Jerash for Research and Studies Journal مجلة جرش للبحوث والدراسات

Volume 21 | Issue 2 Article 10

2020

Happiness Level among Secondary School Students in Holey Makkah in Light of Some Variables

Dr.Ahmad Abdul Majid smadi
College of Education - Umm Al Qura University, smadi53@hotmail.com

عبد الرحمن الزهراني
oha22@hotmail.com

Follow this and additional works at: https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu

Part of the Arts and Humanities Commons, Education Commons, and the Social and Behavioral Sciences Commons

Recommended Citation

smadi, Dr.Ahmad Abdul Majid and 2020) عبد الرحمن ,الزهراني) "Happiness Level among Secondary School Students in Holey Makkah in Light of Some Variables," *Jerash for Research and Studies Journal* مجلة جرش للبحوث والدراسات: Vol. 21 : Iss. 2 , Article 10.
Available at: https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol21/iss2/10

This Article is brought to you for free and open access by Arab Journals Platform. It has been accepted for inclusion in Jerash for Research and Studies Journal مجلة جرش للبحوث والدراسات by an authorized editor. The journal is hosted on Digital Commons, an Elsevier platform. For more information, please contact rakan@aaru.edu.jo, marah@aaru.edu.jo, u.murad@aaru.edu.jo.

Happiness Level among Secondary School Students in Holey Makkah in Light of Some Variables

Cover Page Footnote

جميع الحقوق محفوظة لجامعة جرش 2020. أستاذ الإرشاد النفسي في جامعة اليرموك، اربد، الأردن. Email: smadi53@hotmail.com
مشرفاً إرشادياً في إدارة تعليم (ذكور) مكة المكرمة. العزيزية، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية. Email: oha22@hotmail.com

This article is available in Jerash for Research and Studies Journal مجلة جرش للبحوث والدراسات:
https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol21/iss2/10

مجلة جرش للبحوث والدراسات المجلد 21 العدد 2، 2020، ص ص 659- 680

مستوى السعادة لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات

أحمد عبد المجيد صمادي * وعبد الرحمن صالح الزهراني **

تاريخ الاستلام: 2019/7/4 تاريخ القبول: 2019/11/16

ملخص

هدفت الدراسة تحديد مستوى السعادة، ودرجة اختلافها، في ضوء متغيرات التخصص، والمستوى التحصيلي، والدخل الشهري للأسرة، ونمط الأسرة. لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة. تكونت عينة الدراسة من 600 طالباً تم اختيارهم من مدارس مكة المكرمة، وبالطريقة العشوائية العنقودية. أجاب المشاركون على مقياس السعادة، الذي طوره الباحثان لهذا الغرض، بعد أن تم التحقق من خصائصه السيكومترية. وبعد اجراء التحليلات الإحصائية المناسبة، كشفت النتائج أن مستوى السعادة، لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة، جاء بدرجة متوسطة (ع= 2.17). كما أظهرت التحليلات الإحصائية عدم وجود فروق ذات دلالة في مستوى السعادة، تعزى لتخصص الطالب الأكاديمي. وأظهرت وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى السعادة، تعزى لمتغيرات المستوى التحصيلي، والدخل الشهري، ونمط الأسرة؛ حيث كانت النتائج لصالح ذوي المستوى التحصيلي من فئتي ممتاز وجيد جداً، مقارنة مع ذوي المستوى التحصيلي من فئة جيد أو أقل. كما كانت الفروق لصالح ذوي الدخل الإقتصادي المتوسط، والمرتفع، مقارنة مع ذوي الدخل الإقتصادي المنخفض. في حين كانت الفروق لصالح أبناء الأسر التي يعيش فيها الوالدان معا ويقومان بوظيفة التنشئة الاجتماعية. وخلصت الدراسة إلى مجموعة من التوصيات.

الكلمات المفتاحية: السعادة، الطلبة، المرحلة الثانوية.

© جميع الحقوق محفوظة لجامعة جرش 2020.

* أستاذ الإرشاد النفسي في جامعة اليرموك، اربد، الأردن. Email: smadi53@hotmail.com

* مشرفاً إرشادياً في إدارة تعليم (ذكور) مكة المكرمة. العزيزية، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية. Email: oha22@hotmail.com

Happiness Level among Secondary School Students in Holey Makkah in Light of Some Variables

Abstract

The study proposed to determine level of happiness among secondary school students in the Holey Makkah, and to examine if there were significant differences in happiness in light of variables as: specialization, achievement level, family monthly income, and family type. A random cluster sample of 600 students answered a life happiness scale after the psychometric of the scale were ensured. A statistical analyses of the data revealed a moderate level (2.17) of happiness among secondary school students in Holey Makkah, There were no statistical significant differences in the level of happiness due to the student specialization, school level, family monthly income, and family type, in favor of those with GPA of excellent and very good levels, compared to those with a good level, There were statistical significant differences in favor of middle and highly income compared to those of low-income, and there were statistical significant differences in favor of the children of families where both parents are living together. The study suggested several recommendations.

Keywords: happiness, students, high school.

مقدمة:

يسعى الناس في حياتهم لتحقيق السعادة، من خلال تحقيق أهدافهم القصيرة، والبعيدة المدى. وبأساليب تتضمن درجات مختلفة من الأنشطة والسلوكات التي يقوم بها كل فرد، وفي مختلف مراحل حياته، وبدرجات متفاوتة نسبياً، كل حسب قدراته، وما يمتلكه من سمات، وما يتاح له من فرص وامكانات.

يتفق غالبية الأفراد على أن السعادة هدف أساسي في حياة كل فرد، ويختلفون في مفهومها، والعوامل التي تساعد في تحقيقها. وتعتبر السعادة من أهم المفاهيم التي يبحث فيها علم الصحة النفسية، وعلم النفس الإيجابي. حيث تقاس الصحة النفسية للفرد بمدى قدرته على التكيف مع الحياة، وتحقيق الذات، وبالتالي تحقيق السعادة؛ حيث أن العلاقة طردية[1] بين السعادة والرضا عن الحياة من جهة، وتقدير الذات من جهة أخرى.

على المستوى العالمي، نشر روت فينهوفن (Ruut Veenhoven) أستاذ دراسات السعادة في جامعة (ارسمس) في هولندا، عدداً كبيراً من الدراسات الإرتباطية اوالمسحية والمقارنة[2] التي أجريت في الكثير من دول العالم، وعلى نوعيات من المبحوثين، تبعا لأعمارهم وجنسياتهم. وأكدت نتائج هذه الدراسات أن السعادة، ترتبط بعدد كبير من المتغيرات الشخصية، والاجتماعية،

والبيئية، والثقافية، والديموغرافية، والأسرية، والصحتين النفسية والجسمية، والقيم، والإتجاهات، والميول، والدين. فضلا عن علاقة السعادة بكثير من الإضطرابات والأمراض.

تعد السعادة هي الغاية القصوى التي يطمح إليها الإنسان منذ القدم، ومفهوم السعادة من المفاهيم التي اهتم بها الفلاسفة. فالبحث 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 بمزاولته لما يمتاز به عن سائر المخلوقات، أي بمزاولة الحياة الناطقة على أكمل وجه. ولكن لا تتحقق السعادة إلا عن طريق الرضا، فهو سر الحصول عليها. فإذا رضي المرء بكل ما يصيبه من كدر وضيق العيش، كان في سعادة مستمرة، إلا إذا فقد هذا الرضا[3].

وهناك العديد من العوامل التي تؤدي إلى سعادة الفرد منها:

أ. السن: تعتبر الطفولة أكثر ارتباطا بالسعادة. ومع ذلك فلكل مرحلة من مراحل الإنسان، ما يمكن أن يجعله سعيداً. فقد عبر أفراد مجموعة أواسط العمر (40- 49 سنة) عن درجة أقل من السعادة التي يشعر بها الشباب، ولكنهم مع ذلك عبروا عن درجة مرتفعة من السعادة[4].

ب. الجنس: تختلف مصادر السعادة لدى الرجال عنها لدى الإناث، إذ يتأثر الرجال أكثر بالعوامل المادية، والإقتصادية. بينما تتأثر الإناث أكثر بالأطفال وصحة الأسرة[5].

جـ. المهنة: يمكن القول أن المهنة ترتبط بالسعادة. فعندما توفر المهنة لصاحبها مكانة اجتماعية مرموقة يزيد تقديره لذاته، وترتفع معنوياته. إضافة إلى أنها مصدر للرزق. كما تتيح للفرد فرصة لبناء علاقات اجتماعية خارج نطاق الأسرة، وهي متنفس لطاقته.

د. التعليم: يكون التعليم مصدرا متجدداً للسعادة، سواء كان من خلال القراءة، أو الإستماع، أو المشاهدة. إضافة إلى أن الشخص المتعلم، تكون له رؤية متسعة للأمور. ولديه قدرة على التكيف مع المشكلات، وإيجاد الحلول لها. كما أن رؤيته لذاته تكون إيجابية، فيزيد من اعتباره لذاته[6].

هـ. المساندة الاجتماعية: ويقصد بها الدعم الذي توفره شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد، سواء كانت تلك العلاقات داخل الأسرة، أو علاقات القرابة، أو الصداقة، أو الجوار، أوغيرها.

و. الطبقة الاجتماعية: لا شك أن من ينتمون إلى الطبقة الاجتماعية العليا، يستطيعون إشباع الكثير من حاجاتهم. ومن ثم فهم أقدر على تحقيق السعادة مقارنة مع غيرهم من أبناء الطبقات الأقل حظاً.

ز. سمات الشخصية: هنالك سمات للشخصية ترتبط بالسعادة أكثر من غيرها. فمثلاً: المرحون هم أكثر شعورا بالسعادة من غيرهم، مقارنة مع أصحاب الأمزجة الأخرى[7].

Jerash for Research and Studies Journal ???? ??? ?????? ?????????, Vol. 21 [2020], Iss. 2, Art. 10

ح. البيئة التي يعيش فيها الشخص: لا شك أن البيئة الريفية الهادئة، تحقق استرخاءً داخلياً أكثر، وهي أقرب إلى الإسترخاء منها إلى التوتر، الذي تولده بيئة المدينة المزدحمة[8].

تذكر ريف وسنجر (Ryff & Singer, 2006) أن السعادة النفسية هي مجموعة من المؤشرات، تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام. وتتحدد بستة مكونات رئيسة[9] هي:

- الاستقلالية: استقلالية الفرد، وقدرته على اتخاذ القرار، ومقاومة الضغوط الاجتماعية، وضبط تنظيم السلوك الشخصي أثناء التفاعل مع الأخرين.
- التمكن البيئي: قدرة الفرد على التمكن من تنظيم الظروف، والتحكم في كثير من الأنشطة، والاستفادة بطريقة فعالة من الظروف المحيطة، وتوفير البيئة المناسبة، والمرونة الشخصية.
- التطور الشخصي: قدرة الفرد على تنمية وتطوير قدراته، وزيادة فعاليته، وكفاءته الشخصية. وفي الجوانب المختلفة، والشعور بالتفاؤل.
- العلاقات الإيجابية مع الأخرين: قدرة الفرد على تكوين وإقامة صداقات، وعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين على أساس من الود، والتعاطف، والثقة المتبادلة، والتفهم، والتأثير، والصداقة، والأخذ، والعطاء.
- الحياة الهادفة: قدرة الفرد على تحديد أهدافه في الحياة بشكل موضوعي. وأن يكون له هدف، ورؤية واضحة توجه سلوكاته، مع المثابرة على تحقيق أهدافه.
- تقبل الذات: قدرة الفرد على تحقيق الذات، وتقبل المظاهر المختلفة لها، بكل ما فيها من جوانب إيجابية وسلبية.

تتميز الشخصية السعيدة عن غيرها ببعض الخصائص: كالثقة بالنفس، والتفكير بطريقة واقعية، وممارسة الرياضة، وقوة المعتقدات الدينية، واستغلال الصداقة، والإيجابية والتطور، والتعلم، وحب القراءة، والمرح[10].

اختلفت النظريات النفسية[11] في تفسير سعادة الفرد؛ حيث ترى نظرية التحليل النفسي أن السعادة تتحقق عندما ينجح الفرد في اشباع غريزتي الحياة والموت، من خلال نجاح الأنا، في اشباع دوافع الهو، بما يتوافق مع مطالب الأنا الأعلى. وترى المدرسة السلوكية أن السعادة تتحقق من خلال الحصول على المعززات الإيجابية، وتجنب العقوبات. كما ترى النظرية الواقعية أن سعادة الفرد، تنتج بعد حصول الفرد على ما يريد، وبالتالي اشباع حاجاته الملحة. في حين ترى المدرسة الإنسانية أن السعادة تتحقق بنجاح الفرد في تحقيقه لذاته. وذلك من خلال تحقيق

https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol21/iss2/10 4

الإنسجام بين الذات الحقيقية، والذات الاجتماعية، والذات المثالية، وفي جو من التقبل غير المشروط، توفره البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها.

تصدت العديد من الدراسات العربية والأجنبية لمفهوم السعادة لدى العديد من الفئات العمرية وخاصة المراهقين، وفي ضوء العديد من المتغيرات. فقد كشفت احدى الدراسات[12] التي أجريت في النرويج عن أن 88.9% من الطلاب سعداء جدًا، أو سعداء، وأن زيادة مستوى التوتر، يقلل من الشعور بالسعادة لدى الطلاب. كما كشفت دراسة أخرى[13] ارتفاع معدلات السعادة، لدى طلاب المرحلة الاعدادية، مقارنة مع طلبة المرحلة الثانوية. كما كشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق جوهرية بين متوسطات الطلبة من الذكور والإناث، ولصالح الذكور. في حين كشفت دراسة أخرى[14] عن وجود علاقة موجبة بين الشعور بالسعادة، والرضا عن الحياة، وتقديرالذات. وعدم وجود علاقة بين الشعور بالسعادة، ووجهة الضبط الداخلي، والقلق الاجتماعي، والشعور بالوحدة النفسية. في حين أظهرت دراسة مصرية[15] وجود عوامل تعزز من السعادة مثل: المكانة الاجتماعية، والزواج، والصحة الجيدة، والعمر، وقوة العلاقة مع الأصدقاء. وعوامل أخرى تضعف الإحساس بالسعادة مثل: عدم الزواج، وانخفاض المستوى التعليمي. كما أكد ذلك دراسة مصرية أخرى[16]. وكشفت إحدى الدراسات[17] أن هناك علاقة إيجابية، بين زيادة الدخل، والسعادة. وأظهرت كذلك أن ذوي مستوى التعليم المرتفع، كانوا أعلى في مستوى السعادة، مقارنة مع ذوي التعليم المنخفض. في حين كشفت دراسة[18] أجريت في فلسطين المحتلة عدم وجود فروق دالة في مستوى السعادة، تعزى إلى الجنس والتخصص. في حين أظهرت التحليلات وجود فروقاً دالة بين المستوى الاقتصادي العالي من جهة، وكل من المستوى الاقتصادي المتوسط والمنخفض، من جهة أخرى؛ وجاءت الفروق لصالح ذوي المستوى الاقتصادي المرتفع. كما أضافت إحدى الدراسات[19] وجود علاقة ارتباط موجبة، ودالة بين الانبساطية والسعادة، ووجود علاقة ارتباط سالبة، ودالة بين العصابية والسعادة. وكان تقدير الذات والعلاقة مع الوالدين منبئان قويان بالسعادة. ووجود علاقة إيجابية دالة بين السعادة، والذكاء الأخلاقي. وعدم وجود فروق ذات دلالة في مستوي السعادة، والذكاء الأخلاقي، تعزي لأثر الجنس. ووجود فروق في مستوي السعادة، تعزي لأثر الصف؛ وجاءت الفروق لصالح طلبة الصف الثالث الأساسي[20]. وأضافت دراسة تركية[21] أن لاستخدام وسائل التواصل الإجتماعي قدرة تنبؤية عالية في مستوى السعادة لدى الطالبات. كما أكدت تجربة تركية[22] إمكانية تحسين مستوى السعادة لدى طلبة المرحلة الثانوية، من خلال بعض البرامج التدريبية.

يتضح من عرض نتائج الدراسات، وغياب المعلومات عن مستوى السعادة لطلبة المرحلة الثانوية في المملكة العربية السعودية عامة، ولطلبة المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة خاصة، تأتي هذه الدراسة لسد الفجوة، وتسليط الضوء على هذه الظاهرة، من خلال تحديد مستوى

Jerash for Research and Studies Journal ???? ??? ?????? ?????????, Vol. 21 [2020], Iss. 2, Art. 10

السعادة، ودراسة اختلافها بإختلاف بعض المتغيرات، من مثل: التخصص الأكاديمي للطالب، ومستوى دخل الأسرة الشهري، والمستوى التحصيل الأكاديمي للطالب، ونمط الأسرة التي يعيش فيها.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

نظراً لأهمية مرحلة المراهقة، وأهمية مستوى السعادة الحياتية لدى المراهقين عامة، وفي المجتمع السعودي خاصة، وفي ظل ندرة الدراسات عن السعادة لدى المراهقين السعوديين (حسب علم الباحثين)، وغياب المعلومات حول مستوى السعادة لدى طلبة المرحلة الثانوية في مكة المكرمة، وغياب المعلومات عن مدى اختلافها بإختلاف بعض المتغيرات: كالتخصص الأكاديمي للطالب، ومستوى دخل الأسرة الشهري، والمستوى التحصيلي للطالب، ونمط الأسرة التي يعيش فيها. لذا تأتي هذه الدراسة، وتتلخص مشكلها من خلال الإجابة عن السؤالين التاليين:

السؤال الأول: ما مستوى السعادة لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة؟

السؤال الثاني: هل يختلف مستوى السعادة لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة، بإختلاف متغيرات: التخصص، ومستوى دخل الأسرة الشهري، والمستوى التحصيلي للطالب، ونمط الأسرة التي يعيش فيها؟

تعريف السعادة

يعرف البهاص السعادة: انها انفعال وجداني إيجابي ثابت نسبيا، يتمثل في إحساس الفرد بالبهجة، والفرح، والسرور، وغياب المشاعر السلبية من خوف، وقلق، واكتئاب. والتمتع بصحة البدن والعقل. بالإضافة إلى الشعور بالرضا الشامل في مجالات الحياة المختلفة. وللسعادة أبعاد ثلاثة هي: التوازن الوجداني، والصحة الجسمية، ووالصحة العقلية، والرضا عن الحياة[23]. ولأغراض البحث الحالي، فيعرف الباحثان السعادة إجرائياً، بأنها مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب، على مقياس أكسفورد للسعادة، والذي عربه أحمد عبد الخالق وطوره الباحثان، لتحقيق أغراض هذه الدراسة.

أهداف الدراسة

تهدف الدراسة إلى تحقيق ما يلي:

1- التعرف على مستوى السعادة، لدى طلبة البمرحلة الثانوية، في مدينة مكة المكرمة.

https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol21/iss2/10

2- التعرف على مدى اختلاف السعادة، باختلاف متغيرات: التخصص الأكاديمي للطالب، ومستوى دخل الأسرة الشهري، والمستوى التحصيلي للطالب، ونمط الأسرة التي يعيش فيها.

أهمية الدراسة

تكمن أهمية الدراسة فيما يلي:

من الناحية النظرية: يمكن للدراسة الحالية، أن تقدم قاعدة معلومات حول مستوى السعادة، لدى شريحة مهمة من مجتمع مكة المكرمة، ولمرحلة عمرية حساسة كمرحلة المراهقة، وتقديم معلومات حول العوامل التي تؤثر في مستوى السعادة مثل: تخصص الطالب الأكاديمي، ومستوى دخل الأسرة الشهري، والمستوى التحصيلي للطالب. وبالتالي اثراء المكتبة التربوية السعودية بقاعدة بيانات يمكن البناء عليها في دراسات لاحقة.

ومن الناحية التطبيقية: يمكن للدراسة الحالية، أن تساعد المخطط التربوي في دمج مفهوم السعادة في المناهج الدراسية، والأنشطة المدرسية اللامنهجية الخاصة بهذه الفئة العمرية. كما ستساعد المرشدين في تصميم البرامج الإرشادية، وتطوير الأنشطة التي ستساعد في رفع مستوى السعادة لديهم؛ والأخذ بعين الإعتبار متغيرات الدراسة عند تصميم هذه البرامج.

الطريقة والاجراءات

مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلاب المرحلة الثانوية بمدينة مكة المكرمة، والبالغ عددهم (24540) طالبا مسجلين للعام الدراسي 1436/1435هـ، حسب إحصائيات إدارة التربية والتعليم بمكة المكرمة. تم اختيار عينة عشوائية عنقودية متعددة المراحل، حيث تم تحديد المناطق التعليمية في مدينة مكة المكرمة (الشمال –الجنوب – الشرق – الغرب – الوسط)، ثم اختيار مجموعة عشوائية من المدارس، من داخل تلك المناطق التعليمية، وثم الإختيار حسب الصف الدراسي، وأخيرا الإختيار العشوائي حسب الشعبة. بلغ عدد الإستبانات التي تم استرجاعها، وخضعت للتحليل الإحصائي (600) استبانة، ويبن جدول (1) وصف لتوزيع العينة حسب متغيرات الدراسة.

مقياس السعادة

لتحقيق أهداف الدراسة، ولأغراض جمع البيانات، قام الباحثان بتطوير قائمة أكسفورد للسعادة التي عربها عبد الخالق[24]. تتكون القائمة من 29 بنداً في صورتها العربية المعدلة، صيغت جميع بنود القائمة بصورة ايجابية. وهي أحادية البعد، يتم الحصول على الدرجة الكلية من القائمة.

جدول (1): توزع عينة الدراسة في ضوء المتغيرات

المتغير	فئات المتغير	العدد
التخصص	طبيعي	302
	إنساني	298
المستوى التحصيلي	جيد فأقل	104
	جيد جدا	275
	ممتاز	221
الدخل الشهري للأسرة	أقل من 5000 ريال	168
	من 5001 – 1000 ريال	212
	أكثر من 10001 ريال	220
نمط الأسرة	الوالدان يعيشان معا	530
	الوالدان منفصلان	70

صدق المقياس: تتمتع القائمة الأصلية بمؤشرات صدق عالية، كالصدق التنبؤي، وصدق التلازمي. كما تتمتع بدلالات ثبات مرتفعة، كالإتساق الداخلي، وثبات الإستقرار. كما قام عبد الخالق[25] بالتحقق من صدق وثبات القائمة في البيئة العربية، كالمجتمع الكويتي، على عينات متنوعة من طلبة المرحلة الثانوية، وطلبة المرحلة الجامعية، والموظفين والموظفات.

ولأغراض الدراسة الحالية، تم التأكد من صدق مقياس السعادة، من خلال عرضه على عشرة من المتخصصين في الإرشاد، وعلم النفس، والقياس في جامعة أم القرى في مكة المكرمة، وطلب منهم إبداء أرائهم بفقرات المقياس، من حيث: وضوح الفقرات، وسلامتها اللغوية، ومناسبتها لطلبة المرحلة الثانوية، وقياسها لمفهوم السعادة. اعتمد الباحثان معيار 80% كحد أدنى لقبول الفقرات وإجراء التعديلات الضرورية، وبعد تطبيق هذا المعيار، قبلت جميع فقرات المقياس مع تعديل بعضها. وللحصول على مؤشرات إضافية لصدق المقياس، كصدق البناء، فقد تم تجريبة على عينة استطلاعية مكونة من (35) طالباً من خارج عينة الدراسة، وتم حساب معامل ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية على المقياس، والتي تراوحت ما بين0.132 إلى 0.704، حيث جاء ارتباط الفقرة 25 متدنياً، اما بقية الفرات فقد كان أدنى معامل ارتباطها هو 0.352. وهي ذات دلالة عند مستوى ($\alpha=0.05$). وبناء على ما سبق يرى الباحثان أن مقياس السعادة، يتمتع بدرجة مقبولة من الصدق.

ثبات المقياس: تتمتع القائمة الأصلية بدلالات ثبات مقبولة، وبعد تعريبها للبيئة العربية تم التأكد من ثباتها، بحساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، وكان معامل الثبات 0,82 0 كماتم

حساب معامل كرونباخ – ألفا، كمؤشر للإتساق الداخلي، وتبين أن قيمته هي (88,.)، وتعد هذه القيم جيدة لأغراض البحث العلمي.

للتأكد من مناسبة مقياس السعادة للدراسة الحالية من حيث الثبات، فقد تم حساب قيمة كرونباخ - الفا للدرجة الكلية على المقياس والتي بلغت (0.874). كما تم حساب معامل الإستقرار للمقياس، من خلال حساب معامل الإرتباط بين مرتي التطبيق، وبفارق زمني مدته اسبوعان للعينة الإستطلاعية، والتي ضمت (35) طالباً والذي بلغ (0.774). وهما مؤشران مقبولان للثبات لأغراض الدراسة الحالية.

تصحيح المقياس: تعطى الدرجة (3) للاستجابة كبيرة، والدرجة (2) للاستجابة متوسطة، والدرجة (1) للاستجابة قليلة. ويمكن للدرجة الكلية على المقاييس أن تتراوح ما بين 29و 87. ووفقا لتدريج المقياس الثلاثي تم استخدام المعيار التالي للحكم على مستوى الاستجابة:

مدى الاستجابة = أعلى تدريج – أقل تدريج = 3 – 1 = 2

طول الفئة = مدى الاستجابة / عدد فئات الاستجابة = 3/2 = 0.66

وبالتالي تكون معايير الحكم على مستويات السعادة كما يلي: أقل من 1,66 = مستوى منخفض، ما بين1,67 إلى 2,33= مستوى متوسط، أكثر من 2,34 = مستوى مرتفع.

النتائج والمناقشة

نتائج السؤال الأول والذي نصه: ما مستوى السعادة لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة؟

للإجابة عن هذا السؤال، استخدمت بعض مقاييس الإحصاء الوصفي، والتي شملت المتوسط الحسابي، والوسيط، والمنوال، ومعامل الإلتواء، والمدى، والإنحراف المعياري، ومعامل التفلطح. حيث أن هذه المقاييس الوصفية تعطي تصوراً واضحاً عن طبيعة وتوزيع متغير السعادة، لدي طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة، وكانت النتائج كما في الجدول (2):

Jerash for Research and Studies Journal ???? ??? ?????? ?????????, Vol. 21 [2020], Iss. 2, Art. 10

جدول (2): مستوى السعادة لدي طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة

الإحصاء	القيمة
المتوسط الحسابي	2.17
الوزن النسبي للمتوسط الحسابي	%72.33
الوسيط	2.18
المنوال	2.32
معامل الالتواء	0.27
أقل قيمة	1.21
أكبر قيمة	2.89
المدى	1.68
الانحراف المعياري	0.27
معامل التفلطح	0.22

من خلال نتائج الجدول (2) يتضح أن قيمة المتوسط الحسابي لمستوى السعادة لدي طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة يساوي (2.17) من أصل (3) درجات، أي بوزن نسبي (72.33%)، لذا يمكن القول أن مستوى السعادة لدي طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة - وبعد تطبيق المعيار المعتمد للحكم على مستوى السعادة- هو بدرجة متوسطة. ولإعطاء صورة أوضح عن شكل التوزيع التكراري لمستوى السعادة لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة، تمت المقارنة بين قيم المتوسط الحسابي، والوسيط، والمنوال. ولوحظ أن قيمة المتوسط الحسابي (2.17)، والوسيط (2.18)، والمنوال (2.32)، أي أن قيمة المتوسط الحسابي أصغر قليلا من قيمة الوسيط، والوسيط أصغر قليلا من قيمة المنوال. لذا يمكن استنتاج أن التوزيع التكراري، لمتغير مستوى السعادة لدي طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة، هو توزيع ملتوي التواءً سالباً قليلاً، أي أن غالبية الطلاب درجاتهم أكبر من قيمة المتوسط الحسابي. وهذه النتيجة تؤكدها قيمة المنوال (2.32)، حيث أن المنوال هو الدرجة الأكثر انتشاراً بين أفراد عينة الدراسة، وهي أكبر من قيمة المتوسط الحسابي (2.17). ويؤكد النتائج السابقة قيمة معامل الالتواء، حيث أن قيمة معامل الالتواء تساوي (-0.27)، أي أن قيمته تقل عن الصفر، أي أن التوزيع التكراري لمتغير مستوى السعادة لدي طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة، هو توزيع ملتوي التواءً سالباً، وهي نفس النتيجة التي تم التوصل إليها من مقارنة قيم المتوسط الحسابي، والوسيط، والمنوال.

https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol21/iss2/10

ولمعرفة مدى تشتت أفراد عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة في مستوى السعادة، يلاحظ أن أقل متوسط حسابي يساوي (1.21)، وأعلى متوسط حسابي يساوي (2.89)، أي أن المدى يساوي (1.68). وهي تشير إلى وجود تشتت بين درجات الطلاب في مستوى السعادة، وهذه النتيجة تتفق تماما مع قيمة الانحراف المعياري (وهو يعطي مؤشراً عن تشتت أفراد عينة الدراسة عن قيمة المتوسط الحسابي)، حيث بلغت قيمة الانحراف المعياري (0.27). كما استخدم الباحثان معياراً إحصائياً آخر، بخلاف الانحراف المعياري، لإعطاء صورة أوضح عن تشتت درجات الطلاب في مستوى السعادة، وهو معامل التفلطح، وكانت قيمته تساوي (0.22)، أي أقل من (3)، أي أن هناك تشتت في درجات الطلاب في مستوى السعادة.

فخلاصة جميع المؤشرات السالفة، تؤكد أن مستوى السعادة لدي طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة هو بدرجة متوسطة. كما أن أكثر الطلاب درجاتهم أكبر من المتوسط الحسابي لمستوى السعادة. ويجب ألا يتصور البعض أن هذا يعني أن مستوى السعادة مرتفع، ولكن وبالرغم من أن كثير من الطلاب درجاتهم أعلى من المتوسط الحسابي، إلا انه يجب الأخذ بعين الإعتبار أن قيمة المتوسط الحسابي ليست مرتفعة بل هي قيمة متوسطة (2.17). كذلك توجد فروق فردية واضحة بين الطلاب في مستوى السعادة، حيث أن الفروق الفردية يعبر عنها بمدى انحراف درجات الفرد عن قيمة المتوسط الحسابي للمجموعة التي ينتمي إليها الفرد، وهذا ما أشارت إليه قيم الانحراف المعياري، ومعامل الالتواء، ومعامل التفلطح.

ويمكن إرجاع النتائج السابقة إلى أن الطالب في فترة المراهقة يمر بتغيرات فيزيولوجية، وجسمية، ونفسية، تؤثر في مستوى السعادة لدية. يضاف إلى ذلك نمط التنشئة الاجتماعية، والبيئة المحيطة، والثقافة السائدة في مجتمع مكة المكرمة، والتي توصف بأنها بيئة تقليدية محافظة، تخلو من الأنشطة الترفيهية التي تتيح للفرد حرية التعبير عن ذاته للوصول إلى مستويات أعلى من السعادة. كما أن النظام التعليمي في المملكة العربية السعودية يخلو من الفرص التدريبية، والأنشطة المحببة للطالب، مما يجعل الحياة المدرسية أقل متعة، ولا تبعث على السعادة، والسرور. تتفق هذه النتيجة مع نتائج بعض الدراسات[26]، من حيث الكشف عن مستويات متوسطة من السعادة لدى طلبة المرحلة الثانوية. لذا يرى الباحثان أن هناك حاجة لرفع مستوى السعادة لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة.

Jerash for Research and Studies Journal ???? ??? ?????? ?????????, Vol. 21 [2020], Iss. 2, Art. 10

نتائج الإجابة عن السؤال الثاني والذي نصه: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات السعادة لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة، تعزى لاختلاف متغيرات: التخصص، والمستوى التحصيلي، والدخل الشهري للأسرة، ونمط الأسرة؟

للإجابة عن السؤال الثاني تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لدرجات أفراد عينة الدراسة، في ضوء متغيراتها، والجدول (3) يلخص النتائج:

جدول (3): المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لمستوى السعادة، في ضوء متغيرات الدراسة

المتغير	فئات المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التخصص	طبيعي	302	2.18	0.28
	إنساني	298	2.17	0.27
المستوى التحصيلي	جيد	104	2.05	0.27
	جيد جدا	275	2.14	0.26
	ممتاز	221	2.22	0.28
الدخل الشهري للأسرة	أقل من 5000 ريال	168	2.09	0.18
	من 5001 – 1000 ريال	212	2.19	0.22
	أكثر من 10001 ريال	220	2.22	0.22
نمط الأسرة	الوالدان يعيشان معا	530	2.18	0.21
	الوالدان منفصلان	70	2.02	0.18

يتضح من الجدول (3) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لدرجات الطلبة على مقياس السعادة. ولإختبار دلالة هذه الفروق إحصائياً، أجري تحليل التباين الرباعي (عديم التفاعل) كما في جدول (4).

https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol21/iss2/10

جدول (4): تحليل التباين الرباعي لمتوسطات درجات السعادة حسب متغيرات الدراسة

مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
التخصص	0.009	1	0.009	0.132	0.724
المستوى التحصيلي	1.400	2	0.700	10.294	0.000
الدخل الشهري للأسرة	0.581	2	0.291	4.279	0.018
نمط الأسرة	0.324	1	0.324	4.764	0.015
الخطأ	40.416	593	0.068		
المجموع	42.730	599			

يتضح من الجدول (4) عدم وجود فروق دالة إحصائيا، بين متوسطات درجات مستوى السعادة. تعزى لمتغير اختلاف التخصص. ويعزو الباحثان ذلك ربما لتجانس العينة كونها مكونة في مجملها من طلاب مرحلة واحدة وبيئة واحدة، وربما لتقارب العمر، وتقارب المستوى التحصيلي بينهم، كلا حسب تخصصه، وقناعة كل طرف بالتخصص الذي اختاره، ويتفق ذلك مع نتائج سابقة[27].

المقارنة حسب المستوى التحصيلي

يتضح من الجدول (4) وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات مستوى السعادة، تعزى لمتغيرالمستوى التحصيلي للطلبة. ولتحديد مصادر هذه الفروق، تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية، وكانت نتائجه كما في جدول (5):

جدول (5): نتائج اختبار شيفيه لتحديد مصادر الفروق في مستوى السعادة حسب المستوى الدراسي.

المستوى التحصيلي	المتوسطات الحسابية	جيد	جيد جدا	ممتاز
جيد فأقل	2.05	-	فروق دالة	فروق دالة
جيد جدا	2.14		-	فروق دالة
ممتاز	2.21			-

يتضح من الجدول (5) أن الفروق في مستوى السعادة جاءت لصالح الطلبة من ذوي التحصيل من مستويي ممتاز وجيد جداً، مقارنة مع من كان مستوى تحصيلهم جيد فأقل، وكذلك لصالح ذوي المستوى الممتاز مقارنة مع ذوي التحصيل من مستوى جيد جداً. ويمكن تفسير ذلك، بأنه كلما تحسن مستوى تحصيل الطالب الأكاديمي، فإنه يعطيه الشعور بالرضا لتحقيق

Jerash for Research and Studies Journal ???? ??? ?????? ?????????, Vol. 21 [2020], Iss. 2, Art. 10

أهدافه، وأهداف المرحلة التي يعيش فيها؛ فيتحسن مستوى تقدير الذات لديه. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج بعض الدراسات السابقة[28].

المقارنة حسب الدخل الشهري للأسرة: يتضح من الجدول (4) وجود فروق دالة إحصائيا، بين متوسطات درجات مستوى السعادة لدى الطلبة، تعزى لمتغير مستوى الدخل الشهري. ولتحديد مصادر هذه الفروق، تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية، وكانت نتائجه كما في جدول (6):

جدول (6): نتائج اختبار شيفيه لتحديد مصادر الفروق في مستوى السعادة حسب الدخل الشهري للأسرة.

الدخل الشهري للأسرة بالريال	المتوسطات الحسابية	أقل من 5000 ريال	من 5001 – 10000 ريال	أكثر من 10001 ريال
أقل من 5000	2.09	-	فروق دالة	فروق دالة
من 5001 – 10000	2.19		-	-
أكثر من 10001	2.22			-

يتضح من الجدول (6) أن الطلاب ممن يتجاوز دخل أسرهم الشهري (5001) ريالاً، قد حققوا درجات أعلى، مقارنة مع الطلاب الذين كان دخل أسرهم أقل من 5000 ريالاً، وأن الطلبة من أسر يتجاوز دخلها الشهري (10001) ريالاً، قد حققوا درجات أعلى، ممن جاءوا من أسر يتراوح دخلها الشهري (5001 – 10000) ريالاً شهرياً، مما يؤكد تأثير العامل الاقتصادي في مستوى السعادة لدى هؤلاء الطلاب؛ فكلما ازداد دخل الأسرة الشهري فإنه يصبح لدى الأسرة الإمكانيات لتوفير كل سبل الراحة والسعادة لأبنائها. وتتفق هذه النتيجة حول تأثير وأهمية العامل الإقتصادي في توفير سبل السعادة لدى طلبة المرحلة الثانوية المراهقين مع نتائج بعض الدراسات السابقة[29].

المقارنة حسب نمط الأسرة: يتضح من الجدول (4) كذلك وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات مستوى السعادة لدى الطلاب تعزى لمتغير اختلاف نمط الأسرة؛ حيث جاءت الفروق لصالح من يعيشون مع أسرهم، بحيث يتشارك الوالدان في مهام التنشئة الإجتماعية، مقارنة مع من يعيش في أسرة يغيب فيها أحد الوالدين. ويعزو الباحثان ذلك إلى شعور الطالب بالأمن، والسكينة، والاطمئنان، نتيجة وجود الوالدين، وجهودهما التى يبذلانها معاً في تهيئة الجو المناسب للإبن، وتوفير كافة احتياجاته، والمشاركة معاً بالقيام بوظائف التنشئة الاجتماعية.

https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol21/iss2/10 14

وبالتالي فإن المراهق يحس بمستويات أعلى من السعادة، والطمأنينة، وجودة الحياة. تتفق هذه النتيجة مع نتائج إحدى الدراسات[30].

التوصيات: انطلاقاً من هذه النتائج يوصي الباحثان بما يلي:

1. توفير الدعم المالي للطلبة ممن يقل مستوى الدخل الشهري لأسرهم عن خمسة الاف ريالاً.
2. توفير الدعم النفسي والإرشادي للطلبة من ذوي التحصيل المتدني.
3. عقد الورش التدريبية في مفاهيم السعادة لطلبة المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة.
4. اعطاء حصص توجيهية، وتوزيع النشرات الإعلامية لطلبة المرحلة الثانوية عن أساليب السعادة، لرفع مستوى السعادة لديهم.
5. اجراء المزيد من الدراسات عن السعادة للطلبة في ضوء متغيرات جديدة كالجنس، والعمر، ومنطقة السكن.

الهوامش

1- أنظر: أماني عبدالوهاب. السعادة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من المراهقين من الجنسيين. *مجلة البحوث النفسية والتربوية*، العدد الثاني، (2016)، ص254- 308.

2- أنظر: أحمد عبد الخالق. معدلات السعادة لدى عينات مختلفة من المجتمع الكويتي. القاهرة.مجلة دراسات نفسية، المجلد الثالث عشر، العدد الرابع، (2003)، ص581 – 612.

3- أنظر: محمد العجيمي. السعادة والرضا الوظيفي علاقة تبادلية تكاملية. مطبعة النهضة، بيروت، (2002).

4- أنظر: سيد خليفة. السعادة لدي الإنسان: دراسة في المراحل العمرية المختلفة. مؤسسة الكويت للنشر، الكويت، (2002).

5- أنظر: حمزة الدريني. الفروق الفردية في السعادة. القاهرة، المؤسسة الجامعية للنشر والتوزيع. القاهرة، (2004).

6- أنظر: يوسف صالح. كيف تكون سعيداً. مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، (2005).

7- أنظر: محمد عبدالله. مدخل إلى الصحة النفسية. دارالفكرللنشر، عمان، (2001).

8- أنظر: محمد عبدالعظيم. السعادة لدى كبار السن. القاهرة: مكتبة مصر العامة، القاهرة، (2011).

9- المشار إليه في: محمد أبو هاشم السيد. النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية، جامعة بنها. العدد الحادي والثمانون، (2010)، ص 268 – 350.

Jerash for Research and Studies Journal ???? ??? ?????? ?????????, Vol. 21 [2020], Iss. 2, Art. 10

10- أنظر: سناء سليمان. السعادة والرضا: أمنية غالية وصناعة راقية. عالم الكتب للنشر، القاهرة، (2010).

11- أنظر: جيرالد كوري. النظرية والتطبيق في الإرشاد والعلاج النفسي (ترجمة رياض ملكوش). دار الفكر، عمان، (2011).

12 - أنظر: Natvig, G., Albrektsen, G. & Qvarnstrom, U. (2003). "Association between psychosocial factors and happiness among School adolescents". *International Journal of Nursing Practice*, 9(3), 166-175.

13- أنظر: سحر علام. معدلات السعادة الحقيقية لدى عينة من طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية. مجلة دراسات نفسية، **المجلد** الثامن عشر، العدد الثاني، (2008)، ص431 – 465.

14- أنظر: أماني عبدالوهاب. السعادة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من المراهقين من الجنسيين. مجلة البحوث النفسية والتربوية، العدد الثاني، (2016)،ص 254- 308.

15- أنظر: عبد الفتاح الفنجري. السعادة بين علم النفس الإيجابي والصحة النفسية. مؤسسة الإخلاص للطباعة والنشر، القاهرة، (2006).

16- أنظر: عطية البدر. معدلات السعادة لدى فئات مختلفة من المجتمع المصري. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الإسكندرية، مصر، (2013).

17- أنظر: Mahadha. & Rawat. T. (2008): Economic grown Income and happiness *an* exploratory study. *South African Journal of Economics*. 76(2), 276-290.

18- أنظر: أكرم شعبان. العلاقة بين السعادة والذكاء الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية في منطقة عكا. رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان، الأردن، (2010).

19- أنظر: Willis, (2014). The relationship between personal self-esteem and happiness and depression, *Journal of Educational Psychology*,. 42(4), pp.159-167.

20- أنظر: عايدة محمد، وحسين الصفدي. السعادة وعلاقتها بالذكاء الأخلاقي لدى عينة من طلبة المرحلة الأساسية في مدارس الكرامة الأساسية في منطقة الأغوار الوسطى. مجلة كلية التربية في جامعة الإسكندرية، المجلد السادس والعشرون، العدد السادس، (2016)، ص 347 – 369.

21- أنظر: Dogan, U. (2016). Effects of social network use on happiness and life satisfaction of high school students: Case of facebook and twitter. Education & Science, 41(183), 217 – 231..

22- أنظر: Esmaeil, H. & Hossaein, M. (2017). The effectiveness of mindfulness training on students happiness. *Research in clinical psychology & counseling*, 6(2), 111 – 120.

https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol21/iss2/10 16

23- أنظر: سيد البهاص. (2009). العفو كمتغيروسيط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة لدى طلبة الجامعة. مجلة الارشاد النفسي، العدد الثالث والعشرون، (2009)، ص 327-378.

24- أنظر: قام بالتعريب أحمد عبد الخالق. استخبارات الشخصية (ط3). الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، (2001).

25- المرجع السابق.

26- أنظر نتائج دراسة: أكرم شعبان. العلاقة بين السعادة والذكاء الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية في منطقة عكا. رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان، الأردن، (2010).

27- اتفقت مع دراسة: Natvig, G., Albrektsen, G. & Qvarnstrom, U. (2003). "Association between psychosocial factors and happiness among School adolescents". *International Journal of Nursing Practice*, 9(3), 166-175.

ودراسة: أكرم شعبان. العلاقة بين السعادة والذكاء الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية في منطقة عكا. رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان، الأردن، (2010).

ودراسة: عايدة محمد، وحسين الصفدي. السعادة وعلاقتها بالذكاء الأخلاقي لدى عينة من طلبة المرحلة الأساسية في مدارس الكرامة الأساسية في منطقة الأغوار الوسطى. مجلة كلية التربية في الإسكندرية، المجلد السادس والعشرون، العدد السادس، (2016)، ص 347 – 369.

28- اتفقت مع نتائج دراسة: عبد الفتاح الفنجري. السعادة بين علم النفس الإيجابي والصحة النفسية. مؤسسة الإخلاص للطباعة والنشر، القاهرة، (2006).

ودراسة: عطية البدر. معدلات السعادة لدى فئات مختلفة من المجتمع المصري. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الإسكندرية، مصر،(2013).

ودراسة: Mahadha. & Rawat. T. (2008): Economic grown Income and happiness an exploratory study. *South African Journal of Economics*. 76(2), 276-290.

29- اتفقت مع نتائج دراستين هما:

دراسة: Mahadha. & Rawat. T. (2008): Economic grown Income and happiness *an* exploratory study. *South African Journal of Economics*. 76(2), 276-290.

ودراسة أكرم شعبان. العلاقة بين السعادة والذكاء الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية في منطقة عكا. رسالة ماجستي، كلية الدراسات العليا، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان، الأردن، (2010).

30- هي دراسة: Willis, (2014). The relationship between personal self-esteem and happiness and depression, *Journal of Educational Psychology*,. 42(4), pp.159-167.

Jerash for Research and Studies Journal ???? ??? ?????? ?????????, Vol. 21 [2020], Iss. 2, Art. 10

المراجع العربية والأجنبية:

أولاً: المراجع العربية:

البدر، عطية. (2013). **معدلات السعادة لدى فئات مختلفة من المجتمع المصري**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الإسكندرية، مصر.

البهاص، سيد. (2009). العفو كمتغيروسيط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة لدى طلبة الجامعة. **مجلة الارشاد النفسي**، (23)، 327- 378.

خليفة، سيد. (2002). **السعادة لدى الإنسان: دراسة في المراحل العمرية المختلفة**. الكويت: مؤسسة الكويت للنشر.

الدريني، حمزة. (2004). **الفروق الفردية في السعادة**. القاهرة: المؤسسة الجامعية للنشر والتوزيع.

السالم، عبد الرحمن. (2009). **السعادة وعلاقتها بالذكاء الوجداني**. القاهرة: مكتبة مبارك.

سليمان، سناء. (2010). **السعادة والرضا أمنية غالية وصناعة راقية**. القاهرة: عالم الكتب للنشر.

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

شعبان أكرم. (2010). **العلاقة بين السعادة والذكاء الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية في منطقة عكا**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان، الأردن.

صالح، يوسف. (2005). **كيف تكون سعيداً**. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

عبدالله، محمد. (2001). **مدخل إلى الصحة النفسية**. عمان: دارالفكر للنشر.

عبد الخالق، أحمد. (2003). معدلات السعادة لدى عينات مختلفة من المجتمع الكويتي. القاهرة. **مجلة دراسات نفسية**، 13(4)، 581 – 612.

https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol21/iss2/10

عبد الخالق، أحمد. (2001). **استخبارات الشخصية**. (ط3). الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

عبدالعظيم، محمد. (2011). **السعادة لدى كبار السن**. القاهرة: مكتبة مصر العامة.

عبدالوهاب، أماني. (2016). السعادة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من المراهقين من الجنسيين. **مجلة البحوث النفسية والتربوية**، (2)، 254- 308.

العجيمي، محمد. (2002). **السعادة والرضا الوظيفي علاقة تبادلية تكاملية**. بيروت: مطبعة النهضة.

علام، سحر. (2008). معدلات السعادة الحقيقية لدى عينة من طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية. **مجلة دراسات نفسية**، 18(2)، 431- 465.

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

كوري، جيرالد. (2011). **النظرية والتطبيق في الإرشاد والعلاج النفسي**، (ترجمة رياض ملكوش). عمان: دار الفكر.

محمد، عايدة والصفدي، حسين. (2016).).السعادة وعلاقتها بالذكاء الأخلاقي لدى عينة من طلبة المرحلة الأساسية في مدارس الكرامة الأساسية في منطقة الأغوار الوسطى. **مجلة كلية التربية في الإسكندرية**، 26(6)، 347 – 369.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

Dogan, U. (2016). Effects of social network use on happiness and life satisfaction of high school students: Case of facebook and twitter. *Education & Science*, 41(183), 217 – 231.

Esmaeil, H. & Hossaein, M. (2017). The effectiveness of mindfulness training on students happiness. *Research in clinical psychology & counseling*, 6(2), 111 – 120.

Mahadha. & Rawat. T. (2008). Economic grown,. Income and happiness an exploratory study.*South African Journal of Economics*. 76(2), 276-290.

Natvig, G., Albrektsen, G. & Qvarnstrom, U. (2003). "Association between psychosocial factors and happiness among School adolescents". *International Journal of Nursing Practice*, 9(3), 166-175.

Ryff, C. & Singer, B. (2008). Know them self and become what you are: A eudemonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, (9),13–39.

Willis, (2014). The relationship between personal self-esteem and happiness and depression, *Journal of Educational Psychology*, 42(4).

List of Sources and References:

Abdallah, Mohmmad. (2001). *Introduction to mental health*. Amman, Jordan: Dar Elfiker.

Abdul-Azeem, Mohmmad. (2011). *Happiness among elderly.* Cairo: Egypt public Library.

Abdulkhaiq, Ahmad. (2001). *Personality tests, (3ed).* Alexandria: University Knowledge home.

Abdulkhaiq, Ahmad. (2003). Averages of happiness among different samples of Kuwaiti society. *Psychological Studies Journal*, 13(4), 581- 612.

Abdul-Wahab, Amani. (2016). Psychological happiness and its relation to psychological variables among sample of adolescents of both sex. *Educational and Psychological research Journal*, (2), 254 - 308.

Aidah, Mohmmad & Assafadi, Hussain. (2016). Happiness and its relation to moral intelligence among a sample of elementary students in Alkaralmah Basic Schools in the middle of Alaghwar. *Journal of Alexandria Faculty of Education*, 26(6), 347– 369.

Al-Aujaimi, Mohmmad. (n.d). *Happiness and job satisfaction: Mutual relationship*. Beirut, Lebanon: Alnahda press.

Al-Bader, Attieh. (2013). *Averages of happiness among various groups of Egyptian society*. Master Thesis, College of Education, Alexandria University, Egypt.

Al-Bahas, sayed. (2009). Forgiveness as mediating variable in personality biggest five factors and feeling of happiness among university students. *Psychological Counseling Journal,* (23). 327- 378.

Al-Duraini, Hamzeh. (2004). *Individual differences in happiness. University* Establishment for publication and Distribution.

Al-fanghari,A. (2006). *Happiness between positive psychology and mental health*. Cairo: Al-Ekhlas For publication and Distribution Establishment.

Allam, Sahar. (2008). True average of happiness among sample preparatory and high school student. *Psychological Studies Journal*, 18(2), 431- 465.

Assaied, Abu-Hashem mohmmad. (2010). A structural model for the relationships between psychological happiness and big five personality factors, self-esteem, and social support among university students. *Banha Faculty of Education Journal*, (81),268 – 350.

Assalim, Abdurrahman. (2009). *Happiness and its relation to emotional intelligence*. Cairo: Mubarak Library.

Corey, G. (2011). *Theories and applications in counseling and psycho therapy* (Transelatiok of Ryad Malackoosh). Amman, Jordan: Dar Elfeker.

Dogan, U. (2016). Effects of social network use on happiness and life satisfaction of high school students: Case of facebook and twitter. *Education & Science*, 41(183), 217 – 231.

Esmaeil, H. & Hossaein, M. (2017). The effectiveness of mindfulness training on students happiness. *Research in clinical psychology & counseling*, 6(2), 111 – 120.

Khaefeh, Sayed. (2002). *Happiness for the human: Across various age group*. Kwait: Kuwaiti Establishment for publication.

Mahadha. & Rawat. T. (2008). Economic grown,. Income and happiness an exploratory study. *South African Journal of Economics*. 76(2), 276 - 290.

Natvig, G., Albrektsen, G. & Qvarnstrom, U. (2003). "Association between psychosocial factors and happiness among School adolescents". *International Journal of Nursing Practice*, 9(3), 166 -175.

Ryff, C. & Singer, B. (2008). Know themself and become what you are: A eudemonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, (9),13 – 39.

Saleh, Yousef. (2005). *How to be happy*. Cairo: Al-Nahdah Amasreih Laibrary.

Shaban, Akram. (2010). *The relationship between happiness and emotional intelligence among high school students In Akka city*. Master Thesis, The graduate School, Amman Arab University for Graduate Study, Amman, Jordan

Suliman, Sanaa. (2010). *Happiness and satisfaction: Dear wish and respected industry*. Cairo: Book Press for Publicatio.

Willis, (2014). The relationship between personal self-esteem and happiness and depression, *Journal of Educational Psychology*,. 42(4), pp.159 - 167.