

العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بالتقدير الذاتي للسعادة
لدى عينة من طلاب الجامعة

أحمد محمد عبد الخالق

قسم علم النفس، بكلية الآداب، جامعة الإسكندرية

ملخص

هدفت هذه الدراسة إلى: (أ) استكشاف العلاقة بين السعادة والشخصية، و(ب) بيان عوامل الشخصية المنبئة بالسعادة. وشملت عينة الدراسة (١,٤١٨) طالبًا (ن = ٦١٨) وطالبة (ن = ٨٠٠)، أجابوا عن مقياس التقدير الذاتي للسعادة، والقائمة العربية للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، ولهما ثبات وصدق بين المقبول والمرتفع. وأسفرت النتائج عن حصول الطلبة على متوسط أعلى جوهريًا من الطالبات في: السعادة، والانبساط، والتفتح، والإتقان، في حين حصلت الطالبات على متوسط أعلى جوهريًا من الطلبة في عاملين: العصائية، والقبول. وكانت جميع معاملات ارتباط "بيرسون" بين السعادة وعوامل الشخصية دالة إحصائيًا إلا وحدها، وكلها ارتباطات إيجابية، فيما عدا ارتباط السعادة بالعصائية (سلبية)، وهو أعلى الارتباطات. وكشف تحليل المكونات الأساسية عن عاملين لدى الجنسين، سميا: "السعادة والانبساط في مقابل العصائية"، و"السمات الإيجابية للشخصية". وبين تحليل الانحدار، أن منبئات السعادة لدى الطلبة، هي جميع عوامل الشخصية فيما عدا التفتح، ولدى الطالبات كانت المنبئات: نقص العصائية، والإتقان، والانبساط. وتفسر عوامل الشخصية مجتمعة؛ التباين في درجات السعادة بمقدار ٢٩% للطلبة، و ٣٠% للطالبات. وتشير هذه النتائج إلى أن عوامل الشخصية لها دور مهم في السعادة. ويوصى باستخدام أحد طرق التدخل لخفض العصائية، لدى طلاب الجامعة مرتفعي الدرجة، بهدف تحسين مستوى سعادتهم.

المصطلحات الأساسية: السعادة، الشخصية، الانبساط، العصائية، القبول، التفتح، الإتقان.

مقدمة:

استهدفت هذه الدراسة - بوجه عام- بحث العلاقة بين الشخصية والسعادة، وبعبارة مفصلة: بحث عوامل الشخصية المنبئة بالسعادة، وتشتمل هذه المقدمة على النقاط الآتية: مفهوم السعادة، وعوامل الشخصية، والدراسات السابقة عن العلاقة بين عوامل الشخصية والسعادة، ومشكلة الدراسة، والفروض.

مفهوم السعادة:

مر على علماء النفس في العالم حين من الدهر - قرابة قرن وتلث، اهتموا أيما اهتمام بدراسة الحالات المرضية كالقلق، والاكتئاب، والفصام، واضطرابات السلوك وانحرافاته ...، وغير ذلك. وركزوا على علاج هذه الحالات- وهذا أمر محمود ومتوقع، إذ إن التدخل أو العلاج النفسي يهدف - من بين ما يهدف- إلى تخليص المضطرب من أعراضه، حتى يمارس حياته، وينهض بواجباته على نحو سليم.

ولكن عددًا من علماء النفس على رأسهم "سليجمان"، نادوا بضرورة دراسة الجوانب الإيجابية لدى الإنسان - السوي وغير السوي، ومن هذه الجوانب سمات وخصال عدة، من مثل: السعادة، والرضا، والتفاؤل، والأمل، والوجدان الإيجابي، والشجاعة، والعفو، والفضيلة، والصحة، ونوعية الحياة، والتوافق ... ، وغير ذلك من جوانب القوة لدى الإنسان، وتبلور هذا التوجه تحت اسم: علم النفس الإيجابي **Positive psychology**. ويعرف علم النفس الإيجابي بأنه الدراسة السيكولوجية للأداء الإنساني الأمثل. ويرى "سليجمان" (Seligman, 2002) أن تحقيق السعادة هو الهدف الرئيس لعلم النفس الإيجابي، وأن كل إنسان يود أن يكون سعيدًا.

ومن بين أهم الموضوعات في علم النفس الإيجابي، موضوع الحياة الذاتية الطيبة **Subjective well-being**، وتعد ذاتية إذ تتصل بخصال الإنسان وسماته وسلوكه، للترقية بينها وبين الحياة الموضوعية الطيبة، كخصائص البيئة، والدخل، والمؤسسات الصحية، والمدارس ... وغيرها.

وتعرف السعادة **Happiness** بأنها مزيج من الوجدان الإيجابي (كالسُرور، والمتعة، والأمل)، والوجدان السلبي غير المتكرر (كنقص القلق والاكتئاب)، والمستوى المرتفع من الرضا عن الحياة **Satisfaction with life** (انظر: Diener, 1984; Myers & Diener, 1995).

ومنذ وقت مبكر، عرف "برادبورن" (Bradburn, 1969) السعادة بأنها مرور الشخص بالحالات الوجدانية الإيجابية، أكثر من الحالات الوجدانية السلبية. في حين عرفها "فينهوفن" (Veenhoven, 2009) - مؤسس "قاعدة البيانات العالمية للسعادة"، بأنها الدرجة التي يحكم فيها الشخص على نوعية حياته الحاضرة بوجه عام حكمًا إيجابيًا. والسعادة حالة شعورية يمكن أن تستنتج من الحالة المزاجية للفرد.

والبحث عن السعادة هدف مهم لكثير من الناس. وتركز منظمة الصحة العالمية على السعادة بوصفها أحد مكونات الصحة. والسعادة كذلك أحد الحاجات النفسية للجنس البشري. ودراسة السعادة من أكثر الموضوعات جاذبية في العقود الأخيرة، ولاسيما في مجال العلوم الاجتماعية والصحة. وقد بين كثير من نظريات الانفعال Emotion، أن السعادة أحد الانفعالات الستة الأساسية، وهي: السعادة، والحزن، والخوف، والغضب، والدهشة، والاشمئزاز. وللسعادة مزايا عدة، مثال ذلك أن السعداء يميلون إلى مساعدة الآخرين، وهم مبدعون، ومتوافقون مع المعايير الاجتماعية، ويميلون إلى عمل الخير، والإيثار (حب الآخرين)، وصحتهم أفضل (Diener & Dean, 2007).

وقد بينت البحوث أن السعادة يمكن أن تحسن من الصحة النفسية والجسمية (Myers, 2000). وتساءل "فينهوفن": هل السعادة مطلوبة وجيدة للصحة؟ وللإجابة عن هذا التساؤل، قام بتحليل ثلاثين دراسة تتبعية عن السعادة وطول العمر Longevity، ووجد أن السعادة تنبئ بطول العمر لدى الأشخاص الأصحاء، ولكن ذلك لم ينطبق على المرضى، ومن ثم؛ استنتج أن السعادة لا تشفي المرض، ولكنها أي السعادة تحمي ضد الإصابة بالمرض (Veenhoven, 2008).

وقدم "إيسترلن" (Easterlin, 2006) أكثر وجهات النظر شمولاً في العلاقة بين السعادة والعمر في الولايات المتحدة، وبين التحليل الذي أجراه، أن السعادة ترتفع - إلى حد ما - ابتداء من العمر ١٨ حتى منتصف العمر، وتنخفض ببطء بعد ذلك. ولكن بعض الدراسات الحديثة، قدمت الدليل الذي يؤكد الارتباط الإيجابي بين السعادة والعمر، أي أن السعادة تزداد بزيادة العمر، وفسر ذلك بتناقص الضغوط، وتقبل الحياة (Graham & Nikolova, 2014).

وهناك سؤال متداول في علوم الاقتصاد والاجتماع، مفاده: هل يشتري المال السعادة؟ والإجابات عن هذا السؤال متضاربة، تبعًا لعدد من البحوث (انظر: داينر، وداينر، ٢٠١١، الفصل السادس؛ Kuan, 2005; Mahadea & Kaseeram, 2015). ويبدو أن الثروة - على مستوى الدولة - لها آثار متناقضة في السعادة، فعلى سبيل المثال؛ يتسم المقيمون في الدول الغنية، بأنهم أكثر سعادة من المقيمين في الدول الفقيرة بوجه عام، ولكن من يعيشون في الدول الغنية، يقررون شعورهم بمشاعر الغضب والقلق، أكثر ممن يعيشون في الدول الفقيرة، كما أن من يعيشون في الدول الغنية، يقررون شعورهم بمعنى الحياة، بدرجة أقل، ممن يعيشون في الدول الفقيرة، واتضح كذلك أن للمناخ تأثيرًا في السعادة. ومن الشائق أن المهاجرين من رومانيا، وروسيا، وتركيا، أسعد بكثير من قرنائهم الذين ظلوا في المجتمع الأصلي، في حين أن المهاجرين من بولندا، لم يتغير مستواهم في السعادة (Oishi & Gilbert, 2016).

وتبين "مفارقة إيسترلين" (Easterlin paradox (1975)، أن الناس الأغنياء يقررون عامة مستويات مرتفعة من السعادة مقارنة بالفقراء، ولكن رفع متوسطات الدخل لدى الأغنياء لا يزيد من سعادتهم بعد نقطة تشبع معينة.

وهناك عوامل عدة، تساعد على زيادة الشعور بالسعادة، عرض لها "مايكل أرجايل" (١٩٩٣) بالتفصيل، وكان أولها العلاقات الاجتماعية، التي تعد مصدرًا مهمًا للسعادة والتخفيف من العناء، وينتج أكبر تدعيم للشعور بالسعادة من الزواج والعلاقات الاجتماعية الوثيقة، كالأصدقاء والأقارب، ومن ناحية أخرى تؤثر البطالة تأثيرًا سلبيًا كبيرًا في السعادة، وتؤثر كذلك سلبيًا في الصحة النفسية والجسمية، ويعد نشاط شغل وقت الفراغ مصدرًا مهمًا للسعادة، والتدين مصدر أكيد للسعادة وبخاصة لدى كبار السن.

وقد وضع عبد الخالق (٢٠١٥) قائمة مصادر السعادة، لدى عينة من طلاب الجامعة المصريين، وصنفت هذه القائمة إلى خمسة أبعاد: الاجتماعية، والأسرية، ونشاطات وقت الفراغ، والجوانب النفسية والشخصية، والتدين، والمتنوعات. وحصل الطلبة على نسب مئوية أعلى جوهريًا من الطالبات في بندي: المال، وممارسة الرياضة، بوصفها مصادر للسعادة، في حين حصلت الطالبات على نسب مئوية أعلى جوهريًا من الذكور، في سبعة بنود، بوصفها مصادر

للسعادة، وهي: الصداقة الحقة، والشعور بالأمان، والحب الحقيقي، والترفيه، وراحة البال، وسماع الموسيقى، والتسوق.

ولكن ما خصائص الأفراد الذين يشعرون بالسعادة؟ أشارت دراسة "بافوت" وزملائه (Pavot et al., 1991) إلى أن من خصائص الأفراد السعداء، أنهم يتسمون بارتفاع الصحة النفسية، والتمتع بعلاقات وثيقة مع أفراد عائلاتهم، ولديهم القدرة على مواجهة الضغوط النفسية، كما ظهر أن الأفراد السعداء، يتمتعون بالتفكير العقلاني، ولديهم مزاج جيد. وكذلك بينت لنا دراسة "مايرز" (Myers, 2000)، أن من خصائصهم: التوجه نحو مساعدة الآخرين، والالتسامح، والحب، والتسامح، والثقة، والحيوية، والحزم، والإبداع، والاجتماعية. وبالإضافة إلى ذلك أشار "مايرز"، إلى أن من خصائص الناس السعداء، أنهم يتسمون بالنضج حين التعامل مع المتغيرات الانفعالية السلبية، ويتمتعون بالرضا عن الحياة، والصحة، والعلاقات الاجتماعية الطيبة، والانسبائية.

ووجد "داينر، وشان" (Diener & Chan, 2011)، أن من خصائص الناس السعداء، التفاؤل، وانخفاض مستوى الغضب، في البيت، والعمل، والشعور بالرضا، والتمتع بالصحة الجسمية والنفسية، والشعور بالراحة، والاستقرار الداخلي، وأسفرت نتائج دراسة "شيدا، وستبتو" (Chida & Steptoe, 2008)، عن أن السعداء يمرون لفترة طويلة من الزمن، ويتمتعون بمزاج إيجابي دائم نسبيًا، من مثل: الفرح، والبهجة، والرضا، وحس الدعابة، والقدرة على ضبط النفس.

نوعان من السعادة:

هناك توجهان لدراسة مفهوم السعادة Happiness، أولهما: السعادة بوصفها تعظيم اللذة والسرور، وتخفيض الألم، وأول من فصلها "أرستوبس" Aristuppus (٤٣٥-٣٦٦ ق.م)، وطورها أبيقور Epicurus (٣٤٢ - ٢٧٠ ق.م). إلى مبدأ اللذة Hedonism. وأما التوجه الثاني فيرجع إلى أرسطو Aristotle (٣٨٤ - ٣٢٢ ق.م)، ويتلخص في أن يكون الإنسان صادقًا مع نفسه الداخلية Demon، ومن ثم؛ سمي هذا التوجه: السعادة الحقة Eudemonia، وتبعًا لهذا التوجه، فإن السعادة الحقيقية تتطلب تعرف الإنسان إلى الفضائل، وتبنيها، والعيش تبعًا لها. ويمكن تتبع هذا التوجه وتأثيره في علم النفس، في مفهوم "روجرز" Rogers عن نموذج "الشخص الذي يقوم بوظائفه خير قيام"، ومفهوم "ماسلو" Maslow عن

تحقيق الذات، ورؤية "رف، وسنجر" Ryff & Singer عن الحياة النفسية الطيبة. ويمكن تلخيص هذا التوجه عن السعادة الحقة، في أن الأشخاص يجب أن يطوروا أفضل ما بداخلهم، ومن ثم؛ يستخدمون هذه المهارات والمواهب في خدمة أهداف سامية، بما في ذلك السعي نحو تحقيق الرفاهية للآخرين (Peterson et al., 2005)، فضلاً عن تحقيق الحاجات الإنسانية الراقية، والبحث عن الفضائل البشرية، والكفاح من أجل المعنى والأهداف النبيلة. وللتوجه الأخير عن السعادة الحقة فوائد صحية تنعكس على الفرد، إذ يعيش هذا الإنسان حياة غنية بالمعنى، مليئة بالأهداف، والنمو المستمر، والعلاقات الجيدة مع الآخرين (Ryff & Singer, 2008).

وهناك مصطلح مهم في هذا المجال، وهو الحياة الذاتية الطيبة - Subjective well-being (SWB)، وهي الحالات النفسية الجيدة، وتشمل مختلف الطرق الإيجابية والسلبية، التي يقرها الأشخاص تقييماً لحياتهم، فضلاً عن استجاباتهم الوجدانية للخبرات التي يمرون بها (DECD report, 2013). ويرى مؤلفو "التقرير العالمي للسعادة" أن السعادة جزء من الحياة الطيبة. ويستخدم عدد كبير من الباحثين - بشكل تبادلي - مصطلحات الحياة الطيبة، والرضا عن الحياة، والسعادة، ونوعية الحياة (Layard, 2010).

وافترض "بوصيري، وكودباش" (Busseri & Quoidbach, 2022) أن الحياة الذاتية الطيبة SWB عامل كامن، يشمل تقديرات عبر الزمن، لكل من: الرضا عن الحياة، والوجدان الإيجابي، والوجدان السلبي، مع تشعبات مرتفعة بهذا العامل الكامن، وأسفرت نتائج دراستهما عن ارتباطات متسقة عبر الزمن، والجنس (النوع)، ويوم الأسبوع، والوقت من النهار.

ويرتبط مفهوم السعادة الحقة، بمفهوم الحياة النفسية الطيبة - Psychological well-being (PWB)، وتعرف الأخيرة بأنها الانشغال بالتحديات الوجدانية للحياة (Keyes et al., 2002)، وتشتمل على ستة عوامل هي: العلاقات الإيجابية مع الآخرين، وتقبل الذات، والهدف من الحياة، والتلقائية، والسيطرة على البيئة، والنمو الشخصي.

ويرتبط هذان النوعان: الحياة الذاتية الطيبة SWB، والحياة النفسية الطيبة PWB، بكل من فلسفة اللذة، والسعادة المثلى على التوالي (Ryan & Deci, 2001). وقد بينت دراسة "لنلي" وزملائه (Linley et al., 2009) أن الحياة الذاتية الطيبة، والحياة النفسية الطيبة مشبعان بعاملين مستقلين، ولكنهما مرتبطين، وأن تشعبات العاملين لم تختلف باختلاف العمر، أو الجنس (النوع)، أو العنصر (السلالة).

عوامل الشخصية:

الشخصية Personality موضوع اهتمام علوم عدة، وكذلك غالبية البشر بوجه عام. والشخصية جانب أساسي للجنس البشري، والشخصية الفردية - في كل الثقافات - ذات تأثير كبير في السلوك الإنساني، وقامت بدور مهم في التطور البشري، وقد بينت البحوث الحديثة، أهمية الشخصية في جوانب مهمة للجنس البشري (Fisher & Robie, 2019). وتعرف الشخصية بأنها تجريد يصف ويفسر أنماط التفكير، والوجدان (الشعور)، والسلوك، الثابت نسبيًا، الذي يميز الفرد عن غيره من الأفراد. ونظريات الشخصية متعددة، من بينها نظرية السمات Traits، ومن بينها نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية Big Five personality model. ويعد هذا النموذج أحد النماذج المسيطرة في مجال الشخصية في العقود القليلة الأخيرة، وأحد طرق التصنيف الشاملة للفروق الفردية في الشخصية الإنسانية (John & Srivastava, 1999).

ويستوعب نموذج العوامل الخمسة، المدى الكامل للفروق الفردية في الشخصية. وفي غضون العقود الأخيرة، تأثر علم نفس الشخصية تأثرًا كبيرًا بنموذج العوامل الخمسة، وبعد الآن النموذج المرجعي بين النماذج التدرجية Hierarchical للشخصية (Rolland, 2002). وتشير الدلائل المتراكمة، إلى أن كل مقاييس الشخصية تقريبًا، يمكن أن تحتزل وتوضع تحت مظلة نموذج العوامل الخمسة للشخصية (Goldberg, 1993)، وتعد العوامل الخمسة للشخصية صادقة عبر الثقافات (Schmitt et al., 2007).

ويفترض نموذج العوامل الخمسة الكبرى لسمات الشخصية، أن هناك خمسة عوامل أساسية ذات أبعاد من رتبة راقية، تمدنا بمنظور شامل وتدرجي منظم لبنية الشخصية. وهذه العوامل هي: الانبساط، والعصابية، والتفتح للخبرة، والقبول، والإتقان. وتعرض الفقرات الآتية وصفًا موجزًا لهذه العوامل الخمسة (Costa & McCrae, 1992; McAdams, 2009).

الانبساط: Extraversion

الانبساط توجه نحو الآخرين، ويتسم ذوو الدرجة المرتفعة في الانبساط بالاجتماعية، وتفضيل التجمعات الكبيرة، والنشاط، وحب الإثارة، والمزاج المرح، والتفاؤل، والسعادة، والتلقائية، والتوكيدية، والسيطرة، والانطلاق، والحيوية، والحماسة، وحب اللهو والدعابة. والقطب

المقابل للانبساط هو الانطواء، ويتسم المنطوون بالتحفظ، والبطء، والكسل، والخجل، وتفضيل الوحدة، والانسحاب، والهدوء.

العصابية: Neuroticism

يميل الشخص ذو الدرجة المرتفعة من العصابية، إلى المرور بخبرات سلبية، من مثل: الخوف، والحزن، والارتباك، والغضب، والقلق، والذنب، والاشمئزاز، والقابلية لتكوين الأفكار غير العقلانية، والسلبية، مع ضعف في مواجهة الضغوط، والشكاوى من سوء الصحة. وعكس العصابية التوافق والثبات أو الاستقرار الانفعالي.

التفتح: Openness

يصف أصحاب الدرجة المرتفعة في التفتح للخبرة (أو التفتح للإيجاز) أنفسهم بالأصالة، والتخيل، والإبداع، وحب الاستطلاع، والجرأة، والاستقلال والتحليلية، وعدم التقليدية، والفن، والتحرر، والاهتمامات الواسعة، والحساسية للجمال. وعلى العكس من ذلك، يتسم أصحاب الدرجة المنخفضة في التفتح، بالسلوك التقليدي، والمحافظ، وتفضيل المؤلف على الجديد، فضلاً عن أن ميولهم ذات مجال ضيق.

القبول: Agreeableness

يتصف أصحاب الدرجة المرتفعة في القبول، بالميل نحو العلاقات مع الآخرين، والتعاطف معهم، ومساعدتهم. ويشمل عامل القبول الجوانب التعبيرية في الحب، والتعاطف، والصداقة، والتعاون، والود، والصبر، والكياسة، والأمانة، والإيثار. أما أصحاب الدرجة المنخفضة في القبول، فيتسمون بأسوأ السمات في معجم العوامل الخمسة، إنهم خصيمون، وعدائيون، ومحاربون، وخشنون، وغير متعاطفين، ومخادعون، وغير مهذبين، وحقودون، وقاسون، ولا يكثرثون بمشاعر الآخرين.

الإنقاذ: Conscientiousness

الصفات الأساسية لأصحاب الدرجة المرتفعة في الإنقاذ، هي ضبط النفس، وإنجاز المهام، والإرادة القوية، والتنظيم، والتدقيق، والكفاءة، والمسئولية، والتفاني، والمثابرة، والتمسك بالعرف وقواعد السلوك المرعية. وفي المقابل يتصف أصحاب الدرجة المنخفضة من الإنقاذ

بالميل إلى عدم التنظيم، واتباع المصادفة، وعدم الفاعلية، واللامبالاة، والتهاون، والكسل، والبطء، وعدم الحسم، ووهن العزيمة، والتهور، والإفراط.

العوامل الخمسة والعمر:

بينت البحوث الشاملة على أعداد كبيرة في أوروبا وآسيا، والمتعلقة بعلاقة العوامل الخمسة للشخصية بالعمر، أن الفروق تميل إلى أن تكون بسيطة في درجات العوامل الخمسة على امتداد الحياة، على الرغم من وجود بعض الفروق الفردية المتغيرة بين الأفراد، وبينت هذه البحوث كذلك، أنه بمرور العمر، فإن درجات الانبساط والتفتح للخبرة تنخفض قليلاً، وأن القبول، والإتقان، والثبات الانفعالي يبدو أنها ترتفع قليلاً (Donnellan & Lucas, 2008; Srivastava et al., 2003).

وتعرض الفقرات الآتية، الدراسات السابقة عن العلاقة بين السعادة والشخصية.

الدراسات السابقة:

لا شك أن السعادة تتأثر بعدد كبير من العوامل البيئية، من مثل: العمل، والمال، ونشاطات شغل أوقات الفراغ، ولكن بعض الباحثين رأى أن الشخصية محدد أساسي للسعادة، أكثر من العنصر أو السلالة، ووقت الفراغ، وغيرهما من المتغيرات الخارجية (Diener & Lucas, 1999).

وفي التحليل البعدي الذي أجرته "دي نيف، وكوبر" (DeNeve & Cooper, 1998)، ظهرت علاقات دالة إحصائية بين كل العوامل الخمسة للشخصية والحياة الذاتية الطيبة متضمنة السعادة، وكان الثبات الانفعالي (عكس العصابية) له أقوى علاقة (ر = ٠,٢٥). وكشفت دراستان على عينة أمريكية (ن = ٥٠٠) وإيرانية (ن = ٢٧٤)، أن السعادة ترتبط إيجابياً بالانبساط، وسلبياً بالعصابية (Momeni et al., 2011; Tkach & Lyubomirsky, 2006). وهدفت دراسة "ستيل، ووانز" (Steel & Ones, 2002) إلى بحث إمكانية تفسير سمات الشخصية على المستوى القومي، بالحياة الذاتية الطيبة على المستوى القومي. ووجد الباحثان أن العصابية والانبساط تتنبأ بالحياة الذاتية الطيبة أكثر من ناتج الدخل القومي للفرد. وتشير قوة هذه النتائج إلى أن الشخصية يمكن أن ترتبط ارتباطاً أقوى بالمستويات القومية للتحليل أكثر من المستوى الفردي.

وقد افترض "ويز" وزملاؤه (Weiss et al., 2008) أن الفروق الوراثية في الحياة الذاتية الطيبة (SWB)، تستوعب تمامًا الجوانب الوراثية في نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وللتحقق من هذا الفرض، استخدمت عينة ممثلة قوامها ٩٧٣ زوجًا من التوائم الأمريكية، وأكدت النتائج هذا الفرض، فقد اتضح أن الحياة الذاتية الطيبة، تشمل التأثيرات الوراثية لكل من العصائية، والانبساط، والإتقان، عن طريق عامل وراثي عام، يؤثر في كل العوامل الخمسة للشخصية، في اتجاه انخفاض العصائية، وارتفاع الانبساط، والتفتح، والقبول، والإتقان. وتشير هذه النتائج إلى أن الحياة الذاتية الطيبة ترتبط بالشخصية، بواسطة مورثات Genes مشتركة.

وبحث "عزيز" وزملاؤه (Aziz et al., 2014) مستويات السعادة لدى عينة من الأكاديميين في أحد الجامعات البحثية في ماليزيا (ن = ٣١٧ محاضرًا)، وأسفرت النتائج عن مستوى متوسط للسعادة لديهم، وأن السعادة ارتبطت بالانبساط (ر = 0,79)، والقبول (ر = ٠,٦٥)، والإتقان (ر = ٠,٧٢)، والتفتح (ر = ٠,٣٤)، والعصائية (ر = ٠,٦١).

ودرس "سوتو" (Soto, 2015) ١٦,٣٦٧ مقيمًا في أستراليا، بهدف بحث العلاقات الطولية Longitudinal بين العوامل الخمسة للشخصية والحياة الذاتية الطيبة (وتشمل: الرضا عن الحياة، والوجدان الإيجابي، والوجدان السلبي). ولم تثبت نتائج هذه الدراسة الافتراض الشائع، ومفاده أن العلاقة بين الشخصية والحياة الذاتية الطيبة، ترجع كلية إلى تأثير السمات في الحياة الطيبة، وبدلاً من ذلك، بينت هذه الدراسة، أن سمات الشخصية، والحياة الطيبة، يؤثر كل منهما في الآخر عبر الزمن.

وأجرى "جولد سميث" (Goldsmith, 2016) دراسة على عينة أمريكية من الراشدين عن طريق "النت" (ن = ٦٦٠)، وأسفرت الدراسة عن علاقة بين السعادة وكل عوامل الشخصية، وذلك على الرغم من التحكم في متغيري: العمر والجنس (النوع). وأسفر تحليل الانحدار، عن أن القبول والتفتح لا ينبئان بالسعادة، وافترض الباحث أن هذين العاملين تكرر للعوامل الأخرى.

واستهدفت دراسة "زياپور" وزملائه (Ziapour et al., 2018)، بحث العلاقة بين نموذج العوامل الخمسة الكبرى لسمات الشخصية والسعادة، لدى طلاب جامعة طيبة في إيران (ن = ٣٥٠)، أجابوا عن مقياس العوامل الخمسة المعدل NEO – PI – R، وقائمة أوكسفورد للسعادة، وأسفرت النتائج عن ارتباطات دالة إحصائية (عند مستوى ٠,٠١)، بين السعادة

والانبساط (ر = ٠,٥٩٤)، والقبول (ر = ٠,٤٣١) والعصائية (ن = ٠,٣٦٨)، والإتقان (ر = ٠,٣٥١)، والفتح للخبرة (ر = ٠,١٥١). وبين تحليل الانحدار أن عوامل الشخصية الأربعة (باستثناء الفتح للخبرة) يمكن أن تنبئ - جوهرياً - بالتغيرات في السعادة.

وبعد أكثر من أربعة عقود من البحوث العملية، توصل كثير من علماء النفس إلى أن الظروف الموضوعية (مثل: الدخل، والصحة، والعمر، والحالة الزوجية)، ترتبط ارتباطاً ضعيفاً بسعادة الأفراد - وبدلاً من ذلك يبدو أن السعادة ثابتة عبر الزمن، وتتحدد وراثياً، وترتبط ارتباطاً قوياً بسمات الشخصية الثابتة كالانبساط والعصائية، أكثر من الظروف الموضوعية كالدخل والصحة. وعلى الرغم من أن تأثيرات الشخصية قوية جداً في الأعم، فإن إمكانية التغير قائمة (Lucas, 2007).

وقد استنتج عدد من علماء النفس أن السعادة محددة بعوامل الشخصية الموروثة، وأن مجال التغيير في ذلك محدود، ويؤكد هذا الاستنتاج أربع نقاط على النحو الآتي: ١- السعادة موروثية كما بينت البحوث على التوائم، وحتى التوائم الذين تربوا في بيئات مختلفة يقررون مستويات متشابهة كثيراً في السعادة، و٢- السعادة ثابتة نسبياً، وحتى عبر فترات طويلة من الزمن، وحتى عند مواجهة تغيرات ظروف الحياة، و٣- تستوعب ظروف الحياة نسبة صغيرة فقط من التباين في السعادة، و٤- تكشف خصائص الشخصية عادة عن أقوى العلاقات بالسعادة، أكثر من أي من المتغيرات التي درسها علماء النفس (Lucas, 2007)

وأجرى "ستيل" وزملاؤه (Steel et al., 2008) تحليلاً بعددًا *Meta-analysis* اعتماداً على (٢,١٤٢) معامل ارتباط، مشتقة من (٣٤٧) عينة، واستنتجوا أن: نقص العصائية، والانبساط، والقبول، والإتقان على التوالي، ترتبط ارتباطات جوهرياً إيجابية بكل مقاييس الحياة الذاتية الطيبة.

وفي وقت أحدث، أجرى "أنجلم" وزملاؤه (Anglim et al., 2020) أكثر التحليلات البعدية شمولاً، إذ استوعب عددًا كبيراً من مقاييس الشخصية والحياة الذاتية الطيبة متضمنة السعادة، وأكدوا أن التداخل بين الشخصية والحياة الذاتية الطيبة كبير، وأن متوسط الارتباطات بينهما هو (ر = ٠,٢٨) إشارة إلى علاقة قوية، وأن نقص العصائية منبئ قوي جداً بالحياة الطيبة،

وأن الانبساط، والإتقان علاقتهما قوية إلى حد ما بالحياة الطيبة، وأن علاقة التفتح، والقبول متوسطة.

وعلى المستوى العربي، أجرى عبد الخالق، ومراد (٢٠٠١) دراسة هدفت إلى استكشاف منبئات التقدير الذاتي للسعادة لدى عينة من طلاب الجامعة (ن = ٢٠١)، وكشف تحليل الانحدار المتعدد، أن تقرير الفرد لشعوره بالسعادة، يرجع أساسًا إلى صحته النفسية (أسهمت بمقدار ٥٠,٥%)، ثم درجة تفاؤله (٨%)، فالمصدر الداخلي لضبط سلوكه (٢,٣%)، ومستوى تدينه (٢,١%) على التوالي.

وأجرى هريدي، وفرج (٢٠٠٢) دراسة على عينة من الطلاب قوامها (٢٨٧)، وكشفت نتائج هذه الدراسة عن معاملات ارتباط دالة إحصائيًا (عند مستوى ٠,٠١) بين السعادة وعوامل الشخصية، وجميعها موجبة فيما عدا الارتباط بين السعادة والعصابية (سالبة). وتنبأت العصابية (سلبًا)، والقبول (إيجابًا) بالسعادة.

ودرس العنزي (٢٠٠١) الشعور بالسعادة وعلاقته ببعض سمات الشخصية، لدى عينة من طلاب كلية التربية الأساسية بالهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بالكويت، وكشفت النتائج عن ارتباط إيجابي بين الرضا عن الحياة، والثقة بالنفس، والتفاؤل، والوجدان الإيجابي، مع ارتباط سلبي بين المتغيرات السابقة والوجدان السلبي. واستخرج من تحليل المكونات الأساسية عامل واحد ثنائي القطب سمي "السعادة مقابل التعاسة".

واختار أبو هاشم (٢٠١٠) عينة قوامها (٤٠٥) من طلاب جامعة الزقازيق، وكشفت النتائج أن أعلى الارتباطات توجد بين السعادة وكل من: الإتقان، والتفتح، والقبول، والانبساط (موجب)، والعصابية (سالبة). وباستخدام تحليل الانحدار المتعدد، تنبأت كل عوامل الشخصية بالسعادة.

و درست "الرباعي" (٢٠١٤) العلاقة بين السعادة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، لدى عينة من طلاب جامعة دمشق (ن = ٧٦٦) وظهرت ارتباطات دالة إحصائيًا بين السعادة وكل العوامل الخمسة، وكان أعلاها بين السعادة وكل من: الانبساط، والإتقان (إيجابي) والعصابية (سلبي) على التوالي.

واستخدم عبد الكريم، ومبارك (٢٠١٦) عينة من طلاب جامعة القصيم بالسعودية (ن = ٤١٦)، وأسفرت نتائج الدراسة عن معاملات ارتباط دالة إحصائيًا (عند مستوى ٠,٠١)

بين السعادة كما تقاس بقائمة "أوكسفورد" وكل العوامل الخمسة للشخصية، وكانت كل الارتباطات موجبة فيما عدا العصائية (سالبة)، وكانت أعلى الارتباطات بين السعادة والانبساط، ثم الإتقان، فالعصائية.

وبحث عبد الخالق (٢٠١٨) العلاقة بين الشخصية والسعادة، وعوامل الشخصية المنبئة بالسعادة، لدى طلاب الجامعة (ن = ١٧٩). وكانت منبئات السعادة هي: الإتقان، والانبساط، ونقص العصائية (الطلبة)، ونقص العصائية، والإتقان، والانبساط (الطالبات). وتختلف هذه الدراسة عن الدراسة الحالية في عدة جوانب أهمها: (أ) استخدام مقاييس مختلفة: العوامل الخمسة لـ "كوستا، وماك كري"، والمقياس العربي للسعادة، في دراسة عام ٢٠١٨، والقائمة العربية للعوامل الخمسة الكبرى في الدراسة الحالية، فضلاً عن مقياس تقدير للسعادة يشمل على بند واحد، و(ب) استخدام دراسة ٢٠١٨ عينة حجمها أصغر كثيراً من العينة في الدراسة الحالية (١٧٩ مقابل ٤١٨، ١).

ودرس الوكيل (٢٠١٨) عينة من طلاب جامعة الفيوم (ن = ٥٠٠)، وكشفت النتائج عن ارتباطات دالة بين السعادة وكل العوامل الخمسة للشخصية، وكان أعلاها مع الانبساط ثم الإتقان، فالعصائية على التوالي. ودرست الشهري (٢٠٢٠) العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والسعادة، لدى ٣٩٠ طالبة في كلية التربية بجامعة الملك خالد. وأسفرت النتائج عن ارتباطات دالة إحصائياً بين السعادة وكل عوامل الشخصية، وكانت سالبة مع العصائية، وبين تحليل الانحدار أن أكثر العوامل إسهاماً في السعادة هي: الإتقان، ونقص العصائية، والانبساط.

وفيما يتعلق بالفروق بين الجنسين في السعادة، فقد اختلفت نتائج الدراسات؛ إذ بينت بعض الدراسات الأجنبية، أنه لا توجد فروق بين الجنسين في السعادة (Argyle, 2002; Diener & Diener, 1995)، واتفق ذلك مع نتائج بعض البحوث العربية، في أن الفروق بين الجنسين في السعادة غير جوهرية، في عينات من المراهقين والشباب (انظر: عبد الخالق، ودويدار، ٢٠١٠؛ Abdel-Khalek, 2010, 2012b)، في حين بينت بحوث عربية أخرى، أن الرجال لهم متوسط في السعادة، أعلى جوهرياً من النساء (Abdel-Khalek, 2006, 2007, 2011).

وأجريت دراسات كثيرة عن الفروق بين الجنسين في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، من أحدثها دراسة عبد الخالق (Abdel-Khalek, 2021)، التي هدفت إلى بحث الفروق بين الجنسين، في القائمة العربية للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، لدى عينة كبيرة من طلاب الجامعة (ن = ١٨٨، ٢)، واعتماداً على اختبار "ت" كانت كل الفروق بين الجنسين دالة إحصائياً، ولكن حجم التأثير (د) دل على أن هذه الفروق جوهرية فقط في ثلاثة عوامل، إذ حصل الطلبة على متوسطات أعلى من الطالبات في عاملي الانبساط، والتفتح، في حين حصلت الطالبات على متوسط أعلى من الطلبة في عامل العصابية.

مشكلة الدراسة:

ذكر "فينهوفن" (Veenhoven, 1994) أنه من الأفضل النظر إلى السعادة على أنها سمة، وليس على أنها حالة انفعالية متغيرة، كما رأى أن السعادة - في أفضل حالاتها - سمة مستقرة استقراراً متوسطاً على المدى القصير، وأنها حساسة لكل من الحظ أو الثروة أو المحن والضراء.

السعادة إذن سمة، وعوامل الشخصية سمات، ويبحث العلاقة بينهما أمر مهم، يمكن الباحثين من معرفة أهم عوامل الشخصية لدى أصحاب الدرجة المرتفعة من السعادة. وقد أجريت دراسات كثيرة عن هذه العلاقة (انظر مقدمة هذه الدراسة)، ولكن غالبية هذه الدراسات أجريت باستخدام عينات أوروبية أو أمريكية، تتحدث الإنجليزية، مع عدد قليل من البحوث التي أجريت في قارات أخرى. والبحوث العربية في هذا المجال قليلة بحسب علم الباحث، ومن ثم؛ فإن استخدام عينة عربية في هذه الدراسة، يمكن أن يوسع الأساس الثقافي لهذا المجال، ويمكن الباحثين من المقارنة بين نتائج مختلف الثقافات. وتتلخص مشكلة هذه الدراسة في الإجابة عن الأسئلة الآتية:

١- ما دلالة الفروق بين الجنسين في السعادة وعوامل الشخصية؟

٢- ما طبيعة العلاقات بين السعادة وعوامل الشخصية؟

٣- ما البنية العاملية المستخرجة من مصفوفة الارتباط بين السعادة وعوامل الشخصية؟

٤- ما عوامل الشخصية المنبئة بالسعادة؟

٥- ما الوزن النسبي لإسهام كل عامل من عوامل الشخصية في التنبؤ بالسعادة؟

الفروض:

أجريت هذه الدراسة لاختبار الفروض الخمسة الآتية:

- ١- الفروق بين الجنسين في عوامل الشخصية والسعادة ستكون دالة.
- ٢- الارتباطات بين العوامل الخمسة والسعادة ستكون دالة.
- ٣- سوف يستخرج أكثر من مكون من تحليل المكونات الأساسية.
- ٤- ستسهم بعض عوامل الشخصية في التنبؤ بالسعادة لدى طلاب الجامعة.
- ٥- يختلف الوزن النسبي لإسهام كل عامل من عوامل الشخصية في التنبؤ بالسعادة.

المنهج والإجراءات

المشاركون:

شملت عينة الدراسة (١,٤١٨) طالبًا (ن = ٦١٨) وطالبة (ن = ٨٠٠). وتراوح مدى أعمارهم بين ١٩، و ٣٠ عامًا (م = ٢١,٨؛ ع = ٢,٣؛ م = 21,4؛ ع = ٢,٥ للطالبات). وقد اختير أفراد العينة من مختلف أقسام وكليات جامعة الإسكندرية، وهي عينة متاحة من المتطوعين.

مقاييس الدراسة:

القائمة العربية للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية:

وضع عبد الخالق (٢٠٢٠؛ 2019, 2018, Abdel-Khalek) هذه القائمة اعتماداً على وعاء بنود شمل (٤٥٥) بنوداً، مشتقاً من تراث العوامل الخمسة الكبرى، لتقدير عوامل: العصائية، والانبساط، والقبول، والافتح، والإتقان. وطبقت البنود الخاصة بكل عامل على عينة مستقلة من طلاب الجامعة (العينة الإجمالية ن = ١,١٦١). وحسبت معاملات الارتباط بين كل

بند والدرجة الكلية في العامل بعد حذف البند **Item remainder**، واستبقى (٢٠) بنداً لها أعلى الارتباطات بقيمة البنود في العامل الواحد.

ثم استخدمت عينة أخرى (ن = ٤٥٠) من طلاب الجامعة، لحساب الارتباط بين كل بند من البنود العشرين، والدرجة الكلية في نفس العامل في مقياس "كوستا، وماك كري" - NEO-FFI، واستبقيت البنود الستة ذات أعلى الارتباطات في كل عامل، وتشير إلى الصدق المرتفع المرتبط بالمحك. ثم طبقت نظرية الاستجابة للمفردة **Item response theory** (انظر: Thissen & Steinberg, 2009)، ونتج عن ذلك حذف بند واحد من كل عامل (Hussein & Abdel-Khalek, 2021)، ومن ثم اشتملت القائمة النهائية على ٢٥ بنداً، لكل عامل خمسة بنود. ويجاب عن كل بند على أساس صيغة "ليكارت" الرباعية على النحو الآتي: ١ (لا) ٢ (أحياناً) ٣ (كثيراً) ٤ (دائماً). وتراوح الدرجة الكلية لكل عامل بين ٥، و ٢٠، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع الدرجة في السمة أو العامل.

وطبق أسلوب الترجمة العكسية **Back translation** للبنود من العربية إلى الإنجليزية والعكس (Brislin, 1970, 1980; International Test Commission, 2001)، وكانت النتائج جيدة مع تصويبات طفيفة، وراجع النسخة الإنجليزية أستاذ أمريكي في علم النفس (David Lester). وللقائمة ثبات وصدق بين المقبول والمرتفع (انظر الجدول ١)، وأخيراً أجرى تحليل عملي توكيدي للقائمة، وكانت النتائج مقبولة (Hussein & Abdel-Khalek, 2021)،

مقياس التقدير الذاتي للسعادة:

يشتمل هذا المقياس على بند واحد لقياس السعادة، في صيغة سؤال نصه: إلى أي درجة تشعر بالسعادة بوجه عام؟ ويلى هذا السؤال مقياس رقمي (من صفر إلى ١٠). ويطلب من المشارك: (أ) أن يستجيب تبعاً لتقديره الكلي وشعوره العام (وليس حالته الحاضرة)، و(ب) أن يعلم أن (صفر) أدنى درجة، وأن (١٠) أقصى درجة، و(ج) يضع دائرة على الرقم الذي يرى أنه يصف مشاعره الحقيقية بدقة. وتشير الدرجة المرتفعة إلى سعادة ذات مستوى مرتفع. ووصل ثبات إعادة الاختبار بعد فاصل قدره أسبوع، إلى (٠,٨٥) إشارة إلى الاستقرار عبر الزمن، وإلى الطبيعة الشبيهة بالسمة للدرجات، ووصل الصدق المرتبط بالمحك إلى (٠,٧٠)، وكان المحك هو

المقياس العربي للسعادة (Abdel-Khalek, 2013)، وهو ما يشير إلى صدق جيد مرتبط بالمحك.

إجراءات التطبيق:

طبقت القائمة العربية للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، مع مقياس التقدير الذاتي للسعادة، على الطلاب دون ذكر أسمائهم، في المدرجات، وفي أثناء ساعات العمل بالجامعة، وشملت كل جلسة عددًا صغيرًا من الطلبة والطالبات، وكان كل المشاركين متطوعين، وأعطوا موافقتهم الشفهية على المشاركة، أما القائمون على التطبيق، فكانوا من طلاب الماجستير والدكتوراه في علم النفس، وقد حصلوا على الموافقة الأخلاقية من عمداء الكليات المختارة، واتبعت الموافقة المعلمة **Informed consent**، مع احترام السرية والخصوصية.

التحليل الإحصائي:

استخدمت المجموعة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS, 2009) لتحليل النتائج، وحسبت الإحصاءات الوصفية، واختبار "ت"، واختبار تأثير الحجم **Effect size** (انظر: Cohen, 1994)، وذلك لاختبار الفرض الأول، ومعاملات "بيرسون" للارتباط لاختبار الفرض الثاني، وتحليل المكونات الأساسية لاختبار الفرض الثالث، وتحليل الانحدار لاختبار الفرضين الرابع والخامس.

النتائج

يعرض الجدول (١) الخصائص السيكومترية لمقاييس الدراسة: كرونباخ ألفا، وثبات إعادة التطبيق بعد أسبوع، لقائمة العوامل الخمسة الكبرى، وإعادة التطبيق لمقياس التقدير الذاتي للسعادة، واستخدم المقياس العربي للسعادة (Abdel-Khalek, 2013) لحساب الصدق المرتبط بالمحك لمقياس التقدير الذاتي للسعادة، وأما محكات قائمة العوامل الخمسة فكانت: (أ) قائمة "كوستا، وماك كري" (Costa & McCrae, 1992) المسماة NEO-FFI، و(ب) نموذج العوامل الخمسة من تأليف "جولديبرج" (Goldberg, 1999).

ومن قراءة الجدول (١)، يتضح أن معاملات ألفا تراوحت بين ٠,٧٢، و ٠,٨٠، وأن معاملات ثبات إعادة التطبيق تراوحت بين ٠,٨١، و ٠,٩١، وتراوح الصدق المرتبط بالمحك بين ٠,٥٠، و ٠,٧٨، وهو ما يشير إلى معاملات ثبات وصدق بين المقبولة والمرتفعة.

الجدول (١): معاملات الثبات والصدق المرتبط بالمدك لمقاييس الدراسة

المقاييس	الثبات		صدق المدك
	ألفا	إعادة التطبيق	
السعادة	—	٠,٨٥	٠,٧٠
الانبساط	٠,٧٨	٠,٨١	٠,٧٨
العصائية	٠,٧٩	٠,٩٠	٠,٧٤
القبول	٠,٧٥	٠,٨٩	٠,٥٠
التفتح	٠,٧٢	٠,٩١	٠,٥٧
الإتقان	٠,٨٠	٠,٨٧	٠,٧١

ولاختبار الفرض الثاني، يعرض الجدول (٢) الإحصاءات الوصفية، واختبار "ت" وتأثير الحجم (د) بين مقاييس الدراسة لدى الجنسين.

الجدول (٢): المتوسط (م) والانحراف المعياري (ع) وقيم "ت" للفروق بين الطلبة (ن = ٦١٨) والطالبات (ن = ٨٠٠) وتأثير الحجم (د) في مقاييس الدراسة

المقاييس	طلبة		طالبات		ت	الدلالة	د
	م	ع	م	ع			
السعادة	٦,٣٨	٢,٧٠	٥,٩٩	٢,٥٦	٢,٨١	٠,٠٠٥	٠,١٥
الانبساط	١٣,٧٨	٣,٢٧	١٣,١٣	٣,٠٢	٣,٨٤	٠,٠٠٠١	†٠,٢١
العصائية	٩,٧٣	٣,١٦	١٠,٩٨	٣,١٩	٧,٣٨	٠,٠٠٠١	†٠,٤٠-
القبول	١٦,٠٠	٢,٩٦	١٦,٣٢	٢,٥٩	٢,١٠	٠,٠٣	٠,١١
التفتح	١٣,٩٩	٣,١٩	١٣,٢١	٣,٢٧	٤,٤٧	٠,٠٠٠١	†٠,٢٤
الإتقان	١٤,٤٩	٣,٣٣	١٣,٨٧	٣,١٩	٣,٥٩	٠,٠٠٠١	٠,١٩

† تأثير حجم صغير.

ويتضح من قراءة الجدول (٢)، أن قيم "ت" دالة إحصائيًا بين الجنسين في كل المتغيرات، إذ حصل الطلبة على متوسط درجات أعلى جوهريًا من الطالبات في مقياس التقدير الذاتي للسعادة، وعوامل الانبساط، والتفتح، والإتقان، في حين حصلت الطالبات على متوسط أعلى جوهريًا من الطلبة في عاملي العصائية، والقبول، ولكن تأثير الحجم (د) كان صغيرًا في عوامل العصائية، والانبساط، والتفتح.

ولاختبار الفرض الثاني، حسبت معاملات ارتباط "بيرسون" بين مقياس الدراسة لدى الجنسين مجتمعين، وفي كل جنس على حدة (الجدولان ٣، ٤). ومن الملاحظ أن البحوث العالمية في هذا المجال، تركز على معاملات الارتباط بين الجنسين مجتمعين (Anglim et al., 2020).

الجدول (٣): معاملات ارتباط "بيرسون" بين مقياس الدراسة لدى الطلبة (ن = ٦١٨)؛
المثلث العلوي)، والطالبات (ن = ٨٠٠؛ المثلث السفلي)

المقاييس	١	٢	٣	٤	٥	٦
١- السعادة	—	**٠,٣٤٤	**٠,٤٤٢-	**٠,١٧٢	**٠,١٧٦	**٠,٢٨٠
٢- الانبساط	**٠,٣٠٨	—	**٠,٣٠٢-	**٠,٢٧٥	**٠,١٨١	**٠,٢٠٦
٣- العصائية	**٠,٤٧٦-	**٠,٢٥٨-	—	٠,٠٤٤	٠,٠٣٤-	**٠,١٢٩-
٤- القبول	٠,٠٥٣	**٠,٢٦٣	**٠,١١٢	—	**٠,٢١٥	**٠,٢٥٧
٥- التفتح	**٠,١٧١	**٠,١٦٠	**٠,١٠٨-	**٠,١٧٩	—	**٠,٣٩٨
٦- الإتقان	**٠,٢٥١	**٠,١٨٦	*٠,٠٧٧-	**٠,٣١٨	**٠,٣٥٢	—

* دال عند مستوى ٠,٠٥

** دال عند مستوى ٠,٠١

وما يهمنا في الجدولين (٣، ٤)، معاملات الارتباط بين التقدير الذاتي للسعادة وعوامل الشخصية، وجميع هذه الارتباطات دالة إحصائيًا فيما عدا الارتباط بين السعادة والقبول لدى الطالبات فقط، وجميع معاملات الارتباط موجبة، فيما عدا الارتباط بين السعادة والعصائية (سالب). وأعلى ارتباط في كل الجداول، معامل الارتباط بين السعادة والعصائية، وهو سلبي.

الجدول (٤): معاملات ارتباط "بيرسون" بين مقاييس الدراسة لدى العينة المجمعة من الطلبة والطالبات (ن = ١,٤١٨)

المقاييس	١	٢	٣	٤	٥
١- السعادة	—				
٢- الانبساط	**٠,٣٣٠	—			
٣- العصائية	**٠,٤٦٥-	**٠,٢٩١-	—		
٤- القبول	**٠,١٠٦	**٠,٢٦١	٠,٠٨٩	—	
٥- التفتح	**٠,١٨٠	**٠,١٧٩	**٠,٠٩٧-	**٠,١٨٧	—
٦- الإلتقان	**٠,٢٦٩	**٠,٢٠٣	*٠,١١٦-	**٠,٢٨١	**٠,٣٧٩

** الارتباط دال عند مستوى ٠,٠١

ولاختبار الفرض الثالث، استخدم تحليل المكونات الأساسية لبحث البنية العاملية للدرجات الكلية لمقاييس الطلبة والطالبات منفصلين. واستخدم محك "كايزر" (الجذر الكامن < ١,٠) لاستخراج المكونات الدالة. وقد استخدم تدوير المحاور المتعامد (فاريماكس) والمائل (أويلمن)، وكانت الفروق بين الحلين الرياضييين بسيطة، ويورد الجدول (٥) التدوير المتعامد.

ويتضح من هذا الجدول أن عاملي الطلبة والطالبات استوعب كل منهما ٥٦ % من التباين المشترك، وكانت الفروق بين تشبعات الطلبة والطالبات صغيرة بوجه عام، ويمكن أن يسمى العامل الأول: "السعادة والانبساط في مقابل العصائية"، أما الثاني فسمى: "السمات الإيجابية للشخصية"، إذ استوعب عوامل: القبول، والتفتح، والإلتقان"، وانطبق ذلك على الجنسين.

الجدول (٥): المكونات الأساسية لمعاملات الارتباط بين المقاييس
بعد التدوير المتعامد بطريقة "فاريماكس"

المقاييس	طلبة (ن = ٦١٨)		طالبات (ن = ٨٠٠)	
	الأول	الثاني	الأول	الثاني
السعادة	٠,٧٧٢	٠,٢١٢	٠,٨٠٣	٠,١٧٣
الانبساط	٠,٦٠٠	٠,٣٣١	٠,٤٨٨	٠,٤١٤
العصائية	٠,٨٤٩-	٠,١٥٣	٠,٨٥٦-	٠,١٠٩
القبول	٠,٠٣٢	٠,٦٨٠	٠,١٥٧-	٠,٧٦١
النتفح	٠,٠٥٣	٠,٧٣٤	٠,١٧٨	٠,٦٠١
الإتقان	٠,٢٢٣	٠,٧٠٤	٠,١٦١	٠,٧٣٥
الجذر الكامن	١,٧٣٠	١,٦٧٤	١,٦٩٦	١,٦٩٢
% للتباين	٢٨,٨٣٥	٢٧,٩٠٠	٢٨,٢٧١	٢٨,٢٠٧
% للتباين الكلي	٥٦,٧٣٥		٥٦,٤٧٨	

ولاختبار الفرض الرابع، استخدم تحليل الانحدار، للتنبؤ بالسعادة، لدى الجنسين مستقلين، وكانت العوامل الخمسة للشخصية منبئات. ويقدم الجدول (٦) نتيجة هذا التحليل، ويتضح أن منبئات السعادة الدالة إحصائياً لدى الطلبة هي: جميع عوامل الشخصية فيما عدا النتفح، في حين كانت منبئات السعادة لدى الطالبات: عوامل العصائية، والإتقان، والانبساط، مع ملاحظة أن إشارة عامل العصائية سالبة لدى الجنسين، بمعنى أن نقص العصائية منبئ بالسعادة. وكانت نسبة ر^٢ ٠,٢٩ لدى الطلبة، و ٠,٣٠ في عينة الطالبات.

الجدول (٦): عوامل الشخصية المنبئة بالسعادة

المنبئات	ب	بيتا	الخطأ المعياري	ت	الدلالة
الطلبة					
الانبساط	٠,١٣٥	٠,١٦٤	٠,٠٣١	٤,٣٣٨	٠,٠٠٠١
العصائية	٠,٣٢٠-	٠,٣٧٥-	٠,٠٣١	١٠,٣٣٣	٠,٠٠٠١
القبول	٠,٠٨٥	٠,٠٩٣	٠,٠٣٤	٢,٥٠٩	٠,٠١٢
التفتح	٠,٠٤٥	٠,٠٥٣	٠,٠٣٢	١,٤٠٥	٠,١٦٠
الإتقان	٠,١٢٤	٠,١٥٣	٠,٠٣١	٤,٠٠٥	٠,٠٠٠١
الثابت	٣,٨٤٨		٠,٧٥٧	٥,٠٨٣	٠,٠٠٠١
	$r^2 = ٠,٢٩٠$				
					نسبة ف = ٥٠,٠٩٠ (دال > ٠,٠٠٠١).
الطالبات					
الانبساط	٠,١٣٨	٠,١٦٣	٠,٠٢٧	٥,٠٣٤	٠,٠٠٠١
العصائية	٠,٣٣٣-	٠,٤١٦-	٠,٠٢٥	١٣,١٦٨	٠,٠٠٠١
القبول	٠,٠٠٦-	٠,٠٠٦-	٠,٠٣٢	٠,١٨٤	٠,٨٥٤
التفتح	٠,٠٣٠	٠,٠٣٩	٠,٠٢٥	١,٢٠٩	٠,٢٢٧
الإتقان	٠,١٤١	٠,١٧٦	٠,٠٢٧	٥,٣١٠	٠,٠٠٠١
الثابت	٥,٥٧٠		٠,٦٥٧	٨,٤٨٤	٠,٠٠٠١
	$r^2 = ٠,٢٩٩$				
					نسبة ف = ٦٧,٦٦٦ (دال > ٠,٠٠٠١).

مناقشة النتائج

أجريت دراسات كثيرة على العلاقة بين السعادة والشخصية، ولاسيما العوامل الخمسة، ولكن غالبية هذه الدراسات، أجريت باستخدام عينات غربية ناطقة بالإنجليزية، وأنجز عدد قليل من الدراسات على عينات غير غربية، كالصين وإيران والهند وغيرها. وتتبع الدراسة الحالية اتجاهًا آخر؛ إذ أجريت على عينة ناطقة بالعربية، من مصر، وإن استخدام مثل هذه العينة، يجعل المقارنة عبر الثقافية ممكنة. وعلى وجه العموم، فقد تحققت أهداف الدراسة الحالية بنجاح.

وفيما يختص بالفرض الأول، فقد ظهر أن الفروق بين الجنسين في السعادة دالة إحصائيًا على مستوى اختبار "ت"، وكان متوسط الطلبة أعلى من الطالبات، ولكن تأثير الحجم (د) لم يكن دالًا، وتتفق هذه النتيجة مع دراسات سابقة (Abdel-Khalek, 2006, 2012, 2013)، ولكن بعض الدراسات كشفت عن ارتفاع السعادة لدى النساء مقارنة بالرجال (أرجايل، ١٩٩٣، ص ٢١٥)، وقد يرجع عدم اتساق نتائج الدراسات عن الفروق بين الجنسين في السعادة، إلى تأثير عوامل عدة، أهمها العوامل النفسية والاجتماعية والاقتصادية.

وفيما يتعلق بالفروق بين الجنسين في عوامل الشخصية، فقد حصل الطلبة على متوسط أعلى جوهرياً من الطالبات في عوامل: الانبساط، والفتوح، والإتقان، في حين حصلت الطالبات على متوسط أعلى جوهرياً من الطلبة في عاملي: العصابية، والقبول، ولكن تأثير الحجم في عوامل الانبساط، والعصابية، والفتوح كان صغيراً، في حين كان تأثير الحجم في عاملي القبول، والإتقان، غير دال إحصائيًا. وبالمقارنة بدراسة عربية حديثة (Abdel-Khalek, 2021) أجريت على عينة كبيرة من طلاب الجامعة (ن = ١٨٨، ٢)، كشفت عن ارتفاع متوسط الانبساط والفتوح لدى الرجال مقارنة بالنساء، في حين حصلت النساء على متوسط درجات أعلى جوهرياً من الرجال في عامل العصابية. وقد أسفرت بحوث الفروق بين الجنسين في عوامل الشخصية، عن نتائج مختلفة (انظر الجدول (١) في الدراسة المشار إليها أعلاه). وبذلك فقد تحقق الفرض الأول جزئياً.

وفيما يختص بالفرض الثاني، فقد تحقق تحققاً كبيراً، إذ ارتبط التقدير الذاتي للسعادة بكل العوامل الخمسة للشخصية، ارتباطاً دالاً عند مستوى ٠,٠١، وكان أعلى هذه الارتباطات، علاقة السعادة بالعصابية (-٠,٤٦٥)، يلي ذلك علاقتها بالانبساط (٠,٣٣٠)، ثم

الإلتقان (٢٦٩، ٠)، فالتفتح (١٨٠، ٠)، وأخيراً القبول (١٠٦، ٠)، وذلك اعتماداً على العينة المدمجة من الجنسين (الجدول ٤). ويشير الارتباط السلبي بين السعادة والعصابية، إلى أهمية علاقة السعادة بالاتزان الوجداني، والصحة النفسية، ونوعية الحياة (انظر: Diener & Chan, 2009; Proctor et al., 2011). ويمكن أن تفسر العلاقة السلبية بين السعادة والعصابية، بالبحث في مكونات العصابية، ومنها: القلق، والعدائية، والغضب، والاكتئاب، والحساسية (Costa & McCrae, 1992, p. 2)، ومن الجلي أن هذه المكونات تؤدي إلى تطوير الوجدان السلبي Negative affect، وهو منبئ سلبي بالسعادة.

وكان أعلى الارتباطات بالسعادة - بعد العصابية - عامل الانبساط. ويرى "أيزنك" (Eysenck, 1983)، أن الخصال الدائمة للفرد، يمكن أن يكون لها تأثير كبير في السعادة، من "الداخل"، بدلاً من "الخارج"؛ ومن ثم يرى "أيزنك" أن السعادة شيء يسمى: "الانبساط المتزن" Stable extraversion. ويضيف المؤلف نفسه، أن الوجدان الإيجابي في السعادة، يبدو أنه يرتبط بسهولة إقامة علاقات اجتماعية، مع تفاعل طبيعي، وسار، مع الآخرين؛ ومن ثم فمن المتوقع أن يرتبط الانبساط بالسعادة، وبالطريقة نفسها، فإذا نتج عن الهموم والقلق وجدان سلبي في السعادة، فمن الممكن أن نلاحظ بسهولة، أن عدم الاتزان، والعصابية، يرتبطان أيضاً بعدم السعادة. ومن بين أقوى العلاقات في هذا السياق، علاقة السعادة بالانبساط، ولاسيما أحد مكونات الانبساط، وهو الاجتماعية Sociability، فلدى المنبسطين علاقات اجتماعية مشبعة ولهم تأثير قوي في الآخرين، يؤدي إلى مستويات مرتفعة من السعادة. ويكشف فحص المكونات الفرعية للانبساط، عن علاقة وثيقة بالسعادة، ومن هذه المكونات: الدفء، والحماسة، وحب التجمع، والنشاط، والانفعالات الإيجابية (Costa & McCrae, 1992, p. 2).

ولتفسير العلاقة بين الشخصية، والحياة الطيبة، رأى "ماك كراي، وكوستا" (McCrae & Costa, 1997)، أن المنبسطين يغلب عليهم أن يبتهوا إلى مختلف جوانب الثواب Rewards ويولونها عنايتهم، ويجدونها تتسم أكثر بالإيجابية، في حين أن الأفراد العصابيين يبتهون أكثر إلى جوانب العقاب Punishers، ويجدون أنها أكثر سلبية. ويفترض هذا التفسير، أن سمات الشخصية، لها رابطة غير مباشرة مع الحياة الطيبة أو السعادة، عن طريق إيجاد الظروف الملائمة للحياة (Bardi & Ryff, 2007).

ولاختبار الفرض الثالث، أجري تحليل المكونات الأساسية، واستخرج عاملان سميّا: "السعادة والانبساط في مقابل العصائية"، "والسمات الإيجابية للشخصية"، ومن الواضح أن نفس العاملين استخرجا من عينتي الطلبة والطالبات، ويمكن أن يعد ذلك تأكيد لقوة هذه النتيجة، ويشير إلى أنه على الرغم من الفروق الدالة إحصائيًا بين الجنسين، فإن المكونات المستخرجة من المقاييس لدى الجنسين متطابقة إلى حد بعيد، ومن ثم؛ فقد تحقق الفرض الثالث تحققًا تامًا.

ولاختبار الفرضين الرابع والخامس، استخدم تحليل الانحدار، وكشف هذا التحليل عن أن منبئات السعادة هي كل عوامل الشخصية فيما عدا التفتح لدى الطلبة، أما منبئات السعادة لدى الطالبات، فكانت (نقص) العصائية، والإتقان، والانبساط، وتفق هذه النتائج مع عدد من البحوث السابقة (انظر Anglim et al., 2020; Aziz et al., 2014; Steel et al., 2008; Ziapour et al., 2018)، ومن ثم؛ فقد تحقق الفرض الرابع تحققًا تامًا.

ولاختبار الفرض الخامس ونصه: "يختلف الوزن النسبي لإسهام كل عامل من عوامل الشخصية في التنبؤ بالسعادة"، وفيما يختص بعينة الطلبة، استخرجت أعلى أوزان بيتا للعصائية (٣٧,٥%)، ثم الانبساط (١٦,٤%)، فالإتقان (١٥,٣%)، وفيما يختص بعينة الطالبات، استخرجت أعلى أوزان بيتا للعصائية (٤١,٦%)، ثم الإتقان (١٧,٦%)، فالانبساط (١٦,٣%). ومن ثم؛ فقد تحقق الفرض الخامس تحققًا تامًا.

وتجدر الإشارة إلى أن عوامل الشخصية مجتمعة، تفسر التباين في درجات السعادة بمقدار (٢٩%) للطلبة، و(٣٠%) للطالبات، وتفق هذه النتائج مع أهم دراستين في المجال أجريتا بأسلوب التحليل البعدي (Anglim et al., 2020; Steel et al., 2008)

حدود الدراسة:

على الرغم من بعض الجوانب الإيجابية في هذه الدراسة، كالعينة كبيرة الحجم، والخصائص السيكومترية للمقاييس بين المقبولة والمرتفعة، فيجب الإشارة إلى بعض الحدود التي تحد من تعميم النتائج، وأهم هذه الحدود، اعتماد هذه الدراسة على عينة قصدية من طلاب جامعة واحدة، وليس عينة احتمالية من الجمهور العام. وفضلاً عن ذلك فإن عينات طلاب الجامعة قسم خاص من أي مجتمع، بالنسبة للمدى المحدود من الأعمار، واحتمال ارتفاع ذكائهم وتعليمهم مقارنة بالجمهور العام، ومن ثم؛ فإن الحاجة ماسة إلى تكرار هذه الدراسة على عينة من الجمهور العام، مع مدى عمري أوسع، وهذا اقتراح لدراسة أخرى.

الخلاصة:

إن بحث العلاقة بين السعادة والشخصية موضوع مهم في عصر علم النفس الإيجابي، وعلى الرغم من أهمية هذا الموضوع، فإن غالبية البحوث المنشورة في هذا المجال، أجريت باستخدام عينات غربية، ذات خلفية "أنجلو - سكسونية"، وتحدث الإنجليزية غالبًا، والدراسات العربية في هذا المجال محدودة. ومن ثم؛ تأتي أهمية هذه الدراسة على عينة مصرية من طلاب الجامعة. وعلى الرغم من الفروق الثقافية وغيرها بين هذه العينة، والعينات الغربية، فإن هناك تقاربًا غير قليل بين النتائج، وأهمها أن جميع عوامل الشخصية - بدرجات مختلفة- ترتبط بالسعادة ارتباطات دالة إحصائيًا لدى الجنسين مجتمعين، وأعلى هذه الارتباطات بالترتيب: (نقص) العصابية، ثم الانبساط، والإتقان، ومع ذلك لم تنبئ كل عوامل الشخصية بالسعادة، ولا سيما لدى الطالبات، وكانت أهم منبئات السعادة (نقص) العصابية، والانبساط، والإتقان. وتفسر عوامل الشخصية مجتمعة، التباين في درجات السعادة، بمقدار (٢٩%) لدى الطلبة، و(٣٠%) في عينة الطالبات.

وأعلى منبئات السعادة لدى الجنسين، هي (نقص) العصابية، أي الاتزان الوجداني، إذ ترتبط العصابية بالوجدان السلبي والأفكار السلبية، ومن ثم؛ فإن هذه الرابطة القوية بين السعادة والاتزان الوجداني، هي أهم نتيجة في هذه الدراسة، فضلاً عن الدراسات السابقة، واعتمادًا على هذه النتيجة، يُوصى بالتدخل **Intervention** بهدف خفض العصابية لدى طلاب الجامعة، الذين يحصلون على درجة مرتفعة في العصابية، وهو ما يمكن أن يحسن من مستوى سعادتهم.

شكر: يشكر الباحث أفراد عينة المبحوثين لحسن تعاونهم ودقتهم، كما يشكر الباحثين المساعدين لجهدهم المشكور في جمع البيانات: د. آية أحمد حسن، د. آلاء رشيد، ويمنى السيد، ويسرا السيد.

تضارب المصالح: يعلن الباحث أنه لا تضارب في المصالح بخصوص هذه الدراسة.

التمويل: لم يتلق هذا البحث أي تمويل.

المراجع

- أبو هاشم، السيد محمد (٢٠١٠). النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية، العدد ٨١، ٢٦٨-٣٥٠*.
- أرجايل، مايكل (١٩٩٣). *سيكولوجية السعادة*. ترجمة: فيصل يونس. الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب: عالم المعرفة.
- داينر، إد، وداينر، روبرت (٢٠١١). *السعادة: كشف أسرار الثروة النفسية*. ترجمة: مها بكير، مراجعة: معتز سيد عبد الله. القاهرة: المركز القومي للترجمة.
- الرباعي، سعاد ياسين (٢٠١٤). *الشعور بالسعادة وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق*. رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة دمشق.
- الشهري، رشا بنت محمد بن مرضي (٢٠٢٠). *العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى طالبات كلية التربية*. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، العدد ١٢٤، ١١١-١٤٩.
- عبد الخالق، أحمد (٢٠١٥). *مصادر السعادة لدى طلاب الجامعة*. *المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي*، ٣، ١-١٥.
- عبد الخالق، أحمد (٢٠١٨). *عوامل الشخصية المنبئة بالسعادة*. *المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد ٢٨، العدد ٩٨، ١-٢١*.
- عبد الخالق، أحمد (٢٠٢٠). *دليل القائمة العربية للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- عبد الخالق، أحمد، ودويدار، عبد الفتاح (٢٠١٠). *العلاقات بين التدين والحياة الطيبة والصحة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة المصريين*. *المجلة المصرية للعلوم الإنسانية*، تصدر عن المعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالإسكندرية، ٤ (٢)، ٣٥-٩.

عبد الخالق، أحمد، ومراد، صلاح (٢٠٠١). السعادة والشخصية: الارتباطات والمنبئات.

دراسات نفسية، ١١ (٣)، ٣٣٧-٣٤٩.

عبد الكريم، جمال عبد الحميد جادو، ومبارك، دعاء محمد عبد العظيم (٢٠١٦). الإسهامات

النفسية للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية في التنبؤ بمقاومة الإغراء والسعادة

النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة القصيم. دراسات عربية في التربية وعلم

النفس، العدد ٧٨، ٣١٣-٣٦٦.

العنزي، فريح عويد (٢٠٠١). الشعور بالسعادة وعلاقته ببعض السمات الشخصية: دراسة

ارتباطية مقارنة بين الذكور والإناث. دراسات نفسية، ١١ (٣)، ٣٥١ - ٣٧٧.

هريدي، عادل، وفرج، طريف شوقي (٢٠٠٢). مستويات السعادة المدركة في ضوء العوامل

الخمس الكبرى للشخصية والتدين وبعض المتغيرات الأخرى. مجلة علم النفس،

٦١، السنة ١٦، ٤٦ - ٧٨.

الوكيل، سيد أحمد محمد (٢٠١٨). العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية المنبئة بالسعادة

النفسية لدى طلبة جامعة الفيوم. مجلة كلية الآداب، جامعة الفيوم، العدد ١٧،

١٠٨-١.

Abdel-Khalek, A. M. (2006). Happiness, health, and religiosity: Significant relations. *Mental Health, Religion and Culture*, 9, 85 – 97.

Abdel-Khalek, A. M. (2007). Religiosity, happiness, health and psychopathology in a probability sample of Muslim adolescents. *Mental Health, Religion and Culture*, 10, 571-583.

Abdel-Khalek, A. M. (2010). Religiosity, subjective well-being and neuroticism. *Mental Health, Religion and Culture*, 13, 67-79.

Abdel-Khalek, A. M. (2011). Subjective well-being and religiosity in Egyptian college students. *Psychological Reports*, 108, 54-58.

- Abdel-Khalek, A. M. (2012a). Associations between religiosity, mental health, and subjective well-being among Arabic samples from Egypt and Kuwait. *Mental Health, Religion and Culture, 15*, 741-758.
- Abdel-Khalek, A. M. (2012b). Subjective well-being and religiosity: A cross-sectional study with adolescents, young and middle-age adults. *Mental Health, Religion and Culture, 15*, 39-52.
- Abdel-Khalek, A. M. (2013). The Arabic Scale of Happiness (ASH): Psychometric characteristics. *Comprehensive Psychology, 2*, article 5.
- Abdel-Khalek, A. M. (2018). The Arabic Big Five Personality Inventory (ABFPI): Setting the stage. *Psychology and Behavioral Science: International Journal, 9* (4), ID. 555766.DOI:10.19080/PBSIJ.2018.09.555766.
- Abdel-Khalek, A. M. (2019). Psychometric properties of the Arabic Big Five Personality Inventory (ABFPI). *Psychology and Behavioral Science: International Journal, 11* (4), 555820.DOI:10.19080/PBSIJ.2019.11.555820.
- Abdel-Khalek, A. M., (٢٠٢١). Big Five personality factors and gender differences in Egyptian college student. *Mankind Quarterly, 61* (3), 478-496.
- Anglim, J. Horwood, S. Smillie, L. D., Marrero, R. J., & Wood, J. K. (2020). Predicting psychological and subjective well-being from personality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin, 146* (4), 279.
- Argyle, M. (2002). *The psychology of happiness* (2nd ed.). London: Methuen.
- Aziz, R., Mustafa, S., Samah, N. A., & Yusof, R. (2014). Personality and happiness among academicians in Malaysia. *Procedia: Social and Behavioral Sciences, 116*, 4209-4212.
- Bardi, A., & Ryff, C. D. (2007). Interactive effects of traits on adjustment to a life transition. *Journal of Personality, 75*, 955 – 984.

- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.
- Brislin, R.W. (1970). Back translation for cross-cultural research. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 1, 185-216.
- Brislin, R.W. (1980). Translation and content analysis of oral and written material. In H.C. Triandis and J.W. Berry (Eds.), *Handbook of Cross-cultural psychology* (Vol. 2, pp. 389-444). Boston: Allyn & Bacon.
- Busseri, M. A., & Quidbach, J. (2022). The structure of everyday happiness is best captured by a latent subjective well-being factor. *Journal of Research in Personality*, 96, 104177. doi.org/10.1016/j.jrp. 2021. 104177.
- Chida, Y., & Steptoe, A. (2008). Positive psychological well-being and mortality: A quantitative review of prospective observational studies. *Psychosomatic Medicine*, 70, 741–756.
- Cohen, J. (1994). The earth is round ($p < .05$). *American Psychologist*, 49 (12), 997-1003.
- Costa, P. T. J., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five Factor Inventory (NEO FFI): Professional Manual*. FL: Odessa: Psychological Assessment Resources.
- DECD (2013). *Guidelines on measuring subjective well-being*. OECD Publishing. DOI:10.1787/9789264191655-en.
- DeNeve, K., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197-229.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., & Chan, M.Y. (2011). Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity, *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 3, 1–43,

- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality & Social Psychology*, 68, 653-663.
- Diener, E., & Lucas, R. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Foundations of hedonic psychology* (pp. 213-229). New York: Russell Sage.
- Diener, R. B., & Dean, B. (2007). *Positive psychology coaching: Putting the science of happiness to work for your clients*. New Jersey: John Wiley.
- Donnellan, M. B., & Lucas, R. E. (2008). Age differences in the big five across the life span: Evidence from two national samples. *Psychology and Aging*, 23 (3), 558-566.
- Easterlin, R. A. (1995). Will raising the incomes of all increase the happiness of all? *Journal of Economic Behavior and Organization*, 27, 35-48.
- Easterlin, R. A. (2006). Life cycle happiness and its sources: Intersections of psychology, economics, and demography. *Journal of Economic Psychology*, 27 (4), 463-482.
- Eysenck, H. J. (1983). *I do: Your guide to a happy marriage*. London: Century.
- Fisher, P. A., & Robie, C. (2019). A latent profile analysis of the Five Factor Model of personality: A constructive replication and extension. *Personality and Individual Differences*, 139, 343-348.
- Goldberg, L. R. (1993). The structure of phenotypic personality traits. *American Psychologist*, 48, 26-34.
- Goldberg, L. R. (1999). A broad-band width, public domain, personality inventory measuring the lower-level facets of serial five-factor model. In I. J. Deary, F. De Fruyt, & F. Ostendorf (Eds.), *Personality psychology in Europe* (Vol. 7, pp. 7-28) Tiburg: Tiburg University Press.

- Goldsmith, R. (2016). The Big Five, happiness, and shopping. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 31, 52-61. DOI.org/10.1016.J.Jretconser.2016.03.007.
- Graham, C., Nikolova, M. (2014). The Brookings Institution. Cited by Christopher Ingraham. The Washington Post, April 1, 2014.
- Hussein, M. H., & Abdel-Khalek, A. M. (2021). Developing a revised version of the Arabic Big Five Personality Inventory using item response theory. *Mankind Quarterly*, 62 (2), 327-343.
- International Test Commission (2001). *International Test Commission guidelines for test adaptation*. London: I T C.
- John. O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five Trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed., pp. 102-138). New York, NY: Guilford Press.
- 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, 1007-1022.
- Kuan, D. E. (2005). Income and happiness: Earning and spending as sources of discontent. *The Journal of Socio-Economics*, 34, 161 – 177.
- Layard, R. (2010). Economics: Measuring subjective well-being. *Science* 327 (5965), pp. 534-535.
- Linley, P. A., Maltby, J., Wood, A. M., Osborne, G., & Hurling, R. (2009). Measuring happiness: The higher order factor structure of subjective and psychological well-being measures. *Personality and Individual Differences*, 47, 878-884.
- Lucas, R. E. (2007). Personality and the pursuit of happiness. *Social and Personality Psychology Compass*, 1/1, 168-182.
- Mahadea, D., & Kaseeram, I. (2015). Micro and macro aspects of happiness and subjective well-being. In V. Adkins (Ed.),

Subjective well-being: Psychological predictors, Social influences and economical aspects (pp. 39 – 56). New York: Nova Science Publishers.

- McAdams, D. P. (2009). *The person: An introduction to the science of personality psychology* (5th ed.). New York: Wiley.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. Jr. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American Psychologist*, 52, 509 – 516.
- Momeni, M., Kalali, N. S., Anvari, M., Raoofi, Z., & Zarrinch, A. (2011). What kind of people are the happiest? *An empirical study. International Review of Business Research*, 7 (3), 42-54.
- Myers, D. G. (2000). The funds, friends, and faith of happy people. *American Psychologist*, 55, 56-67.
- Myers, D.G., & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6, 10-19.
- Oishi, S., & Gilbert, E.A. (2016). Current and future directions in culture and happiness research. *Current Opinion in Psychology*, 8, 54–58.
- Pavot, W., Diener, E., Colvin, C. R., & Sandvik, E. (1991). Further validation of the Satisfaction With Life Scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being measures. *Journal of Personality Assessment*, 57, 149–161.
- Peterson, C., Park, N., & Seligman, M E P. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness studies*, 6, 25-41.
- Proctor, C. L., Linley, P. A., & Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. *Journal of Happiness Studies*, 19, (5), 583-630.
- Rolland, J-P. (2002). The cross-cultural generalizability of the five-factor model of personality. In R. R. McCrae & J. Allik (Eds.), *The five-factor model of personality across cultures* (pp. 7-28). New York, NY: Springer.

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudemonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 4, 13-39.
- Schmitt, D. P., Allik, J., McCrae, R. R., & Benet-Martinez, V. (2007). The geographic distribution of Big Five personality traits: Patterns and profiles of human self-description across 56 nations. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 38, 173-212.
- Seligman, M. E. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Soto, C. (2015). Is happiness good for your personality? Concurrent and prospective relations of the Big Five with subjective well-being. *Journal of Personality*, 83 (1), 45-55. DOI: 10.1111/jopy.12081.
- SPSS, Inc. (2009). *SPSS: Statistical data analysis: Base 18.0, User's guide*. Chicago, IL: SPSS Inc.
- Srivastava, S., John, O. P., Gosling, S. D., & Potter, J. (2003). Development of personality in early and middle adulthood: set like plaster or persistent change? *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (5), 1041-1053. DOI.org.10.1037/0022-3514.84.5.1041.
- Steel, P., & Ones, D. S. (2002). Personality and happiness: A national level analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 8 (3), 767-781.
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 134, 138-161.
- Thissen, D., & Steinberg, L. (2009). Item response theory. In R. Millsap & A. Maydeu-Olivares (Ed.), *The Sage handbook of*

quantitative methods in psychology (pp. 148-177). London: Sage.

- Tkach, C., & Luybomirsky, S. (2006). How do people pursue happiness? Relating personality, happiness-increasing strategies, and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 7 (2), 183-225. DOI.org.10.1007/S 10902-005-4754-1.
- Veenhoven, R. (1994). Is happiness a trait? Tests of the theory that a better society does not make people any happier. *Social Indicators Research*, 32, 101-160.
- Veenhoven, R. (2008). Healthy happiness: Effects of happiness on physical health and the consequences for preventive health care. *Journal of Happiness Studies*, 9, 449-469.
- Veenhoven, R. (2009). How do we assess how happy we are? Tenets, implications and tenability of three theories. In A. Dutt, & B. Radcliff (Eds.), *Happiness, economics and politics*. (pp. 45-69). Cheltenham, UK.: Edward Elgar.
- Weiss, A., Bates, T. C., & Luciano, M. (2008). Happiness is a personal (ity) thing: The genetics of personality and well-being in a representative sample. *Psychological Science*, 19 (3), 205-210.
- Ziapour, A., Khatony, A., Jafari, F., & Kianipour, N. (2018). Correlation of personality traits with happiness among university students. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 12 (4), cc 26-cc 29. DOI:10.7860/JCDR/2018/31260.11450.

The Big Five personality factors and their associations with self-rated happiness among a sample of undergraduates

Ahmed M. Abdel-Khalek

**Department of Psychology, Faculty of Arts,
Alexandria University**

Abstract

The objectives of the present study were (a) to explore the associations between personality and happiness, and (b) to estimate personality factors predicting happiness. A sample of undergraduates ($N = 1,418$) was recruited. They responded to the self-rating scale of happiness and the Arabic Big Five Personality Inventory. Results indicated that men obtained significantly higher mean total scores than did their female counterparts on happiness, extraversion, openness, and conscientiousness. On the other hand women obtained significantly higher mean total scores on neuroticism and agreeableness than did their male peers. All the Pearson correlations between happiness and personality were statistically significant except one. All the correlations were positive except with neuroticism (negative). Principal components analysis extracted two salient components among men and women and labeled "Happiness and extraversion versus neuroticism", and "Positive personality traits". Regression analysis indicated that the predictors of happiness among men were all the Big Five factors except openness, whereas the predictors in women were (lack of) neuroticism, conscientiousness, and extraversion. The aforementioned personality factors explained 29 % and 30 % in men and women, respectively in happiness scores. These results refer to the importance of personality factors in happiness scores. It was recommended that the intervention to ameliorate neuroticism may improve happiness level among college students with high neuroticism score.

Keywords: Happiness, personality, extraversion, neuroticism, agreeableness, openness, conscientiousness.