

معدلات السعادة وعلاقتها بالحياة الطيبة والتدين لدى طلبة جامعة السلطان قابوس بسلطنة عمان

أ. د. أحمد محمد عبدالخالق*

أ. د. علي مهدي كاظم**

د. تغريد تركي آل سعيد**

تاريخ قبول البحث 2017/6/3

تاريخ استلام البحث 2017/4/23

ملخص:

هدفت هذه الدراسة، إلى بيان معدلات السعادة، وعلاقتها بالحياة الطيبة والتدين لدى طلبة جامعة السلطان قابوس في سلطنة عمان، في سلطنة عمان (ن = 381). وشملت أدوات الدراسة: المقياس العربي للسعادة، ومتغيرات الحياة الطيبة، كما تقاس بالتقدير الذاتي لكل من: الصحة الجسمية، والصحة النفسية، والسعادة، والرضا عن الحياة، فضلاً عن تقدير التدين، بلغ معدل انتشار السعادة لدى الذكور 25.4%، وبلغ لدى الإناث 22.59% على أساس المئين 75، وحصلت الإناث على متوسطات أعلى جوهرياً من الذكور، في كل من: المقياس العربي للسعادة، وتقدير السعادة، وتقدير الرضا، وكانت معاملات الارتباط المتبادلة بين مقياس الدراسة دالة إحصائياً، وموجبة، باستثناء ارتباط واحد لدى الذكور، وثلاثة عند الإناث، بين التدين وبقية المتغيرات، وقد استخرج عامل واحد دال، بين متغيرات الدراسة، لدى الجنسين كل على حدة، سمي "الحياة الطيبة والتدين".

الكلمات المفتاحية: السعادة، الحياة الطيبة، الرضا عن الحياة، الصحة الجسمية، الصحة النفسية، التدين، سلطنة عمان.

* كلية الآداب، جامعة الإسكندرية/ جمهورية مصر العربية.

** كلية التربية، جامعة السلطان قابوس/ سلطنة عُمان.

The Prevalence Rate of Happiness and its Relation with Well-being and Religiosity among Sultan Qaboos University Students in Oman

Prof. Ahmed M. Abdel-Khalek*
Prof. Ali Mahdi Kazem**
Dr. Taghreed Turki Al Said**

Abstract

The present study aimed to estimate the rate of happiness and its associations with well-being and religiosity among Sultan Qaboos University students (N = 381). The tools of the study included: (a) the Arabic Scale of Happiness, (b) Well-being rating scales of physical health, mental health, happiness, and satisfaction with life, and (c) religiosity. Results indicated that the prevalence rate of happiness among Omani college students was 25.4% for males and 22.59% for females according to the percentile 75. Females obtained significantly higher mean scores on the Arabic Scale of Happiness, the rating scales of happiness and satisfaction with life. Most of the Pearson correlation coefficients were statistically significant and positive in both sexes, except one correlation in males and three correlations in females. A single high-loaded factor was retained in men and women and labeled "Well-being and religiosity".

Key Words: Happiness, well-being, satisfaction with life, physical health, mental health, religiosity, college students, Oman.

Faculty of Arts, University of Alexandria, Egypt. *

College of Education, Sultan Qaboos University, Oman. **

المقدمة:

خطط عدد من الباحثين العرب، للقيام بمشروع بحثي، استهدف دراسة معدلات السعادة، وعلاقتها بالحياة الطيبة، والتدين، لدى طلاب الجامعات في عدد من الدول العربية المتاحة، ونشرت الدراسة الأولى في هذه السلسلة، باستخدام عينة مصرية (Abdel-Khalek, 2017) وفي عام 2013، نُشر المقياس العربي للسعادة (وهو المقياس المستخدم في المشروع البحثي الحالي)، واشتمل البحث الخاص بهذا المقياس، على بيانات معيارية، عن عينة من طلاب جامعة الكويت (Abdel-Khalek, 2013a)، والدراسة الحالية هي الحلقة الثانية في هذا المشروع البحثي، استخدمت عينة من طلاب الجامعة في سلطنة عمان، ومن ثم يمكن مقارنة نتائج الدراسة الحالية في متغير السعادة، لدى العمانيين، بالنتائج السابقة على المصريين، والكويتيين.

والافتراض العام في هذا المشروع البحثي له شقان، أولهما: أن الفروق دالة إحصائيًا في معدلات السعادة، بين هذه الدول العربية، إذ إن هذه المعدلات، يمكن أن ترتبط بعدد من المتغيرات، من مثل: متوسط دخل الفرد، ومعدلات البطالة، والظروف السياسية، والاجتماعية، والاستقرار الأمني، وغير ذلك من المتغيرات، وثانيهما: افتراض أن العلاقات إيجابية بين السعادة، والحياة الطيبة Well-being (كما تقاس بالتقدير الذاتي لكل من: الصحة الجسمية، والصحة النفسية، والسعادة، والرضا عن الحياة)، فضلًا عن التدين، وذلك على الرغم من الفروق المفترضة في السعادة بين هذه الدول.

وكانت السعادة، عبر التاريخ الفكري للإنسان، تدخل في مجال الفلاسفة، وعلماء الدين، والمفكرين النظريين فقط، وعلى مر العصور، طبق الناس الفطرة السليمة، والمنطق، والحكمة الشعبية، والخبرة الشخصية، على موضوعات السعادة، وتوصلوا إلى نتائج متناقضة، من مثل: أن المال يؤدي إلى البؤس، وأن المسنين يشعرون بدرجة أقل من السعادة مقارنة بصغار السن، ومن خلال استخدام المنهج العلمي، ظهر زيف هذه المعتقدات، وعندما اهتم علم النفس بدراسة موضوع السعادة، اتضحت بنيتها، والمتغيرات المتعلقة بها، ووضعت طرق قياسها بأسلوب علمي، إلى الدرجة التي اقترح فيها بعض المؤلفين إنشاء علم للسعادة (Diener & Biswas-Diener, 2011, pp. 298-299).

وقد عالجت الأديان موضوع السعادة، فهناك سعادة في الدنيا، وسعادة في الآخرة، ويتضح ذلك في التعريف اللغوي للسعادة بأنها "معاونة الله للإنسان على نيل الخير، وتضاد الشقاوة" (Arabic Language Complex, 1985, p. 446).

كما أن السعادة مفهوم مهم في كل نسق فلسفي، وقد تتبع "وايت" (White, 2013) (2013)، تاريخ هذا المفهوم عبر خمسة وعشرين قرنًا، ويبرز في هذا المجال توجهان أولهما: السعادة بوصفها تحقيقًا للذة والمتعة، وتجنب الألم، وهذا هو مذهب اللذة Hedonism، وترجع جذوره إلى الفيلسوف اليوناني "أبيقور" Epicurus (340 - 270 ق.م)، وقد عرّف اللذة بأنها غياب الألم أو الإزعاج Ataraxia، ويرى أن "أكبر لذة، هي التي تحدث في خبرتنا بوصفها نتاجًا لإزالة تامة للألم" (White, 2013, p. 70).

وقد طور الفيلسوف البريطاني "جيريميبنثام" Bentham (1748-1832)، مذهب اللذة الكمي، وأصل النظرية المعروفة باسم النفعية Utilitarianism، ويبن أن القوانين، ينبغي أن تُنتج أكبر قدر ممكن من اللذة، وهو يساوي السعادة باللذة، ويرى "أن البشرية محكومة باللذة والألم"، ولا يعني بذلك السعادة الخاصة بشخص واحد فحسب، أو حتى مجرد بعض الأشخاص، بل تتضمن سعادة كل الناس (White, 2013, pp. 72-73). ويلاحظ أن آراء "بنثام" يكثر الإشارة إليها في البحوث النفسية عن السعادة.

وأما التوجه الثاني، فهو التوجه العقلاني، الذي يعنى بالسعادة العقلية Eudaimonism، ويركز على المعنى، وتحقيق الذات، ويعرّف الحياة الطيبة على ضوء ما يقوم به الفرد من حسن أداء لوظائفه -بالمعنى الواسع- في اتساق مع "ذاته الحقيقية" Daimon (Ryan & Deci, 2001). ومن الجلي أن التفرقة بين اللذة والمتعة في جانب، والسعادة العقلية والأخلاقية في الجانب الآخر، كان لها صدى في بحوث علم النفس عن السعادة.

ومن الواضح أن هناك جذورًا فلسفية، لما أشار إليه "سيليجمان" - مؤسس علم النفس الإيجابي، من فرق بين السعادة الممتعة، والسعادة المبنية على المعنى، والهدف في الحياة. والسعادة مسألة توازن، فالمتعة الزائدة على الحد دون وجود هدف، قد تدمر صاحبها، والمتعة دون معنى تترك معظم الناس في حالة خواء، ولكن التركيز الشديد على الهدف، دون الشعور الحقيقي بالمتعة، يؤدي إلى الشعور بنقص ما، إن السعادة الكاملة، تشمل المتعة والمعنى في آن واحد (Diener & Biswas-Diener, 2011, pp. 302-303).

وقد أتى على علماء النفس حين من الدهر -قُرابة قرن وثلث- كان التركيز فيه على الجوانب السلبية للإنسان، كالأضطرابات، والاختلالات، والانحرافات، وهو أمر مسوغ، إذ إن هذه الجوانب السلبية في حاجة إلى تشخيص، وعلاج، ووقاية. ولكن النفس البشرية لا تشمل هذه الجوانب فقط، فهناك جوانب قوة، وصحة، وإبداع، ونمو...، ومن هنا نشأ علم النفس الإيجابي، وتعد السعادة من أهم بحوثه (انظر: Seligman, 2004; Sheldon & King, 2001)

وكترت البحوث عن السعادة في العقود القليلة الأخيرة، في إطار ما يمكن تسميته "عصر علم النفس الإيجابي"، ففي جامعة "إراسماس" بهولندا، نشر "روت فينهوفن" (Veenhoven, 2011b) في الشبكة العنكبوتية أو الإنترنت، قاعدة البيانات العالمية للسعادة، تضم ملخصات لقُرابة 11,000 دراسة، ويشمل هذا العدد الضخم من البحوث عن السعادة، دراسات ارتباطية، ومسحية، وتتبعية، ومقارنة، فضلاً عن المقاييس وطرق التقدير، وفي قسم الدراسات الارتباطية، يتاح عدد كبير من البحوث، التي تربط السعادة بعدد كبير من المتغيرات الشخصية، والمعرفية، والاجتماعية، والثقافية، والبيئية، والديموجرافية، والأسرية، والصحة النفسية والجسمية، والقيم، والاتجاهات، والميول، والتدين، ... وغير ذلك كثير.

ويرى "فينهوفن" السعادة، أنها الدرجة التي يحكم بها الشخص على نوعية حياته بوجه عام، حكماً إيجابياً (Veenhoven, 2011a) وللسعادة ثلاثة مكونات على النحو الآتي: الانفعالات الإيجابية كالفرح والسرور، والرضا عن الحياة، وعدم وجود الانفعالات السلبية كالاكتئاب والقلق (Argyle, Martin, & Lu, 1995).

ومن أبرز الباحثين في مجال السعادة، "ميشيل أرجايل" (1993)، وقد أجرى دراسات كثيرة في هذا المجال، عن العلاقة بين السعادة وكل من: العلاقات الاجتماعية، والعمل، ووقت الفراغ، والمال، والشخصية، والصحة، والطبقة الاجتماعية، والثقافة، والفروق في السعادة بين الجنسين، وبين الأعمار، والتأثير السلبي للبطالة في السعادة (Argyle, 2002).

أما البحوث العربية عن السعادة فليست كثيرة، وقد تم عرضها في هذه السلسلة من البحوث (Abdel-Khalek & Dowidar, 2010, Abdel-Khalek & Mourad, 2001, Abdel-Khalek et al., 2003, Abdel-Khalek, 2006a, 2007b, 2010a, 2011a, 2010b, 2011b, 2012a, 2012b, 2013b, 2014a, 2014b, 2015a, 2015b, Albahnasawi et al., 2012, Al-Fanjari, 2006, Algendi, 2009, Alnaial & Khamis, 1995, Al-Yousefi, 1989, El-Anzey, 2001, El-Yahfoufi, 2006, Hireadi & Faraj, 2002, Mahmoud, 2007, Salim, 2001)

وأما مفهوم الحياة الطيبة Well-being، فيعرف في هذه الدراسة، بأنه التقدير الذاتي لكل من: الصحة الجسمية، والصحة النفسية، والسعادة، والرضا عن الحياة، وقد أشارت بحوث كثيرة، إلى العلاقات الإيجابية المرتفعة بين هذه المتغيرات الأربعة، التي يشملها مفهوم الحياة الطيبة (Abdel-Khalek, 2006a, 010b, Argyle, 2002, Carr, 2004; Diener, Lucas, & Oishi, 2002). كما كشفت دراسات كثيرة، عن علاقة موجبة بين متغيرات الحياة الطيبة والتدين (Abdel-Khalek, 2006a, 2007b, 2011a, 211b, 2012a, 2012b, 2014a; Koenig, King, & Carson, 2012; Seybold, 2007).

وعلى الرغم من أن البحوث النفسية للتدين، قد بدأت منذ أكثر من قرن وثلاث (Galton, 1872; Hall, 1882; James, 1902; Starbuck, 1899) فقد اختفت هذه الدراسات النفسية قرابة قرن من الزمان (Jones, 1994). ولكن العقود القليلة الأخيرة، شهدت زيادة سريعة في الدراسة النفسية العلمية للتدين (Argyle, 2000; Emmons & Paloutzian, 2003; Paloutzian, 2016; Pargament, 1997; Spilka, Hood, Hunsberger, & Gorsuch, 2003; Verhagen, Van Praag, López-Ibor, Cox, & Moussaoui, 2010; Wills, 2009). ومن بين أسباب هذا الاهتمام بالدراسة النفسية للتدين، نتائج عدد كبير من البحوث، التي كشفت عن علاقات إيجابية بين التدين، وكل من: الصحة الجسمية، والصحة النفسية، والحياة الطيبة، والمعدلات المنخفضة من القلق والاكتئاب، وطول العمر (Abdel-Khalek, 2012a; Koenig et al., 2012; Seybold, 2007).

أهداف الدراسة:

أجريت هذه الدراسة على عينة من طلاب جامعة السلطان قابوس، بسلطنة عمان من الجنسين، واشتملت على المتغيرات الآتية: (1) السعادة كما تقاس بالمقياس العربي للسعادة، (2) الحياة الطيبة كما تقاس بالتقدير الذاتي لكل من: الصحة الجسمية، والصحة النفسية، والسعادة، والرضا عن الحياة، (3) التقدير الذاتي للتدين. وتسمى: "متغيرات الدراسة". ومن ثم، تتلخص الأهداف الأربعة لهذه الدراسة على النحو الآتي:

1. تقدير معدلات السعادة لدى الجنسين.
2. استكشاف الفروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة.
3. فحص العلاقات بين متغيرات الدراسة.
4. بحث المكونات الأساسية للارتباطات بين متغيرات الدراسة.

المنهج والإجراءات

منهج الدراسة

استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وذلك لملاءمته لطبيعة هذه الدراسة وأهدافها؛ حيث يقوم هذا المنهج على تجميع البيانات، والمعلومات المتعلقة بالسعادة، والحياة الطيبة، والتدين من وجهة نظر طلبة جامعة السلطان قابوس، بغرض وصفها وتحليلها وتفسيرها، من أجل التوصل إلى التعميمات المناسبة.

المجتمع والعينة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة البكالوريوس بجامعة السلطان قابوس والبالغ عددهم 16121 طالباً وطالبة (Sultan Qaboos University, 2016).

وأما العينة، فقد أجريت هذه الدراسة على عينة متاحة، من طلاب جامعة السلطان قابوس، بسلطنة عمان (ن = 381: ذكور = 185، وإناث = 196). وكان متوسط أعمار الذكور 21,32 سنة (ع = 3.32)، والإناث 23,20 سنة (ع = 6,19)، وكانت قيمة اختبار "ت" 3,64، وهي دالة إحصائياً عند مستوى $> 0,001$.

المقاييس:

1. المقياس العربي للسعادة:

يشتمل هذا المقياس على (20) عبارة موجزة، من بينها (15) عبارة تقيس السعادة، بالإضافة إلى خمس عبارات تعد "حشوًا" Fillers، والأخيرة ذات مضمون "مَرَضِي"، حتى لا يجيب بعض المبحوثين عن عبارات المقياس على وتيرة واحدة، ويجاب عن كل بند على أساس مقياس "ليكرت" الخماسي، الذي يتراوح بين لا (1)، وكثيراً جداً (5)، ولذا تتراوح الدرجة الممكنة في المقياس بين 15، و75، وتشير الدرجة العليا إلى ارتفاع السعادة، ويناسب هذا المقياس الراشدين والمراهقين، وهو مقياس سمة وليس حالة، وكشف التحليل العاملي لبندود المقياس عن عاملين سمياً: السعادة العامة، والحياة الناجحة، وتراوحت الارتباطات بين البند والدرجة الكلية بعد عزل البند بين 0,42، و0,77، وتراوحت معاملات ثبات ألفا "كرونباخ"، وإعادة التطبيق بين 0,82، و0,94، إشارة إلى ارتفاع الاتساق الداخلي، والاستقرار عبر الزمن، وتراوح الصدق المرتبط بالمحك (ثلاثة محكات) بين 0,55 و0,79، كما ارتبط المقياس العربي للسعادة ارتباطات جوهرية موجبة بمقاييس: الصحة النفسية، والرضا عن الحياة، والتفاؤل، وحب الحياة، وتقدير الذات، دليلاً على صدق المقياس. ولهذا المقياس

صيعتان: عربية وإنجليزية، وهو مؤلف وليس مترجمًا (Abdel-Khalek,2013a). وقد وصل معامل ثبات ألفا من وضع "كرونباخ"، في هذه العينة العمانية، إلى 0,91، و0,92 للذكور والإناث على التوالي.

2. مقاييس التقدير الذاتي:

استُخدمت خمسة مقاييس تقدير ذاتي Self-rating scales مستقلة، في صيغة أسئلة، لتقدير كل من: الصحة الجسمية، والصحة النفسية، والرضا عن الحياة، والسعادة، والتدين، وكانت صياغتها على النحو الآتي:

1. ما تقديرك لصحتك الجسمية بوجه عام؟
 2. ما تقديرك لصحتك النفسية بوجه عام؟
 3. إلى أي درجة أنت راض عن حياتك بوجه عام؟
 4. إلى أي درجة تشعر بالسعادة بوجه عام؟
 5. ما درجة تدينك بوجه عام؟
- ويلي كل سؤال، سلسلة من الأرقام، من صفر إلى 10، ويُطلب من المبحوث ما يلي:
- أ. أن يجيب تبعًا لشعوره وتقديره بوجه عام، وليس تبعًا لحالته الراهنة.
 - ب. أن يعلم أن صفر أقل درجة، وأن 10 أعلى درجة.
 - ج. أن يضع دائرة على الرقم الذي يرى أنه يصف مشاعره الفعلية بدقة.

وتشير الدرجة المرتفعة إلى وجود الخاصية أو السمة بدرجة مرتفعة، وتراوح ثبات إعادة التطبيق لهذه المقاييس الخمسة، بين 0,78، و0,88، وتشير هذه المعاملات إلى استقرار مرتفع عبر الزمن، وتدعم القول: أن هذه المقاييس تنتمي إلى السمة أكثر من الحالة، وقد أشار عدد من الدراسات، إلى الصدق المرتبط بالمحك لهذه المقاييس الخمسة، إذ تراوح بين 0,49، و0,73 (انظر: Abdel-Khalek, 2006b, 2007a, 2012a, 2014a).

إجراءات الدراسة:

طُبعت مقاييس الدراسة على وجه ورقة واحدة، وطُبقت في جلسات جماعية، اشتملت على مجموعات صغيرة من الطلبة والطالبات معًا، وتم ذلك في أثناء اليوم الجامعي، وفي قاعات الدراسة بالجامعة، وقام بالتطبيق باحثون مدربون، وكان تعاون المبحوثين ممتازًا، نظرًا لأمرين هما أولاً:

سهولة المهمة، لاشتمالها على صفحة واحدة، فلم يستغرق التطبيق سوى دقائق قليلة، وثانيًا: الطبيعة الإيجابية للمقاييس.

نتائج الدراسة

لبيان النسبة المئوية للدرجات المرتفعة في المقياس العربي للسعادة، حُسبت النسبة المئوية للطلاب الحاصلين على درجات تفوق المئين 75، و90، و95، فكانت 25.4%، و11.4%، و5.4% لدى الذكور، و22.59%، و12.2%، و7.1% عند الإناث على التوالي. بهدف استكشاف الفروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة الستة (السعادة، والصحة الجسمية، والصحة النفسية، وتقدير السعادة، وتقدير الرضا، وتقدير التدين)، أظهرت نتائج اختبار "ت" للعينات المستقلة، دلالة الفروق في ثلاثة متغيرات هي: مقياس السعادة، وتقدير السعادة، وتقدير الرضا؛ حيث كانت فيها متوسطات درجات الإناث أعلى من متوسطات درجات الذكور، والجدول (1) يبين النتائج.

الجدول (1): المتوسط الحسابي (م) والانحراف المعياري (ع)، وقيمة "ت" لمتغيرات البحث

لدى الذكور والإناث العمانيين

المتغيرات	الذكور (ن = 185)		الإناث (ن = 196)		ت	الدلالة
	م	ع	م	ع		
مقياس السعادة	52,53	10,80	55,15	9,86	2,48	0,010
الصحة الجسمية	7,16	2,23	7,22	2,08	0,13	غير دالة
الصحة النفسية	6,58	2,70	7,01	2,15	1,74	غير دالة
تقدير السعادة	6,68	2,27	7,34	1,84	3,11	0,002
تقدير الرضا	6,94	2,26	7,53	2,08	2,63	0,009
تقدير التدين	6,05	2,36	6,40	1,92	1,60	غير دالة

وبهدف فحص العلاقات بين متغيرات الدراسة الستة، أشارت مصفوفة معاملات ارتباط بيرسون، لعينة الذكور العمانيين (المثلث العلوي من الجدول 2)، إلى دلالة جميع الارتباطات البينية بين متغيرات الدراسة الستة، ماعدا الارتباط بين تقدير التدين والصحة النفسية، فقد كان غير دال. وأما مصفوفة الارتباطات لدى عينة الإناث العمانيين (المثلث السفلي من الجدول 2)، فقد كانت دالة إحصائياً بين جميع المتغيرات الستة، ماعدا ثلاثة ارتباطات غير دالة إحصائياً، وهي الارتباطات بين تقدير التدين وكل من: السعادة، كما تقاس بالمقياس العربي للسعادة، وتقدير الصحة الجسمية، والرضا، والجدول (2) يبين النتائج.

الجدول (2): معاملات ارتباط "بيرسون" بين متغيرات الدراسة لدى الذكور العمانيين (ن = 185، المثلث العلوي) والحرف الداكن، والإناث العمانيات (ن = 196، المثلث السفلي)

المتغيرات	1	2	3	4	5	6
1- مقياس السعادة	-	**0,451	**0,691	**0,790	**0,706	**0,203
2- الصحة الجسمية	**0,320	-	**0,549	**0,589	**0,505	**0,239
3- الصحة النفسية	**0,629	**0,492	-	**0,788	**0,679	0,059
4- تقدير السعادة	**0,654	**0,423	**0,739	-	**0,447	**0,223
5- تقدير الرضا	**0,689	**0,292	**0,618	**0,755	-	*0,185
6- تقدير التدين	0,104	0,112	*0,151	*0,149	0,061	-

* دال عند مستوى 0,01، ** دال عند مستوى 0,001 وما بعده.

وبهدف بحث المكونات الأساسية، للارتباطات بين متغيرات الدراسة الستة، أوضحت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي (SPSS, 2009)، باستخدام طريقة المكونات الأساسية Principal components، عن تجمع المتغيرات الستة في عامل واحد لدى كل من الذكور، والإناث؛ حيث كان البناء العاملي متشابهًا بينهما إلى حد كبير، وفي عينة الذكور كان تشبع تقدير السعادة أولاً، تلاه تقدير الرضا، ثم مقياس السعادة، والصحة النفسية، بالتشبع نفسه، ثم الصحة الجسمية، وحصل تقدير التدين على أقل التشبعات، وفي عينة الإناث، كان تشبع تقدير السعادة أولاً، تلاه الصحة النفسية، ثم تقدير الرضا، ثم مقياس السعادة، فالصحة الجسمية، وحصل تقدير التدين على أقل التشبعات، وسمي هذا العامل: "الحياة الطيبة والتدين". والجدول (3) يبين النتائج.

الجدول (3): تحليل المكونات الأساسية لمعاملات الارتباط بين المتغيرتين لدى الذكور والإناث العمانيين

المتغيرات	الذكور (ن = 185)	الإناث (ن = 196)
1- مقياس السعادة	0,868	0,842
2- الصحة الجسمية	0,686	0,575
3- الصحة النفسية	0,868	0,866
4- تقدير السعادة	0,919	0,898
5- تقدير الرضا	0,870	0,848
6- تقدير التدين	0,285	0,227
الجذر الكامن	3,659	3,336
% للتباين	%60,982	%55,593

مناقشة النتائج

تتيح المقاييس المطوّرة في بيئة مُعينة، والتي تتمتع بمؤشرات عالية من الصدق والثبات، إمكانية إجراء الدراسات المسحية، وحساب معدلات الانتشار، وعقد المقارنات المختلفة، وفقاً لعدد من المتغيرات الديموجرافية كالنوع الاجتماعي، والعمر، والدولة ... وغيرها، ومن بين تلك المقاييس، المقياس العربي للسعادة، فهو مقياس معد بالأساس لقياس السعادة في البيئة العربية، وله مؤشرات سيكومترية قوية، ويصلح للاستخدام في جميع الدول العربية، نظراً لصياغة بنوده بلغة عربية فصحة سهلة الفهم.

أظهرت نتائج تطبيق المقياس العربي للسعادة، على 381 طالباً وطالبة، في المرحلة الجامعية بسلطنة عمان، معدلاً مرتفعاً؛ فقد بلغت نسبة انتشار السعادة لدى الذكور 25.4%، في حين بلغت لدى الإناث 22.59% وذلك على أساس المئين 75، كما يمكن أن تُعد هذه النسب مرتفعة لدى الجنسين، عند مقارنتها بنتائج الدراسات السابقة، التي استخدمت المقياس نفسه على عينات مصرية (عبد الخالق، 2017)، كما تُعد منخفضة قليلاً لدى الذكور مقارنة بالعينات الكويتية، ولكن العمانيات كن أسعد من الكويتيات (Abdel – Khalek, 2012a, 2013a)، ويعود ارتفاع معدل السعادة لدى الطلبة العمانيين إلى عدة عوامل، من بينها:

1. خصوصية المجتمع العماني التي تميزه عن المجتمعات العربية، فهو مجتمع متسامح إلى درجة كبيرة جداً، خالٍ من الصراعات الطائفية والعرقية، سياسته الداخلية والخارجية تدعو إلى السلام، والتعايش السلمي بين الشعوب.
2. الاستقرار الاقتصادي من خلال ارتفاع مستوى دخل الفرد في السنة؛ إذ بلغ 43.700 دولارًا أمريكيًا، وانخفاض معدل البطالة (الباحثين عن عمل) 15%، فيعام 2016 (Central Intelligence Agency, 2016).
3. جودة التعليم، وارتفاع مستوى الخدمات المقدمة لجميع أفراد المجتمع، وهو ما أدى إلى تبوء سلطنة عمان، مكانة دولية متميزة في كثير من مؤشرات التنمية البشرية، منها على سبيل المثال لا الحصر: تصنيف تقرير التنمية البشرية لعام 2016، سلطنة عمان، ضمن فئة الدول ذات التنمية البشرية المرتفعة، بحصولها على المركز 16 عربيًا، والمركز 52 عالميًا، في المؤشر الذي ضم 188 دولة، وهذا المؤشر يدل على أن سلطنة عُمان خطت خطوات

مهمة في سبيل الحد من الفقر، وتحسين فرص الوصول إلى التعليم والصحة (United Nations Development Programme, 2016).

كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين الجنسين في مقياس السعادة، وتقدير السعادة، وتقدير الرضا؛ حيث كانت فيها متوسطات درجات الإناث أعلى من متوسطات درجات الذكور، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج عدد من الدراسات ذات الصلة (Abdel-Khalek, 2006a, 2007b, 2011b, 2012a, 2012b, 2015, 2017, Abdel-Khalek et al., 2003, Baroun, 2006)، ويمكن تفسير ارتفاع درجات الإناث، إلى طبيعة الفروق بين الجنسين، التي كشفت عنها دراسات كثيرة، تناولت مسألة الفروق بين الجنسين Gender Gap، فقد أظهرت الدراسات بشكل عام، وفي سلطنة عمان بشكل خاص، أن أداء الإناث في التحصيل المدرسي، أعلى من الذكور، في جميع سنوات الدراسة، بدءاً من الصف الأول الأساسي (الابتدائي) ووصولاً إلى المرحلة الجامعية (Al Barwani, 2013a, 2013b; Al Khamisi, 2014; Al Meklafi, 2013; Osman, 2013a, 2013b; Osman, Al Barwani, & Abusheiba, 2012).

وأما معاملات الارتباط المتبادلة بين مقاييس الدراسة فقد كانت دالة إحصائية، وموجبة، باستثناء ارتباط واحد لدى الذكور، وثلاثة عند الإناث، بين التدين وبقية المتغيرات، وهي نتيجة منطقية تتسق مع الأساس النظري لمتغير السعادة، كما أن هذه النتيجة تتفق مع نتائج الدراسات التي بحثت العلاقة بين السعادة وبعض متغيرات الحياة الطيبة (Abdel-Khalek, 2006a, 2014a; 2017, Koenig et al., 2012; Seybold, 2007) (2008) إلى أن السعادة في جانبها الانفعالي تشير إلى اعتدال المزاج؛ أي المشاعر الإيجابية بالبهجة والسرور، وجانبها المعرفي يكمن في التعبير أو الرضا عن الحياة، أو بوصفها انعكاساً لمعدلات تكرار حدوث الانفعالات السارة، وبهذا فإن السعادة ليست نقيض التعاسة، ومن ثم؛ يمكن اعتبار السعادة من مصادر المشاعر الإيجابية، والحياة الطيبة، وأن انخفاض الشعور بالسعادة، يرتبط بمعدلات أعلى من القلق، والاكتئاب، والأعراض النفسية الجسمية، فمن لا يشعر بالسعادة يفقد تقدير الذات، ويشعر بالفشل، ومن ثم؛ تنخفض مهاراته الاجتماعية، كما أن من يشعر بالسعادة، تكون لديه نظرة أكثر إيجابية من الآخرين، ويتذكر أحداثاً أكثر إيجابية.

وأخيراً، كشفت نتائج التحليل العاملي لمقاييس الدراسة عن استخراج عامل واحد دال لدى الجنسين كل على حدة، سمي "الحياة الطيبة والتدين" تمكن هذا العامل من تفسير نسبة كبيرة من التباين، بلغت قرابة 61% لدى الذكور، و56% عند الإناث.

وعلى الرغم من عدد من المزايا التي تخص هذه الدراسة، وأهمها الخصائص السيكمترية الجيدة للمقاييس، وكبر حجم العينة، فإن هذه العينة كانت متاحة، وليست احتمالية، ويمكن أن نخلص من هذه الدراسة، بعدد من النتائج، أهمها: ارتفاع معدلات السعادة لدى العينة العمانية، وارتفاع متوسطات الإناث على الذكور، في كل من السعادة، والرضا عن الحياة، والعلاقة الموجبة بين السعادة ومتغيرات الحياة الطيبة، والعلاقة بين التدين وبعض متغيرات الحياة الطيبة.

ومن أجل استكمال الفائدة المرجوة من هذه الدراسة، نقترح إجراء دراسات عبرثقافية بين الدول العربية، أو بين الدول العربية والدول الأجنبية تتناول المتغيرات التي تناولتها الدراسة وهي: السعادة والحياة الطيبة والتدين لدى الطلبة الجامعيين.

المراجع

- Abdel-Khalek, A. M. (2006a). Happiness, health, and religiosity: Significant relations. *Mental Health, Religion and Culture*, 9, 85 – 97.
- Abdel-Khalek, A. M. (2006b). Measuring happiness with a single item scale. *Social Behavior and Personality*, 34, 139-149.
- Abdel-Khalek, A. M. (2007a). Assessment of intrinsic religiosity with a single item measure in a sample of Arab Muslims. *Journal of Muslim Mental Health*, 2, 211-215.
- Abdel-Khalek, A. M. (2007b). Religiosity, happiness, health and psychopathology in a probability sample of Muslim adolescents. *Mental Health, Religion and Culture*, 10, 571-583.
- Abdel-Khalek, A. M. (2010a). Religiosity, subjective well-being and neuroticism. *Mental Health, Religion and Culture*, 13, 67-79.
- Abdel-Khalek, A. M. (2010b). Religiosity, well-being and mental health among Kuwaiti undergraduates. *Derasat Nafsiyah [Psychological Studies]*, 20(3), 503-520 (in Arabic).
- Abdel-Khalek, A. M. (2011a). Religiosity, subjective well-being, self-esteem and anxiety among Kuwaiti Muslim adolescents. *Mental Health, Religion and Culture*, 14, 129-140.

- Abdel-Khalek, A. M. (2011b). Subjective well-being and religiosity in Egyptian college students. *Psychological Reports, 108*, 54-58.
- Abdel-Khalek, A. M. (2012a). Associations between religiosity, mental health, and subjective well - being among Arabic samples from Egypt and Kuwait. *Mental Health, Religion and Culture, 15*, 741-758.
- Abdel-Khalek, A. M. (2012b). Subjective well-being and religiosity: A cross-sectional study with adolescents, young and middle-age adults. *Mental Health, Religion and Culture, 15*, 39-52.
- Abdel-Khalek, A. M. (2013a). The Arabic Scale of Happiness (ASH): Psychometric characteristics. *Comprehensive Psychology, 2*, article 5.
- Abdel-Khalek, A. M. (2013b). The relationships between subjective well-being, health, and religiosity among young adults from Qatar. *Mental Health, Religion and Culture, 16*, 306-318.
- Abdel-Khalek, A. M. (2014a). Happiness, health and religiosity: Significant associations among Lebanese adolescents. *Mental Health, Religion, and Culture 17*, 30-38.
- Abdel-Khalek, A. M. (2014b). Religiosity, health, and happiness: Significant relations in adolescents from Qatar. *International Journal of Social Psychiatry, 60*, 656 – 661.
- Abdel-Khalek, A. M. (2015a). Determinants of happiness among university students. *The Egyptian Journal of Clinical and Counseling Psychology, 3*, 1- 15 (in Arabic).
- Abdel-Khalek, A. M. (2015b). Happiness, health, and religiosity among Lebanese young adults. *Cogent Psychology, 2*: 1035927
- Abdel-Khalek, A. M. (2017). Happiness rates and its association with well-being and religiosity among Egyptian college students. *Egyptian Journal of Psychological Studies, 27(95)*, 1-21. (In Arabic).
- Abdel-Khalek, A. M., & Dowidar, A. (2010). Associations between religiosity, well-being and mental health among Egyptian undergraduates. *The Egyptian Journal of Humanities, Alexandria, 4(2)*, 9 -35 (in Arabic).
- Abdel-Khalek, A. M., & Mourad, S.A (2001). Happiness and personality: correlates and predictors. *Derasat Nafsiyah [Psychological Studies], 11*, 337-349 (in Arabic).

- Abdel-Khalek, A. M., Al-Shatty, T. S., Al-Theeb, S. A., Abbas, S. H., Yousef, S. Y., Al-Thweiny, N. M., & Al-Saeedy, N. G. (2003). Happiness in Kuwaiti samples. *Derasat Nafsiyah [Psychological Studies]*, 13(4), 581-612 (in Arabic).
- Al-Barwani, T. A. (2013a). *School environment and male underachievement: Equal opportunities, but unequal performance*. A paper presented at the 57th ICET World Assembly - 25-28 June 2013 SukhothaiThammathirat Open University.
- Al-Barwani, T. A. (2013b). *The dilemma of boy's academic underachievement in higher education: Implications on the fabric of the traditional Omani Society*. A paper presented at the International Journal of Arts & Sciences (IJAS) Annual Multidisciplinary Conference, April 8-11, 2013 -Paris.
- Al Khamisi, H. H. (2014). *Gender gap in reading: The impact of reading, self-efficacy beliefs on EFL reading achievement*. Unpublished Master's Thesis. College of Education, SQU.
- Al Meklafi, A., M. (2013). *Study habits and student's success: Does gender matter?* A paper presented at the 57th ICET World Assembly - 25-28 June 2013. SukhothaiThammathirat Open University.
- Albahnasawi. A., Kazem, A. M., Al-Nabhani, H., Al-Zubairi, A., Jawdah, A., & Abu Alqasim, M. (2012). Emotional Intelligence, Happiness, and Hope in Female University Students in Egypt, Oman, Yemen, Palestine and Saudi Arabia: A Cross Culture Study. *Arabic Studies in Psychology- Egypt*, 11(1), 1-43, (in Arabic).
- Al-Fanjari, H. (March 2006). *Rates of happiness among different samples in Egyptian society*. Conference of education and development in new societies.
- Algendy, O. A. (2009). Resources of happiness feeling and its relationship with emotional intelligence among college of education students, University of Alexandria. *Egyptian Journal for Psychological Studies*, 19(62), 11-69 (in Arabic).
- Alkholy, H. A. (2009). Emotional intelligence as function for interaction between gender, self-esteem, happiness and anxiety among university students. In: *Studies and Researchs in Psychology and Mental Health* (pp. 1-59). Cairo: Dar Almustafa Press (in Arabic).

- Alnaial, M., & Khamis, M. (1995). Happiness its relation with some psychological and personality variables among a sample of oldmans and oldwemans: A comparative psychometric study. *Journal of Psychology*, 36, 22- 40 (in Arabic).
- Al-Yousefi, M. (1989). Factorail study for happiness among college of education students. *Journal of Research in Education and Psychology- Minia University*, 3(1), 137- 173 (in Arabic).
- Arabic Language Complex (1985). *Almoajam Alwaseet*. Cairo: Author.
- Argyle, M. (1993). *The psychology of happiness* (translate Faisal Younis). Kuwait: Aalam Almaarifa (In Arabic).
- Argyle, M. (2000). *Psychology of religion: An introduction*. London: Routledge.
- Argyle, M. (2002). *The psychology of happiness* (2nded.). London: Methuen.
- Argyle, M., Martin, M., & Lu, L. (1995). Testing for stress and happiness: The role of social and cognitive factors. In C. D. Spielberger & I. G. Sarason (Eds.), *Stress and emotion* (Vol. 15; pp. 173-187). Washington, DC: Taylor & Francis.
- Baroun, K. A. (2006). Relations among religiosity, health, happiness and anxiety for Kuwaiti adolescents. *Psychological Reports*, 99, 717-722.
- Carr, A. (2004). *Positive psychology: The science of happiness and human strengths*. London: Routledge.
- Central Intelligence Agency (2016). *The world factbook*. Retrieved on January 4, 2016, from <http://www.cia.gov/library/publication/the-world-factbook>.
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2011). *Happiness: Unlocking the mysteries of psychological wealth* (translate Moataz Said Abdualla). Cairo: Natinal Center for Translation (in Arabic).
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2004). Beyond money: Toward on economy of well – being. *Psychological Science in the Public Interest*, 5 (1), 1-31.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C. R. Snyder & S. J. Lopez

- (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 63-73). New York: Oxford University Press.
- El-Anzey, O. F. (2001). The relationship between happiness and some personality characteristics. *Derasat Nafsiyah [Psychological Studies]*, 11(3), 351-377 (in Arabic).
 - El-Yahfoufi, N. (2006). Happiness and depression and their relation to some demographic variables among Lebanese universities students. *Arabic Studies in Psychology*, 5(4), 945- 972 (in Arabic).
 - Emmons, R. A., & Paloutzian, R. F. (2003). The psychology of religion. *Annual Review of Psychology*, 54, 377-402.
 - Galton, F. (1872). Statistical inquiries into the efficacy of prayer. *Fortnightly Review*, 12, 125-135.
 - Hall, G. S. (1882). The moral and religious training of children *The Princeton Review*, 9, 26-48.
 - Hireadi, A., & Faraj, T. S. (2002). Sources and levels of happiness in the light of big five factors, religion and some other variables. *Journal of Psychology*, 61, 46- 78 (in Arabic).
 - James, W. (1902/ 2002). *The varieties of religious experience: A study on human nature*. Cambridge, Mass: Harvard University Press.
 - Jones, S. L. (1994). A constructive relationship for religion with the science and profession of psychology: Perhaps the boldest model yet. *American Psychologist*, 49, 184-189.
 - Koenig, H. G., King, D. E., & Carson, V. (2012). *Handbook of religion and health*. (2nded). New York: Oxford University Press.
 - Mahmoud, A. H. (2007). Levels and sources of happiness satisfaction as perceived oldmans in the light of degree of religion value and other variables. *The Egyptian Jpurnal of Psychological Studies*, 56, 115- 193.
 - Osman, M. E. (2013a). *The dilemma of boy's academic underachievement in higher education: Patterns and trends of male academic underachievement in higher education*. A paper presented at the International Journal of Arts & Sciences (IJAS) Annual Multidisciplinary Conference, April 8-11, 2013 -Paris.
 - Osman, M. E. (2013b). *Gender disparity: Does motivation explain the variance?* A paper presented at the 57th ICET World Assembly - 25-28 June 2013, Sukhothai Thammathirat Open University.

- Osman, M. E., Al Barwani, T. A., & Abusheiba, M. B. (2012). *Gender gap in student academic performance: Patterns of disparities and implications for the role of teacher and teacher education*. A special symposium hosted by the 56th ICET World Assembly - University of Cape Coast, Ghana.
- Paloutzian, R. F. (2016). *Invitation to the psychology of religion* (3rded.). New York: Guilford Press.
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. New York: Guilford Press.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Salim, S. (2001). *Happiness and its relationship with some psychological variables* (Unpublished master thesis). Cairo University, Egypt (in Arabic).
- Seligman, M. E. P. (2004). *Authentic happiness*. New York: Free Press.
- Seybold, K. S. (2007). Physiological mechanisms involved in religiosity/ spirituality and health. *Journal of Behavioral Medicine*, 30, 303-309.
- Sheldon, K. M., & King, L. (2001). Why positive psychology is necessary. *American Psychologist*, 56, 216 – 217.
- Spilka, B., Hood Jr. R.W., Hunsberger, B., & Gorsuch, R. (2003). *The psychology of religion: An empirical approach* (3rded.). New York: Guilford.
- SPSS, Inc. (2009). *SPSS: Statistical data analysis: Base 18.0, Users Guide*. Chicago, IL: SPSS Inc.
- Starbuck, E. (1899). *Psychology of religion*. London: Walter Scott.
- Sultan Qaboos University (2016). *Statistical yearbook 2015-2016* (No. 20). Muscat: Author (in Arabic).
- United Nations Development Programme [UNDP] (2016). *Human Development Report 2016: Development for all*. New York: Author (in Arabic).
- Veenhoven, R. (2011a). Greater happiness for a greater number: Is that possible? If so how? In K. Sheldon, T. Kashdan, & M. Steger (Eds.),

- Designing positive psychology: Taking stock and moving forward* (pp. 396 – 409). New York: Oxford University Press.
- Veenhoven, R. (2011b). *World Database of Happiness*, Erasmus University Rotterdam, The Netherlands, <http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl>.
 - Verhagen, P. J., Van Praeg, H. M., Lopez – Ibor, J. J., Cox, J. L., & Moussaoui, D. (2010). *Religion and psychiatry: Beyond boundaries*. London: Wiley.
 - White, N. (2008). *A brief history of happiness* (translate Said Tawfiq). Kuwait: Aalam Almaarifa (in Arabic).
 - Wills, E. (2009). Spirituality and subjective well-being: Evidences for a new domain in the personal well-being index. *Journal of Happiness Studies*, 10, 49-69.