المخاوف من إظهار السعاده (تشيروفوبيا) في أوساط طلبة الكليات الانسانيه بجامعة الملك سعود

إعداد

أ.د. فهد بن عبد الله الدليم

قسم علم النفس -كلية التربيه -جامعة الملك سعود

المستخلص :

هدف البحث الحالي إلى الكشف عن مستوى المخاوف من إظهار مشاعر السرور والتعبير عن السعاده (cherophobia) في أوساط طلبة جامعة الملك سعود ، وهل يختلف مستوى هذه المخاوف بإختلاف الجنس والمرحلة التعليمية والمستوى الدراسي والتخصص الاكاديمي . تكونت عينة البحث من ٢٥٧ فردا (١٥١ طالباً & ١٠٦ طالبه) يمثلون ثلاث كليات نظرية هي التربية والآداب والإداره . قام الباحث الحالي بإعداد مقياس : المخاوف من إظهار السعاده والفرح (تشيروفوبيا) والمكون من ٣٥ بندا موزعة على ثلاثة أبعاد (الانفعالي – الفسيولوجي – والثقافي) .أظهرت أبرز النتائج أن متوسط الخوف من التعبير عن السرور والسعاده لدى أفراد عينة البحث جاء في فئة الإستجابة (نادرا) وبقيمة ٢.١٤ ، كما كشفت التحليلات الإحصائية بإستخدام إختبار "ت " وجود فروق دالة بين الطلاب والطالبات في درجة مخاوفهم لصالح الطلبه ، وكذلك الحال مع طلبة قسم الدراسات الاسلاميه الذين أظهروا متوسطات أعلى في إستجابات مخاوفهم على مقياس التشيروفوبيا وبفروق جوهريه مقارنة بطلبة قسم علم النفس . من جانب آخر كشفت النتائج عن عدم وجود فروق جوهرية في درجة الخوف لدى الطلبه تعزى لمتغيري المرحلة التعليمية أوالمستوى الدراسي .

المخاوف من إظهار السعاده (تشيروفوبيا) في أوساط طلبة الكليات الانسانيه بجامعة الملك سعود

إعداد

أ.د. فهد بن عبد الله الدليم

قسم علم النفس -كلية التربيه -جامعة الملك سعود

مقدمة :

تشيروفوبيا حالة من الخوف غير المنطقي أوالمبرر ، يجد الشخص نفسه فيها كارهاً وماقتاً لأي مشاعر وأحاسيس أوأفكار يتوقع أن تجلب له السعادة والسرور (Patterson.2017) .لقد أشتق مصطلح تشيروفوبيا (Cherophobia) من الكلمة الإغريقيه (chero) والتي تعني الابتهاج والسرور والسعادة الشخصيه ، أما كلمة (phobia) فتعني الخوف وكراهية هذه المشاعر والاحاسيس السارة والمفرحه (Kerkar . 2017) . ينظر إلى التشيروفوبيا كمصطلح تقني لمقت السعادة وكرهها حيث تعني الخوف من الانغماس في المتعة والفرح – طبعا هذا لا يشمل حالات القلق والاكتئاب . إن الأشخاص الذين يخبرون التشيروفوبيا يكونون في العادة متخوفون من المشاركة في أنشطة وفعاليات تصنف ضمن المناسبات السارة والممتعه (الحموي وآخرون ٢٠١٤.) . هنا يتحفظ بعض الناس ويتخوفون من إطلاق العنان لإنفعالاتهم السارة ومشاعرهم المفرطه خشية أن يترتب على هذه السلوكات أويعقبها حدثا مأساويا يقع عليهم كضد أونقيض لتلك الأفراح والمظاهر السعيدة (سامي . ٢٠١٧) .

إذن فالتشيروفوبيا تمثل شعورا غير منطقي ينتاب الشخص عند تعبيره عن فرحه وسعادته بحدوث أمر سلبي يعقب ذلك السرور ، كردة فعل لهذه المشاعر المبهجة يجعلهم يشعرون بالضيق والألم النفسي ، وهذا ما يفسر الاعتقاد السائد لدى هؤلاء الاشخاص بألا يظهروا مشاعر فرحهم ولا يعبروا عن سعادتهم خشية فقدانهم للسيطرة على مشاعرهم الإيجابيه اوان تأتي النتائج عكسية بعد ان عاشوا الافراح وخبروها (Melka et al., 2011 ؛ الحموي وآخرون ٢٠١٤.).

أيضا وفي نفس السياق وجد إيبر وإيبر (Eber & Eber. ٢٠٠٠) ان الناس يتجنبون معايشة خبرة السعادة وتجربة الفرح وذلك بتوجههم للمشاركة في أنشطة تجلب لهم معدلات أقل من السرور والابتهاج . ويضيف جلبرت ؛ مكاون ؛قبونز ؛ تشوتاي :؛ دوارتي وماتوس (Gilbert, McEwan, Gibbons, Chotai, Duarte & Matos 2012) أن السعادة تخيف البعض أحيانا بحكم إعتقاداتهم بأنها سوف تجلب لهم أشياء سيئه عاجلا اوآجلا (ص . ٣٧٥).

أما في إطار دور ثقافة المجتمع وعلاقتها بظهور مثل هذه المشاعر والمخاوف من السعادة والفرح (cherophobia) فقد تناولت كثير من الابحاث والدراسات هذا الموضوع في عدة بيئات وثقافات ، فمثلا أكد مايامووتوما (Miyamoto and Ma . ٢٠١١) أن الإعتقادات والمخطوطات الذهنية الثقافيه تلعب دورا مهما في تشكيل مشاعر الناس وتنظيم خبراتهم العاطفية نحوحالات الفرح والابتهاج ، وإستشهدا في ذلك بأن الامريكيين يستشعرون الفرح ويتذوقونه أكثر من نظرائهم اليابانيين . ايضا فإن هينكس ودافيز (Hinks and Davies.2012) قد ذكرا ان قبائل إيفالوك القاطنين في جزر كارولاين لا تشجع أفرادها على التعبير عن مشاعر فرحهم وسرورهم لأنهم يرون ذلك أمرا شخصيا سيؤثر على مفهوم الجمعية القبليه وذلك لإرتباطه بالتباهي والإثارة الممقوتة المترتبة عليه إضافة إلى جعل الشخص عاجزا عن الوفاء بمهامه وواجباته نحوالاخرين . كما أن يوشيدا ، نوراساكونكت وكيتاياما (Ushida , Norasakkunkit, and Kitayama .2004) قد وجدوا في دراستهم على عينة منوعة من شعوب جنوب شرق آسيا أن الأفراد المشاركين كانوا مهمومين وقلقين بكيفية تأثير تعبيراتهم وإنفعالات سعادتهم وأفراحهم على نفسيات الآخرين وتفكيرهم . كما ان يوشيدا وكيتاياما (Ushida and Kitayama.2009) قد إستنتجا في دراسة لاحقة على عينة يابانية ، أن معظم هؤلاء الأفراد يؤمنون بأن السعادة يمكن أن تؤدي إلى نتائج سلبية لأن هذه الأفراح الغامره تجعلهم في غفلة عن وسطهم الأسري وبيئتهم الإجتماعيه . أيضا وفي نفس الإطار ينظر الدين الإسلامي للسعادة المفرطه على أنها أمر قد يبعد الفرد عن ربه وعن تقواه (Joshnaloo.2012). ؛ بل إن تشيتيك (Chittick.2005) يشير إلى أن النبي محمد (ص) قد نهى عن كثرة الضحك بحكم أنها عادة تميت القلب ، لذا فالدعوه هنا للناس بأن يكونوا أكثر جدية وألا يشغلوا أذهانهم بإمور

تفقدهم حالة التأمل في القضايا الأساسيه التي تهمهم في حياتهم (p.153). كذلك فإن جوشنالوويجرز (Joshnaloo and Weijers.2014) أشارا إلى أن هناك إعتقادات في الدول الخليجيه العربيه وإيران ترى أن المبالغة في إظهار الأفراح قد يترتب عليها عقوبة إلهيه إضافة إلى ما تحمله من إحتمالات الإصابة بالعين الحاسده وهوما يجعل البعض يحرصون على إخفاء مظاهر فرحهم وسرورهم بأية أحداث أوأخبار سارة ومفرحه . أيضا وفي نفس السياق يرى ريكاردو(Ricardo. ٢٠١١) ان أتباع البوذية يعتقدون أن مطاردة السعادة والسعي لتحقيقها وإظهار الفرح بها قد يؤدي إلى تطوير حالات وظواهر نفسية مثل التباهي والتفاخر والطمع والجشع والقسوة وما يترتب عليها جميعا من مساؤي ونتائج سلبية ليس على الفرد وحده بل على كل المحيطين به .

كذلك وفي نفس الإطار ، وفي بعض مجتمعات الشرق الاوسط ، ينظر للأشخاص الذين يقومون بإظهار مشاعر الفرح المفرط ، على انهم أفراد يجلبون لأنفسهم اويُعرِضون حالاتهم لإحتمالية حدوث الأتراح والأحزان بسبب الحسد اوالعين اوغيرها من الاعتقادات التي تحمل الأسى والحسرة والحزن ويمكن حتى الشعور بالإثم والذنب الذاتي إضافة الى ان السعادة من وجهة نظر البعض منهم هي عبارة عن مشاعر سطحيه تقلل من جدية الشخص في نظام إعتقادات ثقافة مجتمعه (Joshanloo.2013 ؛ سامي . ٢٠١٧) .

من جانب آخر فقد أظهرت بعض الدراسات مستوى العلاقة بين الخوف من السعادة وبعض السمات الشخصيه ؛ فقد قام أقبوونقوو(Agbo and Ngwu .2017) بفحص الدور الوسيط المحتمل للشخصية في العلاقة بين الخوف من السعادة وبين خبرتها أومعايشتها حيث طبق الباحثان في دراستهما مقياس العوامل الخمسه الكبرى ومقياس تأثير الخوف من السعاده وقد أظهرت نتائج الدراسة أن هناك دورا واضحا ومؤثراً لنمط الشخصيه عندما يتعلق الأمر بالتعبير عن الفرح ومظاهر السعاده . أيضا وفي نفس الإطار فقد كشفت نتائج دراسة جوشنالو(٢٠١٨) عن الخوف وهشاشة مستوى السعادة كوسيط في العلاقة بين الإرتباط غير الآمن والرفاه أوالهناء الشخصي ، عن وجود علاقة إيجابية بين الارتباط غير الامن والخوف من السعادة في الوقت الذي كان لهشاشة السعادة دورا وسيطا دالا في العلاقة بين الارتباط غير الامن والرفاه الشخصي .

إذن فبعض الاعتقادات السائدة في هذه الثقافات – ذات السمات الشرقيه – لا تنظر للسعادة كما ينظر لها في الثقافة الغربيه ؛ ففي مجتمعات أمريكا الشماليه مثلا ينظر للسعادة على أنها إحدى القيم الحياتية المهمة للأفراد، لذا سينظر للشخص الذي لا يحقق السعادة أولا يسعى لتحقيقها على انه شخص فاشل أوغير متوافق ويحتاج إلى نوع معين من الإهتمام والرعايه (Morris.2012

من جانب آخر فإن ليوبوميرسكي وزميليه شيلدون وشكيد (Lyubomirsky , Sheldon and Schkade . 2005) وكذلك زيفنك (Zevnik, 2010) يرون ان الناس في مختلف الثقافات – وليس امريكا الشماليه فقط – وتحديدا في عقد الألفية الحالي مشغولون ومهمومون إلى حد الوسوسة بتحقيق السعادة وجودة الحياة والهناء الذاتي وأنها تمثل إتجاها تتزايد معدلاته حول العالم أجمع في ظل إنتشار مظاهر ومتغيرات العولمة والديموقراطيه مما جعل الناس يركزون في حياتهم وإهتماماتهم على هنائهم الذاتي وسعادتهم الشخصيه بصورة ملحوظه .

إذن يمكن القول إن الأعراف الاجتماعية والثقافيه تحكم الانفعالات وطرق التعبير عن الافراح والسعادة عند تلقي الاخبار الساره اوعند المشاركة في المناسبات الاجتماعيه حيث أظهر الاسيويون – خاصة الشرقيون – هذا الاتجاه من التصرفات والافعال حيث يعملون على إخفاء مظاهر سرورهم وسعادتهم في مواقف معينة تلافيا لإثارة مشاعر وردود فعل سلبيه لدى الاخرين (Safdar et al., 2009) .

إجمالا ، جوشنالوويجرز (٢٠١٤) إستنتجا في نهاية مراجعاتهما الطويلة والثريه لثقافات الشعوب في نظرتها لإظهار مشاعر الفرح والسعادة (تشيروفوبيا cherophobia) بأن هناك أفرادا وثقافات معينة تميل إلى مقت مظاهر السعادة وكره التعبير عنها لأن الأغلبية يهتمون بردود أفعال أقاربهم وزملائهم وأصدقائهم و– كذلك ربُهم – وبالتالي قد يمتعضون ويستاؤون مما يترتب على التعبير المفرط عن الفرح والسعادة من نتائج سلبية تَرجَح بتلك الآثار الإيجابية التي تجعل الفرد سعيدا مسرورا (ص .١٦). أيضا وفي نفس الإطار ، يبدوأن النموذج الأنثروبولوجي لستانلي هول والذي يهتم بالتمييز بين الثقافات على أساس سياقاتها ، كالثقافة عالية السياق ، والتي تعتمد الرمزية أساسا في التواصل بين الإفراد حيث يلجأ البعض منهم إلى الإكتفاء بالرمز عند التعامل مع الآخرين ، والتي من مظاهرها – أي

الرمزيه – النزعة للتخفي والتستر اوالتكتم الذاتي متى ما شعر الشخص أن في الإفصاح عن أية أخبار أوقرارات سارة تهديد للذات ، والذي من مصادره الخوف من العين ؛ الحسد ؛ الغيرة ؛ العقوبة الإلهيه .....الخ (الدخيل الله . ٢٠١٤).

من جانب آخر وفيما يتعلق بأسباب ظهور التشيروفوبيا فقد أشار عدد من الباحثين (Patterson.2017 Kerkor.2017 , ؛ Lambrou .2014 ؛ سامي . ٢٠١٧) إلى عدة عوامل قد تسهم في ظهور أعراض التشيروفوبيا والتي يمكن إجمالها فيما يلي :

١- وجود أحداث دراماتيكية نفسية وجسمانية قديمه يعاني منها الشخص .

٢- مستوى الإنطواء والعزلة والبعد عن التفاعلات الإجتماعيه تجعل الفرد عرضة أكثر من غيره للتشيروفوبيا .

٣- نمط الأشخاص الكماليين قد يشعرهم اويربط حالاتهم النفسيه بالتشيروفوبيا ، حيث أن هناك من يعتقد أنه قد يتملكهم شعور بأن السعادة ما هي إلا سمة للاشخاص الكسالى اوغير الجادين والمنتجين ونتيجة لذلك فهم يتجنبون الأنشطة التي يمكن أن تجلب لهم السعادة والسرور والمرح وهي مظاهر تمثل من وجهة نظرهم أنشطة تافهة وغير نافعه اومجديه .

٤- أيضا هناك إحتمالية وجود عوامل أخرى معقده مثل العوامل الجينية والوراثيه والكيماوية المخيه تُعزز مع الخبرات الحياتيه التي يتعرض لها الفرد (Kerkar.2017. Nall.2017) .

مشكلة الدراسة:

تعد السعادة أحد العوامل المحددة للحياة الناجحه ، لذلك فهناك تزايد وتهافت لدى الناس بغرض إقتناء تلك الكتب التي ترشد الناس وتساعدهم في تلمس سبل السعادة (Patterson.2017). يرى عبد الخالق والنيال (٢٠١٨) أن الإستعداد للسعادة يتكون في مرحلة الطفولة ويصقل في مرحلة المراهقة نتيجة تفاعلات عوامل إجتماعية وبيئية وجينية ولا توجد فروق كبيرة بين الذكور والإناث في إستعداداتهم للسعاده (ص.٩٥). إن الإبتهاج والسرور عبارة عن إنفعال سار يتسم بعلامات كثيرة من الإشباع والهناء الذي يسود حياة الناس ، حيث يكون الشعور بالبهجة والإنشراح عادة مصحوبا بالتفاؤل والإحساس العميق

بأن الفرد يتمتع بصحة جيدة ونشاط جم (العنزي. ٢٠٠١ . ص ٣٥٣). هنا يمكن تحديد ثلاثة عناصر للسعادة تتضمن : الرضا عن الحياة ؛ والاستمتاع والابتهاج والهناء ؛ إضافة إلى الغياب النسبي للعناء والغم بما يتضمنه من قلق وإكتئاب (عبد الخالق والنيال . ٢٠١٨ . ص ٨٦) . ترتبط السعادة من وجهة نظرعدد من الباحثين إرتباطا وثيقا بالفرح والسعاده وهناك أسباب متنوعة لحالة السرور بعضها يقوم على إشباع حاجات الشخص من مصادر مختلفه بعضها إجتماعي ونفسي والبعض الآخر فسيولوجي مرتبط بالحالات المزاجية والتعبيرات الجسمانيه (عبد الخالق والنيال . ٢٠١٨ . ص ٨٩).

يرى أرجايل (Argyle.2001) أن السعادة كخبرة حياتية تتكون من ثلاثة عوامل مستقلة هي : الرضا عن الحياة ؛ والتأثير الوجداني الإيجابي ؛ والتأثير الوجداني السلبي . أما فينهوفن (Veenhoven .2006) فقد عرف مفهوم السعادة من خلال ثلاث نظريات هي : نظرية نقطة التهيئه (set point theory) التي تؤمن بأن الناس مبرمجين ذهنيا عند درجة معينة من السعاده ؛ نظرية المقارنة والتي ترى ان السعادة ما هي الا نتيجة حسابات ذهنية محدده تتضمن مقارنة بمعايير جودة الحياة وشروطها ؛ أما النظرية الثالثة فهي نظرية التأثير الوجداني اوالعاطفي والتي ترى أن السعادة تعتمد على خبرة عاطفية غير منطقية اومسوغة تعكس حاجات الإشباع والرضا النفسي . إجمالا ، يتسم الأشخاص السعداء بشعورهم بالرضا والنجاح في العلاقات الإجتماعية والتعاون والتفاعل والمشاركة في الأنشطة الإجتماعية (علام .٢٠٠٨ . ص .٤٤١)

من جانب آخر هناك بعض الشعوب والثقافات لا ينظرون للسعادة كما ينظر لها في امريكا الشماليه اوالمجتمعات الغربيه لإعتقادهم أن الأفراح الكبيرة وحالة الانشراح المفرطه ستجلب معها ايضا اتراحا واحزانا عظيمة ، وفي مجتمعات أخرى ، شرقية في الغالب ، ينظر للإبتهاج والسعادة على أنها مشاعر سطحيه تقلل من جدية الشخص في نظام إعتقاداته الاجتماعي (.٢٠١٤ ؛ Joshnaloo.2012 ؛ Chittick.2005).

إن التشيروفوبيا حالة نفسية تعزى للسلوك التجنبي للفعاليات والمواقف المرتبطة بالفرح والسعادة حيث ان ممارسة طقوس وأنشطة يظهر فيها الأشخاص الابتهاج والسرور ومعايشة خبرة سعيدة كبيره قد تتسبب لهؤلاء الأشخاص في نهاية الأمر بردة فعل مساوية لها من الأسى والأتراح والمشاعر المأساويه (Nall,2017 Patterson, 2017 ؛) .

أما في إطار التصنيف والتشخيص فإن النسخة الخامسة من الدليل الإحصائي للإضطرابات النفسية (DSM-5) لم تدرج تشيروفوبيا ضمن أي فئة من الإضطرابات المعتمدة ولكن يمكن إجمالا تحديد الأعراض التالية لهذا النوع من الحالات النفسيه فيما يلي : ١- معاناة وقلق عند التفكير في الذهاب لتجمعات ومناسبات إجتماعيه ذات طابع مفرح ومبهج جدا . ٢ – رفض المشاركة في لقاءات ومواقف قد تؤدي إلى تغييرات حياتية إيجابيه وذلك بسبب الخوف من حدوث شيء سلبي غير سار لاحقا . ٣ – رفض المشاركة في أنشطة وفعاليات ذات طابع أوصبغة ماتعة وساره . ٤ – تراود من يعاني من التشيروفوبيا بعض الأفكار والتي يمكن ان تتضمن : كوني سعيدا الان يعني حدوث مكروه أوسوء لاحقا ؛ السعادة تجعلني شخصا أكثر تعاسة أوسوءاَ ؛ إظهار فرحي وسعادتي أمر سيء لي ولأسرتي ولأصدقائي علاوة على أن التظاهر بمظهر السعيد المنشرح والمتباهي ليس الا مضيعة للوقت والجهد (Nall.2017 ؛ الحموي وآخرون .٢٠١٤ ؛ سامي . ٢٠١٧).

أيضا لابد من الإشارة إلى هناك الآن إهتمام ملحوظ بإقتصاد السعادة كما يرى ذلك فري (Frey.2008.p.5) حيث ينادي الإخصائيون النفسيون ومنسوبوالمجال الاقتصادي ، وبتزايد ملحوظ ، للإهتمام بجودة حياة الأشخاص وتحقيق معدلات من الهناء الذاتي لهم ، وقد لقيت هذه الدعوات صدى واسعا لدى صناع السياسات كما يظهر في تقرير هيئة الأمم المتحده الذي يدعم توجه تطوير برامج الهناء والرفاه والسعاده العالميه , In Helliswell (Loyar & Sachs.2012).

لقد أظهرت نتائج دراسة لامبرت ، باسمور وجوشنالو (Lambort et al., 2018) الخاصة بتطبيق برنامج تدخلات إيجابية – لمدة إسبوعين – بقصد الرفع من مستوى السعادة وخفض مستوى الخوف من التعبير عنها لدى ١٥٩ فردا (الطلاب= ٦٢ ؛ الطالبات = ٩٧) من طلبة جامعة دولة الإمارات المتحده والذين ينتمون لتسع وثلاثين جنسية (٧٨٪ منهم مسلمون) ، أن هؤلاء الطلبة أبدوا مستويات عالية من تذوق جودة الحياة والهناء والرفاه مع معدلات أدنى من المخاوف من التعبير عن مشاعر سعادتهم وفرحهم .

في ضوء ما سبق جاءت فكرة هذا البحث الاستطلاعي الاستكشافي لإستقصاء هذه الحالة ذات الأبعاد الإنفعالية والفسيولوجية والثقافيه في أوساط الطلبة الجامعيين بالمملكه العربيه

السعوديه ، وهل إشاعة مظاهر الفرح والسعادة تتسق مع بعض الإعتبارات الإجتماعية والثقافية السائدة في مجتمع محافظ كالمجتمع السعودي ، وبالتالي فإن مشكلة البحث تتحدد في السؤال الرئيس التالي:

ما نسبة إنتشار المخاوف من إظهار مشاعر الفرح والسعادة (cherophobia) في أوساط طلبة الكليات الإنسانيه بجامعة الملك سعود ؟

ويتفرع من السؤال الرئيس الاسئلة الفرعية التاليه :

١- هل توجد فروق دالة بين الطلبة في درجة الخوف من إظهار مشاعر الفرح والسعادة تعزى لمتغير الجنس ؟

٢- هل توجد فروق دالة بين الطلبة في درجة الخوف من إظهار مشاعر الفرح والسعادة تعزى لمتغير المرحلة التعليميه ؟

٣- هل توجد فروق دالة بين طلبة مرحلة البكالوريوس في درجة الخوف من إظهار مشاعر الفرح والسعادة تعزى لمتغير التخصص الاكاديمي ؟

٤ - هل توجد فروق دالة بين طلبة مرحلة البكالوريوس في درجة الخوف من إظهار مشاعر الفرح والسعادة تعزى لمتغير المستوى الدراسي ؟

أهداف البحث :

١- الكشف عن مستوى المخاوف من إظهار مشاعر الفرح والسرور في أوساط الطلبة بجامعة الملك سعود .

٢- الكشف عن مدى وجود فروق دالة بين الطلبة في درجة إظهار مشاعر الخوف من الفرح والتعبير عن السعادة تعزى لمتغيرات : الجنس ؛ والمرحلة التعليمية ؛ والتخصص الاكاديمي والمستوى الدراسي الخاص بطلبة البكالوريوس .

أهمية البحث :

١ يستمد هذا البحث أهميته من كونه يتناول موضوعا مرتبطا بالسعادة كمظهر من مظاهر جودة الحياة والتي اصبحت محورا وهدفا من اهداف البرامج التنموية في خطط دول المنطقه الخليجيه ومنها المملكه التي وضعتها ضمن مبادرات رؤية ٢٠٣٠ .

٢ كما يستمد البحث اهميته من أهمية مجتمع الدراسه الذي يمثل الطلبة الجامعيين وأهمية نظرتهم للحياة والهناء الشخصي بنظرة إيجابية متفائلة في ضوء الخطط التحولية والتنموية في المجتمع السعودي ومدى تقبل أفراد مجتمع محافظ كالمجتمع السعودي لإشاعة مظاهر الفرح والسرور وإظهارها والتعبير عنها دون حرج إجتماعي اوأوتحوط أوتحفظات .

٣ كذلك فإن أهمية هذا البحث تنبع من كونه – على الأقل في حدود علم الباحث – من الابحاث الرائده والدراسات النادرة على المستوى المحلي والعربي والذي يتناول حالة نفسية كهذه (cherophobia) تستحق البحث والتقصي في ضوء ما تمر به المجتمعات من تحولات ثقافية وحضارية تستوجب العناية والإهتمام بسيكولوجية الأفراد لتحقيق التفاعل المأمول مع هذه التغيرات .

٤ أيضا تم تصميم أداة لقياس حالة المخاوف من إظهار مشاعر الفرح والسعاده والتي يمكن ان تكون لها إستخدامات مستقبليه بواسطة بعض الباحثين المهتمين بهذا الشأن في العلوم النفسية والتربوية والإجتماعية عامة وعلم نفس الصحة وعلم النفس الثقافي وعلم النفس الإيجابي على وجه الخصوص .

تعريف المصطلحات :

١ – المخاوف من إظهار السعاده : cherophobia

عرفت إرين باترسون (٢٠١٧) المخاوف من إظهار السعاده (chearophobia) بأنها

: حالة من الخوف غير المنطقي أوالمبرر ، يجد الشخص نفسه فيها متضجراَ وكارهاَ لأي مشاعر وأحاسيس أوأفكار أومواقف أوأخبار أوأحداث يتوقع أن تجلب له السعادة والسرور (Patterson.2017).

٢ – الكليات الإنسانيه : هي كليات التربيه – الآداب – إدارة الأعمال .

إجراءات البحث :

منهج البحث :إستخدم الباحث المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة أهداف البحث وتساؤلاته .

مجتمع البحث : تكون مجتمع البحث من جميع طلبة جامعة الملك سعود المسجلين خلال العام الدراسي١٤٣٨ / ١٤٣٩ وعددهم (٦٠٥٢٥ طالب وطالبه) .

عينة البحث : إستخدم الباحث طريقة العينة الحصصيه والتي تم سحبها من ثلاث كليات هي : التربيه – الآداب – العلوم الإداريه .

تكونت العينة النهائية من (٢٥٧) طالبا وطالبة بمرحلتي البكالوريوس والدراسات العليا بجامعة الملك سعود . وكان توزيعها حسب الجنس والمرحلة التعليمية والتخصص الاكاديمي على النحوالموضح في جدولي (١) & (٢) :

جدول (١)

توزيع العينة النهائية وفقا للجنس والمرحلة التعليميه

الكلية	الجنس		المرحلة			المجموع
	ذكور	إناث	بكالوريوس	ماجستير	دكتوراه	
التربية	100	106	133	57	16	206
الآداب	29	–	29	–	–	29
إدارة الأعمال	22	–	22	–	–	22
المجموع	151	106	184	57	16	257

جدول (٢)

توزيع العينة النهائية وفقا للتخصص

التخصص	الكلية			المجموع
	التربية	الآداب	العلوم الإداريه	
ثقافة اسلامية	50			50
تربية خاصة	33			33
رياض اطفال	29			29
مناهج وطرق تدريس	21			21
تربية فنية	4			4
تعليم كبار	2			2
ادارة تربوية	1			1
علم النفس	66			66
آثار			20	20
اعلام			9	9
إدارة اعمال		22		22
المجموع	206	22	29	257

أداة الدراسة: قام الباحث في إطار سعيه لتحقيق أهداف الدراسة بمراجعة الأدب النظري والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة الحالية، وتم بناء مقياس مكون من جزئين : الأول عبارة عن البيانات الشخصية الخاصة بالجنس والوضع الأكاديمي من حيث : المرحلة الدراسيه ؛ التخصص أوالمسار الأكاديمي ،والمستوي الدراسي. أما الجزء الثاني فيتكون من (٣٥) عبارة موزعة علي ثلاثة أبعاد (الانفعالي ، الفسيولوجي ، الثقافي), وفيها يقوم المشارك بإختيار إحدى فئات الاستجابات الأربع (دائما ، أحياناً ، نادراً ، أبداً) .

جدول (٣)

توزيع الاستجابات وفقا للمتوسطات الحسابية

الاستجابة	الدرجات	مدى المتوسطات
دائما	٤	٣.٢٥ إلى ٤.٠٠
أحيانا	٣	٢.٥٠ إلى ٣.٢٥
نادرا	٢	١.٧٦ إلى ٢.٥٠
أبداً	١	١.٠٠إلى ١.٧٥

وهذا يعني أن إرتفاع المتوسطات يعكس مستوى مرتفعا من الخوف من إظهار مشاعر الفرح والتعبير عن السعاده (cherophobia). أما الجدول (٤) فيوضح توزيع العبارات على **أبعاد المقياس:**

جدول (٤)

توزيع عبارات المقياس على الأبعاد الثلاثه

الأبعاد	عدد العبارات	العبارات
الانفعالي	١٤	١، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥ ، ٧ ، ٩ ، ١٠ ، ١٩ ، ٢٢ ، ٢٣ ، ٢٤ ، ٢٧ ، ٣١
الفسيولوجي	٦	١٨ ، ٢١ ، ٢٦ ، ٢٨ ، ٣٠ ، ٣٢
الثقافي	١٥	٦ ، ٨ ، ١١ ، ١٢ ، ١٣ ، ١٤ ، ١٥ ، ١٦ ، ١٧ ، ٢٠ ، ٢٥ ، ٢٩ ، ٣٣ ، ٣٤ ، ٣٥

صدق وثبات أداة البحث: تم التحقق من الصدق والثبات بغستخدام الإجراءات التاليه :

أ – صدق المحكمين: تم التحقق من صدق المقياس المكون في صورته الأولى من ٣٨ عبارة من خلال عرضه على ستة من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس بكلية التربية

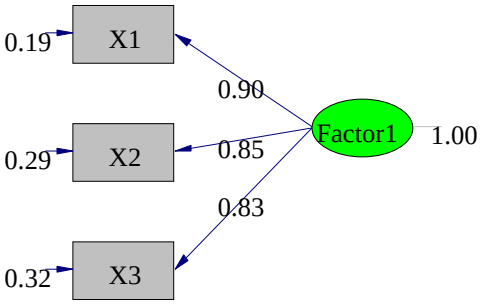
جامعة الملك سعود ، وتم الأخذ بتوجيهاتهم ومقترحاتهم من إضافة عبارات أوحذفها أوإعادة صياغة للبعض الآخر منها ليصبح المقياس في نسخته النهائية مكونا من ٣٥ بندا . وبعد ذلك تم تطبيق الأداة على عينة إستطلاعية مكونة من (٤٠) طالبا بكلية التربية جامعة الملك سعود (صيف ١٤٣٧/١٤٣٨).

ب – الصدق العاملي : تحقق الباحث من الصدق العاملى للمقياس عن طريق استخدام التحليل العاملى التوكيدى"Confirmatory Factor Analysis(CFA) للأبعاد " باستخدام برنامج LISREL8.8 ، وجاءت النتائج كما يوضحها جدول (٥) :

جدول (٥)

نتائج التحليل العاملي التوكيدي للأبعاد الثلاثة للمقياس

الأبعاد	التشبع	الخطأ المعياري	ت ودلالتها	معامل الثبات
الانفعالي	٠.٩٠١	٠.١٣١	**٦.٨٧	٠.٨١٢
الفسيولوجي	٠.٨٤٦	٠.١٣٥	**٦.٢٦	٠.٧١٥
الثقافي	٠.٨٢٧	٠.١٣٦	**٦.٠٧	٠.٦٨٣



Chi-Square=0.00, df=0, P-value=1.00000, RMSEA=0.000

يتضح من النتائج أن نموذج العامل الواحد قد حصل على قيم جيدة لمؤشرات حسن المطابقة ، وأن قيم معاملات التشبعات دالة إحصائيا عند مستوي (٠.٠١) .

ج –١: معامل ارتباط الأبعاد ببعضها وبالدرجة الكلية: وجاءت النتائج على النحوالموضح في جدول (٦) :

جدول (٦)

معاملات ارتباط الأبعاد ببعضها وبالدرجة الكلية للمقياس:

الأبعاد	الانفعالي	الجسماني	الثقافي	الدرجة الكلية
الانفعالي				٠.٩٢٠**
الجسماني	٠.٧٦٢**			٠.٨٧٥**
الثقافي	٠.٧٤٥**	٠.٦٩٩**		٠.٩٢١**

*دال عند (٠.٠٥)، **دال عند (٠.٠١)

يتضح من الجدول (٦) أن جميع قيم معامل ارتباط الأبعاد ببعضها وبالدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائيا عند مستوى (١ ٠ ٠) وكانت محصورة بين (٠.٦٢٩، ٠.٩٢١) .

ج – ٢ : معامل ألفا كرونباخ: وجاءت قيم معامل ألفا كرونباخ للأبعاد والمقياس ككل ، كما يوضحها الجدول (٧):

جدول (٧)

قيم الفا كرونباخ للثبات

الأبعاد	ألفا كرونباخ
الانفعالي	٠.٧٨٢
الفسيولوجي	٠.٨٤٤
الثقافي	٠.٨٣٦
المقياس ككل	٠.٩٢١

يتضح من الجدول (٧) أن جميع قيم معامل ألفا كرونباخ سواء للأبعاد أوالمقياس ككل كانت مرتفعة وانحصرت بين (٠.٧٨٢ ، ٠.٩٢١) .

د – الاتساق الداخلي :وتم التحقق من ذلك بإتباع الخطوات التالية:

(أ) معامل إرتباط العبارات بالأبعاد: وجاءت النتائج على النحوالموضح في جدول (٨):

جدول (٨)

معاملات إرتباط العبارات بالبعد الانفعالي

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٦٠٢**	١٠	٠.٣٨٧*
٢	٠.٣٣٣*	١٩	٠.٣٤١*
٣	٠.٧٠٤**	٢٢	٠.٦٠٦**
٤	٠.٤٠٢*	٢٣	٠.٦٢٨**
٥	٠.٤٩١**	٢٤	٠.٣٤٥*
٧	٠.٦٦٦**	٢٧	٠.٦٧٨**
٩	٠.٦٣١**	٣١	٠.٥١٣**

*دال عند (٠.٠٥) ، **دال عند (٠.٠١)

يتضح من الجدول (٨) أن جميع قيم معامل ارتباط العبارات بالبعد الانفعالي دالة إحصائيا وكانت محصورة بين (٠.٣٣٣ ، ٠.٦٧٨) .

جدول (٩)

معاملات إرتباط العبارات بالبعد الفسيولوجي(الجسماني)

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١٨	**٠.٧٤١	٢٨	**٠.٧٨٢
٢١	**٠.٦١٨	٣٠	**٠.٧٠١
٢٦	**٠.٨٦١	٣٢	**٠.٨٠١

*دال عند (٠.٠٥) ، **دال عند (٠.٠١)

يتضح من الجدول (٩) أن جميع قيم معامل ارتباط العبارات بالبعد الفسيولوجي دالة إحصائيا وكانت القيم محصورة بين (٠.٦١٨ ، ٠.٨٦١) .

جدول (١٠)

معاملات إرتباط العبارات بالبعد الثقافي

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
٦	**٠.٦٦٩	١٧	**٠.٥٣٩
٨	*٠.٣٣٣	٢٠	**٠.٥٦٤
١١	*٠.٣٣٥	٢٥	**٠.٤٥٩
١٢	**٠.٦٣٦	٢٩	**٠.٦٧١
١٣	**٠.٧٤٥	٣٣	**٠.٦٠٩
١٤	**٠.٧٦٣	٣٤	**٠.٧٤٤
١٥	**٠.٧٣٨	٣٥	**٠.٥٢٩
١٦	*٠.٤٠١		

*دال عند (٠.٠٥) ، **دال عند (٠.٠١)

يتضح من الجدول (١٠) أن جميع قيم معامل إرتباط العبارات بالبعد الثقافي دالة إحصائيا وكانت محصورة بين (٠.٣٣٣ ، ٠.٧٦٣).

إذن وبإستكمال جميع الإجراءات السايكومتريه السابقة تحقق الباحث من صلاحية المقياس كأداة مناسبة للبحث الحالي وتم تطبيقها على العينة النهائية.

نتائج البحث:

السؤال الأول: ما نسبة إنتشار المخاوف من إظهار السعادة والفرح (تشيروفوبيا) في أوساط طلبة الكليات الإنسانيه بجامعة الملك سعود ؟

للإجابة على هذا السؤال إستخدم الباحث النسب والتكرارات والمتوسطات الحسابيه لحساب استجابات أفراد العينة على الأبعاد الثلاثة للمقياس بدءا بالبعد الإنفعالي كما يظهر في بيانات الجدول (١١)

شيوع أعراض المخاوف من إظهار الفرح والسرور والسعادة (تشيروفوبيا):

جدول (١١)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات البعد الانفعالي

رقم العبارة	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
1	أتحاشى التعبير عن فرحي وسعادتي	٢.١٠	٠.٩١٧	٧
2	أفقد طعم ولذة الفرح بسبب تأجيلي لأفراحي وابتهاجي	٢.٣٥	٠.٨٩٧	٤
3	أخاف عند الاعلان عن خبر مفرح يخصني	٢.١٤	٠.٩٦٨	٦
4	أحرص على عدم الحديث اوالافصاح عن اية اخبار ساره انتظرها	٢.٣٤	٠.٩٩٥	٥
5	من عادتي ان لا أكشف عن اخباري السعيدة والمفرحة	٢.٠٢	٠.٨٦٦	٨
7	أشعر ان اظهار الفرح والسرورقد يفقدني الحدث السعيد ويضيعه علي لاحقا	١.٨٨	٠.٩٦٥	١٤
9	احاول إخفاء مظاهر بهجتي وفرحي عند تلقي اخبار سارة وسعيدة	١.٩٥	٠.٩١٩	١١
10	تسيطر علي الكثير من الخواطر السلبية خلال فترة انتظاري لأخبار مفرحه	٢.٣٦	٠.٩٧٠	٣
19	أتردد بعض الشئ قبيل التعبير عن مشاعر فرحي وسعادتي	٣.٠٦	٠.٩٣٨	١
22	اخاف من حدوث مكروه عند التعبير عن فرحي وسعادتي	١.٩٨	٠.٩٩٠	١٠
23	تنتابني مشاعر خوف من فجائية الاخبار السعيدة (الاخبار السارة المفاجئة)	١.٩١	٠.٩٢٧	١٣
24	لا أحبذ الحديث عن أخباري السارة والمنتظرة قبل حدوثها.	٢.٥١	٠.٩٦٩	٢
27	أخفى مظاهر سعادتي خشية ان تتحول أفراحي إلى أحزان.	١.٩٢	٠.٩٦٥	١٢
31	أشعر عند إظهار بهجتي وسروري بأنني غير واقعي اومتصنع لها (يعني لا اعيشها في لحظتها دون تفكير أوإعتقادات سلبيه).	٢.٠٠	٠.٩٥٨	٩
المتوسط العام للبعد=٢.١٨				

يتضح من الجدول (١١) أن المتوسطات الحسابية لعبارات البعد الانفعالى انحصرت بين (١.٨٨ – ٣.٠٦) وبمتوسط عام للبعد= (٢.١٨) وقد جاءت العباره رقم ١٩ في هذا البعد

في المرتبة الأولى من حيث إرتفاعها؛ بل إنه البند الوحيد الذي تجاوز متوسطه الثلاثه (٣.٠٦) حيث أشار أغلبية أفراد العينة إلى عدم ترددهم أوخوفهم من إظهار مشاعر الفرح والسرور في المواقف التي تستدعي ذلك. اما المتوسط الأدنى في هذا البعد الانفعالي فقد ورد في البند رقم ٧ (١.٨٨) والذي تضمن الإفادة بأن أفراد العينة لايجدون مشاحة أوحرجا اوخوفا في التعبير عن مشاعر الفرحة والسرور .

أما فيما يتعلق بالبعد الجسماني أوالفسيولوجي فقد جاء متوسط إستجابات افراد العينة عليه الأدنى بين الأبعاد الثلاثه كما يظهر من بيانات الجدول (١٢)

جدول (١٢)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات البعد الفسيولوجي/ الجسماني

رقم العبارة	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
18	اشعر بآلام وأوجاع جسمانية في المناسبات السارة والمبهجة	١.٦٣	٠.٨٩٢	٦
21	أشعر بحكة ورعشة في جسمي في غمرة افراحي وإنشراحي	١.٩٩	١.٠٧	١
26	أشعر بما يشبه الاختناق في بعض حالات الفرح والسرور .	١.٧٧	٠.٨٩٠	٤
28	تظهر على اعراض الرعشة والخفقان عند معايشتي للحدث السار والمفرح بمجرد التفكير في عواقبه اوآثاره السلبية.	١.٧٩	٠.٩٩٢	٣
30	أتصبب عرقا في بعض المواقف التي أتلقى فيها أخبار سعيدة ومفرحه	١.٨٤	٠.٩٥٢	٢
32	أشعر بآلام في صدري عند نشر اخبار مفرحة وساره عني	١.٦٨	٠.٨٩٧	٥
المتوسط العام للبعد=١.٧٨				

يتضح من الجدول (١٢) أن المتوسطات الحسابية لعبارات البعد الجسماني الفسيولوجي قد انحصرت بين (١.٦٨ – ١.٩٩) وبمتوسط عام للبعد = (١.٧٨)وقد جاءت عبارة : أشعر بحكة ورعشة في جسمي أثناء نشوة الفرح والسعادة في المرتبة الأولى وبمتوسط =(١.٩٩) فيما جاءت عبارة: أشعر بآلام في الصدرعند نشر أخبار مفرحة عني في المرتبة الأخيرة وبمتوسط=(١.٦٨).

من جانب آخر فقد جاء متوسط إستجابات أفراد العينة على بنود البعد الثقافي في المرتبة الأعلى بين الأبعاد الثلاثة في مستوى الخوف من إظهار مشاعر الفرح والسرور أوالتعبير عنها كما يظهر في جدول (١٣)

جدول (١٣)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات البعد الثقافي

رقم العبارة	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
6	أخفي مظاهر فرحي وسعادتي خشية عيون الناس (الإصابة بالعين)	٢.٠٥	٠.٨٦٦	٩
8	مرت على مواقف وأخبار سعيدة لم افرح بها كما ينبغي	٢.٥٨	٠.٨٢٦	٣
11	أتجنب التعبير عن الافراح واظهار السعادة المفرطه لأنها غير مقبوله اجتماعيا	٢.٣٥	٠.٩٧٠	٧
12	أسرتي توجهني بعدم التعبير المفرط عن سعادتي خشية حدوث عقوبة إلهيه	١.٧٨	٠.٩٦٨	١٤
13	أقلل من فرحتي بالخبر السعيد بإعتقادات وهواجس تسيطر على تفكيري	١.٨٦	٠.٩٥١	١٣
14	أتوتر إذا عرف الآخرون بأخباري السارة والسعيدة.	١.٨٧	٠.٩٣٠	١١
15	اعتقد ان الذين يظهرون افراحهم يمكن ان يتعرضوا لعقوبة إلهيه	١.٥٤	٠.٨٨٣	١٥
16	اعتقد ان التعبير عن الفرح بشكل كبير يمكن ان يستفز البعض.	٢.٥٠	٠.٩٠٦	٥
17	أخشى تجاوز المألوف والمعايير الاجتماعية عند التعبير عن سعادتي وسروري	٢.٣٦	٠.٩٦٦	٦
20	يشاركني الاخرون فرحي وسعادتي	٣.٢٢	٠.٨٨٣	١
25	أفرح من منطلق ان الله يحب ان يرى أثر نعمته على عباده	٣.٠٤	٠.٩٠٧	٢
29	لا ابوح بأخباري المفرحة تأسياً بالحديث الشريف: استعينوا على قضاء حوائجكم بالكتمان، فإن كل ذي نعمة محسود.	٢.٥١	٠.٩٦٥	٤
33	عند التعبير عن فرحي أتأثر بالآية الكريمة: وأنه أضحكى وأبكى	٢.١٣	١.٠٤	٨
34	لا اعبر عن فرحي وسعادتي خشية تكرار خبرة سيئة (ان يتكرر وقوع حدث مؤسف لي كما صار معي سابقاً)	١.٩٤	٠.٩٥٨	١٠
35	اعتقد ان المآسي والكوارث تتبع حالات البهجة والافراح وتليها .	١.٨٦	١.٠٣	١٢
المتوسط العام للبعد =٢.٢٤				

يتضح من الجدول (١٣) أن المتوسطات الحسابية لعبارات البعد الثقافي انحصرت بين (١.٥٤- ٣.٢٢) وبمتوسط عام للبعد = (٢.٢٤) وهوالأعلى بين متوسطات الأبعاد الثلاثه. جاءت عبارة البند رقم ٢٠ هي الاعلى في الترتيب والتي تشير الى ان الأغلبيه لا يميلون إلى إخفاء ردود افعالهم عند تلقي الاخبار السارة والسعيده حتى أنهم لا يمانعون مشاركة الآخرين لهم مشاعر الفرح والسرور بل إنهم زادوا على ذلك بأن أكدوا في الاستجابه على البند الخامس عشر بأدنى متوسط على بنود البعد بإفادتهم بأن إظهار الفرح والسرور لا يمثل عقوبة إلهية لهم .

عموما جاء المتوسط العام لإستجابات جميع أفراد العينة على جميع بنود الأبعاد الثلاثه بقيمة = ٢.١٤ وهي التي تتوسط فئة الإستجابه (نادرا أي مابين قيمتي: ١.٧٦- ٢.٥٠) مما يشير إلى أن حالة الخوف من إظهار مشاعر الفرح والسعاده نادرة أومتدنية الإنتشار في أوساط الطلبة الجامعيين في جامعة الملك سعود .

السؤال الثاني: هل توجد فروق دالة إحصائيا بين الطلبة الذكور والإناث في الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود في درجة مخاوفهم من إظهار مشاعر الفرح والسعاده ؟

وللإجابة على هذا السؤال تم إستخدام إختبار" ت " للكشف عن الفروق بين العينتين كما يظهر في جدول (١٤)

جدول (١٤)

قيمة ت ودلالتها للفروق في أبعاد الخوف من الفرح والسعادة وفقا للجنس

المتغيرات	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلاله=0.05
البعد الانفعالي	ذكور	١٥٠	٣١.٩٦	٧.١٤	٣.٣١	*٠.٠٠١
	إناث	١٠٧	٢٨.٩٤	٧.٣١		
البعد الجسماني	ذكور	١٥٠	١١.٢٩	٤.٣٢	٢.٦١	*٠.٠١٠
	إناث	١٠٧	٩.٩٢	٣.٩٧		
البعد الثقافي	ذكور	١٥٠	٣٤.٥٨	٧.٦٩	٢.٥٥	*٠.٠١١
	إناث	١٠٧	٣٢.٢٢	٦.٨٤		
الدرجة الكلية	ذكور	١٥٠	٧٧.٨٤	١٧.٤٦	٣.١٤	*٠.٠٠٢
	إناث	١٠٧	٧١.٠٧	١٦.٤٧		

يتضح من الجدول رقم (١٤) وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الذكور والإناث عند مستوى ٠.٠٥* في جميع الأبعاد والدرجة الكلية لصالح الذكور وهوما يشير إلى أن الطلاب يميلون وبفروق جوهرية إلى الخوف من إظهار مشاعر فرحهم والتعبير عن سعادتهم مقارنة بالطالبات، ولعل التفسير المحتمل لذلك هوأن الذكور في مجتمع محافظ وتقليدي يعتقدون بأن إظهار مشاعر البهجة والسرور المفرطة يعكس ضعفا في شخصياتهم في الوقت الذي يفترض فيهم ولإعتبارات إجتماعية وثقافية أن يتحلوا بصفات الجدية والتعقل والحكمه وليس إطلاق العنان لأفراحهم ونشوتهم. أيضا قد يكون لطبيعة النساء العاطفية

علاقة بذلك فهن يعبرن عن مشاعرهن في بيئتهن بتحفظ أقل، بل قد تكون بعفوية وتلقائية أكثر من الرجال الذين يتحوطون ويتكتمون كما تؤكد ذلك بعض أدبيات التراث النفسي .

أيضا وفي نفس السياق فقد إستنتجت علام (٢٠٠٨) في بحث تناول معدلات السعادة الحقيقيه أن الذكور يميلون إلى إخفاء مشاعرهم حيث تدربوا وتنشأوا في مرحلة الطفولة على كبح مشاعرهم في سن النضج واللجوء إلى الكبت الوجداني وعدم التعبير عن مشاعرهم في سن الكبر (ص. ٤٤٥). كذلك، ومن جانب آخر ، يتعلق بمعدلات السعادة بين طلبة الجامعه وجد عبد الخالق وآخرون (٢٠٠٣) في دراستهم على ١٤٢٠ كويتيا أن معدلات سعادة طلاب الجامعة أكثر من زميلاتهم؛ في حين لم يجد ساديا (٢٠١٣) في دراسته على ١٢٠ فردا من طلبة جامعة سارقودها الباكستانيه فروقا جوهرية بين الذكور والإناث في التعبير عن مشاعرهم السارة والسعيده .

السؤال الثالث: هل توجد فروق دالة إحصائيا بين الطلبة في درجة مخاوفهم من إظهار مشاعر الفرح والسعادة تعزى لإختلاف المرحلة التعليميه؟

وللإجابة على هذا السؤال تم إستخدام إختبار" ت " للكشف عن الفروق بين العينتين كما يظهر في جدول (١٥)

جدول (١٥)

قيمة ت ودلالتها للفروق في أبعاد الخوف من الفرح والسعادة وفقا للمرحلة التعليميه

المتغيرات	المرحلة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة
البعد الانفعالي	الجامعيه (بكالوريوس)	١٨٤	٣٠.٩١	٧.٦٦	٠.٧٢٢	٠.٤٧١
	دراسات عليا	٧٣	٣٠.١٨	٦.٥١		
البعد الفسيولوجي	جامعيه (بكالوريوس)	١٨٤	١١.٢٢	٤.٤٦	٣.٠٥	٠.٠٠٣
	دراسات عليا	٧٣	٩.٤٧	٣.٢٦		
البعد الثقافي	جامعيه (بكالوريوس)	١٨٤	٣٣.٨٦	٨.٠٨	٠.٩٠٧	٠.٣٦٥
	دراسات عليا	٧٣	٣٢.٩٣	٥.٤٥		
الدرجة الكلية	الجامعيه	١٨٤	٧٥.٩٩	١٨.٦٢	١.٤٣	٠.١٥٥
	العليـــا	٧٣	٧٢.٥٨	١٣.٤٠		

يتضح من الجدول رقم (١٥) وجود فروق دالة إحصائيا في البعد الفسيولوجي لصالح طلبة المرحلة الجامعيه (البكالوريوس) بينما كانت الفروق في بقية الأبعاد والدرجة الكلية غير دالة إحصائياً وقد يكون تفسير ذلك مرتبطا بخصائص المرحلة العمريه وتقلباتها الفسيولوجية وحدة ردود فعل الجسم وكثافة إستجاباته الفسيولوجيه مع ضعف النضج العقلي والانفعالي لدى الطلبة الجامعيين مقارنة بطلبة الدراسات العليا الذين يبدوأنهم أكثر هدوءا في إستجاباتهم للأخبار والقرارات وأنضج في مهارات ذكائهم الوجداني والعاطفي .

السؤال الرابع: هل توجد فروق داله بين الطلبة في درجة مخاوفهم من اظهار مشاعر الفرح والسعاده تعزى لإختلاف تخصصهم الاكاديمي؟

وللإجابة على هذا السؤال تم إستخدام إختبار" ت " للكشف عن الفروق بين عينتي طلبة قسمي علم النفس والدراسات الاسلامية نسبة لطبيعة التخصصين وتظهر بيانات الجدول (١٦) نتائج اختبار "ت ".

جدول (١٦)

قيمة ت ودلالتها للفروق في أبعاد المخاوف من الفرح والسعادة وفقا للتخصص الدراسي

المتغيرات	التخصص الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة
البعد الانفعالي	الدراسات الاسلامية	٥٠	٣٤.١٤	٨.٧١	٢.٤٣	٠.٠١٧
	علم النفس	٣٨	٣٠.٠٥	٦.٤٣		
البعد الفسيولوجي	الدراسات الاسلامية	٥٠	١٣.٢٢	٤.٤٩	٢.٧٢	٠.٠٠٨
	علم النفس	٣٨	١٠.٦٥	٤.٢٤		
البعد الثقافي	الدراسات الاسلامية	٥٠	٣٦.٠٦	٨.٦٩	١.٧٨	٠.٠٧٨
	علم النفس	٣٨	٣٣.٠٠	٦.٩٠		
الدرجة الكلية	الدراسات الاسلامية	٥٠	٨٣.٤٢	٢٠.٤٥	٢.٤٢	٠.٠١٨
	علم النفس	٣٨	٧٣.٧١	١٦.٠٥		

يتضح من الجدول رقم (١٦) وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات طلاب الدراسات الإسلامية وطلاب علم النفس في البعد الانفعالى، والبعد الفسيولوجي، والدرجة الكلية لصالح طلاب الدراسات الإسلامية، بينما كانت الفروق في البعد الثقافي غير دالة إحصائياً، ويرى الباحث ان التفسير المحتمل لذلك قد يكون مرتبطا بطبيعة دراسة الطلبة حيث يتوقع ان يكون طالب الدراسات الاسلاميه اكثر تحفظا في إنفعالاته وتعبيراته عن

مشاعره مقارنة بطالب علم النفس الذي قد تأتي تعبيراته تلقائية إلى حد ما . أيضا يمكن القول بأن طلبة قسم الدراسات الإسلامية حريصون على تشكيل صورة نمطية تقليدية محافظه عن إتجاهاتهم ونظرتهم للناس والحياة تتسم بالجدية والحرص على الكمالية والأخذ في الإعتبار سيكولوجية الآخرين وكيف يتقبل هؤلاء الناس ويؤولون سلوكاتهم ويدركون مواقفهم إن مثل هذه المعتقدات والإتجاهات تأتي في معظمها كنتاج ثقافي جمعي، فالثقافة الجمعية تسم، غالبا، سلوكات الناس وتوجهاتهم، حيث يمثل الصمت والتستر والتكتم قيما إيجابية في ثقافة المجتمعات التقليدية والمحافظة كالمجتمع السعودي (الدخيل الله.٢٠١٤ ؛ الرويتع .٢٠١٤) .

أخيرا ، هذه النتيجه تأتي متسقة مع نظرة جوشنالوويجرز (٢٠١٤) وتفسيرات جوشنالو(٢٠١٢) وتشيتيك (٢٠٠٥) .

السؤال الخامس: هل توجد فروق دالة إحصائيا بين طلبة مرحلة البكالوريوس في درجة مخاوفهم من إظهار مشاعر الفرح والسعادة تعزى لإختلاف مستواهم الدراسي؟

وللإجابة على هذا السؤال تم إستخدام إختبار" ت " للكشف عن الفروق بين العينتين كما يظهر في جدول (١٧)

جدول (١٧)

قيمة ت ودلالتها للفروق في أبعاد الخوف من الفرح والسعادة وفقا للمستوي الدراسي في مرحلة البكالوريوس

المتغيرات	المستوي الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة
البعد الانفعالي	الدنيا	٩٣	٣٠.٠١	٧.٧١	١.٦٢	٠.١٠٧
	العليا	٩١	٣١.٨٤	٧.٥٤		
البعد الفسيولوجي	الدنيا	٩٣	١١.٢٩	٤.٦٨	٠.٢٧١	٠.٧٨٧
	العليا	٩١	١١.٣١	٤.٢٤		
البعد الثقافي	الدنيا	٩٣	٣٣.٦٣	٨.٤٣	٠.٣٨٩	٠.٦٩٨
	العليا	٩١	٣٤.٠٩	٧.٧٥		
الدرجة الكلية	الدنيا	٩٣	٧٤.٧٧	١٩.٤١	٠.٨٩٨	٠.٣٧٠
	العليا	٩١	٧٧.٢٤	١٧.٨١		

يتضح من الجدول رقم (١٧) عدم دلالة الفروق في درجة الخوف من إظهار مشاعر الفرح والسعادة بين المستويات الدراسية لطلاب مرحلة البكالوريوس في جميع الأبعاد والدرجة الكلية.

تفسير النتائج:

١ – كشفت نتائج البحث أن مستوى إنتشار التشيروفوبيا في أوساط عينة طلبة جامعة الملك سعود جاء منخفضا حيث وقع متوسط الإستجابات " ٢.١٤ " في الفئة (نادرا ؛ أي ما بين ١.٧٦– ٢.٥٠) وهوالأمر الذي يعكس إتجاهات إيجابية جيدة نحومفاهيم السعادة والسرور والإبتهاج وإشاعة الفرح عند تلقي أخبار شخصية مهمة ومحاولة إشراك الآخرين معهم عند تعبيرهم عن مشاعر سعادتهم وسرورهم والتفاعل الوجداني معها دون حرج أوتحفظات أوخوف من وقوع مكروه أوحادث مأساوي يأتي كردة فعل مضادة، لإعتبارات ثقافية مترسخة في أذهان الطلبة كالخوف من الحسد أوالعين أوالعقوبة الإلهية أوالظهور بمظهر التباهي أوالتفاخر الذاتي وعدم الجدية والبحث فقط عن المتعة الوقتيه.

٢ – يمكن القول أيضا وفي إطار تفسير نتائج البحث أنها في المجمل أظهرت مستوى مقبولا من الوعي لدى فئتي المراهقين والراشدين المبكرين بعدم تأثرهم كثيرا بوجود بعض الإعتقادات والمفاهيم الخاطئة المتغلغلة في ثقافة المجتمع السعودي حول التحوط والتستر أو التكتم على بعض الأخبار الشخصية السارة وعدم إفشائها للأصدقاء والأقارب والآخرين خشية تأثيراتها العكسية والسلبية والمأساوية كالإصابة بالعين أوالحسد أوالتأسي ولوم الذات بسبب التباهي والتفاخر الذي قد يستفز الآخرين ويثير الضغينة أويجلب العقوبة الإلهية للشخص والتي هي في مجملها إعتقادات وإتجاهات تمثل نتاجا لتأثير ثقافي جمعي يسم سلوكات الناس بسمات الثقافة الجمعيه السائدة في المجتمعات المحافظة والتقليديه.

٣ – من جانب آخر فإن الفروق الجوهريه التي كشفت عنها نتائج تحليل بيانات البحث الموجودة بين الذكور والإناث؛ وبين التخصصات الممثلة بالدراسات الإسلامية وعلم النفس في التشيروفوبيا لها دلالات ومعانٍ تستحق التقصي والبحث المنهجي بصورة أشمل وأعم للخروج بتصورات حول طبيعة النظرة الإيجابية التفاؤلية نحوالحياة في إطار رؤية المملكة ٢٠٣٠ والتي تتضمن تركيزا على المناشط والممارسات والإتجاهات المرتبطة بجودة الحياة

من ترويح وترفيه وفعاليات ثقافية تستهدف إذابة الفروقات الثقافية وتعزيز المواطنة الصالحه وإستدامتها والإنفتاح الذاتي على الخبرات الجديدة ومعايشتها.

٤ – أخيرا، فإن موضوع الخوف من إظهار مشاعر الفرح والتعبير عن السعادة (التشيروفوبيا) في أوساط الشرائح الإجتماعية المختلفه يستحق البحث والتقصي للكشف عن أبعاده النفسية والثقافية، لذلك يجب أن تؤخذ نتائج البحث الحالي بشيء من الحذر والتحفظ قبل التفكير في تعميمها أوالبناء عليها، خاصة في ضوء محدودية الأدوات المستخدمة وصغر حجم العينة المختارة وعدم تنوعها إجتماعيا وجغرافيا.

أولا: المراجع العربية:

١ الحموي. ريما ؛ حداد . ل؛ الملاح .م ؛ خطاب .ع & علي.ل: (٢٠١٨) .هل الخوف من السعاده أمر حقيقي ؟ الموقع الإلكتروني للباحثين السوريين: https://www.syr-res.com/article/2415.html

٢ الدخيل الله . دخيل (٢٠١٤):المهارات الاجتماعية: *سلسلة المهارات الاجتماعيه* (١) . مكتبة العبيكان .ط# ١ . الرياض .

٣ الرويتع. عبد الله (٢٠١٤): في الشخصية السعوديه : العوامل والمحددات" ما بين الحنظل والشهد" . الجزء الاول . مطابع جامعة الملك سعود للنشر. طبعه # ١ . الرياض .

٤ سامي. ندى: https://www.dailymedicalinfo.com/view-.

٥ سامي. ندى: http://www.healthline.com/health/cherophobia-causes-and-treatment#overview1

٦ عبد الخالق، أحمد؛ النيال، مايسه (٢٠١٨) .السعاده وعلاقتها بالفاعلية الذاتيه لدى عينة من طلاب الجامعه في مصر ولبنان. *مجلة العلوم الإجتماعيه بجامعة الكويت* .ج،(٤٦) ع (١) ص ٨١-١٠٨.

٧ عبد الخالق، أحمد؛ الشطي، تغريد؛ الذيب، سماح؛ عباس،سوسن؛ أحمد،شيماء؛ الثويني، ناديه والسعيدي،نجاة (٢٠٠٣). معدلات السعادة لدى عينات عمرية مختلفة من المجتمع الكويتي . *دراسات نفسيه*. ج.(١٣) ع (٤) ص٥٨١-٦١٢.

٨ علام، سحر (٢٠٠٨).معدلات السعاده الحقيقية لدى عينة من طلاب المرحلة الإعدادية والثانويه . *دراسات نفسيه*. ج.(١٨). ع.(٣) .ص ٤٣١-٤٦٥.

٩ العنزي، فريح (٢٠٠١). الشعور بالسعادة وعلاقته ببعض السمات الشخصية :دراسة إرتباطية مقارنة بين الذكور والإناث. *دراسات نفسيه*. ج (١١) .ع(٣) ص ٣٥١ – ٣٧٧.

١٠ مؤمن، داليا (٢٠٠٤) . العلاقة بين السعادة وكل من الأفكار اللاعقلانية وأحداث الحياة السارة والضاغطه، المؤتمر السنوي ال١١: الشباب من أجل مستقبل أفضل. *مجلة مركز الإرشاد النفسي بجامعة عين شمس* .ج (١) ص ٤٢٧- ٤٦١ .

11 Agbo.A and Ngwu.C .(2017) :Aversion to Happyiness and the experience of Happyness. The moderating roles of personality *personality and Individual differences*.Vol.111.June pp.227 – 231.

12 Argyle . M (2001) The Psychology of Happiness . 2nd Ed.. Routledge. London.- Bryant .F and Veroff.J (2007) :Savoring : A new model of positive experience.. Mahwah. N.J. USA.

13 Chen, Y. H. (2006). The way of nature as a healing power. In T. P. Wong & C. J. Wong (Eds.), *Handbook of multicultural perspectives on stress and coping* (pp. 91–103). New York: Springer.

14 Chittick, W. C. (2005). Weeping in Classical Sufism. In K. C. Patton & J. S. Hawley, *Holy tears: weeping in the religious imagination (pp. 132–144).* New Jersey: Princeton University Press.

15 Erber.R and Erber.M(2000):The Self- regulation of moods : Second thoughts on the importance of happiness in everyday life. *Pychological Inquiry*.11 (3).pp.142-148.

16 Frey, B. S. (2008). *Happiness: A Revolution in Economics*. Cambridge, MA: MIT Press.

17 Friedman, M., Chen, H. C., & Vaid, J. (2006). Proverb preferences across cultures: Dialecticality or poeticality? *Psychonomic bulletin & review, 13*(2), 353–359.

18 Gilbert, P., McEwan, K., Gibbons, L., Chotai, S., Duarte, J., & Matos, M. (2012). Fears of compassion and happiness in relation to alexithymia, mindfulness, and selfcriticism. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 85*(4), 374–390.

19 Helliwell, J. F., Layard, R., & Sachs, J. (2012). *World Happiness Report*. Commissioned for the United Nations and published by the Earth Institute. Available from:

20 http://www.earth.columbia.edu/sitefiles/file/Sachs%20Writing/2012/World% 20 Happiness%20Report.pdf.

21 Hinks.T and Davies .S (2012): Life satisfaction in Malawi. In Selin.H and Davery.G (Eds) : Happyness across cultures (Vol#6).pp.271-292.Dordrecht. Netherlands.

22 -Ilesanmi .A(2014):The fear of feeling happy .Behavioral Health Wellbness Everyday Life . July.23rd.

23 Joshanloo.M(2013):The influence of happyness beliefs on responseses to the satisfaction with life scale. *Personality and Individual Differences*.54 (5). Pp.647-651.

24 Joshanloo.M .Lepshokova.Z. Panyusheva.T.Natalia.R .Poon.W.Vistoria.W.Suresh.S .Achoui.M Asane.R . Igrashi. T. Saori. I Rizwan. M Khilji.I. Ferreira.M. Pong . JHo. L Han.G . Bae. J . and Jiang.D (2014) : Cross- cultural validation of Fear of happiness scale across 14 national group. *Journal of cross-cultural psychology* . Vol.45.(2) pp.246-264.

25 Joshanloo. M and Weijers.D (2014) : Aversion to happiness across cultures : A review of where and why people are averse to happiness. *Journal of Happyness studies* . Vol. 15 . Issue . 3 .pp.717 – 735 .

26 Joshanloo.M(2018): Fear and fragility of happiness as mediaters of the relationship between insecure attachment and subjective well-being. *Personality and individual differences* . Vol. 123 . March.pp.115-118.

27 Kerkar.P (2017): What is Cherophbia or fear of happiness ? www.epainassist.com.

28 Koo, J., & Suh, E. (2007). Is happiness a zero-sum game? Belief in fixed amount of happiness (BIFAH) and subjective well-being. *Korean Journal of Social and Personality Psychology, 21*(4), 19. Lambert.T.Passmore.H and Joshanloo.M(2018): A positive Psychology Intervention Program in a culturally diverse university : boosting happiness , reducing fear . *Journal of happiness studies* .pp. 1-22.

29 Lambrou.P. Is Fear of Happiness Real ? *Psychology Today* .May.2014..

30 Layour,K & Hyunjung,. L (2013) : Culture Matters when Designing a successful happiness- increasing activity . A

comparison of the Unites States and South Koria . *Journal of cross-cultural Psychology* . Vol .44. 8.

31 Lyubomirsky, S. (2000). In the pursuit of happiness: Comparing the U.S. and Russia. Paper presented at the Annual Meeting of the Society of Experimental Social Psychology, Atlanta, Georgia. (Symposium titled "Happiness, Hope, Optimism and

32 Lyubomirsky.s Sheldon . K and Schkade.D (2005) : Pursuing happiness. The architechture of sustainable change . *Review of Journal Psychology. 9(2) pp. 111-131.*

33 McMahon,D(2010) : What does the ideal of happiness mean ?. Social Research. An I*nternational Quarterly.77*.pp.469.

34 Melka.S . Lancaster.S . Bryant.A . Rodriguse.B and Weston.R (2011): An exploratory and confirmatory factor : Analysis of the affective control scale in an undergraduate sample. *Journal of psychopathology and behavioral assessment* . 33,pp,501-513.

35 Miyamoto.Y and Ma .X (2011):Dampening or savoring positive emotions :A dialectical cultural script guide emotion regulation . *Emotion* .11. pp.1346-1357.

36 Morris, S. (2012). The Science of Happiness: A Cross-Cultural Perspective. In H. Selin & G. Davey (Eds.), *Happiness across cultures* (Vol. 6, pp. 435–450). Netherlands.

37 Nall, R. (2017): Cherophobia , Is being too happy a thing ? . Newsletter www. Healthlines . June.28 issue . &

38 Quoidbach.J. Barry.F . Hansenne.M and Mikolajezak.M(2010): Postive emotion regulation and well-being .comparing the impact of eight savoring and dampening strategies . *Personality and individual differences* .49.pp.368-373.

39 Patterson.E (2017):Cherophobia : why do some people have an aversion to happiness ?. Mental Health Psychology . February,27th.

40 Ricardo,.M(2011):The Dalai Lama: Happiness from whithin : *International Journal of Wellbeing.* 1.(2).pp.274 – 290 .

41 Sadia. M (2013).Gender Differences in Self-Esteem and Happiness among University Students . *Internatinal Journal of*

Development and Sustainbility . Online ISSN: 2168-8662 www.isdsnet .com/ijds . V.2 N.1(2013):pages 445-454.

42 Safdar,S. Friedlmeier,.W. Matsrmuto,D. Yoo,S. Kwantes,.G.Kakai,.H.et al,.(2009) : Variations of emotional display rules whithin and across cultures . A comparison between Canada ,USA and Japan *Canadian Journal of Behavioral Science* 41(1)pp.1-10 .

43 Selin,H. and Davey,G(2012): Happiness across cultures : View of happiness and quality of life in Non0Western cultures .New York .Springer.

44 Uchida, Y., Norasakkunkit, V., & Kitayama, S. (2004). Cultural constructionsf happiness: theory and empirical evidence. *Journal of Happiness Studies, 5*(3), 223–239. Uchida, Y. and Kitayama,.S (2009): Happiness and unhappiness in east and west : Themes and Variations . *Emotion .9(4).pp441*

45 Veenhoven.R (2006).How Do We Assess How Happy We Are?.Paper presented at conference on : New Directions in Study of Happiness . United States and Internatinal Perspectives University of Notre Dame on October 22-24 -2006 .

46 Wood.J . Heimpel. S and Michela.J(2003): savoring versus dempening : Self- esteem differences in regulating positive affe*ct* . *Journal of* Personality *and social psy*chology .85. pp.566-580.

47 Zevnik,L.(2010) : Towards a new perspective in cultural studies : Emotinal and spiritual problems and happiness in contemporary western societies . *International Journal of Cultural Studies* .13.(4)pp.391-408.

Cherophobia Amongst The Students of Humanities Colleges In King Saud University

Abstract

This research aimed at exploring the level of cherophobia among the graduate and undergraduate students of King Saud University. The sample of this research consisted of 257 students (151 males & 106 females) representing three colleges (Education, Arts, & Administrative Sciences). A scale of 35 items was developed and implemented by the researcher. A total of five questions were formulated and tested by using various statistical analysis methods such as T-test. The main findings revealed a rare level of cherophobia (mean of 2.14) amongst the students. Also among the main results: 1- A significant differences between male and female students in cherophobia where the male students showed higher mean in their cherophobic responses, 2- A significant differences also were found between the students of Islamic Studies Department and the students of Psychology Department displaying that the former had more cherophobia symptoms, 3- However, there were no significant differences found between students in the variables of educational stage (graduates & undergraduates) and studying levels.