الخوف من السعادة لدى معلمي ومعلمات المدارس الابتدائية

ا.د. احمد عبد الحسين عطيه
قسم العلوم التربوية والنفسية
كلية التربية للعلوم الانسانية
جامعة كربلاء
العراق

اميرة محمد كاظم
قسم العلوم التربوية والنفسية
كلية التربية للعلوم الانسانية
جامعة كربلاء
العراق

الملخص

ان الشعور بالخوف من السعادة مشكلة جوهرية ، تترتب عليها تأثيرات سلبية على شخصية الفرد وشعوره بالأمن النفسي، وتناول البحث الحالي شريحة مهمة في المجتمع وهي المعلمين والمعلمات حيث يمثلون عناصر فاعلة في المجتمع وفي تقدمه ايضا اذا يهدف هذا البحث التعرف على مستوى الخوف من السعادة وبحسب الجنس والحالة الاجتماعية لدى عينة البحث التي شملت 400 معلم ومعلمة ولأجل تحقيق الأهداف تم إعداد مقياس الخوف من السعادة وتم التحقق من الصدق والثبات له وقد أظهرت النتائج أن العينة يمتلكون خوفا من السعادة وأظهرت أيضا وجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الخوف من السعادة حسب متغير النوع ولصالح الاناث ولا توجد فروق دالة احصائية حسب الحالة الاجتماعية والتفاعل.

الكلمات المفتاحية: الخوف من السعادة، المعلمين والمعلمات، المدارس الابتدائية.

Fear of Happiness among Primary School Teachers

Amira Muhammed Kadhim
Department of Educational and
Psychological Sciences
College of Education for Human
Sciences
Karbala University
Iraq

Prof. Dr. Ahmed Abdel Hussein Attia
Department of Educational and
Psychological Sciences
College of Education for Human Sciences
Karbala University
Iraq

ABSTRACT

Conclusion The feeling of fear of happiness is a fundamental problem, which has negative effects on the personality of the individual and his sense of psychological security. The current research dealt with an important segment in society, namely teachers, as they represent active elements in society and its progress as well. If this research aims to identify the level of fear of happiness and according to gender. And the social status of the research sample, which included 400 male and female teachers, and in order to achieve the goals, a measure of fear of happiness was prepared, and its validity and reliability were verified. The results showed that the sample enjoys fear of happiness. It also showed that there were statistically significant differences in the level of fear of happiness according to the type and status variable.

Keywords: Fear of happiness, male and female teachers, primary schools.

الفصل الاول /التعريف بالبحث مشكلة البحث :

تعد السعادة من اهم المشاعر الايجابية لدى الانسان و من الموضوعات المهمة في علم النفس الايجابي وهي من الانفعالات الايجابية التي تجعل الفرد ينظر الى الجانب المشرق من الحياة في امل وتفاؤل واتزان وبسبب ضغوط الحياة الانسانية في مجتمعاتنا العربية عموما والمجتمع العراقي خصوصا وتقائم صعوبات الحياة وتعدد مشكلات الانسان اصبح من الصعب على الانسان تحقيق معظم حاجاته وطموحاته واصبحت حياته بها الكثير من الالم والمعاناة وهذه الظروف الحياتية الصعبة والمتلاحقة زاد من معاناته الانسان وصراعاته الفكرية وتكمن المشكلة هنا في ان بعض الناس يتوجسون من السعادة ويتوقعون عواقب وخيمة حيث ينجم عن ذلك الخوف من السعادة وان هؤلاء الافراد يخشون فقدانهم تلك المواقف الفرحه والساره الامر الذي يحرمهم من التمتع باللحظات او المواقف السعيده او من التعبير عنها والتفاعل معها بايجابيه .

وتظهر خطوره الخوف من السعادة في تاثيراتها السلبيه على الصحة النفسيه والبدنيه للفرد فالاشخاص الذين يميلون الى تفسير الاحداث بطريقه سلبيه وينفرون من المناسبات السعيده يميلون للعزله والانسحاب الاجتماعي و هم اكثر الاشخاص عرض للاكتئاب والانتحار واكثر اصابه باضطرابات المزاج والشعور بالذنب ولوم الذات فضلا عن قله الدافعيه والكسل واهمال انفسهم (d.m. tucker,2003,p667)

كما ان هؤلاء الاشخاص يختلفون في درجه الخوف من السعادة مما يجعلها اكثر خطوره كونها تحمل معايير شخصيه بمعنى اخر قد يكون الخوف من السعادة يتعلق بالعمل في الحصول على منصب او الحصول على مبلغ من المال اساس الخوف عند شخص اخر فضلا عن ولاده طفل جديد مما يجعل لها ابعاد ومنظور شخصيه منفرد وهذا يعني لكل فرد ما يشعره بالخوف من السعادة لاينطبق على شخص اخر (Joshanloo, 2013)
وتتجلى مشكلة البحث الحالي في الكشف على مستويات الخوف من السعادة لدى المعلمين والمعلمات؟

اهمية البحث:

يستمد البحث الحالي اهميته من كونه يتناول موضوعا مرتبطا بالسعادة كمظهر من مظاهر جوده الحياة والتي اصبحت محورا وهدفا للبرامج التنمويه ورغم أن كثيراً من الناس يسعون للشعور بالسعادة باعتبارها هدفاً، قد يخشى بعض الناس الاقتراب منها ..ويعتبرون المشاعر الإيجابية شيئاً سيئاً بل مخيفاً يتجنبون إثارتها ويتعدون عنه قدر استطاعتهم ففي دراسة جوشنلو التي شملت أفراداً من 14 دولة، وجد (joshanloo) أن العامل الثقافي له دور في الموضوع حيث وجد أن هناك ثقافات قد تثير في أفرادها الخوف والنفور من السعادة اي تثير الشعور بالتوجس والحذر من الإفراط في السعادة، وثقافات أخرى تشجع على السعادة وتحض عليها(joshanloo,2013)

كذلك في دراسة جلبرت (gilbert,2011) وجدت الى ان الاشخاص الذين يخافون السعادة يربطون الكآبة بالسلامة والفرح بالمخاطر كما ان السعادة تبدو للناس الصغار ، والحزن هو العرض الرئيسي لفهم العالم بذكاء .
تساهم كل هذه المواقف في خلق حالة نفسية يكون فيها ظهور السعادة سبباً للإنذار الخطير والواضح كما ان المعلم عنصر اساسي في تقدم المجتمع لانه أحد مقومات العملية التربوية ، وأحد دعائمها الرئيسية ، التي تحدد من كفاية هذا التعليم ومستواه و فاعليته ، من خلال ما يقوم به من أدوار ، وما يؤديه من سمات ومسؤوليات ، فالمعلمين هم أهم القوى الحقيقية لتحسين التعليم ورفع مستواه

اهداف البحث: يهدف البحث الحالي التعرف الى :

- 1- الخوف من السعادة لدى المعلمين والمعلمات
- 2- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في الخوف من السعادة لدى المعلمين والمعلمات وفقا لمتغيري النوع (ذكور- اناث) والحاله الاجتماعيه(متزوج_ اعزب)

حدود البحث : تشمل الحدود الزمانيه والمكانيه للدراسة الحاليه على معلمين ومعلمات المدارس الابتدائية في كربلاء المقدسة من الذكور والاناث و للعام الدراسي 2020-2021

تحديد المصطلحات :

1-الخوف من السعادة (fear of happiness)عرفها كل من :

- جلبرت : (Gilbert) 2011 قلق الفرد وتصوراته السلبيه ازاء شعوره بالسعادة والمشاعر الايجابيه التي تراوده (Gilbert, 2011,p8) .
- جوشنلو و ويجيرس (joshanloo & wejers): 2013تقييم غير موضوعي للاحساس بالسعادة وعدم التمتع بها.(joshanloo,2013,p1)

التعريف النظري : خوف الفرد من الانغماس بالفرح والمتعة بسبب تفكيره وتوقعاته السلبية لما قد يحدث من مصائب وكوارث بعدها بالإضافة الى الاسباب الثقافية والدينية ويتجلى ذلك عند الناس بطرق مختلفة "

التعريف الاجرائي : هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب عند استجابته الى مقياس الخوف من السعادة .

الفصل الثاني : اطار نظري ودراسات سابقة

الخوف من السعادة(fear of happiness):

السعادة مشاعر راقية ، وانفعال وجداني ايجابي ،مازال الإنسان ينشد الوصول إليه باعتباره من الغايات الأساسية التي تعبر عن رضا الفرد عن ذاته لكن التعبير عنها يختلف من فرد لآخر، ومن ثقافة لأخرى ، ومن مرحلة عمرية لأخرى فهناك صنف من الناس يتجنب المواقف السعيدة او يتوجس الخيفة منها حيث يتوقع في ما لا يحمد عقياه من تلك المواقف وتدعى هذه الحاله الخوف من السعادة ويشير كلبرت (glibert,2011) بان الخوف من السعادة خلل او اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن 1_ خبرات ماضيه غير ساره 2- تشويه وتحريف ادراكي معرف للواقع والذات من خلال استحضار الذكريات والخبرات الماضيه غير الساره 3_ التضخيم للسلبيات ودحض الايجابيات المرتبطه بالذات والواقع والتي تجعل من صاحبها في حاله التوتر وعدم الامن وتؤدي به الى حاله من التوتر والتشاؤم القلق من المستقبل والخوف من المشكلات الاجتماعيه والاقتصادييه المستقبليه المتوقعه والافكار الوسواسيه وقلق الموت واليأس واثار كلبرت ايضا ان الخوف من السعادة ينجم عن لوم الذات والشعور بالذنب لدى الفرد ويجعله ان ينتقد ذاته ويفكر بانه لا يستحق السعادة (Gilbert,2011,p1_5)

الخوف من السعادة وفق بعض النظريات

نظرية التحليل النفسي(psych_analysis theory)

يرى فرويد مؤسس مدرسه التحليل النفسي والذي أشار بان السعادة ترتبط بالتوازن بين المكونات الشخصية (الثلاثه) الانا والانا الاعلى والهو (كما يشير الى ان الخوف هو تحذير من الانا بان هناك دافعا غير مقبول يضغط على الوعي بغية الانطلاق و بين فرويد بان القوه الدافعه للسلوك هي قوه داخلية تسبب الصراع الداخلي بين مكونات الشخصية. (البدرى، 2003،ص20)

وبحسب فرويد ان الدين والمعايير الاجتماعية تشكل نوعا من الضغوط على الافراد باستمرار لان التكيف مع المجتمع والابتعاد عن الشعور بالذنب يتطلب منه ان يتخلى او يكبت جزء كبيرا من دوافعه وغرائزه ومن هنا يتبين لنا بان كلما زاد مستوى تاثير الفرد بالحضاره يزداد لديه الشعور بالخوف من السعاده لانه عندما يصل الى السعاده واللذه عن طريق اشباع غرائزه ودوافعه الجنسيه يشعر بالذنب اتجاه ضميره الذي تشكل تحت تاثير الدين والحضاره. فيصبيه بالتوتر والخوف من ان يواجه عقابا بعد سعاده التي سببت له الانحراف عن الثقافه والدين والمعايير الاجتماعيه

النظريه السلوكيه (Behavioral theory):

يركز السلوكيون على عمليه التعلم ويؤكدون بان الانسان يتعلم القلق والخوف والسلوك المرضي كما يتعلم السلوك السوي ويتحدث الاوائل من السلوكيين من امثال واطسون على ان عمليات التعلم تتم عن طريق اقتران المثير الشرطي والمثير الطبيعى ومن ثم يستجيب الفرد لظاهرة الخوف او القلق ويصبح الخوف من المؤثر الشرطي دافعا مكتسبا او عن طريق مبدا التعميم في تعلم القلق والخوف يلاحظ ان المثيرات الشبيهه لتلك التي تعلم الكائن الحي يخاف او يقلق منها والاكثر شبيهه بها هي الاكثر اثاره للقلق او الخوف (الخالدي، 1984)

ومن هنا يتضح أن الخوف من وجهة نظر علماء المدرسة السلوكية عبارة عن استجابات سلوكية متعلمه لخطر غامض أو رد فعل شرطي لمنبه مؤلم، ويعتمد السلوكيون في تفسيرهم للخوف علي مبادئ التعلم ولعل أهم ما أكدده السلوكيون أن الخوف هو استجابة شرطية مؤلمة تحدد مصدر الخوف عند الفرد

النظريه المعرفيه (Epistemological theory)

يرى اصحاب النظرية المعرفية ان القلق هو استجابته تلقائيه _ معرفيه _ سلوكيه والتي قد تكون مرتبطه مباشره بالمعتقدات غير المنطقيه والخاصه وان العمليات المعرفيه تؤدي دورا بارزا في القلق المرضي بشكل الادراكات او عمليات معرفيه مثيره للقلق. وتركز هذه النظرية على طريقه تفكير الافراد الذين يعانون من الخوف اذ يميل الفرد القلق الى وضع توقعات غير واقعيه لمواقف متعدده في الحياه فتوصل) لازاروس(الى ان القلق والخوف انفعال قائم على تقييم التهديد و هذا التقييم يتضمن عوامل رمزيه وموقفه اخرى غير محدده (العزاوي، 2002، ص16)

ويضيف كيلي من الاضطرابات ما هي الا استجابات انفعاليه وجدانيه يكتسبها الفرد خلال خبرته في الحياه وذلك من خلال التفاعل بين الموقف والاستجابيه والتفكير اذا يتبنى الفرد المضطرب افكارا لامنطقيه غير مستقره تجعله من الاستجابات المستقبلية استجابات مرضيه والجانب الجوهري في هذه النظرية هي البنيه التي تعنى طريقه واسلوب الشخص في النظر للاحداث وتفسيرها بنائها وتقوم وجهه نظره الاساسيه على مفهوم التوقع فهو يرى ان الانسان يصنع حياته بالمراهنه على التوقعات حيث يقوم ببناء فرضيات واقعيه يختبرها على مستوى الواقع وتعتمد توقعات المستقبلية على ما تعلم الانسان في الماضي وما هو موجود في الحاضر (صالح، 1988، ص217)

دراسات سابقه للخوف من السعاده

اسم الباحث ، عنوان الدراسة، السنه	عدد افراد العينه	المقياس المستخدم	النتائج
جلبرت، الخوف من السعاده وعلاقتها بالتفكير العاطفي، 2011	(185) من طلبة جامعه ديربي	بناء مقياس للخوف من السعاده	وجود علاقته بين الخوف من السعاده والتفكير العاطفي

جوشنلو، الخوف من السعادة وعلاقتها بالرضا عن الحياة، 2013	(220) من طلبة جامعته طهران	بناء مقياس للخوف من السعادة	ارتفاع الخوف من السعادة وانخفاض الرضا عن الحياة
جوشنلو، الخوف من السعادة عبر الحضارات، 2014	(2398) في 14 دولة من العالم	بناء مقياس الخوف من السعادة	ارتفاع الخوف من السعادة لدى الإيرانيين والكوريين أكثر من الهندين والكينيين
هازال، الخوف من السعادة لدى النساء، 2016	(58) امرأة من قارة اسيا وامريكا	بناء مقياس للخوف من السعادة	ارتفاع الخوف من السعادة لدى نساء قاره اسيا اكثر من نساء امريكا

الفصل الثالث : منهج البحث واجراءاته

منهجية البحث واجراءاته

The approaches and procedures of the research

يتضمن هذا الفصل وصفا وعرضا لمنهجية البحث وللأساليب والإجراءات التي اتبعتها الباحثة في بناء مقياس الخوف من السعادة ، وذلك من أجل تحقيق أهداف البحث ، بدءا من المنهج الذي تم تحديده واختياره في تحديد مجتمع البحث والعينة التي تمثل ذلك المجتمع

مجتمع البحث :

تحدد مجتمع البحث الحالي من معلمين ومعلمات المدارس الابتدائية في محافظه كربلاء للعام الدراسي-2021 و 2020 والذي بلغ عددهم *(12274) معلم ومعلمة بواقع (7935) ذكور و (4339) اناث موزعين على (579) مدرسة

جدول رقم (1)

اعداد مجتمع البحث

الناحية	عدد المدارس	عدد المعلمين والمعلمات	الذكور	الاناث
مركز المحافظة	218	4707	1123	3584
الحسينية	83	1641	799	842
الحر	107	2366	974	1392
الهندية	60	1386	351	1035
الخيرات	36	693	367	326

591	543	1134	60	الجدول الغربي
165	182	347	15	عين التمر
7935	4339	12274	579	المجموع الكلي

عينة البحث :

العينة جزء من المجتمع الذي تم فيه دراسة الظاهرة من خلال المعلومات عن هذه العينة حتى نتأكد من تعميم النتائج على المجتمع ، وهي مجموعة جزئية من المجتمع الإحصائي يتم جمع بيانات من خلالها بصورة مباشرة (النجار 149 : 2010). اختيرت عينة البحث الحالي بطريقه العينة العشوائية الطبقية من مجتمع الدراسة المتمثل بمعلمين ومعلمات محافظة كربلاء

جدول رقم (2)

اعداد عينة التطبيق النهائي

الاناث	الذكور	عدد الاعضاء	الناحية
117	36	200	مركز المحافظة
27	26	100	الحسينية
45	32	20	الحر
34	11	20	الهندية
11	12	20	الخيرات
19	18	20	الجدول الغربي
6	6	20	عين التمر
259	141	400	المجموع

اداة البحث :

كربلاء قامت الباحثة بإعداد أداة لقياس الخوف من السعادة وذلك من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة التي تناولت متغير الخوف من السعادة

الصدق الظاهري Face validity

يعد الصدق الظاهري المظهر العام للاختبار ، ويمثل وضوح الفقرات نوعها ودرجة موضوعيتها وكيفية صياغتها ، وان الاختبار يبدو ملائماً ومناسباً للفرد الذي يقيسه والمدى الذي تكون فيه فقرات اختبار مرتبطة بالسمة المراد قياسها (عبد المؤمن : 2008 : 274).

اجراء التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الخوف من السعادة : -

يعد تحليل الفقرات عملية ذات أهمية لتطوير جميع المقاييس ، أي إن من الضروري أن يتصف كل اختبار

بالتوازن ، ودرجة مقبولة من الصعوبة والاتساق ، وقدرة عالية على التباين والتمييز والثبات (المنيزل وآخرون ، 2010 : 130)

الثبات Reliability :-

يعد مفهوم الثبات من المفاهيم الجوهرية في القياس النفسي ويتعين توافره بالمقياس لكي يكون صالحا وهو خاصية تتوفر في كل اختبار صادق ، ويشير الى الدرجة الحقيقية التي تعبر عن أداء الفرد على اختيار ما وثبات الدرجة يعني إن المفحوص يحصل عليها في كل مرة يختبر فيها سواء بالاختبار نفسه أو بصورة مكافئة له تقيس الخاصية نفسها . (فرج ، 2012 : 290)

الصيغة النهائية للمقياس :-

بعد ماتم التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الخوف من السعادة من صدق وثبات تكون المقياس بصورته النهائية من (23) فقره في ملحق (6) وأمام كل فقره تدرج خماسي للإجابة وهو (دائما : غالبا ، أحيانا ، نادرا ، ابدأ) واعطيت لها عند تصحيح الإجابة الدرجات (1,2,3,4,5) ، علما أن جميع فقرات الخوف من السعادة مقاسه باتجاه الظاهرة ، وتبين ان أقل الدرجات وأعلاها لمقياس الخوف من السعادة تتراوح بين (115-30) وان الوسط الفرضي بلغ (69)

الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها

يتضمن هذا الفصل عرضا للنتائج التي توصل اليها البحث الحالي بعدما استكملت الباحثة متطلبات بناء وتبني أدوات البحث وكما هو مبين في الفصل الثالث وبعد اجراء التحليلات الإحصائية للبيانات التي جرى الحصول عليها عن طريق تطبيق أدوات البحث الحالي على عينة البحث الأساسية ، ومناقشة تلك النتائج في ضوء الاطار النظري ، وثم الخروج بمجموعة من التوصيات والمقترحات والاستنتاجات في ضوء تلك النتائج ، وكما يأتي :

الهدف الأول : التعرف على الخوف من السعادة لدى معلمي ومعلمات المدارس الابتدائية:

لتحقيق هذا الهدف طبق مقياس الخوف من السعادة على افراد العينة المكونة من (400) معلم ومعلمة من مدارس محافظة كربلاء ، وقد أظهرت نتائج البحث الحالي ان المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث قد بلغت (83,62) درجة وبنحرف معياري قدره (18.99) درجة ، وعند مقارنة المتوسط الحسابي مع المتوسط الفرضي للمقياس والذي بلغ (69) درجة ، ويلاحظ ان المتوسط الحسابي اعلى من المتوسط الفرضي ، ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسطين استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة وتبين ان الفرق بين المتوسطين دال احصائيا عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (399) ، ولصالح المتوسط الحسابي

المتغير	العينة	الوسط		درجة الحرية	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة عند 0,05
		الحسابي	الفرضي			المحسوبة	الجدولية	
الخوف من السعادة	400	83,62	69	399	18,99	15,39	1,96	دالة

الهدف الثاني : الفروق ذات الدلالة الاحصائية في الخوف من السعادة لدى المعلمين والمعلمات وفقا لمتغيري النوع (ذكور – اناث) والحالة الاجتماعية (متزوج – اعزب)

اشارت نتائج الهدف الحالي بأنه يوجد فرق في متغير الخوف من السعادة تبعا للنوع (ذكور - اناث) ولصالح الاناث ولا توجد فروق داله احصائيا تبعا للحالة الاجتماعية في مقياس الخوف من السعادة ، وقد يعزى سبب ذلك الى ان ظروف الحياة وتحدياتها وربما التربية الاجتماعية اثرت بصورة غير متكافئه على افراد العينة من الجنسين وجعلتهم يفكرون بطريقه سلبية اتجاه السعادة والمستقبل كما ان الثقافه التي يعيشونها افراد العينة ربما تؤدي الى تفاعل اجتماعي اكثر وبالتالي التاثير بمضامين تلك الثقافه السائده كما اشار اليها (joshaniou,2016) الى ان الثقافه لها تاثير مباشر على افكار الفرد وتوقعاته ...

الدالة	القيمة الفأنية المحسوبة	وسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
دالة	33.774	11009.843	1	11009.843	النوع
غير دالة	0.110	35.787	1	35.787	الحالة الاجتماعية
غير دالة	0.187	61.038	1	61.038	التفاعل
		325.986	396	129090.322	الخطأ
			400	2941103.000	المجموع

النتائج :

1- أن معلمي محافظة كربلاء لديهم خوفا من السعادة يوجد فرق ذو دلالة احصائية تبعا للنوع ولصالح الاناث كذلك ولا يوجد فروق تبعا لحاله الاجتماعية والتفاعل

التوصيات :

استاد على تم التوصل اليه من نتائج في البحث الحالي أوصت الباحثة بهاييلي :-

- 1- اقامة ورش العمل والمحاضرات والتدريب على الانفعالات الايجابية للموظفين
- 2- اقامة المناسبات و مشاركة اجواء الاعياد التي تخفف من روتين العمل وتخلق نوع من التغيير
- 3- تأسيس وحدة ارشادية في كل مركز او مدرسة ، للاستشارة والتوجيه في حالة الأزمات التي توجه الموظف في حياته المهنية او الاجتماعية

المقترحات :

في ضوء نتائج البحث الحالي تقترح الباحثة ما يأتي :

- 1- اجراء دراسات حول الخوف من السعادة وعلاقته بمتغيرات أخرى (المناخ النفسي والتشابك العاطفي والامان الاجتماعي والتعلق القلق واسلوب المعامله الوالديه)
- 2- اجراء دراسات مماثلة للخوف من السعادة على شرائح اجتماعية ومهنية مختلفة ومراحل دراسية أخرى مثل طلبة الجامعة
- 3- اجراء دراسة مقارنة في الافكار الاتوماتيكية و علاقتها بالخوف من السعادة لدى المصابات وغير المصابات بسرطان الثدي

المصادر

1. البدري ، نبيل عبد العزيز عبد الكريم (2003) معجم مصطلحات العلوم الاجتماعيه ، مكتبة لبنان ، بيروت
2. الخالدي، أديب (1984) "الصحة النفسية"، الدار العربية مدينة نصر، جمهورية مصر
3. العزاوي ،رحيم يونس 2008 المنهج في العلوم التربويه ،دار دجلة ، عمان، الأردن
4. المينزل ، عبد الله ، العتوم ،عدنان ،مناهج البحث في العلوم التربويه والنفسيه ،مكتبة اثناء للنشر ،الاردن
5. صالح ، قاسم حسين، (1988) الشخصيه بين التنظير والقياس ، كلية الاداب ، جامعة بغداد
6. عبد المؤمن ،علي معمر 2008مناهج البحث في العلوم الاجتماعيه ،ط١ ، ليبيا ،بنغازي
7. ، القاهرة، السابعة الطبعه النفسي، القياس 2012 ،صفوت فرج
8. Anastasi, A, (1976), Psychological Testing , uh- ed , Macmill book company , New York.
9. D.m. tucker, p.luu,g .frontolimbic response to negative feedback in clini-cal depression , journal of abnormal psychology 112, no .4 (November 2003)pp.677-78
10. Joshanloo, M. Weijers, D (2013), Fear of happiness across cultures: review of where and why are people afraid of happiness. Viciene University, Wellington, new Zealand
11. Joshanloo, M. Zarina Kh, et al (2014) Cross- Cultural Validaion of Fe of Happiness Scal across 14 National Groups, journal of cruss Cultural Psychology. Vol 45 (2) Victoria University, Wellington
12. Gilbert, P, McEwan,k, et al (2011) Fear of compassion and happines in relation to alexithymia, mindfulness and self-criticism. (Psycholog society, number 85 (www.wileyonlinelibrary.com). and R120
13. Gilbert, P, MCEwan,k, et al (2014) Fear of Negative Emotions in Relation to Fear of Happiness, Compassion, Alexithymia and Depressed population: A Perlimentary (www.dx.doi. org) issn :2167