

الشيروفوبيا لدى طلبة كلية مدينة العلم الجامعة

ماجد فرحان مديد*

كلية مدينة العلم الجامعة

majid.maded@mauc.edu.iq

الخلاصة :

يهدف البحث الحالي التعرف على: الشيروفوبيا لدى طلبة كلية مدينة العلم الجامعة، والتعرف على الفروق في الشيروفوبيا لدى طلبة كلية مدينة العلم الجامعة تنبعا للجنس (ذكور، اناث). وتحقيقاً لأهداف البحث قام الباحث بإعداد مقياس (الشيروفوبيا) بالاعتماد على الاطار النظري ، وتكون المقياس من (20) فقرة. وقد طبق الباحث الاداة على عينة البحث التي اختيرت عشوائياً والمكونة من (300) طالبا وطالبة من طلبة الكلية، وقد أظهرت نتائج البحث أن طلبة الكلية ليس لديهم شيروفوبيا، وإن وجدت فوجودها على نحو ضعيف جداً، وهناك فرق حسب الجنس ولصالح الذكور.

كلمات مفتاحية: الشيروفوبيا، الخوف من السعادة، طلبة الكلية.

Cherophobia among students at the City of Science University College

Majid Farhan Maded

Madenat Alelem University college

Abstract :

The current research aims to identify the presence of cherophobia among students at Madenat Al-Elelm University College and examin gender- based differences in its levels (male vs .female) . to achieve these objectives, the researcher developed a cherophobia scale based on a theoretical framework. The scale consisted of (20) items. It was administered to a randomly selected sample of (300) male and female students from the college.

The results indicated that college students either do not suffer from cherophobia or experience it at a very low level, there were statistically significant gender differences in cherophobia levels , with males exhibiting higher levels than females.

Keywords: cherophobia, fear of happiness, college students.

* الباحث الرئيسي : ماجد فرحان مديد

الفصل الاول: التعريف بالبحث

مشكلة البحث

تُعد السعادة هدفًا رئيسيًا يسعى إليه الإنسان بطبيعته، إذ ترتبط بالرفاه النفسي والصحة العقلية، غير أن بعض الأفراد يعانون مما يُعرف بـ"الشيروفوبيا" أو الخوف من السعادة، وهي حالة نفسية تتجلى في تجنب أو مقاومة المشاعر الإيجابية خوفًا من نتائج سلبية لاحقة. إلا أن هذه الظاهرة قد تكون أكثر شيوعًا بين فئة الشباب، خاصة طلبة الجامعات الذين يواجهون ضغوطًا أكاديمية ونفسية واجتماعية متزايدة.

وتكمن خطورة الشيروفوبيا في ما تخلّفه من آثار سلبية عميقة على الصحة النفسية والجسدية للفرد؛ إذ يُظهر الأفراد الذين يفسرون الأحداث بشكل سلبي ويتجنبون اللحظات السعيدة ميولًا متزايدة نحو الانعزال الاجتماعي والانسحاب من التفاعل مع الآخرين، مما يجعلهم أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب، واضطرابات المزاج، والشعور المفرط بالذنب، ولوم الذات. كما يُلاحظ أن هناك تدنٍ واضح في مستوى دافعتهم، وازدياد في مشاعر الكسل والإهمال الذاتي، إلى جانب ارتفاع احتمالية التفكير في الانتحار. (Tucker, 2003:667).

إذ إن تسلل هذه المشاعر إلى وعي الفرد وفكره يُسهم في ترسيخ الوجدانات السلبية، ويزجّ به في صراعات داخلية تضعف من ثقته بنفسه وتزيد من مشاعر الشك واليأس والإحباط، الأمر الذي يحدّ من قدرته على التكيف الإيجابي، ويُفضي إلى تفاقم الاضطرابات النفسية.

وفي هذا السياق يشير (Joshanloo et al, 2014) إلى أن الخوف من السعادة يرتبط بتبني الفرد لاستراتيجيات كبح المشاعر الإيجابية، مما يؤدي إلى انخفاض مستوى الشعور بالسعادة والرضا عن الحياة. (Joshanloo et al, 2014:257)

وفي ضوء مشكلة البحث الحالية يأتي هذا البحث للإجابة على السؤال التالي: هل طلبة كلية مدينة العلم لديهم شيروفوبيا؟ وهل هناك فرقاً فيها بين الذكور والإناث؟

أهمية البحث

تتجلى أهمية هذا البحث في تسليط الضوء على ظاهرة نفسية معاصرة قلّما تناولتها الدراسات العربية والمحلية، وهي الشيروفوبيا أو الخوف من السعادة، خاصة لدى فئة طلبة الكليات. فهذه المرحلة من العمر تُعد مليئةً بالتحديات والضغوط، ما قد يجعل بعض الطلبة يطورون مشاعر داخلية تدفعهم لتجنب الفرح أو الشعور بالسعادة، اعتقادًا منهم أن وراءها حزن أو عقاب قادم.

ولأن هذه الظاهرة قد تنعكس سلبيًا على صحتهم النفسية والاجتماعية وحتى الجسدية، فإن البحث فيها يساعد على فهم أعمق لحاجات الطلبة النفسية، ويُمدّد الطريق أمام الأخصائيين لتصميم برامج دعم نفسي تُعزز من توازنهم العاطفي وتكيفهم مع الحياة الجامعية إن ظهر خوف من السعادة لديهم. كما يضيف هذا البحث لبنة جديدة إلى الأدبيات النفسية المحلية، ويفتح المجال أمام الباحثين في المستقبل لتناول هذا المتغير بعلاقاته المختلفة، مما يُسهم في تطوير المعرفة العلمية في مجال علم النفس.

وبالرجوع إلى الأدبيات النفسية ذات الصلة، يتّضح أن متغير "الخوف من السعادة" يُعد من المتغيرات المرتبطة ارتباطًا وثيقًا بعلم النفس المرضي، نظرًا لما يترتب عليه من نتائج سلبية تؤثر بشكل مباشر في الفرد والمجتمع. كما يرتبط بانخفاض في مستويات اليقظة العقلية والشفقة بالذات والشعور بالأمان، إضافة إلى ارتفاع معدلات الاكتئاب والقلق والتوتر، والتعرض لخبرات سلبية في الطفولة، وأنماط التعلق غير الآمن، وصعوبات في تنظيم الانفعال، وظهور أفكار وسواسية وتشوهات معرفية.

وعلى الرغم من أن هذا الموضوع يُعد من القضايا النفسية الحقيقية التي تؤثر في جوانب متعددة من حياة الأفراد على المستوى الشخصي والاجتماعي، إلا أنه لم يحظَ بما يستحق من اهتمام بحثي، سواء في البيئة العربية أو حتى في الأوساط العلمية الأجنبية، كما أشار إلى ذلك كل من (Deniz et al., 2022) و (Janus, 2023) ومن هنا، تبدو الحاجة ملحة لتناول هذا المتغير بالدراسة العلمية، لما قد يُسهم فيه من فهم أعمق لطبيعته وآثاره، ومحاولة الكشف عن العوامل المرتبطة

به، مما يُمكن أن يساعد في تطوير أساليب للحد من تأثيره، وتعزيز الصحة النفسية العامة لدى الأفراد. (الشافعي، ٢٠٢٤:٤)

هدف البحث : يهدف البحث الحالي إلى:

١_ التعرف على مستوى الشيروفوبيا لدى طلبة كلية مدينة العلم الجامعة.

٢_ التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في الشيروفوبيا لدى طلبة كلية مدينة العلم الجامعة.

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي في طلبة كلية مدينة العلم الجامعة للدراسة الصباحية وللعام الدراسي (2024-2025).

تحديد مصطلحات البحث

الشيروفوبيا: عرفها كل من:

1_ (إرين باترسون، 2017): "حالة من الخوف غير المنطقي أو المبرر، حيث يشعر الشخص بالتضجر والكراهية تجاه أي مشاعر أو أفكار أو مواقف أو أحداث يتوقع أن تجلب له السعادة والسرور". Patterson.E (2017:27)

2_ (شعبان وعبد العزيز، 2024): "اضطراب نفسي يتميز بالخوف المرضي من الشعور بالسعادة؛ لوجود معتقدات لديهم بحدوث أمور سيئة لهم، دون وجود مبرر على ذلك؛ نتيجة المرور بخبرات سلبية من قبل". (شعبان وعبد العزيز، 2024: 343)

3_ **التعريف النظري:** استنادا الى ما توصل إليه الباحث من النظريات عرفها: "هي اضطراب نفسي يتمثل في الخوف غير المبرر من السعادة أو المشاعر الإيجابية. يعاني الأفراد المصابون بهذا الاضطراب من تجنب اللحظات السعيدة أو الفرح، وذلك نتيجة لمعتقدات سلبية راسخة لديهم بأن السعادة قد تتبعها أحداث سيئة أو مؤلمة، ويرتبط هذا الاضطراب أحياناً بتجارب سابقة مؤلمة أو معاناة نفسية، حيث يربط الأفراد بين السعادة وبين وقوع مشاكل أو تداعيات سلبية في حياتهم".

4_ **التعريف الإجرائي:** الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على مقياس الشيروفوبيا الذي اعده الباحث.

الفصل الثاني: اطار نظري ودراسات سابقة

الشيروفوبيا: مفهومها

تُعد السعادة من أرقى المشاعر الإنسانية، وهي انفعال وجداني إيجابي يسعى الإنسان دوماً إلى بلوغه، نظراً لارتباطها بإحساس الفرد بالرضا عن ذاته وجوده حياته. ومع ذلك، فإن التعبير عن السعادة وتجربتها يختلف من شخص لآخر، ويتأثر بالثقافة والمرحلة العمرية والخبرات السابقة.

وفي هذا السياق، يظهر نمط نفسي معين لدى بعض الأفراد يتمثل في تجنب المواقف السعيدة أو الشعور بالقلق حيالها، بسبب اعتقادهم أن الفرح قد يعقبه شيء سيء. وتُعرف هذه الحالة بـ"الخوف من السعادة" (Cherophobia).

وقد أشار جيلبرت (Gilbert, 2011) إلى أن الخوف من السعادة يُعد اضطراباً نفسي المنشأ، تعود أسبابه إلى عدة عوامل، منها:

1. التعرض لخبرات سلبية في الماضي، ما يترك أثراً انفعالياً يجعل الفرد يربط بين السعادة والأذى.
 2. التشوهات المعرفية، التي تتجلى في تحريف إدراك الذات والواقع، واستحضار الذكريات المؤلمة بطريقة مبالغ فيها.
 3. التفكير السلبي، الذي يتضمن تضخيم الجوانب السلبية ودحض أو إنكار الإيجابيات، مما يزرع لدى الفرد شعوراً دائماً بعدم الأمان والتشاؤم تجاه المستقبل.
- كما بين (جيلبرت) أن هذه الحالة النفسية قد ترتبط بمشاعر لوم الذات والشعور بالذنب، مما يدفع الفرد إلى انتقاد ذاته واعتقاده بأنه لا يستحق السعادة، وهو ما يُسهم في تكريس القلق والانغلاق والانفعالات السلبية الأخرى كاليأس وقلق الموت والمخاوف المستقبلية. (Gilbert, 2011, pp. 1-5)

الشيروفوبيا في ضوء عدد من النظريات النفسية

يرى الباحث أنه ليس هناك نظرية محددة بعينها قد تناولت متغير (الشيروفوبيا) حسب علمه، لذلك اورد الباحث النظريات التالية حيث سيتم الحديث عن المتغير فيها بشكل عام، وكذلك بالنسبة لتفسير النتائج في الفصل الرابع من هذا البحث.

1. نظرية التحليل النفسي (Psychoanalytic Theory)

يرى (فرويد) أن السعادة تتجم عن توازن دينامي بين مكونات الشخصية الثلاثة: "الهو" (مصدر الدوافع

الغريزية)، و"الأنا" (الواقع)، و"الأنا الأعلى" (الضمير الأخلاقي والمعايير الاجتماعية والدينية). ويفسر فرويد الخوف باعتباره إنذاراً من "الأنا" اتجاه دافع غير مقبول يسعى إلى الظهور في الوعي، مما يولد صراعاً داخلياً. وقد أشار (فرويد) إلى أن المعايير الدينية والاجتماعية تُشكل ضغطاً مستمراً على الفرد، حيث يتطلب التكيف مع المجتمع قمع الكثير من الدوافع والغرائز. ووفقاً لهذا التصور، فإن الأفراد المتأثرين بالحضارة والقيود الثقافية يشعرون بالذنب عند اختبارهم لمشاعر السعادة، خصوصاً إذا ارتبطت هذه السعادة بإشباع غرائز محرمة أو غير مقبولة اجتماعياً. هذا التناقض يؤدي إلى الخوف من السعادة بوصفها مقدمة محتملة لعقاب داخلي أو خارجي، ومن ثم يولد توتراً نفسياً وخوفاً من الانحراف عن المعايير. (البديري، 2003: 20)

2. النظرية السلوكية (Behavioral Theory)

يركز السلوكيون على دور التعلم في اكتساب السلوك، ويرون أن الخوف - بما فيه الخوف من السعادة - هو استجابة شرطية متعلمة. يشير واتسون إلى أن القلق والخوف يتكونان من خلال اقتران بين مثير شرطي (مثل موقف مفرح) ومثير طبيعي غير سار (مثل خبر سيء تبع الفرح)، بحيث يصبح المثير الشرطي وحده قادراً على إثارة الخوف. كما تلعب عملية "تعميم المثير" دوراً في تعزيز الخوف؛ فكلما تشابهت المواقف الجديدة مع تلك التي ارتبطت سابقاً بخبرات سلبية، زاد احتمال ظهور القلق والخوف.

ومن هذا المنظور، فإن الخوف من السعادة هو استجابة مكتسبة لمواقف فرحية ارتبطت في الذاكرة بنتائج سلبية أو مؤلمة. (الخالدي، 1984: 22)

3. النظرية المعرفية (Cognitive Theory)

يرى أصحاب الاتجاه المعرفي أن الخوف والقلق هما نتاج لعمليات معرفية غير منطقية وتوقعات سلبية غير واقعية. وقد أشار (لازاروس) إلى أن القلق ينبثق عن تقييم إدراكي للتهديد، يشمل عناصر رمزية وموقفية. الأفراد الذين يعانون من القلق يميلون إلى التفكير الكارثي وتوقع الأسوأ، مما يجعلهم في حالة خوف دائم من الأحداث الإيجابية، باعتبارها "هدوء ما قبل العاصفة". (العزاوي، 2002: 16)

ويضيف (كيلي) أن الاضطرابات الانفعالية هي نتاج لتفاعل بين التجارب الحياتية والتفسير المعرفي لها؛ فالفرد المضطرب يعتقد أنماط تفكير غير منطقية، تتسم بعدم الاستقرار، مما يجعل استجاباته الانفعالية للمواقف المستقبلية تميل إلى التشوه والانحراف عن الواقع. الجوهر في هذه النظرية هو "البنية المعرفية"، أي أسلوب تفسير الفرد للأحداث وتوقعاته حولها، حيث يُنتج الشخص واقعه من خلال مراهنته على افتراضات مستندة إلى تجاربه الماضية وواقعه الحاضر. (صالح، 1988: 217).

دراسة سابقة

من خلال بحث الباحث عن الدراسات التي تناولت الشيروفوبيا لم يجد دراسات تناولت الشيروفوبيا لدى طلبة الكلية أو الجامعة سوى دراسة عربية واحدة.

دراسة: فهد بن عبد الله الدليم (2014)

الخوف من إظهار السعادة (تشيروفوبيا) في أوساط طلبة الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى المخاوف من إظهار مشاعر السعادة والتعبير عنها (تشيروفوبيا) لدى طلبة الكليات الإنسانية في جامعة الملك سعود، والتحقق من الفروق في مستوى هذه المخاوف تبعاً لمتغيرات الجنس، والمرحلة التعليمية، والتخصص الأكاديمي.

تكونت العينة من (257) طالباً وطالبة، موزعين على كليتي التربية والآداب والإدارة، بواقع (151) طالباً و(106) طالبات).

أعد الباحث مقياساً لقياس الخوف من إظهار السعادة (تشيروفوبيا)، مكوناً من (35) بنداً موزعة على ثلاثة أبعاد: (الانفعالي - السيوسولوجي - الثقافي).

أظهرت النتائج أن متوسط الخوف من التعبير عن السعادة لدى أفراد العينة جاء ضمن فئة "الإيجابية" حسب مقياس نادرا (2014).

وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث لصالح الإناث. ووجود فروق دالة إحصائية لصالح طالبات قسم الدراسات الإسلامية، حيث أظهرن مستويات أعلى في استجابات مقياس تشيروفوبيا مقارنة بطالبات قسم علم النفس.

ولم تظهر فروق دالة في درجة الخوف تعزى إلى متغيري المرحلة التعليمية أو المستوى الدراسي. (الدليم، ٢٠١٩: ٣٨٧)

الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته

تم اتباع المنهج الوصفي في هذه الدراسة.

مجتمع البحث:

يتألف مجتمع البحث الحالي من طلبة كلية مدينة العلم الجامعة، للدراسة الصباحية، للعام الدراسي (2024-2025)، حيث يبلغ إجمالي عددهم (1889) طالب وطالبة. (1070) طالباً من الذكور و(819) طالبة من الإناث، ضمن مجتمع البحث.

جدول (1) : (عينة التحليل الاحصائي)

المجموع	الجنس	
	اناث	ذكور
380	190	190

ب_ عينة التطبيق النهائي:

تكونت من (300) طالبا وطالبة، وكانوا بحسب الجنس بواقع (150) طالبا من الذكور، و (150) طالبة من الإناث، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (2) : (عينة التطبيق النهائي)

المجموع	الجنس	
	اناث	ذكور
300	150	150

اداة البحث

الشيروفيوبيا

بعد مراجعة الباحث وبخثه، لم يعثر على أي دراسة تحتوي على مقياس يتناسب مع الأهداف والعينة الخاصة بالبحث الحالي، لذلك اعتبر أنه من الضروري (اعداد) أداة ملائمة لهذا البحث، وقد عرف الباحث (الشيروفيوبيا) نظريا في الفصل الاول من هذا البحث، وكذلك بالاعتماد على الاطار النظري تمت صياغة (20) فقرة تقيس (الشيروفيوبيا) لدى طلبة كلية مدينة العلم الجامعة. اما بدائل الفقرات فكانت لكل فقرة (5) بدائل هي (تتطبق عليّ دائماً، تتطبق عليّ غالباً، لا تتطبق عليّ نادراً، لا تتطبق عليّ أحياناً، تتطبق عليّ نادراً، لا تتطبق عليّ).

عينة البحث: تم استخدام عيّنتين رئيسيتين في الدراسة الحالية: (عينة تحليل إحصائي) و(عينة التطبيق النهائي).

أ_ عينة التحليل الإحصائي:

أ- تم اختيار مجموعة من (380) طالباً وطالبة من كلا التخصصين لإجراء تحليل بياناتهم إحصائياً. وقد تم تقسيم هذه المجموعة بناءً على جنس الطلبة، حيث تم استخدام (300) من الطلاب والطالبات كعينة تمثيلية ولمقارنة المقياسين، بهدف معرفة العلاقة بين درجات الفقرات والدرجة الكلية للمقياس، فيما تم اختيار (40) كعينة للاستطلاع، و(40) من الطلاب والطالبات لتقييم مدى ثبات المتغيرين، كما يوضح الجدول رقم (1) ذلك.

الصدق الظاهري للمقياس: تم تقديم المقياس بفقراته وتعليماته المكون من 20 فقرة، إلى الخبراء والمحكمين للتأكد من صدقها، وأيضاً لتقييم وضوحها ومدى ملاءمتها لمقياس ما أعدت لقياسه. كان الباحث يسعى للحصول على موافقة 0.80 أو أعلى لكي يتم قبول المقياس. ومن خلال تحكيمهم ومن خلال موافقتهم وبنسبة أكثر من 0.80، اعتبرت الفقرات كلها مقبولة، مما جعل المقياس جاهزاً للاستخدام.

تصحيح المقياس: بما أن كل سؤال يقدم خمسة خيارات للإجابة (تتطبق عليّ دائماً، تتطبق غالباً، تتطبق أحياناً، لا تتطبق نادراً، لا تتطبق عليّ)، فقد وضعت الدرجات (1_2_3_4_5). وبالتالي، فإن أعلى مجموع يمكن

الحصول عليه على المقياس هو (100)، بينما أقل مجموع هو (20)، بمتوسط نظري (60).

الاستطلاع ووضوح الفقرات: لتقدير ما مدى الوضوح بالنسبة للمقياس وفقراته وكذلك ما مدة الاستجابة والوقت المستغرق، قام الباحث بتطبيق المقياسين على (40) طالبًا وطالبة من طلبة الكلية. وقد وُجد أن التعليمات وعناصر المقياس كانت واضحة، واستغرق الأمر حوالي (15-20) دقيقة، بالمعدل (18) دقيقة.

تحليل الفقرات احصائيا: أ - القوة التمييزية للفقرات: تم استخدام المقياس بنسخته الاولى على عينة مكونة من (300) من الطلاب والطالبات. تم ضبط اجاباتهم وترتيبها من الأكثر إلى الأقل درجة. جرى اختبار (27)

من أعلى الدرجات و(27) من أدنى الدرجات لتمثيل المجموعتين المتطرفتين. كانت المجموعتان تحتويان على (162) طالب وطالبة، وضمت كل مجموعة (81) طالب وطالبة. استخدم الباحث اختبار (T-test) للمجموعتين المستقلتين لتحليل الفروقات بين المجموعتين العليا والمجموعة الدنيا لكل سؤال في المقياس. كما تم اعتبار القيمة التائية هي المعيار الذي يميز كل سؤال وذلك بحيث تتم مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية (١.٩٦) وقد اوضحت النتائج الخاصة بالتحليل الاحصائي أن جميع الفقرات الخاصة بمقياس الشيروفويا كانت مميزة بمستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (160)، كما هو مبين في الجدول (3)

جدول (3) : القوة التمييزية لفقرات مقياس الشيروفويا بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	3.56	1.294	1.62	0.86	11.227
2	3.58	1.171	1.40	0.832	13.691
3	4.07	1.243	1.62	0.969	14.030
4	3.44	1.508	1.25	0.783	11.637
5	2.93	1.506	1.07	0.38	10.727
6	3.17	0.38	1.20	0.51	11.176
7	3.58	0.51	1.05	0.269	15.205
8	3.06	0.269	1.02	0.222	12.338
9	4.16	0.222	1.51	0.853	16.237
10	4.00	0.853	1.11	0.5	18.862
11	3.41	0.5	1.22	0.707	11.818
12	3.05	0.707	1.14	0.468	10.042
13	3.02	0.468	1.06	0.289	10.992
14	4.09	0.289	2.09	1.257	9.820
15	3.77	1.257	1.70	1.03	10.344
16	3.37	1.03	1.07	0.307	13.761
17	3.38	0.307	1.15	0.503	13.431
18	2.80	0.503	1.10	0.464	9.418
19	2.53	0.464	1.09	0.324	7.975
20	4.30	0.324	1.52	1.038	16.802

العلاقة بين درجة كل فقرة والمجموع الكلي للقياس:

تم استخدام طريقة بيرسون لحساب العلاقة بين درجات الأشخاص في كل فقرة والمجموع الكلي للقياس، بينت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام معامل ارتباط بيرسون وجود علاقة طردية جيدة بين كل الفقرات والمجموع الكلي، وذلك عند دلالة إحصائية عند مستوى (0.05). ويعرض جدول (4) صورة توضيحية لنتائج العلاقة.

جدول (4) : قيم معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	0.529	11	0.624
2	0.621	12	0.613
3	0.639	13	0.632
4	0.616	14	0.532
5	0.622	15	0.514
6	0.622	16	0.682
7	0.719	17	0.681
8	0.7	18	0.554
9	0.69	19	0.537
10	0.725	20	0.651

قيمة بيرسون الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (298) تساوي (0.113).

2. لاستخراج القوة التمييزية، وأيضاً لتحديد وجود فروق مهمة حسب الجنس، تم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين.

3. لمعرفة العلاقة بين كل فقرة والدرجة الكلية، بالإضافة إلى قياس الثبات عن طريق إعادة الاختبار، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون.

4. لتقييم ثبات اتساق المقياس، تم استخدام معادلة كرونباخ.

5. للكشف عن مدى وجود فرق مهم بين المتوسط المحسوب والمتوسط النظري، تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة.

الفصل الرابع: عرض النتائج ومناقشتها

الهدف الاول: التعرف على مستوى الشيروفوبيا لدى طلبة كلية مدينة العلم الجامعة.

أظهرت نتائج البحث للهدف الاول أن متوسط الحسابي الخاص بالشيروفوبيا هو (45.26) درجة، بينما كان الانحراف المعياري (17.72) درجة. عند مقارنة هذا المتوسط مع المتوسط النظري للمقياس والذي يبلغ (60) درجة، يوجد فرق واضح بين المتوسطين. كما تم

ثبات المقياس: لتحديد استقرار الأداة، قام الباحث بإجرائها على مجموعة تتكون من 40 من الطلاب والطالبات، واستخدم طريقتين للتأكد من الاستقرار:

١- إعادة الاختبار: بعد 14 يوماً من المرة الأولى، تم إجراء اختبار المقياس مرة أخرى على نفس المجموعة، ثم تم حساب علاقة بيرسون بين نتائج الطلبة في المرتين. وقد أظهر ذلك معامل استقرار بلغ (0.85) مما يدل على مستوى جيد من الاستقرار.

٢- تحليل التباين باستخدام ألفا كرونباخ : لقياس الاتساق الداخلي بين فقرات المقياس، تم حساب معامل كرونباخ ألفا، والذي أظهر نتيجة (0.91) مما يشير إلى درجة عالية من التجانس بين الفقرات.

التطبيق النهائي: بعد التأكد من الانتهاء من إعداد المقياس الخاص بالبحث تم استخدامه على مجموعة البحث النهائية التي تتكون من (300) طالب وطالبة.

الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث الحالي:

1. لفحص آراء المحكمين حول المقاييس تم استخدام لذلك مربع كاي.

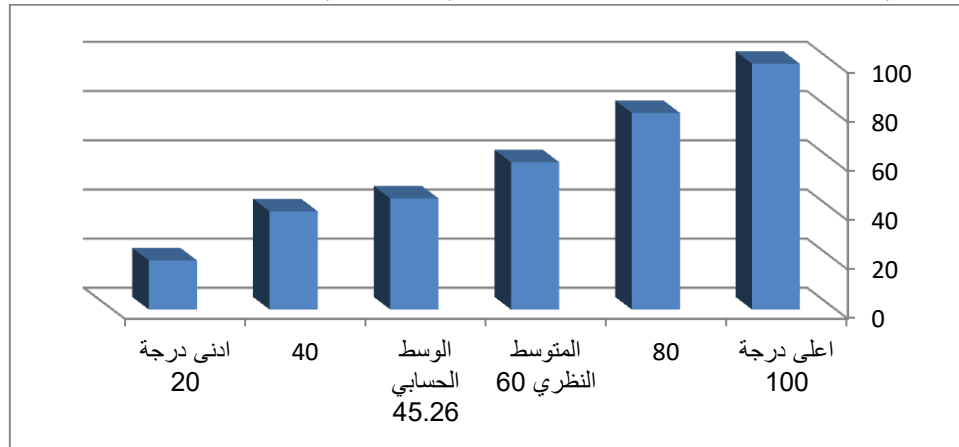
لصالح المتوسط النظري للينة مما يدل على أن طلبة الكلية ليس لديهم شيروفيويا (الخوف من السعادة)، أو لديهم ولكن بمستوى ضعيف. ويوضح الجدول (5) هذه النتائج.

استخدام اختبار ت لينة واحدة لمعرفة الفرق لصالح من. وقد أظهرت النتائج أن القيمة الثانية المحسوبة هي (14.40) وهذا أعلى من القيمة الثانية الجدولية (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (299). وهذا يدل على أنه يوجد فرقا بين المتوسطين

جدول (5) : المتوسط الحسابي للشيروفيويا والانحراف المعياري والمتوسط النظري وكذلك القيمة الثانية الجدولية والمحسوبة.

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	المتوسط النظري	القيمة الثانية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
الشيروفيويا	45.26	17.72	299	60	14.40	1.96	0.05

يتضح من خلال قيمة المتوسط الحسابي والنظري المذكورة أن طلبة الكلية لديهم مستوى ضعيفا في الشيروفيويا، لأن متوسطهم الحسابي ادنى من المتوسط النظري. وكما يظهر ذلك في الشكل التالي، الشكل (1).



شكل (1) : الفرق بين متوسط العينة والمتوسط النظري لمقياس الشيروفيويا

قد يكونوا قد تعلموا أن السعادة لا تسبق بالضرورة الحزن.

وحسب النظرية المعرفية، الشيروفيويا ناتجة عن أفكار غير منطقية وتوقعات سلبية. النتائج المنخفضة تعني أن طلبة الكلية لا يحملون معتقدات معرفية مشوهة تجاه السعادة، بل على العكس، يتبنون أفكاراً إيجابية، ويملكون تقييمات واقعية، وربما مرونة معرفية، مما يجعلهم لا يربطون السعادة بالخطر أو العقوبة.

الهدف الثاني: التعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية في الشيروفيويا لدى طلبة كلية مدينة العلم الجامعة.

أظهرت النتائج الاحصائية باستخدام القيمة ت لعينتين مستقلتين، أن هناك فروقا إحصائية مرتبطة بجنس الطلبة من الذكور أو الإناث في متغير الشيروفيويا ولصالح الذكور. حيث كان المتوسط لدرجات الذكور

من الممكن تفسير انخفاض الشيروفيويا لدى طلبة الكلية من خلال ما يلي:

فمن منظور التحليل النفسي (فرويد): الخوف من السعادة ناتج عن صراع بين "الهو" و"الأنا الأعلى" بسبب الشعور بالذنب الناتج عن كبج الدوافع. لكن انخفاض الشيروفيويا لدى الطلبة قد يعني أن هناك توازناً نسبياً بين مكونات الشخصية، بحيث لا يشعر الطالب بالذنب عند الإحساس بالسعادة، أو أن تأثير القيم الدينية والاجتماعية على الأنا الأعلى ليس صارماً لدرجة توليد التوتر.

ومن منظور السلوكيين: حيث يرى السلوكيون أن الخوف سلوك متعلم من خلال التعزيز السلبي أو التعميم. وبهذا فإن ضعف الشيروفيويا قد تفسر بأن البيئة التربوية أو الأسرية والاجتماعية التي ينشأ فيها الطلبة لم تقرن السعادة بنتائج سلبية، بل على العكس،

(48.33) وبانحراف معياري (19.23) بينما كان متوسط الدرجات للإناث (42.31) مع انحراف معياري (15.64) كما كانت القيمة التائية التي تم حسابها (2.97) وهي اكبر من القيمة الجدولية (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (298) يوضح الجدول 6 ذلك.

جدول (6) : نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق في الشيروفوبيا وفقاً لمتغير الجنس (ذكور - اناث)

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة 0,05
					المحسوبة	الجدولية	
ذكور	150	48.33	19.23	298	2.97	1.96	دال إحصائياً
اناث	150	42.31	15.64				

المصادر

- [1] البدرى، نبيل عبد العزيز عبد الكريم. (2003). معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية ، مكتبة لبنان ، بيروت .
- [2] الخالدي، أديب. (1984). "الصحة النفسية"، الدار العربية مدينة نصر، جمهورية مصر .
- [3] الدليم، فهد بن عبد الله. (٢٠١٩). المخاوف من اظهار السعادة (شيروفوبيا) في اوساط طلبة الكليات الانسانية بجامعة الملك سعود. مجلة الارشاد النفسي، العدد ٦٠، ج ١.
- [4] الشافعي، نهلة فرج. (٢٠٢٤). الخوف من السعادة كمتغير وسيط بين اجترار الافكار السلبية والاعراض الاكتئابية لدى طلبة الدراسات العليا. مجلة البحث في التربية وعلم النفس. المجلد ٣٩، العدد الاول، الجزء الثاني.
- [5] صالح ، قاسم حسين. (1988). الشخصية بين التنظير والقياس، كلية الآداب، جامعة بغداد.
- [6] العزاوي، رحيم يونس. (2008). المنهج في العلوم التربوية، دار دجلة، عمان، الأردن.
- [7] مرزوق، رانيا شعبان، وأمين، عبد العزيز. (٢٠٢٤). نمذجة العلاقة السببية بين الشيروفوبيا وخداع الذات والشعور بالتماسك لدى امهات الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد مرتفعي الميسوفونيا. مجلة الارشاد النفسي، المجلد ٨٠، العدد ١.

[8] Deniz, M., Yildirim, H., & Gülgün, U. (2022). Ergenlerde mutluluk korkusu

ظهور فروق دالة إحصائية في الشيروفوبيا لصالح الذكور (أي أن الذكور لديهم مستوى أعلى من الشيروفوبيا مقارنة بالإناث)، رغم أن المستوى العام ضعيف، من الممكن تفسيره الذكور غالباً ما يتحملون ضغوطاً مستقبلية أكبر (مثل توقعات الاستقلال المالي، إثبات الذات، أو النجاح الاجتماعي)، ما يجعلهم أكثر قلقاً بشأن استمرار الفرح، وأكثر حذراً من "الاسترخاء العاطفي" الذي قد تسببه السعادة، خوفاً من التراخي أو فقدان السيطرة.

الاستنتاجات

1. يميل طلبة الكلية عموماً إلى التمتع بصحة نفسية إيجابية من حيث تقبل مشاعر السعادة وعدم الخوف منها، مما يدل على توازن انفعالي جيد.
2. تعكس النتيجة ضعف تمثل المعتقدات المعرفية السلبية المرتبطة بالشيروفوبيا لدى طلبة الكلية، وهو مؤشر إيجابي على نضجهم الانفعالي والمعرفي.

التوصيات

1. تعزيز برامج التربية النفسية والإرشاد الجامعي التي تدعم الطلبة في التعبير الصحي عن مشاعرهم، وتشجعهم على تقبل الفرح كحق إنساني طبيعي.

المقترحات

1. مقارنة مستويات الشيروفوبيا عبر التخصصات الدراسية (علمية. إنسانية) لمعرفة أثر طبيعة المجال الأكاديمي على هذه الحالة.
2. دراسة العلاقة بين الشيروفوبيا وبعض المتغيرات النفسية الأخرى مثل: التفكير السلبي، الرضا عن الذات، القلق الاجتماعي.

ile gelecek beklentisi ve psikolojik saglamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. Milli Eğitim Dergisi,

- 51(235), 2397-2416.
<https://doi.org/10.37669/milliegitim.907510>.
- [9] D.m. tucker, p.luu,g .frontolimbic response to negative feedback in clinical depression , journal of abnormal psychology 112, no .4 (November (2003)pp.677-78.
- [10] Joshanloo, M. (2013). The influence of fear of happiness beliefs on responses to the satisfaction with life scale. Personality and Individual Differences, 54(5), 647-651.
- [11] Janus, E. (2023). Fear of happiness scale and fragility of happiness scale: Evidence of their psychometric adequacy in Polish. Medical Rehabilitation , 27(3),1-5.
<https://doi.org/10.5604/01.3001.0016.3425>.
- [12] Gilbert, P, MCEwan,k, et al (2014) Fear of Negative Emotions in Relation to Fear of Happiness, Compassion, Alexithymia and Depressed population: A Preliminary (www.dx.doi.org) issn :2167.
- [13] Patterson.E (2017):Cherophobia : why do some people have an aversion to happiness ?. Mental Health Psychology . February,27th.

ملحق (1) : مقياس الشيروفوبيا بصيغته النهائية

ت	الفقرة	تطبق علي دائما	تطبق علي غالباً	تطبق علي أحياناً	تطبق علي نادراً	لا تطبق علي
1	أشعر بالقلق عند المرور بلحظات من السعادة.					
2	أعتقد أن السعادة قد تفتح أمامي أبواباً لمشاكل غير متوقعة في المستقبل.					
3	عندما أكون سعيداً، أتوقع حدوث أمر سيء بعد ذلك.					
4	أشعر بعدم استحقاقي للسعادة بسبب بعض الأحداث الماضية.					
5	أفضل تجنب المواقف التي قد تؤدي إلى شعوري بالسعادة.					
6	أشعر بالذنب أحياناً عندما أشعر بالمتعة.					
7	أميل إلى رؤية المواقف السعيدة بطريقة سلبية خوفاً من حدوث مشاعر غير مرغوبة.					
8	أعتقد أن السعادة قد تجرني إلى الشعور بالوحدة.					
9	عندما أكون سعيداً، أخشى أنني قد لا أستطيع الاستمرار في هذه السعادة.					
10	عند شعوري بالسعادة، أفكر في السلبيات أكثر من الجوانب الإيجابية.					
11	أشعر أن السعادة قد تجعلني أقل قدرة على مواجهة صعوبات الحياة.					
12	أشعر بالقلق من أن الآخرين قد يتسمرون علي بسبب سعادتي.					
13	أعتقد أن السعادة قد تجعلني عرضة للرفض من					

					الأشخاص المحيطين بي.	
					عندما أعيش لحظات سعيدة، أخشى أن تنتهي بسرعة دون أن أتمكن من الاستمتاع بها.	14
					أعتقد أن الآخرين قد يحاولون التقليل من سعادتي.	15
					أميل إلى تجنب الأنشطة التي قد تؤدي إلى السعادة بسبب مخاوفي من عواقبها.	16
					أتوقع أن السعادة قد تقودني إلى مشاعر أسوأ بعد ذلك.	17
					أشعر أنني لا أستحق الفرح بسبب الأخطاء التي ارتكبتها في الماضي.	18
					أعتقد أن السعادة قد تجعلني أظهر ضعيفاً أمام الآخرين.	19
					عندما أقرب من لحظة السعادة، أكون حذرًا جدًا في تصرفاتي.	20