Journal of Psychology and Behavior Studies
مجلة دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية
ISSN: 2753-2364
DOI: 10.32996/jpbs
Journal Homepage: www.al-kindipublisher.com/index.php/jpbs

مستوى السَّعادةِ النَّفسيَّةِ لَدَى عَيّنَةٍ مِن طلاب جامعةِ مِصراتَة في ضوء بعض المتغيرات الديمجرافية

د. أحمد حسانين أحمد محمد، أستاذ علم النفس المشارك، الأزهر الشريف، قطاع المعاهد الأزهرية، مصر
د. منصور محمد على بوبعيده، أستاذ علم النفس المساعد، كلية الآداب والعلوم، الكفره، جامعة قار يونس، ليبيا
د. أنور عمران الصادي، أستاذ علم النفس المشارك، الأكاديمية الليبية للدراسات العليا، مصراته، ليبيا

تاريخ استلام البحث: 2022/12/10 **تاريخ نشر البحث: 2022/12/11** **المجلد: 2** **العدد: 2**

الملخص:
هَدَفَت الدِّراسة إلى التَّعَرُّف على مستوى السَّعادة لدى عينة من طلاب جامعة مصراته فضلا عن معرفة الفروق فى السَّعادة وَفْقًا للجنس والتَّخصص والمرحلة الدراسية، وذلك على عَيّنَة مكونة من (375) طالبًا وطالبة من جامعة مصراتة، تم اختيارهم بالطَّريقة العشوائية منهم (137) ذكرًا و(238) أنثى، وتمَّ استخدامُ المنهج الوصفي المقارن باعتباره المنهج المناسب لأهداف الدِّراسة، كما تمَّ استخدامُ مِقياس السَّعادة والذي أعده(Abbott,et al 2006,) ترجمة: (الجمال، 2013)، وباستخدام برنامج الحزم الإحصائيَّة في العلوم الاجتماعيَّة (spss) تم تحليل البيانات، واشتملت الأساليب الإحصائيَّة على استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل ارتباط بيرسون واختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات وتحليل التباين وأشارت النَّتائج إلى أن مستوى السعادة لدى عينة الدراسة كان مرتفعا كما لم توجد فروق دالّة إحصائيًّا في السَّعادة وَفْقًا للجنس والتَّخصص والمرحلة الدراسية.

الكلمات المفتاحية: السعادة النفسية ، متغيرات ديموغرافية ، طلاب ليبيون

The Level of Psychological Happiness Among a Sample of Misurata University Students in The Light of Some Demographic Variables

Ahmed Hassanein Ahmed, Associate Professor, Department of Clinical Psychology, Al-Azhar University, Egypt
Mansour Mohammed Ali Bopaeda, Assistant professor, Department of Clinical psychology, Faculty of Arts & Science Kufrah, Benghazi University, Libya
Anwar Imran Al-Sadi, Associate Professor, Department of Clinical Psychology, Libyan Academy for Postgraduate Studies, Misurata, Libya

Corresponding Author: Mansour Mohammed Ali Bopaeda, **E-mail**: bopaedmansour@gmail.com

RECIEVED: 01 December 2022 **PUBLISHED:** 11 December 2022 **DOI:** 10.32996/jpbs.2022.2.7

Abstract
The study aimed to identify the level of happiness among a sample of students from the University of Misurata, as well as to know the differences in happiness according to gender, specialization and stage of study, on a sample of (375) male and female students from the University of Misurata, who were chosen randomly, including (137) males and (238) females, and the comparative descriptive approach was used as the appropriate approach for the objectives of the study, and the happiness scale prepared by (Abbott, et al, 2006) was used. Data, and statistical methods included the use of arithmetic means, standard deviations, Pearson correlation coefficient, and a t-test for the significance of differences between averages and analysis of variance.

Keywords: Psychological Happiness, Demographic Variables, Libyan Students

1. مُقدِّمة الدِّراسة:

يُعد طلبة الجامعات عماد الأمة بشكل عام وزهرة المجتمع بشكل خاص وهم النخبة الصاعدة، ولذلك نجد اهتماما كبيرا بهم في الدِّراسات النَّفسية والاجتماعيَّة؛ لما لهم من عظم الأثر في المجتمع، فهم قادة الغد وعليهم تقوم النَّهضةُ والرقي والتَّقدم في جميع المجالات.

وفي ضَوْء الاهتمام المتزايد بدراسة الجوانب الإيجابيَّة في السلوك ومع ظهور حركة علم النَّفس الإيجابي بدأ علم النَّفس في الاهتمام بالمُتغيِّرات التي تشكل السَّعادة والهناء الشخصي للأفراد؛ حيث تُعد السَّعادة النَّفسية من العوامل الأساسية لنجاح الفرد في مختلف مراحل حياته؛ حيث إنها تؤدي بالأفراد إلى النجاح وتحقيق الأهداف من خلال الاستمتاع بالخبرات والتجارب الحياتية المختلفة والتخطيط، كما أن السَّعادة النَّفسية تعتبر مطلبا ورغبة وحاجة أساسية يبحث عنها الجميع ويتمنى تحقيقها في مختلف المجالات (Sligman, 2006).

وقد حظي طُلَّاب الجامعة باهتمام كبير في مجال دراسات السَّعادة والهناء الشخصي والعوامل التي تسهم في تحقيقهما والمُتغيِّرات المرتبطة بهما مثل: مثل المرونة المعرفيَّة والثِّقة بالنَّفس (الحرازي، والثوابتة، 2022، العنزي والجاسر ,2019)، والتفكير الإيجابي (الشريف،2021)، وسمات الشخصيَّة (إبسيس وآخرون،2021)، والتَّدَيُّن (مليباري وآخرون، 2021)، والتسامح (العنزي وعياد، 2020)، والطموح (الزين، 2020)، والحاجات النَّفسية (محمد وآخرون، 2019)، والتوجه نحو الحياة (عبد الرحمن، 2019)، وجودة الحياة (أبو حماد، 2018)، وفعاليَّة الذَّات (حاج موسى، 2017)، والتحصيل الدراسي (الجمال،2013)، والذَّكاء الانفعالي (أبو عمشة وآخرون، 2013)، والذَّكاء الاجتماعي (الربيع، 2019)، والمهارات الاجتماعيَّة Salaver &Jusan (2021,)، وأشارت نتائج هذه الدِّراسات أن السَّعادة ترتبط إيجابيا بهذه المُتغيِّرات، كما أن العديد من هذه المُتغيِّرات وخاصة المُتغيِّرات الشخصيَّة والاجتماعيَّة تتنبأ بمستوى السَّعادة لدى الأفراد.

وعلى الرغم من الاهتمام الواسع بدراسات السَّعادة والعوامل التي تسهم في تحقيقها لدى طُلَّاب الجامعة إلا أنّ نتائج هذه الدِّراسات كانت متباينة إلى حد كبير وخاصة فيما يتعلق بالعوامل الأكاديميَّة والمستوى الدراسي والجنس والمُتغيِّرات الديمجرافيَّة فيما يتعلق بالعَلاقة بين الجنس والسَّعادة؛ ففي حين أشارت بعض الدِّراسات إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في السَّعادة كدراسة (الحرازي، 2020، قاسم وعبد اللاه، 2018 ، إبسيس وآخرون, 2021) أشارت دراسات أخرى إلى وجود فروق بين الجنسين في السَّعادة، وكانت هذه الفروق لصالح الإناث كما في دراسة (الدهيني، 2020 ، الزبن، 2020) في حين أشارت فئة أخرى من الدِّراسات إلى وجود فروق في السَّعادة بين الجنسين لصالح الذكور كما في دراسة (البعيجي، 2020، العقيلي، 2020، Salavera &Usan, 2021) وفيما يتعلق بالعَلاقة بين التَّخصص الدراسي والسَّعادة فقد أشارت بعض الدِّراسات إلى عدم وجود فروق في السَّعادة وفق التَّخصص مثل دراسات كل من (الحرازي، 2022 ، إبسيس وآخرون 2021). أشارت دراسات أخرى إلى وجود فروق في السَّعادة وفق التَّخصص كما في دراسات كل من (الوكيل، 2019 ، عبد الرحمن، 2019، نجف، 2018).

وفي ضَوْء الاهتمام الواسع بمفهوم السَّعادة والبحث عن العوامل التي تحددها سواء لدى المجتمع العام أو لدى طُلَّاب الجامعة يتبين لنا أَهَمِّيَّة دراسة السَّعادة لدى طُلَّاب الجامعة ودور بعض المتغيرات في تشكيلها وخاصة في ضَوْء ما تم التوصل إليه من وجود عَلاقة ارتباطيَّة موجبة بين السَّعادة والصحة النَّفسية للفرد (Abdel-Khalek & Lester, 2010)والصحة الجسميَّة (جان، 2008)، والانبساطية (Francis, et al., 2003) ، والذَّكاء الانفعالي (جودة، 2007).

2. مشكلة الدِّراسة:

يواجه الشباب في القرن 21 تحديات كثيرة وصعبة وخاصة دول العالم الثالث التي تعد ليبيا جزءًا منها بَدْءًا من انتشار تحديات الأوبئة كالأمراض الخبيثة وانتهاءً بوباء كورونا، إلى انتشار البطالة والصراعات السياسية والاجتماعيَّة. فكل هذه التحديات تتطلب سماتٍ شخصيَّة تتسم بالإيجابيَّة حتَّى نستطيع التَّقدم، ومواصلة الحياة. فشعور طُلَّاب الجامعة بالسَّعادة يعد عاملا مهما في تطور أدوارهم داخل المجتمع، والمضي قدمًا في مجالات الحياة المختلفة بهدف تحقيق الصحة النَّفسية والتفاعل الاجتماعي الذي يقودنا إلى مستقبل أكثر إيجابيَّة.

ولأَهَمِّيَّة السَّعادة في حياة الطالب الجامعي فإن الحاجة تدعو إلى قياس هذا المُتغيِّر ومعرفة العوامل التي تسهم في تشكيل السَّعادة لديهم ومن ثم كانت مشكلة الدِّراسة الحاليَّة والتي تمثلت تساؤلاتها في:

- ما معدلات السعادة لدى عينة البحث من الطلبة والطالبات والعينة الكلية "؟
- هل توجد فروق دالَّة إحصائيًّا في السَّعادة النَّفسية لدى عَيِّنَة البحث وَفْقًا للجنس؟
- هل توجد فروق دالَّة إحصائيًّا في السَّعادة النَّفسية لدى عَيِّنَة البحث وَفْقًا للتَّخصص الدراسي؟
- هل توجد فروق دالَّة إحصائيًّا في السعادة النَّفسية لدى عَيِّنَة البحث وَفْقًا للفصل الدراسي؟

3. أهداف الدِّراسة:

تهدف هذه الدِّراسة إلى التَّعَرُّف على ما يلي:

- التعرف على معدلات السعادة لدى عينة البحث من الطلبة والطالبات والعينة الكلية
- التَّعَرُّف على الفروق في السَّعادة النَّفسية لدى عَيِّنَة البحث وَفْقًا للجنس.
- التَّعَرُّف على الفروق في السَّعادة النَّفسية لدى عَيِّنَة البحث وَفْقًا للتَّخصص الدراسي.
- التَّعَرُّف على الفروق في السَّعادة النَّفسية لدى عَيِّنَة البحث وَفْقًا للفصل الدراسي.

4. أَهَمِّيَّة الدِّراسة:

تكمن أَهَمِّيَّة الدِّراسة الحاليَّة في النقاط التالية:

1. أَهَمِّيَّة الموضوع حيث يُعتبر البحث عن عوامل تشكيل السَّعادة من العوامل التي شغلت العديد من الباحثين في العديد من المجتمعات وخاصة مع التحول الكبير في اهتمامات علم النَّفس منذ التسعينات نحو دراسة الجوانب الإيجابيَّة في السلوك وعوامل تحقيق الازدهار والرفاهية للأفراد.

2. تأتي أَهَمِيَّة الدِّراسة أيضا من أَهَمِيَّة العَيِّنَة المستخدمة فيها؛ وهم من طُلَّاب الجامعة حيث يعتبر الاهتمام بدراسة السَّعادة لدى هؤلاء الطُّلَّاب مطلبا أساسيا وخاصة في ضَوْء ما أشارت إليه نتائج الدِّراسات حول الدور الذي تلعبه السَّعادة في التحصيل الدراسي والأداء الأكاديمي بشكل خاص والتوافق والصحة النَّفسية بشكل عام.
3. كما تتضح الأَهَمِيَّة التطبيقية لهذه الدِّراسة فيما تسفر عنه من نتائج تساعد القائمين في وزارة التَّعليم لوضع البرامج التي تساعد الطلبة على التكيف والتوافق في البيئة التَّعليمية، ويمكن أيضًا الاستفادة من النَّتائج في تصميم برامج التوجيه النَّفسي للطُّلَّاب من ذوي مفهوم السَّعادة المنخفض.

5. محددات الدِّراسة:

اقتصرت الدِّراسة الحاليَّة على الحدود الآتية:

- **الحدود الزمانية:** طُبقت أدوات الدِّراسة الحاليَّة في العام الدراسي 2022/2021م.
- **الحدود المكانية**: جامعة مصراتة - ليبيا.
- **الحدود البشرية:** أجريت هذه الدِّراسة على عَيِّنَة مكونة من (375) طالبًا وطالبة من طُلَّاب جامعة مصراتة.
- الأدوات المستخدمة في الدِّراسة: مِقياس السَّعادة لــ أبوتي وآخرين (Abbott,et al, 2006) ترجمة: (الجمال، 2013).
-

6- الإطار النظري والدراسات السابقة

السَّعادة النَّفسية

تختلف السَّعادة من مجال إنساني إلى آخر، ومن فرد إلى فرد، ومن مجتمع إلى مجتمع آخر، ومن أبرز العلوم الإنسانيَّة التي تناولت تعريف السَّعادة هو مجال علم النَّفس؛ حيث تم إدراج مصطلح السَّعادة لأول مرة بقائمة المستخلصات النَّفسية عام (1973) وصنفته البحوث النَّفسية المتصلة بالسَّعادة ضمن ما يعرف بعلم النَّفس الجماهيري أو الشعبي؛ حينما حاول الباحثون دراسة العديد من العوامل الديمغرافيَّة والاجتماعيَّة والسمات الشخصيَّة، من أجل معرفة العوامل التي تؤدي إلى الشُّعور بالسَّعادة.

وأحدث سيلجمان (2005)Seligman ثورة في علم النَّفس المعاصر في ثمانينات القرن العشرين؛ إذ وجه الأنظار إلى ضرورة دراسة الجوانب الإيجابيَّة للشخصيَّة الإنسانيَّة، مع إبقاء الاهتمام بالجوانب السلبيَّة كذلك، وقد استخدم مفهوم السَّعادة في تحديد أهداف العلم الجديد، (علم النَّفس الإيجابي) بما تنطوي عليه من مشاعر وأنشطة إيجابيَّة للإنسان.

ويشير سليجمان Seligman إلى أن مجال علم النَّفس الإيجابي يتمثل في الخبرات الإيجابيَّة على المستوى الفردي، ومن بينها السَّعادة والرضا، والتفاؤل والأمل، والإيمان، والحب، والإحساس بالجمال والمثابرة، والأصالة، والحكمة، وعلى المستوى الجماعي، ومن بينها: الحقوق المدنية والمؤسسات التي تحرك الأفراد نحو مواطنة أفض ، والحنو، والإيثار، والتسامح، وأخلاقيات العمل.(Seligman, 2002).

مفهوم السَّعادة النَّفسية

يعرفها مرسي (2000)على أنها: الشُّعور باعتدال المزاج، والشُّعور بالرضا والإشباع وطمأنينة النَّفس وتحقيق الذات، وهي بالتالي عامل مشترك بين الأمرين؛ أي الشُّعور بالرضا الشامل بحيث يكون الرضا عن العمل والزواج والصحة والقدرات وتحقيق الذات. (مرسي، 2000).

ويرى سليجمان (Seligman, 2005, 39) بأنها: شعور يتضمن الرضا والمنفعة والسرور، وهي المطلب الأسمى للإنسان، ومطلب مهم من متطلباته الرئيسة، والغاية المنشودة للأفراد لتحقيقها في الحياة الإنسانيَّة، وأحد جوانب الصحة النَّفسية، والرضا عن الحياة وتحقيق الذَّات والتفاؤل.

ويعرفها (شويخ، 2010، 175) بأنها: شعور ذاتي لدى الفرد يعكس حبه للحياة التي يعيشها واستمتاعه بها، بما يجعله يشعر بمشاعر الرضا والابتهاج والسرور.

ويعرفها (الطراونة، ٢٠١٤، ٨١٤) بأنها بحالة انفعاليَّة وعقلية تتسم بالإيجابيَّة يخبرها الإنسان ذاتيًا وتتضمن الشُّعور بالرضا والمتعة والتفاؤل والأمل والإحساس بالقدرة على التأثير في الأحداث بشكل إيجابي تجاه ما يدور من أحداث حول الفرد في البيئة التي يعيش فيها".

مُكوّنات السَّعادة الذَّاتية

في ضَوْء التعريفات السَّابقة تناولت بعض الدِّراسات مفهوم السَّعادة من الجانب الانفعالي أو من الجانب الوجداني والمعرفي، وهذا ما أكده (Joseph et al, 2004, 464) بأن السَّعادة الذَّاتية لا تعني فقط غياب مشاعر الاكتئاب، ولكنها تعني أيضا وجود عدد من الحالات الانفعاليَّة والمعرفيَّة التي تتسم بالإيجابيَّة، وبالتالي يمكن الإشارة إلى تلك الجوانب باعتبارها مُكوّنات السَّعادة، وهذا ما ذهبت إليه العديد من الدِّراسات وتناولها كما يلي:

أشار أرجايل (1993) إلى ثلاثة مُكوّنات أساسية للسَّعادة هي:

- الرضا عن الحياة: وقد يقابل بينه البعض وبين نوعيَّة الحياة أو جودة الحياة.
- الوجدان الإيجابي: وهو المكون الانفعالي للسَّعادة بوصفها حالة انفعاليَّة.
- الوجدان السلبي: أو ما يسمى (بالعناء النَّفسي – الإنهاك النَّفسي).

وفي دراسة أخري لأرجايل (Argyle, 1997) وصف السَّعادة بأنها: انعكاس لدرجة الرضا عن الحياة أو أنها: انعكاس لمعدلات تكرار حدوث الانفعالات السارة وأنها: تشمل أربعة عناصر هي:

- الرضا عن الحياة ومجالاته المختلفة.
- الشُّعور بالبهجة والاستمتاع.

- العناء بما يتضمنه من قلق واكتئاب.
- الحالة الصحية.

بينما توصل هيلز وأرجايل (Hills & Argyle, 2001) إلى أن السَّعادة تشتمل على ثلاثة مُكوِّنات هي: مستوى مرتفع من الوجدان الموجب، مستوى منخفض من الوجدان السـالب، مسـتوى مرتفع من الرضـا عن الحياة، ويرجع المكون الأول والثاني إلى المظاهر الانفعاليَّة والعاطفية، بينما يرجع المكون الثالث إلى المظاهر المعرفيَّة.

ومن ثم يتضح أن السَّعادة النَّفسية تنشأ من توافر مجموعة من العوامل والمُكوِّنات التي بتضافرها تنتج حالة من الإيجابيَّة والتوافق لدى الفرد ويمكن تصنيفها تحت صنفين أساسيين هما: (الجانب المعرفي)؛ وهو كل ما من شأنه أن يعطي انطباعا لدى الفرد بشعوره بالسَّعادة ورضاه عن الحياة مثل القناعة، والارتياح والهناء والمشاعر الإيجابيَّة والتَّقييم الإيجابي للحياة، و(الجانب الانفعالي)؛ وهو كل ما من شأنه أن يعبر به الفرد عن سعادته مثل: الفرح، والسرور، والابتهاج، والاحتفال. كما أن وجود الفرد في بيئة سعيدة يسهم في شعوره بالسَّعادة.

نظريَّات السَّعادة

مع تطور الدِّراسات العلميَّة للسَّعادة في العقود الماضية، ظهرت العديد من النَّظريَّات المُفَسِّرة لها واختلفت توجهات وأفكار هذه النَّظريَّات عن الأفكار الفلسفيَّة التَّقليدية ويمكن تصنيف هذه النَّظريَّات وَفْقًا لنوعين أساسيين:1 - النَّظريَّات التي تبنت فكرة أن السَّعادة حالة مستقرة نسبيًا ولا يمكن تغييرها، مثل نظريَّة نقطة البداية، 2 - النَّظريَّات التي افترضت أن السَّعادة تحددها بعض العوامل ويمكن تغييرها بطرق معينة، مثل نظريَّة الحياة والنَّظريَّة العاطفيَّة ونظرية المقارنة، وقد نشأت هذه النَّظريَّات المختلفة من البحث التجريبي وناقشها العلماء لفترة طويلة.

نظريَّة النقطة المحددة للسَّعادة (Set -piont Theories)

تعد هذه النَّظريَّة واحدة من أهم النَّظريَّات المُفَسِّرة للسَّعادة النَّفسية، وأكدت هذه النَّظريَّة على أن سعادة الأفراد تتمثل في الحفاظ على حالة من الاستقرار النسبي، أو حالة من التوازن Equilibrium، وهذه الحالة لا يمكن تغييرها بسهولة، واستندت هذه النَّظريَّة إلى فكرة مفادها أن الفرد باستطاعته إحداث نوع من التوافق مع الأحداث والظروف المُتغيِّرة من حوله مما يُعبر عن قدرته على التأقلم بسرعة مع التغيرات الطارئة، وقدرته على استعادة الشُّعور بالسَّعادة الذي كان يعيشه قبل حدوث هذه التَّقلبات والصراعات، كما أكدت هذه النَّظريَّة على أن سمات الشخصيَّة تؤدي دورًا مهمًا في حدوث السَّعادة أو في الشُّعور بها خاصةً تلك الشخصيات التي تتسم بالقدرة على الصمود والمواجهة (Veenhoven,2009,45-69) وقد لاقت أفكار هذه النَّظريَّة قبولا لدى العديد من الباحثين فقد أشار كل من (Lyken & Tellegen,1996) في دراسة لهما عن السَّعادة إلى أن المكانة الاجتماعيَّة والتَّعليم والدخل كلها عوامل لا تؤثر تأثيرًا جوهريًا على سعادة الأفراد وأن السَّعادة سمة مستقرة وثابتة في الشخصيَّة، وأن أية تغيرات في مستويات السَّعادة يكون بسبب عامل الصدفة، وليس بالضرورة أن يكون سببها أحداث الحياة..

نظريَّة القائمة الموضوعيَّة للسَّعادة

على عكس نظريَّة النقطة المحددة، فإن نظريَّة القائمة الموضوعيَّة للسَّعادة أو نظريَّة القابلية للعيش تشير إلى أن السَّعادة مرتبطة بسلسلة من العوامل الاجتماعيَّة والموضوعيَّة، والتي ترتبط بالظروف المعيشية للأفراد (مثل: الدخل والتَّعليم والصحة)، وربطت هذه النَّظريَّة بين السَّعادة والعوامل الاجتماعيَّة وفتحت المجال حول الدور الذي يمكن أن تلعبه هذه العوامل في تحقيق سعادة الأفراد، وبالتالي ضرورة الاهتمام بتقييم هذه العوامل كمحددات للسَّعادة والعمل على تحسين الظروف الاجتماعيَّة من أجل تحسين مستوى السَّعادة لدى الأفراد في المجتمع، وتتضمن نظريَّة قابلية العيش الافتراضات الرئيسة الستة التالية:

- مثل جميع الحيوانات، لدى الإنسان احتياجات فطرية، مثل: الغذاء والسَّلامة والرفقة.
- تظهر متعة الإنسان وسعادته في إشباع احتياجاته.
- تحدد خبرة المتعة إلى أي مدى سنحب الحياة التي نعيشها (السَّعادة)، ومن ثم فإن السَّعادة تعتمد على الحاجة إلى الإشباع.
- تعتمد الحاجة إلى الإشباع على كل من الظروف المعيشية الخارجية والقدرات الداخلية لاستخدامها، ومن ثم فإن الظروف المعيشية السيئة تقلل من السَّعادة خاصة عندما تتجاوز مطالبها القدرات البشرية.
- المجتمعات هي أنظمة لتلبية احتياجات الإنسان، ولكن ليس كل المجتمعات تقوم بهذه المهمة على قدم المساواة، وبالتالي، فإن الناس ليسوا سعداء على قدم المساواة في جميع المجتمعات.
- سيؤدي تحسين التوافق بين المؤسسات الاجتماعيَّة والاحتياجات البشرية إلى سعادة أكبر لدى الأفراد . (Veenhoven,2014).

النَّظريَّة العاطفيَّة للسَّعادة

بينما تؤكد نظريَّة القائمة الموضوعيَّة للسَّعادة على أَهَمِّيَّة الموارد الموضوعيَّة، فإن النَّظريَّة العاطفيَّة أو نظريَّة مذهب المتعة (Seligman & Royzman, 2003) ترى أن السَّعادة في معظمها تتعلق بالمشاعر الذَّاتية، والتي تعتمد على تقييم الفرد لحياته بشكل عام، والفكرة الرئيسة لهذه النَّظريَّة هي أن المشاعر الذَّاتية للفرد قد يكون لها تأثير قوي على السَّعادة. لذلك، وفي ظل هذه الحالة، فإن التَّقييم الذَّاتي للأفراد للحياة بشكل عام أو العديد من أحداث الحياة المحددة يكون بمثابة مُتغيِّر وسيط يفسر جزئيًا سبب تأثير العوامل أو الأحداث الاجتماعيَّة الموضوعيَّة على سعادة الناس.

نظريّة سيلجمان للسَّعادة

ترجع البدايات الحقيقية لهذه النَّظريّة إلى عام (1998) عندما ألقى "سيليجمان" خطابا خلال تنصيبه كرئيس جديد لجمعيّة علم النَّفس الأمريكية حول فيه التركيز من الأمراض العقلية وعلم الأمراض إلى دراسة ما هو جيد وإيجابي في الحياة، ومنذ ذلك الوقت اهتمت النَّظريّات والأبحاث في علم النَّفس بدراسة الجوانب الإيجابيّة التي تساعد في جعل الحياة تستحق العيش وكيفيّة تحديد الرفاهية وقياسها واكتسابها (Rusk et al,2016).

وفي عام (2012) وبعد عقد من الدِّراسات حول هذا الموضوع صاغ "سيلجمان" خمسة مُكوّنات أساسية تكمن خلف الشُّعور بالسَّعادة والرفاهية تضمنت هذه المُكوّنات: (المشاعر الإيجابيّة **P**ositive emotions، والمشاركة **E**ngagement، والعَلاقات **R**elationships، والمعنى **M**eaning، الإنجاز **A**ccomplishment) وتتضمن المشاعر الإيجابيّة: الأمل والاهتمام والفرح والحب والرحمة والفخر والتسلية والامتنان، وتعتبر مؤشرًا رئيسا على الازدهار (السَّعادة)، ويمكن صقلها أو تعلمها لتحسين الرفاهية (Fredrickson, 2001)، فعندما يتمكن الأفراد من استكشاف وتذوق ودمج المشاعر الإيجابيّة في الحياة اليوميّة (وتصورات الحياة المستقبلية)، فإن ذلك يحسن التفكير المعتاد والتصرف وهنا يمكن للمشاعر الإيجابيّة أن تزيل الآثار الضارة للمشاعر السلبيّة وتعزز المرونة (Tugade &Fredrickson, 2004) ,

أما **البعد الثاني وهو المشاركة** فوَفْقًا لـــــ (Seligman, 2012) هي تتماشى بشكل كبير مع مفهوم "أن تكون بمفردك مع الموسيقى". إنه يتماشى مع مفهوم تشياكسنتميهلي (Csikszentmihalyi) لـ "التدفق" والذي يشمل فقدان الوعي بالذات والاستيعاب الكامل للنشاط. بمعنى آخر، إنك تعيش في حاضرك وتركز بالكامل على المهمة التي تقوم بها؛ حيث يحدث التدفق أو المشاركة.(Csikszentmihalyi, & LeFevre, 1989) ولقد توصلت الأبحاث حول المشاركة (التدفق) إلى أن الأفراد الذين يحاولون استخدام نقاط قوتهم بطرق جديدة كل يوم لمدة أسبوع كانوا أكثر سعادة وأقل اكتئابًا بعد ستة أشهر (Seligman, et al, 2005)

ويشير البعد الثالث (المعنى): إلى صفة إنسانيّة أساسية هي البحث عن المعنى والحاجة إلى الشُّعور بالقيمة والاستحقاق وعرفها سيليجمان (Seligman, 2012) أنها: انتماء وتحقيق معنى للحياة يساعد الأفراد على التركيز على ما هو مهم في مواجهة التحدي أو الشدائد الكبيرة، ويختلف ذلك المعنى من شخص لآخر. فيمكن السعي وراء المعنى من خلال مهنة أو سبب اجتماعي أو سياسي أو مسعى إبداعي أو معتقد ديني / روحي، ويمكن تحقيقة أيضا من خلال الأنشطة التطوعيّة أو المجتمعية، ولقد أشارت الأبحاث في هذا السياق إلى أن الأشخاص الذين يبلّغون عن وجود هدف في الحياة يعيشون لفترة أطول ولديهم قدر أكبر من الرضا عن الحياة ومشاكل صحية أقل (Kashdan, et al, 2009) .

أما العَلاقات الإيجابيّة: فتشمل جميع التفاعلات المختلفة للأفراد مع الشركاء والأصدقاء وأفراد الأسرة والزملاء والرؤساء / الموجهين / المشرفين والمجتمع ككل. تشير إلى الشُّعور بالدعم والحب والتَّقدير من قبل الآخرين، ويرى (Seligman, 2012) أن تضمين العَلاقات في النموذج يعتمد على فكرة أن البشر هم كائنات اجتماعيّة بطبيعتها. وهذا ما أكدته نتائج البحث العلمي في هذا المجال من أن مشاركة الأخبار السارة أو الاحتفال بالنجاح يعزز الروابط القوية والعَلاقات بالإضافة إلى ذلك، فإن الاستجابة بحماس للآخرين، لا سيما في العَلاقات الوثيقة أو الحميمة، تزيد من الألفة والرفاهية والرضا.(Siedlecki et al,2014) .

وفيما يتعلق بالإنجـــاز فيعرف بأنه: النجاح أو الإتقان أو الكفاءة، فالشُّعور بالإنجاز هو نتيجة العمل نحو الأهداف والوصول إليها، وإتقان المسعى، وامتلاك الدافع الذَّاتي لإنهاء ما كنت تخطط للقيام به، ويساهم ذلك في الرفاهية؛ لأن الأفراد يمكن أن ينظروا إلى حياتهم بشعور من الفخر (Seligman, 2012).

وعلى الرغم من أن نموذج سيلجمان للسَّعادة لاقى دعما إمبريقيا قويا وأجريت عليه دراسات عديدة وانبثقت منه أساليب تقييم وعلاج نفسي مبينة على مبادئه إلا أنه تعرض لكثير من الانتقادات تمثلت في أنه يؤطر للسَّعادة كمسعى فردي يعكس أصولها الفردية بدلًا من تلك الجماعيّة الموجودة في الثقافات الأخرى (Joshanloo, 2013)، كما تم تقديم انتقادات مُتعلِّقة بالأصول العرقية والدينية حيث افترض النموذج أن هدف السَّعادة مشترك عالميًا دون اعتبار أن الدين أو الأسرة أو الثقافة يمكن أن يكون لها الأولوية (Richardson &Guignon, 2008)، وأخيرًا، لم يتم اشتقاق النَّظريّة من تجارب **الأفراد ولكن من تراكم** الدِّراسات السَّابقة (Peterson, et al, 2005) ؛ وبالتالي، يبقى من غير المعلوم ما إذا كان النموذج ينطبق على أولئك الذين يعيشون في الدول غير الغربيّة أم لا.

نموذج رايف للسَّعادة

وضع رايف (Ryff, 1989) نموذجًا للسَّعادة يعتمد على ستة عوامل تساهم في الرفاه النَّفسي للفرد والرضا والسَّعادة وتشمل هذه العوامل: قبول الذات، والعَلاقات الإيجابيّة مع الآخرين، والاستقلالية، والسيطرة على البيئة، والشُّعور بالهدف والمعنى في الحياة، والنمو الشخصي والتطور، ويصل الفرد للرفاهية النَّفسية والسَّعادة من خلال تحقيق حالة من التوازن تتأثر بكل من أحداث الحياة الإيجابيّة والسلبيّة ويتضمن كل مكون من المُكوّنات الستة ما يلي:

- قبول الذَّات Self-acceptance: ويُشير إلى قدرة الفرد على تحقيق الذَّات والاتجاهات الإيجابيّة نحو الذَّات والحياة الماضية، وتقبُّل المظاهر المختلفة للذات بما فيها من جوانب إيجابيّة وأخرى سلبيّة، والأفراد المتقبلون لذواتهم يتسمون بوجود اتجاه إيجابي تجاه ذواتهم ويتقبلون كل ما يُحيط بهم سواء أكان مقبولًا أو غير مقبول، كما أنهم يضعون تقييمًا إيجابيًا لحياتهم الماضية والحاليّة.

- العَلاقات الإيجابيَّة مع الآخرين: ويُشير إلى قدرة الفرد على تكوين وإقامة صداقات وعَلاقات اجتماعيَّة إيجابيَّة متبادلة مع الآخرين ملؤها الثِّقة والارتياح، كما أنهم يمتلكون القدرة على التعاطف مع غيرهم ولديهم ألفة وحميميَّة في التعامل مع الآخرين ودائمًا ما يهتمون بالمحيطين بهم.
- الاستقلالية: وتُعبر هذه السمة عن استقلالية الفرد وقدرته على اتخاذ القرار، وقدرته على تحديد الذَّات وتحديد سلوكه، كما أن سلوكه يتسم بالتنظيم، ولديه قواعد ومعايير واضحة ومحددة في التفاعل والتعامل والحكم على المحيطين به.
- السيطرة البيئيَّة: ويُشير إلى قدرة الفرد على إدارة الظروف والأحداث البيئيَّة بفاعلية وكفاءة والقدرة على استغلال الفرص المواتية استغلالًا مناسبًا.
- الهدف من الحياة الهادفة: ويُشير إلى قدرة الفرد على التخطيط والتحديد الواضح والدقيق لأهدافه في الحياة بشكل موضوعي، يكون له هدف ورؤية واضحة توجه أفعاله وتصرفاته وسلوكياته مع المثابرة والإصرار على تحقيق أهدافه، وأن يكون الهدف النهائي من تحقيق هذه الأهداف هو التأكيد على أَهَمِّيَّة تحقيق الذات.
- النمو الشخصي (التطور) ويُشير إلى القدرة على تنمية وتطوير قدرات الفرد وزيادة فعاليته وكفاءته الشخصيَّة في الجوانب المختلفة، وشعوره بالتفاؤل والانفتاح على الخبرة والتعظيم من قيمة وأَهَمِّيَّة مكامنه وقدراته الداخلية (Smith, 2012).

الدِّراسات السابقة

أجريت العديد من الدِّراسات التي تناولت السَّعادة لدى طُلَّاب الجامعة وتنوعت هذه الدِّراسات فى طبيعة المُتغيّرات التي اهتمت بها وسنعرض في السياق التالي لبعض هذه الدِّراسات.

دراسة جوينج وآخرين (2022) Jiang et al بعنوان: السَّعادة لدى طُلَّاب الجامعة في ضَوْء العوامل الشخصيَّة والعائلية والاجتماعيَّة.

هَدَفَت هذه الدِّراسة إلى التَّعَرُّف على العوامل الرئيسة التي تؤثر على السَّعادة لدى الطُلَّاب، وتكوَّنت عَيِّنَة الدِّراسة من عدد (2186) طالبا وطالبة من طُلَّاب الجامعة بالصين، وتمَّ استخدامُ استبيان أكسفورد للسَّعادة لتقدير مستوى السَّعادة والعوامل المرتبطة بها، وتمَّ استخدامُ تحليل الانحدار اللوجستي لفحص العَلاقة بين السَّعادة وبعض المُتغيّرات الأخرى، وقد أشارت النَّتائج إلى ارتباط السَّعادة بالعوامل الشخصيَّة والحالة الصحية للطُلَّاب الأصحاء مقارنة بالطُلَّاب غير الأصحاء، وأن السَّعادة تتناقص مع العمر كما ارتبطت أيضا بالعوامل العائلية كالعَلاقات الطيبة مع الوالدين فضلا عن ذلك ارتبط الأداء الأكاديمي المرتفع بالمستويات المرتفعة من السَّعادة.

دراسة الحرازي والثوابتة (2022) بعنوان: المرونة المعرفيَّة والثِّقة بالنَّفس وعَلاقتهما بالسَّعادة النَّفسية لدى طلبة جامعة الطفيلة التِّقنية.

هَدَفَت هذه الدِّراسة إلى التَّعَرُّف على العَلاقة بين المرونة المعرفيَّة والثِّقة بالنَّفس والسَّعادة النَّفسية لدى عَيِّنَة من طلبة البكالوريوس في جامعة الطفيلة التِّقنية، والكشف عن وجود فروق في كل من المرونة المعرفيَّة والثِّقة بالنَّفس والسَّعادة النَّفسية تبعا لمُتغيّري الجنس والكلِّيَّة، وتكوَّنت عَيِّنَة الدِّراسة من (405) طالب وطالبة من طلبة البكالوريوس في جامعة الطفيلة التِّقنية تم اختيارهم عشوائيا ولتحقيق أهداف الدِّراسة، وتمَّ استخدامُ مِقياس المرونة المعرفيَّة ومِقياس الثِّقة بالنَّفس ومِقياس السَّعادة النَّفسية، واتّبعت الدِّراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وأظهرت نتائج الدِّراسة أن طلبة الجامعة يتمتعون بدرجة مرتفعة من المرونة المعرفيَّة والثِّقة بالنَّفس والسَّعادة النَّفسية مع عدم وجود فروق تُعْزَى لمُتغيّري الجنس والكلِّيَّة، كما أظهرت النَّتائج أن هناك عَلاقة ارتباطيَّة موجبة بين كل من المرونة المعرفيَّة والثِّقة بالنَّفس والسَّعادة النَّفسية.

دراسة الرزاز (2022)؛ بعنوان: مصادر السَّعادة النَّفسية لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال بكلِّيَّة التربية جامعة طنطا.

هَدَفَت الدِّراسة إلى التَّعَرُّف على مصادر السَّعادة النَّفسية للطالبات المعلمات وَفْقًا لاختلاف المستويات التَّعليميَّة للأسرة، كما هَدَفَت أيضا إلى التَّعرُّف على مصادر السَّعادة النَّفسية (التَّخصص الأكاديمي -المصادر الذَّاتية للسَّعادة - المصادر الاجتماعيَّة للسَّعادة)، وذلك على عَيِّنَة مكونة من(٣٨٥) طالبة معلمة بالفرقة الرابعة بقسم رياض الأطفال بكلِّيَّة التربية جامعة طنطا، وطبق عليهن مِقياس السَّعادة النَّفسية، وأسفرت النَّتائج عن أن مصادر السَّعادة النَّفسية لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال هي: (التَّخصص الأكاديمي – المصادر الذَّاتية للسَّعادة - المصادر الاجتماعيَّة للسَّعادة)، كما أظهرت النَّتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيَّة في مِقياس مصادر السَّعادة النَّفسية وأبعاده ككل لدى الطالبات المعلمات تبعا لاختلاف المستويات التَّعليميَّة للأسرة، ووجود ارتباط موجب ودال إحصائيًّا بين أبعاد مصادر السَّعادة النَّفسية الثلاثة: الأكاديمي والذَّاتي والاجتماعي عند مستوى (0.01).

دراسة الحوثيل وآخرين (Alhuthil,et al.(2022 **بعنوان**: **مستوى السَّعادة وعَلاقته ببعض المُتغيّرات لدى عَيِّنَة من طُلَّاب جامعة الأميرة نوارة بالمملكة العربيَّة السعوديَّة.**

هَدَفَت الدِّراسة إلى التَّعَرُّف على مستويات السَّعادة وتحديد العوامل الدِّيموغرافيَّة والعائلية والأكاديميَّة المرتبطة بها لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، وتكوَّنت عَيِّنَة الدِّراسة من (771) طالبة تم اختيارهن من كليات الصحة والعلوم الإنسانيَّة والعلوم، وتم جمع البيانات من خلال استبيان عبر الإنترنت يتكون من أربعة أقسام بما في ذلك استبيان أكسفورد للسَّعادة. تم إجراء تحليل البيانات باستخدام مربع كاي واختبار أنوفا والانحدار اللوجستي، وأشارت النَّتائج إلى أن متوسط السَّعادة لدى الكليات الثلاث كان (3.97) وفق مؤشر أكسفورد، كما تَبَيَّن أن العوامل الدِّيموغرافيَّة (دخل الأسرة وعمل الأم فقط) ارتبطا بشكل كبير بسعادة الطالبات، وفيما يتعلق بالعوامل الأكاديمية، أشارت النَّتائج إلى أن جميع المُتغيّرات ارتبطت بشكل ذي دلالة إحصائيَّة بالسَّعادة، باستثناء مجال الدِّراسة والمستوى الأكاديمي، كما أشارت نتائج تحليل الانحدار المتعدد أن دخل الأسرة وتوظيف الأم وعدد أفراد الأسرة والرضا عن التَّخصص والبيئة وزملاء الدِّراسة تنبّؤوا بالسَّعادة بشكل دال.

دراسة أبسيس وآخرين (2021) بعنوان: السَّعادة النَّفسية وعَلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصيَّة لدى طُلَّاب جامعة عمر المختار.

هَدَفَت هذه الدِّراسة إلى معرفة مستوى السَّعادة النَّفسية لدى طُلَّاب جامعة عمر المختار وكذلك الكشف عن العَلاقة بين السَّعادة النَّفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصيَّة (العصابية الانبساطية - الانفتاح على الخبرة - المقبولية - يقظة الضمير - الدرجة الكلِّيَّة)، وتكوَّنت عَيِّنَة الدِّراسة من (106) طالبٍ وطالبة بواقع (45) طالبا و(61) طالبة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية من أقسام كلِّيَّة الآداب والعلوم بفرع القبة، واستخدم في هذه الدِّراسة استبيان أكسفورد للسَّعادة ومِقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصيَّة، من إعداد كوستا وماكري (1992) Costa & McCrae ترجمة الرباعي (2014)، وأسفرت نتائج الدِّراسة عن أن مستوى السَّعادة النَّفسية لدى أفراد العَيِّنَة كان مرتفعًا، كما وُجِدَت عَلاقة موجبة وذات دلالة إحصائيَّة بين السَّعادة النَّفسية وكل أبعاد العوامل الكبرى للشخصيَّة عند مستوى دلالة أقل من (0.05) فيما عدا بُعد العصابية وكانت العَلاقة دالَّة عند مستوى أقل من (0.05) إلا أنها كانت عَلاقة سالبة، كما بيَّنت نتائج الدِّراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيَّة تعود لمُتغيِّر النَّوع في السَّعادة النَّفسية.

دراسة البعيجي (2021) بعنوان: الشُّعور بالسَّعادة وعَلاقته ببعض المُتغيِّرات لدى طلبة الجامعة.

هَدَفَت هذه الدِّراسة إلى التَّعَرُّف على العَلاقة بين السَّعادة وبعض المُتغيِّرات الديمجرافيَّة لدى طلبة الجامعة، ولأجل تحقيق أهداف الدِّراسة تمَّ استخدامُ مِقياس أكسفورد للشعور بالسَّعادة والذي أعده أرجايل وهيلز (2001)، وتم تطبيقه على عَيِّنَة تكوَّنت من (120) طالبا وطالبة من طلبة كلِّيَّة التربية في الجامعة المستنصرية، وبعد جمع البيانات، وتحليلها إحصائيًّا بواسطة الحقيبة الإحصائيَّة (SPSS) تم التوصل إلى أن مستوى الشُّعور بالسَّعادة أعلى من المتوسط الفرضي لدى طُلَّاب الجامعة، كما وُجِدَت فروق بين (الذكور والإناث) على مِقياس الشُّعور بالسَّعادة ولصالح الذكور، كما لم توجد فروق بحسب مُتغيِّر التَّخصص (علمي - إنساني).

دراسة العنزي وعياد (2020)؛ بعنوان: التسامح وعَلاقته بالقبول والاتقان ومستوى السَّعادة لدى طلبة وطالبات جامعة الكويت.

هَدَفَت الدِّراسة إلى التَّعَرُّف على طبيعة العَلاقة بين كل من التسامح والقبول والإتقان ومستوى السَّعادة لدى عَيِّنَة من طلبة جامعة الكويت، بالإضافة للكشف عن الفروق بين الذكور والإناث في المُتغيِّرات المذكورة، وقد تكوَّنت العَيِّنَة من 256 من الإناث و266 من الذكور من طلبة جامعة الكويت، تراوحت أعمارهم ما بين 18 إلى 25 عاما، ولتحقيق الهدف من الدِّراسة تمَّ استخدامُ مِقياس Berry للتسامح تعريب نورة البقمي ومِقياس العوامل الخمسة الكبرى من وضع John, Donahue Kentle, (1991) ترجمه بدر الأنصاري، وقائمة أوكسفورد للسَّعادة من وضع Argyle, Martin, & Lu, (1995) تعريب أحمد عبدالخالق، وقد أظهرت النَّتائج وجود ارتباط موجب ودال إحصائيًّا بين كل من التسامح والقبول والإتقان والسَّعادة، في حين لم تكن هناك فروقٌ دالَّة إحصائيًّا بين الذكور والإناث في المُتغيِّرات السَّابقة، فضلًا عن عدم وجود فروق بين أفراد العَيِّنَة يمكن إرجاعها إلى الكلِّيَّة أو المرحلة الدراسية.

دراسة الزبن (2020)؛ بعنوان: السَّعادة النَّفسية وعَلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم.

هَدَفَت هذه الدِّراسة إلى التَّعَرُّف على السَّعادة النَّفسية وعَلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم، وتكوَّنت عَيِّنَة الدِّراسة من (446) طالبًا وطالبة تم اختيارهم بالطَّريقة العشوائية،، وتمَّ استخدامُ مِقياس أكسفورد للسَّعادة النَّفسية وتطوير مِقياس مستوى الطموح، وأشارت نتائج الدِّراسة إلى أن الطلبة المتوقع تخرجهم لديهم مستوى متوسط من السَّعادة النَّفسية، كما أشارت إلى أن الطلبة المتوقع تخرجهم لديهم مستوى منخفض في مستوى الطموح، كما أظهرت النَّتائج وجود عَلاقة ارتباطيَّة إيجابيَّة بين مستوى الطموح والسَّعادة النَّفسية، وأشارت النَّتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائيَّة عند مستوى الدلال (α=0.05) ، في السَّعادة النَّفسية ومستوى الطموح تبعًا للجنس لصالح الإناث.

دراسة محمد وآخرين (2019)؛ بعنوان: الحاجات النَّفسية الأساسية بوصفها مُتغيِّرات منبئة بالسَّعادة لدى طُلَّاب الجامعة.

هَدَفَت الدِّراسة إلى التَّعَرُّف على الحاجات الأساسية بوصفها مُتغيِّرات منبئة بالسَّعادة لدى طُلَّاب الجامعة، واعتمدت الدِّراسة على المنهج الوصفي والارتباطي المقارن وجاءت أدوات البحث متمثلة في مِقياس الحاجات النَّفسية الأساسية، ومِقياس السَّعادة النَّفسية، وطبقت على عَيِّنَة قوامها (400) طالب وطالبة من جامعات مختلفة (جامعة حلوان، عين شمس، بنها، الزقازيق)، وأشارت النَّتائج إلى وجود عَلاقة ارتباطيَّة موجبة ودالَّة إحصائيًّا بين السَّعادة وكل من إشباع الحاجات النَّفسية (الأبعاد والدرجة الكلِّيَّة) والتيقظ العقلي مما يدل على اقتران زيادة درجات السَّعادة مع ازدياد درجات إشباع الحاجات النَّفسية الأساسية.

دراسة عبد الخالق والأنصاري (2019)؛ بعنوان: معدلات السَّعادة وعَلاقتها بالحياة الطيبة والتَّدَيُّن لدى عَيِّنَة من طلبة جامعة الكويت.

استهَدَفَت هذه الدِّراسة تقدير معدلات السَّعادة، وبيان عَلاقتها بالحياة الطيبة والتَّدَيُّن، لدى عَيِّنَة من طلبة جامعة الكويت وطالباتها (٣٤٩)، وأسفرت النَّتائج عن حصول الكويتيين على متوسط في المِقياس العربي للسَّعادة أعلى من معظم الدول العربية، في حين أنه يقترب من متوسطات دول الخليج العربي الأخرى، وحصل الطلبة على متوسط أعلى جوهريا من الطالبات في المِقياس العربي للسَّعادة والتَّقدير الذَّاتي للصحة النَّفسية، كما وُجِدَت عَلاقة دالَّة إحصائيًّا بين السَّعادة والحياة الطيبة والتَّدَيُّن.

دراسة عبد الرحمن (2019)؛ بعنوان: السَّعادة وعَلاقتها ببعض المُتغيِّرات النَّفسية لدى طُلَّاب الجامعة في ضَوْء بعض المُتغيِّرات الديموجرافية.

هَدَفَت الدِّراسة إلى التَّعَرُّف على العَلاقة بين السَّعادة وبعض المُتغيِّرات النَّفسية (التوجه نحو الحياة – الكفاءة الذَّاتية – أساليب مواجهة الضغوط – قلق المستقبل) لدى طُلَّاب الجامعة، كذلك الكشف عن الفروق بين طُلَّاب الجامعة في السَّعادة والمُتغيِّرات النَّفسية باختلاف مُتغيِّر النَّوع (ذكور – إناث)، ونوع التَّعليم(أزهر – عام)، والتَّخصص (علمي – أدبي)، وتكونت عَيِّنَة الدِّراسة من (600) من طُلَّاب الجامعة بواقع (300) ذكرٍ، (300) أنثى من جامعة الأزهر و جامعة عين شمس من التَّخصصين العلمي والأدبي، وقد طُبق عليهم مِقياس السَّعادة إعداد عبد الخالق (2018)، ومِقياس التوجه نحو الحياة، والكفاءة الذَّاتية، وأساليب مواجهة الضغوط، وقلق المستقبل، وأسفرت النَّتائج عن وجود عَلاقة ارتباطيَّة موجبة ذات دلالة إحصائيَّة عند

مستوى دلالة (0.01)، (0.05) بين السَّعادة والمُتغيّرات النَّفسية (أساليب مواجهة الضغوط – الكفاءة الذَّاتية – التوجه نحو الحياة) والأبعاد الفرعيَّة، بينما وُجِدَت عَلاقة ارتباطيَّة سالبة دالَّة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (0.01) بين السَّعادة وقلق المستقبل بأبعاده الفرعيَّة، كما أسفرت النَّتائج عن وجود فروق دالَّة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (0.01) بين عَيِّنَة الدِّراسة في السَّعادة والكفاءة الذَّاتية وأساليب مواجهة الضغوط باختلاف مُتغيّر نوع التَّعليم (التَّعليم الأزهري)، والتَّخصص (التَّخصص العلمي)، ووجود فروق بين الذكور والإناث في أساليب مواجهة الضغوط، بينما لم توجد فروق بين الجنسين في مُتغيّر السَّعادة، والتوجه نحو الحياة، والكفاءة الذَّاتية وأخيرًا أشارت النَّتائج إلى أنه يمكن التنبؤ بالسَّعادة من خلال التوجه نحو الحياة، والكفاءة الذَّاتية، وأساليب مواجهة الضغوط.

دراسة عبدالخالق والشيراوي (2019)؛ بعنوان: معدلات السَّعادة وعَلاقتها بالحياة الطيبة والتَّدَيُّن لدى عَيِّنَة من طُلَّاب الجامعة في مملكة البحرين.

استهَدَفَت هذه الدِّراسة تقدير معدلات السَّعادة، واستكشاف عَلاقاتها بمُتغيّرات الحياة الطيبة (الصحة الجسمية، والصحة النَّفسية، والسَّعادة، والرضا) والتَّدَيُّن لدى عَيِّنَة من طُلَّاب جامعة البحرين (ن= 233) من الجنسين، وكشفت النَّتائج عن ارتفاع معدل السَّعادة لدى عَيِّنَة الطلبة والطالبات من جامعة البحرين، واقتراب متوسط السَّعادة لديهم من متوسطات عَيِّنات مناظرة من الجامعات في الخليج العربي (السعوديَّة، والكويت، وقطر، وعمان)، وارتفاع معدل السَّعادة لديهم عن بقية الدول العربيَّة التي سبق إجراء الدِّراسة نفسها عليهم، ولم تظهر فروق دالَّة إحصائيًّا بين الجنسين في مُتغيّرات الدِّراسة، وارتبطت مُتغيّرات الحياة الطيبة معا ارتباطات جوهريَّة وموجبة، في حين لم يرتبط التَّقدير الذَّاتي للتدين ببعض هذه المُتغيّرات ارتباطا جوهريا.

دراسة الوكيل (2018)؛ بعنوان: العوامل الخمسة الكبرى للشخصيَّة المنبئة بالسَّعادة النَّفسية لدى طلبة جامعة الفيوم.

استهَدَفَت الدِّراسة التَّعَرُّف على الفروق بين عَيِّنَة الدِّراسة من طُلَّاب وطالبات الجامعة في كل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصيَّة والسَّعادة النَّفسية، ووصف وتفسير العَلاقة بين كل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصيَّة والسَّعادة النَّفسية والتَّعَرُّف على العوامل الخمسة الكبرى، للشخصيَّة المنبئة بالسَّعادة النَّفسية وتكوَّنت العَيِّنَة من (٥٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة الفيوم من كليات الطب والصيدلة والآداب وتضمنت الأدوات المستخدمة في الدِّراسة مِقياس العوامل الخمسة الكبرى في الشخصيَّة إعداد (Goldberge,1999) تعريب السيد أبو هاشم، ومِقياس (ريف) للسَّعادة النَّفسية، وقد أشارت النَّتائج إلى وجود فروق دالَّة بين طُلَّاب وطالبات جامعة الفيوم في السَّعادة النَّفسية في اتجاه الطُلَّاب، كما وُجِدَت فروق دالَّة بين طُلَّاب وطالبات الجامعة في السَّعادة النَّفسية باختلاف (الكلِّيَّة، والتَّخصص الأكاديمي، والفرق الدراسية) ووجدت فروق دالَّة إحصائيًّا بين عَيِّنَة الدِّراسة في العوامل الخمسة الكبرى للشخصيَّة باختلاف النَّوع والكلِّيَّة والفرقة الدراسية والتَّخصص الأكاديمي، كما تَبيَّن من النَّتائج أن العوامل الخمسة الكبرى في الشخصيَّة تسهم في التنبؤ بالسَّعادة النَّفسية لدى عَيِّنَة الدِّراسة من طلبة وطالبات جامعة الفيوم.

دراسة نجف (2018)؛ بعنوان: السَّعادة النَّفسية لدى طلبة الجامعة.

هَدَفَت الدِّراسة إلى التَّعَرُّف على السَّعادة النَّفسية لدى طلبة الجامعة وكذلك طبيعة الفروق في السَّعادة وفق مُتغيّري النَّوع (ذكور -إناث) والتَّخصص (علمي - إنساني)، ولتحقيق أهداف الدِّراسة تم بناء مِقياس للسَّعادة النَّفسية مكون من (٣٤) فقرة، وبعد تطبيق المِقياس على عَيِّنَة بلغ قوامها (٣٠٠) طالب وطالبة، واستعملت عدد من الوسائل الإحصائيَّة منها الاختبار التائي لعَيِّنَة واحدة ولعينتين مستقلتين ومعامل ارتباط بيرسون وتحليل التباين الثنائي، أظهرت النَّتائج أن مستوى السَّعادة لدى عَيِّنَة البحث كان منخفضا كما لم توجد فروق ذات دلالة إحصائيًّا في السَّعادة وفق النَّوع (ذكور، إناث) ووجود فروق ذات دلالة إحصائيَّة في السَّعادة وفق التَّخصص.

دراسة الفزاري (2017)؛ بعنوان: السَّعادة النَّفسية لدى عَيِّنَة من طُلَّاب جامعة السلطان قابوس.

هَدَفَت الدِّراسة إلى الكشف عن عَلاقة السَّعادة النَّفسية ببعض المُتغيّرات لدى عَيِّنَة مكونة من (490) طالبًا وطالبة من مختلف كليات جامعة السلطان قابوس، ولتحقيق أهداف الدِّراسة تم بناء استبانة لقياس السَّعادة مكونة من 36 عبارة تشمل ثلاثة محاور (الجانب الشخصي، الجانب الأكاديمي، الجانب الاجتماعي) ولقد توصلت الدِّراسة إلى أن مستوى السَّعادة لدى طُلَّاب جامعة السلطان قابوس كان متوسطا (69.8%)، كذلك وجد أن مُتغيّر النَّوع ومكان السكن كان لهما تأثير على مستوى السَّعادة، أما العمر والكلِّيَّة والمنطقة التي يعيش فيها الطلبة لم يكن لها أي دلالة إحصائيَّة في التأثير على السَّعادة النَّفسية.

دراسة القاسم (2014) بعنوان: مستوى السَّعادة لدى طُلَّاب جامعة أم درمان الإسلاميَّة وعَلاقته ببعض المُتغيّرات الدِّيموغرافيَّة.

هَدَفَت الدِّراسة إلى معرفة مستوى السَّعادة لدى طُلَّاب جامعة أم درمان الإسلاميَّة وعَلاقته ببعض المُتغيّرات الدِّيموغرافيَّة، وتكوَّنت عَيِّنَة الدِّراسة من (240) طالبًا وطالبة بواقع (120) طالبًا و(120) طالبة من جامعة أم درمان الإسلامية، تم اختيارهم بالطَّريقة العشوائية الطَّبقيَّة النسبية، واستخدمت الدِّراسة المنهج الوصفي الارتباطي، ومِقياس السَّعادة الحقيقة، الذي أعده سيلجمان، بترسون، ولتحليل البيانات تمَّ استخدامُ برنامج الحزم الإحصائيَّة للعلوم الاجتماعيَّة (SPSS) ، وقد توصلت الدِّراسة إلى أن مستوى السَّعادة لدى طُلَّاب وطالبات جامعة أم درمان الإسلاميَّة كان مرتفعًا كما لم توجد فروق دالَّة إحصائيًّا في السَّعادة تُعْزَى لمُتغيّر النَّوع (ذكور/ إناث) و العمر والسكن (داخلي/ خارجي)، كما وُجِدَت فروق دالَّة إحصائيًّا في السَّعادة تُعْزَى لنوع الكلِّيَّة (علمي/ أدبي) لصالح الأدبي ومُتغيّر المستوى الدراسي (أولي/ نهائي) لصالح النهائي.

دراسة الخوالدة (2012)؛ بعنوان: مستوى السَّعادة لدى طلبة كلِّيَّة العلوم والتربوية في جامعة آل البيت وعَلاقته بدرجة ملاءمة البيئة الجامعية.

هَدَفَت الدِّراسة إلى التَّعَرُّف على مستوى السَّعادة لدى طلبة كلِّيَّة العلوم التربوية في جامعة آل البيت وعَلاقته بدرجة ملاءمة البيئة الجامعية، وتعرف دلالة الفروق تبعا لمُتغيّرات الجنس ومستوى الدِّراسة، ولتحقيق هدف الدِّراسة تم بناء مِقياس لقياس مستوى السَّعادة، ومِقياس لقياس درجة ملاءمة البيئة الجامعية، وطبقت المقاييس على عَيِّنَة مكونة من (270) طالبا وطالبة، اختيروا بالطَّريقة الطَّبقيَّة العشوائيَّة، وأشارت نتائج الدِّراسة إلى أن مستوى السَّعادة وملاءمة البيئة الجامعية كانا بشكل عام متوسطين، كما وُجِدَت فروق ذات دلالة إحصائيَّة تُعْزَى للجنس لصالح

الإناث ومستوى الدِّراسة لصالح طلبة السنة الأولى، وأخيرا أظهرت النَّتائج وجود عَلاقة ارتباطيَّة إيجابيَّة قوية بين مستوى السَّعادة ودرجة ملاءمة البيئة الجامعية.

تعليق على الدِّراسات التي تناولت السَّعادة لدى طُلَّاب الجامعة وعَلاقتها بالمهارات الاجتماعيَّة وبعض المُتغيِّرات الأخرى.

من خلال العرض السابق للدراسات السَّابقة التي تناولت السَّعادة لدى طُلَّاب الجامعة يمكن أن نستخلص بعض النقاط الهامة منها:

1- تباينت الدِّراسات السَّابقة في الأهداف والعَيِّنات المستخدمة فيها ووسائل جمع البيانات والنَّتائج؛ ففيما يتعلق بالأهداف نجد أن الدِّراسات التي اهتمت بالسَّعادة لدى طُلَّاب الجامعة ربطت بين هذه المهارات والعديد من المُتغيِّرات مثل: المرونة المعرفيَّة والثِّقة بالنَّفس (الحرازي، والثوابتة، 2022، العنزي وآخرون، 2019، والعنزي،2001) وسمات الشخصيَّة (إبسيس وآخرون،2021) والمُتغيِّرات الديمجرافيَّة (البعيجي،2021) والتسامح (العنزي وعياد، 2020) والطموح (الزين، 2020) والحاجات النَّفسية (محمد وآخرون، 2019)

2- فيما يتعلق بطبيعة العَيِّنات في الدِّراسات التي تم عرضها في السياق السابق فقد اشتملت على عَيِّنات من طُلَّاب الجامعة ذكورا وإناثا فيما عدا دراسة (الرزاز،2022) والتي اشتملت على طالبات فقط، كما تباينت أحجام هذه العَيِّنات من دراسة إلى دراسة أخرى؛ فقد استخدمت بعض الدِّراسات عَيِّنات كبيرة مقارنة بالدِّراسات الأخرى كدراسة (Alhuthil et al,2022)، كما اشتملت دراسات أخرى على عَيِّنات صغيرة كدراسة (إبسيس وآخرون، 2021، والبعيجي، 2021 وعبد الخالق، 2015).

3- أما من حيث المنهج فقد استخدمت العديد من الدِّراسات المنهج الوصفي الارتباطي والمنهج الوصفي الارتباطي المقارن باعتبارة المنهج الملائم لطبيعة وأهداف الدِّراسات في هذا المجال مثل: دراسة (العنزي وآخرون، 2019، محمد وآخرون، 2019،). أما فيما يتعلق بطرق قياس السَّعادة فقد تباينت من دراسة لأخرى إلا أن الكثير من الدِّراسات اعتمدت على الصيغة العربيَّة المترجمة من قائمة أكسفورد للسَّعادة والقائمة العربيَّة للسَّعادة والتي أعدها عبد الخالق كما في دراسات (إبسيس وآخرون، 2021 ، البعيجي، 2021 والعنزي وعياد، 2020 ، الزين، 2020 ، عبد الرحمن، 2019) .

4- وفيما يتعلق بنتائج الدِّراسات السَّابقة يمكن استنتاج العديد من النَّتائج الهامة في هذا السياق والتي ترتبط بالدِّراسة الحاليَّة:

- مستوى السَّعادة لدى طُلَّاب الجامعة كان ما بين مرتفع إلى متوسط كما في دراسة كل من (إبسيس وآخرون، 2021 ، البعيجي، الزين، 2020 ، العنيزي وآخرون، 2019 ،)
- ارتبطت السَّعادة إيجابيا وبشكل دال إحصائيًّا بالجوانب الإيجابيَّة فى السلوك لدى الطُّلَّاب: مثل المرونة المعرفيَّة والثِّقة بالنَّفس (الحرازي، والثوابتة، 2022، العنزي وآخرون، 2019، والعنزي،2001) وسمات الشخصيَّة (إبسيس وآخرون،2021) والتسامح (العنزي وعياد، 2020) والطموح (الزين، 2020) والحاجات النَّفسية (محمد وآخرون، 2019)
- تباينت نتائج الدِّراسات السَّابقة فيما يتعلق بالعَلاقة بين الجنس والسَّعادة ففي حين أشارت بعض الدِّراسات إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في السَّعادة كدراسة (الحرازي، 2020، إبسيس وآخرون، 2021، العنيزي وعياد، 2020، والعنيزي وآخرون، 2019، عبد الرحمن،2019، نجف، 2018،) أشارت دراسات أخرى إلى وجود فروق بين الجنسين في السَّعادة وكانت هذه الفروق لصالح الإناث كما في دراسة (الزبن، 2020) في حين أشارت فئة أخرى من الدِّراسات إلى وجود فروق في السَّعادة بين الجنسين لصالح الذكور كما في دراسة (البعيجي، 2020)
- وفي نفس السياق أيضا تباينت نتائج الدِّراسات فيما يتعلق بالعَلاقة بين التَّخصص الدراسي والسَّعادة فقد أشارت بعض الدِّراسات إلى عدم وجود فروق في السَّعادة وفق التَّخصص مثل دراسات كل من: (الحرازي، 2022، إبسيس وآخرون 2021، البعيجي، 2021، والعنيزي وعياد، 2020،). أشارت دراسات أخرى إلى وجود فروق في السَّعادة وفق التَّخصص كما دراسات كل من: (عبد الرحمن، 2019، نجف، 2018)، وقد أفادت هذه الدِّراسات في توجيه مشكلة البحث وكذلك في تفسير نتائج البحث في ضَوْء مدى تشابهها أو اختلافها مع نتائج هذه الدِّراسات وخاصة أن الدِّراسات التي تناولت السَّعادة في المجتمع الليبي قليلة مقارنة بكم الدِّراسات التي أجريت في هذا المجال سواء في المجتمعات الغربية أو المجتمعات العربيَّة الأخرى.

7- منهجية الدِّراسة وإجراءاتها:

تم الاعتماد على المنهج الوصـفي ألارتباطي المقارن لملائمته لطبيعة الدِّراسـة، ونظرًا لما يوفره هذا المنهج من إمكانيَّة للتوصـل إلى الحقائق الدقيقة، والظروف القائمة المُتعلِّقة بموضوع الدِّراسة.

1- مجتمع وعَيِّنَة الدِّراسة:

اشـتمل مجتمع الدِّراسـة على جميع الطُّلَّاب والطالبات بجامعة مصـراتة، والمقيدين بالعام الدراسـي (2022/2011) والبالغ عددهم (17,458) طالبًا وطالبة، موزعين على (17) كلِّيَّة كما هو موضـح وبهدف تحقيق نتائج شـاملة وبيانات شـفافة يمكن الاعتماد عليها تم اختيار العَيِّنَة وتحديد حجمها باسـتخدام العَيِّنَة الطَّبقيَّة العشـوائيَّة (Stratified Random Sample). حيث يسـتخدم هذا النَّوع من العَيِّنات في المجتمعات غير المتجانسـة، والتي تتباين مفرداتها وَفْقًا لخواص معينة، مثل المستوى التَّعليمي لمفردات مجتمع الدِّراسة، نوع المبحوث، نوع التَّخصص، وأيضًا يمكن تقسيم مجتمع الدِّراسة إلى طبقات وَفْقًا لهذه الخواص (سلاطنية، والجيلاني، 2012)، واستخدم لذلك معادلة ستيفن ثامبسون (Thompson, 2012)
وبناء على نتائج تطبيق هذه المعادلة تم تحديد حجم العَيِّنَة ليصبح (375) طالبًا وطالبة كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (1) حجم مجتمع وعَيّنَة الدِّراسة

الفئات	عدد الطلبة	النسبة	حجم العَيّنَة المختارة
كلّيّة العلوم	2,174	%12.453	47
كلّيّة الآداب	2,888	%16.543	62
كلّيّة الاقتصاد	2,614	%14.973	56
كلّيّة القانون	881	%5.046	19
كلّيّة الطب البشري	790	%4.525	17
كلّيّة الهندسة	1,055	%6.043	23
كلّيّة الصيدلة	570	%3.265	12
كلّيّة التربية	2,946	%16.875	63
كلّيّة تقنية المعلومات	700	%4.010	15
كلّيّة التمريض والعوم الصحية	1,027	%5.883	22
كلّيّة طب وجراحة الفم والأسنان	382	%2.188	8
كلّيّة الفنون والإعلام	394	%2.257	8
كلّيّة الدِّراسات الإسلامية	528	%3.024	11
كلّيّة التربية البدينة	101	%0.579	2
كلّيّة الزراعة	36	%0.206	1
كلّيّة اللغات والترجمة	363	%2.079	8
كلّيّة الطب البيطري	9	%0.051	1
المجموع	**17,458**	**%100**	**375**

وفيما يلي عرض لعَيّنَة الدِّراسة وفق المُتغيّرات الديمغرافية.

توزيع أفراد العَيّنَة حسب النَّوع.

جدول (2) التوزيع التكراري والنسبي لمُتغيّر نوع المبحوث

نوع المبحوث	العدد	النسبة المئوية %
ذكر	137	%36.5
أنثى	238	%63.5
المجموع	**375**	**%100**

من الجدول رقم (2) يتضح أن النسبة الأعلى كانت للإناث بنسبة (63.5%)، ونسبة الذكور كانت (36.5%)، وتُعزى النسبة الأكبر حسب البيانات الإحصائيّة للعام الجامعي 2020 – 2021 بأن بلغت وفق التَّقارير (63.7%) للإناث، (36.3%) للذكور.

توزيع أفراد العَيّنَة حسب مُتغيّر العمر.

جدول (3) التوزيع التكراري والنسبي لمُتغيّر العمر

العمر	العدد	النسبة المئوية %
أقل من 20 سنة	158	%42.1
20-25 سنة	131	%34.9
أكثر من 26	96	%25.6
المجموع	**375**	**%100**

من الجدول رقم (3) يتضح أن النسبة الأعلى للفئة العمرية أقل من 20 سنة بنسبة (42.1%)، يليهم الفئة العمرية 20-25 سنة بنسبة (34.9%)، ونسبة (125.6%) للفئة العمرية أكثر من 26 سنة.

توزيع أفراد العَيّنَة حسب مُتغيّر كلّيّة الدِّراسة.

جدول (4) التوزيع التكراري والنسبي لمُتغيّر كلّيّة الدِّراسة

كلّيّة الدِّراسة	العدد	النسبة المئوية %
كلّيّة الآداب	62	%16.5
كلّيّة اللغات والترجمة	8	%2.1
كلّيّة الهندسة	23	%6.1
كلّيّة الطب البيطري	1	%0.4
كلّيّة التربية	63	%16.8
كلّيّة الاقتصاد والعلوم السياسية	56	%14.9
كلّيّة تقنية المعلومات	15	%4

كلّيّة طب وجراحة الفم والأسنان	8	%2.1
كلّيّة الدّراسات الإسلامية	11	%2.9
كلّيّة التربية البدينة والعلوم الرياضية	2	%0.5
كلّيّة التمريض والعلوم الصحية	22	%5.9
كلّيّة الفنون والإعلام	8	%2.1
كلّيّة الزراعة	1	%0.4
كلّيّة الصيدلة	12	%3.2
كلّيّة القانون	19	%5.1
كلّيّة العلوم	47	%12.5
كلّيّة الطب البشري	17	%4.5
المجموع	**375**	**%100**

من الجدول رقم (4) يتضح أن النسبة الأعلى لأفراد عيّنة الدّراسة يدرسون في كليات: التربية – الآداب - كلّيّة الاقتصاد والعلوم السياسية - كلّيّة العلوم بنسبة: 16.8% - 16.5% - 14.9% - 12.5% على التوالي، بينما كانت النسب الأقل لكليات: كلّيّة التربية البدينة والعلوم الرياضية - كلّيّة الطب البيطري – كلّيّة الزراعة بنسبة: 0.5% - 0.4% على التوالي.

توزيع أفراد العيّنة حسب مُتغيّر الفصل الدراسي

جدول (5) التوزيع التكراري والنسبي لمُتغيّر الفصل الدراسي

الفصل الدراسي	العدد	النسبة المئوية %
الفصل الأول	108	%28.8
الفصل الثاني	136	%36.3
الفصل الثالث	98	%26.1
الفصل الرابع (السنة الأخيرة)	13	%3.5
الفصل الخامس (السنة الأخيرة)	8	%2.1
الفصل السادس (السنة الأخيرة)	12	%3.2
المجموع	375	%100

من الجدول رقم (5) يتضح أن النسبة الأعلى لأفراد عيّنة الدّراسة مسجلون في الفصل الثاني بنسبة (36.3%)، يليهم الفصل الأول بنسبة (28.8%)، يليهم أيضًا ما نسبته (26.1%) من أفراد عيّنة الدّراسة في الفصل الثالث، وتراوحت ما نسبته (3.5%) مسجلون في الفصل الرابع (السنة الأخيرة)، بينما ما نسبته (3.2%) مسجلون في الفصل السادس (السنة الأخيرة)، وأخيرًا ما نسبته (2.1%) من أفراد عيّنة الدّراسة مسجلون في الفصل الخامس (السنة الأخيرة).

2- **أدوات الدّراسة**

مِقياس السَّعادة النَّفسية

أعد هذا المِقياس أبوتي وآخرون(Abbott,et al, 2006) وقام بترجمته ونقله للغة العربيّة (الجمال، 2013) ويتكون المِقياس من (42) عبارة موزعة على ستة أبعاد بواقع (7) عبارات لكل بعد من الأبعاد الستة وهي (الاستقلالية - التمكن البيئي - التطور الشخصي – العَلاقات الإيجابيّة مع الآخرين - الحياة الهادفة - تقبل الذات)، ويتم الإجابة على فقرات المِقياس وفق متصل مكون من ثلاث بدائل (لا يحدث , يحدث أحيانا , يحدث دائما) وتُعطَى الدرجات (1,2, 3) على التوالي في حالة العبارات الموجبة والعكس في حالة العبارات السالبة، وتدل الدرجة المرتفعة على تمتع الفرد بدرجة مرتفعة من السَّعادة النَّفسية، وفيما يتعلق بالخصائص السيكومترية للمِقياس فقد أشارت نتائج التَّحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي إلى تحقق البنية العاملية المفترضة للمِقياس نموذج العوامل الستة، كما أن معاملات الارتباط بين هذه العوامل ومِقياس الصحة العامة كانت سالبة ودالّة إحصائيًّا (Abbott,et al, 2006)، وفيما يتعلق بالنسخة العربيّة المترجمة فقد تم تقدير الصدق من خلال الاتساق الداخلي بحساب معامل ارتباط بين العبارات والأبعاد التي تندرج تحتها هذه العبارات، وكذلك معامل ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلّيّة وجاءت جميع قيم معاملات الارتباط دالّة إحصائيًّا عند مستوى (0,01) حيث انحصرت بين (0,706) و(0,412) ، كما تم حساب معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمِقياس السَّعادة النَّفسية ككل، وجاءت قيمة معامل ألفا(0, 78) وامتدت معاملات الثبات للأبعاد الستة ما بين (0.76) إلى (0.65).

صدق وثبات المِقياس فى الدّراسة الحاليّة:

- **الصدق**

صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق الاتساق الداخلي كمؤشر لصدق المِقياس من خلال عيّنة الدّراسة الاستطلاعية والتي بلغ قوامها (100) طالب وطالبة وذلك عن طريق حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلّيّة على كل بعد من أبعاد المِقياس والبنود التي تندرج تحت هذا البعد وكذلك حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلّيّة، ويوضح جدول رقم (6) معاملات الارتباط بين الدرجة الكلّيّة لكل بعد والبنود التي تندرج تحته، والجدول رقم (7) معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلّيّة للمِقياس.

جدول (6) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المِقياس والدرجة الكلِّيَّة للبعد الذي تندرج تحته.

الاستقلالية		التمكن البيئي		التطور الشخصي	
الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط
1	.771**	8	.618**	15	.555**
2	.752**	9	.750**	16	0.150
3	.746**	10	.504**	17	.470**
4	.736**	11	.489**	18	.774**
5	.367**	12	.350**	19	.742**
6	.659**	13	.756**	20	.759**
7	.626**	14	.676**	21	0.185
العَلاقات الإيجابيَّة مع الآخرين		**الحياة الهادفة**		**تقبل الذات**	
الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط
22	.531**	29	.341**	36	.553**
23	.724**	30	.759**	37	0.088
24	.481**	31	0.173	38	.442**
25	.733**	32	0.069	39	.596**
26	.732**	33	.370**	40	.695**
27	0.009	34	.669**	41	.506**
28	.791**	35	.565**	42	.549**

**دالة عند مستوى معنوية (0.01) *دالة عند مستوى معنوية (0.05)

يتضح من الجدول السابق رقم (6) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد والعبارات تراوحت ما بين(0.37) و (0.85) وهى معاملات ارتباط دالّة إحصائيًّا مما يشير إلى معاملات صدق جيدة للمِقياس فيما عدا عبارتين من بُعد التطور الشخصي (16, 21) وعبارة من بُعد العَلاقات الإيجابيَّة مع الآخرين (27)، وعبارتين من بعد الحياة الهادفة (31 ، 32) وعبارة من بعد تقبّل الذَّات (37) فقد؛ كانت معاملات ارتباطهم غير دالّة ولذلك فقد تم حذفهم من المِقياس وبالتالي أصبح عدد فقرات المِقياس (36) فقرة.

جدول(7) معاملات الارتباط بين الدرجة على الأبعاد والدرجة الكلِّيَّة للمِقياس (ن=100)

	الاستقلالية	التمكن البيئي	التطور الشخصي	العَلاقات الإيجابيَّة مع الآخرين	الحياة الهادفة	تقبل الذات
الدرجة الكلِّيَّة	.746**	.805**	.659**	.794**	.834**	.481**

**دالة عند مستوى معنوية (0.01) *دالة عند مستوى معنوية (0.05).

يتضح من الجدول السابق رقم (10) أن قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلِّيَّة دالّة عند مستوى دلالة (0.01) مما يشير إلى معاملات اتساق جيدة للمِقياس.

- **ثبات المِقياس:**

لتقدير ثبات المِقياس تم إستخدام طريقة التناسق الداخلي باستخدام معادلة ألفا كرونباخ، والتجزئة النصفيَّة وذلك على نفس عَيِّنَة الصدق، ويوضح الجدول التالي قيم معاملات ألفا ودلالتها الإحصائيَّة لكل بعد من أبعاد المِقياس وكذلك الدرجة الكلِّيَّة.

جدول(8) قيم معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفيَّة لمِقياس السَّعادة وأبعاده الفرعيَّة (ن =100)

الأبعاد	عدد الفقرات	قيمة معامل ألفا
الاستقلالية	7	0.70
التمكن البيئي	7	0.66
التطور الشخصي	5	0.74

العَلاقات الإيجابيَّة مع الآخرين	6	0.73
الحياة الهادفة	5	0.60
تقبل الذات	6	0.60
الدرجة الكلِّيَّة	36	0.86
قيم معامل ثبات التجزئة النصفيَّة للمِقياس ككل	36	0.81

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات ألفا كانت دالَّة ومرضية مما يشير إلى معاملات ثبات جيدة للمِقياس كما كانت قيمة معامل ثبات التجزئة النصفيَّة دالَّة عند مستوى (0.01) مما يشير إلى معامل ثبات جيد للمِقياس.

3- إجراءات التطبيق.

تم إعداد وتجهيز أدوات البحث للتطبيق الميداني بعد التأكد من ثباتها وصدقها، وقد ورد ذلك في الجزئيَّة السَّابقة، وقد تمت عملية التطبيق في العام الجامعي2021 -2022 .

4- المعالجة الإحصائيَّة للبيانات

تمَّ استخدامُ برنامج الحزم الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) لتحليل البيانات كما تم استخدام التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل ارتباط بيرسون واختبار (ت) للفروق بين المتوسطات وتحليل التباين ومعامل ألفا كرونباخ كاساليب إحصائية لمعالجة البينات.

5- نتائج الدراسة

نتائج التساؤل الأول:
ينص هذا التساؤل على "ما معدلات السعادة لدى عينة البحث من الطلبة والطالبات والعينة الكلية "؟ للإجابة على هذا التساؤل تم توحيد درجات الأبعاد الفرعية لمقياس السعادة من خلال قسمة عدد فقرات كل بعد على الدرجة الكلية للبعد وبعد ذلك تم جمع درجات الأبعاد وقسمتها على عدد الأبعاد وبالتالي يمكن الحكم على الدرجات في ضوء مقياس ليكرت الثلاثي بحث يكون مستوى السعادة منخفض إذا تراوحت درجة المتوسط ما بين (1 إلى 1.66) ومتوسط إذا تراوحت قيمة المتوسط ما بين (1.67 , 2.33) ومرتفعه إذا تراوحت قيمة المتوسط ما بين (2.34 , 3) ويوضح الجدول التالي نتيجة هذا الإجراء.

جدول (9) معدلات السعادة لدى طلاب الجامعة

الإبعاد	ذكور		إناث		العينة الكلية	
	المتوسط	النسبة المئوية	المتوسط	النسبة المئوية	المتوسط	النسبة المئوية
الاستقلال	2.27	75.91	2.3145	77.15	2.30	76.7
التمكن البيئي	2.20	73.44	2.2029	73.43	2.20	73.43
التطور الشخصي	2.82	94.25	2.8571	95.23	2.84	94.88
العلاقات الايجابية مع الآخرين	2.54	84.71	2.5399	84.66	2.54	84.68
الحياة الهادفة	2.95	98.39	2.9202	97.34	2.93	97.72
تقبل الذات	2.26	75.34	2.3144	77.14	2.29	76.49
الدرجة الكلية	2.51	83.67	2.5248	84.16	2.51	83.98

يتبين من الجدول السابق أن معدلات السعادة لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة كانت مرتفعة سواء بالنسبة للذكور أو الإناث أو العينة الكلية حيث تراوحت النسبة بالنسبة للذكور ما بين (98.39 إلى 73.44) وتراوحت بالنسبة للإناث ما بين (97.34 , 73.43) وبالنسبة للعينة الكلية تراوحت ما بين (97.72 , 73.43) وتتفق هذه النتيجة مع دراسات كل (إبسيس وآخرون، 2021 ، الحرازي، 2020 ، عبد الخالق والشرازى ، 2019) بينما تتعارض مع دراسات كل من (البعيجي , 2021 , والزين , 2020 , والخوالده ,2012)

نتائج التساؤل الثاني :
ينص هذا التساؤل على: " هل توجد فروق دالَّة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (0.05) في السَّعادة النَّفسية لدى عَيِّنَة البحث وَفْقًا للجنس".
للإجابة على هذا التساؤل تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات، ويوضح الجدول التالي نتيجة هذا الإجراء.

جدول(10) قيم اختبار (ت) ودلالته الإحصائيَّة للفروق في السَّعادة وأبعادها الفرعيَّة وَفْقًا للجنس

	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجات الحرية	مستوى الدلالة
الاستقلال	ذكر	137	15.9416	2.1274	-1.131	373	0.259
	أنثى	238	16.2017	2.1547			
التمكن البيئي	ذكر	137	15.4234	2.0854	0.013	373	0.989
	أنثى	238	15.4202	2.2688			
التطور الشخصي	ذكر	137	14.1387	2.1426	-0.614	373	0.540
	أنثى	238	14.2857	2.2824			
العَلاقات الإيجابيَّة مع الآخرين	ذكر	137	15.2482	2.1584	0.037	373	0.971
	أنثى	238	15.2395	2.2194			
الحياة الهادفة	ذكر	137	14.7591	1.7130	0.816	373	0.415
	أنثى	238	14.6008	1.8613			
تقبل الذات	ذكر	137	13.5620	2.4067	-1.248	373	0.213
	أنثى	238	13.8866	2.4356			
الدرجة الكلِّيَّة للسَّعادة	ذكر	137	89.0730	9.1214	-0.558	373	0.577
	أنثى	238	89.6345	9.5182			

يتبين من الجدول السابق عدم وجود فروق دالَّة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (0.05) في السَّعادة النَّفسية بأبعادها الفرعيَّة (الاستقلالية، التمكن البيئي، التطور الشخصي العَلاقات الإيجابيَّة مع الآخرين، الحياة الهادفة، تقبل الذات) وَفْقًا للجنس، وتتباين نتائج الدِّراسات السَّابقة في هذا المجال ففي حين أشارت بعض الدِّراسات إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في السَّعادة كدراسة (الحرازي، 2020، قاسم وعبد اللاه، 2018، إبسيس وآخرون، 2021، العنيزي وعياد، 2020، والعنيزي وآخرون، 2019، عبد الرحمن،2019، نجف، 2018، حاج موسى، 2017، أبو عميرة واخرون، 2015) أشارت دراسات أخرى إلى وجود فروق بين الجنسين في السَّعادة، وكانت هذه الفروق لصالح الإناث كما في دراسة (الدهيني، 2020، الزبن، 2020، المطارنه وآخرون، 2015) في حين أشارت فئة أخرى من الدِّراسات إلى وجود فروق في السَّعادة بين الجنسين لصالح الذكور كما في دراسة (البعيجي، 2020، العقيلي، 2020، الوكيل، 2019، أبو حماد، 2018، Salavera&Usan,2021) ويمكن تفسير هذا التباين في الدِّراسات أيضا إلى اختلاف المقاييس المستخدمة لتقدير السَّعادة من دراسة إلى دراسة أخرى، فضلا عن ذلك فإن السَّعادة كمُتغيّر نفسي يتشكل من خلال العديد من العوامل التي تتباين من ثقافة إلى ثقافة أخرى كالتَّدَيُّن والحالة الاقتصادية والاجتماعيَّة وأساليب الرعاية الأسرية ونوعيَّة الحياة، بالإضافة إلى ذلك فعَيِّنَة الدِّراسة الحاليَّة من طُلَّاب الجامعة سواء أكانوا ذكورا أو إناثا يتشابهون في طبيعة الخصائص التي يمكن أن تؤثر في السَّعادة بينهم من حيث الضغوط الأكاديميَّة ومتطلبات الدِّراسة وخصائص المرحلة العمرية، ويفسر ذلك عدم وجود الفروق بينهم في السَّعادة .

نتائج التساؤل الثالث:

ينص هذا التساؤل على: " هل توجد فروق دالَّة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (0.05) في السَّعادة النَّفسية لدى عَيِّنَة البحث وَفْقًا للتَّخصص الدراسي". للإجابة على هذا التساؤل تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات، ويوضح الجدول التالي نتيجة هذا الإجراء.

جدول(11) قيم اختبار (ت) ودلالته الإحصائيَّة للفروق في السَّعادة وَفْقًا للتَّخصص الدراسي (علمي، أدبي)

المُتغيِّرات	المجموعات	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجات الحرية	مستوى الدلالة
الاستقلال	أدبي	173	16.0636	2.25200	-0.359	373	0.719
	علمي	202	16.1436	2.05501			
التمكن البيئي	أدبي	173	15.4451	2.20297	0.193	373	0.847
	علمي	202	15.4010	2.20416			
التطور الشخصي	أدبي	173	14.0867	2.25896	-1.168	373	0.244
	علمي	202	14.3564	2.20395			
العَلاقات الإيجابيَّة مع الآخرين	أدبي	173	15.2254	2.29282	-0.141	373	0.888
	علمي	202	15.2574	2.11205			
الحياة الهادفة	أدبي	173	14.6994	1.87761	0.404	373	0.687
	علمي	202	14.6238	1.74978			

تقبل الذات	أدبي	173	13.5318	2.41492	-1.749	373	0.081
	علمي	202	13.9703	2.42481			
الدرجة الكلّيّة للسَّعادة	أدبي	173	89.0520	9.71888	-0.721	373	0.471
	علمي	202	89.7525	9.06626			

يتبين من الجدول السابق عدم وجود فروق دالّة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (0.05) في السَّعادة النَّفسية بأبعادها الفرعيّة (الاستقلالية، التمكن البيئي، التطور الشخصي العَلاقات الإيجابيّة مع الآخرين، الحياة الهادفة، تقبل الذات) وَفْقًا للتَّخصص، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسات كل من: (الحرازي، 2022، إبسيس وآخرين 2021، البعيجي، 2021، والعنيزي وعياد، 2020، المطارنة، 2015) وتختلف مع دراسات كل من (الوكيل، 2019، عبد الرحمن، 2019، نجف، 2018) والتي أشارت نتائجها إلى وجود فروق في السَّعادة تُعْزَى للتَّخصص، ويمكن تفسير عدم وجود فروق في مستوى السَّعادة لدى الطُلَّاب في الدِّراسة الحاليّة وَفْقًا للتَّخصص إلى أن السَّعادة كمفهوم تتشكل من خلال العديد من العوامل لدى طُلَّاب الجامعة مثل: التحصيل الأكاديمي، وسمات الشخصيّة، والظروف الاجتماعيّة والاقتصادية، فضلا عن ذلك توصّل جافيد وآخرون (Javed,et al, 2019) في دراسة عن طبيعة العوامل التي تؤثر على السَّعادة لدى طُلَّاب الجامعة إلى أن التَّدَيُّن وممارسة الرياضة والأنشطة الاجتماعيّة كانت من أكثر العوامل ارتباطا بالسَّعادة لدى طُلَّاب الجامعة. وفي دراسة موسعة بالمملكة العربيّة السعوديّة شملت تخصصات علميّة وأدبيّة بجامعة الأميرة نورة بالسعوديّة عن مستويات السَّعادة وبعض العوامل المرتبطة بها لدى طُلَّاب الجامعة توصل الحوثيل وآخرون (Alhuthil,et al 2022) إلى أن متوسط السَّعادة لدى الطُلَّاب في جميع الكليات كان متقاربا إلى حد كبير وأن أكثر العوامل ارتباطا بالسَّعادة لدى طُلَّاب الجامعة كان دخل الأسرة وعمل الأم، ويُظهر ذلك أن عوامل تشكيل السَّعادة ترتبط بالعديد من المُتغيّرات وتختلف هذه المُتغيّرات من ثقافة إلى ثقافة أخرى.

نتائج التساؤل الثالث:

ينص هذا التساؤل على: "هل توجد فروق دالّة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (0.05) في السَّعادة النَّفسية لدى عَيّنة البحث وَفْقًا للفصل الدراسي".

للإجابة على هذا التساؤل تمّ استخدامُ تحليل التباين أحادي الاتجاه للتعرف على الفروق في السَّعادة النَّفسية وَفْقًا للفصل الدراسي، ويوضح الجدول التالي نتيجة هذا الإجراء.

جدول (12) قيمة (ف) ودلالتها الإحصائيّة للفروق في السَّعادة النَّفسية وَفْقًا للفصل الدراسي

المُتغيّرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
الاستقلال	بين المجموعات	0.297	2	0.149	0.032	0.969
	داخل المجموعات	1586.755	339	4.681		
	الكلي	1587.053	341			
التمكن البيئي	بين المجموعات	21.910	2	10.955	2.304	0.101
	داخل المجموعات	1611.543	339	4.754		
	الكلي	1633.453	341			
التطور الشخصي	بين المجموعات	0.153	2	0.076	0.015	0.985
	داخل المجموعات	1756.598	339	5.182		
	الكلي	1756.751	341			
العَلاقات الإيجابيّة مع الآخرين	بين المجموعات	25.022	2	12.511	2.594	0.076
	داخل المجموعات	1635.294	339	4.824		
	الكلي	1660.316	341			
الحياة الهادفة	بين المجموعات	0.810	2	0.405	0.123	0.884
	داخل المجموعات	1113.810	339	3.286		
	الكلي	1114.620	341			
تقبل الذات	بين المجموعات	10.665	2	5.332	0.931	0.395
	داخل المجموعات	1942.309	339	5.730		
	الكلي	1952.974	341			
الدرجة الكلّيّة للسَّعادة	بين المجموعات	85.644	2	42.822	0.477	0.621
	داخل المجموعات	30457.634	339	89.846		
	الكلي	30543.278	341			

يتبين من الجدول السابق عدم وجود فروق دالَّة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (0.05) في السَّعادة النَّفسية بأبعادها الفرعيَّة (الاستقلالية، التمكن البيئي، التطور الشخصي العَلاقات الإيجابيَّة مع الآخرين، الحياة الهادفة، تقبل الذات) وَفْقًا للفصل الدراسي، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (العنزي وعياد، 2020، والعنيزي وآخرين، 2019، أبو عميرة واخرون، 2015) والتي أشارت نتائجها إلى عدم وجود فروق في السَّعادة وَفْقًا للمرحلة الدراسية، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضَوْء أن الكثير من الطُّلَّاب في هذه المرحلة ينتمون في الغالب إلى مرحلة عمرية واحدة، وبالتالي يمرون بخصائص واحدة ويتشابهون في الكثير من الظروف، فضلا عن ذلك فإن العديد من الدِّراسات التي اهتمت بتقييم مستوى السَّعادة لدى طُلَّاب الجامعة أشارت إلى أن مستوى السَّعادة لدى طُلَّاب الجامعة مرتفع بشكل عام مثل دراسة (الحرازي،2022، إبسيس وآخرين، 2021، البعيجي، 2021، حاج موسى،2017) بالإضافة إلى ذلك يشير أرجيل (1993) إلى أن السَّعادة لا تتغير كثيرا بالتَّقدم في العمر إلا حينما يكون هناك تحولات كبيرة داخل المجتمعات أو تحولات كبيرة في البيئة الشخصيَّة والاجتماعيَّة للفرد.

التوصيات والبحوث المقترحة:

1- ضرورة الاهتمام بمُتغيِّرات الهناء الشخصي والسَّعادة والرفاهية لدى الطُّلَّاب سواء في مراحل التَّعليم الأوليّ أو في المراحل المتقدمة منه؛ لما لهذه المُتغيِّرات من أَهَمِّيَّة في مجال الأداء الأكاديمي للطُّلَّاب، وليس أدل من ذلك لدى بعض الدول التي أولت رعاية كبيرة لهذا الموضوع، وليست الإمارات العربيَّة ببعيدة عنا في هذا المجال؛ فقد أنشأت وزارة تسمى وزارة السَّعادة تهتم بقضايا السَّعادة وكيف يمكن تحقيقها لدى أفراد المجتمع.
2- دراسة السَّعادة وعَلاقتها بالإنجاز الأكاديمي لدى طُلَّاب الجامعة.
3- دراسة قصور المهارات الاجتماعيَّة وعَلاقته بالاكتئاب والسَّعادة لدى طُلَّاب الجامعة.
4- فعاليَّة برنامج إرشادي جمعي لتدريب التوكيدية والمهارات الأكاديميَّة ومعرفة أثره على السَّعادة والأداء الأكاديمي لطُلَّاب الجامعة.

المراجع العربية

المراجع العربية

[1] إبسيس، عارف حسين، عطية، علي عمر بولطيعة، و أبو بكر، أبو بكر عبدالجواد (2021). السَّعادة النَّفسية وعَلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصيَّة لدى طُلَّاب جامعة عمر المختار. مجلة المنارة العلميَّة، ع2، 58. - 40

[2] أبو حماد، ناصر الدين إبراهيم أحمد (2018). جودة الحياة النَّفسية وعَلاقتها بالسَّعادة النَّفسية والقيمة الذَّاتية لدى عَيِّنَة من طلبة جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز .مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدِّراسات التربوية والنَّفسية، مج10, ع27، 281. - 267

[3] أبو عمشة، إبراهيم باسل، المصدر، عبدالعظيم سليمان، و أبو كويك، باسم علي (2013). الذَّكاء الاجتماعي والذَّكاء الوجداني وعَلاقتهما بالشُّعور بالسَّعادة لدى طلبة الجامعة في محافظة غزة، (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الأزهر في غزة، غزة. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/542580

[4] أبو عميرة، عريب على عبدالفتاح، المجالي، حسين خازر صالح، البوريني، إيمان سعيد نصر الله، والمجالي، عرين عبد القادر باجس (2015). مستوى الشُّعور بالسَّعادة وعَلاقته بمستوى الكفاءة الاجتماعيَّة لدى الطلبة المتفوقين في مدارس الملك عبد االله الثاني للتميز في الأردن .مجلة التربية، ع165، ج5، 203. - 168 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/970703

[5] أرجايل (1993). سيكولوجية السَّعادة. ترجمة فيصل عبد القادر يوسف، سلسلة عالم المعرفة، الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، ع(175)

[6] البعيجي، جمال ناصر حسين (2021). الشُّعور بالسَّعادة وعَلاقته ببعض المُتغيِّرات لدى طلبة الجامعة .مجلة آداب المستنصرية، ع96، 26. - 1 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1238033

[7] جان، نادية (2008). الشُّعور بالسَّعادة وعَلاقته بالتَّدَيُّن والدعم الاجتماعي والتوافق الزواجي والمستوى الاقتصادي والحالة الصحية. مجلة دراسات نفسية. 18(4): 601-648

[8] الجمال، سميَّة أحمد محمد (2013). السَّعادة النَّفسية وعَلاقتها بالتحصيل الدراسي والاتجاه نحو الدِّراسة الجامعية لدى طُلَّاب جامعة تبوك .دراسات تربوية ونفسية، ع 78، 230. - 171 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/470709

[9] جودة آمال (2007) الذَّكاء الانفعالي وعَلاقته بالسَّعادة والثِّقة بالنَّفس لدى طلبة جامعة الأقصى. مجلة جامعة النجاح للأبحاث والعلوم الإنسانيَّة، 21 (3)، 704-715

[10] حاج موسى، أحمد (2017). السَّعادة النَّفسية وعَلاقتها بفاعلية الذَّات لدى طُلَّاب كلِّيَّة الزراعة في جامعة البعث .مجلة جامعة البعث للعلوم الإنسانيَّة، مج39، ع55، 49 - 84. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/900708

[11] الحرازي، والثوابتة (2022). المرونة المعرفيَّة والثِّقة بالنَّفس وعَلاقتهما بالسَّعادة النَّفسية لدى طلبة جامعة الطفيلة التِّقنية .المجلة الأردنية للعلوم التطبيقية - سلسلة العلوم الإنسانيَّة، مج32، ع1، 13. - 1 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1276369

[12] الخوالدة، تيسير محمد أحمد (2012). مستوى السَّعادة لدى طلبة كلِّيَّة العلوم التربوية في جامعة آل البيت وعَلاقته بدرجة ملاءمة البيئة الجامعية .مجلة المنارة للبحوث والدِّراسات، مج 18، ع 4، 175. - 141

[13] الدمرداش، مروة (٢٠١٠) مِقياس الإحساس بالسَّعادة للمرأة المصرية مجلة الإرشاد النَّفسي، (العدد (٢٧، ص ص ٤١٦ - ٤٣٠.

[14] الدهني، غفران غالب أحمد (2020). التَّدَيُّن وعَلاقته بالسَّعادة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضَوْء بعض المُتغيِّرات .مجلة كلِّيَّة التربية بالمنصورة، ع109، ج2، 1015 - 1047. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1119810

[15] الربيع، فيصل خليل صالح (2019). نموذج سببي للعَلاقة بين كلّ من الذَّكاء الاجتماعي والأمل والسَّعادة لدى طلبة جامعة اليرموك. دراسات: العلوم التربوية. مج. 46، ع. 4، 2019 .ص ص. 555-571 تم استرجاعه من search.shamaa.org

[16] الرزاز، مها أحمد محمد (2022). مصادر السَّعادة النَّفسية لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال بكلِّيَّة التربية جامعة طنطا: دراسة وصفية .مجلة الطفولة والتربية، مج14، ع50، 472. - 427 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1275173

[17] الزبن، ممدوح بنيه لافي (2020). السَّعادة النَّفسية وعَلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم .مجلة الجامعة الإسلاميَّة للدراسات التربوية والنَّفسية، مج28، ع2، 269. - 251 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1088902

[18] الشريف، الشيماء قطب (2021). التفكير الإيجابي وعَلاقته بالسَّعادة النَّفسية وتأكيد الذَّات لدى طالبات كلِّيَّة الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر .مجلة بحوث عربيَّة في مجالات التربية النَّوعيَّة، ع21، 34. - 13 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1100628

[19] شويخ، هناء (2010). إدراك الأعراض الجسميَّة المرتبطة بمرحلة الشيخوخة: دراسة تنبؤية في ضَوْء الحكمة والسَّعادة وتقييم الصحة العامة مجلة دراسات عربيَّة في علم النَّفس، المجلد (9)، العدد1 ص.ص167- 210.

[20] الطراونة، أحمد (٢٠١٤). الذّكاء الأخلاقي وعَلاقته بالسّعادة النّفسية لدى طلبة جامعة مؤته .مجلة التربية - جامعة الأزهر، مج (٢) العدد ١٥٨، ص ص ٨٠٩-٨٢٥، دار المنظومة
[21] عبد الرحمن (2019). السّعادة وعَلاقتها ببعض المُتغيّرات النّفسية لدى طُلّاب الجامعة في ضَوْء بعض المُتغيّرات الديموجرافية .مجلة قطاع الدّراسات الإنسانيّة،24(1) 224 -253. doi: 10.21608/jsh.2019.66960
[22] عبد الخالق، أحمد محمد، والأنصاري، بدر محمد (2019). معدلات السّعادة وعَلاقتها بالحياة الطيبة والتّدَيُّن لدى عَيّنَة من طلبة جامعة الكويت .مجلة العلوم التربوية والنّفسية، مج20، ع1، .70 - 41 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/966932
[23] عبد الخالق، أحمد محمد، والشيراوي، أماني عبد الرحمن (2019). معدلات السّعادة وعَلاقتها بالحياة الطيبة والتّدَيُّن لدى عَيّنَة من طُلّاب الجامعة في مملكة البحرين .المجلة المصرية للدراسات النّفسية، مج29، ع105، .132 - 107 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1011488
[24] العقيلي، سماح مصطفى عبده إبراهيم (2021). العَلاقة بين المساندة الاجتماعيّة والسّعادة لدى طلبة الجامعة المكفوفين .مجلة البحث العلمي في التربية، ع22، ج11، .137 - 113 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1229911
[25] العنزي، عويد سلطان المشعان، وعياد، فاطمة سلامة (2020). التسامح وعَلاقته بالقبول والإتقان ومستوى السّعادة لدى طلبة وطالبات جامعة الكويت .مجلة كلّيّة الآداب، ع99، .23 - 1 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1125891
[26] العنزي، فيصل خليف ساير، و الجاسر، لولوة مطلق فارس (2019). السّعادة النّفسية وعَلاقتها بتقدير الذّات والمرونة المعرفيّة لدى طُلّاب جامعة الكويت .المجلة التربوية الدولية المتخصصة، مج8، ع12، .64 - 47 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1029858
[27] الفزاري، منال بنت خصيب حمدان (2017). السّعادة النّفسية لدى عَيّنَة من طُلّاب جامعة السلطان قابوس بعمان، مجلة الدّراسات التربوية والنّفسية، مج11، ع4، .769 - 762 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/847687
[28] القاسم، أحمد مصطفى عثمان (2014) .مستوى السّعادة لدى طُلّاب جامعة أم درمان الإسلاميّة وعَلاقته ببعض المُتغيّرات الدّيموغرافيّة، رسالة ماجستير، جامعة أم درمان الإسلامية، أم درمان. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/620347
[29] قاسم، آمنة قاسم إسماعيل، وعبد اللاه، سحر محمود محمد (2018). السّعادة النّفسية في عَلاقتها بالمرونة المعرفيّة والثّقة بالنّفس لدى عَيّنَة من طُلّاب الدّراسات العليا بجامعة سوهاج .المجلة التربوية، ج53، .145 - 79 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/917311
[30] محمد، محمد عبد الراضى السمان، عبد الحميد، سنيه جمال، و حسان، بانسيه مصطفى (2019). الحاجات النّفسية الأساسية بوصفها مُتغيّرات منبئة بالسّعادة لدى طُلّاب الجامعة .مجلة كلّيّة الآداب، ع50، ج2، .310 - 291 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1024062
[31] محمد، هالة عمر النجار (2021). التجول العقلي وعَلاقته بالسّعادة النّفسية لدى طُلّاب الجامعة .مجلة الاستواء، ع21، .60 - 24 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1192306
[32] مرسي، كمال (2000). السّعادة وتنمية الصحة النّفسية القاهرة: دار النشر للجامعات
[33] المطارنة، إهداء عادل، والصرايرة، أسماء نايف سلطي (2015 .(السّعادة النّفسية وعَلاقتها بالمساندة الاجتماعيّة وتقدير الذّات لدى طلبة جامعة مؤتة) رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة مؤتة، مؤتة. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/786581
[34] مليباري، وحيد بن محمد بن علي، والمفرجي، سالم بن محمد بن عبد الله (2021). الالتزام الديني وعَلاقته بالسّعادة لدى طُلّاب الجامعات السعوديّة: جامعة أم القرى نموذجا .المجلة العربيّة للآداب والدّراسات الإنسانيّة، ع18، .86 - 35 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1276189

[35] نجف، أفراح أحمد (2018). السّعادة النّفسية لدى طلبة الجامعة .مجلة العلوم التربوية والنّفسية، ع137، .394 - 357 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1079265
[36] الوكيل، سيد أحمد محمد (2018). العوامل الخمسة الكبرى فى الشخصيّة المنبئة بالسّعادة النّفسية لدى طلبة جامعة الفيوم .مجلة كلّيّة الآداب، ع17، .108 - 1 مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1042108

المراجع الأجنبية

[1] Abbott, R.A., Ploubidis, G.B., Huppert, F.A. et al. (2006). Psychometric evaluation and predictive validity of Ryff's psychological well-being items in a UK birth cohort sample of women. Health Qual Life Outcomes 4, 76 https://doi.org/10.1186/1477-7525-4-76
[2] Abdel-Khalek, A. M., & Lester, D. (2010). Personal and psychological correlates of happiness among a sample of Kuwaiti Muslim students. Journal of Muslim Mental Health, 5(2), 194-209.
[3] Alhuthil, R., Alshiban, S., Alqarni, A., Alshalawi, M., Alhaqbani, L., & Abusalih, H. (2022). Level and Associated Factors Predicting Happiness Among Princess Nourah University Students in Saudi Arabia During Covid-19 Pandemic. Bahrain Medical Bulletin, 44(2).
[4] Argyle, M. (1997). Is happiness a cause of health?. Psychology and Health, 12(6), 769-781.
[5] .
[6] Csikszentmihalyi, M., & LeFevre, J. (1989) Optimal experience in work and leisure. Journal of Personality and Social Psychology, 56(5), 815–822.
[7] Francis, L. J., Ziebertz, H. G., & Lewis, C. A. (2003). The relationship between religion and happiness among German students. Pastoral psychology, 51(4), 273-281.
[8] Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. American Psychologist, 56(3), 218–226.
[9] Hills, P., & Argyle, M. (2001). Emotional stability as a major dimension of happiness. Personality and individual differences, 31(8), 1357-1364.
[10] Jiang, Y., Lu, C., Chen, J., Miao, Y., Li, Y., & Deng, Q. (2022). Happiness in University Students: Personal, Familial, and Social Factors: A Cross-Sectional Questionnaire Survey. International journal of environmental research and public health, 19(8), 4713. https://doi.org/10.3390/ijerph19084713

[11] Joseph, S.،Linley, A.،Harwood,j.،Lewis, A. & Mccollam, p.(2004). Rapid assessment of well-being: the short depression happiness scale. Psychology & psychotherapy: theory, research & practic,77(4), 428-463.
[12] Joshanloo, M. (2013). A comparison of western and Islamic conceptions of happiness. Journal of Happiness Studies, 14(6), 1857–1874. doi:10.1007/s10902-012-9406-7.
[13] Kashdan, T. B., Mishra, A., Breen, W. E., & Froh, J. J. (2009). Gender differences in gratitude: Examining appraisals, narratives, the willingness to express emotions and changes in psychological needs. Journal of Personality, 77(3), 691–730.
[14] Lu, L., & Argyle, M. (1993). TV watching, soap opera and happiness. Kaohsiung Journal of Medical Sciences, 9, 501-507.
[15] Lykken, D., & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. Psychological science, 7(3), 186-189.
[16] Peterson, C., Park, N., & Seligman, M. E. P. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. Journal of Happiness Studies, 6, 25–41. doi:10.1007/s10902-004-1278-z.
[17] Richardson, F., & Guignon, C. (2008). Positive psychology and philosophy of social science. Theory and Psychology, 18(5), 605–627. doi:10.1177/0959354308093398.
[18] Salavera, C., & Usán, P. (2021). Relationship between Social Skills and Happiness: Differences by Gender. International Journal of Environmental Research and Public Health, 18(15), 7929. MDPI AG. Retrieved from http://dx.doi.org/10.3390/ijerph18157929
[19] Seligman, M (2006). Learned optimism، How to change your mind and your life. New York, USA، Vintage.
[20] Seligman, M. (2005). Positive Psyhdogy: Fundamental Assumption. The Psychologist, 16, 126 - 127.
[21] Seligman, M. E. (2002). Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment. Simon and Schuster.
[22] Seligman, M. E. (2012). Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. Atria Paperback.
[23] Seligman, M. E. (2013). Building the state of well-being: A strategy for South Australia. Government of South Australia.
[24] Seligman, M. E., & Royzman, E. (2003). Happiness: The three traditional theories Authentic Happiness Newsletter July.
[25] Seligman, M. E., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. American Psychologist, 60(5), 410–421.
[26] Siedlecki, K. L., Salthouse, T. A., Oishi, S., & Jeswani, S. (2014). The relationship between social support and subjective well-being across age. Social indicators research, 117(2), 561-576.
[27] Tugade, M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. Journal of Personality and Social Psychology, 86(2), 320–333.
[28] Veenhoven, R. (2001) Are the Russians as unhappy as they say they are? Comparability of self-reports across nations Journal of Happiness Studies, 2: 111-136