[٨]

مصادر السعادة النفسية لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال بكلية التربية جامعة طنطا (دراسة وصفية)

د. مها أحمد محمد الرزاز

مدرس علم نفس الطفل

بكلية التربية– جامعة طنطا

مصادر السعادة النفسية لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال بكلية التربية جامعة طنطا (دراسة وصفية)

د. مها أحمد محمد الرزاز ★

ملخص:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على مصادر السعادة النفسية للطالبات المعلمات بالفرقة الرابعة في محاور مقياس مصادر السعادة النفسية، والتعرف على مصادر السعادة بين الطالبات المعلمات وفقا لاختلاف المستويات التعليمية للأسرة، كما يهدف البحث أيضا إلى التعرف على العلاقة ارتباطية بين مصادر السعادة النفسية (التخصص الأكاديمي– المصادر الذاتية للسعادة– المصادر الاجتماعية للسعادة).

وقد طبق البحث الحالي على عينة بلغت (٣٨٥) طالبة معلمة بالفرقة الرابعة بقسم رياض الأطفال بكلية التربية جامعة طنطا. وطبق عليهم مقياس السعادة النفسية (إعداد الباحثة). وأسفرت نتائج هذا البحث عن أن مصادر السعادة النفسية لدي الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال هي: (التخصص الأكاديمي– المصادر الذاتية للسعادة– المصادر الاجتماعية للسعادة)، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس مصادر السعادة النفسية وأبعاده ككل لدى الطالبات المعلمات تبعا لاختلاف المستويات التعليمية للأسرة، ووجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين أبعاد مصادر السعادة النفسية الثلاثة الأكاديمي والذاتي والاجتماعي عند مستوى ٠.٠١.

الكلمات المفتاحية للبحث: السعادة النفسية– الطالبة المعلمة بقسم رياض الأطفال.

★ مدرس علم نفس الطفل بكلية التربية– جامعة طنطا.

Abstract:

The current search aimed to identify sources of psychological Happiness for Teacher students in the fourth squad on the gauge axes. The search intended for the Relationship between resources of psychological happiness:(Academic majoring, self-sources of happiness, The social sources of happiness). The search was done in a sample of 385 Female teacher students in the fourth squad Kindergartens department. Faculty of Education. Tanta University. Plate a scale on them: "Sources of Psychological Happiness". (P.H) Scale . (prepared by researcher).

The results of research Resulted: sources of psychological happiness for Kindergarten female students: 1) Academic majoring 2) Self-sources 3) Social sources of happiness. As the results showed: No statistically significant differences on the scale of (P.H)sources and dimensions of psychological happiness for female teacher students According to the different education levels of the Family , As the results showed: The Correlation of D is statistically Positive between three dimensions of psychological happiness ;Academic ,Subjectivity , and Social At a level of 0.01

Key Words: Psychological Happiness. Kindergarten teacher.

مجلة الطفولة والتربية – العدد الخمسون – الجزء الأول – السنة الرابعة عشرة – أبريل ٢٠٢٢

أولاً: مقدمة البحث:

السعادة مفهوم نفسي نال الكثير من البحث والدراسة في الآونة الأخيرة، وذلك من منطلق أنه مؤشر أساسي للصحة النفسية لكل الأفراد على اختلافهم، فالسعادة هدف لكل إنسان يسعى لتحقيقه والوصول إليه بالكيفية التي يرى أنها تناسبه، حيث إن كل فرد يرى السعادة فيما يحتاجه ويرى أنه المهم له، وبالتالي فالسعادة مفهوم نسبى يختلف تبعا لرؤية كل فرد وتختلف مصادرها تبعا لهذه الرؤية.

فالسعادة مرتبطة بكافة أبعاد الشخصية المعرفية والاجتماعية والعاطفية والجسمية، فالرقابة الداخلية والتفاؤل والسعي لتحقيق الدفء، وكذلك الإيثار والقبول والعلاقات الإيجابية مع الأخرين، بالإضافة إلى الاستقرار العاطفي واحترام الذات والكفاءة الذاتية، وصولا إلى صحة الفرد الجسدية كلها عوامل مرتبطة إيجابيا مع السعادة (Moradi et al., 2005).

كما أن السعادة مطلب مهم وأساسي لجميع البشر باختلاف مذاهبهم وأعراقهم، والسعادة تؤدى إلى الشعور المستمر بالغبطة والطمأنينة والبهجة، وهذا الشعور السعيد يأتي نتيجة للإحساس الدائم بثلاثة أمور: خيرية الذات، خيرية الحياة، خيرية المصير. وللسعادة كما يقول الخبراء العديد من الفوائد والأمور الايجابية سواء من الناحية الصحية أو الاجتماعية أو الاقتصادية أو الثقافية، وهو ما أشارت إليه الكثير من البحوث والدراسات العلمية، التي أثبتت أن الشعور بالسعادة يمكن أن يسهم بتقليل نسبة الإصابة بأمراض القلب، وتقلل الكآبة وتحسن الأداء، وتجعل الناس أكثر مرونة ونشاطا وحيوية، وهو ما سيسهم بزيادة الانتاج وتسارع وتيرة التنمية (السيد عبد الرحمن، ٢٠٢٠، ٥٤).

فالسعادة هي امتلاك الفرد نوعًا من المواقف الإيجابية تجاه الحياة التي يعيشها، والتي تحتوي على عنصر عاطفي وإدراكي كما أنها الدرجة التي يحكم فيها الشخص على الجودة الشاملة لحياته بشكل إيجابي (Aboalshamat et al., 2018, 1038).

وتعد السعادة من المتغيرات الشخصية الأساسية للأفراد خصوصا الذين يعملون في المجالات الأكاديمية أن السعادة لديهم تنعكس سلبا أو إيجابا على بيئة العمل التي يعملون بها وبالتالي تنعكس على الأفراد الذين يعيشون في نفس البيئة (Seligman, 2003).

وللسعادة آثار إيجابية قوية على سلوك الطالبة المعلمة بقسم رياض الأطفال حيث أن شعورها بالسعادة يساعد على إظهار استجابة إيجابية والتعامل والتكيف بشكل جيد مع ضغوط الحياة، كما يساعدها على العمل بكفاءة والقدرة على قضاء حياة مثمرة، ورضاها عن الحياة، تحقيق أهدافها (Shafiq et al., 2017, 124).

ثانيًا: مشكلة البحث:

تنبعث مشكلة البحث الحالي من الخبرة الذاتية ومعايشة الواقع، فقد لاحظت الباحثة من غياب البشاشة وروح المرح والفكاهة وانتشار التجهم والعبوس بين الطالبات أثناء التعامل مع بعضهن، بالإضافة إلى ذلك كثرة الضغوط التي تتعرض لها الطالبة المعلمة سواء كانت ضغوط نفسية أو اجتماعية أو اقتصادية أو دراسية تخصصية تستوجب عليها تنفيذ قرارات مرتبطة بدراستهن بالتخصص مما فرض عليهن تحمل مسئولية هذا القرار، بل إن البعض كان عليهن تحمل مسئولية هذا القرار، والبعض يشاركن ماديا في نفقات الأسرة من خلال العمل نتيجة لوجود بعض الأسر التي يغلب عليها الحاجة لمساعدتها اقتصاديا، لذلك يستوجب ذلك القدرة على اتخاذ القرارات التي تخص حياتهن المستقبلية ؛ لذلك هذا البحث يحاول بلورة مفهوم السعادة ومصادرها وأبعادها ومدى ارتباطها بالسعادة لدى الطالبات المعلمات؛ سعيا وراء التوصل إلى طرق ووسائل الكشف عن السعادة والحفاظ عليها، والتعرف على المعوقات التي تعوقهن عن تحقيق ذلك .

وللكشف عن ذلك قامت الباحثة بعمل استبيان مفتوح للطالبات للتعبير فيه عن مصادر السعادة لديهن، وتفسير ذلك وتقسيمه الي أبعاد رئيسية تتبلور حولها معظم استجاباتهن . للوقوف علي أكثر الأبعاد تأثيرا وتحقيقا للسعادة في نفوس الطالبة المعلمة .

ومن كثرة الاحتكاك بالطالبات ومن خلال الخبرة الذاتية والدراسات السابقة في مجال علم النفس الإيجابي يمكن صياغة مشكلة البحث الحالي في التساؤلات الرئيسة التالية:

١- ما درجة مصادر السعادة النفسية للطالبات المعلمات بالفرقة الرابعة في محاور مقياس مصادر السعادة النفسية؟

٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مصادر السعادة بين الطالبات المعلمات وفقا لاختلاف المستويات التعليمية للأسرة؟

٣- هل توجد علاقة ارتباطية بين مصادر السعادة النفسية (التخصص الأكاديمي، المصادر الذاتية، المصادر الاجتماعية)؟

ثالثًا: أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على مصادر السعادة النفسية للطالبات المعلمات بالفرقة الرابعة في محاور مقياس مصادر السعادة النفسية، كما يهدف البحث أيضا إلى التعرف على العلاقة ارتباطية بين مصادر السعادة النفسية (التخصص الأكاديمي- المصادر الذاتية للسعادة- المصادر الاجتماعية للسعادة). والتعرف على مصادر السعادة بين الطالبات المعلمات وفقا لاختلاف المستويات التعليمية للأسرة.

رابعًا: أهمية البحث:

ويمكن تحديد أهمية البحث الحالي في العناصر التالية:

أهمية نظرية:

- يساعد هذا البحث في بناء وتحديد المصادر التي تحقق السعادة لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال وتحديد أهميتها وتأثيراتها علي الطالبة المعلمة.
- دعم التصورات النظرية المرتبطة بموضوع السعادة لدى الطالبات المعلمات في محاولة للتعرف على مدى ارتباطها بمصادر معينة تخص هذه الفئة خاصة في ظل ندرة الدراسات العربية التي تناولت هذا المفهوم لدى الطالبات المعلمات فضلا عن التعرف علي ارتباط السعادة بالمستوي التعليمي لأسر الطالبات.
- فتح الأبواب أمام الدراسات التي تحقق تلك السعادة للمعلمة وبرامج تنميتها والتعرف علي معوقاتها والوجهات الفلسفية المفسرة للسعادة.

أهمية تطبيقية:

- تتمثل الأهمية التطبيقية للدراسة الحالية في إعداد مقياس للكشف عن مصادر السعادة النفسية لدى الطالبة المعلمة.

خامسًا: مصطلحات البحث:

السعادة النفسية Psychological Happiness:

تُعرف الباحثة السعادة إجرائيا بأنها انفعال وجداني يتسم بالإيجابية ويتمثل في إحساس الطالبة المعلمة بالبهجة والتفاؤل والأمل والسرور والطمأنينة وغياب المشاعر السلبية من توتر وحزن وضيق واكتئاب، وللسعادة ثلاثة أبعادرئيسية: التخصص الأكاديمي– المصادر الذاتية للسعادة– المصادر الاجتماعية للسعادة، وتقاس السعادة من خلال المقياس المستخدم في البحث (إعداد الباحثة).

سادسًا: الإطار النظري للبحث:

ويشمل المفاهيم الأساسية المستخدمة في البحث، ومجموعة من الدراسات السابقة المرتبطة بمتغيرات البحث.

المحور الأول: السعادة النفسية Psychological Happiness:

في الآونة الأخيرة اهتم الباحثون بعلم النفس الإيجابي Positive psychology بدلاً من الاهتمام بالمشاكل السلبية مثل الأمراض والاضطرابات النفسية كالاكتئاب والقلق والضغوط، ويعتبر موضوع السعادة من الموضوعات الهامة التي يتناولها علم النفس الإيجابي والصحة النفسية باعتبارها مؤشرا ومنبئ مهما من مؤشرات الصحة النفسية التي يسعى الإنسان إليها ويهدف إلى تحقيقها في حياته.

وتعد السعادة هي غاية الغايات والتي يطمح إليها الإنسان منذ القدم، إلا أن ما يلفت الانتباه أن العقود الثلاثة الأخيرة حملت في طياتها اهتماما بارزا بالسعادة وآثارها على حياة الفرد والمجتمع، وأسبابها والعوامل التي تؤثر فيها (Carr , 2011 , 2).

مفهوم السعادة:

أولاً: مفهوم السعادة لغة واصطلاحًا:

السعادة لغة:

هي شعور بالعافية والهناء والسرور والرضا، يقال: أسعده الله أي وفقه، وسعد المرء يسعد سعدا وسعادة فهو سعيد، أي نال الخير، والسعادة ضد الشقاء، من

قول الله عز وجل " يَوْمَ يَأْتِ لَا تَكَلَّمُ نَفْسٌ إِلَّا بِإِذْنِهِ ۚ فَمِنْهُمْ شَقِيٌّ وَسَعِيدٌ". (سورة هود، الآية ١٠٥)، والسعادة معناها: السعد أي اليمن تقول سعد يوماً من باب خضع، والسعودة ضد النحوسة، ومنه سعد الرجل من باب سلم فهو سعيد وسُعد– بضم السين فهو مسعود والجمع سعداء (المعجم الوجيز، ٢٠٠٨، ٣١٠).

السعادة اصطلاحًا:

يعرف (سيد البهاص، ٢٠١٠، ٦) السعادة بأنها انفعال وجداني 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: التوازن الوجداني– الصحة الجسمية والعقلية– الرضا عن الحياة. ويعرفها (Dolan, 2014) بأنها خبرات مرضية وهادفة، يمر بها الفرد في حياته تؤثر على حياته الشخصية وحياته الاجتماعية، فحياة الإنسان تمر بشكل جيد عندما يشعر بالسعادة وذلك الإحساس يزوده عديد من الخبرات الحياتية الثرية إما إيجابية أو سلبية.

ويشير (حمدي أبو جراد، ٢٠١٦، ١١٨) إلى أن السعادة هي حالة انفعالية وعقلية تتسم بالإيجابية ويخبرها الإنسان ذاتيا، وتتضمن الشعور بالرضا والمتعة، والتفاؤل، والأمل، والاحساس بالقدرة على التأثير في الأحداث بشكل إيجابي، كما تعرف السعادة بأنها امتلاك الفرد نوعًا الاتجاه الإيجابي نحو حياته، والتي تحتوي على عنصر إدراكي وعاطفي كما أنها الدرجة التي يحكم فيها الفرد على الجودة الشاملة لحياته بشكل إيجابي (Aboalshamat et al., 2018 , 1038).

أما (ماهيتاب سعيد، ٢٠١٨) فتعرفها بأنها مجموعة من الاستجابات العاطفية الإيجابية يصدرها الفرد، وتشتمل على البهجة، الصفاء، الطمأنينة، والسرور والتفاؤل والفرح واختفاء الحزن وتقبل الفرد لنفسه وممارسته لهواياته واهتماماته.

وأخيرا تعرفها (ريم سلكها، ٢٠٢٠، ١٦) بأنها مجموعة من المؤشرات التي تدل على حالة من الإشباع وتقبل الذات وعلاقة الفرد الإيجابية بأقرانه وأفراد أسرته واحساسه بالتفاؤل وميله للتعبير عن المرح والفكاهة.

أبعاد ومكونات السعادة:

تذكر (Ryff & Singer , 2008) أن السعادة مجموعة المؤشرات السلوكية تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام ومن هذه المؤشرات ما يلي:

١- **الاستقلالية:** يشير إلى استقلالية الفرد وقدرته على اتخاذ القرار ومقاومة الضغوط الاجتماعية وضبط وتنظيم السلوك الشخصي أثناء التفاعل مع الآخرين.

٢- **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.

٣- **التطور الشخصي:** قدرة الفرد على تنمية وتطوير قدراته وزيادة فعاليته وكفاءته الشخصية في الجوانب المختلفة والشعور بالتفاؤل.

٤- **العلاقات الايجابية مع الاخرين:** قدرة الفرد على تكوين وإقامة صداقات وعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين على أساس من الود والتعاطف والثقة المتبادلة والتفهم والتأثير والصداقة والأخذ والعطاء.

٥- **الحياة الهادفة:** قدرة الفرد على تحديد أهدافه في الحياة بشكل موضوعي، وأن يكون له هدف ورؤية واضحة توجه أفعاله وتصرفاته وسلوكياته مع المثابرة والاصرار على تحقيق أهدافه.

٦- **تقبل الذات:** ويشير إلى القدرة على تحقيق الذات والاتجاهات الايجابية نحو الذات والحياة الماضية وتقبل المظاهر المختلفة للذات بما فيها من جوانب إيجابية وأخرى سلبية.

ويشير (سيد البهاص، ٢٠١٠، ٦) فيرى أن السعادة هي انفعال وجداني 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 .كما يرى أن للسعادة أبعاد ثلاثة وهي:

١- **التوازن الوجداني:** ويتمثل في اعتدال المزاج وتغلب الوجدان الإيجابي المتمثل في مشاعر التفاؤل والبهجة واللذة والسرور، وغياب الوجدان السلبي المتمثل في مشاعر الحزن والخوف والغضب والقلق والاكتئاب.

٢- **الصحة الجسمية والعقلية:** وتتمثل في التمتع بالنشاط والحيوية واللياقة البدنية والذهنية العالية والقدرة على تركيز الانتباه وطلاقة التعبير.

٣- **الرضا عن الحياة:** ويتمثل في رضا الإنسان عن نفسه وأسرته وأصدقائه ودراسته وصلته بربه ودرجة قناعته بمستوى معيشته. أما (تحيه عبد العال وآخرون، ٢٠١٣، ١٠٠) فوجدوا أن السعادة يمكن تحديد مظاهرها ومكوناتها من زاويتين وهما:

- **زاوية نفسية وجدانية:** تشمل مشاعر الأمن والطمأنينة والارتياح والمتعة واللذة والفرح والسرور والتي يشعر بها أي إنسان في مواقف السعادة.
- **زاوية عقلية معرفية:** تشمل ما يدركه الإنسان بعقله من رضا وما يجنيه من نجاح، وما يحققه من توفيق، وما يحصل عليه من مساعدة ومعاونة، وسير الأمور وفق ما يتوقع أو يريد.

في حين يرى (Nemati & Maralani, 2016,194) أن السعادة هي مفهوم متعدد الأبعاد يتكون من عدة أجزاء أساسية وهي: الجانب العاطفي ويشمل تصرفات ومشاعر الفرد، الجانب الاجتماعي ويتمتع الفرد السعيد بعلاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين، الجانب المعرفي ويظهر في الأحكام المرتبطة بالرضا عن الحياة.

ومما سبق ترى الباحثة أن السعادة تتكون من ثلاثة أبعاد رئيسية وهي كما يلي:

١- **التخصص الأكاديمي:** وتعرفها الباحثة بأنها النظام الأكاديمي الذي تلتزم به الطالبة الجامعية، والطالبة التي أكملت بنجاح جميع الدورات المطلوبة للتخصص الرئيسي مؤهل للحصول على درجة جامعية (رياض الأطفال).

٢- **المصادر الذاتية للسعادة الذاتية:** وتعرفها الباحثة بأنها مجموعة من المصادر التي تشعر الطالبة المعلمة بالسعادة وتشتمل هذه المصادر علي ثقتها بنفسها، ورضاها عن حياتها وعن نفسها وعن أسرتها وأصدقائها وصلتها بربها ودرجة قناعتها بمستوى معيشتها .

٣- **المصادر الاجتماعية للسعادة النفسية:** وتعرفها الباحثة بأنها مجموعة من المصادر التي تشعر الطالبة المعلمة بالسعادة وتشتمل هذه المصادر على التفاعل والتواصل مع الآخرين، وامتلاكها للذكاء الاجتماعي .

العوامل المؤثرة في السعادة:

ترى (سهام عليوة، ٢٠١٤، ١٥٣- ١٥٧) أن هذه العوامل تتمثل فيما يلي:

- **العوامل الشخصية:** وتتمثل في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، الوجدان الإيجابي، تقدير الذات، التفاؤل، الثقة بالنفس، الرضا عن الحياة.
- **العوامل الاجتماعية والبيئية:** وتتمثل في الأسرة، الأصدقاء، الجامعة.

أنواع السعادة:

ذكر (علي بن طويش، ١٩٩٩، ٤٢) أن هناك نوعين للسعادة وهما:

- **السعادة الحقيقية / الواقعية:** وهي التي تلبى الحاجات الجسمية والروحية.
- **السعادة الغريزية:** وهي التي تمثل لحظات السرور والبهجة العابرة، وكذلك الاستقرار النسبي النفسي والاجتماعي فهو يعتبر انعكاس مباشر لتوافر ثم تلبية الحاجات والغرائز الفطرية الجسدية.

كما ميز (كمال مرسى، ٢٠٠٠، ٢٥) بين السعادة كحالة في موقف معين، وبين السعادة كاستعداد أو سمة من سمات الإنسان، ويرى أن حالة السعادة والشقاء لا يجتمعان في شخص واحد وموقف معين. أما الاستعداد للسعادة والشقاء فموجود عند كل الناس بدرجات متفاوتة، فنجد الشخص الذي يكون عنده استعداد مرتفع من السعادة ينخفض عنده الاستعداد للشقاء والعكس صحيح، والشعور بالسعادة محصلة بين الاستعداد للسعادة والمواقف التي يعيشها الفرد وطريقة تفكيره الإيجابية في المواقف التي يواجها الفرد.

وأشارت (سناء سليمان، ٢٠١٠، ٩٢) إلى نوعين من أنواع السعادة وهما:

- **السعادة القصيرة:** وهي التي تستمر إلى فترة قصيرة من الزمن.
- **السعادة الطويلة:** وهي التي تستمر إلى فترة طويلة من الزمن، وهي عبارة عن سلسلة من محفزات السعادة القصيرة وتتجدد باستمرار لتعطى الايحاء بالسعادة الأبدية.

بينما (عبد الله محمود، ٢٠١٠، ١٦٢) فقد قسم السعادة إلى ثلاث أنواع وهي: السعادة الذاتية Subjective Well- Being، السعادة النفسية Psychological Well- Being، السعادة الموضوعية Objective Well- Being (وتتمثل السعادة الموضوعية في السعادة المادية والصحة والنمو والنشاط والسعادة الاجتماعية والانفعالية).

النظريات المفسرة لأسباب حدوث السعادة:

نظريات النشاط Activity Theories التي تفترض أن السعادة نتاج ثانوي غير مقصود للأنشطة الإنسانيّة، فكلما ركز الفرد اهتمامه على القيام بالأنشطة والأهداف الإنسانية الهامة، فإنه سيحقق السعادة من خلال ذلك، وتفترض هذه النظرية أن الشعور بالسعادة ينتج بسبب أداء النشاط أكثر من الوصول إلى نقطة النهاية) مثلا قد يجلب نشاط رسم لوحة فنية سعادة أكثر من الانتهاء من رسمها)، فالسعادة من وجهة نظر هذه النظرية تنتج من تأدية الأنشطة الأكثر إمتاعاً وخاصةً عندما يتوافق التحدي مع مستوى مهارة الفرد) أي أن المهارات المطلوبة لأداء النشاط متقاربة مع قدرات الفرد وبالتالي ينتج عن ذلك خبرة متدفقة ممتعة تسهم في تحقيق السعادة.

وقد أشار أرسطو إلى أهمية القيام بالنشاط الإنساني في سبيل تحقيق السعادة، وأكد أن السعادة تتحقق من خلال النشاط أو الهدف الذي يتم أداؤه بشكل جيد ومتقن (Diener et al., 2006)، ومن النظريات التي تربط السعادة بالأنشطة هي نظرية التدفق Theory Of Flow التي ترى أن الأنشطة تكون أكثر امتاعا عندما يتماشى التحدي مع مستوى مهارة الفرد. فإذا كان النشاط سهلا للغاية سينتج الملل وإذا كان شديد الصعوبة ستكون النتيجة هي الشعور بالقلق أما حين يندمج الفرد في نشاط يتطلب تركيزا شديدا وتكون التحديات والمهارات المطلوبة لأداء المهمة متساوية تماما ينتج عن ذلك خبرة متدفقة ممتعة. (فتحي الضبع،٢٠١٢،١٥٢)، نظرية اللذة والألم Pleasure and Pain Theory والتي تركز على أهداف الفرد واحتياجاته، فالفكرة في اللذة والألم (السعادة والتعاسة) مرتبطان ببعضهما فالسعادة عادة ما يسبقها كرب، وهناك أسباب أخرى لارتباط السعادة والتعاسة معا منها أن الأشخاص الذين يشعرون بمتعة كبيرة هم أنفسهم الذين يشعرون بوجدانيات سالبة مكثفة (عائشة

المحروقي،٢٠١٣،٣٢)، والنظريات الارتباطية Associationstic Theories وتعتمد على عدد من النماذج في تفسير الأسباب التي تجعل بعض الأفراد سعداء إما على العمليات والأساليب المعرفية التي يمتلكونها أو ذاكرة الأفراد أو التشريط، أو الظروف المحيطة بهم، فالنماذج التي تركز على العمليات والمبادئ المعرفية تعتمد على الأسباب التي يذكرها الأفراد وليس الأحداث التي يمروا بها، وذلك لأن الأفراد يستجيبون لنفس الظروف بطرق مختلفة ويحدثون استجابات مختلفة، ويختلف الأفراد السعداء مقارنة بغيرهم من غير السعداء في الأساليب المعرفية والدافعية التي يستخدمونها والتي تعمل على زيادة واستمرار السعادة والمزاج الموجب ومن هذه العمليات (التقدير) والتي ترى أن السعادة تتبع من المقارنة بين مستوى نموذجي والحالة الحقيقية، فإذا وصلت الحالة الحقيقية للفرد إلى المستوى النموذجي تحققت السعادة، أما النماذج التي تعتمد على الشبكات الارتباطية في الذاكرة فترى أن الأفراد يستعيدون الذكريات المرتبطة مع حالاتهم الشعورية الحالية، وأن الفرد يمكنه تطوير شبكة غنية من الارتباطات إيجابية وبالتالي يكون الفرد سعيدا (داليا مؤمن،٢٠٠٤، ٤٣١).

خصائص وسمات الأشخاص السعداء:

وترى (سحر علام، ٢٠٠٨، ٤٤٢) أن من خصائص الأشخاص السعداء هي الدافعية والعمل المستمر، تقدير قيمة العمل، السيطرة على القلق، التفكير بإيجابية وتفاؤل، والتمتع بشخصية ذات صحة جيدة، تحقيق الذات، التعاطف مع الآخرين، تكوين علاقات اجتماعية، التخطيط قبل القيام بالأعمال، ووضع حدود للطموحات، التركيز على الحاضر، التمتع بشخصية متفتحة واجتماعية، الحد من المشاعر السلبية.

بينما ترى (إيمان زناتي، ٢٠١٥، ١٠٩) أن الشخص السعيد يتسم بأن لديه نظرة متفائلة للحياة، لديه شعور بتقدير الذات بصورة إيجابية، الدافعية للإنجاز، لديه قدرة على تحمل المسئولية، يتسم بالصحة الجسمية والنفسية، لديه قيم أخلاقية إيجابية، الشعور بالرضا عن الحياة.

ويضيف (Nemati & Maralani, 2016, 194) أن الشخص السعيد يتمتع بعلاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين ويقدم الدعم الاجتماعي للأخرين، كما يقوم الشخص السعيد بمعالجة المعلومات وتفسيرها بطريقة خاصة بحيث أنه في النهاية يمكن أن يكون لديه شعور بالسعادة والتفاؤل.

مما سبق تستخلص الباحثة سمات الأشخاص السعداء فيما يلي:

١- لديهم نظرة متفائلة عن المستقبل.
٢- الشعور بالرضا عن الحياة.
٣- يتسمون بالصحة العقلية والبدنية.
٤- لديهم شعور بالرضا عن الحياة بشكل مرتفع.
٥- مفهوم الذات لديهم مرتفع.
٦- لديهم قيم أخلاقية إيجابية كالتعاون ومساعدة الآخرين.
٧- لديهم مستوى مرتفع من الطموح.
٨- انخفاض التوتر والقلق لديهم.
٩- ارتفاع درجة الاجتماعية والعلاقات بينهم وبين زملائهم ومن يتعاملون معهم.
١٠- الشعور بالرضا عن التخصص والمهنة المرتبطة بها فيما بعد.

سابعًا: الدراسات السابقة:

تعرض الباحثة فيما يلي بعض الدراسات السابقة المرتبطة بموضوع بحثها:

دراسة (Khramtsova et al., 2007) هدفت هذه الدراسة التعرف على السعادة وجودة الحياة والاكتئاب لدى طلاب الجامعة وعلاقتهم بسلوك الطلاب واتجاهاتهم. وتكونت عينة الدراسة من (١٠٤) من طلاب الجامعة، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن السعادة وجودة الحياة يعتبروا منبئ لسلوكيات الطلاب واتجاهاتهم.

دراسة (Shuldham et al., 2009) هدفت هذه الدراسة إلى فحص العلاقة بين التدين والروحانية من جهة وبينها وبين السعادة النفسية والسعادة الشخصية من جهة أخرى، تكونت عينة الدراسة من (١٥٧) طالب وطالبة من الطلبة الأمريكيين

الأفارقة في جامعة ولاية تنيسي. ولتحقيق أغراض الدراسة تم تطبيق استبانة الأنشطة الدينية ومقياس المعتقدات والاهتمامات الروحية، ومقياس السعادة النفسية، واستبانة المتغيرات الديمغرافية. توصلت نتائج الدراسة الى أن الروحانية كانت متنبأ إيجابي بالسعادةالنفسية والشخصية، وأن التدين لم يرتبط بشكل دال إحصائيا بالسعادة الشخصية والسعادة النفسية .كما دلت النتائج وجود ارتباط دال احصائيا بين التدين والروحانية، واشارت أيضا الى عدم وجود فروق في السعادة بشقيها تعزى للجنس.

دراسة (نادية جان، ٢٠٠٨) هدفت هذه الدراسة التعرف على العلاقة بين الشعور بالسعادة ومستوى التدين ومستوى الدعم الاجتماعي والتوافق والمستوى الاقتصادي والحالة الصحية، وكذلك الفروق في السعادة تبعا لمتغيرات مثل العمر، الحالة الاجتماعية، طبيعة العمل، المستوى التعليمي، والتعرف على العوامل المنبئة بالسعادة، وتكونت عينة الدراسة من (٧٦٤) فرد أعمارهم ما بين (١٨– ٥٧) عاما من الطالبات والموظفات الاداريات وعضوات هيئة التدريس جامعة الرياض. وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة عن وجود ارتباط دال وموجب بين السعادة وكل من مستوى التدين، والدعم الاجتماعي، والتوافق الزواجي، والمستوى الاقتصادي، والحالة الصحية، وإلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالسعادة تبعا لمتغير العمر والحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي وطبيعة العمل، كما توصلت نتائج الدراسة أيضا إلى أن التدين يمثل العامل الأكبر من العوامل المنبئة بالسعادة ويليه الدعم الاجتماعي ثم التوافق وأخيرا المستوى الاقتصادي.

دراسة (عائشة المحروقي، ٢٠١٣) هدفت إلى التعرف على مصادر السعادة لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة والثانوية والجامعية، والتعرف على أهم هذه المصادر لدى أفراد هذه العينة، واختلافها باختلاف المراحل الدراسية، والحالة الاجتماعية، والحالة الاقتصادية، والمستوى الدراسي، والوضع الأسرى، والتعرف أيضا على ترتيب هذه المصادر، وتكونت عينة الدراسة من (٥٧٠) طالبة من طالبات التعليم العام وطالبات جامعة أم القرى. وقد أظهرت نتائج هذه الدراسة احتلال الأسرة التدين مكان الصدارة، وأن مصادر السعادة لدى الطالبات تختلف باختلاف المراحل الدراسية وباختلاف الوضع الأسرى والحالة الاقتصادية والمستوى الدراسي وكذلك باختلاف الحالة الاجتماعية.

دراسة (أحمد النور، ٢٠١٣) هدفت هذه الدراسة التعرف علي فعالية الذات لدى طلاب وطالبات الجامعة وعلاقتها بالسعادة والتحصيل الاكاديمي، وتكونت عينة الدراسة من (٥٤٧) طالبا وطالبة من الكليات العلمية والادبية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا،وجامعة الخرطوم وجامعة النيلين فى الفصل الدراسى الاول للعام ٢٠١١م، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس فعالية الذات اعداد العدل (٢٠٠١م)،كما طبق مقياس اكسفورد للسعادة، ترجمة وتعريب عبدالخالق(٢٠٠٣م)،كما كشفت نتائج الدراسة وجود ارتباط موجب ذات دلالة احصائية بين فعالية الذات والسعادة لدى طلبة الجامعة، كما كشفت النتائج وجود علاقة موجبة دالة بين فعالية الذات والتحصيل الاكاديمى، ووجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات طلبة التخصصات العلمية والادبية على مقياس فعالية الذات لصالح طلاب التخصصات العلمية، وكشفت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الطلاب والطالبات فى السعادة لصالح الطلاب.

دراسة (Hwang et al., 2015) هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على علاقة تقدير الذات والامتنان بالسعادة النفسية لدى الطالبات المعلمات بمرحلة الطفولة المبكرة، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٩٢) طالبة في مرحلة الطفولة المبكرة في جامعة بوسان بكوريا الجنوبية. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى السعادة وتقدير الذات والامتنان لدى الطالبات المعلمات كانت أعلى من المتوسط، كما أشارت النتائج أيضا إلى وجود علاقة إيجابية بين السعادة وتقدير الذات والامتنان لدى الطالبات المعلمات بمرحلة الطفولة المبكرة.

دراسة (أحمد عبد الخالق، ٢٠١٥) هدفت هذه الدراسة تحديد مصادر السعادة، والفروق بين طلبة الجامعة وطالباتها، وتكونت عينة الدراسة من (١٢٠) طالب وطالبة من طلاب جامعة الاسكندرية، وتكونت أدوات الدراسة من قائمة صنفت إلى خمسة أبعاد: الجوانب الاجتماعية والأسرية، ونشاطات وقت الفراغ، والجوانب النفسية والشخصية، والتدين، والمتنوعات. وأظهرت نتائج هذه الدراسة أن الطلبة حصلوا على نسبة مئوية أعلى جوهريا من الطالبات في بعدى: المال، وممارسة الرياضية بوصفهما مصادر للسعادة وهي: الصداقة، والشعور بالأمان، الحب الحقيقي، الترفيه، راحة البال، سماع الموسيقى، التسوق.

دراسة (Flynn & Macleod, 2015) هدفت هذه الدراسة التعرف على محددات السعادة لدى طلاب الجامعة بالإضافة إلى التعرف على العلاقة بين السعادة وستة مجالات في الحياة (النجاح الاكاديمي– الأمن– الدعم العائلي– البيئة المعيشية– تقدير الذات– العلاقات الاجتماعية)، وتكونت عينة الدراسة من (١٩٠) طالبة وطالبة من طلاب الجامعة، وقد تكونت أدوات الدراسة من مقياس أكسفورد للسعادة، ومقياس متعدد الأبعاد للرضا عن الحياة لدى الطلاب، وقد أشارت نتائج الدراسة أن تقدير والنجاح الأكاديمي والأمن على التوالي يعتبروا من أكثر المجالات التي تحقق السعادة لدى طلاب الجامعة.

دراسة (كوكب عبابنة، ٢٠١٥) هدفت هذه الدراسة الكشف عن مستوى الامتنان والسعادة وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات، تكونت عينة الدراسة من (٨٠٠) طالبا وطالبة، ولتحقيق اهداف الدراسة تم استخدام ثلاث ادوات، وهى: مقياس الامتنان، مقياس السعادة، مقياس جودة الحياة . وأظهرت نتائج هذه الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الامتنان والسعادة تعزى لمتغير الجنس، ووجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الامتنان والسعادة وجودة الحياة تعزى لأثر التخصص، لصالح التخصصات الانسانية، وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الامتنان والسعادة وجودة الحياة، تعزى لمتغيري الدخل الاقتصادي، والمعدل التراكمي، ووجود فروق في مستوى السعادة تعزى لأثر المستوى الدراسي بين طلبة السنة الاولى والثالثة، ولصالح طلبة السنة الثالثة .

دراسة (فتحية عبيد، ٢٠١٦) هدفت هذه الدراسة التعرف على مستوى الطموح ومستوى السعادة النفسية لدى طالبات الجامعة وقد قامت الباحثة بإعداد برنامج تدريبي يهدف إلى رفع مستوى الطموح كمدخل لتحسين الشعور بالسعادة النفسية لدى طالبات الجامعة . وتكونت عينة الدراسة من طالبات كلية التربية بجامعة طرابلس .وتوصلت نتائج الدراسة الى فعالية البرنامج التدريبي في رفع مستوي الطموح والشعور بالسعادة لدى طالبات الجامعة.

دراسة (نجلاء الولاني،٢٠١٦) هدفت الدراسة معرفة فاعلية برنامج تدريبي لتنمية السعادة كمدخل لتحسين جودة الحياة لدى طالبات الجامعة،وتكونت عينة

الدراسة الحالية من (٦٠) طالبة. وتم استخدام أدوات الدراسة التالية: مقياس السعادة إعداد (عبير نصر الدين، ٢٠٠٩) تعديل الباحثة،مقياس جودة الحياة (إعداد صالحة أرحومة أغنية، ٢٠١٢)تعديل الباحثة، برنامج تدريبي لتنمية السعادة كمدخل لتحسين جودة الحياة لدى طالبات الجامعة . وتوصلت نتائج الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين أبعاد الشعور بالسعادة وجودة الحياة لدى طالبات الجامعة، كما توصلت النتائج أيضا إلي فاعلية البرنامج تدريبي في تنمية السعادة كمدخل لتحسين جودة الحياة لدى طالبات الجامعة.

دراسة (Shafiq et al., 2017) هدفت هذه الدراسة الكشف عن علاقة السعادة بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة. وقد تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالب وطالبة من طلاب الجامعة حيث تكونت من الاناث (٦٠)، الذكور (٤٠). واشتملت أدوات الدراسة على مقياس السعادة ومقياس الصحة النفسية. وقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة طردية ذات احصائية بين السعادة والصحة النفسية، كما كشفت نتائج الدراسة أنه لا توجد فروق بين الجنسين (الذكور– الإناث) في مستوى السعادة والصحة النفسية لدى طلاب الجامعة، كما كشفت النتائج أيضا أن المتغيرات الديموجرافية الاجتماعية ليس لها أي دور في سعادة الطلاب ورفاهيتهم.

دراسة (محمد الطيرى، ٢٠١٩) هدفت هذه الدراسة التعرف على مصادر السعادة وعلاقتها بالدافعية لإنجاز لدى طلبة جامعة الكويت، ولتحقيق أهداف الدراسة تم بناء مقياس مصادر السعادة، ومقياس الدافعية لإنجاز، وتكونت عينة الدراسة من (٥٤١) طالبة وطالبة. وقد توصلت نتائج هذه الدراسة إلى أن مستوى مصادر السعادة كان تقديرها متوسط، أما بالنسبة للأبعاد فكانت على الترتيب التالي: التدين يليه بعد المصادر الداخلية، ممارسة الهوايات، العلاقات مع الأخرين، الزواج والأمومة، الانجاز الأكاديمي، صورة الجسم، بعد الصحة.

دراسة (نهاد قابيل، ٢٠٢٠) هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مصادر السعادة لرجل معاق سمعيا يبلغ من العمر ٥٤ عاما، من خلال الدراسة المتعمقة المبنية على منهج دراسة الحالة المنظمة، باستخدام المقابلة الفردية نصف الموجهة وتطبيق العربي للسعادة (Abdel-Khalek,2013)، وقائمة مصادر السعادة لعبد

الخالق (٢٠١٥) بعد إجراء بعض التعديلات عليها، وأظهرت نتائج تطبيق أدوات الدراسة السيكومترية أن الحالة تتمتع بقدر عال من السعادة النفسية، وأن أهم عشر مصادر للسعادة لدى الحالة كانت بالترتيب (رضا الله، الصلاة، الذرية الصالحة، إسعاد الأسرة، رضا الوالدين، الرضا عن النفس، مساعدة الآخرين، مشاهدة التلفزيون، التجمع مع الأسرة، الصحة).

ومما سبق، يتضح أنه مازال هناك حاجة للدراسات التي تبحث في مصادر السعادة النفسية لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال، وهذا ما تهدف الدراسة الحالية إلى بحثه.

ثامنًا: محددات الدراسة:

١- **محددات زمنية:** تم تطبيق البحث في الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي ٢٠٢٠ / ٢٠٢١.

٢- **محددات مكانية:** تم تطبيق أدوات الدراسة على طالبات الفرقة الرابعة بقسم رياض الأطفال بكلية التربية جامعة طنطا.

٣- **محددات منهجية وتشمل:**

منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي.

عينة الدراسة:

أ- مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من الطالبات المعلمات بالفرقة الرابعة بقسم رياض الأطفال بكلية التربية جامعة طنطا، حيث يشكلون الإطار العام للمجتمع الذي يتم من خلاله اختيار العينة.

ب- مجموعة الدراسة الوصفية:

تكونت عينة الدراسة الوصفية من (٣٨٥) طالبة معلمة بالفرقة الرابعة بقسم رياض الأطفال بكلية التربية جامعة طنطا.

أدوات الدراسة:

١- مقياس السعادة النفسية (إعداد الباحثة):

الهدف من المقياس: التعرف على مصادر السعادة النفسية لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال بالفرقة الرابعة.

إعداد الصورة الأولية للمقياس: استعرضت الباحثة العديد من الدراسات والمقاييس والاختبارات السابقة التي أجريت في مجال السعادة النفسية والتي استفادت منها الباحثة في إعداد المقياس الحالي.، ومنها- مقياس السعادة النفسية ترجمة السيد أبو هاشم (٢٠١٠) وله عدة أبعاد ستة السعادة النفسية هي "الاستقلال الذاتي، والتمكن البيئي، والتطور الشخصي، والعلاقات الايجابية مع الآخرين، والحياة الهادفة، وتقبل الذات"، ومقياس السعادة الحقيقية (كاثرين داهسجارد) ترجمة صفاء الأعسر وآخرون(٢٠٠٥) وقد تكون من ٦ فضائل (مكونات السعادة الحقيقية) كل فضيلة تتكون من عدة قوى ويقيس المقياس في مجملة أربعاً وعشرين فضيلة، وبعض الدراسات التي تحدث عن السعادة لدى طلاب الجامعة عامة ومنها دراسة (أمسية الجندي،٢٠٠٩) ودراسة (أحمد عبد الخالق، ٢٠١٥)، دراسة (Flynn & Macleod, 2015)، دراسة (Shafiq et al., 2017)، دراسة (محمد الطيرى، ٢٠١٩)، وقد استقر المقياس في البحث الحالي على المحاور التالية والتي تتناسب مع عينة البحث من طالبات الفرقة الرابعة شعبة رياض الأطفال بكلية التربية وهذه المحاور هي:

١- **التخصص الأكاديمي:** وتعرفها الباحثة بأنها النظام الأكاديمي الذي تلتزم به الطالبة الجامعية، والطالبة التي أكملت بنجاح جميع الدورات المطلوبة للتخصص الرئيسي مؤهل للحصول على درجة جامعية (رياض الأطفال).

٢- **المصادر الذاتية للسعادة الذاتية:** وتعرفها الباحثة بأنها مجموعة من المصادر التي تشعر الطالبة المعلمة بالسعادة وتشتمل هذه المصادر علي ثقتها بنفسها، ورضاها عن حياتها وعن نفسها وعن أسرتها وأصدقائها وصلتها بربها ودرجة قناعتها بمستوى معيشتها.

٣- **المصادر الاجتماعية للسعادة النفسية:** وتعرفها الباحثة بأنها مجموعة من المصادر التي تشعر الطالبة المعلمة بالسعادة وتشتمل هذه المصادر علي التفاعل والتواصل مع الآخرين، وامتلاكها للذكاء الاجتماعي.

وقد وضعت الباحثة المقياس في صورته الأولية من ٦٦ عبارة وكانت الإجابة على عبارات المقياس أما بموافق بشدة (٥ درجات)، موافق (٤ درجات)، متردد (٣ درجات)، غير موافق (٢ درجة)، غير موافق بشدة (١ درجة)، وفى حالة العبارات السلبية قامت الطالبة بعكس الدرجة كما يلى:أما بموافق بشدة (١ درجة)، وموافق (٢ درجة)، ومتردد (٣ درجات)، غير موافق (٤ درجات)، غير موافق بشدة (٥ درجات).

وقد حرصت الباحثة في صياغتها للمواقف داخل المقياس أن تكون واضحة، وأن تكون في صورة خبرية حتى تتشجع الطالبات على الاستجابة بطريقة أكثر تعبيراً وأقل مقاومة، وأن تُدمج المواقف لمنع الاستجابة الآلية من قبل الطالبات، وقد تم توزيع الاستجابات في المواقف بصورة عشوائية حتى لا يسمح بتكون وجهة ذهنية لدى الطالبات.

كما تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية تخصص علم نفس، وتخصص رياض الأطفال بجامعه طنطا، وقد بلغت نسبة الاتفاق على أبعاد المقياس ٩٤%.

وقد تم حذف ٣ عبارات وفقا لتوجيهات المحكمون (اختيار الزوج علي أسس صحيحة، الضغط والاجهاد يعرقل مواصلة أعمالي، قدرتي علي التفوق في أي مادة أكاديمية) وفي ضوء ما قام به المحكمون من توجيهات ومقترحات التي تقدموا بها أصبح إجمالي عدد المواقف (٦٣ عبارة) موزعة على محاور المقياس كما يلي:

جدول (١)

أبعاد مقياس السعادة النفسية وعدد عباراتها

الابعاد	عدد العبارات	النسبة
التخصص الأكاديمي	٢٢	%٣٥
المصادر الذاتية للسعادة	٢١	%٣٣
المصادر الاجتماعية للسعادة	٢٠	%٣٢
الاجمالي	٦٣	%١٠٠

الصورة النهائية للمقياس:

قامت الباحثة بإعداد الصورة النهائية لمقياس السعادة النفسية للطالبات ويشتمل على (٦٣) مفردة، وقد تم توزيعها وفق الجدول السابق بينما توزيع العبارات على المحاور يمثلها الجدول (٢).

جدول (٢)

يوضح أرقام العبارات في مقياس السعادة النفسية

وفقا للمحاور

الأبعاد	أرقام العبارات					
التخصص الأكاديمي	٤	٧	١٠	١٣	١٦	١٨
		٢٠	٢٣	٢٦	٢٩	٣٢
		٣٥	٣٧	٤٠	٤٣	٤٦
		٤٩	٥٢	٥٥	٥٧	٦٠
				٦٣		
المصادر الذاتية للسعادة	١	٢	٥	٨	١١	١٤
		١٧	٢١	٢٤	٢٧	٣٠
		٣٣	٤١	٤٤	٤٧	٥٠
		٥٤	٥٦	٥٨	٦١	٣٦
المصادر الاجتماعية للسعادة	٣	٦	٩	١٢	١٥	١٩
		٢٢	٢٥	٢٨	٣٤	٣٨
		٣٩	٤٢	٤٨	٥١	٥٣
			٥٩	٦٢	٤٥	٣١

الخصائص السيكومترية لمقياس مصادر السعادة النفسية

صدق المقياس: وللتحقق من صدق المقياس استخدمت الباحثة بعض الطرق الإحصائية كالتالي:

الصدق الظاهري للمقياس وهو (صدق المحكمين)، وقد قامت الباحثة بعرضه على السادة المحكمين.

صدق الاتساق الداخلي:

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية من طالبات الفرقة الرابعة غير عينة البحث وقد بلغ عددها (٦٩) طالبة وبفارق زمني قدرة اسبوعين وذلك للتحقق من وضوح فقرات المقياس على عينة التقنين، وكذلك معرفة معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه المفردة.

جدول (٣)

قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه المفردة

الأبعاد	قيم معامل الارتباط	مستوي الدلالة
التخصص الأكاديمي	٠.٨٣٢	٠.٠١
المصادر الذاتية للسعادة	٠.٨٧١	٠.٠١
المصادر الاجتماعية للسعادة	٠.٨٥٦	٠.٠١
الاجمالي	٠.٨٤٤	٠.٠١

ثبات المقياس:

قامت الباحثة بطريقتين كالآتي:

ثبات معامل الفا كرونباخ:

وفيه تم حساب ثبات المقياس بطريقة معامل الفا كرونباخ حيث تؤدي هذه الطريقة على معامل اتساق داخلي لبنية المقياس ويسمى معامل التجانس.

وقد وجد Cronbach أن هذا المعامل يعد مؤشراً للتكافؤ إلى جانب التجانس.

كما تم حساب معامل الثبات لمحاور المقياس وللمقياس ككل وذلك التجزئة النصفية بجانب معامل الثبات المعياري والجدول رقم (٤) يوضح معاملات.

جدول (٤)

ثبات محاور المقياس والمقياس ككل بطريقة الفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية.

علما بان ن =٦٩

الأبعاد	قيم معامل الفا كرونباخ	قيمة التجزئة النصفية	مستوي الدلالة
التخصص الأكاديمي	٠.٨٩٧	٠.٨٩٩	٠.٠١
المصادر الذاتية للسعادة	٠.٨٢٢	٠.٨٥٤	٠.٠١
المصادر الاجتماعية	٠.٨٣٦	٠.٨٢٤	٠.٠١
الاجمالي	٠.٨٥٩	٠.٨٦٦	٠.٠١

من جدول (٤) يتضح أن قيم معاملات الثبات بطريقة معامل الفا كرونباخ، ومعامل التجزئة النصفية، لمحاور المقياس والمقياس ككل وجدول معاملات الثبات لمحاور المقياس أن جاءت قيم معاملات الثبات لمواقف كل محور أقل من أو تساوي معامل الاستقرار للمحور الذي تنتمي إليه تلك المواضع، في حالة حذف الموضع، مما يشير إلى أن حذف أي موضع يؤثر سلبًا على المحور.

وضع محك معيار لدرجة التوافر لمصادر السعادة النفسية: لتحديد المعيار المعتمد في البحث، قامت الباحثة بتحديد طول الخلايا وفق مقياس ليكرت الخمسة، وذلك بحساب المدي بين درجات المقياس (٥-١=٤) ثم قسّمها على أكبر قيمة على المقياس للحصول على طول الخلية، أي انها تمثل (٤÷٥= ٠.٨٠) بعد ذلك تمت إضافة هذه القيمة إلى أدنى قيمة في المقياس (بداية المقياس وهي صحيحة "١") من أجل تحديد الحد الأعلى لهذه الخلية وبالتالي أصبح طول الخلايا كما هو موضح في الشكل التالي:

$$\text{المدي} = \frac{\text{أعلى قيمة}}{\text{أقل قيمة}}$$

ولذلك يصبح طول المدي هو:

$$\text{طول المدي} = \frac{٤}{٥} = ٠.٨٠$$

وقد تم إضافة العدد النسبة الخارجة لطول المدى الى اقل درجة فتصبح ١.٨٠ إلى أقل درجة في المقياس وهي واحد صحيح (١) من أجل وضع الحد الأعلى والجدول (٥) يوضح نسب المحك الموضوعة:

جدول (٥)

نسبة المحك المعتمد في الدراسة

درجة التوافر (الموافقة)	١ – ١.٨٠	١.٨١ – ٢.٦٠	٢.٦١ – ٣.٤٠	٣.٤١ – ٤.٢٠	٤.٢١ – ٥
التقدير	ضعيفة	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
الدرجة	١	٢	٣	٤	٥
الوزن النسبي	٢٠%–٣٦%	٣٦%–٥٢%	٥٢%–٦٨%	٦٨%–٨٤%	٨٤%–١٠٠%

المعالجة الإحصائية:

استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية بواسطة الحزمة الإحصائية في العلوم الاجتماعية SPSS التكرارات والنسب، ومعاملات الارتباط.

تاسعًا: نتائج الدراسة وتفسيرها:

للإجابة على التساؤل الأول من أسئلة الدراسة والذي ينص على: (ما درجة مصادر السعادة النفسية للطالبات المعلمات بالفرقة الرابعة في محاور مقياس مصادر السعادة النفسية؟)

طبق المقياس على عينة من الطالبات ورغبة من الباحثة في التعرف على ترتيب شعور الطالبات بالسعادة تبعاً للتخصص الأكاديمي قامت بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، ومن ثم حساب النسب المئوية طبقاً لدرجة الطالبات للتخصص الأكاديمي على مقياس السعادة النفسية ويوضح جدول (٦) تلك النتائج.

جدول (٦)

نسبة المتوسطات والانحراف المعياري والنسبة المئوية ودرجة الأولوية على فقرات مقياس مصادر السعادة النفسية لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال بكلية التربية جامعة طنطا البعد الأول (التخصص الأكاديمي)

العبارات	موافق بشدة		موافق		متردد		غير موافق		غير موافق بشدة		المتوسط	الانحراف	درجة الأهمية
	ت	ن %	ت	ن %	ت	ن %	ت	ن %	ت	ن %			
١.٠	١٦٢	٠.٤٢١	١٨٤	٠.٤٧٨	٣٢	٠.٠٨٣	٤	٠.٠١٠	٣	٠.٠٠٨	٤.٢٩	٠.٧٣	كبيرة جدا
٢.٠	١٧٨	٠.٤٦٢	١٨٥	٠.٤٨١	١٦	٠.٠٤٢	٤	٠.٠١٠	٢	٠.٠٠٥	٤.٣٨	٠.٦٧	كبيرة جدا
٣.٠	١٠٠	٠.٢٦٠	٢٠٥	٠.٥٣٢	٦٤	٠.١٦٦	١٤	٠.٠٣٦	٢	٠.٠٠٥	٤.٠١	٠.٧٩	كبيرة
٤.٠	١٢٤	٠.٣٢٢	١٣٩	٠.٣٦١	٥٧	٠.١٤٨	٤٢	٠.١٠٩	٢٣	٠.٠٦٠	٣.٧٨	١.١٨	كبيرة
٥.٠	٩٤	٠.٢٤٤	١٧٧	٠.٤٦٠	٨٢	٠.٢١٣	٢٦	٠.٠٦٨	٦	٠.٠١٦	٣.٨٥	٠.٩٢	كبيرة
٦.٠	٧١	٠.١٨٤	١٩٤	٠.٥٠٤	٧٤	٠.١٩٢	٣٥	٠.٠٩١	١١	٠.٠٢٩	٣.٧٢	٠.٩٦	كبيرة
٧.٠	٢٢٣	٠.٥٧٩	١٣٠	٠.٣٣٨	١٨	٠.٠٤٧	٦	٠.٠١٦	٨	٠.٠٢١	٤.٤٥	٠.٨١	كبيرة جدا
٨.٠	١٣٠	٠.٣٣٨	١٨٥	٠.٤٨١	٦٣	٠.١٦٤	٤	٠.٠١٠	٣	٠.٠٠٨	٤.١٣	٠.٧٧	كبيرة
٩.٠	٢٢٠	٠.٥٧١	١٣٨	٠.٣٥٨	١٨	٠.٠٤٧	٥	٠.٠١٣	٤	٠.٠١٠	٤.٤٧	٠.٧٤	كبيرة جدا
١٠.٠	١٣٧	٠.٣٥٦	١٩٢	٠.٤٩٩	٣٦	٠.٠٩٤	١٨	٠.٠٤٧	٢	٠.٠٠٥	٤.١٦	٠.٨٠	كبيرة
١١.٠	١٣٣	٠.٣٤٥	١٧٨	٠.٤٦٢	٥٥	٠.١٤٣	١٣	٠.٠٣٤	٦	٠.٠١٦	٤.٠٩	٠.٨٧	كبيرة
١٢.٠	٨٧	٠.٢٢٦	١٧١	٠.٤٤٤	٨٧	٠.٢٢٦	٢٦	٠.٠٦٨	١٤	٠.٠٣٦	٣.٧٦	١.٠٠	كبيرة
١٣.٠	٩٧	٠.٢٥٢	٢٠١	٠.٥٢٢	٦٥	٠.١٦٩	١٩	٠.٠٤٩	٣	٠.٠٠٨	٣.٩٦	٠.٨٣	كبيرة
١٤.٠	١٨٨	٠.٤٨٨	١٥١	٠.٣٩٢	٢٨	٠.٠٧٣	١٣	٠.٠٣٤	٥	٠.٠١٣	٤.٣١	٠.٨٥	كبيرة جدا
١٥.٠	١٥٣	٠.٣٩٧	١٥٧	٠.٤٠٨	٣٨	٠.٠٩٩	٢٦	٠.٠٦٨	١١	٠.٠٢٩	٤.٠٨	١.٠١	كبيرة
١٦.٠	٢٠١	٠.٥٢٢	١٣٢	٠.٣٤٣	٢٩	٠.٠٧٥	١٥	٠.٠٣٩	٨	٠.٠٢١	٤.٣١	٠.٩٢	كبيرة جدا
١٧.٠	١٧١	٠.٤٤٤	١٦١	٠.٤١٨	٣٣	٠.٠٨٦	١١	٠.٠٢٩	٩	٠.٠٢٣	٤.٢٣	٠.٩٠	كبيرة جدا
١٨.٠	١٥٣	٠.٣٩٧	١٧٨	٠.٤٦٢	٣٠	٠.٠٧٨	١٧	٠.٠٤٤	٧	٠.٠١٨	٤.١٨	٠.٨٩	كبيرة
١٩.٠	٢٠٤	٠.٥٣٠	١٤٣	٠.٣٧١	١٤	٠.٠٣٦	٩	٠.٠٢٣	١٥	٠.٠٣٩	٤.٤٦	٢.٧٥	كبيرة جدا
٢٠.٠	١٤٧	٠.٣٨٢	١٤٤	٠.٣٧٤	٥٤	٠.١٤٠	٢٢	٠.٠٥٧	١٨	٠.٠٤٧	٣.٩٩	١.٠٨	كبيرة
٢١.٠	١٨٠	٠.٤٦٨	١٤٧	٠.٣٨٢	٣٢	٠.٠٨٣	١٥	٠.٠٣٩	١١	٠.٠٢٩	٤.٢٢	٠.٩٦	كبيرة جدا
٢٢.٠	١٤٤	٠.٣٧٤	١٦٣	٠.٤٢٣	٥٧	٠.١٤٨	١٠	٠.٠٢٦	١١	٠.٠٢٩	٤.٠٩	٠.٩٤	كبيرة
إجمالي أهمية بعد التخصص الأكاديمي											٤.١٣	٠.٩٧	كبيرة

باستقراء نتائج الجدول (٦) يتضح أن العوامل الخاصة بالتخصص الأكاديمي حازت على درجات تقديرات كبيرة على جميع الفقرات إذ نستنتج ان له دور في تحقيق السعادة لدى الطالبات وقد كانت ترتيب الفقرات من حيث المتوسط الأصغر

الي الأعلى كالتالي: حيث أن العبارة ممارسة الحياة العملية في فترة التدريب الميداني قد كانت بنسبة متوسط ٣.٧٢ وبدرجه أهمية كبيرة، والعبارة استكشاف الأطفال من ذوي الاعاقات وذوي المشكلات قد كانت بنسبة متوسط ٣.٧٦ وبدرجه أهمية كبيرة، والعبارة المشاركة في حل مشكلة تعوق الطفل عن الفهم قد كانت بنسبة متوسط ٣.٧٨ وبدرجه أهمية كبيرة، والعبارة القدرة علي اكتشاف طاقات الطفل الكامنة قد كانت بنسبة متوسط ٣.٨٥ وبدرجه أهمية كبيرة، والعبارة ملاحظة ثبات أثر التعلم الذي يتلقاه الطفل مني قد كانت بنسبة متوسط ٣.٩٦ وبدرجه أهمية كبيرة، والعبارة استخدام مبدأ المكافأة والعقاب بمهارة مع الطفل يرضيني قد كانت بنسبة متوسط ٣.٩٩ وبدرجه أهمية كبيرة، والعبارة اكتشاف الأطفال الموهوبين وذوي القدرات الخاصة قد كانت بنسبة متوسط ٤.٠١ وبدرجه أهمية كبيرة، والعبارة اكتشاف حل لمشكلة طفل حزين أو مضطرب قد كانت بنسبة متوسط ٤.٠٨ وبدرجه أهمية كبيرة، والعبارة الاطلاع علي كل جديد في عالم الطفل وتعليمه قد كانت بنسبة متوسط ٤.٠٩ وبدرجه أهمية كبيرة، والعبارة مواجهة الفروق الفردية بين الأطفال والتعامل معها بمهارة علمية ٤.٠٩ وبدرجه أهمية كبيرة، والعبارة الاجابة علي تساؤلات الطفل المحيرة قد كانت بنسبة متوسط ٤.١٣ وبدرجه أهمية كبيرة، والعبارة القدرة علي تنظيم العمل في فريق مع الأطفال قد كانت بنسبة متوسط ٤.١٦ وبدرجه أهمية كبيرة، والعبارة القدرة علي استخدام وتوظيف الوسائل التكنولوجية الحديثة في تعليم الطفل قد كانت بنسبة متوسط ٤.١٨ وبدرجه أهمية كبيرة، والعبارة المناقشة والحوار مع الطفل ومشاركته اللعب وتوجيه سلوكياته قد كانت بنسبة متوسط ٤.٢٢ وبدرجه أهمية كبيرة جدا، والعبارة مشاركة الأطفال لأنشطة الفنون والحركات التعبيرية الفنية قد كانت بنسبة متوسط ٤.٢٣ وبدرجه أهمية كبيرة جدا، والعبارة الحصول علي تقدير مرتفع في دراستي قد كانت بنسبة متوسط ٤.٢٩ وبدرجه أهمية كبيرة جدا، والعبارة ابتكار وسيلة شيقة تساعد في تبسيط المعلومة للطفل قد كانت بنسبة متوسط ٤.٣١ وبدرجه أهمية كبيرة جدا، والعبارة اللعب مع الأطفال ومشاركتهم الهوايات قد كانت بنسبة متوسط ٤.٣١ وبدرجه أهمية كبيرة جدا، والعبارة رؤية تعبيرات وجوه الأطفال أثناء سرد القصة قد كانت بنسبة متوسط ٤.٣٨ وبدرجه أهمية كبيرة جدا، والعبارة تعديل سلوكيات الطفل للأفضل قد كانت بنسبة متوسط ٤.٤٥ وبدرجه أهمية كبيرة جدا،

والعبارة أري أن تنويع المثيرات وطرق تعليم الطفل معيار نجاحي كمعلمة للطفل قد كانت بنسبة متوسط ٤.٤٦ وبدرجه أهمية كبيرة جدا، والعبارة مشاركة الأطفال هواياتهم واللعب معهم قد كانت بنسبة متوسط ٤.٤٧ وبدرجه أهمية كبيرة جدا.

وتفسر الباحثة ذلك بأن التخصص الأكاديمي يعتبر من مصادر السعادة لدي الطالبة المعلمة بقسم رياض الأطفال حيث أن الطالبة التي لديها رضا نفسي عن تخصصها الدراسي تشعر بالسعادة النفسية بعكس الطالبة التي التحقت بتخصص رياض الأطفال دون رغبة منها بسبب التنسيق أو بناءا علي رغبة الوالدين لقرب السكن أو لعدم الاختلاط أو لعدم رغبتها في الالتحاق بهذا التخصص بسبب تدني نظرة المجتمع المستقبلية لهذا التخصص فكل هذه العوامل تؤثر علي سعادة الطالبة المعلمة وعدم رضاها النفسي بهذا التخصص الأكاديمي وتؤكد علي ذلك دراسة (محمد الطيرى، ٢٠١٩) والتي أظهرت نتائجها أن مستوى مصادر السعادة كان تقديرها متوسط، أما بالنسبة للأبعاد فكانت على الترتيب التالي: التدين يليه بعد المصادر الداخلية، ممارسة الهوايات، العلاقات مع الأخرين، الزواج والأمومة، التخصص الأكاديمي، صورة الجسم، بعد الصحة ؛ وبالتالي تؤكد هذه الدراسة علي أن التخصص الأكاديمي يعد مصدر من مصادر الشعور بالسعادة لدي طلاب الجامعة، ودراسة (عائشة المحروقي، ٢٠١٣) والتي هدفت إلى التعرف على مصادر السعادة لدى عينة من طالبات والتعرف أيضا على ترتيب هذه المصادر، وقد أظهرت نتائجها أن مصادر السعادة لدى الطالبات تختلف باختلاف المراحل الدراسية وباختلاف الوضع الأسرى والحالة الاقتصادية والمستوى الدراسي وكذلك باختلاف الحالة الاجتماعية، ودراسة (كوكب عبابنة، ٢٠١٥) والتي إلي الكشف عن مستوى الامتنان والسعادة وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة وأظهرت نتائجها وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الامتنان والسعادة وجودة الحياة تعزى لأثر التخصص، لصالح التخصصات الانسانية، وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الامتنان والسعادة وجودة الحياة، تعزى لمتغيري الدخل الاقتصادي، والمعدل التراكمي، ووجود فروق في مستوى السعادة تعزى لأثر المستوى الدراسي بين طلبة السنة الاولى والثالثة، ولصالح طلبة السنة الثالثة .

جدول (٧)

نسبة المتوسطات والانحراف المعياري والنسبة المئوية ودرجة الأولوية على فقرات مقياس مصادر السعادة النفسية لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال بكلية التربية جامعة طنطا البعد الثاني (المصادر الذاتية)

العبارات	موافق بشدة		موافق		متردد		غير موافق		غير موافق بشدة		المتوسط	الانحراف	درجة الأهمية
	ت	ن %	ت	ن %	ت	ن %	ت	ن %	ت	ن %			
١.٠	٦٥	٠.١٦٩	٢٢٠	٠.٥٧١	٦٠	٠.١٥٦	٠	٠.٠٠٠	٦	٠.٠١٦	٣.٧٩	٠.٨٨	كبيرة
٢.٠	٣٤٢	٠.٨٨٨	٠	٠.٠٠٠	٤٢	٠.١٠٩	٢٠	٠.٠٥٢	١	٠.٠٠٣	٤.٨٨	٠.٣٧	كبيرة جدا
٣.٠	١٤٥	٠.٣٧٧	١٥٦	٠.٤٠٥	٥٧	٠.١٤٨	٢	٠.٠٠٥	٦	٠.٠١٦	٤.٠٨	٠.٩٣	كبيرة
٤.٠	٢٤٣	٠.٦٣١	١٢٠	٠.٣١٢	١٧	٠.٠٤٤	١٠	٠.٠٢٦	٣	٠.٠٠٨	٤.٥٥	٠.٦٨	كبيرة جدا
٥.٠	١٨٩	٠.٤٩١	١٢٩	٠.٣٣٥	٥٢	٠.١٣٥	٥٤	٠.١٤٠	٥	٠.٠١٣	٤.٢٦	٠.٨٨	كبيرة جدا
٦.٠	١١٦	٠.٣٠١	١١٥	٠.٢٩٩	٧٧	٠.٢٠٠	٦٤	٠.١٦٦	٢٣	٠.٠٦٠	٣.٦٤	١.٢١	كبيرة
٧.٠	١٠٩	٠.٢٨٣	١٠٩	٠.٢٨٣	٥٩	٠.١٥٣	٢٠	٠.٠٥٢	٤٤	٠.١١٤	٣.٤٥	١.٣٦	كبيرة
٨.٠	١٧٦	٠.٤٥٧	١٢٤	٠.٣٢٢	٥٣	٠.١٣٨	٢	٠.٠٠٥	١٢	٠.٠٣١	٤.١٢	١.٠٣	كبيرة
٩.٠	٢٩٦	٠.٧٦٩	٧٤	٠.١٩٢	١٠	٠.٠٢٦	١٠	٠.٠٢٦	٣	٠.٠٠٨	٤.٧٢	٠.٥٩	كبيرة جدا
١٠.٠	٢١١	٠.٥٤٨	١٢٢	٠.٣١٧	٣٦	٠.٠٩٤	١٠	٠.٠٢٦	٥	٠.٠١٣	٤.٣٦	٠.٨٦	كبيرة جدا
١١.٠	٢٣٣	٠.٦٠٥	١٠٩	٠.٢٨٣	٢٩	٠.٠٧٥	١٥	٠.٠٣٩	٤	٠.٠١٠	٤.٤٥	٠.٨٢	كبيرة جدا
١٢.٠	٢٦٧	٠.٦٩٤	٧٣	٠.١٩٠	١٩	٠.٠٤٩	٣٤	٠.٠٨٨	١١	٠.٠٢٩	٤.٤٨	٠.٩٦	كبيرة جدا
١٣.٠	١٥٨	٠.٤١٠	٨٢	٠.٢١٣	٣٦	٠.٠٩٤	٩	٠.٠٢٣	٧٥	٠.١٩٥	٣.٥٦	١.٥٦	كبيرة
١٤.٠	١٤٢	٠.٣٦٩	١٨٨	٠.٤٨٨	٣٧	٠.٠٩٦	٧٨	٠.٢٠٣	٩	٠.٠٢٣	٤.١٦	٠.٨٦	كبيرة
١٥.٠	٨٠	٠.٢٠٨	١٠٦	٠.٢٧٥	٩٣	٠.٢٤٢	٣١	٠.٠٨١	٢٨	٠.٠٧٣	٣.٣٤	١.٢٢	متوسطة
١٦.٠	١٥٤	٠.٤٠٠	١٢٩	٠.٣٣٥	٦٠	٠.١٥٦	١٩	٠.٠٤٩	١١	٠.٠٢٩	٤.٠٠	١.٠٧	كبيرة
١٧.٠	١٨٧	٠.٤٨٦	١٣٥	٠.٣٥١	٣٣	٠.٠٨٦	٤١	٠.١٠٦	١١	٠.٠٢٩	٤.٢٢	٠.٩٩	كبيرة جدا
١٨.٠	١٣٧	٠.٣٥٦	١٠٩	٠.٢٨٣	٣٥	٠.٠٩١	٧	٠.٠١٨	٦٣	٠.١٦٤	٣.٥٦	١.٤٧	كبيرة
١٩.٠	٢٦٣	٠.٦٨٣	٨٥	٠.٢٢١	٢٠	٠.٠٥٢	٦٥	٠.١٦٩	١٠	٠.٠٢٦	٤.٥٢	٠.٨٨	كبيرة جدا
٢٠.٠	٨١	٠.٢١٠	٩١	٠.٢٣٦	١٠٨	٠.٢٨١	٢٨	٠.٠٧٣	٤٠	٠.١٠٤	٣.٢٨	١.٢٦	متوسطة
٢١.٠	١٣٩	٠.٣٦١	١٤٩	٠.٣٨٧	٥٧	٠.١٤٨	١٥	٠.٠٣٩	١٢	٠.٠٣١	٣.٩٧	١.٠٤	كبيرة
إجمالي أهمية بعد المصادر الذاتية												٤.٠٧	كبيرة

باستقراء نتائج الجدول (٧) يتضح أن العوامل الخاصة ببعد المصادر الذاتية حازت على درجات تقديرات كبيرة على جميع الفقرات إذ نستنتج ان له دور في تحقيق السعادة لدى الطالبات.

وقد كانت ترتيب الفقرات من حيث المتوسط الأصغر الي الأعلى كالتالي: حيث ان العبارة لا أتمتع بالثبات الانفعالي في بعض المواقف ٣.٢٨ بدرجة أهمية متوسطة، والعبارة لا اشعر بوضوح أهدافي في الحياة قد كانت بنسبة متوسط ٣.٣٤ بدرجة أهمية متوسطة، والعبارة لا أجد لحياتي معني أو هدف أسعي لتحقيقه كانت بنسبة متوسط ٣.٤٥ بدرجة أهمية كبيرة، والعبارة لا أشعر بأنني محبوبة من عائلتي كانت بنسبة متوسط ٣.٥٦ بدرجة أهمية كبيرة، والعبارة لا أمتلك ذكريات سعيدة في حياتي كانت بنسبة متوسط ٣.٥٦ بدرجة أهمية كبيرة، والعبارة هناك فرق كبير بين ما أفعله وبين ما أتمني فعله كانت بنسبة متوسط ٣.٦٤ بدرجة أهمية كبيرة، والعبارة لدي وقت للترويح والاسترخاء كانت بنسبة متوسط ٣.٧٩ بدرجة أهمية كبيرة، والعبارة أمتلك الحس الفني الرفيع وأمارسه بحرية كانت بنسبة متوسط ٣.٩٧ بدرجة أهمية كبيرة، والعبارة تعلم لغة جديدة والتحدث بها بمهارة كانت بنسبة متوسط ٤ بدرجة أهمية كبيرة، والعبارة قدرتي علي اتخاذ قراراتي بحرية كانت بنسبة متوسط ٤.٠٨ بدرجة أهمية كبيرة، والعبارة قراءة كتاب أو رواية شيقة جديدة كانت بنسبة متوسط ٤.١٢ بدرجة أهمية كبيرة، والعبارة يعتبرني من حولي قدوة حسنة لهم في السلوك كانت بنسبة متوسط ٤.١٦ بدرجة أهمية كبيرة، والعبارة مشاهدة فيلم أو مادة درامية جديدة كانت بنسبة متوسط ٤.٢٢ بدرجة أهمية كبيرة جدا، والعبارة شعوري بالرضا عن نفسي وتقبلها كانت بنسبة متوسط ٤.٢٦ بدرجة أهمية كبيرة جدا، والعبارة ممارسة الرياضة المفضلة تشعرني بالبهجة كانت بنسبة متوسط ٤.٣٦ بدرجة أهمية كبيرة جدا، والعبارة شراء ملابس جديدة وإكسسوارات كانت بنسبة متوسط ٤.٤٥ بدرجة أهمية كبيرة جدا، والعبارة العناية بمظهري الخارجي يشعرني بذاتي كانت بنسبة متوسط ٤.٤٨ بدرجة أهمية كبيرة جدا، والعبارة أجد متعة عندما اخصص وقت للاسترخاء والهدوء كانت بنسبة متوسط ٤.٥٢ بدرجة أهمية كبيرة جدا، والعبارة ممارستي لهواياتي المتنوعة تشعرني بالمتعة كانت بنسبة متوسط ٤.٥٥ بدرجة أهمية

كبيرة جدا، والعبارة سيرتي الطيبة وسمعتي مصدرا للفخر كانت بنسبة متوسط ٤.٧٢ بدرجة أهمية كبيرة جدا، والعبارة أشعر بالارتياح عند ممارسة الشعائر الدينية كانت بنسبة متوسط ٤.٨٨ بدرجة أهمية كبيرة جدا.

وتفسر الباحثة ذلك بأن بعد المصادر الذاتية يعتبر من مصادر السعادة لدي الطالبة المعلمة بقسم رياض الأطفال حيث أن الطالبة التي لديها ثقة بنفسها، ورضاها عن حياتها وعن نفسها وعن أسرتها وأصدقائها وصلتها بربها ودرجة قناعتها بمستوى معيشتها كل هذه العوامل تتسبب في شعور الطالبة المعلمة بالسعادة والنفسية وأن غياب هذه العوامل يتسبب في تعاسة الطالبة.

وأكدت على ذلك دراسة دراسة (أحمد عبد الخالق، ٢٠١٥) والتي هدفت إلي تحديد مصادر السعادة، وحددت هذه الدراسة قائمة بمصادر السعادة وهي: الجوانب الاجتماعية والأسرية، ونشاطات وقت الفراغ، والجوانب النفسية والشخصية، والتدين، والمتنوعات. وأظهرت نتائجها أن الطلبة حصلوا على نسبة مئوية أعلى جوهريا من الطالبات في بعدى: المال، وممارسة الرياضية بوصفهما مصادر للسعادة وهي: الصداقة، والشعور بالأمان، الحب الحقيقي، الترفيه، راحة البال، سماع الموسيقى، التسوق، دراسة (Shuldham et al., 2009) والتي هدفت التعرف علي العلاقة بين التدين والروحانية من جهة وبينها وبين السعادة النفسية والسعادة الشخصية من جهة أخرى، وتوصلت نتائجها أن الروحانية كانت متنبأ إيجابي بالسعادة النفسية.

وكذلك دراسة (نادية جان، ٢٠٠٨) والتي هدفت إلي التعرف على العلاقة بين الشعور بالسعادة ومستوى التدين ومستوى الدعم الاجتماعي والتوافق والمستوى الاقتصادي والحالة الصحية، وكذلك الفروق في السعادة تبعا لمتغيرات مثل العمر، الحالة الاجتماعية، طبيعة العمل، المستوى التعليمي، والتعرف على العوامل المنبئة بالسعادة، وقد أسفرت نتائجها أن التدين يمثل العامل الأكبر من العوامل المنبئة بالسعادة ويليه الدعم الاجتماعي ثم التوافق وأخيرا المستوى الاقتصادي.

جدول (٨)

نسبة المتوسطات والانحراف المعياري والنسبة المئوية ودرجة الأولوية على فقرات مقياس مصادر السعادة النفسية لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال بكلية التربية جامعة طنطا البعد الثالث (المصادر الاجتماعية)

العبارات	موافق بشدة		موافق		متردد		غير موافق		غير موافق بشدة		المتوسط	الانحراف	رجة الأهمي
	ت	ن %	ت	ن %	ت	ن %	ت	ن%	ت	ن %			
١.٠	٧٨	٠.٢٠٣	١٨٠	٠.٤٦٨	٩٦	٠.٢٤٩	٤	٠.٠١٠	٤	٠.٠١٠	٣.٧٨	٠.٨٨	كبيرة
٢.٠	٢٦١	٠.٦٧٨	٩٦	٠.٢٤٩	٢٢	٠.٠٥٧	٨	٠.٠٢١	٢	٠.٠٠٥	٤.٥٨	٠.٧٠	كبيرة جدا
٣.٠	٢٠٧	٠.٥٣٨	١٢٧	٠.٣٣٠	٤١	٠.١٠٦	٧٤	٠.١٩٢	٢	٠.٠٠٥	٤.٣٧	٠.٨٠	كبيرة جدا
٤.٠	٨٠	٠.٢٠٨	١٢٣	٠.٣١٩	٧٢	٠.١٨٧	٢٣	٠.٠٦٠	٣٥	٠.٠٩١	٣.٣٦	١.٢٦	متوسطة
٥.٠	١٠٤	٠.٢٧٠	١٦٨	٠.٤٣٦	٨٦	٠.٢٢٣	٦٥	٠.١٦٩	٤	٠.٠١٠	٣.٩٠	٠.٩٠	كبيرة
٦.٠	٨٤	٠.٢١٨	١١٤	٠.٢٩٦	٧٩	٠.٢٠٥	٧	٠.٠١٨	٤٢	٠.١٠٩	٣.٣٥	١.٢٩	متوسطة
٧.٠	١٥٢	٠.٣٩٥	١٧٩	٠.٤٦٥	٤٢	٠.١٠٩	٩	٠.٠٢٣	٥	٠.٠١٣	٤.٢١	٠.٨١	كبيرة جدا
٨.٠	٢٣٣	٠.٦٠٥	١١١	٠.٢٨٨	٢٥	٠.٠٦٥	١٥	٠.٠٣٩	٧	٠.٠١٨	٤.٤٤	٠.٨٦	كبيرة جدا
٩.٠	٢١٣	٠.٥٥٣	١١١	٠.٢٨٨	٤٤	٠.١١٤	٢٦	٠.٠٦٨	٢	٠.٠٠٥	٤.٣٥	٠.٨٧	كبيرة جدا
١٠.٠	١٣٦	٠.٣٥٣	١٤٢	٠.٣٦٩	٧١	٠.١٨٤	٦٨	٠.١٧٧	١٠	٠.٠٢٦	٣.٩٦	١.٠٢	كبيرة
١١.٠	١١٥	٠.٢٩٩	١٠٢	٠.٢٦٥	٥٥	٠.١٤٣	٨١	٠.٢١٠	٤٥	٠.١١٧	٣.٤٥	١.٣٨	كبيرة
١٢.٠	٦٥	٠.١٦٩	١٣١	٠.٣٤٠	٧٣	٠.١٩٠	٢٠	٠.٠٥٢	٣٥	٠.٠٩١	٣.٢٩	١.٢٣	متوسطة
١٣.٠	١٦٢	٠.٤٢١	١٤٥	٠.٣٧٧	٤١	٠.١٠٦	٢٦	٠.٠٦٨	١٧	٠.٠٤٤	٤.٠٨	١.٠٦	كبيرة
١٤.٠	١٧٤	٠.٤٥٢	٩٦	٠.٢٤٩	٦٧	٠.١٧٤	٧٢	٠.١٨٧	٢١	٠.٠٥٥	٣.٩٨	١.١٨	كبيرة
١٥.٠	٧٧	٠.٢٠٠	١٢٢	٠.٣١٧	٨٧	٠.٢٢٦	٦٤	٠.١٦٦	٢٧	٠.٠٧٠	٣.٣٩	١.٢٠	متوسطة
١٦.٠	٩٤	٠.٢٤٤	١٠٥	٠.٢٧٣	٧٩	٠.٢٠٥	٣٠	٠.٠٧٨	٤٣	٠.١١٢	٣.٣٧	١.٣١	متوسطة
١٧.٠	١٦١	٠.٤١٨	١٥٤	٠.٤٠٠	٣٠	٠.٠٧٨	١٤	٠.٠٣٦	١٠	٠.٠٢٦	٤.١١	١.٠٢	كبيرة
١٨.٠	٢٣١	٠.٦٠٠	٨٦	٠.٢٢٣	٣١	٠.٠٨١	٥٤	٠.١٤٠	٢٣	٠.٠٦٠	٤.٢٧	١.١٤	كبيرة جدا
١٩.٠	١١٢	٠.٢٩١	١٠٣	٠.٢٦٨	٧٥	٠.١٩٥	٣	٠.٠٠٨	٤١	٠.١٠٦	٣.٥٠	١.٣٣	كبيرة
٢٠.٠	٢٩٠	٠.٧٥٣	٦٥	٠.١٦٩	٢٠	٠.٠٥٢	٢٨	٠.٠٧٣	٧	٠.٠١٨	٤.٦٣	٠.٧٨	كبيرة جدا
إجمالي أهمية بعد المصادر الاجتماعية											٣.٩٢		كبيرة

باستقراء نتائج الجدول (٨) يتضح أن العوامل الخاصة ببعد المصادر الاجتماعية حازت على درجات تقديرات كبيرة على جميع الفقرات إذ نستنتج ان له دور في تحقيق السعادة لدى الطالبات وقد كانت ترتيب الفقرات من حيث المتوسط الأصغر الي الأعلى كالتالي: حيث انا العبارة قدرتي علي التأثير بشكل ايجابي علي

الأخرين ضعيفة وقد كانت بنسبة متوسط ٣.٢٩ وبدرجة أهمية متوسطة، والعبارة أعتقد أن مشاركاتي في نشاط الأسر بالكلية غير فعال وقد كانت بنسبة متوسط ٣.٣٥ وبدرجة أهمية متوسطة، والعبارة معظم الناس لديهم أصدقاء اكثر مني وقد كانت بنسبة متوسط ٣.٣٦ وبدرجة أهمية متوسطة، والعبارة أعتقد أن مشاركتي في حفلات الكلية لم تضيف لي شيئا وقد كانت بنسبة متوسط ٣.٣٧ وبدرجة أهمية متوسطة، والعبارة أري أن تأثيري في المجتمع الذي أعيش فيه لا يرضيني وقد كانت بنسبة متوسط ٣.٣٩ وبدرجة أهمية متوسطة، والعبارة لا أشعر بالسرور من وضعي الاجتماعي حاليا وقد كانت بنسبة متوسط ٣.٤٥ وبدرجة أهمية كبيرة، والعبارة أنا لست متفائلة بخصوص حياتي الشخصية ومستقبلي وقد كانت بنسبة متوسط ٣.٥ وبدرجة أهمية كبيرة، والعبارة تكوين صداقات جديدة يشعرني بالأمان وقد كانت بنسبة متوسط ٣.٧٨ وبدرجة أهمية كبيرة، والعبارة المشاركة في الأعمال الاجتماعية التطوعية وقد كانت بنسبة متوسط ٣.٩ وبدرجة أهمية كبيرة، والعبارة التعبير عن أرائي بحرية في أحداث المجتمع الجارية وقد كانت بنسبة متوسط ٣.٩٦ وبدرجة أهمية كبيرة، والعبارة السفر في رحلات مع زميلاتي للأماكن المفتوحة وقد كانت بنسبة متوسط ٣.٩٨ وبدرجة أهمية كبيرة، والعبارة متابعة المسلسل المفضل لدي مع الأسرة وقد كانت بنسبة متوسط ٤.٠٨ وبدرجة أهمية كبيرة، والعبارة التعامل مع الأطفال يبعدني قليلا عن مشكلات الحياة والمجتمع وقد كانت بنسبة متوسط ٤.١١ وبدرجة أهمية كبيرة، والعبارة يستعين بي أصدقائي في حل بعض مشكلاتهم وقد كانت بنسبة متوسط ٤.٢١ وبدرجة أهمية كبيرة جدا، والعبارة يشجعني والداي ويقدمان الدعم الدائم لي وقد كانت بنسبة متوسط ٤.٢٧ وبدرجة أهمية كبيرة جدا، والعبارة الزيارات والتجمعات العائلية في المناسبات وقد كانت بنسبة متوسط ٤.٣٥ وبدرجة أهمية كبيرة جداً، والعبارة التجهيز لليوم المفتوح مع زميلاتي يشعرني بالمتعة وقد كانت بنسبة متوسط ٤.٣٧ وبدرجة أهمية كبيرة جدا، والعبارة الخروج في نزهة مع الأصدقاء وقد كانت بنسبة متوسط ٤.٤٤ وبدرجة أهمية كبيرة جدا، والعبارة اختيار شريك الحياة علي أسس صحيحة وقد كانت بنسبة متوسط ٤.٥٨ وبدرجة أهمية كبيرة جدا، والعبارة رؤية أفراد أسرتي سعداء يحقق لي الراحة وقد كانت بنسبة متوسط ٤.٦٣ وبدرجة أهمية كبيرة جدا. وتفسر الباحثة ذلك بأن بعد المصادر الاجتماعية يعتبر

من مصادر السعادة لدي الطالبة المعلمة بقسم رياض الأطفال حيث أن الطالبة التي لديها قدرة علي التفاعل والتواصل مع الآخرين، وامتلاكها للذكاء الاجتماعي يجعلها تشعر بالسعادة ؛ حيث يري (الفارابي) أن السعادة ليست في السعادة الشخصيّة، وإنما في السعادة الجماعيّة، والسعادة غاية في حد ذاتها ما دامت تطلب وتأخذ لذاتها بعيدًا عن أي نوع من المصلحة، ويرى أنّ السعادة ليست إلا ممارسة للتفكير والتأمل والاحتكام إلى المنطق بالتمييز بين الصحيح والخاطئ، فمثلا وجود الأصدقاء بجانب الشخص هو سر من أسرار السعادة الحقيقية في هذه الحياة، فالإنسان لا يستطيع أن يعيش بمنعزل عن محيطه والوحدة تسبب له الكآبة والتشاؤم، لذلك إن وجود الأصدقاء من حوله يخفف عنه هذا ويشعره بالبهجة والسرور، لذا يجب علي كل فرد منا السعي لتكوين علاقات صداقة متينة والخروج مع الأصدقاء المقربين في نزهات والسفر برفقتهم إلى الخارج وممارسة الأنشطة الترفيهية معهم . وتؤكد علي ذلك دراسة (نهاد قابيل، ٢٠٢٠) والتي هدفت إلى التعرف على مصادر السعادة، وأظهرت نتائجها أن أهم عشر مصادر للسعادة لدى الحالة كانت بالترتيب (رضا الله، الصلاة، الذرية الصالحة، إسعاد الأسرة، رضا الوالدين، الرضا عن النفس، مساعدة الآخرين، مشاهدة التلفزيون، التجمع مع الأسرة، الصحة) وبالتالي فإن هذه الدراسة تؤكد أيضا علي أهمية المصادر الاجتماعية والتي تتسبب في شعور الفرد بالسعادة ومنها إسعاد الأسرة، ومساعدة الأخرين، والتجمع مع الأسرة .ويتفق ذلك مع دراسة (محمد الطيرى، ٢٠١٩) والتي توصلت نتائجها إلى أن من مصادر السعادة العلاقات مع الأخرين، الزواج والأمومة، الانجاز الأكاديمي، صورة الجسم، بعد الصحة. ويتفق أيضا مع دراسة (أحمد عبد الخالق، ٢٠١٥) والتي هدفت إلي تحديد مصادر السعادة وهي: الصداقة، والشعور بالأمان، الحب الحقيقي، الترفيه، راحة البال، سماع الموسيقى، التسوق.

وللإجابة على التساؤل الثاني والذي ينص على: (هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مصادر السعادة بين الطالبات المعلمات وفقا لاختلاف المستويات التعليمية للأسرة؟)

وللتحقق من صحة هذا التساؤل قامت الباحثة بتوزيع أفراد العينة المستوي التعليمي للأسرة كما في جدول (٩).

جدول (٩)

توزيع أفراد العينة من حيث المستوي التعليمي للأسرة

المستوي التعليمي	العدد	النسبة
غير متعلم	٥٣	١٣.٨
دبلوم	١٣٥	٣٥.١
جامعي	١٠٥	٢٧.٣
دراسات عليا	٩٢	٢٣.٩

ومن الجدول السابق يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس مصادر السعادة النفسية على الابعاد وككل لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال بكلية التربية جامعة طنطا لاختلاف المستويات التعليمية للأسرة.

جدول (١٠)

تحليل التباين تبعاً للمستويات التعليمية للأسرة على أبعاد مقياس مصادر السعادة النفسية علما بأن ن= ٣٨٥ طالبة

الابعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مربع الفروق	قيمة "ف"	مستوي الدلالة
الأكاديمي	التفاعل مصادر السعادة النفسية مع المستويات التعليمية للأسرة	٢٨٣.٦٧٨	٣	٩٤.٥٥٩	٠.٩٢٥	٠.٤٢٩
	البواقي	٣٨٩٣٤.٢٨٠	٣٨١	١٠٢.١٩٠		غير دال
	المجموع	٣٩٢١٧.٩٥٨	٣٨٤			
الاجتماعي	التفاعل مصادر السعادة النفسية مع المستويات التعليمية للأسرة	٣٧٦.٩٢٤	٣	١٢٥.٦٤١	٢.٣٧٧	٠.٠٧٠
	البواقي	٢٠١٣٥.٥٠٢	٣٨١	٥٢.٨٤٩		غير دال
	المجموع	٢٠٥١٢.٤٢٦	٣٨٤			
الذاتي	التفاعل مصادر السعادة النفسية مع المستويات التعليمية للأسرة	١٦٠.٥١٠	٣	٥٣.٥٠٣	٠.٩٥١	٠.٤١٦
	البواقي	٢١٤٣٢.٨٥١	٣٨١	٥٦.٢٥٤		غير دال
	المجموع	٢١٥٩٣.٣٦١	٣٨٤			

يتبين من جدول رقم (١٠) عدم وجود تفاعل دال إحصائياً للمستويات التعليمية للأسرة على أبعاد مقياس مصادر السعادة النفسية، حيث بلغت قيمة ف ٠.٩٢٥ في البعد الأول الأكاديمي، بلغت قيمة ف ٢.٣٧٧ في البعد الثاني الاجتماعي، بلغت قيمة ف ٠.٤١٦ في البعد الثالث الذاتي وهي غير دالة إحصائياً، أي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أبعاد مصادر السعادة النفسية يرجع لاختلاف المستويات التعليمية.

جدول (١١)

تحليل التباين تبعاً للمستويات التعليمية للأسرة على مقياس مصادر السعادة النفسية ككل علما بأن ن= ٣٨٥ طالبة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مربع الفروق	قيمة "ف"	مستوي الدلالة
التفاعل مصادر السعادة النفسية مع المستويات التعليمية للأسرة	٢١٣٦.٤٦١	٣	٧١٢.١٥٤	١.٦٤٧	٠.١٧٨
البواقي	١٦٤٧٦٨.٥٨٩	٣٨١	٤٣٢.٤٦٣		
المجموع	١٦٦٩٠٥.٠٤٩	٣٨٤			

يتبين من جدول (١١) عدم وجود تفاعل دال إحصائياً في للمستويات التعليمية للأسرة، حيث بلغت قيمة ف ١.٦٤٧ وهي غير دالة إحصائياً، أي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مصاد السعادة النفسية بأسرهم لاختلاف المستويات التعليمية لأمهاتهم، أي أن المستوى التعليمي للأسرة لا يساهم في رفع درجة مصادر السعادة النفسية.

ولهذا يتبين من أن المستوى التعليمي للأب والأم لا يساهم في مصادر السعادة النفسية وبذلك لم ترفض الباحثة الفرض وقبول الفرض البديل لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مصادر السعادة النفسية لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال بكلية التربية جامعة طنطا يرجع لاختلاف المستويات التعليمية لآبائهم وأمهاتهم.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن مصادر السعادة النفسية لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال بكلية التربية جامعة طنطا لا تختلف المستويات التعليمية لآبائهم وأمهاتهم، وأن هؤلاء الطلاب يعيشون بحسب استغلالهم للموارد الأسرية المتاحة سواء الموارد البشرية أو المادية، بأفضل استخدام ممكن لتحقيق التخصص الأكاديمي، احترام الذات والمهارات الاجتماعية من أجل تلبية احتياجاتهم المتعددة والمتنوعة.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة دراسة (Shafiq et al., 2017) ان مستوى السعادة والصحة النفسية لدى طلاب الجامعة لا يرتبط بالمتغيرات الديموجرافية الاجتماعية ليس لها أي دور في سعادة الطلاب ورفاهيتهم.

وتختلف مع دراسة (عائشة المحروقي، ٢٠١٣) بأن مصادر السعادة لدى الطالبات تختلف باختلاف الوضع الأسرى وكذلك باختلاف الحالة الاجتماعية.

وكذلك دراسة (نادية جان، ٢٠٠٨) والتي هدفت إلي التعرف على العلاقة بين الشعور بالسعادة ومستوى التدين ومستوى الدعم الاجتماعي والتوافق والمستوى الاقتصادي والحالة الصحية، وكذلك الفروق في السعادة تبعا لمتغيرات مثل العمر، الحالة الاجتماعية، طبيعة العمل، المستوى التعليمي، والتعرف على العوامل المنبئة بالسعادة، وقد أسفرت نتائجها أن التدين يمثل العامل الأكبر من العوامل المنبئة بالسعادة ويليه الدعم الاجتماعي ثم التوافق وأخيرا المستوى الاقتصادي.

وللإجابة على التساؤل الثالث والذي ينص على هل توجد علاقة ارتباطية بين مصادر السعادة النفسية (التخصص الاكاديمي–المصادر الذاتية للسعادة– المصادر الاجتماعية للسعادة)؟

وللتحقق من صحة الفرض استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون على النحو التالي:

جدول (١٢)

نتائج الارتباط بين مصادر السعادة النفسية (التخصص الاكاديمي–المصادر الذاتية– المصادر الاجتماعية) علمان بأن ن = (٣٨٥)

الابعاد والمتغيرات	القياس	الأكاديمي	الذاتي	الاجتماعي	المقياس ككل
التخصص الأكاديمي	معامل الارتباط بيرسون	١	**٠.٥٢٩	**٤٦٥.	**٨٣٧.
	مستوي الدلالة		٠.٠١	٠.٠١	٠.٠١
	عدد العينة	٣٨٥	٣٨٥	٣٨٥	٣٨٥
المصادر الذاتية	معامل الارتباط بيرسون	**٥٢٩.	١	**٦٧٧.	**٨٥١.
	مستوي الدلالة	٠.٠١		٠.٠١	٠.٠١
	عدد العينة	٣٨٥	٣٨٥	٣٨٥	٣٨٥
المصادر الاجتماعية	معامل الارتباط بيرسون	**٤٦٥.	**٦٧٧.	١	**٨٢٢.
	مستوي الدلالة	٠.٠١	٠.٠١		٠.٠١
	عدد العينة	٣٨٥	٣٨٥	٣٨٥	٣٨٥
المقياس ككل	معامل الارتباط بيرسون	**٨٣٧.	**٨٥١.	**٨٢٢.	١
	مستوي الدلالة	٠.٠١	٠.٠١	٠.٠١	
	عدد العينة	٣٨٥	٣٨٥	٣٨٥	٣٨٥

** تشير الى مستوي دلالة ٠.٠١ يوضح جدول (١٢) وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين مصادر السعادة النفسية عند مستوى ٠.٠١. حيث أشارت النتائج بالجدول (١٢) إلى:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين التخصص الأكاديمي و(المصادر الذاتية–المصادر الاجتماعية) عند مستوى ٠.٠١، مما تعني أن التحصيل الدراسي للطالب يكون نتاج فعاليته الذاتية أي كلما ارتفعت فعالية الذات ارتفع معها التحصيل الأكاديمي، وأن الأشخاص السعداء لديهم درجات أعلى في العوامل لاجتماعية والقدرة على تحقيق التفوق الأكاديمي.
- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين المصادر الذاتية (التخصص الأكاديمي–المصادر الاجتماعية) عند مستوى ٠.٠١، مما تعني أن المصادر

الذاتية للطالبات ينمو من خلال عملهم ونجاحهم الأكاديمي، وأن الأشخاص السعداء لديهم درجات أعلى في التفاعل بين الفرد والبيئة مما يحقق العوامل الاجتماعية والقدرة على تحقيق التفوق الأكاديمي.

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين المصادر الاجتماعية (التخصص الأكاديمي–المصادر الذاتية) عند مستوى ٠.٠١، مما تعني أن المصادر الاجتماعية والبيئة تساعد الطالبات على تحقيق التفوق الأكاديمي، وان تقدير الطالبات لذاتهن يحقق التفاعل الاجتماعي وشبكة العلاقات الاجتماعية التي نعيش في ظلها على السعادة.

ويمكن تفسير الارتباط بين مصادر السعادة (الاكاديمية–الذاتية–الاجتماعية) التي تؤثر في قدرة الطالبات على مواجهة العقبات والمواقف الضاغطة التي تعترضها في الحياة وهذا يتفق مع ما أشار إليه باندورا (Bandura, 199) بأن مصادر السعادة تزيد بزيادة فهم الذات وتوقع النجاح مما يزيد من مستوى دافعيتهم لتحقيق أفضل أداء اجتماعيا.

كما ترتبط السعادة الجامعية للطلاب بعوامل معينة مثل العوامل المادية والسمات الفردية والعوامل الاجتماعية والعوامل التعليمية. من الواضح أن البيئة التعليمية السعيدة أمر بالغ الأهمية للكشف عن مواهب الطلاب وتوفير التعلم الفعال، كما أن البيئة التعليمية السعيدة لا تساهم في النجاح الأكاديمي للطالب فحسب، بل تعمل أيضًا على تحسين المهارات الحياتية الأخرى، مثل التواصل الصحي والنجاح مدى الحياة وتحقيق الذات، وإن التطور المعرفي والوجداني والشخصي والاجتماعي الذي يحدث خلال هذه الفترة الزمنية يجعله أكثر الأوقات ملاءمة للتغيير من خلال إنشاء أساس قوي للرفاهية طوال الحياة.

وتؤكد علي ذلك دراسة (Shuldham et al., 2009) والتي هدفت إلى التعرف العلاقة بين التدين والروحانية من جهة وبينها وبين السعادة النفسية والسعادة الشخصية من جهة أخرى، وأظهرت نتائجها إلي أن الروحانية كانت متنبأ إيجابي بالسعادة النفسية والشخصية، وأن التدين لم يرتبط بشكل دال إحصائيا بالسعادة الشخصية والسعادة النفسية. أيضا دراسة (نادية جان، ٢٠٠٨) والتي هدفت للتعرف على العلاقة بين الشعور بالسعادة ومستوى التدين ومستوى الدعم الاجتماعي والتوافق

والمستوى الاقتصادي والحالة الصحية، وكذلك الفروق في السعادة تبعا لمتغيرات مثل العمر، الحالة الاجتماعية، طبيعة العمل، المستوى التعليمي، وقد أظهرت نتائجها عن وجود ارتباط دال وموجب بين السعادة وكل من مستوى التدين، والدعم الاجتماعي، والتوافق الزواجي، والمستوى الاقتصادي، والحالة الصحية، وإلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالسعادة تبعا لمتغير العمر والحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي وطبيعة العمل.

توصيات الدراسة:

توصي الدراسة الحالية بما يلي:

١- عقد دورات تدريبية وندوات سواء للمعلمات أو الطالبات عن أهمية تحقيق السعادة في حياتنا سواء السعادة الوجدانية والمعرفية.

٢- توعية المسئولين في مجال الاعلام عن أهمية عمل برامج هادفة لنشر الأفكار الإيجابية التي تساعد وتسهم في تكوين حياة سعيدة للأفراد وبالأخص طلاب وطالبات الجامعة.

٣- توعية الأسر بأهمية العلاقات الاجتماعية داخل الأسرة والتي تساعد على تحقيق الشعور بالسعادة النفسية.

٤- عقد دورات تدريبية لمعلمات رياض الأطفال عن محددات ومصادر الشعور بالسعادة مما يحقق لها الرضا المهني والتخلص من الضغوط النفسية.

٥- توفير خدمات التوجيه والارشاد النفسي داخل كلية التربية مما يساهم في رفع الطاقة الإيجابية والتخلص من المشاعر السلبية لدى طلاب وطالبات الجامعة وبالتالي تحقيق السعادة النفسية.

البحوث والدراسات المقترحة:

توصي الباحثة بإجراء المزيد من البحوث في هذا المجال منها على سبيل المثال:

١- فعالية برنامج إرشادي لتنمية الشعور بالسعادة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة سواء (المعاقين سمعيا / بصريا / المتخلفين عقليا / التوحد).

٢- فعالية برنامج تدريبي قائم على التعلم المنظم ذاتيا لتنمية السعادة النفسية لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال.

٣- فعالية برنامج تدريبي لتنمية السعادة النفسية كمدخل لتحسين القدرة على حل المشكلات الاجتماعية والانفعالية لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال.

٤- السعادة النفسية والتفاؤل والأمل كمنبئات لارتقاء ما بعد الصدمة لدى عينة من الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال.

٥- السعادة وعلاقتها بالمناعة النفسية في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى معلمات رياض الأطفال.

٦- دراسة تشخيصية لمحددات ومصادر السعادة لدى طفل الروضة.

٧- دراسة لبيئات التعلم المحققة للسعادة النفسية لدى طفل رياض الأطفال.

مجلة الطفولة والتربية – العدد الخمسون – الجزء الأول – السنة الرابعة عشرة – أبريل ٢٠٢٢

المراجع:

- القرآن الكريم.
- أحمد محمد عبد الخالق (٢٠١٥). مصادر السعادة لدى طلاب الجامعة. المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي. مج٣، ع١، ص (١- ١٥).
- أحمد يعقوب النور(٢٠١٣) . فعالية الذات وعلاقتها بالسعادة والتحصيل الاكاديمي. مجلة كلية التربية، جامعة بنها. مج ٢٤ , ع ٩، ص(١٧٨-١٥١).
- السيد محمد عبد الرحمن (٢٠٢٠). مصادر ومؤشرات السعادة بين المجتمعات: رؤية سوسيولوجية. الأكاديمية الأمريكية العربية للعلوم والتكنولوجيا، مج ١١، ع ٣٦، ص (٥٣- ٦٦).
- المعجم الوجيز (٢٠٠٨). مجمع اللغة العربية، القاهرة، الهيئة المصرية العامة لشئون المطابع الأميرية.
- ريم إبراهيم سلكها (٢٠٢٠). أبعاد السعادة لدى عينة من أطفال الروضة " دراسة تشخيصية ". رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة طنطا.
- إيمان سعد السيد زناتي (٢٠١٥). برنامج ألعاب تربوية لتحسين الشعور بالسعادة لدى الطفل مجهول النسب. مجلة الطفولة- كلية رياض الأطفال- جامعة القاهرة، ع ١٩، ص (٩٦- ١٤٦).
- تحيه عبد العال، محمد مظلوم، مصطفى رمضان (٢٠١٣). الاستمتاع بالحياة في علاقته ببعض متغيرات الشخصية الايجابية "دراسة في علم النفس الإيجابي ". مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ع ٩٣، ج ٢.
- حمدي يونس أبو جراد (٢٠١٦). تطوير قائمة أكسفورد للسعادة: دراسة سيكومترية في تطوير الاستجابة للمفردة. المجلة التربوية، الكويت، ٣٠ (١١٨)، ص (١٠٩- ١٤٠).
- داليا محمد عزت (٢٠٠٤). العلاقة بين السعادة وكل من الأفكار اللاعقلانية وأحداث الحياة السارة والضاغطة، المؤتمر السنوي الحادي عشر، مركز الارشاد النفسي، جامعة عين شمس.
- سحر منصور القطاوي (٢٠١٤). الشعور بالسعادة النفسية وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينة من المعاقين سمعيا، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ع (٢٥)، ص (١٣- ٤٦).
- سحر فاروق علام (٢٠٠٨). معدلات السعادة الحقيقية لدى عينة من طلاب المرحلتين الاعدادية والثانوية. مجلة دراسات نفسية، مج ١٨، ع ٢، ص (٤٣١- ٤٦٥).
- سناء محمد سليمان (٢٠١٠). السعادة والرضا أمنية غالية وصناعة راقية. القاهرة: عالم الكتب.

- سهام عبد الغفار عليوة (٢٠١٤). فعالية برنامج للتدريب على بعض المهارات الحياتية في تحسين الشعور بالسعادة لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم. مجلة التربية الخاصة- مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئية بكلية التربية جامعة الزقازيق، ع ٧، ص (١٣٤- ١٨٩).
- سيد أحمد البهاص (٢٠١٠). مقياس الشعور بالسعادة. ط ١، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- عائشة عباس المحروقي (٢٠١٣). مصادر السعادة لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة والثانوية والجامعية في ضوء بعض الخصائص الديموجرافية والاجتماعية والأكاديمية بمدينه مكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة ام القرى، المملكة العربية السعودية.
- عبد الله جاد محمود (٢٠١٠). بعض المتغيرات المعرفية والشخصية المساهمة في السعادة. مجلة الدراسات التربوية والنفسية، كلية التربية جامعة الزقازيق، (٦٦)، ص (١٩٥- ٢٧١).
- على بن طويش (١٩٩٩). السؤال القديم " الانسان .... السعادة ". مكتبة الملك فهد الوطنية، الرياض، المملكة العربية السعودية.
- فتحي عبد الرحمن الضبع (٢٠١٢). الذكاء الروحي وعلاقته بالسعادة النفسية لدى عينة من المراهقين والراشدين. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس. ع ٢٩، ج ١، ص (١٣٥- ١٧٦).
- فتحية فرج محمد عبيد(٢٠١٦). تنمية مستوى الطموح لدى طالبات الجامعة لتحسين الشعور بالسعادة النفسية. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.
- كمال إبراهيم مرسي (٢٠٠٠). السعادة وتنمية الصحة النفسية- ج ١. القاهرة: دار النشر للجامعات.
- كوكب يوسف عبابنة (٢٠١٥). الامتنان والسعادة وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة اليرموك.
- محمد غصاب سعد المطيري (٢٠١٩). مصادر السعادة وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى طلبة جامعة الكويت. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة مؤتة.
- نادية جان (٢٠٠٨). الشعور بالسعادة ومستوى الدعم الاجتماعي والتوافق الزواجي والمستوى الاقتصادي والحالة الصحية. مجلة دراسات نفسية، ١٨ (٤)، ص(٦٠١- ٦٤٨).
- نجلاء شعبان الولاني (٢٠١٦). برنامج تدريبي لتنمية السعادة كمدخل لتحسين جودة الحياة لدى طالبات الجامعة. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة

عين شمس.

- نهاد مرزوق عبد الخالق مرزوق قابيل (٢٠٢٠). مصادر السعادة لدى ذوي الإعاقة السمعية الراشدين من منظور شخصي: دراسة حالة. مجلة كلية التربية، جامعة بنها، مج٣١، ع١٢١، ص (١٦٤-١٩٨).

- Aboalshamat, K., Alsiyud, A. O., Al-Sayed, R.A., Alreddadi, R. S., Faqiehi, S. S. & Almehmadi, S.A. (2018). The relationship between resilience, happiness, and life satisfaction in dental and medical students in Jeddah, Saudi Arabia. Niger J Clin Pract. 21(8),1038-1043 .
- Bird, J. M., & Markle, R. S. (2012). Subjective well-being in school environments: Promoting positive youth development through evidence-based assessment and intervention. American Journal of Orthopsychiatry, 82(1), 61-66. DOI: 10.1111/j.1939-0025.2011.01127.x
- Carr, A. (2011). Positive psychology: The science of happiness and human strengths. Routledge .
- Diener, E., Lucas, R. E., & Scollon, C. N. (2006). Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. American Psychologist, 61(4), 305–314. https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.4.305
- Dolan,P.(2014). Happiness by design change what do, not How you think, published by the penguin group, New York.
- Engels, N., Aelterman, A., Petegem, K. V., & Schepens, A. (2004). Factors which influence the well-being of pupils in Flemish secondary schools. Educational Studies, 30(2), 127-143. Retrieved 18 July, 2018, from http://hdl.handle.net/1854/LU-214624.
- Flynn, D. M.& MacLeod, S (2015). Determinants of Happiness in Undergraduate University Students. Academic journal article College Student Journal. V (49) N (3), PP (46- 55).
- Hwang, H, Kang, H, Tak, J & Lee, S (2015). Impact of self-esteem and gratitude disposition on happiness in preservice early childhood

teachers. Procedia- Social and Behavioral Sciences, 174 (3447- 3453).

- Khramtsova, I., Saarnio, D.A., Gordeeva, T. & Williams, K. (2007). Happiness, Quality of Life, and Depression in College Students: Relations with Student Behaviors and Attitudes. American Journal of Psychological Research. V (3) N (1), PP (8- 16).
- Moradi, M., Jafari, E., Abedi, M. (2005). Happiness and personality: a review study. Advances in cognitive science, 7(2), 60-71.
- Nemati, S & Maralani, F.M (2016). The Relationship between Life Satisfaction and Happiness: The Mediating Role of Resiliency. International Journal of Psychological Studies, V (8) N (3), PP (194-201).
- Ryff,C. & Singer,B. (2008) . Know thyself and become what you are: A Eudaimonic approach to psychological well-being. Journal of Happiness Studies, 9, 13-39.
- Seligman, M., (2003). Positive Psychology: Fundamental Assumptions. The Psychologist, 16: 126-127.
- Shafiq, S, Naz, R.A., Ansar, M, Nasrulla, T, Bushra, M & Imam, S (2017). Happiness as Related to Mental Health among University Students. International Journal of Humanities and Social Science, V (5) N (9), PP (124- 132).
- Shuldham, C., Parkin, C., Firouzi, Roughton, M., & Walker, M. (2009). The relationship between nurse staffing and patient outcomes: A case study. International Journal of Nursing Studies, V (46) N (7), PP 986-992.
- Talebzadeh, F., & Samkan, M. (2011). Happiness for our kids in schools: A conceptual model. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 29 (2011), 1462-1471.