

سمة السعادة

وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة عند الطالب الجامعي.

دراسة ميدانية مقارنة

- د / صالح سعيدي.
أستاذة محاضرة أ.
جامعة الجزائر 2.
د / أيت حبوش سعاد.
أستاذة محاضرة أ.
جامعة الجزائر 2.

الملخص:

تعتبر سمات الشخصية من المؤشرات النفسية الهامة التي يستدل عليها لتحديد المنحى النفسي والاجتماعي الذي يساهم في بناء شخصية الفرد وضبطها وتحديد لها. وسمة السعادة من بين السمات الأساسية التي تشير إلى الرفاهية والتناغم النفسي وهي تؤثر بصورة جلية على توجه الفرد نحو الحياة ومدى قدرته على التخطيط واستثمار طاقاته الداخلية ودوافعه لتحقيق أهدافه وحاجاته في الحياة، وعلى هذا الأساس حاولت الدراسة الحالية البحث في العلاقة التي تربط سمة السعادة بالتوجه نحو الحياة عند الطالب الجامعي دراسة ميدانية مقارنة بين الذكور والإناث بجامعة الجزائر - 2 .

الكلمات المفتاحية: الطالب الجامعي، السعادة، التوجه نحو الحياة.

مقدمة:

تعتبر سمات الشخصية من المؤشرات الأساسية التي يستدل عليها للحكم على سلامة الجهاز النفسي وتوازنه وقد أكدت الكثير من الدراسات والأبحاث أن لكل فرد من الأفراد سمات تتحكم في معاشاته وتوجه سلوكه وتجعله متفردا في شخصيته وفي تفاعله النفسي الانفعالي وكذا الاجتماعي، ومن بين هذه السمات نجد سمة السعادة التي تنطوي ضمن سمة الانبساطية في منظور السمات الخمسة الكبرى للشخصية، والسعادة هي صيرورة إيجابية من الانطباعات والمشاعر الإيجابية التي تترجم من خلال سلوكيات موجهة نحو الذات والآخرين تتسم بالإيجابية والتعاون والحب والمسؤولية في التعامل مع الغير والشخص السعيد هو شخص مشبع بالبهجة والبساطة وحب الخير والمرونة الاجتماعية، ويعتبر التوجه نحو الحياة من المفاهيم الأساسية كذلك في تناولات علم النفس الإيجابي باعتباره مسار سلوكي وانفعالي ونفسي يقود الفرد نحو التفتح على العالم الخارجي ويزوده بالدافعية والتحفيز على استثمار قدراته ميوله وطاقاته بصورة سوية لتحقيق أكبر قدر من الإشباع النفسي والاجتماعي وعلى هذا الأساس حاولنا التعرف على العلاقة التي تربط السعادة بالتوجه نحو الحياة عند شريحة مهمة من المجتمع وهي شريحة الشباب الجامعي.

1/ الإشكالية: يركز البناء النفسي للفرد على جملة من السمات التي توظف بطريقة شعورية وغير شعورية في توجيه سلوكه وبناء شخصيته، وتعتبر سمة السعادة من بين السمات الإيجابية التي تضي على الحياة النفسية والاجتماعية للفرد الكثير من التناغم والحركية ومشاعر الابتهاج والإقبال على الحياة بكل سعادة ومرح ومرونة بحيث يوضح البورت في نظريته للشخصية أن السعادة هي نتيجة التكامل الناجح لمكونات

الشخصية وذلك لتحقيق طموحاتها وأهدافها، وهي حصيلة الخبرة والإرشاد والتوجه إلى الحياة. (اليوسفي. 1989)، وقد اعتبر الفلاسفة أن الإنسان دائم البحث عن السعادة وإن تحقيقه للأهداف الحياتية مثل القوة والصحة والمال والزواج مرتبط بتوقعه من إنها ستجعله سعيداً (محمود. 2007). ويعتبر التوجه للحياة من العناصر الأساسية التي تدعم مسارات الفرد نحو استثمار طاقاته للنجاح والاستقرار والإشباع، والتوجه نحو الحياة هو النزعة والميل للتفاؤل أي التوقع العام بحدوث الأشياء والأحداث الحسنة بدرجة أكبر من حدوث الأشياء السيئة، وهي سمة مرتبطة ارتباطاً كبيراً بالصحة النفسية (عبد الكريم، إ. الدوري. 2009).

وتعتبر مرحلة الشباب من المراحل الهامة في حياة الإنسان وهذه المرحلة تقابلها مرحلة التعليم الجامعي، بحيث تلعب السعادة دوراً أساسياً في جعل الطالب الجامعي يقبل على بناء علاقات تسمح له بالشعور بالأمن والطمأنينة والانتماء إضافة إلى اكتساب جملة من السلوكيات التي تدفعه نحو النجاح والانجاز وتفعيل التفاؤل، ففي دراسة للأنصاري (2003) هدفت للتعرف على العلاقة بين التفاؤل غير الواقعي والتفاؤل والتشاؤم والشعور باليأس والذنب والتوجه نحو الحياة على عينة من طلبة الجامعة وتوصلت نتائجها إلى وجود ارتباط كبير بين التفاؤل غير الواقعي والتفاؤل بالتوجه نحو الحياة لدى الطالب الجامعي. (الأنصاري. 2003). ويمثل التوجه نحو الحياة المحرك الإيجابي الذي يدفع الطالب الجامعي نحو تربية اختياراته وتحقيق أهدافه والبحث الدائم نحو كل ما يساعده على النمو الازدهار والرفاهية النفسية والاجتماعية، إذن وعلى هذا الأساس ارتأينا البحث في العلاقة التي تربط سمة السعادة بالتوجه للحياة عند الطالب الجامعي وقمنا بصياغة التساؤلات الآتية :

_ ماهي العلاقة التي تربط سمة السعادة بالتوجه نحو الحياة عند الطالب الجامعي ؟

_ هل توجد فروق في سمة السعادة تعزى لمتغير الجنس ؟

_ هل توجد فروق في التوجه نحو الحياة تعزى لمتغير الجنس ؟

2 الفرضيات :

_ توجد علاقة بين سمة السعادة والتوجه نحو الحياة عند الطالب الجامعي.

_ توجد فروق في سمة السعادة تعزى لمتغير الجنس.

_ توجد فروق في التوجه نحو الحياة تعزى لمتغير الجنس.

3 أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

_ التعرف على العلاقة التي تربط سمة السعادة بالتوجه نحو الحياة عند الطالب الجامعي.

_ التعرف على الفروق في الجنس حسب متغير سمة السعادة.

_ التعرف على الفروق في الجنس حسب متغير التوجه نحو الحياة.

4 التعريف الإجرائي لمفاهيم البحث:

4_1_ التعريف الاصطلاحي لسمة السعادة: يعرفها عبد الخالق

وآخرون (2003) السعادة على أنها " حالة شعورية يمكن أن تستنتج من

محاولة المزاجية للفرد " (عبد الخالق وآخرون. 2003: 582) .

التعريف الإجرائي لسمّة السعادة: تعرف على أساس الدرجة التي يتحصل عليها الطلبة الجامعيين من خلال إجاباتهم على مقياس السعادة (قائمة اكسفورد للسعادة) من إعداد عبد الخالق. 2003.

4_2_ التعريف الاصطلاحي للتوجه نحو الحياة:

يعرف التوجه نحو الحياة على أنه " تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها ويعتمد هذا التقييم على مقارنة المكافآت والكلف بمستوى الحياتي التي يعيشها، والنظرة الإيجابية والاعتقاد بأن جميع الأشياء والأحداث والمواقف والتصرفات تنزع نحو الخير والسعادة والإقبال على الحياة والاعتقاد بإمكانية تحقيق رغبات في المستقبل بالإضافة إلى الاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلا من حدوث الشر أو الجانب السيئ " (جبار،ع. 2012).

التعريف الإجرائي للتوجه نحو الحياة: هو الدرجات التي تحصل عليها الطالب و الطالبة الجامعية في مقياس التوجه للحياة من إعداد شايد وكرفر (1985) Sheier & Carver ، ترجمة وتعديل محمد الأنصار (1998).

5_ الدراسات السابقة:

5_1 دراسات خاصة بالسعادة في علاقتها ببعض المتغيرات:

_ دراسة فير، Furr (2005): هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى السعادة لدى الطالب الجامعي، وتكونت العينة من 146 طالب وطالبة جامعية، 64 ذكور و 82 إناث، وتوصلت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في الجنس فيما يخص السعادة.

_ دراسة كوبر وآخرون، Cooper et al (1995): هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة التي تربط السعادة النفسية وسمات الشخصية لدى عينة من الطلبة الجامعيين، قدروا 118 طالب وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة بين السعادة النفسية والانبساطية .

_ دراسة أماني عبد الوهاب (2006): هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين السعادة وكل من الرضا عن الحياة، تقدير الذات ومركز التحكم كمتغيرات إيجابية وبين القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة والضغط الأسرية كمتغيرات سلبية وذلك على عينة قوامها 300 طالب وطالبة، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة موجبة بين الشعور بالسعادة والرضا عن الحياة وتقدير الذات، وعدم وجود علاقة موجبة بين الشعور بالسعادة والضبط الداخلي والقلق الاجتماعي والوحدة النفسية.

_ دراسة أبو هاشم (2010): هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة النموذج البنائي في العلاقة بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية، وتكونت العينة من 405 طالب وطالبة جامعيين، وتوصلت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة في السعادة النفسية حسب الجنس، وعدم وجود علاقة ارتباطية بين درجات الطلبة في السعادة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات.

5_2 دراسات خاصة بالتوجه نحو الحياة في علاقتها ببعض المتغيرات:

_ دراسة سيجنر وريكال (1992) Seginer, Rachel : هدفت للكشف عن العلاقة بين التوجه نحو المستقبل والفروق المرتبطة بالعمر لدى المراهقات، حيث ضمت العينة 124 فتاة إسرائيلية ممتدرة بالثانوية

العليا والجامعة وأكدت التوصيات على ضرورة تواجد الضبط الاجتماعي المستمر لتحقيق التوجه الإيجابي نحو الحياة.

_ دراسة بدر الأنصاري (2003): هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين التفاؤل غير الواقعي وبعض متغيرات الشخصية _ التفاؤل والتشاؤم، التوجه نحو الحياة، الشعور باليأس والشعور بالذات وتوصلت النتائج إلى وجود ارتباط بين التفاؤل غير الواقعي والتوجه الإيجابي نحو الحياة .

_ دراسة السيد علي (2010): هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التوجه الإيجابي نحو الحياة وسمات الشخصية من حيث الثبات، السيطرة، الاندفاعية والارتياح. وتكونت عينة الدراسة من 30 طالب وطالبة جامعيين، وتوصلت النتائج إلى أن الذكور أكثر توجههم بصورة إيجابية نحو الحياة أكثر من الإناث وهم أكثر ثباتاً واندفاعية ويتوقعون الأفضل في الأوقات غير الملائمة وهم متفائلين بمستقبلهم، بينما الإناث لا يتوقعن أن تسير الأمور في صالحهن.

_ دراسة إيمان عبد الكريم وريا الدوري (2010): هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة لدى عينة من طلبة كلية التربية جامعة بغداد وذلك على عينة قوامها 319 طالب وطالبة وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة.

الجانب النظري:

أولاً: السعادة النفسية:

ترتكز معظم مفاهيم السعادة حول مدى الإشباع البيولوجي والنفسي والاجتماعي، والانفعالات الإيجابية التي يتصف صاحبها بالابتهاج والانشرح والتي تحقق له الرضا عن الذات.

_تعريف السعادة النفسية:

يعرف اليوسفي السعادة النفسية على أنها " شعور ناتج عن عملية توازن بين العمليات العقلية وإشباع الحاجات الأولية، متوج بطاعة الله لتحقيق الطموح والانجاز، وهي فن إسعاد الذات بالنجاح والعمل على إسعاد الآخرين، وإذا ما تحقق هذا كله يكون الشخص بصحة نفسية جيدة ويشعر بالسعادة " (اليوسفي، 1989: 164).

أما أمينة الجندي فتعرف السعادة على أنها " حالة وجدانية إيجابية تعكس شعور الفرد بالسعادة نتيجة لما يتعرض له من المصادر الشخصية والمتمثلة في الصحة، وجود أهداف محددة، التدوين، الثقة بالنفس، التعليم والنجاح الدراسي والمستقبل المهني، وكذا مصادر السعادة الاجتماعية والمتمثلة في الحب الأسري، الأصدقاء، نشاط وقت الفراغ، وذلك كما يعبر عنها الفرد وفق إدراكه لها " (الجندي، 2009: 26).

العوامل المرتبطة بالسعادة: هناك جملة من العوامل التي ترتبط بالسعادة نجملها فيما يلي:

_العمر والسعادة: لا يتغير الشعور بالسعادة كثيراً مع العمر حيث

أثبتت الدراسات أن الأشخاص الأكبر سناً لا يبدو أن أكثر تعاسة مقارنة

بمتوسطي العمر والشباب، ويرى البعض أن السعادة قد تزداد مع تقدم العمر وأن السعادة قابلة للتطور مع مرور المراحل العمرية المختلفة، إضافة إلى أن الوجدان ترتفع قيمته مع تقدم الإنسان في العمر، والمشاعر تصبح أكثر تنظيماً، وأن الإنسان كلما نضج يهتم أكثر بالمستقبل (علام، 2008).

_ السعادة والجنس: تؤكد جل الدراسات أن التعاطف مرتبط بدرجة كبيرة بمدى شعور المرأة بالسعادة، بينما الرجال الأكثر سعادة وعل النقيض أظهروا اهتماماً متوسطاً بالآخرين مقارنة بالنساء وأشارت نتائج البحوث السابقة في السعادة بين الذكور والإناث إلى التكافؤ بينهما تقريباً في السعادة حيث كانت الفروق لصالح الذكور في الوجود الإيجابي، وأظهرت النساء سعادة أكثر من الذكور في حالة عدم وجود أطفال وهنّ في عمر دون الثلاثين، وتتأثر السعادة عند الذكور بالعوامل الاقتصادية والمادية وبوظائفهم، بينما تتأثر عند الإناث بوجود أطفال والصحة (محمود، 2007).

_ السعادة والصحة النفسية: هناك علاقة وطيدة بين السعادة والصحة النفسية، ذلك أن الصحة النفسية يمكن أن تكون من بين مكونات الشعور بالسعادة وأحد العوامل المؤدية لها، بحيث أن الشعور بالسعادة مظهر من مظاهر الصحة النفسية. ويربط أنصار الصحة النفسية الإحساس بالسعادة واعتدال الحالة المزاجية وطمأنينة النفس وتحقيق الذات وما يتبع ذلك من إحساس بالبهجة، ونجد الشخص السعيد في نمط كاتل، هو المبتهج الذي يملك القدرة على تحقيق الأهداف، يتميز بالاستقلال، ونجد نمط الانبساطي عند يونج، وهو المقبل على الحياة بحيوية وصراحة،

ميرنك فيشير إلى أن الشخص السعيد هو شخص غير مثابر، غير دقيق، صعي، طموحه منخفض، مرن ومنخفض الذكاء (بدير، 1995) .

السعادة والعمل: إن أحد المكونات الأساسية للسعادة يكمن في مقدار متعنا ببيئة العمل، وعلاقاتنا العملية، ومدى إشباع عملنا لطموحاتنا، بحرنا، والأموال التي نجنيها تسمح لنا بأن نحيا الحياة التي نريدها، في الرضا عن العمل لدى الأشخاص الذين يتمتعون بشعبية في العمل، تحون إلى جماعة عمل صغيرة ومتجانسة، بحيث تتيح لهم فرص عمل الاجتماعي والمساعدة والنصيحة والعمل .

بعاد السعادة النفسية: تتمثل أبعاد السعادة النفسية فيما يلي:

- الاستقلالية .
- التمكن البيئي.
- التطور الشخصي.
- العلاقات الإيجابية مع الآخرين .
- الحياة الهادفة.
- تقبل الذات وتقبل الآخرين (Ryff&Siger.2008) .

قيا: التوجه نحو الحياة

يرتبط مفهوم التوجه نحو الحياة بجملة من المؤشرات الإيجابية التي ستثمرها الفرد ليحقق أهدافه وتوقعاته بصورة سليمة وناجحة.

تعريف التوجه نحو الحياة:

يعرفه موسى عل أنه " اتجاه من جانب الفرد نحو الحياة أو نحو أهداف هينة، يميل أحيانا إلى حد مفرط للعيش على الأمل، ونحو التركيز على

الناحية المشرقة من الحياة والأحداث، أو الجانب المضعم بالأمل والخب
(موسى، 2001: 186) .

ويعرفه سيد علي عل أنه " سمة في الشخصية وهي رؤية ذاتية إيجا
واستعداد كامن لدى الفرد _ غير محدد بشروط _ يمكنه من توقع ال
وإدراك كل ما هو إيجابي من أمور الحياة الجيدة، وغير الجيدة، وذل
بالنسبة للحاضر والمستقبل " (سيد علي، 2010: 685).

_ نظريات التوجه نحو الحياة:

نظرية التقييم الجوهرى للذات: تنطلق هذه النظرية من مسلمة
أن الأفراد الذين يمتلكون تقييما جوهريا للذات هم الأكثر شعورا بال
عن الحياة بصفة عامة وعن الأسرة والعمل والدراسة بصفة خاصة، لأ
يتملكون قدرات تؤهلهم عل الاستفادة من كل ميزة وفرصة في الحياة.

نظرية سوبر: يؤكد سوبر في نظريته أن الفرد يحاول الجمع بين أد
من دور في الحياة وهذا ما يخلق لديه شعور بالرضا والقلق والتوتر.
واحد، ويرى سوبر أن للعمل أهمية بالغة في حياة الفرد إلا أنه غير ذ
لتفسير العلاقات الاجتماعية ومنه ضرورة اختبار دور الإنسان في ال
داخل النواحي والجوانب الأخرى للحياة وقياس أهميتها ودورها (er.
1990).

نظرية التبادل الاجتماعي: تنطلق هذه النظرية من مبدأين،
الكلفة والمنفعة وذلك في تفسير العلاقات الاجتماعية، فإذا تم اخ
التفاعلات الاجتماعية فإن العلاقات تستمر طالما أن المكافآت تفوق ال
وعموما فإن هذه النظرية تستمد أطرها من نظريات التعلم، بحيث

تفسر السلوك الاجتماعي بمصطلحات التعزيز المتبادل، فالتفاعلات البشرية ماهي إلا صفقات تهدف إلى زيادة مكافأة الفرد إلى حد أقصى وإنقاص التكاليف إلى حد أدنى.

ومن خلال ما ورد يمكن القول أن مفهوم التوجه نحو الحياة لديه جذور عميقة في مجال علم النفس الإيجابي، بل يعتبر كذلك من السمات الثانوية المكونة للسمات الأساسية الإيجابية والتي تدخل في بناء الشخصية وفي نموها وتطورها.

ثالثاً: الجانب التطبيقي

لكل بحث ميداني شقين، شق نظري وشق ميداني يؤكد المسارات النظرية الذي اتخذها الباحث في إنجازه لبحثه من خلال جملة من الإجراءات الميدانية التي تؤكد النتائج أو تنفيها .

1- منهج البحث:

اتبعت الباحثة في دراستها الحالية المنهج الوصفي المقارن، كونه يتمحور حول المقارنة والتي من خلالها يمكن ملاحظة واستنتاج أوجه التشابه والاختلاف في مكونات الظاهرة المراد دراستها وكذا التأثير الذي يحدث من خلال تفاعل المتغيرات البحثية، إضافة إلى أن خصوصية الموضوع وطبيعته تتطلب المقارنة.

ويعرف المنهج الوصفي المقارن على أنه:

"تلك الدراسات التي تقوم على طريقة بحثية وتتضمن مجموعة من الإجراءات التي تعمل في اتجاه معرفة خصائصها وتفسير الفروق بين

مجموعتين أو أكثر في جانب أو متغير معين اعتمادا على الاختلاف في المتغير المستقل والتشابه في بقية المتغيرات". (بشير الرشيدى، 2004: 59).

وفي البحث الحالي، حاولت الباحثتان دراسة مدى تأثير الصحة النفسية على التخفيف من درجة قلق المستقبل المهني للطالب الجامعي المقبل على التخرج، دراسة مقارنة بين الذكور والإناث.

2- عينة البحث وكيفية اختيارها:

أجريت هذه الدراسة على عينة من طلبة كلية العلوم الاجتماعية، قسم علم النفس وعلوم التربية التابعين لجامعة الجزائر 2.

اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة على عينة من طلبة وطالبات منتمين إلى كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، قسم علم النفس، مستوى السنة الثانية يدرسون بجامعة الجزائر 2 والمسجلين في السنة الجامعية (2018- 2019) وقد قدر العدد الإجمالي لعينة البحث بـ 50 طالب وطالبة.

تم اختيار أفراد العينة بصفة عشوائية من بين الطلبة المتدربين وأخذنا بعين الاعتبار عامل واحد وهو انتمائهم إلى السنة الثانية جامعي قسم علم النفس، بمعنى أنه لكل الطلبة نفس الحظوظ لأن يكونوا ضمن عينة البحث التي لم يتم انتقاء أفرادها بشكل قصدي لاعتبارات معينة. وهذا تماشيا مع تعريف العينة العشوائية التي يقصد بها: "لك التي تم أخذها على أساس عشوائي أي على أساس إعطاء فرص متكافئة لجميع أفراد المجتمع الأصلي". (حلمي، 1985: 120).

جدول رقم (1): يمثل توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس

الطلبة	العدد	%
ذكور	13	26 %
إناث	37	74 %
المجموع	50	100

نسجل من خلال الجدول أعلاه أن نسبة الإناث قد قدرت بـ 74 % وهي نسبة عالية مقارنة بنسبة الذكور التي قدرت بـ 26% فقط.

كما تم الأخذ بعين الاعتبار متغير السن كما يوضحه الجدول التالي.

جدول رقم (2) : يمثل التوزيع التكراري لعينة البحث حسب متغير السن

فئة السن	التكرار	النسبة المئوية
20-17 سنة	41	82 %
24-21 سنة	7	14 %
25 سنة وأكثر	2	4 %
المجموع	50	100%

نلاحظ من خلال الجدول أن الطلبة من فئة 17 _ 20 سجلت أكبر نسبة 82%

3_ أدوات البحث:

1_ مقياس التوجه نحو الحياة : تبنت الباحثتان مقياس التوجه نحو الحياة الذي أعده شير وكوفر Cheier & Cover (1985) وقام بتعريبه وتطبيقه على البيئة العربية الأنصاري (1998). يتكون المقياس من 10 فقرات وتكون بدائل الإجابة فيها ب (تنطبق علي تماما، تنطبق كثيرا، تنطبق أحيانا، تنطبق قليلا، لا تنطبق أبدا) وتعطى الدرجات (1، 2، 3، 4، 5).

1_2_ الصدق: اعتمدت الباحثة على صدق إيمان صادق وريا الدوري (2010) لكون دراستهما تمت في بيئة عربية وتم العمل على نفس المقياس.

_ الصدق التمييزي: تم حساب الصدق التمييزي، وذلك على عينة قدرها 319 طالبة وتوصلت إلى نسبة مقدرة ب 27% والتي تعني أن عدد الطالبات في المجموعة العليا 89 وفي المجموعة السفلى 89 وأظهرت النتائج أن جميع الفقرات مميزة عند مستوى دلالة 0,05.

_ الصدق البنائي: و يتمثل في علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية، حيث تم تحليل إجابات عينة التحليل الإحصائي والبالغ عددها 319 طالبة لحساب معامل ارتباط لكل فقرة من فقرات المقياس بالدرجة الكلية وتبين أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة 0,05.

1_3_ الثبات:

_ معامل ألفا للاتساق الداخلي:

تم استخدام معادلة ألفا كرومباخ لحساب الثبات على عينة مقدارها 319 وبلغ معامل ألفا 0,84 مما يدل على ثبات مرتفع.

_ طريقة التجزئة النصفية: لاستخراج معامل الارتباط برسون تم تقسيم فقرات المقياس لعينة قوامها 319 بين درجات النصفين حيث بلغت 0,72 وذلك باستخدام معادلة سبيرمان وبراون، حيث بلغ معامل الثبات 0,84 مما يدل على ثبات مرتفع. (إيمان صادق، الدوري، 2010) .

2_ قائمة اكسفورد للسعادة النفسية:

قام بتأليفها ارجيل ولو Argule & LU 1995 وترجمها إلى العربية عبد الخالق، وهي تتكون من 29 بند في الصورة العربية المعدلة، وهي ليس لها

بعداد فرعية، فقط يتم حساب الدرجة الكلية في القائمة، وهي تتمتع بخصائص سيكومترية مرتفعة من ناحية الصدق والثبات ويتم الإجابة على القائمة وفقا لمتدرج خماسي وهو (غالباً، كثيراً، أحياناً، قليلاً، نادراً) وذلك تتراوح الدرجة الكلية على المقياس من (29_ 145) ولقد تم صياغة كل بنود القائمة بصورة إيجابية (عبد الخالق وآخرون 2004) .

2_1_ صدق و ثبات قائمة اكسفورد للسعادة النفسية:

قام عبد الخالق بالتحقق من صدق وثبات القائمة في البيئة العربية وفي المجتمع الكويتي على عينات متنوعة من طلبة وطالبات الثانوية وطلبة وطالبات الجامعة وموظفين وموظفات وتشير النتائج إلى ارتباط البند بباقي البنود لدى أفراد العينات الستة والذي تراوح بين (0,24 و 0,75) وكلها دالة إحصائياً، وكشفت قيم ثبات الفا عن معدل مرتفع من الثبات حيث تراوح بين (0,91 و 0,94)، إضافة إلى اتساق داخلي مرتفع، كما توصلت نتائج ارتباط صدق المحك بقائمة التقدير الذاتي للسعادة للقائمة لدى العينات الستة بمعدلات ارتباط مرتفعة تراوحت بين (0,50 و 0,70). عبد الخالق وآخرون، 2004). وقد اعتمدت الباحثتان في هذه الدراسة على صدق وثبات عبد الخالق وآخرون لأنه مطبق على بيئة عربية وكذا لما يتمتع من صدق وثبات مرتفعين للقائمة . 4_ الأدوات الإحصائية :

اختبارات لحساب الفروق.

معامل ارتباط بيرسون.

المتوسط الحسابي.

الانحراف المعياري.

5_ عرض وتحليل وتفسير النتائج حسب فرضيات البحث:

_الفرضية الأولى: دلت هذه الفرضية على وجود تأثير للسعادة

النفسية على التوجه نحو الحياة.

جدول رقم (3) : يمثل معامل بيرسون لحساب العلاقة الارتباطية بين متغير

السعادة النفسية ومتغير التوجه نحو الحياة .

المتغيرات	المتوسط	الانحراف المعياري	معامل بيرسون	الدالة
السعادة النفسية	87.37	17.03	0.40	دال عند 0.01
الاتجاه نحو الحياة	29.25	5.25		

من خلال الجدول السابق يتبين لنا أنه يوجد ارتباط بين السعادة والتوجه للحياة حيث بلغ معامل بيرسون 0.40 وهو دال عند 0.01 أي أنه الفرضية تحققت. وهذه النتائج تتوافق مع نتائج دراسة أماني عبد الوهيد (2006)، ونتائج دراسة عبد الكريم والدوري (2010). ويمكن تفسير ذلك من خلال جملة من العوامل النفسية والاجتماعية والأكاديمية المرتبطة أساسا بخصوصيات المجتمع الجزائري والطالب الجامعي الذي هو. مرحلة الشباب والتي يستقي منها الكثير من الخصائص الإيجابية كالتفتح على الآخرين ومشاركتهم نشاطاتهم الترفيهية والأكاديمية الشعور بالقوة والحيوية الدائمة وكذا الاستثمار الإيجابي لكل المؤشرا التي تساهم في نموه وتحقيق غاياته وهو يغذي كل مصادر هذه الطاقة م السعادة النفسية التي تعتبر الوعي النفسي الذي يحوي كل المعاش والسلوكات والأحاسيس والمشاعر الإيجابية التي تدفع بالطالب الجامع نحو النجاح والشعور بالسعادة وهذا ما نجده يؤثر بالإيجابية على التوجه

نحو الحياة الذي يتضمن شقين أساسيين لديه وهو التوجه نحو الحياة الأكاديمية والنجاح فيها ومن ثمة تحقيق جملة من الأهداف المرتبطة بالمهنة والاستقلال الاقتصادي وكذا التوجه نحو الحياة الاجتماعية وتأكيد مكانه ودوره في المجتمع وبناء أسرة والشعور بالمسؤولية وهذا كله نتيجة حتمية للارتباط النفسي بين السعادة النفسية التي تعطي للطالب الجامعي دفعا إيجابيا لاستثمار توجهه نحو الحياة النفسية والأكاديمية والاجتماعية بصورة نشطة، إيجابية وناجحة .

الفرضية الثانية: دلت هذه الفرضية على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في السعادة النفسية تعزى لمتغير الجنس .

جدول رقم (4) : يمثل اختبارات لدلالة الفروق في الجنس لمتغير السعادة النفسية.

المتغيرات	الذكور	الإناث	قيمة ت	مستوى الدلالة
السعادة النفسية	م ع	م ع	1.17	دال لصالح الذكور
	92.12	85.73		
	11.53	18.39		

من خلال الجدول السابق يتبين لنا ان قيمة ت بلغت 1.17 عند مستوى دلالة 0.01 وهذا ما يدل على أنه توجد فروق بين الجنسين فيما يخص السعادة وذلك لصالح الذكور ومنه فالفرضية تحققت وهذه النتيجة تتماشى مع نتائج دراسة محمود (2007) التي أكدت أن الذكور أكثر سعادة من الإناث في حين توصلت نتائج دراسة كل من أبو هاشم (2010) ونتائج دراسة فيير (2005) إلى أنه لا توجد فروق في السعادة النفسية بين الذكور والإناث. ويمكن تفسير ذلك إلى أن الذكور أكثر

سعادة من الإناث نظرا لكون المجتمع الجزائري مجتمع ذكوري حيث أن الأسرة الجزائرية تقدم للذكر كل مصادر الرفاهية والراحة وتعمل على دفعه للمشاركة في جل النشاطات الرياضية كما أن الجامعة تعمل بطريقة مباشرة على تحقيق أهدافه الأكاديمية وتضمن له محيط علمي واجتماعي من خلاله يؤكد فيه وجوده ويحقق جملة من الأهداف المرتبطة بالدراسة والنمو السوي واستثمار صداقات وعلاقات تساعد على تخطي مشاكله وصعوباته وتهده بالكثير من السعادة، فحين نجد الإناث أكثر تقوقعا على ذاتهن نظرا لأساليب التنشئة الاجتماعية التي تقيد حرياً الفتاة وتجعلها في تبعية دائمة لأسرتها وحتى في خياراتها الأكاديمية والاجتماعية نجدها تخضع للمراقبة وإشراف الآخرين في تحديد أهدافها وطموحاتها مما يجعلها تحس بتقدير ذات منخفض وكبت لحريتها واستقلاليتها ومن ثمة الشعور بعدم الرضا ونقص في الشعور بالسعادة النفسية .

الفرضية الثالثة: دلت هذه الفرضية على وجود فروق في التوجه نحو الحياة تعزى لمتغير الجنس.

جدول رقم (5) : يمثل اختبارات لدلالة الفروق في الجنس لمتغير التوجه نحو

الحياة

المتغيرات	الذكور	الإناث	قيمة ت	مستوى الدلالة
الاتجاه نحو الحياة	م	ع	م	ع
	31.07	4.51	28.63	5.42
دال			1.45	
لصالح الذكور				

من خلال الجدول السابق يتبين لنا أن قيمة t بلغت 1.45 وهي دالة عند مستوى دلالة 0.01 وهذا ما يدل على أنه توجد فروق بين الجنسين فيما يخص التوجه نحو الحياة وذلك لصالح الذكور ومنه فإن الفرضية تحققت حيث الذكور أكثر توجهها نحو الحياة مقارنة بالإناث وهذه النتيجة تتماشى مع نتائج دراسة السيد علي (2010) والتي توصلت إلى أن الذكور أكثر توجهها نحو الحياة من الإناث. ويمكن أن نفسر ذلك من خلال طبيعة التنشئة الاجتماعية للذكور والتي تبنى على أساس ضرورة تسطير أهداف أكاديمية واجتماعية للوصول إلى التقبل الاجتماعي والحصول على وظيفة تضمن له الاستقلال المادي والنفسي والاجتماعي عكس الفتاة التي نجد أن كل القيم والمعايير التي ترسخ في سلوكياتها من خلال التنشئة هي الحصول على تربية جيدة بهدف التوافق الاجتماعي والأسري وكذا تحضيرها لتكون زوجة وأم دون مراعاة جوانب الطموح والتوقعات المستقبلية وتحقيق الأهداف الأكاديمية والوظيفية ومن ثمة نجد أن الذكور هم أكثر توجهها نحو الحياة لأنهم أكثر واقعية في تحديد الأهداف وتحقيقها للوصول إلى مفهوم الاستقلالية في كل جوانبه عكس الفتاة التي هي دوماً في تبعية لأسرتها وتوجهها للحياة يدور في حيز الأسرة والمجتمع.

وعموماً هذه الدراسة تعطينا فكرة مبسطة عن المعاشات النفسية للطالب الجامعي في مجال السعادة النفسية والتوجه نحو الحياة وهما عنصران أساسيان في بناء الشخصية ورفاهيتها وتحقيق أكبر قدر من الاستقرار النفسي والأهداف الأكاديمية والاجتماعية ومن ثمة الوصول إلى الإشباع النفسي في أكمل صورته.

6_ الاقتراحات:

يمكن أن نجلل الاقتراحات المستسقة من النتائج التي توصل إليها هذا البحث فيما يلي:

- الاهتمام بالصحة النفسية للطلاب الجامعي والكشف عن الصعوبات التي تعرقل نموه السوي وذلك منذ السنة الأولى من خلال كشف نفسية دورية.

- تفعيل النوادي الترفيهية والمعرفية للطلاب الجامعيين ليجد الطالب متنفس ويندمج في الشبكات الجامعية الشبابية ويستثمر انفعالاته الإيجابية مع أقرانه .

- فتح مواقع الكترونية لخدمة الطالب الجامعي والشباب بصفة عامة للتعرف على طموحاتهم وتوقعاتهم وتفعيلها وتوجيهها على أرض الواقع .

- تفعيل النوادي الشبابية وجعلها نافذة مفتوحة على المجتمع ومؤسساته المختلفة ومساعدته على المشاركة والإنجاز.

الخاتمة:

إن الشباب هو العنصر الأساسي في بناء المجتمع وتطوره ويعتبر الطالب الجامعي عنصرا أساسيا في العملية الأكاديمية والمعرفية لكونه يعتبر إطار الغد الذي يساهم في الرفع من مستوى النمو والرقى، ومن ثمة توجب الاهتمام به ورعايته خاصة من الناحية النفسية والانفعالية، وتعتبر سمة السعادة من المؤشرات الهامة التي تدل على أن الشاب يتمتع بصحة نفسية مقبولة ويظهر ذلك من خلال إقباله على الحياة بطريقة إيجابية، يفيض حيوية، اجتماعي، ومحب للغير وهذا كله يساعده على التكيف والتوافق

مما يؤثر بصورة جلية على توجهه نحو الحياة من خلال تحقيق ذاته، واستثمار طاقاته في التخطيط الإيجابي للحياة والمستقبل وهذا ما بينته النتائج المتوصل إليها من خلال هذه الدراسة والمتمثلة في أنه توجد علاقة بين السعادة والتوجه نحو الحياة، إضافة إلى أن الذكور أكثر سعادة وتوجهًا للحياة من الإناث ومن ثمة نصل إلى أن علم النفس الإيجابي والصحة النفسية مواضيع هامة لأنها تمس الجوانب النفسية الإيجابية عند الإنسان لأنها تقدم لنا المسارات النفسية السوية التي تصل به إلى أقصى درجة من التوافق والتوازن وإشباع الحاجات.

المراجع:

- 1_ أحمدادي سهيلة، سامي مسعودة. (2015). قلق المستقبل المهني وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة، دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية العلوم الاجتماعية و العلوم التكنولوجية المقبلين على التخرج. جامعة الشهيد حمة لخضر. الوادي. مذكرة ماستر.
- 2_ إيمان صادق عبد الكريم، ريا الدوري. (2010). التفاؤل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طالبات كلية التربية. مجلة البحوث والتربية النفسية. العدد 26 _ 27 بغداد العراق.
- 3_ الأنصاري بدر محمد. (2002). التفاؤل والتشاؤم وبعض متغيرات الشخصية لدى طلاب جامعة الكويت. مجلة حوليات كلية الآداب و العلوم. جويلية 23. جامعة الكويت.
- 4_ اليوسفي، مشيرة. (1989). دراسة عاملية لمفهوم السعادة لدى طلاب كلية التربية بألمانيا. مجلة البحث في التربية وعلم النفس. المجلد الثالث. العدد 1. يوليو. القاهرة.

- 5_ عبد السلام بدير، كريمان محمد. (1995). الإحساس بالسعادة عند الأطفال. دراسة عبر حضارية مقارنة. دراسات وبحوث في الطفولة المصرية. ط1. ط2. عالم الكتب. القاهرة .
- 6_ عبد الخالق وآخرون (2004). معدلات السعادة لدى عينات مصرية مختلفة في المجتمع الكويتي. مجلة الدراسات النفسية. المجلد الثالث عشر. العدد الرابع.
- 7_ موسى، رشاد علي. (2001). معجم الصحة النفسية المعاصر. الفاروق الحديثة، للطبع والنشر. القاهرة. مصر.
- 8_ سحر فاروق علام. (2008). معدلات السعادة الحقيقية لدى عينة من طلاب المرحلة الإعدادية والثانوية. مجلة دراسات نفسية. المجلد 18. العدد2. يوليو.
- 9_ محمود، أحلام حسن. (2007). مستويات ومصادر إشباع السعادة كما يدركها المسنون في ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية وبعض المتغيرات الأخرى. المجلة المصرية للدراسات النفسية. المجلد 17. العدد 56.
- 10_ Furr , R. (2005). Differentiating happiness and self-esteem individual differences research ;3(2)
- 11_ Super,D. ea life. (1990) _ span ,life – space approach to career development ,Journal of career development . vol .16.
- 12 _Singiner , Rachel . (1992) . Future orientation age _ related differences among adolescent females “ Journal of youth and adolescence; v 21.n 4.