



الشعور بالسعادة وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلبة كلية التربية بالبيضاء

جامعة عمر المختار

د. حليلة سعد فرج الدقوشي

محاضر قسم التربية الخاصة، التخصص الدقيق : علم نفس الفئات الخاصة

كلية التربية البيضاء جامعة عمر المختار، halima.aldagoush@omu.edu.ly

الملخص

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الشعور بالسعادة وتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية بجامعة عمر المختار بالبيضاء وقد تكونت عينة الدراسة من (135) طالب وطالبة من كلية التربية بجامعة عمر المختار بالبيضاء منهم (60) من الذكور، (75) من الإناث، (74) طلبة سنة أولى، (61) طلبة سنة رابعة وقد استخدمت في هذه الدراسة قائمة أكسفورد للسعادة من تأليف أرجايل وليو Argyle & Lu 1995 وترجمة أحمد عبد الخالق وآخرون (2003) ومقياس تقدير الذات من إعداد كوبر سميث Cooper Smith وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

1. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الشعور بالسعادة وتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية.
2. ارتفاع في مستوى الشعور بالسعادة وتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الشعور بالسعادة.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة في الشعور بالسعادة.
5. لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في تقدير الذات.
6. لا توجد فروق دالة إحصائية بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة في تقدير الذات.



وقد نوقشت هذه النتائج في ضوء مدى تحقق فروض الدراسة وأهدافها والتراث البحثي والنظري المتاح وكذلك ما تثيره هذه النتائج من توصيات ودراسات جديدة بالبحث والدراسة في المستقبل.

الكلمات المفتاحية : الشعور بالسعادة - تقدير الذات - العلاقة - الطلاب - جامعة عمر المختار.

Abstract

The study aims to identify the relationship between the feeling of happiness and self-esteem among the students of the Faculty of Education at the University of Omar Al-Mukhtar in Al-Bieda. The study sample consisted of (135) students from the Faculty of Education at the University of Omar Al-Mukhta, 60 males, 75 females; 74 first Year Students and 61 fourth Year Students. The Oxford Happiness List by Argyle & Lu 1995, translated by Ahmed Abdel Khalek et al. (2003), and the self-assessment by Cooper Smith were used in this study. The study found the following results: First, there is a statistically significant correlation between happiness and self-esteem among students of the Faculty of Education. Second, there was a high level of happiness and self-esteem among the students of the Faculty of Education. Third, there were no statistically significant differences between males and females in feeling happy. Fourth, there were no statistically significant differences between the first and fourth year students in feeling happy. Fifth, there were no statistically significant differences between males and females in self-esteem. Sixth, there were no statistically significant differences between the first and fourth year students in self-assessment.

These results were discussed in light of the extent to which the study hypotheses and their objectives and the available research and theoretical heritage, as well as the results of these recommendations and studies worthy of research and study in the future.

Keywords: Feeling Happy - Self Esteem - Relationship - Students - Omar Al Mukhtar University



المقدمة

يعتبر موضوع السعادة من موضوعات علم النفس الإيجابي، والتي لم تحظ بالبحث والدراسة كغيرها من المتغيرات الأخرى فقد أهتم المتخصصون بالجوانب المرضية غير السوية كالأعراض النفسية والانحرافات على حساب الجوانب الإيجابية في الشخصية كالتفاؤل والأمل والسعادة والرضا عن الحياة وتقدير الذات وكذا علاقة الإنسان بالآخرين وبالبيئة التي يعيش فيها كالتكيف وحل الصراعات والمساندة الاجتماعية، والبحث عن السعادة في هذا العصر له أهميته لمساعدة الفرد على مواجهة تحديات العصر وما يسببه من ضغوط على الإنسان في كافة مراحل حياته وبالتالي تحقيق التوافق والصحة النفسية، والشعور بالسعادة وكذلك التعبير عنها يختلف من فرد لآخر، ومن ثقافة لأخرى ومن مرحلة عمرية لأخرى كما تتباين مصادر الشعور بالسعادة من فرد لآخر فقد يكون النجاح الدراسي مصدراً للسعادة لفرد ما بينما يكون نجاح الحياة الاجتماعية مصدراً للسعادة لآخر وهكذا.

فقد بدأ اهتمام علم النفس بالسعادة كمفهوم قائم بذاته مع بداية السبعينيات عندما تم إدراجه ضمن مصطلحات علم النفس العام، وفي هذا الإطار تم دراسة السعادة في ضوء ارتباطها بالإشباع البيولوجي والاجتماعي والنفسي، وهذا يبدو واضحاً فيما أكده (ماسلو) أن إشباع الحاجات الأساسية يعد مصدراً مباشراً للشعور بالسعادة والصحة النفسية، كما وضع ماسلو أربعة عشر مكوناً إيجابياً تحدد مكونات الأمان النفسي وأدرج السعادة في المكون الرابع واعتبرها لذة وقتية فقط وليست شعوراً دائماً يلزم الفرد طوال حياته (Argyle & Lu , 1995).

والبحث عن السعادة هدف يلزم كل إنسان ولذا فإن تحقيقه لأهدافه يترتب عليه سعادته فسعادة الفرد تتحقق من خلال نجاحه في حل مشكلاته وفي حياته الدراسية والمهنية والزوجية وفي علاقته بالخالق وبأصدقائه وبأفراد أسرته وغيرها من مصادر السعادة وهذا يتطلب تمتع الفرد بتقدير لذاته حتى يتمكن من الاستفادة من كافة إمكانياته وقدراته العقلية لتحقيق نجاحا في شتى مجالات حياته يترتب عليها سعادته.

وتعد السعادة هي الغاية القصوى التي يطمح إليها الإنسان منذ القدم ومفهوم السعادة من المفاهيم التي اهتم بها الفلاسفة فالببحث عن السعادة عند اليونان هو المطلب الأسمى للإنسان وخيره الأعلى وغايته القصوى حيث ينظر أرسطو إلى السعادة على أنها لا تعدو أن تكون حالاً من أحوال النفس البشرية وسعادة الإنسان تكون بمزاوولته ما يمتاز به عن سائر الموجودات أي بمزاولة الحياة الناطقة على أكمل الوجوه ولكن لا تتحقق السعادة إلا عن طريق الرضا



فهو سر الحصول عليها فإذا رضي المرء على كل ما يصيبه من كدر الحياة وضيق عيشها كان في سعادة مستمرة لا تنقطع عنه إلا إذا فقد الرضا (سليمان، 2010).

والسعادة إلى حد ما حالة مزاجية تنشأ عن منطقة بالمخ وهذه المنطقة هي التي تولد المزاج والعواطف والتي هي مقر الشعور والقدرات الإدراكية والتي لها دور رئيسي في تنظيم العواطف وتنقسم القشرة المخية إلى قسمين نصف أيمن ونصف أيسر ولكل منهما وظائفه المختلفة فالنصف الأيسر في الدماغ هو الذي يبحث على القيام بكل المهام التي تؤدي إلى زيادة القدرة على المهام كالسلوك الاجتماعي والعواطف أما النصف الأيمن في الدماغ فيتحكم في الاستجابة للعواطف الخارجية لتحقيق أهداف النصف الأيسر فإذا كان النصف الأيسر هو الأنشط كان مزاج الفرد أكثر إيجابية فهو يستيقظ في الصباح متفتحاً على العالم ويتصدى لحل المشاكل أما إذا كان النصف الأيمن هو الأنشط فنجد أنه ينسحب عادة إلى داخله خجولاً قلقاً مكتئباً (ستيفن، 2001).

ومن ناحية أخرى أشار (ماسلو) إلى أن إشباع الحاجات الأساسية البيولوجية والاجتماعية والنفسية ومواجهه التحديات بأقصى حدود القدرة يعد مصدراً مباشراً للشعور بالسعادة والبهجة وهي ما أسماها بقيمة الخبرة والتي تعبر عن أسعد لحظات العمر (سالم، 2008).

ويرى أصحاب النظرية العاملية أن السعادة سمة ثابتة تعتمد أساساً على سمات الشخصية وبخاصة العوامل الخمسة الكبرى وهي (الانبساطية والعصابية والمجاعة و يقظة الضمير والانفتاح على الخبرة) وتؤكد أن لدى كل فرد إمكانية فطرية للسعادة ويرى أصحاب هذه النظرية أن السعادة تتحدد أساساً عن طريق عوامل الشخصية (Diener & Diener, 1996).

ولقد أكد العديد من الباحثين على أهمية دراسة تقدير الذات لكونه متغيراً إيجابياً في الشخصية من ناحية إلى جانب ارتباطه بتدعيم جوانب أخرى إيجابية في الشخصية من ناحية أخرى وهذا ما أكد عليه المنظرون في مجال علم النفس حيث أشاروا إلى أن تقدير الذات يعد مكوناً هاماً في الشخصية الإنسانية، كما أكدوا على العلاقة بين تقدير الذات وكل من الصحة النفسية والسعادة والتفاؤل والانبساط والرضا عن الحياة وغيرها من الجوانب الإيجابية التي



أكدت نتائج العديد من الدراسات على ارتباطها الإيجابي بتقدير الذات & Sonja , (2006) chirs , (Dimatteo).

وقد أعتبر روزنبرج Rosenberg أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه ويوضح ثلاث تصنيفات للذات وهي الذات المدركة وهي كما يرى الفرد ذاته وينفعل بها ، الذات المرغوبة وهي الذات التي يجب أن يكون عليها الفرد ، الذات المقدمة وهي صورة الذات التي يحاول الفرد أن يوضحها أو يعرفها للآخرين ويركز "روزنبرج" على دور العوامل الاجتماعية فلا أحد يستطيع أن يضع تقدير لذاته والإحساس بقيمتها إلا من خلال الآخرين (Rosenberg ، 1979).

ويذكر سليمان (1999) أن زيلر يؤكد على أن تقدير الذات مفهوم يربط بين تكامل الشخصية من ناحية وقدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها من ناحية أخرى ولذلك فإنه يفترض أن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من تقدير الذات وهذا يساعدها في أن تؤدي وظائفها بدرجة عالية من الكفاءة في الوسط الاجتماعي الذي توجد فيه.

وبالرغم من أن عدد الدراسات التي اهتمت ببحث العلاقة بين تقدير الذات والسعادة قليلة إلا أن بعضها أشارت إلى وجود ارتباط موجب بين تقدير الذات والشعور بالسعادة وأن الأفراد الذين لديهم تقدير ذات مرتفع يتمتعون بصحة نفسية جيدة تجعلهم قادرين على التعامل بفاعلية مع الآخرين ويستطيعون التحكم في مشاعرهم وانفعالاتهم أثناء تعاملهم مع المحيطين بهم فهم يعرفون ما يريدون أن يفعلوه في حياتهم وما يرغبون في تحقيقه (Furry, 2005).

أما عن الفروق بين الجنسين في معدلات السعادة فقد أظهرت نتائج بعض الدراسات وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث لصالح الذكور كدراسة (العنزي، 2001) دراسة (عبدالحال وآخرون، 2003) في حين دراسة (الجمال، 2011) أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في معدلات السعادة لصالح الإناث وبعض الدراسات أظهرت نتائجها عدم وجود فروق دالة في مستويات السعادة بين الذكور والإناث مثل دراسة (اليحفوفي، 2006) دراسة (جوده، 2007) دراسة (البهاص، 2009)، دراسة (أبو هاشم، 2010).



أما عن الفروق بين الجنسين في تقدير الذات فقد أظهرت نتائج بعض الدراسات عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث كدراسة (عريبات والزعول، 2008) دراسة (أوشن، 2015) في حين دراسة (بن دهنون ومأحي، 2014) أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في تقدير الذات لصالح الذكور.

أما عن الفروق بين الطلاب في الشعور بالسعادة حسب المرحلة الدراسية فقد أظهرت دراسة (عبدالعظيم، 2009) دراسة (محمد، 2011) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين مستويات المرحلة الدراسية.

أما عن الفروق بين الطلاب في تقدير الذات حسب المرحلة الدراسية فقد أظهرت نتائج بعض الدراسات إلى وجود فروق دالة إحصائياً تعزى إلى المستوى الدراسي كدراسة (عريبات والزعول، 2008)، دراسة بن دهنون ومأحي، 2014).

مشكلة الدراسة :

يعد طلبة الجامعات عماد الأمة بشكل عام وزهرة المجتمع بشكل خاص فقد اهتمت الكثير من الدراسات بالطلبة الجامعيين ووجهت الاهتمام بالدرجة الأولى على المتغيرات التي تؤثر على مستوى التحصيل الأكاديمي لديهم وبدأت تسود الآن البحوث التي تربط بين قدرات الفرد العقلية وصحته النفسية وشعوره بالسعادة والرضا عن الحياة وتقديره لذاته لما لها الأثر الأكبر على حياة الطالب الجامعي.

أن دراسة العلاقة بين الشعور بالسعادة وتقدير الذات لدى الشباب الجامعي يمثل أهمية لما لهذه المرحلة من طبيعة خاصة تجعلها مرحلة قرارات تتعلق بأسلوب الحياة الأكاديمية والاجتماعية وأن الفشل في تحقيق ذلك قد يؤدي إلى شعور الطالب الجامعي باليأس بل إن كثير من المشكلات النفسية والاجتماعية تشهدها هذه المرحلة وحتى يمثل الشاب الجامعي مصدر دعم لمجتمعه لابد من دراسة أهم المشكلات التي تعترض سبل نموه حتى يصبح مصدراً رئيسياً لمساندة المجتمع على النهوض والتقدم.

ويعتد متغير الجنس والمرحلة الدراسية من المتغيرات الديموغرافية التي تم تناولها في العديد من الدراسات السابقة ومن استقراء نتائج هذه الدراسات والتي أشارت بعضها إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث لصالح الذكور



والبعض الآخر لصالح الإناث في حين دراسات أخرى أشارت إلى عدم وجود فروق دالة بين الجنسين في الشعور بالسعادة وتقدير الذات وكذلك متغير المرحلة الدراسية فبعض الدراسات أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين مستويات المرحلة الدراسية في حين البعض الآخر فقد أظهرت نتائجها إلى وجود فروق دالة إحصائياً تعزى إلى المستوى الدراسي في الشعور بالسعادة وتقدير الذات ونظراً لتضارب نتائج الدراسات السابقة حول ما إذا كان هناك فروق في الشعور بالسعادة وتقدير الذات تعزى إلى النوع أو المرحلة الدراسية فإنه تظهر الحاجة الماسة لأجراء هذه الدراسة وبناء على ما سبق يمكن تحديد مشكلة الدراسة في التعرف على العلاقة بين الشعور بالسعادة وتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية وأيضاً دراسة تأثير متغير النوع والمرحلة الدراسية على شعور الطلبة بالسعادة وتقدير ذواتهم.

الأهمية النظرية والتطبيقية للدراسة:

أولاً الأهمية النظرية:

1. تتمثل أهمية الدراسة الحالية في تناولها أحد موضوعات علم النفس الإيجابي وهو موضوع السعادة باعتبارها أحد متغيرات السلوك الإيجابي والمشاعر الإيجابية والذي يعتبر البحث فيه من الموضوعات الحديثة فضلاً عن أنه يربط السعادة بأحد مؤشرات الصحة النفسية وهو تقدير الذات لكونه متغيراً إيجابياً في الشخصية من ناحية إلى جانب ارتباطه بتدعيم جوانب أخرى إيجابية في الشخصية من ناحية أخرى والذي يلعب دوراً في تحقيق توافق الفرد وصحته النفسية ونجاحه في الحياة.

2. إثراء الجانب النظري بمعدلات السعادة لمراحل عمرية مختلفة بين مراهقين وشباب.

ثانياً الأهمية التطبيقية:

1. الحصول على المتخصصين في مجال علم النفس والمؤسسات التعليمية بكافة مراحلها عن مكونات السعادة الحقيقية والاستفادة من النتائج في تقديم توصيات إرشادية ومقترحات لدراسات أخرى في نفس المجال.

2. قد تفيد الدراسة الحالية الجامعة في الوقوف على حل بعض المشكلات النفسية لدى الطلبة الجامعيين وتوفير البيئة المناسبة لهم وإعداد برامج علاجية وإرشادية لبعض المشكلات التي تظهر لديهم.



مصطلحات الدراسة:

1. الشعور بالسعادة: هو شعور داخلي إيجابي يعبر عنه الفرد بطريقة لفظية أو غير لفظية ويصاحبه تغيرات فسيولوجية داخلية وخارجية متمثلة في اعتدال المزاج والتعبير عن الرضا بالحياة والإشباع وطمأنينة النفس وتحقيق الذات أو على أساس شعوره بالبهجة والاستمتاع وتكوين صورة إيجابية عن نفسه فالسعادة تقتزن بالصحة النفسية (سالم ، : 2008 38).

وتعرف السعادة إجرائياً بأنها الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال إجابته على المقياس المستخدم في الدراسة (قائمة أكسفورد للسعادة ترجمة عبد الخالق وآخرون 2003).

2. تقدير الذات: هو اتجاهات الفرد الشاملة سالبة كانت أو موجبة نحو نفسه وتقييمه لها فالتقدير الإيجابي المرتفع للذات يعبر عن مدى قبول الفرد لذاته وإعجابه بها وإدراكه لنفسه على أنه شخص ذو قيمة وجدير بالاحترام والتقدير السلبي للذات يعبر عن مشاعر عدم قبوله لنفسه وتقليله من شأنها وشعوره بالنقص خاصة عند مقارنه نفسه بالآخرين وشعوره بأنه ليس له قيمة أو أهمية (سلامة ، 1999: ص 9).

ويعرف تقدير الذات إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال إجابته على المقياس المستخدم في الدراسة من إعداد (كوبر سميث).

حدود الدراسة :

تقتصر الدراسة على عينة من طلاب كلية التربية بالبيضاء جامعة عمر المختار بالمرحلة الدراسية الأولى والرابعة للعام الجامعي 2015 - 2016 .

الدراسات السابقة :

دراسة (العنزي، 2001) هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الشعور بالسعادة ومتغيرات الدراسة الرضا عن الحياة والثقة بالنفس والتفاؤل والتوازن الوجداني لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة وتكونت عينة الدراسة



من (410) طالب وطالبة من كلية التربية منهم (192) طالب، (218) طالبة وقد استخدم مقياس الرضا عن الحياة ومقياس التوازن الوجداني ومقياس الثقة بالنفس ومقياس التفاؤل وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في الثقة بالنفس لصالح الذكور ولم توجد فروق بين الجنسين فيما يتعلق بالرضا عن الحياة والتفاؤل والوجدان الإيجابي والسلبي كما أسفرت النتائج إلى ارتباط إيجابي بين الرضا عن الحياة والثقة بالنفس والتفاؤل والوجدان الإيجابي من جهة وعلاقة ارتباطية سالبة مع الوجدان السلبي، أن التفاؤل والوجدان الإيجابي والسلبي متغيرات منبئة بالرضا عن الحياة والسعادة.

كما هدفت دراسة (عبدالحالوق وآخرون، 2003) إلى دراسة معدلات السعادة لدى عينات عمرية مختلفة من المجتمع الكويتي وتكونت العينة من (1420) من طلاب المدارس الثانوية والجامعات وقد طبقت الصيغة المعدلة من قائمة أكسفورد للسعادة وأسفرت النتائج عن حصول الذكور على متوسط أعلى في مقياس السعادة مقارنة بعينة الإناث كما أكدت النتائج وجود تفاعل جوهري بين السعادة وكل من العمر والجنس.

في حين أن دراسة (اليحفوفي، 2006) هدفت إلى التعرف على العلاقة بين السعادة والاكتئاب وبعض المتغيرات الديموغرافية (الجنس، والانتماء الديني، ونوع الجامعة) وتكونت عينة الدراسة من (610) طالب وطالبة من الجامعتين اللبنانية والأمريكية واختيرت هاتان الجامعتين لأنهما تضمّان طلاب من مختلف المذاهب الدينية والمناطق الجغرافية والطبقات الاجتماعية وقد استخدم في الدراسة قائمة أكسفورد للسعادة والتي قام بترجمتها وتعريبها أحمد عبدالحالوق وأسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق دالة بين المسلمين والمسيحيين على مقياس السعادة، عدم وجود فروق بين الذكور والإناث على مقياس السعادة، وفيما يتعلق بمتغير الجامعة فقد برهنت النتائج أن طلاب الجامعة الأمريكية هم أكثر سعادة من طلاب الجامعة اللبنانية وذلك يظهر أن مستوى السعادة والاكتئاب وتأثر بعامل الطبقة الاقتصادية والاجتماعية، وارتفاع نسبة الاكتئاب لدى المسلمين مقارنة بالمسيحيين.

كما هدفت دراسة (جوده، 2007) إلى الكشف عن الذكاء الانفعالي وعلاقته بالسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الأقصى والتعرف على الفروق في الذكاء الانفعالي والسعادة والثقة بالنفس لدى أفراد العينة والتي يمكن أن تعزى إلى متغير الجنس وتكونت عينة الدراسة من (231) طالب وطالبة منهم (85) طالب، (146) طالبة من طلاب جامعة الأقصى وقد استخدم في الدراسة قائمة أكسفورد للسعادة والتي قام بترجمتها وتعريبها أحمد عبدالحالوق وأسفرت



نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباط موجبة ودالة بين الذكاء الانفعالي والسعادة والثقة بالنفس، عدم وجود فروق دالة بين أفراد العينة تعزى إلى متغير الجنس.

أما دراسة (البهاص، 2009) هدفت إلى تقصي العلاقة بين أبعاد مقياس العفو من ناحية وأبعاد مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة من جانب آخر ومعرفة الفروق بين الذكور والإناث وبين الطلاب الأكبر سناً والأصغر سناً في متغيري العفو والسعادة ومعرفة مدى اختلاف الشعور بالسعادة باختلاف مستويات العفو ومدى إسهام عوامل الشخصية في تفسير تباين العفو ومدى إسهام أبعاد العفو في تفسير تباين الشعور بالسعادة، وتكونت عينة الدراسة من (304) طالب وطالبة من طلاب الفرقة الأولى والرابعة بكلية التربية بجامعة طنطا وقد استخدم مقياس العفو ومقياس الشعور بالسعادة ، ومقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية دالة بين أبعاد العفو ودرجات أبعاد الشعور بالسعادة لدى أفراد عينة الدراسة، وعدم وجود تأثير دال إحصائي لمتغيري السن والجنس والتفاعل بينهما على متغيرات كل من العفو والشعور بالسعادة ، وجود فروق دالة إحصائية بين درجات الطلاب مرتفعي العفو والطلاب منخفضي العفو على أبعاد الشعور بالسعادة لصالح مرتفعي العفو كما أن أبعاد العفو تسهم في تفسير أبعاد الشعور بالسعادة لدى أفراد عينة الدراسة.

كما هدفت دراسة (عبدالعظيم، 2009) إلى إلقاء الضوء على السعادة من وجهات نظر متباينة والعوامل التي ترتبط بالشعور بالسعادة والعوامل التي تعوق الشعور بها والكشف عن الفروق في مستويات السعادة ومعوقاتها بين طالبات الفرقة الأولى والرابعة من المرحلة الجامعية والتعرف على مدى اختلاف مستويات السعادة ومعوقاتها لدى طالبات المرحلة الجامعية باختلاف المستوى الاجتماعي (الاقتصادي - الثقافي) وباختلاف البيئة (ريف - حضر) وتكونت عينة الدراسة من (287) طالبة من كلية البنات جامعة عين شمس وقد استخدم مقياس للسعادة ومعوقاتها من إعداد الباحثة وقد أسفرت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستويات السعادة بين طالبات الفرقة الأولى وطالبات الفرقة الرابعة من المرحلة الجامعية ووجود فروق دالة إحصائية في مستويات السعادة بين طالبات الفرقة الأولى وطالبات الفرقة الرابعة من المرحلة الجامعية فيما يتعلق بالبعد الثقافي وذلك لصالح الفرقة الرابعة ، وجود فروق دالة إحصائية في مستويات السعادة فيما يتعلق بالبعد الديني وذلك لصالح طالبات الريف.



في حين دراسة (أبو هاشم، 2010) هدفت إلى معرفة طبيعة النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة ومدى وجود فروق بين متوسطات الذكور والإناث في السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية وتكونت عينة الدراسة من (405) طالباً وطالبة من كلية التربية جامعة الزقازيق منهم (109) طالباً، و (296) طالبة، وقد استخدم مقياس السعادة النفسية وقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومقياس تقدير الذات ومقياس المساندة الاجتماعية وقد أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث في السعادة النفسية ومكوناتها الفرعية: الاستقلال الذاتي، التمكن البيئي، التطور الشخصي، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، الحياة المهادفة، تقبل الذات، يمكن التنبؤ من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بالسعادة النفسية ومكوناتها المختلفة مع اختلاف نسب إسهام كل عامل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، يمكن التنبؤ من تقدير الذات بالسعادة النفسية ومكوناتها المختلفة مع اختلاف نسب إسهام كل عامل من عوامل تقدير الذات، يمكن التنبؤ من المساندة الاجتماعية بالسعادة النفسية ومكوناتها المختلفة مع اختلاف نسب إسهام كل عامل من عوامل المساندة الاجتماعية.

أما دراسة (الجمال، 2011) هدفت إلى معرفة السعادة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي والاتجاه نحو الدراسة الجامعية لدى طلاب جامعة تبوك وتكونت عينة الدراسة من (258) طالب وطالبة بكلتي التربية والآداب والعلوم بجامعة تبوك منهم (100) طالباً، (158) طالبة وقد طبق عليهم مقياس السعادة النفسية ومقياس الاتجاه نحو الدراسة الجامعية وقد أظهرت النتائج وجود علاقات ارتباطية متباينة النوع والدلالة بين درجات الطلاب في السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية والتحصيل الدراسي، وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين درجات الطلاب في السعادة بمكوناتها المختلفة والاتجاه نحو الدراسة الجامعية، وجود فروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث في السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية لصالح الإناث، عدم وجود فروق بين متوسطات درجات الطلاب ذوي التخصصات العلمية والطلاب وذوي التخصصات الأدبية في السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية، يمكن التنبؤ بالتحصيل الدراسي من السعادة النفسية ومكوناتها الفرعية والاتجاه نحو الدراسة الجامعية مع اختلاف نسب إسهام هذه العوامل.



كما هدفت دراسة (محمد، 2011) إلى معرفة الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من السعادة والأمل لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى وتكونت عينة الدراسة من (400) طالبة جامعة أم القرى منهن (200) قسم علمي (200) قسم أدبي وقد طبق عليهن مقياس الذكاء الانفعالي وقائمة اكسفورد للسعادة من إعداد أحمد عبد الخالق ومقياس الأمل من إعداد أحمد عبد الخالق وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الذكاء الانفعالي بأبعاده الفرعية وكل من السعادة ومقياس الأمل، توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات الأمل تبعاً لمتغير التخصص العلمي في اتجاه التخصص الأدبي بينما لم تظهر فروق بين متوسطات درجات الذكاء الانفعالي والسعادة وبعدي الأمل، لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطالبات في الدرجة الكلية للذكاء الانفعالي والسعادة والأمل تبعاً لمتغير المستوى الدراسي (الأول - الرابع)، توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات السعادة والأمل ببعدي (مرتفعات - منخفضات) في اتجاه مرتفعات الذكاء الانفعالي.

في حين هدفت دراسة (عريبات والزعول، 2008) إلى معرفة الفروق في مستوى تقدير الذات لدى طلبة جامعة مؤتة تبعاً لمتغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسي وتكونت عينة الدراسة من (662) طالب وطالبة منهم (280) طالب، (382) طالبة وقد استخدم الباحثان مقياس تقدير الذات وجرى رصد المعدلات التراكمية لأفراد العينة في دائرة القبول والتسجيل وقد أظهرت النتائج وجود تباين دال إحصائياً في مستوى تقدير الذات لدى كل من الطلبة العاديين والطلبة المندرين، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات يعزى إلى المستوى الدراسي، لا توجد فروق في مستوى تقدير الذات تعزى إلى متغيري الجنس والتخصص والتفاعل فيما بينهما وجود علاقة ارتباطية بين التحصيل الأكاديمي ومستوى تقدير الذات.

أما دراسة (بن دهنون وماحي، 2014) فقد هدفت إلى معرفة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة كلية العلوم الاجتماعية بجامعة وهران بالجزائر وتكونت عينة الدراسة من (156) طالب وطالبة بالسنة الأولى والسنة الثالثة وقد استخدم مقياس تقدير الذات (لرونبرج) ومقياس الوحدة النفسية (لراسل) وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات لدى الطلبة وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في متغير الشعور بالوحدة النفسية في حين توجد فروق دالة إحصائياً في متغير تقدير الذات بين الجنسين ولصالح الذكور وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين المستوى الأول والمستوى الثالث في متغير الشعور



بالوحدة النفسية في حين توجد فروق دالة إحصائية في متغير تقدير الذات بين السنة الأولى والسنة الثالثة في التعليم الجامعي ولصالح السنة الثالثة.

كما هدفت دراسة (العمرات والرفوع، 2014) إلى التعرف على مستوى الرضا عن الحياة الجامعية وعلاقته بدرجة تقدير الذات لدى طالبات جامعة الطفيلة التقنية في الأردن وتكونت عينة الدراسة من (302) طالبة وقد استخدم مقياس مستوى الرضا عن الحياة الجامعية ومقياس تقدير الذات وقد أظهرت النتائج إلى أن درجة رضا الطالبات عن الحياة الجامعية جاء بتقدير متوسط أما درجة تقديرهن لذواتهن فقد جاء بدرجة عالية كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير أفراد الدراسة لدرجة الرضا عن الحياة الجامعية في مجال الضبط الذاتي تعزى لمتغيرات التخصص والمسكن الجامعي والمعدل التراكمي لصالح الكليات الإنسانية للطالبات القاطنات في سكن الجامعة واللواتي معدلتهن التراكمية جيد فأكثر كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير أفراد عينة الدراسة لذواتهن لمتغير المعدل التراكمي لصالح الطالبات اللواتي معدلتهن التراكمية جيد فأكثر كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية بين الرضا لدى طالبات الجامعة عن الحياة الجامعية وتقدير الذات.

أما دراسة (أوشن، 2015) فقد هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين التوجيه الجامعي وتقدير الذات وقلق المستقبل المهني لدى طلبة السنة الأولى جامعة وكذلك الفروق بين هذه المتغيرات في ضوء متغير الجنس والتخصص الدراسي بجامعة الحاج لخضر باتنة وتكونت عينة الدراسة من (298) طالب وطالبة منهم (160) طالبة (138) طالب بمختلف التخصصات وقد استخدم استمارة واقع التوجيه الجامعي من إعداد الباحثة ومقياس تقدير الذات (لكوبر سميث)، استمارة قلق المستقبل المهني من إعداد الباحثة وقد أظهرت النتائج إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين التوجيه الجامعي وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة، توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التوجيه الجامعي وقلق المستقبل المهني، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص التوجيه الجامعي تعزى لمتغير الجنس، توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص التوجيه الجامعي تعزى لمتغير التخصص الدراسي، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص تقدير الذات تعزى لمتغير الجنس، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص تقدير الذات تعزى لمتغير التخصص، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات قلق المستقبل المهني تعزى لمتغير الجنس، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات قلق المستقبل المهني تعزى لمتغير التخصص الدراسي.



فروض الدراسة :

1. توجد علاقة ارتباطية دالة بين الشعور بالسعادة وتقدير الذات لدى طلاب كلية التربية.
2. يتوقع ارتفاع في مستوى الشعور بالسعادة وتقدير الذات لدى طلاب كلية التربية.
3. توجد فروق دالة إحصائية في الشعور بالسعادة وفقاً لمتغير النوع.
4. توجد فروق دالة إحصائية في الشعور بالسعادة وفقاً للمرحلة الدراسية (السنة الأولى – السنة الرابعة).
5. توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات وفقاً لمتغير النوع.
6. توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات وفقاً للمرحلة الدراسية (السنة الأولى – السنة الرابعة).

إجراءات الدراسة :

منهج الدراسة: استخدم في هذه الدراسة المنهج الارتباطي لدراسة العلاقة بين متغير السعادة وتقدير الذات كما استخدم المنهج المقارن للتعرف على تأثير النوع والمرحلة الدراسية على مفهومي السعادة وتقدير الذات.

مجتمع الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من طلاب كلية التربية بالسنة الأولى والسنة الرابعة بالبيضاء جامعة عمر المختار البالغ عددهم (706) طالب وطالبة.

عينة الدراسة: لقد سحبت عينة الدراسة بالطريقة العشوائية النسبية وتكونت عينة الدراسة من (135) طالب وطالبة بنسبة 19% من مجتمع البحث والجدول التالي يوضح توزيع أفراد العينة حسب النوع والمرحلة الدراسية.

جدول (1) أعداد أفراد العينة موزعين حسب النوع والمرحلة الدراسية ن = 135

المرحلة الدراسية	النوع	العدد	المجموع
المرحلة الأولى	ذكور	28	74
المرحلة الأولى	إناث	46	
المرحلة الرابعة	ذكور	32	61
المرحلة الرابعة	إناث	29	



أدوات الدراسة :

1. قائمة أكسفورد للسعادة من تأليف (أرجايل وليو Argyle & Lu 1995) وترجمة عبدالحالق وآخرون (2003) وتتكون القائمة من (29) عبارة في الصورة العربية ويتم الإجابة على القائمة (غالباً - كثيراً - أحياناً - قليلاً - نادراً) وتتراوح الدرجة على كل بند من (1- 5) درجات وتعد الدرجة (145) هي الدرجة الكلية على المقياس وأقل درجة تساوي (29) درجة ولقد تم صياغة كل بنود القائمة بصورة إيجابية، وتمتع القائمة بخصائص سيكومترية مرتفعة من ناحية الثبات والصدق فقد قام عبدالحالق وآخرون (2003) بالتحقق من صدق وثبات القائمة في البيئة العربية على عينات مختلفة من طلبة الثانوية وطلبة الجامعة فقد كان ارتباط صدق المحك بالقائمة مرتفع ما بين (0.56- 0.70) وقيم ثبات ألفا ما بين (0.91- 0.94).

وفي الدراسة الحالية قامت الباحثة بحساب الصدق للمقياس من خلال الصدق التلازمي حيث قامت بتطبيق مقياس الشعور بالسعادة النفسية من إعداد (أماني عبدالمقصود، 2003) مع أداة الدراسة الحالية قائمة أكسفورد للسعادة على عينة من طلبة كلية التربية (ن = 30) وقد تم حساب الصدق التلازمي عن طريق حساب معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين المقياسين وكانت درجة العلاقة بينهما (0.75) وهذا إلى يشير إلى أن أداة البحث تتمتع بصدق تلازمي كما قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس استخدام معادلة الفاكرونباخ وكانت قيمة الثبات (0.70) عند مستوى دلالة (0.01).

2. مقياس تقدير الذات من إعداد (كوبر سميث) ويتكون المقياس من (25) عبارة منها (8) عبارات موجبة، (17) عبارة سالبة ويتم الإجابة على المقياس (تنطبق (2) (لا تنطبق) (1) في حالة العبارات الإيجابية وتكون الدرجة معكوسة عندما تكون العبارة مصاغة بطريقة سالبة (تنطبق) (1) (لا تنطبق) (2) وتعد الدرجة (50) هي الدرجة الكاملة على المقياس بينما تعتبر الدرجة (25) هي الدرجة السفلى على المقياس ويتمتع المقياس بخصائص سيكومترية مرتفعة من ناحية الثبات والصدق فقد قام (عبدالعزیز، 2012) بالتحقق من



صدق وثبات مقياس كوبر سميث عن طريق الاتساق الداخلي وكان يتراوح ما بين (0.35-0.68) عند مستوى دلالة (0.01) وقيمة الثبات عن طريق إعادة الاختبار (0.63) عند مستوى دلالة (0.01).

وفي الدراسة الحالية قامت الباحثة بحساب الصدق للمقياس من خلال الصدق التلازمي حيث قامت بتطبيق مقياس تقدير الذات (روزنبرج) مع أداة الدراسة الحالية مقياس تقدير الذات من إعداد (كوبر سميث) على عينة من طلبة كلية التربية (ن = 30) وقد تم حساب الصدق التلازمي عن طريق حساب معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين المقياسين وكانت معامل الارتباط بينهما (0.62) باستخدام معادلة بيرسون وهذا يشير إلى أن أداة البحث صدقها في قياس الصفة المراد قياسها كما قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس باستخدام معادلة الفاكرونباخ (KR20) وقد بلغ (0.70) عند مستوى دلالة (0.01).

نتائج الدراسة ومناقشتها:

ينص الفرض الأول على أنه : توجد علاقة ارتباطية دالة بين الشعور بالسعادة وتقدير الذات لدى طلاب كلية التربية.

للتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم استخدام معامل الارتباط بيرسون بين الشعور بالسعادة وتقدير الذات والجدول التالي يوضح الارتباط بين المتغيرين.

جدول (2) معامل الارتباط بين الشعور بالسعادة وتقدير الذات

المقياس	العينة	معامل الارتباط مع	مستوى الدلالة
السعادة	135	* 0.20	0.05
تقدير الذات			

نلاحظ من الجدول (2) وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين متغير الشعور بالسعادة ومتغير تقدير الذات وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (العنزي، 2001) التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور بالسعادة والثقة بالنفس كذلك دراسة (العمرات والرفوع، 2014) التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات وهذا ما أكدت عليه العديد من الدراسات فالأشخاص



السعداء لديهم تقدير مرتفع للذات في حين يرتبط التقدير المنخفض بالاضطرابات النفسية وخاصة الاكتئاب وهذه نتيجة طبيعية فقد أكدت العديد من الدراسات على العلاقة بين تقدير الذات وكل من الصحة النفسية والسعادة والتفاؤل والانبساط والرضا عن الحياة وغيرها من الجوانب الإيجابية التي أكدت نتائج العديد من الدراسات على ارتباطها الإيجابي بتقدير الذات (Sonja, Dimatteo, & Chirs, 2006).

وهذه النتيجة تتفق مع مراجعة التراث التي تشير إلى وجود تأثير موجب ومباشر لتقدير الذات على السعادة النفسية وأن الأفراد الذين لديهم تقدير ذات مرتفع يتمتعون بصحة نفسية جيدة تجعلهم قادرين على التعامل بفاعلية مع الآخرين ويستطيعون التحكم في مشاعرهم وانفعالاتهم أثناء تعاملهم مع المحيطين بهم فهم يعرفون ما يريدون أن يفعلوه في حياتهم وما يرغبون في تحقيقه فتقدير الذات الإيجابي يؤدي إلى زيادة الثقة بالنفس وتقبل الذات وتكوين علاقات اجتماعية إيجابية مع الآخرين والقدرة على الإنجاز والشعور بالسعادة والتفاؤل والرضا عن الحياة.

ينص الفرض الثاني على أنه : يتوقع ارتفاع في مستوى الشعور بالسعادة وتقدير الذات لدى طلاب كلية التربية.

للتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم استخدام كل من المتوسط والانحراف المعياري واختبار (t) لمعرفة مستوى الشعور بالسعادة وتقدير الذات والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (3) مستوى الشعور بالسعادة وتقدير الذات (ن = 135)

المتغير	المتوسط الفرضي	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة t	مستوى الدلالة
الشعور بالسعادة	72.5	98.19	11.62	134	73.13	0.000 دالة
تقدير الذات	25	38.54	3.73	134	-105.74	0.000 دالة

نلاحظ من الجدول (3) ارتفاع في مستوى الشعور بالسعادة وتقدير الذات لدى طلاب كلية التربية وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (جوده ، 2007) التي أشارت إلى ارتفاع مستوى السعادة لدى طلبة الجامعة ويمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى أن الطالب الجامعي قد اكتسب خبرة في مواجهة الصراعات والتحديات اليومية من تغيرات اجتماعية واقتصادية وثقافية وما يتبع ذلك التغير الحاصل في القيم الإنسانية خلقت نوع من التحدي الإيجابي للطالب الجامعي الذي استطاع التغلب على كل هذه العقبات لأن الطالب الجامعي يعي أن السعادة في الدنيا تقوم على فهم الإنسان



لذاته وتقديره لها ودفعها في السير في طريق الفضيلة والابتعاد عن الملذات المادية وهذا ما أوصى به الدين الإسلامي، كما ولطبيعة الطالب الجامعي المقتنع بحدود إمكانياته واستمتاعه بعلاقاته الاجتماعية والانفعالية الدور الأكبر في شعوره بالسعادة وتقدير الذات وتدل هذه النتيجة أن الطالب الجامعي يتعرض إلى العديد من المواقف الاجتماعية والانفعالية السارة التي تحدث لديه السعادة وترفع من تقديره لذاته.

ينص الفرض الثالث على أنه : توجد فروق دالة إحصائية في الشعور بالسعادة وفقاً لمتغير النوع.

للتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم استخدام كل من المتوسط والانحراف المعياري واختبار (t) لدراسة الفروق بين الجنسين في الشعور بالسعادة والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (4) نتائج اختبار (t) لدلالة الفروق بين الذكور والإناث في الشعور بالسعادة

النوع	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة t	مستوى الدلالة
ذكور	97.50	12.52	133	-0.524	0.601. غير دالة
إناث	98.58	11.12			

نلاحظ من الجدول (4) عدم وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في الشعور بالسعادة وهذه النتيجة لا تتفق مع دراسة (العنزي، 2001)، دراسة (عبد الخالق وآخرون، 2003)، دراسة (أبو هاشم، 2010)، دراسة (الجمال، 2011) التي أشارت إلى وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في الشعور بالسعادة في حين تتفق هذه النتيجة مع دراسة (اليحفوفي، 2006)، دراسة (جوده، 2007)، دراسة (البهاص، 2009)، دراسة (أبو هاشم، 2010) التي أشارت إلى عدم وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في الشعور بالسعادة وهذه النتيجة تتفق مع التراث التربوي بالرغم من أن طلبة الجامعة لديهم من الأعباء الدراسية التي تثقل كاهلهم إلا أنهم يستطيعون أن يوفرُوا جو من السعادة الإيجابية من خلال إنشاء أفضل الصداقات والقيام بالأنشطة الجامعية والتي كان لها دور في جعل التعليم مصدراً من مصادر السعادة وهذا ما أشار إليه (أرجايل، 1993) إلى أنه لا فروق في السعادة بين الذكور والإناث ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الطالب الذي يمتلك ناحية للعلم تكون له رؤية متسعة للأمور ولديه قدرة على التكيف مع المشكلات وإيجاد الحلول لها وأن رؤيته لذاته تكون إيجابية وهذه المتغيرات تعمل على اتجاه السعادة، وكما يمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن شبكة العلاقات الاجتماعية لطلبة الجامعة والتي يشعرون من خلالها بدورهم في الحياة تؤدي إلى



إسعادهم وأن لطبيعة التفكير المنطقية والمرتبطة بالواقع ونظرتهم إلى الحياة بشكل إيجابي دور في إسعاد الطلاب الجامعيين ولأن الذكور والإناث يعيشون نفس التحديات الصعبة والتي ساهمت من التقارب في شعورهم بالسعادة. وربما تعزى هذه النتيجة إلى ما يتبعه الوالدين من أساليب متشابهة في التنشئة الاجتماعية وأساليب التعامل مع الجنسين وخاصة في هذه المرحلة العمرية من السنوات الجامعية كما يمكن تفسيره لما تعرضت له غالبية المجتمعات ومنها المجتمع الليبي من تغيرات ثقافية واجتماعية انعكست بالتالي على طلبة الجامعات فعدم التفرقة بين الذكور والإناث في التربية والمعاملة كان له دور في اسعادهم ولأنهم يعيشون نفس التحديات.

ينص الفرض الرابع على أنه : توجد فروق دالة إحصائية في الشعور بالسعادة وفقاً للمرحلة الدراسية (السنة الأولى – السنة الرابعة).

للتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم استخدام كل من المتوسط والانحراف المعياري واختبار (t) لدراسة الفروق بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة في الشعور بالسعادة والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (5) نتائج اختبار (t) لدلالة الفروق بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة في الشعور بالسعادة

المرحلة الدراسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة t	مستوى الدلالة
السنة الأولى (ن = 74)	98.74	10.37	133	.613	.541. غير دالة
السنة الرابعة (ن = 61)	97.50	13.04			

نلاحظ من الجدول (5) عدم وجود فروق دالة بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة في الشعور بالسعادة وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (عبدالعظيم، 2009، دراسة (محمد، 2011) التي أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستويات السعادة بين طالبات الفرقة الأولى وطالبات الفرقة الرابعة ويمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى أن طبيعة المرحلة الجامعية متقاربة من حيث الاستمتاع بتلك الفترة وتكوين علاقات اجتماعية فهي تكون تقريبا متشابهة لدى الطلبة.

ينص الفرض الخامس على أنه : توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات وفقاً لمتغير النوع.



للتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم استخدام كل من المتوسط والانحراف المعياري واختبار (t) لدراسة الفروق بين الجنسين في تقدير الذات والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (6) نتائج اختبار (t) لدلالة الفروق بين الذكور والإناث في تقدير الذات

النوع	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة t	مستوى الدلالة
ذكور	38.36	3.60	133	-0.430	0.668 غير دالة
إناث	38.64	3.81			

نلاحظ من الجدول (6) عدم وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في تقدير الذات وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (عريبات والزعول، 2008) دراسة (أوشن، 2015) في حين أن هذه النتيجة تختلف مع دراسة (بن دهنون وماحي، 2014) وهذه النتيجة تبدو منطقية إذ أن الفرد في هذه المرحلة العمرية يكون متطلعاً إلى ذاته ومقدراً لها أكثر من المراحل الأخرى التي يمر بها في حياته وأن كلا الجنسين يطمح للاستقلال بشخصيته وتحمل المسؤولية بشكل كامل ومستقل في رأيه مما يبعث في ذاته الإحساس بالاحترام والتقدير لها فهم يعيشون في نفس الظروف الحياتية والجامعية وكذلك ما يدفع الجنسين إلى إثبات ذاته وقدرته على كافة الجوانب الحياتية مما يدفع بكل منهم للاعتماد على قدراته والاستقلال ويصبح تقديره لذاته إيجابياً، ويمكن إرجاع عدم وجود فروق بين الجنسين في تقدير الذات أن المجتمع اليوم أصبح يعطي فرص متكافئة للجنسين في جميع المجالات وخاصة مع تطور المجتمع وتقدمه أصبحت التنشئة الأسرية في البيئة الريفية تعطي نفس الأدوار لكل من الذكور والإناث بالإضافة إلى التعامل المتبادل للجنسين في المدرسة ويتعرضان لأساليب تنشئة اجتماعية غالباً ما تكون متشابهة حيث أصبح كلاهما يتلقى المعاملة نفسها ولم تعد الأسرة تفرق بينهم بل أصبحت تحثهم على التشجيع والتفوق والنجاح في الدراسة والعمل معاً.

ينص الفرض السادس على أنه : توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات وفقاً للمرحلة الدراسية (السنة الأولى – السنة الرابعة).

للتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم استخدام كل من المتوسط والانحراف المعياري واختبار (t) لدراسة الفروق بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة في تقدير الذات والجدول التالي يوضح ذلك.



جدول (7) نتائج اختبار (t) لدلالة الفروق بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة في تقدير الذات

المرحلة الدراسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة t	مستوى الدلالة
السنة الأولى (ن = 74)	38.78	3.77	133	.833	.407 غير دالة
السنة الرابعة (ن = 61)	38.24	3.69			

نلاحظ من الجدول (7) عدم وجود فروق دالة بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة في تقدير الذات وهذه النتيجة تختلف مع دراسة (بن دهنون ومأحي، 2014) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائية في متغير تقدير الذات بين السنة الأولى والسنة الثالثة في التعليم الجامعي ولصالح السنة الثالثة ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن المستويات التعليمية في المرحلة الجامعية تعد متقاربة في السن لذلك فإن الفروق بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة تعد محدودة للغاية وبالتالي الفرق في تقدير الذات لا يمكن ظهوره بسهولة في حالة المستويات العمرية المتقاربة كما ويمكن القول بأن طبيعة العلاقات الاجتماعية في الجامعة تكاد لا تختلف كثيراً من فرقة دراسية إلى فرقة دراسية أخرى.

التوصيات:

1. تدريب الشباب الجامعي على كيفية مواجهة ضغوط الحياة والأحداث الضاغطة، غرس روح المساندة الاجتماعية والعلاقات الاجتماعية الإيجابية لدى طلاب وطالبات الجامعة لما لها من تأثير قوي ومباشر على عوامل السعادة النفسية.

2. تقديم البرامج التدريبية لتنمية تقدير الذات وتكوين ذات إيجابي لدى الطلاب، تضمين برامج إعداد المعلمين في كليات التربية مقررًا عن مهارات التفكير الإيجابي التي تؤدي إلى زيادة مستوى السعادة النفسية والعمل على تهيئة المناخ الجامعي الذي يشعر الطلاب بقيمتهم الذاتية داخل المجتمع و يساهم في تحقيق السعادة النفسية.

المقترحات:

1. دراسة علاقة متغيرات نفسية أخرى مع مفهوم السعادة وتقدير الذات لم تهتم الدراسة الحالية بها.



2. دراسة مفهوم السعادة وتقدير الذات لدى فئات عمرية أخرى.
3. دراسة فئات أخرى من الكليات المناظرة والكليات العلمية الأخرى.
4. دراسة علاقة مفهومي السعادة وتقدير الذات بمتغيرات ديموغرافية أخرى .

المراجع

- أبو هاشم، السيد محمد(2010). النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة مجلة كلية التربية، 20(81)، 269-350.
- أرجيل، مايكل(1993). سيكولوجية السعادة، ترجمة : فيصل عبد القادر يونس، الكويت : عالم المعرفة.
- أوشن، نادية(2015). التوجيه الجامعي وعلاقته بتقدير الذات وقلق المستقبل المهني للطلاب في ضوء بعض المتغيرات " دراسة ميدانية بجامعة الحاج لخضر باتنة"، رسالة ماجستير غير منشورة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الحاج لخضر باتنة، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.
- بن دهنون، شيرين؛ ماحي، إبراهيم(2014). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة ، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، 16(1)، 69 - 86.
- البهاص، سيد أحمد(2009). العفو كمتغير وسيط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة لدى طلبة الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، 23(2)، 327 - 378.
- الجمال، سمية أحمد(2011). السعادة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي والاتجاه نحو الدراسة الجامعية لدى طلاب جامعة تبوك، مجلة كلية التربية، 28(78)، 1 - 65.
- جوده، أمال(2007). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الأقصى، مجلة جامعة النجاح الوطنية للأبحاث والعلوم الإنسانية، 21(3)، 698 - 738.
- سالم، سهير محمد(2008). في سيكولوجية السعادة "دراسات نظرية وتطبيقية"، الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية.



- ستيفن، براون(2001). علم أسمه السعادة ، مجلة وجهات نظر، (27) ، 30-35 .
- سلامة، ممدوحة(1999). استبيان تقدير الشخصية ، القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.
- سليمان، سناء محمد(2010). السعادة والرضا أمنية غالية وصناعة راقية ، القاهرة : عالم الكتب.
- سليمان، عبدالرحمن سيد(1999). قياس تقدير الذات في مرحلة الطفولة مقارنة بين أربعة مقاييس، مجلة الإرشاد النفسي، 7(11)، 87-132.
- عبدالحالقي أحمد وآخرون(2003). معدلات السعادة لدى عينات مصرية مختلفة في المجتمع الكويتي، مجلة دراسات نفسية ، 13(4)، 581-612.
- عبدالعزیز، حنان(2012). نمط التفكير وعلاقته بتقدير الذات، رسالة ماجستير غير منشورة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة أبي بكر بلقايد تلمسان، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.
- عبدالعظيم، عبير نصرالدين(2009). مفهوم السعادة ومستوياتها لدى عينة من الشباب الجامعي "دراسة مقارنة"، رسالة ماجستير غير منشورة كلية البنات للآداب والعلوم التربوية ، جامعة عين شمس، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- عرييات، أحمد؛ الزعول، عماد(2008). الفروق في مستوى تقدير الذات لدى طلبة جامعة مؤتة تبعاً لمتغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسي، مجلة العلوم التربوية والنفسية، كلية التربية، 9(1)، 38-53.
- العمرات، محمد؛ الرفوع، محمد(2014). مستوى الرضا عن الحياة الجامعية وعلاقته بتقدير الذات لدى طالبات جامعة الطفيلة التقنية في الأردن، المجلة الدولية التربوية المتخصصة ، 3(12)، 266-283.
- العنزي، فريح عويد(2001). الشعور بالسعادة وعلاقته ببعض السمات الشخصية دراسة ارتباطية مقارنة بين الذكور والإناث، دراسات نفسية، 3(11)، 351-377.
- محمد، موزي بنت(2011). الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من السعادة الأمل لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.
- اليحفوفي، نجوى(2006). السعادة والاكتئاب وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب الجامعة اللبنانية، مجلة دراسات عربية في علم النفس، 5(14)، 165.
- Argyle, M. , & Lu, R.(1995). Is happiness a cause of health ? psychology and health ، 6(12)، 769-781.



Diener, E. & Diener, C.(1996). Most people are happy, psychological science ,
.185-181,(3)7

Furry,R.(2005). Differentiating Happiness and Self-Esteem, Individual Differences
Research, 3(2),105 -127 .

Rosenberg , M.(1978). Which significant other ? American Behavioral scientist ,
16(4),829 – 860

Dimatteo, M. Sonja, L. & Chirs,T.(2006). What are the differences between
happiness and self-esteem? social Indicators research, 78(3), 363- 404 .