نشوة المساعدة لدى طلبة الجامعة

علياء جاسم محمد مأمون زهراء ياسين فارس رحمن

الجامعة المستنصرية / كلية التربية

المستخلص :

يستهدف البحث الحالي الى تعرف : ١- نشوة المساعدة لدى طلبةالجامعة ٢-الفروق في نشوة المساعدة بحسب متغير الجنس (ذكور- اناث) ولتحقيق هدفا البحث تم تبني مقياس نشوة المساعدة ل(smith&Kawabata 2024) ، وفقا لأنموذج لوكس (luks,1992) ، المكون من (١٠) فقرةبصورته النهائية، وتم استخراج التمييز والصدق والثبات الخصائص السايكومترية للمقياس وقد تم تطبيق المقياس على عينةالبحث (٤٠٠)، طالبا وطالبة بواقع (٢٠٠) طالب و (٢٠٠) طالبة من كلا التخصصين لطلبة الجامعة وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية الطبقية ذات التوزيع المتساوي وبعد التطبيق لأداة البحث وتحليل البيانات إحصائياً واستعمال الوسائل الإحصائية الآتية : الاختبار التائي لعينة واحدة والاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لتعرف الفروق في نشوة المساعدة لدى عينة البحث تبعا لمتغير الجنس (ذكور-اناث) وتوصلت الباحثة الى النتائج الآتية : ١- تتمتع عينة البحث بنشوة المساعدة ٢- لايوجدفروق بين الجنسين في نشوة المساعدة ، وفي ضوء نتائج البحث طرحت الباحثة استنتاجات بحثها ، كما وضعت الباحثة عددا من التوصيات واقترحت عددا من الدراسات .

الكلمات المفتاحية : نشوة المساعد ، طلبة الجامعة

(Perceived credibility of the teacher among middle school students)

. Alia Jasim Mohammed Mamon Zahraa yaseen fairs Rahman

(Al-Mustansiriya University, College of Education, Department of Educational and Psychological Sciences)

Abstract

The current study aims to:1- identify helper's high among university students. To achieve this objective, the Helper's High Scale developed by Smith and Kawabata (2024) was adopted and translated in accordance with the Luks model (1992). In its final form, the scale consists of 11 items. The psychometric properties of the scale were established by examining its item discrimination, validity, and reliability،

The scale was administered to a sample of 400 university students, comprising 200 males and 200 females, drawn equally from both scientific and humanities disciplines. The participants were selected using a stratified random sampling method with equal allocation،

After administering the research instrument, the data were statistically analyzed using: the following statistical methods: the one-sample t-test, the independent-samples t-test, Pearson's correlation coefficient, and Cronbach's alpha coefficient to assess internal consistency.The results indicated that the research sample possesses a significant level of helper's high. In light of these findings, the researcher presented a set of conclusions, proposed several recommendations, and suggested a number of future studies.

Keywords : Helper's High- middle school students ،

DOI:

المقدمة

الحمدُ للهِ ربِّ العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد وعلى آله الطيبين الطاهرين وأصحابه ومَن تَبِعهم بإحسانٍ إلى يوم الدين.

أمّا بعد:

فإنَّ الانشغال بالحديثِ وعلومهِ خير ما يُشغلُ بهِ الوقت وأشرف ما يُحصلُ عليهِ إذ هو إرث الأنبياء ومطلب العلماء إذ قصدت طائفة منهم حفظ الأسانيد. وطائفة منهم تحقيق معرفة متون الأحاديث صحيحها أو حسنها أو ضعيفها.

الفصل الأول :

مشكلة البحث (research problem):

تعد نشوة المساعدة (Helper's High)حالة من المتعة العاطفية والنشوة النفسية عند الافراد عقب انخراطهم في أعمال تطوعية أو مواقف مساعدة للآخرين والأمر الذي يجعل هذا المفهوم يعكس الارتباط بين السلوك المساعدة والدوافع الإيجابية وراء السلوك prosocial لدى الطلبة (Luks, 1992, p. 7)، وأن من المشكلات التي اثارت اهتمام الباحثين والمتخصصين للتعرف عليها واكتشافها في سلوك الطلبة هو الإفراط في تقديم الذات للآخرين على حساب التوازن الشخصي ،وخاصة عندما يكون الدافع للمساعدة مدفوعاً بالإلزام أو الشعور بالذنب وليس بالرغبة الحرة (Oakley et al., 2012)وتشيرالأدبيات النفسية أن بعض الأفراد، خاصة من فئة الشباب الجامعي ،قد ينخرطون في سلوكيات مساعدة مفرطة بحافز داخلي يرتبط بالشعور بالرضا اللحظي، مما يؤدي أحياناً إلى تجاوز الحدود الشخصية، أو إهمال الذات، أو الانخراط في علاقات غير متوازنة. وهذه الاستجابات، وإن بدت مقبولة اجتماعياً، إلا أنها قد تعكس نمطًا غير صحي من تقديم المساعدة يعُرض الفرد للاستنزاف النفسي أو الاستغلال ، اذ تظهر آثار سلبية محتملة ايضا ، بالاخص عندما يفرط الافراد في تقديم المساعدة ،من دون مراعاة الحدود الشخصية اي أن السلوكيات الإيثارية المفرطة في بيئة العمل كثيراً ما ترتبط بزيادة مستويات الإرهاق النفسي نتيجة استنزاف الموارد الانفعالية للفرد Bolino and Grant 2016, p. (620)،ويتصف الأفراد الذين ينخرطون بشكل متكرر في مساعدة الآخرين بأنهم معرضون أكثر من غيرهم للشعور بالتعب العاطفي، لكونهم يواجهون ضغوطاً إضافية تتجاوز طاقتهم الانفعالية (Halbesleben and Wheeler 2015, p. 344) ،أذ أن الإفراط في المساعدة لا يعزز دائماً التقدير الاجتماعي، بل قد يقود إلى استنزاف وجداني يُضعف قدرة الفرد على الاستمرار في تقديم المساندة بكفاءة، ويزيد من احتمالية تعرضه للاحتراق النفسي (Yam, Barnes, Leavitt, & Uhlmann 2019, p. 1105)،وقد اظهرت الدراسات ان بعض الافراد من مقدمي المساعدة يعانون من الضغط النفسي نتيجة التعاطف، اي انه شعور الفرد بالتوتر أو القلق ناتج عند التعرض المستمر لمعاناة الآخرين، بالاخص عندما يتعامل مع الاشخاص المتأثرين بصدمات نفسية،ويتمثل هذا التأثيرفي ظهور القلق المستمر، والشعور بالعجز النفسي والضغط النفسي قد يضعف من فعالية المساعد ويدفعه إلى الانسحاب أو التقليل من مستوى التعاطف الذي يقدمه(Loyola University, 2021).

لذا تتلخص مشكلة البحث بالتساؤل الأتي (هل يتمتع طلبة الجامعة بنشوة المساعدة ؟

أهمية البحث :

يعد طلبة الجامعة (University Students) إحدى أكثر الفئات التي تناولتها الدراسات النفسية والاجتماعية ، بوصفهم شريحة انتقالية بين مرحلة المراهقة المتأخرة وبداية الرشد المبكر(Arnett, 2000, p. 469)، ويمثلون الشرائح الأكثر أهمية في المجتمع نظرًا لكونها تمثل النخبة الشابة المؤهلة لقيادة التنمية الاجتماعية والاقتصادية والفكرية، لكونها الفئة الأكثرنشاطاً و حيوية وتفاعلاً مع متغيرات العصر الرقمي، ومع الانفتاح المتسارع على التكنولوجيا الرقمية، أصبحت البيئات الرقمية مجالاً حديثاً للتعبير عن القيم الإنسانية والتواصل الاجتماعي، الأمر الذي يفرض الحاجة لدراسة الظواهر النفسية المرتبطة بهذه التحولات، اذ أن المرحلة الجامعية تمثل فترة انتقالية حرجة يتعرض فيها الطلبة لضغوط أكاديمية واجتماعية ونفسية متزايدة، ما يجعلهم أكثر عرضة لتحديات تتعلق بالتكيف والانتماء والتحصيل (Credé & Niehorster, 2012, p. 135)

وتعُدّ نشوة المساعدة من المتغيرات المهمة ذات الصلة بسلوك طلبة الجامعةاذ تمثل نمطاً من الإشباع الوجداني العاطفي يمكن أن يعُزز الاستقرار النفسي لدى الأفراد، خاصة في البيئات التي تتطلب تفاعلات اجتماعية نشطة مثل الحياة الجامعية،

DOI:

فقد اشارت الدراسات أن لنشوة المساعدة جانباً إيجابياً، يتمثل في زيادة مشاعر الرفاهية وتقوية الدافعية الاجتماعية (Post, 2014، ص. ٦٦-٧٧)أذ تشير نشوة المساعدة(Helper's High) ألى الحالة الانفعالية العاطفية الإيجابية التي يشعر بها الفرد بعد تقديمه للمساعدة للآخرين، والتي تتوافق مع مشاعر السعادة، والرضا، وزيادة تقدير الذات ،وتتبع أهمية تناول هذا المفهوم من كونه يساعد على إعادة تفسير السلوك المساعد، أذ انه لم يعد يُنظر إليه فقط باعتباره التزامًا أخلاقيًا أو واجبًا اجتماعيًا، بل باعتباره مصدرًا للمتعة النفسية والرفاهية الذاتية (Andreoni, 1990, p. 465)،ويصف لوكس (Luks 1992) نشوة المساعدة واثارها على الصحة النفسية والجسدية لدى المتطوعين بأنها تولد مشاعر نشوة ودفء وانخفاض توتر، وتعزيز للرفاهية العامة لدى الافراد ،كما أن الاشتراك في السلوكيات المساعدة لا تُفيد المتلقين فحسب، بل تُساهم أيضًا في تعزيز الصحة النفسية وتقليل مستويات التوتر والاكتئاب لدى الاشخاص المساعدين (Luks, 1992)اذ يتصف الأفراد اللذين يتمتعون بنشوة المساعدة بأنهم أعلى ميلًا للانخراط في الأنشطة التطوعية والخيرية'ولديهم رؤية إيجابية لتأثير أعمالهم على تحسين المجتمع كذالك القدرة على بناء علاقات إيجابية اجتماعية (Social Connectedness)يتمتعون بروابط اجتماعية قوية، ويشعرون بالانتماء للجماعة و.يميلون إلى تعزيز قيم التضامن والتعاون داخل محيطهم الاجتماعي(Piliavin & Charng, 1990, p. 30-32) ، فقد اظهرت دراسة (Post،2014) وجود ارتباط ايجابي بين المساعدة والرفاهية والسعادة وانخفاض معدلات القلق والاكتئاب ،اذ أن الأفراد الذين ينخرطون في سلوكيات إيثارية أو يقدمون المساعدة للآخرين غالباً ما يختبرون حالة انفعالية إيجابية تعرف بـ نشوة المساعدة (Helper's High)، وهي حالة من الرفاهية النفسية قصيرة الأمد ترافق فعل المساعدة. اي أن هذه الظاهرة ترتبط بارتفاع معدلات السعادة وتحسن الصحة النفسية والبدنية على المدى الطويل (Post 2014, p. 67)،ففي دراسة رابوسا واخرون ٢٠١٦ (Raposa et al.,p-694 2016-) التي استهدفت إلى(اختبار ما إذا كان الانخراط في سلوكيات إيجابية، مثل مساعدة الآخرين يُخفف من التأثيرات السلبية للتوتر اليومي على الصحة النفسية والعاطفية للأفراد) ،وقد تضمنت العينة (٧٧) مشاركًا بالغًا تتراوح أعمارهم بين (١٨ و ٤٤)عامًا، طُلب من المشاركين تسجيل يومياتهم اليومية لمدة أسبوعين، مُبلغين عن عدد الضغوط اليومية التي تعرضوا لها، عدد السلوكيات الإيجابية التي قاموا بها، وحالتهم العاطفية في ذلك اليوم. وأظهرت النتائج أن الانخراط في سلوكيات إيجابية خلال يوم معين يُخفف من التأثيرات السلبية للتوتر على المزاج الإيجابي والسلبي والصحة النفسية العامة(Raposa et al.,p-694 2016)وتشير الدراسات أنّ المشاركة في السلوكيات الإيثارية مثل العمل التطوعي أو تقديم الدعم للآخرين تنشّط دوائر المكافأة في الدماغ بصورة مشابهة لتلك التي تنشط عند الحصول على مكافآت مادية مباشرة، هذا النمط من التنشيط العصبي يسلّط الضوء على الأهمية الحيوية لدراسة الأساس العصبي لنشوة المساعدة، إذ يوضح كيف يمكن للسلوكيات الخيرية أن تعزز المشاعر الإيجابية على المستوى النفسي 'والوظائف البيولوجية في آن واحد. إن فهم هذه الآليات العصبية لا يقتصر على تفسير الدوافع الإنسانية للمساعدة فقط، بل يمتد ليشكّل أساساً علمياً للتدخلات العلاجية التي تستهدف تعزيز الرفاهية وتقليل التوتر والاضطرابات المزاجية(Harada, Li, & Chiao, 2018 -p 577)

ففي دراسة مول ٢٠٠٦ (Moll et al ،2006) التي استهدفت (فحص الاساس العصبي للايثار ونشوة المساعدة عن طريق الرنين المغناطيسي الوظيفي) اي أن اتخاذ قرارات التبرع الخيري يتضمن تنشيط مناطق الدماغ المرتبطة بالمكافأة، مما يعكس الأبعاد العصبية لهذا السلوك ويفسر الشعور بالنشوة وشملت الدراسة عينة من ١٩ مشاركًا، تم اختيارهم بعناية لضمان اختلاف الخلفيات الثقافية والاجتماعية أظهرت النتائج أن مناطق الدماغ المرتبطة بالمكافأة، مثل النواة المتكئة، تنشط أثناء اتخاذ قرارات التبرع، مما يشير إلى أن التبرع يُعتبر سلوكًا محفزاً ومجزيًا عصبيًا تلعب القشرة الجبهية الأمامية دورًا في اتخاذ قرارات التبرع، مما يشير إلى أن هذه القرارات تتطلب ادراك ومعالجة معرفية متقدمة لوحظت اختلافات فردية في تنشيط مناطق الدماغ أثناء اتخاذ قرارات التبرع، مما يشير إلى أن العوامل الشخصية تلعب دورًا في هذه القرارات.(Moll et al., 2006، ص. ١٥٦٢٣) .

لذا تتلخص اهمية البحث بالاتي :

١-يتاول البحث عينة مهمة في المجتمع وهم طلبة الجامعة البالغة(٢٠٠) طالب وطالبة

٢- تقديم إطارٍ نظريٍ واضح يفسر متغير الدراسة وحيث ان هذا البحث يعد مساهمة متواضعة لإثراء المكتبةالتربويةوالنفسية بما يفيد الدارسين والباحثين في المستقبل

DOI:

٣-يوفر البحث الحالي أداة لقياس (نشوة المساعدة) لطلبة الجامعة ويمكن الإفادة منها في الدراسات العلمية والبحوث مستقبلا

أهداف البحث : يستهدف هذا البحث التعرف :

١ – نشوة المساعدة لدى طلبة الجامعة .

٢-الفروق في نشوة المساعدة بحسب متغير الجنس (ذكور – اناث)

حدود البحث: تحدد البحث الحالي بطلبة الجامعة المستنصرية ومن كلا الجنسين (ذكور – إناث) للدراسة الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢٥ – ٢٠٢٦) .

تحديد المصطلحات :

-سميث واخرون (Smith &Kawabata et al ,2024):

"حالة انفعالية فسيولوجية ايجابية تنشأ من الانخراط في سلوكيات مساعدة الاخرين وتتميز بمشاعر ايجابية تتضمن الدفء وتعزيز الرفاهية وانخفاض التوتر عبر افعال المساعدة للاخرين " (Smith & Kawabata, 2024, p. 4).

التعريف النظري : تبنت الباحثة تعريف سميث واخرون (Smith &Kawabata et al ,2024) تعريفانظريا لانها تبنت مقياس سميث وكوتابا (Smith & Kawabata, 2024) في الدراسة الحالية والمعتمد على انموذج لوكس ١٩٩٢ الذي تبنته الباحثة كأطار نظري في الدراسة الحالية.

التعريف الإجرائي : الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجابته على فقرات مقياس نشوة المساعدة في الدراسة الحالية

الفصل الثاني : الإطار النظري

نشوة المساعدة (helpers high):

يُعد مفهوم "نشوة المساعدة" (Helper's High) من المفاهيم الحديثة نسبيًا في علم النفس والصحة السلوكية، وقد قام بتأصيله ألان لوكس (Allan Luks) من خلال دراساته وبحوثه الميدانية الواسعة في أوائل التسعينيات [Luks, 1992, p. 2]،لقد تناول في كتابه الرائد (القوة الشافية لفعل الخير) الفوائد الصحية والروحية لمساعدة الآخرين،و أثبت وجود صلة إيجابية قوية بين مساعدة الآخرين وبين الرفاهية الجسدية والعاطفية والروحية للمُساعد [Luks, 1992, p. 2].

ويشير لوكس (Luks،1992) ان نشوة المساعدة (Helper's High) هي حالة انفعالية إيجابية يشعر بها الفرد عندما يساعد الآخرين، وتتميز بالدفء العاطفي، والبهجة، والنشوة. ، الذي وصفها بأنها تشبه النشوة النفسية التي يفرزها الدماغ نتيجة السلوك الاجتماعي الإيثاري ، اذ ان نشوةالمساعدة تمثل استجابة انفعالية إيجابية تنشأ عند قيام الفرد بتقديم العون للآخرين . Smith & Kawabata,) 2024) وقد تبين أن هذه النشوة لا تظهر فقط في الأفعال التطوعية، بل كذلك في المساعدات اليومية البسيطةحيث ان الانفاق على الاخرين يزيد من السعادة الذاتية اكثر من الانفاق على النفس (Dunn et al., 2008) وقد ترتبط بميول الشخص نحو الحياة ذات المعنى، فقد كشف لوكس (luks 1992) أن الأفراد الذين شاركوا في أعمال تطوعية منتظمة شهدوا دفعة ملحوظة في مزاجهم وشعورهم العام بالرفاهية،وقد وضع هذا الاكتشاف الأساس للبحث اللاحق في الفوائد النفسية للإيثار.نشوة المساعدة هي حالة من السعادة البالغة والارتياح النفسي العميق التي يعيشها الفرد عند انخراطه في سلوكيات إيثارية أو أعمال مساعدة للآخرين. واشار إلى أن نشوة المساعدة تتجلى في مشاعر الفرح والدفء الداخلي التي يختبرها الشخص بعد تقديم الدعم أو المساندة، واعتبرها خبرة انفعالية مميزة مرتبطة بالعمل الخيِّر(Luks, 1992، ص. ١٢).

❖ -انموذج لوكس (luks1992)

تمت صياغة مصطلح "نشوة المساعدة" لأول مرة من قبل عالم النفس آلان لوكس ، الذي أجرى بحثا مكثفا حول الفوائد الجسدية والعاطفية لمساعدة الآخرين اذ يرى لوكس(luks1992) أن نسبة كبيرة من الأشخاص أبلغوا عن تجربة المشاعر الإيجابية أثناء وبعد مساعدة الآخرين، ويؤكد في كتابه "كان الكثير من الناس يُبلغون أنه نتيجة لمساعدتهم ، كانوا يعانون من اندفاع من المتعة الجسدية والرفاهية ، وزيادة الطاقة ، والدفء ، والراحة الفعلية من الأوجاع والآلام. كان من الواضح أن شيئا مثيرا للغاية كان يحدث" (لوكس ،

DOI:

٢٠٠١، ص ٣-٤) وقد شهد المتطوعون من جميع الأعمار على تجربة مُرضية تُعرف باسم "نشوة المساعدة"، وهي عبارة عن اندفاع فوري من النشوة (Euphoria)، يتبعه فترة أطول من الهدوء، ويتوج بفوائد صحية دائمة تُعزز من إيثارهم [Luks, 1992, p. 2]. وذكر أكثر من تسعين بالمائة من المتطوعين الذين شملتهم الدراسة أن العمل التطوعي المنتظم يولد مشاعر تُعتبر مهدئاً قوياً للإجهاد والتوتر [Luks, 1992, p. 2]،ويشير لوكس أن "نشوة المساعدة ينطوي على أحاسيس جسدية تشير بقوة إلى انخفاض حاد في الإجهاد ثم يتبع هذا فترة أطول أمدا من تحسين الرفاهية العاطفية (لوكس ،٢٠٠١،ص ٤١)

❖ **_خصائص نشوة المساعدة ومراحلها الفسيلوجية**

لم يركز لوكس على صفات الأفراد بقدر ما ركز على صفات وخصائص الظاهرة نفسها، موضحًا أنها تمر بمرحلتين واضحتين [Luks, 1992, p. 63, p. 521]:

أ. المرحلة الأولى: نشوة المساعدة (Helper's High: The First Phase)

تُمثل هذه المرحلة الإحساس الجسدي الفوري بالشعور الجيد، وقد أفاد ٩٥% من المتطوعين بأن المساعدة الشخصية المنتظمة تمنحهم هذا الإحساس [Luks, 1992, p. 64, p. 126]. وتشمل المكونات الواضحة والمحددة لهذا الاندفاع ما يلي:

• الدفء المفاجئ وزيادة الطاقة: أفاد ٥٤% من المساعدين بشعورهم بالدفء، وذكر ٢٩% منهم زيادة في الطاقة. ويُعزى هذا الدفء السطحي للأطراف إلى عكس تدفق الدم الذي يسببه الإجهاد، وفتح الأوعية الدموية الطرفية [Luks, 1992, p. 64].

• الشعور بالنشوة: ذكر ٢١% من المتطوعين شعورهم بنشوة تُشبه تأثير العقار [Luks, 1992, p. 64] (Druglike Euphoria).

• تخفيف الأوجاع والآلام: أشار العديد من المشاركين إلى أنهم شعروا بـ "اندفاع المتعة الجسدية والرفاهية" و"إغاثة فعلية من الأوجاع والآلام" كنتيجة للمساعدة [Luks, 1992, p. 64].

ب. المرحلة الثانية: الهدوء والاسترخاء (The Calm: The Second Phase)

يأتي هذا الطور مباشرة بعد الاندفاع الأولي ويدوم لفترة أطول [Luks, 1992, p. 67, p. 129]. وتتضمن هذه المرحلة مشاعر الهدوء والاسترخاء وزيادة تقدير الذات. كما أن الفوائد الصحية لهذا الطور تعود حتى عند تذكر فعل المساعدة، وإن كانت بشدة أقل، حيث أكد ثمانية من كل عشرة متطوعين على عودة هذه المشاعر الجيدة عند التذكر [Luks, 1992, p. 72, p. 73].

❖ **_الخصائص النوعية للاعمال المنتجة لنشوة المساعدة**

إن الحصول على نشوة المساعدة لا يتحدد بمجال العمل التطوعي، بل يرتبط بتوفر خصائص نوعية في طبيعة المساعدة، وهي:

١. المساعدة على أساس شخصي مباشر

تُعد المساعدة التي تتم على أساس شخصي وقريب هي الأكثر فعالية في تحفيز النشوة، حيث تتطلب تفاعلاً إنسانيًا عميقًا ومباشرًا مع المستفيد. وقد شملت الدراسة أمثلة على هذه الأعمال، مثل تقديم التعليم الخاص (Tutoring) أو الرعاية الشخصية للمرضى [Luks, 1992, p. 2].

٢. الانتظام والتكرار

يتطلب الحصول على الفوائد الصحية الكبيرة أن يكون فعل المساعدة منتظمًا ودوريًا وليس عملًا لمرة واحدة. إن الالتزام بالمساعدة على أساس منتظم هو ما يولد الاستجابات الفسيولوجية المستدامة التي توفر ترياقًا فعالاً للتوتر [Luks, 1992, p. 2].

❖ **_الفوائد النفسية لمساعدة الآخرين**

يرى لوكس (luks1992) ان الانخراط في أعمال المساعدة يؤدي الى عدد لا يحصى من الفوائد النفسية. تمتد هذه الفوائد إلى ما هو أبعد من الزيادة الفورية في الحالة المزاجية وتشمل تحسينات طويلة الأجل في الصحة العقلية والرفاهية العاطفية منها :

١. تخفيف الإجهاد والتوتر (Stress Reduction)

ان المساعدة المنتظمة هي "ترياق قوي ومضاد للإجهاد"، حيث أفاد أكثر من ٩٠% من المتطوعين الذين شملتهم الدراسة بأن أعمالهم التطوعية توفر لهم هذا الشعور [Luks, 1992, p. 2].

و يُعد العمل التطوعي بمثابة طريقة للهروب من ضغوط ومتطلبات الحياة اليومية، مما يتيح للعقل فترة راحة ويساهم في استعادة التوازن النفسي [Luks, 1992, p. 145].

DOI:

٢. تعزيز الهدوء والسكينة (Calmness and Tranquility)

بعد ذلك تاتي مرحلة الهدوء والاسترخاء مباشرة بعد الاندفاع الأولي للنشوة، وتستمر لفترة اطول وهذا الهدوء يعزز من حالة السكينة الداخلية للمُساعدة(Luks,1992, p.67-129)

٣. زيادة تقدير الذات (Increased Self-Esteem)

ان تُعزز المساعدة من الشعور بالقيمة والكفاءة الشخصية، حيث ترتبط بزيادة تقدير الذات [Luks, 1992, p. 67]. إن مساعدة شخص آخر على تجاوز الصعاب يؤكد للفرد أهمية وجوده ودوره الفاعل في المجتمع.

٤. تعزيز الرفاهية الروحية (Spiritual Well-being)

اذ يرى لوكس أن فوائد المساعدة تتجاوز الجانب العاطفي والجسدي لتشمل الجانب الروحي [Luks, 1992, p. 2]. وهذا يشمل الشعور بالاتصال بشيء أكبر من الذات والانخراط في سلوكيات ذات معنى أعمق (Meaningful Behavior).

والجدير بالذكر أن مساعدة الآخرين تساعد في التخفيف من هذه الاستجابة البيولوجية. كتب لوكس ، "إن الإحساس بنشوة المساعد تدل على انخفاض حاد مفاجئ في آثار الإجهاد السيئ ، أو الضيق ، على الجسم" (لوكس ، ٢٠٠١).

الفصل الثالث:

منهجية البحث واجراءاته

يتضمن هذا الفصل عرضا لإجراءات البحث فيما يتعلق بمنهجية البحث المستخدمة وكيفية اختيار المجتمع والعينة والأدوات المستعملة في هذا البحث كما يتضمن عرضا للإجراءات المتبعة للتحقق من صدق وثبات أدوات البحث ، وفي نهاية الفصل يقوم الباحث بعرض الأساليب الإحصائية التي استعملت في معالجة بيانات البحث .

أولا : منهج البحث :-

استخدم في هذا البحث منهج البحث الوصفي ، ويعد هذا المنهج منهجا ملائما لطبيعة البحث وأهدافه، ويعد المنهج الذي يشمل الدراسات والبحوث التي تركز على ما هو كائن الآن في المجتمع، فالمنهج الوصفي هو وصف ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الوقت الحاضر بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها أو بينها وبين ظاهرة أخرى (العزاوي ، ٢٠٠٨ : ٩٧)

ثانيا : مجتمع البحث :-

يمثل مجتمع البحث مجموعة من الافراد او الاشياء او الاشخاص الذين يشكلون موضوع مشكلة البحث ويسعى الباحث الى تعميم نتائج دراسته عليها (الزوبعي ،٢٠١١، ١٢٣)، ويتمثل مجتمع البحث بطلبة الجامعة المستنصرية إذ يبلغ عدد كليات الجامعة (١٣) كلية من التخصصات العلمية والإنسانية ، بواقع (٥) كليات علمية ، و(٨) كليات إنسانية ، والبالغ عددهم (٣٤١٧٠) طالباً وطالبة من الدراسة الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢٥-٢٠٢٦) ومن كلا الجنسين بواقع (١٥٢٢٧) طالباً من الذكور(١٨٩٤٣) طالبة من الاناث ،ومن كلا التخصصين العلمي والانساني ،التخصص العلمي بواقع (١٢٣٥٧) وبواقع (٥٢٦٣) طالباً من الذكور ، و(٧٠٩٤) طالبة من الأناث ، و(٢٠٨١٣) طالباً وطالبة من التخصص الانساني ، بواقع (٩٩٦٤) طالباً من الذكور ، و(١١٨٤٩) طالبة من ألأناث .

ثالثا : عينة البحث :-

"مجموعة من الاشياء او الأفراد يتم اختيارهم من المجتمع الأصلي بأسلوب علمي دقيق يمثل ذلك المجتمع تمثيلا دقيقا في خصائصه الأساسية، وتُطبَّق عليهم أدوات الدراسة بهدف تعميم النتائج."(عبيدات وآخرون، ٢٠١٠، ص ١٣٤) لقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية الطبقية بأسلوب التوزيع المتساوي ، إذ بلغ عدد أفراد العينة الممثلة للمجتمع (٤٠٠) طالبٍ وطالبة ، منهم (٢٠٠) طالبٍ وطالبة بواقع (١٠٠) طالبٍ و(١٠٠) طالبة من الفرع العلمي و(٢٠٠) طالبٍ وطالبة من الفرع الأدبي بواقع (١٠٠) طالبٍ و(١٠٠) طالبة ، وكما هو موضح في جدول (١) :

DOI:

الجدول (١) عينة البحث موزعة على وفق الجنس والتخصص

الكلية	التخصص	أعداد الطلبة		المجموع الكلي
		الذكور	الأناث	
العلوم	العلمي	50	50	100
الهندسة	العلمي	50	50	100
الاداب	الانساني	50	50	100
التربية	الانساني	50	50	100
المجموع الكلي		200	200	400

رابعا : أدوات البحث : -

١-مقياس نشوة المساعدة :

وصف المقياس

قامت الباحثة بتبني وترجمة مقياس نشوة المساعدة ل سميث واخرون ٢٠٢٤ (Smith &Kawabata,2024) والمعتمد على انموذج (luks 1994) اذ عرفه ""حالة انفعالية فسيلوجية ايجابية تنشأ من الانخراط في سلوكيات مساعدة الاخرين وتتميز بمشاعر ايجابية تتضمن الدفء وانخفاض التوتر وتعزيز الرفاهية " (Luks, 1991, p.47) واعتمد(Smith &Kawabata,2024)على (٥) بدائل وهي (غالبا ، كثيرا ، نادرا ، أحيانا، أبدا) وحدد أوزان الإجابة (١،٢،٣،٤،٥) للفقرات الايجابية و(٥،٤،٣،٢،١) للفقرات السلبية وتكون مقياس (Smith &Kawabata,2024) من (١٥) فقره بصورته الاولية

تصحيح المقياس : إن تصحيح المقياس يتم من خلال وضع درجة لاستجابة المستجيب على كل فقرة من فقرات المقياس ، ومن ثم جمع هذه الدرجات لإيجاد الدرجة الكلية لكل استمارة ، وقد تم تصحيح المقياس على اساس (١١) فقرة وتم الاستجابة على مفردات المقياس لنشوة المساعدة عن طريق البدائل الخماسية واختيار واحد منهاوهي (ينطبق عليَّ دائماً ، ينطبق عليَّ غالباً، ينطبق عليه احياناً، ينطبق عليه نادراً، لا ينطبق أبدا) عند تصحيح المقياس تعطى الدرجات من(٥،٤،٣،٢،١)تنازلياً ومن ثم يجمع الدرجات بحسب كل فرد واستجابته لتكون الدرجةالكليةعلى المقياس من حيث ان أعلى درجة للفرد يحصل عليها المستجيب (٥٥) وأقل درجة(١١)

ترجمة المقياس :

* قامت الباحثة بترجمة فقرات المقياس من اللغة الانكليزية الى اللفة العربية من قبل المختصين في اللغة الانكليزية وعلم النفس للتحقق مطابقة الترجمة وسلامتتها واجراء بعض التعديلات المناسبة وبعد ذلك تم عرض الترجمة على خبير اخر مختص في اللغة الانكليزية وتم ترجمته المقياس من اللغة العربية للانكليزية مع عدم اطلاع الخبير على المقياس بصورته الانجليزية الاصلية وتم عرض نسختي المقياس الاصلية والمترجمة الى خبير ثالث مختص بالانكليزية من اجل المقارنة لدقة ترجمة المقياس وتم التكاكيد على تطابق النسختين بنسبة ٩٥ % تم عرض المقياس بصورته العربية الاخيرة على مختصيين في اللغة العربية من اجل التحقق من سلامة اللغة العربية لفقرات المقياس وتصحيحها وتم التاكد من صلاحية فقرات المقياس وتعليمات المقياس واجراء التعديلات المناسبة

العينة الاستطلاعية : قامت الباحقة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية بلغ عددهم ٤٠ طالب وطالبة لضمان وضوح التعليمات وفهم فقرات المقياس من قبل الفراد العينة وتبين من خلال التطبيق ان تعليمات المقياس كانت واضحة وليس هناك حاجة للتعديل اي من فقراته وبلغ متوسط الوقت للاجابة (١٥) دقيقة تقريبا

التحليل الاحصائي للفقرات : أن التحليل الإحصائي لفقرات المقياس من أهم خطوات إعداد وبناء المقاييس النفسية من اجل معرفة خصائصها وتعديل غير الملائم منها أو استبعاده وحذفه حتى يتسنى الوصول إلى أداة أو مقياس ثابت وصادق (أحمد ، ١٩٨١ : ٢٥٥) ، وبعد تحليل الفقرات إحصائيا ولغرض حذف أي فقرةغير صالحة والفقرات الصالحة تبقى كما في المقياس ، و لإجراء التحليل الإحصائي لفقرات المقياس تم تطبيق المقياس على نفس الافراد في العينة الأساسية والذي بلغت عددها(٤٠٠)طالب وطالبةمن كلا التخصصين ، وقد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية،ذات التوزيع المتساوي

DOI:

صلاحية الفقرات (التحليل المنطقي للفقرات) : قامت الباحثة بعرض مقياس نشوة المساعدة بصورته الأولية والمتكون من (١٥) فقرة مع ارفاق التعريف النظري للمتغير على مجموعة من المترجمين والمحكمين والمتخصصين في قسم العلوم التربوية والنفسية* ، والذي بلغ عددهم (١٥) خبير، وذلك لأجل التأكد من صلاحية فقرات المقياس وتحديد الصالح منها وغير الصالح ، وإجراء التعديل المناسب لها ، ومدى ملائمة بدائل الإجابة لفقرات المقياس ، وموافقتهم على البدائل المعتمدة ، إذ تم اعتماد نسبة اتفاق (٨٥%) على الفقرة لكي تعد صالحة ومن ثم تم الإبقاء عليها في المقياس ، وفي ضوء آراء المحكمين تم حذف ٤ فقرات وهي (١٤،١٠،٩،١) ، والإبقاء على (١٠) فقرة لانها حصلت على نسبة اتفاق (٨٥%) فأكثر وبذلك اصبح المقياس يتكون من (١٠) فقرة بصورته النهائية

الإجراءات الإحصائية لتحليل الفقرات :

أ-القوة التمييزية لفقرات المقياس : يهدف التحليل الاحصائي للفقرات عادةً إلى حساب القوة التمييزية لها وحساب معاملات الصدق، لانهما أهم مؤشرين لدقة الفقرات ،وقياسها لما وضعت لاجله وأعدت لقياسه (الكبيسي، ٢٠٠١ : ٣٢).

١.القوة التميزية

يقصد بالقوة التمييزية : قدرتها على تمييز الافراد الذين يتمتعون بدرجة مرتفعة من الخاصية او الصفة أو السمة، وبين الافراد الذين يتمتعون بدرجة منخفضة من الخاصية او الصفة أو السمة نفسها، وعند حساب القوة التمييزية أو ما يُسمى (بصدق التمايز) إذ حُددَت الخاصية او الصفة أو السمة المراد قياسها تحديداً دقيقاً ومن بعد ذلك تحدد مجموعتان أحدهما ذات مستوى عالي او مرتفع في هذه الصفة او الخاصية أو السمة، والأخرى ذات مستوى ضعيف او منخفض في الصفة او الخاصية أو السمة نفسها ومن ثم تُقارن النتائج لتطبيق الاختبار للمجموعة الاولى والثانية بأستعمال إختبار إحصائي لقياس دلالة الفروق بين متوسطين المجموعتين الاولى والثانية (عبد المجيد ولفته، ٢٠١٣:١٤٧) .

قامت الباحثة بتطبيق مقياس نشوة المساعدة على عينة عشوائية من طلبة الجامعة بلغ عددهم (٤٠٠) طالب وطالبة وذالك من خلال : .

١- تصحيح الاستمارات وتحديد الدرجة الكلية لكل استمارة .

٢- ترتب الدرجات الحاصل عليها الافراد تنازليا من أعلى درجة إلى أدنى درجة

٣--إختيار نسبة القطع وتحديد المجموعتين الطرفيتين :إذ أقترح " كيلي" اعتماد نسبة (٢٧ %)من العينة او عدد الافراد العينة لتكوين المجموعتين المتطرفتين عند حساب القوة التمييزية للفقرات (عودة ، ١٩٩٨ ، ص ٢٨٦) وبناءاً على هذه النسبة (27%) بلغ عدد الاستمارات في كل مجموعة (108) استمارة ،حيث بلغ عدد الاستمارات الكلي(216) استمارة

٤-قامت الباحثة بتطبيق الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة من فقرات مقياسي نشوة المساعدة والتعاطف الرقمي ، وتعد الفقرة مميزة إذا كانت القيمة التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية ، والبالغة (١.٩٦) عند مستوى (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢١٤) ، وبهذا فان فقرات مقياسي نشوة المساعدة جميعها مميزة والجدول (٢) يبين ذلك .

* أ.د سهيلة عبد الرضا عسكر أ.م.د أحمد جندي علي أ.م.د نجاة عبد المطلب

DOI:

جدول (٢) القوةالتمييزية لمقياس نشوة المساعدة وفقاً للمجموعتين الطرفيتين

رقم الفقرة في المقياس	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التائية المحسوبة	الدلالة
1	عليا	4.85	0.45	10.06	دالة
	دنيا	3.62	1.19		
2	عليا	2.31	1.29	2.76	دالة
	دنيا	1.86	1.11		
3	عليا	4.5	0.84	10.83	دالة
	دنيا	2.96	1.21		
4	عليا	4.89	0.5	10.02	دالة
	دنيا	3.65	1.19		
5	عليا	4.04	1.02	9.87	دالة
	دنيا	2.51	1.24		
6	عليا	4.38	0.91	6.73	دالة
	دنيا	3.33	1.33		
7	عليا	3.98	1.18	7.81	دالة
	دنيا	2.61	1.39		
8	عليا	4.25	0.98	10.38	دالة
	دنيا	2.61	1.32		
9	عليا	4.7	0.62	10.47	دالة
	دنيا	3.28	1.27		
10	عليا	4.91	0.32	13.80	دالة
	دنيا	3.3	1.17		
11	عليا	4.69	0.61	11.24	دالة
	دنيا	3.1	1.33		

ب- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (صدق الفقرة Item Validity)

تكمن اهمية هذه الطريقة في ايجاد العلاقة الارتباطية بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس ، والذي يساعد على معرفة تجانس فقرات المقياس ومن ثم تحديد السمة المراد قياسها ، أذ ان اثبات هذه العلاقة الارتباطية يعطي مؤشرا على ان هذا المقياس صادق فيما يقيسه (Anastasi&Urbina,1997,p.129) .

لتحقيقه فقد استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون (Pearson) حتى يتم استخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية وفقال (٤٠٠) استمارة اي جميع افراد العينة وعند الموازنةبين قيم الارتباط و قيمة معامل ارتباط بيرسون والقيم الجدولية البالغة (0.098) عند مستوى (0.05) ،ودرجة حرية (398) أتضح أن جميع الارتباطات دالة إحصائيا وان **جدول**

(٣) يبين ذلك الصدق لفقرات مقياس نشوة المساعدة باستخدام علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية

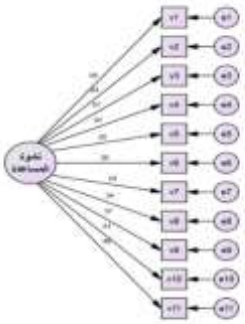
الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة
1	0.62	دالة	5	0.49	دالة	9	0.47	دالة
2	0.17	دالة	6	0.42	دالة	10	0.73	دالة
3	0.58	دالة	7	0.41	دالة	11	0.53	دالة
4	0.64	دالة	8	0.48	دالة			

DOI:

وبناءا على ماجاء أعلاه فان الباحثة تحققت من صدق البنية العاملية لمقياس نشوة المساعدة وكما يأتي :

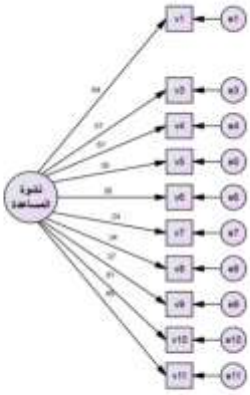
أولا : التحليل العاملي التوكيدي لمقياس نشوة المساعدة :

بعد ان تم اجراء لمقياس نشوة المساعدة التحليل العاملي التوكيدي كما في الشكل (١) تبين ان كل الفقرات دالة احصائياً وتشبعها دالة احصائياً، ولان جميع قيم الاوزان الانحدارية المعيارية ذات دلالة احصائياً و بدلالة قيم اختبار (t) والتي كلها أعلى من قيمة (t) الجدولية (1.96) عند مستوى (0.05) عدا الفقرة (٢) .



شكل (١) مخطط التحليل العاملي التوكيدي لمقياس نشوة المساعدة المرحلة الاولى

بما أن الفقرة رقم (٢) غير دالة لذا توجب أعادة أجراء التحليل العاملي التوكيدي لمقياس نشوة المساعدة بعد حذف الفقرة (٢) ، والشكل (٢) والجدول يوضحان ذلك .



شكل (٢) مخطط التحليل العاملي التوكيدي لمقياس نشوة المساعدة المرحلة الثانية

وذلك ان الباحثة حصلت على عدد من مؤشرات جودة المطابقة المهمة ، وفقا للانموذج النظري التي اتضحت على مدى تطابق الأنموذج الذي تبنته الباحثة مع العينة المعنية بالدراسة ، اذ انه يشير الى كم من المدى الذي استطاع من تمثيل بيانات العينة بحيث لم يبتعد عنها كثيرا (تيغزة ،٢٠١٢،ص٢٢٩-٢٣٩).

الخصائص السيكومترية للمقياس

الصدق الظاهري: قامت الباحثة بعرض فقرات المقياس على مجموعة من الحكمين لاظهار الصدق الظاهري للمقياس فقد قامت الباحثة بعرض مقياس نشوة المساعدة بصورته الأولية والمتكون من (١٥) فقرة مع ارفاق التعريف النظري للمتغير على مجموعة من المترجمين والمحكمين والمتخصصين في قسم العلوم التربوية والنفسية ، والذي بلغ عددهم (١٥) خبير، وذلك لأجل التأكد من صلاحية فقرات المقياس وتحديد الصالح منها وغير الصالح ، وإجراء التعديل المناسب لها ، ومدى ملائمة بدائل الإجابة لفقرات المقياس ، وموافقتهم على البدائل

DOI:

المعتمدة ، إذ تم اعتماد نسبة اتفاق (٨٥%) على الفقرة لكي تعد صالحة ومن ثم تم الإبقاء عليها في المقياس ، وفي ضوء آراء المحكمين تم حذف ٤ فقرات وهي (١٤،١٠،٩،١) ، والإبقاء على (١٠) فقرة لانها حصلت على نسبة اتفاق (٨٥%) فأكثر وبذلك اصبح المقياس يتكون من (١٠) فقرة بصورته النهائية

١- **الصدق الظاهري** : يمثل مدى وضوح الفقرات زصياغتها وتماسكها اي مدى تطابق فقرات المقياس مع الهدف في الشكل الظاهري لفقرات للمقياس (الزوبعي واخرون ،١٩٨١ ، ٤٤) وقامت الباحث من التحقق منه من خلال عرض المقياس على مجموعة من المختصين والاخذ بارائهم حول مدى مناسبة تعليمات المقياس وفقراته كما هو موضح انظر الملحق /٤

٢-**الصدق البناء** : يمثل مدى تمثيل درجات الاختبار للبناء النظري من خلال العلاقات بين درجات الاختبار والمتغيرات الاخرى ذات الصلة (Cronbach et al ،1955) اي من خلال الموشرات القوة التمييزية وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية والتحليل العاملي التوكيدي للمقياس (stanly &Hopkins ،1972،111)

ثبات مقياس نشوة المساعدة

يعد الثبات من الخصائص السيكو مترية اذ انه يمثل مدى ثبات نتائج درجات المقياس عند اعادة الاختبار وهذا مايجعله اكثر قوة ومتانة في مااعد لقياسه فالمقياس الثابت هو الذي يعطي نفس النتائج تقريبا للسمة او الخاصية اذا اعاد تكراره لمرات متتالية (Moss،1994،223)

وهناك طريقتين لحساب الثبات وهما

١- **طريقة اعادة الاختبار** : يتمثل طريقة اعادة الاختبار على عينة ممثلة للمجتمع واعادة التطبيق بعد فترة (١٤) يوم وحساب معامل الثبات من خلال نتائج درجات الافراد في المجموعة الاولى والمجموعة والثانية (الزوبعي واخرون ،١٩٨١ ،١٣٣) فاذا كان معامل الارتباط مرتفع اشار الى وجود استقرار وثبات في المقياس (marshall،1972،4) .

٢-**معادلة الفاكرونباخ** : يرى ثورندايك وهيجن Thorandike&Hegen إلى أن استخراج الثبات على وفق طريقة الاتساق الداخلي يتوقف على الاتساق في استجابة الفرد على كل فقرة من فقرات المقياس ، وهو يعتمد على الانحراف المعياري للمقياس ككل والانحراف المعياري لكل فقرة على المقياس (ثورندايك وهيجن،١٩٨٩،ص ٧٩) ، وقد تحققت الباحثة من ثبات مقياس نشوة المساعدة بطريقة الفا كرونباخ وذلك بالاعتماد على معامل الثبات الذي بلغ (٠,٧٢) لمقياس نشوة المساعدة .

التطبيق النهائي : تحقيقا لأهداف البحث الحالي ، وبعد إن أصبح المقياس ، نشوة المساعدة يتمتع بالصدق والثبات قامت الباحثة بتطبيق المقياس بصورته النهائية المؤلف من (١٠) فقرات بصورته النهائية على عينة البحث البالغة (٤٠٠) طالبٍ وطالبة من طلبة الجامعة المستنصرية ، وقد اجري الباحث التطبيق بشكل مباشر على أفراد العينة في صفوفهم الدراسية ، وقد استغرق التطبيق النهائي (٢١) يوما.

ح- **الوسائل الإحصائية** : أعتمدت الباحثة على الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) في المعالجات الإحصائية كلها سواء في إجراءات التحقق من الخصائص السيكومترية لأداتي البحث ، أو في استخراج النتائج ، وقد استعملت الوسائل الإحصائية الآتي ذكرها :

١-الاختبار التائي **(t-test)** لعينتين مستقلتين : أستعمل لاختبار دلالة الفرق بين المجموعتين الطرفيتين في حساب القوة التمييزية لمقياس نشوة المساعدة

٢-معامل ارتباط بيرسون **Person Correlation Coefficient** : وقد أستعمل في تحقيق الآتي :

- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياسي نشوة المساعدة .

معادلة ألفا للاتساق الداخلي **Alfa Coefficient For Internal Consistency** : استعملت لاستخراج الثبات بطريقة ألفا للاتساق الداخلي لمقياسي نشوة المساعدة .

١- التحليل العاملي التوكيدي : أستعمل للتحقق من صدق البنية العاملية لمقياسي نشوة المساعدة .

٢- الاختبار التائي **(t-test)** لعينة واحدة : أستعمل لاختبار دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس نشوة المساعدة .

DOI:

الاختبار الزائي لمعامل الارتباط : أستعمل للتعرف على دلالة الفرق في العلاقة بين نشوة المساعدة حسب متغيري الجنس والتخصص

الفصل الرابع:-تفسير النتائج ومناقشتها

اولاً:نتائج الدراسة

الهدف (١) : قياس نشوة المساعدة لدى طلبة الجامعة.

لتحقيق هذا الهدف تم تطبيق مقياس نشوة المساعدة على عينة البحث البالغة (٤٠٠) طالب وطالبة ، واظهرت نتيجة البحث ان نتائج الطلبة كانت متوسطات درجاتهم على المقياس بلغ (٣٩.٠١) درجة بانحراف معياري قدره (٦.٢٤) درجة وعند موازنة المتوسط مع المتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (٣٠) درجة وباستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة ، تبين أن الفرق دال إحصائيا وللمتوسط الحسابي، حيث كانت القيمة التائية المحسوبة أعلى من الجدولية ،والبالغة (1.96) بدرجةحرية (٣٩٩) ومستوى دلالة (0.05) والجدول (٤) يبين ذلك .

جدول (٤) الاختبار التائي بين المتوسط الفرضي ومتوسط العينة لمقياس نشوة المساعدة

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
٤٠٠	٣٩.٠١	٦.٢٤	٣٠	٢٨.٨٦	1.96	٣٩٩	دال

تشير نتيجة الجدول (٨) الى ان عينة البحث لديهم نشوة المساعدة بمستوى مرتفع .

تشير النتائج اعلاه ان طلبة الجامعة لديهم مستوى مرتفع لنشوة المساعدة اي ان العلاقة طردية كلما ارتفع لديهم التعاطف الرقمي ارتفع نشوة المساعدة عندهم ة الجامعة يتمتعون بنشوة مساعدة وهذا مايتفق مع انموذج لوكس (luks1994) حسب رأي الباحثة، حيث أن البيئة الجامعية بطبيعتها بيئة تفاعلية، تسمح بظهور فرص متكرّرة للمساعدة، مما يجعل هذه التجارب أكثر حضورًا في الوعي والانفعال. وتُرجع الباحثة دلالة النتائج إلى أن الطلبة ينظرون إلى المساعدة على أنها سلوك ذو معنى يعزز من فهمهم لذواتهم، ويمنحهم شعورًا بالجدوى والانتماء، والتي تؤكد أن الأعمال الإيثارية تُسهم في رفع مستوى الرفاهية النفسية. لذلك، ترى الباحثة أن الارتفاع في درجات نشوة المساعدة قد يكون مرتبطًا بخصائص هذه الفئة العمرية التي تميل نحو المشاركة الاجتماعية واكتساب الاعتراف الإيجابي من الآخرين، حيث ان هذه المرحلة العمرية تتميّز بارتفاع الحساسية الاجتماعية ورغبة الأفراد في بناء علاقات إيجابية وتقديم الدعم للآخرين، مما يجعلهم أكثر عرضة لاختبار المشاعر الإيجابية الناتجة عن السلوك الإيثاري، اي أن نشوة المساعدة ليست مجرد انفعال عابر، بل استجابة انفعالية–فسيولوجية مركّبة تنشأ نتيجة ممارسة السلوك المساعد، وتشمل شعورًا مفاجئًا بالبهجة والطاقة يعقبه هدوء داخلي عميق وهذا مايتفق مع الإطار النظري، مما يعزز مصداقية النموذج في تفسير الظاهرة في البيئة الجامعية العراقيةوهذا مايتوافق مع الانموذج النظري المعتمد اذ فسرها على انها حالة من المتعة العاطفية والنشوة النفسية عند الافراد عقب انخراطهم في أعمال تطوعية أو مواقف مساعدة للآخرين، الأمر الذي يجعل هذا المفهوم يعكس الارتباط بين السلوك المساعدة والدوافع الإيجابية وراء السلوك prosocial لدى طلبة الجامعة (Luks, 1992, p. 7)

هدف (٢): تعرف دلالة الفرق في نشوة المساعدة لدى طلبة الجامعة تبعا لمتغير الجنس .

لتحقيق هذا الهدف تم استعمال الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لتعرف الفروق في نشوة المساعدة لدى عينة البحث تبعا لمتغير الجنس والجدول (٥) يوضح ذلك :

جدول (٥) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين تبعا للفرق بين الذكور والاناث

العينة	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	التائية المحسوبة	التائية الجدولية	الدلالة
400	ذكور	200	39.10	6.20	0.28	1.96	غير دال
	أناث	200	38.92	6.30			

يتبين من الجدول (٥) انه ليس هناك فرق في نشوة المساعدة لدى عينة البحث تبعا لمتغير الجنس ، وذلك لان القيمة التائية المحسوبة أقل من القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (398) .

DOI:

ويُفسَّر هذا المؤشر بأن نشوة المساعدةلا تتأثر بالجنس بقدر ما تتأثر بعوامل معرفية ووجدانية مشتركة، مثل التعاطف، والقيم الاجتماعية، والدافعية الأخلاقية، وإدراك المعنى الشخصي للمساعدة. فالمتقارب الشديد بين المتوسط الحسابي للذكور (٣٩.١٠) والإناث (٣٨.٩٢)، إلى جانب تشابه الانحرافات المعيارية، يعكس تماثلًا في الخبرة الانفعالية الإيجابية المصاحبة للسلوك المساعد لدى الجنسين. كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء الأدبيات النفسية الحديثة التي تشير إلى أن الاستجابات الانفعالية الإيجابية الناتجة عن السلوك الإيثاري لا تخضع للفروق البيولوجية بقدر خضوعها للسياق الثقافي والاجتماعي والتنشئة، لاسيما في البيئات الجامعية التي تُعزّز قيم التعاون والعمل التطوعي والمشاركة المجتمعية دون تمييز نوعي.وعليه، تُظهر النتيجة أن متغير الجنس لا يُعد متغيرًا حاسمًا في تفسير مستويات نشوة المساعدة لدى طلبة الجامعة، مما يدعم الاتجاهات النظرية التي تنظر إلى نشوة المساعدة بوصفها خبرة وجدانية مشتركة تتشكل من خلال التفاعل الإنساني والتعاطف الاجتماعي أكثر من كونها مرتبطة بخصائص ديموغرافية

الاستنتاجات :

١-أنّ طلبة الجامعة يمتلكون مستويات مرتفعة من نشوة المساعدة، وهو ما يشير إلى أن السلوكيات المساعدة تمنحهم إحساسًا واضحًا بالمتعة النفسية والارتواء الانفعالي بعد القيام بالفعل. وهذا يؤكد أنّ المساعدة ليست مجرد واجب اجتماعي، بل خبرة انفعالية إيجابية تُعزّز الصحة النفسية والدافعية الداخلية.

التوصيات :

١-تشجيع الطلبة على الانخراط في الأنشطة المساعدة التطوعية داخل الجامعة وخارجها، لما لها من دور في تعزيز الخبرات الإيجابية المرتبطة بنشوة المساعدة، وتنمية الشعور بالإنجاز والرفاهية النفسية.

٢-إدراج برامج للرفاهية النفسية الإيجابية تركّز على تعزيز مشاعر الامتنان، الإحسان، والإنجاز، بوصفها عناصر داعمة لظهور نشوة المساعدة

المقترحات :

١) إجراء دراسة مماثلة للبحث او الدراسة الحالية على عينات أخرى مثل (طلبة المعاهد- طلبة المتوسطة- المتخصصين النفسيين) .

٢) إجراء أبحاث ودراسات أخرى تتناول نشوة المساعدة بمتغيرات أخرى مثل (استجابة المزاج - الامتنان - الحساسية الانفعالية) .

المصادر :

العزاوي، ن. ر. م. إ. (٢٠٠٨). الذكاء المتعدد لدى طلبة مدارس المتميزين وأقرانهم الاعتياديين في المرحلة الثانوية: دراسة مقارنة (رسالة دكتوراه). جامعة بغداد، كلية التربية للعلوم الصرفة، قسم العلوم التربوية والنفسية.

الجدائمي، د. ي. إ. (٢٠٢٣). التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي لأبعاد أسلوب تواصل موظفو الاستعلامات في المصحات الخاصة ومدى الاحتفاظ بالمترددين عليها مداخل (SPSS & SEM). *مجلة الدراسات الاقتصادية*. *6*(1), 41-83 ,

الحكاك، و. ج. ج. ع. ا. (٢٠٠٨). التحليل المنطقي والإحصائي لفقرات المقاييس النفسية . *Journal Of Educational and Psychological Researches*, *5*(18), 310-331.

رحيم يونس كرو العزاوي .(2008) .*مقدمة في منهج البحث العلمي رحيم العزاوي* .

عبيدات، ذ & .,ذوقان .(1984) .*البحث العلمي مفهومه وادواته واساليبه*.52 .

الكبيسي، ك. ث. (٢٠٠١). العلاقة بين التحليل المنطقي والتحليل الإحصائي لفقرات المقاييس النفسية. مجلة الأستاذ (العدد ٢٥)، جامعة بغداد - كلية التربية ابن رشد.

عبد المجيد، و. ولفته، س. (٢٠١٣). منهج البحث العلمي: نظريات وتطبيقات. عمان، الأردن: دار الفكر العربي.

DOI:

تيغزة، أ. ب. (٢٠١٢). التحليل العامليّ الاستكشافي والتوكيدي: مفاهيمُهُما ومنهجيتهما بتوظيف حزمة SPSS و LISREL. عمان، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

Andreoni, J. (1990). Impure altruism and donations to public goods: A theory of warm-glow giving. *The Economic Journal*, *100*(401), 464–477.

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, *55*(5), 469.

B olino, M. C., & Grant, A. M. (2016). The bright side of being prosocial at work, and the dark side, too: A review and agenda for research on other-oriented motives, behavior, and impact in organizations. *Academy of Management Annals*, *10*(1), 599–670.

Credé, M., & Niehorster , S. (2012). Adjustment to college as measured by the student adaptation to college questionnaire: A quantitative review of its structure and relationships with correlates and consequences. *Educational Psychology Review*, *24*(1), 133–165.

De Cremer, D., & Moore, C. (2020). Toward a better understanding of behavioral ethics in the workplace. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, *7*(1), 369–393.

Dunn, E. W., Aknin, L. B., & Norton, M. I. (2008). Spending money on others promotes happiness. *Science*, *319*(5870), 1687–1688.

Halbesleben , J. R. B., & Wheeler, A. R. (2015). To invest or not? The role of coworker support and trust in daily reciprocal gain spirals of helping behavior. *Journal of Management*, *41*(6), 1628–1650.

Lukes, S. (1991). *Moral conflict and politics*.

Moll, J., Krueger, F., Zahn, R., Pardini, M., de Oliveira-Souza, R., & Grafman, J. (2006). Human fronto–mesolimbic networks guide decisions about charitable donation. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, *103*(42), 15623–15628.

Oakley, B., Knafo, A., Madhavan, G., & Wilson, D. S. (2011). *Pathological altruism*. Oxford University Press.

Post, S. G. (2005). Altruism, happiness, and health: It's good to be good. *An Exploration of the Health Benefits of Factors That Help Us to Thrive*, 66–76.

Raposa, E. B., Laws, H. B., & Ansell, E. B. (2016). Prosocial behavior mitigates the negative effects of stress in everyday life ، *Clinical Psychological Science*, *4*(4), 691–698.

Smith, K. D., & Kawabata, Y. (2025). Resonant pleasure and the helper's high: Assessing strategies that link orientations to happiness with well-being. *Personality and Individual Differences*, *233*, 112926.

Harada, T., Li, Z., & Chiao, J. Y. (2018). Neural correlates of empathy and compassion. Neuroscience Letters, 684, 16–21.

DOI: