الشعور بالسعادة وعلاقته بمفهوم الذات لدى عينة من طلبة جامعة دمشق

أحمد محمد الزعبي(*)

ملخص: تهدف هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الشعور بالسعادة ومفهوم الذات لدى عينة من طلبة جامعة دمشق، وبيان إذا ما كانت هناك فروق دالة جوهرياً في متوسطات درجات الشعور بالسعادة ومفهوم الذات بين الذكور والإناث، وكذلك إذا ما كانت هناك فروق دالة جوهرياً بين متوسط درجات الشعور بالسعادة ومفهوم الذات بين طلبة الدراسات العلمية والأدبية، وكذلك بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الرابعة. وقد تكونت عينة الدراسة من (450) طالباً وطالبة من كلا الجنسين، منهم (175) طالباً و(275) طالبة. وقد استخدم الباحث مقياس الشعور بالسعادة الذي طوره الباحث، كما استخدم مقياس مفهوم الذات الذي طوره بركات (2008). واستخرج للمقياسين معاملات الصدق والثبات اللازمة. وكانت أهم النتائج التي أسفرت عنها الدراسة، هي: وجود مستويات متوسطة في كل من السعادة ومفهوم الذات لدى الطلبة. كما وجدت علاقة إيجابية دالة عند مستوى (0,01) بين السعادة ومفهوم الذات (ر=0,539). بالإضافة إلى ذلك وجدت فروق دالة جوهرياً بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في السعادة ومفهوم الذات لصالح عينة الذكور. فضلاً عن ذلك أظهرت النتائج وجود فروق دالة في متوسط درجات السعادة ومتوسط درجات مفهوم الذات بين طلبة الدراسات الإنسانية وطلبة العلوم لصالح عينة طلبة العلوم، وعدم وجود فروق دالة جوهرياً في متوسط درجات السعادة ومتوسط درجات مفهوم الذات بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الرابعة. وقد فسر الباحث هذه النتائج في ضوء معطيات البحث واستناداً إلى الإطار النظري والدراسات السابقة.

المصطلحات الأساسية: السعادة، تقدير الذات.

(*) أستاذ مساعد، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة دمشق، الجمهورية العربية السورية.
alzoubiah@gmail.com

مقدمة:

منذ مطلع القرن الحادي والعشرين، تزايد الاهتمام بعلم النفس الإيجابي Positive Psychology على يد العالم سيلجمان Seligman؛ حيث ركز على الجوانب الإيجابية في حياة الإنسان، من مثل السعادة، والتفاؤل، والأمل، والرضا، بالإضافة إلى الجوانب الإنسانية الراقية، مثل: معنى الحياة، ونوعية الحياة، وجودة الحياة، وعلاقة الإنسان بأخيه الإنسان والبيئة، وغيره لما لذلك من تأثير على التوافق والصحة النفسية للإنسان. ويذكر (Seligman, 2002)، أنه يمكن لعلم النفس الإيجابي أن يضطلع بأدوار مهمة في كل من البحوث والتطبيقات كالوقاية والعلاج، كما نلحظ في الآونة الأخيرة تزايد البحوث والدراسات في هذا المجال؛ فقد أسست مجلة خاصة لدراسة السعادة (J. of Happiness Study) (عبدالخالق، وآخرون، 2003).

لذلك يعدُّ مفهوم السعادة من المفاهيم الرئيسة في علم النفس الإيجابي لما له من مكانة في تاريخ الفكر الإنساني؛ فالسعادة هدف أسمى للحياة لارتباطها بالحالة المزاجية ومفهوم الذات والتفاؤل والرضا عن الحياة. وقد أشار (Diener, et al) إلى أن موضوع السعادة يعدّ محور اهتمام الفلسفة وعلوم أخرى كالعلوم الاجتماعية؛ فقد اعتبر الفلاسفة الإنسان دائم البحث عن السعادة، وأن تحقيقه لأي هدف من أهدافه – كالقوة والصحة والمال والزواج – هو شيء يستمد قيمته من توقع الإنسان أنه سيجعله سعيداً (محمود، 2007).

وتذكر (علام، 2008) أن السعادة هي الهدف الإنساني الأسمى في مختلف أنحاء العالم؛ فالعناصر التي تسهم في خلق السعادة عالمية، وهي واحدة في كل الأعمار، بصرف النظر عن المكان الذي يعيشون فيه. ويعبر (Gonzalea, Casas, & Coneders, 2007) عن السعادة بأنها أحد مكونات جودة الحياة. كما يذكر (Argyle & Crossland, 1989) أن السعادة تتكون من ثلاثة مكونات مترابطة، هي الرضا عن الحياة، والوجدان الإيجابي، وغياب الوجدان السلبي.

فالسعادة هي الغاية القصوى التي يطمح إليها الإنسان منذ القديم، إلا أن ما يلفت الانتباه أن العقود الثلاثة الأخيرة حملت في طياتها اهتماماً بارزاً بالسعادة وآثارها على حياة الفرد والشعوب، وأسبابها والعوامل التي تؤثر فيها، ومن ثم فإن علماء النفس والصحة النفسية، وبخاصة في الغرب، قاموا بكتابة العديد من الأبحاث والمقالات التي تناولت السعادة وعلاقتها بالعديد من المتغيرات، مثل دراسة كل من:

(Francis, et al; Shimai, et al; Bray & Gunnel; Singh & Jha) (في: العاسمي، 2013).

كما يمكن النظر إلى السعادة كسمة (Trait)؛ فالأفراد من ذوي الدرجات المرتفعة على سمة السعادة يتميزون بالشعور بالاطمئنان والنشاط الخارجي والداخلي والحيوية، وتكون نظرتهم إلى الحياة إيجابية، كما تكون تعاملاتهم وعلاقاتهم الاجتماعية – في معظمها – ناجحة، ولديهم القدرة على الاستمتاع بالوقت بطريقتهم الخاصة (الفنجري، 2006).

بناء على ذلك، فإن الشعور بالسعادة يختلف من شخص إلى آخر، ومن ثقافة إلى أخرى، ومن مرحلة عمرية إلى مرحلة عمرية أخرى. كما أن الحكم على درجة الشعور بالسعادة الشخصية يأتي من الأفراد أنفسهم، وبحسب تقييمهم لمشاعرهم بشكل عام وليس الشعور اللحظي بالسرور والفرح، الذي يمكن أن يحدث استجابة لمثيرات كثيرة، ويمكن أن يخبره كل إنسان في لحظة معينة، وإنما هو الشعور الدائم بالسعادة (سهير سالم، 2001).

ويذكر (عبدالخالق، وآخرون، 2003) أن العوامل البيئية – وخاصة الأحداث الأساسية المهمة في الحياة – تسهم بدور مهم في نشوء السعادة؛ فمستوى السعادة لدى بعض الناس يمكن أن يتغير أو يتذبذب بدرجة كبيرة عبر الزمن، وأن السعادة تتأثر بأحداث الحياة وتقلباتها سواء أكانت إيجابية أم سلبية. ويؤكد (أرجيل، 1993) أن العلاقات الاجتماعية تعدّ من أهم دواعي السعادة عند الإنسان؛ فهو يعتبر العمل مصدراً مهماً من مصادر السعادة، على عكس البطالة التي تثير مشاعر التعاسة، وتؤثر سلباً على الصحة النفسية ومفهوم الذات عند الفرد.

وللسعادة تأثير على سلوك الفرد، ومفهومه عن ذاته، ومفهومه عن الآخرين، فالأشخاص الذين يتميزون بالسعادة يفكرون تفكيراً إيجابياً عندما يكونون سعداء مقارنة بالآخرين الذين تغلب عليهم التعاسة والشقاء. كما يكون السعداء أكثر فهماً لذاتهم، وأكثرهم تقديراً لها، وأكثر كفاءة اجتماعية، ولديهم القدرة على حل مشكلاتهم بشكل أفضل، وهم أكثر استعداداً لتقديم المساندة الاجتماعية للآخرين (عثمان، 2001). ويذكر (Diener, 1984) أن التقارير الذاتية عن الشعور بالسعادة

الشخصية تتسم بالثبات على الرغم من تغير الظروف ومرور الزمن، كما أن الشعور بالسعادة الشخصية ينبئ بالصحة النفسية العامة للإنسان.

لكن أتعتمد السعادة على كون الفرد شخصاً سعيداً أم تعتمد على كونه يمر بالكثير من المواقف المبهجة؟ وتقرر النظرية التي تنحو بالتسبب من الأعلى إلى الأدنى أن الفرد هو العامل المحدد؛ فهناك أدلة على أن الناس السعداء يفسرون المواقف بطريقة أكثر إيجابية وعلى أن إضافة أحداث مبهجة ليس مؤشراً دقيقاً ينبئ بالسعادة. أما المنحى الذي يمضي من الأدنى إلى الأعلى فيرى أن السعادة تعتمد على عدد الأحداث والأنشطة المبهجة التي يخبرها الفرد (Diener, 1984).

من جانب آخر يرتبط مفهوم الذات عند الإنسان بالسعادة النفسية؛ حيث تزداد السعادة النفسية كلما كان مفهوم الفرد عن ذاته أكثر إيجابية، وتزداد مشاعر الخطر والتهديد والتعاسة والقلق عند الفرد الذي يعاني مفهوماً سلبياً عن ذاته (وفاء عقل، 2009). ويذكر (الزعبي، 2011: 83) أن مفهوم الذات يمثل الجزء المركزي في نظرية روجرز، ومن أهم مكونات الشخصية، إذ يتكون نتيجة تفاعله مع البيئة التي يعيش فيها، وبشكل خاص من خلال وعي الإنسان بأحكام الآخرين وإدراكهم له. فالخبرات التي تتسق مع تصور الفرد لذاته تتكامل معها، في حين أن الخبرات التي لا تتسق مع صورة الذات تعد تهديداً خطيراً عليها، فتسعى الذات إلى تحريفها وتشويهها لتتمكن الذات من الاحتفاظ باستمراريتها. ولهذا تكون الشخصية في حالة نمو وتغير مستمرين نتيجة التفاعل المستمر مع المجال الظاهري للفرد. كما يعد مفهوم الذات نتاجاً لما يمر به الفرد من تجارب وخبرات، إذ تعدّ وظيفته دافعية وتكاملاً، وبلورة لعالم الخبرة المتغير الذي يوجد الفرد في وسطه؛ فهو ينظم ويحدد السلوك، حيث يرى روجرز (Rogers) صاحب نظرية الذات Self Theory أننا نستطيع تعديل مفهوم الذات من خلال العلاج المتمركز حول المتعالج، ويرى أن أفضل طرائق تعديل السلوك تتم من خلال إحداث تغيير في مفهوم الذات (القطناني، 2011).

مشكلة الدراسة:

أصبحت الحاجة ماسة اليوم أكثر من أي وقت مضى لضرورة الاهتمام بشخصية الطالب الجامعي من جوانبها المختلفة؛ إذ لم تعد الجامعة مجرد ناقل للمعرفة، أو تحويل الإنسان إلى وعاء تصب فيه المعلومات أو مجرد مستقبل لها؛

مما يؤكد ضرورة الاهتمام بكل ما يسهم في تحقيق سعادة الطالب الجامعي وتحسين مفهومه عن ذاته، وزيادة ثقته بنفسه، ورفع مستوى طموحه.

من جانب آخر، تشكل الحياة الجامعية بجوانبها المتعددة: الأكاديمية والاجتماعية والإدارية والمالية، مصادر عديدة للضغوط والمواقف التي قد يتعرض لها الطلبة[1] في أثناء دراستهم الجامعية. فقد ذكر (Schetter & Lobel) أن السنة الجامعية الأولى غالباً ما تكون صعبة؛ حيث يترك الطلاب أسرهم وذويهم، وقد يكونون صداقات جديدة، كما يترتب عليهم مطالب جامعية كثيرة، غالباً ما تكون غير واضحة لهم (الدسوقي، 1998).

وتقوم الجامعة بدور مهم في التأثير على شخصية الطالب الجامعي، وفي سعادته ومفهومه عن ذاته، وذلك من خلال علاقاته مع أساتذته وزملائه، وخبرات النجاح والفشل التي يتعرض لها في الجامعة. فخبرات النجاح في الجامعة من شأنها أن تسهم في تكوين مفهوم إيجابي للذات عند الطلبة، أما خبرات الفشل فتؤدي إلى الإحباط وإلى سوء التوافق ومفهوم سلبي للذات وعدم السعادة.

بناء على ذلك اهتم الباحثون بدراسة المرحلة الجامعية؛ نظراً لارتباطها بكثير من العوامل المؤثرة في حياة الفرد، خاصة فيما يتعلق بالصحة النفسية، والنجاح في الحياة سواء أكان ذلك على المستوى الأكاديمي أم الاجتماعي أم الأسري. كما أن تحقيق الراحة لطلبة الجامعة من شأنه أن يعمل على تنمية شخصية إيجابية سعيدة لهم وتطويرها، ويزيد من تحسين مفهوم الذات لديهم. فطلبة الجامعة هم القاعدة التي يبنى عليها مستقبل البلاد وتقدم المجتمع؛ فهم يشكلون أدوات التغيير فيه.

ويؤثر مفهوم الذات في أسلوب حياة الفرد، وطريقة تفكيره وعمله ونظرته الإيجابية إلى نفسه ومشاعره نحو الآخرين، كما يتضمن الإحساس بالكفاءة والجدارة والاستعداد لتقبل الآخرين، وفي إنجازه لأهدافه في الحياة ورضاه عنها؛ إذ كلما زاد مفهوم الفرد لذاته ازدادت إنتاجيته وفاعليته في الحياة ورضاه عنها. بناء على ذلك أصبح من الضروري دراسة الشعور بالسعادة وعلاقته بمفهوم الذات لدى طلبة الجامعة.

ويرى (أرجيل، 1993) أن الناس يشعرون بدرجة أعلى من السعادة؛ إذ

(1) يشير مفهوم الطلبة إلى كل من الطلاب والطالبات أينما وجد.

استطاعوا حل صراعاتهم الداخلية، وتحقيق درجة من التكامل في شخصياتهم. كما وجد أن الذين يكشفون عن درجة منخفضة من التفاوت بين مفهوم الذات الحقيقية ومفهوم الذات المثالية أو بين التطلعات والإنجازات، هم أكثر شعوراً بالسعادة.

لذلك تشكل جامعة دمشق المكان المناسب لإعداد الطلبة لمستقبل مشرق يسهم في سعادة الفرد والمجتمع، وذلك من خلال تحسين مفهوم الذات لديهم، وتوفير سبل السعادة النفسية لهم، انطلاقاً من الافتراض بوجود علاقة وثيقة بين الشعور بالسعادة ومفهوم الذات؛ إذ كلما تحسن مفهوم الذات عند الفرد انعكس ذلك إيجابياً على سعادته، وأن توفير الظروف المناسبة داخل الجامعة يمهد الطريق لانطلاقة ذهنية متفتحة لدى الطلبة تؤثر في حياتهم النفسية والاجتماعية والتربوية. لذلك يمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية في محاولة الإجابة عن التساؤل التالي: هل توجد علاقة بين الشعور بالسعادة ومفهوم الذات لدى طلبة جامعة دمشق؟

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية في:

1 – الموضوع الذي تتصدى لدراسته؛ إذ إن لهذا الموضوع أهمية كبيرة من الناحيتين النظرية والتطبيقية. فمن الناحية النظرية تعد هذه الدراسة إضافة للتراث النظري حول مفهومي الشعور بالسعادة النفسية ومفهوم الذات، وهي مفاهيم مهمة جداً في الصحة النفسية وعلم النفس الإيجابي وفي فهم السلوك البشري بشكل عام؛ مما يجعل لها قيمة تنبئية وقيمة علاجية، وهي مفاهيم تحتاج إلى دراسة وبحث.

ومن الناحية التطبيقية يمكن الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في تعرف مستوى كل من الشعور بالسعادة النفسية ومفهوم الذات لدى طلبة جامعة دمشق، وعلاقة الشعور بالسعادة بمفهوم الذات لدى شريحة مهمة من شرائح المجتمع، وهي طلبة الجامعة، التي تعد جديرة بالرعاية والاهتمام.

2 – تصديها لمشكلة لم يتناولها إلا قليل جداً من البحوث والدراسات العربية والأجنبية والمحلية بشكل خاص – في حدود علم الباحث – بل إن ما هو موجود من بحوث ودراسات قد ركز على الشعور بالسعادة النفسية ومصادرها وعلاقتها بمتغيرات أخرى كالاكتئاب وسمات الشخصية وأوقات الفراغ والذكاء الوجداني، دون

أن يتطرق إلى علاقتها بمفهوم الذات. لذلك تعد الدراسة الحالية امتداداً للدراسات والبحوث السابقة ومكملة لها.

3 – كونها إضافة جديدة إلى مجال الدراسات والبحوث النفسية والتربوية؛ إذ إن تعرف الشعور بالسعادة وعلاقته بمفهوم الذات لدى طلبة جامعة دمشق يشكل أساساً مهماً، يمكن من خلاله اتخاذ إجراءات عملية كفيلة بتدعيم الشعور بالسعادة النفسية وتنمية مفهوم الذات لدى طلبة جامعة دمشق؛ مما ينعكس على تحصيلهم الدراسي وسعادتهم الشخصية وزيادة فاعليتهم وإنتاجيتهم في المجتمع.

4 – استخدام مقياس الشعور بالسعادة الذي طوره الباحث بعد الرجوع إلى عدد من المقاييس، مثل: مقياس السعادة الحقيقية للباحث (بشير معمرية، 2012)، وقائمة أكسفورد للسعادة (Oxford Happiness Inventor) التي وضعها كل من (Argyle & Lu, 1995)، وقائمة (Hills & Argyle, 1998) التي استخدمها (أحمد عبدالخالق، 2003) في دراسته عن معدلات السعادة لدى عينات عمرية مختلفة في المجتمع الكويتي. وكذلك مقياس مفهوم الذات للباحث (زياد بركات، 2008). لذلك يمكن الإفادة من هذين المقياسين في دراسات وبحوث لاحقة.

5 – وضع الحقائق الناتجة من هذه الدراسة أمام المتخصصين بالإرشاد والعلاج النفسي من أجل العمل على وضع الخطط الكفيلة بتنمية كل منها؛ حيث يعول على طلبة جامعة دمشق الكثير في بناء المستقبل.

أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف التالية:

1 – تعرف مستوى كل من الشعور بالسعادة ومفهوم الذات لدى طلبة جامعة دمشق.

2 – تعرف العلاقة بين الشعور بالسعادة ومفهوم الذات لدى طلبة جامعة دمشق.

3 – بيان إذا ما كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالسعادة ومفهوم الذات استناداً إلى متغير الجنس (ذكور – إناث).

4 – بيان إذا ما كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالسعادة ومفهوم الذات استناداً إلى متغير التخصص الدراسي (علمي – أدبي).

5 – بيان إذا ما كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالسعادة ومفهوم الذات استناداً إلى متغير السنة الدراسية (أولى – رابعة).

حدود الدراسة:

تتحدد الدراسة الحالية ونتائجها بما يلي:

– الموضوع الذي تتناوله، وهو الشعور بالسعادة وعلاقته بمفهوم الذات لدى طلبة جامعة دمشق.

– طبيعة المجتمع الذي أجريت عليه الدراسة، وقد حدد بالعينة المستخدمة التي أخذت من طلبة جامعة دمشق من الجنسين ومن التخصصات العلمية والأدبية، ومن سنوات دراسية مختلفة (السنتين: الأولى والرابعة)، خلال الفصل الدراسي الثاني 2012/2013.

– الأدوات المستخدمة فيه، وهي: مقياس الشعور بالسعادة، ومقياس مفهوم الذات.

– الفترة الزمنية التي أجريت فيها الدراسة، وهي الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2012/2013.

وهذا يعني أن تعميم نتائج هذه الدراسة والاستفادة منها يرتبط بحدودها المذكورة أعلاه.

مصطلحات الدراسة:

السعادة Happiness:

تعددت التعريفات التي تناولت مفهوم السعادة والسعادة النفسية؛ فقد عرَّف (فريح العنزي، 2001: 354) السعادة بأنها "حالة من التوازن الداخلي يسودها عدد من المشاعر الإيجابية – كالرضا والابتهاج والسرور – التي ترتبط بالجوانب الأساسية للحياة مثل الأسرة والعمل والعلاقات الاجتماعية".

كما عرَّف (أحمد عبدالخالق، وآخرون، 2003: 584) السعادة بأنها "حالة شعورية يمكن أن تستنتج من الحالة المزاجية للفرد".

وعرّفت (أماني عبدالوهاب، 2006: 273) السعادة النفسية بأنها "شعور داخلي إيجابي شبه دائم، يعكس الرضا عن الحياة، والطمأنينة النفسية، والبهجة،

والاستمتاع، والضبط الداخلي، وتحقيق الذات، والقدرة على التعامل مع المشكلات والصعوبات بكفاءة وفاعلية».

في حين تعرِّف (الجندي، 2009) السعادة بأنها "حالة وجدانية إيجابية تعكس شعور الفرد بالسعادة نتيجة لما يتعرض له من مصادر للسعادة، متمثلة في (الصحة، ووجود أهداف محددة، التدين، والثقة بالنفس، والتعليم، والنجاح الدراسي، والمستقبل المهني)، ومصادر السعادة الاجتماعية المتمثلة في (الحب، والأسرة، والأصدقاء، ونشاط أوقات الفراغ)، وذلك كما يعبر عنها وفق إدراكه".

بناء على ما تقدم يعرّف الباحث الشعور بالسعادة إجرائياً بأنه الدرجة المرتفعة التي يحصل عليها الطلبة (المفحوصون) في مقياس الشعور بالسعادة المستخدم في هذه الدراسة.

مفهوم الذات Self Concept:

عرّف (حامد زهران، 1998: 83) مفهوم الذات بأنه "عبارة عن تكوين نظري معرفي منظم محدد ومتعلم للمدركات الشعورية وللتصورات والتقييمات الخاصة بالذات يبلوره الفرد ويعتبره تعريفاً نفسياً لذاته".

بناء على ذلك يعرف الباحث مفهوم الذات إجرائياً بأنه مجموع الدرجات المرتفعة التي يحصل عليها الطلبة (المفحوصون) في مقياس مفهوم الذات المستخدم في هذا البحث بما تعكسه مضامين فقراته.

الدراسات السابقة:

من خلال استعراضنا للدراسات العربية والأجنبية التي تناولت العلاقة بين الشعور بالسعادة ومفهوم الذات تبين أنه لا وجود لها – في حدود علم الباحث – بالمقارنة مع تلك الدراسات التي تناولت كلاً منها على حدة أو تناولت أياً منها في علاقته بعوامل أخرى. وفيما يلي نستعرض بعض الدراسات التي تيسر للباحث الاطلاع عليها والتي قد تفيد في البحث الحالي.

أجرى (Headey & Wearing) في الصين دراسة تتبعية على مجموعة مكونة من (600) فرد صيني في الأعوام 1981، 1983، 1985؛ حيث وجدا أن الانبساط يهيئ الناس – وخاصة صغار السن – لأن يمروا بأحداث حياة سعيدة وخاصة في مجالات الصداقة والعمل، وهذه تقود إلى درجة عالية من الهناء الإيجابي، وإلى زيادة في الانبساطية (مايكل أرجيل، 1993).

كما أجرى (حسن عبداللطيف، 1997) في الكويت دراسة عن الرضا عن الحياة الجامعية لدى عينة، قوامها (428) طالباً من طلبة جامعة الكويت، منهم (164) من الذكور و(264) من الإناث. وقد أظهرت النتائج ارتفاع مستوى الرضا عن الحياة عند الإناث مقارنة بالذكور على خمسة مقاييس فرعية. أما فيما يتعلق بسنوات الدراسة فقد كان طلاب السنة الرابعة، يليهم طلاب السنة الثالثة أكثر ارتفاعاً في مستوى الرضا عن الحياة مقارنة بطلاب السنتين الأولى والثانية، وقد قدمت تفسيرات لهذه النتائج.

وأجرى (Francis, et al) في إنجلترا دراسة عن السعادة والشخصية على عينة من طلبة جامعات إنجلترا، والولايات المتحدة الأمريكية، وأستراليا، وكندا، وقد كشفت قائمة أكسفورد للسعادة عن ثبات وصدق مرتفعين، وارتبطت سلباً بالعصابية، وإيجاباً بالانبساط. وهذا يؤكد قول (آيزنك): إن السعادة شيء يدعى الانبساط المتزن (Stable extraversion) (عبدالخالق، ومراد، 2001).

وهدفت دراسة (علي الشكعة، 1999) في فلسطين إلى معرفة الاتجاهات العامة لمفهوم الذات لدى طلبة مرحلتي التعليم الثانوي والجامعي في الضفة الغربية بفلسطين، بالإضافة إلى معرفة أثر متغيرات الجنس والمستوى الدراسي على ذلك. وقد تكونت عينة الدراسة من (615) طالباً وطالبة، بواقع (372) طالباً من طلبة الجامعة، و(242) طالباً من طلبة الثانوية العامة. وقد أظهرت النتائج أن مفهوم الذات كان إيجابياً لدى طلبة الجامعة والثانوية العامة، وكان بدرجة أفضل لدى طلبة الجامعة. كما أوضحت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات تبعاً لمتغيرات الجنس، والتخصص والمستوى الدراسي لدى الطلبة لصالح الإناث وطلبة التخصصات العلمية والعلوم الإنسانية وطلبة السنة الرابعة.

وفي دراسة أجراها (Gable Scott, James, 2000) في الولايات المتحدة الأمريكية بهدف استقصاء العلاقات البينية بين مفهوم الذات العام، وأحداث الحياة، والسعادة الشخصية عند المراهقين، على عينة مكونة من (92) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة، تبين من خلالها أن أحداث الحياة قد أسهمت في وجود فروق ذات دلالة في التنبؤ بالآثار الإيجابية والآثار السلبية، والرضا عن الحياة، بالإضافة إلى وجود مفهوم ذات عام. فضلاً عن ذلك أسهمت الأحداث اليومية أيضاً بوجود أحداث الحياة المهمة. وفيما يخص الأحداث الخاصة، فقد وجدت علاقة إيجابية مرتفعة في مقياس السعادة،

كما وجدت علاقة سلبية ذات دلالة بين الأحداث اليومية – فيما يخص الآثار الإيجابية والسلبية والأحداث اليومية الإيجابية – وبين الرضا عن الحياة.

أما (عبدالخالق، ومراد، 2001) في الكويت، فقد أجريا دراسة بعنوان السعادة والشخصية: الارتباطات والمنبئات، على عينة قوامها (201) طالب وطالبة من طلبة جامعة الكويت، وقد أوضحت النتائج وجود معاملات ارتباط إيجابية ذات دلالة إحصائية بين التقدير الذاتي للسعادة وكل من الصحة النفسية والتفاؤل ومستوى التدين، والصحة الجسمية ونمط السلوك (أ)، وارتباطات سلبية بين السعادة وكل من التشاؤم ومصدر الضبط الخارجي. وقد قدمت تفسيرات لهذه النتائج.

ودرس (العنزي، 2001) في الكويت الشعور بالسعادة وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة كويتية؛ حيث استخدم مقياس الرضا عن الحياة مع مقاييس أخرى، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في الرضا عن الحياة، والوجدان السلبي والإيجابي، في حين أسفرت النتائج عن وجود ارتباط إيجابي بين الرضا عن الحياة والثقة بالنفس، والتفاؤل والوجدان الإيجابي، وارتباط سلبي مع الوجدان السلبي. كما أوضحت النتائج أيضاً أن التفاؤل والوجدان الإيجابي والسلبي هي عوامل تنبئ بالرضا عن الحياة.

وأجرى (عبدالخالق، وآخرون، 2003) في الكويت دراسة حول معدلات السعادة في المجتمع الكويتي، وقد تكونت عينة الدراسة من (1420) مواطناً كويتياً؛ واستخدمت قائمة أكسفورد المعدلة للسعادة. وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات السعادة عند الذكور ومتوسط درجات السعادة عند الإناث لصالح الذكور. وأن متوسط درجات السعادة عند الموظفين الذكور أعلى من متوسط درجات مجموعات: طالبات الثانوي وطلابه، وطالبات الجامعة، والموظفات. وأوضحت النتائج أيضاً أن متوسط درجات الذكور من طلاب الجامعة أعلى من متوسط ثلاث مجموعات هي: الموظفات، وطالبات الثانوي، وطالبات الجامعة. وأسفر تحليل التباين المتعدد عن تفاعل جوهري بين السعادة كمتغير تابع وكل من الجنس والعمر.

وفي دراسة أجراها كل من (Cheng & Furnham, 2003) في الصين بهدف التنبؤ من تقدير الذات بالسعادة النفسية لدى عينة مكونة من (88) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة؛ منهم (28) طالباً، و(60) طالبة، طبق عليهم مقياس تقدير الذات

لروزنبرج، وقائمة أكسفورد للسعادة، وقد أظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين تقدير الذات والسعادة (ر=0,72)، وأنه يمكن التنبؤ من تقدير الذات بالسعادة لدى عينة الدراسة.

وتوصل (Roothman, Kirsten, & Wissing, 2003) في الولايات المتحدة الأمريكية من خلال دراستهم على عينة مكونة من (378) فرداً، منهم (90) فرداً من الذكور، و(288) فرداً من الإناث ممن تراوح أعمارهم بين 18 و60 سنة، طبق عليهم المظاهر المختلفة للسعادة، تبين من خلالها وجود فروق جوهرية بين الذكور والإناث في السعادة؛ حيث أظهر الذكور درجات مرتفعة في المظاهر الجسمية والمعرفية والذاتية، في حين أظهرت الإناث درجات مرتفعة في المظاهر العامة والانفعالية والروحية والاجتماعية.

وأجرى (غانم، 2003) في مصر دراسة بهدف تعرف مفهوم الذات لدى الجنسين في ضوء سمات الشخصية الانبساطية والعُصابية، على عينة مكونة من (69) فرداً؛ حيث أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات الجسمية والاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور، بالإضافة إلى وجود فروق دالة إحصائياً في مفهوم الذات بين الذكور والإناث لصالح الإناث.

وفي دراسة أجراها (Cheng & Furnham, 2003) في الصين على عينة مكونة من (356) طالباً وطالبة؛ منهم (159) طالباً، و(97) طالبة، طبق عليهم مقياس تقدير الذات، وقائمة أكسفورد للسعادة، وقد أظهرت النتائج أن التقييم الموجب للذات يسهم بنحو (54%) من التباين الكلي للسعادة النفسية، في مقابل إسهام التقييم السلبي للذات بنحو (−15%).

كما هدفت دراسة (Furr, 2005) في الولايات المتحدة الأمريكية إلى معرفة العلاقة بين السعادة وتقدير الذات لدى عينة مكونة من (146) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة؛ منهم (64) طالباً، و(82) طالبة، طبق عليهم قائمة أكسفورد للسعادة ومقياس تقدير الذات، تبين من خلالها وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين السعادة النفسية وتقدير الذات، وقد راوحت معاملات الارتباط بين (0,24 – 0,48). كما أظهرت النتائج أيضاً عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في السعادة النفسية بأبعادها المختلفة.

وأجرى (Noreen, Adela, Thomas, 2005) في الولايات المتحدة الأمريكية

دراسة بهدف معرفة الفروق بين الذور والإناث في معدلات السعادة، وعلاقة السعادة بالحالة الصحية للمراهقين، على عينة مكونة من (15) طالباً وطالبة من طلبة الصفين السابع والثامن من إحدى المدارس. وقد أظهرت النتائج عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في معدلات السعادة، في حين تبين وجود علاقة ذات دلالة جوهرية بين معدلات السعادة والحالة الصحية للمراهقين.

أما (بسيوني، 2006) في مكة المكرمة، فقد أجرت دراسة في جامعة أم القرى بهدف تعرف العلاقة بين مفهوم السعادة وكل من المساندة الاجتماعية وأحداث الحثاة الضاغطة، على عينة مكونة من (200) طالبة من طالبات الكليات العلمية والأدبية؛ حيث توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين السعادة وأحداث الحياة الضاغطة، وعلاقة ارتباطية موجبة بين السعادة والمساندة الاجتماعية.

وقد أجرى (الفنجري، 2006) في مصر دراسة بهدف تعرف معدلات السعادة لدى فئات مختلفة من المجتمع المصري، من القاهرة، وأسيوط، وأسوان، والوادي الجديد، على عينة قوامها (590) فرداً، منهم (338) من الذكور، و(252) من الإناث من مستويات تعليمية واجتماعية ومهنية مختلفة. وقد أظهرت النتائج أن معدلات السعادة كانت أعلى في المدن الصغيرة مقارنة بالريف والمدن الكبيرة. كما أوضحت النتائج أيضاً عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في معدلات السعادة، كما كانت معدلات السعادة أعلى عند الأشخاص من المرحلة الجامعية وما فوق بالمقارنة مع المستويات الأدنى من الناحية التعليمية.

وأجرت (اليحفوفي، 2006) في لبنان دراسة بهدف معرفة العلاقة بين السعادة والاكتئاب وعلاقتهما ببعض المتغيرات الديمغرافية، على عينة مكونة من (625) طالباً وطالبة من الجامعتين اللبنانية والأمريكية لدراسة المتغيرات المرتبطة بالسعادة، و(610) طلاب وطالبات من هاتين الجامعتين لدراسة المتغيرات المرتبطة بالاكتئاب؛ حيث بلغ متوسط أعمارهم (21,43) سنة. وقد أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في متوسط درجات السعادة والاكتئاب، في حين ظهرت فروق دالة إحصائياً بين طلاب الجامعة الأمريكية الذين كانوا أكثر سعادة وأقل اكتئاباً من أقرانهم في الجامعة اللبنانية.

كما أجرى (Valenburg, Peter, and Schouten, 2006) في الولايات المتحدة الأمريكية دراسة بهدف معرفة العلاقة بين السعادة وتقدير الذات الاجتماعي على عينة مكونة من (881) مراهقاً ومراهقة؛ منهم (45%) مراهقاً و(55%) مراهقة، بمتوسط عمري قدره (14,8) سنة، تبين من خلالها وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الدرجة الكلية للسعادة وتقدير الذات الاجتماعي؛ حيث راوحت معاملات الارتباط بين (0,45 – 0,59). كما تبين أيضاً أن تقدير الذات يسهم بنحو (0,78) من التباين الكلي في درجات السعادة لدى المراهقين.

أما (جودة، 2007) في فلسطين، فقد أجرت دراسة بهدف معرفة العلاقة بين الذكاء الانفعالي والسعادة والثقة بالنفس لدى عينة مكونة من (231) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الأقصى؛ منهم (85) طالباً و(146) طالبة. وأهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة، هي: عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في متوسطات درجات أفراد العينة في الذكاء الانفعالي، والسعادة، والثقة بالنفس.

وفي السياق نفسه أجرت (علام، 2008) في مصر دراسة بهدف تعرف معدلات السعادة الحقيقية لدى عينة مكونة من (510) طلاب وطالبات من المرحلتين الإعدادية والثانوية؛ منهم (206) طلاب من الذكور، و (304) طالبات من الإناث ممن تراوح أعمارهم بين 11 و 17 سنة، من مدارس مصر الجديدة النموذجية، ومصر الإعدادية، ومدرسة عاطف صدقي، ومدرسة سوزان مبارك، ومدرسة الطبري، ومدرسة مصر الجديدة الثانوية. ومن أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة وجود فروق بين طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية في الدرجة الكلية للسعادة الحقيقية لصالح طلاب المرحلة الإعدادية.

وهدفت دراسة (بركات، 2008) في فلسطين إلى فحص علاقة مفهوم الذات بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في ضوء متغيرات الجنس، والتخصص، والتحصيل الأكاديمي، على عينة مكونة من (378) طالباً وطالبة، منهم (197) طالبة، و(181) طالباً. وقد أظهرت النتائج أن مستوى مفهوم الذات ومستوى الطموح لدى أفراد الدراسة في المستوى المتوسط. كما بينت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين مفهوم الذات ومستوى الطموح. بالإضافة إلى ذلك أوضحت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات ومستوى الطموح تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي لصالح مرتفعي التحصيل، وعدم وجود فروق

جوهرية في مفهوم الذات ومستوى الطموح تبعاً إلى متغيري الجنس والتخصص الدراسي.

وفي دراسة أجرتها (جان، 2008) في السعودية بهدف الكشف عن العلاقة بين الشعور بالسعادة ومستوى التدين، والدعم الاجتماعي، والتوافق الزواجي، والمستوى الاقتصادي، والحالة الصحية، على عينة مكونة من (764) طالبة وموظفة (من جامعة الرياض للبنات) ممن تراوح أعمارهن بين 18–57 عاماً، أسفرت نتائجها عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغيرات العمر، والحالة الاجتماعية، والمستوى التعليمي، وطبيعة العمل.

وأجرت (الجندي، 2009) في مصر دراسة على عينة مكونة من (555) طالبة وطالبة؛ منهم (73) طالباً، و(482) طالبة من طلاب كلية التربية – جامعة الإسكندرية، وقد أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في مصادر الشعور بالسعادة (نشاط وقت الفراغ، والصحة الجسمية والنفسية، والثقة بالنفس) لصالح الطلاب الذكور، في حين لم تظهر فروق بين الذكور والإناث في كل من: الحب، والأسرة، والأصدقاء، ووجود أهداف محددة، والتدين، والتعليم والنجاح المدرسي، والمستقبل المهني.

وأظهرت دراسة (Burris, et ak, 2009) في الولايات المتحدة الأمريكية على عينة مكونة من (353) طالباً وطالبة؛ منهم (138) طالباً، و(215) طالبة، طبق عليهم استبانة مقياس السعادة، عن عدم وجود فروق في السعادة تبعاً لمتغير الجنس (النوع).

كما هدفت دراسة (أبو هاشم، 2010) في مصر إلى فهم طبيعة النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات، والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، وقد تكونت عينة الدراسة من (405) طلاب وطالبات من كلية التربية – جامعة الزقازيق، وقد تمخضت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث في السعادة النفسية. كما أظهرت النتائج أيضاً وجود علاقات ارتباط متباينة (موجبة – سالبة) بين درجات الطلاب في السعادة النفسية وكل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة؛ حيث تبين أنه يمكن التنبؤ من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بالسعادة النفسية ومكوناتها المختلفة مع اختلاف نسبة

إسهام كل عامل. كما يمكن التنبؤ من تقدير الذات بالسعادة النفسية ومكوناتها المختلفة مع اختلاف نسبة إسهام كل عامل من عوامل تقدير الذات. بالإضافة إلى ذلك يمكن التنبؤ من المساندة الاجتماعية بالسعادة النفسية ومكوناتها المختلفة مع اختلاف نسبة إسهام كل عامل من عوامل المساندة الاجتماعية.

وأجرى كل من (Quoidbach, Dunn, Petrides, 2010) في هولندا دراسة بعنوان "ربح المال وخسارة المال: التأثير المزدوج للغنى على السعادة"، على عينة مكونة من (351) موظفاً راشداً من جامعة ليجا Liège في هولندا؛ منهم (66%) من الإناث ممن تراوح أعمارهم بين 21 و 89 سنة، بمتوسط قدره 37,9 سنة، وانحراف معياري قدره 12,9 سنة. وقد أظهرت النتائج أن الأفراد الأغنى ذكروا قدرة منخفضة على الاستمتاع (القدرة على زيادة خبرة الإحساس الإيجابي وإطالتها)؛ حيث قضوا وقتاً قليلاً في تذوق قطعة من (الشوكولاته) اللذيذة. كما أظهرت النتائج أيضاً أن التأثير السلبي للغنى على قدرة الأفراد على الاستمتاع يضعف تأثيرات المال على سعادتهم.

أما دراسة (القاسم، 2011) في مكة المكرمة، فقد هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الذكاء الانفعالي وكل من السعادة والأمل لدى عينة مكونة من (400) طالبة من جامعة أم القرى؛ منهن (200) طالبة من التخصصات العلمية و(200) طالبة من التخصصات الأدبية ممن تراوح أعمارهن بين 18–25 سنة؛ بمتوسط حسابي قدره (22) سنة. وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في السعادة وفقاً لمتغير التخصص الدراسي (علمي – أدبي)، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في السعادة وفقاً لمتغير المستوى الدراسي.

وأجرى (أبو جراد، وجودة، 2011) في فلسطين دراسة بهدف التنبؤ بالسعادة في ضوء الأمل والتفاؤل لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة على عينة مكونة من (187) طالباً وطالبة، منهم (103) طلاب و(84) طالبة. وقد أظهرت النتائج أن متغير السعادة ارتبط مع بقية المتغيرات الأخرى، وأن قيم معاملات الارتباط كانت موجبة ودالة إحصائياً وفي الاتجاه والموقع. وأشارت نتائج تحليل الانحدار المتعدد المتدرج إلى أن متغيري الأمل والتفاؤل أسهما في تفسير تباين درجات أفراد العينة على مقياس السعادة، وقد أسهم متغير التفاؤل بمقدار أكبر في تفسير تباين درجات أفراد العينة على مقياس السعادة، فقد فسر التفاؤل ما نسبته 45,2%،

43,2%، 45% للعينة الكلية وعينة الذكور وعينة الإناث على التوالي، بينما فسر الأمل ما نسبته 7,1%، 4%، 12,2% للعينة الكلية وعينة الذكور وعينة الإناث على التوالي.

أما (معمرية، 2012) في الجزائر، فقد أجرى دراسة بهدف تقنين قائمة السعادة الحقيقية على عينة مكونة من (554) فرداً من المجتمع الجزائري، منهم (269) من الذكور، و(285) من الإناث، ممن تراوح أعمارهم بين (15–56) سنة. وقد أشارت النتائج – سواء بالنسبة إلى عينة الذكور أو عينة الإناث – إلى أن مستوى السعادة يقع في المستوى المتوسط.

مناقشة الدراسات السابقة:

يتضح من خلال استعراض الدراسات السابقة العربية والأجنبية التي تيسر للباحث الاطلاع عليها، أن عدداً منها قد ركز على دراسة العلاقة بين السعادة النفسية والشخصية، من مثل: دراسة (عبدالخالق، ومراد، 2001)، ودراسة (العنزي، 2001).

كما ركزت أخرى على دراسة الفروق بين الجنسين في معدلات السعادة كدراسة (عبدالخالق، وآخرين، 2003) حول معدلات السعادة في المجتمع الكويتي، ودراسة (سحر علام، 2008) بهدف تعرف معدلات السعادة الحقيقية لدى عينة من طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية، ودراسة (الفنجري، 2006) التي هدفت إلى تعرف معدلات السعادة لدى فئات مختلفة من المجتمع المصري.

من جانب آخر ركزت دراسات أخرى على العلاقة بين السعادة ومتغيرات أخرى كدراسة (بسيوني، 2006) بهدف تعرف العلاقة بين مفهوم السعادة وكل من المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة، ودراسة (آمال جودة، 2007) بهدف معرفة العلاقة بين الذكاء الانفعالي والسعادة والثقة بالنفس، ودراسة (ناديا جان، 2008) بهدف الكشف عن العلاقة بين الشعور بالسعادة ومستوى التدين، والدعم الاجتماعي، والتوافق الزواجي، والمستوى الاقتصادي، والحالة الصحية، ودراسة (القاسم، 2011) التي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الذكاء الانفعالي وكل من السعادة والأمل، ودراسة (حمدي أبو جراد، وآمال جودة، 2011) بهدف التنبؤ بالسعادة في ضوء الأمل والتفاؤل.

من خلال ما سبق يتضح لنا أن معظم هذه الدراسات قد أجريت في بلدان

عربية وأجنبية مختلفة، ولم يتوصل الباحث إلى أي دراسة على المستوى المحلي تناولت العلاقة بين السعادة ومفهوم الذات أو علاقة السعادة بمتغيرات أخرى لدى طلبة الجامعة. فضلاً عن ذلك تباينت الدراسات السابقة في استخدام الأدوات سواء كان في قياس السعادة أم في قياس مفهوم الذات، ولكن نتائجها جاءت متسقة اتساقاً كبيراً من حيث وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين السعادة والمتغيرات الأخرى المرتبطة بها. وقد استفاد الباحث من هذه الدراسات: العربية منها والأجنبية في دراسته الحالية من حيث اختيار الأدوات والأساليب الإحصائية المناسبة للإجابة عن تساؤلات الدراسة وفروضها. كما استفاد الباحث أيضاً من تباين منهجيات البحوث السابقة ومن تفسير النتائج التي توصل إليها الباحثون؛ مما جعله يختط أسلوباً يتناسب مع دراسته الحالية والبيئة التي أجريت فيها.

فروض الدراسة:

في ضوء أهداف الدراسة الحالية، وإطارها النظري والدراسات والبحوث السابقة، يمكن تحديد فروض الدراسة وفقاً للآتي:

1 – توجد مستويات متوسطة في كل من الشعور بالسعادة ومفهوم الذات لدى طلبة جامعة دمشق.

2 – توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات الشعور بالسعادة ودرجات مفهوم الذات لدى عينة الدراسة.

3 – توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث على كل من الشعور بالسعادة ومفهوم الذات.

4 – توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات طلبة العلمي – الدراسات الإنسانية – على كل من الشعور بالسعادة ومفهوم الذات.

5 – توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات طلبة السنتين الأولى والرابعة على كل من الشعور بالسعادة ومفهوم الذات.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

منهج الدراسة:

استخدم الباحث في دراسته المنهج الوصفي التحليلي بشقيه الارتباطي والمقارن لمناسبته لأهداف البحث؛ حيث يدرس هذا المنهج الظاهرة كما توجد في الواقع

ويصفها وصفاً دقيقاً، ويوضح خصائصها، وحجمها، ودرجة ارتباطها مع الظواهر الأخرى الموجودة، عن طريق جمع المعلومات وتصنيفها وتنظيمها والتعبير عنها كماً وكيفاً؛ مما يسهل فهم العلاقات بين الظاهرة المراد دراستها والظواهر الأخرى.

إجراءات الدراسة:

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلاب السنتين الأولى والرابعة المسجلين في جامعة دمشق خلال العام الدراسي 2012/2013، والمداومين خلال الفصل الدراسي الثاني.

عينة الدراسة:

أجريت الدراسة على عينة مكونة من (450) طالباً وطالبة من طلبة جامعة دمشق من الكليات العلمية والعلوم الإنسانية، ومن السنتين الدراسيتين الأولى والرابعة؛ حيث تم اختيارهم بصورة قصدية؛ منهم (175) طالباً و(275) طالبة خلال الفصل الدراسي الثاني 2012/2013، ممن راوحت أعمارهم بين 18 و22 سنة، بمتوسط حسابي قدره (21,2) سنة وانحراف معياري قدره (1,6) سنة للذكور، ومتوسط حسابي قدره (20,9) سنة وانحراف معياري قدره (1,4) سنة للإناث. وقد تم اختيار العينة؛ بحيث تكون ممثلة للتركيب الأساسي لمجتمع الدراسة، قدر الإمكان. ويبين الجدول (1) توزع عينة الدراسة بحسب الجنس والتخصص والسنوات الدراسية.

جدول (1)
توزع عينة الدراسة بحسب الجنس والتخصص الدراسي والسنوات الدراسية

الكلية	حجم العينة	الجنس		التخصص الدراسي		السنة الدراسية	
		ذكور	إناث	علمي	علوم إنسانية	الأولى	الرابعة
التربية	110	30	80		110	60	50
الآداب	130	35	95		130	70	60
العلوم	140	75	65	140		80	60
الهندسة	70	35	35	70		40	30
المجموع	450	175	275	210	240	250	200

أدوات البحث:

أولاً – مقياس الشعور بالسعادة Happiness Scale:

أعدّ الباحث هذا المقياس بعد الرجوع إلى بعض المقاييس عن السعادة مثل: قائمة أكسفورد للسعادة المعدلة من قبل (Hilss & Argyle, 1998)، والتي ترجمها (أحمد عبدالخالق، وآخرون، 2003) وأجرى عليها التعديلات المناسبة. ومقياس السعادة النفسية لكل من (Springer & Hauser, 2006)، تعريب (السيد محمود أبو هاشم، 2010). وقائمة السعادة الحقيقية التي أعدها العالمان سيلجمان وبيترسون Seligman & Peterson، وقننها على البيئة الجزائرية (بشير معمرية، 2012).

يتكون مقياس الشعور بالسعادة في صيغته النهائية من (50) عبارة، مقسمة إلى ستة مجالات، هي:

– **الحكمة والمعرفة (12 عبارة)**: ويتضمن العبارات ذات الأرقام: 1، 3، 5، 6، 7، 8، 10، 12، 13، 14، 15، 16.

– **الشجاعة (6 عبارات)**: ويتضمن العبارات ذات الأرقام: 19، 20، 21، 22، 23، 24.

– **الحب والإنسانية (6 عبارات)**: ويتضمن العبارات ذات الأرقام: 18، 26، 27، 28، 29، 50.

– **العدل والإنصاف (7 عبارات)**: ويتضمن العبارات ذات الأرقام: 3، 9، 11، 30، 31، 32، 33.

– **الاعتدال وضبط الذات (5 عبارات)**: ويتضمن العبارات ذات الأرقام: 34، 35، 36، 37، 38.

– **السمو والروحانية (14 عبارة)**: ويتضمن العبارات ذات الأرقام: 2، 17، 25، 39، 40، 41، 42، 43، 44، 45، 46، 47، 48، 49.

وتكون الإجابة عن كل عبارة ضمن خمسة بدائل هي: لا، قليلاً، متوسط، كثيراً، كثيراً جداً. وتنال الدرجات من (0–5)، ومن ثم تراوح درجة المفحوص من (0–200) درجة، وارتفاع الدرجة يعني شعوراً حقيقياً بالسعادة، وانخفاض الدرجة يدل على شعور بعدم السعادة. وللتأكد من صلاحية هذا المقياس، استُخرِجَت معاملات الصدق والثبات اللازمة قبل تطبيقه على العينة الكلية في هذه الدراسة، وذلك وفقاً للآتي:

أ – صدق المقياس:

تُحقق من **صدق المقياس من خلال الارتباط بمحك** (صدق الارتباك بمحك) الذي يُعد من أكثر أنواع الصدق قبولاً، وذلك باستخدام قائمة أكسفورد للسعادة Oxford Happiness Inventory، التي ترجمها عبدالخالق (2003)، وقد بلغ معامل الارتباط (0,83)، وهو معامل ارتباط مرتفع.

ب – ثبات المقياس:

حُسب معامل ثبات المقياس بطريقة **إعادة تطبيق المقياس** (test-retest) على عينة مكونة من (100) طالب وطالبة من طلبة جامعة دمشق (عدا عينة البحث) بفاصل زمني قدره خمسة عشر يوماً بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني، وقد بلغ معامل الثبات (0,73)، وهو معامل ثبات عال. كما حسب معامل الثبات أيضاً باستخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha)، وكانت قيمة معامل الثبات (0,86)، وهو معامل ثبات مرتفع نسبياً، وهذا يدل على اتساق عبارات المقياس. بناء على ذلك يمكن اعتماد المقياس والوثوق به في الدراسة الحالية.

ثانياً – مقياس مفهوم الذات Self-Concept Scale:

من أجل قياس مفهوم الذات، استخدم الباحث مقياس مفهوم الذات الذي أعده (بركات، 2008) بعد أن أجريت عليه التعديلات اللازمة بصياغة بعض الفقرات غير الواضحة دون المساس بالمعنى، وقد تمتع هذا المقياس بخصائص سيكومترية عالية من حيث الصدق والثبات. يتكون المقياس من (32) عبارة نصفها في الاتجاه الموجب والنصف الآخر في الاتجاه السالب، وتعتمد الإجابة عن عباراته على التقدير الذاتي للمفحوص تبعاً لمقياس ليكرت (Likert) الخماسي، وذلك من خلال وضع إشارة (×) على مقياس متدرج أمام كل عبارة من عبارات المقياس، بما يتفق مع حالته تماماً؛ حيث يعطى المفحوص خمس درجات: (5) إذا وضع إشارة (×) في حقل موافق بشدة، وأربع (4) درجات إذا وضع المفحوص إشارة (×) في حقل موافق، وثلاث درجات (3) إذا وضع المفحوص إشارة (×) في حقل محايد، ودرجتين (2) إذا وضع المفحوص إشارة (×) في حقل غير موافق، ودرجة واحدة (1) إذا وضع المفحوص إشارة (×) في حقل غير موافق بشدة. وذلك بالنسبة إلى العبارات ذات الاتجاه الموجب، في حين تأخذ استجابات المفحوص أوزاناً معاكسة إذا كانت في الاتجاه السالب. وبذلك تراوح درجات المفحوصين بين (32 و 160)

درجة. وتدل الدرجة المرتفعة على هذا المقياس على مفهوم ذات عال، أما الدرجة المنخفضة فتدل على مفهوم منخفض للذات. وقد تأكد الباحث من الخصائص السيكومترية للمقياس من خلال حساب معاملات الصدق والثبات اللازمة على عينة استطلاعية قبل تطبيقه على العينة الكلية وذلك وفقاً للآتي:

أ – صدق المقياس:

تم التحقق من **صدق المقياس من خلال الارتباط بمحك** (صدق الارتباط بمحك)، وذلك باستخدام مقياس تنسي لمفهوم الذات الذي أعده "وليم فيتس"، وترجمه صفوت فرج وسهير كامل (2008)، ويتكون من (100) عبارة، حيث طُبِّقَ كل من المقياسين على عينة، قوامها (80) طالباً وطالبة من طلبة جامعة دمشق (عدا عينة البحث)، وقد بلغ معامل الارتباط بين المقياسين (0,81)، وهو معامل ارتباط مرتفع، ويدل على أن مقياس مفهوم الذات المستخدم في البحث يتسم بدرجة جيدة من الصدق.

ب – ثبات المقياس:

حُسب ثبات المقياس بطريقة **إعادة تطبيق المقياس** (test-retest) على عينة مكونة من (100) طالب وطالبة من طلبة جامعة دمشق (عدا عينة البحث) بفاصل زمني قدره خمسة عشر يوماً بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني، وقد بلغ معامل الثبات (0,71)، وهو معامل ثبات عال. كما حسب معامل الثبات أيضاً بطريقة الاتساق الداخلي باستخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha)، وكانت قيمة معامل الثبات (0,86)، وهو معامل ثبات مرتفع نسبياً، وهذا يدل على اتساق عبارات المقياس.

إجراءات التطبيق:

طبق مقياسا الشعور بالسعادة ومفهوم الذات في جلسات جماعية صغيرة، لا يتجاوز عدد المشاركين في كل مجموعة (15) طالباً؛ حيث كانت تُقدم التعليمات للمفحوصين بشكل واضح، ثم تترك لهم حرية الإجابة عن عبارات المقياسين دون إكراه أي طالب على المشاركة في الدراسة.

عرض النتائج ومناقشتها:

للتحقق من الفرض الأول الذي ينص على ما يأتي: "**توجد مستويات متوسطة في كل من الشعور بالسعادة ومفهوم الذات لدى طلبة جامعة دمشق**"، حُسبت

درجات المفحوصين على مقياسي الشعور بالسعادة ومفهوم الذات، وصنفت الدرجات الكلية للمقياسين اعتماداً على الإرباعيات، ثم وزعت الدرجات إلى فئات، وحدد مدى كل فئة (الحد الأدنى – الحد الأعلى)، بعدها صنفت الحالات تبعاً لانتمائها إلى الفئة المناسبة وفقاً لما يلي:

جدول (2)
درجات مستويات الشعور بالسعادة للعينة الكلية اعتماداً على الإرباعيات (ن=450)

مدى الدرجات	التفسير
0 – 50	شعور منخفض تماماً بالسعادة
51 – 100	شعور منخفض بالسعادة
101 – 150	شعور متوسط بالسعادة
151 – 200	شعور مرتفع بالسعادة

جدول (3)
درجات مستويات مفهوم الذات للعينة الكلية اعتماداً على الإرباعيات (ن=450)

مدى الدرجات	التفسير
32 – 63	مفهوم ذات منخفض جداً
64 – 95	مفهوم ذات منخفض
96 – 127	مفهوم ذات متوسط
128 – 160	مفهوم ذات مرتفع

بعد ذلك حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الطلبة على مقياس الشعور بالسعادة ودرجاتهم على مقياس مفهوم الذات، وحُللت البيانات باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS)، وكانت النتائج على نحو ما هو موضح في جدول (4):

جدول (4)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الطلاب على مقياسي الشعور بالسعادة ومفهوم الذات

المقياس	ن	م	ع
الشعور بالسعادة	450	119,5	14,5
مفهوم الذات	450	118,2	10,8

يتضح من خلال استعراض جدول (4) أنه عند تصنيف متوسط درجات العينة الكلية على مقياس الشعور بالسعادة ومقياس مفهوم الذات ومقارنتهما بالدرجات التي تحدد مستويات الشعور بالسعادة ومفهوم الذات في الجدولين (2، 3)، تبين أن كلاً من الشعور بالسعادة ومفهوم الذات يشير إلى الدرجة المتوسطة؛ أي أن طلبة جامعة دمشق يشعرون بالسعادة بدرجة متوسطة، وهذا يتفق مع دراسة (بشير معمرية، 2012) في الجزائر، ودراسة (أحمد عبدالخالق، وآخرين، 2003) في الكويت، ودراسة (حسن الفنجري، 2006)؛ حيث تبين من خلال هذه الدراسات أن مستوى السعادة في بيئات الدراسة كانت إيجابية وفي المستويات المتوسطة. كما أن مفهوم الذات لديهم هو أيضاً في المستوى المتوسط، وهذا يتفق مع دراسة (علي الشكعة، 1999) في الضفة الغربية.

ويمكن تفسير ذلك بأن الشعور بالسعادة هو شيء مثالي ولا يكون في كل الأوقات، فطالب الجامعة يتعرض كثيراً لمنغصات كثيرة في أثناء دراسته في الجامعة، فهو يتعرض لضغوط المحاضرات، وضغوط الامتحانات وضغوط توقعات الأهل من دراسته، وضغوط علاقاته بزملائه وأساتذته، والتفكير في المستقبل وما يعانيه من قلق نتيجة لذلك. لكن على الرغم من كثرة هذه المنغصات والضغوط التي يواجهها الطالب، فإنه قد يكون قادراً على التوافق معها أو قد تتوافر له مساندة اجتماعية من زملائه أو أسرته؛ مما يشعره بالسعادة. من جانب آخر فإن هذه المنغصات والضغوط التي يتعرض لها طالب الجامعة قد تشكل بالنسبة إليه عوامل تحد، وأنه قادر على التكيف معها.

كما أن مفهوم الذات له صلة وثيقة بأساليب التنشئة الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي، والظروف الأسرية التي يعيش فيها الفرد، والخبرات المدرسية التي يمر

بها، لهذا يدرك الفرد ذاته في سياق هذه الخبرات. فالفرد الذي يراه والداه أنه محبوب وذكي واجتماعي، يرى نفسه كذلك. بناء على ذلك يكون الفرض الأول قد تحقق.

وللتحقق من الفرض الثاني الذي ينص على ما يأتي: "**توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات الشعور بالسعادة وبين درجات مفهوم الذات لدى عينة الدراسة**"، حُسبت معاملات الترابط بين درجات الطلاب من الجنسين على مقياس الشعور بالسعادة، ودرجاتهم على مقياس مفهوم الذات، وحللت البيانات باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) على نحو ما هو موضح في جدول (5).

جدول (5)
معاملات الارتباط بين الشعور بالسعادة ومفهوم الذات لدى طلبة جامعة دمشق من الجنسين

	العينة	ن	الشعور بالسعادة	دلالة الفروق بين معاملات الارتباط
مفهوم الذات	ذكور	175	0,621**	2,19*
	إناث	275	0,412	
	الكلية	450	0,539**	

* ذات دلالة عند مستوى 0,05%. ** ذات دلالة عند مستوى 0,01%.

يتضح من جدول (5) أن جميع معاملات الارتباط بين السعادة ومفهوم الذات موجبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,01)، سواء بالنسبة إلى الطلبة الذكور أو بالنسبة إلى الإناث، وكذلك بالنسبة إلى العينة الكلية (ذكور وإناث)، وقد أظهرت النتائج أن معاملات الارتباط عند الذكور أعلى من معاملات الارتباط عند الإناث، وعند اختيار دلالة الفروق بين معاملات الارتباط بين الذكور والإناث تبين أنها ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) لصالح الذكور؛ إذ كانت قيمة معامل الارتباط أكبر من (1,96). بناء على ذلك يمكن قبول الفرض الثاني.

تتفق هذه النتائج مع نتائج عدد من الدراسات السابقة التي أظهرت وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين السعادة وتقدير الذات (Furr, 2005; Valenburg, 2006; Cheng & Furnham, 2003). كما تتفق أيضاً مع دراسة (Cheng & Furnham, 2003) التي أظهرت أن التقييم الموجب للذات يسهم بنحو (54%) من التباين الكلي للسعادة، في مقابل إسهام التقييم السلبي للذات بنحو (15%). وتعارضت نتائج هذه الدراسة

مع نتائج دراسة (Burris, et al., 2009) التي أظهرت عدم وجود فروق بين الجنسين في السعادة.

ويمكن تفسير ذلك بأنه كلما تحسنت ظروف طلبة الجامعة (من الجنسين)، تحسن مستوى مفهومهم عن ذاتهم وتحسن شعورهم بالسعادة. كما أن زيادة مستوى مفهوم الذات عند الطلبة من شأنه أن يزيد من ثقتهم بأنفسهم، وتكوين علاقات اجتماعية إيجابية بينهم، وشعورهم بالسعادة والرضا عن الحياة. لهذا تسعى جامعة دمشق جاهدة إلى توفير كل ما من شأنه أن يؤمن الحياة المريحة للطلاب، التي تشعرهم بالسعادة بشكل عام، وذلك من خلال مساعدتهم على حل مشكلاتهم، وتوفير الرعاية النفسية والتربوية لهم؛ ما من شأنه رفع مستوى مفهومهم عن ذاتهم، وتحسين مستوى دراستهم.

للتحقق من الفرض الثالث الذي ينص على ما يأتي: "**توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث على كل من الشعور بالسعادة ومفهوم الذات**"، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الطلبة من الجنسين على مقياس الشعور بالسعادة ودرجاتهم على مقياس مفهوم الذات، كما حسبت قيمة (ت) (Independent t-test) لاختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وكانت النتائج على نحو ما هو موضح في جدول (6):

جدول (6)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لدرجات الطلبة الذكور والإناث على كل من الشعور بالسعادة ومفهوم الذات

الشعور بالسعادة					مفهوم الذات				
العينة	ن	م	ع	ت	العينة	ن	م	ع	ت
ذكور	175	117,17	12,2	2,76**	ذكور	175	116,2	10,38	3,11**
إناث	275	113,8	13,2		إناث	275	112,4	12,3	

** ذات دلالة عند مستوى 0,01%.

يتضح من النتائج المبينة في جدول (6) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,01) في متوسط درجات الشعور بالسعادة لدى طلبة جامعة دمشق من الجنسين لصالح عينة الذكور. وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة (أحمد عبدالخالق، وآخرين، 2003) التي أظهرت أن متوسط درجات الذكور من طلبة الجامعة أعلى من

متوسط درجات الإناث في السعادة، وكذلك مع دراسة (Roothman, et al., 2003)؛ حيث أظهر الذكور درجات مرتفعة في المظاهر الجسمية والمعرفية والذاتية، في حين أظهرت الإناث درجات مرتفعة في المظاهر العامة والانفعالية والروحية والاجتماعية، في حين اختلفت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (Furr, 2005)، ودراسة (Noreen,m et al., 2005; Burris & et al., 2009)، ودراسة (اليحفوفي، 2006)، ودراسة (الفنجري، 2006)، ودراسة (جودة، 2007)، ودراسة (الجندي، 2009)، ودراسة (أبو هاشم، 2010)، التي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث في السعادة النفسية.

أما فيما يتعلق بمفهوم الذات، فقد تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور والإناث لصالح الطلاب الذكور. وهذا يتفق مع نتائج دراسة (محمد غانم، 2003) التي بيَّنت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات الجسمي والاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور، واختلفت مع نتائج دراسة (بركات، 2008) التي بيَّنت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات تبعاً لمتغير الجنس. لذلك يمكن قبول الفرض الثالث.

ويمكن تعليل ذلك بأن المجتمع العربي السوري شأنه شأن بقية المجتمعات العربية يعطي مساحة من الحرية للذكور أكثر من الإناث، كما يحمِّل المسؤولية للذكور أكثر من الإناث، وأن العلاقات الاجتماعية التي يسمح للطالب الجامعي بتكوينها أكثر تنوعاً مقارنة مع العلاقات الاجتماعية التي يسمح للطالبة بتكوينها مع الآخرين.

من جانب آخر فإن الضغوط التي تتعرض لها الطالبة الجامعية أكثر من الضغوط التي يتعرض لها الطالب؛ فالطالبة الجامعية غالباً ما يترتب عليها أعباء إضافية منزلية أكثر من الأعباء المترتبة على الطالب؛ مما يشكل عليها ضغطاً إضافياً. وهذا ما يجعل الطلاب يشعرون بالسعادة أكثر من الطالبات، كما أنهم يكونون مفهوماً أفضل عن ذاتهم. فضلاً عن ذلك فإن أساليب التربية التي يتبعها الآباء مع الذكور والإناث متباينة؛ فهم يعززون ثقة الأبناء الذكور بأنفسهم أكثر من تعزيزها لدى الإناث، كما أن مفهوم الذات عند الإنسان ذو صلة وثيقة بالتنشئة الاجتماعية داخل الأسرة؛ حيث يكتسب قيم الوالدين وأساليبهم، وعاداتهم، وبالعلاقات الاجتماعية التي يكونها مع الآخرين؛ إذ يتمثل الفرد قيم الجماعة التي يتفاعل معها، كما أنها ترتبط بالشخصية وبالدور الذي يسند إلى كل من الذكور والإناث بدرجة كبيرة. لذلك يمكن القول إن مفهوم الذات ينمو ويتطور من خلال هذه العلاقات.

وفيما يخص الفرض الرابع الذي ينص على ما يأتي: "**توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات طلبة العلمي – الدراسات الإنسانية على كل من الشعور بالسعادة ومفهوم الذات**"، فقد حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الطلبة من التخصصات العلمية والأدبية على مقياس الشعور بالسعادة ودرجاتهم على مقياس مفهوم الذات، كما حُسبت قيمة (ت) (Independent t-test) لاختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وكانت النتائج على نحو ما هو موضح في جدول (7) التالي:

جدول (7)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لدرجات طلبة العلمي – الدراسات الإنسانية على كل من الشعور بالسعادة ومفهوم الذات

الشعور بالسعادة					مفهوم الذات				
العينة	ن	م	ع	ت	العينة	ن	م	ع	ت
علمي	210	114,4	11,5	2,58**	علمي	210	117,3	9,3	3,9**
دراسات إنسانية	240	111,1	13,8		علوم إنسانية	240	113,1	12,4	

** ذات دلالة عند مستوى 0,01%.

من خلال استعراض جدول (7) نتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,01) بين متوسط درجات الطلبة من التخصصات العلمية ومتوسط درجات الطلبة من العلوم الإنسانية على مقياسي الشعور بالسعادة لصالح عينة التخصصات العلمية. وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (موضي القاسم، 2011) التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في السعادة النفسية وفقاً لمتغير التخصص الدراسي.

ويمكن تفسير ذلك بأن طبيعة الدراسة في الكليات العلمية تختلف عن طبيعة الدراسة في الكليات النظرية من حيث ما توفره الكليات العلمية من إمكانات مادية، ومستلزمات تقنية، وظروف اجتماعية، ولقاءات مباشرة مع أعضاء هيئة التدريس؛ مما يمكن الطلبة من التفاعل المباشر مع أساتذتهم لمساعدتهم في حل المشكلات التعليمية التي تواجههم، ويشعرهم بسعادة أكبر بالمقارنة مع زملائهم في الكليات الإنسانية.

وفيما يتعلق بمفهوم الذات، فقد تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين

متوسط درجات الطلاب من التخصصات العلمية ومتوسط درجات الطلاب من الدراسات الإنسانية لصالح طلاب التخصصات العلمية. وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (بركات، 2008) التي أوضحت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات تبعاً لمتغير التخصص.

ويمكن تفسير ذلك بأن الطلبة في الكليات العلمية نتيجة ما يمتلكونه من مفهوم ذات مرتفع نسبياً، يؤدي إلى مزيد من الدافعية في التحصيل والرغبة في التميز أكثر مما هو لدى الطلبة في الكليات النظرية. كما أن طلبة الكليات العلمية يتوقعون مستقبلاً أفضل مقارنة مع طلبة الكليات النظرية؛ حيث يعاني طلبة الكليات النظرية قلقاً من المستقبل الذي من شأنه تخفيض مستوى مفهوم الذات لديهم. فمن يشعر بالسعادة تكون نظرته إيجابية إلى الحياة، ويكون مفهومه عن ذاته أفضل. لذلك يمكن القول إن الفرض الرابع قد تحقق.

وفيما يخص الفرض الخامس الذي ينص على ما يأتي: "**توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات طلبة السنتين الأولى والرابعة على كل من الشعور بالسعادة ومفهوم الذات**"، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الطلبة من السنتين الأولى والرابعة على مقياس الشعور بالسعادة النفسية وعلى مقياس مفهوم الذات، كما حُسبت قيمة (ت) (Independent t-test) لاختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وكانت النتائج على نحو ما هو موضح في جدول (8).

جدول (8)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لدرجات الطلبة على مقياسي الشعور بالسعادة ومفهوم الذات وفقاً للسنة الدراسية (الأولى – الرابعة)

الشعور بالسعادة						مفهوم الذات					
العينة	ن	م	ع	ت	مستوى الدلالة	العينة	ن	م	ع	ت	مستوى الدلالة
السنة الأولى	250	118,3	12,6	1,4	ليست ذات دلالة	السنة الأولى	250	116,7	10,6	0,76	ليست ذات دلالة
السنة الرابعة	200	116,6	13,2			السنة الثانية	200	115,9	11,7		

يتضح من استعراض النتائج المبينة في جدول (8) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,05) بين متوسط درجات الطلبة من السنة الدراسية الأولى ومتوسط درجات الطلبة من السنة الدراسية الرابعة على مقياس الشعور بالسعادة. وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (موضي القاسم، 2011) في عدم وجود فروق في السعادة النفسية وفقاً لمتغير المستوى الدراسي، ومع دراسة (ناديا جان، 2008) التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الشعور بالسعادة تبعاً لمتغير العمر والمستوى التعليمي. وتتعارض نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (Jung, et al., 2007) في كوريا التي أظهرت أن الأفراد الأصغر سناً والأكثر دخلاً وتعليماً، كانت درجاتهم أعلى في الرضا عن الحياة وفي التفكير الإيجابي. كما تتعارض مع نتائج دراسة (حسن عبداللطيف، 1997) التي أظهرت أن طلاب السنة الرابعة يليهم طلاب السنة الثالثة كانوا أكثر ارتفاعاً في مستوى الرضا عن الحياة مقارنة بطلاب السنتين الأولى والثانية.

ويمكن تفسير ذلك بأن مستوى الشعور بالسعادة لدى طلاب السنة الأولى وطلاب السنة الرابعة متقارب إلى حد كبير، مما يعني أن سعادة الطلبة في المستويات الدراسية الدنيا والمستويات الدراسية العليا لا يتأثر بالمدة الزمنية التي يقضيها الطالب في الجامعة؛ حيث يرى (Diener, 2000) أن الحد الأدنى للسعادة الموجودة لدى الناس تتأثر بطباعهم، واستعداداتهم الشخصية التي تعد من العوامل التي تحدد درجة السعادة على المدى البعيد. كما تؤكد دراسة (Lukken & Tellega)، أن 50% من مقومات السعادة موروث؛ إذ إن بعض الجينات تتحكم في وجودها (نجوى اليحفوفي، 2006). وهذا يعني أن السعادة تعتمد في جزء كبير منها على سمات الشخصية لدى كل طالب وليس على المدة الزمنية التي يقضيها الطالب في الجامعة.

وفيما يتعلق بمفهوم الذات، فقد تبين أيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلبة من السنة الدراسية الأولى ومتوسط درجات الطلبة من السنة الدراسية الرابعة على مقياس مفهوم الذات. وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (علي الشكعة، 1999) التي أوضحت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات تبعاً لمتغير السنة الدراسية لصالح طلاب السنة الرابعة. لذلك يمكن القول إن الفرص الخامس لم يتحقق.

ويمكن تفسير ذلك بأن طلبة الجامعة من السنة الأولى والسنة الرابعة لديهم مفهوم الذات متوسط (انظر جدول 4)، والمشكلات التي يتعرضون لها خلال دراستهم الجامعية قد تكون متشابهة ولا تسهم في إيجاد فروق دالة في مفهوم الذات. كما أن الضغوط الدراسية وضغوط الحياة، وقلق المستقبل، التي يواجهها الطلاب حتى وصلوا إلى السنة الرابعة – لا تؤثر كثيراً في إيجاد فروق جوهرية بين طلبة السنتين الأولى والرابعة. بناء على ذلك يمكن قبول الفرض الصفري الخامس الذي يؤكد عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات كل من الشعور بالسعادة النفسية ومفهوم الذات لدى عينة الدراسة، تعزى إلى السنة الدراسية (الأولى – الرابعة).

استنتاجات ختامية:

من خلال استقراء نتائج هذه الدراسة يتبين أن المقاييس المستخدمة كانت قادرة على رصد الواقع الخاص بعينة الدراسة، فضلاً عن أن الفروق التي ظهرت بين المجموعات كانت منطقية ومتوقعة إلى حد بعيد في ضوء خصائص المجتمع السوري. فقد أظهرت نتائج الدراسة مستوى متوسطاً من السعادة ومفهوم الذات عند طلبة جامعة دمشق (عينة الدراسة)، وهذا شيء طبيعي في ظل الظروف التي يعيشها طلبة الجامعة نتيجة ضغط الامتحانات، والابتعاد عن الأسرة، وضرورة التوافق مع الزملاء. كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة قوية بين مفهوم الذات والسعادة لدى طلبة الجامعة؛ مما يشير إلى تأثير كل من المتغيرين على الآخر. وأظهرت النتائج أيضاً أن كلاً من السعادة ومفهوم الذات لدى الطلاب أفضل مقارنة مع الطالبات، وهذا يعود إلى طبيعة أساليب التربية التي يخضع لها كل من الجنسين. فضلاً عن ذلك تبين وجود فروق جوهرية بين طلبة التخصصات العلمية وطلبة العلوم الإنسانية في الشعور بالسعادة ومفهوم الذات لصالح عينة التخصصات العلمية. بالإضافة إلى ذلك لم تظهر فروق جوهرية بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الرابعة سواء في السعادة أو في مفهوم الذات، وهذا يعني أن السعادة تعتمد – في جزء كبير منها – على سمات الشخصية لكل طالب وليس على المدة الزمنية التي يقضيها الطالب في الجامعة.

توصيات الدراسة ومقترحاتها:

أ – توصيات الدراسة:

في ضوء ما تم التوصل إليه من نتائج، وكذلك من خلال نتائج البحوث والدراسات السابقة يوصي الباحث بما يلي:

1 – ضرورة تقديم برامج إرشادية للطلبة من قبل الجامعة، حول كيفية تنمية مكونات السعادة ومواجهة الأحداث الضاغطة خلال دراستهم في الجامعة، لتحقيق مستوى أفضل من الصحة النفسية، وضمان أفضل عائد تربوي ممكن.

2 – العمل على غرس روح التعاون والمحبة والعلاقات الاجتماعية الإيجابية البناءة بين طلبة الجامعة؛ لما لذلك من تأثير إيجابي مباشر في تكوين السعادة النفسية.

3 – تقديم برامج تدريبية من أجل تحسين مفهوم الذات لدى طلبة الجامعة، مما يسهم في تحسين مستوى السعادة النفسية.

ب – مقترحات الدراسة:

يقترح الباحث إجراء المزيد من الدراسات والبحوث عن السعادة النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات على عينات أخرى في الجمهورية العربية السورية أو في بلدان عربية أخرى لإجراء المقارنات اللازمة.

المراجع:

أحلام حسن محمود. (2007). مستويات ومصادر إشباع السعادة كما يدركها المسنون في ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية وبعض المتغيرات الأخرى، **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، 17(56): 115–193.

أحمد عبدالرحمن عثمان. (2001). المساندة الاجتماعية من الأزواج وعلاقتها بالسعادة والتوافق مع الحياة الجامعية لدى طالبات الجامعة المتزوجات، **مجلة كلية التربية**، جامعة الزقازيق، (37): 143–195.

أحمد عبدالخالق، وصلاح مراد. (2001). السعادة والشخصية: الارتباطات والمنبئات، **دراسات نفسية**، 11(3): 337–349.

أحمد عبدالخالق؛ تغريد الشطي؛ سماح الذيب؛ سوسن عباس؛ شيماء أحمد؛ نادية الثويني؛ نجاة السعيدي. (2003). معدلات السعادة لدى عينات عمرية مختلفة من المجتمع الكويتي، **دراسات نفسية**، 13(4): 581–612.

أحمد محمد الزعبي. (2011). **التوجيه والإرشاد النفسي والمدرسي**. دمشق: دار الفكر.

السيد محمد أبو هاشم (2010). النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وتقدير الذات، والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، **مجلة كلية التربية**، جامعة الزقازيق، (81): 268–350.

آمال جودة. (2007). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الأقصى. **مجلة البحوث، جامعة النجاح**، 21(3): 697–738.

أماني عبدالمقصود عبدالوهاب. (2006). السعادة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من المراهقين من الجنسين، **مجلة البحوث النفسية والتربوية**، (2): 254–306.

أمسية الجندي. (2009). مصادر الشعور بالسعادة وعلاقتها بالذكاء الوجداني لطلاب كلية التربية، جامعة الإسكندرية، **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، 19(62): 11–70.

بشير معمرية. (2012). تقنين قائمة السعادة الحقيقية على عينات من البيئة الجزائرية، **مجلة شبكة العلوم النفسية العربية**، (32–33): 121–132.

حامد عبدالسلام زهران. (1998). **التوجيه والإرشاد النفسي**. ط3. القاهرة: عالم الكتب.

حسن عبدالفتاح الفنجري. (2006). **السعادة بين علم النفس الإيجابي والصحة النفسية**. القاهرة: مؤسسة الإخلاص للطباعة والنشر.

حمدي أبو جراد، وآمال جودة. (2011). التنبؤ بالسعادة في ضوء الأمل والتفاؤل لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة، **مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات**، (24): 129–162.

رياض العاسمي. (2013). **علم النفس الإكلينيكي الإيجابي**. (تحت الطباعة).

زياد بركات. (2008). علاقة مفهوم الذات بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة. **المجلة الفلسطينية للتربية المفتوحة عن بعد**. 1(2): 219–255.

سحر فاروق عبدالمجيد علام. (2008). معدلات السعادة الحقيقية لدى عينة من طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية. **دراسات نفسية**، 18(3): 431–465.

سهير محمد سالم. (2001). السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية. دراسة ارتقائية ارتباطية مقارنة. رسالة ماجستير غير منشورة. معهد البحوث والدراسات التربوية، جامعة القاهرة.

سوزان صدقة بسيوني. (2006). الشعور بالسعادة وعلاقتها بكل من أحداث الحياة الضاغطة والمساندة الاجتماعية لدى عينات من طالبات الجامعة، **مجلة كلية الآداب**، جامعة الزقازيق، (38).

صفوت فرج؛ سهير كامل. (2008). **مقياس تنسي لمفهوم الذات**. الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب.

علاء سمير القطناني. (2011). الحاجات النفسية ومفهوم الذات وعلاقتهما بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة في ضوء محددات الذات. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر.

علي الشكعة. (1999). الاتجاهات العامة لمفهوم الذات لدى طلبة مرحلتي التعليم الثانوي

والجامعي في الضفة الغربية، **مجلة التقويم والقياس النفسي والتربوي**، 14، جامعة الأزهر، غزة.

فريح عويد العنزي. (2011). الشعور بالسعادة وعلاقته ببعض سمات الشخصية: دراسة ارتباطية مقارنة بين الذكور والإناث، **دراسات نفسية**، 11(3): 351–377.

مايكل أرجيل. (1993). سيكولوجية السعادة. ترجمة فيصل يوسف. **عالم المعرفة**، 175، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت.

مجدي محمد الدسوقي. (1998). دراسة لأبعاد الرضا عن الحياة وعلاقتها بعدد من المتغيرات النفسية لدى عينة من الراشدين صغار السن، **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، 8(20): 157–200.

محمد غانم. (2003). مفهوم الذات وعلاقته بالانبساطية والعصابية لدى طلبة الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة عين شمس.

موضي محمد حمد القاسم. (2011). الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من السعادة والأمل لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة أم القرى.

ناديا سراج جان. (2008). الشعور بالسعادة وعلاقته بالتدين والدعم الاجتماعي والتوافق الزواجي والمستوى الاقتصادي والحالة الصحية، **دراسات نفسية**، 18(4): 601–648.

نجوى اليحفوفي. (2006). السعادة والاكتئاب وعلاقتهما ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب الجامعة اللبنانية، **دراسات عربية في علم النفس**، 5(4): 945–972.

وفاء عقل. (2009). الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى المعاقين بصرياً. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.

Argyle, M. & Crossland, J. (1989). Happiness and function of personality and social encounters. In J. P. Forgas & J. M. Liness (Eds.), *Recent ardencies in social psychology. An international perspective*. North Holland, Elsevier.

Argyle, M.; Lu, L. (1995). *Testing for stress and happiness: The role of social and cognitive factors*. In C.D. Spielberger & I. G. Sarson (Eds.) Stress and emotion (Vol. 15, 173-187). Washington, DC: Toylor & Francis.

Burris, J., Brechting, E., Salsman, J. and Carlson, C. (2009). Factors associated with the psychological well-being and distress of university, *Journal of American College Health*, 57(5), 536-543.

Cheng, H & Furnham, A. (2003). Attributional style and self-esteem as predictors of psychological well-being, *Counseling Psychology Quarterly*, 16(2), 121-130.

Diener, E. (2000). Subjective well-being: The Science of happiness and proposal of a national index, *American Psychologist*, 55(1), 23-43.

Diener, E. (1984). Subjective well-being, *Psychological Bulletin*, 95(3): 542-575.

Furr, R. (2005). Differentiating happiness and self-esteem, *Individual Differences Research*, 3(2), 105-127.

Gable M., Scott, H., James, E.L. (2000). *Life events, self-concept, and adolescents' positive subjective well-being*. John Wiley & Sons, Inc.

Gonzalez, M, Casas, F & Coneders, G. (2007). A Complexity approach to psychological well-being in adolescene: Major strngths and methodological issues, *Social Indicators Research*, 80: 267-295.

Hills, P., Argyly, M. (1998). Positivce moods derived from leisure and their relation to happiness and personality, *Personality and Individual Differences*, 25, 523-535.

Jung, J., Oh, Y., Oh, K., Suh, D., Shin, Y., Kim, H. (2007). Positive thinking and life satisfaction amongs Koreans. *Yenisei Medical Journal*, 48(3), 371-378.

Noreen, M., Adela, Y, Thomas, Y. (2005). Happiness as related to gender and health in early adolescents, *Clinical Nursing Research*, 14(2), 175-190.

Quoidbach, J., Dun, W. E., Petrides, K. V. (2010). Money gift, money take away: The dual effect of wealth on happiness. *Psychological Science*, XX(X), 1-5.

Roothman, B, Kirsten, D. & Wissing, M. (2003). Gender differences in aspects of psychological well-being, *South African Journal of Psychology*, 33(4), 212-218.

Seligman, M. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. In C. R. Snyder and S. J. Lopez (Eds.). *Handbook of positive psychology*. (pp.3-9). New York: Oxford University Press.

Valenburg, P., Peter, J., and Schouten, A. (2006). Friend networking sites and their relationship to adolescents well-being and social self-esteem, *Cyber Psychology and Behavior* (5), 584-590.

قدم في: يوليو 2013
أجيز في: يناير 2014

مقياس الشعور بالسعادة

بيانات شخصية:

الكلية ..... التخصص .....

السنة الدراسية: الأولى ☐ الثانية ☐ الثالثة ☐ الرابعة ☐

الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐ العمر: ..... عاماً

أخي الطالب/ أختي الطالبة:

فيما يلي مجموعة من العبارات التي تتعلق بشخصيتك. أرجو قراءتها بدقة والإجابة عنها بما يتفق ونظرتك إلى الحياة والعالم من حولك. فإذا كنت موافقاً كثيراً جداً على مضمون العبارة فضع إشارة (×) في حقل (كثير جداً). وإذا كنت موافقاً كثيراً على مضمون العبارة فضع إشارة (×) في حقل (كثيراً). وإذا كنت موافقاً بشكل متوسط على مضمون العبارة فضع إشارة (×) في حقل (متوسط). وإذا كنت توافق قليلاً على مضمون العبارة فضع إشارة (×) في حقل (قليلاً). أما إذا كنت لا توافق على مضمون العبارة فضع إشارة (×) في حقل (لا). لا توجد عبارات صحيحة وأخرى خاطئة، وإنما عبارات تدور حول شخصيتك. ونحن واثقون من دقة إجاباتك وصدقها.

ملاحظة:

* لا تترك أية عبارة دون إجابة.
* لا تضع أكثر من إشارة (×) أمام العبارة الواحدة.

الباحث

الرقم	العبارات	لا	قليلاً	متوسط	كثيراً	كثيراً جداً
1	لديّ فضول في تعرف ما يحيط بي.					
2	أشعر أن المستقبل مليء بالأمل.					
3	من السهل عليّ الشعور بالحيوية والنشاط.					
4	أشعر بالرضا عن كل شيء في حياتي.					
5	أحب زيارة الأماكن التي أتعلم منها (مكتبات، معارض، متاحف... إلخ).					
6	أشعر بأني متحكم في نواحي حياتي جميعها.					
7	أنا سعيد بالطريقة التي أعيشها.					
8	أتخذ قراراتي بعد تفكير ودراسة.					
9	أستطيع التأثير في أحداث الحياة بشكل إيجابي.					
10	لديّ مهارة في معرفة مشاعر الآخرين.					
11	أشعر بأني قادر على القيام بأي عمل أريده.					
12	أشعر بالراحة والحيوية بعد أن أستيقظ من نومي.					
13	أستخدم طرائق جديدة في التعامل مع الأشياء.					
14	لديّ القدرة على التوافق مهما كان الموقف الذي أكون فيه.					
15	لديّ مهارة في معرفة مشاعر الآخرين.					
16	أنظر إلى الأشياء نظرة متكاملة من جميع جوانبها.					
17	يبدو لي أن العالم كله جميل.					
18	أساعد الآخرين في قضايا تهمهم.					
19	لديّ القدرة على مواجهة المعارضين لي.					
20	تسهم سعادتي في إظهار أفضل ما لديّ من إمكانات.					
21	أنهي دائماً ما أبدأ به من أعمال.					
22	أركز جيداً فيما أعمله.					
23	أنفّذ وعودي التي أقطعها على نفسي.					
24	يصفني أصدقائي بأني شخص واقعي.					
25	أشعر بأن الأحداث الماضية التي مررت بها كانت سعيدة.					

الرقم	العبارات	لا	قليلاً	متوسط	كثيراً	كثيراً جداً
26	أشعر بأنني أحب الناس جميعاً.					
27	أفكر في مصالح الآخرين مثلما أفكر في مصالحي.					
28	يوجد أشخاص يهتمون بمشاعري وإسعادي بقدر ما يهتمون بأنفسهم.					
29	لديّ القدرة على محبة الآخرين وأن أُحَبّ من قبلهم.					
30	أعمل بأفضل كفاءة ممكنة عندما أكون مع الجماعة.					
31	أعامِلُ الناس بالعدل من جميع المستويات.					
32	يمكنني التضحية بمصلحتي من أجل مصلحة الآخرين.					
33	لديّ مهارة في تخطيط الأنشطة الجماعية.					
34	أستطيع التحكم في انفعالاتي.					
35	لديّ القدرة على ضبط نفسي إذا تطلب الأمر ذلك.					
36	أشعر بأني ناجح في اختيار أصدقائي وتكوين علاقات اجتماعية.					
37	أتجنب الحديث عن إنجازاتي التي تجلب لي مديح الناس.					
38	أنجزت حتى الآن كل شيء أردت إنجازه.					
39	من عادتي توجيه الشكر إلى الآخرين حتى على الأعمال الصغيرة.					
40	أتطلع باستمرار إلى الأشياء الجميلة في الحياة.					
41	عندما أنوي فعل شيء أخطط له بعناية.					
42	أشعر أن لحياتي معنى واضحاً.					
43	لديّ هدف واضح في هذه الحياة.					
44	عندما أفكر في الماضي أعتبره قد مضى وأنساه.					
45	أتسامح مع الآخرين وأتجنب الانتقام منهم.					
46	من طبيعتي أن أقول نكات وأشياء تضحك الآخرين.					
47	لديّ شعور بأن لديّ دافعية قوية للعمل.					
48	أستمتع بسماع الموسيقى والفن الجميل.					
49	أستمتع في الأشياء التي أقوم بها.					
50	أشارك الآخرين في مناسباتهم الاجتماعية.					

مقياس مفهوم الذات

معلومات عامة:

الكلية ..... التخصص .....

السنة الدراسية: الأولى ☐ الثانية ☐ الثالثة ☐ الرابعة ☐

الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐ العمر: ..... عاماً

أخي الطالب:

فيما يلي مجموعة من العبارات التي **تتعلق بشخصيتك ومفهومك عن ذاتك**. اقرأ كل عبارة منها بدقة ثم ضع إشارة (×) في الحقل الذي يتفق مع حالتك تماماً. فإذا كنت توافق على مضمون العبارة بشدة فضع إشارة (×) في حقل موافق بشدة، وإذا كنت توافق على مضمون العبارة فضع إشارة (×) في حقل موافق. أما إذا كنت محايداً على مضمون العبارة فضع إشارة (×) في حقل محايد، وإذا كنت لا توافق على مضمون العبارة فضع إشارة (×) في حقل غير موافق، وإذا كنت لا توافق بشدة على مضمون العبارة فضع إشارة (×) في حقل غير موافق بشدة. ونحن واثقون من حسن تعاونك وصدق إجابتك. مع العلم أن إجابتك لن يطلع عليها أحد سوى الباحث ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

ملاحظات:

1 – لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، فالإجابة الصحيحة هي التي تعبر عن وجهة نظرك تماماً.

2 – أجب بصدق وصراحة تامة.

3 – لا تترك أية عبارة دون إجابة.

4 – لا تضع أكثر من إشارة (×) أمام العبارة الواحدة.

شاكرين حسن تعاونكم

الباحث

الرقم	العبارات	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
1	أشعر بالرضا عن نفسي.					
2	أنا محبوب من قبل زملائي.					
3	تنقصني الثقة بالنفس.					
4	أخجل من مظهري الشخصي.					
5	أقبل النقد الموجه لي من الآخرين.					
6	أعتني بجسمي جيداً.					
7	أشعر بالحرج عندما أتحدث مع أساتذتي.					
8	أتوقع الفشل دائماً في عملي المستقبلي.					
9	أشعر بأن زملائي أفضل مني.					
10	أستحق ثقة الناس على إخلاصي في عملي.					
11	أشعر أنني عضو مهم في أسرتي.					
12	أكره نفسي كلما تذكرت عيوبي.					
13	أشعر أنني أستطيع تحقيق أهدافي المنشودة.					
14	أكره التواضع الذي يشعرني بالمذلة.					
15	أشعر دائماً بأن الناس يراقبونني في الطريق.					
16	أنا غير راض عن الناس جميعاً.					
17	أستطيع أن أكوّن صداقات جديدة.					
18	أتضايق بسرعة عندما يلومني أحد.					
19	أشعر بالرضا عن حياتي الاجتماعية.					
20	لا أجد صعوبة في إقناع الآخرين في وجهة نظري.					
21	أشعر بأنني جدير باحترام نفسي.					
22	معظم الناس محبوبون أكثر مني.					
23	غالباً ما أتمنى لو أنني شخص آخر.					

الرقم	العبارات	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
24	أتمسك برأيي في المناقشات ما دام صواباً.					
25	أشعر أنني أستطيع تحقيق أهدافي المنشودة.					
26	أتمتع بشعبية بين الأشخاص من نفس عمري.					
27	أشعر أن أفكاري مقبولة لدى الآخرين.					
28	أجد صعوبة في الحديث مع معظم الناس.					
29	أرتبك عندما يسألني شخص لا أعرفه.					
30	أحب أن أكون جذاباً أكثر عند الجنس الآخر.					
31	أعتمد كثيراً على الآخرين فيما أقوم به من أعمال.					
32	أحب أن أتخذ قراراتي بنفسي وأتمسك بها.					

Happiness and its Correlation with Self-Concept among a Sample of Students at Damascus University

Ahmad M. Al-Zaubi*

This study aimed to test the correlation between happiness and self-concept among a sample of Damascus University students. It sought to find out whether factors such as gender, academic major (Science or Arts), and year (first or fourth year students) yielded any statistically significant differences in this connection. The sample of the study consisted of (450) students of both sexes, with (175) male and (275) female students. The researcher used a happiness scale which he had earlier developed, as well as a happiness scale developed by Barakat (2008). The validity and reliability of both tools were verified. Results revealed the presence of average levels of happiness correlation with self-concept among students. A positive level was found at level (0.01) between happiness and self-concept ($r = 0.539$). The resluts also revealed significantl gender differences in favor of male students. Differences in academic major were also significanlty marked in favor of science students. But no significant differences were observed between the means of happiness and self-concept among first and fourth year students. The researcher interpreted results in the light of the collected data, existing theories, reviewed literature, and previous studies.

Keywords: Happiness, Self-concept

* Dept. of Psychology, Faculty of Education, Damascus University, Syria.