

## السعادة الذاتية وعلاقتها بالشعور بالتماسك لدى طالبات الجامعة

إعداد

د. هانم مصطفى محمد مصطفى البرعي

### مقدمة الدراسة:

تلعب الحالة النفسية للفرد دورا هاما في حياته، ومستوى الإبداع، والانجاز الذي يؤديه في ظل مستويات الحالة النفسية، ففي حين تؤدي المستويات المرتفعة من الشعور بالسعادة الى زيادة دافعية الفرد للعمل والانجاز، وتقبل تحديات الحياة والتعامل معها بكفاءة وفاعلية مرتفعة، يكون سبب الاخفاق في العديد من المواقف وجود مستوى منخفض من هذا الشعور لدى الفرد، يعوقه عن التفكير بشكل سوى حينما يتعرض لمشكلات الحياة، لذا كان اهتمام الباحثين في علم النفس الإيجابي في الآونة الأخيرة بدراسة مثل هذه المتغيرات التي اثبتت الدراسات فاعليتها في مواجهة تحديات الحياة وزيادة فاعلية الشخص للتعامل بشكل جيد مع ما يعترضه من صعوبات، كما انها احدى مؤشرات الشعور بالصحة النفسية.

ولعل دراسة مستوى السعادة الذاتية لدى طلاب الجامعة من المحاولات الهامة في مجال الصحة النفسية للتعرف على إمكانات الطلاب النفسية في مواجهة الأزمات بمرحلة الشباب. وبمراجعة دراسات السعادة يلاحظ استخدام مصطلحين للتعبير عن السعادة **Happiness & Well being** ألا أن كلا منهما يعبر عن مفهوم مختلف للسعادة. ويشير كل من سكوفام و بارنز (Scoffham & Barnes, 2011:535) لمفهوم **Happiness** عن السعادة كحالة والتي يصل إليها الفرد من خلال إشباع الاحتياجات والنجاح، بينما يشير المصطلح الثاني للسعادة **Well being** والذي يوصف بأنه الأعم بكونه الهدف الذي يسعى الفرد للحصول عليه من الحياة، ويعنى في بعض معاجم اللغة العربية بالرفاهة.

لذا فقد حاول العديد من الباحثين دراسة مفهوم السعادة للوقوف على أنواعها وأبعادها المختلفة وكانت من هذه المحاولات دراسة العنزي (٢٠٠١: ٣٥٤، ٣٦٣) عن السعادة والتي عرف فيها المفهوم بأنه "حالة من التوازن الداخلي يسودها عدد من المشاعر الايجابية

---

\*مدرس الصحة النفسية ، كلية التربية جامعة قناة السويس وجامعة الملك فيصل.

كالرضا، والابتهاج، والسرور والتي ترتبط بالجوانب الأساسية للحياة مثل الأسرة، والعمل، والعلاقات الاجتماعية". وأشار العنزي في دراسته إلى أن مفهوم التوازن الوجداني من المؤشرات الدالة على السعادة أو الرفاهة **Well-being** واستخدام مقياس التوازن الوجداني في دراسته لقياس مستوى الشعور بالسعادة.

بينما ميزت دراسة شين وآخرون (Chen et al., 2012) بين نوعين من السعادة هما السعادة الذاتية والنفسية **Psychological and Subjective Well-Being** وان لكل منهما أبعاده المختلفة.

ونظرا لأهمية هذا المفهوم في الصحة النفسية للفرد اهتم كثير من الباحثين بدراسة هذه المفهوم في علاقته بالعديد من المتغيرات الشخصية والاجتماعية، وكذلك المتغيرات النفسية والمعرفية، في محاولة لمعرفة المتغيرات ذات التأثير المباشر وغير المباشر، والمتغيرات الوسيطة ذات العلاقة بهذا المفهوم، ومن هذه المتغيرات التدفق **Flow** وهي "حالة تعد كخبرة مثلى تحدث للفرد من وقت لآخر عندما يؤدي أقصى درجات الاداء حيث يقضى فيها الفرد وقته ويمارس فيها نشاطه دون مقابل كالمال او الشهرة، ويكون النشاط هدفا في حد ذاته، كما يحدث عند الفنانين والرسامين، وفيها يشعر الفرد بالمتعة والسرور" (صديق، ٢٠٠٩: ٣١٤).

ويعد التفكير الإيجابي من المتغيرات الأخرى التي اهتم بها الباحثون في مجال علم النفس الإيجابي، والتي أشارت العديد من الدراسات الى ارتباطها بالشعور بالسعادة. ويذكر سوينسون (Swinson, 1996) أن الفرد الذي يتسم بالتفكير الإيجابي يوجه تفكيره وتوقعاته لحدوث الأشياء الجيدة في حياته، كما يتوقع السعادة والنجاح، ويجد المتعة في أداء كل عمل، كما يستطيع تدريب عقله على تخطي الأزمات وتحويلها إلى فرص، ولديه القدرة على مواجهة تحديات الحياة بطرق سلسلة (كما ورد في: عصفور، ٢٠١٣).

وتشير بعض الدراسات إلى دور الشعور بالتماسك في السعادة. فيذكر كامل (Kamel, 2001) ان الشعور بالتماسك **Feeling of Coherence** يلعب دور المصدات في الشعور بالسعادة، أي كلما ارتفع الشعور بالتماسك كلما قل تأثير الخبرات السلبية على الفرد وارتفع لديه مستوى الشعور بالسعادة النفسية.

وبمراجعة الدراسات السابقة والادبيات في مجال دراسة السعادة الذاتية لدى طلاب الجامعة والعوامل المرتبطة به، نجد أن هناك حاجة للمزيد من الدراسات المهمة بمتغير السعادة الذاتية

في المجال العربي لدى طلبة الجامعة، لذا تسعى الدراسة الحالية للتوصل الى العلاقة بين بالسعادة الذاتية والشعور بالتماسك لدى طالبات الجامعة.  
مشكلة الدراسة:

تعد دراسة الخصائص النفسية الإيجابية لطلاب الجامعة من الدراسات الهامة في مجال علم النفس الإيجابي، ونظرا لحاجة هذا المجال لإجراء العديد من الدراسات على الفئات المختلفة لتحديد العوامل ذات الصلة والارتباط بالمتغيرات المرتبطة بالشعور بالصحة النفسية، والفروق بين الفئات المختلفة حول هذه المتغيرات، لذا كان الاهتمام بدراسة السعادة الذاتية لطالبات الجامعة كأحد متغيرات هذا المجال وعلاقته بالشعور بالتماسك، وبمراجعة الدراسات المنشورة حتى عام ٢٠٢١ (Chen et al., Dost, 2006; Liu, 2021; Pretorius & Blaauw, 2020) 2012; تبين وجود حاجة ماسة لدراسة العلاقة بين هذه المتغيرات في المجتمع العربي لدى طلاب الجامعة، وتحاول الدراسة الحالية الإجابة على التساؤلات التالية:

1. ما مستوى السعادة الذاتية وأبعادها لدى عينة الدراسة؟
  2. ما مستوى الشعور بالتماسك وأبعاده لدى عينة الدراسة؟
  3. هل توجد علاقات ارتباطية بين السعادة الذاتية والشعور بالتماسك لدى عينة الدراسة؟
  4. هل يوجد تأثير لكل من المستوى الدراسي والتخصص والحالة الاجتماعية والتفاعلات الثنائية بينهما على السعادة الذاتية وأبعادها؟
  5. هل يوجد تأثير لكل من المستوى الدراسي والتخصص والحالة الاجتماعية والتفاعلات الثنائية والثلاثية بينهم على الشعور بالتماسك وأبعاده؟
  6. ما مدى إسهام الشعور بالتماسك بالسعادة الذاتية لدى عينة الدراسة؟
- أهداف الدراسة:

تتمثل أهداف الدراسة الحالية فيما يلي:

1. التعرف على مستوى السعادة الذاتية وأبعادها لدى عينة الدراسة.
2. التعرف على مستوى الشعور بالتماسك وأبعاده لدى عينة الدراسة.
3. الكشف عن تأثير بعض المتغيرات الديموغرافية (المستوى الدراسي والتخصص والحالة الاجتماعية) على السعادة الذاتية وأبعادها لدى عينة الدراسة.
4. الكشف عن تأثير بعض المتغيرات الديموغرافية (المستوى الدراسي والتخصص والحالة الاجتماعية) على الشعور بالتماسك وأبعاده لدى عينة الدراسة.

5. التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين السعادة الذاتية والشعور بالتماسك لدى عينة الدراسة.

6. تحديد مدى اسهام الشعور بالتماسك بالسعادة الذاتية لدى عينة الدراسة.

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

1. تعد الدراسة الحالية إسهاما في مجال الدراسات الخاصة بعلم النفس الإيجابي، نظرا لندرة البحوث التي تناولت متغير السعادة الذاتية والمتغيرات ذات العلاقة به لدى طلاب الجامعة.

2. تثري الدراسة الحالية المجال المعرفي من خلال تعريب وتقنين مقياسي السعادة الذاتية والشعور بالتماسك لطلاب الجامعة والتي يمكن استخدامها على نطاق واسع في الوطن العربي.

3. تسهم نتائج الدراسة الحالية في اجراء المزيد من الدراسات للكشف عن علاقة السعادة الذاتية بالعديد من المتغيرات النفسية والمعرفية لتحقيق التكامل في الشعور بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة.

الأهمية التطبيقية:

1. الكشف عن مستوى السعادة الذاتية والشعور بالتماسك لدى طلاب الجامعة لما لهذه المتغيرات من تأثير إيجابي على الإنجاز والفاعلية والكفاءة الشخصية والمهنية.

2. تثري نتائج الدراسة الحالية في الكشف عن مدى اسهام الشعور بالتماسك بالسعادة الذاتية للتخطيط للبرامج الارشادية اللازمة لتحسين مستوى هذا الشعور لدى طلاب الجامعة.

مصطلحات الدراسة:

## 1. السعادة الذاتية Subjective well-Being

يعرف كل من رينشو وبولينينو (Renshaw & Bolognino, 2016: 464) السعادة الذاتية بأنها "مزيج من مكونات انفعالية، ومعرفية، واجتماعية، وسلوكية، تفسر كيف يشعر الناس، ويفكرون، ويتواصلون، ويتصرفون، والتي تعبر عن تقييمهم عن بعض الموضوعات كالرضا عن الحياة، والكفاءة الذاتية، والمثابرة، والمشاعر الإيجابية".

## 2. الشعور بالتماسك: Feeling of Coherence

يعرف أنتونوفيسكي (١٩٨٧) الشعور بالتماسك أنه "الطريقة التي ينظر بها الشخص الى العالم الخارجي والتي تيسر التوافق الناجح مع المحن، وذلك من خلال المرونة والقدرة على الاستجابة مع الضغوط، لذا فالشعور بالتماسك يعد كحلقة الوصل بين الصحة النفسية والشعور بالضغط".

ويرى أنتونوفيسكي أن هذا الشعور يتألف من ثلاث أبعاد وهي:

أ. الوضوح **Comprehensibility**: وهو مكون معرفي يشير إلى الدرجة التي يدرك بها الفرد المعلومات والبيئة الاجتماعية في مفاهيمها، ومحتواها، وبنائها، ومتطلباتها.

ب. قابلية الإدارة **Manageability**: وهو مكون أدائي يشير إلى الدرجة التي يشعر فيها الفرد بامتلاك المصادر المطلوبة بشكل كافٍ لتلبية احتياجاته الداخلية والخارجية.

ج. فهم المعنى **Meaningfulness**: وهو مكون تحفيزي يشير إلى المدى الذي يشعر فيه الفرد بوجود مواقف في الحياة تستحق ان يسخر لها الفرد الوقت والجهد لمواجهتها، وإلى أي درجة يكون مشارك في مختلف مجالات الحياة **Kamel, (2001:77-78)**.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولا السعادة الذاتية:

اهتم الباحثون في الآونة الاخيرة بدراسة موضوعات علم النفس الإيجابي، والتي أطلقها العالم مارتن سيلجمان (١٩٩٨)، ومع ازدياد هذا الاهتمام بدأت دراسة مفاهيم هذا الفرع الحديث من علم النفس تستقطب جهود الباحثين في كل مكان لتحديد مفاهيمها والوقوف على العوامل ذات العلاقة بها.

ويعد مفهوم السعادة الذاتية من المفاهيم الحديثة في دراسات السعادة والذي تباينت آراء الباحثين في المفهوم واختلافه عن مفهوم السعادة النفسية. يشير كل من كيز وشيموتكن وريف (Keyes, Shmotkin, & Ryff, 2002) إلى اختلاف المفهومين وأن لكل منهما ابعاده المتميزة عن الآخر، بينما يرى كاشدان ودينر وكينج (Kashdan, Diener, & King, 2008) ان المفهومين متشابهان أكثر من كونهما مختلفان، وأشارت نتائج دراسة شين وآخرون

(Chen et al., 2012) الى وجود عامل عام لمفهوم السعادة يتشارك فيه بعدين للسعادة أحدهما السعادة النفسية والآخر السعادة الذاتية، ويتبع البعد الأول (السعادة النفسية) اربع عوامل نوعية، بينما يتبع البعد الثاني (السعادة الذاتية) ثلاث عوامل نوعية، كما توجد علاقة قوية بين بعدى السعادة النفسية والذاتية والبناء العام للسعادة، وتعرف السعادة الذاتية في الدراسة من منظور المتعة والتي تحقق الشعور بالسعادة والسرور في الحياة، بينما تعبر السعادة النفسية عن الوفاء بالإمكانات البشرية وتحقيق حياة ذات معنى، وكذا الشعور بالحيوية في مواجهة تحديات الحياة من خلال التطور والنمو الشخصي وتحقيق اهداف ذات معنى للشخص وبناء روابط جيدة مع الآخرين .

ويعد نموذج رايف (Ryff ,1989) للسعادة النفسية من أكثر النماذج استخداما في بناء مقاييس السعادة النفسية والذي يتكون من ستة عوامل هي (الاستقلال الذاتي، والتمكن البيئي، والتطور الشخصي، والعلاقات الايجابية مع الآخرين، والحياة الهادفة، وتقبل الذات) (ابو هاشم والقذور، ٢٠١٢).

ولعل القارئ في مفهوم السعادة الذاتية **Subjective Well-being** يجد تباين في تعريب المفهوم ففي حين يستخدم الفنجري (٢٠٠٧) المفهوم بنفس الترجمة الحالية السعادة الذاتية ويقصد به تقدير الفرد لمستوى ادراكه لسعادته الشخصية؛ وتشير شاهين (٢٠١٤) الى المصطلح الرفاهة الذاتية كترجمة للمفهوم وتعنى به تقييمات الشخص المعرفية والوجدانية لنوعية حياته، وما تنطوي عليه من ردود فعل انفعالية الايجابية لأحداث المختلفة، والاستمتاع بالوجدان الإيجابي، والتحرر من الوجدان السلبي فضلا عن الناتج المعرفي للشعور بالرضا والاشباع. وقد استخدمت الباحثة في الدراسة الحالية مفهوم السعادة الذاتية بوصفه مكمل لمفهوم السعادة النفسية الشائع الاستخدام في الدراسات العربية والاجنبية والذي يتكامل معه المكون العام للسعادة (Well being) (Chen et al., 2012; Keyes, Shmotkin, & Ryff, 2002).  
الفنجري، ٢٠٠٧).

نظريات السعادة:

#### مدخل المتعة Hedonic approach

اشار دينر (Diener, 1984) في نموذجه للسعادة الذاتية الى ان السعادة الذاتية عبارة عن مستوى مرتفع من الشعور بالمتعة في المزاج والعاطفة، مع الشعور بدرجة منخفضة من

المشاعر السلبية في العاطفة والمزاج، والشعور بالرضا عن الحياة بدرجة مرتفعة. (Chen et al., 2012)

#### مدخل الكفاية Eudaimonic approach

يركز رين وديسي (Ryan & Deci, 2001) في هذا المدخل على المعنى وتحقيق الذات self-realization وتعريف السعادة في الحالة التي يعمل فيها الشخص بشكل كامل (Cited (In: Tomas, Sancho, Melendez, & Mayordomo, 2011).

#### قياس السعادة الذاتية:

تعددت رؤية الباحثين لأبعاد السعادة الذاتية فالبعض يشير إلى مفهوم السعادة الذاتية كاتجاه إيجابي للحياة يشعر فيه الفرد بالسعادة Happiness، والرضا عن الحياة والروح المعنوية والإيجابية المرتفعة، وفي هذا الاتجاه تتكون أبعاد السعادة الذاتية من ثلاث أبعاد هي التأثير الإيجابي، والتأثير السلبي، والرضا عن الحياة (Litwin & Ezra, 2010:380). وقد وضع واطسون وآخرون (Watson et al., 1988) مقياس التأثير الإيجابي والسلبي يتكون من ٢٥ عبارة تشتمل على مقياسين الأول مقياس التأثير الإيجابي ويتضمن الأبعاد التالية (النشاط، اليقظة، الانتباه، الإصرار، الحماس، التشوق، الإلهام، الاهتمام، الفخر، القوة)، بينما اشتمل مقياس التأثير السلبي على أبعاد (الخوف، الخجل، الاكتئاب، الشعور بالذنب، العدائية، سرعة الغضب، التوتر، عصبي المزاج، الجبن، الانزعاج) (Cited in: Chen et al., 2012). ويعبر بريد بيرن Bradburn عن التأثير السلبي والإيجابي بالوجدان الإيجابي والسلبي، فالفردي المتمتع بدرجة مرتفعة في السعادة الذاتية يكون نتيجة ارتفاع درجته في الوجدان الإيجابي على الوجدان السلبي (العنزي، ٢٠٠١).

#### السعادة الذاتية وعلاقتها ببعض المتغيرات:

وبمراجعة الدراسات التي أجريت في مجال السعادة الذاتية وعلاقتها بمتغيرات أخرى، اشارت نتائج دراسة سالم (٢٠٠١) والتي استهدفت دراسة العلاقة بين السعادة وبعض المتغيرات النفسية، ودراسة الفروق في مستوى الشعور بالسعادة عبر المراحل العمرية المختلفة (طلاب الثانوي - طلاب الجامعة) من الجنسين، أشارت الدراسة في نتائجها إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الشعور بالسعادة في المراحل العمرية المختلفة عند الجنسين لصالح الذكور في مرحلة المراهقة المبكرة بالمقارنة بمرحلتها المتأخرة والرشد المبكر، وهناك تفاعل مشترك بين العمر والجنس في مستوى الشعور بالسعادة.

وفي دراسة عبد الخالق وآخرون (٢٠٠٣) والتي استهدفت الدراسة قياس معدلات السعادة لدى ٦ عينات عمرية مختلفة في المجتمع الكويتي تتراوح أعمارهم من ( ١٦ - ٣٤ ) عاما من الجنسين في الفئات ( طلاب الثانوي - طلاب الجامعة - موظفين ) وطبقت عليهم قائمة اوكسفورد للسعادة لأرجيل، دلت نتائج الدراسة على وجود فروق ذات دلالة احصائية في متوسطات درجات السعادة لصالح الذكور بالمقارنة بالإناث، وكانت فئة الموظفين من الذكور هم الاكثر شعورا بالسعادة، كما اشارت نتائج الدراسة الى وجود تأثير مشترك للتفاعل بين الجنس والعمر في متغير السعادة.

ويخلص دوست (Dost, 2006: 190) بعض العوامل ذات العلاقة بالسعادة الذاتية، حيث اشارت نتائج الدراسات إلى أن المتغيرات الحيوية الاجتماعية bio-social variables مثل العمر والجنس تمثل جزءًا صغيرًا من التباين في السعادة الذاتية، بينما يرتبط الوضع الاجتماعي والاقتصادي ارتباطًا وثيقًا بالسعادة الذاتية، وقد يكون الدخل والوضع الاجتماعي من أقوى العوامل التي تنبئ بالسعادة الذاتية.

وأشارت نتائج دراسة شيكزانتميهاي (Csikszentmihalyi, 1994) إلى وجود علاقة بين التدفق والسعادة تحدث بسبب نشاط التركيز والاندماج الكامل وتحقيق النجاح. وهو ما دلت عليه دراسة كاربنتر وآخرون (Carpentier et al., 2011) والتي استهدفت بحث العلاقة بين خبرة التدفق والشعور بالسعادة لدى عينات من البالغين يشعرون بحالات من الانسجام العاطفي ودلت النتائج انه كلما كانت الحالة أكثر ميلا للانسجام العاطفي كانت خبرة بالتدفق أكثر في الانشطة المفضلة، وهو ما يؤدي للتنبؤ بمستوى مرتفع للسعادة، كما اشارت الدراسة كذلك الى ان الشعور بالحالة الرومانسية والتدفق ذات علاقة ايجابية بالسعادة.

بينما اشارت دراسة دافيز (Davies, 2009) والتي استهدفت التعرف على تأثير التفكير الإيجابي وتقدير الذات كنموذج تفسيري في السعادة الوجدانية، وذلك على عينة من الطلاب المراهقين، الى وجود تأثير فعال للتفكير الإيجابي على تحقيق السعادة الوجدانية عند المراهقين.

وفي دراسة ابو هاشم ( ٢٠١٠ ) والتي استهدفت التعرف على طبيعة النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، والتي تكونت من ٤٠٥ طالب وطالبة بكلية التربية الى عدم وجود فروق دالة احصائية بين متوسطات درجات الذكور والاناث في السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية، مع وجود علاقات ارتباطية متباينة النوع ( موجبة - سالبة ) والدلالة (دالة - غير دالة) بين درجات



الطلاب في السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية وكل من العوامل الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية .

وفي دراسة محمود (٢٠١٠) والتي استهدفت دراسة بعض العوامل الوجدانية والمعرفية المسهمة في السعادة عند عينة من الطلاب (١١٠) بكلية التربية جامعة الملك فيصل، وعينة من المعلمين (٩٣) بالمدارس الاهلية، أشارت نتائج الدراسة الى وجود ارتباط دال إيجابي بين التفكير الإيجابي والسعادة لدى الطلاب والمعلمين، وأن معاملات ارتباط التفكير الإيجابي بالسعادة اقوى من معاملاتها بالتفكير السلبي، كما أن التفكير الإيجابي يفسر نسبة ٢٦% من التباين الكلي للوجدان الإيجابي.

وتتفق دراسة محمد (٢٠١٣) مع نتائج الدراسة السابقة، والتي استهدفت دراسة مدى فاعلية برنامج تدريبي لتنمية التفكير الإيجابي لدى عينة من معلمات مرحلة رياض الاطفال تقدر ب (٣٠) معلمة ودراسة تأثير ذلك على جودة الحياة، توصلت الدراسة إلى أن تنمية التفكير الإيجابي بأبعاده المختلفة (التوقعات الإيجابية، والتفاؤل، الضبط الانفعالي، والتحكم العقلي في الانفعال، والتقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين، وتقبل المسؤولية الشخصية والاجتماعية، وتقبل الذات غير المشروط) أدى الى الشعور بالسعادة والرضا وجودة الحياة.

وأشارت نتائج دراسة شين واخرون (Chen et al., 2012) الى وجود علاقة موجبة بين السعادة الذاتية والشعور بالتفاؤل وجودة العلاقات، وتحسين الذات، وتقدير الذات، بينما توجد علاقة عكسية بين السعادة الذاتية واعراض الاكتئاب.

واستخلصت دراسة بريتوريوس وبلاو (Pretorius & Blaauw, 2020) التي أجريت على طلاب جنوب إفريقيا بالسنة الأولى الجامعية، ان هؤلاء الطلاب يواجهون العديد من التحديات التي قد تؤثر على تصوراتهم الذاتية لرفاهيتهم وسط مستويات عالية من الانتحار والاكتئاب، وتوصلت الدراسة الى ان المتغيرات المتعلقة بترتيبات المعيشة، والمتغيرات التي لها تأثير مباشر على البيئة التعليمية مثل الشعور "في المنزل" والمستوى العام لرضا الطلاب عن تجربة الجامعة تؤثر بشكل إيجابي في السعادة الذاتية للطلاب، بينما المتغيرات السلبية التي تؤثر على السعادة الذاتية للطلاب تشمل: المخاوف بشأن الأمور المالية، والاختبارات المستقبلية، والعيش في الحرم الجامعي أو على مسافة قريبة من الحرم الجامعي.

كما أشارت نتائج العديد من الدراسات الى وجود متغيرات وسيطة تلعب دورا هاما في شعور طلاب الجامعة بالسعادة الذاتية. فقد توصلت دراسة وانغ (Wang, 2020) التي أجريت

على ٤٨١ طالب جامعي بالصين، حيث دلت نتائج نموذج المعادلة البنائية الى ان سمة الامتنان تتوسط اشباع الاحتياجات النفسية الأساسية والشعور بالسعادة الذاتية. كما توصلت دراسة (Liu, 2021) الى دور المساندة الاجتماعية في الشعور بالسعادة الذاتية، حيث تقوم بدوراً وسيطاً بين متغيرات التسامح للذات، والتسامح بين الأشخاص، والسعادة الذاتية لدى طلاب الجامعة.

يتضح من نتائج الدراسات السابقة:

- وجود علاقات ارتباطية موجبة بين الشعور بالسعادة الذاتية والعديد من المتغيرات النفسية لدى طلاب الجامعة مثل التدفق النفسي، والتفكير الإيجابي، والشعور بالتفاؤل وجودة العلاقات، وتحسين الذات، وتقدير الذات، والشعور بالرضا عن الحياة الجامعية، والتسامح.
- تقوم بعض المتغيرات بدور وسيط في الشعور بالسعادة الذاتية لدى طلاب الجامعة كالمساندة الاجتماعية، والشعور بالامتنان.
- توجد علاقة عكسية بالاكثاب، وبعد المسافة عن الجامعة، وضعف الحالة المالية، والمخاوف من الاختبارات.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية في الشعور بالسعادة الذاتية بين الذكور والاناث، وبين المراحل العمرية المختلفة، وقد اجريت هذه الدراسات على مراحل عمرية وفئات مختلفة كطلاب الجامعة والمراهقين والمعلمين.

ثانياً الشعور بالتماسك:

يشير انتونوفسكي (Antonovsky, 1979) مؤسس نظرية الشعور بالتماسك، إلى استخدام النظرية على نطاق واسع لتفسير رؤية الافراد لمفهومهم عن البيئة بشكل ذو معنى، وقابل للإدارة، حيث ان تفسير الافراد لعالمهم ذو تأثير واضح على الصحة، وقد أشار انتونوفسكي إلى العديد من العوامل المسهمة في ارتفاع مستوى الشعور بالتماسك لدى الفرد أطلق عليها عوامل المقاومة ومنها: هوية الأنا، المعرفة، الذكاء، استراتيجيات المواجهة، المساندة الاجتماعية، الالتزام، الاستقرار الثقافي، الجاذبية، الفلسفة، الدين، التوجهات الصحية الوقائية، ويرى انتونوفسكي ان هذه العوامل تتشكل من خبرات الحياة التي تتميز بالاتساق والالتزان (Eriksson & Lindstrom, 2017, 460).

يعرف انتونوفسكي (١٩٨٨) الشعور بالتماسك انه مدى شعور الفرد بالثقة في تفسير مثيرات البيئة الداخلية والخارجية والتنبيؤ بها، ومدى توافر الإمكانيات لديه لتلبية متطلبات

مجلة كلية التربية بالإسماعيلية - العدد الحادي والخمسون - سبتمبر ٢٠٢١ (ص ١١٣-١٦١)

واحتياجات هذه البيئة والتي تعد كتحديات تستحق البحث والعمل. ويعتبر انتونوفيسكي أن هذا المفهوم يتكون من ثلاث مكونات فرعية هي الشعور بالفهم؛ والشعور بالإدارة؛ والشعور بالمعنى، والتي يرتبط كلا منها بالآخر، والتي تشكل في مجملها الشعور بالتماسك، وبالرغم من أهمية البيئة إلا أنه لا يوجد دليل قوي على أن أحداث الحياة السلبية قد تقلل من مستوى الشعور بالتماسك، بينما وجد ان من يعاني من احداث الحياة السلبية لديه انخفاض في الشعور بالتماسك مقارنة بهؤلاء الذين لا يعانون من احداث الحياة السلبية (Saravia, Iberico, Yearwood, 2014, 35).

وتتفق يوسفى (٢٠١٧، ٩٩-١٠٥) مع الدراسة السابقة في احتفاظ بعض الأشخاص بصحتهم النفسية والجسدية رغم معاشتهم لظروف بيئية شديدة وضاعطة مقارنة لآخرين عاشوا نفس الظروف، يعود لارتفاع مستوى الشعور بالتماسك بمكوناته الثلاث (الوضوح، قابلية الإدارة، فهم المعنى) لديهم، وتعرفه بأنه شعور من الثقة في القدرة على التنبؤ بالبيئة، والشعور بأن الأمور ستسير على أفضل ما يكون". ويتضمن الأمور التالية:

- التوقع التفاؤلي بأن أمور الحياة ستكون منتظمة وشفافة وقابلة للضبط والفهم.
- الثقة بأنه سيتم السيطرة على الأحداث الحياتية المستقبلية من خلال الجهود الذاتية أو من خلال الدعم والمساندة الخارجية.
- القناعة الفردية المتمثلة بأن الأحداث المستقبلية عبارة عن مطالب أو مهمات ستطرح على الفرد، وأن الأمر يستحق أن يضحى في سبيلها.

وقد اشارت نتائج العديد من الدراسات الى دور الشعور بالتماسك في الاسهام النسبي بمتغيرات علم النفس الإيجابي لدى طلاب الجامعة. فقد أشارت دراسة كواسة ومحمود (٢٠١٠، ١٧٢) إلى ارتباط الشعور بالتماسك بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة، حيث ان قوة هذا الشعور تلعب دورا أساسيا في الصحة والتنبؤ بها، كما تسهم في رقي ووقاية الأفراد من التعرض للأزمات. كما توصلت دراسة مصطفى (٢٠١٩) الى ان الشعور بالتماسك يعمل كمتغير وسيط بين الشعور بالأمل (متغير مستقل)، والإرهاق الأكاديمي (متغير تابع) لدى طلاب كلية الطب. كما اشارت نتائج دراسة معوض (٢٠٢٠) الى أن الإحساس بالمسؤولية الاجتماعية، والشعور بالتماسك قد أسهما بنسبة (٤١,٢%) في تباين جودة الصداقة لدى طلاب الدراسات العليا.

وتشير بانتوزا وآخرون (Pantuzza et al., 2019) الى علاقة الشعور بالتماسك بالخوف من التحدث في الأماكن العامة، فالطلاب الذين أبلغوا عن عدم خوفهم من التحدث في

الأماكن العامة كانوا أكثر شعورا بالتماسك، ولديهم تقييم ذاتي إيجابي بشكل مرتفع، وهو ما يوضح أهمية الشعور بالتماسك كمصدر مهم للتوافق نظرًا للتدخل الكبير للجوانب العاطفية في الخطاب العام. لذا اوصت دراسة لوي بيل وآخرون (Luibl et al., 2021) والتي توصلت الى وجود علاقة بين الضغوط النفسية والاكنتاب لطلاب الجامعة بمتغيرات الشعور بالتماسك والمرونة، الى ضرورة تضمين برامج تدريبية الزامية بالمناهج الدراسية من السنة الأولى بالجامعة وحتى التخرج، تعمل على حماية الصحة النفسية للطلاب.

ويرى انتونوفيسكي (١٩٨٧) أن توقعات الفرد عن الحياة بقابليتها للفهم، والإدارة، وأنها ذات معنى تجعل الفرد أكثر تطوراً ونشاطاً وتكيفاً خاصة عندما يتعامل مع الضغوط. (Bowman, 1996, 547) لذا تستخدم مقاييس تقييم الشعور بالتماسك كأداة على نطاق واسع في المجالات الطبية والتقييمات النفسية، من خلال تقييم توجهات الفرد ونقاط قوته الداخلية، والتي تفسر مدى نجاح الفرد في التكيف مع الضغوط، وهذا التوجه يسعى لشرح الأسباب التي تجعل الفرد يتجه نحو الصحة، وهو توجه نقيض النموذج الطبي والذي يركز بشكل كبير على العوامل المسهمة في المرض (Jakobsson, 2011, 6).

#### العلاقة بين السعادة والشعور بالتماسك:

يلعب الشعور بالتماسك دور أساسي في الوظائف النفسية، حيث دلت العديد من الدراسات إلى أن الشعور بالتماسك بدرجة كبيرة يؤدي الى درجات مرتفعة من التكيف والمرونة. فقد اشارت دراسة كامل (Kamel, 2001) والتي استهدفت الاجابة على التساؤل الآتي: هل الشعور بالتماسك يعد عامل وسيط بين الخبرات السلبية والسعادة النفسية عند البالغين؟ استخدم الباحث مقياس الشعور بالتماسك انتونوفيسكي (١٩٨٧) على عينة من البالغين تقدر ب(١٩٣) اعمارهم تتراوح بين (١٩ - ٨٥) للوصول الى نموذج المعادلة البنائية الذي يوضح قيم الارتباطات بين متغيرات الدراسة، ودلت نتائج الدراسة على أن الشعور بالتماسك له دور واضح في الوظائف النفسية بشكل عام وخاصة في الصحة النفسية، واتضح ذلك من خلال مسارات الارتباطات بين الخبرات السلبية والشعور بالسعادة والتي كانت دالة في المجموعات الضعيفة في الشعور بالتماسك، وعلى العكس كانت المسارات غير دالة مع المجموعات التي يرتفع فيها الشعور بالتماسك، وهذا يدل على أن الشعور بالتماسك يلعب دور المصدات في الشعور بالسعادة، أي كلما زاد الشعور بالتماسك كلما قل تأثير الخبرات السلبية على الفرد وارتفع لديه مستوى الشعور بالسعادة النفسية.

واتفقت دراسة اولسون وآخرون (Olsson et al., 2008) مع نتائج الدراسة السابقة، والتي استهدفت دراسة العلاقة بين الشعور بالتماسك والسعادة لدى عينة من آباء الأطفال المعاقين عقليا وغير المعاقين قبل سن دخول المدرسة، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين مستوى الشعور بالسعادة والشعور بالتماسك حيث كان مستوى الشعور بالسعادة والتماسك منخفض لدى آباء الأطفال ذوي الإعاقة العقلية في مواقف الحياة الاجتماعية والاسرية مقارنة بآباء الاطفال غير المعاقين.

كما دلت نتائج دراسة هوارد (Howard, 2008) والتي استهدفت دراسة مدى إسهام متغيرات علم النفس الإيجابي (كالتدفق، الشعور بالتماسك، وكفاءة الذات، إدارة العمل، المرونة) في الشعور بحالة السعادة والصحة، إلى ان هذه المتغيرات اسهمت في العناية بالذات واستراتيجيات إدارة الضغوط وامتد أثرها الى الشعور بالسعادة من المرؤوسين بالعمل.

كما أشارت دراسة كواسه ومحمود (٢٠١٠) والتي استهدفت دراسة الشعور بالتماسك عند طلاب الجامعة وعلاقته بالصحة النفسية باستخدام مقياس انتونوفيسكي، إلى أنه يمكن التنبؤ بجودة الصحة النفسية من خلال الشعور بالتماسك، كما أشار الباحثان إلى اعتماد معظم الدراسات على متغير الشعور بالسعادة لقياس الصحة النفسية.

#### فروض الدراسة:

1. يوجد مستوى مرتفع من الشعور بالسعادة الذاتية وأبعادها لدى عينة الدراسة.
2. يوجد مستوى متوسط من الشعور بالتماسك وأبعاده لدى عينة الدراسة.
3. توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين السعادة الذاتية والشعور بالتماسك لدى عينة الدراسة.
4. لا يوجد تأثير دال احصائيا لكل من المستوى الدراسي والتخصص والحالة الاجتماعية والتفاعلات الثنائية بينهما على السعادة الذاتية وأبعادها.
5. لا يوجد تأثير دال احصائيا لكل من المستوى الدراسي والتخصص والحالة الاجتماعية والتفاعلات الثنائية والثلاثية بينهم على الشعور بالتماسك وأبعاده.
6. لا يمكن التنبؤ بالسعادة الذاتية من الشعور بالتماسك وأبعاده.

#### حدود الدراسة:

أ. الحدود الموضوعية: تتحدد الدراسة بمتغيري (السعادة الذاتية والشعور بالتماسك).

ب. الحدود المكانية: تم تطبيق الأدوات على عينة من طالبات جامعة الملك فيصل.

ج. الحدود زمانية: تم تطبيق مقاييس الدراسة خلال العام الدراسي (٢٠١٩/٢٠٢٠)

منهج الدراسة:

تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن لدراسة العلاقات الارتباطية والفروق بين متغيرات الدراسة.

إجراءات الدراسة:

أولا تقنين أدوات الدراسة باستخدام:

1. صدق المحكمين: لاختبار صدق البناء الداخلي لأدوات الدراسة.
2. التحليل العاملي التوكيدي: للتأكد من أبعاد المقياس وتشبع العوامل على أبعاد المقياس.
3. حساب معاملات الثبات بعدة طرق مثل (حساب معامل الفا كرو نباخ- معامل الثبات المركب).

ثانيا اختبار فروض الدراسة باستخدام الطرق الإحصائية الآتية:

1. اختبار تحليل التباين المتعدد: لدراسة الفروق في متوسطات درجات المتغيرات التابعة في المتغيرات المستقلة المختلفة، ودراسة أثر المتغيرات المستقلة بالمتغيرات التابعة.
2. معامل ارتباط بيرسون: لحساب معاملات الارتباط.
3. الانحدار المتعدد: لاختبار التنبؤ لمتغيرات الدراسة.

عينة الدراسة:

العينة الاستطلاعية:

بلغ عدد عينة الدراسة الاستطلاعية (٢١٣) طالبة من جامعة الملك فيصل، في الفصل الدراسي الثاني للعام (٢٠١٩/٢٠٢٠)، ويوضح الجدول (١) توزيع أفراد العينة الاستطلاعية وفقاً لمتغيرات التخصص الدراسي (كليات إنسانية/ كليات علمية)، والمستوى الدراسي (الأول/الثاني/الثالث/الرابع/الدراسات العليا)، والحالة الاجتماعية (أعزب/ متزوج).

جدول (١) توزيع أفراد العينة الاستطلاعية وفقاً للمتغيرات الديموغرافية

المتغير	المتغير	العدد	النسبة المئوية
التخصص الدراسي	العلمي	156	73.2
	الإنساني	57	26.8
	المجموع	213	100
المستوى الدراسي	الأول	72	33.8

11.3	24	الثاني	
15.5	33	الثالث	
9.4	20	الرابع	
30	64	الدراسات العليا	
100	213	المجموع	
72.3	154	اعزب	الحالة الاجتماعية
27.7	59	متزوج	
100	213	المجموع	

#### العينة الأساسية:

بلغ عدد عينة الدراسة الاستطلاعية (٢٩٨) طالبة من جامعة الملك فيصل، في الفصل الدراسي الثاني للعام (٢٠٢٠/٢٠١٩)، ويوضح الجدول (٢) توزيع أفراد العينة الأساسية وفقاً لمتغيرات التخصص الدراسي (كليات إنسانية/ كليات علمية)، والمستوى الدراسي (الأول/الثاني/الثالث/الرابع/الدراسات العليا)، والحالة الاجتماعية (أعزب/متزوج).

#### جدول (٢) توزيع أفراد العينة الأساسية وفقاً للمتغيرات الديموغرافية

المتغير	المتغير	العدد	النسبة المئوية
التخصص الدراسي	العلمي	217	72.8
	الإنساني	81	27.2
	المجموع	298	100
المستوى الدراسي	الأول	103	34.6
	الثاني	37	12.4
	الثالث	47	15.8
	الرابع	27	9.1
	الدراسات العليا	84	28.2
	المجموع	298	100
الحالة الاجتماعية	أعزب	211	70.8
	متزوج	87	29.2
	المجموع	298	100

#### أدوات الدراسة:

#### أولاً استبيان السعادة الذاتية لطلاب الجامعة: College Student Subjective Wellbeing Questionnaire (CSSWQ)

اعد هذا الاستبيان رينشو و بولونينو (Renshaw & Bolognino, 2014)، وتكون من ٣٠ بند، وتم حساب مؤشرات الصدق والثبات للمقياس على عينة تقدر ب ٣٨٧ من طلاب الجامعة، وأظهرت النتائج اتساقاً داخلياً قوياً، وارتباطاً دال احصائياً مع العديد من المؤشرات العالمية للسعادة الذاتية، كما أظهرت النتائج ارتفاع معامل الفاكرونباخ للمقياس وابعاده الفرعية قدرت ب ٠,٨٠، وتكون الاستبيان من خمسة ابعاد هي ( الرضا الاكاديمي، المثابرة الاكاديمية،

الارتباط بالجامعة، كفاءة الذات الاكاديمية، الامتتان للكلية) تم التحقق منها بالتحليلي العاملي الاستكشافي والتوكيدي واظهرت وجود عامل كامن واحد يضم العامل اربع ابعاد وهي (كفاءة الذات الاكاديمية، الامتتان للكلية، الارتباط بالكلية، والرضا الاكاديمي). وقد قامت الباحثة بترجمة النسخة الأجنبية لاستبيان السعادة الذاتية، وتم عرضه على اثنين من المتخصصين في اللغة الإنجليزية لترجمته من العربية إلى الإنجليزية، ووجد تطابقا بين الترجمتين مع الاستبيان الأصلي، كما عرض الاستبيان على أساتذة متخصصين في علم النفس التربوي والإرشاد النفسي والصحة النفسية بكلية التربية بجامعة الملك فيصل لمراجعة الترجمة، وإبداء آرائهم حول انتماء بنود الاستبيان لما يقيسه ومناسبته للفئة العمرية لعينة الدراسة، بالإضافة لصحة الصياغة العلمية وانتمائها لما وضعت لقياسه، وتم اعتماد نسبة الاتفاق ٨٠% بين المحكمين، وتم الإبقاء على جميع بنود المقياس. وتكون الاستبيان من (٣٠) بند صيغت جميعها في الاتجاه الإيجابي، ويجاب عنها باختبار أحد البدائل (وافق بشدة -وافق- محايد - غير موافق - غير موافق بشدة) والتي تندرج الاستجابة عليها من (١-٢-٣-٤-٥) على الترتيب حيث تتراوح الاستجابة على الاستبيان ما بين (٣٠ - ١٥٠)، وقد تم حساب الصدق والثبات على عينة من ٢١٣ طالبة من جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية تم اختيارهم بطريقة عشوائية لتقنين الاستبيان والتحقق من الخصائص السيكومترية كما يتضح فيما يلي:

الخصائص السيكومترية:

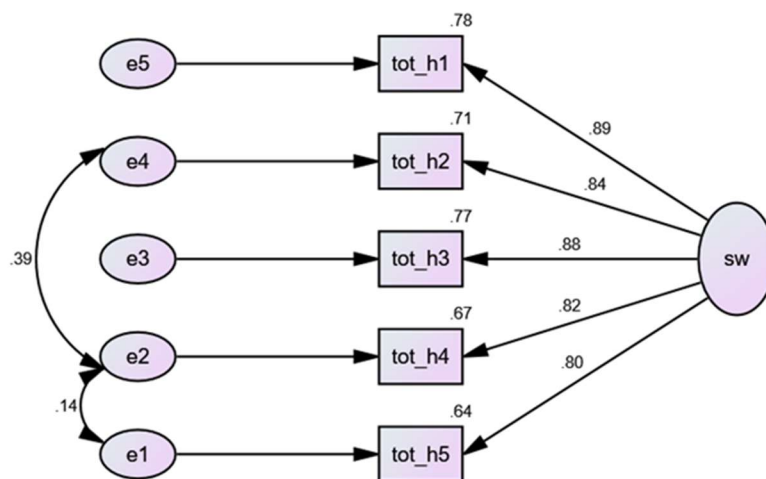
#### أ. صدق التكوين الفرضي: Construct Validity

تم استخدام أسلوب التحليل العاملي التوكيدي (Confirmatory Factor Analysis) عن طريق برنامج اموس (Amos 21) للتحقق من صدق التكوين الفرضي لاستبيان السعادة الذاتية، وتم الاعتماد على مؤشرات المطابقة الأكثر انتشارا واستخداما بين الباحثين في مجال النمذجة بالمعادلات البنائية، وذلك للتأكد من التطابق بين البنية النظرية الافتراضية والواقع المستمد من بيانات العينة، وقد تم حساب مؤشرات حسن المطابقة للتحقق من البنية العملية للنموذج أحادي العامل واعتماد نقطة قطع ٠,٤، لتشبعات العامل المعيارية. (Stevens, 1992) (Cited in: Saravia et al., 2015)

تم تعديل النموذج لتحقيق المطابقة للنموذج باستخدام مؤشرات التعديل Modification Indices وذلك بتقييد التغيرات بين أخطاء القياس والمتغيرات المشاهدة، حيث انها قد تعود نظروف القياس التي قد تكون متشابهة بين اختباري هذين البعدين (الشافعي، ٢٠١٤، ص



(١٠٧١)، وتقييد التغيرات بين كلا من (e2- e4) و (e1- e2) على الترتيب ومراجعة مؤشرات حسن المطابقة بعد كل تقييد، وبين الشكل (١) نموذج مخطط المسار الافتراضي النهائي لاستبيان السعادة الذاتية، موضح فيه تشبعات العبارات (المتغيرات المشاهدة) بالعوامل الكامنة واخطاء القياس الخاصة بالمتغيرات المشاهدة، كما يوضح جدول (٤) مؤشرات حسن المطابقة بنموذج العامل الواحد قبل وبعد التعديل.



شكل (١) يوضح مخطط المسار الافتراضي لاستبيان السعادة الذاتية بتقديرات البارامترات

المعيارية

والجدول التالي يوضح تشبعات أبعاد استبيان السعادة الذاتية (معاملات الانحدار المعيارية لبنود المقياس على العوامل الكامنة) ومستوياتها المعنوية، ومربعات معاملات الارتباط بين ابعاد الاستبيان والمتغير الكامن.

جدول (٣) معاملات الانحدار المعيارية للبنود (التشبعات) على العوامل الكامنة ومستوى

الدلالة المعنوية ومربعات معاملات الارتباط لاستبيان السعادة الذاتية

مربع معاملات الارتباط	معامل الانحدار المعياري (التشبع)	مستوى الدلالة المعنوية	بيان المسارات		
			ot1	---	W
0.78	.89	دالة احصائيا	ot1	---	W
0.71	.84	دالة احصائيا	ot2	---	W
0.77	.88	دالة احصائيا	ot3	---	W
0.67	.82	دالة احصائيا			

السعادة الذاتية وعلاقتها بالشعور بالتماسك ----- د/ هانم مصطفى محمد مصطفى البرعي

بيان المسارات	مستوى الدلالة المعنوية	معامل الانحدار المعياري (التشبع)	مربع معاملات الارتباط
ot4 --- W			
ot5 --- W	دالة احصائيا	.80	0.64

يتضح من نتائج جدول (٣) ما يلي:

أن جميع أوزان الانحدار المعيارية (التشبعات) للمتغير الكامن (SW) على ابعاد استبيان السعادة الذاتية (tot1-tot2-tot3-tot4-tot5) كانت دالة احصائيا، وتراوحت تشبعات الأبعاد بين (0.80-0.89) وهي قيم مرتفعة لتشبعات الأبعاد بالعامل الكامن، وجميعها دالة احصائيا، كما تراوحت قيم مربعات معاملات الارتباط لأبعاد الاستبيان بالعامل الكامن بين (0.64 (0.78) - وهي قيم مرتفعة لتفسير التباين في المتغير الكامن بواسطة ابعاد الاستبيان.

وللتحقق من حسن مطابقة نموذج العامل العام للبيانات Model Fit Summary: تم حساب مؤشرات حسن المطابقة للنموذج والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٤) مؤشرات حسن مطابقة نموذج العامل العام لاستبيان السعادة الذاتية قبل وبعد

التعديل

مسمى الفئة	نوع المؤشر	القيمة قبل التعديل	القيمة في الدراسة الحالية	المدى المثالي للمؤشر
مؤشرات المطابقة المطلقة Absolute Fit indices	$\chi^2$ مربع كاي	3 7.04 ( P = 0.00)	7. 57 (P = 0.06)	أكثر من 0.05 توجد مطابقة أقل من 0.05 لا توجد مطابقة
	RMSEA الجزر التربيعي لمتوسط مربعات خطأ الاقتراب	0 .15	0.0 7	أقل من 0.05 تدل على مطابقة جيدة (0.05-0.08) مطابقة مقبولة
	GFI مؤشر جودة المطابقة	0 .95	0.9 9	تساوي أو أكبر من 0.90 لقبول المطابقة
	AGFI مؤشر حسن المطابقة المعدل بدرجات الحرية	0 .86	0.9 5	تساوي أو أكبر من 0.90 لقبول

المطابقة	0.9	0	CFI مؤشر المطابقة	المقارن
	9	.97		
	0.9	0	TLI مؤشر توكر-لويس	
	9	.95		
	0.9	0	NFI مؤشر الملائمة	المعياري
	9	.97		
	2.5	7	CMIN / DF قيمة اقل	
اقل من القيمة °	2	.41	تعارض الى درجة الحرية	

يتضح من مراجعة جدول (٤) لقيم مؤشرات جودة المطابقة لنموذج البيانات ان غالبية المؤشرات جاءت مطابقة لمحكات جودة المطابقة باستخدام مؤشرات التعديل **Modification Indices**، فقد بلغ قيمة معامل مربع كاي 7.57 بدرجة حرية 3 ودلالته الإحصائية 0.06 وهي غير دالة احصائيا ويشير ذلك الى عدم وجود فروق جوهرية بين النموذج المفترض وبيانات العينة، وبلغت قيمة الجذر التربيعي لمتوسط مربعات خطأ الاقتراب (RMSEA) 0.07 وهي محصورة بين (0.05-0.08) وتشير الى مطابقة مقبولة للنموذج المفترض (Brown, 2015). كما بلغت قيمة مؤشر حسن المطابقة (GFI) 0.99 ، ومؤشر حسن المطابقة المعدل بدرجات الحرية (AGFI) 0.95 ، ومؤشر المطابقة المقارن (CFI) 0.99 ، وقيمة مؤشر توكي - لويس (TLI) 0.99 وجميعها قيم قريبة من 1 ، ويشير ذلك الى ملائمة مقبولة لنموذج البيانات .

يتضح مما سبق حسن مطابقة النموذج للبيانات، وبهذا قدم التحليل العاملي التوكيدي دليلا على صدق لاستبيان السعادة الذاتية لطلاب الجامعة في البيئة السعودية.

#### ب. صدق المحك:

تم حساب قيم معاملات ألفا كرونباخ والمتوسط والتباين معامل الارتباط المصحح بعد حذف البند من الاستبيان لتقييم صلاحية البنود هو في الوقت نفسه أحد أنواع صدق المحك للعبارة (أبو هاشم، ٢٠١٨).

جدول (٥) المتوسطات والتباين ومعامل الارتباط المصحح ومعامل ألفا كرونباخ بعد حذف درجة العبارة لاستبيان السعادة الذاتية لطلاب الجامعة

العدد	رقم العبارة	المتوسط	التباين	معامل الارتباط المصحح	معامل ألفا كرونباخ
الرضا الأكاديمي	1.	113.896	420.195	.655	.962
	2.	113.658	419.196	.550	.963
	3.	113.584	416.567	.733	.961
	4.	113.611	419.747	.674	.962
	5.	113.752	415.938	.712	.961
	6.	113.987	418.337	.562	.963
المثابرة الأكاديمية	7.	113.966	414.733	.659	.962
	8.	113.859	420.458	.560	.963
	9.	113.849	418.405	.654	.962
	10.	113.628	416.282	.731	.961
	11.	113.738	420.537	.594	.962
	12.	113.396	420.354	.673	.962
الارتباط بالجامعة	13.	113.822	414.726	.722	.961
	14.	113.946	412.933	.708	.961
	15.	113.674	417.284	.685	.962
	16.	113.701	414.129	.727	.961
	17.	113.597	415.756	.710	.961
	18.	113.409	422.903	.630	.962
الكفاءة الذاتية الأكاديمية	19.	113.547	422.713	.626	.962
	20.	113.805	418.050	.648	.962
	21.	113.651	420.625	.674	.962
	22.	113.530	418.708	.733	.961
	23.	113.430	419.599	.730	.961
	24.	113.721	418.397	.726	.961
الامتثال للكلية	25.	113.242	421.840	.705	.961
	26.	113.742	414.509	.727	.961
	27.	113.386	420.662	.741	.961
	28.	113.245	423.546	.656	.962
	29.	113.309	421.197	.670	.962
	30.	113.181	424.943	.621	.962

يتضح من جدول (٥) ما يلي:

- ان المدى الذي تتذبذب فيه قيم المتوسطات (113.99 - 113.18)، والتباين (424.94 - 412.93) وهو مدى صغير، يشير الى ان جميع العبارات متجانسة الى حد كبير في قياس ما وضعت لقياسه.
- جميع معاملات الارتباط المصحح بين العبارات والدرجة الكلية للمقياس عند حذف درجة العبارة دالة احصائيا وتراوحت بين (.74 - .55).

- معاملات ثبات الفا كرونباخ لكل عبارة لم يتأثر بعد حذف أي عبارة من عبارات المقياس، وكان معامل الفا كرونباخ للمقياس ككل (.963)، والمدى الذي يتذبذب فيه معامل الفا كرونباخ صغير تتراوح بين (.963 - .961). مما يشير الى ان كل بند في الاستبيان يسهم بشكل مناسب في معامل ثبات الدرجة الكلية لاستبيان السعادة الذاتية، وان استبعاد أي من هذه البنود لا يؤثر سلبا على قيمة الثبات (ابوهاشم، ٢٠٠٤) كما ورد في (أبو هاشم، ٢٠١٨).

#### ب. حساب الاتساق الداخلي:

تم حساب الاتساق الداخلي لعبارات استبيان السعادة الذاتية، وذلك بإيجاد قيم معاملات الارتباط بين عبارات كل بعد والدرجة الكلية للاستبيان وجدول رقم (٦) يوضح النتائج:

جدول (٦) معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لاستبيان السعادة الذاتية

رقم الفقرات	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	رقم العبارة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
الرضا الأكاديمي	الارتباط بالجامعة	المثابرة الأكاديمية	الارتباط بالجامعة	الارتباط بالجامعة
1	.681*	7	.690**	.746**
2	.589*	8	.596**	.735**
3	.755*	9	.682**	.711**
4	.698*	10	.753**	.751**
5	.736*	11	.626**	.734**
6	.601*	12	.697**	.656**
رقم الفقرات	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	رقم العبارة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
الامتنان للكلية				
19	.653*	25	.725**	
20	.677*	26	.751**	
21	.698*	27	.759**	
22	.753*	28	.679**	

السعادة الذاتية وعلاقتها بالشعور بالتماسك ----- د/ هانم مصطفى محمد مصطفى البرعي

		.693**	29	*	.750*	23
		.646**	30	*	.747*	24

\*\* دال احصائيا عند مستوى دلالة معنوية ٠,٠١

يتضح من نتائج جدول (٦) أن معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لبعء الرضا الأكاديمي بين (.755 - .589) ، ولبعء المثابرة الاكاديمية بين (.753 - .596)، ولبعء الارتباط بالجامعة بين (.746 - .656)، ولبعء الكفاءة الذاتية الاكاديمية بين (.653 - .753)، وبعء الامتحان للكلية بين (.759 - .646)، وجميع معاملات الارتباط بين عبارات استبيان السعادة الذاتية والدرجة الكلية كانت دالة احصائيا عند مستوى دلالة معنوية (0.01). ووفق هذه النتائج يظل عدد العبارات ٣٠ عبارة لاستبيان السعادة الذاتية لطلاب الجامعة. ثانيا حساب الثبات:

تم حساب معاملات الفا كرونباخ لأبعاد الاستبيان والاستبيان ككل ومعامل الثبات المركب (CR) لاستبيان السعادة الذاتية وجدول (٧) يوضح نتائج ذلك: جدول (٧) معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد استبيان السعادة الذاتية لطلاب الجامعة والاستبيان ككل

الابعاد	معامل الفا كرونباخ	الثبات المركب CR ≥ .06
البعء الأول (الرضا الاكاديمي)	.841	1.17
البعء الثاني (المثابرة الاكاديمية)	.845	
البعء الثالث (الارتباط بالجامعة)	.895	
البعء الرابع (الكفاءة الذاتية الاكاديمية)	.887	
البعء الخامس (الامتحان للكلية)	.911	
الاستبيان ككل	.963	

يتضح من نتائج جدول (٧) ما يلي:

- ان معاملات الفا كرونباخ للثبات جاءت بقيم مرتفعة وتراوحت للأبعاد بين (.911 - .841) وللاستبيان ككل .963.
- ان قيمة معامل الثبات المركب (CR) للبناء الكامل للاستبيان كانت مساوية (1.17) اي اكبر من اقل قيمة دالة القيمة .06، ما يشير الى تمتع النموذج بثبات داخلي مرتفع.
- يتضح مما سبق أن استبيان السعادة الذاتية يتمتع بمعاملات صدق وثبات مقبولة مما يشير إلى صلاحيته للتطبيق على العينة الأساسية.

### ثانياً مقياس الشعور بالتماسك: (Sense Of Coherence scale (SOC)

أعد هذا المقياس انتونوفيسكسي (Antonovsky, 1987) وتكون من ٤٥ عبارة في نسخته الأصلية، ثم قام بتطويره عام ١٩٨٨ ليختصر إلى ١٣ بند، وتم التحقق منه على العديد من الفئات بإسبانيا، وإيطاليا، والبرازيل، وهولندا، وإيران، وجنوب أفريقيا، وتم حساب الصدق التكويني بطريقتين (الاستكشافي والتوكيدي)، والثبات بطريقة الفا كرونباخ وتوصلت النتائج إلي وجود مستوى مقبول للثبات يتراوح من 0.59 الى 0.70.، ووجود ثلاث عوامل للمقياس ذات مستوى مؤشرات مقبولة هي (الوضوح، قابلية الإدارة، فهم المعنى). لذا قامت الباحثة بترجمة النسخة الأجنبية لمقياس الشعور بالتماسك ( النسخة المعدلة)، لإعادة حساب الصدق والثبات على عينة من 213 طالبة من جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية والتحقق من الخصائص السيكومترية، وتم عرض المقياس على اثنين من المتخصصات في اللغة الإنجليزية لترجمته من العربية إلى الانجليزية، ووجد تطابقاً بين الترجمتين مع المقياس الأصلي، كما عرض المقياس على أساتذة متخصصين في علم النفس التربوي، والإرشاد النفسي، والصحة النفسية بكلية التربية بجامعة الملك فيصل لمراجعة الترجمة، وإبداء آرائهم حول انتماء بنود المقياس لما تقيسه ومناسبتها للغة العمرية لعينة الدراسة، بالإضافة لصحة الصياغة العلمية وانتمائها لما وضعت لقياسه، وتم اعتماد نسبة الاتفاق ٨٠% بين المحكمين، وتم الابقاء على جميع بنود المقياس. ويتكون المقياس من (١٣) فقرة صيغت ٩ فقرات منها في الاتجاه الايجابي ويجب عنها باختيار أحد البدائل (غالبا، أحيانا، نادرا، نادرا جدا) وهي البنود (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٩، ١٠) والتي تندرج الاستجابة عليها من (١-٢-٣-٤-٥)، بينما صيغت ٤ بنود في الاتجاه السلبي وهي البنود (٨، ١١، ١٢، ١٣) ويجب عنها باختيار احد البدائل (غالبا، أحيانا، نادرا، نادرا جدا) وتأخذ الاستجابات عليها (١-٢-٣-٤-٥) حيث تتراوح الاستجابة على المقياس ما بين (٢٥-٤٠).

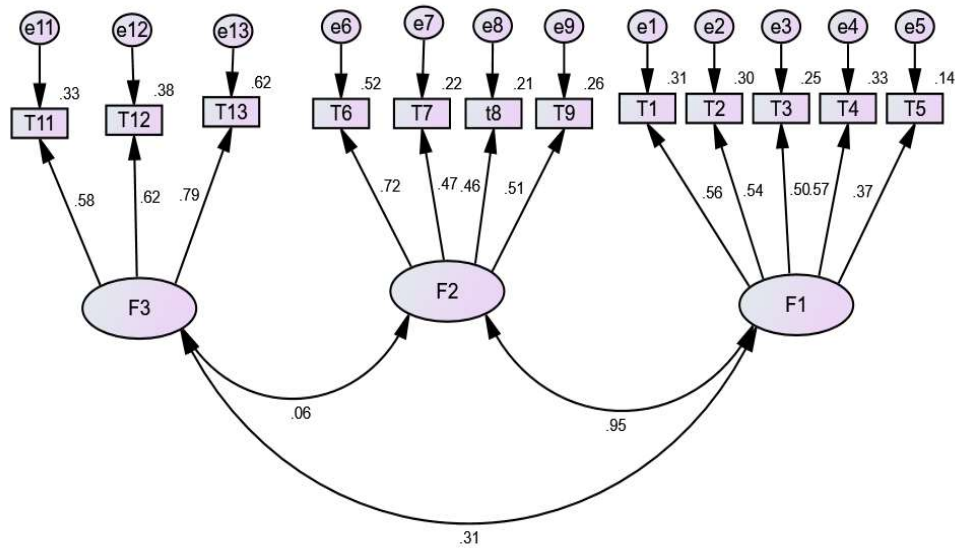
الخصائص السيكومترية للمقياس:

#### أ. صدق التكوين الفرضي: Construct Validity

تم استخدام أسلوب التحليل العاملي التوكيدي (Confirmatory Factor Analysis) عن طريق برنامج أموس (Amos 21) للتحقق من صدق التكوين الفرضي لمقياس التماسك، وتم الاعتماد على مؤشرات المطابقة الأكثر انتشارا واستخداما بين الباحثين في مجال النمذجة بالمعادلات البنائية وذلك للتأكد من التطابق بين البنية النظرية الافتراضية والواقع المستمد من

بيانات العينة، وقد تم حساب مؤشرات حسن المطابقة للتحقق من البنية العاملية للنموذج أحادي العامل إلا أنه افتر إلى القبول وتم رفض النموذج. ويتفق ذلك مع دراسة سيرفيا، ايبيريكو، وييروود (Saravia, Iberico & Yearwood, 2015) والتي اختبرت نموذج مقياس التماسك المعدل (١٣ بند) على مجموعة من الطلاب تراوحت أعمارهم بين (١٨-٢٩) سنة، وأشارت نتائج التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس الى تمتع المقياس بمؤشرات للثبات مقبولة تراوحت من (٥٩، - ٦١)، لأبعاد المقياس الثلاث، وبمؤشرات صدق تكويني مقبولة لنموذج العوامل الثلاث للتحليل العاملي التوكيدي.

ولحساب الصدق التكويني لنموذج العوامل الثلاث لمقياس التماسك الحالي تم اعتماد نقطة قطع ٤، لتشبعات العامل المعيارية (Stevens, 1992) (Cited in: Saravia et al., 2015)، وتم حذف البند (١٠) بعد اجراء التحليل التوكيدي ببرنامج (Amos 20) حيث أن تشبع الفقرة بالعامل الثالث (المعنى) كانت ٠.٢، وتحسين نتائج حسن المطابقة للنموذج، والجدول التالي يوضح نتائج التحليل التوكيدي قبل وبعد حذف البند، والشكل (٢) يبين نموذج مخطط المسار الافتراضي، ويوضح تشبعات البنود (المتغيرات المشاهدة) بالعوامل الكامنة واخطاء القياس الخاصة بالمتغيرات المشاهدة.



شكل (٢) يوضح مخطط المسار الافتراضي لمقياس الشعور بالتماسك بتقديرات البارامترات المعيارية



يوضح الشكل السابق نموذج المسار الافتراضي لمقياس الشعور بالتماسك بالتقديرات المعيارية، ويتضح فيه معاملات تشبعات البنود على العوامل الثلاثة الكامنة ومربعات معاملات الارتباط ومعاملات الارتباط بسن العوامل الكامنة والتي تراوحت بين (٠,٦ - ٠,٩٥) ، اقل من قيمة (١).

وجداول رقم (٨) يوضح تشبعات بنود مقياس الشعور بالتماسك (معاملات الانحدار المعيارية لبنود المقياس على العوامل الكامنة) ومستوياتها المعنوية بعد حذف البند (١٠). جدول (٨) معاملات الانحدار المعيارية للبنود (التشبعات) على العوامل الكامنة ومستوى الدلالة المعنوية لمقياس الشعور بالتماسك

معاملات	مربع الارتباط	معامل الانحدار المعيارى (التشبع)	مستوى الدلالة المعنوية	بيان المسارات		
0.31		٠.56	دالة احصائيا	T1	<---	F1
0.30		٠.54	دالة احصائيا	T2	<---	F1
0.25		٠.50	دالة احصائيا	T3	<---	F1
0.33		٠.57	دالة احصائيا	T4	<---	F1
0.12		0.37	دالة احصائيا	T5	<---	F1
0.53		0.72	دالة احصائيا	T6	<---	F2
0.22		0.47	دالة احصائيا	T7	<---	F2
0.21		0.46	دالة احصائيا	T8	<---	F2
0.26		0.51	دالة احصائيا	T9	<---	F2
0.33		0.58	دالة احصائيا	T11	<---	F3
0.38		0.62	دالة احصائيا	T12	<---	F3
0.62		0.79	دالة احصائيا	T13	<---	F3

يتضح من نتائج جدول (٨) ما يلي:

- أن جميع أوزان الانحدار المعيارية للمتغيرات الكامنة على المتغيرات المشاهدة (التشبعات) كانت دالة احصائيا وتراوحت تشبعات باقي البنود بين (0.4 - 0.8) وجميعها دالة احصائيا.

- وفيما يخص البعد الأول (الوضوح) فان اكثر البنود اشباعا لهذا البعد (F1) كان البند (T4) هل حدث انك شعرت بعدم قدرتك على التحمل؟، حيث بلغ قيمة تشبع العامل المعيارية 0.57 ، بينما كان اقلها اشباعا الفقرة (T5) حينما تقع أحداث معينة تجد نفسك قد قمت بتقييم الوضع بشكل صحيح، حيث بلغ قيمة تشبع العامل المعيارية 0.37 الا انها تقترب من قيمة القطع 0.4 لذا تم الإبقاء عليها.

- وبالنسبة للعامل الثاني (قابلية الإدارة) فإن أكثر البنود اشباعا لهذا البعد (F2) كان البند (T6) هل حدث وأن الناس الذين كنت تعتمد عليهم أصابوك بخيبة أمل؟، حيث بلغ قيمة تشبع العامل المعياري 0.72، بينما كان اقلها اشباعا البند (T8) هل حدث وان شعرت ان كثير من الناس حتى أولئك الذين لديهم شخصية قوية انهم قد ينهزمون في مواقف الحياة، حيث بلغ قيمة تشبع العامل المعياري 0.47

- بينما العامل الثالث (فهم المعنى) فإن أكثر البنود اشباعا لهذا البعد (F3) كان البند (T13) لدي شعور بأن هناك حكمة وراء الأشياء التي أقوم بها في حياتي اليومية، حيث بلغ قيمة تشبع العامل المعياري 0.79 ، بينما كان اقلها اشباعا كان البند (11) حينما تقع أحداث معينة، عموما تجد نفسك (قد قمت بتقييم الوضع بشكل صحيح، حيث بلغ قيمة تشبع العامل المعياري 0.58 .

- كما يبين الجدول السابق تقديرات مربعات معاملات الارتباط بين المتغيرات المشاهدات والكامنة، وكانت اعلى قيمة لمربع معامل الارتباط 0.63 للبند ١٣، بينما اقل مربع معامل ارتباط 0.12 للبند ٥، وهي نسبة التباين المفسر للمتغيرات المشاهدة والتي تعزى للعوامل الكامنة، ويتضح انها قيم مرتفعة لتفسير التباين عدا البند ٥ الذي فسّر العامل الثاني ( الإدارة ) بنسبة ١٢% فقط.

وللتحقق من حسن مطابقة نموذج العوامل الثلاث للبيانات Model Fit Summary: تم حساب مؤشرات حسن المطابقة للنموذج والجدول رقم (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩) مؤشرات حسن مطابقة نموذج العوامل الثلاث لمقياس الشعور بالتماسك

قبل وبعد التعديل

مسمى الفئة	نوع المؤشر	القيمة قبل التعديل	القيمة في الدراسة الحالية	المدى المثالي للمؤشر
مؤشرات الملائمة المطلقة Absolute Fit	$\chi^2$ مربع كاي	126.02 (P = 0.00)	78.01 (P = 0.01)	أكبر من 0.05 توجد مطابقة أقل من 0.05 لا توجد مطابقة
	RMSE الجذر التربيعي لمتوسط مربعات خطأ الاقتراب	0.06	0.04	أقل 0.05 تدل على مطابقة جيدة (0.05- 0.08) مطابقة مقبولة
	GFI مؤشر جودة المطابقة	0.94	0.96	تساوي أو أكبر من 0.90 لقبول المطابقة
	AGFI	0.91	0.93	تساوي أو أكبر من

0.90 لقبول المطابقة			مؤشر المطابقة المعدل بدرجات الحرية	
	0.96	0.90	CFI مؤشر المطابقة المقارن	
	0.94	0.87	TLI مؤشر توكرلويس	
	0.86	0.83	NFI مؤشر الملازمة المعياري	
اقل من القيمة ٥	1.53	2.05	CMIN / DF قيمة اقل تعارض الى درجة الحرية	Parsimonious Fit

يتضح من مراجعة جدول (٩) لقيم مؤشرات جودة المطابقة لنموذج البيانات ان غالبية المؤشرات جاءت مطابقة لمحكات جودة المطابقة، فقد بلغ قيمة معامل مربع كاي ٧٨,٠١ بدرجة حرية ٥١ ودلالته الإحصائية ٠,٠١ وهي دالة احصائيا، وقد يعود ذلك لارتفاع حجم العينة عن ٢٠٠، حيث ان مربع كاي يتأثر بحجم العينة، وأن الدلالة الإحصائية تكون اقل استقرارا مع حجم العينات اكبر من ٢٠٠ (تيفزة، ٢٠١٢). وبلغت قيمة الجذر التربيعي لمتوسط مربعات خطأ الاقتراب (RMSEA) ٠,٠٤ وهي اقل من ٠,٠٥، كما بلغت قيمة مؤشر حسن المطابقة (GFI) ٠,٩٦، ومؤشر حسن المطابقة المعدل بدرجات الحرية (AGFI) ٠,٩٣، ومؤشر المطابقة المقارن (CFI) ٠,٩٦، وقيمة مؤشر توكي - لويس (TLI) ٠,٩٤ وهي قيم قريبة من ١، ويشير ذلك الى مطابقة نموذج البيانات الحالي، يتضح مما سبق حسن مطابقة النموذج للبيانات، وبهذا قدم التحليل العملي التوكيدي دليلا على صدق مقياس الشعور بالتماسك في البيئة السعودية.

#### ب. صدق المحك:

تم حساب قيم معاملات الفا كرونباخ والمتوسط والتباين معامل الارتباط المصحح بعد حذف البند من المقياس لتقييم صلاحية البنود هو في الوقت نفسه أحد أنواع صدق المحك للعبارة (أبو هاشم، ٢٠١٨).

جدول (١٠) المتوسطات والتباين ومعامل الارتباط المصحح ومعامل ألفا بعد حذف درجة

الفقرة لمقياس الشعور بالتماسك

البعد	الفقرات	المتوسط	التباين	معامل الارتباط المصحح	معامل ألفا
الوضوح	1	28.27	26.36	.44	.719
	2	27.67	25.93	.45	.717
	3	28.09	25.11	.45	.717
	4	28.11	25.46	.48	.714
	5	27.32	25.99	.33	.733
قابلية الإدارة	6	27.93	24.84	.52	.708
	7	27.70	25.25	.41	.722
	8	27.92	26.81	.30	.735
	9	27.98	26.16	.38	.726
فهم المعنى	11	26.70	27.70	.26	.739
	12	26.97	27.47	.25	.741
	13	26.79	27.43	.27	.739

يتضح من جدول (١٠) ما يلي:

- ان المدى الذى تتذبذب فيه قيم المتوسطات (26.79-28.27) والتباين (25.11-27.70) وهو مدى صغير، يشير الى ان جميع العبارات متجانسة الى حد كبير في قياس ما وضعت لقياسه.

- جميع معاملات الارتباط المصحح بين البنود للمقياس والدرجة الكلية للمقياس عند حذف درجة البند دالة احصائيا وتراوح بين (.52-.25).

- معاملات ثبات الفا كرونباخ لكل بند لم يتأثر بعد حذف أي بند من بنود المقياس، وكان معامل الفا كرونباخ للمقياس ككل (.743)، والمدى الذى يتذبذب فيه معامل الفا كرونباخ صغير تراوح بين (.741-.708). مما يشير الى ان كل بند في المقياس يسهم بشكل مناسب في معامل ثبات الدرجة الكلية لمقياس التماسك، وان استبعاد أي من هذه البنود لا يؤثر سلبا على قيمة الثبات (ابوهاشم، ٢٠٠٤) كما ورد في (أبو هاشم، ٢٠١٨).

ج. حساب الاتساق الداخلي:

تم حساب الاتساق الداخلي لعبارات مقياس الشعور بالتماسك، وذلك بإيجاد قيم معاملات الارتباط بين عبارات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس و جدول (١١) يوضح النتائج:

جدول (١١) معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمقياس الشعور

بالتماسك

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	رقم العبارة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	رقم العبارة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	رقم العبارة
فهم المعنى		قابلية الإدارة		الوضوح	
.411**	1	.583**	6	.527**	1
.414**	2	.553**	7	.521**	2
.453**	3	.169**	8	.574**	3
		.465**	9	.591**	4
				.519**	5

يتضح من نتائج جدول (١١) أن جميع معاملات ارتباط البنود مع الدرجة الكلية لمقياس التماسك كانت دالة احصائيا عند مستوى دلالة معنوية 0.01، وقد تراوحت معاملات الارتباط لبعده الوضوح بين (.519 - .591)، ولبعد قابلية الإدارة بين (.583 - .169)، ولبعد فهم المعنى (.411 - .453)

ووفق هذه النتائج يظل عدد الفقرات ١٣ لمقياس التماسك (الصورة المختصرة) كما اشارت اليه نتائج دراسة (Saravia et al., 2015) ثانيا حساب الثبات:

تم حساب معاملات الفا كرونباخ، ومعاملات الثبات المركب Composite Reliability (CR) لأبعاد المقياس والمقياس ككل وجدول (١٢) يوضح نتائج ذلك:

جدول (١٢) معاملات الفا كرونباخ لأبعاد مقياس الشعور بالتماسك والمقياس ككل

الابعاد	معامل الفا كرونباخ	الثبات المركب $CR \geq .06$
البعد الأول (الوضوح)	.618	1.05
البعد الثاني (قابلية الإدارة)	.610	1.05
البعد الثالث (افهم المعنى)	.691	1.10
المقياس ككل	.743	1.07

يتضح من نتائج جدول (١٢) ما يلي:

- ان معاملات الفا كرونباخ للثبات جاءت بقيم مقبولة وتراوحت للأبعاد بين (.610- .691). وللمقياس ككل .743.

- ان قيم الثبات المركب (CR) لأبعاد المقياس تراوحت بين (1.05 - 1.10)، وكانت للمقياس ككل (1.07) اي أكبر من القيمة اقل قيمة دالة .06، ما يشير الى تمتع النموذج بثبات داخلي مرتفع.  
يتضح مما سبق أن مقياس الشعور بالتماسك يتمتع بمعاملات صدق وثبات مقبولة مما يشير إلى صلاحيته للتطبيق على العينة الأساسية.

### نتائج الدراسة:

#### الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على: " يوجد مستوى مرتفع من الشعور بالسعادة الذاتية وابعادها لدى عينة الدراسة".

للتحقق من صحة الفرض تم حساب المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والمتوسط المرجح، ومستويات الشعور بالسعادة الذاتية لأفراد عينة البحث وفق المستوى التقييمي، بحيث تكون قيمة المتوسط المرجح (ضعيفة من 2.33 - 1؛ متوسطة من 3.76 - 2.34؛ مرتفعة من 5 - 3.77) والجدول (١٣) يوضح هذه النتائج.

جدول (١٣) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومستويات السعادة الذاتية

الترتيب	المستوى التقييمي	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد العبارات	المتغيرات
5	مرتفعة	3.8	4.81	22.80	6	الرضا الأكاديمي
4	مرتفعة	3.80	4.80	22.85	6	المثابرة الاكاديمية
3	مرتفعة	3.86	5.15	23.13	6	الارتباط بالجامعة
2	مرتفعة	3.93	4.60	23.60	6	الكفاءة الذاتية الاكاديمية
1	مرتفعة	4.20	4.55	25.18	6	الامتنان للكلية
	مرتفعة	3.92	21.26	117.55	30	السعادة الذاتية

يتضح من الجدول (١٣) أن المستوى التقييمي للشعور بالسعادة الذاتية جاء مرتفعاً بمتوسط مرجح (٣,٩٢) وبذلك تحقق صحة الفرض، وجاء الامتنان للكلية في المرتبة الأولى، بينما جاء الرضا الأكاديمي في المرتبة الأخيرة، وجاءت المتوسطات المرجحة لأبعاد السعادة الذاتية بقيم متقاربة، أي أن الفروق طفيفة جداً بينها.

ويتفق ذلك مع ما دلت عليه نظرية تقرير المصير للسعادة الذاتية ( Ryan et al. 1996؛ 2000, as cited In Burr et al., 2011) في أن تمتع

الفرد بالطموحات الجوهرية (أي السعي وراء قبول الذات والانتماء مع الآخرين، والمساهمة في المجتمع) يؤدي الى تعزيز السعادة لديهم، حيث أنه يلبي الاحتياجات الأساسية للكفاءة والاستقلالية والعلاقات. كما تتفق تلك النتائج مع دراسة سالم (٢٠٠١) التي توصلت الي ارتفاع مستوى الشعور بالسعادة لدى طالبات الجامعة والتي تتراوح اعمارهن من (١٩-اقل من ٢٣) مقارنة بالإناث بمرحلتها المراهقة من (١٤-اقل من ١٩)، والرشد من (٢٣-٣٥). كما اتفقت النتائج مع كل من دراسة عبد الخالق وآخرون (٢٠٠٣)؛ الدغيشم والمرزوقي (٢٠١٨) والتي استنتجت وجود مستوى مرتفع من السعادة لدى طالبات الجامعة بدولة الكويت. ويتفق ترتيب ابعاد السعادة الذاتية بالمقياس الحالي مع مؤشرات السعادة الذاتية لطلاب السنة الأولى بالجامعة في دراسة بوثا وآخرون (Botha et al., 2019) والتي أظهرت النتائج خمس مؤشرات للسعادة الذاتية في مجتمع الطلاب هي: (١) السعادة العاطفية، والتي تحدد من خلال حالات التأثير الإيجابي والسلبى، والرضا عن الحياة والجامعة؛ (٢) السعادة النفسية للمعنى، وتظهر من خلال وضوح الغرض من الدراسة، والإتقان، والنمو الشخصي، والتقبل الذاتي، والاستقلالية؛ (٣) السعادة الاجتماعية والتي تتضح من خلال فرص المشاركة الاجتماعية، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والشمولية من خلال التعرض للتنوع، وقبول الآخرين والشعور بالانتماء؛ (٤) المؤشرات الروحية، وتظهر من خلال فرص الانخراط في الروحانيات والممارسات؛ و (٥) السعادة الجسدية، وتحدث من خلال أنماط النوم والعادات الغذائية وعوامل النشاط البدني.

بينما اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت اليه دراسة الرايفي (٢٠١٢) التي اشارت الى انخفاض مستوى الشعور بالسعادة لدى طالبات الجامعة بمحافظة جدة بالسعودية. ويمكن تفسير نتيجة الفرض الأول بوجود مستويات مرتفعة من السعادة الذاتية وابعادها لدى طالبات الجامعة، لشعورهن بالامتنان تجاه جامعتهم التي وفرت حياة جامعية داعمة من الأساتذة والعاملين والطالبات، ساعدتهن على الإنجاز الأكاديمي والشعور بالكفاءة الذاتية بالمجال الأكاديمي وقدرة على حل المشكلات بالدراسة، وهو ما أدى لارتفاع مستوى الارتباط والانتماء للجامعة وانشطتها الصفية واللاصفية، كما يؤدي الى الشعور بالإصرار والمثابرة للإنجاز، والوصول للتحقق الأكاديمي ببذل كافة الجهود الممكنة بأنشطة المقررات الدراسية، ويكون حصيلة ذلك الشعور بالرضا الأكاديمي، والسعادة بالخبرة والتخصص والأنشطة الأكاديمية.

## الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على: " يوجد مستوى متوسط من الشعور بالتماسك وابعاده لدى عينة الدراسة".

للتحقق من صحة الفرض تم حساب المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والمتوسط المرجح، ومستويات الشعور بالتماسك وابعاده لأفراد عينة البحث وفق المستوى التقييمي (تكون قيمة المتوسط المرجح ضعيفة من 2 - 1؛ متوسطة من 3 - 2.1؛ مرتفعة من 4 - 3.1) والجدول (١٤) يوضح هذه النتائج.

جدول (١٤) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومستويات الشعور بالتماسك

الترتيب	المستوى التقييمي	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد العبارات	المتغيرات
	متوسطة	2.24	2.86	11.20	5	الوضوح
	متوسطة	2.40	1.93	9.58	4	قابلية الإدارة
	مرتفعة	4.12	2.18	12.35	3	فهم المعنى
	متوسطة	2.76	5.27	33.12	12	الشعور بالتماسك

يتضح من الجدول (١٤) أن المستوى التقييمي للشعور بالتماسك جاء متوسطا بمتوسط مرجح (2.76) وبذلك تحقق صحة الفرض، وجاء بعد فهم المعنى في المرتبة الأولى، وفي المرتبة الثانية بعد قابلية الإدارة، بينما جاء بعد الوضوح في المرتبة الأخيرة. وتتفق نتائج الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة معوض (٢٠٢٠) في تمتع طالبات الدراسات العليا بدرجة متوسطة من الشعور بالتماسك. كما يتفق ذلك مع ما توصلت إليه دراسة كواسة ومحمود (٢٠١٠) في ارتفاع مستوى الشعور بالتماسك في بعدي (فهم المعنى - الوضوح) لطالبات الجامعة بالسعودية ومصر مقارنة بالطلاب. بينما اختلفت النتائج مع دراسة لوي وابل وآخرون (Luibl et al., 2021) والتي توصلت الى وجود مستوى منخفض من الشعور بالتماسك غير دال احصائيا لدى طالبات الفرقة الأولى بكلية الطب. كما يتفق مع ما أشار اليه انتونوفيسكي (١٩٩٠) في أهمية العامل الثالث (فهم المعنى) لأنه عامل دافع ينبئ بالقدرة على التكيف مع البيئة (Saravia et al., 2014, 35).

فعملية الشعور بالتماسك تعتمد على تفسير الفرد للمؤثرات الخارجية، حيث كلما كان تفسير الفرد يقلل من قيمة الضغط الخارجي، ويزيد من إدارة الفرد على حياته زاد الشعور بالتماسك تجاه المسببات للضغوط (معوض، ٢٠٢٠).



ويمكن تفسير الفرض الثاني في وجود مستوى متوسط من الشعور بالتماسك وأبعاده عدا بعد فهم المعنى جاء بمستوى مرتفع لدى طالبات الجامعة، حيث أن متغير الشعور بالتماسك يعتمد في مكوناته على بعدين: أحدهما أدائي، والأخر معرفي وهما (قابلية الإدارة، والوضوح) والذاتان يعتمدان بشكل كبير على خبرة الفرد في التعامل مع المواقف الحياتية المتنوعة، والتعرض لها بشكل كبير، وقدرة الفرد على اجتياز التحديات وإدارة الضغوط بنجاح، وتقييم الفرد وإدراكه لإمكاناته في تخطي هذه الصعوبات، ما يساعد الفرد على تكوين توجه إيجابي لذاته وشعوره بالتماسك. ولأن حياة الطالبة الأكاديمية يقل فيها التنوع الخبراتي للمواقف والمشكلات مقارنة بمشكلات الحياة الجامعية، ما أدى لتقييمه بشكل متوسط من الطالبات على إجابات المقياس؛ بينما ارتفع تقييم الطالبات لبعد فهم المعنى وهو مكون تحفيزي مرتبط بتقييم الطالبات لنواتج الخبرة بالحياة الجامعية ومدى تمكنهن من النجاح الأكاديمي والذي منحهن الأمل لنجاحهن بالحياة المستقبلية والتوجه لوضع أهداف يمكنهن السعي لتحقيقها بالمستقبل.

**الفرض الثالث:**

ينص الفرض الثالث على: " توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين السعادة الذاتية والشعور بالتماسك لدى عينة الدراسة".

للتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة في السعادة الذاتية وابعادها، والشعور بالتماسك وابعاده. والجدول (١٥) يوضح هذه النتائج.

جدول (١٥) قيم معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة في السعادة الذاتية وأبعاده، والشعور بالتماسك وأبعاده

المتغيرات	الرضا الأكاديمي	المثابرة الأكاديمية	الارتباط بالجامعة	الكفاءة الذاتية الأكاديمية	الامتنان للكلية	السعادة الذاتية
الوضوح	.152**	.161**	.134**	.147**	.108**	.159**
قابلية الإدارة	.054	.083	.101	.057	.056	.080
فهم المعنى	.393**	.422**	.435**	.445**	.377**	.469**
الشعور بالتماسك	.265**	.293**	.290**	.285**	.235**	.310**

يتضح من الجدول (١٥) تحقق الفرض الثالث جزئيا حيث وجدت علاقات ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين السعادة الذاتية وابعادها والشعور بالتماسك وابعاده، عدا البعد الثاني (قابلية الإدارة) حيث لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بينه وبين السعادة الذاتية وابعاده، وقد تراوحت معاملات الارتباط الموجبة الدالة احصائيا بين السعادة الذاتية وابعادها والشعور بالتماسك

وبعدي (الوضوح، وفهم المعنى) بين 108-469. وجميعها دالة عند مستوى دلالة معنوية (.01).

تتفق النتائج السابقة مع نتائج دراسة كامل (Kamel, 2001) حيث أشارت نتائج الدراسة إلى أن الشعور بالتماسك يعد متغير وسيط بين السعادة النفسية والشعور بالمحن، فهو يقوم بدور المنظم او المعدل بين المواقف الضاغطة والتوافق النفسي، حيث تعمل المستويات المرتفعة من الشعور بالتماسك كمصدات للضغوط. وهو ما توصلت إليه دراسة اولسون وآخرون (Olsson et al., 2008) والتي استنتجت وجود علاقة بين الشعور بالتماسك والسعادة، حيث يعمل الشعور بالتماسك كمتغير وسيط بين المخاطر التراكمية والسعادة، ويتضح ذلك بالدراسات التحليلية الطولية. وأوضحت دراسة فيك وآخرون (Wijk et al., 2020) هذه الكيفية لمؤشرات الشعور بالتماسك (الوضوح، قابلية الإدارة، وفهم المعنى) حيث أنها تعمل كميسرات من أجل الصحة والرفاهية والرضا عن العمل. كما تتفق مع ما أشار إليه كل من كواسة ومحمود (٢٠١٠، ١٧٦) إلى أن خبرات السعادة تدعم الشعور بالتماسك، ومن ثم أصبح ذلك أساسا للتوجهات الصحية في الطب الوقائي من خلال تبني الاستراتيجيات الفعالة لتحسين الصحة والسعادة للفرد، حيث أن تحسين مستوى الشعور بالتماسك يسهم بشكل فعال في تحسين الصحة النفسية للفرد. ويشير كل من سارفيا وآخرون (Saravia et al., 2014, 36) إلى أن الشعور بالتماسك يكون بمثابة عامل وقائي للفرد، يسهم في تطوير صحته النفسية والبدنية بشكل ذاتي إيجابي، كما انه يرتبط بشكل كبير بتحسين السعادة وجودة الحياة للأفراد المرضى والاصحاء. وهو ما دلت عليه دراسة كرامب وآخرون (Krampe et al., 2020) والتي كشفت نتائجها عن وجود علاقة بين المستويات العليا من الشعور بالتماسك والمستويات العليا من السعادة النفسية، والتي تؤدي بدورها الى خفض الضغوط.

ويمكن تفسير نتائج الفرض الثالث في وجود ارتباط موجب دال احصائيا بين السعادة الذاتية وأبعاده، والشعور بالتماسك وابعاده عدا بعد الإرادة، فكما أوضحت نتائج الدراسات السابقة عمل متغير الشعور بالتماسك كمتغير وسيط يؤدي دوره كعامل وقائي في التخفيف من حدة الضغوط النفسية، من خلال فهم الموقف الضغط وإيجاد المعنى من الحياة والقابلية لإدارة الأزمات. فإدراك الطالبة لقدرتها على إدارة مشكلاتها الأكاديمية يمكنها من الإنجاز والتفوق، وهو ما ينتج عنه تحسين الصحة النفسية وجودة الحياة والشعور بالسعادة الذاتية بالحياة الجامعية.

### الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على أنه: "لا يوجد تأثير دال احصائيا لكل من المستوى الدراسي والتخصص والحالة الاجتماعية والتفاعلات الثنائية بينهما على السعادة الذاتية وأبعادها". ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل التباين متعدد المتغيرات وجاءت النتائج كما يوضحها جدول (١٦).

جدول (١٦) تحليل التباين متعدد المتغيرات التابعة لتأثير المستويات الدراسية والتخصص

والتفاعلات الثنائية بينهما على السعادة الذاتية وأبعادها

مصدر التباين	المتغيرات	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة (ف)	الدلالة
المستوى الدراسي	الرضا الأكاديمي	112.31	4	28.08	1.302	.270
	المثابرة الأكاديمية	148.56	4	37.14	1.706	.149
	الارتباط بالجامعة	116.95	4	29.23	1.147	.335
	الكفاءة الذاتية الأكاديمية	167.43	4	41.85	2.090	.082
	الامتنان للكلية	135.69	4	33.92	1.728	.144
	السعادة الذاتية	2759.30	4	689.8	1.645	.163
التخصص	الرضا الأكاديمي	13.740	1	13.74	.637	.426
	المثابرة الأكاديمية	1.625	1	1.62	.075	.785
	الارتباط بالجامعة	3.046	1	3.04	.120	.730
	الكفاءة الذاتية الأكاديمية	8.567	1	8.56	.428	.514
	الامتنان للكلية	15.119	1	15.11	.770	.381
	السعادة الذاتية	120.837	1	120.8	.288	.592
الحالة الاجتماعية	الرضا الأكاديمي	98.518	1	98.51	4.567	.033
	المثابرة الأكاديمية	30.661	1	30.66	1.409	.236
	الارتباط بالجامعة	80.222	1	80.22	3.148	.077
	الكفاءة الذاتية الأكاديمية	19.182	1	19.18	.958	.329

السعادة الذاتية وعلاقتها بالشعور بالتماسك ----- د/ هانم مصطفى محمد مصطفى البرعي

.469	.527	10.34	1	10.347	الامتحان للكلية	المستوى الدراسي * التخصص
.119	2.444	25.022	1	1025.02	السعادة الذاتية	
.495	.850	18.328	4	73.312	الرضا الأكاديمي	
.199	1.510	32.873	4	131.492	المثابرة الأكاديمية	
.561	.746	19.016	4	76.064	الارتباط بالجامعة	
.108	1.916	38.381	4	153.523	الكفاءة الذاتية الأكاديمية	
.178	1.588	31.189	4	124.757	الامتحان للكلية	
.224	1.430	99.645	4	2398.58	السعادة الذاتية	
.082	2.092	45.140	4	180.561	الرضا الأكاديمي	
.314	1.194	25.994	4	103.974	المثابرة الأكاديمية	
.144	1.727	44.011	4	176.044	الارتباط بالجامعة	المستوى الدراسي * الحالة الاجتماعية
.491	.856	17.147	4	68.586	الكفاءة الذاتية الأكاديمية	
.039	2.564	50.356	4	201.426	الامتحان للكلية	
.124	1.827	66.446	4	3065.78	السعادة الذاتية	
.362	.835	18.008	1	18.008	الرضا الأكاديمي	
635	.22 6	4.927	1	4.927	المثابرة الأكاديمية	
394	.73 0	18.597	1	18.597	الارتباط بالجامعة	التخصص * الحالة الاجتماعية
806	.06 0	1.211	1	1.211	الكفاءة الذاتية الأكاديمية	
655	.20 0	3.931	1	3.931	الامتحان للكلية	
793	.06 9	28.852	1	28.852	السعادة الذاتية	
589	.70 5	15.219	4	60.875	الرضا الأكاديمي	
509	.82 8	18.014	4	72.056	المثابرة الأكاديمية	مستوى الدراسي * التخصص * الحالة
468	.89 4	22.774	4	91.095	الارتباط بالجامعة	

269	1.304	26.127	4	104.509	الكفاءة الذاتية الأكاديمية	الاجتماعية
528	.797	15.651	4	62.602	الامتحان للكلية	
447	.930	90.072	4	560.287	السعادة الذاتية	

يتضح من الجدول (١٦) عدم وجود تأثير دال إحصائياً لكل من المستوى الدراسي، والتخصص، والحالة الاجتماعية، والتفاعل بينهم على أبعاد السعادة الذاتية والدرجة الكلية، عدا بعد الرضا الأكاديمي حيث وجد تأثير للحالة الاجتماعية، وجاء متوسطه الحسابي مساوياً (23.89) لصالح المتزوجات، كما وجد تأثير للتفاعل بين المستوى الدراسي والحالة الاجتماعية على بعد الامتحان للكلية بين حيث جاء المتوسط الحسابي مساوياً (27.48) لصالح المتزوجات بمرحلة الدراسات العليا. وتتفق تلك النتائج مع دراسة دوست (Dost, 2006) التي اشارت الى ضعف الأثر للمتغيرات الديموغرافية في تباين السعادة الذاتية مقارنة بمتغير الوضع الاجتماعي والاقتصادي، وبعض المتغيرات الشخصية مثل مركز التحكم، والحالة الجسمية. وتتفق نتائج دراسة الدغيشم والمرزوقي (٢٠١٨) مع الدراسة الحالية في ارتفاع مستوى الشعور بالسعادة لدى طالبات الجامعة المتزوجات ويرجع ذلك لاستقرارهن العاطفي. كما تتفق مع نتائج دراسة محمد وآخرون (٢٠٢٠) في عدم وجود فروق بالسعادة الذاتية تعزى للتخصص الدراسي، ووجود فروق في المستوى الدراسي لصالح الفرقة الرابعة. بينما اختلفت مع دراسة عبد الرحمن (٢٠١٩) والتي توصلت الى وجود فروق دالة احصائياً في الشعور بالسعادة تعزى للتخصص الدراسي لصالح التخصص العلمي.

ويمكن تفسير نتائج الفرض الرابع كما أشارت نتائج الدراسات السابقة في ضعف تأثير المتغيرات الديموغرافية في السعادة الذاتية عدا الحالة الاجتماعية لدى الطالبات بالجامعة، فالحياة الجامعية بما تشمله من جودة العلاقات الاجتماعية، وطبيعة الأنشطة اللاصفية، والدورات التدريبية التأهيلية للزواج ورفع مستوى كفاءة الذات، تقدم بالجامعة لكافة الطالبات باختلاف تخصصاتهم ومستوياتهم الدراسية، كما تتشابه الحياة الصفية وأساليب تقديم الاختبارات لدى جميع الكليات باختلاف طفيفه تبعاً للتخصص الأكاديمي، لذا يتساوى خبرة الطالبات باختلاف مستويات الدراسة والتخصص في الشعور بالسعادة الذاتية. وقد يرجع الاختلاف في الرضا الأكاديمي لصالح المتزوجات لشعورهن بالاستقرار العاطفي، وارتفاع مستوى الدافع للإنجاز ما يمكنها من تحقيق أهدافها، ويجعلها تشعر بالرضا عن حياتها الجامعية.

### نتائج الفرض الخامس:

ينص الفرض الخامس أنه "لا يوجد تأثير دال احصائيا لكل من المستوى الدراسي والتخصص والحالة الاجتماعية والتفاعلات الثنائية والثلاثية بينهم على الشعور بالتماسك وابعاده".

لاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل التباين متعدد المتغيرات وجاءت النتائج كما

يوضحها الجدول (١٧)

جدول (١٧) تحليل التباين متعدد المتغيرات التابعة لتأثير المستوى الدراسي والتخصص

والحالة الاجتماعية والتفاعلات بينهم على الشعور بالتماسك وأبعاده

مصدر التباين	المتغيرات	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	مجموع قيمة (ف)	مستوى الدلالة
المستوى الدراسي	الوضوح	139.283	4	34.821	4.672	001
	قابلية الإدارة	32.998	4	8.250	2.259	063
	فهم المعنى	44.419	4	11.105	2.702	031
	الشعور بالتماسك	540.465	4	135.116	5.564	000
التخصص	الوضوح	11.080	1	11.080	1.487	224
	قابلية الإدارة	9.897	1	9.897	2.710	101
	فهم المعنى	4.243	1	4.243	1.032	310
	الشعور بالتماسك	72.835	1	72.835	2.999	084
الحالة الاجتماعية	الوضوح	.458	1	.458	.061	804
	قابلية الإدارة	6.096	1	6.096	1.669	197
	فهم المعنى	27.151	1	27.151	6.607	011
	الشعور بالتماسك	11.684	1	11.684	.481	488
* المستوى الدراسي	الوضوح	10.559	4	2.640	.354	841
	قابلية الإدارة	18.176	4	4.544	1.244	292
	فهم المعنى	21.453	4	5.363	1.305	268

626	.652	15.828	4	63.313	الشعور بالتماسك	الاجتماعية المستوى الدراسي
873	.307	2.292	4	9.167	الوضوح	
323	1.173	4.285	4	17.139	قابلية الإدارة	
390	1.035	4.252	4	17.010	فهم المعنى *	
341	1.134	27.542	4	110.169	الشعور بالتماسك	الاجتماعية
066	3.419	25.481	1	25.481	الوضوح	الاجتماعية
212	1.564	5.711	1	5.711	قابلية الإدارة	الاجتماعية
298	1.088	4.473	1	4.473	فهم المعنى	الاجتماعية
281	1.167	28.331	1	28.331	الشعور بالتماسك	الاجتماعية
713	.531	3.961	4	15.843	الوضوح	الاجتماعية
404	1.007	3.678	4	14.713	قابلية الإدارة	الاجتماعية
034	2.642	10.857	4	43.428	فهم المعنى	الاجتماعية
405	1.006	24.417	4	97.668	الشعور بالتماسك	الاجتماعية

يتضح من الجدول (١٧) عدم صحة الفرض الخامس جزئياً حيث وجد تأثير دال إحصائياً لمتغير المستوى الدراسي على بعدي الوضوح، وفهم المعنى، والدرجة الكلية للشعور بالتماسك، وجاء متوسطه الحسابي مساوياً (12.65) لبعد الوضوح، و(13.37) لبعد فهم المعنى، و(35.98) للدرجة الكلية لصالح طالبات الدراسات العليا، كما وجد تأثير لمتغير الحالة الاجتماعية على بعد فهم المعنى وجاء متوسطه (12.88) لصالح المتزوجات، ووجود تأثير للتفاعل بين المستوى الدراسي والتخصص والحالة الاجتماعية على بعد فهم المعنى حيث جاء المتوسط الحسابي مساوياً (15.0) لصالح المتزوجات بالسنة الرابعة بالتخصص العلمي.

ويتفق ذلك مع دراسات (Lindstrom & Eriksson, 2005; Antonovsky & Sage, 2001) في ان مستوى الشعور بالتماسك يرتفع كلما ازداد العمر، ويرجع ذلك لعامل الخبرة وتعلم أساليب عديدة للتوافق مع المواقف المختلفة. كما تتفق مع نتائج دراسة مصطفى (٢٠١٩) الى توصلت الى وجود فروق في الشعور بالتماسك لصالح الفرق الثالثة، والرابعة،

والخامسة لطلاب كلية الطب مقارنة بالفرقتين الأولى والثانية لتمكنهم من مهارة التنبؤ وفهم الاحداث، وزيادة القدرة على الحفاظ على الصحة النفسية. وتختلف تلك النتائج جزئيا مع دراسة كواسة ومحمود (٢٠١٠) في عدم وجود فرق دال في الشعور بالتماسك تعزى للتخصص لدى طلبة الجامعة.

ويمكن تفسير نتائج الفرض الخامس في وجود تأثير لمتغيرات السنة الدراسية، والحالة الاجتماعية والتخصص، والتفاعل بينهم على الشعور بالتماسك، وبعض الابعاد (الوضوح -فهم المعنى) حيث كانت النتائج لصالح المتزوجات بالسنة الرابعة والدراسات العليا وبالتخصص العلمي، فخيرة الطالبة الجامعية بتقييم مواقف الحياة الأكاديمية، والقدرة على تفهم المشكلات، وإدارة الضغوط، والنجاح بالعلاقات الاجتماعية، تزداد بالاستقرار العاطفي وبالتقدم في العمر، لذا تتباين درجات الطالبات في مستوى الشعور بالتماسك وبعديه الوضوح و فهم المعنى لصالح طالبات السنة الرابعة والدراسات العليا، وقد يعود الأثر في تباين درجات الطالبات في الشعور بالتماسك لصالح التخصص العلمي لطبيعة الأنشطة العملية التي تحفز الانتباه، والتقييم، واستخلاص النتائج بدقة عالية مما يساعد على ادراك مواقف المشكلات والأزمات بصورة إيجابية غير محبطة ويرفع مستوى الشعور بالتماسك بالحياة الأكاديمية.

#### نتائج الفرض السادس:

ينص الفرض السادس على "لا يمكن التنبؤ بالسعادة الذاتية من الشعور بالتماسك وأبعاده".

وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد كما هي موضحة بالجدول (١٨).

جدول (١٨) يوضح نتائج تحليل التباين الشعور بالتماسك وأبعاده على السعادة الذاتية

الدالة الاحصائية	قيمة (ف)	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
000	27.584	9732.717	3	29198.152	الانحدار
		352.836	294	103733.691	البواقي
			297	132931.842	المجموع

يتضح من الجدول (١٨) ان قيمة (ف) لتباين الانحدار بلغت 27.584 وهي دالة احصائيا مما يشير الى عدم صحة الفرض السادس، وإمكانية التنبؤ بالسعادة الذاتية من خلال الدرجة الكلية للشعور بالتماسك وبعديه فهم المعنى، وقابلية الإدارة، بينما تم استبعاد بعد الوضوح من تحليل تباين الانحدار وجدول (١٩) يوضح ذلك.



جدول (١٩) نتائج تحليل الانحدار للتنبؤ بالسعادة الذاتية من الشعور بالتماسك وأبعاده

المتغيرات المستقلة	معامل الانحدار	الخطا المعياري	بيتا	قيمة (ت)	ودلالة ها
الثابت	61.157	7.686		7.957	.000
قابلية الإدارة	.045	.961	.004	.046	.963
فهم المعنى	4.539	.799	.468	5.683	.000
الشعور بالتماسك	-.003	.460	-.001	-.006	.995

يتضح من الجدول (١٩) وجود دلالة إحصائية لقيمة ثابت معادلة التنبؤ بقيمة 61.157، وبعد فهم المعنى بقيمة اسهام 4.539 في السعادة الذاتية، بينما لم يوجد اسهام دال لبعد قابلية الإدارة والدرجة الكلية للتماسك في السعادة الذاتية، وتصبح معادلة التنبؤ للسعادة الذاتية كالتالي:  $y = 61.157 + 4.539x$ ، حيث (y) السعادة الذاتية، x فهم المعنى. ويتفق ذلك مع نتائج دراسة محمود (٢٠١٠) والتي استنتجت الى ان عوامل التفكير تسهم بنسبة ٠,٢٩ في التباين الكلي للسعادة. وهو ما يشير الى أهمية العوامل الداخلية في الشخصية ومنها الشعور بالتماسك وما يتضمنه من فهم المعنى كنمط للتفكير بعمق، والقدرة على إدارة المواقف والتحكم فيها في استعداد الفرد للسعادة. كما توصلت دراسة كواسة ومحمود (٢٠١٠) الى الاسهام النسبي لأبعاد الشعور بالتماسك على جودة الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة بالسعودية ومصر، حيث يؤدي شعور الفرد بالتماسك دوراً هاماً في تقييم الفرد للأحداث الضاغطة وكيفية مواجهتها بنجاح وتحقيق الصحة النفسية. وتشير يوسفى (٢٠١٧) الى أن الشعور بالتماسك ينشئ لدى الفرد جدار صد ودفاع يعينه على التكيف مع احداث الحياة الضاغطة والمؤلمة، ويخلق شخصية شديدة الاحتمال تستطيع مقاومة الضغوط، تجعل الفرد يعيش بحالة من التفاؤل والأمل، وتخلو حياته من القلق والاكتئاب.

ويمكن تفسير نتائج الفرض السادس في إمكانية التنبؤ بالسعادة الذاتية من أحد ابعاد الشعور بالتماسك وهو فهم المعنى، فكما اشارت نتائج الفرض الثالث في وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين السعادة الذاتية والشعور بالتماسك وابعاده (الوضوح، وفهم المعنى) لدى طالبات الجامعة، فتمكن الطالبة من إدارة حياتها الجامعية، وقدرتها على تجاوز الأزمات والضغوط الصفية والأكاديمية، واستيعابها للمغزى والدوافع التي تقع خلف المواقف بشكل إيجابي، يرفع من مستوى الشعور بالذاتية ويحقق لها الإنجاز والكفاءة الأكاديمية ويزيد من الشعور بالامتنان تجاه الجامعة والعاملين فيها، والعيش بجودة حياة جامعية.

### التوصيات التربوية:

1. اعداد برامج ارشادية لطالبات الجامعة لتحسين مستوى الشعور بالتماسك، وتعزيز مستويات الشعور بالمعنى والإدارة لمواقف الضغوط.
2. تحسين مستويات السعادة الذاتية بالحياة الجامعية وتوفير سبل تحقيق الجودة بالأنشطة الصفية واللاصفية والعلاقات الاجتماعية.
3. دراسة مستويات الضغوط الأكاديمية وأسبابها والعمل على خفضها من خلال البرامج الإرشادية المتخصصة.
4. تحسين مستويات السعادة الذاتية ومستوى الشعور بالتماسك بزيادة الاهتمام بالمستويات الدراسية المختلفة والتخصصات العلمية بالجامعة لدى المتزوجات وغير المتزوجات.

### البحوث المقترحة:

1. دراسة السعادة الذاتية لدى طلاب الجامعة وفق العديد من المتغيرات الديموغرافية والنفسية والاجتماعية.
2. دراسة الشعور بالتماسك وفق العديد من المتغيرات الديموغرافية والنفسية والاجتماعية.
3. اعداد مقاييس عربية للسعادة الذاتية والشعور بالتماسك تناسب الفئات العمرية المختلفة.
4. التحقق من فعالية برنامج ارشادي لتحسين مستوى السعادة الذاتية لدى طلاب الجامعة باستخدام مؤشرات الشعور بالتماسك.

## المراجع

- ابو هاشم، السيد محمد (٢٠١٠، يناير). النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، *مجلة كلية التربية*، (٨١)، ٢٦٩-٣٥٠
- ابو هاشم، السيد والقدر، سماح (٢٠١٢، ابريل). صدق وثبات مقياس السعادة النفسية على عينات مصرية وسعودية وسورية من طلاب الجامعة، دراسات تربوية ونفسية، *مجلة كلية التربية*، (٧٥)، ١٠١-١٣٤
- الدغيشم، حصة دغيشم محمد، والمرزوقي، مريم سلطان (٢٠١٨، مارس). علاقة السعادة ببعض الخصائص الديموجرافية لدى طالبات كلية التربية الأساسية وجامعة الكويت، *مجلة دراسات الطفولة*، ٢١ (٧٨)، ٤٩-٧١
- الرابغي، ايناس علي محمد (٢٠١٢، فبراير). الشعور بالسعادة في ضوء بعض سمات الشخصية لدى عينة من طالبات كلية التربية للبنات بمحافظة جدة، *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، ٢٢ (٢)، ٤١٩-٤٦٠
- سالم، سهير محمد (٢٠٠١). السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية: دراسة ارتقائية ارتباطية مقارنة، *رسالة ماجستير منشورة*، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة. [www.askzad.com/Bibliographic?service=3&key=PAD\\_Bibliographic\\_Content&imageName=BK00010736-001](http://www.askzad.com/Bibliographic?service=3&key=PAD_Bibliographic_Content&imageName=BK00010736-001)
- شاهين، هيام صابر صادق (٢٠١٤، ابريل). النموذج البنائي لعلاقة الرفاهية الذاتية بالوصمة المدركة والحس الفكاهي لدى امهات الاطفال الذاتويين، *مجلة التربية*، ١٥٨ (٣)، ١١-٥٤
- صديق، محمد السيد (٢٠٠٩، ابريل). التدفق وعلاقته ببعض العوامل النفسية لدى طلاب الجامعة، *دراسات نفسية*، ١٩ (٢)، ٣١٣-٣٥٧
- عبد الخالق، احمد محمد، الشطبي، وتغريد سليمان، والذبيب، سماح أحمد، وعباس، سوسن حبيب، واحمد، شيماء أحمد، والثويني، نادية محمد، و السعيد، نجاه غانم (٢٠٠٣). معدلات السعادة لدى عينات عمرية مختلفة من المجتمع الكويتي، *دراسات نفسية*، ١٣ (٤)، ٥٨١-٦١٢

عبد الرحمن، حنان أحمد (٢٠١٩). السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، *مجلة قطاع الدراسات الإنسانية*، (٢٤)، ٢٢٤-٥٣

عصفور، ايمان حسنين (٢٠١٣، أكتوبر). تنشيط المناعة النفسية لتنمية مهارات التفكير الإيجابي وخفض قلق التدريس لدى الطالبات المعلمات شعبة الفلسفة والاجتماع، *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، ٤٢ (٣)، ١١-٦٣

العنزي، فريح عويد (٢٠٠١، يوليو). الشعور بالسعادة وعلاقته ببعض السمات الشخصية دراسة ارتباطية مقارنة بين الذكور والاناث، *مجلة دراسات نفسية*، ١١ (٣)، ٣٥١-٣٧٧  
الفنجري، حسن عبد الفتاح حسن (٢٠٠٧). الامل وعلاقته بالسعادة الذاتية والانجاز الأكاديمي، المؤتمر العلمي الثامن للتربية (جودة واعتماد مؤسسات التعليم العام في الوطن العربي) - مصر، (٢)، ١٤٠٥-١٤٢٨

كواسه، عزت عبد الله ومحمود، محمد يوسف (٢٠١٠، ابريل). الشعور بالتماسك ازاء المواقف الضاغطة وعلاقته بجودة الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة: دراسة عبر ثقافية (مصر - السعودية)، *مجلة كلية التربية*، ٢١ (٨٢)، ١٦٩-٢٠٧

محمد، سارة احمد، وشوكت، عواطف إبراهيم، ومصطفى، هدى نصر (٢٠٢٠). الرفاهة الذاتية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة، *مجلة البحث العلمي*، ٢١، ١٨٤-٢٠٧  
محمد، علا عبد الرحمن (٢٠١٣، أكتوبر). فاعلية برنامج تدريبي لإكساب بعض ابعاد التفكير الإيجابي لدى المعلمات رياض الاطفال وتأثيره على جودة الحياة لديهن، *مجلة العلوم التربوية*، ٢١ (٤)، ١٩-٧٤

محمود، عبد الله جاد (٢٠١٠، يناير). بعض المتغيرات المعرفية والشخصية المساهمة في السعادة، *دراسات تربوية ونفسية*، (٦٦)، ١٩٥-٢٧١

مصطفى، منال محمود محمد (٢٠١٩، أكتوبر). النموذج البنائي للعلاقات السببية بين الشعور بالتماسك الأمل المسهمة في الإرهاق الأكاديمي لدى طلبة كلية الطب-جامعة القاهرة، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٢٩ (١٠٥)، ٣٣٧-٤٠٠

معوض، مروة نشأت (٢٠٢٠). الشعور بالتماسك النفسي والإحساس بالمسئولية الاجتماعية كمنبئات بجودة الصداقة لدى طلاب الدراسات العليا، *مجلة كلية التربية بالمنصورة*، ١٠٩ (٣)، ١٤٦٣-١٥٠٩

يوسف، حدة (٢٠١٧، مارس). الشعور بالتماسك كمورد صحي: قراءة في المفهوم والابعاد  
والوظيفة، مجلة دراسات، (٥٢)، ٩٩-١٠٩

- Antonovsky, H. & Sage, S. (2001). The Development of Sense of Coherence and its impact on Responses to Stress Situation, *The Journal of Social psychology*, 126(2), 213-225
- Botha, B., Mostert, K., & Jacobs, M. (2019). Exploring indicators of subjective well-being for first-year University student, *Journal of psychology in Africa*. 29(5), 80-490.
- Brown, T. A. (2015). *Confirmatory Factor Analysis for Applied Research*, Second Edition, New York, Division of Guilford Publication.
- Bowman, B. J. (1996). Cross-Cultural validation of Antonovsky's sense of Coherence scale, *Journal of clinical psychology*, John Willy & Sons, 52(2), 547-549
- Carpentier, J., Mageau, G.A., & Vallerand, R.J. (2011). Rumination and flow: Why do people with a more harmonious passion experience higher well-being?, *Journal of Happiness Studies*, 13, 501-518
- Burr, A., Santo, J.B. & Pushkar, D. (2011). Affective Well-Being in Retirement: The Influence of Values, Money, and Health Across Three Years, *J Happiness Stud*, 12,17-40
- Chen, F. F., Jing, y., Hayes, A. & Lee, J. M. (2012). Two Concepts or Two Approaches? A Bifactor Analysis of Psychological and Subjective Well-Being, Published online: *Journal of Happiness Studies*, 14, 1033-1068
- Chilton, G. & Alexandria, V.A. (2013). Art therapy and flow : A review of the literature and applications, *Journal of American Association*, 30 (2), 64 -70
- Csikszentmihalyi, M. (1994). *The Evolving Self: A Psychology for the Third Millennium*. HarperCollins Publishers.
- Davies, F.J. (2009). The power of positive thinking: The effects of self-esteem, explanatory style, and trait hope on emotional well-being, *University of Wollongong, Research Online*, <https://ro.uow.edu.au/theses>, 26/8/2020
- Dost, M.T. (2006). Subjective Well-Being among University students, *Hacettepe OniversiUsi Eitim FakUttesi Dergisi* 31(31), 188-197
- Eaude, T. (2009). Happiness, emotional well-being and mental health – what has children 's spirituality to offer?, *International Journal of children's spirituality*, 14(3), 187-196

- Eriksson, M. & Lindstrom, B. (2005). Validity of Antonovsky sense of coherence scale: A systematic review. *Journal of Epidemiology Community Health*, 59, 460-466
- Eriksson, M. & Lindstrom, B. (2017). Validity of Antonovsky's sense of coherence scale: a systematic review, <http://jech.bmj.com/> 8/6/2017
- Howard, F. (2008, June) Managing stress or enhancing wellbeing? positive psychology's contributions to clinical supervision, *Australian psychologist*, 43(2), 105-113, <https://doi.org/10.1080/00050060801978647>
- Jakobsson, U. (2011). Testing Construct Validity of the 13-Item Sense of Coherence Scale in a Sample of Older People, *The Open Geriatric Medicine Journal*, (4), 6-13
- Kamel, G. (2001) Is sense of coherence a mediator between adversity and psychological well-being in adults?, *Stress and Health*, John Wiley & Sons, (17), 77-83
- Kashdan, T.B. Diener, R.B. & King, L.A. (2008). Reconsidering happiness: the costs of distinguishing between hedonics and eudaimonia, *The Journal of Positive Psychology*, 3(4), 219-233
- Keyes, C.L.M., Shmotkin, D., & Ryff, C.D. (2002). Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions, *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022
- Krampe, H., Goerling, U., Spies, C., D., Gerhards, S. K., Enge, S., Salz, A. L., Kerper, L. F., & Schnell, T. (2020). Sense of coherence, mental well-being and perceived preoperative hospital and surgery related stress in surgical patients with malignant, benign, and no neoplasms, *BMC Psychiatry*, 20(567), 1-13. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02953-x>
- Litwin, H. & Ezra, S.S. (2010) *Social Network Type and Subjective Wellbeing in a National Sample of Older Americans*, Oxford University Press on behalf of The Gerontological Society of America, 51(3), 379-388
- Liu, J. (2021). Social support mediates the effect of forgiveness on subjective wellbeing in college students, *Social Behavior and Personality*, 49(5). <https://doi.org/10.2224/sbp.10177>
- Luibl, L., Traversari, J., Paulsen, F., Scholz, M., & Burger, P. (2021). Resilience and sense of coherence in first year medical students - a cross-sectional study, *BMC Medical Education*, 21(142), 2-10. <https://doi.org/10.1186/s12909-021-02571-5>
- Olsson, M.B.; Larsman, P. & Hwang, P.C. (2008). Relationship among risk, Sense of coherence and well-being in parents of children with

- and without intellectual disabilities, *Journal of policy and practice in intellectual disabilities*, 5(4), 227-236
- Pantuza, J., Alexandre, I., Medeiros, A., Marinho, A., & Teixeira, L. (2019). Sense of Coherence and the fear of public speaking in university students, *CoDAS*, 32(5), 3-8. <https://doi:10.1590/2317-1782/20202019071>
- Renshaw, T.L. & Bolognino, S. J. (2016). The College Student Subjective Wellbeing Questionnaire: A Brief, Multidimensional Measure of Undergraduate's Covitality, *Happiness Stud*, (17), 463-484
- Pretorius, M. & Blaauw, D. (2020). Financial Challenges and the Subjective Well-being of First-year Students at a Comprehensive South African University, *Journal of Student Affairs in Africa*, 8(1), 47-63
- Saravia, J.C., Iberico, C. & Yearwood, K. (2014). Validation of Sence Of Coherence (SOC) 13-Item Scale in Peruvina Sample, *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 6(2), 35-44
- Scoffham, S. & Barnes, J. (2011). Happiness matters: towards a pedagogy of happiness and well-being, *The Curriculum Journal*, 22(4), 535-548
- Tomas, J.M, Sancho, P., Melendez, J.C., & Mayordomo, T. (2011). Resilience and coping as predictors of general well – being in the elderly: A structural equation modeling approach, *Aging & Mental Health*, 16(3), 318-329
- Wang, Y. (2020). College students' trait gratitude and subjective well-being mediated by basic psychological needs, *Social Behavior and Personality*, 48(4). <https://doi.org/10.2224/sbp.8904>
- Wijk, K., Bergsten, E. L., & Hallman, D. M. (2020). Sense of Coherence, Health, Well-Being, and Work Satisfaction before and after Implementing Activity-Based Workplaces, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5250), 1-15. <https://doi:10.3390/ijerph17145250>

## الملخص

استهدفت الدراسة الحالية دراسة العلاقة بين السعادة الذاتية والشعور بالتماسك، وكذلك دراسة أثر بعض المتغيرات الديموغرافية مثل (المستوى الدراسي - التخصص - الحالة الاجتماعية) والتفاعل بينهم على كل من السعادة الذاتية والشعور بالتماسك، والتعرف على مدى اسهام الشعور بالتماسك في التنبؤ بالسعادة الذاتية لدى عينة من (٢٩٨) طالبة من جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية، باستخدام استبيان السعادة الذاتية اعداد (Renshaw & Bolognino, 2016) تعريب وتقنين الباحثة، ومقياس الشعور بالتماسك المختصر اعداد (Antonovsky, 1987) تعريب وتقنين الباحثة، وبعد التحقق من خصائصهما السيكومترية للمقاييس، ومعالجة البيانات إحصائيا تم التوصل الى: وجود مستوى مرتفع من السعادة الذاتية، ومستوى متوسط من الشعور بالتماسك لدى طالبات الجامعة، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة ودالة احصائيا بين السعادة الذاتية وابعادها، والشعور بالتماسك وابعاده، عدا بعد الشعور بقابلية الإدارة، وكشفت نتائج الدراسة عن عدم وجود تأثير دال لكل من المستوى الدراسي، والتخصص، والحالة الاجتماعية، والتفاعل بينهم على أبعاد السعادة الذاتية والدرجة الكلية، عدا بعد الرضا الاكاديمي حيث وجد تأثير للحالة الاجتماعية لصالح المتزوجات، كما وجد تأثير للتفاعل بين المستوى الدراسي والحالة الاجتماعية على بعد الامتحان للكلية لصالح المتزوجات بمرحلة الدراسات العليا، كما وجد تأثير دال إحصائيا لمتغير المستوى الدراسي على بعدي الوضوح، وفهم المعنى، والدرجة الكلية للشعور بالتماسك لصالح طالبات الدراسات العليا، وكذلك تأثير دال احصائيا لمتغير الحالة الاجتماعية على بعد فهم المعنى لصالح المتزوجات، ووجود تأثير للتفاعل بين المستوى الدراسي والتخصص والحالة الاجتماعية على بعد فهم المعنى لصالح المتزوجات بالسنة الرابعة بالتخصص العلمي، كما اشارت النتائج الى اسهام بعد فهم المعنى في السعادة الذاتية، بينما لم يوجد اسهام دال لبعدي الوضوح وقابلية الإدارة، والدرجة الكلية للتماسك في السعادة الذاتية.

الكلمات المفتاحية:

السعادة الذاتية - الشعور بالتماسك - علم النفس الإيجابي - طالبات الجامعة - التنبؤ



## **Subjective Well-being and its relationship with sense of coherence Among Students University**

### **Abstract:**

The current study aimed to study the relationship between subjective well-being and sense of coherence; the impact of (school level, specialization, social status) and the interaction between them on subjective well-being and sense of coherence, and predicting subjective well-being from sense of coherence in a sample of (298) female students from King Faisal University in Saudi Arabia, using the subjective well-being questionnaire by (Renshaw & Bolognino, 2016), and the brief sense of coherence scale by (Antonovsky, 1987) Arabization by the researcher, The finding: There was a high level of subjective well-being, and a medium level of sense of coherence; positive correlation between subjective well-being and sense of coherence and its dimensions, except for manageability; no significant effect for academic level, specialization, social status, and the interaction between them on subjective well-being except for satisfaction Academic; there was an effect of social status for married women; there was an effect of interaction between academic level and social status on gratitude for married women at the postgraduate level; significant effect of the academic level variable on comprehensibility, meaningfulness, and sense of coherence for female students; significant effect of the social status on the understanding of meaning for married women; no effect of the interaction between academic level, specialization, and social status on meaningfulness for married women in the fourth year of scientific specialization; a contribution of meaningfulness to subjective well-being, while There was no significant contribution to comprehensibility and manageability, and the sense coherence in subjective well-being.

**Key words:** Subjective well-being, Sense of Coherence, Positive Psychology, Student University, Predicting.