحلة الأولى	3.02	0.73	2.94	دال
	المرحلة الثانية	3.09	0.71		
	المرحلة الثالثة	3.15	0.70		
	المرحلة الرابعة	3.21	0.69		

خطر الانتحار	المرحلة الأولى	2.95	0.77	3.06	دال
المرحلة الثانية	2.89	0.75			
المرحلة الثالثة	2.84	0.72			
المرحلة الرابعة	2.72	0.70			

يبين جدول (11) نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق في متغيرات الدراسة تبعاً لمتغير مستوى الدراسة. وتشير النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الرفاه النفسي والمرونة النفسية وخطر الانتحار بين المراحل الدراسية المختلفة، فقد تبين أن طلبة المرحلة الرابعة حصلوا على أعلى متوسط في الرفاه النفسي بلغ (3.27)، في حين سجل طلبة المرحلة الأولى أقل متوسط بلغ (3.05). كما تبين أن مستوى المرونة النفسية يرتفع تدريجياً مع التقدم في المرحلة الدراسية، حيث جاء أعلى متوسط لدى طلبة المرحلة الرابعة (3.21) أما فيما يتعلق بخطر الانتحار، فقد تبين أن مستواه كان أعلى لدى طلبة المرحلة الأولى بمتوسط (2.95)، بينما انخفض لدى طلبة المرحلة الرابعة بمتوسط (2.72) يمكن تفسير هذه النتيجة بأن الطلبة في المراحل الدراسية المتقدمة يكونون أكثر خبرة في التعامل مع متطلبات الحياة الجامعية وأكثر قدرة على التكيف مع الضغوط الأكاديمية والاجتماعية، مما يساهم في ارتفاع مستوى الرفاه النفسي والمرونة النفسية لديهم. كما أن زيادة الخبرة الجامعية قد تساعد الطلبة على تطوير مهارات التكيف النفسي والاجتماعي، وهو ما قد يساهم في تقليل مستويات الضغوط النفسية والأفكار السلبية المرتبطة بخطر الانتحار.

تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة عابنة والزغول (2023) التي أشارت إلى وجود فروق في مستوى الرفاه النفسي تبعاً لمتغير المستوى الدراسي لصالح الطلبة في المراحل المتقدمة. كما تتقاطع هذه النتيجة مع بعض الدراسات النفسية التي أشارت إلى أن الطلبة في المراحل الدراسية الأولى قد يكونون أكثر عرضة للضغوط المرتبطة بالتكيف مع البيئة الجامعية مقارنة بالطلبة في المراحل المتقدمة.

ثالثاً: الفروق تبعاً لمتغير التخصص الأكاديمي (علمي / أدبي)

للتحقق من وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغيرات الدراسة (الرفاه النفسي، المرونة النفسية، خطر الانتحار) تبعاً لمتغير التخصص الأكاديمي (علمي / أدبي)، استخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (Independent Samples T-test) للمقارنة بين متوسطات طلبة التخصصات العلمية وطلبة التخصصات الإنسانية في متغيرات الدراسة.

جدول (12) نتائج اختبار (T-test) للفروق تبعاً لمتغير التخصص الأكاديمي

المتغير	التخصص	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية (T)	مستوى الدلالة
الرفاه النفسي	علمي	3.18	0.69	0.84	غير دال
	إنساني	3.14	0.71		

المرونة النفسية	علمي	3.15	0.70	1.02	غير دال
	إنساني	3.10	0.73		
خطر الانتحار	علمي	2.82	0.72	0.93	غير دال
	إنساني	2.88	0.75		

يبين جدول (12) نتائج اختبار (T-test) للفروق في متغيرات الدراسة تبعاً لمتغير التخصص الأكاديمي. وتشير النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرفاه النفسي أو المرونة النفسية أو خطر الانتحار بين طلبة التخصصات العلمية وطلبة التخصصات الإنسانية، فقد بلغ المتوسط الحسابي للرفاه النفسي لدى طلبة التخصصات العلمية (3.18) مقارنة بـ (3.14) لدى طلبة التخصصات الإنسانية، كما بلغ المتوسط الحسابي للمرونة النفسية (3.15) لدى طلبة التخصصات العلمية مقابل (3.10) لدى طلبة التخصصات الإنسانية. أما فيما يتعلق بخطر الانتحار فقد بلغ متوسطه (2.82) لدى طلبة التخصصات العلمية مقابل (2.88) لدى طلبة التخصصات الإنسانية، إلا أن هذه الفروق لم تصل إلى مستوى الدلالة الإحصائية، يمكن تفسير هذه النتيجة بأن الطلبة في التخصصات العلمية والإنسانية قد يواجهون ظروفًا أكاديمية واجتماعية متشابهة داخل البيئة الجامعية، مما يؤدي إلى تقارب مستويات الرفاه النفسي والمرونة النفسية وخطر الانتحار بينهم. كما أن العوامل النفسية والاجتماعية المؤثرة في الصحة النفسية للطلبة قد تكون مشتركة بين مختلف التخصصات الجامعية، تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة الهبيدة والطشة والحربي (2025) التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تبعاً لمتغير التخصص الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. كما تتقاطع هذه النتيجة مع بعض الدراسات التي أشارت إلى أن العوامل النفسية المرتبطة بالصحة النفسية لدى الطلبة قد لا تختلف بشكل كبير باختلاف التخصصات الأكاديمية.

الاستنتاجات

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة، يمكن استخلاص الاستنتاجات الآتية:

1. يتمتع طلبة جامعة ديالى بمستوى متوسط من الرفاه النفسي، مما يشير إلى وجود درجة معتدلة من التوازن النفسي والرضا عن الحياة لديهم .
2. يظهر طلبة جامعة ديالى مستوى متوسطاً من المرونة النفسية، مما يدل على امتلاكهم قدرة مقبولة على التكيف مع الضغوط والتحديات الحياتية .
3. جاء مستوى خطر الانتحار لدى طلبة جامعة ديالى ضمن الحدود المتوسطة، وهو ما يعكس وجود بعض المؤشرات النفسية المرتبطة بالضغط دون أن يدل ذلك على انتشار السلوك الانتحاري .

4. توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الرفاه النفسي وخطر الانتحار، مما يعني أن ارتفاع الرفاه النفسي يسهم في خفض مؤشرات خطر الانتحار لدى الطلبة .
5. توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين المرونة النفسية وخطر الانتحار، مما يدل على أن المرونة النفسية تمثل عاملاً وقائياً مهماً في الحد من هذه المؤشرات .
6. توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الرفاه النفسي والمرونة النفسية، مما يشير إلى تكامل هذين المتغيرين في تعزيز الصحة النفسية لدى الطلبة .
7. توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير الجنس، حيث تفوق الإناث في الرفاه النفسي والمرونة النفسية، في حين كان خطر الانتحار أعلى نسبياً لدى الذكور .
8. توجد فروق تبعاً لمستوى الدراسة، حيث يرتفع الرفاه النفسي والمرونة النفسية لدى الطلبة في المراحل المتقدمة، وينخفض خطر الانتحار لديهم مقارنة بالمراحل الأولى .
9. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير التخصص الأكاديمي، مما يدل على أن التخصص لا يؤثر بشكل واضح في متغيرات الدراسة .

التوصيات

في ضوء النتائج، توصي الدراسة بما يأتي:

1. تعزيز برامج الإرشاد النفسي في جامعة ديالى لدعم الطلبة نفسياً ومساعدتهم على مواجهة الضغوط .
2. تصميم برامج تدريبية لتنمية المرونة النفسية لدى الطلبة بوصفها عاملاً وقائياً في خفض المؤشرات المرتبطة بخطر الانتحار .
3. تفعيل دور مراكز الإرشاد النفسي في الكشف المبكر عن المشكلات النفسية لدى الطلبة .
4. نشر الوعي بأهمية الرفاه النفسي من خلال الندوات والأنشطة الجامعية .
5. الاهتمام بشكل خاص بالطلبة في المراحل الدراسية الأولى لكونهم أكثر عرضة للضغوط النفسية .

مقترحات للدراسات المستقبلية

تقترح الدراسة إجراء الدراسات الآتية:

1. إجراء دراسات مماثلة على جامعات عراقية أخرى للمقارنة بين البيئات الجامعية المختلفة .
2. دراسة أثر برامج إرشادية أو تدريبية في تنمية الرفاه النفسي والمرونة النفسية لدى الطلبة .

3. دراسة متغيرات نفسية أخرى مرتبطة بخطر الانتحار مثل الاكتئاب والقلق والدعم الاجتماعي .
4. إجراء دراسات طويلة لتتبع تطور الرفاه النفسي والمرونة النفسية لدى الطلبة عبر سنوات الدراسة .
5. دراسة العلاقة بين الرفاه النفسي والتحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعة .

المصادر

المصادر العربية

- العابنة، محمد يوسف، والزغول، رافع عقيل. (2023). الرفاه النفسي لدى طلبة جامعة اليرموك وعلاقته بالجنس والمستوى الدراسي. *Contemporary Studies in Social Sciences*، 1(1)، 1-17. <https://doi.org/10.31559/CSSS2023.1.1.1>
- العنبيكي، حسين إبراهيم حمادي. (2025). الهندسة الاجتماعية الرقمية وتأثيرها على المنظومة القيمية للمجتمع: دراسة اجتماعية ميدانية في مدينة بعقوبة. *مجلة واسط للعلوم الإنسانية*، 21(1)، 626-668. <https://doi.org/10.31185/wjfh.Vol21.Iss1/Pt1.832>
- الحجرية، شيخة علي، وحافظي علوي، موالى إسماعيل. (2024). المرونة النفسية وأثرها على قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة (مراجعة منهجية). *مجلة الأكاديمية للأبحاث والنشر العلمي*، 65.
- الحارث، علاء سعيد. (2023). اليأس النفسي وعلاقته في التفكير بالانتحار لدى طلبة جامعة ديالى. *مجلة نسق*، 39(1)، 601-617.
- الركبي، نسرین محمود، والعضايلة، لبنى مخلد. (2019). دوافع الانتحار من وجهة نظر طلبة كلية الأميرة رحمة الجامعية. *مجلة العلوم الإنسانية، جامعة أم البواقي*، 6(1)، 312-342.
- اللاحام، رحاب صلاح علي، والعدوان، فاطمة عيد زيد. (2022). الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بالرفاه النفسي لدى طلبة الجامعة الأردنية. *مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط*، 38(7)، 69-85. <https://doi.org/10.21608/mfes.2022.268319>
- المكصوصي، ضرغام رضا عبد السيد. (2024). حساسية الرفض الاجتماعي وعلاقته بالتواصل الوجداني لدى طلبة المرحلة الإعدادية. *مجلة واسط للعلوم الإنسانية*، 20(3)، 107-138. <https://doi.org/10.31185/wjfh.Vol20.Iss3.659>
- الهيبة، جابر مبارك، الطشة، فهد مبارك، والحربي، سعود نامي. (2025). المرونة النفسية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت. *مجلة الأبحاث التربوية والنفسية*، 13(5).

ثانياً: المصادر الأجنبية

- Beck, A. T., Kovacs, M., & Weissman, A. (1979). Assessment of suicidal intention: The scale for suicide ideation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47(2), 343–352. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.47.2.343>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Franklin, J. C., Ribeiro, J. D., Fox, K. R., et al. (2017). Risk factors for suicidal thoughts and behaviors: A meta-analysis of 50 years of research. *Psychological Bulletin*, 143(2), 187–232. <https://doi.org/10.1037/bul0000084>
- Garcia, D., Nima, A. A., & Kjell, O. N. E. (2023). Psychometric properties of the 18-item Ryff psychological well-being scale. *Frontiers in Psychology*, 14, 1208300. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1208300>
- Glenn, C. R., & Nock, M. K. (2014). Improving the short-term prediction of suicidal behavior. *Clinical Psychology Review*, 34(7), 579–594. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2014.08.004>
- Joiner, T. (2005). *Why people die by suicide*. Harvard University Press.
- Klonsky, E. D., & May, A. M. (2015). The three-step theory (3ST): A new theory of suicide. *International Journal of Cognitive Therapy*, 8(2), 114–129. <https://doi.org/10.1521/ijct.2015.8.2.114>
- Manchiraju, S., Sadachar, A., & Ridgway, J. (2020). The influence of psychological well-being on sustainable consumption behavior. *Journal of Business Venturing Insights*, 14, e00197. <https://doi.org/10.1016/j.jobvi.2020.e00197>
- Nock, M. K., Millner, A. J., Joiner, T. E., et al. (2018). Risk factors for the transition from suicide ideation to suicide attempt. *Annual Review of Clinical Psychology*, 14, 489–513. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050817-084719>
- O'Connor, R. C., & Kirtley, O. J. (2018). The integrated motivational-volitional model of suicidal behavior. *Philosophical Transactions of the Royal Society B*, 373(1754), 20170268. <https://doi.org/10.1098/rstb.2017.0268>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Sharif-Nia, H., et al. (2024). Connor-Davidson resilience scale: A systematic review. *Annals of Medicine and Surgery*, 86, 103232. <https://doi.org/10.1016/j.amsu.2024.103232>
- Suhaimi, A., et al. (2024). Psychological resilience and mental health among university students. *BMC Psychology*, 12, 522. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01725-5>
- Taliaferro, L. A., Muehlenkamp, J. J., & Borowsky, I. W. (2020). Protective factors against suicide. *Journal of American College Health*, 68(5), 487–495. <https://doi.org/10.1080/07448481.2019.1577869>
- Wan, J., et al. (2025). Psychological well-being and associated factors. *Frontiers in Psychology*, 16, 1473871. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1473871>

- World Health Organization. (2023). *Suicide worldwide in the 21st century*. WHO.
- Ye, Y., et al. (2022). Differences between resilience scales. *Global Mental Health*, 9, e32. <https://doi.org/10.1017/gmh.2022.25>
- Zhang, Z., Chen, W., & Fang, Y. (2019). Measures for psychological well-being. *Journal of Affective Disorders*, 256, 438–446. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.06.020>

