

العنوان: النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة

المصدر: مجلة كلية التربية (جامعة بنها) - مصر

المؤلف الرئيسي: أبو هاشم، السيد محمد

المجلد/العدد: مج 20، ع 81

محكمة: نعم

التاريخ الميلادي: 2010

الشهر: يناير

الصفحات: 268 - 350

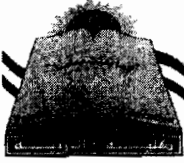
رقم MD: 46228

نوع المحتوى: بحوث ومقالات

قواعد المعلومات: ACI, EduSearch

مواضيع: المساندة الاجتماعية، مصر، جامعة الزقازيق، طلاب الجامعات، السعادة، تقدير الذات، التحليل العاملي الاستكشافي، العلاقات الاجتماعية، الشخصية، العصابية، الانبساطية، الضمير، الاختبارات والمقاييس النفسية، الذكور، الإناث، الفروق الفردية، علم النفس الاجتماعي

رابط: <http://search.mandumah.com/Record/46228>



**النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل
الخمس الكبرى للشخصية وتقدير الذات
والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة**

د. السيد محمد أبو هاشم
أستاذ مساعد - قسم علم النفس التربوي
كلية التربية - جامعة الزقازيق

النموذج البنائي للعلاقات بين للسعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة

د. السيد محمد أبو هاشم *

الملخص :

هدف البحث الحالي إلى التعرف على طبيعة النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة . وتكونت العينة من (٤٠٥) طالباً وطالبة بكلية التربية جامعة الزقازيق ، منهم (١٠٩) طالباً ، (٢٩٦) طالبة . طبق عليهم مقياس السعادة النفسية ، وقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، ومقياس تقدير الذات ، ومقياس المساندة الاجتماعية . وباستخدام التحليل العاملي الاستكشافي ، والتحليل العاملي التوكيدي ، واختبار " ت " ، ومعامل الارتباط ، وتحليل الاحدار المتعدد ، وتحليل المسار ، أظهرت النتائج ما يلي:

(١) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث فى السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية : الاستقلال الذاتى ، والتمكن البينى ، والتطور الشخصى ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات .

(٢) وجود علاقات ارتباطية متباينة النوع (موجبة - سالبة) ، والدلالة (دالة - غير دالة) بين درجات الطلاب فى السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية وكل من : العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وتقدير الذات ، والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة .

(٣) يمكن التنبؤ من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (المقبولة ، والضمير الحى ، والانبساطية ، والعصابية ، والانفتاح على الخبرة) بالسعادة النفسية ومكوناتها المختلفة ، مع اختلاف نسب إسهام كل عامل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية .

(٤) يمكن التنبؤ من تقدير الذات (المظهر ، والاجتماعى ، والأداء) بالسعادة النفسية ومكوناتها المختلفة ، مع اختلاف نسب إسهام كل عامل من عوامل تقدير الذات .

(٥) يمكن التنبؤ من المساندة الاجتماعية (العائلة ، والأصدقاء ، والآخرين) بالسعادة النفسية ومكوناتها المختلفة ، مع اختلاف نسب إسهام كل عامل من المساندة الاجتماعية .

(٦) أن المتغيرات المستقلة (المقبولة ، والضمير الحى ، والانبساطية ، والانفتاح على الخبرة ، وتقدير الذات ، والمساندة الاجتماعية) تفسر حوالى (٥٦,٥ %) من التباين فى درجات المتغير التابع (السعادة النفسية) . وهذا يدل على ارتفاع مستوى الدلالة العملية للنموذج المقترح .

المقدمة :

يعتبر مفهوم السعادة النفسية Psychological Well-Being المفهوم المحورى والرئيسى فى علم النفس الإيجابى لما له من مكانة بارزة فى تاريخ الفكر الإنسانى ، وسعى الجميع فى الثقافات المختلفة إلى السعادة بوصفها هدفاً أسمى للحياة لارتباطها بالحالة المزاجية الإيجابية والرضا عن الحياة وجودة الحياة وتحقيق الذات والتفؤل . وعلى الرغم من أن الغاية الأساسية لعلم النفس هى مساعدة الفرد على أن يحيا الحياة الطيبة التى يشعر فيها بالسعادة ، فقد تجاهل علماء النفس لسنوات طويلة المشاعر الإيجابية للشخصية وظلت الانفعالات السلبية مثل القلق ، والاكتئاب ، والضغط النفسية ، والنشأوم الأكثر تناولاً واهتماماً فى بحوثهم ودراساتهم .

وتعد دراسات (Ryff, 1985-2007) عن السعادة النفسية من أكثر الدراسات التى رسخت لهذا المفهوم وطرق البحث فيه وكيفية قياسه وأهم المؤشرات للتعرف عليه ، حيث وضعت (Ryff, 1989) نموذج العوامل الستة للسعادة النفسية وهى : (الاستقلال الذاتى ، و التمكن البيئى ، والتطور الشخصى ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات) .

ويرى " مايكل أرجايل " (١٩٩٧) أنه يمكن فهم السعادة بوصفها انعكاساً لدرجة الرضا عن الحياة أو بوصفها انعكاساً لمعدلات تكرار حدوث الانفعالات السارة ، وشدة هذه الانفعالات . وينبغى أن نأخذ أربعة عناصر للسعادة فى الاعتبار وهى : الرضا عن الحياة ومجالاته المختلفة ، والاستمتاع والشعور بالبهجة ، والعناء بما يتضمنه من قلق واكتئاب ، والصحة العامة .

وتتضح الفروق بين الجنسين فى معدلات السعادة فى مراحل عمرية معينة ، فالنساء أسعد فى مرحلة الشباب (حيث يتمتعن بقيمة جاذبيتهم) ، أما الرجال فيكونون أسعد فى مرحلة منتصف العمر (حيث يصلون إلى قمة المكانة الاجتماعية) . وبالرغم من وجود فروق بين الجنسين فى معدل السعادة فإن هناك مصادر للسعادة متشابهة (الأسرة ، والتفاعل الاجتماعى) وهى مصادر متاحة للجنسين بفرص متساوية (سحر علام ، ٢٠٠٨ : ٤٦) .

وأظهرت نتائج بعض البحوث المرتبطة بالسعادة النفسية وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في بعض مؤشرات السعادة النفسية لصالح الذكور ، والبعض الآخر لصالح الإناث ، أو وجود تأثير موجب دال إحصائياً للجنس على السعادة النفسية Cooper & et al . (1995) , Benjet & Hernandez – Guzman (2003) , Shek (2001) , Roothman & et al (2001) . واتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من : (السيد الشربيني ، ٢٠٠٧) ، (سحر علام ، ٢٠٠٨) ، (أمسية الجندی ، ٢٠٠٩) والتي أكدت وجود فروق بين الذكور والإناث في السعادة النفسية بمكوناتها المختلفة . بينما انتهت دراسة كل من : Cheng & Furnham (2003) , Furr (2005) , Pontrotto & et al . (2007) , Burris & et al . (2009) إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في السعادة النفسية بمكوناتها المختلفة .

وعن العلاقة بين مكونات السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية فقد أكدت معظم نتائج الدراسات وجود ارتباطات متباينة القيم ومستويات الدلالة بينهما ، فقد أظهرت نتائج دراسة Cooper & et al. (1995) وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الانبساطية وكل من الدرجة الكلية للسعادة النفسية (PWB) ، والتمكن البيئي (EM) ، والتطور الشخصي (PG) ، وتقبل الذات (SA) ، والعلاقات الإيجابية (PR) . وكان هذا الارتباط ضعيف وغير دال إحصائياً مع الاستقلال الذاتي (A) ، والأهداف في الحياة (PIL) . وأجرى DeNeve & Cooper (1998) تحليل بعدى لـ (١٣٧) سمة من سمات الشخصية وعلاقتها بالسعادة النفسية ، وأظهرت نتائج التحليل وجود ارتباطات دالة إحصائياً متباينة الاتجاه (موجب - سالب) بين السعادة النفسية وكل من : الانبساطية ، والمقبولية ، والضمير الحي ، والانفتاح على الخبرة ، و العصابية . وأن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تعد منبأ جيد للسعادة لدى الفرد مع اختلاف نسب إسهام كل عامل منها . وتوصل Hagberg & et al . (2001) إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين السعادة النفسية وعوامل الشخصية في قائمة جوردن (الاجتماعية ، الاستقرار الانفعالي ، التفكير الأصيل ، العلاقات الشخصية ، المسئولية) انحصرت بين (٠,٢٤ ، ٠,٥٤) . وأن عوامل الشخصية تفسر ما بين (٣١% ، ٣٢%) من التباين في مستويات السعادة النفسية لدى الأفراد . بينما يرى

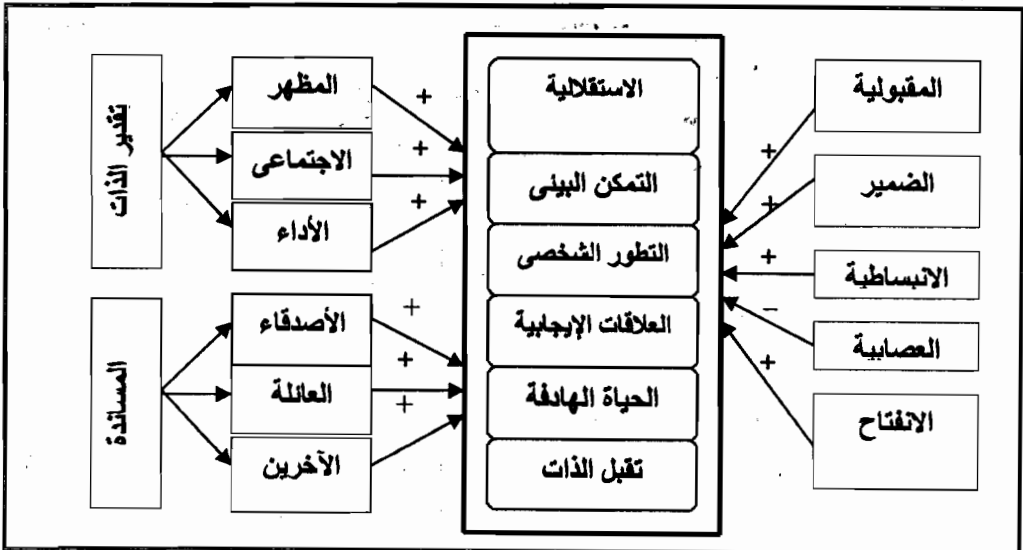
Sumer & et al. (2005) أن خصائص الشخصية تفسر حوالى (٩١%) من السعادة النفسية للأفراد . ويضيف Brummett & et al. (2007) أن سمات الشخصية متعددة الثقافات Multicultural Personality تسهم بحوالى (٢٧%) من التباين الكلى فى السعادة النفسية لدى الأفراد . وأظهرت نتائج دراسة Ponterotto & et al. (2007) وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين نموذج العوامل الثلاثة للشخصية والسعادة النفسية بمكوناتها المختلفة. وتوصلت دراسة Romero & et al. (2009) إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومكونات السعادة ، بينما كان هذا الارتباط سالب ودال إحصائياً مع العصابية . وأن العصابية هى أقوى منبأ بالسعادة النفسية يليها الانبساطية ثم الضمير الحى ، بينما كان إسهام المقبولية والانفتاح على الخبرة ضعيف جداً .

وبالرغم من أن عدد الدراسات التى اهتمت ببحث العلاقة بين تقدير الذات والسعادة النفسية قليلة مقارنة بالدراسات التى أجريت فى مجال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، أو المساندة الاجتماعية . فقد أجمعت نتائج هذه الدراسات على وجود ارتباط موجب بين تقدير الذات والسعادة النفسية ، (Furr , 2005) (Valkenburg & et al. 2006) ، ووجود تأثير موجب ومباشر لتقدير الذات على السعادة النفسية ، وأن الأفراد الذين لديهم تقدير ذات مرتفع يتمتعون بصحة نفسية جيدة تجعلهم قادرين على التعامل بفاعلية مع الآخرين ، ويستطيعون التحكم فى مشاعرهم وانفعالاتهم أثناء تعاملهم مع المحيطين بهم ، فهم يعرفون ما يريدون أن يفعلوه فى حياتهم وما يرغبون فى تحقيقه ، وأن تقدير الذات المرتفع أو التقويم الموجب للذات يسهم بحوالى (٦٦%) من التباين فى السعادة النفسية للأفراد (Cheng & Furnham , 2003 : 122) ، وفى دراسة أخرى (Cheng & Furnham , 2004 , 13) . أظهرت نتائجها أن إسهام تقدير الذات فى السعادة النفسية حوالى (٥٤%) من التباين الكلى . وتوصل Valkenburg & et al. (2006) إلى أن تقدير الذات الاجتماعى Social Self – Esteem يسهم بحوالى (٧٨%) من التباين الكلى فى درجات السعادة لدى الأفراد .

أما عن العلاقة بين المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية فقد تراوحت معاملات الارتباط بين المتوسط والمرتفع ، فأظهرت نتائج دراسة Winefield & et (1992) . al وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين المساندة الاجتماعية بأبعادها المختلفة والسعادة النفسية انحصرت قيمته بين (٠,١٢ ، ٠,٤٢) ، وأنه توجد علاقة سببية مباشرة بين المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية ، وتتباين نسب إسهام المساندة الاجتماعية في السعادة النفسية بين (١٢% ، ٣٠%) . بينما أظهرت نتائج دراسة Shams (1993) وجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية انحصرت قيمته بين (-٠,١٦ ، -٠,٣٠) . وأن المساندة الاجتماعية بأشكالها المختلفة تفسر حوالى (٤٤%) من السعادة النفسية لدى الأفراد . وربما يرجع ذلك إلى أن عينة الدراسة كانت من الرجال العاطلين عن العمل . وفى ماليزيا أظهرت نتائج دراسة Arulrajah & Harun (2000) وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية قيمته (٠,٣٥) ، وأن (٢٢%) من التباين فى السعادة النفسية يرجع إلى المساندة الاجتماعية . وفى تركيا بحث Gencoz & Ozlale (2004) التأثير المباشر وغير المباشر للمساندة الاجتماعية على السعادة النفسية، وأظهرت النتائج وجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين المساندة الاجتماعية وكل من : الاكتئاب انحصرت قيمته بين (-٠,٣٤ ، -٠,٣٩) ، وضغوط الحياة وانحصرت قيمته بين (-٠,٢٦ ، -٠,٣٤) ، وأنه يوجد تأثير مباشر دال إحصائياً للمساندة الاجتماعية على كل من : الاكتئاب (١٦%) ، وضغوط الحياة (٣٧%) . على اعتبار أن كل من الاكتئاب وضغوط الحياة مؤشرات للسعادة النفسية وأن انخفاض درجة كل منهما يدل على حالة الرضا العام والسعادة النفسية والعلاقات الإيجابية مع الآخرين والقدرة على تحقيق الذات لدى الفرد . وأظهرت نتائج دراسة Nezlek & Allen (2006) وجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين المساندة الاجتماعية (من العائلة أو الأصدقاء) وكل من : الاكتئاب (-٠,٣٩ ، -٠,٤٢) ، والأحداث السلبية (-٠,١٧ ، -٠,٢٠) ، بينما كان هذا الارتباط موجب دال إحصائياً مع الأحداث الإيجابية (٠,٢١ ، ٠,٣٢) كمؤشرات للسعادة النفسية . وتوصل Wong & et al.(2007) إلى وجود ارتباط ضعيف بين المساندة الاجتماعية بأشكالها المختلفة والسعادة النفسية انحصرت قيمته

بين (٠,٠٨ ، ٠,٢٤) ، وأن إسهام المساندة الاجتماعية في السعادة النفسية حوالى (١٢%) من الدرجة الكلية . وفى نفس السياق بحث (Portero & Oliva 2007) المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالسعادة النفسية ، وأظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية انحصرت قيمته بين (٠,١٧٧) ، (٠,٢٥٧) . وفى هونج كونج أظهرت نتائج دراسة (Philips & et al. 2008) وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية انحصرت قيمته بين (٠,١١) ، (٠,٢٥) ، وأن المساندة منبأ ضعيف بدرجة السعادة النفسية حيث انحصرت نسب الإسهام (٠,٠١% ، ٠,٠٧%) .

وسوف يهتم البحث الحالى باختبار النموذج البنائى الافتراضى الذى يتضمن التأثيرات التى يحتوى عليها الشكل رقم (١) ، وهى تأثيرات العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وتقدير الذات ، والمساندة الاجتماعية على السعادة النفسية . وقد اقترح الباحث الحالى هذا النموذج البنائى فى ضوء نتائج البحوث والدراسات السابقة الأجنبية والعربية التى أكدت على وجود رابطة نظرية بين هذه المتغيرات . إلا أن هذه البحوث والدراسات لم تتناول هذه المتغيرات بصورة إجمالية فى نموذج واحد كما سيتم تناوله فى هذا البحث .



شكل (١) التأثيرات التى يحتوى عليها النموذج البنائى الافتراضى للعوامل الخمسة

الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية على السعادة النفسية

مشكلة البحث : تتحدد مشكلة البحث الحالى فى التساؤلات التالية :

١- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث فى السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية ؟ .

٢- هل توجد علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب فى كل من السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية وكل من : العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وتقدير الذات ، والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة ؟ .

٣- هل يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (المقبولية ، والضمير الحى ، والانبساطية ، والعصابية ، والانفتاح على الخبرة) لدى طلاب الجامعة ؟.

٤- هل يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من تقدير الذات (المظهر ، والاجتماعى ، والأداء) لدى طلاب الجامعة ؟.

٥- هل يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من المساندة الاجتماعية (العائلة ، الأصدقاء ، والعلاقات مع الآخرين) لدى طلاب الجامعة ؟.

٦- ما أفضل نموذج للتنبؤ بالسعادة النفسية من المتغيرات التالية : العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (المقبولية ، والضمير الحى ، والانبساطية ، والعصابية ، والانفتاح على الخبرة) ، وتقدير الذات ، والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة ؟ .

أهداف البحث : تتمثل أهداف البحث الحالى فيما يلى :

(١) توفير خلفية نظرية عن السعادة النفسية ، والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وتقدير الذات ، والمساندة الاجتماعية كمتغيرات أساسية فى البحث وما يتصل بها من تأثير لبعض المتغيرات كالنوع على السعادة النفسية .

(٢) إعداد وتقنين مقاييس لمتغيرات البحث الحالى والمتمثلة فى : السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وتقدير الذات ، و المساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة .

(٣) التعرف على الفروق بين الذكور والإناث فى السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية .

(٤) التعرف على طبيعة العلاقة بين المتغيرات التالية : السعادة النفسية ، والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وتقدير الذات ، والمساندة الاجتماعية .

(٥) الوصول إلى نموذج بنائي بين السعادة النفسية وكل من : المقبولية ، والضمير الحي ، والانبساطية ، والعصابية ، والانفتاح على الخبرة ، وتقدير الذات ، والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة .

أهمية البحث : أوصى كثير من الباحثين بضرورة تحديد الأهمية النسبية للعوامل المسهمة في السعادة النفسية ، ولما كانت المتغيرات الشخصية والاجتماعية المتمثلة في المقبولية ، والضمير الحي ، والانبساطية ، والعصابية ، والانفتاح على الخبرة ، وتقدير الذات ، والمساندة الاجتماعية من أكثر العوامل المرتبطة بالسعادة النفسية كما يؤكد على ذلك كثير من البحوث التي عرضها الباحث ، من هنا تبرز أهمية وضع نموذج للمتغيرات الشخصية والاجتماعية المسهمة في السعادة النفسية لدى طلاب الجامعة . ويرى (Lyubomir 2001) أن معرفة سبب شعور بعض الأفراد بالسعادة أكثر من غيرهم لها أهمية نظرية وتطبيقية ، ويجب أن تكون هدفاً رئيسياً تسعى إلى تحقيقه الدراسات في مجال علم النفس الإيجابي .

وباطلاع الباحث على ما أتيح له من بحوث منشورة حتى عام (٢٠٠٩م) تبين له حاجة ماسة لبحث يتناول تلك المتغيرات في المجتمع العربي عامة والمصري خاصة ، وذلك للاعتبارات التالية :

- ١- عدم توفر بحوث عربية - في حدود علم الباحث - تناولت متغيرات البحث الحالي وإسهامها في السعادة النفسية لدى طلاب الجامعة .
- ٢- التأكيد على أهمية الدور الإيجابي للمكونات الأساسية للشخصية ، وتقدير الذات ، والمساندة الاجتماعية في تحقيق درجات مرتفعة من السعادة النفسية .
- ٣- تناقض نتائج بعض البحوث الأجنبية التي تناولت المتغيرات الشخصية والاجتماعية ودورها في تحسين مستوى السعادة النفسية .
- ٤- الاستفادة بما تسفر عنه نتائج البحث في توجيه القائمين على مؤسسات رعاية وتوجيه الشباب بأفضل الفنيات والأساليب التي من شأنها أن تحسن نظرتهم إلى الحياة ، وتزيد من رغبتهم في استشراف مستقبل مزدهر لحياتهم .

مصطلحات البحث :

- السعادة النفسية Psychological Well- Being : مجموعة من المؤشرات السلوكية تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام ، وحددتها (Ryff & Singer, 2008) فى ستة عوامل رئيسية هى :

(١) الاستقلالية Autonomy : ويشير إلى استقلالية الفرد وقدرته على اتخاذ القرار ، ومقاومة الضغوط الاجتماعية ، وضبط وتنظيم السلوك الشخصى أثناء التفاعل مع الآخرين .

(٢) التمكن البيئى Environmental Mastery : قدرة الفرد على التمكن من تنظيم الظروف والتحكم فى كثير من الأنشطة ، والاستفادة بطريقة فعالة من الظروف المحيطة ، وتوفير البيئة المناسبة ، والمرونة الشخصية .

(٣) التطور الشخصى Personal Growth : قدرة الفرد على تنمية وتطوير قدراته ، وزيادة فعاليته وكفاءته الشخصية فى الجوانب المختلفة ، والشعور بالتفاؤل .

(٤) العلاقات الإيجابية مع الآخرين Positive Relations With Others قدرة الفرد على تكوين وإقامة صداقات وعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين على أساس من : الود ، والتعاطف ، والثقة المتبادلة ، والتفهم ، والتأثير ، والصداقة ، والأخذ والعطاء .

(٥) الحياة الهادفة Purpose in Life : قدرة الفرد على تحديد أهدافه فى الحياة بشكل موضوعى ، وأن يكون له هدف ورؤية واضحة توجه أفعاله وتصرفاته وسلوكياته مع المثابر والإصرار على تحقيق أهدافه .

(٦) تقبل الذات Self - Acceptance ويشير إلى القدرة على تحقيق الذات والاتجاهات الإيجابية نحو الذات والحياة الماضية ، وتقبل المظاهر المختلفة للذات بما فيها من جوانب إيجابية وأخرى سلبية .

وتتحدد إجرائياً بمجموع الدرجات التى يحصل عليها الفرد فى مقياس السعادة النفسية (Ryff, 2006) وتعريب الباحث الحالى .

- العوامل الخمسة الكبرى للشخصية Big Five Personality Factors : يعد نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من أهم النماذج وأحدثها التى فسرت سمات

الشخصية (1993) Goldberg ، وهذا النموذج الهرمي يتكون من خمسة عوامل رئيسية هي :

(١) **المقبولية (A) Agreeableness** : يعكس هذا العامل كيفية التفاعل مع الآخرين ، فالدرجة المرتفعة تدل على أن الأفراد يكونون أهل ثقة ويتميزون بالود والتعاون والإيثار والتعاطف والتواضع والحرص والمحافظة ، ويحترمون مشاعر وعادات الآخرين ، بينما تدل الدرجة المنخفضة على العدوانية وعدم التعاون . وحدد (1995) Costa & McCare السمات المميزة للمقبولية في : الثقة ، والاستقامة ، والإيثار ، والإذعان أو القبول ، والتواضع ، واعتدال الرأي .

(٢) **الضمير الحي (C) Conscientiousness** : ويشمل المثابرة والتنظيم لتحقيق الأهداف المرجوة ، فالدرجة المرتفعة تدل على أن الفرد منظم ويؤدي واجباته باستمرار وبإخلاص ، بينما الدرجة المنخفضة تدل على أن الفرد أقل حذراً وأقل تركيزاً أثناء أدائه للمهام المختلفة . وحدد (1995) Costa & McCare السمات المميزة للأفراد ذوي الضمير الحي في الاقتدار والكفاءة ، مناضلين في سبيل الإنجاز ، التأنى أو الروية ، ضبط الذات . كما يتميزون بالأمانة ، والإيثار ، والتسامح ، والتعاطف ، والتعاون ، والتواضع ، والجدية ، والدقة ، والرحمة ، والصدق ، والوفاء .

(٣) **الانبساطية (E) Extraversion** : ويشمل التفضيل للمواقف الاجتماعية والتعامل معها ، والاستقلالية ، والتفتح الذهني ، فالدرجة المرتفعة تدل على أن الأفراد مرتفعي الانبساطية يكونون نشطين ويبحثون عن الجماعة ، بينما تدل الدرجة المنخفضة على الانطواء ، والهدوء ، والتحفظ . وحدد (1995) Costa & McCare السمات المميزة لهؤلاء الأفراد في الدفء والمودة ، والاجتماعية ، وتوكيد الذات ، والنشاط ، والبحث عن الإثارة ، والانفعالات الإيجابية .

(٤) **العصابية (N) Neuroticism** : وتعني الميل إلى الأفكار والمشاعر السلبية أو الحزينة ، فالدرجة المرتفعة تدل على أن الأفراد يتميزون بالعصابية فهم أكثر عرضة لعدم الأمان ، والأحزان ، بينما تدل الدرجة المنخفضة على أن الأفراد يتميزون بالاستقرار الانفعالي ، وأكثر مرونة ، وأقل عرضه للأحزان وعدم

الأمان . وحدد (Costa & McCare 1995) السمات المميزة لهؤلاء الأفراد فى :
القلق ، والغضب ، والعدائية ، والاكتئاب ، والشعور بالذات ، والاندفاع ،
والانعصاب ، وعدم القدرة على تحمل الضغوط .

(٥) الانفتاح على الخبرة (Openness to Experience (O) : ويعنى النضج

العقلي والاهتمام بالثقافة ، والتفوق ، وحب الاستطلاع ، وسرعة البديهة ،
والسيطرة ، والطموح ، والمنافسة ، والدرجة المرتفعة تدل على أن الأفراد
خياليون ، ابتكاريون ، يبحثون عن المعلومات بأنفسهم ، بينما تدل الدرجة المنخفضة
على أن الأفراد يولون اهتماماً أقل بالفن ، وأنهم عمليون فى الطبيعة . وحدد Costa
(1995) & McCare السمات المميزة لهؤلاء الأفراد فى : الخيال ، والاستقلالية فى
الحكم ، والقيم ، والمشاعر ، والأفكار .

وتتحدد إجرائياً بمجموع الدرجات التى يحصل عليها الفرد على كل عامل
على حدة فى قائمة العوامل الخمسة الكبرى من إعداد (Goldberg 1998) وتعريب
الباحث الحالى .

- تقدير الذات Self - Esteem : درجة التقويم الوجدانى للفرد لجميع

خصائصه العقلية والمادية وقدرته على الأداء ، وتعتبر حكماً شخصياً للفرد على قيمته
الذاتية فى أثناء تفاعله مع الآخرين ، ويعبر عنه من خلال اتجاهات الفرد نحو
شاعره ومعتقداته وتصرفاته كما يدركها الآن وفى هذه اللحظة (الشناوى عبد المنعم
الشناوى ، ١٩٩٨ : ٢٠) .

ويتحدد إجرائياً بمجموع الدرجات التى يحصل عليها الفرد على مقياس تقدير

الذات ، حيث تدل الدرجة المرتفعة على تقدير الذات الإيجابى .

- المساعدة الاجتماعية Social Support : أساليب المساعدة المختلفة التى

يتلقاها الفرد من الأسرة والأصدقاء والآخرين ذو العلاقة القوية به ، والتى تتمثل فى
تقديم المساعدة والمشاركة والاهتمام والتوجيه والتشجيع فى جميع جوانب الحياة والتى
تشبع الحاجات المختلفة للفرد وتشعره بالأمن وتزيد من ثقته بنفسه وإمكاناته ،
وتساعده على تكوين علاقات اجتماعية جيدة (Cheng & Chan , 2004 : 2) .

وتتحدد إجرائياً بالدرجة التى يحصل عليها الفرد فى مقياس المساندة الاجتماعية من إعداد (Zimet & Canty – Mitchell, 2000) وتعريب الباحث الحالى .

الإطار النظرى :

(١) السعادة النفسية :

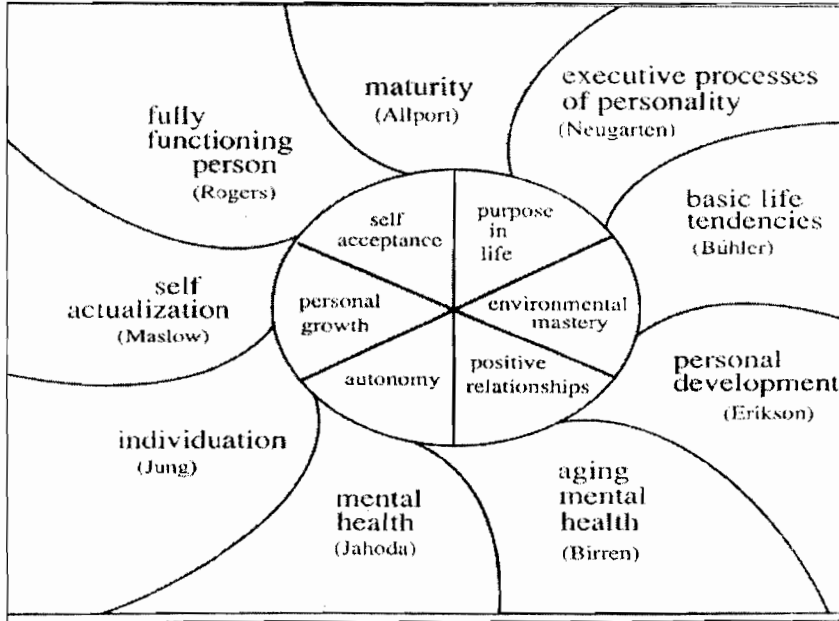
إن الشعور بالسعادة والتعبير عنها يختلف من فرد لآخر ، ومن ثقافة لأخرى ، ومن مرحلة عمرية لأخرى ، كما تتباين مصادر السعادة من فرد لآخر . وتعددت تعريفات السعادة ، فيعرفها " مايكل أرجايل (١٩٩٧: ١٠) بأنها شعور بالرضا والإشباع وطمأنينة النفس وتحقيق الذات . فى حين ترى " مايسة النبال وماجدة خميس " (١٩٩٥ : ٢٤) أن السعادة شعور وانفعال متكامل يتراوح ما بين الطفولة السوية المشبعة وتحقيق إشباع الحاضر ، كما أنها مشاعر راقية ، وانفعال وجدانى إيجابى مازال الإنسان ينشد الوصول إليه باعتباره من الغايات الأساسية . وتحددها " أمسية الجندى " (٢٠٠٩: ٢٦) بأنها حالة وجدانية إيجابية تعكس شعور الفرد بالسعادة نتيجة لما يتعرض له من مصادر السعادة الشخصية المتمثلة فى (الصحة ، وجود أهداف محددة ، التدين ، الثقة بالنفس ، التعليم والنجاح الدراسى والمستقبل المهني) ، ومصادر السعادة الاجتماعية والمتمثلة فى (الحب ، الأسرة ، الأصدقاء ، نشاط وقت الفراغ) ، وذلك كما يعبر عنها وفق إدراكه لها " . بينما يرى (Gonzalez & et al 267 : 2007)، أن السعادة النفسية أحد مكونات جودة الحياة – Psychologica Well

Being as a Component of Quality of Life

مما سبق يتضح وجود تباين فى تعريف السعادة بشكل عام ، إلا أن معظم الباحثين اتفقوا على أنها مجموعة من المؤشرات السلوكية التى تدل على توفر حالة من الرضا العام لدى الفرد وسعيه المستمر لتحقيق أهدافه الشخصية فى إطار الاحتفاظ بالعلاقات الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين . ويضيف (Christopher 1999:148) أنه لى تتكامل الرؤية حول السعادة النفسية للفرد يجب التركيز على نوعية الأهداف فى الحياة ، ووضع مكانه الفرد بين أقرانه ، ومراحل النمو المختلفة له .

وللسعادة آثاراً إيجابية قوية على سلوك الفرد ، منها التفكير الإيجابي حيث يفكر الناس بطرق مختلفة ، وأكثر إيجابية عندما يكونون سعداء مقارنة بحالتهم عند الحزن والكآبة ، كذلك يكون السعداء أكثر ثقة بالنفس وأكثر تقديراً لذواتهم وأكثر في الكفاءة الاجتماعية ، ولديهم استعداد لحل مشكلاتهم بطرق أفضل ، وهم أكثر استعداداً لتقديم المساندة الاجتماعية للآخرين (أحمد عبد الرحمن ، ٢٠٠١ : ١٥١) .

وقدمت (Ryff , 1989 : 1069 -1081) بناء نظرياً للسعادة النفسية يشتمل على ستة أبعاد هي (الاستقلالية ، والتمكن البيئي ، والتطور الشخصي ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات) . وتم بناء هذا التصور النظري على أساس النظريات والآراء النظرية المختلفة في مجال الشخصية ، كما وضحتها (Ryff, 1995 : 100) في الشكل التالي :



شكل (٢) أبعاد السعادة النفسية عند رايف

يتضح من الشكل السابق أن Ryff تؤكد على إسهام مفاهيم نظريات الشخصية : الصحة العقلية في الشيخوخة (Aging Mental Health (Birren ، والنمو الشخصي (Personal Development (Erikson ، وميول الحياة الأساسية (Basic Life Tendencies (Buhler ، والعمليات التنفيذية للشخصية (Executive Processes of Personality (Neugarten ، والنضج (Maturity (Allport ، الوظائف الكاملة

للشخص (Fully Functioning Person (Rogers ، وتحقيق الذات Self actualization (Maslow ، والفردية (Individuation (Jung .

ويمكن (Gonzalez & et al ., 2007 : 282) من تحديد (٢٩) مؤشر Indicators للسعادة النفسية لدى الأفراد ، تم تصنيفهم في (٨) عوامل رئيسية هي : الرضا والاستمتاع بالوقت (SAT. ENJO) ، والرضا عن التعلم (SAT. LEAR) ، وتقدير الذات (S ESTEEM) ، والمساندة الاجتماعية المدركة (S SUPPORT) ، والضبط المدرك (CONTROL) ، والقيم المادية (MATERIA) ، والقيم المعرفية والعقلية (CAPACIT) ، والقيم الاجتماعية أو العلاقات البينشخصية (INTERPE) ، وأظهرت نتائج تحليل المكونات الأساسية أن إسهام هذه العوامل في الدرجة الكلية للسعادة النفسية هو : (٦٤,٨٢%) الرضا عن الحياة (الاستمتاع بالوقت ، والرضا عن التعلم ، والرضا عن العائلة والأصدقاء) ، (٥٧,٨٨%) للمساندة الاجتماعية المدركة (الأصدقاء ، العائلة) ، (٥٦,٨٠%) للقيم (المادية ، والمعرفية والعقلية ، والاجتماعية) ، (٥٣,٧٠%) للضبط المدرك (الداخلي / الخارجي) ، (٥٠,٥٦%) لتقدير الذات (الإيجابي / السلبي) .

وقد (Ryff & Singer (2008:25 وصفاً تفصيلياً لخصائص الأفراد مرتفعي ومنخفضي السعادة النفسية كما يوضحها الجدول التالي :

جدول (١) خصائص الأفراد مرتفعي ومنخفضي السعادة النفسية

المرتفعين	المنخفضين	مكونات
استقلالية الفرد - القدرة على اتخاذ القرار الذاتي - القدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية - التفكير والتفاعل بطرق محددة - والضبط الداخلي للسلوك - تقييم الذات بمعايير شخصية	التركيز على توقعات وتقييمات الآخرين له - الخضوع لأحكام الآخرين في اتخاذ القرارات المهمة - التأثر بالضغوط الاجتماعية في قراراته وأفكاره	الاستقلالية Autonomy
الإحساس بالتمكن والكفاءة في إدارة البيئة - الضبط والتحكم في الأنشطة الخارجية - العمل بفعالية على	الصعوبة في إدارة شئون الحياة اليومية - الشعور بعدم القدرة على تغيير أو تحسين البيئة	التمكن البيئي Environmental Mastery

استخدام الاحتياطات المناسبة - القدرة على اختيار وإيجاد بيئة مناسبة للحاجات والقيم الشخصية	المحيطة - عدم الوعي بالفرص المناسبة - قلة السيطرة على البيئة المحيطة
التطور الشخصي Personal Growth	الشعور بالنمو المستمر للشخصية - الانفتاح على الخبرات الجديدة - الشعور بالتفاؤل - التغير في التفكير كانعكاس للمعرفة الذاتية والفاعلية - الشعور بالتحسن المستمر للذات والسلوكيات بمرور الوقت
العلاقات الإيجابية مع الآخرين Positive Relations With Other	الدفع والرضا والثقة في العلاقات الشخصية مع الآخرين - الاهتمام بسعادة الآخرين - القدرة على التفهم والتأثير والصدقة والأخذ والعطاء في العلاقات الإنسانية
الأهداف في الحياة Purpose in Life	الإحساس بالتوجه والأهداف في الحياة - الشعور بمعنى الحياة في الوقت الحاضر والماضي - الثقة والموضوعية في تحديد أهدافه في الحياة
تقبل الذات Self-Acceptance	الاتجاهات الموجبة نحو الذات - تقبل المظاهر المتعددة للذات بما تشملة من إيجابيات وسلبيات - الشعور الإيجابي عن الحياة الماضية مختلفين عنه

و استخدم (Hauser & et al ., 2005) بيانات من دراسات طولية لكل من

جامعة ويسكونسن ماديسن (WLS , 1993 to Wisconsin Madison University)

(2004) ، والمسح الوطني للعائلات National Survey of Families and Households (NSFH , 1992 to 2001) للتحقق من استقرار البيئة العاملة لنموذج (Ryff , PWB) سداسي العوامل للسعادة النفسية ، وأظهرت النتائج في العينتين تحقيق النموذج لدرجة مرتفعة من الاتساق الداخلي بين الأبعاد وبعضها ، وأن معامل استقرار البنية العاملة مرتفع ($r=0.85$) ، و حقق النموذج شروط حسن مطابقة جيدة وتتأثر سلوكيات الأفراد في المواقف الحياتية المختلفة بالحالة المزاجية لهم ، وأن كل من التمكن البيئي ، والأهداف في الحياة ، وتقبل الذات تسهم بحوالي (٢٠%) - (٢٩%) في هذه السلوكيات ، بينما يسهم كل من النمو الشخصي ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والاستقلالية بحوالي (١٦% - ٢٧%) (Ryff, 1995 : 103) . بينما يرى Uskul & Greenglass (2005) أن (٣٠%) من السعادة النفسية يرجع إلى الحالة المزاجية للفرد أو الاكتئاب ، و(١٨%) يرجع إلى الرضا عن الحياة .

ويرى Zhang & Norvilitis (2002) أن الفروق بين طلاب الجامعة الصينيين والأمريكيين في السعادة النفسية ضئيلة جداً ، ووجود تشابه كبير بين البناءات العاملة للسعادة النفسية في البلدين . في حين أظهرت نتائج دراسة Chung & Gale (2006) وجود فروق بين الأمريكيين الأوروبيين ، والكوريين في أبعاد السعادة النفسية لصالح الأمريكيين . بينما يتغير الشعور بالسعادة النفسية كثيراً عبر الزمن ، وأن هناك زيادة في متوسطات مستوى الشعور بالسعادة النفسية يقر بوجودها الأفراد خلال مراحل القياس المختلفة (510 : 2006 : Cooke & et al .) وربما يرجع ذلك إلى المعايير التي استندت إليها الدراسة في الحكم على السعادة النفسية لدى الأفراد ، وهي الاكتئاب ، والقلق ، والمشكلات البدنية ، وتعتبر هذه المعايير أو المظاهر حالات انفعالية عرضه للتقلبات المزاجية .

(٢) العوامل الخمسة الكبرى للشخصية :

يقوم نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية على تصور مؤداه أنه يمكن وصف الشخصية من خلال خمسة عوامل هي : المقبولية ، والضمير الحي ، والانبساطية ، والعصابية ، والانفتاح على الخبرة . واستناداً إلى كل من Goldberg (1993) ، وأحمد عبد الخالق وبدر الأنصاري (١٩٩٦) ، وعلى كاظم (٢٠٠١) فإن

تاريخ العوامل الخمسة الكبرى للشخصية يرجع إلى أسماء عديدة ، فتوصل فيسك Fiske إلى استخراج خمسة عوامل للشخصية عن طريق التحليل العاملي لقائمة كاتل لدى عينات مختلفة باستخدام التقارير الذاتية وتقديرات الملاحظين والأقران . كما توصل كل من توبس وكريستال Tupes & Christal عن طريق التحليل العاملي لقائمة كاتل إلى خمسة عوامل للشخصية هي : الانبساط أو الاستبشار Surgency ، والطيبة Ableness ، والاتكالية Dependability ، والاتزان الانفعالي Emotional Stability ، والتهذيب Culture . وأطلق عليها جولديبرج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، إذا أكد أن كل عامل منها عبارة عن عامل مستقل تماماً عن العوامل الأخرى ، بحيث يلخص هذه العامل مجموعة كبيرة من سمات الشخصية المميزة ، وقد يعكس ترقيم العوامل من واحد إلى خمسة اتفاق الباحثين على ظهور العوامل الخمسة في دراساتهم الإمبريقية . فيندرج تحت العاملين الأول والثاني السمات ذات الطابع التفاعلي ، في حين يصف العامل الثالث المطالب السلوكية والتحكم في الدوافع . وكان العاملان الأخيران أصغر العوامل من ناحية عدد السمات المدرجة تحتها ، فقد تكون العامل الرابع من السمات المرتبطة بالاتزان الانفعالي كالهذوء والثقة مقابل العصبية والتوتر والمزاج المتقلب والنزعة إلى القلق والحزن ، ويصف العامل الخامس التكوين العقلي للفرد ، ومدى عمقه ونوعيته بالإضافة إلى الخبرة الذاتية .

ويرى (Diener & Diener , 1996 : 183) أن السعادة تتحدد من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وأن هذه العوامل تمثل محددات هامة للسعادة النفسية والرضا عن الحياة بشكل عام ، وأنها تميز بين الأفراد السعداء والتعساء .

ولقد تبين أن الانبساط هو أكثر خصائص الشخصية اتساقاً في ارتباطه بالسعادة . وهو يرتبط بالمشاعر الإيجابية والشعور بالرضا ، لكنه لا يرتبط بالمشاعر السلبية . هذه العلاقة قوية لدرجة أن الانبساط يمكن أن يتنبأ بالسعادة بعد (١٧) سنة . فإذا قيسَت المشاعر الإيجابية والسلبية كل على حدة ، نجد أن الانبساط يرتبط بالمشاعر الإيجابية أكثر من ارتباطه بالمشاعر السلبية . وإذا قسمنا الانبساط إلى

مكونيه : الاجتماعية والاندفاعية ، كان مكون الاجتماعية هو الذى يتنبأ بالسعادة وهذه العلاقات تتراوح بين (٠,٣٠ ، ٠,٤٠) (مايكل أرجايل ، ١٩٩٧ : ١٥٤) .

وكشفت العديد من الدراسات " سحر علام " (٢٠٠٨ : ٤٤٢) عن أربع عشرة سمة تميز الأشخاص السعداء عن غيرهم ، ويمكن لأى شخص أن ينميها فى ذاته ، وذلك إذا توافرت لديه المعلومات الكافية عنها والدافع لامتلاكها وهى : الدافعية والعمل المستمر ، وتقدير قيمة العمل ، والسيطرة على القلق ، والتفكير بإيجابية وتفاؤل ، والتمتع بشخصية ذات صحة جيدة ، وتحقيق الذات ، والتعاطف مع الآخرين ، وتكوين علاقات اجتماعية ، والتخطيط قبل القيام بالأعمال ، ووضع حدود للطموحات ، والتركيز على الحاضر ، والتمتع بشخصية متفتحة واجتماعية ، والحد من المشاعر السلبية ، وتقدير أهمية السعادة .

وتتبنى الدراسة الحالية نموذج جولديبرج حيث تتوافر قائمة لقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (المقبولة ، الضمير الحى ، الانبساطية ، العصابية ، الانفتاح على الخبرة) International Personality IPIP Item Pool حيث أنها القائمة الرئيسية التى اعتمد عليها (Costa & McCare 1995) فى بناء قائمة NEO-FFI ، ويرى على كاظم (٢٠٠١) أن نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية يرمى فى النهاية إلى الكشف عن وجود أبعاد أساسية فى الشخصية ذات استقرار وثبات على المستوى الجغرافى "برغم تباين المواقع والثقافات" ، أو على المستوى الأفقى " داخل بناء شخصية الفرد الواحد أو الجماعة التى يعيش فيها هذا الفرد " ويرى McCrae & (1998) et al . أن العوامل الخمسة للشخصية ثابتة بدرجة مقبولة ، فالشخصية وجدت بمعزل عن التأثيرات البيئية المباشرة ، وتكون قاصرة على الجوانب البيولوجية فى الأساس ، وتنمو السمات خلال مرحلة الطفولة ، وتصل إلى مستوى النضج فى مرحلة الرشد . وهذا ما أكدته نتائج دراسة " فيصل عبد القادر وإلهام عبد الرحمن " (٢٠٠٧) فى وجود نفس البنية العاملة للعوامل الخمسة فى العينة المصرية مقارنة بالعينة الأمريكية وعينات من ثقافات أخرى ، ووجود تداخلات بين سمات العوامل فى أحيان كثيرة ، ووجود درجة عالية من التشابه بين العينة المصرية والعينات الأخرى

موضع المقارنة في ثلاثة عوامل : العصبية ، والمسيرة ، وبقطة الضمير ، بينما نقل درجة التشابه في حالتى الانبساطية ، والانفتاح على الخبرة .

(٣) تقدير الذات :

يعد تقدير الذات من الموضوعات البحثية القوية فى علم النفس - Self Esteem is one of the strongest research topic in psychology ، فقد حظى باهتمام كثير من الباحثين (Gebauer & et al ., 2008 : 1346) . ويلعب دوراً مهماً فى كثير من المتغيرات مثل : التحصيل الأكاديمي ، والنجاح فى العمل Job Success ، والكفاءة البينشخصية Interpersonal Compatibility ، والسعادة العامة General Happiness (Naderi & et al ., 2009 : 27) . ويعرفه "كوبر سميث" Coopersmith (1967) بأنه تقييم الفرد لنفسه ، وقدراته التى يعتقد أنها متوفرة لديه ، والتى تميز نجاحه وجدارته ، وما يعتقد أنه يستحقه عن جدارة سواء فى عيونه أو فى عيون الآخرين (الشناوى عبد المنعم ، ١٩٩٨ : ١٥) . ويحدد (Brown , 1998 : 191) تقدير الذات بأنه اجمالى المشاعر الإيجابية والسلبية للذات المفضلة عن التقارير النوعية للذات . ويعرفه (Kwan & et al ., 2007:23) بأنه التقييم المعرفى Cognitive Appraisal لمكانة الفرد خلال عدد من المواقف الحياتية المختلفة . ويرى "روبرت ريزونز" (٢٠٠٠ : ٣) أن مصطلح تقدير الذات يستخدم بصفة عامة ليشير إلى التقييم الذى يضعه الأفراد لأنفسهم ، ويتضمن اتجاهات قبول الفرد لذاته أو عدم قبولها ، ومدى شعور الفرد بالجدارة والأهمية والافتدار والفاعلية . بينما يرى بعض الباحثين أن الكفاءة والقبول الاجتماعى Social - Acceptance ، أو الكفاءة وحب الذات Self- Liking بعدان أساسيان لتقدير الذات : (Tafarodi & Swann , 2001 : 655) . وأن الفرد يستمد تقديره لذاته من مصدرين هما : داخلى ويتمثل فى الإحساس بالإنجاز ، وخارجى وهو التأكيد والقبول من الآخرين (Tafarodi & Milne , 2002: 443) .

ورغم التنوع الملفت للنظر فى تعريفات تقدير الذات ، نجد أن معظم الباحثين يستخدمون الرؤية المتكاملة لتقدير الذات An Integrated View of Self - Esteem ، والتى تتضمن كل مظاهر التقييم الانفعالى والمعرفى فى المصادر المتعددة لتقدير

الذات فى تعريفاتهم ، إلا أنه يمكن القول بوجود أربعة محكات فى ضوءها يمكن أن يقيم الأفراد تقديرهم لذاتهم (Kwan & et al ., 2007 : 22) وهى : (١) المعايير الشخصية للكفاءة ، Personal Standards of Competence? ، (٢) كيف يحكم عليهم الآخرون ، How Other Judge Them? ، (٣) كيف يحكمون على الآخرين ، How They Judge Others? ، (٤) الذات الأخرى المحتملة Other Possible Selves .

ويضيف (Naderi & et al ., 2009: 27) أن جميع تعريفات تقدير الذات تتفق حول العديد من النقاط الأساسية وهى أنه :

(أ) التقييم العام Overall Evaluation الذى يضعه الفرد لنفسه ويعكس مدى تقديره لها فى الجوانب المختلفة .

(ب) الاتجاهات الإيجابية أو السلبية Positive or Negative للفرد نحو ذاته.

(ج) ثقة الفرد فى كفاءته وجدارته فى الحياة Individual Believes to be Competent and Worthy of Living .

(د) حكم الفرد على درجة كفاءته الذاتية Self – Competence أثناء تفاعلاته مع الآخرين فى المواقف الاجتماعية المختلفة .

وينمو ويتطور تقدير الذات من خلال عملية عقلية تتمثل فى تقييم الفرد نفسه ، ومن خلال عملية وجدانية تتمثل فى إحساسه بأهميته وجدارته ، ويتم ذلك فى ست جوانب هى : المواهب الطبيعية الموروثة مثل الذكاء والمظهر والقدرات الطبيعية ، والفضائل الأخلاقية والاستقامة ، والإنجازات والنجاحات فى الحياة ، والشعور بالأهلية لأن يكون محبوباً ، والشعور بالخصوصية والأهمية والجدارة والاحترام ، والشعور بالسيطرة على حياته (روبرت ريزونز ، ٢٠٠٠ : ٣) .

ويرتبط تقدير الذات ارتباطاً قوياً بالشعور الذاتى بالسعادة ، وقد وجد أنه أقوى ارتباطاً به من أى متغير آخر فى بعض الدراسات . ويقيم المكتتبون أداءهم على الأعمال المختلفة بصورة أكثر سلبية ، ويقللون من قيمة كفاءة أدائهم ، رغم أن هناك من الأدلة ما يشير إلى أن تقديرهم لذواتهم أكثر دقة وواقعية من تقدير الأسوياء لذواتهم ، ولكن هناك تدهور فى تقدير الذات أثناء فترات الشعور بالتعاسة ، وربما كانت السعادة تؤثر على تقدير الذات والعكس صحيح (مايكل أرجايل ، ١٩٩٧ : ١٥٣).

ويرى كثير من الباحثين أن تقدير الذات المرتفع مصدراً انفعالياً مهماً – ملجأً إنفعالي – "Emotional Anchor" يساعد الأفراد في الحفاظ على توازنهم وانفعالهم الإيجابي في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة نفسياً وغير المريحة ، بينما يميل منخفضى تقدير الذات إلى الانسحاب والخجل والهروب من الموقف وعدم القدرة على المواجهة والانفعالية (30 : Kwan , 2007) .

ولذلك فإن التقدير المرتفع للذات هو أكثر الأدوات التي يمكن أن يستخدمها الفرد للحصول على حالة التوافق ، فيستطيع أن يقتحم المواقف الجديدة والصعبة دون أن يفقد شجاعته ، كما يمكنه مواجهة الفشل في الحب أو في العمل دون أن يشعر بالحزن أو الانهيار لمدة طويلة ، بينما يميل الفرد ذو التقدير المنخفض للذات إلى الشعور بالهزيمة حتى قبل أن يقتحم المواقف الجديدة أو الصعبة لأنه يتوقع الفشل مسبقاً (الشناوى عبد المنعم الشناوى ، ١٩٩٨ : ١٦) .

(٤) المساندة الاجتماعية :

حظيت المساندة الاجتماعية باهتمام كبير من جانب الباحثين اعتماداً على مسلمة مفادها أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من الجماعات المختلفة التي ينتمي إليها (الأسرة ، الأصدقاء ، الجيران ، زملاء العمل أو الدراسة) تقوم بدور كبير في خفض الآثار السلبية للأحداث والمواقف السيئة التي يتعرض لها الفرد . ويصفها (46 : 2008) , Wong & et al بأنها مصدر مهم يقدم تأثير إيجابي ومباشر للسعادة النفسية للأفراد .

وأشار كل من " محمد الشناوى ومحمد عبد الرحمن " (١٩٩٤ : ٣٧) إلى أن للمساندة الاجتماعية دوران أساسيان في حياة الفرد وعلاقاته الشخصية بالآخرين ، وهما : الدور الإنمائي ويتعلق بأن المساندة الاجتماعية لها أثر عام مفيد على الصحة البدنية والنفسية لأن الشبكات الاجتماعية الكبيرة يمكن أن تزود الأشخاص بخبرات إيجابية منتظمة ومجموعة من الأدوار التي تتلقى مكافأة من المجتمع ، وهذا النوع من المساندة يمكن أن يرتبط بالسعادة حيث أنها توفر حالة إيجابية من الوجدان وإحساساً بالاستقرار في مواقف الحياة والاعتراف بقيمة الفرد وأهميته ومساندة تقدير الذات .

والدور الوقائي وفيه يكون للمساندة الاجتماعية أثر مخفف لنتائج الأحداث الضاغطة أو التوترات .

ويمكن للمساندة الاجتماعية أن تقوى شعور الفرد بذاته وبقيمته وكفايته ، أى أنه إذا تلقى الفرد مساندة مستمرة توفر له شعوراً بالأمن وتدعم تقدير الذات لديه وتقوى هويته الذاتية ، يصبح فى هذه الحالة أقل تعرضاً لعوامل التوتر عن الفرد الذى لم يتلق مثل هذه المساندة (الشناوى عبد المنعم الشناوى ، ١٩٩٨ : ١٦) .

ويرى (5 : 2000) Arulrajh & Harun أن المساندة الاجتماعية تساعد على تحسين أداء الفرد لأعماله المختلفة ، وتساهم فى زيادة الرفاهية والسعادة لديه . وأن تلقيها أو منحها للآخرين Responsive and Receptive يرتبط إيجابياً بالرضا العام عن الحياة وإقامة علاقات إيجابية مع الآخرين .

وأوضحت نتائج كثير من البحوث أن الأشخاص السعداء أكثر تقدماً للعون والمساعدة ، وأكثر استعداداً للمساندة الاجتماعية بطرق متعددة ، لأن السعداء يجدون فى المساندة الاجتماعية للآخرين خبرة مجزية تحافظ على حالتهم المزاجية ، وبغض النظر عن الجزاء والتكلفة فى المساندة فإن السعداء يساندون الآخرين بدافع إيثارى لأن السعادة يصاحبها تفكير إيجابى ، ومحبة للآخرين ، وقد تجعل الفرد وهو سعيد يرى عدم التوازن بين حالته وحالة الآخرين ، ومن ثم يسعى إلى إعادة التوازن لتحقيق العدالة ، لأنه يكون وهو سعيد أكثر إيثاراً وفى حالة مزاجية طيبة تجعله أكثر وعياً باعتبارات التساوى بين الناس ، كذلك يمكن لانخفاض السعادة - أى الحالات المزاجية السلبية - أن تؤدي إلى مستويات مرتفعة من سلوك المساندة الاجتماعية ، ولكن العملية المتضمنة هنا تختلف عما يفعله السعداء ، فالأفراد الذين يشعرون بالحزن يقدمون المساندة أكثر إذا اعتقدوا أن حالتهم المزاجية قابلة للتغير أو إذا كانت التكلفة التى يحتاجها سلوك المساندة منخفضة ، فمساعدة الآخرين هنا بغرض تحقيق حالة مزاجية أفضل مما هم عليه (مايكل أرجايل ، ١٩٩٧ : ١٨٤-١٨٥) .

فالأشخاص السعداء يمتلكون مهارات اجتماعية عديدة تساعد على تحقيق النجاح الاجتماعى ، ويتمتعون بشعبية كبيرة . وهذا التواصل الإنسانى وثيق الصلة بسعادة الإنسان ، حيث يبدو هذا التواصل نوعاً من الدوافع الفطرية ، والإشباع الناجح

لهذه الدوافع من خلال العلاقات الاجتماعية يؤدي إلى المكافأة الوجدانية التي تمنحها الطبيعة للإنسان وهي السعادة (سحر علام ٢٠٠٨ : ٤٤١) .

ويلخص " كمال مرسى " (٢٠٠٠: ٢٠٤) أنواع المساعدة الاجتماعية فى :
المساعدة الوجدانية أو الانفعالية **Emotional** ، والمساعدة المعنوية أو الإدراكية **Appraisal** ، والمساعدة التبصيرية أو المعلوماتية **Information** ، والمساعدة المادية أو العملية **Instrumental** ، والمساعدة الاجتماعية التي يحصل عليها الإنسان من العائلة والأصدقاء من أهم عوامل تنمية الصحة النفسية والسعادة فى الحياة ، ومن يحرم من هذه المساعدة يعيش فى عزلة ووحدة نفسية ، تجعله عرضة للاضطرابات والأزمات .

ويرى **Gencoz & Ozlale (2004)** أنه على الرغم من اختلاف الأشكال التي تقدم بها المساعدة الاجتماعية ، إلا أنها جميعاً تعمل على تعزيز المزاج الإيجابي ، وتحسين الصحة النفسية ، وتقوية مهارات المواجهة والدافعية للتعامل مع الضغوط النفسية لدى الفرد .

ويضيف **Portero & Oliva (2007 : 1054)** أن المساعدة الاجتماعية تشمل ليست فقط الخصائص التركيبية للشبكة الاجتماعية (المحتوى الاجتماعى والتفاعلات) ، ولكن أيضاً المظاهر الوظيفية للتفاعلات والعلاقات بين الأشخاص ، و تتوقف على ثلاثة عوامل هى : شبكة مقدمى المساعدة **Network Of Support Providers** ويعنى الخصائص البنائية للمساعدة الاجتماعية مثل تقديرات الأفراد ومدى تواصلهم الاجتماعى ونوعية العلاقات المتبادلة ، ونمط ومقدار المساعدة الاجتماعية **Type and Amount Of Social Support** ويعنى نمط أو شكل المساعدة المقدمة والتي تتركز فى ثلاثة أشكال هى (العاطفية ، والتوجيهية ، والمالية) ، وكفاية المساعدة الاجتماعية **Adequacy Of Social Support** ويعنى الفائدة المرموقة للمساعدة والتي تعطى الفرد الإحساس بقيمته وبأنه يحظى بالاهتمام من الآخرين .

بينما يرى **Wong & et al . , (2008)** أن تأثير المساعدة الاجتماعية بأشكالها المختلفة على الفرد يختلف باختلاف نوع المساعدة المقدمة فمثلاً المساعدة العاطفية تزيد من مشاعر الأمن والارتباط والولاء ، والسعادة الوجدانية ، وتقدير الذات المرتفع

والثقة بالنفس ، والمساندة العائلية تمنع إحساس الفرد بالعزلة الاجتماعية والوحدة وتدعم الهوية الاجتماعية لدى الفرد ، والمساندة التقديرية تعمل على تقوية وتسهيل القدرة على مواجهة الظروف والمواقف الضاغطة ، وتوفر فرص للتفاؤل والسعادة وحرية الاتصال بالآخرين .

البحوث المرتبطة بموضوع البحث الحالي : يعرض الباحث للبحوث المرتبطة بالبحث الحالي في عدة محاور وهي :

أولاً : دراسات تناولت الفرق بين الذكور والإناث في السعادة النفسية :

هدفت دراسة (Benjet & Hernandez – Guzman (2001 إلى التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في السعادة النفسية ، وتكونت العينة من (١١٠٢) فرداً من المكسيكيين ، منهم (٥٢٦) من الذكور ، (٥٧٦) من الإناث ، ومتوسط أعمارهم (١١،٨) سنة . طبق عليهم بعض المقاييس التي تعتبر كمؤشرات للسعادة النفسية وهي : صورة الجسم ، والتوافق النفسي والاجتماعي ، والاتجاه نحو الآخرين ، وتقدير الذات ، والاكتئاب ، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في كل من صورة الجسم والاتجاه نحو الآخرين والاكتئاب لصالح الإناث . بينما لم توجد فروق بينهم في تقدير الذات والتوافق النفسي والاجتماعي .

وعن الفروق بين الذكور والإناث الصينيين في السعادة النفسية أظهرت نتائج دراسة (Shek (2001 على عينة مكونة من (٢١٥٠) طالباً وطالبة أعمارهم من (١١ إلى ٢٠) سنة ، طبق عليهم استبيان الصحة العامة General Health Questionnaire ، وقائمة قلق السمة – الحالة State – Trait Anxiety Inventory ، وقائمة بيك للاكتئاب Beck Depression Inventory (BDI) ، واستبيان الأهداف في الحياة Purpose – in – Life (PIL) وجود فروق دالة إحصائية في القلق والاكتئاب لصالح الإناث حيث كانت درجاتهم منخفضة مقارنة بالذكور ، بينما كانت الفروق في الصحة العامة والأهداف في الحياة لصالح الذكور .

وتحقق (Roothman & et al (2003 من الفروق بين الذكور والإناث في السعادة النفسية لدى عينة مكونة من (٣٧٨) فرداً منهم (٩٠) رجل ، (٢٨٨) امرأة ، أعمارهم من (١٨ إلى ٦٠) سنة ، طبق عليهم (١٣) مقياس للمظاهر المختلفة

للسعادة النفسية : العامة **General** ، والانفعالية **Affective** ، والجسمية **Physical** ، والمعرفية **Cognitive** ، والروحية **Spiritual** ، والذاتية **Self** ، والاجتماعية **Social** . وأظهرت النتائج وجود فروق بينهم ، حيث حقق الرجال درجات مرتفعة في المظاهر الجسمية والمعرفية والذاتية ، بينما أظهر الإناث درجات مرتفعة في المظاهر العامة والانفعالية والروحية والاجتماعية .

وتوصلت دراسة **Furr (2005)** على عينة مكونة من (١٤٦) طالباً وطالبة بالجامعة ، منهم (٦٤) طالباً ، (٨٢) طالبة طبق عليهم قائمة أكسفورد للسعادة **Oxford Happiness Inventory** وتشمل : الرضا عن الحياة **Satisfaction with Life** ، والفعالية الشخصية **Personal Efficacy** ، والتعاطف / القدرة الاجتماعية **Sociability / Empathy** ، وجهة النظر الإيجابية **Positive outlook** ، والسعادة الجسمية **Physical Well- being** ، والابتهاج **Cheerfulness** ، ومقياس تقدير الذات **Self Esteem** إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في السعادة بأبعادها المختلفة .

وأظهرت نتائج دراسة " السيد الشربيني " (٢٠٠٧) على عينة مكونة من (٤٠٣) طالباً وطالبة بالجامعة ، منهم (١١٣) طالباً ، (٢٩٠) طالبة ، طبق عليهم مقياس جودة الحياة وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في العلاقات الإيجابية مع الأسرة ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والرضا الأكاديمي لصالح الإناث ، بينما لم توجد فروق بينهم في الدقة والاستمتاع بالحياة ، والرضا عن الحياة ، وفعالية الأداء .

وطبقت " سحر علام " (٢٠٠٨) مقياس السعادة الحقيقية ويشمل : الحكمة والمعرفة ، والشجاعة ، والحب والإنسانية ، والعدالة ، والاعتدال ، والتسامي على عينة مكونة (٥١٠) طالباً وطالبة بالمرحلتين الإعدادية والثانوية منهم (٢٠٦) طالباً ، (٣٠٤) طالبة ، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الحكمة والمعرفة ، والشجاعة ، والعدالة ، والاعتدال لصالح الذكور . بينما كانت الفروق في الحب والإنسانية والتسامي لصالح الإناث .

وعن العوامل المرتبطة بالسعادة النفسية ، أظهرت نتائج دراسة Burris & et al (2009) على عينة مكونة من (٣٥٣) طالباً وطالبة ، منهم (١٣٨) طالباً ، (٢١٥) طالبة طبق عليهم مقياس السعادة ، عدم وجود ارتباط دال إحصائياً بين الجنس والسعادة النفسية .

وتوصلت دراسة أمسية الجندی (٢٠٠٩) على عينة مكونة من (٥٥٥) طالباً وطالبة منهم (٧٣) طالباً ، (٤٨٢) طالبة بكلية التربية جامعة الإسكندرية إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في مصادر الشعور بالسعادة (نشاط وقت الفراغ ، والصحة الجسمية والنفسية ، والثقة بالنفس) لصالح الذكور بينما لم توجد فروق بينهم في كل من : الحب ، والأسرة ، والأصدقاء ، ووجود أهداف محددة ، والتدين ، والتعليم والنجاح الدراسي والمستقبل المهني .

يلاحظ مما سبق وجود اتساق إلى حد كبير في نتائج البحوث والدراسات السابقة التي اهتمت ببحث الفروق بين الذكور والإناث في مكونات أو مؤشرات السعادة النفسية المختلفة حيث أظهرت نتائج دراسة كل من : Benjet & Hernandez , (2003) , Roothman & et al (2001) , Shek (2001) , Guzman (2001) - وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في بعض مؤشرات السعادة النفسية لصالح الذكور ، والبعض الآخر لصالح الإناث ، واتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من : (السيد الشربيني ، ٢٠٠٧) ، (سحر علام ، ٢٠٠٨) ، (أمسية الجندی ، ٢٠٠٩) والتي أكدت وجود فروق بين الذكور والإناث في السعادة النفسية بمكوناتها المختلفة . بينما انتهت دراسة كل من (2009) . Burris & et al , Furr (2005) , Cheng & Furnham (2003) إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في السعادة النفسية .

ثانياً : دراسات تناولت السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى

للشخصية :

هدفت دراسة Cooper & et al. (1995) إلى التعرف على العلاقة بين السعادة النفسية وسمات الشخصية لدى (١١٨) طالباً وطالبة بالجامعة ، منهم (٥٣) طالباً ، (٦٥) طالبة . طبق عليهم مقياس رايف للسعادة النفسية - Psychological Well

(Being Ryff's (PWB, 1989) ، ومقياس الانبساطية (Extraversion (EI من استبيان أيزنك للشخصية (EPQ : Eysenck & Eysenk Personality Questionnaire (Eysenk , 1975) ، وأظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائياً انحصرت قيمته بين (٠,١٩ ، ٠,٤٠) بين الانبساطية وكل من الدرجة الكلية للسعادة النفسية (PWB) ، والتمكن البيئي (EM) ، والتطور الشخصي (PG) ، وتقبل الذات (SA) ، والعلاقات الإيجابية (PR) . بينما كان هذا الارتباط ضعيف وغير دال إحصائياً حيث انحصرت قيمته بين (٠,١٢ ، ٠,١٣) مع كل من : الاستقلالية (A) ، والأهداف فى الحياة (PIL) .

وأجرى (DeNeve & Cooper (1998 تحليل بعدى لـ (١٣٧) سمة من سمات الشخصية وعلاقتها بالسعادة النفسية - The Happy Personality : A Meta - Analysis of 137 Personality Traits ، وعند تجميع هذه السمات فى العوامل الخمسة الكبرى للشخصية أظهرت نتائج التحليل وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين السعادة النفسية وكل من : الانبساطية (٠,١٧) ، والمقبولية (٠,١٧) ، والضمير الحى (٠,٢١) ، والانفتاح على الخبرة (٠,١١) . بينما كان هذه الارتباط سالباً مع العصابية وقيمته (-٠,٢٢) . وأن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تعد منبأ جيد للسعادة لدى الفرد مع اختلاف نسب إسهام كل عامل منها .

وعن إسهام عوامل الشخصية فى السعادة النفسية ، أجرى Hagberg & et al (2001) . دراسة على عينة مكونة من (١٠٠) فرد منهم (٥٠) من الذكور ، (٥٠) من الإناث طبق عليهم مقياس جودة الحياة LGC Quality of Life ، ويشتمل الرضا عن الحياة الحالية ، والسعادة النفسية ، والجودة مدى الحياة ، والتوافق مع التغيرات البيئية ، والصحة العامة ، والعلاقات مع الآخرين ، والأنشطة الاجتماعية . وقائمة جوردن للشخصية (GP :A) Gordon's Personality Inventory ، وأظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين السعادة النفسية وعوامل الشخصية فى قائمة جوردن انحصرت بين (٠,٢٤) للاجتماعية Sociability ، (٠,٥٤) للاستقرار الانفعالى Emotional Stability . وأن عوامل الشخصية تفسر (٣١% : ٣٢%) من التباين فى مستويات السعادة النفسية لدى الأفراد .

وبحثت دراسة Sumer & et al. (2005) خصائص الشخصية كمنبئات بالسعادة النفسية لدى عينة مكونة من (١٤٢٨) فرداً يعملون بالقوات المسلحة التركية ، متوسط أعمارهم (٣٣,١١) سنة . طبق عليهم قائمة الشخصية للعمل الخاص A Job – Specific Personality Inventory ، وقائمة الصحة العقلية العامة General Mental Health Inventory (GMHI) لتقييم مستوى السعادة النفسية العامة لديهم ، أظهرت النتائج وجود ارتباط دال إحصائياً بين خصائص الشخصية والصحة العقلية . وأن هذا الارتباط موجب مع كل من (الثقة بالذات – الاستقرار الانفعالي – التكيف – الانضباط الذاتي – المقبولية) ، وسالب مع كل من (القلق – العدوانية – الاكتئاب – الرهاب الاجتماعي) .

وتناول Brummett & et al. (2007) العلاقة بين السعادة النفسية والشخصية متعددة الثقافات Multicultural Personality لدى (١٢٤) طالباً وطالبة بالجامعة ، منهم (٣١) طالباً ، (٩٣) طالبة متوسط أعمارهم (٢٣,٤٦) سنة . طبق عليهم استبيان التوجه المتنوع – العالمي Universal – diverse Orientation Questionnaire للمظاهر المعرفية والانفعالية والعاطفية والاجتماعية ، وقائمة العلاقات البينشخصية النفسية الاجتماعية Psychosocial – Interpersonal Inventory . وأظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين سمات الشخصية والسعادة النفسية انحصرت قيمته بين (٠,٢١ ، ٠,٤١) ، وأن سمات الشخصية تسهم بحوالى (٢٧%) من التباين فى السعادة النفسية لدى الأفراد .

وبحثت دراسة Ponterotto & et al. (2007) العلاقة بين النموذج الثلاثى للشخصية متعددة الثقافات كما تحدد بمقياس (MPQ , Van der Zee & Van Oudenhoven , 2001) وهى : التفتح العقلي Open – mindedness (الفتح الأصيل Original Openness ، والتعاطف الثقافى Cultural Empathy) ، والتكيف Adaptation (الاستقرار الانفعالي Emotional Stability ، والمرونة Flexibility) ، والمبادرة الاجتماعية Social Initiative . والمكونات الستة للسعادة النفسية فى ضوء نموذج رايف (الاستقلالية ، والتمكن البيئى ، والتطور الشخصى ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والأهداف فى الحياة ، وتقبل الذات) لدى عينة مكونة من

(٢٧٠) طالباً وطالبة بمرحلة الدراسات العليا منهم (٦٣) طالباً ، و(٢٠٧) طالبة متوسط أعمارهم (٢٥,٧) سنة ، أظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين نموذج العوامل الثلاثة للشخصية والسعادة النفسية بمكوناتها المختلفة انحصرت قيمته بين (٠,١٦ ، ٠,٤٢) ، ما عدا الارتباط بين العلاقات الإيجابية وكل من المبادرة الاجتماعية (٠,٠٦) ، والتكيف (٠,١٠) فكانت غير دالة إحصائياً .

وهدفت دراسة Romero & et al . (2009) إلى التحقق من النموذج البنائي للعلاقات بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (العصابية ، الانبساطية ، الانفتاح على الخبرة ، المقبولية ، الضمير الحي) ، والسعادة (الانفعالات الموجبة ، الانفعالات السالبة ، والرضا عن الحياة ، والأهداف في الحياة) ، وتكونت العينة من (٤٠٥) فرداً ، منهم (١٥٨) من الذكور ، (٢٤٧) من الإناث ، متوسط أعمارهم (٣١,٨٧) سنة . طبق عليهم قائمة كوستا وماكري للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية (NEO- PI -R , Costa & McCare , 1992) ، ومقياس الانفعالات الموجبة والسالبة Positive Emotions and Negative Emotions Scale (PENE: Watson , Clark & Tellegen , 1988) ، ومقياس الرضا عن الحياة (SWLS : Diener , Emmons , Larsen & Griffin , 1985) ، وأظهرت النتائج وجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين العصابية ومكونات السعادة انحصرت قيمته بين (-٠,٣٦ ، -٠,٥٧) . بينما كان هذا الارتباط موجب مع الانفعالات السالبة (٠,٥٤) . ووجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الانبساطية وبعض مكونات السعادة انحصرت قيمته بين (٠,٣٤ ، ٤٣) . بينما كان هذا الارتباط سالب مع الانفعالات السالبة (-٠,١٩) ، ووجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الانفتاح على الخبرة والانفعالات الموجبة (٠,١٢) . بينما لم يوجد ارتباط مع المكونات الأخرى للسعادة ، ووجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين المقبولية وكل من الرضا عن الحياة ، والأهداف في الحياة ، والدرجة الكلية للسعادة انحصرت قيمته بين (٠,١٧ ، ٠,٢٠) بينما كان الارتباط سالب مع الانفعالات السالبة (-٠,١٢) ولم يوجد ارتباط مع الانفعالات الموجبة . ووجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الضمير الحي وبعض مكونات السعادة انحصرت قيمته بين (٠,١٩ ، ٠,٢٨) ، بينما كان هذا الارتباط سالب مع

الانفعالات السالبة . وأن إسهام العصابية فى السعادة سالب وقيمته (-٠,٢٥) ، بينما إسهام كل من الانبساطية والضمير الحى (٠,٢٣ ، ٠,١٩) على الترتيب .

مما سبق يتضح وجود ارتباط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (المقبولية ، والضمير الحى ، والانبساطية ، والعصابية ، والانفتاح على الخبرة) والسعادة النفسية بأبعادها ومظاهرها المختلفة . فكان هذا الارتباط موجب كما جاء فى دراسة كل من : (Cooper & et al. (1995), DeNeve & Cooper (1998) , Brummett & et al . (2007), Ponterotto & et al .(2007), Romero & et al . (2009) ، بينما كان الارتباط سالب بين العصابية والسعادة النفسية DeNeve & Cooper (1998) , Romero & et al . (2009) . وعن الإسهام النسبى لعوامل الشخصية فى السعادة النفسية فقد تبينت بدرجة ملحوظة ، فهى تفسر حوالى (٣١% ، ٣٢%) من التباين الكلى فى السعادة النفسية (Hagberg & et al (2001) ، فى مقابل (٢٧%) كما فى دراسة Brummett & et al . (2007) ، وعند الاعتماد على الانفعالات السالبة كمؤشر للسعادة النفسية وجد ارتباط سالب بينها وبين عوامل الشخصية ، وان إسهام العصابية فى السعادة النفسية هى الأفضل ولكن مع الوضع فى الاعتبار الإشارة السالبة (-٢٥%) فى مقابل (٢٣%) للانبساطية ، (١٩%) للضمير الحى (DeNeve & Cooper (1998) .

ثالثاً : دراسات تناولت السعادة النفسية وتقدير الذات :

هدفت دراسة Cheng & Furnham (2003) إلى التنبؤ من تقدير الذات بالسعادة النفسية لدى عينة مكونة من (٨٨) طالباً وطالبة بالجامعة ، منهم (٢٨) طالباً ، (٦٠) طالبة ، متوسط أعمارهم (٢١,١٩) سنة ، طبق عليهم مقياس تقدير الذات (Rosenberg Self Esteem Scale (RSES: Rosenberg , 1965) ، وقائمة أكسفورد للسعادة (Oxford Happiness Inventory (OHI : Argyle & et al . , 1989) ، وأظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين تقدير الذات والسعادة النفسية قيمته (٠,٧٢) ، وأنه يمكن التنبؤ من تقدير الذات بالسعادة النفسية للأفراد .

وفى دراسة أخرى لكل من Cheng & Furnham (2004) على عينة مكونة من (٣٥٦) طالباً وطالبة ، منهم (١٥٩) طالباً ، (٩٧) طالبة ، متوسط أعمارهم

(١٧,٦٢) سنة طبق عليهم نفس الأدوات (مقياس تقدير الذات ، وقائمة أكسفورد للسعادة) . أشارت النتائج إلى أن التقييم الموجب للذات يسهم بحوالى (٥٤%) من التباين الكلى للسعادة النفسية فى مقابل إسهام التقييم السلبى بحوالى (-١٥%) . وتوصلت دراسة Furr (2005) على عينة مكونة من (١٤٦) طالباً وطالبة بالجامعة ، منهم (٦٤) طالباً ، (٨٢) طالبة ، طبق عليهم قائمة أكسفورد للسعادة ، ومقياس تقدير الذات إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين السعادة النفسية (الرضا عن الحياة ، والفعالية الشخصية ، والتعاطف ، والقدرة الاجتماعية ، ووجهة النظر الإيجابية ، والسعادة الجسمية ، والابتهاج) ، وتقدير الذات انحصرت قيمته بين (٠,٢٤ ، ٠,٤٨) .

وعن العلاقة بين تقدير الذات الاجتماعى Social Self- Esteem والسعادة ، أجرى (2006) Valkenburg & et al . دراسة على عينة مكونة من (٨٨١) فرداً من المراهقين ، (٤٥%) من الأولاد ، (٥٥%) من البنات ، متوسط أعمارهم (١٤,٨) سنة ، طبق عليهم بروفيل إدراك الذات ، Self – Perception Profile (Harter,s , 1988) ، ومقياس الرضا عن الحياة (Diener & et Satisfaction With Life Scale (1985) al . , 1985) للتعرف على السعادة لدى الأفراد ، وأظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين تقدير الذات الاجتماعى بمكوناته المختلفة والدرجة الكلية للسعادة انحصرت قيمته بين (٠,٤٥ ، ٠,٥٩) . وأن تقدير الذات يسهم بحوالى (٧٨%) من التباين الكلى فى درجات السعادة لدى الأفراد .

يتضح من الدراسات التى تناولت العلاقة بين تقدير الذات والسعادة النفسية أنها أجمعت على وجود ارتباط موجب بين المتغيرين ، مع اختلاف نسب إسهام تقدير الذات بأبعاده المختلفة فى السعادة النفسية . ويرجع هذا إلى أن تقدير الذات هو حكم الفرد على كفاءته الشخصية ، واتجاهاته نحو نفسه أو معتقداته عنها وهذا وثيق الصلة بمفهوم السعادة النفسية والتى تعنى الشعور بالرضا عن الحياة فى جوانبها المختلفة ، والتفاعل بإيجابية مع الآخرين ، ويقدم (2003) Cheng & Furnham دليل على هذه العلاقة بعد مراجعة (١١) دراسة تناولت العلاقة بين تقدير الذات والسعادة النفسية أظهرت نتائجها جميعاً وجود ارتباط موجب ودال إحصائياً بين المتغيرين ، وبحساب

متوسط معامل الارتباط في هذه الدراسات كانت قيمته (٠,٥٥) . وهذا يؤكد أن التقدير الموجب للذات منبأ قوى بالسعادة النفسية .

رابعاً : دراسات تناولت السعادة النفسية والمساندة الاجتماعية :

تناولت دراسة Winefield & et al . (1992) العلاقة بين المساندة الاجتماعية ، والسعادة النفسية في ضوء مقياس المساندة متعدد الأبعاد **The Multi – Dimensional Support Scale** ، وتكونت العينة من (٤٨٣) فرداً منهم (٤٨,٧%) من الذكور ، (٥١,٣%) من الإناث ، متوسط أعمارهم (٢٣,٦) سنة ، طبق عليهم مقياس المساندة الاجتماعية متعدد الأبعاد (MDSS) ، واستبيان الصحة العامة **General Health Questionnaire** كمؤشر للسعادة النفسية لدى الأفراد ، وأظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين المساندة الاجتماعية بأبعادها المختلفة والسعادة النفسية انحصرت قيمته بين (٠,١٢ ، ٠,٤٢) ، وأنه توجد علاقة سببية مباشرة بين المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية ، وتتباين نسب إسهام المساندة الاجتماعية في السعادة النفسية بين (١٢% ، ٣٠%) .

وأجرى Shams (1993) دراسة عن العلاقة بين المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية لدى الرجال الآسيويين البريطانيين العاطلين **Unemployed British Asian Men** ، وتكونت العينة من (٧١) رجل ، متوسط أعمارهم (٢١) سنة ، طبق عليهم مقياس المساندة الاجتماعية (Ullah & et al . , 1985) ، واستبيان الصحة العامة كمؤشر للسعادة النفسية (GHQ , Goldberg , 1972) . وأظهرت النتائج وجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين المساندة الاجتماعية المادية ، والعاطفية سواء من العائلة أو الزملاء والسعادة النفسية انحصرت قيمته بين (-٠,١٦ ، -٠,٣٠) . وأن المساندة الاجتماعية بأشكالها المختلفة تفسر حوالي (٤٤%) من السعادة النفسية لدى الأفراد .

ويرجع الباحث الحالي الارتباط السالب بين المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية في هذه الدراسة إلى طبيعة العينة ، فهي تعاني من مشكلات كثيرة سواء على المستوى الأسرى والمتمثل في عدم القدرة على تلبية مطالب واحتياجات أفراد العائلة لعدم وجود عمل ، أو على المستوى المجتمعي فنظرة أفراد المجتمع سلبية تجاه هؤلاء الأفراد وتصفهم بصفات وسلوكيات غير مرغوبة . إلا أن الدراسة تؤكد على الدور

الإيجابي للمساندة الاجتماعية في التخفيف من حدة الضغوط والمشكلات التي يتعرض لها هؤلاء الأفراد .

وفي ماليزيا بحث (Arulrajah & Harun (2000) العلاقة بين المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية لدى عينة مكونة من (٤٢٢) فرداً من خريجي الجامعة ، منهم (١١٠) من الذكور ، (٣١٢) من الإناث ، طبق عليهم مقياس المساندة الاجتماعية (SS) ، ومقياس السعادة النفسية (PWB) ، وأظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية قيمته (٠,٣٥) ، وأن (٢٢%) من التباين في السعادة النفسية يرجع إلى المساندة الاجتماعية .

وفي تركيا بحث (Gencoz & Ozlale (2004) التأثير المباشر وغير المباشر للمساندة الاجتماعية على السعادة النفسية *Direct and Indirect Effects Of Social Support On Psychological Well – Being* ، وتكونت العينة من (٣٤٢) فرداً في الجامعة التقنية بالشرق الأوسط *The Middle East Technical University* ، منهم (٢٢٤) من الذكور ، (١١٨) من الإناث ، متوسط أعمارهم (١٨,١٧) سنة ، طبق عليهم مقياس الإمدادات الاجتماعية *Social Provisions Scale (SPS)* لقياس المساندة الاجتماعية ، وقائمة ضغوط الحياة لطلاب الجامعة *Life Stresses Inventory for University Students (oral, 1999)* ، وقائمة بيك للاكتئاب (BDI, 1979) كمؤشرات للسعادة النفسية ، وأظهرت النتائج وجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين المساندة الاجتماعية وكل من : الاكتئاب انحصرت قيمته بين (-٠,٣٤ ، -٠,٣٩) ، وضغوط الحياة وانحصرت قيمته بين (-٠,٢٦ ، -٠,٣٤) ، وأنه يوجد تأثير مباشر دال إحصائياً للمساندة الاجتماعية على كل من : الاكتئاب (١٦%) ، وضغوط الحياة (٣٧%) .

وأظهرت نتائج دراسة (Nezlek & Allen (2006 على عينة مكونة من (١٥٣) طالباً وطالبة بالجامعة ، منهم (٦٨) طالباً ، (٨٥) طالبة ، طبق عليهم مقياس سلوكيات المساندة الاجتماعية *Social Support Behaviors Scale (SSB, Vaux & et al., 1987)* ، وقائمة بيك للاكتئاب (BDI, 1979) ، واستبيان الأحداث الإيجابية والسلبية (PANAS, Watson & et al., 1998) ، وأظهرت النتائج وجود ارتباط

سالب دال إحصائياً بين المساندة الاجتماعية (من العائلة أو الأصدقاء) وكل من : الاكتئاب (-٠,٣٩ ، -٠,٤٢) ، والأحداث السلبية (-٠,١٧ ، -٠,٢٠) ، بينما كان هذا الارتباط موجب دال إحصائياً مع الأحداث الإيجابية (٠,٢١ ، ٠,٣٢) .

وأجرى Wong & et al. (2007) تقييم تجريبي Empirical Evaluation لعلاقة المساندة الاجتماعية بالسعادة النفسية لدى المهاجرين الصينيين والكوريين الأكبر سناً Older Chinese and Korean Immigrants ، وتكونت العينة من (٢٠٠) فرداً ، أعمارهم من (٦٥ إلى ٩٥) سنة ، طبق عليهم مقياس المساندة الاجتماعية ويقس أربع أشكال للمساندة الاجتماعية هي : الانفعالية والصحية / Emotional Companionship ، والمعلوماتية / النصيحة Information / Advice ، واللغوية Language ، والمالية Financial من إعداد Wong & et al. (2005) ، وقائمة الصحة العقلية (MHI-17) Mental Health Inventory لقياس السعادة النفسية ، وأظهرت النتائج وجود ارتباط ضعيف بين المساندة الاجتماعية بأشكالها المختلفة والسعادة النفسية انحصرت قيمته بين (٠,٠٨ ، ٠,٢٤) ، وأن إسهام المساندة الاجتماعية في السعادة النفسية حوالى (١٢%) من الدرجة الكلية . وفسر الباحثان معاملات الارتباط الضعيفة بالخطأ في إستراتيجية اختيار العينة .

وفى نفس السياق بحث Portero & Oliva (2007) علاقة المساندة الاجتماعية بالسعادة النفسية لدى المسنين ، وتكونت العينة من (١٤٧) فرداً أسبانياً ، منهم (٣٧,٥%) من الذكور ، (٦٢,٥%) من الإناث ، أعمارهم فوق (٥٥) سنة ، طبق عليهم مقياس السعادة النفسية (EBP , Sanchez – Canovas , 1998) ويقس (السعادة النفسية الشخصية ، والسعادة المادية ، والسعادة فى العمل ، والعلاقات مع الشريك) . واستبيان الصحة العامة (GHQ-28 , Goldberg & Williams , 1996) ، واستبيان المساندة الاجتماعية (Parmar & et al ., 1998) . وأظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية انحصرت قيمته بين (٠,١٧٧ ، ٠,٢٥٧) .

وتناول (Philips & et al ., 2008) المساندة الاجتماعية المعلوماتية Informal Social Support وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى الأفراد فى هونج كونج ، وتكونت

العينة من (٥١٨) فرداً منهم (٢٢٤) من الذكور ، (٢٩٤) من الإناث ، أعمارهم (٦٠) سنة فأكثر ، طبق عليهم استبيان التقرير الذاتى للمساندة الاجتماعية ويقاس حجم المساندة ، وتكرارها من (العائلة ، الأصدقاء ، الأقرباء ، والجيران) والرضا عن المساندة ، والصورة المختصرة لاستبيان جودة الحياة لمنظمة الصحة العالمية (World Health Organization Quality of Life (WHOQoL) Group 1998) ويقاس خمس مجالات هى : المشاعر الإيجابية ، التفكير ، التعلم ، الذاكرة ، العلاقات مع الآخرين ، تقدير الذات ، والمشاعر السلبية . وأظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين المساندة الاجتماعية من حيث الحجم والسعادة النفسية انحصرت قيمته بين (٠,١١ ، ٠,٢٥) أعلاها كان للمساندة المقدمة من الجيران وأقلها للمقدمة من العائلة . بينما وجد ارتباط موجب دال إحصائياً للمساندة الاجتماعية المقدمة من العائلة من حيث التكرار والرضا عنها والسعادة النفسية قيمته (٠,١١ ، ٠,٢٢) فى حين لم يوجد ارتباط بين أشكال المساندة الأخرى والسعادة النفسية ، وإن المساندة منبأ ضعيف بدرجة السعادة النفسية حيث انحصرت نسب الإسهام (٠,٠١ % ، ٠,٠٧ %).

ينتضح من نتائج الدراسات التى تناولت المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالسعادة النفسية وجود علاقة سببية مباشرة بين المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية مع اختلاف قيم معاملات الارتباط واتجاهها (موجب - سالب) ، فجاءت فى بعض الدراسات موجبة حيث كانت مؤشرات قياس السعادة النفسية متغيرات إيجابية مثل التقدير المرتفع للذات ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والأحداث الإيجابية ، والصحة العامة كما فى دراسة كل من : Winefield & et al . (1992), Arulrajah (2006), Nezlek & Allen (2000) , Harun & ، بينما كان الارتباط سلبياً عندما كانت مؤشرات السعادة النفسية متغيرات سلبية مثل الاكتئاب ، والقلق ، والانفعالات السلبية ، وضغوط الحياة كما فى دراسة كل : Gencoz & Ozlale (2004) , Nezlek (2006), Allen & ، أو أن طبيعة العينة تعاني من مشكلات مختلفة (Shams, 1993). وتباينت نسب إسهام المساندة الاجتماعية بأشكالها المختلفة فى السعادة النفسية فكانت ما بين (١٢% ، ٣٠%) فى دراسة Winefield & et al . (1992) ، و (٤٤%) فى

دراسة (Shams (1993 ، و (٢٢%) فى دراسة (Arulrajah & Harun (2000 ، و (١٢%) و (١٦% ، (٣٧%) فى دراسة (Gencoz & Ozlale (2004 ، و (١٢%) فى دراسة (Wong & et al. (2007 ، وكانت ضعيفة جداً (٠,٠١% ، ٠,٠٧%) فى دراسة (Philips & et al. , 2008) .

فروض البحث : فى ضوء نتائج الدراسات والبحوث السابقة يمكن صياغة الفروض التالية :

١- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث فى السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية .

٢- توجد علاقات ارتباطية متباينة النوع (موجبة - سالبة) والدالة (دالة - غير دالة) بين درجات الطلاب فى كل من السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية وكل من : العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وتقدير الذات ، والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة .

٣- يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (المقبولية ، والضمير الحى ، والانبساطية ، والعصابية ، والانفتاح على الخبرة) لدى طلاب الجامعة .

٤- يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من تقدير الذات (المظهر ، والاجتماعى ، والأداء) لدى طلاب الجامعة.

٥- يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من المساندة الاجتماعية (العائلة ، الأصدقاء ، والعلاقات مع الآخرين) لدى طلاب الجامعة .

٦- يمكن الوصول إلى نموذج بنائى يجمع بين المتغيرات التالية : السعادة النفسية ، والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية " المقبولية ، والضمير الحى ، والانبساطية ، والعصابية ، والانفتاح على الخبرة " ، وتقدير الذات ، والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة .

منهجية البحث وإجراءاته :

أولاً : منهج البحث :

تدرس البحوث الوصفية الارتباطية العلاقة بين المتغيرات ، أو تتنبأ بحدوث متغيرات من متغيرات أخرى مستخدمة في ذلك أساليب إحصائية متقدمة مثل تحليل الانحدار المتعدد ، وتحليل المسار والتحليل العاملي وغيرها . وحيث أن هدف البحث الحالي الوصول إلى نموذج بنائي للعلاقات بين متغيرات السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية فإن المنهج الوصفي هو الأكثر ملائمة لأهداف البحث الحالي .

ثانياً : عينة البحث :

اختيرت العينة الاستطلاعية بالدراسة الحالية بطريقة عشوائية بسيطة من طلاب وطالبات الفرقتين الثالثة والرابعة ، وجميع الشعب العلمية والأدبية للعام الدراسي (٢٠١٠/٢٠٠٩) بكلية التربية جامعة الزقازيق ، وتكونت من (١٥٣) طالباً وطالبة منهم (٣٥) طالباً ، (١١٨) طالبة ، متوسط أعمارهم (١٩,٨١) سنة ، وانحراف معياري (٠,٥٩) ، واستخدمت درجات هذه العينة في التحقق من صدق وثبات أدوات الدراسة .

أما العينة النهائية فتكونت من (٤٠٥) طالباً وطالبة ، منهم (١٠٩) طالباً ، (٢٩٦) طالبة ، متوسط أعمارهم (١٩,٧٢) سنة ، وانحراف معياري (٠,٦١) تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة من طلاب وطالبات الفرقتين الثالثة والرابعة ، وجميع الشعب العلمية والأدبية للعام الدراسي (٢٠١٠/٢٠٠٩) بكلية التربية جامعة الزقازيق . وقد استخدمت درجات هذه العينة في التحقق من فروض الدراسة الحالية .

ثالثاً : أدوات البحث :

(١) مقياس السعادة النفسية : (تعريب الباحث)

وهو من إعداد (Springer & Hauser (2006) ، حيث قامت (Ryff (1989 بإعداد مقياس للسعادة النفسية يتكون من (١٢٠) عبارة موزعة على ست أبعاد بواقع (٢٠) عبارة لكل بعد ، ثم ظهرت صور عديدة من هذا المقياس منها الصورة الحالية

والتي تتكون من (٥٤) عبارة بواقع (٩) عبارات لكل بعد من أبعاد السعادة النفسية الستة وهي : الاستقلال الذاتي ، والتمكن البيئي ، والتطور الشخصي ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات . وهي من نوع التقرير الذاتي يجيب عنها الأفراد في ضوء مقياس سداسي التدرج (أرفض بشدة ، أرفض بدرجة متوسطة ، أرفض بدرجة قليلة ، أوافق بدرجة قليلة ، أوافق بدرجة متوسطة ، أوافق بشدة) وتعطى الدرجات (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥ ، ٦) في حالة العبارات الموجبة والعكس في حالة العبارات السالبة ، وتدل الدرجة المرتفعة على تمتع الفرد بدرجة مرتفعة من السعادة النفسية . ويوضح الجدول (٢) توزيع العبارات على مقياس السعادة النفسية .

جدول (٢) توزيع عبارات مقياس السعادة النفسية

العوامل	العبارات*
الاستقلال الذاتي (A)	١، ٧، ١٣، ١٩، ٢٥، ٣١، ٣٧، ٤٣، ٤٩
التمكن البيئي (E)	٢، ٨، ١٤، ٢٠، ٢٦، ٣٢، ٣٨، ٤٤، ٥٠
التطور الشخصي (G)	٣، ٩، ١٥، ٢١، ٢٧، ٣٣، ٣٩، ٤٥، ٥١
العلاقات الإيجابية (R)	٤، ١٠، ١٦، ٢٢، ٢٨، ٣٤، ٤٠، ٤٦، ٥٢
الحياة الهادفة (P)	٥، ١١، ١٧، ٢٣، ٢٩، ٣٥، ٤١، ٤٧، ٥٣
تقبل الذات (S)	٦، ١٢، ١٨، ٢٤، ٣٠، ٣٦، ٤٢، ٤٨، ٥٤

* - العبارة سالبة

وتشير النتائج إلى تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الصدق والثبات على عينات بلغ عددها (٩٢٤٠) فرداً في أعمار زمنية مختلفة امتدت من (٢٥ إلى ٧٤) سنة ، وكانت معاملات ارتباط البنود بالبعد الذي تنتمي إليه موجبة ودالة إحصائياً ، وأن النموذج السداسي للسعادة النفسية هو أفضل النماذج في تحقيق شروط حسن المطابقة ، وحظيت العوامل الستة بأعلى تشبعات للبنود ، وخلصت النتائج إلى استقرار البنية العاملية للسعادة النفسية ووجود ارتباطات دالة إحصائياً بينها وبين الأبعاد المكونة للصحة النفسية بشكل عام (Springer & Hauser, 2006 : 1100) .

وتشير نتائج دراسة (Akin, 2000 : 741) على (١٢١٤) طالباً وطالبة بالجامعة ، منهم (٦١٨) طالباً ، (٥٩٦) طالبة متوسط أعمارهم (٢١،٨) سنة ، و

(١٢٤) معلم لغة إنجليزية إلى تحقق الصدق البنائي لنموذج Ryff للسعادة النفسية في العينة التركية حيث تشبعت العوامل الستة على عامل عام يفسر (٦٨%) من التباين الكلي ، ووجود تكافؤ لغوي Language Equivalency بين النسختين الإنجليزية والتركية للمقياس اتضح في معاملات الارتباط المرتفعة فكانت : (٠,٩٤) للاستقلالية ، (٠,٩٧) للتمكن البيئي ، (٠,٩٧) للتطور الشخصي ، (٠,٩٦) للعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، (٠,٩٦) للحياة الهادفة ، (٠,٩٥) لتقبل الذات ، وتحقيق درجة مرتفعة من الاتساق الداخلي فانحصرت قيم معاملات ارتباط العوامل بالدرجة الكلية للمقياس بين (٠,٨٧ ، ٠,٩٦) ، وانحصرت معاملات الارتباط كمؤشر للثبات بطريقة إعادة التطبيق بين (٠,٧٨ ، ٠,٩٧) .

وأظهرت نتائج دراسة (Abbott & et al ., 2006) وجود ارتباط موجب أكبر من (٠,٨٠) بين الأبعاد الأربعة (التمكن البيئي ، والنمو الشخصي ، والأهداف في الحياة ، وتقبل الذات) ، وأنها تشبعت جميعاً على عامل واحد بقيم (٠,٨٧ ، ٠,٨٣ ، ٠,٩٤ ، ٠,٩٦) على الترتيب وأمكن تسمية هذا العامل بالسعادة العامة General Well -Bing (EGPS) ، في حين تشبع بعدى الاستقلالية (٠,٩٧) ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين (٠,٨٢) على عاملين مستقلين .

وقام الباحث الحالي بتعريب هذا المقياس وعرض الترجمة والنسخة الأجنبية على (٤) من أعضاء هيئة التدريس* المتخصصين في اللغة الإنجليزية وعلم النفس ، وتم تعديل صياغة بعض البنود . وللتحقق من صدق وثبات المقياس في الدراسة الحالية ، تم إتباع الخطوات الآتية :

- أ- الاتساق الداخلي : وتم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس بطريقتين :
- حساب معامل الارتباط بين درجات العينة الاستطلاعية على كل عبارة ودرجاتهم الكلية على العامل الفرعي الذي تنتمي إليه العبارة ، وانحصرت قيم معاملات الارتباط بين (٠,٣١٦ ، ٠,٦٧٢) وهي دالة إحصائياً عند مستوى

* أ.د أحمد مهدي مصطفى ، د. حمود هزاع الشريف ، أ.د زيدان عبد العزيز السرطاوي ، أ.د محمد ياسين الألفي .

(٠,٠١) ، ويوضح الملحق رقم (١) معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للعامل الذي تنتمي إليه في مقياس السعادة النفسية .

- حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للعامل والدرجة الكلية للمقياس ، وكذلك معاملات الارتباط بين العوامل وبعضها ، وانحصرت قيم معاملات الارتباط بين العوامل وبعضها بين (٠,٢٦٢ ، ٠,٧٤٩) ، ومعاملات ارتباط العوامل بالدرجة الكلية بين (٠,٥٥١ ، ٠,٨٦١) ، وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) ، ويوضحها الجدول (٣) :

جدول (٣) معاملات الارتباط البيئية للعوامل ، ومعاملات ارتباط العوامل بالدرجة الكلية

لمقياس السعادة النفسية (ن = ١٥٣)

العوامل*	A	E	G	R	P	S
A						
E	**٠,٣٢٧					
G	**٠,٢٦٢	**٠,٤١٣				
R	**٠,٣٧٢	**٠,٤٩٢	**٠,٥٣١			
P	**٠,٣٥٠	**٠,٥٢٤	**٠,٦٣٣	**٠,٥٦٣		
S	**٠,٣١٦	**٠,٤٨٥	**٠,٥٥٤	**٠,٥١١	**٠,٧٤٩	
PWB	**٠,٥٥١	**٠,٧١٠	**٠,٧٦٤	**٠,٧٨٧	**٠,٨٦١	**٠,٨١٠

* (A) الاستقلال الذاتي ، E) التمكن البيئي ، G) التطور الشخصي ، R) العلاقات الإيجابية مع الآخرين ، P) الحياة الهادفة ، S) تقبل الذات ، PWB) الدرجة الكلية () .

** دال عند (٠,٠١) .

ب- صدق المقياس :

تحقق الباحث من الصدق العاَملى للمقياس باستخدام التحليل العاَملى التوكيدي Confirmatory Factor Analysis (CFA) بطريقة الاحتمال الأقصى Maximum Likelihood والتي أسفرت عن تشبع جميع العوامل الفرعية على عامل واحد بجذر كامن (٢,٩٥) ويفسر (٥٦,٩٠%) من التباين الكلى ، وكانت قيمة كا^٢ = ١٣,٩٧ ، بدرجات حرية = ٩ ، ومستوى دلالة = ٠,١٢٣ ، ونسبة كا^٢ = ١,٥٥ وذلك يؤكد وجود مطابقة جيدة للبيانات مع النموذج المقترح وهو ستة عوامل فرعية وكانت تشبعاتها على الترتيب : ٠,٤١٥ ، ٠,٦١١ ، ٠,٧٠٧ ، ٠,٦٦٨ ، ٠,٨٨٨ ، ٠,٨١٦ .

ج- ثبات المقياس : تم حساب معامل ألفا كرونباخ لعبارات كل عامل على حدة فكانت على الترتيب هي : ٠,٧٤٥ ، ٠,٧٨٣ ، ٠,٧٠١ ، ٠,٦٩٧ ، ٠,٦١٨ ، ٠,٦٥٦ وجميعها قيم مرتفعة مما يؤكد تمتع جميع عبارات المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات ، وكانت قيمة معامل ألفا للمقياس ككل (٠,٨٤٨) .

من جميع الإجراءات السابقة تأكد للباحث تمتع مقياس السعادة النفسية بدرجة مرتفعة من الصدق والثبات على العينة الاستطلاعية للدراسة الحالية ، ويوضح الملحق رقم (٢) الصورة النهائية للمقياس ، والتي تتكون من (٥٤) عبارة .

(٢) قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية :

(تعريب : السيد أبو هاشم ، ٢٠٠٧)

من إعداد Goldberge (1999) ، وتتكون من (٥٠) عبارة لقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بواقع (١٠) عبارات لكل عامل : (المقبولية ، والضمير الحى ، والانبساطية ، والعصابية ، والانفتاح على الخبرة) ، وهى من نوع التقرير الذاتى يجيب عنها الأفراد فى ضوء مقياس خماسى التدرج (لا تنطبق على إطلاقاً ، تنطبق على قليلاً ، تنطبق على أحياناً ، تنطبق على كثيراً ، تنطبق على تماماً) وتعطى الدرجات (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥) فى حالة العبارات الموجبة والعكس فى حالة العبارات السالبة . ويوضح الجدول (٤) توزيع العبارات على العوامل الخمسة للشخصية .

جدول (٤) توزيع عبارات قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

العوامل	العبارات*
المقبولية A	٤٨، ٤٥، ٤٤، ٣٧، ٣١، ٢٤، ٢٠، ١٤، ١٣، ٤
الضمير الحى C	٤٦، ٤١، ٣٨، ٣٦، ٣٣، ٢٧، ٢٦، ١٨، ١١، ١٠
الانبساطية E	٥٠، ٤٧، ٣٩، ٣٤، ٢٣، ٢١، ١٧، ١٥، ٩، ٨
العصابية N	٤٩، ٤٣، ٤٠، ٣٥، ٢٩، ٢٥، ١٦، ١٢، ٣، ٢
الانفتاح O	٤٢، ٣٢، ٣٠، ٢٨، ٢٢، ١٩، ٧، ٦، ٥، ١

* - العبارة سالبة

وقام " السيد أبو هاشم " (٢٠٠٧) بتعريبها والتحقق من صدقها وثباتها على عينة مكونة من (١٦٠) طالباً وطالبة بالجامعة ، وجاءت جميع قيم معاملات الارتباط

بين العبارات والدرجة الكلية للعامل دالة إحصائية حيث انحصرت بين (٠,٤٣٥)، (٠,٦٥١)، وكانت قيم معامل ألفا (٠,٨٤٥) للمقبولية، (٠,٨١٥) للضمير الحى، (٠,٧٥١) للانبساطية، (٠,٨٤٧) للعصابية، (٠,٧٥٧) للانفتاح على الخبرة .

وفى الدراسة الحالية تم التحقق من ثبات القائمة بعد تطبيقها على العينة الاستطلاعية، وكانت قيم معامل ألفا (٠,٦٢٤) للمقبولية، (٠,٦٧٩) للضمير الحى، (٠,٦٢٢) للانبساطية، (٠,٥٣٢) للعصابية، (٠,٦٩٢) للانفتاح على الخبرة .

من الإجراءات السابقة تأكد للباحث ثبات وصدق قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وصلاحياتها للاستخدام فى البحث الحالى لقياس عوامل الشخصية فى ضوء نموذج جولدمبيرج، ويوضح ملحق (٣) الصورة النهائية لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

(٣) مقياس تقدير الذات : (تعريب : الشناوى عبد المنعم ، ١٩٩٨)

وهو من إعداد (Heatherton & Polivy 1991)، ويتكون المقياس من (٢٠) عبارة تتوزع على ثلاثة أبعاد هى : المظهر Appearance (٣، ٦، ٧، ١١، ١٢، ١٦)، والاجتماعى Social (٢، ٨، ١٠، ١٣، ١٥، ٢٠)، والأداء Performance (١، ٤، ٥، ٩، ١٤، ١٨، ١٩) من نوع التقرير الذاتى يجيب عنها الأفراد فى ضوء مقياس خماسى التدرج (قليلاً جداً ، قليلاً ، إلى حد ما ، كثيراً ، كثيراً جداً) وتعطى الدرجات (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥) فى حالة العبارات الموجبة وهى أرقام (١ ، ٣ ، ٦ ، ٩ ، ١١ ، ١٢ ، ١٤) ، والعكس فى حالة العبارات السالبة ، وتدل الدرجة المرتفعة على تقدير الذات الإيجابى .

وقام " الشناوى عبد المنعم الشناوى " (١٩٩٨) بتعريبه والتحقق من صدقه وثباته على عينة مكونة من (١٥٠) طالباً وطالبة بالمرحلة الثانوية، حيث كانت جميع معامل ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه دالة إحصائية وانحصرت قيم معامل الارتباط بين (٠,٣٢، ٠,٧٧). وكانت قيم معامل ألفا (٠,٤٩١، ٠,٦٤٨، ٠,٧٢٧) للأبعاد الثلاثة، و (٠,٨٤٣) للدرجة الكلية. وبحساب معامل الارتباط بين درجات الطلاب على المقياس ودرجاتهم على اختبار كوبر سميث كان معامل الارتباط (٠,٦٩٣) وهو دال إحصائياً، وباستخدام التحليل العاملى التوكيدى أظهرت النتائج

تشبع الأبعاد الثلاثة على عامل واحد وكانت التشبعات (٠,٨٦٣ ، ٠,٨٢٩ ، ٠,٧٣٠) ، وحقق النموذج العامل مطابقة تامة للبيانات .

وللتحقق من صدق وثبات المقياس فى الدراسة الحالية ، تم إتباع الخطوات الآتية :

أ- الاتساق الداخلى : وتم التحقق من الاتساق الداخلى للمقياس بطريقتين :

- حساب معامل الارتباط بين درجات العينة الاستطلاعية على كل عبارة ودرجاتهم الكلية على العامل الفرعى الذى تنتمى إليه العبارة ، وانحصرت قيم معاملات الارتباط بين (٠,٣٤٨ ، ٠,٧٣٥) وهى دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) ، ويوضحها الجدول (٥) :

جدول (٥) معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للعامل فى مقياس تقدير الذات (ن=١٥٣)

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	٠,٤٩٤**	٨	٠,٣٤٨**	١٥	٠,٥٧٩**
٢	٠,٦٢٨**	٩	٠,٥٣٦**	١٦	٠,٥١٠**
٣	٠,٥٣٨**	١٠	٠,٥٦٨**	١٧	٠,٦٧٤**
٤	٠,٥٥٣**	١١	٠,٦٠٥**	١٨	٠,٦٤٣**
٥	٠,٥٥٦**	١٢	٠,٦٦٩**	١٩	٠,٧٣٥**
٦	٠,٥١٠**	١٣	٠,٥٩٣**	٢٠	٠,٦١٩**
٧	٠,٥٧٦**	١٤	٠,٣٩٩**		

- حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للعامل والدرجة الكلية للمقياس ، وكذلك معاملات الارتباط بين العوامل وبعضها ، وانحصرت قيم معاملات الارتباط بين العوامل وبعضها بين (٠,٥١٩ ، ٠,٦٦٤) ، ومعاملات ارتباط العوامل بالدرجة الكلية بين (٠,٧٨٢ ، ٠,٨٩٢) ، وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) ، ويوضحها الجدول (٦) :

جدول (٦) معاملات الارتباط البينية للعوامل ، ومعاملات ارتباط العوامل بالدرجة الكلية

لمقياس تقدير الذات (ن = ١٥٣)

العوامل	المظهر	الاجتماعى	الأداء	الدرجة الكلية
المظهر				
الاجتماعى	٠,٥١٩**			
الأداء	٠,٥٩٦**	٠,٦٦٤**		
الدرجة الكلية	٠,٧٨٢**	٠,٨٨٠**	٠,٨٩٢**	

** دال عند (٠,٠١)

ب- صدق المقياس :

تحقق الباحث من الصدق العاملي للمقياس باستخدام التحليل العاملي التوكيدي بطريقة الاحتمال الأقصى والتي أسفرت عن تشبع جميع العوامل الفرعية على عامل واحد بجذر كامن (١,٨١) ويفسر (٦٠,٢٤%) من التباين الكلي ، وكانت قيمة كا^٢ = صفر ، وذلك يؤكد وجود مطابقة تامة للبيانات مع النموذج المقترح وهو ثلاثة عوامل فرعية وكانت تشبعاتها على الترتيب : ٠,٦٨٢ ، ٠,٧٦١ ، ٠,٨٧٣ .

ج- ثبات المقياس : تم حساب معامل ألفا كرونباخ لعبارات كل عامل على حدة فكانت على الترتيب هي : ٠,٦١٩ ، ٠,٦٢٣ ، ٠,٦٣٤ لكل من المظهر ، والاجتماعي ، والأداء ، وجميعها قيم مرتفعة مما يؤكد تمتع جميع عبارات المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات ، وكانت قيمة معامل ألفا للمقياس ككل (٠,٨٠١) .

من جميع الإجراءات السابقة تأكد للباحث تمتع مقياس تقدير الذات بدرجة مرتفعة من الصدق والثبات على العينة الاستطلاعية للدراسة الحالية ، ويوضح الملحق رقم (٤) الصورة النهائية للمقياس ، والتي تتكون من (٢٠) عبارة .
(٤) مقياس المساندة الاجتماعية : (تعريب الباحث)

وهو من إعداد (Zimet & Canty - Mitchell (2000) ، ويطلق عليه المقياس متعدد الأبعاد لتلقي المساندة الاجتماعية (MSPSS : Multidimensional Scale of Perceived Social Support) ، ويتكون المقياس من (١٢) عبارة تتوزع على ثلاثة أبعاد للمساندة بواقع أربع عبارات لكل بعد وهي : المساندة من العائلة Family Support (FA) (٣ ، ٤ ، ٨ ، ١١) ، والمساندة من الأصدقاء friends Support (FR) (٦ ، ٧ ، ٩ ، ١٢) ، والمساندة من الآخرين ذات الدلالة Significant other Support (SO) (١ ، ٢ ، ٥ ، ١٠) ، من نوع التقرير الذاتي يجيب عنها الأفراد في ضوء مقياس خماسي التدرج (لا أوافق بشدة ، لا أوافق ، محايد ، أوافق ، أوافق بشدة) ، وتعطى الدرجات (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥) في جميع العبارات ، وتدل الدرجة المرتفعة على المساندة الاجتماعية المرتفعة . وتشير دراسة كل من : (Zimet & Canty - Mitchell (2000), Cheng & Chan (2004), Duru (2008), Basol (2007) إلى تمتع المقياس بخصائص جيدة في البيئة الأجنبية .

وقام الباحث الحالى بتعريب هذا المقياس وعرض الترجمة والنسخة الأجنبية على (٤) من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين فى اللغة الإنجليزية وعلم النفس ، وتم تعديل صياغة بعض البنود . وللتحقق من صدق وثبات المقياس فى الدراسة الحالية ، تم إتباع الخطوات الآتية :

أ- الاتساق الداخلى : وتم التحقق من الاتساق الداخلى للمقياس بطريقتين :

- حساب معامل الارتباط بين درجات العينة الاستطلاعية على كل عبارة ودرجاتهم على العامل الفرعى الذى تنتمى إليه العبارة ، وانحصرت قيم معاملات الارتباط بين (٠,٧٩٠ ، ٠,٩٠٠) ، وهى دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) ، ويوضحها الجدول (٧) :

جدول (٧) معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للعامل فى مقياس المساندة الاجتماعية

(ن=١٥٣)

العبرة	معامل الارتباط	العبرة	معامل الارتباط	العبرة	معامل الارتباط
١	٠,٩٠٠	٥	٠,٨٧٩	٩	٠,٨١٩
٢	٠,٨٩١	٦	٠,٨٦٨	١٠	٠,٧٩٢
٣	٠,٨٤٦	٧	٠,٨٦٨	١١	٠,٨٦٩
٤	٠,٨٢٩	٨	٠,٨٥١	١٢	٠,٧٩٠

** دال عند (٠,٠١)

- حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للعامل والدرجة الكلية للمقياس ، وكذلك معاملات الارتباط بين العوامل وبعضها ، وانحصرت قيم معاملات الارتباط بين العوامل وبعضها بين (٠,٥٠٣ ، ٠,٦١٤) ، ومعاملات ارتباط العوامل بالدرجة الكلية بين (٠,٧٧٦ ، ٠,٨٦١) ، وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) ، ويوضحها الجدول (٨) :

جدول (٨) معاملات الارتباط البينية للعوامل ، ومعاملات ارتباط العوامل بالدرجة الكلية

لمقياس المساندة الاجتماعية (ن = ١٥٣)

العوامل	العائلة	الأصدقاء	الآخرين	الدرجة الكلية
العائلة				
الأصدقاء	٠,٥٠٣			
الآخرين	٠,٤٦٦	٠,٦١٤		
الدرجة الكلية	٠,٧٧٦	٠,٨٤٣	٠,٨٦١	

ب- صدق المقياس :

تحقق الباحث من الصدق العاملي للمقياس باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية مع تدوير المحاور بطريقة الفاريماكس ، وجاءت النتائج لتؤكد صدق البناء لمقياس المساندة الاجتماعية ، حيث تشبعت جميع العبارات على ثلاثة عوامل تفسر معاً (٧٣,٢٥%) من التباين الكلي ، ويوضح ذلك الجدول (٩) :

جدول (٩) تشبعت العبارات على العوامل لمقياس المساندة الاجتماعية (ن = ١٥٣)

العبارات	العوامل			الاشتراكات
	العائلة	الأصدقاء	الآخرين	
١			٠,٨٤٢	٠,٨٣٦
٢			٠,٨٥٢	٠,٨٢١
٣	٠,٧٩٣			٠,٧٣١
٤	٠,٨١٨			٠,٧٤٦
٥			٠,٧٨٠	٠,٧٨٥
٦		٠,٨٤١		٠,٧٩٦
٧		٠,٨٠٥		٠,٧٦٥
٨	٠,٧٩٠			٠,٧١١
٩		٠,٧٥١		٠,٦٩٨
١٠			٠,٧١٦	٠,٥٨١
١١	٠,٨٢٤			٠,٧٥٤
١٢		٠,٦٦٢		٠,٥٦٦
الجنر الكامن	٢,٩٥	٢,٨٤	٣,٠٠	
التباين %	٢٤,٥٥	٢٣,٦٥	٢٥,٠٤	

و باستخدام التحليل العاملي التوكيدي بطريقة الاحتمال الأقصى وجاءت النتائج تؤكد تشبع جميع العوامل الفرعية على عامل واحد بجنر كامن (١,٦١) ويفسر (٥٣,٧٩%) من التباين الكلي ، وكانت قيمة كا^٢ = صفر ، وذلك يؤكد وجود مطابقة تامة للبيانات مع النموذج المقترح وهو ثلاثة عوامل فرعية وكانت تشبعاتها على الترتيب : ٠,٦١٨ ، ٠,٨١٥ ، ٠,٧٥٤ .

ج- ثبات المقياس : تم حساب معامل ألفا كرونباخ لعبارات كل عامل على حدة فكانت على الترتيب هي : ٠,٨٦٥ ، ٠,٨٥٤ ، ٠,٨٨٥ لكل من المساندة من العائلة ، والأصدقاء ، والآخرين ، وجميعها قيم مرتفعة مما يؤكد تمتع جميع عبارات المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات ، وكانت قيمة معامل ألفا للمقياس ككل (٠,٩٠٦) .

من جميع الإجراءات السابقة تأكد للباحث تمتع مقياس المساندة الاجتماعية بدرجة مرتفعة من الصدق والثبات على العينة الاستطلاعية للدراسة الحالية ، ويوضح الملحق رقم (٥) الصورة النهائية للمقياس ، والتي تتكون من (١٢) عبارة .

رابعاً : المعالجة الإحصائية : سوف يستخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية بواسطة الحزمة الإحصائية في العلوم الاجتماعية SPSS : اختبار " ت " ، ومعامل الارتباط ، وتحليل الانحدار المتعدد ، وتحليل المسار .

نتائج الدراسة وتفسيرها :

نتائج الفرض الأول والذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث في السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية " . وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) للمجموعات المستقلة Independent sample T Test ، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول رقم (١٠) :

جدول (١٠) قيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث في السعادة النفسية

الأبعاد	الذكور (ن = ١٠٩)		الإناث (ن = ٢٩٦)		ت ودلالاتها
	ع	م	ع	م	
الاستقلال الذاتي	٤,٧٣	٣١,٩٩	٥,١٣	٣٢,١١	٠,٢٢٠
التمكن البيئي	٤,٩٧	٣٣,٧٢	٥,٧٨	٣٣,٧٢	٠,٠٠٨
التطور الشخصي	٦,١٠	٣٧,٤٧	٦,٠٥	٣٨,٣٧	١,٣٣
العلاقات الإيجابية	٦,٥٧	٣٧,٠٦	٧,١١	٣٧,٨١	٠,٩٦٠
الحياة الهادفة	٦,٥٠	٣٦,١١	٦,٤٨	٣٦,٤٧	٠,٤٩٩
تقبل الذات	٧,٢٣	٣٣,٦٢	٦,٧٥	٣٤,٢٩	٠,٨٦٨
الدرجة الكلية	٢٦,١٥	٢٠٩,٩٩	٢٦,٣٨	٢١٢,٨٠	٠,٩٥٤

يتضح من الجدول رقم (١٠) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية : الاستقلالية ، والتمكن البيئي ، والتطور الشخصي ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات .

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من : (Cheng & Furnham (2003 , 2004) , (Burris & et al . (2009) , (Pontrotto & et al . (2007) , (Furr (2005) والتي أكدت عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في السعادة النفسية بمكوناتها المختلفة . ولكنها تختلف مع نتائج دراسة كل من : (Cooper & et al . (1995) , (Benjet & (2003) , (Roothman & et al (2001) , (Shek (2001) , (Hernandez – Guzman (2001) ،

السيد الشربيني ، ٢٠٠٧) ، (سحر علام ، ٢٠٠٨) ، (أمسية الجندى ، ٢٠٠٩) والتي أكدت وجود فروق بين الذكور والإناث في بعض مكونات السعادة النفسية . وقد يرجع ذلك إلى اختلاف العوامل الثقافية وطبيعة التنشئة الاجتماعية ، أو طبيعة المرحلة العمرية التي أجريت فيها هذه الدراسات ، وأكد ذلك عدد كبير من البحوث والدراسات في البيئات الأجنبية إلى وجود فروق ضئيلة جداً بين الذكور والإناث فيما يتعلق عن الشعور بالرضا عن الحياة بوجه عام أو في المشاعر الإيجابية (مايكل أرجايل ، ١٩٩٧ : ٢٢٥) .

نتائج الفرض الثاني والذي ينص على " توجد علاقات ارتباطية متباينة النوع (موجبة - سالبة) ، والدلالة (دالة - غير دالة) بين درجات الطلاب في السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية وكل من : العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وتقدير الذات ، والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة " . وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون **Pearson Correlation** ، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول رقم (١١) :

جدول (١١) معاملات الارتباط بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية (ن = ٤٠٥)

المتغيرات	مكونات السعادة النفسية					
	الاستقلال	التمكن البيئي	التطور الشخصي	العلاقات الإيجابية	الحياة الهادفة	تقبل الذات
المقبولية	٠,٠٠٩	**٠,٢٨٤	**٠,٢٣٩	**٠,١٥٨	**٠,١٨٣	**٠,٢٧١
الضمير	**٠,١٧٩	**٠,٤٦٦	**٠,٢٩١	**٠,٣٧٦	**٠,٣٧٧	**٠,٣١٢
الانسياب	٠,٠٧٨	**٠,٢٦٠	**٠,١٣٠	**٠,٣٠٥	**٠,١٩٣	**٠,١٨١
العصابية	**٠,١٥٦-	**٠,٣٤٠-	٠,٠٦٦-	**٠,١٨٧-	٠,٠٨١-	**٠,٢٨٨-
الافتتاح	**٠,٢١٣	**٠,٢٠٣	**٠,٤١٢	**٠,٣٠٠	**٠,٣٩٤	**٠,٢٨٩
المظهر	**٠,٢٤٥	**٠,٣٦١	**٠,٣٩٩	**٠,٤٢١	**٠,٣٩٦	**٠,٥٢٧
اجتماعي	**٠,١٧٧	**٠,٣٤٩	**٠,٢٩٠	**٠,٣٠٥	**٠,٢٨٤	**٠,٤٢٦
الأداء	**٠,١٨٣	**٠,٤٢٩	**٠,٣٩٩	**٠,٣٥٩	**٠,٤١٣	**٠,٤٣٩
الذات	**٠,٢٣٩	**٠,٤٥٩	**٠,٤٣١	**٠,٤٢٩	**٠,٤٣٢	**٠,٥٥٤
العائلة	**٠,٠٩٢	**٠,٢٤٩	**٠,٣٥٥	**٠,٤٣٠	**٠,٣٤٢	**٠,٢٧٤
الأصدقاء	**٠,١٢٨	**٠,٣٢٧	**٠,٣٠٤	**٠,٤٤٢	**٠,٣٤٠	**٠,٣٥٣
الآخرين	**٠,١٩٥	**٠,١٨٤	**٠,٢٨٥	**٠,٣٣٤	**٠,٣٦٢	**٠,٣٢٨
المساندة	**٠,١٧٣	**٠,٣٠٣	**٠,٣٨١	**٠,٤٨٤	**٠,٤٢٥	**٠,٣٨٨

يتضح من الجدول رقم (١١) ما يلي :

(أ) بالنسبة للعلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والسعادة النفسية:

- وجود ارتباط موجب دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) انحصرت قيمته بين (٠,١٥٨ ، ٠,٢٨٤) بين المقبولية وكل من : التمكن البيئي ، والتطور الشخصي ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية . بينما لم يوجد ارتباط مع الاستقلالية .

- وجود ارتباط موجب دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) انحصرت قيمته بين (٠,١٧٩ ، ٠,٤٧٤) بين الضمير الحي وكل من : الاستقلالية ، والتمكن البيئي ، والتطور الشخصي ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية .

- وجود ارتباط موجب دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) انحصرت قيمته بين (٠,١٣٠ ، ٠,٣٠٥) بين الانبساطية وكل من : التمكن البيئي ، والتطور الشخصي ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية . بينما لم يوجد ارتباط مع الاستقلالية .

- وجود ارتباط سالب دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) انحصرت قيمته بين (٠,١٥٦ ، ٠,٣٤٠) بين العصابية وكل من : الاستقلالية ، والتمكن البيئي ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، وتقبل الذات ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية . بينما لم يوجد ارتباط مع كل من : التطور الشخصي ، والحياة الهادفة .

- وجود ارتباط موجب دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) انحصرت قيمته بين (٠,٢٠٣ ، ٠,٤٣١) بين الانفتاح على الخبرة وكل من : الاستقلالية ، والتمكن البيئي ، والتطور الشخصي ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية .

وتلحق هذه النتائج بنسج مع نتائج دراسة كل من : Cooper & et al.

(2007), Romero & et al. (2009) والتي أظهرت وجود ارتباطات دالة إحصائياً متباينة الاتجاه (موجب

-- سالب) بين السعادة النفسية وكل من : الانبساطية ، والمقبولية ، والضمير الحي .

والانفتاح على الخبرة ، و العصابية . ويمكن تفسير ذلك من خلال الرجوع إلى السمات التي يستوعبها كل عامل من العوامل الخمسة كما أكد عليها Costa & McCrae (1995) والتي تتمثل في أن الشخص المنبسط يتميز بالدفء ، والاجتماعية ، والتوكيدية ، والنشاط ، والبحث عن الإثارة ، والانفعالات الإيجابية . بينما تشمل المقبولية : الثقة ، والاستقامة ، والإيثار ، والطاعة ، والتواضع ، والمرونة . ويشمل الضمير الحى : الكفاءة والفعالية ، والإحساس بالواجب ، والاجتهاد فى الإنجاز ، والانضباط الذاتى . ويشمل الانفتاح على الخبرة : الخيال ، وتنوq الجماليات ، والمشاعر ، والقيم ، والأفكار ، وكلها صفات إيجابية تساعد فى بناء علاقات إيجابية مع الآخرين ووضع أهداف فى الحياة ومحاولة تحقيقها ، وتبعث على الرضا عن الحياة والسعادة بشكل عام وفى المقابل نجد العصابية تشمل القلق ، والعدائية ، والاكتئاب ، والانفعالية وكلها صفات سلبية تبعث على عدم النضج ، وعدم القدرة على تحمل الضغوط ومواجهة أحداث الحياة ، والخوف ، والتمركز حول الذات ، واضطراب العلاقات الاجتماعية ، وعدم الشعور بالسعادة .

(ب) بالنسبة للعلاقة بين تقدير الذات والسعادة النفسية :

- وجود ارتباط موجب دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) انحصرت قيمته بين (٠,٢٤٥ ، ٠,٥٦٢) بين المظهر وكل من : الاستقلالية ، والتمكن البيئى ، والتطور الشخصى ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية .

- وجود ارتباط موجب دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) انحصرت قيمته بين (٠,١٧٧ ، ٠,٤٣٧) بين الاجتماعى وكل من : الاستقلالية ، والتمكن البيئى ، والتطور الشخصى ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية .

- وجود ارتباط موجب دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) انحصرت قيمته بين (٠,١٨٣ ، ٠,٥٣٠) بين الأداء وكل من : الاستقلالية ، والتمكن البيئى ، والتطور الشخصى ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية .

- وجود ارتباط موجب دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) انحصرت قيمته بين (٠,٢٣٩ ، ٠,٦٠٧) بين تقدير الذات وكل من : الاستقلالية ، والتمكن البيئي ، والتطور الشخصي ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية . وتتفق هذه النتيجة مع جميع الدراسات السابقة . Cheng & Furnham (2004) , Furr (2005) , Valkenburg & et al (2006) والتي أجمعت على وجود ارتباط موجب بين تقدير الذات والسعادة النفسية بمكوناتها المختلفة ، وهذا ما أكدته دراسة Cheng & Furnham (2003) التي أسفرت مراجعتها لعدد كبير من الدراسات تناولت العلاقة بين المتغيرين عن متوسط معامل الارتباط قيمته (٠,٥٥) ، وأن تقدير الذات الإيجابي يؤدي إلى زيادة الثقة بالنفس ، تقبل الذات ، وتكوين علاقات اجتماعية إيجابية مع الآخرين ، والقدرة على الإنجاز ، والشعور بالسعادة والتفاؤل والرضا عن الحياة .

(جـ) بالنسبة للعلاقة بين المساندة الاجتماعية والسعادة النفسية :

- وجود ارتباط موجب دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) انحصرت قيمته بين (٠,٢٤٩ ، ٠,٤٣٠) بين المساندة من العائلة وكل من : التمكن البيئي ، والتطور الشخصي ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية . بينما لم يوجد ارتباط مع الاستقلالية .

- وجود ارتباط موجب دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) انحصرت قيمته بين (٠,١٢٨ ، ٠,٤٥٧) بين المساندة من الأصدقاء وكل من : الاستقلالية ، والتمكن البيئي ، والتطور الشخصي ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية .

- وجود ارتباط موجب دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) انحصرت قيمته بين (٠,١٩٥ ، ٠,٤٠٥) بين المساندة من الآخرين وكل من : الاستقلالية ، والتمكن البيئي ، والتطور الشخصي ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية .

- وجود ارتباط موجب دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) انحصرت قيمته بين (٠,١٧٣ ، ٠,٥١٩) بين المساندة الاجتماعية وكل من : الاستقلالية ، والتمكن

١,١٨	٠,٠٥٣						المقبولية
**٦,٦٦	٠,٣٠١						الضمير
**٦,١٢	٠,٢٦٦	٠,٢٥١	٠,٥٠١	**٤٤,٨٢	١,٩١	العلاقات الإيجابية مع الآخرين	الانبساط
١,٦٧	٠,٠٧٥						العصابية
**٤,١٨	٠,١٨٩						الانفتاح
١,٦١	٠,٠٧٢						المقبولية
**٦,١٦	٠,٢٧٨						الضمير
**٣,٣٦	٠,١٤٦	٠,٢٥٢	٠,٥٠٢	**٤٤,٩٤	٣,٠٦	الحياة الهادفة	الانبساط
٠,٦٩٩	٠,٠٣١						العصابية
**٦,٦٥	٠,٣٠١						الانفتاح
**٣,٣٣	٠,١٥٦						المقبولية
**٣,١٧	٠,١٥٤						الضمير
**٣,٠٣	٠,١٣٥	٠,٢٢٤	٠,٤٧٣	**٢٣,٠٠	١١,٢٠	تقبل الذات	الانبساط
**٣,٨٤	٠,١٨٠						العصابية
**٤,٢٨	٠,١٩٨						الانفتاح
**٢,٨٧	٠,١١٩						المقبولية
**٧,٢٤	٠,٣١١						الضمير
**٥,٤٩	٠,٢١٥	٠,٣٩٥	٠,٦٢٨	**٥٢,٠٩	٥٧,٠٠	الدرجة الكلية	الانبساط
**٢,٥٩	٠,١٠٧						العصابية
**٧,٢٨	٠,٢٩٨						الانفتاح

يتضح من الجدول رقم (١٢) ما يلي :

(أ) بالنسبة لبعد الاستقلال ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعاملات انحدار الانفتاح على الخبرة ، والعصابية فقط ، بينما لم توجد دلالة لكل من المقبولية ، والضمير الحى ، والانبساطية . وانحصرت قيمة بيتا بين (-٠,١٤٠) للعصابية ، (٠,٢٠٢) للانفتاح على الخبرة ، وكانت ($R^2 = 0.065$) ، ويعنى ذلك أن متغيرى الانفتاح على الخبرة والعصابية يفسران (٦,٥%) من التباين فى الاستقلال . ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالى :

الاستقلال =

$$٢٨,٩٨ + ٠,٢٠٢ \times \text{الانفتاح على الخبرة} - ٠,١٤٠ \times \text{العصابية}$$

(ب) بالنسبة لبعد التمكن البيئى ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعاملات انحدار كل من : الضمير الحى ، والانبساطية ، والمقبولية ، والعصابية ، بينما لم يوجد دلالة للانفتاح على الخبرة . وانحصرت قيمة بيتا بين (-٠,١٩٠) للعصابية ، (٠,٣٦٢) للضمير الحى ، وكانت ($R^2 = 0.328$) ، وهذا يعنى أن كل من : الضمير الحى ، والانبساطية ، والمقبولية والعصابية تفسر

معاً (٣٢,٨%) من التباين في التمكن البيئي . ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي :

$$\text{التمكن البيئي} = ١٣,٩٣ + ٠,٣٦٢ \times \text{الضمير الحى} + ٠,٢١٧ \times \text{الانبساطية} + ٠,١٣٥ \times \text{المقبولية} - ٠,١٩٠ \times \text{العصابية} .$$

(جـ) بالنسبة لبعد التطور الشخصى ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعاملات انحدار كل من : الانفتاح على الخبرة ، والمقبولية ، والضمير الحى . وعند مستوى (٠,٠٥) للانبساطية ، بينما لم يوجد دلالة إحصائية للعصابية . وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٥١) للعصابية ، (٠,٣٢٤) للانفتاح على الخبرة . وكانت ($R^2 = 0.231$) ، وهذا يعنى أن كل من : الانفتاح على الخبرة ، والمقبولية ، والضمير الحى ، والانبساطية تفسر معاً (٢٣,١%) من التباين في التطور الشخصى . ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالى :

$$\text{التطور الشخصى} = ٦,١٥ + ٠,٣٢٤ \times \text{الانفتاح على الخبرة} + ٠,١٥٤ \times \text{المقبولية} + ٠,١٤٤ \times \text{الضمير الحى} + ٠,٠٨٨ \times \text{الانبساطية}$$

(د) بالنسبة لبعد العلاقات الإيجابية مع الآخرين ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعاملات انحدار لكل من الضمير الحى ، والانبساطية ، والانفتاح على الخبرة . بينما لم توجد دلالة إحصائية لكل من المقبولية ، والعصابية . وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٥٣) للمقبولية ، (٠,٣٠١) للضمير الحى . وكانت ($R^2 = 0.251$) ، وهذا يعنى أن كل من : الضمير الحى ، والانبساطية ، والانفتاح على الخبرة تفسر معاً (٢٥,١%) من التباين في العلاقات الإيجابية مع الآخرين . ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالى :

$$\text{العلاقات} = ١,٩١ + ٠,٣٠١ \times \text{الضمير الحى} + ٠,٢٦٦ \times \text{الانبساطية} + ٠,١٨٩ \times \text{الانفتاح على الخبرة}$$

(هـ) بالنسبة للحياة الهادفة ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعاملات انحدار كل من : الانفتاح على الخبرة ، والضمير الحى ، والانبساطية ، بينما لم يوجد دلالة إحصائية لكل من المقبولية والعصابية . وانحصرت قيمة بيتا بين

(٠,٠٣١) ، للعصابية ، (٠,٣٠١) للانفتاح على الخبرة . وكانت ($R^2 = 0.252$) ، وهذا يعنى أن كل من : الانفتاح على الخبرة ، والضمير الحى ، والانبساطية تفسر معاً (٢٥,٢%) من التباين فى الحياة الهادفة . ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالى :

$$\text{الحياة الهادفة} = ٣,٠٦ + ٠,٣٠١ \times \text{الانفتاح على الخبرة} + ٠,٢٧٨ \times \text{الضمير الحى} + ٠,١٤٦ \times \text{الانبساطية}$$

(و) بالنسبة لتقبل الذات ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعاملات انحدار العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وانحصرت قيمة بيتا (-٠,١٨٠) ، للعصابية ، (٠,١٩٨) للانفتاح على الخبرة ، وكانت ($R^2 = 0.224$) ، وهذا يعنى أن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية مجتمعة تفسر معاً (٢٢,٤%) من التباين فى تقبل الذات . ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالى :

$$\text{تقبل الذات} = ١١,٢٠ + ٠,١٩٨ \times \text{الانفتاح على الخبرة} + ٠,١٥٦ \times \text{المقبولية} + ٠,١٥٤ \times \text{الضمير الحى} + ٠,١٣٥ \times \text{الانبساطية} - ٠,١٨٠ \times \text{العصابية}$$

(ز) بالنسبة للدرجة الكلية للسعادة النفسية ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعاملات انحدار العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وانحصرت قيمة بيتا (-٠,١٠٧) ، للعصابية ، (٠,٣١١) للضمير الحى ، وكانت ($R^2 = 0.395$) ، وهذا يعنى أن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية مجتمعة تفسر معاً (٣٩,٥%) من التباين فى الدرجة الكلية للسعادة النفسية . ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالى :

$$\text{السعادة النفسية} = ٥٧,٠٠ + ٠,٣١١ \times \text{الضمير الحى} + ٠,٢٩٨ \times \text{الانفتاح على الخبرة} + ٠,٢١٥ \times \text{الانبساطية} + ٠,١١٩ \times \text{المقبولية} - ٠,١٠٧ \times \text{العصابية}$$

مما سبق يتضح تحقق صحة الفرض الثالث إلى حد كبير ، حيث كانت نسب إسهام أو معاملات الانحدار المعيارية (بيتا) للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية على النحو التالى : المقبولية (٠,١٥٦ ، ٠,١٥٤ ، ٠,١٣٥ ، ٠,١١٩) لكل من تقبل

الذات ، والتطور الشخصي ، والتمكن البيئي ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية دالة إحصائياً . بينما كانت المقبولة مع كل من الاستقلال ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة (٠,٠٧٧ ، ٠,٠٥٣ ، ٠,٠٧٢) على الترتيب غير دالة إحصائياً . بينما يسهم الضمير الحى بقيم (٠,٣٦٢ ، ٠,٣١١ ، ٠,٣٠١ ، ٠,٢٧٨ ، ٠,١٥٤ ، ٠,١٤٤) لكل من التمكن البيئي ، والدرجة الكلية ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات ، والتطور الشخصي ، بينما كان مع الاستقلال (٠,٠٩٧) وغير دالة إحصائياً . وتسهم الانبساطية بقيم (٠,٢٦٦ ، ٠,٢١٧ ، ٠,٢١٥ ، ٠,١٤٦ ، ٠,١٣٥ ، ٠,٠٨٨) فى كل من العلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والتمكن البيئي ، والدرجة الكلية ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات ، والتطور الشخصي ، بينما كانت مع الاستقلال (٠,٠٤٩) وغير دالة إحصائياً . وجاءت نسب إسهام العصابية سالبة فى كل من التمكن البيئي ، وتقبل الذات ، والاستقلال ، والدرجة الكلية (٠,١٩٠ ، ٠,١٨٠ ، ٠,١٤٠ ، ٠,١٠٧) بينما كانت غير دالة إحصائياً مع كل من التطور الشخصى (٠,٠٥١) ، والحياة الهادفة (٠,٠٣١) . وجاءت قيم إسهام الانفتاح على الخبرة دالة إحصائياً مع كل من التطور الشخصى ، والحياة الهادفة ، والدرجة الكلية ، والاستقلال ، وتقبل الذات ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين وكانت على الترتيب (٠,٣٢٤ ، ٠,٣٠١ ، ٠,٢٩٨ ، ٠,٢٠٢ ، ٠,١٩٨ ، ٠,١٨٩) . بينما كانت (٠,٠٥٠) مع التمكن البيئي وغير دالة إحصائياً . وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة DeNeve & Cooper (1998) فى أن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تعد منبأ جيد للسعادة النفسية لدى الفرد مع اختلاف نسب إسهام كل عامل منها . ودراسة Hagberg & et al . (2001) والتي أكدت أن عوامل الشخصية تفسر ما بين (٣١% ، ٣٢%) من التباين فى مستويات السعادة النفسية لدى الأفراد . ودراسة Sumer & et al . (2005) حيث وصلت نسبة إسهام خصائص الشخصية حوالى (٩١%) من التباين فى السعادة النفسية للأفراد . بينما توصلت دراسة Brummett & et al . (2007) إلى أن سمات الشخصية متعددة الثقافات تسهم بحوالى (٢٧%) من التباين الكلى فى السعادة النفسية لدى الأفراد . ولكنها تختلف مع دراسة Romero & et al . (2009) والتي أكدت على أن العصابية أقوى منبأ بالسعادة

النفسية يليها الانبساطية ثم الضمير الحى ، بينما كان إسهام المقبولية والانفتاح على الخبرة ضعيف جداً .

نتائج الفرض الرابع والذي ينص على " يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من تقدير الذات (المظهر ، والاجتماعى ، والأداء) لدى طلاب الجامعة " . وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة Stepwise ، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول رقم (١٣) :

جدول (١٣) تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالسعادة النفسية من تقدير الذات

المتغيرات المستقلة	المتغير التابع	الثابت	ف	R	R ²	بيتا	ت ودلالاتها
المظهر	الاستقلال	٢٤,٩٥	**٢٥,٦٧	٠,٢٤٥	٠,٠٦٠	٠,٢٤٥	**٥,٠٧
اجتماعى						٠,٠٨٥	١,٥٨
الأداء						٠,٠٦٥	١,١١
الذات						٠,١٢٤	١,٦٤
المظهر	التمكن البينى	١٧,٥٣	**١٠,٧,٣	٠,٤٥٩	٠,٢١٠	٠,٠٢٠	٠,٢٨٨
اجتماعى						٠,١٣٣	١,٦٢
الأداء						٠,١٤٠	١,٦٦
الذات						٠,٤٥٩	**١٠,٣٦
المظهر	التطور الشخصى	٢٠,٣٢	**٥١,٧٣	٠,٤٥٢	٠,٢٠٥	٠,٠٥٥	٠,٦٢٨
اجتماعى						٠,٢٥٧	**٣,٠٩
الأداء						٠,٠٦٧	٠,٦٢٨
الذات						٠,٦٤٨	**٧,٨٠
المظهر	العلاقات الإيجابية مع الآخرين	١٧,٢٠	**٥١,٦٥	٠,٤٥٢	٠,٢٠٤	٠,٢٢٣	**٣,٢٠
اجتماعى						٠,٠٦٥	٠,٦٢٧
الأداء						٠,٠٥٥	٠,٠٦٢٧
الذات						٠,٢٥٧	**٣,٦٩
المظهر	الحياة الهادفة	١٧,١٨	**٥٣,٤٣	٠,٤٥٨	٠,٢١٠	٠,٠١٩	٠,٢٢٣
اجتماعى						٠,٢٨٤	**٣,٤٢
الأداء						٠,٠٢٤	٠,٢٢٣
الذات						٠,٦٧٢	**٨,١٢
المظهر	تقبل الذات	٨,٣٧	**٩٩,٦١	٠,٥٧٦	٠,٣٣١	٠,٢٤٦	**٣,٨٥
اجتماعى						٠,٠٤٨	٠,٥٠٩
الأداء						٠,٠٤١	٠,٥٠٩
الذات						٠,٣٦٥	**٥,٧١
المظهر	الدرجة الكلية	١٠٥,١	**١٢٨,٨	٠,٦٢٥	٠,٣٩١	٠,٢٣٢	**٣,٨١
اجتماعى						٠,١٥٤	١,٧٠
الأداء						٠,١٣١	١,٧٠
الذات						٠,٤٢٨	**٧,٠٢

يتضح من الجدول رقم (١٣) ما يلى :

(أ) بالنسبة لبعد الاستقلال ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعامل انحدار المظهر فقط ، بينما لم توجد دلالة لكل من الاجتماعي ، والأداء ، والدرجة الكلية لتقدير الذات . وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٦٥) للأداء ، (٠,٢٤٥) للمظهر ، وكانت ($R^2 = 0.06$) ، ويعنى ذلك أن متغير المظهر كأحد أبعاد تقدير الذات يفسر (٦%) من التباين فى الاستقلال . ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالى :

$$\text{الاستقلال} = ٢٤,٩٥ + ٠,٢٤٥ \times \text{المظهر}$$

(ب) بالنسبة لبعد التمكن البيئى ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعامل انحدار الدرجة الكلية لتقدير الذات فقط ، بينما لم توجد دلالة لكل من المظهر ، والاجتماعى ، والأداء . وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٢٠) للأداء ، (٠,٤٩٥) للدرجة الكلية لتقدير الذات ، وكانت ($R^2 = 0.210$) ، ويعنى ذلك أن متغير الدرجة الكلية لتقدير الذات تفسر (٢١,٠%) من التباين فى التمكن البيئى . ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالى :

$$\text{التمكن البيئى} = ١٧,٥٣ + ٠,٤٥٩ \times \text{الدرجة الكلية لتقدير الذات}$$

(جـ) بالنسبة لبعد التطور الشخصى ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعاملات انحدار كل من الاجتماعي والدرجة الكلية لتقدير الذات فقط ، بينما لم توجد دلالة لكل من المظهر ، والأداء . وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٥٥) للمظهر ، (٠,٦٤٨) للدرجة الكلية لتقدير الذات ، وكانت ($R^2 = 0.205$) ، ويعنى ذلك أن كل من الاجتماعي ، والدرجة الكلية لتقدير الذات يفسران (٢٠,٥%) من التباين فى التطور الشخصى . ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالى :

$$\text{التطور الشخصى} = ٢٠,٣٢ + ٠,٢٥٧ \times \text{الاجتماعى} + ٠,٦٤٨ \times \text{الدرجة الكلية لتقدير الذات}$$

(د) بالنسبة لبعد العلاقات الإيجابية مع الآخرين ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعاملات انحدار كل من المظهر والدرجة الكلية لتقدير الذات فقط ، بينما لم توجد دلالة لكل من الاجتماعي ، والأداء . وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٥٥) للمظهر ، (٠,٢٥٧) لتقدير الذات ، وكانت ($R^2 = 0.204$) ، ويعنى ذلك

أن المظهر والدرجة الكلية لتقدير الذات يفسران (٢٠,٤%) من التباين فى العلاقات الإيجابية مع الآخرين . ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالى :

$$\text{العلاقات} = ١٧,٢٠ + ٠,٢٢٣ \times \text{المظهر} + ٠,٢٥٧ \times \text{الدرجة الكلية لتقدير}$$

الذات

(هـ) بالنسبة لبعد الحياة الهادفة ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعاملات انحدار كل من الاجتماعى والدرجة الكلية لتقدير الذات فقط ، بينما لم توجد دلالة لكل من المظهر ، والأداء . وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠١٩) للمظهر ، (٠,٦٧٢) للدرجة الكلية لتقدير الذات ، وكانت ($R^2 = 0.210$) ، ويعنى ذلك أن الاجتماعى والدرجة الكلية لتقدير الذات يفسران (٢١,٠%) من التباين فى الحياة الهادفة . ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالى :

$$\text{الحياة الهادفة} = ١٧,١٨ + ٠,٢٨٤ \times \text{الاجتماعى} + ٠,٦٧٢ \times \text{الدرجة}$$

الكلية لتقدير الذات

(و) بالنسبة لبعد تقبل الذات ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعاملات انحدار كل من المظهر والدرجة الكلية لتقدير الذات فقط ، بينما لم توجد دلالة لكل من الاجتماعى ، والأداء . وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٤١) للأداء ، (٠,٣٦٥) للدرجة الكلية لتقدير الذات ، وكانت ($R^2 = 0.331$) ، ويعنى ذلك أن الاجتماعى والدرجة الكلية لتقدير الذات يفسران (٣٣,١%) من التباين فى تقبل الذات . ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالى :

$$\text{تقبل الذات} = ٨,٣٧ + ٠,٢٤٦ \times \text{المظهر} + ٠,٣٦٥ \times \text{الدرجة الكلية}$$

لتقدير الذات

(ز) بالنسبة للدرجة الكلية للسعادة النفسية ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعاملات انحدار كل من المظهر والدرجة الكلية لتقدير الذات فقط ، بينما لم توجد دلالة لكل من الاجتماعى ، والأداء . وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,١٣١) للأداء ، (٠,٤٢٨) للدرجة الكلية لتقدير الذات ، وكانت ($R^2 = 0.391$) ، ويعنى

ذلك أن المظهر والدرجة الكلية لتقدير الذات يفسران (٣٩,١%) من التباين في السعادة النفسية . ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي :

$$\text{السعادة النفسية} = ١٠٥,١ + ٠,٢٣٢ \times \text{المظهر} + ٠,٤٢٨ \times \text{الدرجة الكلية لتقدير الذات}$$

مما سبق يتضح تحقق صحة الفرض الرابع إلى حد ما ، حيث كانت نسب إسهام أو معاملات الانحدار المعيارية (بيتا) لعوامل تقدير الذات على النحو التالي : المظهر (٠,٢٢٣ ، ٠,٢٣٢ ، ٠,٢٤٥ ، ٠,٢٤٦) لكل من العلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والدرجة الكلية للسعادة ، والاستقلال ، وتقبل الذات وهي دالة إحصائياً . بينما كان المظهر مع كل من الحياة الهادفة ، والتمكن البيئي ، والتطور الشخصي (٠,٠١٩ ، ٠,٠٢٠ ، ٠,٠٥٥) على الترتيب غير دالة إحصائياً . ويسهم الاجتماعي بقيم (٠,٢٥٧ ، ٠,٢٨٤) في كل التطور الشخصي ، والحياة الهادفة ، بينما كانت قيم إسهامه في كل من تقبل الذات ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والاستقلال ، والتمكن البيئي ، والدرجة الكلية للسعادة غير دالة إحصائياً وهي على الترتيب (٠,٠٤٨ ، ٠,٠٦٥ ، ٠,٠٨٥ ، ٠,١٣٣ ، ٠,١٥٤) . وجاءت جميع قيم إسهام الأداء ضعيفة وغير دالة إحصائياً وهي (٠,٠٢٤ ، ٠,٠٤١ ، ٠,٠٥٥ ، ٠,٠٦٥ ، ٠,٠٦٧ ، ٠,١٣١ ، ٠,١٤٠) لكل من الحياة الهادفة ، وتقبل الذات ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والاستقلال ، والتطور الشخصي ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية ، والتمكن البيئي على الترتيب . وكانت جميع قيم إسهام الدرجة الكلية لتقدير الذات مرتفعة (٠,٢٥٧ ، ٠,٣٦٥ ، ٠,٤٢٨ ، ٠,٤٥٩ ، ٠,٦٤٨ ، ٠,٦٧٢) مع كل من العلاقات الإيجابية مع الآخرين ، وتقبل الذات ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية ، والتمكن البيئي ، والتطور الشخصي ، والحياة الهادفة دالة إحصائياً ، بينما كانت مع بعد الاستقلال (٠,١٢٤) غير دالة إحصائياً . وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من (Cheng & Furnham 2003) والتي أظهرت تقدير الذات يسهم بحوالى (٥٢%) من التباين في السعادة النفسية للأفراد ، ودراسة (Cheng & Furnham 2004) التي أشارت نتائجها إلى أن التقييم الموجب للذات يسهم بحوالى (٥٤%) من التباين الكلى للسعادة النفسية في مقابل نسبة إسهام ضعيفة للتقسيم السلبي حوالى (-١٥%) ،

ودراسة (Furr 2005) وتشير إلى أن تقدير الذات يسهم بحوالى (٦% : ٢٣%) فى السعادة النفسية " الرضا عن الحياة ، والفعالية الشخصية ، والتعاطف ، والقدرة الاجتماعية ، ووجهة النظر الإيجابية ، والسعادة الجسمية ، والابتهاج " ، ودراسة (Valkenburg & et al . 2006) وتشير إلى أن تقدير الذات يسهم بحوالى (٧٨%) من التباين الكلى فى درجات السعادة النفسية لدى الأفراد .

نتائج الفرض الخامس والذي ينص على " يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من
المساندة الاجتماعية (العائلة ، الأصدقاء ، والعلاقات مع الآخرين) لدى طلاب
الجامعة " . وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة
Stepwise ، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول رقم (١٤) :

جدول (١٤) تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالسعادة النفسية من المساندة الاجتماعية

المتغيرات المستقلة	المتغير التابع	الثابت	ف	R	R ²	بيتا	ت ودلالاتها
العائلة	الاستقلال	٢٨,٧٩	**١٥,٨٩	٠,١٩٥	٠,٠٣٨	٠,٠٠٠	٠,٠٠١
الأصدقاء						٠,٠١٣	٠,٢٠٥
الآخرين						٠,١٩٥	**٣,٩٨
المساندة						٠,٠١٢	٠,١٢٤
العائلة	التمكن البيني	٢٤,٨٦	**٢٧,٨٦	٠,٣٤٩	٠,١٢٢	٠,١٣٦	**٢,٦٣
الأصدقاء						٠,٢٦٩	**٥,٢٣
الآخرين						٠,٠٨٣	١,٣٤
المساندة						٠,٠٨٢	١,٣٤
العائلة	التطور الشخصي	٢٦,٩٦	**٣٦,٨٩	٠,٣٩٤	٠,١٥٥	٠,١٥٥	**٢,٢١
الأصدقاء						٠,٠٩٧	١,٠١
الآخرين						٠,١١٨	١,٠١
المساندة						٠,٢٦٣	**٣,٧٤
العائلة	العلاقات الإيجابية مع الآخرين	٢٠,٥٩	**٧٤,٤٥	٠,٥١٧	٠,٢٦٨	٠,٠٢٥	٠,٣٠٤
الأصدقاء						٠,٠٢٤	٠,٣٠٤
الآخرين						٠,٣٧٤	**٤,٢٧
المساندة						٠,٨١٠	**٩,٢٧
العائلة	الحياة الهادفة	٢٨,٨٢	**٨٨,٦٤	٠,٤٢٥	٠,١٨٠	٠,٠٤٧	٠,٦٨٣
الأصدقاء						٠,٠٢٩	٠,٣٦٧
الآخرين						٠,٠٣٨	٠,٤٠٨
المساندة						٠,٤٢٥	**٩,٤٢
العائلة	تقبل الذات	٢١,٩٣	**٧١,٣٩	٠,٣٨٨	٠,١٥٠	٠,٠٤٧	٠,٦٦٥
الأصدقاء						٠,١٠٣	١,٢٨
الآخرين						٠,٠٤٦	٠,٤٨٩
المساندة						٠,٣٨٨	**٨,٤٥
العائلة	الدرجة الكلية	١٤٦,٣	**٧٧,٩٢	٠,٥٢٩	٠,٢٧٩	٠,٠٣٤	٠,٤٢٨
الأصدقاء						٠,٠٣٤	٠,٤٢٨
الآخرين						٠,٢٠٢	**٢,٣٣
المساندة						٠,٦٩٦	**٨,٠٢

يتضح من الجدول رقم (١٤) ما يلي :

(أ) بالنسبة لبعد الاستقلال ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعامل انحدار المساندة من الآخرين فقط ، بينما لم توجد دلالة لكل من المساندة من العائلة ، والأصدقاء ، والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية . وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٠٠) للعائلة ، (٠,١٩٥) للمساندة من الآخرين ، وكانت ($R^2 = 0.038$) ، ويعنى ذلك أن متغير المساندة من الآخرين كأحد أبعاد المساندة الاجتماعية يفسر (٣,٨%) من التباين فى الاستقلال . ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالى :

$$\text{الاستقلال} = ٢٨,٧٩ + ٠,١٩٥ \times \text{المساندة من الآخرين}$$

(ب) بالنسبة لبعد التمكن البيئى ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعامل انحدار المساندة من العائلة ، والأصدقاء . بينما لم توجد دلالة إحصائية لكل من المساندة من الآخرين والدرجة الكلية للمساندة وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٨٢) للدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية ، (٠,٢٦٩) للمساندة من الأصدقاء ، وكانت ($R^2 = 0.122$) ، ويعنى ذلك أن المساندة من العائلة ، والأصدقاء يفسران (١٢,٢%) من التباين فى التمكن البيئى . والمعادلة التنبؤية هى :

$$\text{التمكن البيئى} = ٢٤,٨٦ + ٠,١٣٦ \times \text{العائلة} + ٠,٢٦٩ \times \text{الأصدقاء}$$

(جـ) بالنسبة لبعد التطور الشخصى ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعامل انحدار المساندة من العائلة ، والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية . بينما لم توجد دلالة إحصائية لكل من المساندة من الأصدقاء والآخرين ، وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٩٧) للمساندة من الأصدقاء ، (٠,٢٦٣) للدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية ، وكانت ($R^2 = 0.155$) ، ويعنى ذلك أن المساندة من العائلة والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية يفسران (١٥,٥%) من التباين فى التطور الشخصى . والمعادلة التنبؤية هى :

$$\text{التطور الشخصى} = ٢٦,٩٦ + ٠,١٥٥ \times \text{العائلة} + ٠,٢٦٣ \times \text{الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية}$$

(د) بالنسبة لبعد العلاقات الإيجابية مع الآخرين ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعامل انحدار المساندة من الآخرين ، والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية . بينما لم توجد دلالة إحصائية لكل من المساندة من العائلة والأصدقاء ، وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٢٤) للمساندة من الأصدقاء ، (٠,٨١٠) للدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية ، وكانت ($R^2 = 0.268$) ، ويعنى ذلك أن المساندة من الآخرين والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية يفسران (٢٦,٨%) من التباين فى العلاقات الإيجابية مع الآخرين . ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالى :

$$\text{العلاقات للمساندة الاجتماعية} = ٢٠,٥٩ + ٠,٣٧٤ \times \text{الآخرين} + ٠,٨١٠ \times \text{الدرجة الكلية}$$

(هـ) بالنسبة لبعد الحياة الهادفة ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعامل انحدار الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية . بينما لم توجد دلالة إحصائية لكل من المساندة من العائلة والأصدقاء والآخرين ، وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٢٩) للمساندة من الأصدقاء ، (٠,٤٢٥) للدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية ، وكانت ($R^2 = 0.180$) ، ويعنى ذلك أن الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية تفسر (١٨,٠٠%) من التباين فى الحياة الهادفة . والمعادلة التنبؤية على النحو التالى :

$$\text{الحياة الهادفة} = ٢٨,٨٢ + ٠,٤٢٥ \times \text{الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية}$$

(و) بالنسبة لبعد تقبل الذات ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعامل انحدار الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية . بينما لم توجد دلالة إحصائية لكل من المساندة من العائلة والأصدقاء والآخرين ، وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٤٦) للمساندة من الآخرين ، (٠,٣٨٨) للدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية ، وكانت ($R^2 = 0.150$) ، ويعنى ذلك أن الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية تفسر (١٥,٠٠%) من التباين فى تقبل الذات . والمعادلة التنبؤية على النحو التالى :

$$\text{تقبل الذات} = ٢١,٩٣ + ٠,٣٨٨ \times \text{الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية}$$

(ز) بالنسبة للدرجة الكلية للسعادة النفسية ، يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لمعامل انحدار المساندة من الآخرين ، والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية .

بينما لم توجد دلالة إحصائية لكل من المساندة من العائلة والأصدقاء ، وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٣٤) للمساندة من العائلة ، (٠,٦٩٦) للدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية ، وكانت ($R^2 = 0.279$) ، ويعنى ذلك أن المساندة من الآخرين والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية يفسران (٢٧,٩%) من التباين فى السعادة النفسية . ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالى :

$$\text{السعادة النفسية} = ١٤٦,٣ + ٠,٢٠٢ \times \text{الآخرين} + ٠,٦٩٦ \times \text{الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية}$$

مما سبق يتضح تحقق صحة الفرض الخامس إلى حد ما ، حيث كانت نسب إسهام أو معاملات الانحدار المعيارية (بيتا) لعوامل المساندة الاجتماعية على النحو التالى : العائلة (٠,١٣٦ ، ٠,١٥٥) لكل من التمكن البيئى ، والتطور الشخصى وهى دالة إحصائياً بينما كانت (٠,٠٠٠ ، ٠,٠٢٥ ، ٠,٠٣٤ ، ٠,٠٤٧ ، ٠,٠٤٧) لكل من الاستقلال ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية ، وتقبل الذات ، والحياة الهادفة غير دالة إحصائياً . وجاءت قيمة بيتا للمساندة من الأصدقاء (٠,٢٦٩) دالة إحصائياً فقط مع التمكن البيئى ، بينما كانت (٠,٠١٣ ، ٠,٢٤ ، ٠,٠٢٩ ، ٠,٠٣٤ ، ٠,٠٩٧ ، ٠,١٠٣) لكل من الاستقلال ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية ، والتطور الشخصى ، وتقبل الذات . وكانت نسب إسهام المساندة من الآخرين (٠,١٩٥ ، ٠,٢٠٢ ، ٠,٣٧٤) لكل من الاستقلال ، والدرجة الكلية للسعادة ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين دالة إحصائياً فى حين كانت (٠,٠٣٨ ، ٠,٠٤٦ ، ٠,٠٨٣ ، ٠,١١٨) لكل من الحياة الهادفة ، وتقبل الذات ، والتمكن البيئى ، والتطور الشخصى غير دالة إحصائياً . وأسهمت الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية فى كل من التطور الشخصى ، وتقبل الذات ، والحياة الهادفة ، والدرجة الكلية للسعادة النفسية ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين بقيم دالة إحصائياً وهى على الترتيب (٠,٢٦٣ ، ٠,٣٨٨ ، ٠,٤٢٥ ، ٠,٦٩٦ ، ٠,٨١٠) بينما كانت (٠,٠١٢ ، ٠,٠٨٢) لكل من الاستقلال ، والتمكن البيئى غير دالة إحصائياً . وتتفق هذه النتائج مع نتائج الدراسات السابقة والتى فيها تباينت نسب إسهام المساندة الاجتماعية بأشكالها المختلفة فى السعادة النفسية فكانت ما

بين (١٢% ، ٣٠%) فى دراسة Winefield & et al . (1992) ، و (٤٤%) فى دراسة (1993) Shams ، و (٢٢%) فى دراسة (2000) Arulrajah & Harun ، و انحصرت بين (١٦% ، ٣٧%) فى دراسة (2004) Gencoz & Ozlale ، و (١٢%) فى دراسة (2007) Wong & et al . ، وكانت ضعيفة جداً (٠,٠١% ، ٠,٠٧%) فى دراسة (Philips & et al ., 2008) .

نتائج الفرض السادس والذى ينص على " يمكن الوصول إلى نموذج بنائى يجمع بين المتغيرات التالية : السعادة النفسية ، والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية " المقبولة ، والضمير الحى ، والانبساطية ، والعصابية ، والانفتاح على الخبرة " ، وتقدير الذات ، والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة " . ولتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل المسار Path Analysis ، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول رقم (١٥) :

جدول (١٥) التأثيرات التى يحتوى عليها النموذج المقترح وقيمة (ت) والخطأ المعياري^(١)

المتغيرات المستقلة						التأثير
المقبولية	الضمير الحى	الانبساطية	الانفتاح	تقدير الذات	المساندة الاجتماعية	
٠,١٠٢	٠,١٨٦	٠,١٥٨	٠,٢٠٦	٠,٣٤٢	٠,٢١٢	التأثير
٠,١٩٣	٠,٢٢٢	٠,١٥٠	٠,٢٠٩	٠,٠٩٩	٠,١٠٢	خ
٢٢,٩٤	٢٤,٩٦	٢٤,٦٩	٢٥,٨٣	٢٨,٤٦	٢٥,٥١	ت ودالاتها

^(١) يحتوى الجدول على التأثيرات الدالة إحصائياً فقط وتم استبعاد التأثيرات غير الدالة

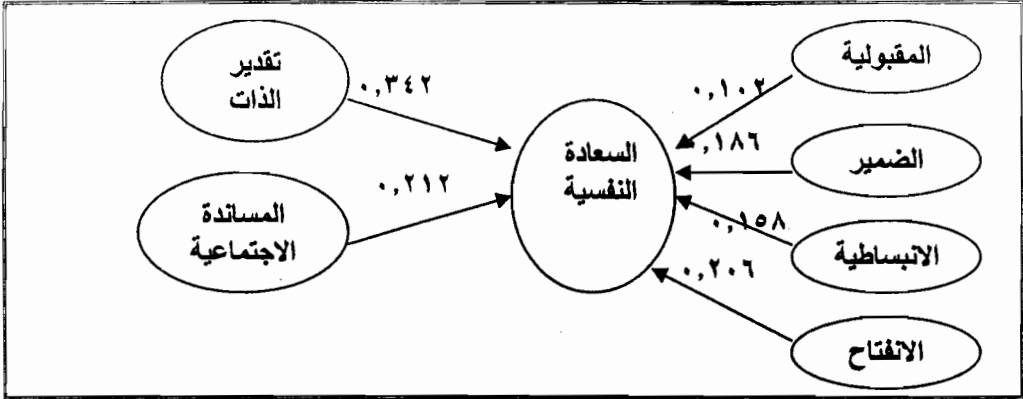
خ = الخطأ المعياري لتقدير التأثير ، ** دال عند (٠,٠١)

يتضح من الجدول رقم (١٥) ما يلى :

- وجود تأثير موجب دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) لكل من :
المقبولية ، والضمير الحى ، والانبساطية ، والانفتاح على الخبرة ، وتقدير الذات ، والمساندة الاجتماعية على السعادة النفسية . وأن هذا التأثير كان على الترتيب :
(٠,٣٤٢) تقدير الذات ، (٠,٢١٢) المساندة الاجتماعية ، (٠,٢٠٦) الانفتاح على الخبرة ، (٠,١٨٦) الضمير الحى ، (٠,١٥٨) الانبساطية ، (٠,١٠٢) المقبولية .
ويوضحها الشكل رقم (٣) .

- عدم وجود تأثير دال إحصائياً للعصابية على السعادة النفسية حيث كانت

قيم (بيتا = ٠,٠٥١ ، ت = ١,٤٢) .



شكل (٣) التأثيرات التي يحتوى عليها النموذج البنائي

ومن الشكل رقم (٣) والجدول رقم (١٥) يمكن صياغة المعادلة البنائية على

النحو التالي :

$$\begin{aligned} \text{السعادة النفسية} &= 0.102 + 0.342 \times \text{تقدير الذات} + 0.212 \times \\ &\text{المساندة الاجتماعية} + 0.206 \times \text{الانفتاح على الخبرة} + 0.186 \times \text{الضمير الحى} \\ &+ 0.158 \times \text{الانبساطية} + 0.102 \times \text{المقبولية} . \end{aligned}$$

وكانت قيمة معامل الارتباط المتعدد (R^2) أو معامل التحديد للمعادلة البنائية لتحليل المسار (0.565) مما يشير إلى أن المتغيرات المستقلة (الانفتاح على الخبرة ، والضمير الحى ، والانبساطية ، والمقبولية ، وتقدير الذات ، والمساندة الاجتماعية) تفسر حوالى (56.5%) من التباين فى درجات المتغير التابع (السعادة النفسية) ، وهذا يدل على ارتفاع مستوى الدلالة العملية للنموذج المقترح . يتضح مما سبق تحقق صحة الفرض السادس من فروض البحث الحالى حيث كان أعلى تأثير لتقدير الذات يليه المساندة الاجتماعية ثم الانفتاح على الخبرة ، والضمير الحى ، والانبساطية وأخيراً المقبولية .

خاتمة وتوصيات وبحوث مقترحة :

وأخيراً ، فإن ارتباط السعادة بالتفكير والمشاعر فى الموقف يجعلها - أى السعادة - بإرادة الإنسان ، فكل إنسان يخلق سعادته بنفسه وإرادته وفق طريقته فى التفكير ونظراته للأمور والأحداث . فإذا أراد الإنسان أن يكون سعيداً فعليه أن يفكر بطريقة إيجابية ، فيها تفاؤل وليس فيها تشاؤم ، فيها رضا وليس فيها سخط ، فيها

توقع النجاح وليس فيها خوف من الفشل ، فيها تحكم للإحباط وليس فيها عجز ويائس ، فيها صبر فى الشدائد وليس فيها جزع . فالسعيد ينظر إلى الجانب المشرق فى الحياة ويتذكر الخبرات السعيدة ويتعامل مع أحداث الحياة على أنها مصدر للفرح والسرور . وفى ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث الحالى فإنه يمكن تقديم مجموعة من التوصيات التالية :

- تقديم البرامج الإرشادية والتوجيهية للأسرة حول كيفية تنمية مكونات السعادة النفسية لدى الأبناء .
- تدريب الشباب على كيفية مواجهة ضغوط الحياة والأحداث الضاغطة التى تسبب عدم السعادة .
- غرس روح المساندة الاجتماعية والعلاقات الاجتماعية الإيجابية لدى طلاب وطالبات الجامعة لما لها من تأثير قوى ومباشر على عوامل السعادة النفسية .
- تقديم البرامج التدريبية لتنمية تقدير الذات وتكوين ذات إيجابى لدى الطلاب مما يسهم فى تحقيق السعادة النفسية .
- تضمين برامج إعداد المعلمين فى كليات التربية مقررأ عن مهارات التفكير الإيجابى التى تؤدى إلى زيادة مستوى السعادة النفسية .
- العمل على تهيئة المناخ الجامعى الذى يشعر الطلاب بقيمتهم الذاتية داخل المجتمع .
- ويقترح الباحث عدداً من الدراسات والبحوث استكمالاً لهذا المجال الهام فى علم النفس ومنها :
- النموذج البنائى للعلاقات بين السعادة النفسية والذكاء الوجدانى والمهارات الاجتماعية لدى طلاب الجامعة .
- علاقة السعادة النفسية بكل من القلق والاكتئاب والوحدة النفسية .
- فعالية الذات الأكاديمية وأساليب العزو والتفكير كمنبئات بالسعادة النفسية .
- مكونات السعادة النفسية فى ضوء نموذج رايف لدى شرائح عمرية مختلفة.
- فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مكونات السعادة النفسية فى ضوء نموذج رايف لدى طلاب الجامعة .

المراجع :

- (١) أحمد عبد الخالق ويدر الأنصارى (١٩٩٦) . العوامل الخمسة الكبرى فى مجال الشخصية ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، مجلة علم النفس ، العدد (٣٨) ، ص ص ١٩-٦ .
- (٢) أحمد عبد الرحمن عثمان (٢٠٠١) . المساندة الاجتماعية من الأزواج وعلاقتها بالسعادة والتوافق مع الحياة الجامعية لدى طالبات الجامعة المتزوجات ، مجلة كلية التربية ، جامعة الزقازيق ، العدد (٣٧) يناير ، ص ص ١٤٣-١٩٥ .
- (٣) أمسية السيد الجندى (٢٠٠٩) . مصادر الشعور بالسعادة وعلاقتها بالذكاء الوجدانى لطلاب كلية التربية - جامعة الإسكندرية ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، المجلد (١٩) ، العدد (٦٢) فبراير ، ص ص ٧٠-١١ .
- (٤) روبرت ريزونز (٢٠٠٠) . بناء تقدير الذات فى المدارس الابتدائية : دليل المعلم . ترجمة مدارس الظهران الأهلية ، الدمام ، دار الكتاب التربوى للنشر والتوزيع .
- (٥) سحر فاروق علام (٢٠٠٨) . معدلات السعادة الحقيقية لدى عينة من طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية ، مجلة دراسات نفسية ، المجلد (١٨) ، العدد (٢) يوليو ، ص ص ٤٦٥-٤٣١ .
- (٦) السيد كامل الشربيني (٢٠٠٧) . جودة الحياة وعلاقتها بالذكاء الانفعالى وسمة ما وراء المزاج والعوامل الخمسة الكبرى فى الشخصية والقلق ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، المجلد (١٧) ، العدد (٥٧) أكتوبر ، ص ص ٨٠-١ .
- (٧) السيد محمد أبو هاشم (٢٠٠٧) . المكونات الأساسية للشخصية فى نموذج كل من كاتل وأيزنك وجولديبرج لدى طلاب الجامعة (دراسة عاملية) ، مجلة كلية التربية ، جامعة بنها ، العدد (٧٠) أبريل ، ص ص ٢١٠-٢٧٤ .
- (٨) الشناوى عبد المنعم الشناوى (١٩٩٨) . المساندة الاجتماعية والتوافق المدرسى وتقدير الذات والتحصيل الدراسى لدى طلاب وطالبات الصف الأول الثانوى العام . فى (دراسات فى علم النفس التربوى) ، القاهرة ، دار النهضة العربية .
- (٩) على مهدي كاظم (٢٠٠١) . نموذج العوامل الخمسة الكبرى فى الشخصية : مؤشرات سايكومترية من البيئة العربية ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، المجلد (١١) ، العدد (٣٠) إبريل ، ص ص ٢٧٧-٢٩٩ .
- (١٠) فيصل عبد القادر يونس وإلهام عبد الرحمن خليل (٢٠٠٧) . نموذج العوامل الخمسة للشخصية : التحقق من الصدق وإعادة الإنتاج عبر الحضارى ، مجلة دراسات نفسية ، المجلد (١٧) ، العدد (٣) يوليو ، ص ص ٥٨٣-٥٥٣ .
- (١١) كمال إبراهيم مرسى (٢٠٠٠) . السعادة وتنمية الصحة النفسية ، ج١ ، القاهرة ، دار النشر للجامعات .
- (١٢) مایسة أحمد النبال وماجة خميس على (١٩٩٥) . السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والشخصية لدى عينة من المسنين والمسنات " دراسة سيكومترية مقارنة " ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، مجلة علم النفس ، السنة التاسعة ، العدد (٣٦) ، ص ص ٢٢-٤٠ .
- (١٣) مايكل أرجايل (١٩٩٧) . سيكولوجية السعادة . ترجمة فيصل عبد القادر يونس ، ومراجعة شوقى جلال ، القاهرة ، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع .
- (١٤) محمد محروس الشناوى ومحمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٤) . المساندة الاجتماعية والصحة النفسية ، مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية .

(١٥) نبيل عبد الزهار وفوزى عزت على وأحمد فوزى جنىدى (٢٠٠٩). البنية العالمية لجودة الحياة النفسية لنموذج رايف (Ryff)، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، المجلد (١٩)، العدد (٦٢) فبراير، ص ص ٤٦٣-٤٨٢.

(١٦) نعيمة جمال الرفاعى وعماد الدين السكرى (٢٠٠٩). مدى إسهام الوجود الروحي الأفضل والمعرفة الضمنية والمراقبة الذاتية فى التنبؤ بالوجود النفسى الأفضل لدى عينة من طلاب الجامعة، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، المجلد (١٩)، العدد (٦٢) فبراير، ص ص ٣٣١-٣٨٠.

(17) Abbott , R , Ploubidis , G , Huppert , F , Kuh , D , Wadsworth , M & Croudace , T (2006). Psychometric Evaluation and Predictive Validity of Ryff's Psychological Well- Being Items in a UK Birth Cohort Sample of Woman , *Health and Quality Of Life Outcomes* , 1-16 .

(18) Akin , A (2008). The Scales of Psychological Well – Being A Study of Validity and Reliability , *Educational Sciences : Theory & Practice* , 8 (3) , 741-750 .

(19) Arulrajah , A & Harun , L (2000). Relationship Of Psychological Well – Being With Perceived Stress , Coping Styles , and Social Support Amongst University Undergraduates , *Paper Presented at the Faculty of Educational Studies , Universiti Putra Malaysia , National Confernce on Graduate Research in Education* . (Serdang , Selangor , Darul Ehsan , Malaysia , July 15 , 2000) .

(20) Basol , G (2008) . Validity and Reliability Of The Multidimensional Scale Of Perceived Social Support – Revised , With A Turkish Sample , *Social Behavior and Personality* , 36(10) , 1303 – 1314 .

(21) Benjet , C & Hernandez – Guzman , L (2001). Gender Differences In Psychological Well- Being Of Mexican Early Adolescents , *Adolescences* , 36(141), 47-65.

(22) Brown , J (1998). *The Self*. Boston : McGraw – Hill .

(23) Brummett , B , Wade , J & Ponterotto , J , Thombs , B and Lewis , C (2007). Psychosocial Well – Being and a Multicultural Personality Disposition , *Journal of Counseling & Development* , 85 , 73-81.

(24) Burris , J , Brechting , E , Salsman , J and Carlson , C (2009). Factors Associated With The Psychological Well- Being and Distress of University Students , *Journal Of American College Health* , 57(5) , 536-543.

(25) Cheng , H & Furnham (2004). Perceived Parental Style , Self – Esteem and Self – Criticism As Predictors Of Happiness , *Journal of Happiness Studies* , 5 , 1-21 .

- (26) Cheng , H & Furnham , A (2003). Attributional Style and Self – Esteem as Predictors Of Psychological Well Being , *Counseling Psychology Quarterly* , 16(2) , 121-130.
- (27) Cheng , S & Chan , A (2004). The Multidimensional Scale Of Perceived Social Support : Dimensionality and Age and Gender Differences in Adolescents , *Personality and Individual Differences* , 36(1) , 1- 11 .
- (28) Christopher , J (1999). Situating Psychological Well – Being : Exploring The Cultural Roots Of Its Theory and Research , *Journal Of Counseling & Development* , 77 , 141 – 152 .
- (29) Chung , H & Gale (2006) . Comparing Self – Differentiation and Psychological Well – Being Between Korean and European American Students , *Contemporary Family Therapy* , 28 , 367-381 .
- (30) Cooke , R , Bewick , B , Barkham , M , Bradlet , M & Audin , K (2006). Measuring , Monitoring and Managing The Psychological Well – Being of First Year University Students , *British Journal of Guidance & Counseling* , 34 (4) , 505-517.
- (31) Cooper , H , Okamura , L & McNeil , P (1995). Situation and Personality Correlates of Psychological Well- Being : Social Activity and Personal Control , *journal Of Research In Personality* , 29(4) , 395- 417 .
- (32) Costa , P & McCrae , R (1995). Domains and facets : Hierarchical personality assessment using the Revised NEO Personality Inventory , *Journal of Personality Assessment* , Vol . 64 , pp. 21-50.
- (33) DeNeve , K & Cooper , H (1998). The Happy Personality : A Meta – Analysis of 137 Personality Traits and Subjective Well – Being , *Psychological Bulletin* , 124 (2) , 197-229 .
- (34) Diener , E & Diener , C (1996) . Most People are Happy , *Psychological Science* , 7 , 181-185.
- (35) Duru , E (2007). RE – Examination Of The Psychometric Characteristics Of The Multidimensional Scale Of Perceived Social Support Among Turkish University Students , *Social Behavior and Personality* , 35(4) , 443-452 .
- (36) Furr , R (2005). Differentiating Happiness and Self – Esteem , *Individual Differences Research* , 3(2) , 105- 127.
- (37) Gebauer , J , Riketta , M , Broemer , P & Maio , G (2008). " How Much do You Like Your Name " An Implicit Measure of Global Self – Esteem , *Journal of Experimental Social Psychology* , 44(5), 1346-1354.

- (38) Gencoz , T & Ozlale , Y (2004). Direct and Indirect Effects Of Social Support On Psychological Well – Being , *Social Behavior and Personality* , 32(5) , 449-458 .
- (39) Goldberg , L(1993). The Structure of phenotypic personality traits , *American Psychologist* , 48(1) , 26-34 .
- (40) Gonzalez , M , Casas , F & Coneders , G (2006) . A Complexity Approach To Psychological Well – Being In Adolescence : Major Strengths and Methodological Issues , *Social Indicators Research* , 80 , 267-295 .
- (41) Hagberg , M , Hagbera , B & Saveman , B(2002). The significance of Personality Factor For Various Dimensions Of Life Quality Among Older People , *Aging & Mental Health* , 6(2) , 178-185 .
- (42) Hauser , R , Springer , K & Pudrovskia , T (2005). Temporal Structures of Psychological Well- Being : Continuity or Change ? , *Paper Was Presented at The Annual Meetings Of The Gerontological Society Of America , Orlando , FL (November 20)*.
- (43) Kwan , V , John , O & Thein , S (2007) . Broadening The Research On Self – Esteem : A New Scale For Longitudinal Studies , *Self and Identity* , 6 , 20-40 .
- (44) Lyubomir , S (2001). Why are Some People Happier Than Other ? The Role Of Cognitive and Motivation Processes in Well – being , *American Psychologist* , 5(6) , 239-249.
- (45) McCrae , R , Costa , P , Pilar , G , Rolland , J & Parker , W (1998). Cross – Cultural Assessment of the Five – Factor Model : The Revised NEO Personality Inventory , *Journal of Cross- Cultural Psychology* , 29(1) , 171-188.
- (46) Naderi , H , Abdullah , R , Aizan , H , Sharir , J & Kumar , V (2009) . Self Esteem , Gender and Academic Achievement of Undergraduate Students , *American Journal Of Scientific Research* , 3 , 26-37 .
- (47) Nezlek , J & Allen , M (2006). Social support as a Moderator of Day – to – Day Relationships between Daily Negative Events and Daily Psychological Well- Being , *European Journal Personality* , 20 , 53- 68 .
- (48) Phillips , D , Siu , O , Yeh , G & Cheng , K (2008). Informal Social Support and Older Persons, Psychological Well – Being in Hong Kong , *Journal Cross Cult Gerontol* , 23 , 39-55 .
- (49) Ponterotto , J , Costa – Wofford , C , Brobst , K , Speliscy , D, Kacanski , J , Scheinholtz , j & Martines , D (2007) . Multicultural

Personality Dispositions and Psychological Well – Being , *Journal of Social Psychology* , 139(6) ,529-544.

(50) Portero , C & Oliva , A (2007). Social Support , Psychological Well – being , and Health Among The Elderly , *Educational Gerontology* , 33 , 1053-1068 .

(51) Romero , E , Villar , P , Luengo , A and Gomez – Fraguela , J (2009). Traits , Personal Strivings and Well- Being , *Journal Of Research in Personality* , 43 , 535-546 .

(52) Roothman , B , Kirsten , D & Wissing , M (2003). Gender Differences in Aspects Of Psychological Well – being , *South African Journal Of Psychology* , 33 (4) , 212- 218 .

(53) Ryff , C & Keyes , L (1995). The Structure of Psychological Well- Being Revisited , *Journal of Personality and Social Psychology* , 69(4) , 719-727 .

(54) Ryff , C & Singer , B (2008). Know Thyself and Become What You Are : A Eudaimonic Approach To Psychological Well – Being , *Journal of Happiness Studies* , 9 , 13-39 .

(55) Ryff , C (1989) . Happiness is ever thing , or is it ? Exploration on the meaning of psychological well – being , *Journal of Personality and Social Psychology* , 57 , 1069-1081.

(56) Ryff, C (1995). Psychological Well – Being in Adult Life , *Current Directions in Psychological Science* , 4(4) , 99-104.

(57) Shams , M (1993). Social Support and Psychological Well – Being Among Unemployed British Asian Men , *Behavior and Personality* , 21 (3), 175-186.

(58) Shek , D (2001) . Sex Differences in The Psychological Well – Being Of Chinese Adolescents , *Journal Of Psychology* , 123(4) , 405 - 412 .

(59) Springer , K & Hauser , R (2006) . An Assessment Of The Construct Validity Of Ryff's Scales Of Psychological Well- Being : Method Mode and Measurement Effects , *Social Science Research* , 35(4) , 1079-1110 .

(60) Sumer , H , Bilgic , R, Sumer , N and Erol , T (2005). Personality Attributes as Predictor of Psychological Well – Being For NCOs , *Journal of Psychology* , 139(6) ,529-544.

(61) Tafarodi , R & Milne , A (2002). Decomposing Global Self – Esteem , *Journal of Personality* , 70, 443-483.

- (62) Tafarodi , R & Swann , W (2001). Two – Dimensional Self – Esteem : Theory and Measurement , *Personality and Individual Differences* , 31 , 653-673 .
- (63) Uskul , A & Greenglass , E (2005). Psychological Well Being in a Turkish – Canadian Sample , *Anxiety , Stress and Coping* , 18(3) , 269-278
- (64) Valkenburg , P , Peter , J and Schouten , A (2006). Friend Networking Sites and Their Relationship to Adolescents Well – Being and Social Self – Esteem , *Cyber Psychology & Behavior* , 9(5) , 584 -590.
- (65) Winefield , H , Winefield , A & Tiggemann , M (1992). Social Support and Psychological Well – Being in Young Adults : The Multi – Dimensional Support Scale , *Journal Of Personality Assessment* , 58(1) , 198-210 .
- (66) Wong , s , Yoo , G & Stewart , A (2007). An Empirical Evaluation of Social Support and Psychological Well – Bing in Older Chinese and Korean Immigrants , *Ethnicity and Health* , 12(1) , 43-67.
- (67) Zhang , J & Norvilitis , J (2002). Measuring Chinese Psychological Well – Being With Western Developed Instruments , *Journal Of Personality Assessment* , 79 (3) , 492-511 .
- (68) Zimet , G & Canty – Mitchell ,J (2000) . Psychometric Properties of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support in Urban adolescents, *American Journal of Community Psychology*, 28 , 391-400.
- (69) Zimet , G , Powell , S , Farley , G , Wekman , S & Berkoff , K (1990). Psychometric Characteristics of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support , *Journal of Personality Assessment* , 55 , 610-617.

ملحق (١) معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للعامل في مقياس السعادة النفسية
(ن=١٥٣)

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	**,٤٧٨	١٩	**,٣٤٥	٣٧	**,٣١٦
٢	**,٣٥٠	٢٠	**,٦٣٣	٣٨	**,٣٦٦
٣	**,٣٦٩	٢١	**,٤٦١	٣٩	**,٤٩٦
٤	**,٤٤٠	٢٢	**,٥٦٢	٤٠	**,٥٩٧
٥	**,٥١٢	٢٣	**,٤٢٢	٤١	**,٤٥٢
٦	**,٤٧٤	٢٤	**,٤٤٨	٤٢	**,٥٣٢
٧	**,٤٩١	٢٥	**,٣٣٢	٤٣	**,٤٥٤
٨	**,٣٩١	٢٦	**,٤٤٦	٤٤	**,٤٤٧
٩	**,٤٨٨	٢٧	**,٣٩٩	٤٥	**,٥٥٥
١٠	**,٤٦٢	٢٨	**,٥٤٠	٤٦	**,٤٤٦
١١	**,٣٩٧	٢٩	**,٥٩٥	٤٧	**,٦٧٢
١٢	**,٣٦٨	٣٠	**,٤٨٢	٤٨	**,٥٢٢
١٣	**,٣١٦	٣١	**,٤٠٠	٤٩	**,٤٧٤
١٤	**,٤٠٢	٣٢	**,٥٠٤	٥٠	**,٣٣٦
١٥	**,٣٨٦	٣٣	**,٤٧٩	٥١	**,٤٩٦
١٦	**,٤٤٧	٣٤	**,٥١٠	٥٢	**,٣٩٧
١٧	**,٥٨٤	٣٥	**,٦١١	٥٣	**,٣٣٣
١٨	**,٤٦١	٣٦	**,٤٣٤	٥٤	**,٤٦٢

** دال عند (٠,٠١)

ملحق (٢) مقياس السعادة النفسية

إعداد (Springer & Hauser (2006)

تعريب د. السيد محمد أبو هاشم

البيانات الشخصية

الاسم (إذا رغبت) :

الكلية : التخصص :

السنة الدراسية : تاريخ التطبيق :/...../.....

الجنس : ☐ ذكر ☐ أنثى العمر : () سنة

التعليمات : يتكون المقياس الذى بين يديك من (٥٤) بند كل منها يصف الرضا عن حياتك واستمتاعك بالأنشطة والعلاقات الاجتماعية المختلفة ، نرجو قراءة كل منها ووضع علامة (x) أسفل الإجابة التى تعبر عن رأيك بصراحة من خلال الاستجابات التالية :

أرفض بشدة	أرفض بدرجة متوسطة	أرفض بدرجة قليلة	أوافق بدرجة قليلة	أوافق بدرجة متوسطة	أوافق بشدة
١	٢	٣	٤	٥	٦

علماً بأنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة ، فالإجابة الصحيحة هى التى تعبر عن وجهة نظرك بصدق ، لا تستغرق وقتاً طويلاً فى الإجابة ، وستحاط إجابتك بالسرية التامة ولا يطلع عليها سوى الباحث لاستخدامها فى أغراض البحث العلمى .

م	العبارات	١	٢	٣	٤	٥	٦
١	اتخذ قراراتى دون الالتفات للضغوط الاجتماعية						
٢	أغير من سلوكى وطريقة تفكيرى حتى يمكننى إنجاز الأشياء						
٣	لست مهتماً بالأنشطة التى تحسن من خبراتى						
٤	لا يوجد فى حياتى الكثير من الناس الذين يحبون الاستماع لى عندما أريد التحدث إليهم						
٥	أستمتع بوضع خطط للمستقبل والعمل على تحقيقها فى الواقع						
٦	أشعر أن الكثير من الناس الذين أعرفهم قد استفادوا من الحياة أكثر مما استفدت						
٧	أثق فى أرائى ، حتى وإن كانت مخالفة لرأى الأغلبية						
٨	أشعر بالارتباك والحيرة بشأن ما أتحمله من مسؤوليات						
٩	أشعر بأنى تطورت وتحسنت كثيراً بمرور الوقت						
١٠	أستمتع بتبادل الحديث مع أفراد أسرتى وأصدقائى						
١١	تبدو أنشطتى اليومية تافهة وغير مهمة لى						
١٢	عموماً أشعر بالثقة فى نفسى وبالإيجابية عن نفسى						
١٣	أشعر بالقلق بخصوص ما يعتقده الآخرون تجاهى						
١٤	أدير معظم مسؤوليات حياتى اليومية بشكل جيد						

١٥	عندما أفكر في الأمر أجد إنني لم أتحسن كثيراً كشخص بمرور السنين
١٦	أشعر بالوحدة لوجود القليل من الأصدقاء المقربين الذين يمكن أن أعبر لهم عن همومي واهتمامتي
١٧	أعمل جاهداً لتنفيذ الخطط التي أضعتها لنفسى
١٨	عندما أقارن نفسى بأصدقائى ومعارفى أشعر بالرضا عن حياتى
١٩	أغير قرارى إذا اعترض عليها أصدقائى أو أفراد أسرتى
٢٠	لا أشعر براحة مع الناس والمجتمع من حولى
٢١	أعتقد أنه من المهم المرور بخبرات جديدة تغير من الطريقة التى أفكر بها فى ذاتى
٢٢	يبدو لى أن معظم الناس لديهم أصدقاء أكثر منى
٢٣	أركز على الحاضر لأن المستقبل يحمل لى مشكلات
٢٤	تقديري لذاتى ليست إيجابياً كشعور معظم الناس نحو أنفسهم
٢٥	أعبر عن آرائى بصراحة ، وإن كانت مخالفة لآراء معظم الأشخاص
٢٦	أواجه صعوبة فى ترتيبى أمور حياتى بطريقة ترضينى
٢٧	لا أريد أن أجرب طرقاً جديدة فى عمل الأشياء فحياتى جميلة بحالتها الراهنة
٢٨	يصنفنى الناس بأننى شخص معطاء وعلى استعداد أن أشارك بوقتي مع الآخرين
٢٩	ليس لدى إحساس جيد عما أحاول إنجازه فى الحياة
٣٠	ارتكبت بعض الأخطاء فى الماضى ، ولكننى أشعر بأن كل الأمور سارت على أفضل صورة
٣١	الشعور بالسعادة مع نفسى أكثر أهمية بالنسبة لى عن قبول الآخرين
٣٢	أستطيع خلق أسلوب حياة لنفسى يتفق كثيراً مع ما أحبه
٣٣	لا أستمتع بوجودى فى مواقف جديدة تتطلب منى تغيير طرقى القديمة والمألوفة فى أداء الأشياء
٣٤	يرى معظم الناس أننى محب وعطوف
٣٥	أشعر بالرضا عند التفكير فيما حققته فى حياتى
٣٦	للماضى تقلباته من خير وشر ولكنى لا أريد تغييره عموماً
٣٧	من الصعب إبداء آرائى حول الموضوعات الجدلية
٣٨	أودى بشكل جيد فى بالأمور المالية والشئون الشخصية
٣٩	يوجد صدق فى المثل القائل " لا يمكن تعليم الشخص الكبير شيئاً جديداً "
٤٠	أثق فى أصدقائى ، وأعلم أنهم أيضاً يثقون بى
٤١	أرى أن وضع أهداف لحياتى مضيعة للوقت
٤٢	أشعر بخيبة الأمل عن إنجازاتى فى الحياة
٤٣	أتأثر بالأشخاص ذوى الآراء القوية
٤٤	بشكل عام ، أشعر بالضغط والإجهاد لعدم قدرتى على مواصلة أعمالى اليومية
٤٥	الحياة بالنسبة لى عملية تعلم وتغير ونمو مستمر
٤٦	المحافظة على العلاقات الطيبة مع الآخرين صعب ومحيط لى
٤٧	بعض الناس لا أهداف لهم فى الحياة ولكننى ليس واحداً منهم
٤٨	عندما أنظر إلى حياتى ، أشعر بالسعادة لسير الأمر على النحو الذى

						سارت عليه	
						أحكم على نفسي وفق ما اعتقد أنه مهم ، وليس وفق ما يتفق مع قيم الآخرين	٤٩
						متطلبات الحياة اليومية تصيبني بكثير من الضغوط والإحباط	٥٠
						لقد توقفت عن عمل تغيير في حياتي منذ وقت طويل	٥١
						لم أعيش علاقات كثيرة تنسم بالدفء العاطفي والثقة مع الآخرين	٥٢
						أفكر في اليوم الذي أعيش فيه ، و لا أشغل نفسي بالتفكير في المستقبل	٥٣
						أشعر بالرضا عن مظهرى الشخصى	٥٤

ملحق (٣) قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

إعداد (Goldberg(1999)

تعريب د. السيد محمد أبو هاشم

البيانات الشخصية

الاسم (إذا رغبت) :
الكلية : التخصص :
السنة الدراسية : تاريخ التطبيق :/...../.....
الجنس : <input type="radio"/> ذكر <input type="radio"/> أنثى	العمر : () سنة

التعليمات : تتكون القائمة التي بين يديك من (٥٠) مفردة كل منها تصف جانباً مهماً من شخصيتك ، نرجو قراءة كل منها ووضع علامة (x) أسفل الإجابة التي تعبر عن رأيك بصراحة من خلال الاستجابات التالية :

لا تتطبق على إطلاقاً	تتطبق على قليلاً	تتطبق على أحياناً	تتطبق على كثيراً	تتطبق على تماماً
١	٢	٣	٤	٥

علماً بأنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة ، فالإجابة الصحيحة هي التي تعبر عن وجهة نظرك بصدق ، لا تستغرق وقتاً طويلاً في الإجابة ، وستحاط إجابتك بالسرية التامة ولا يطلع عليها سوى الباحث لاستخدامها في أغراض البحث العلمي .

م	البند	١	٢	٣	٤	٥
١	أميل إلى انتخاب المرشحين السياسيين بالحزب الوطني					
٢	لدى مزاج متقلب					
٣	لست مهتماً بالأشياء					
٤	أشك في الدوافع الخفية للآخرين نحوي					
٥	أستمع بسماع الأفكار الجديدة					
٦	أؤمن بأهمية الفن					
٧	أمتلك خيال واسع					
٨	أندمج مع الجماعة بسهولة					
٩	أنا ماهر في التعامل مع المواقف الاجتماعية					
١٠	أنا مستعد دائماً					
١١	أضع الخطط وألتزم بها					
١٢	أكره نفسي					
١٣	أحترم الآخرين					
١٤	أسبى إلى الآخرين					
١٥	توصف تجاربي بأنها مملة جداً					
١٦	نادراً ما أشعر بأشياء غير سارة					
١٧	لا أحب جذب الانتباه إلى شخصيتي					

١٨	أنفذ خططي
١٩	لست مهتماً بالأفكار المجردة
٢٠	لدى لسان سليط
٢١	أكون أصدقاء بسهولة
٢٢	أميل إلى انتخاب المرشحين المستقلين
٢٣	أعرف كيفية جذب الآخرين إلى
٢٤	اعتقد أن الآخرين لهم أهداف جيدة
٢٥	أشعر بالراحة مع نفسي
٢٦	أنجز عملي كما هو مطلوب لتجنب العقاب
٢٧	أجد صعوبة في أن أركز التفكير في العمل
٢٨	أنقل أي محادثة أو نقاش إلى مستوى أعلى
٢٩	أصاب بالذعر بسهولة
٣٠	أتجنب المناقشات الفلسفية
٣١	أتقبل الآخرين كما هم
٣٢	لا أستمتع بالذهاب إلى المتاحف الفنية
٣٣	أهتم بمعرفة التفاصيل
٣٤	أكون بعيداً عن الأنظار
٣٥	أشعر بالراحة مع نفسي
٣٦	أضيق وقتي
٣٧	ألجأ إلى الآخرين
٣٨	أنجز العمل اليومي بطريقة صحيحة
٣٩	لا أتحدث كثيراً
٤٠	غالباً ما أكون مكتئباً
٤١	أتهرب من واجباتي
٤٢	لا أحب الفن
٤٣	غالباً ما أشعر بأشياء غير سارة
٤٤	أشارك الآخرين في كل شيء
٤٥	لدى انطباع جيد عن كل شخص
٤٦	لا أفضل رؤية تفاصيل الأشياء
٤٧	أشعر بالراحة مع الآخرين
٤٨	أعمل على راحة الآخرين
٤٩	نادراً ما أغضب
٥٠	لدى القليل من القول

ملحق (٤) مقياس تقدير الذات

تعريب د. الشناوى عبد المنعم الشناوى (١٩٩٨)

البيانات الشخصية

الاسم (إذا رغبت) :
الكلية : التخصص :
السنة الدراسية : تاريخ التطبيق :/...../.....
الجنس : <input type="radio"/> ذكر <input type="radio"/> أنثى	العمر : () سنة

التعليمات : يتكون المقياس الذى بين يديك من (٢٠) بند للتعرف على حقيقة شعورك نحو نفسك وما تفكر فيه فى هذه اللحظة ، نرجو قراءة كل منها ووضع علامة (x) أسفل الإجابة التى تعبر عن رأيك بصراحة من خلال الاستجابات التالية :

لا أوافق بشدة	لا أوافق	محايد	أوافق	أوافق بشدة
١	٢	٣	٤	٥

علماً بأنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة ، فالإجابة الصحيحة هى التى تعبر عن وجهة نظرك بصدق ، لا تستغرق وقتاً طويلاً فى الإجابة ، وستحاط إجابتك بالسرية التامة ولا يطلع عليها سوى الباحث لاستخدامها فى أغراض البحث العلمى .

م	البند	١	٢	٣	٤	٥
١	أشعر بأننى واثق من قدراتى					
٢	أنا مهموم لأننى لا أعرف إن كنت ناجحاً أم فاشلاً					
٣	أشعر بالرضا عن الشكل الذى يبدو عليه جسمى الآن					
٤	أشعر بالإحباط من أدائى الآن					
٥	أشعر بأن لدى مشكلة فى فهم الأشياء التى أقرأها					
٦	أشعر باعجاب واحترام الآخرين لى					
٧	أشعر بأننى خجول					
٨	أنا غير راض عن وزنى الآن					
٩	أشعر بأننى أنيق مثل الآخرين					
١٠	أشعر بعدم الرضا عن نفسى					
١١	شعورى عن نفسى طيب					
١٢	أنا راض عن حسن مظهرى الآن					
١٣	أنا قلق تجاه ما يعتقدّه الآخرون عنى					
١٤	أشعر بأننى واثق من فهم الأشياء					
١٥	لدى إحساس الآن بأننى أقل من الآخرين					
١٦	أشعر بأننى غير جذاب					
١٧	أشعر بالقلق مما يصدر عنى من انطباع					
١٨	أشعر بأن قدرتى الدراسية الآن أقل من الآخرين					
١٩	ينتابنى الإحساس بأننى لم أفعل شيئاً حسناً					
٢٠	أنا قلق تجاه أن أبوء تافهاً أمام الآخرين					

ملحق (٥) مقياس المساندة الاجتماعية

إعداد Zimet & Canty – Mitchell (2000)

تعريب د. السيد محمد أبو هاشم

البيانات الشخصية

الاسم (إذا رغبت) :
الكلية : التخصص :
السنة الدراسية : تاريخ التطبيق :/...../.....
الجنس : <input type="radio"/> ذكر <input type="radio"/> أنثى	العمر : () سنة

التعليقات : يتكون المقياس الذى بين يديك من (١٢) بند للتعرف على علاقتك بالآخرين ومدى شعورك بمساعدتهم إليك عند تعرضك لبعض المشكلات الحياتية المختلفة ، نرجو قراءة كل منها ووضع علامة (x) أسفل الإجابة التى تعبر عن رأيك بصراحة من خلال الاستجابات التالية :

لا أوافق بشدة	لا أوافق	لا	محايد	أوافق	أوافق بشدة
١	٢	٣	٤	٥	٥

علماً بأنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة ، فالإجابة الصحيحة هى التى تعبر عن وجهة نظرك بصدق ، لا تستغرق وقتاً طويلاً فى الإجابة ، وستحاط إجابتك بالسرية التامة ولا يطلع عليها سوى الباحث لاستخدامها فى أغراض البحث العلمى .

م	البنود	١	٢	٣	٤	٥
١	يوجد شخص فى حياتى يكون بجانبى وقت الحاجة إليه					
٢	يوجد شخص فى حياتى يشاركنى أفراسى وأحزاني					
٣	تقدم لى عائلتى المساعدة عندما احتاجها					
٤	أجد المساعدة العاطفية والمساندة من عائلتى عندما احتاجها					
٥	يوجد شخص فى حياتى يمثل لى مصدر حقيقى للراحة					
٦	يحاول أصدقائى حقاً تقديم المساعدة لى					
٧	يمكننى الاعتماد على أصدقائى عندما تواجهنى مواقف صعبة					
٨	يمكننى التحدث مع عائلتى عن مشكلاتى					
٩	يشاركنى أصدقائى نفس اهتماماتى فى الحياة					
١٠	يوجد شخص فى حياتى يهتم بمشاعرى وأحاسيسى					
١١	تساعدنى عائلتى على إتخاذ القرارات المناسبة					
١٢	يمكننى التحدث مع أصدقائى عن مشكلاتى					

Structure Model Relations Between Psychological Well- Being and Big Five Personality Factors and Self Esteem and Social Support to University Students

Dr. Elsayed abou hashem

Abstract:

The goal of the current search to identify the nature of the Structure Model Relations Between Psychological Well- Being and Big Five Personality Factors and Self Esteem and Social Support to University Students. The sample consisted of (405) students at the Faculty of Education, Zagazig University, including (109) male , (296) female .They Psychological Well-Being Scale , and Big Five Personality Factors Inventory , and the self-esteem Scale and social support Scale . using exploratory Factor analysis, Confirmatory Factor analysis , test "T", and the correlation coefficient, multiple regression analysis and path analysis, the results showed the following:

- (1) the absence of significant differences between the average scores of males and females in the Psychological Well- Being Subcommittee: autonomy, environmental mastery, and personal development, and positive relations with others, and meaningful life, and accept the self.
- (2) the existence of relations differentiated type (positive - negative) and significance (Sig – non Sig) between the grades of students in the happiness of mental and each of its components Sub: big five factors of personality, and self-esteem, social support of students at the university.
- (3) predictable from the big five factors of personality (agreeableness , and conscientiousness, Extraversion, neuroticism, and openness to experience) mental happiness and its various components, with different rates of contribution of each factor of five major factors of personality.
- (4) could predict self-esteem (appearance, social, and performance) mental happiness and its various components, with different rates of contribution of each factor of self-esteem.
- (5) can be predicted from social support (family, friends, and others) Psychological Well- Being and its various components, with different rates of contribution of each factor of social support.
- (6) that the independent variables (agreeableness , conscientiousness, Extraversion, openness to experience, self-esteem, social support) explained about (56.5%) of the variation in degrees of the dependent variable (Psychological Well- Being). This indicates the high level of practical significance of the proposed model