مستويات ومصادر إشباع السعادة كما يدركها المسنون في ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية وبعض المتغيرات الأخرى

د. أحلام حسن محمود
أستاذ الصحة النفسية المساعد
كلية التربية جامعة الإسكندرية

الملخـــــــص

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستويات ومصادر إشباع السعادة لدى عينة مـن المسنين فى ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية، والكشف عن دلالة الفروق فى السعادة، ومصادرها بينهم فى ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية (كالنوع والعمر والدخل والحالة الاجتماعية ونـوع الإقامة) وبعض المتغيرات الأخرى (كالقيم الدينية وتقدير الذات ومعنى الحياة والرضا عن الحياة والتفاؤل والتشاؤم)، بالإضافة إلى معرفة مدى الإسهام النسبي للمتغيرات السابقة فى التنبؤ بالسعادة لدى هؤلاء المسنين.

وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) مسن / مسنة ممن يقيمون مع أسرهم وبدور الرعاية الاجتماعية، وتراوحت أعمارهم ما بين (٦٠-٧٤) عاماً، وما فوقها بمتوسط قدره (٦٨,٤) عاماً، وانحراف معياري (٣,٨٣)، واستخدمت مجموعة من المقاييس بعد التحقق من كفاءتها بعضها من إعداد الباحثة، وقد تبين من النتائج أن مستويات السعادة ومصادرها لدى المسنين تختلف باختلاف درجة تمسكهم بالقيم الدينية، وباختلاف العوامل الديموجرافية لهم وبعض المتغيرات الأخرى، وكشف تحليل الانحدار المتعدد عن أن كل من (الصحة والأسرة ووجود الأصدقاء وقضاء وقت الفراغ – كمصادر لإشباع السعادة – ومتغيرات معنى الحياة والقيم الدينية والرضا عن الحياة) قد أسهمت فى التنبؤ بالسعادة كما يقررها المسنون. ونوقشت النتائج فى ضوء الارتباطات والمنبئات وطرحت مشكلات بحثية مستقبلية.

مستويات ومصادر إشباع السعادة كما يدركها المسنون في ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية وبعض المتغيرات الأخرى

د. أحلام حسن محمود
أستاذ الصحة النفسية المساعد
كلية التربية جامعة الإسكندرية

مقدمـــــة :

يعتبر مفهوم السعادة Happiness من المفاهيم التى لم تحظ كثيراً بالاهتمام، فقد تجاهلها علماء النفس لفترة طويلة وحتى وقتنا الحاضر، وإن كانت البحوث التى تناولت هذا المفهوم فى مرحلة مبكرة على الرغم لما لها من مكانة بارزة فى تاريخ الفكر الإنساني.

فقد اتفق كثير من الفلاسفة على عظم شأنها (عادل هريدي وطريف فرج، ٢٠٠٢: ٤٦، وأحمد عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣: ٥٨٣). في حين أخذت مفاهيم أخرى كالتشاؤم و التعاسة والضغوط والقلق والإكتئاب وغيرها من الانفعالات السلبية الأخرى اهتمامات الكثير من الباحثين، وحظيت بدراسات كثيرة ضمن ما أطلق عليه علم النفس السلبي (Diener , 1984 , 54) وذلك على حساب علم النفس الإيجابي، ثم بدأ رويداً رويداً الاهتمام بموضوعات هذا العلم الأخير وذلك فى الآونة الأخيرة والتى تعد السعادة من الموضوعات الأساسية لعلم النفس الإيجابي، ومما يسترعى الانتباه أنه بينما يدعى معظم الأفراد أنهم راضون جداً وهذا ميلاً عاماً إلى المبالغة فى التعبير عن سعادتهم، نجد أن القليل منهم يعترف بأنه مكتئب أو يشعر بالقلق أو بسوء الصحة، وذلك مبالغة فى التعبير عن إعطاء إجابات مرغوب فيها اجتماعياً متأثرين فى ذلك بحالتهم المزاجية من جهة، كما ان مصادر السعادة لديهم قد تتباين وتختلف من فرد إلى آخر من جهة أخرى، فقد يكون تأكيد الذات مصدراً للسعادة لفرد ما، بينما يكون النجاح فى الحياة الزوجية قمة السعادة لدى آخر، فى حين أن الشعور بالأمن والطمأنينة هما السعادة بعينها لدى فرد ثالث، ولكن تظل السعادة قمة مطالب الإنسان وغاية الغايات لديه. (مايسة النيال وماجدة خميس،٢٢:١٩٩٥-٢٣).

ولقد اختلف العلماء فى تناول هذا المفهوم من زوايا متعددة وفلسفات متباينة، فقد أدرج هذا المصطلح لأول مرة بقائمة موضوعات المستخلصات النفسية عام (١٩٧٣)، كما ظهر فى عام

(١٩٧٤) مجلة البحث فى المؤشرات الاجتماعية، وتضمنت العديد من المقالات المتصلة بالوجود الشخصى الأفضل كمرادف للسعادة (Schwartz & Bilsky, 1987 :513 ; Lu &Shih 1997:187)، ثم توالت الدراسات النفسية عن السعادة حيث بلغت نحو ثمانية آلاف دراسة خلال ثمانينيات القرن العشرين وذلك فى الدول الأوروبية (Lyubomirsky & Ross , 1999 : 989). فى حين تعد البحوث التى أجريت على الساحة العربية على الأصابع (أحمد عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣ : ٢٨٥)، وقد أسهم علماء النفس فى دراسة موضوع السعادة بحيث ركزوا عليها فى ارتباطها بالإشباع وخاصة الإشباع البيولوجى والاجتماعى والنفسى، وذلك باعتباره السبب الحقيقى وراء سعادة الأفراد، وهذا ما أكده ماسلو وأطلق عليه " قمة الخبرة " والتى تعبر عن أسعد لحظات العمر (مايسة النيال وماجد خميس، ١٩٩٥ : ٢٣). وقد أسفرت جهود العلماء الذين اهتموا بتناول علاقة علم النفس بالدين بأن أضافوا إضافة جديرة بأن تذكر حيث اتخذوا من علاقة الدين بالشخصية محوراً أساسياً فى إصدارهم الخاص من مجلة علم نفس الشخصية Journal of Personality فى ديسمبر (١٩٩٩)، ويرجع ذلك لما للمعتقدات الدينية والقيم على وجه الخصوص من أهمية بوصفها أحد المكونات الأيديولوجية للشخصية، والتى تعد فلسفة مبنية على الكيفية التى ينبغى للشخص أن يعيش بها فى حياته (Aulin, 1999: 1106)، وترتبط القيم ارتباطاً وثيقاً بالجوانب الدينية والخلقية على الرغم من أنها مسائل ذاتية إلا أنها أطر محددة للسلوك وتشكله، ومن ثم السلوك الانتقائى بل أن فهم قيم الفرد فهماً حقيقياً يعد وسيلة من وسائل فهم الشخصية، وبالتالى توجيهها توجيهاً تربوياً سليماً حيث تعمل على إيجاد نوع من التوازن والثبات للحياة الاجتماعية وكموجهات لسلوكهم نحو تحقيق أهداف معينة (على خليل أبو العينين، ١٩٩٨ :٩٩)، وتدفعهم إلى العمل وتوجه نشاطهم وجعله نشاطاً موحداً ومتناسقاً. وتناول العديد من المتغيرات الديموجرافية والشخصية وعلاقتها بالسعادة، وكذلك البحث عن مصادرها وأهم منبئاتها لدى عينة من المسنين والمسنات يعتبر نوع من الأهمية والضرورة لدى هذه الفئة حيث أدت العديد من عوامل الرعاية الصحية و الاجتماعية إلى زيادة أعداد المسنين فى مختلف دول العالم عامة ومصر على وجه الخصوص حتى أننا نسمع عن طريق وسائل الإعلام أو على صفحات الجرائد كل يوم عن افتتاح مراكز إشرافية وبيوت إيواء أو كمانادى ببيوت حقيقية للمسنين لرعايتهم حينما ضاقت الأسر المصرية برعايتهم، والعناية بهم، إذ من المنتظر أن تبلغ النسبة المئوية لكبار السن (٦٠ عاماً فأكثر) فى مصر حوالى ١١,٩% من تعداد السكان لعام ٢٠٢٥ م، بينما تبلغ النسبة حوالى ٢٦,٢% فى الدول المتقدمة، ١٢,٢% فى الدول الأقل تقدماً فى

نفس العام (أحلام عبد الغفار ونادية عياد، ٢٠٠٠ : ٦٣)، بل وتتعدد احتمالات زيادة أعدادهم فمن المتوقع أن تزيد نسبتهم إلى ١١ مليون عام ٢٠٢٥م فى مصر وحدها (محمد حسن غانم، ٢٠٠٢: ٣٥). وبالتالى تصبح قضية الاهتمام برعايتهم من القضايا الملحة لما لهم من احتياجات لا بد من إدراكها والاستعداد والتصدى لها.

مشكلة الدراسة:

يعتبر مفهوم السعادة بوصفه موضوعاً أساسياً من موضوعات علم النفس الإيجابي، والتى لم تحظ بالبحث والدراسة كغيرها من المتغيرات الأخرى، حيث اهتم المتخصصون بالجوانب المرضية غير السوية كالأمراض والانحرافات، وذلك على حساب الجوانب الإيجابية فى الشخصية كالتفاؤل و الأمل والسعادة والرضا عن الحياة وجودة الحياة، بالإضافة إلى الجوانب الإيجابية الأخرى فى علاقة الإنسان بأخيه الإنسان وبالبيئة التى يعيش فيها كالتكيف والتوافق وحل الصراعات والدعم والمساندة الاجتماعية (أحمد عبدالخالق وآخرون، ٢٠٠٣ :٥٨٢)، ثم بدأ الاهتمام واضحاً على يد سيلجمان Seligman فى ثمانينيات القرن الماضى. ومنذ هذا التاريخ ارتفع عدد البحوث المنشورة فى إطاره وتأسست مجلات خاصة به مثل مجلة بحوث السعادة Journal of Happiness Studies، وذلك على المستوى العالمى، بينما تركز الاهتمام على الموضوعات التى تنتمى إلى ما يمكن أن نسميه "علم النفس السلبى"، وذلك على المستوى العربى، ثم تزايد الاهتمام فى الآونة الأخيرة بموضوعات علم النفس الإيجابى كالسعادة، ونحن بصدد تساؤلات كثيرة حول هذا المفهوم، فهل الشعور بالسعادة يتوقف على مجموعة من العوامل والمصادر، وما مستويات هذا الشعور ؟ وكيف يختلف باختلاف مجموعة العوامل الديموجرافية التى تصف عينة الدراسة وهم على وجه الخصوص كبار السن، وكذلك مجموعة المتغيرات النفسية الأخرى.

فالدراسة الحالية تهتم بالكشف عن مستويات ومصادر السعادة لدى كبار السن (المسنين والمسنات)، وذلك باعتبار أن هذه المرحلة العمرية لا تقل أهمية عن المراحل العمرية الأخرى من حياة الإنسان، بل إنها مرحلة تحتاج إلى اهتمام ورعاية فهى ذات خصائص وسمات ومتغيرات جديرة بالبحث والدراسة. فالدراسات المختلفة تهتم اهتماماً ملحوظاً بمراحل عمر الإنسان الأخرى – كالطفولة والمراهقة – بقدر أكبر وتغفل الاهتمام بدراسة هذه المرحلة بمتغيراتها المختلفة، فمع زيادة أعداد المسنين تتزايد مشاكلهم، وخاصة إيجاد أماكن إيواء لهم تتناسب مع ظروفهم الصحية والنفسية، فقد كان ينظر حتى وقت قريب إلى إيداع المسن فى دار الإيواء (الرعاية) على أنه

سلوك مستهجن من وجهة نظر البعض (سهير كامل، ١٩٩١ : ٥٧١ – ٦٠٤) إلا أن الواقع شهد عديد من المتغيرات، بل وأصبحت قضية المسنين قضية عالمية بعد تقدير بيانات الأمم المتحدة أن بين عامى (١٩٦٠ و ٢٠٤٠) سوف ترتفع نسبة المسنين من ٩,٧% إلى ٢٢,٧% من المجموع الكلى لسكان العالم، كما يقدر عددهم حالياً (٩٥٠) مليوناً، بل وتزداد حدة فى الدول النامية (يس شريف، ٢٠٠٠ : ١٩). هؤلاء الأفراد حين يصلوا إلى مرحلة الشيخوخة فإن الغالبية تتميز بالجمود وعدم القدرة على التكيف التى تجعلهم غير قابلين أو مهيأين لإمكانية تعديل سلوكهم، إضافة إلى العديد من المشاكل التوافقية الأخرى التى يتعرضون لها (Atchley,1987)

ولا ننسى أن الاهتمام بهؤلاء المسنين يرجع إلى ما قدموه من أدوار هامة فى الحياة، ومن حقهم علينا أن نرد لهم الجميل بدراسة العوامل النفسية و الاجتماعية وغيرها من العوامل الأخرى التى تؤدى بهم إلى التدهور العام والشامل المصاحب لتقدم أعمارهم لإيجاد الحلول المناسبة، وقد ركز تقرير الأمم المتحدة عام (١٩٧١) على فقد "الدور" Role Loss واعتبر هذا العامل من العوامل الرئيسية التى تثير مشاعر اليأس والحزن، ومن ثم القلق، ويلى هذا العامل الشعور بالوحدة و العزلة الاجتماعية، فالمساندة الاجتماعية مثلاً لها أثر على تخفيف ما لديهم من ضغوط، وأنهم يدركون أن العلاقات الاجتماعية التى يتبادلونها مع غيرهم ويدركون أن هذه العلاقات يوثق بها أفضل من ناحية صحتهم النفسية (محمد حسن غانم، ٢٠٠٢ : ٣٥-٨٩). والتساؤل المهم الذى نحن بصدد محاولة الإجابة عنه " هل الشعور بالسعادة يتغير مع التقدم فى العمر ؟ أو بمعنى آخر هل المسنون يشعرون بالسعادة وأن هناك مجموعة من المصادر مسئولة عن شعورهم بها ؟، فبعض المسنين فى مرحلة التقاعد والتى تبدأ من الخامسة والستين إلى الخامسة والسبعين قد يشعرون بالسعادة، فالثروة والمال قد يعوضهم الإحساس بذلك مع القدرة على التمتع باستغلال وقت الفراغ وممارسة الأنشطة السارة كأداء الحج أو العمرة أو زيارة الأهل وتوطيد العلاقات مع الأصدقاء مقارنة بغيرهم، وهذا ما يطلق عليه الشيخوخة الإيجابية أو الشيخوخة الناجحة، ويرجع ذلك إلى تفسير نظريتى النشاط و النمط العقلى اللتين تؤكدان على أهمية ممارسة النشاط و البقاء فيه فى مرحلة الشيخوخة مما يحقق لهم الشعور بالسعادة (Papalia & Old, 1995: 474)، ولكن ذلك لا يحدث مع كل المسنين فيظل الكثير منهم عبئاً على أهليهم وذويهم وعلى أقاربهم، بل ويتم إيداعهم بدور الرعاية للتخلص من هذا العبء، وما يتركه ذلك من الشعور بالوحدة والاكتئاب وغيرها من آثار التدهور والتى يمكن أن تلحق بالمسن نتيجة العديد من الأزمات التى يعيشها، وتشير نتائج العديد من الدراسات إلى الاختلاف فى تحديد مصادر السعادة لدى المسنين فأشار كل

من "تسو" و"ليو" (Tsou&Liu,2001) فى (أحمد عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣: ٢٥) فى دراستهما عن السعادة والرضا إلى أن الدخل المرتفع يرتبط بمستوى عال من الشعور الذاتى بالهناء، وأن المتزوجين يقررون درجات مرتفعة من السعادة والرضا، فى حين أن التقاعد وعدم العمل يقلل من هذا الشعور، كما أشار "مايكل" "أرجايل" (١٩٩٣) إلى أن العلاقات الاجتماعية والصحة تمثل مصادر هامة للسعادة، وكذلك وجود الأصدقاء والأقارب و العمل، ووجد أن البطالة ذات تأثير سلبى على الحالة النفسية والصحية والجسمية لهؤلاء الأفراد، فى حين أن الشعور بالسعادة ارتبط إيجابياً مع مصادر الثروة والغنى، ومع التدين ومحبة الآخرين ومساعدتهم. وأشار كل من "راى" و "هيبى" (Ray&Heppe,1988) إلى ضرورة ممارسة الأنشطة والهوايات لدى كبار السن حيث انها تمثل مستودعاً للسعادة اليومية لديهم، بينما أكدت دراسات أخرى على أهمية الحياة العائلية كوجود الزوج / الزوجة فهو مصدر للأمن والطمأنينة، ومن ثم مصدر للسعادة (Adamson,1992 فى عادل هريدى وطريف فرج، ٢٠٠٢ : ٤٥). وقد توجد مصادر أخرى عديدة للسعادة، فأى هذه المصادر قد تظهر لدى عينة المسنين فى الدراسة الحالية كى تحقق لهم إشباعاً بالسعادة؟، كما اختلفت نتائج بعض الدراسات حول اختلاف الشعور بالسعادة باختلاف الكثير من العوامل كالنوع، والعمر وغيرها، فقد أكد "مايكل" "أرجايل" (١٩٩٣ : ٢٠٧) أن السعادة تختلف باختلاف النوع فهى تزداد لدى كبار السن من الرجال عكس النساء، كما يزيد الشعور بالرضا والسعادة لدى المتقدمات فى العمر وبخاصة المتعلمات منهن، ووجد أن كبار السن الأكثر تديناً عن غيرهم من الأفراد فى الأعمار الأخرى المختلفة وجد أن التدين لديهم يرتبط ارتباطا قوياً بالهناء والسعادة، ويتمتعون بالسعادة وبصحة أفضل، كما وجد أن كبار السن يظل لديهم شعور بعدم الرضا عن أحوالهم الصحية وضعفهم الجسمى مما يؤثر على معدلات السعادة لديهم.(أحمد عبد الخالق وصلاح مراد، ٢٠٠١: ٣٣٨).

فى ضوء ما سبق يتضح تباين نتائج الدراسات التى تناولت مستويات السعادة وأهم مصادرها لدى الأفراد بعامة والمسنين بخاصة، و الدراسة الحالية تحاول الكشف عن مستويات ومصادر السعادة لدى هؤلاء المسنين، وذلك فى ضوء تمسكهم بالقيم الدينية، إضافة إلى محاولة التعرف على اختلاف مستويات السعادة ومصادرها باختلاف مجموعة من العوامل الديموجرافية لديهم (كالنوع والعمر والحالة الاجتماعية والدخل ونوع الإقامة)، ثم التعرف على أهم منبئات السعادة من خلال مصادر السعادة التى تتوصل إليها الدراسة الحالية وكذلك مجموعة من المتغيرات الأخرى كالقيم الدينية و تقدير الذات ومعنى الحياة والرضا عن الحياة والتفاؤل

والتشاؤم، وذلك بعد أن ظهرت نتائج العديد من الدراسات اتفاقاً واختلافاً على أنها تعد من منبئات السعادة كدراسة كل من (أحمد عبد الخالق ١٩٩٨)، أحمد عبد الخالق وصلاح مراد (٢٠٠١)، وأحمد عبد الخالق وآخرون (٢٠٠٣)، مايسة النيال وماجدة خميس (١٩٩٥)، فريج العنزى (٢٠٠١)، عثمان الخضر (١٩٩٩)، مجدى الدسوقى (١٩٩٩)، هارون الرشيد (١٩٩٨)، ونجوى اليحفوفى (٢٠٠٦)، ومشيرة اليوسفى (١٩٨٩)، عادل محمد هريدى وطريف فرج (٢٠٠٢)، هدى جعفر (٢٠٠٦). مع ضرورة أن نضع فى الاعتبار أن متغير السعادة لم يحظ بالدراسات الكافية على المستوى العربى، وهو ما يسعى البحث الحالى إلى التحقق منه، فهل المسنون حقاً يظهرون تناقضاً فى الشعور بالسعادة ويختلفون فى مصادرها، وما أهم المتغيرات إسهاماً فى التنبؤ بها لديهم.

ويمكن تحديد مشكلة البحث فى التساؤل الرئيس التالى : -

ما درجة (مستوى) السعادة وأهم مصادرها كما يدركها المسنون فى ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية وبعض المتغيرات الأخرى ؟

وللإجابة عن هذا التساؤل يمكن الإجابة على الأسئلة الفرعية التالية :

١- ما درجة (مستوى) السعادة كما يدركها المسنون فى ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية؟

٢- إلى أى مدى تختلف درجة (مستوى) السعادة كما يدركها المسنون باختلاف خصائصهم الديموجرافية (النوع، العمر، الحالة الاجتماعية، الدخل، نوع الإقامة) ؟

٣- ما أهم مصادر إشباع السعادة كما يدركها المسنون فى ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية؟

٤- إلى أى مدى تختلف مصادر إشباع السعادة كما يدركها المسنون باختلاف خصائصهم الديموجرافية (النوع، العمر، الحالة الاجتماعية، الدخل، نوع الإقامة) ؟

٥- هل توجد فروق بين المسنين فى ضوء خصائصهم الديموجرافية (النوع، العمر، الحالة الاجتماعية، الدخل، نوع الإقامة) على المتغيرات المتصلة بالسعادة (القيم الدينية، تقدير الذات، معنى الحياة، الرضا عن الحياة، التفاؤل و التشاؤم ؟

٦- ما مدى الإسهام النسبى لمصادر السعادة المستخلصة فى الدراسة فى التنبؤ بالسعادة كما يقررها المسنون ؟

٧- ما مدى الإسهام النسبى لكل من (القيم الدينية، تقدير الذات، معنى الحياة، الرضا عن الحياة، التفاؤل، التشاؤم) فى التنبؤ بالسعادة كما يقررها المسنون ؟

أهداف الدراســـــة :

تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلى :

١- التعرف على مستويات السعادة لدى عينة من المسنين فى ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية، ومدى اختلاف هذه المستويات باختلاف خصائصهم الديموجرافية (كالنوع، والعمر، الحالة الاجتماعية، والدخل، ونوع إقامتهم).

٢- التعرف على أهم مصادر السعادة لدى عينة من المسنين فى ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية، واختلاف هذه المصادر باختلاف خصائصهم الديموجرافية سالفة الذكر.

٣- الكشف عن الفروق بين المسنين فى السعادة ومصادرها فى ضوء خصائصهم الديموجرافية وبعض المتغيرات المتصلة بالسعادة كالقيم الدينية، وتقدير الذات، ومعنى الحياة، والرضا عن الحياة والتفاؤل والتشاؤم.

٤- التعرف على الإسهام النسبى لمصادر السعادة المستخلصة فى الدراسة الحالية وبعض متغيرات الشخصية فى السعادة كما يقررها المسنون.

٥- توفير خلفية نظرية عن أدبيات السعادة لدى المسنين وبعض المتغيرات الأخرى.

أهمية الدراســـــة :

تتمثل أهمية الدراسة فيما يلى :

١- أنها تتناول موضوعاً هاماً وهو موضوع السعادة من بين موضوعات علم النفس الإيجابى، فهناك ندرة فى البحوث المنشورة فى هذا المجال على المستوى المصرى والعربى، ففى مسح مفصل فى دراسة أجراها (أحمد عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣ : ٥٨٢) من خلال البحث فى مجموعة من الدوريات العلمية المنشورة عن الدراسات التى أجريت عن السعادة تحققوا من ندرة البحوث المنشورة عنها، مما يؤكد ضرورة الحاجة إلى مزيد من البحوث حول هذا المفهوم تدعيماً لعلم النفس الإيجابى، فضلاً عن ارتباط السعادة بعدد كبير جداً من المتغيرات الشخصية و المعرفية والاجتماعية والبيئية والثقافية والقيم والاتجاهات والميول وببعض الاضطرابات المرضية و التى مازال المجال بكر فى دراستها.

٢- قد تسهم هذه الدراسة التى تتناول العديد من المتغيرات الهامة لدى عينة من الأفراد فى مرحلة عمرية لا تقل أهمية عن المراحل العمرية الأخرى (المسنين) التى يحتاج فيها هؤلاء – مع تزايد أعدادهم فى الآونة الأخيرة كما أشرنا من قبل – إلى الاهتمام و الرعاية، والتى يعتقد البعض أنها مرحلة نهاية الحياة ولا تحتاج للاهتمام بها أو دراسة مشكلاتها، وربما

يرجع الاهتمام بهذه الفئة إلى حاجاتهم الملحة إلى الشعور بالأمن والطمأنينة، فضلاً عن حاجاتهم إلى تأكيد ذواتهم وشعورهم بأنهم مازالوا يقدمون العطاء والنفع وهذه حقيقة نلمسها جميعاً.

٣- قد تقدم هذه الدراسة على المستوى التطبيقى أكثر المصادر تحقيقاً للسعادة لدى المسنين لكى يسترشد بها القائمون على أمر رعاية المسنين المقيمين مع أسرهم (كالأبناء) أو المقيمين بدور الرعاية (كالمشرفين و المشرفات وغيرهم) مما يهيىء المناخ والعلاقات السوية لهم فينعكس ذلك على توافقهم وتكيفهم فى هذه المرحلة وبالتالى على صحتهم النفسية مما يحقق لهم شعوراً بالرضا والسعادة.

مصطلحات الدراسة:

١- **السعادة:** تعرف إجرائياً فى الدراسة الحالية بأنها " انفعال وجداني إيجابى ومستمر نسبياً يمثل إحساس الفرد بالبهجة والانشراح و الأمل المصحوب بالتفاؤل و الرضا، ويحقق هذا الانفعال الإيجابى (السعادة) مجموعة من العوامل تمثل مصادر هامة لها، وهى تقاس بالدرجة التى يحصل عليها المسن / المسنة فى مقياس التقدير الذاتى للسعادة والذى استخدم فى الدراسة ويعتمد على خمسة مستويات تبدأ من أدنى مستوى (صفر) إلى أعلى مستوى (٤) ". وتعرف مصادر السعادة إجرائياً فى الدراسة الحالية بأنها "مجموع العوامل الداخلية والخارجية التى يرى الفرد (المسن / المسنة) بنفسه أنها تحقق له نوعاً من الانفعال الإيجابى والمتمثل فى البهجة و الفرح والسرور بنسبة كبيرة ولفترة طويلة ". وتم الكشف عن هذه المصادر بالصدق العاملى كما سيأتى فى إجراءات الدراسة.

٢- **القيم الدينية** : تعرف القيم الدينية فى الدراسة الحالية إجرائياً بأنها " مجموعة من المبادىء والقواعد و المثل العليا والمعايير المرغوبة للحكم على السلوك والتى يؤمن بها الفرد (المسن / المسنة) ويتحدد سلوكه فى ضوئها، وتمثل مرجعاً للحكم على كل ما يصدر عنه من أفعال وأقوال وتصرفات تربطه بالله والكون وبالآخرين " وتقاس بالدرجة التى يحصل عليها المسن / المسنة فى المقياس المعد لهذا الغرض بعد التحقق من كفاءته.

٣- **تقدير الذات:** ويعرف تقدير الذات فى الدراسة الحالية إجرائياً بأنه "الحكم الشخصى للفرد (المسن / المسنة) عن صفاته الحسنة أو السيئة من حيث درجة توافرها فى ذاته، كما يعبر عن اتجاهاته نحو (نفسه / نفسها) ومعتقداته عنها"، ويعبر عنها بالدرجة التى يحصل عليها الفرد (المسن/المسنة) على المقياس المعد لهذا الغرض بعد التحقق من كفاءته.

٤- **معنى الحياة**: يكشف هذا المفهوم عن طبيعة الخبرة الذاتية الفردية والتى تجعل من حياة الفرد معنى ومغزى فى ضوء الظروف والمتغيرات التى تحيط به وتؤثر فى معناها وذلك لكون هذه الحياة تحتوى على مشاعر التكامل و الاتصال، وتعتمد على المشاعر الحيوية ويعرف معنى الحياة فى الدراسة الحالية إجرائياً "بالدرجة التى يحصل عليها (المسن / المسنة) فى مقياس معنى الحياة ". والمستخدم فى الدراسة الحالية إعداد هارون الرشيد (١٩٩٨).

٥- **الرضا عن الحياة** : يعرف الرضا عن الحياة إجرائيا بأنه " تقييم الفرد لنوعية الحياة التى يعيشها طبقاً لنسقه القيمي، ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الامثل الذى يعتقد بأنه مناسب لحياته "، ويقاس ذلك إجرائياً بالدرجة التى يحصل عليها (المسن / المسنة) فى مقايس الرضا عن الحياة الذى أعده وفق التعريف السابق محمد الدسوقى (١٩٩٩).

٦- **التفاؤل والتشاؤم** : يعرف التفاؤل Optimism بأنه " نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح ويستبعد ما خلا ذلك "، بينما يعرف التشاؤم Pessimism بأنه " توقع سلبى للأحداث القادمة، تجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ، ويتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل، ويستبعد ما عدا ذلك إلى حد بعيد ". ويعرف التفاؤل و التشاؤم إجرائياً فى الدراسة الحالية بأنهما " الدرجة التى يحصل عليها (المسن / المسنة) فى مقياس التفاؤل والتشاؤم وفق التعاريف السابقة الذى أعده أحمد عبد الخالق (١٩٨٦).

٧- **المسنون** : Elderly: هم هؤلاء الأشخاص الذين يقعون فى مرحلة من مراحل العمر المتقدمة التى تمثل مرحلة الشيخوخة، والتى تبدأ من الستين وما بعدها، وهو سن الإحالة إلى المعاش، وتنقسم هذه المرحلة فى الدراسة الحالية إلى الشيخوخة المبكرة من (٦٠ إلى ٧٤ عام) والشيخوخة المتوسطة وتمتد من (٧٥ فما بعدها)، ويوجد العديد من المحكات لتحديد هذه المرحلة منها : الشيخوخة العضوية، والنفسية والاجتماعية بالإضافة إلى الشيخوخة الزمنية وهى التى يؤخذ بها فى الدراسة الحالية (التقسيم وفق العمر)، وقد يكون هؤلاء

المسنين مقيمين مع أسرهم أو مقيمين بدور الرعاية الاجتماعية* بمدينة الإسكندرية، والجدول (١) يوضح أهم خصائصهم الديموجرافية.

الإطـــار النظـــرى :

أولاً: السعادة : Happiness

يعد موضوع السعادة محور اهتمام الفلسفة وعلوم أخرى كـالعلوم الاجتماعيـة، فـاعتبر الفلاسفة الإنسان دائم البحث عن السعادة، وأن تحقيقه لأى هدف من أهدافه كالقوة والصحة والمال والزواج... وغيرها هى أشياء تستمد قيمتها من توقع الإنسان أنها ستجعله سعيداً، وعلى الرغم من ذلك فقد تجاهل علماء النفس – ولعقود عديدة – موضوع السعادة، ثم ظهرت الدراسـات العلميـة لهذا المتغير كرد فعل لانغماس علم النفس الزائد فى الدراسات المتصلة بالحالات الوجدانية السلبية وهذا ما أشار إليه "دينر" (Diener ; et al, 1999) إلى أن نسبة أهميـة الدراسـات المتصـلة بالحالات الوجدانية السلبية مقارنة بالحالات الإيجابية (١٧: ١) على الترتيـب، ثـم ظهـر فـى الثمانينات من القرن الماضى مصطلح علم النفس الإيجابى Positive Psychology ومنذ هـذا التاريخ ارتفع عدد البحوث المنشورة فى إطار هذا العلم، وعندما بدأ علماء الـنفس فـى دراسـة موضوع السعادة جعلوا ارتباطها بالإشباع البيولوجى والاجتماعى والنفسى، وظهر ذلك واضـحاً فيما أكده "ماسلو" حينما أكد أن إشباع الحاجات الأساسية يعد مصدراً مباشراً للشـعور بالسـعادة والبهجة والتى تعبر عن أسعد لحظات العمر. (مايسة النيال وماجدة خميس، ١٩٩٥ : ٢٣).

بينما يُعبر "ريزز" وآخرون (Reiss, et al., 1997 : 237) عن أن الشخص السعيد هـو الذى يحصل على درجات منخفضة على مقاييس الاكتئاب، ولعل ذلك يقودنا إلـى تنـاول الآراء المختلفة التى تناولت مفهوم السعادة كى نخلص منها إلى تعريف إجرائى فى الدراسـة الحاليـة، وتناول علاقة السعادة ببعض المتغيرات موضوع الدراسة ومصادرها المختلفـة، فقـد وجـد أن السعادة ترتبط إيجابياً باعتدال الحالة المزاجية وطمأنينة النفس، وتحقيق الذات، والشعور بالبهجة،

---

* تم اختيار أفراد عينة المسنين المقيمين بدور الرعاية الاجتماعية الحكومية التابعة لوزارة التضامن الاجتماعى (وزارة الشئون الاجتماعية سابقاً) بإدارة وسط بمدينة الإسكندرية . وهذه الدور تم تخصيصـها لرعـايتهم، وهـى منظمـات اجتماعية لها بناء وظيفى وكيان مقصود ومخطط ومرتبط إنشائها بتحقيق أهداف معينة (يس شريف، ٢٠٠٠: ٢٠)

والبحثة توجه كل الشكر والتقدير لجميع الآباء والأمهات من المسنين الذين تطوعوا وتعاونوا لتطبيق أدوات البحـث أو الحصول على معلومات بغرض البحث، فجزاهم الله على خير الجزاء ومتعهم الله بالصحة والسعادة.

والرضا العام و الرضا عن الحياة، ومن ثم نسعى إليها جميعاً (King ; Santrock,1991 :417 157 : 1998 , Napa &) وأشار "أرجايل" بأنه يمكن فهم السعادة بوصفها انعكاساً لدرجة الرضا عن الحياة، أو بوصفها انعكاساً لمعدلات تكرار حدوث الانفعالات السارة مع شدتها، كما وجد أن السعادة ليست عكس التعاسة (مايكل أرجايل، ١٩٩٣ :٦٥)، فقد أظهرت دراسة (Bradburn,1999) أن السعادة والتعاسة بعدان مستقلان إلى حد كبير عن بعضهما، وهذا ما أكدته دراسة كل من فريج العنزى (٢٠٠١) ودراسة "كامان" و "فليت" (Kamman & Flett 1987) حينما استخرجوا عامل عام للسعادة مقابل التعاسة، بينما أظهرت بعض الدراسات كدراسة كل من "بايون" و "جيجيدى" (Baiyewn & Jegede , 1992 : 260) أن السعادة هدف نهائى يتم السعى إليها فى جميع الثقافات، فى حين أن آراء بعض علماء النفس تؤكد أنه ليس ضرورياً البحث عنها أو أن يصبح شغلنا الشاغل فى هذه الحياة (Diener ; et al , 1999).

ويشير هذا المصطلح إلى مترادفات كثيرة قريبة منها على سبيل المثال لا الحصر كالسرور Pleasure، البهجة Joy، الانشراح Euphoria، الرضا Satisfaction، ويعرفها جابر عبد الحميد وعلاء كفافى (١٩٩٤ : ٩٥ -١٠٢) بأنها " حالة من المرح والهناء والإشباع تنشأ أساساً من إشباع الدوافع، ولكنها تسمو إلى مستوى الرضا النفسى، وهى بذلك وجدان يصاحب تحقيق الذات". بينما عرف كل منهما "اللذة" على أنها "إحدى الظواهر الوجدانية الأساسية" وهى حالة نفسية داخلية مثلها مثل الألم. وتتغير مع الشعور بالارتياح وهى خبرة إيجابية تدفع الفرد إلى طلبها بصفة مستمرة، كما يعرفان " البهجة " بأنها " انفعال يتصل عادة بالخبرات الحاضرة، وهى سارة جداً وتتسم بعلامات الإشباع والهناء وتتراوح حياة الأفراد بين الفرح و الحزن والأسى، فى حين أن " الانشراح " هو إحساس بالبهجة مصحوب عادة بالتفاؤل وإحساس عميق بأن الفرد بصحة طيبة وذى نشاط جيد، أما " الرضا" فهو " إشباع الدوافع والحاجات، وتخفيض التوتر المرتبط بها ". واتفق ذلك مع ما أكده (مايكل أرجايل، ١٩٩٣: ١٠) بأن السعادة " شعور بالرضا و الإشباع وطمأنينة النفس وتحقيق الذات، وأنها شعور بالبهجة والاستمتاع و اللذة، وتوصلت العديد من الدراسات كما فى(أحمد عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣)، (عادل هريدى وطريف فرج، ٢٠٠٢) إلى وجود عامل عام واضح هو عامل الرضا الشامل الذى يمثل السعادة، بحيث أمكن تقسيم هذا العامل إلى الشعور بالرضا فى جوانب مختلفة كالعمل والزواج والصحة والقدرات الذاتية وتحقيق الذات، بينما يفرق آخرون بين السعادة كحالة انفعالية عرضة للتقلبات المختلفة فى المزاج وبين الرضا الذى يعتبر كحالة معرفية أو يعتمد على الحكم (Tsou & Liu ,2004 فى

أحمد عبد الخالق، ١٩٩٣ : ٥٨٤)، كما قيست معايير السعادة التى يغلب عليها الطابع الانفعالى كالشعور بالبهجة الممزوجة بالتفاؤل وغيرها من المشاعر الإيجابية، من خلال مفهوم (العناء النفسى) فى علاقتها العكسية بالشعور بالرضا (مايكل أرجايل، ١٩٩٣ : ١١)، وكثيراً ما يصف بعض الأفراد أنفسهم بأنهم سعداء ولكن ليس بصفة دائمة، فقد أظهرت دراسة (عادل هريدى وطريف فرج، ٢٠٠٢ : ٢٨) أن السعادة مرادف الوجود الشخصى الأفضل وإذا كان الترادف ظاهرى ويغلب عليه الطابع المعرفى والحكم القيمى، كما يذكر "أرجيل" (Argyle ; et al, 1989) أن معظم الباحثين يتفقون على أن السعادة لها مكونات ثلاثة " هى الوجدان الإيجابى Positive Affect، والوجدان السلبىNegative Affect، والرضا عن الحياة ككل Overall Life، وأكد كل من "باردكيو"، و"ليو" و"شيا" (Lu & Shih, 1997 ; Parducci, 1997) أن اجتماع الألم والسعادة يبطل بعضهما البعض فى مقياس متكافىء.

وتعتبر السعادة نتاج الاستقرار الأسرى وتحقيق الإشباعات الأولية والثانوية للطفل فى مراحل عمره الأولى وأكد على ذلك كل من "شياسون وآخرون" و "كاستو وآخرون" ; Chiasson et al, 1996 ; Casto ; et al, 1980) حيث أشاروا إلى أن السعادة و المشاعر الإيجابية لدى الراشد هى نتاج عوامل مزاجية نشأت فى مراحل عمرية مبكرة كالاجتماعية، فى حين أن المشاعر السلبية هى محصلة تعرض الفرد وتعايشه لظروف القلق و الأحزان فى مراحل الطفولة المبكرة، وقد عرفت كل من (مايسة النيال و ماجدة خميس، ١٩٩٩ : ٢٤) السعادة بأنها شعور و انفعال متكامل يتراوح ما بين الطفولة السوية المشبعة وتحقيق إشباعات الحاضر، كما أنها مشاعر راقية سامية، وانفعال وجدانى إيجابى ما زال الإنسان ينشد الوصول إليه باعتباره من الغايات الأساسية"، كما يعرف "فيرمونت" وآخرون (Vermunt, 1989) السعادة بأنها "الدرجة التى يحكم فيها الشخص إيجابياً على نوعية الحياة الحاضرة عامة، فالسعادة تشير إلى حب الشخص للحياة التى يحياها واستمتاعه بها وتقديره الذاتى لها ككل".

مما سبق يتضح تباين الآراء التى تناولت تعريف السعادة فهى قد تكون اللذة والاستمتاع والرضا والسرور و البهجة والتفاؤل والانشراح والانفعالات الإيجابية المتنوعة ويقدرها الفرد بذاته ولذاته لتلك الحياة التي يعيشها.

بعض محددات السعادة :

تعددت العوامل التى تؤثر على الشعور بالسعادة كما أظهرتها نتائج الدراسات والبحوث السابقة من بينها ما يلى:

١- الصحة والسعادة:

حيث وجد أن السعادة تقترن بالصحة الجسدية والنفسية للفرد، فالصحة من المكونات الهامة للشعور بالهناء وهو أحد العناصر التى ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالسعادة، فقد أشارت نتائج بعض الدراسات إلى وجود معامل ارتباط متوسط بينهما (٠,٣٢) وكان لصالح الإناث (Okun ; et al ,1988). وتتأثر مشاعر السعادة بالصحة خاصة مع تقدم العمر، وتم قياس السعادة بتأثيرها فى الصحة من خلال تأثير المشقة تأثيراً سلبياً على الصحة الجسمية والنفسية، وأكد ذلك أحمد عبد الخالق وصلاح مراد (٢٠٠١) فى دراستهما عن ارتباطات دالة بين السعادة وكل من الصحة الجسدية والنفسية وعوامل أخرى، كما وجد أن المنبىء الوحيد بالسعادة هو الصحة النفسية، وأن الصحة غالبا سبب للشعور بالسعادة والرضا، ووجد أن الصحة والسعادة يتأثر كل منهما بالآخر، فالصحة من العوامل المؤثرة فى السعادة وبخاصة لدى كبار السن، كما وجد أن السعادة تعد المسئول عن عدم تدهور حالة المسن الصحية والنفسية (أحمد عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣، وعادل هريدى وطريف فرج، ٢٠٠٢). فى ضوء ما سبق يمكن اعتبار توافر الصحة مصدر هام ومحدد من محددات الشعور بالسعادة ولكن هل توافر الصحة هى المنبىء الهام بالسعادة لدى المسنين وهذا ما تحاول أن تتحقق منه الدراسة الحالية اتفاقا أو اختلافاً مع الدراسات السابقة.

٢- النوع والسعادة:

أشار كل من (Suh ; et al , 1996 ; Mercier ; et al , 1999 ونجوى اليحفوفى، ٢٠٠٦) إلى وجود ارتباط ضئيل فى السعادة بين الجنسين (ذكور /إناث) كما أظهرت دراسة (Chiasson , 1996 : 678) إلى عدم وجود فروق بين الجنسين فيما يتعلق بمصادر السعادة، باستثناء تمتع الإناث بدرجة أكبر من الرضا عن الحياة الأسرية مقارنة بالذكور، فى حين أشار (عادل هريدى وطريف فرج، ٢٠٠٢) إلى تناقض نتائج البحوث السابقة فى السعادة بين الذكور والإناث حيث أشارا إلى التكافؤ بينهما تقريباً فى السعادة، كما وجدا فروقاً بينهما فى الوجود الأفضل والسعادة، وكانت الفروق لصالح الذكور فى الوجود الإيجابى، بينما الوجود السلبى جاء لصالح الإناث وأظهرن سعادة أكثر من الذكور فى حالة عدم وجود أطفال لديهن ومن فى عمر تحت(٣٠)، بينما عمر (٥٥) عاماً فالذكور أسعد حالاً منهن، وأن الرجال ممن لم يسبق لهم الزواج، وكذلك النساء المطلقات أو المنفصلات عن أزواجهن أقل سعادة، وتتأثر السعادة لدى الذكور أكثر بالعوامل الاقتصادية والمادية وبوظائفهم، بينما تتأثر لدى الإناث أكثر بوجود الأطفال والصحة وأفراد الأسرة، كما أظهرت نتائج دراسة أحمد عبد الخالق وآخرون (٢٠٠٣) أن الذكور

أكثر سعادة من الإناث، وفسر ذلك إلى أن المواقف التى تجعل الرجل يشعر بالسعادة أكثر من نظيرتها لدى المرأة فى المجتمع الكويتى، والتى من بينها أن الضغوط التى تقع على المرأة أكثر من الرجل، وارتباط السعادة سلبياً ببُعد العصابيه الذى يرتفع متوسطة جوهرياً لدى الإناث مقارنة بالذكور، وكذلك القلق والخوف. كما أكد عبد الخالق (Abdel , Khalek , 1998)، ن الذكور يتمتعون بوسائل لا حدود لها لشغل أوقات فراغهم، وأن لديهم شبكة من العلاقات الاجتماعية أوسع مقارنة بالإناث، وذلك على اعتبار أن شغل وقت الفراغ والعلاقات الاجتماعية كشفت العديد من البحوث عن علاقة وثيقة بينها وبين السعادة (مشيرة اليوسفى، ١٩٨٩ :٢٥)، كما اظهرت دراسة مايسة النيال وماجدة خميس (١٩٩٥: ٧١) وجود فروق بين الذكور والإناث من المسنين فى متغير السعادة لصالح المسنين من الذكور، مما سبق نخلص إلى تناقض نتائج الدراسات السابقة فى الفروق بين الجنسين فى متغير السعادة، والدراسة الحالية تحاول التحقق من الفروق بين الجنسين فى متغير السعادة وعلى وجه الخصوص لدى المسنين.

٣- العمر والسعادة:

تباينت نتائج الدراسات التى تناولت متغير العمر فى علاقته بالسعادة كدراسة كل من (Diener ; et al,1999، عادل هريدى وطريف فرج، ٢٠٠٢). فقد وجد أن مرحلة الشباب منبىء دائم بالسعادة، بينما كبار السن يتصفون بسطحية المزاج وهم أكثر شعوراً بالرضا، وأن الرجال يزداد الشعور لديهم بالسعادة مع التقدم فى العمر عكس الإناث اللائى يكن فى أسعد حالاتهن وهن صغار السن، بينما يزداد الشعور بالرضا و السعادة لدى المتقدمات فى العمر وبخاصة المتعلمات منهن (مايكل أرجايل، ١٩٩٣ :٢٠٧). وكشفت نتائج بعض البحوث فى (أحمد عبد الخالق وآخرون،٢٠٠٣ :٥٩٣) أن كبار السن لا يبدو أنهم تعساء أكثر ممن هم فى منتصف العمر أو مقتبله، ونتيجة لهذا فمن الممكن أن نتوقع مستويات منخفضة من السعادة بينهم، كما أن الإناث الأصغر سناً أكثر سعادة، وفسر ذلك هاندل Handel (فى عادل هريدى وطريف فرج، ٢٠٠٢ : ٥٧) أن النساء عموماً يعانين من قلق متزايد من الموت، مما يقلل السعادة لديهن وبخاصة كبار السن. مما سبق نستنتج أن العلاقة بين العمر والسعادة علاقة مركبة وتتداخل فيها عوامل كثيرة، وبذلك اختلفت نتائج البحوث بشأن هذه العلاقة، والتى تحاول الدراسة الحالية الكشف عنها وبخاصة لدى كبار السن فهل هم سعداء أم لا نتيجة تقدمهم فى العمر ؟

٤- الأبناء والأحفاد و السعادة:

يختلف تأثير الأبناء على الشعور بالسعادة، حيث وجد أن الأزواج الذين لديهم أبناء أكثر قلقا، ويعانون من مشاكل زوجية أكثر إذا ما قورنوا بمن ليس لديهم أبناء، وأن درجة السعادة الزوجية تقل فى وجود أبناء بالمنزل وخاصة إذا كانوا من المراهقين و أطفالاً صغاراً فى سن ما قبل المدرسة أو رضع (مايكل أرجايل،١٩٩٣ :٣٤-٣٥)، بينما أشارت دراسات أخرى إلى إيجابية وجود الأبناء فتشير دراسة "هوفمان" و "مانزون" (Hoffman & Manison ,1982 (97: إلى قيمة وجود الأبناء بما لديهم من مزايا الحب والصحبة وإشاعة المرح والاستمتاع برؤيتهم وتحقيق الذات، كما وجد أن الفروق بين الوالدين فى الشعور بالسعادة تختفى بين من لديهم أبناء و من ليس لديهم بعد أن يبلغ الآباء عمر الخمسين إذا لم يكن لديهم أبناء مراهقين (Glenn & Mclamahan, 1989: 409) فالأبناء قد يوفرون قدراً كبيراً من الإشباع وتحقيق الذات لدى الآباء، ووجد أن الاستقرار العائلى لدى المسنين مع أبنائهم وأحفادهم قد يكون مصدراً مباشراً لسعادتهم (مايسة النيال وماجدة خميس، ١٩٩٥ : ٣٥) من استقراء ما سبق هل الأبناء مصدر سعادة الآباء أم لا وعلى وجه الخصوص الآباء من كبار السن وهذا ما تحاول أن تكشف عنه الدراسة الحالية اتفاقاً أو اختلافاً مع نتائج الدراسات السابقة.

٥- العلاقات الاجتماعية وصحبة الأصدقاء والسعادة:

وجدت بعض الدراسات أن التفاعل الاجتماعى وشبكة العلاقات الاجتماعية ذات تأثير فعال على السعادة، حيث أظهرت نتائج دراستين فى الولايات المتحدة (١٩٩٧)، (١٩٩٦) أن المتزوجين أكثر سعادة من العزاب و الأرامل والمطلقين، وأن تأثير الشعور بالسعادة أعلى لدى الأكثر شباباً عن المسنين، ووجد أن العلاقات الاجتماعية ذات تأثير قوى كمحددات للسعادة حتى فى وجود المال، حيث أن المال قد لا يجعل كل الأفراد سعداء (مايكل أرجايل،١٩٩٣ :١٣٠ : Haring ; et al . 1985 :449) ووجد أن كبار السن يمارسون حياتهم وبخاصة الاجتماعية ويميلون نحو تعظيم الوجدان الإيجابى وتقليل الوجدان السلبى ويرجع التحكم فى انفعالاتهم للعوامل الشخصية و التكيف مع متغيرات البيئة الاجتماعية والعلاقات الاجتماعية وأحداث الحياة (Lowton , 1996 : 123)، وتمثل العلاقات الاجتماعية الحميمة فى الأسرة والعمل وجماعة الأصدقاء تأثير فعال على السعادة، فقد أكد "ريز" (Reis,1984:60) أن الإناث كن أقل فى معدلات أمراضهن عندما كانت علاقاتهن الاجتماعية ذات تقدير مرتفع وجلب السرور والسعادة لديهن، وأن علاقات الأصدقاء الحميمة تزيد من الحالة المزاجية و المُرضية والشعور بالسعادة

ويقل الشعور بالعزلة، كما أشار (عادل هريدى وطريف فرج، ٢٠٠٢) أن احترام الآخرين والمكانة الاجتماعية من المنبئات الهامة للسعادة، و وجد أن من لديهم عدد أكبر من الأصدقاء أو من يقضون وقتاً أطول مع أصدقائهم يميلون إلى أن يكونوا أكثر سعادة حيث كان الارتباط بين السعادة وكثرة الأصدقاء دالاً إلا أنه كان منخفضاً. (Larson , 1998 : 125) ورغم انخفاض أهمية الصداقة كمصدر مستقل للسعادة قياساً إلى الزواج أو الحياة الأسرية، فإنها أهم فى المتوسط من العمل أو الاستمتاع بوقت الفراغ، وتظهر الفروق واضحة بين الجنسين فى الصداقة فالنساء علاقات الصداقة معهن أوثق من الرجال، بينما يميل الرجال إلى الانغماس فى أنشطة ذات طابع اجتماعى مع الأصدقاء كممارسة الرياضة (أرجايل، ١٩٩٣ :٩٥)، ولعل ما يوفره الأصدقاء كمصدر للسعادة على درجة من الأهمية لأنهم يميلون للمساعدة العملية والمعلوماتية وهى قد تكون أفضل مما توفره الأسرة وزملاء العمل، فضلاً عما يوفرونه من دعم اجتماعى وتعاطف باعتبارهم مصدر الثقة والمشاركة فى الأنشطة وتذكر الأحداث السعيدة وتهيىء فرص تقدير الذات وإمكانية حل المشكلات ومزيداً من المحبة للآخرين(Ries , 1998, 60-66).

من استقراء ما سبق نجد أن العلاقات الاجتماعية وصحبة الأصدقاء تُعد مصدراً منبئاً للسعادة والدراسة الحالية تحاول الكشف عن ذلك وبخاصة لدى عينة من المسنين.

٦- الدخل والمال والسعادة:

نتساءل هل الأغنياء وأصحاب المال الأكثر سعادة من غيرهم أم لا ؟ وهل ينطبق ذلك على الكبار من المسنين؟، فقد أظهرت نتائج البحوث المبكرة التى أجريت عن نوعية الحياة أن الدخل الشخصي له تأثير ضئيل على السعادة و الشخصية، ثم نشرت بعد ذلك نتائج بعض الدراسات أن الأشخاص الأغنياء لديهم مستوى سعادة أعلى بدرجة كبيرة عن الفقراء وقد أكد ذلك (Cummins,2000) حيث وجد أن هناك علاقة وثيقة بين الثروة الشخصية والشعور بالسعادة، وأن المال يخفف العناء ويضاعف الشعور بالبهجة والسعادة، ووجد أن أصحاب الدخل المرتفع هم الأكثر سعادة إلى حد ما بدخلهم ومستوى معيشتهم ممن هم أقل دخلاً، إلا أن هذه العلاقة ليست مرتفعة (٠,١٥- ٠,٢٠) فى حين أشارت نتائج دراسات أخرى (مايكل أرجايل، ١٩٩٣ : ١٢٧ - ١٢٨) أن الأفراد يرون أن المال لا يجعلهم سعداء وأن شديدى الثراء سجلوا درجات أقل ارتفاعاً على عدد من مقاييس السعادة، فى حين يرى الأغنياء أن المال مصدر للقوة، بينما وجد أن تأثير الدخل والمال على السعادة أقل لدى صغار السن مما لدى كبار السن.

كما خلصت دراسة "دنير" (Diener , 1984 : 574) إلى أن الأشخاص الأكثر ثراء كانوا سعداء بدرجة متوسطة مقارنة بالفقراء، ولم تكن هناك زيادة فى السعادة مع التقدم فى العمر فى المجموعات ذات الدخل فوق المتوسط والمنخفض، وهذا ما أكدته دراسة (Kacopyr , 1998 ,25).

فى ضوء ما سبق يتضح تباين نتائج البحوث السابقة حول ما إذا كان المال والدخل يحقق نوعاً من السعادة لأصحابه وبخاصة لدى كبار السن، وهذا ما تحاول الدراسة الحالية الكشف عنه.

٧- العمل والسعادة:

يمثل العمل النشاط الذى يؤديه الشخص أثناء القيام بأداء دوره المهنى (على محمد الديب، ١٩٩٤ : ٣٧٨) حيث يعد مصدراً لإشباع الحاجات الأساسية (طلعت إبراهيم، ١٩٨٤، ١٠٥) مما يحقق الرضا والسعادة. فقد أشارت العديد من الدراسات كدراسة كل من عباس عوض ومحت عبد الحميد (١٩٨٩)، عبد الحميد صنون (١٩٩٨)، محمد محمود بخيت (٢٠٠٢)، سهير كامل (١٩٨٧) إلى أن العمل يلعب دوراً هاماً فى شعور الفرد بالرضا و الهناء والسعادة. كما أشار (أحمد عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣ : ٦٠٦) إلى أن العمل أو الوظيفة يتفاعل مع السعادة بوصفها متغير تابع، فقد وجد أن الموظفين والموظفات لهم أعلى متوسط فى السعادة حيث تحقق مركزاً اجتماعياً ودخلاً ثابتاً وذلك على عكس البطالة تلك التى تقلل الشعور بالسعادة، كما تحقق الوظيفة وبخاصة للذكور استقراراً اجتماعياً. ووجد أن العمل مصدر للرضا الداخلى إذ يؤمن الفرد بأن العمل من أهم الأشياء فى حياته بل أن قيمة المرء يحكم عليها من خلال عمله (مايكل أرجايل، ١٩٩٣ : ٥٣ -٥٤). وقد أظهرت بعض الدراسات التأثير السلبى للبطالة وذلك على صحة الفرد وشعوره بعدم الرضا وتعرضه للعديد من أمراض القلب وضغط الدم وغيرها، ووجد إن معدلات الوفاة جاءت أعلى بنسبة (٣٦%) من بين أفراد العينة ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١٥-٦٤) ممن فقدوا وظائفهم وهذا ما أكدته دراسة "بينن" و"تينستد" (Benin & Neenstedt, 1985 : 976). كما وجد أن الأدوار الأسرية والعمل والظروف الاقتصادية والصحية والجسمية أكثر أهمية لإحداث التوافق النفسى والشعور بالرضا لدى المسنين، و أن الأفراد الذين يزاولون العمل بعد سن الستين أكثر توافقاً من غيرهم الذين تم إحالتهم إلى المعاش حينما بلغوا سن التقاعد وهو (٦٠) عاما، كما أنهم أكثر رضاً عن الحياة ذكوراً وإناثاً (على محمد الديب، ١٩٩٤ : ٤٠٠)، من استقراء نتائج الدراسات السابقة نجد أن العمل قد يمثل مصدراً من مصادر سعادة الأفراد، وهو ما تحاول الدراسة الحالية التحقق منه لدى عينة المسنين.

٨- وقت الفراغ و السعادة:

يعد النشاط الذى يمارسه الفرد فى وقت فراغه من الأهمية فى تحقيق نوع من الرضا والرفاهية والشعور بالسعادة، فقد وجد أن هذا النشاط يعد أحد العناصر الهامة للشعور بالرضا العام عن الحياة، وهو يمثل وقت الفراغ المتبقى بعد العمل، ولكن قد لا يصح ذلك فى كثير من الأحيان لأن بعض الأفراد لا يعملون مثل كبار السن المتقاعدين مما يزيد من وقت الفراغ لديهم والأنشطة التى يمارسونها فى أوقات فراغهم الأمر الذى قد يؤدى بهم إلى اللذة والمتعة والترفيه ويحقق لهم إشباعا ذاتيا مع تحقيق أهداف معينة.

فقد أظهرت إحدى الدراسات المسحية أن الشعور بالرضا عن وقت الفراغ أقل إلى حد ما من الرضا عن العمل، وأقل رضا إلى حد كبير عن الحياة الاجتماعية و الزوجية، كما لا يحقق قيما كتحقيق الذات بينما يشبع قيمة اللذة و لا يتساوى مع القيم الاجتماعية (Veroff et. al , 197 : 1987). وقد وجدت فروق بين الجنسين فى قضاء وقت الفراغ وممارسة هذا النشاط، وكذلك بين الأعمار المختلفة فتعددت أنشطة المراهقين والشباب، بينما تمثلت النمطية فى أنشطة الكبار، ووجد أن هذه الأنشطة تفيد من الناحية الصحية وفى علاج الكثير من الأمراض وبخاصة عند التقدم فى العمر (مايكل أرجايل، ١٩٩٣ : ٩١-٩٥). فى ضوء ما سبق وجد أن إشباع وقت الفراغ وممارسة العديد من الأنشطة و الهوايات خلال هذا الوقت بعيدا عن العمل يحقق للفرد شعورا بالرضا و اللذة الذاتية و يحقق السعادة، والدراسة الحالية تحاول التعرف على أهمية وقت الفراغ كمصدر من مصادر السعادة وبخاصة لدى المسنين.

٩- الزواج والسعادة :

أشارت العديد من الدراسات أن المتزوجين لديهم نوع من الرضا عن حياتهم والشعور بالبهجة والسرور بدرجة أكبر من غير المتزوجين أو ممن طلقوا أو الأرامل (Diener ; et al , 289 , 1999) ووجد أن الزواج يعد منبئا قويا بالسعادة مع ضبط متغيرات التعليم والدخل و العمل. فالمتزوجون يقررون سعادة بدرجة أكبر و دالة مقارنة بغير المتزوجين مما يحقق الصحة التى تعد المنبئ الأكبر للسعادة، وقد وجد أن الزواج يزيد من سعادة كلا من الرجال والنساء (عادل هريدى وطريف فرج، ٢٠٠٢، ٥٥). فالزواج يوفر الدعم والسند من قبل الزوجة لزوجها أكثر مما يوفره الزوج لزوجته فهن محل ثقة، وحفظ الأسرار وفهما للذات (مايكل أرجايل، ١٩٩٣ :٣٣). مما سبق يتضح أن الزواج هو امتدادا للحياة العائلية و الأسرية وهو يحقق نوعا من الاستقرار و الدعم لدى المتزوجين ذكور وإناث كما يحقق لديهم نوعا من البهجة والرضا والصحة

ويعد منبئا للسعادة، فإذا كان ذلك لدى الأفراد العاديين فهل ذلك متوفر لدى كبار السن (المسنين) هذا ما تحاول الدراسة الحالية التحقق منه.

١٠- المكانة الاجتماعية:

وجد أن هناك مجموعة من العوامل تتداخل لتحديد مكانة الفرد الاجتماعية كالدخل و التعليم، والعمر، والملكية، فهى تشكل هذه المكانة، وكذلك العمل يمكن أن يحدد مكانة الفرد الاجتماعية، الذى بدوره يحدد دخل الفرد، بل وإن المكانة المهنية (التى تمثل العمل) تقاس بعاملين هما مقدار الدخل من العمل، ومستوى التعليم الذى يتطلبه العمل، وهذا ما يحقق رضا الفرد وبهجته وسعادته، ويشعر بالإخفاق و اليأس نتيجة فقدان المكانة المهنية التى يشغلها نتيجة الإحالة على المعاش، وبالتالى يشعر بفقدان مكانته الاجتماعية. وأظهرت بعض الدراسات فى (على محمد الديب، ١٩٩٤ : ٣٨٦ – ٣٨٩) أن ما يحظى به المسنون من مكانة اجتماعية يدركون فيها أنهم موضع تقبل واحترام من الآخرين تمكنهم من التفاعل وبالتالى يؤدى ذلك إلى شيخوخة متوافقة سعيدة، أما الانتقاص من هذه المكانة التى ينبغى أن تعطى للمسنين قد يؤدى إلى سوء توافقهم وتكيفهم، وإلى تغيير دورهم واختزال ما يتوفر فى البيئة من استثارة للسلوك الفعال لديهم، كما أن مشاركتهم فى العمل المنتج تتناسب طردياً مع إمكانية تحقيقهم لحياة أفضل، ومستوى مقبول من الدخل وتحسن مكانتهم الاجتماعية.

مما سبق تم عرض بعض محددات السعادة التى تحاول الباحثة الكشف عنها لدى المسنين من خلال الدراسة الحالية.

ثانيا : القيم الدينية : Religons Values

يعد الدين أحد مصادر شعور الفرد بالرضا عن حياته وسعادتها، حيث وجد أن هناك أفراد ممن يرون أهمية شديدة للاعتقاد الدينى القوى، وأن الرضا الدينى و التعلق بالدين يرتبط ارتباطا قويا بالسعادة (مايكل أرجايل، ١٩٩٣ : ١٦٣). وهذا ما أكدته دراسة كل من (أحمد عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣ : ٥٩٥)، (عادل هريدى وطريف فرج، ٢٠٠٢ : ٥٦) من أن التدين يرتبط ارتباطا موجباً وجوهرياً مع السعادة، وبرهنت على ذلك أيضاً دراسة (French & Joseph , 1999). وتتحدد قيم الفرد فى الديانات على أساس قيمة الأشياء أو الأفعال التى قام بها فى هذه الحياة من حيث حسنها أو قبحها، أى أنها ترتبط إيجاباً وسلباً مع تقييم الأعمال والحكم عليها وفقا لمراعاتها أو عدم مراعاتها للشرائع السماوية (مجدى عزيز، ١٩٩٤ : ١٢٠). وقد تعكس القيم الدينية اهتمام الفرد بالمعايير الدينية المطلقة، والتفكير فى الأمور الميتافيزقية كأصل

الحياة ومصير الإنسان، وخلود الروح ويتصف أصحاب هذه القيمة بالروحانية والعقلانية (باكيناز حسيب، ١٩٨٨ : ٢٦٥). فالأفراد يشعرون بالسعادة إذا شعروا بأن للحياة معنى واتجاه وأن لديهم ثقة فى القيم التى توجههم. وعلى الرغم من كثرة التعاريف التى قدمها الباحثون لمفهوم القيم فقد اختلفوا فى طريقة تناولها وقياسها، واشتركوا فى خصائصها وقد لخصها كل من "شوارتز" و"بلسكى" (Schwortz & Bilsky , 1987). حيث أشارا إلى أنها مفاهيم أو تصورات مرغوب فيها، وتتعلق بضرب من ضروب السلوك أو غاية من الغايات وتسمو أو تعلو على المواقف النوعية، وترتب حسب أهميتها الدينية. ويعرفها (عبد الرحيم الرفاعى، ١٩٨٠ : ١٥) بأنها " مجموعة المبادىء والقوانين والمثل العليا التى نزل بها الوحى والتى يؤمن بها الفرد، ويتحدد سلوكه فى ضوئها وهى مرجع حكمه فى كل ما يصدر عنه من أفعال وأقوال وتصرفات تربطه بالله وبالكون. كما عرفتها (وضحة السويدى، ١٩٨٩ : ٢٨) بأنها " مجموعة من المعايير المرغوبة للحكم على السلوك وتوجه أفعالنا وتقدرها، وأن الناس يستطيعون بواسطتها أن يستمدوا آمالهم ويوجهون تصرفاتهم.

وقد عرض (عبد الحفيظ محمد، ١٩٨٦ : ٨٧) بعضاً من هذه القيم الدينية ذكر منها على سبيل المثال لا الحصر قيمة (القوة، والمال، وحسن الخلق، والعمل، والعلم، والرفاهية، والرضا، والجمال، والحب، والصداقة، والقيم الاجتماعية) وغيرها من القيم الأخرى. وتلعب القيم دوراً هاماً فى صحة الفرد النفسية وبخاصة القيم الدينية، ففى دراسة سعيدة أبو سوسو(١٩٨٦) أظهرت وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين القيم الدينية والتوافق النفسى والاجتماعى، وجاءت الإناث أكثر تمسكاً بقيمهن الدينية وأقل عرضة لمشكلات التوافق بأنواعه من أقرانهن الأقل تمسكاً بهذه القيم. وهذا ما أكدته دراسة "بيرجين" وآخرون (Bergine ; et al , 1987) من أن الاتجاهات الدينية ترتبط ارتباطاً سالباً بالقلق و إيجابياً بضبط النفس واتزان الشخصية. كما عرض عبد العزيز الشخص وعبد المطلب القريطى (١٩٩٢) لنتائج مجموعة من الدراسات أسفرت نتائجها عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين القيم و متغيرات الصحة النفسية التى تعد من مصادر السعادة. وأظهرت نتائج دراسة أجراها (مايكل أرجايل، ١٩٩٣ : ١٦٣) أن أهمية الدين تتزايد لدى النساء أكثر من الرجال، ولدى كبار السن مقارنة بالصغار والمتدينين أنفسهم، كما وجد أن الرضا الدينى والتعلق الدينى يرتبط ارتباطاً جوهرياً بالسعادة وبخاصة الزوجية والعائلية. وأظهرت دراسة عبد اللطيف خليفة (١٩٩٢، ١٩٩٧) أن المسنين ينظرون إلى جيل الشباب على أنهم غير جادين وغير ملتزمين بالقيم والمبادئ الدينية والأخلاقية ويرون أن التخلى عن القيم الدينية والتقليدية يعنى

التخلى عن الهوية الذاتية، وهذه المقارنة بين الأجيال مصدرها اختلاف تصور كل جيل للآخر فالشباب ينظرون إلى الكبار على أنهم أكثر انغلاقاً وغير متقبلين لهم (عبد اللطيف خليفة، ٢٠٠٥ : ٧٤- ٧٥، Chiasson ; et al , 1996). كما وجد أن التقدم فى العمر والتعليم يرتبط بزيادة درجة التمسك بالقيم الدينية أى أن نمط التمسك بالقيم الدينية يظهر بوضوح مع التقدم فى العمر، وأن سلوك الفتيات ذات العشرين عاماً وما بعده يغلب عليه التمسك بالقيم الدينية والالتزام بقواعد الدين حرفياً (وضحة السويدى، ١٩٨٩ : ٥٥). ووجد أن القيم الدينية تمثل مصدراً هاماً للسعادة لدى الذكور والإناث على حد سواء، وأنها تحقق أغراضاً اجتماعية سليمة، وتشجع على سلوكيات المسئولية الاجتماعية، والإخلاص الزواجى و السلوك القويم، وتسهم فى علاج الانحرافات السلوكية و ضرورة التزام الفرد بها فى سلوكه، وأسلوب حياته فهى مصدر شعوره بالراحة والهناء (ربيع عبد العليم، ١٩٩٧). وتوصلت دراسات أخرى إلى نتائج عكس ما سبق حيث وجد عدم ارتباط بين درجات التدين و الشعور بالسعادة كما فى دراسة كل من "لينفز" و"بركينشو" (Lewis & Burkinshow , 2000) ودراسة (نجوى اليحفوفى، ٢٠٠٦). وتبقى العلاقة جدلية بين كل من السعادة والدين و تحتاج إلى مزيد من البحوث، و الدراسة الحالية تحاول الكشف عن العلاقة بين السعادة و القيم الدينية وهل القيم الدينية تعد منبىء من منبآت السعادة لدى عينة المسنين ؟ وهو ما تحاول الدراسة الحالية التحقق منه.

ثالثاً : تقدير الذات : Self Esteem

يشعر الأفراد بدرجة عالية من السعادة إذا استطاعوا حل صراعاتهم الداخلية وتحقيق درجة من التكامل فى شخصياتهم، فقد وجد أن الذين يكشفون عن درجة منخفضة من التفاوت بين صورة الذات والذات المثالية، أو بين التطلعات والإنجازات هم أكثر شعوراً بالسعادة، وأن الذين يشعرون بالسعادة أو التعاسة كانت صورة الذات لديهم وهم سعداء تمثل بحث فى الذات وتفكير فى حلول المشكلات وشعور متفائل قوى بأن كل مشكلة لها حل وجاءت علاقاتهم مرضية مع الآخرين، وأقدر على التعامل معهم وخاصة فى مجال العمل وذلك مقارنة بالتعاسة، كما وجد أن المستوى المرتفع من تقدير الذات يعد مصدراً من مصادر السعادة (Diener , 1984 : 546، مشيرة عبد الحميد، ١٩٩٠ : ٢٥). ويتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الإيجابية أو السلبية نحو ذاته، كما يوضح مدى اعتقاده بأنه قادر وهام وناجح وكفؤ، وهو ما يعبر عن مدى حكم الفرد على درجة كفاءته وشخصيته وهكذا يكون تقدير الذات بمثابة خبرة ذاتية ينقلها الفرد إلى الآخرين لاستخدام الأساليب التعبيرية المختلفة (مديحة العربى وإخلاص عبد الحفيظ، ١٩٩١ : ٦٧).

وهناك فرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات حيث أن مفهوم الذات يتكون من المعتقدات التى يكونها الفرد عن نفسه وتشمل رأى الفرد عن ذاته، أما تقدير الذات فهو الحكم الشخصى للفرد عن قيمته الذاتية والتى يتم التعبير عنها من خلال اتجاهات الفرد عن نفسه، ويرى فريق من العلماء (فى ناهد حسن، ٢٠٠٣ : ٦٣-٦٦) أن تقدير الذات هو حكم تقييمى يصدره الفرد من خلال اتجاهاته نحو نفسه وهو انفعال للذات يعكس الثقة بالنفس. وقد اتخذ بعض العلماء كلا من الذات المثالية Ideal- Self والذات الواقعية Real-Self فى تعريف تقدير الذات، فيرى كل من "لورانس" و"مارتين" (Lourence & Martin , 1988, 332) أن تقدير الذات هو تقييم الفرد الحقيقى للتباعد بين ذاته المثالية وذاته الواقعية. ويعرف جمال حمزة (٢٠٠١) تقدير الذات بأنه " التقويم الذى يؤمن به الفرد لذاته ويعمل على الحفاظ عليه وتشمل وجهة نظره عن ذاته إيجاباً أو سلبياً، فهى بمثابة المرآة لحكم الفرد على مدى كفاءته الشخصية واتجاهاته نحو ذاته ومعتقداته عنها ". واشار (سيد الطواب،١٩٨٦: ٣٠-٣١) أن تقدير الذات يتأثر بخبرات النجاح والفشل لدى الأفراد، حيث يؤدى تحقيق النجاح إلى زيادة تقدير الفرد لذاته والعكس صحيح، كما أشار إلى أن تقدير الذات المرتفع يساعد الفرد على اقتحام المواقف الجديدة بشجاعة وثقة، بينما تقدير الذات المنخفض يؤدى إلى شعور الفرد بالفشل والهزيمة حتى قبل مواجهة المواقف نفسها. وتؤثر مجموعة من العوامل فى تكوين تقدير الذات المرتفع والمنخفض لدى الأفراد كاتجاهات الآخرين حيث أن أساليب معاملة الآخرين ونظرتهم للفرد تؤثر على تقديره لذاته، فاتجاه التقبل والتقدير وإشعار الفرد بأنه هام داخل أسرته له تأثير إيجابى على تقديره لذاته (ليلى عبد الحميد، ١٩٨٤ : ٧٠)، كما يعتبر العمر الزمنى عامل آخر يؤثر فى تقدير الذات حيث ينمو تقدير الذات كنتاج للتفاعل الاجتماعى ويختلف باختلاف العمر الزمنى للفرد، فقد أشار (حامد زهران وإجلال سرى،١٩٨٥: ٧) إلى أن الذات المثالية أو مفهوم الذات يزداد تطابقاً مع الزمن. بينما أشارت دراسات أخرى إلى عدم وجود فروق فى تقدير الذات ترجع إلى العمر أو الجنس، مثل دراسة أحلام حسن (١٩٩١)، ودراسة محمود عكاشة (١٩٨٦)، بينما توصلت دراسة كل من كوثر حواش (٢٠٠٠)، على شعيب (١٩٨٨) إلى وجود فروق بين الجنسين فى تقديرهم لذواتهم. بينما تشير بعض الدراسات فى (عادل المنشاوى، ١٩٨٧ : ٤٦) إلى أن الفروق بين الجنسين فى تقدير الذات ليست ثابتة ولا يوجد دليل واضح أن البنات يقيمن ذواتهن أقل من البنين. وتعتبر ظروف التنشئة الاجتماعية للفرد من العوامل التى تؤثر فى تقدير الذات لديه، فقد أشارت نتائج جورتون (Gorton , 1996) إلى أن الأفراد الذين ينتمون إلى عائلات ذات بناء مترابط ومرن لديهم فاعلية ذاتية عالية، وتقدير كبير

للذات على عكس من هم من عائلات منفصلة. وقد وجد أن من أكثر المتغيرات ارتباطا بسلوك الأفراد مفهوم الذات وتقديره (ناهد حسن، ٢٠٠٣ : ٦٣٠)، وأشار (أحمد عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣ : ٥٨٧) إلى وجود دراسات استخلصت أهم السمات المرتبطة بالسعادة كان من بينها الدافعية، والثقة بالنفس، والاستقرار الانفعالى وتقدير الذات، كما أشار إلى أن تقدير الذات ارتباط إيجابياً بالرضا عن الحياة (ر = ٠,٤٧) الذى يرتبط بدوره بالسعادة. وتحاول الدراسة الحالية الكشف عن الإسهام النسبى لهذا المتغير فى السعادة لدى المسنين.

رابعا معنى الحياة : Life Meaning

على الرغم من أهمية معنى الحياة كمفهوم نفسى، إلا أنه لم يحظ سوى بالقليل من الدراسة والبحث – فى حدود علم الباحثة – بحيث ان معظم الباحثين قد ركزوا على العلاقة بينه وبين المرض العقلى، وهو مفهوم يقوم على أن للحياة معنى تحت كافة الظروف حتى تلك التى تسبب المعاناة، وتعد كتابات فرانكل Frankl إسهاماً لتطوير الأساس النظرى لهذا المفهوم (عادل هريدى وطريف فرج، ٢٠٠٢ : ٥١). وأشارت نتائج دراسة "كنج" و"تابا" (King & Napa , 1998) إلى أن الأشخاص الأقل معنى للحياة هم أقل سعادة، كما وجد ارتباط موجب بين التقدم فى العمر ومعنى الحياة، وأن هناك فروقاً لصالح الأرامل مقارنة بالمتزوجين وبالمطلقين على متغير معنى الحياة. ويعتبر معنى الحياة من المتغيرات المنبئة للسعادة فله قدرة تنبؤية تفوق قدرة الرضا عن الحياة باعتباره ذو طبيعة معرفية، وإن كانت بعض الدراسات أشارت إليه بوصفه متغيرا وسيطاً للسعادة فالنتائج تشير إلى اعتبار أن معنى الحياة عامل مستقل، والسعادة تابعة له. ويعد معنى الحياة ذا صلة بالمعتقدات الدينية وقيم التسامى، والعضوية فى الجماعات ووضوح الأهداف، ويفهم ضمنيا أن من يمتلك معنى للحياة له عهد وقيم ويعتقد اعتقاداً ما، ويكون مخلصاً وله إطار عمل ونظام، ويمتلك بعض الأهداف والوظائف ذات المعنى ويكافح من أجلها (طلعت منصور، ١٩٨٧). وتظهر أهمية هذا المفهوم من خلال النظريات التى قامت على أمر تفسيره كنظرية "جيمس" و"ماسلو" و"فرانكل" (Kemp,1999) وتتمثل وجهة نظر "فرانكل" فى المعنى فهو يرى أن المعنى مشتق من الوجود الذى يتصف بانه مقصود ومتجاوز فى آن واحد مما يجعل التوتر قائما بين الموضوع Object والذات Subject ويحل هذا التوتر أن يجد الفرد معنى، فجوهر المعنى هو الذى يرسم معالم الوجود إذ من الخطورة أن ندمج بين الحقائق والقيم (محمد الطيب، ١٩٨١). ويتصف المعنى بأنه نسبى ومتفرد يتعلق بشخص معين فى موقف نوعى بعينه، والمعانى أشياء على الإنسان أن يجسد لها ويكتشفها حيث أنها أكثر من أن تكون مجرد إسقاطات

من ذات الفرد على الأشياء من حوله (هارون الرشيد، ١٩٩٨). وثبت أن الدين يُعطى البنية التى توجد معنى الحياة، وتم التأكد من وجود علاقة بين معنى الحياة ومخرجات الصحة النفسية، فأصحاب الدرجة المنخفضة فى معنى الحياة هم الأكثر إحساساً بالضغوط النفسية (NewComb & Harlow,1988). وتم الكشف عن وجود علاقة ارتباطيه بين معنى الحياة والسعادة وكذلك مكونات السعادة، وظهر أن معنى الحياة له تأثير عريض وواسع على السعادة، وأن الأفراد الذين ينقصهم معنى الحياة من المحتمل أن يظهروا تأثيرات محددة فى كل وظائفهم النفسية، وأن معنى الحياة يمكن أن يكون أحد العوامل العملية والعقلية فى اكتساب الإحساس بالسعادة النفسية (Zika & Chamberlain , 1992). وقد عرف معنى الحياة بأنه " إدراك الأمر، التماسك، إدراك الاهداف من وجود الإنسان، ومتابعته وتحقيق الأهداف ذات القيمة، ومصاحبة ذلك بمشاعر الامتلاء والحيوية " (Reker & Wong , 1987). وتحاول الدراسة الحالية التحقق من أن معنى الحياة يُعد أحد منبئات السعادة لدى المسنين.

خامساً : الرضا عن الحياة Life Satisfaction

يُعد الرضا عن الحياة مؤشراً هاماً من مؤشرات الصحة النفسية السليمة، ويعنى تحمس الفرد للحياة، والإقبال عليها والرغبة الحقيقية فى أن يعيشها ويتضمن هذا المتغير صفات عديدة أهمها : الاستبشار، التفاؤل، توقع الخير، الرضا عن النفس، وتقبلها واحترامها (مجدى الدسوقى، ٩٩٩ :٦). وهو يشير إلى تقييم الفرد لمدى صحته النفسية وسعادته فى الحياة استناداً إلى سماته الشخصية (Diener,1984,543). وأشارت العديد من الدراسات أن الرضا عن الحياة يرتبط إيجابياً بتقدير الفرد لذاته، وأن تقدير الفرد لذاته أحد أهم العوامل المسئولة عن إحساس الفرد بالرضا عن الحياة (Wiener;et al , 1987 ; Vermunt ; et al, 1989) فشعور الفرد بالرضا يأتى حينما يشعر الفرد بالارتياح تجاه حالته الصحية (الجسمية والنفسية) وعلاقاته الاجتماعية والعمل الذى يؤديه متقبلاً لذاته، وأن يكون مجاله الحيوى مشبعاً لحاجاته الأولية والثانوية ولديه قدر كبير من الإيمان بالله متوافقاً مع أسرته ومجتمعه (على الديب، ١٩٩٤ : ٣٨٥). كما تعرفه مديحة العزبى (١٩٨٢) بأنه " حالة داخلية فى الفرد تظهر فى سلوكه واستجاباته، وتشير إلى تقبله لحياته الماضية والحاضرة، وتفاؤله بمستقبل حياته وتقبله لبيئته المدركة وتفاعله مع جوانبها ". كما أشارت إلى أن الرضا عن الحياة يشمل ثلاثة جوانب هى تقبل الإنجازات والحياة، وتقبل الذات وتقبله للآخرين. وقد وجد أن السعادة والرضا عن الحياة مترادفان ولكن ذلك لم يؤيد بدراسات كثيرة، مما يجعل مقاييس كل منهما متداخلة بينهما، فى حين لم تكشف دراسات أخرى عن ارتباط

جوهرى بين المفهومين على الرغم من أن السعادة والرضا يمكن أن يكونا جزءاً من المفهوم المركب للهناء الشخصى ولذلك فمن الضرورى أن نقيس المفهومين ونحللهما بشكل مستقل، وهذا ما أكده (أحمد عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣ : ٥٨٤) حيث أكد أن العلاقة بين السعادة والرضا عن الحياة مازالت نقطة جدالية ويمكن افتراض وجود تداخل بينهما. وأشارت نتائج دراسة كل من (مجدى الدسوقى، ١٩٩٩ :٥) و (Hong&Giannakopoulas,1994) أن هناك ارتباط موجب بين الرضا عن الحياة وكل من تقدير الذات والتفاعل الاجتماعى والصحة النفسية السوية وكذلك التدين، فى حين أظهرت دراسة "ليو" (Lu,1999) حول الأسباب الشخصية والبيئية للسعادة، وجود ارتباط وثيق بين السمات الشخصية للفرد والشعور بالسعادة والرضا عن الحياة، بينما كانت العوامل البيئية عوامل متغيرة باستمرار، ووجد أن الأحداث الإيجابية السارة تنبأت بالرضا عن الحياة، كما وجدت علاقة إيجابية قوية بين السعادة والرضا عن الحياة (أحمد عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣ : ٥٨٩). كما وجد تأثير دال سلبى لمتغير الاكتئاب على الإحساس بالرضا عن الحياة، وأن المستوى المنخفض من الإحساس بالرضا عن الحياة من أهم المنبئات عن الشعور بالوحدة (Korthuis,1988). ويشير كثير من علماء النفس بأن الإحساس بعدم الرضا عن الحياة، ذو تأثير على شخصية الفرد وتكيفه وعلاقاته الاجتماعية (Rice ; et al, 1980). وقد أشارت مجموعة من الدراسات (فى على محمد الديب، ١٩٩٤: ٩٠) إلى أن أنماط السلوك التفاعلى للمسنين فوق (٦٥) عاماً تتغير مع مستوى الرضا عن الحياة، وأن المسن يلجأ إلى التفاعل والمشاركة الاجتماعية لتعويض النقص بسبب إحالته للمعاش، كما وجدت علاقة إيجابية بين اتجاهات المسن نحو الشيخوخة، واتجاهاته نحو الرضا عن الحياة، ووجد أن متغير الجنس (ذكور وإناث) والعمل والاحتكاك العاطفى بالأصدقاء والأقارب والنشاط الاجتماعى جميعها لها علاقة إيجابية بالرضا عن الحياة، كما وجد أن الذكور والإناث الذين مازالوا يزاولون العمل بعد سن الستين أكثر رضا عن الحياة من الذين توقفوا عن العمل بسبب الإحالة على المعاش. ويعرف (مجدى الدسوقى، ١٩٩٩ : ٥ – ٦) الرضا عن الحياة بأنه " تقييم الفرد لنوعية الحياة التى يعيشها طبقاً لنسقه القيمى، ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروف الحياتية بالمستوى الأمثل الذى يعتقد الناس أنه مناسب لحياته، وتلتزم الباحثة بالتعريف الإجرائى الذى قدمه (مجدى الدسوقى، ١٩٩٩)، ويقاس بالمقياس الذى أعده الباحث لذلك. ومن استقراء ما سبق نخلص إلى اتفاق بعض العلماء على أن السعادة والرضا عن الحياة مترادفان، فى حين أكد فريق آخر أن كلا منهما مستقل عن الآخر ومن الضرورى دراستهما بشكل مستقل وعلى ذلك فالعلاقة بينهما جدلية، وتحاول

الباحثة التحقق من ذلك اتفاقاً أو اختلافاً مع نتائج هذه الدراسات وهل الرضا عن الحياة يعد منبئاً للسعادة وبخاصة لدى المسنين.

سادساً : التفاؤل / التشاؤم Optimism / Pessimism

يعد كل من التفاؤل والتشاؤم من الخصائص الشخصية المستمرة والثابتة إلى حد كبير، ويعتقد بعض الباحثين أن التفاؤل عادة ما يكون موروثاً (Schulman; et al , 1993). فى حين يرى آخرون أنه مكتسب فى المقام الأول (ناهد حسن، ٢٠٠٦ : ٨٨). ولقد أجريت العديد من الدراسات حول علاقة التفاؤل والتشاؤم بعدد كبير من المتغيرات، فقد أشارت دراسة مارشال وآخرون (Marshall ; et al , 1994) إلى وجود ارتباط سلبى بين التفاؤل وكل من اليأس والتشاؤم، كما أظهرت دراسة (Calligan ; et al , 1994) إلى وجود ارتباط إيجابى مرتفع بين التشاؤم والاكتئاب، وارتباط إيجابى بين التفاؤل وضبط النفس. كما وجد أن التفاؤل يرتبط بتحسن المزاج ويساعد على بناء جهاز مناعى قوى (Marshall & Long , 1996). وقد تم التوصل إلى أن التفاؤل يساعد الفرد على الاستمرار بصحة جيدة تحت الظروف الضاغطة، وهذا ما أكده نموذج التنظيم الذاتى Self-Regulation Model، الذى وضعه (Carver & Sheier , 1981، فى هدى حسن، ٢٠٠٦ : ٨٨) والذى يفترض أن التفاؤل له تأثير كبير ودور مهم فى الطريقة التى يتكيف بها الأفراد فى المواقف اليومية الضاغطة، حيث يتكيف الأفراد مع المشكلات التى تواجههم، وينخرطون فى سلوكيات صحية أكثر من المتشائمين الذين يميلون إلى الاستسلام والانسحاب. وأشارت بعض الدراسات فى (أحمد عبد الخالق، ١٩٩٦ : ٧٠) إلى وجود علاقة موجبة بين التفاؤل وكل من التقدير المرتفع للذات والمستوى المنخفض من الاكتئاب. بينما أشارت دراسات أخرى إلى عدم وجود علاقة بين التفاؤل والانبساطية، فى حين كان الارتباط إيجابياً بين التفاؤل والسعادة والصحة والعمر (Hole ; et al , 1992). وأظهرت نتائج دراسة أحمد عبد الخالق وصلاح مراد (٢٠٠١) وجود ارتباط دال بين التقدير الذاتى للسعادة وكل من التفاؤل والصحة النفسية ومستوى التدين، بينما وجد ارتباط سالب بكل من متغيرى التشاؤم ومصدر الضبط الخارجى، كما كشفت النتائج عن أن شعور الفرد بالسعادة يعود إلى مدى صحته النفسية،فدرجة تفاؤله ويليها مصدر الضبط الداخلى لسلوكه ثم مستوى تدينه. ويعرف ديمبر وآخرون (Dember ; et al , 1989) التفاؤل بأنه " نظرة إيجابيه للحياة والتوقعات الذاتية الإيجابية عن المستقبل الشخصى للأفراد، بينما عرف التشاؤم بأنه " النظرة السلبية للحياة، والتوقعات الذاتية السلبية عن المستقبل الشخصى للفرد ". ووجد أن الذكور أكثر تفاؤلاً من الإناث،

وأن الإناث أكثر تشاؤما من الذكور أحمد عبد الخالق (١٩٩٦)، بدر الأنصارى (١٩٩٦)، مايسة شكرى (١٩٩٩) عبد اللطيف حسن ولؤلؤة حمادة (١٩٩٨). بينما أشارت نتائج دراسة كل من هدى حسن (١٩٩٦)، عثمان الخضر (١٩٩٩)، فريح العنزى (٢٠٠١)، (Sherman & Wolls 1995) . إلى عدم وجود فروق بين الجنسين (ذكور وإناث) فى كل من التفاؤل والتشاؤم. ويعرف أحمد عبد الخالق (١٩٩٦) التفاؤل بأنه " نظرة استبشار نحو المستقبل، تجعل الفرد يتوقع الأفضل، وينتظر حدوث الخير ويرنو إلى النجاح ويستبعد ما خلا ذلك " بينما يعرف التشاؤم بأنه " توقع سلبى للأحداث القادمة، يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ، ويتوقع الشر والفشل، وخيبة الامل، ويستبعد ما عدا ذلك إلى حد بعيد ". وتلتزم الباحثة بالتعريف الإجرائى الذى قدمه أحمد عبد الخالق (١٩٩٦)، ويقاس إجرائياً فى الدراسة الحالية بالمقياس الذى أعده الباحث لذلك.

نخلص من العرض السابق إلى ندرة البحوث العربية فى مجال دراسة السعادة ومصادرها وأهم منبئاتها وارتباطها ببعض المتغيرات كالقيم الدينية وتقدير الذات والرضا عن الحياة ومعنى الحياة والتفاؤل والتشاؤم – فى حدود علم الباحثة – وبخاصة لدى عينة من المسنين المقيمين مع أسرهم والذين يقيمون بدور الرعاية الاجتماعية ومن هنا ترجع أهمية الحاجة إلى هذه الدراسة.

إجراءات الدراسة :

أولا: عينة الدراسة وتنقسم إلى:

أ – **عينة الدارسة الاستطلاعية:** وهى تمثل عينة تقنين أدوات ومقاييس الدراسة، وتكونت من (٦٠) مسناً ومسنة من المقيمين مع أسرهم والمقيمين بدور الرعاية الاجتماعية بمدينة الإسكندرية، وتم اختيارها بطريقة عشوائية.

ب– **عينة الدراسة الأساسية:** وبلغت (١٠٠) من المسنين والمسنات المقيمين مع أسرهم(*) وبدور الرعاية الاجتماعية بمدينة الإسكندرية. وجدول (١) يوضح أهم الخصائص الديموجرافية لأفراد العينة من حيث العدد، العمر، الحالة الاجتماعية، الدخل والإقامة.

---

* أفراد هذه العينة تم اختيارهم ممن يترددن على مراكز التأمين الصحى وهى تابعة لوزارة الصحة بوسط مدينة الإسكندرية وهؤلاء يقيمون مع أسرهم بصفة دائمة أو أولادهم أو الزوجة أو الزوج إن وجد وهم ممن يصرف لهم معاش شهرى يمثل دخل ثابت نتيجة عملهم السابق، بينما أفراد عينة المسنين المقيمين بدور الرعاية الاجتماعية – تم اختيار المتطوعين فقط – بعضهم لهم معاش يمثل دخل ثابت والبعض ليس له كما هو موضح بجدول خصائص العينة.

جدول (١) أهم الخصائص الديموجرافية لعينة الدراسة الأساسية

النوع	ذكور		مع أسرهم	٢٥
			بدور الرعاية	٢٥
	إناث		مع أسرهم	٢٥
			بدور الرعاية	٢٥
الحالة الاجتماعية	متزوج	ذكور	مع أسرهم	٢٥
			بدور الرعاية	١٠
		إناث	مع أسرهم	٢٥
			بدور الرعاية	١٠
	غير متزوج أعزب/مطلق/ أرمل	ذكور	مع أسرهم	–
			بدور الرعاية	١٥
		إناث	مع أسرهم	–
			بدور الرعاية	١٥
الإقامة	مع أسرهم	ذكور	مع أسرهم	٢٥
			بدور الرعاية	٢٥
	بدور الرعاية	إناث	مع أسرهم	٢٥
			بدور الرعاية	٢٥
العمر	من (٦٠-٧٤) عام	ذكور	مع أسرهم	١٥
			بدور الرعاية	١٥
		إناث	مع أسرهم	١٥
			بدور الرعاية	١٥
	من ٧٤ فما فوق	ذكور	مع أسرهم	١٠
			بدور الرعاية	١٠
		إناث	مع أسرهم	١٠
			بدور الرعاية	١٠
الدخل	لهم دخل ثابت (معاش)	ذكور	مع أسرهم	٢٥
			بدور الرعاية	١٥
		إناث	مع أسرهم	٢٥
			بدور الرعاية	١٥
	ليس لهم دخل ثابت	ذكور	مع أسرهم	١٠

			بدور الرعاية	
		إناث	مع أسرهم بدور الرعاية	١٠

ثانيا: أدوات الدراسة:

١- التقدير الذاتي لمستويات السعادة Self – Report of Happiness levels

تم الاستفادة في وضع التقدير الذاتي لمستويات السعادة من بعض الدراسات والبحوث السابقة التي تناولت موضوع السعادة واعتمدت على التقدير الذاتي لقياسها كدراسة (عادل هريدى وطريف فرج، ٢٠٠٢)، (مايسة النيال وماجدة خميس، ١٩٩٥)، (نجوى اليحفوفى، ٢٠٠٦). فقد أشار "برديكو" Parducci (1997) إلى أن المنحى الممكن للتقدير العلمي للسعادة هو ببساطة أن نسأل الأشخاص إلى أى مدى هم سعداء؟ وذلك باعتبار السعادة نسبية، وتتفاوت في شدتها، فأحيانا تكون غامرة وأحيانا تكون محددة (Santroch, 1991، وأكد ذلك Stach & Eshleman, 1998). وقد أخذت الباحثة بهذا المنحى. ويعرف الشعور بالسعادة إجرائياً بأنه: الدرجة التي يحدد بها أفراد عينة الدراسة (المسنون / المسنات) ذواتهم على أنهم سعداء أم غير سعداء. وقد اعتمد التقدير الذاتي للسعادة على خمسة مستويات، حيث يطلب من المسنين والمسنات أن يصفوا ما يشعرون به بصفة عامة في حياتهم، حيث طرح عليهم سؤال يتمثل فى "إن السعادة هو إحساسك الإيجابي وحبك للحياة التي تعيشها وتستمتع بها، وتقديرك الذاتي (بنفسك) لها ككل وذلك بوضع علامة تعبر عن ذلك: غير سعيد على الإطلاق (صفر)، غير سعيد (١)، سعيد بدرجة متوسطة (٢)، سعيد بدرجة كبيرة (٣)، سعيد للغاية (٤). وبذلك تتراوح درجة السعادة بين (صفر) التى تمثل المسن غير السعيد على الإطلاق وبين (٤) والتى تمثل المسن السعيد للغاية كأعلى درجات السعادة.

٢- مقياس مصادر إدراك السعادة Perceived Resources scale of Happiness

قامت الباحثة بإعداد مقياس مصادر إدراك السعادة في ضوء الخطوات التالية:

أ- الإطلاع على بعض الدراسات والبحوث السابقة التي تناولت موضوع السعادة ومقاييس السعادة ومنها – في حدود علم الباحثة – مقياس السعادة إعداد (مايسة النيال وماجدة خميس، ١٩٩٥)، قائمة المصادر المدركة للسعادة إعداد (عادل هريدى وطريف فرج،

٢٠٠٢)، قائمة أوكسفورد للسعادة (Oxford Happiness Inventory OHI) ترجمة وتعريب أحمد عبد الخالق، ١٩٩٣).

ب- قامت الباحثة بدراسة استطلاعية تهدف إلى تحديد مصادر السعادة كما يدركها المسنون، وذلك على عينة من المسنين بلغت (٦٠) مسناً ومسنة، وممن يقيمون مع أسرهم وبدور الرعاية الاجتماعية، حيث طرح عليهم سؤال مفتوح عن أهم العوامل (المصادر) الداخلية والخارجية التي يرى الفرد المسن / المسنة بنفسه أنها تحقق نوعاً من الانفعال الإيجابي له والمتمثل في البهجة والسرور والرضا بنسبة عالية ولفترة طويلة، مع ترتيب هذه العوامل حسب أهميتها وفق ما يقدره ويراه بنفسه وقد استرشد بهذا الترتيب فيما بعد.

وبعد تحليل استجاباتهم تم تحديد مصادر السعادة لديهم والتي اعتمد عليها كأبعاد للمقياس، قد بلغ عدد هذه الأبعاد (١٢) اثني عشر بعداً يمثل كل واحد منها مصدراً من مصادر السعادة.

ج- تم إعداد الصورة الأولية للمقياس وبعد وضع المفهوم الإجرائي تمت صياغة عبارات المقياس حتى تتمشى مع الأبعاد المحددة، بحيث بلغ عدد فقرات المقياس (١٢٠) عبارة تقيس (١٢) بعداً روعي فيها سهولة الصياغة ووضوحها ملحق (١)

د- تم تطبيق المقياس على عينة المسنين (ن = ٦٠)، وتم تصحيح عبارات المقياس وفقا للخيارات الخمسة التالية (تنطبق تماما - تنطبق - بين بين - لا تنطبق - لا تنطبق أبدا).

هـ- تم تحليل عبارات المقياس تحليلاً عاملياً من خلال حساب الصدق العاملى بحيث أسفر التحليل عن (٦٥) عبارة تمثل مجموع مصادر السعادة استحوذت على أحد عشر مصدرا ومن بينها: استقرار الحياة الأسرية، الصحة، الدخل، الطمأنينة والبعد عما يهدد الحياة والعلاقات الاجتماعية الحميمة...إلخ كما هو موضح في الجدول (٢).

الخصائص السيكومترية لمقياس المصادر المدركة للسعادة:

أولا: صدق المقياس: تم حساب صدق المقياس بالطرق التالية:

(١) **صدق الاتساق الداخلي**، وذلك عن طريق (أ) إيجاد معاملات ارتباط درجات كل عبارة من عبارات المقياس بدرجات البعد الفرعي المنتمية إليه، وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٧٢ - ٠,٨٩) وجميعها دالة عند (٠,٠١).

(ب) إيجاد معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس وقد تراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٧٥ - ٠,٨٦) وجميعها دالة عند (٠,١) مما يؤكد أن المقياس على درجة مناسبة من الصدق.

(٢) **صدق المحك**: قامت الباحثة بتطبيق مقياس السعادة إعداد (مايسة النيـال وماجـدة خمـيس، ١٩٩٥) مع المقياس الحالي وذلك على عينة التقنين (ن= ٦٠) مسـن / مسـنة وبحسـاب معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة على المقياسين بلغ (٠,٥٩، ٠,٥٧، ٠,٦٩) لعينة المسنين المقيمين مع أسرهم، والمقيمين بدور الرعاية الاجتماعية وللعينتين معا على التوالي وجميعها معاملات دالة عند (٠,١) مما يدعو إلى الاطمئنان إلى صدق المقياس.

(٣) **الصدق العاملى**: قامت الباحثة بحساب الصدق العاملى لعبارات المقياس البالغ عددها (١٢٠) عبارة على عينة التقنين (ن = ٦٠) مسن /مسنة، وذلك بطريقة المكونـات الرئيسـية مـع التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس Varimax (فؤاد أبو حطب وآمال صـادق، ١٩٩١). بحيث روعي العامل الجوهري فى ضوء ما كان له جـذر كـامن (١,٠) ومحـك التشـبع الجوهري للفقرة (٠,٣) ومحك جوهرية العامل أن يحتوى على ثلاثة تشبعات جوهرية على الأقل.

جدول (٢): العامل، تسميته، عباراته، تشبعاته وقيمة الجذر الكامن ونسبة التباين لمقياس مصادر السعادة.

العامل	تسميته	العبارات وتشبعاتها	الجذر الكامن	نسبة التباين العاملى
الأول	استقرار الحياة	٣ (٠,٥٧) ٤ (٠,٧٥) ٥ (٠,٧٩) ٦ (٠,٥٨) ٧ (٠,٨٧) ١٠ (٠,٥٤)	٦,٦٢	٦٦,٢٧
الثانى	الصحة	١٣ (٠,٦٧) ١٥ (٠,٦٠) ١٧ (٠,٧٧)	٦,٧١	٦٧,١٦
الثالث	توافر الدخل والمال	٣٤ (٠,٦٦) ٣٦ (٠,٦٥) ٣٧ (٠,٦٩) ٣٨ (٠,٤٣)	٦,١٠	٦٠,١٤
الرابع	الطمأنينة	٤١ (٠,٨٢) ٤٢ (٠,٧٧) ٤٣ (٠,٥١) ٤٤ (٠,٧٧) ٤٥ (٠,٥٧) ٤٦ (٠,٦٩) ٤٧ (٠,٥٤) ٤٨ (٠,٧١) ٤٩ (٠,٥٩) ٥٠ (٠,٦٥)	٥,٤٧	٥٧,٧٩
الخامس	الرضا عن الحياة	٥١ (٠,٨٢) ٥٢ (٠,٥٢) ٥٣ (٠,٧٥) ٥٤ (٠,٦٦) ٥٥ (٠,٧٥) ٥٦ (٠,٦٣) ٥٧ (٠,٧٤) ٥٨ (٠,٧٦) ٥٩ (٠,٥٢) ٦٠ (٠,٥٦)	٥,٢٩	٥٢,٩٠

السادس	الرغبة فى العمل	٦١ (٠,٦١)	٦٨ (٠,٧٠)	٦٩ (٠,٥١)					٥,٦٤	٥٦,٤٨
السابع	تقدير الآخرين	٧١ (٠,٦٠)	٧٦ (٠,٦٨)	٧٧ (٠,٧١)	٧٨ (٠,٦٦)	٧٩ (٠,٣٨)	٨٠ (٠,٧٥)		٥,٧٦	٥٧,٦٨
الثامن	صحبة الأصدقاء	٨١ (٠,٧٦)	٨٢ (٠,٨٤)	٨٣ (٠,٥٨)	٨٤ (٠,٧٦)	٨٥ (٠,٦٦)			٦,٠٧	٦٠,٧٥
		٨٦ (٠,٧١)	٨٨ (٠,٦٣)	٩٠ (٠,٤٩)						
التاسع	الاستمتاع بوقت الفراغ	٩٤ (٠,٤٨)	٩٧ (٠,٧٦)	٩٨ (٠,٧٤)					٧,٠٥	٧٠,٥٤
العاشر	البعد عن الوحدة والعزلة	١٠١ (٠,٥٣)	١٠٢ (٠,٨٠)	١٠٣ (٠,٦٦)	١٠٤ (٠,٦١)	١٠٥ (٠,٦٧)	١٠٦ (٠,٧٧)		٥,٨٢	٥٨,٢٠
		١٠٧ (٠,٧٦)	١٠٨ (٠,٣٩)	١٠٩ (٠,٦٢)						
الحادى عشر	المكانة الاجتماعية	١١١ (٠,٦٨)	١١٢ (٠,٦٤)	١٢٠ (٠,٦٢)					٦,٧٦	٦٧,٦٧

- الأرقام بين الأقواس تشير إلى تشبع العبارات -أرقام العبارات كما فى الصورة النهائية - أنظر ملحق (١) (أسئلة المقياس)

من الجدول السابق يتضح أن التحليل العاملى لعبارات المقياس قد أسفر عن (٦٥) عبارة تقيس (١١) عاملاً استحوذت على (٦٢,٧) من التباين العاملى لمصفوفة معاملات الارتباط.

ثانياً: ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس بطريقتين هما:-

(١) **طريقة إعادة الاختبار**: قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بعد إعادة تطبيقه على عينة التقنين قوامها (٦٠) مسن / مسنة بفارق زمني (أسبوعين)، وتم حساب معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة بين مرتي التطبيق، وبلغ معامل الارتباط للمقياس ككل (٠,٧٦) مما يشير إلى درجة عالية من الثبات والجدول (٣) يوضح معاملات ثبات المقياس ككل وأبعاده.

جدول (٣) : معاملات ارتباط درجات كل بُعد من أبعاد مقياس مصادر السعادة والمجموع الكلى لدرجات المقياس بطريقة إعادة التطبيق (ن=٦٠)

البعد	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	المقياس
معامل	٠,٨٢	٠,٨٦	٠,٧٥	٠,٧٦	٠,٧٤	٠,٧٣	٠,٧٣	٠,٧٦	٠,٧٥	٠,٧٢	٠,٧٣	٠,٧٦

* جميع المعاملات دالة عند (٠,١)

(٢) **طريقة الفاكرونباك:** استخدمت الباحثة معامل الفاكرونباك لحساب معامل ثبات المقياس وأبعاده، كما بجدول (٤) حيث تشير إلى ارتفاع معاملات ثبات المقياس، مما يؤكد أن المقياس على درجة عالية من الثبات.

جدول (٤): معاملات ثبات أبعاد مقياس مصادر السعادة والمقياس ككل باستخدام الفاكرونباك

البعد	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	المقياس
معامل	٠,٨٥	٠,٨٣	٠,٨٢	٠,٨٤	٠,٧٩	٠,٨٠	٠,٧٥	٠,٨١	٠,٧٦	٠,٧٩	٠,٨٠	٠,٨٥

مما سبق يتضح أن مقياس مصادر السعادة يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات ويشتمل فى صورته النهائية على (٦٥) عبارة موزعة على (أحد عشر بعداً) تمثل مكونات مصادر السعادة لدى عينة المسنين.

٣- مقياس القيم الدينية:

اتبعت الباحثة لإعداد مقياس القيم الدينية نفس الخطوات التى اتبعت لبناء مقياس المصادر المدركة للسعادة وذلك على النحو التالى:

أ- تم الإطلاع على الدراسات والبحوث السابقة بعامة والقيم الدينية خاصة، واستفادت الباحثة من بعض المقاييس مثل مقياس القيم الفارق إعداد جابر عبد الحميد (١٩٦٨)، مقياس القيم إعداد عطية هنا (١٩٦٥)، مقياس ترتيب القيم إعداد عبد السلام عبد الغفار (١٩٧٤)، بالإضافة إلى الاستفادة من مقياس القيم الدينية إعداد الباحثة بالاشتراك مع مرزوق عبد المجيد (١٩٩٠) الذى تم إعداده بهدف التعرف على القيم الدينية لطلاب الجامعة.

ب- قامت الباحثة بدراسة استطلاعية على عينة المسنين بلغت (٦٠) مسنا /مسنة وتم استطلاع آرائهم بسؤال مفتوح عن أهم القيم الدينية التي يتمسكون بها وتؤثر في سلوكهم واتجاهاتهم نحو أنفسهم ونحو الآخرين، وبعد تحليل استجاباتهم أخذت القيم الأكثر تكرارا والتي بلغت نسبتها المئوية ٨٥% فأكثر.

ج- تم إعداد الصورة الأولية للمقياس من خلال وضع المفهوم الإجرائي للقيم الدينية - كما هو موضح فى مصطلحات الدراسة- وفى ضوء هذا المفهوم تمت صياغة فقرات المقياس بحيث تناسب كل قيمة من القيم الدينية والتي تمثل أبعاد المقياس، وبلغ عدد فقرات المقياس (٩٢)

فقرة تقيس (٢٣) قيمة روعى فيها سهولة الصياغة والوضوح والبعد عن الغموض. ملحق (٢)

د- تم تطبيق المقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية من المسنين وتم تصحيح المقياس وفقا للخيارات الثلاثة التالية (غالباً – أحيانا – نادرا)، وقد اعتمد على الدرجة الكلية للمقياس، وتم تحليل فقرات المقياس تحليلاً عاملياً من خلال حساب الصدق العاملى بحيث أسفر عن (٤٥) عبارة تقيس (١٠) قيم دينية.

الخصائص السيكومترية لمقياس القيم الدينية:

أولاً: **الصدق**: تم حساب صدق المقياس بعدة طرق منها:

١- **الصدق المنطقي**. تم التحقق من الصدق المنطقي من خلال التأكد من مدى مناسبة المقياس لعينة المسنين، ووضوح تعليماته وعباراته وسهولة عملية التصحيح، وأن عبارات المقياس تمثل القيم الدينية (١٠) عشرة قيم وأن المقياس يقيس ما وضع من أجله بالفعل.

٢- **صدق الاتساق الداخلي**: وذلك عن طريق: (أ) إيجاد معاملات ارتباط درجات كل عبارة من عبارات المقياس والقيمة المنتمية إليها، وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٧١ – ٠,٨٦) وجميعها معاملات دالة عند (٠,١).

ب – إيجاد معاملات ارتباط كل بعد (قيمة) والدرجة الكلية للمقياس وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٧٤ – ٠,٨٥) وجميعها معاملات دالة عند (٠,١) مما يؤكد أن المقياس على درجة عالية من الصدق.

٣- **الصدق العاملى**: قامت الباحثة فى الدراسة الحالية بحساب الصدق العاملى لعبارات المقياس البالغ عددها (٩٢) عبارة على عينة استطلاعية من المسنين، وذلك بطريقة المكونات الرئيسية مع التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس Varimx (فؤاد أبو حطب،وآمال صادق، ١٩٩١) بنفس الكيفية السابقة.

جدول (٥) العامل، تسميته، عباراته، تشبعاته، قيمة الجذر الكامن ونسبة التباين العاملى لمقياس القيم الدينية.

العامل	تسميته	العبارات وتشبعاتها					الجذر الكامن	نسبة التباين العاملى
الأول	حسن الخلق	٣ (٠,٧٩)	١٥ (٠,٣٣)	١٨ (٠,٣٨)	٣٤ (٠,٥٠)	٤٠ (٠,٤٩)	٥,٩٩	٦,٥١
		٤٨ (٠,٤٨)	٦٤ (٠,٣٤)	٧١ (٠,٤٨)	٧٢ (٠,٤٧)	٤٨ (٠,٤٨)		
الثانى	الإيثار	٥ (٠,٥٥)	١٤ (٠,٤٦)	٢٣ (٠,٤٨)	٤١ (٠,٣٦)	٥٠ (٠,٨٤) ٥٣ (٠,٤٦)	٤,٨٦	٥,٢٩
الثالث	المحبة	٢٥ (٠,٤٥)	٣٢ (٠,٧٧)	٥٦ (٠,٦٧)	٩٢ (٠,٧١)		٤,٥٨	٤,٩٧
الرابع	الانتماء	٤٢ (٠,٥٧)	٥٥ (٠,٤٩)	٦٠ (٠,٧٦)	٦٨ (٠,٥٧)	٨٠ (٠,٦٣)	٤,٣٠	٤,٦٧
الخامس	التعاون	١٣ (٠,٧٩)	١٧ (٠,٨٢)	٩١ (٠,٣٦)			٣,٩٤	٤,٥٦
السادس	التسامح	٣١ (٠,٣٢)	٦٣ (٠,٣٢)	٨٣ (٠,٨٢)	٨٥ (٠,٧٣)		٣,٥٣	٣,٥١
السابع	الأمانة	٤ (٠,٤١)	٤٤ (٠,٣٧)	٤٩ (٠,٨٧)	٥٨ (٠,٦٤)		٣,٢٢	٣,٤٣
الثامن	الصدق	١٢ (٠,٤٢)	١٦ (٠,٦٠)	٤٧ (٠,٣٥)	٦٦ (٠,٧٦)		٣,١٢	٣,٣٩
التاسع	الرضا	٧ (٠,٣٩)	٥٢ (٠,٨٥)	٦٩ (٠,٣٠)			٣,١٠	٣,٢٤
العاشر	العدل	٢٧ (٠,٨٨)	٢٨ (٠,٧٢)	٢٩ (٠,٤١)			٣,٨٢	٢,٦٢

- الأرقام بين الأقواس تشير إلى تشبع العبارات -أرقام العبارات كما فى الصورة النهائية - أنظر ملحق (٢) (أسئلة المقياس)

من الجدول السابق يتضح أن التحليل العاملى قد أسفر عن (٤٥) عبارة تقيس (١٠) عوامل (قيم) استحوذت على (٥١,٦٥) من التباين العاملى لمصفوفة معاملات الارتباط.

ثانيا: ثبات المقياس: قامت الباحثة بحساب الثبات بالطرق التالية:

(أ) **إعادة تطبيق الاختبار:** تم حساب ثبات المقياس عن طريق إعادة تطبيقه على العينة الاستطلاعية (ن= ٦٠) مسناً ومسنة بفارق زمني أسبوعين بين مرتي التطبيق، وتم حساب معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة، وبلغ معامل الثبات ككل (٠,٨٦) مما يشير إلى درجة عالية من الثبات، وجدول (٦) يوضح معاملات ثبات القيم الدينية (العشرة) والمقياس ككل.

جدول (٦): معاملات ثبات الأبعاد (القيم) ومعامل ثبات المقياس ككل بطريقة إعادة الاختبار.

مسلسل	القيمة	معامل الارتباط	مسلسل	القيمة	معامل الارتباط
١	حسن الخلق	٠,٨٢**	٦	التسامح	٠,٨٠**
٢	الإيثار	٠,٧٦**	٧	الأمانة	٠,٨٠**
٣	المحبة	٠,٨١**	٨	الصدق	٠,٧٩**
٤	الإنتماء	٠,٧٢**	٩	الرضا	٠,٨١**
٥	التعاون	٠,٧٣**	١٠	العدل	٠,٧٩**
معامل ثبات المقياس ككل					٠,٨٦**

** دالة عند مستوى (٠,٠١)

ب- **طريقة الفاكرونباك:** استخدمت الباحثة معادلة الفاكرونباك لحساب معاملات ثبات المقياس وأبعاده وذلك على العينة استطلاعية (ن=٦٠) مسناً ومسنة حيث بلغ معامل الثبات للمقياس ككل (٠,٨٨) مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات والجدول (٧) يوضح معاملات ثبات القيم الدينية (العشرة) والمقياس ككل.

جدول (٧): معاملات ثبات الأبعاد (القيم) ومعامل ثبات المقياس ككل باستخدام (ألفا)

مسلسل	القيمة	معامل الثبات	مسلسل	القيمة	معامل الثبات
١	حسن الخلق	٠,٨٣	٦	التسامح	٠,٧٨
٢	الإيثار	٠,٧٨	٧	الأمانة	٠,٨١
٣	المحبة	٠,٨٤	٨	الصدق	٠,٨٠
٤	الانتماء	٠,٧٥	٩	الرضا	٠,٨٢
٥	التعاون	٠,٧٦	١٠	العدل	٠,٧٦
معامل ثبات المقياس ككل					٠,٨٨

٤- مقياس تقدير الذات: Self Esteem Scale

قامت الباحثة بإعداد هذا المقياس فى دراسة سابقة (أحلام حسن، ١٩٩١: ٢٥٧ -٢٨٩) بهدف معرفة الدرجة التى يحكم بها كبار السن (المسنين والمسنات) على ذواتهم ويتكون من (١١٥) عبارة ويعتمد على التقدير الذاتى ويقوم فيه المفحوص بتقدير ذاته والحكم عليها بوضع علامة أمام كل عبارة من عبارات المقياس. والتي يجاب عنها (بنعم /لا). ويتمتع المقياس بدرجة مناسبة من الثبات حيث حسب ثباته بإعادة التطبيق على (٥٠) من المسنين، وبلغ (٠,٧٩) وهو معامل دال عند (٠,٠١) كما حسب صدقه عن طريق الاتساق الداخلي بين كل درجة من درجات المقياس ودرجته الكلية وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٦٩ - ٠,٨٧) وجميعها دالة عند (٠,١).

وفى الدراسة الحالية قامت الباحثة للتأكد من كفاءة المقياس بحساب ثباته وصدقه على النحو التالي:

أ- **صدق الاتساق الداخلي:** تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية له على عينة استطلاعية (ن =٦٠) من المسنين والمسنات وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٧١ - ٠,٨٥) وجميعها دالة عند (٠,١).

ب- **ثبات المقياس:** تم التأكد من ثبات المقياس عن طريق إعادة الاختبار، ومعامل (ألفا) وذلك على عينة استطلاعية (ن =٦٠) من المسنين والمسنات، وبلغ معامل الثبات بالطريقتين على التوالي (٠,٧٣، ٠,٨٤) مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الصدق والثبات. ملحق (٣)

٥- مقياس معنى الحياة Life Meaning scale

أعد هذا المقياس هارون الرشيد (١٩٩٨) ويتكون من (٤٠) عبارة تقيس (٦) ستة أبعاد أساسية لمعنى الحياة هي أهداف الحياة، التعلق الإيجابي بالحياة، التحقق الوجودي، الثراء الوجودي، نوعية الحياة، الرضا الوجودي. وقد اعتمدت الباحثة فى الدراسة الحالية على الدرجة الكلية للمقياس وهو يتمتع بصدق عاملي وصدق التكوين الفرضى، إضافة إلى تمتعه بثبات إعادة الاختبار حيث بلغ (٠,٩٨) وهو دال عند (٠,٠١). وفى الدراسة الحالية قامت الباحثة بالتأكد من كفاءة المقياس بحساب صدقه وثباته على النحو التالي: (أ)- **صدق الاتساق الداخلي**: حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجة العبارات ودرجة كل بعد من الأبعاد الستة المنتمية لها، وذلك على عينة استطلاعية (ن =٦٠) من المسنين والمسنات وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٧١ - ٠,٨٦) وجميعها معاملات دالة عند (٠,٠١)، (ب) كما حسبت معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد من الأبعاد الستة للمقياس والدرجة الكلية له على نفس العينة وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٧٥ -٠,٨٧) وجميعها دالة عند (٠,٠١) مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الصدق.

ب- **ثبات المقياس**: تم التأكد من ثبات المقياس وذلك عن طريق إعادة التطبيق والتجزئة النصفية وبمعامل (ألفا) على عينة استطلاعية (عينة التقنين ن=٦٠) من المسنين والمسنات حيث بلغت معاملات الارتباط لثبات الاختبار بالطرق السابقة على التوالى (٠,٦٨، ٠,٧١، ٠,٧٣) وجميعها دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة مناسبة من الصدق والثبات. ملحق (٤)

٦- مقياس الرضا عن الحياة Life Satisfaction Scale

أعد هذا المقياس مجدي الدسوقي (١٩٩٩) وهو يهدف إلى قياس الرضا العام ويتكون من (٣٠) عبارة أسفر إجراء التحليل **العاملى** عن ظهور سبعة (عوامل) تم استبعاد عامل واحد منها وهى على الترتيب السعاة، الاجتماعية، الطمأنينة، الاستقرار النفسي، التقدير الاجتماعي، القناعة. وقد اعتمدت الباحثة في الدراسة الحالية على الدرجة الكلية للمقياس، وهو يتمتع بصدق عاملي وبنائي وتميزي وتجريبي وتحقق مُعده من ثباته بإعادة الاختبار والتجزئة النصفية وعامل (ألفا) وجميع معاملات الارتباط دالة عند (٠,١). قامت الباحثة في الدراسة الحالية بالتأكيد من كفاءة المقياس بحساب كل من صدقه وثباته على النحو التالي: أ- **صدق الاتساق الداخلي**: حيث حسبت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والبعد الفرعي الذي تنتمي

إليه وذلك على عينة استطلاعية (ن = ٦٠) من المسنين والمسنات وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٦٩- ٠,٧٣) وجميعها دالة عند (٠,١)، كما حسبت معاملات ارتباط درجة كل بعد من أبعاده المقياس (٦ أبعاد) والدرجة الكلية للمقياس على نفس العينة وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٧١ – ٠,٨٣) وجميعها دالة عند (٠,١). **ب- ثبات المقياس** تم التأكد من ثبات المقياس بطريقة إعادة التطبيق والتجزئة النصفية ومعامل (ألفا) على عينة استطلاعية (ن = ٦٠) من المسنين والمسنات، وبلغت قيمة معاملات الارتباط لقياس الثبات بالطرق السابقة على التوالى (٠,٧٦، ٠,٧٥، ٠,٧٨) وجميعها دالة عند (٠,١) وعلى ذلك فالمقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الصدق والثبات. ملحق (٥)

٧- قائمة التفاؤل والتشاؤم Optimism & Pessimism

أعد هذه القائمة أحمد عبد الخالق (١٩٩٦) وتشتمل الصورة العربية على مقياسين فرعيين منفصلين أحدهما للتفاؤل ويتكون من (١٥) عبارة، والآخر للتشاؤم ويتكون من (١٥) عبارة كذلك. ووضعت القائمة على شكل عبارات يجاب عنها على أساس مقياس خماسى وهو مقياس تقرير ذاتى، وتتسم القائمة بخصائص مناسبة فثباتها مرتفع حيث حُسب معاملات (ألفا)، والخطأ المعيارى، كما حسب صدق القائمة بالاتساق الداخلى والصدق التلازمى والتقاربى، والعاملى وجميعها تدل على كفاءة ثبات القائمة وصدقها. وقامت الباحثة فى الدراسة الحالية بالتأكيد من كفاءة القائمة بحساب الصدق والثبات على النحو التالي:

أ- **صدق الاتساق الداخلي** حيث حسبت معاملات ارتباط درجة كل عبارة من عبارات قائمة التفاؤل والتشاؤم والدرجة الكلية لكل مقياس على حدة وذلك على عينة استطلاعية (ن = ٦٠) من المسنين والمسنات، وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٦٩ – ٠,٧٥) (٠,٧٢ – ٠,٨٠) للمقياسين كل على حده وهى دالة عند (٠,١).

ب- **ثبات القائمة:** تم التأكد من ثبات القائمة عن طريق إعادة التطبيق ومعامل (ألفا) على عينة استطلاعية (ن = ٦٠) من المسنين والمسنات، بحث بلغت معاملات الثبات للمقياسين الفرعين على التوالي وللطريقتين على التوالي (٠,٧٦، ٠,٧٩)، (٠,٧٨، ٠,٨١) وجميعها دالة عند (٠,١) وبذلك فالقائمة تتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات. ملحق (٦)

ثالثا: الأساليب الإحصائية.

للرد على تساؤلات الدراسة استخدمت الباحثة.

- التحليل العاملى بطريقة المكونات الأساسية لهوتلنج مع التدوير بطريقة أسلوب التدوير المتعامد "فاريمكس"
- تحليل الانحدار المتعدد Stepwise Regression
- اختبار "ت" t-test
- حجم التأثير Effect Size
- مربع إيتا Eta Square (η^2)

رابعاً: النتائج ومناقشتها:

١- **فيما يتعلق بنتائج التساؤل الأول** ومؤده "ما درجة (مستوى) الشعور بالسعادة كما يدركها المسنين فى ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية". ويوضحها جدول (٨)

جدول (٨) : دلالة الفروق وحجم التأثير فى الشعور بالسعادة بين المسنين الأكثر تمسكًا بالقيم الدينية والأقل تمسكا.

السعادة	الأكثر تمسكًا بالقيم الدينية		الأقل تمسكًا بالقيم الدينية		قيمة "ت"	الدلالة	مربع ايتا	حجم التأثير
	متوسط	انحراف	متوسط	انحراف				
	٣,١٠	٠,٦٤	١,٩٦	٠,٨٥	٧,٥١	٠,٠١	٠,٣٧	١,٥٠

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (٠,٠١) = ٢,٦٦

يتضح من الجدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند (٠,٠١) فى الشعور بالسعادة بين الأكثر تمسكًا بالقيم الدينية والأقل تمسكًا بها من عينة المسنين لصالح الأكثر تمسكًا، وبلغ مربع إيتا (٠,٣٧) أى أن (٣٧,٠%) من التباين فى درجة الشعور بالسعادة يرجع إلى التمسك بالقيم الدينية، وبلغ حجم التأثير (١,٥٠) وهو حجم تأثير كبير طبقاً لمقياس كوهين Cohen, 1999)

ويمكن تفسير النتيجة السابقة: بأن الرضا والتعلق الديني وكذلك القيم الدينية ترتبط ارتباط قوى بالسعادة، فالقيم الدينية تقدم تقييمًا لأعمال الفرد والحكم عليها في الحياة من حيث حسنها أو قبحها ومدى مراعاتها للشرائع السماوية، أي أنهم يشعرون بالسعادة إذا شعروا بأن حياتهم ذات هدف ومعنى، وأن لديهم ثقة في القيم التي توجههم. لذلك جاء المسنون المتمسكون بقيمهم الدينية أكثر سعادة من الأقل تمسكًا بها، فهي تلعب دورًا هامًا فى صحتهم النفسية وتوافقهم الاجتماعي، وتجعلهم أقل عرضة لمشكلات التوافق بأنواعه، ويتفق ذلك مع نتائج دراسة مايكل

ارجايل (١٩٩٣)، أحمد عبد الخالق (٢٠٠٣)، سعيدة أبو سوسو (١٩٨٦)، Chiasson , et al, 1996، حقا نجد المسنين وأي فرد تقدم به العمر يزداد ارتباطاً بالدين والتقرب إلى الله والرضا الإيماني الذي يُشعرهم بالطمأنينة والراحة وينعكس على صحتهم النفسية وبخاصة أن القيم الدينية التى تمثل: حسن الخلق والأمانة والصدق والصبر والمحبة والإيثار والتسامح والرضا والعدل تحقق لهم أغراضاً دينية واجتماعية سوية وتشجع على سلوكيات المسئولية والإخلاص الأسرى والزواجى والسلوك القويم، والتزامهم بها فى أسلوب حياتهم مما يحقق لهم الشعور بالسعادة (ربيع عبد العليم، ١٩٩٧).

٢- **فيما يتعلق بنتائج التساؤل الثاني** ومؤداه "إلى أي مدى تختلف درجة (مستوى) الشعور بالسعادة كما يدركها المسنين في ضوء خصائصهم الديموجرافية : (النوع، العمر، الحالة الاجتماعية، الدخل، الإقامة) ويوضحها جدول (٩)

جدول (٩): الفروق الدالة على الشعور بالسعادة بين المسنين في ضوء خصائصهم الديموجرافية

	النوع	العمر	الحالة الاجتماعية	الدخل	للإقامة
قيمة "ت"	٢,٩٦**	٠,٠٤	٥,٨٢**	٤,٨٥**	٩,٤٢**
لصالح	الذكور	-	سبق له الزواج	من له دخل ثابت	المقيم مع الأسرة
مربع ايتا	٠,٠٨٢	-	٠,٢٥٧	٠,١٩٤	٠,٤٧٥
حجم التأثير	٠,٥٩	-	١,٢٧	١,٢١	١,٨٨

** دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (٩) وجود اختلاف في درجة الشعور بالسعادة بين المسنين ترجع لاختلاف خصائصهم الديموجرافية على النحو التالي: من **حيث النوع**: - وجدت فروق ذات دلالة إحصائية فى الشعور بالسعادة بين (الذكور والإناث) من المسنين ولصالح الذكور عند (٠,١)، وكان حجم التأثير متوسط بلغ (٠,٥٩) - من حيث **متغير العمر**: لا توجد فروق فى السعادة ترجع إلى متغير العمر بين المسنين (من ٦٠- ٧٤) عاما، (من ٧٤ فما فوق) - **من حيث الحالة الاجتماعية**: وجدت فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) فى الشعور بالسعادة بين المسنين (المتزوجين) وغير المتزوجين (الأعزب / المطلق / الأرمل) لصالح المتزوجين، وكان حجم التأثير كبير بلغ (١,٢٧) - **من حيث الدخل**: - وجدت فروق ذات دلالة إحصائية عند

مستوى (٠,٠١) فى الشعور بالسعادة بين المسنين ممن لهم دخل ثابت وممن ليس لهم دخل ثابت لصالح من لهم دخل ثابت وكان حجم التأثير كبير بلغ(١,٢١) – **من حيث نوع الإقامة** : وجدت فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) فى الشعور بالسعادة بين المسنين المقيمين مع أسرهم والمقيمين بدور الرعاية الاجتماعية لصالح المقيمين مع أسرهم، وجاء حجم التأثير كبير بلغ (١,٨٨).

ويمكن تلخيص النتيجة السابقة: بأن المسنين من الذكور والمتزوجين منهم وممن لهم دخل ثابت (معاش شهرى) والذين يقيمون مع أسرهم أكثر شعوراً بالسعادة من النساء المسنات، والمسنين غير المتزوجين وممن ليس لهم دخل ويقيمون بدور الرعاية الاجتماعية، واتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من أحمد عبد الخالق (٢٠٠٣)، مايسة النبال وماجدة خميس (١٩٩٥)، ومايكل ارجايل (١٩٩٣)، Cunmins, 2000 ؛ Diener, et al,1999. بينما اختلفت مع نتائج نجوى اليحفوفى، (٢٠٠٦)، (Mercier, et al, 1999 ،Suh, et al, 1996) حيث أشاروا إلى وجود فروق ضئيلة بين الجنسين فى السعادة، كما وجد (Kacopyr, 1998) عدم ازدياد السعادة مع الدخل المتوسط أو المنخفض.

ويمكن تفسير ما سبق: أن الذكور أكثر سعادة من الإناث وهذا ينطبق على المسنين حيث أن المواقف التى يعيشها الذكور تحقق لهم السعادة أكثر من نظيرتها لدى النساء. فالضغوط التى تتعرض لها النساء فى مجتمعنا أكثر من الرجال – خصوصاً ضغوط عمل الواجبات المنزلية بالنسبة للنساء المسنات التى لا تنقطع بسن المعاش– كما وجد أن السعادة ترتبط ارتباطا سلبيًا بكل من العصابية والقلق والخوف الذى يرتفع متوسطه لدى الإناث مقارنة بالذكور (Abdel – Khalek, 1998). وبالتالي تؤثر على شعورهم سلبًا بالسعادة، كما أن هناك عوامل أخرى تسهم فى شعور الرجال بالسعادة ترجع إلى شغله لوقت فراغه واتساع شبكة علاقاته الاجتماعية، فضلا عن أن أسلوب التنشئة الاجتماعية يؤثر على الفروق بين الجنسين فى الشعور بالسعادة، فتربية الذكور تقوم على الحرية والاعتماد على النفس ومساعدته فى مواجهة المشكلات بكفاءة وعلى القوة والسيطرة فى آن واحد، على عكس ما نجده فى تربية الإناث التي تعتمد على الخضوع والاتكالية ومن ثم يصبحن أكثر اعتمادية ومحدودات الإمكانيات، وبالتالي يصبحن أكثر توتراً وقلقاً مما ينعكس ذلك على شعورهن بالسعادة وأشار "كومبلس" (Combells, 1989)، إلى أن الرجال فوق سن (٥٥) عاماً أكثر شعوراً بالسعادة من النساء، وبالإضافة إلى الأسباب السابقة وُجد أن الجاذبية الجسمية للمرأة فى تغير وتدهور مستمر وملحوظ وأنهن يتوهمن أمراضاً لا أساس لها من

الصحة وهذا من شأنه يزيد معدلات إصابتهن بالقلق والاكتئاب مما يقلل شعورهن بالسعادة وبخاصة النساء كبيرات السن.

وعلى الرغم من أن العلاقة مركبة بين العمر والسعادة وتتداخل فيها عوامل كثيرة، فإن نتائج الدراسات السابقة أكدت أن العمر مؤشر للسعادة لصالح مرحلة الشباب، وأن كبار السن يبدو أنهم تعساء أكثر ممن في منتصف العمر أو مقتبله، ولذلك تتوقع مستويات منخفضة من السعادة لدى كبار السن. ولذلك لم تظهر فروق بين المسنين فى المرحلة العمرية من (٦٠- ٧٤) عامًا، ومن (٧٤ فما فوق) حيث أن المقارنة جاءت داخل مرحلة عمرية واحدة هي مرحلة الشيخوخة وأن تقسيمها مبكرة ومتوسطة تقسيم مصطنع، فأفرادها قد تشملهم خصائص واحدة دون تفريق فهي مرحلة الكبر والعجز والشعور بالضعف وعدم القدرة على العمل وتدهور الصحة وتناول الكثير من الأدوية وغيرها من الخصائص الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية...إلخ ولو أن المقارنات فى الشعور بالسعادة كانت بين المسنين ومراحل عمرية أخرى مختلفة كالشباب والرشد لأظهرت النتائج فروقاً واضحة فيما بينهم كما كشفت نتائج بعض الدراسات مثل : (عادل هريدى و طريف فرج، ٢٠٠٢) و(أحمد عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣).

كما وجد أن من لديهم دخل ثابت والمتزوجين والمقيمين مع أسرهم من المسنين يشعرون بالسعادة أكثر من غيرهم، ويرجع ذلك إلى أن وجود الأسرة والأبناء - وبخاصة لدى المسنين- يضفى جو من إشاعة الحب والبهجة والاستمتاع برؤيتهم فهم يوفرون قدر من الإشباع وتحقيق الذات والدعم العائلي والاستقرار الأسرى مما يحقق الشعور بالسعادة، فالمتزوجون أكثر رضا عن حياتهم ويشعرون بالبهجة والسرور مما يزيد شعورهم بالسعادة لدى الجنسين، فالزوج يوفر الدعم والسند للزوجة التي تمثل بدورها محل للثقة وحفظ الأسرار وفهمًا للذات وامتدادا للحياة العائلية والأسرية التي تحقق الاستقرار لديهم، بالإضافة أن وجود المال (الدخل) قد يخفف العناء ويضاعف الشعور بالبهجة والسعادة لدى المسنين، فقد وجد أن المسنين الأكثر أعسارا هم أقل بهجة وسعادة ذلك لأن المال يعوضهم عن فقدان العمل وضعف الصحة ويشبع الكثير من الحاجات لديهم كشراء الأدوية والذهاب إلى الطبيب وبالتالي لا يشعرهم بأنهم عالة على أبنائهم، فالظروف الاقتصادية والصحية الجيدة من أكثر ما يحدث لدى المسنين نوعاً من التوافق النفسى والشعور بالرضا، كما أظهرت النتائج أن المسنين المقيمين بدور الرعاية أقل سعادة لفقدان الجو العائلي والأسرى والعاطفي وفقدان الدخل والمال الذي يشبع حاجاتهم.

٤- **فيما يتعلق بنتائج التساؤل الثالث** ومؤداه "ما أهم مصادر إشباع السعادة كما يدركها المسنين فى ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية" ويوضحها الجدول (١٠)

جدول (١٠) :أهم مصادر إشباع السعادة كما يدركها المسنين فى ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية

م	مصادر السعادة	المسن ذوى القيم الدينية العالية			المسن ذوى القيم الدينية المنخفضة		
		المتوسط	الانحراف	الترتيب	المتوسط	الانحراف	الترتيب
١	الأسرة	٣,١٤	١,٣٦	٧	٣,٢٩	٠,٩٧	٤
٢	الصحة	٤,٦٦	٠,٢٥	١	٤,٠٥	٠,٢٥	١
٣	المال	٤,١٥	٠,٦٩	٢	٣,٣٤	٠,٦٧	٣
٤	الطمأنينة	٢,٩٤	١,٤٢	١٠	٢,٨٩	١,٢٣	٩
٥	الرضا	٣,٢١	٠,١٧	٦	٣,٠١	٠,٢٣	٧
٦	العمل	٣,٨٨	٠,٨٣	٤	٢,٧٠	٠,٥٨	١٠
٧	تقدير الآخرين	٣,٧٣	٠,٥٥	٥	٣,١٨	٠,٤٩	٥
٨	صحبة الأصدقاء	٣,٩٨	٠,٧٢	٣	٣,٥١	٠,٨٦	٢
٩	وقت الفراغ	٣,٠١	٠,٥١	٨	٢,٩٨	٠,٨٧	٨
١٠	العزلة	٢,٩٩	١,٠١	٩	٣,١٧	١,١٥	٦
١١	المكانة الاجتماعية	٢,٦٨	٠,٦٨	١١	٢,٠٩	٠,٧١	١١

يتضح من جدول (١٠) أهم مصادر إشباع السعادة لدى المسنين الأكثر تمسكا بالقيم الدينية والأقل تمسكًا بها وقد جاءت على النحو التالي:

- وجد أن عينة المسنين الأكثر تمسكًا بالقيم الدينية جاءت أهم مصادر إشباع السعادة لديهم مرتبة تنازليا من الأكثر أهمية إلى الأقل: (**الصحة – المال – صحبة الأصدقاء – العمل – تقدير الآخرين – الرضا – وجود الأسرة – استغلال وقت الفراغ – البعد عن العزلة والوحدة – الشعور بالطمأنينة – المكانة الاجتماعية**) بحيث احتلت **الصحة والمال وصحبة الأصدقاء** المراكز الثلاثة الأولى لديهم، بينما احتلت مصادر (**البعد عن العزلة والوحدة – والشعور بالطمأنينة – والمكانة الاجتماعية**) أقل هذه المصادر أهمية (الثلاثة الأخيرة).

- كما وجد أن عينة المسنين الأقل تمسكا بالقيم الدينية جاءت أهم مصادر إشباع السعادة لديهم مرتبة تنازليا من الأكثر أهمية إلى الأقل: (**الصحة – صحبة الأصدقاء – المال – وجود الأسرة – تقدير الآخرين – البعد عن العزلة والوحدة – الشعور بالرضا – استغلال وقت الفراغ – الشعور بالطمأنينة – العمل – المكانة الاجتماعية**). أى أن (**الصحة – وصحبة الأصدقاء – ووجود المال**) احتلت المراكز الثلاثة الأولى لديهم، بينما احتلت (**الشعور بالطمأنينة – وجود العمل – المكانة الاجتماعية**) الثلاثة الأخيرة.

ويمكن تفسير ما سبق بأن : الصحة ووجود المال (**الدخل**) وصحبة الأصدقاء من أهم المصادر إشباعا للسعادة لدى المسنين الأكثر تمسكا بقيمهم الدينية وهى ذاتها نفس المصادر لدى الأقل تمسكا فقد احتلت بالفعل المراكز الثلاثة الأولى إلا أن (**صحبة الأصدقاء – ووجود المال**) فقد اختلف ترتيبها من المركز (الثانى والثالث) إلى (الثالث والثانى) أى العكس لدى الأقل تمسكا بالقيم ولكن يمكن اعتبارها من المصادر التى احتلت المراكز الثلاثة الأولى لدى الأكثر تمسكا والأقل تمسكا بالقيم الدينية فهى بالفعل حاجات ضرورية جداً للمسنين وبخاصة فى هذه المرحلة العمرية فالصحة والمال والأصدقاء من الضروريات الهامة لهم وهى من المكونات الهامة للشعور بالهناء وترتبط ارتباط وثيق بالسعادة، فمشاعر السعادة تتأثر بالصحة كثيرًا مع تقدم العمر وكل منهما يتأثر بالآخر، حيث وجد أن السعادة تُعد المسئول عن عدم تدهور حالة المسن الصحية، وكذلك كما أوضحنا آنفا أن المال والدخل يحقق الهناء ويضاعف الشعور بالبهجة لدى المسنين فهو يشبع احتياجاتهم ولوازمهم الشخصية كالطعام والدواء، كما أن شبكة العلاقات الاجتماعية التى يدعمها صحبة الأصدقاء ذات أهمية كبرى لدى المسنين الذين يشعرون بأن أفراد أسرهم مشغولون وينصرفون عنهم كثيرًا، أو يتركونهم بمفردهم فى مراكز الإيواء ودور الرعاية مما يجعلهم يحتاجون إلى دعم وسند الأصدقاء، فهم يقضون معهم وقتًا أطول ويسهمون فى حل مشاكلهم، فعامل الصداقة قد يأتى فى الأهمية قبل الأسرة فى حالة عدم وجودهم أو فى حالة افتقار هذه الروابط وهنا تتقدم الصداقة لتحتل مركز الصدارة لدى هؤلاء المسنين فى شعورهم بالسعادة، فالأصدقاء بحق مصدر للمساعدة العملية والمعلوماتية، ومصدر للدعم الاجتماعي والعاطفي بل وتهيئة الفرص لتقدير الذات وتذكر الأحداث السعيدة والذكريات ويشغلون معهم وقت الفراغ حينما ينفض عنهم الأبناء والأحفاد أو حتى إذا كانوا يقيمون معهم أو بعيدًا عنهم. لذلك جاءت الصحة ووجود المال وصحبة الأصدقاء من أهم المصادر لدى المسنن عمومًا سواء أكانوا أكثر تمسكا بالقيم الدينية أو أقل تمسكا، بها، وهذا يدعمه القول المأثور "ادخر صحتك لهرمك ومالك عند فقرك

وصديقك فى شدتك، واتفق ذلك مع نتائج دراسة أحمد عبد الخالق وآخرون (٢٠٠٣)، عادل هريدى وطريف فرج (٢٠٠٢)،Reis (1984) ، مايكل أرجايل (١٩٩٣)، مايسة النيال وماجدة خميس (١٩٩٣).

كما وجد أن مصادر السعادة والتي تمثل: (البُعد عن **العزلة والشعور بالطمأنينة والمكانة الاجتماعية**) جاءت فى المراكز الأخيرة لدى الأكثر تمسكا بالقيم الدينية من المسنين لوجودهم مع أسرهم وقربهم من الله وقناعتهم بالحياة فالصحة والأصدقاء والمال قد عوضهم الإحساس والشعور بالسعادة أكثر من أى عوامل أخرى.

بينما وجد أن مصادر السعادة والتى تمثل: (**الشعور بالطمأنينة ووجود العمل والمكانة الاجتماعية**) اقل هذه المصادر واحتلت المراكز الثلاثة الأخيرة لدى المسنين الأقل تمسكًا بالقيم الدينية، وذلك يرجع إلى أن القيم الدينية والدين بعامة يجعل صاحبه يستشعر الرضا والقناعة والطمأنينة والاتزان فانخفاضها قد يؤثر على راحة وهدوء البال لدى هؤلاء المسنين، كما أن معظمهم قد تقاعد عن العمل وضعفت صحته ويعانون أمراض الشيخوخة الصحية والنفسية ومن ثم تعوضهم الحاجة للصحة وصحبة الأصدقاء والمال الشعور بالسعادة أكثر من أى مصادر أخرى.

٤- **فيما يتعلق بالتساؤل الرابع** ومؤداه "إلى أى مدى تختلف مصادر إشباع السعادة كما يدركها المسنين فى ضوء خصائصهم الديموجرافية (النوع، العمر، الحالة الاجتماعية، الدخل، نوع الإقامة) ويوضحها الجدول (١١)

جدول (١١): الفروق الدالة فى مصادر إشباع السعادة كما يدركها المسنين فى ضوء خصائصهم الديموجرافية.

		الأسرة	الصحة	المال	الطمأنينة	الرضا	العمل	الآخرين	الأصدقاء	الفراغ	العزلة	المكانة
النوع	قيمة "ت"	٠,٢٩	١٢,٢٨**	٥,٩٧**	٠,٢٠	٥,١٦**	٨,٢٦**	٥,٢٤**	٣,٠٢**	٠,٢٣	٠,٩٤	٥,٣٦**
	درجة الحرية	٠,٠٠٠	٠,٦١	٠,٢٧	٠,٠٠	٠,٢١	٠,٤١	٠,٢٢	٠,٠٩	٠,٠٠٠	٠,٠١	٠,٢٣

		الأسرة	الصحة	المال	الطمأنينة	الرضا	العمل	الآخرين	الأصدقاء	الفراغ	العزلة	المكانة
الحالة الاجتماعية	حجم التأثير	٠,٠٠٦	٢,٤٦	١,١٩	٠,٠٤	١,٠٣	١,٦٥	١,٠٥	٠,٦٠	٠,٠٥	٠,١٩	١,٠٧
	الدلالة		الذكور	الذكور		الذكور	الذكور	الذكور	الذكور			الذكور
العمر	قيمة "ت"	٠,٤٠	١,٩٩*	٠,٣٥	٠,٠٠٠	٠,١٨	٠,٠٦	٠,٢٨	٠,٦٨	٠,٧١	٠,٠٥	٠,٨٤
	مربع ايتا	٠,٠٠٠	٠,٠٤	٠,٠٠	٠,٠٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	٠,٠١	٠,٠٠٠	٠,٠١
	حجم التأثير	٠,٠٠٨	٠,٤١	٠,٠٧	٠,٠٠٠	٠,٠٤	٠,٠١	٠,٠٦	٠,١٤	٠,١٤	٠,٠١	٠,١٣
	الدلالة		(٦٠-٧٤)									
	قيمة "ت"	٨,٩٥**	٠,٥١	٥,٢٤**	٨,٥١**	١,٦٥	١,٤٣	٦,٠٤**	٦,٧٣**	٦,٨٦**	٨,٤٠**	٢,٠٢*
	مربع ايتا	٠,٤٥	٠	٠,٢٢	٠,٤٢	٠,٠٣	٠,٠٢	٠,٢٧	٠,٣٢	٠,٣٢	٠,٤٢	٠,٠٤

		الأسرة	الصحة	المال	الطمأنينة	الرضا	العمل	الآخرين	الأصدقاء	الفراغ	العزلة	المكانة
الدخل	حجم التأثير	١,٩٥	٠,١١٢	١,١٤	١,٨٥٧	٠,٣٦	٠,٣١	١,٣١٧	١,٤٧	١,٥	١,٨٣	٠,٤٤
	المعاناة		المتزوجين	غير متزوجين	المتزوجين			المتزوجين	غير متزوجين	غير متزوجين	غير متزوجين	المتزوجين
	قيمة "ت"	٦,٠١**	١,٧٤	٣,٧٨**	٥,٩٦**	١,٧٩	٠,٦٦	٤,٧٣**	٤,٥٩**	٤,٨٤*	٥,٨٣**	٢,٠٥*
	مربع ايتا	٠,٠٣	٠,١٣	٠,٢٧	٠,٠٣	٠,٠٠	٠,١٩	٠,١٨	٠,١٩	٠,٢٦	٠,٠٤	٠,٠٤
	حجم التأثير	١,٥٠	٠,٤٤	٠,٩٥	١,٤٩	٠,٤٥	٠,١٧	١,١٨	١,١٥	١,٢١	١,٤٦	٠,٥١
	المعاناة	له دخل		ليس له دخل	له دخل			له دخل	ليس له دخل	ليس له دخل	ليس له دخل	له دخل
الإقامة	قيمة "ت"	٣٨,٤٩**	٠,٨٤١	١٢,٥**	٦١,٠٣**	٢,٨٣**	١,٥٦	١٤,٢٨**	٢٣,١**	١٦,٣*	٤٢,٩**	٠,١٦
	مربع ايتا	٠,٥٤	٠,٠١	٠,٦٢	٠,٩٧	٠,٠٨	٠,٠٢	٠,٦٨	٠,٨٤	٠,٧٣	٠,٩٥	٠,٠٠

		الأسرة	الصحة	المال	الطمأنينة	الرضا	العمل	الآخرين	الأصدقاء	الفراغ	العزلة	المكانة
	الحجم التأثير	٧,٧٠	٠,١٧	٢,٥٠	١٢,٢١	٠,٥٧	٠,٣١	٢,٨٦	٤,٦٢	٣,٢٥	٨,٥٨	٠,٠٣
	قيمة ت	مع الأسرة		بدون الرعاية	مع الأسرة	بدون الرعاية		مع الأسرة	بدون الرعاية	بدون الرعاية	بدون الرعاية	

** دالة عند مستوى (٠,٠١) * دالة عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من جدول (١١) اختلاف مصادر إشباع السعادة كما يدركها المسنين وفقاً لخصائصهم الديموجرافية على النحو التالي: - **من حيث النوع:** وجدت فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,١) بين المسنين من (الذكور والإناث) فى مصادر إشباع السعادة التالية **(الصحة – وجود المال – والرضا– العمل – وتقدير الآخرين – وصحبة الأصدقاء – والمكانة الاجتماعية)** وجميعها لصالح الذكور، وتراوحت قيمة حجم التأثير ما بين (١,٠٥ – ٢,٠٤٦) وهو حجم تأثير كبير لجميع المصادر السابقة فيما عدا **صحبة الأصدقاء** كان حجم التأثير متوسط حيث بلغ (٠,٦٠). **من حيث العمر:** - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى مصادر إشباع السعادة بين المسنين ممن تتراوح أعمارهم (٦٠ إلى ٧٤) عاما و (٧٤ فما فوق) فيما عدا مصدر **الصحة** وكان دالا عند (٠,٥) ولصالح العمر من (٦٠ إلى ٧٤) وكان حجم التأثير ضعيف حيث بلغ (٠,٤١). من حيث **الحالة الاجتماعية**:- وجدت فروق دالة إحصائيا عند (٠,٠١) فى مصادر إشباع السعادة ترجع للحالة الاجتماعية بين المسنين (المتزوجين) والمسنين الغير متزوجين (الأعزب / المطلق / الأرمل) فى كل من **(وجود الأسرة – والشعور بالطمأنينة- وتقدير الآخرين – المكانة الاجتماعية)** لصالح المتزوجين من المسنين، وكان حجم التأثير كبير فقد تراوحت قيمته ما بين (١,٣١ إلى ١,٩٥)، فيما عدا **(المكانة الاجتماعية)** جاء مستوى الدلالة عند (٠,٥)، وحجم التأثير ضعيف (٠,٤٤)، بينما جاءت مصادر إشباع السعادة التالية: **(الدخل – وصحبة الأصدقاء – وقضاء وقت الفراغ – والبعد عن العزلة)** لصالح المسنين غير المتزوجين (الأعزب / المطلق / الأرمل) وجميعها دالة عند (٠,١)، وكان حجم التأثير كبير تراوحت قيمته من (١,٥٠ إلى ١,٨٣)، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى مصادر إشباع السعادة

المتمثلة فى (**الصحة – والرضا – والرغبة فى العمل**) بين المتزوجين وغير المتزوجين من المسنين.

من حيث الدخل:-وجدت فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) فى مصادر إشباع السعادة (**وجود الأسرة – الشعور بالطمأنينة – وتقدير الآخرين – والمكانة الاجتماعية**) بين المسنين الذين لهم دخل ثابت ومن ليس لهم دخل لصالح من لهم دخل ثابت، وتراوحت قيمة حجم التأثير بين (١,١٨ إلى ١,٥٠) فيما عدا (**المكانة الاجتماعية**) كان مستوى الدلالة عند (٠,٠٥) وحجم التأثير متوسط (٠,٥١). بينما جاءت مصادر إشباع السعادة الأخرى (**الدخل– وصحبة الأصدقاء – وقضاء وقت الفراغ – والبعد عن العزلة**) دالة عند (٠,٠١) وحجم التأثير كبير تراوحت قيمته بين (٠,٩٥ إلى ١,٤٦) لصالح من ليس لهم دخل من المسنين، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى مصادر إشباع السعادة المتمثلة فى (**الصحة – والرضا – والرغبة فى العمل**) بين من لهم دخل ومن ليس لهم دخل من المسنين.

من حيث **نوع الإقامة**: – وجدت فروق ذات دلالة إحصائية عند (٠,٠١) فى مصادر إشباع السعادة بين المسنين المقيمين مع أسرهم والمقيمين في دور الرعاية فى كل من (**وجود الأسرة – والشعور بالطمأنينة – وتقدير الآخرين**) لصالح المقيمين مع أسرهم من المسنين وكان حجم التأثير كبير تراوح بين (١٢,٢١ إلى ٢,٨٦)، بينما وجدت فروقاً ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) في مصادر إشباع السعادة المتمثلة فى (**الدخل – والرضا – وصحبة الأصدقاء – ووقت الفراغ – والبعد عن العزلة**) بين المسنين المقيمين مع أسرهم والمقيمين بدور الرعاية الصالح المقيمين بدور الرعاية الاجتماعية وكان حجم التأثير كبير تراوح ما بين (١,٥٨ إلى ٢,٥٠) فيما عدا (**الرضا**) كان حجم التأثير متوسط بلغ (٠,٥٧)، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى مصادر إشباع السعادة المتمثلة فى (**الصحة – والرغبة فى العمل – والمكانة الاجتماعية**) بين المسنين المقيمين مع أسرهم أو بدور الرعاية الاجتماعية.

نستخلص من النتائج السابقة: أن هناك اختلاف فى مصادر إشباع السعادة (الإحدى عشر) يرجع إلى جنس المسن (ذكور / إناث)، والعمر فى مصدر واحد وهو (**الصحة**) والحالة الاجتماعية (متزوجين / وغير متزوجين) والدخل (وجوده / عدم وجوده) بالإضافة إلى نوع الإقامة للمسنين (مع أسرهم أو بدور الرعاية الاجتماعية) ويمكن تفسير ما سبق أجمالياً على النحو التالي:

أن (**الصحة ووجود المال والرضا وتقدير الآخرين وصحبة الأصدقاء والمكانة الاجتماعية**) جاءت من أهم مصادر إشباع السعادة لدى الذكور من المسنين وهى نتيجة منطقية فهم أقل شكوى من النساء وبخاصة كبار السن ولا يتوهمون المرض مثلهن وهم أكثر احتياجا للمال الذى يحقق لهم الرضا، كما أنهم أكثر اتساعا فى شبكة علاقاتهم الاجتماعية وبخاصة الأصدقاء الذين يحققون لهم المكانة والتقدير، وبالإضافة إلى أن الأدوار التى يقوم بها الرجال تختلف عن النساء مما يحقق لهم الشعور بالسعادة والتقدير وهذه المكانة، بالإضافة إلى اختلاف أساليب تنشئة كل منهم، كما أن الرجال يشعرون أن وجود المال فى أيديهم عامل هام فى حياتهم لنظرة المجتمع الشرقى إليهم على إنهم يديرون منازلهم ويقومون بالإنفاق على الأبناء والزوجات، فالعوامل الاقتصادية والمادية تؤثر كثيراً على سعادتهم، وحبهم لتكوين صداقات دون قيود أكثر من النساء فينغمسون مع الأصدقاء فى أنشطة ذات طابع اجتماعي كممارسة الرياضة والهوايات وهذا بدوره يجعلهم أكثر سعادة وبخاصة كبار السن.

واتفق ذلك مع نتائج كل من (أحمد عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣، عادل هريدى وطريف فرج: ٢٠٠٢، مايكل ارجايل: ١٩٩٣، ومايسة الينال وماجدة خميس: ١٩٩٣).

ووجدت فروق فى (**الصحة**) ترجع لمتغير (العمر) لدى المسنين لصالح من يبلغ أعمارهم من (٦٠-٧٤) عاماً، ويرجع ذلك إلى أن البعض مازال يمارس أنشطة وأعمال خفيفة، ويقضى حاجاته بنفسه وأحيانا لأفراد أسرته من حوله، فمازلنا نشاهد من هم فى هذا العمر يمارسون العمل ويقضون الحاجات، فبعض الأمهات كبيرات السن مازلن يقمن على خدمة بناتهن وأحفادهن ويجلسن لتربيتهن أحيانا فى منازلهن وأحياناً أخرى فى منازل أبنائهن وبناتهن حتى يعودوا من أشغالهم، كما يقمن بأداء الخدمات المنزلية كطهو الطعام وتنظيفه وتجهيزه وهن فوق (٦٠) أو (٦٥) عاماً، كما أن بعض الآباء كبار السن - يشعرون بالبهجة والسرور لهذا الأمر - يقومون باصطحاب أحفادهم إلى مدارسهم ويقومون على أمر المذاكرة لهم، بل وأحياناً استقبالهم فى منازلهم حتى يعود آبائهم من العمل والتى قد تمتد إلى ساعات متأخرة من النهار قد تصل إلى السادسة والسابعة مساءً، وهذا ما علمته الباحثة أثناء زيارة كبار السن فى منازلهم أو عند أبنائهم، أو من يقيمون بدور الرعاية فقد كانت شكواهم من تكليفهم ببعض الأعمال الصعبة سبباً فى تركهم منازلهم ومنازل أبنائهم. (فالصحة) مصدر هام لديهم فى هذه المرحلة والخوف من فقدانها والشعور بالمرض والآلام، لذلك كانت العلاقة هامة وقوية بين الصحة والسعادة كما سبق أن أشرنا وأنها منبئ قوى لها.

وبنفس التفسير يمكن اعتبار النتائج التالية مناسبة بل ومنطقية حيث وجد أن أهم مصادر إشباع السعادة التالية (**وجود الأسرة – والشعور بالطمأنينة – وتقدير الآخرين والمكانة الاجتماعية**) لدى كل من المتزوجين ومن لهم دخل ثابت والمقيمين مع أسرهم، ويرجع ذلك أن هؤلاء من المسنين يجدون إشباعا لسعادتهم مع أسرهم فى وجود الأبناء والأحفاد والدعم العائلي الأسرى، مما يشعرهم بالطمأنينة وهم الذين يمثلون لهم الإحساس بالتقدير ويشعرونهم بمكانتهم وقيمتهم الاجتماعية، فهم موضع استشارة للأبناء والأحفاد إذا ما استعين بخبراتهم عند مناقشة ظروف أبنائهم الحياتية المادية والاجتماعية، كما أن امتلاكهم للدخل والمال الثابت يسهم فى سد احتياجاتهم بل ويمتد إلى سد احتياجات أبنائهم وأحفادهم وهذا ما نجده حقاً على أرض الواقع فكثير من الأبناء ومنهم متزوجين ينفقون على أنفسهم من معاش آبائهم كبار السن، فما زال كبار السن يفتحون بيوتاً وينفقون عليها رغم ما قدموا وعلى الرغم من كبر أعمارهم، ونراهم يشعرون بالسعادة عندما يقومون بشراء الحلوى واللعب والأدوات المدرسية لأحفادهم وأكد ذلك Tsou & Liu, 2001). فى أحمد عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣)

كما وجد أن مصادر إشباع السعادة الأخرى والمتمثلة فى (**وجود المال – والدخل وصحبة الأصدقاء، وقضاء وقت الفراغ، والبعد عن العزلة**) لدى غير المتزوجين (الأعزب / المطلق / الأرمل) ومن ليس لهم دخل ثابت والمقيمين بدور الرعاية الاجتماعية من المسنين، وهى بحق مصدر لإشباع سعادتهم فغير المتزوجين يرون أن وجود المال والأصدقاء وممارسة الهوايات والأنشطة وقضاء وقت الفراغ يحقق لهم البهجة والسعادة ويعوضهم عن فقدان الأهل أو تكوين الأسرة ويشعرهم بالبعد عن العزلة، وأن المسنين ممن ليس لديهم دخل يرون أن المال المحرومون منه هو مصدر مهم للسعادة حتى ولو كان يعطى لهم على شكل تبرعات أو إعانات فهو يقدم إلى من يقيمون بدور الرعاية الاجتماعية لإشباع الكثير من حاجاتهم الشخصية وكما جاءت (**صحبة الأصدقاء**) مصدر إشباع لهؤلاء المسنين – سبق الإشارة إلى أهميته كمصدر لإشباع السعادة – فهم بديل لوجود الأسرة والدعم الأسرى، وإشباع للحاجات الشخصية والاجتماعية والمعلوماتية للمسنين غير المتزوجين.

٥- **فيما يتعلق بنتائج التساؤل الخامس** ومؤداه " هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المسنين فى ضوء خصائصهم الديموجرافية (النوع، العمر، الحالة الاجتماعية، الدخل، الإقامة) على المتغيرات المتصلة بالسعادة (القيم الدينية، تقدير الذات، معنى الحياة، الرضا عن الحياة، التفاؤل، التشاؤم) ويوضحها الجدول (١٢)

جدول (١٢): دلالة الفروق بين المسنين فى ضوء خصائصهم الديموجرافية على المتغيرات المتصلة بالسعادة.

		القيم الدينية	تقدير الذات	معنى الحياة	الرضا عن الحياة	التفاؤل	التشاؤم
النوع	قيمة "ت"	٢,٩٧**	٠,٩٩	١,١٧	١,٥٣	٠,٨٤	٠,٣١
	لصالح	الذكور					
	مربع ايتا	٠,٠٨٢	٠,٠١٠	٠,٠١٤	٠,٠٢٣	٠,٠٠٧	٠,٠٠١
	حجم التأثير	٠,٥٩	٠,٢٠	٠,٢٣	٠,٣١	٠,١٧	٠,٠٦
العمر	قيمة "ت"	٠,٣٠	٠,٢٤	٠,٣٥	٠,٠٢	٠,٠٦	٠,٣٠
	لصالح						
	مربع ايتا						
	حجم التأثير						
الحالة الاجتماعية	قيمة "ت"	٥,٨٢**	٧,٩٥**	٧,٨٦**	٨,٠٠**	٨,٢٧**	٦,٥٩**
	لصالح	المتزوجين	المتزوجين	المتزوجين	المتزوجين	المتزوجين	غير متزوجين
	مربع ايتا	٠,٢٥٦	٠,٣٩٢	٠,٣٨٦	٠,٣٩٥	٠,٤١١	٠,٣٠٧
	حجم التأثير	١,١٦	١,٥٩	١,٥٧	١,٦٠	١,٦٥	١,٣٢
الدخل	قيمة "ت"	٤,٣٨**	٤,٦٣**	٥,٢٤**	٥,٣٥**	٥,٨**	٤,٨٤**
	لصالح	من له دخل	من له دخل	من له دخل	من له دخل	من له دخل	من ليس له دخل
	مربع ايتا	٠,١٦٣	٠,١٨	٠,٢١٩	٠,٢٢٦	٠,٢٥٦	٠,١٩٣
	حجم التأثير	١,٠٩	١,١٦	١,٣	١,٣٤	١,٤٥	١,٢١
الإقامة	قيمة "ت"	١٣,٨١**	١٧,١٣**	٣٠,٩٨**	٢٣,٨٠**	٢٦,٨٦**	٣٢,٢٧**
	لصالح	المقيم مع الأسرة	المقيم مع الأسرة	المقيم مع الأسرة	المقيم مع الأسرة	المقيم مع الأسرة	المقيم بدور الرعاية

		القيم الدينية	تقدير الذات	معنى الحياة	الرضا عن الحياة	التفاؤل	التشاؤم
	مربع ايتا	٠,٦٦١	٠,٧٥	٠,٩٠٧	٠,٨٥٣	٠,٨٨	٠,٩١٤
	حجم التأثير	٢,٧٦	٣,٤٣	٦,٢٠	٤,٧٦	٥,٣٧	٦,٤٥

** دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (١٢) النتائج التالية:

- **من حيث النوع:** وجد أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية فى **(القيم الدينية)** بين المسنين من الذكور والإناث لصالح الذكور، ودالة عند مستوى (٠,٠١) وذات حجم تأثير متوسط بلغ (٠,٥٩)، بينما لا توجد فروق دالة إحصائيا بينهم فى (تقدير الذات، معنى الحياة، الرضا عن الحياة، التفاؤل والتشاؤم)
- **من حيث العمر:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتغيرات السابقة ترجع إلى العمر. **من حيث الحالة الاجتماعية:** وجد أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية فى **(القيم الدينية وتقدير الذات ومعنى الحياة والرضا عن الحياة والتفاؤل)** بين المسنين المتزوجين وغير المتزوجين (أعزب / مطلق / أرمل) لصالح المسنين المتزوجين وجميعها دالة عند (٠,٠١) وذات حجم تأثير كبير تراوح ما بين (١,١٦إلى ١,٦٥) فيما عدا **(التشاؤم)** جاءت الفروق بينهم لصالح غير المتزوجين (أعزب/ مطلق /أرمل)، وبلغ حجم التأثير (١,٣٢) وهو أيضا حجم تأثير كبير. **من حيث الدخل:** وجد أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية فى **(القيم الدينية وتقدير الذات ومعنى الحياة والرضا عن الحياة والتفاؤل)** بين المسنين ممن لهم دخل ثابت وممن ليس لهم دخل لصالح من لهم دخل ثابت وجميعها دالة عند (٠,٠١) وذات حجم تأثير كبير يتراوح ما بين (١,٠٩ إلى ١,٤٥)، فيما عدا **(التشاؤم)** جاءت الفروق بينهم لصالح من ليس لهم دخل من المسنين. وكان حجم التأثير كبير بلغ (١,٢١). **من حيث نوع الإقامة:** وجد أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية فى **(القيم الدينية وتقدير الذات ومعنى الحياة والرضا عن الحياة والتفاؤل)** بين المسنين المقيمين مع أسرهم والمقيمين بدور الرعاية الاجتماعية لصالح المقيمين مع أسرهم وجميعها دالة عند (٠,١) وذات حجم تأثير كبير تراوح ما بين (٢,٧٦ إلى ٦,٧٦)، فيما عدا **(التشاؤم)** جاءت الفروق لصالح المسنين المقيمين بدور الرعاية الاجتماعية، وكان حجم التأثير كبير بلغ (٦,٤٥).

وتفسيراً للنتائج السابقة: نجد أن المسنين من الذكور والمتزوجين منهم ومن لهم دخل ثابت والمقيمين مع أسرهم هم الأكثر شعورا بالسعادة ويتمسكون بقيمهم الدينية، كما أن المتزوجون وممن لهم دخل ومن يقيمون مع أسرهم من المسنين كانوا أكثر تقديرا لذاتهم وأن الحياة ذات هدف ومعنى مما ينعكس على الرضا والتفاؤل بالحياة لديهم، وهذا التقدير والتقبل للحياة يجعلهم أكثر إيجابية وتكيف معها وعدم الانخراط فى السلوكيات غير الصحية (كالتشاؤم). وهذا بدوره يؤدى إلى ارتفاع مؤشرات السعادة لديهم أكثر من غيرهم وبخاصة هؤلاء المسنين الذين يقيمون بدور الرعاية الاجتماعية. فقد أشار "جورتون" (Gorton, 1996) إلى أن الأفراد المتزوجون والذين ينتمون إلى عائلات مترابطة لديهم فاعلية ذاتية عالية وتقدير لذواتهم وهى تعد –الأخيره – من أهم السمات التى ترتبط بالسعادة، كما يرتبط إيجابيا بالرضا عن الحياة.(أحمد عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣)

كما وجد أن الرضا عن الحياة يعد مؤشر هام وفعال لدى المتزوجين الذين يعتبرون الحياة العائلية والأسرية بالنسبة لهم مصدر توافقهم الشخص والاجتماعى فينعكس على حياتهم ويجعلها ذات هدف ومعنى، حيث وجدت علاقة ارتباطية موجبة بين معنى الحياة ومخرجات الصحة النفسية والمعتقدات الدينية، كما أن الدين يعطى البنية التى يقوم عليها هذا المعنى، فهؤلاء المسنين هم أكثر قرباً من الله وأكثر تمسكاً بقيمهم الدينية لاعتبار أن المرحلة التى يعيشونها هى آخر المطاف بعد أداء واجباتهم الحياتية، فيشعرون بالسكينة والورع والإيمان القوى نحو خالقهم مما يحقق لهم الرضا والتقدير والتفاؤل واتفق ذلك مع نتائج هارون الرشيد (١٩٣٨)، طلعت منصور)١٩٨٧)، مايسة النيال وماجدة خميس (١٩٩٣)، Zika & Chamberlain, (1992)

بينما وجد أن متغير (**التشاؤم**) جاء أكثر التصاقاً بهؤلاء المسنين غير المتزوجين (أعزب/الأرمل/ المطلق) ومن ليس لهم دخل والمقيمين بدور الرعاية الاجتماعية، وهذه بحق نتيجة منطقية فعدم الاستقرار الأسرى والعائلى وفقدان الأبناء والأزواج– هؤلاء هم الذين يرسمون الابتسامة على الشفاه ويجعلون الحياة ذات معنى – تجعلهم يشعرون باليأس وعدم التفاؤل وبخاصة فقدان الزوج لزوجته أو العكس فكلاهما يعد السند ومصدر المحبة والحنان والعطف، والتقدير، فبفقدانهم تصبح الحياة أليمة ويشعرون باليأس والاكتئاب والنظرة التشاؤمية فى الحياة وأكد ذلك كل من "تشير" و"كارفت" و "مارشال" وآخرون (Marshall; et al , 1994، Scheier & Carver, 1992، أحمد عبد الخالق وآخرون: ٢٠٠٣). فقد وجد أن هناك ارتباط بين اليأس والاكتئاب والتشاؤم، وأن الاكتئاب يشير إلى خبرة ذاتية تبتدى فى أعراض الحزن والتشاؤم

والشعور بالفشل وعدم الرضا والانسحاب الاجتماعى والتعب وفقدان الشهية (غريب عبد الفتاح، ١٩٩٠: ٧٠)، هذا بالإضافة إلى أن فقدان الدخل والمال لدى هؤلاء المسنين يشعرهم بالإحباط واليأس لعدم إشباع حاجاتهم فالمال يمثل دعم أساسى لشعورهم بالسعادة كما سبق ذكره – واتفق ذلك مع دراسة كل من (مايكل ارجايل : ١٩٩١، Kacopyr, 1998). وأشارت دراسات عديدة إلى أن المسنين المقمين مع أسرهم يتمتعون بالسواء النفسى أفضل ممن يعيشون داخل دور الرعاية (Ruth, 1997، محمد حسن غانم: ٢٠٠٢). فواقع هذه الدور يتمثل فى قيود النظم، ونقص الإمكانات وعدم توافر الإشراف، وفقدان التواصل الاجتماعى مع المحيطين بداخلها وخارجها وفقدان شريك وشريكة الحياة والأبناء والمشكلات الصحية وبخاصة الحادة منها والتى تقعدهم عن الحركة وتجعل المسنين يشعرون بالوحدة والاكتئاب والتشاؤم (آمال عبد السميع: ٢٠٠٠، ثناء الضبع وصفاء الضبع: ٢٠٠٠، خالد الشريدة: ٢٠٠٠، سمير كامل: ١٩٩١).

٦- **فيما يتعلق بنتائج التساؤل السادس** ومؤداه "ما مدى الإسهام النسبى لمصادر السعادة المستخلصة فى الدراسة فى التنبؤ بالسعادة كما يقررها المسنين وتوضحها الجداول (١٣)، (١٤)، (١٥).

جدول (١٤): مصفوفة معاملات الارتباط بين المتغير التابع والمتغيرات المستقلة.

م	المصادر	السعادة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١
	السعادة	١,٠											
١	وجود الأسرة	٠,٨٠**	١,٠										
٢	الصحة	٠,٨٥**	٠,٦٨**	١,٠									
٣	المال	٠,٨٣**	٠,٧٦**	٠,٨١**	١,٠								
٤	الطمأنينة والرضا عن الحياة	٠,٥٩**	٠,٧٢**	٠,٥٥**	٠,٥٥**	١,٠							
٥		٠,٦٣**	٠,٥٤**	٠,٦٢**	٠,٥٨**	٠,٤٨٤**	١,٠٠٠						
٦	العمل	٠,٧٤**	٠,٥٩**	٠,٧٥**	٠,٧٥**	٠,٣٣٧**	٠,٤٩**	١,٠					
٧	تقدير الآخرين	٠,٥٦**	٠,٥٤**	٠,٥٩**	٠,٤٩**	٠,٢٨٣*	٠,٣٥**	٠,٥٩**	١,٠				
٨	الأصدقاء	٠,٥٩**	٠,٣٦**	٠,٤٦**	٠,٥٦**	٠,٣٣٣**	٠,٤١**	٠,٤٤**	-٠,٠٣	١,٠			
٩	وقت الفراغ	٠,٥٥**	٠,٧٤**	٠,٥٩**	٠,٦٣**	٠,٦٨٢**	٠,٤٩**	٠,٤٣**	٠,٢٧**	٠,٢٨**	١,٠		
١٠	العزلة	-٠,١٧*	-٠,٣٦**	-٠,١٧**	-٠,٠٨	-٠,٠٤١	-٠,٠٣	-٠,٢٨**	-٠,٧٠**	٠,١١	٠,٣٩**	١,٠	
١١	العلاقات الاجتماعية	٠,٠٨	٠,٠٤٥	٠,١٨٢	-٠,٢٥**	-٠,٠٨٠	٠,٠١	٠,١٩	٠,٠٧	٠,٠٧	٠,٠٦	٠,٠١	١,٠

** دالة عند مستوى (٠,٠١)

وللتحقق من نتائج هذا التساؤل استخدام منهج تحليل الانحدار المتعدد Multiple Regression بطريقة Stepwise، (الانحدار المنتظم) (Lu, L, 1999) حيث يتميز هذا الأسلوب بإمكانية إدراج أقوى المتغيرات تأثيراً على المتغير التابع فى الخطوة الأولى، وإدراج ثانى أقوى هذه المتغيرات فى الخطوة الثانية، وهكذا حتى ينتهى من إدراج جميع المتغيرات ذات التأثير الدال على المتغير التابع، ولا يدرج المتغيرات ذات التأثير الضعيف أو التى تفسر كمية ضئيلة جداً من التباين فى درجات المتغير التابع وهذا ما تلخصه النتائج التالية:

يتضح من الجدول (١٤) وجود علاقة ارتباط موجبة ودالة إحصائيا عند (٠,٠١) بين مصادر السعادة والتى تتمثل فى (**وجود الأسرة، الصحة، وجود المال، الشعور بالطمأنينة، الرضا، الرغبة فى العمل، تقدير الآخرين، صحبة الأصدقاء، شغل وقت الفراغ، المكانة الاجتماعية**) كمتغيرات مستقلة على تقرير الفرد (المسن – المسنة) لشعوره بالسعادة (كمتغير تابع)، بينما وجد ارتباط سلبى ودال عند (٠,٠٥) بين العزلة أو الوحدة والشعور بالسعادة.

ولإجراء تحليل الانحدار تم حساب معاملات الارتباط بين المتغير التابع والمتغيرات المستقلة ووجد أن هناك علاقة خطية بين(**الصحة والدخل**) كمتغيرين مستقلين بلغ (٠,٨١) لذا قامت الباحثة باستبعاد (الدخل) من بين المتغيرات المنبئة ومن ثم لم يعد هناك ازدواج خطى، مما يعكس استقلال المتغيرات المستقلة عن بعضها، وبعد إستيفاء أهم شرط من شروط تحليل الانحدار تم تقدير معامل الانحدار كما توضحها الجداول التالية. (ربيع عامر، ١٩٩١: ٧٥-٩٧)

جدول (١٥): تباين الانحدار المتعدد عند تأثير المتغيرات المستقلة على المتغير التابع (ن=١٠٠)

مصدر الاختلاف	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
الراجع إلى الارتداد	٧٧,٤٤	٤	١٩,٣٦	١٦٠,٣٨	٠,٠١
الانحراف عن الارتداد	١١,٤٧	٩٥	٠,١٢		
المجموع	٨٨,٩١	٩٩			

يتضح من الجدول (١٥) أن الاختلافات الراجعة إلى الارتداد ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠١) عن الاختلافات العشوائية ومصدرها كل من متغير (**الصحة والأسرة والأصدقاء ووقت الفراغ**) ويمكن التعبير عن نسبة الاختلافات فى متغير السعادة (ص) والتى ترجع إلى

العوامل المستقلة (**الصحة والأسرة والأصدقاء ووقت الفراغ**) بحساب معامل التقدير الذى يساوى (٠,٨٧١). ومعنى هذا أن (٨٧,١%) من الاختلافات فى المتغير التابع ترجع إلى معادلة الارتداد المحسوبة، منها (٧١,٩%) ترجع وتفسيرها (**الصحة**) و (٩,١%) ترجع وتفسرها (**الأسرة**) و(٤%) ترجع ويفسرها (**وجود الأصدقاء**) و (٢,١%) ترجع ويفسرها (**وقت الفراغ**) كما فى الجدول التالى.

مما سبق يتضح أن العوامل الأربعة السابقة (**الصحة – وجود الأسرة – وجود الأصدقاء – وقت الفراغ**) قد أسهم بنسبة كبيرة (٨٧,١%) فى السعادة عن بقية العوامل الأخرى لدى المسنين.

جدول (١٦): نتائج تحليل الانحدار المتعدد المنتظم لدراسة تأثير المتغيرات المستقلة على المتغير التابع لدى عينة المسنين (ن =١٠٠)

مصدر الاختلاف	معامل الانحدار	الخطأ المعيارى	Beta	قيمة "ت"	الدلالة	معامل التقدير
الثابت	٢,٧٢	٠,٣٨		٧,١٨	٠,٠١	
الصحة	٠,٣٣	٠,٠٣	٠,٥١	٩,٤٧	٠,٠١	٠,٧٢
الأسرة	٠,٠٨	٠,٠١	٠,٥٣	٨,٦١	٠,٠١	٠,٠٩
الأصدقاء	٠,١٠	٠,٠٢	٠,٢٢	٥,٤٠	٠,٠١	٠,٠٤
وقت الفراغ	٠,٠٣	٠,٠١	٠,٢٢	٣,٩١	٠,٠١	٠,٠٢

يتضح من الجدول (١٦) أن قيم معاملات الارتداد للمتغيرات المستقلة (**الصحة – وجود الأسرة – الأصدقاء – وقت الفراغ**) جميعها دالة عند مستوى (٠,٠١)، وبالتالى يمكن القول أن وجود معامل الارتداد الأول (**الصحة**) والثانى (**وجود الأسرة**) والثالث (**وجود الأصدقاء**) والرابع (**وقت الفراغ**) يفسر جزء من الاختلافات فى قيم المتغير التابع (السعادة).

ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية للسعادة كمتغير تابع (ص) بمعلومية كل من (**الصحة و الأسرة ووجود الأصدقاء ووقت الفراغ**) كمتغيرات مستقلة على النحو التالى:-

معادلة الانحدار للسعادة (ص)= ٢,٧٢+(٠,٣٣ × **الصحة**)+(٠,٨ × **الأسرة**)+ (٠,١٠ × **الأصدقاء**)+ (٠,٠٣× **وقت الفراغ**).

فى ضوء ما سبق يمكن اعتبار أن (الصحة)المنبئ الأول للسعادة، و(**وجود الأسرة**) منبئ ثانى، و (**وجود الأصدقاء**) منبئ ثالث، وأخيرا (**وقت الفراغ**) منبئ رابع للسعادة كما يقرها

المسنين وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة كل من (أحمد عبد الخالق وصلاح مراد، ٢٠٠١، عادل هريدى وطريف شوقى: ٢٠٠٢، ومايسة النيـال وماجـدة خمـيس، ١٩٩٥؛ Diener ; et al , 1999; Veraffl; et al 1987، ومايكل ارجايل، ١٩٩٣). حيث وجد أن من أهم مصادر السعادة وأكثرها تنبؤ بها هى الصحة والعلاقات الأسرية والاجتماعية الحميمة الأخرى كالأصدقاء، كما أن النشاط الذى يشغل فيه الفرد (المسن، المسنة) وقت الفراغ مصدراً لشعوره بالسعادة، فالنشـاطات المنزلية مثلاً والحياة الاجتماعية فى الأسرة والنادى وقضاء وقـت الإجـازات تـرتبط إيجابيـا بالسعادة، أى أن العلاقة وثيقة بين الصحة والسعادة والعلاقات الأسرية الزوجية فيهـا وبخاصـة الجيدة التى تؤدى إلى تحسن الصحة وتزيد الحفاظ على جهاز المناعة وتشجيع عـادات صـحية جيدة، لذلك جاءت الصحة ووجود الأسرة والأصدقاء ووقت الفراغ كمصادر للسعادة ومـن أهـم منبئاتها لدى عينة المسنين باعتبارها مصادر هامة لإشباعاتهم الشخصية والاجتماعيـة المحققـة للسعادة.

٧- **فيما يتعلق بنتائج التساؤل السابع** ومؤداه "ما مدى الإسهام النسبى لكل من المتغيرات النفسية **(القيم الدينية وتقدير الذات ومعنى الحياة والرضا عن الحياة والتفاؤل والتشاؤم)** فى التنبـؤ بالسعادة كما يقررها المسنين". ويوضحها الجداول (١٧)، (١٨)،(١٩).

وقد اتبعت الباحثة نفس الخطوات المتبعة فى الإجابة عن التساؤل السادس.

جدول (١٧): مصفوفة معاملات الارتباط بين المتغير التابع والمتغيرات المستقلة.

م	المتغيرات	السعادة	١	٢	٣	٤	٥	٦
	السعادة	١,٠٠٠						
١	القيم الدينية	٠,٦٧١**	١,٠٠٠					
٢	تقدير الذات	٠,٢٦٤**	٠,١٨٦**	١,٠٠٠				
٣	معنى الحياة	٠,٧٤٦**	٠,٤٥٠**	٠,٢٤٠**	١,٠٠٠			
٤	الرضا عن الحياة	٠,٥٩٣**	٠,٤٦٧**	٠,٢٥٦**	٠,٣٩٤**	١,٠٠٠		
٥	التفاؤل	٠,٥٧٩**	٠,٤٤٠**	٠,٠١٩	٠,٥٢٢**	٠,٤٤٢**	١,٠٠٠	
٦	التشاؤم	-٠,٥٥٣**	-٠,٣٧٤*	-٠,١١٦	-٠,٤١٦**	-٠,٥٨٤**	-٠,٥٨٤**	١,٠

** دالة عند مستوى (٠,٠١) * دالة عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول (١٧):- وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة احصائيا عند (٠,٠١) بين بعض المتغيرات (**القيم الدينية وتقدير الذات ومعنى الحياة والرضا عن الحياة والتفاؤل**) كمتغيرات مستقلة والسعادة كمتغير تابع، بينما وجد ارتباط دال وسالب بين متغير التشاؤم والسعادة.

جدول (١٨): تباين الانحدار المتعدد عند تأثير المتغيرات المستقلة على المتغير التابع

(ن = ١٠٠)

مصدر الاختلاف	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
الراجع إلى الارتداد	٤٣,٦٧	٢	٢١,٨٤	٤٦,٨٢٢	٠,٠١٠
الانحراف عن الارتداد	٤٥,٢٤	٩٧	٠,٤٧		
المجموع	٨٨,٩١	٩٩			

يتضح من الجدول (١٨) أن الاختلافات الراجعة إلى الارتداد ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠١) عن الاختلافات العشوائية ومصدرها كل من (**معنى الحياة والقيم الدينية والرضا عن الحياة**) ويمكن التعبير عن نسبة الاختلافات فى متغير (**السعادة**) (ص) والتى ترجع إلى العوامل المستقلة (**معنى الحياة والقيم الدينية والرضا عن الحياة**) بحساب معامل التقدير الذى يساوى (٠,٧٣٩) ومعنى هذا أن (٧٣,٩%) من الاختلافات فى المتغير التابع (**السعادة**) ترجع إلى معادلة الارتداد المحسوبة، منها (٥٥,٦%) ترجع إلى ويفسرها (**معنى الحياة**) و(١٤,١%) ترجع وتفسرها (**القيم الدينية**) و (٤,٢%) ترجع ويفسرها (**الرضا عن الحياة**).

مما سبق يتضح ان العوامل المستقلة (معنى الحياة والقيم الدينية والرضا عن الحياة) قد أسهمت بنسبة كبيرة بلغت (٧٣,٩%) فى السعادة عن بقية العوامل الأخرى لدى عينة المسنين.

جدول (١٩): نتائج تحليل الانحدار المتعدد المنتظم لدراسة تأثير المتغيرات المستقلة على المتغير التابع (ن =١٠٠)

مصدر الاختلاف	معامل الانحدار	الخطأ المعيارى	Beta	قيمة "ت"	الدلالة	معامل التقدير
الثابت	٢,٩٦٤	٠,٦٠٥		٤,٨٩٨	٠,٠١	
معنى الحياة	٠,٠٠٦	٠,٠٠١	٠,٥٠١	٨,٣٦٨	٠,٠١	٠,٥٥٦
القيم الدينية	٠,٠٣٥	٠,٠٠٧	٠,٣٣٤	٥,٣٦٤	٠,٠١	٠,١٤١
الرضا عن الحياة	٠,٠١٠	٠,٠٠٢	٠,٢٣٩	٣,٩٥٥	٠,٠١	٠,٠٤٢

يتضح من الجدول (١٩):- إن قيم معاملات الارتداد للمتغيرات المستقلة (**معنى الحياة والقيم الدينية والرضا عن الحياة**) جميعها دالة عند (٠,٠١)، ومن ثم يمكن القول أن وجود معامل الارتداد الأول (**معنى الحياة**) والثانى (**القيم الدينية**) والثالث (**معنى الحياة**) يفسر جزء من الاختلافات فى قيمة المتغير التابع (**السعادة**). ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية **للسعادة** كمتغير تابع (ص) بمعلومية كل من (**معنى الحياة والقيم الدينية والرضا عن الحياة**) كمتغيرات مستقلة على النحو التالى: -

معادلة الانحدار للسعادة (ص)= ٢,٩٦٤ + (٠,٠٠٦ × **معنى الحياة**) + (٠,٠٣٥× **القيم الدينية**) + (٠,٠١ × **الرضا عن الحياة**)

فى ضوء ما سبق يمكن اعتبار أن (معنى الحياة) منبئ أول للسعادة و (القيم الدينية) منبئ ثانى و (الرضا عن الحياة) منبئ ثالث لدى عينة المسنين، وبذلك نجد أن لمعنى الحياة قدرة تنبؤية تفوق كل من القيم الدينية والرضا عن الحياة. وقد أشارت بعض الدراسات إلى أن معنى الحياة منبئ أقوى من الرضا عن الحياة باعتباره متغير مستقل وذو طبيعة معرفية (عادل هريدى وطريف فرج: ٢٠٠٢)، كما اعتبرته نتائج بعض الدراسات الأخرى بوصفه متغيراً وسيطاً للسعادة كدراسة. (Reker &Wong, 1988) وعلى ذلك فإن النتائج الحالية تشير إلى إمكانية اعتبار (**معنى الحياة**) و (**القيم الدينية**) و(**الرضا عن الحياة**) عوامل مستقلة والسعادة عامل تابع لهم، إلا أن متغير (**معنى الحياة**) يعد ذو قدرة تنبؤية تفوق كل من القيم الدينية والرضا عن الحياة واتفق ذلك مع نتائج كل من (فيكتور فرانكل ١٩٨٢؛ Zika & Chamberlain, 1992, King& Napa, 1998). وأشار (أحمد عبد الخالق وآخرون، ٢٠٠٣: ٥٨٤) بضرورة تفسير العلاقة بين السعادة والرضا عن الحياة لافتراض وجود تداخل بينهما قد يرجع إلى تداخل مقاييس كل منهما،

وضرورة قياس المتغيرين وتحليهما بشكل مستقل، وعلى ذلك فالنتائج الحالية تشير إلى اعتبار أن الرضا عن الحياة منبئ للسعادة باعتباره متغير مستقل والسعادة كعامل تابع واتفق ذلك مع نتائج (مجدى الدسوقى ١٩٩٩؛ Lu, 1999; Korthuis, 1988). وعلى ذلك يمكن اعتبار كل من **(معنى الحياة والرضا عن الحياة)** منبئات مستقلة للسعادة باعتبارها متغير تابع، بالإضافة إلى أن **(القيم الدينية)** متغير مستقل ومنبئ أيضاً بالسعادة باعتبارها متغير تابع، فقد وجد أن الدين والتدين وبخاصة لدى عينة المسنين يعد منبئ هام لسعادتهم فإذا كان معنى الحياة ذو صلة وثيقة بالسعادة فالمعتقدات الدينية ذات صلة وثيقة بمعنى الحياة والرضا عن الحياة أيضاً، فقيم التسامح ووضوح الأهداف تجعل الفرد يمتلك معنى الحياة ويشعر بالرضا وبالتالى بالسعادة فالدين يعطى البيئة الصحيحة التى توجد معنى الحياة والرضا عن الحياة ومن ثم شعور الفرد بالسعادة (طلعت منصور ١٩٨٧ ومحمد الطيب، ١٩٨١). وعلى ذلك يمكن اعتبار **(معنى الحياة والقيم الدينية والرضا عن الحياة)** منبآت قوية تسهم فى السعادة كمتغير تابع دون غيرها من العوامل الأخرى. ويمكن توظيف النتائج السابقة فى وضع مجموعة من التوصيات والمقترحات على النحو التالى:-

التوصيات والبحوث المقترحة:-

١- تشير نتائج الدراسة الحالية – فى حدودها البشرية والسيكومترية- إلى اعتبار أن السعادة موضوع هام ضمن علم النفس الإيجابي، فالحاجة ماسة إلى مزيد من دراسات تحليل الانحدار والتى تهتم بإضافة متغيرات أخرى جديدة شخصية وبيئية كمنبئات بالسعادة باعتبارها موضوع متشعب، وذلك لدى فئات عمرية أكثر تنوعاً من حيث العمر والتعليم والحالة الاجتماعية وغيرها من العوامل الديموجرافية الأخرى.

٢- ضرورة الاهتمام بدراسة الفروق الفردية فى السعادة فى ضوء المنحى التكاملى – المدخل المتعدد العوامل – وهو الذى يتضمن تأثير المتغيرات الشخصية والجوانب الاجتماعية المتصلة بالخصائص السكانية والعوامل البيئية والموقفية وهو من أدق المداخل لتفسير السعادة أفضل من التركيز على عوامل دون غيرها.

٣- توصى الدراسة إلى ضرورة الاهتمام بتحسين البيئات التى يعيش فيها كبار السن (المسنين) سواء مع أسرهم أو بدور الرعاية الاجتماعية، والعمل على إشباع حاجاتهم النفسية والمادية والاجتماعية حتى نحقق لهم قدر كاف من السعادة، لما لهم علينا من واجبات وعرفاناً لهم بالجميل وامتداداً لما سنؤل نحن إليه فى المستقبل.

المراجـــــــع

أولاً: المراجـــع العربية

١. آمال عبد السيمع باظة (٢٠٠٠) : رؤية مستقبلية لرعاية المسنين. **المؤتمر الإقليمي الأول لرعاية المسنين**. ٣-٥ إبريل. جامعة حلوان. الجزء الأول، ١٢٣-١٣٢.

٢. أحلام حسن محمود (١٩٩١): كبار السن : حاجاتهم النفسية وتقديرهم لذواتهم " دراسة ميدانية". **مجلة كلية التربية بدمياط**، العدد (١٤)، الجزء الثانى، يناير، ٢٥٧-٢٨٩.

٣. أحلام حسن محمود ومرزوق عبد المجيد (١٩٩٠) : مستوى الأداء الأكاديمي ودافعية الإنجاز لدى طلاب الجامعة فى ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية "دراسة مقارنة ". بحث مقدم إلى **مؤتمر التعليم العالى فى الوطن العربى** " آفاق مستقبلية ". كلية التربية، جامعة عين شمس، فى ٨-١٠ يوليو، المجلد (٢)، ٦٣٧-٦٧١.

٤. أحلام رجب عبد الغفار، نادية محمد عياد (٢٠٠٠): التخطيط لرعاية المسنين فى مطلع الألفية الثالثة. **المؤتمر الإقليمى الأول لرعاية المسنين** من ٣-٥ إبريل، جامعة حلوان، الجزء الأول، ٦٣-٨٣.

٥. أحمد محمد عبد الخالق (١٩٩١) : الفروق فى قلق الموت بين مجموعات عمرية مختلفة من الجنسين. **مجلة علم النفس**، العدد (٢٠)، ٥٠-٦١.

٦. أحمد محمد عبد الخالق (١٩٩٦) : **دليل القائمة العربية للتفاؤل و التشاؤم**. الإسكندرية. دار المعرفة الجامعية.

٧. أحمد محمد عبد الخالق (١٩٩٨) : التفاؤل و التشاؤم وقلق الموت " دراسة عاملية ". **دراسات نفسية**، العدد (٨)، ٣٦١ - ٣٧٣.

٨. أحمد محمد عبد الخالق وبدر الأنصارى (١٩٩٥) : التفاؤل والتشاؤم : دراسة عربية فى الشخصية. بحث مقدم إلى **المؤتمر الثانى لمركز**

الإرشاد النفسى. جامعة عين شمس، ٢٥-٢٧ ديسمبر. المجلد الأول. القاهرة، ١٣١-١٥٢

٩. أحمد محمد عبد الخالق وصلاح مراد (٢٠٠١) : السعادة والشخصية، الارتباطات والمنبئات : **دراسات نفسية**. العدد (١١). مجلد (٣)، ٧٥-٩٣.

١٠. أحمد عبد الخالق، وتغريد الشطبي، وسماح الذيبى، وسوسن عباس، وشيماء أحمد، ونادية التونى، ونجاة السعيدى (٢٠٠٣) : معدلات السعادة لدى عينات مختلفة من المجتمع الكويتى. **دراسات نفسية**. العدد (١٣). مجلد (٤)، ٥٨١- ٦١٢.

١١. إخلاص محمد عبد الحفيظ (١٩٩١) : القدرة على التفكير الابتكارى وعلاقاتها بتقدير الذات لدى الطلاب المتفوقين والمتأخرين دراسياً بكلية التربية الرياضية بالمنيا. **مجلة البحث فى التربية وعلم النفس**، جامعة المنيا، العدد (٢). المجلد (٥)، ١٣٧-١٤٧.

١٢. أيمن غريب قطب (١٩٩٤) : حالة تقدير الذات وعلاقتها بمركز الضبط المدرك. **مجلة علم النفس**، العدد (٣١)، السنة (٨)، ٦٧-٨٣.

١٣. باكيناز حسن حسيب (١٩٨٨) : العلاقة بين القيم الدينية والخلقية والتوافق النفسى لدى طلاب الجامعة. **مجلة كلية التربية بالزقازيق**، العدد (٧)، السنة (١٣) سبتمبر، ١٧٣-١٩٥.

١٤. بدر محمد الأنصارى (١٩٩٦) : **التفاؤل والتشاؤم : المفهوم والقياس والمتعلقات**. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

١٥. ثناء الضبع، وصفاء الضبع (٢٠٠٠) : دور الأسرة فى تحقيق الرعاية المتكاملة للمسنين. **المؤتمر الإقليمى الأول لرعاية المسنين**، ٣-٥ إبريل، جامعة حلوان، الجزء الثانى، ٥٥ -٦٢.

١٦. جابر عبد الحميد (١٩٦٨) : **مقياس القيم الفارق** : كراسة التعليمات. القاهرة. دار النهضة العربية.

١٧. جابر عبد الحميد وعلاء الدين كفافى (١٩٩٤) : **معجم علم النفس والطب النفسى**. القاهرة : دار النهضة العربية.

١٨. جمال مختار حمزة (٢٠٠٢) : صورة الأب وتقدير الذات لدى الأبناء من مرحلة التعليم الثانوى، (رؤية نفسية). **مجلة علم النفس**، العدد(٦١)، السنة (١٦). ٢٦١-٢٨٤.

١٩. حامد زهران و إجلال سرى (١٩٨٥) : القيم السائدة والقيم المرغوبة فى سلوك الشباب، بحث ميدانى فى البيئتين المصرية والسعودية. **بحوث المؤتمر الأول لعلم النفس**، الجمعية المصرية للدراسات النفسية بالاشتراك مع كلية التربية جامعة حلوان، ٧٣-١١٣.

٢٠. خالد الشريدة (٢٠٠٠) : رعاية المسنين بين القيم الدينية، **المؤتمر الإقليمى الأول لرعاية المسنين**، ٣-٥ إبريل، جامعة حلوان، الجزء الاول، ١٧٩-٢٩٤.

٢١. ربيع زكى عامر (١٩٨٩) : **تحليل الانحدار : أساليبه وتطبيقاته باستخدام البرنامج الجاهز SPSS/PC+**، معهد الدراسات و البحوث الإحصائية، جامعة القاهرة.

٢٢. ربيع عبد العليم (١٩٩٧) : الخوف من الموت وعلاقته بالتدين لدى الراشدين وكبار السن من الجنسين، **مجلة كلية الآداب**، جامعة المنيا. المجلد (٢٦). ٩-٧٢.

٢٣. زينب شقير (١٩٩٥): مفهوم الذات ومظاهر الصحة النفسية لدى المكتئبين من طلاب جلمعة طنطا، **مجلة علم النفس**، (٣٣)، ٣٤-٥١

٢٤. سعد محمد عبد العال (١٩٧٨) : **مقياس ترتيب القيم**، صورة مختصرة لمقياس البورت فرنون وليندزى، القاهرة. دار فينوس للطباعة

٢٥. سعيدة محمد أبو سوسو (١٩٨٦) : القيم الدينية والخلقية وأثرها على التوافق النفسى و الاجتماعى لدى طالبات الجامعة. **الكتاب السنوى فى علم النفس**، القاهرة. الانجلو المصرية.

٢٦. سهير كامل أحمد (١٩٨٧) : دراسة عبر ثقافية عن الاكتئاب والانطواء الاجتماعى لدى المسنين المتقاعدين فى البيئة المصرية والسعودية، **دراسات تربوية**، الجزء السابع، ٢١٨-٢٤٢.

٢٧. سهير كامل أحمد (١٩٩١) : الحرمان من البيئة الطبيعية وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من المسنات بدور الرعاية الخاصة. **دراسات نفسية**، أكتوبر ٥٧١-٦٠٤.

٢٨. سيد محمود الطواب (١٩٨٦) : أثر خبرة النجاح و الفشل فى الموقف التعليمى على تقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية. **مجلة التربية المعاصرة**. العدد (٤). ٢٨٩-٣٢٦.

٢٩. صفوت فرج (١٩٨٠) : **التحليل العاملى فى العلوم السلوكية**، القاهرة. دار الفكر العربى.

٣٠. صفوت فرج (١٩٩٦) : مصدر الضبط وتقدير الذات وعلاقتهما بالإحباط والعصابية، **دراسات نفسية**. يناير، ١١٢-١٥٤.

٣١. طلعت منصور (١٩٨٧) : **التعلم الذاتى وارتقاء الشخصية**، القاهرة. الأنجلو المصرية.

٣٢. عادل محمد هريدى وطريف شوقى فرج (٢٠٠٢) : مستويات السعادة المدركة فى ضوء العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والتدين وبعض المتغيرات الأخرى. **مجلة علم النفس**، العدد(٦١). السنة (١٦). الهيئة المصرية العامة للكتاب : ٤٦-٧٨.

٣٣. عباس إبراهيم الخولى (١٩٩٠) : المسئولية الاجتماعية وعلاقتها بالقيم لدى شباب الجامعة. **بحوث المؤتمر السنوي السادس لعلم النفس فى مصر**، المجلد (٢). القاهرة. الجمعية المصرية للدراسات النفسية. ٢٢-٢٤يناير. ٨١٥ - ٨٤٢.

٣٤. عباس عوض ومدحت عبد الرحيم (١٩٨٩) : التوافق المهنى للعمال، دراسات عاملية، **مجلة علم النفس**، العدد (١٧)، القاهرة. الهيئة المصرية العامة للكتاب. ٣٧-٥٠.

٣٥. عبد الحفيظ محمد (١٩٨٦) : **التحضر وتأثيره على القيم والاتجاهات الدينية فى مجتمع دولة الإمارات**. عمان. مطبعة دار الفكر الجديدة.

٣٦. عبد الحميد صفوت إبراهيم (١٩٩٨) : الرضا عن العمل بين المعلمين وعلاقته بالسلوك المؤسسي وبعض المتغيرات الديموجرافية. **دراسات نفسية**. مجلد (٨)، العددان (٣، ٤). ٣١٥-٤١٨.

٣٧. عبد الرحيم الرفاعى بكر (١٩٨٠) : القيم الأخلاقية فى التربية الإسلامية من واقع المدرسة الابتدائية العامة، ماجستير غير منشورة، كلية التربية جامعة طنطا.

٣٨. عبد الرحيم عبد الغفار (١٩٧٤) : **اختبار القيم (١)، اختبار القيم (٢)**. كراسة التعليمات،القاهرة. دار النهضة العربية.

٣٩. عبد الرحيم نجيب (١٩٨٥) : دور الجنس فى علاقته بتقدير الذات. **المؤتمر الأول لعلم النفس**. الجمعية المصرية للدراسات النفسية. مجلد (٤). ١٧٩-١٩٦.

٤٠. عبد العزيز الشخص وعبد المطلب القريطى (١٩٩٢) : دراسة للعلاقة بين كل من الصحة النفسية والاغتراب والقيم لدى عينة من الشباب الجامعي. **مجلة التربية وعلم النفس**، كلية التربية جامعة عين شمس، الجزء الأول، العدد (١٦)، ٥٢- ٧٢.

٤١. عبد اللطيف حسن ولولوه حمادة (١٩٩٨) : التفاؤل و التشاؤم وعلاقتهما ببعدى الشخصية الانبساط و العصابية. **مجلة العلوم الاجتماعية**، المجلد (٢٦)، العدد (١). ٨٣- ١٠٤.

٤٢. عبد اللطيف محمد خليفة (١٩٨٧) : ارتقاء نسق القيم لدى الفرد. **دكتوراه (غير منشورة)**، كلية الآداب. جامعة القاهرة.

٤٣. عبد اللطيف محمد خليفة (١٩٩٢) : ارتقاء القيم، **دراسة نفسية**. الكويت. المجلس الوطنى للثقافة و الفنون والآداب، سلسلة عالم المعرفة، العدد (١٦٠). ٩٤-١٠١.

٤٤. عبد اللطيف محمد خليفة (٢٠٠٥) : مظاهر التغير فى نسق القيم وأسبابه لدى الشباب الجامعى فى المجتمعات العربية عامة و المجتمع المصرى خاصة، **دراسات عربية فى علم النفس**، مجلد (٤)، العدد (١) يناير، ٦١-٩٢.

٤٥. عثمان الخضر (١٩٩٩) : التفاؤل والتشاؤم و الأداء الوظيفي. **المجلة العربية للعلوم الإنسانية**، جامعة الكويت، العدد (٦٧)، السنة (١٧). ٢١٥-٢٤٢.

٤٦. على خليل أبو العينين (١٩٩٨) : **القيم الإسلامية والتربية**، المدينة المنورة، مكتبة الحلبى.

٤٧. على محمد الديب (١٩٩٤)، العلاقة بين التوافق و الرضا عن الحياة لدى المسنين وبين استمرارهم فى العمل على عينات مصرية – سعودية – عراقية، **مجلة بحوث فى علم النفس**، الهيئة المصرية العامة للكتاب. الجزء الأول. ١٧١ –١٩٢.

٤٨. على محمود شعيب (١٩٨٨) : نمذجة العلاقة السببية بين تقدير الذات والقلق والتحصيل لدى المراهقين من المجتمع السعودى، **مجلة العلوم التربوية**، الكويت. ٧٥–٩٩.

٤٩. غريب عبد الفتاح (١٩٩٠) : **مقياس الاكتئاب**. وضع بيك. ط(٢). القاهرة. النهضة المصرية.

٥٠. فاروق عبد الفتاح على (١٩٩٦) : مقارنة نمو الذكاء وتقدير الذات فى الطفولة والمراهقة، دراسة ميدانيه على طلبة المدارس. **مجلة كلية التربية بالزقازيق**، العدد (٣)، المجلد (٢). ١١٩ –٢١٧.

٥١. فرج محمد طه (١٩٩٥) : إطار معيارى للشخصية السوية. **دراسات نفسية**، مجلد (٥)، العدد (٤). ٦٧٧ –٦٩٢.

٥٢. فريج عويد العنزى (٢٠٠١) : الشعور بالسعادة وعلاقته ببعض السمات الشخصية. دراسة ارتباطية مقارنة بين الذكور والإناث. **دراسات نفسية**. العدد (١١). ٣٥١–٣٧٧.

٥٣. فؤاد أبو حطب وآمال صادق (١٩٩١) : **مناهج البحث وطرق التحليل الإحصائي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية**. القاهرة. الأنجلو المصرية.

٥٤. فيكتور فرانكل (١٩٨٢) : **الإنسان يبحث عن المعنى**، ترجمة طلعت منصور. الكويت. دار القلم.

٥٥. كوثر عبد الغنى حواش (٢٠٠٠) : أثر تفاعل التعلم الذاتى وتقدير الذات ومحل التبعة على التحصيل الدراسى فى مادة الرياضيات لدى تلاميذ

المرحلة الإعدادية، دراسة تجريبية. **ماجستير (غير منشورة)** كلية التربية جامعة الإسكندرية.

٥٦. ليلى عبد الحميد حافظ (١٩٨٤) **مقاييس تقدير الذات للصغار والكبار**، كراسة التعليمات، القاهرة : دار النهضة العربية.

٥٧. مايسة أحمد النيال (١٩٩٩) : التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بأساليب المشقة. **مجلة الإرشاد النفسى**، العدد (٧). ١-٤٠.

٥٨. مايسة أحمد النيال وماجدة خميس (١٩٩٥) : السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والشخصية لدى عينة من المسنين والمسنات، **مجلة علم النفس**، الهيئة المصرية العامة للكتاب، السنة (٩)، العدد (٣٦). ٢٢-٤٠.

٥٩. مايكل أرجايل. م (١٩٩٣) : **سيكولوجية السعادة**، ترجمة فيصل عبد القادر يونس، القاهرة. دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.

٦٠. مجدى محمد الدسوقى (١٩٩٨) : دراسة لأبعاد الرضا عن الحياة وعلاقتها بعدد من المتغيرات النفسية لدى عينة من الراشدين صغار السن. **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، المجلد الثامن، العدد (٣٠). ١٥٧-٢٠٠.

٦١. مجدى محمد الدسوقى (١٩٩٩) : **مقياس الرضا عن الحياة**، دليل التعليمات، القاهرة. الأنجلو المصرية.

٦٢. محمد إبراهيم جودة (١٩٨٤) : دراسات لبعض القيم لدى طلاب المرحلة الإعدادية وعلاقتها بالأداء. **ماجستير (غير منشورة)**. كلية التربية جامعة بنها.

٦٣. محمد توفيق قنديل (٢٠٠١) : تقدير الذات وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية ومستوى الأداء المهارى لدى لاعب رفع الأثقال بالمنيا. **ماجستير (غير منشورة)**. كلية التربية الرياضية. جامعة المنيا.

٦٤. محمد حسن غانم (٢٠٠٢) : المساندة الاجتماعية المدركة وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى المسنين والمسنات المقيمين فى

مؤسسات إيواء وأسر طبيعية، **دراسات نفسية**، المجلد الأول، العدد (٣)، يوليو، ٣٥-٩٠.

٦٥. محمد عبد الظاهر الطيب (١٩٨١) : **تيارات جديدة فى العلاج النفسى**، القاهرة. دار المعارف.

٦٦. محمد فتوح محمد سعدات (٢٠٠١) : القيم الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية (دراسة مقارنة). **دكتوراه (غير منشورة)**. معهد الدراسات العليا للطفولة جامعة عين شمس.

٦٧. محمد محمود نجيب (٢٠٠٢) : المشاركة فى صنع القرار وعلاقتها بكل من الرضا عن العمل ووجهة الضبط ونوع المرؤوس. **مجلة علم النفس**. العدد (٦١). المجلد (١٦). ١٤٦-١٧٠.

٦٨. محمود فتحى عكاشة (١٩٨٦) : تقدير الذات وعلاقته ببعض المتغيرات البيئية والشخصية لدى عينة من أطفال اليمن، **مجلة كلية التربية بالمنصورة**، العدد (٨)، الجزء الأول، فبراير ٧٥- ٩٨.

٦٩. مديحة محمد العزبى (١٩٨٣) : اتجاهات المسنين نحو الشيخوخة وعلاقتها بالرضا عن الحياة، **المؤتمر الدولى الثانى للمسنين**، ٣- ٥ إبريل، جامعة حلوان، الجزء الأول، ١٥٤-١٧٨.

٧٠. مديحة محمد العزبى (١٩٨٩) : التعصب الجيلى دراسة للاتجاهات المتبادلة بين أفراد الأسرة والمسنين **ضمن بحوث المؤتمر الخامس لعلم النفس فى مصر**. الجمعية المصرية للدراسات النفسية. ١٩٥-٢٢٠.

٧١. مديحة محمد العزبى وإخلاص محمد عبد الحفيظ (١٩٩١) : تقدير الذات للرياضيين. **مجلة البحث فى التربية وعلم النفس**. المجلد (٤)، العدد (٤). إبريل، كلية التربية جامعة المنيا.

٧٢. مشيرة عبد الحميد اليوسفى (١٩٨٩) : دراسة عاملية لمفهوم السعادة لدى طلاب كلية التربية بالمنيا. **مجلة البحث فى التربية وعلم النفس**، العدد (٣)، المجلد (١). ١٣٧-١٧٣.

٧٣. مشيرة عبد الحميد اليوسفى (١٩٩٠) : ضغوط الحياة الموجبة والسالبة وضغوط المعلم كمنبئ للتوافق، **مجلة البحث فى التربية وعلم النفس**، المجلد (٣)، العدد ٠٤)، كلية التربية الرياضية. جامعة المنيا.

٧٤. ناهد محمد حسن (٢٠٠٣) : الضغوط المهنية وعلاقتها بالرضا الوظيفى وتقدير الذات لدى أخصائى النشاط الرياضى **ماجستير(غير منشورة)** كلية التربية جامعة المنيا.

٧٥. نبيل السمالوطى (١٩٨٤) : **الإسلام وقضايا علم النفس الجديدة**، جدة، دار الشروق.

٧٦. نجوى اليحفوفى (٢٠٠٦) : السعادة والاكتئاب لدى طلاب الجامعة وعلاقتهما ببعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلاب الجامعة. **دراسات عربية فى علم النفس**، العدد (٤) أكتوبر. ٩٤٥-٩٧٢.

٧٧. هارون توفيق الرشيدى (١٩٩٨) : **مقياس معنى الحياة**، كراسة التعليمات، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.

٧٨. هدى جعفر حسن (٢٠٠٦) : التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بضغوط العمل والرضا عن العمل. **مجلة دراسات نفسية**، مجلد (١٦)، العدد (الأول). ٨٣-١١٠.

٧٩. وضحة السويدى (١٩٨٩) : **تنمية القيم الخاصة بمادة التربية الإسلامية لدى تلميذات المرحلة الإعدادية بدولة قطر برنامج مقترح** : دولة قطر، الدوحة : دار الثقافة.

٨٠. يس شريف (٢٠٠٠) : رؤية المجالس القومية المتخصصة حول الرعاية المتكاملة للمسنين فى مصر، **المؤتمر الإقليمى الأول لرعاية المسنين**، ٣-٥ إبريل، جامعة حلوان، الجزء الأول، ١٧-٦٣.

ثانياً: المراجع الأجنبية :

81. Abbott , D. A & Brody , G. H. (1985) : The Relation of Child age , gender , and number of Children to the marital adjustment of Wives. **Journal of marriage and the Family.** 47 : 77-84.

82. Abd'el- Khalek , A.M (1998) : Single versus multi-Item Scales in measuring death anxiety Death Studies, 22, 763-772

83. Abd'el- Khalek , A.M. (2000) : The Kuwait University Anxiety Social: **Psychometric Properties Psychological Reports**, 87, 478-492.

84. Argyle , M & Furnham , A. (1989) : The Ecology of Relationships : Choice of Situation as a Function of Relationship. **British Journal of Social Psychology** , 21 : 259-262.

85. Atchliy , Robert C. (1987) **: The Sociology of Retirement** ,.Y. John Wiley of Sons.

86. Aulin , E. (1999) : Personal Ideology : The Intersection of Personality and Religious beliefs. **Journal of Personality** , 67 , 6 : 1105 –1134.

87. Baiyewu , O & Jegede , R. O. (1992) : Life Satisfaction Index. **Z. Age and Ageing**. 21: 256 –261.

88. Benin , M. H. & Neenstedt , B.C. (1985) : Happiness in Single and Adult- earner Families : The Effects of Marital Happiness , Job Satisfaction , and Life Cycle. **Journal of Marriage and the Family** 47 : 975-891.

89. Bergine , A; et al. (1987) : Religiousness and Mental Health Reconsidered a Study of Intrisinicolly Religious Sample. **Journal of Counseling Psychology**. 34 : 197 –204.

90. Bradburn , N.M. (1997) : **The Structure of Psychological** . Well , 13 eing. Chicago : Aldine.

91. Carstensen , L. L. & Lurk. C. S. (1994) : the Salience of Emotion Across the adult **Life Span Psychology of Aging** , 9 : 259-264.

92. Casta , P. McGrae , R. (1980) : Influence of Extraversion and Neuroticism on Subjective Well-Being : Happy and Unhappy People. **Journal Of Personality and Social Psychology** , 38 :668-678.

93. Chiasson , N.; et al , (1996) : Happiness : A Look Into the Folk Psychology of Four Cultural Groups. **Journal of gross-Cultural Psychology** , 27 , 673-691.

94. Cohen , J. (1999) : **Statistical Power Analysis for the Behavioral Science**. Hills Dlale , N. J. Lowrenco Erlboum Associates.

95. Colligan , R. C, et al. (1994) : Caving the MMpi for an Optimism-Pessimism Scale : Seligman's Attribution Model and the Assessment of Explanatory Style. **Journal Of Clinical Psychology** , 50 : 71-94.

96. Compbells. A. (1981) : **The Sense Well Being in America**. New York. McGraw-Hill.

97. Cunimins , R. A. (2000) : Personal Income and Subjective Well – Being A **Review. Journal of Happiness Studies**. 11 : 133-158.

98. Dember , W. ; et al. (1989) : The Measurement of Optimism and pessimism. Current **Psychology Research and Review** . 8 (2) : 102-119.

99. Denis , L. (1996) : **Enhancing Self-Esteem in Classroom**. Second Edition , Poulchapman Publishing Ltd P.C.P.

100. Diener , E (1984) : Subjective Well-being **Psychological Bulletin**. 95, 3 : 542 –575.

101. Diener , E. et al , (1985) : Age and Sex Effects for Emotional Intensity. **Development Psychology**. 21: 542 – 546.

102. Diener , E. ; et al, (1999) : Subjective Well-Being. Three Decades of Progress. **Psychological Bulletin** , 1252 : 276-302.

103. Evons , R; et al. (1984) : Predicting Change in Life Satisfaction as a Function of Group. **Counseling Psychology Reports**. (55) : 199-204.

104. Foxall, M. J. ; et al.(1992) : Predictors of Loneliness of Loneliness in Low Vision adults –Weslern. **Journal Nursing Research** , 14 , (1) , 86 –99.

105. Freedman , J. L, (1998) : **Happy People** : New York. Harcourt Brace Jovanovich.

106. French , S. & Joseph , K. (1999) : Religiosity and Its Association with Happiness , Purpors in Life and Self Actualization. **Mental Health , Religion & Culture** , 2(2) : 117 – 120.

107. Funni. T. (1988): Perception of old age among. Yorubi aged. Journal of Personality and Social Psychology, 36: 717-729.

108. Glenn , N. D. & Mclanahan , S. (1989) : The Effects of Off Pring on the Psychological Well-being of Older Adults- **Journal of Marriage , and the Family**. 43: 409-421.

109. Gorton , J. S. (1996) : The Effects of Family Dynamics (Cohesion and Adpatability) On Self-Efficacy , Self- Esteem , and Gool Stability in Late Adolescents , **Dis Abs. Int**. 56, (12) Jun.

110. Haffman , L. W. & Manison , J. D. (1982) : **The Value of Children in the United States- In F.L.** Nye (ed) Family Relationships. Beverly Hills : Sage.

111. Hale , W. D., et al. (1992) : The Revised Generalized Expectancy for Success Scale. Avalidity and Reliability Study. **Journal of Clinical Psychology** , 48. 517-521.

112. Haring , H. M. ; et al. (1985) : Marital Status Synthesis. **Journal of Marriage and the Family** , 47 : 947-953.

113. Hong , S & Giannakopoulas , E. (1994). The Relationship of Satisfaction with Life to Personality Characteristics. **Journal of Psychology**. 182 , (5) : 547-558.

114. Kacopyr , E. (1998) : Happiness , Leisure , and Wealth. **American Demographics** , April : 24-26.

115. Kamman , R & Flett , R. (1987). Affectometer 2 : A Scale to Measure Current level of General Happiness Australian. **Journal of Psychology**. 35: 259 –265.

116. Kemp , H.V.(1999) : Commentory on the Special Issue : Religion in the Psychology of Personality. **Journal of Personality**. 67 , (6) : 1196-1198.

117. Kerver , M. J ; et al, (1992) : Predicting Symptoms of Depression from Reparts of early Parenting: Aone Years Prospective Study in Community Sample. **Acta Psychiatric Scondinavica**. 86 , (4) : 287-272.

118. King , L. A , & Napa , C.K. (1998) : What Makes a life Good ? **Journal of Personality and Social Psychology**. 75 : 156 – 165.

119. Korthuis , E. (1988) : Functional Characteristics Associated with Feeling of Loneliness in Older Persons Who Live Alone. **Diss Abs**. 43(8-A) , 2557.

120. Lewis , C. A. & Burkinshaw , S. (2000) : Religion and Happiness Still no association. **Journal of Beliefs & Values**. 21(2) : 233-236.

121. Lone , R. E. (1993). **Does Money By Happiness** ? The Publie Inlerst: 56-65.

122. Lourence, V & Martin, M. (1988) : **The Pan Dictionary of Synonyms of Antonyms**, 2nd ed , London Pan Books Ltd.

123. Lu , L. & Shih , J. B. (1997) ; Sources of Happiness : A Qualitative Approach. **Journal of Social Psychology** , 137 , (2) : 181-187.

124. Lu , L.(1999): Personal or Environmental Casues of Happiness : A Longitudinal Analysis. **Journal of Social Psychology**. 139. (1). 79-90.

125. Lyubomirsky , S & Ross , L. (1999) : Changes in Attractiveness of Elected , Rejected and Precluded Alternatives : A Comparison of Happy and Unhappy Individual , **Journal of Personality and Social Psychology** , 76 , 6 : 988-1007.

126. Marshall , G. N., (1992) : Distinguishing Optimism from Pessimism : Relations to Fundamental Dimensions of Mood and Personality. **Journal of Personality and Social Psychology**. 62, 1076-1074.

127. Marshall , G.N ; et al , (1994) : The Live Factor Model of Personality as a frame work from Personality Health Research. **Journal of Personality and Social Psychology** , 67 , 278-288.

128. Marshall , G.W , & Long , E. L. (1996) : Optimism , Self-Mastery , and Symtoms of Depression in Women Professionals. **Journal of Personality and Social Psychology** , 59 , 132-139.

129. McGrae , R. R. (1999): Mainstream Personality Psychology and Study of Religion. **Journal Personality** , 67, 6: 1209-1218.

130. Mercier , C.; et al (1999) : Age , Gender and Quality of life. **Community Mental Health Journal**, 34, 5 : 487-498.

131. Morgan , K. ; et al. (1987) : Mental Health and Psychological Well-being among the Old and the Very Old Living at Home, **British Journal of Psychiatry**. 150 , 801- 807

132. Newcomb , M & Harlow , L. (1988) Life Events and Substance Use Among Adolescents : Mediating effects of Perceived Loss of Control and Mean inglessness in Life. **Journal of Personality and Social Psychology** , 51, 564-577.

133. Okun , M. A., et al. (1988) : Health and Subjective Well-being : Ameto- analysis. **International Journal of Aging and Human Development**. 19 , 111-132.

134. Papalia , D. & Old , W. (1995) : **Psychology.** New York : McGraw Hill Books Company.

135. Parducci , A. (1997) : The Pursuit of Happiness. Contemporary Psychology , 42 , 5 : 406 –407.

136. Rasenberg , M. (1987) : Which Significant Others ? **American Behavioral Scientist**. 6 , 4 : 90 –95.

137. Ray , R. & Heppe , G. (1986) : Older Adult Happiness , The Contributions of Activity **Breath and Intensity Physical and Occupational Therapy in Geriatics** , 4 , 4: 31-43.

138. Reis , H.T. (1984): Social Interaction and Well-being. Ins. Duch (ed) **Personality Relationships.** London : Academic Press.

139. Reiss , S. ; et al, (1987) **Abnormality Experimental and Clinical Approaches**. New York. Macmillan Publishing.

140. Reker , G. & Wong , P. (1988) : Meaning and Purpose in Life and Well-being. A. Life Span **Perspective Journal of Gernatalogy** , 42 : 44-49.

141. Ruth . Bennett (1997) : Aging , Isolation and Resocialization. N.G. **Nation Educational Publishing** , Inc.

142. Santroch , J. W., (1991) **: Psychology The Science of Mind and behavior**. New York : Brown Publishers. 417-418.

143. Scheier , M , E. & Carver , C.S. (1992) : Effects of Optimism on Psychological and Physical Well-being. Theoretical Overview and Empirical Update. **Cognitive Therapy and Research** , 16 , 201 –228.

144. Schulman , P. ; et al , (1993) : Is Optimism Heritable ? **A Study of Twins Behaviour Research and Therapy** , 31 , 569-584.

145. Schwartz , S, H. & Bilsky , W. (1987) : Toward A Universal Psychological Structure of Human Values. **Journal of Personality and Social Psychology.** 53 , 3 : 550-562.

146. Sherman , A. C. & Wolls , J. W. (1995). Gender Differences in the Relationship of Moderator Variables to Stress and Symptoms. **Psychology and Health** , 10 , 321 –331.

147. Simans , T. ; et al,.(1993) : Disturbance in Self Image of Adolescence **American Sociological Review,** 38 . 533 – 308.

148. Smith . S. (1991) : self Esteem Inventories Palo A Lto. G. A **Counseling Psychologists** Press Inc.

149. Stach , S. & Eshleman , J. (1998) : Marital Status and Happiness : A17. Nation Study. **Journal of Marriage and the Family** 60: 527 – 536.

150. Suh , E., et al, (1996) Events and Subjective Well-Being : Only Recent Events Matter. **Journal of Personality and Social Psychology** , 70, 5 : 1019 –1102.

151. Tsou, M. W. & Liu, J. T. (2001): Happiness and domain satisfaction in toiwan. **Journal of Happiness Studies**. 2, 269-288

152. Vermunt , R. ; et al, (1989) : Satisfaction Happiness and Well-being of Dutch Students **Social Indicators Research** , 21, 1-32.

153. Veroff , J. ; et al , (1987) : **The Inner American** , New York , basic Books.

154. Wallis , C. ; et al, (2005) : **The New Science of Happiness**. Time Issue 3PA2 , 165.

155. Wiener,Y, et al,(1987): Relationships Between Work Commitments and Experience of **Personal Well-Being Psychological Reports** , 60. 459-466.

156. Zika , S. & Chamberlain , K. (1992). On The Relation Between Meaning in Life and Psychological. Well-Being British. **Journal of Psychology** , 83 : 133 –145.

Levels and Sources of Happiness Fulfillment as Realized by the Old-Aged in the Light of Their Attachment to Religious Values and Some Other Variables

By , Ahlam Hassan Mahmoud (Ph.D)
Associate Professor
Psychological Health Department
Faculty of Education ,Alexandria University

Abstract

The current study aims at recognizing the levels and sources of happiness fulfillment in a sample of the old-aged in the light of their attachment to the religious values and its revealing the significance of the differences in happiness and its sources in the light of some of the demographic variables as (gender , age , income , social status and kind of residence) and some other variables as (religious values , self evaluation , meaning of life , satisfaction in life) optimism and pessimism). Moreover , recognizing how the previous variables can predict happiness for the old-aged. The study sample consisted of 100 old-aged man / woman who live with their families and other social old-aged home. The ages varied between (60/74) years and above with an average of (68.4) who live in years old and a standard deviation of (3.83). A group of measurements was used after providing their efficiency , some of which were prepared by the researcher. The results showed showed that :- the levels and sources of happiness for the old-aged vary according to their degree of religious attachment , with their different demographic factors and some other variables. The multideviation analysis revealed that (Health , family , Friends and spending spare time- as sources of happiness fulfillment and the variables of the meaning of life and religious values and life satisfaction) have greatly contributed in predicting happiness as recognized by the old-aged. The results have been discussed in the light of the commitments and the predictions and it highlighted future research problems.