



وحدة النشر العلمي

# بحوث

مجلة علمية محكمة

العلوم الإنسانية والاجتماعية

المجلد 2 العدد التاسع - سبتمبر 2022

ISSN 2735-4822 (Online) \ ISSN 2735-4814 (print)

مجلة "بحوث" دورية علمية محكمة، تصدر عن كلية البنات للآداب والعلوم والتربية بجامعة عين شمس حيث تعنى بنشر الإنتاج العلمي المتميز للباحثين.

**مجالات النشر:** اللغات وآدابها (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – اللغة الفرنسية-اللغة الألمانية-اللغات الشرقية) العلوم الاجتماعية والإنسانية (علم الاجتماع – علم النفس – الفلسفة – التاريخ – الجغرافيا).

العلوم التربوية (أصول التربية – المناهج وطرق التدريس- علم النفس التعليمي – تكنولوجيا التعليم – تربية الطفل) التواصل عبر الإيميل الرسمي للمجلة:

buhuth.journals@women.asu.edu.eg

يتم استقبال الأبحاث الجديدة عبر الموقع الإلكتروني للمجلة:  
[/https://buhuth.journals.ekb.eg](https://buhuth.journals.ekb.eg)

❖ حصول المجلة على 7 درجات (أعلى درجة في تقييم المجلس الأعلى للجامعات قطاع الدراسات التربوية).

❖ حصول المجلة على 7 درجات (أعلى درجة في تقييم المجلس الأعلى للجامعات قطاع الدراسات الأدبية).

تم فهرسة المجلة وتصنيفها في:  
دار المنظومة – شعبة



**رئيس التحرير**  
أ.د/ **أميرة أحمد يوسف**  
أستاذ النحو والصرف-قسم اللغة العربية  
عميد كلية البنات للآداب والعلوم والتربية  
جامعة عين شمس

**نائب رئيس التحرير**  
أ.د/ **حنان محمد الشاعر**  
أستاذ تكنولوجيا التعليم-قسم تكنولوجيا التعليم والمعلومات  
وكيل كلية البنات للدراسات العليا والبحوث  
جامعة عين شمس

**مدير التحرير**  
د. **أسماء كمال عبد الوهاب عابدين**  
مدرس علم النفس  
كلية البنات جامعة عين شمس

**مسئول الرفع الإلكتروني:**  
م.م/ **نجوى عزام أحمد فهمي**

مدرس مساعد تكنولوجيا التعليم  
**سكرتارية التحرير:**

م.م/ **علياء حجازي**

مدرس مساعد علم الاجتماع

**مسئول التنسيق:**

م/ **دعاء فرج غريب عبد الباقي**  
معيدة تكنولوجيا التعليم



## الحيوية الذاتية كمحدد للرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة

شيماء سيد أحمد على

باحثة دكتوراه - قسم علم النفس

كلية البنات، جامعة عين شمس، القاهرة

[Shaimaasayed24@yahoo.com](mailto:Shaimaasayed24@yahoo.com)

أ.د نادية اميل بنا

كلية البنات، جامعة عين شمس، مصر

[dr.nadiabanna@yahoo.com](mailto:dr.nadiabanna@yahoo.com)

أ.د/حمدي محمد ياسين

كلية البنات، جامعة عين شمس، مصر

[Hamdy.mohamedyassin@women.asu.edu.eg](mailto:Hamdy.mohamedyassin@women.asu.edu.eg)

### المستخلص:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن إمكانية التنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال ما تسهم به الحيوية الذاتية للطلبة في الجامعة ، فضلاً عن دراسة المتغيرات الديموجرافية (النوع- التخصص) المؤثرة على متغيرات الدراسة، والكشف عن العوامل النفسية المرتبطة بالحيوية الذاتية، وذلك على عينة (ن=160) من طلبة الجامعة ، ممن تراوحت أعمارهم (19-21) عاماً ، بمتوسط (20.166) ، وإنحراف معيارى (1.1058) ، على (إناث=100)، (ذكور=60) ، طُبّق عليهم مقياسي الحيوية الذاتية ومقياس الرضا عن الحياة (إعداد الباحثين)، وأكدت النتائج على وجود علاقة إيجابية قوية بين الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة للطلبة ، لا تختلف الحيوية الذاتية باختلاف النوع والتخصص، ولا يختلف الرضا عن الحياة باختلاف المتغيرات الديموجرافية، وأوضحت نتائج الدراسة إسهام الحيوية الذاتية في التنبؤ بالرضا عن الحياة لطلبة الجامعة ، وأن التحليل العاملي أسفر عن عدة عوامل محددة للحيوية الذاتية تتمثل في (الحيوية الجسمية – الحيوية الذهنية – الحيوية الإنفعالية – الحيوية الإجتماعية).

**الكلمات الدالة:** الحيوية الذاتية ، الرضا عن الحياة ، طلبة الجامعة .

## مقدمة

يستخدم مفهوم الحيوية الذاتية في العديد من السياقات والنظم العلمية ، ويحمل معانٍ متباينة وفقاً لذلك ، إلا أن المجال الرئيسي الذي يتردد فيه هذا المفهوم بصورة مكثفة في الوقت الراهن هو مجال علم النفس الإيجابي ؛ على اعتبار أنه الشعور بالحيوية والنشوة العامة ، والإقدام على الحياة ، والترحيب بها بهمة ونشاط ، وقد تم وصفه بأنه كيان كامل من الطاقة والحماس وعدم التعب والإرهاق ، وأثبتت الدراسات أنه عندما تكون الحيوية الذاتية في مستوى منخفض يصاب الفرد بالضيق والعواطف السلبية والإرهاق ولا يستفيد بشكل كامل من إمكانات القيام بالأنشطة ، لكن عندما يكون في مستوى مرتفع يكون الفرد مملوء بالطاقة الإيجابية والنشاط والبهجة والهمة والنظرة الإيجابية للحياة والرضا عن الحياة ، كما أكدت الدراسات أن الحيوية الذاتية من أكثر منبئات الرضا عن الحياة .

( Deci and Ryan ,1985 ؛ Ryan and Fredric,1997 ؛ Maslach et al.,2001 ؛ Reevez ؛ Ali Akbar et al., 2010 ؛ et al.,2005 )

ويرتبط مفهوم الرضا عن الحياة بنجاح الفرد ، كما يسهم إسهاماً كبيراً في تكيفه الشخصي والاجتماعي، وفي تكوين شخصيته وبلورة نظريته الخاصة إلى العالم، ولقد إحتلت دراسة الشعور بالرضا عن الحياة حيزاً كبيراً من إهتمام الباحثين، وجرى ذلك مع تنامي الوعي بأهمية دراسة السمات ذات الطبيعة الإيجابية للشخصية والعوامل التي تؤثر فيها وتتنبأ بها . (أمطانيوس ، 2010)

وتضطلع هذه الدراسة بتناول مفهوم الحيوية الذاتية باعتباره أحد المفاهيم الحديثة على مستوى العالم، وإن كان تناولها على الصعيد المحلي والإقليمي يكاد يصل لمستوى العدم\_ وذلك في حدود إطلاع الباحثين\_ . إن تناول هذا المفهوم يكون توطئة لتحسين (الرضا عن الحياة )، ولم يكن ذلك ميسوراً إلا بعد تحليل الأطر النظرية المختلفة عبر ثقافات عربية وأجنبية، وما يتضمنه ذلك من إمطة اللثام عن المفهوم والمفاهيم المرتبطة به، ثم تناول النظريات التي عالجت هذا المفهوم، متنوعاً بتحديد سبل قياس وتشخيص كل مفهوم، وما يتبع ذلك من إستعراض فنيات العلاج؛ لتحقيق أهداف الدراسة وكذلك إعداد مقياس الحيوية الذاتية ، ومقياس الرضا عن الحياة ، والتحقق من الكفاءة السيكمترية.

## مشكلة الدراسة :

تنبثق مشكلة الدراسة من خلال رافدين أساسيين هما:

الرافد الشخصي : يشكل هذا الرافد وقوداً لأية دراسة بإعتباره أولى القنوات المغذية للعمل البحثي والمعبرة عن دوافع الباحثة ، وفقاً لما يراه كلاً من ( Deci & Ryan,1999 ) ( Maslach et al.,2001) تعد الحيوية الذاتية من الخصائص الأساسية الدافعة للإنسان بإتجاه تحقيق الذات وبالتالي التقدير الإيجابي لها والرضا عن حياته وتقلل في نفس الوقت من احتمالات المعاناة من القلق والاكتئاب والضغوط وتزيد من القدرة على تحمل الألم والمعاناة وإعتبارها جزءاً أصيلاً في الحياة يمكن تجاوزه بطرق المواجهة الإيجابية . لذلك فإن الإفتقاد للحيوية الذاتية يفرض لزيادة احتمالات معاناة الفرد في بيئتي التعليم والعمل ، وإن الإستجابة النفسية لضغوط التعلم والعمل تتكون من إنخفاض الرضا عن الحياة وإنخفاض إدراك الإنجازات الشخصية مما يؤدي إلى فتور الهمة وإنهيار العزيمة لدى الفرد . و كان من الطبيعي في ضوء الرافد الشخصي إتمام الوجه الثاني له (الرافد البحثي) ويأتي هذا الرافد

كنتيجة للرافد الشخصي ، وتحليل النظريات و الدراسات؛ لتحديد أبعاد المتغيرات ، والتداخل بينها وبين متغيرات أخرى وكيفية قياسها ، ومن ثم فقد تم زيارة (المكتبة المركزية- جامعة عين شمس، المكتبة المركزية جامعة القاهرة، مكتبة كلية البنات للآداب والعلوم والتربية- جامعة عين شمس، المكتبة المركزية- جامعة الزقازيق )، فضلا عن زيارة أهم مواقع البحث العلمي منها ([http// researchgate.net](http://researchgate.net) ، [www.sciencedirect.com](http://www.sciencedirect.com)، [www.springerlink.com](http://www.springerlink.com))

ومن خلال مراجعة الجانب النظري المرتبط بمتغيرات الدراسة يمكن صياغة مشكلة الدراسة عبر المحورين التاليين:

### المحور الأول: الحيوية الذاتية و المتغيرات الديموجرافية (النوع، التخصص )

أظهرت بعض الدراسات ( Ryan et al,2010 ؛ Akin,2012 ؛ Ekşi, H. , Erök Özkapu, ؛ Ozcan, N. A., & Yaman, N ,2020 ؛ D. & Ümmet, D.,2019 ) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الحيوية الذاتية ترجع إلى إختلاف النوع ( ذكور ، إناث ) ، إذ أن الحيوية الذاتية حالة من النشاط والحماس والشعور بالتنبه واليقظة يتساوى فيها الذكور والإناث ، في حين أكدت دراسة (Mason; Tyson; Jones& Potts, 2005) وجود فروق بينهما في إتجاه الإناث ، أما دراسة ( Behnam,2001) فقد أشارت إلى وجود فروق في إتجاه الذكور، وفي نفس الإتجاه جاءت دراسة (Fayad, Y.I., Kazarian, S.S,2013) والتي أشارت لوجود فروق في الحيوية الذاتية في إتجاه الذكور .

أما بالنسبة للحيوية الذاتية و متغير التخصص الدراسي ( علمي - أدبي ) فقد أظهرت دراسة (Algharaibeh,2020) التي هدفت تحديد الفروق بين المرونة المعرفية والحيوية الذاتية حسب الخلفية التخصصية (العلمية والأدبية) فقد أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الحيوية الذاتية.

### المحور الثاني: الرضا عن الحياة: life satisfaction

يعتبر الرضا عن الحياة مؤشراً مهماً من مؤشرات الطمأنينة النفسية well- being ويعكس نظرة إستبشار نحو المستقبل . ويتفق العديد من الباحثين على أن الشعور بالرضا عن الحياة يشير إلى تقييم الفرد لمدى صحته النفسية وتقديره لذاته، والتنبؤ بمراحل حياته المستقبلية .

وفيما يتعلق بالدراسات التي تناولت النوع وتأثيره في الشعور بالرضا عن الحياة فان هناك العديد من الدراسات منها دراسة ( huebner; Pun&Zulling, 2009 ) التي هدفت بحث الفروق بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة ولم تسفر النتائج عن وجود أية فروق دالة بين الذكور والإناث ، وهذا ما خلصت إليه دراسة (Ayub, 2010) التي أجريت على عينة من طلبة الجامعة بباكستان ، وتوصلت لعدم وجود أية فروق بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة ، وعلى النقيض من النتائج السابقة نجد دراسة ( Joshanloo & Afshari, 2011) التي أجريت على عينة من طلبة جامعة طهران

الإيرانية من تخصصات دراسية مختلفة وأسفرت النتائج عن أن الإناث حصلن على معدلات أعلى من الذكور بشكل دال في الشعور بالرضا عن الحياة ، أما دراسة ( Fadaei & Tamini, 2011 ) فأجريت على عينة من طلبة الجامعة بإيران وأسفرت النتائج عن وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة تجاه الذكور، ولتحقيق نفس الهدف قام كلاً من ( Unuvar ; Avsaroglu & Uslu, 2012 ) توصلوا إلى وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة تجاه الإناث، ويؤيد هذه النتيجة ما توصل إليه ( Ozben, 2012 ) من دراسته التي اعتمدت على عينة عشوائية من طلبة الجامعة بتركيا ، وأشارت النتائج إلى ارتفاع معدل الرضا عن الحياة بشكل دال لدى الإناث مقارنة بالذكور.

و بالنسبة للرضا عن الحياة ومتغير التخصص الدراسي ( علمي – أدبي) فوجد دراسة (شقوقرة، 2012) والتي توصلت إلى عدم وجود فروق في الرضا عن الحياة تعزى لمتغيرات التخصص الدراسي، وفي نفس السياق دراسة (Diener, 2000) والتي توصلت إلى عدم وجود فروق جوهرية دالة إحصائياً بين التخصص العلمي والأدبي.

وفي ضوء ما تقدم نحدد مشكلة الدراسة من خلال الأسئلة الآتية:-

- 1- ما مدى تباين الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة بتباين المتغيرات الديموجرافية؟
- 2- ما مدى قدرة الحيوية الذاتية في التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة؟
- 3- ما العوامل النفسية المرتبطة بالحيوية الذاتية لدى عينة الدراسة ؟
- 4- ما العلاقة بين الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة؟

**أهداف الدراسة :** في ضوء أسئلة الدراسة يمكن صياغة أهدافها كالاتي :

- 1- الكشف عن مدى تباين الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة بتباين متغيري (النوع- التخصص).
- 2- دراسة مدى إمكانية التنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال الحيوية الذاتية لدى طلبة الجامعة .
- 3- تحديد العوامل النفسية المرتبطة بالحيوية الذاتية والرضا عن الحياة لدى أفراد العينة.

**أهمية الدراسة:** تتمثل أهمية الدراسة في النقاط التالية :

- 1-أهمية المجال البحثي وتتمثل في : أن الدراسة تنتمي لعدة مجالات، منها علم النفس الايجابي حيث تتناول الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة وهما من ركائز علم النفس الإيجابي، كما أن ربط الحيوية الذاتية بالرضا عن الحياة يعتبر حلقة وصل بين الصحة النفسية وعلم النفس الايجابي، كما تنتمي لعلم النفس التربوي حيث تجري الدراسة على عينة من طلبة الجامعة ، دراسة كهذه تنتمي لعدة مجالات بحثية ؛ فهذا يعطيها أهمية خاصة.

- 2- الأهمية السيكمترية : تتمثل في تزويد المكتبة العربية بمقياسيين إحداهما لتشخيص الحيوية الذاتية والأخر لقياس الرضا عن الحياة .
- 3- أهمية العينة : وهي عينة من طلبة الجامعة الذين يعانون من نقص الشعور بالحيوية الذاتية ومن ثم فإن هذا يضع الدراسة في مجال علم النفس التربوي .
- محددات الدراسة : وتتمثل فيما يلي :
- 1- اسئلة الدراسة : سبق الإشارة إليها .
  - 2- عينة الدراسة : إعتمدت هذه الدراسة على عينة من طلبة الجامعة والتي سنوضح لاحقاً خصائصها ، ومنطق ، و مبررات إختيارها .
  - 3- أدوات الدراسة : إعتمدت هذه الدراسة على أدوات سيكمترية لقياس متغيرات الحيوية الذاتية ، والرضا عن الحياة .
  - 4- الإطار الزمني : ويقصد به الفترة الزمنية التي إستغرقتها تطبيق الأدوات السيكمترية ، إذ إستغرق تطبيق الأدوات حوالي شهر .
  - 5- الإطار المكاني : يقصد به الإطار الجغرافي الذي ستؤخذ منه عينة الدراسة ، فبالنسبة لعينة الإناث تمت من كلية البنات بمحافظة القاهرة جامعة عين شمس، وبالنسبة لعينة الذكور تم أخذها من جامعة عين شمس الرئيسية .
  - 6- منهج الدراسة : إعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي المقارن، وسنوضح هذا لاحقاً .
  - 7- المعالجة الإحصائية : تنوعت الأساليب الإحصائية التي تم الإعتماد عليها في هذه الدراسة ، وقد حددت الأساليب الإحصائية في ضوء حجم العينة ، ونوعية الفروض المطروحة ، وطبيعة الأدوات المستخدمة ، وذلك بإعتماد الرزمة الإحصائية SPSS "" ونجملها فيما يلي:
- تضمنت الأساليب الإحصائية البارامترية ما يلي :
- 1- معامل إرتباط بيرسون " Pearson correlation coefficient " وذلك للتحقق من الإتساق الداخلي لمقاييس الدراسة.
  - 2- معادلة ألفا لكرونباخ " Cronbach Alpha " وذلك للتحقق من ثبات مقاييس الدراسة .
  - 3- معادلة " Guttman Split – half coefficient " وذلك لحساب التجزئة النصفية للتحقق من ثبات مقاييس الدراسة .
  - 4- الإسلوب الإحصائي " T-Test " للتحقق المعالجة السيكمترية لفروض الدراسة.

### مفاهيم الدراسة : وتتضمن ما يلي :

#### أولاً: تعريف الحيوية الذاتية Subjective vitality ونستعرضه فيما يلي:

في ضوء تحليل التعريفات السابقة لكل من ( Ryan&Deci,1985) (Rayn &Frederick, 1997) ( Peterson& Seligman,2004) ( Harry & Ryan ,2003) ( Maslach, et al.,2001) ( Reeves, et al. ,2005) ( Kubzansky&Thurston,2007) ( Hanton & Connaughton , 2007) (Deci&Ryan,2010) (Moliver,2010) (Antonila ,D,2012) (Oxford English dictionary,2013) ( Vieira,et al.2016) (Greenglass,2016) وكذلك النظريات المرتبطة بالمفهوم لكل من (Vlachopoulos,2012) (Deci & Ryan, 2008)، و تحليل مقاييس (SVG) (Alex Bertrams et. al.,2019) Activation- ,Profile Of (POMS) (Thayer,1986) (Deactivation Adjective Check List (VPS) (فضلاً عن تحليل مضمون إستجابات العينة الإستطلاعية ، وقد أسفرت هذه الخطوات عن عدة مفردات تم الإبقاء على المفردات الأكثر تكراراً وشيوعاً وتتمثل في ( الحيوية الجسمية ، الحيوية الذهنية ، الحيوية الإنفعالية، الحيوية الإجتماعية ).

تم صياغة التعريف الإجرائي كالآتي:- " إستجابة المرء لمثيرات ( الحيوية الجسمية ، الحيوية الذهنية ، الحيوية الإنفعالية، الحيوية الإجتماعية ) ويتمثل ذلك في الدرجة التي يحصل عليها المفحوص في المقياس المعد لذلك " .

#### ثانياً : تعريف الرضا عن الحياة Life satisfaction:

في ضوء تحليل تعريفات كلاً من ( Argael ,1993) (Diener,1984) (Maslow, 1970) ( Huebner, 2001) ( Frankel , 2001) ( Deming&Tianyong,2000) (Nafeh , 2019) (Kour, 2011) (Grillo, 2007) (WHO , 2003) (Enehoven,2001) (Shobaki وغيرها ، ونتائج دراسة كل من (Nafeh Shobaki ,2019) ( الجمعان ، 2018 ) ، ( Frank, 2012) ( ماهر المجدلاوى ، 2012) ، ( المدهون ، 2009 ) ، ( نعمات علوان ، 2008 ) وكذلك النظريات المرتبطة بالمفهوم لكل من (Diener & Rahtz, 2000) Adaptation Theory (Oish et al) (1999) Social Comparison ،Values, Goals and Meanings Theory (Easterlin, 2001) Model (Judge, 1997) Core Self Evaluation Theory (Seth Margolis, Eric) ل (River side Life Satisfaction Scale RSLSS) ل (Schwitzgebel, 2018) ل (Proctor, C., Linley, P. A., ) ل (Maltby, J. & MSLSS) (Huebner, 1994) ل (Huebner, 1994) ، فضلاً عن تحليل مضمون إستجابات العينة الإستطلاعية ، وقد أسفر ذلك عن عدة مفردات تم الإبقاء على تلك التي حظيت بتكرار وشيوع عالي وهي (العلاقات الإجتماعية ، السعادة ، الطمأنينة والأمن ، الأسرة) . ومن ثم أصبح من اليسير صياغة التعريف الإجرائية للرضا عن الحياة " إستجابة المرء لمثيرات (العلاقات الإجتماعية ، السعادة ، الطمأنينة والأمن ، الأسرة) ويتمثل ذلك في الدرجة التي يحصل عليها المفحوص في المقياس المعد لذلك " .

وفيما يلي عرض موجز لكل متغير ....



## الإطار النظري والدراسات السابقة للدراسة:

### المحور الأول: الحيوية الذاتية Subjective vitality

البعد الأول : الحيوية الذاتية وبعض المفاهيم المرتبطة بها: يرتبط مفهوم الحيوية الذاتية بعدة مفاهيم متداخلة؛ مما يدعو للغموض؛ ومن ثم يأتي دور الباحثين في كشف هذا الغموض، ونوضح ذلك فيما يلي.

### 1) الحيوية الذاتية والتنعم Subjective Vitality and Blessings:

يلاحظ أن وجة الشبه بينهما أن كلاهما يتم وصفه بالصحة والسلامة البدنية والشعور بالعافية والتكامل البدني الوظيفي ، كما أنهما يرتبطا بالكفاءة الشخصية والإندفاع باتجاه تحقيق الذات وتجويد نوعية حياة الآخرين والتوجه القيمي والروحي للإنسان في الحياة من خلال تمتعه بحس إنساني يدرك بموجبه قيمة ومعنى الحياة .

في حين أن الإختلاف بينهما يكمن في أن مفهوم التنعم مفهوماً مركزياً وأن الحيوية الذاتية بعداً من أبعادها ، فالتنعم يتم وصفه بالخير الأقصى والسعادة وتجسيد للغاية النهائية التي ينبغى أن ينتظم حولها أسلوب حياة الإنسان من حيث التفكير والإنفعال والفعل ، في حين الحيوية الذاتية تشير إلى كفاءة الفرد من النواحي الجسمية والذهنية والاجتماعية والإنفعالية . (Rozanski,2005)

### 2) الحيوية الذاتية والهمة Subjective Vitality and Vigor:

يلاحظ أن وجة الشبه بينهما أن كلاهما يتطلب قدراً من الصحة العقلية للفرد ، بالإضافة لبعض السمات الإيجابية كالرضا عن الحياة للعيش في حياة مثمرة مليئة بالأمل والطموح. وإن الإختلاف بينهما يتمثل في أن الهمة تشير إلى الحالة المزاجية الإيجابية ، بينما الحيوية الذاتية مفهوم أوسع وأشمل وأهم من مجرد الشعور بالمتعة أو السعادة ، فهو مصطلح يعنى حالة من الطاقة الذهنية لها ملامح تدفع الفرد لأن يكون أكثر فعالية ونشاطاً ومتعة مما يجعل الفرد يتبنى وجهة نظر إيجابية ومتفائلة نحو المستقبل . (Fini , et al.,2010,154)

### 3) الحيوية الذاتية وقوة الأنا Ego power:

يلاحظ أن وجة الشبه بينهما أن كلاهما يتطلب قدراً من استخدام الفرد لمهاراته المختلفة ومواجهة المشكلات والصمود لحلها .

وإن الإختلاف بينهما يتمثل في أن قوة الأنا تستخدم للدلالة على قوى داخلية إكتسبت خلال التربية الصحيحة للفرد ووجود هذه القوة يتضمن الأمل، والإرادة، والهدف، والكفاءة، والوفاء(الإخلاص) ، كما أنها الركيزة الأساسية في الصحة النفسية ، وتعني الضبط الكافي عند التعامل مع الآخرين ، وتلقي قبولهم وممارسة تأثيرات حسنة عليهم وإستخدام المهارات والقدرات المتاحة للشخص بأقصى طاقة ممكنة وقدرة الفرد على مواجهة مشكلات الحياة ومتاعبها دون يأس ، وفقدان الإلتزان الإنفعالي ، أو في الثقة بالنفس ، أو الإستغراق في المشكلة دون العمل على حلها ، وتعني أن الشخص يمكنه أن يعمل في

إطار إحترام الذات وفي حدود الأخلاق الحضارية والاجتماعية والشخصية ويتضمن الأمل، الإرادة، الهدف، الكفاءة، الوفاء. (Markestrom et. al., 2014, P11- 13)

4 ( الحيوية الذاتية والوهن النفسى المزمن **Chronic Psychological Fatigue Syndrome** :  
أن وجة الشبه بينهما أن كلاهما يؤدي دوراً مهماً في توافق الفرد ، وكلاهما محرك للشخص ، وأن كلاً منهما يُحرك سلوك الفرد بشكل ملحوظ .

وإن الإختلاف بينهما أن مفهوم الحيوية الذاتية بوصفها النقيض المنطقي لمتلازمة الوهن أو الإعياء النفسى **Chronic Psychological Fatigue Syndrome** وهى حالة مرضية يشعر معها الفرد بإنهيار قدرته على المقاومة وتدنى دافعيته للحياة إلى أقصى درجة مع الشكوى الدائمة من الوهن والضعف البدنى العام ، وضعف العزيمة ، والإرادة ، وفتور الهمة ، وضعف الحماس ، وعدم الرغبة فى العمل ، وعدم القدرة على إتمام ما بدأه ، وعدم القدرة على تحمل المسئوليات ، والتردد وعدم القدرة على إتخاذ القرارات ، والهروب من مجابهة المشكلات وحلها ، والشك فى الناس ، والسلبية ، والتمركز حول الذات ، وفتور النشاط الإجتماعى ؛ فضلاً عن ما يقترن كل ذلك به من بلادة عقلية وعزوف عن مباحج الحياة ومتعتها . (Revez,2005)

5 الحيوية الذاتية والبلادة النفسية **Psychological Apathy** :  
يلاحظ أن وجة الشبه بينهما أن كلاهما يمكن قياسه بمؤشرات سلوكية ، وإن كلاهما يؤثر فى مستقبل الفرد ، وإن الإختلاف بينهما يكمن فى أن الحيوية الذاتية تمثل النقيض المنطقي لمفهوم البلادة على إعتبار أن البلادة النفسية بعداً أساسياً لمتلازمة السلبية **Negativity Syndrome** وتعرف البلادة النفسية فى إطار هذه المتلازمة وعلى نحو ما يرى ليفى وكزيرنكى (Levy, 2006) بأنها حالة من الإنخفاض التام فى السلوكيات الإرادية الهادفة المولدة ذاتياً ، ويضيف فان ريكوم وآخرون بأن البلادة فضلاً عن التناقض الدال فى السلوك الإرادى تتضمن تناقض التجاوب مع أنساق الإثارة البيئية وغياب سلوكيات المبادرة الذاتية . (reekum et al,2005) ويركز التعريفان المشار إليهما بصورة مباشرة إلى تناقض سلوكيات المبادرة الذاتية كمؤشر رئيس للبلادة السلوكية ، إلا أن مارين (Marin,1996) سبق وأن أشار إلى أن البلادة النفسية أعم وأشمل من فكرة البلادة السلوكية ؛ لكونها تمثل متلازمة تشير إلى حالة نفسية تتمثل مؤشراتهما فى التناقض الدال فى سلوكيات المبادرة الذاتية معرفياً وإنفعالياً ويمكن قياسها بمؤشرات سلوكية . كما تمثل حالة الحيوية الذاتية النقيض المنطقي لحالة نفسية مرضية تسمى **aboulia** أى التعبير عن حالة فقدان الإرادة وإنخفاض معامل المبادرات الذاتية ، وقد ينظر إلى هذه الحالة كإضطراب أساسى ضمن متلازمة إنخفاض الدافعية أو تناقص الدافعية . (Kasser & Ryan ,1999)

البعد الثانى : التوجهات النظرية لمفهوم الحيوية الذاتية : ونجملها فيما يلى :

نظرية تقرير المصير : **self-determination theory**

يستند مصطلح الحيوية الذاتية إلى نظرية تقرير المصير وهي نظرية شاملة للتحفيز (SDT)، وجاء هذا التصور النظري في الثمانينات من القرن العشرين وتكاثرت بحوث (SDT) في شتى المجالات إذ بحثت

في الدوافع الإنسانية وتطوير الذات والصحة والسعادة ، وإستخدمت لإنتاج ما لا يحصى من التدخلات في هذه المجالات ، وإنطلقت هذه النظرية من إفتراضات أساسية ألا وهي أن الإنسان عبارة عن كائن فعال يمتلك الرغبات والميول نحو النمو و التطور النفسي ، ويبدل كل ما بوسعه لمواجهة التحديات المستمرة ، وتراكم تجاربه ويدمجها لتكون جزءاً من إحساس قوي بالذات ، وإن هذه الرغبات والميول الداخلية بحاجة إلى تغذية ودعم مستمرين من البيئه الإجتماعية ؛ لكي تعمل بصورة فعالة ، وإن السياق الإجتماعي له تأثيره على الأفراد وقادر على أن يعزز المشاركة الفعالة والحيوية في العمل .

(Vlachopoulos,2012:197 -204)

وتعد الحيوية الذاتية من المتغيرات التي يمكن وضعها و- بكل ثقة - بين النظريات النفسية والحياتية المرتبطة بعمل الإنسان وأدائه لوظائفه كونها حالة الشعور بامتلاك طاقة إيجابية متاحه للفرد ضمن سيطرة المنتظمة على نفسه ، وعندما يصل الفرد إلى الحد الذي يكون فيه بعيداً عن الصراعات والأعباء الخارجية ، ويشعر بالقدرة على أداء عمل مؤثر عندها يكون الفرد قد وصل إلى مرحلة عالية من الحيوية الذاتية .

وتقوم هذه النظرية على إفتراضات أساسية هي أن الحاجات النفسية الأساسية للإستقلال ، والشعور بالكفاءة ، وإقامة العلاقات ( الإندماج والإنتماء ) كلها محددات للحيوية الذاتية ، وأفترض Ryan أن الأفراد لديهم حاجات نفسية أساسية ليشعرون بأنهم الأصول المؤثرة في العمل ، وأن الحاجات الأساسية هي الشعور بالكفاءة ، وجاء إفتراضه بناءً على ما افترضه .

(White,1960:97-141 ) وأشارت دراسة (Pennix & Guralanik,2000) أن الحيوية الذاتية هي الطاقة الإيجابية التي تنشأ عندما يتفاعل الناس بطريقة إيجابية ، ويؤدي ذلك إلى زيادة الشعور بالمشاركة وتمكن للناس التفكير بشكل أسرع لخلق أفكار ذات جودة أفضل ، وتوصلت نظريه ( SDT ) أن الأفراد (ذكوراً أو إناثاً ) يؤدون أعمالهم على نحو متميز جداً وبمستوى عالي من الحيوية ، ولديهم صحة عقلية أكبر عندما يكون سلوكهم مستقلاً بدلاً من كونه منضبطاً على نحو فعال ، وقد تم إختبار هذه الفرضية عبر الثقافات . (Pennix et.al, 2000) ، وقد أكدت دراسة ( Niemic,Ryan,Patrick,Deci & William,2010) على أن الحيوية الذاتية مؤشر رئيس على الصحة والسعادة ، وأن المحافظة على حيوية الذات يحددها المدى الذي تُلبى عنده الحاجات النفسية الأساسية ، ورغم من وجود تداخل بين السعادة الذاتية والحيوية الذاتية بإعتبارهما من مكونات الصحة النفسية الإيجابية وكلاهما حالتان إيجابيتان ، إلا إن كلاهما ينتمي لإطار نظري مختلف ولهما مظهرين سلوكيين مختلفين فالسعادة الذاتية من مكونات الصحة الإستتماعية بينما الحيوية الذاتية تتضمن طاقة عالية ونشاط عالي المستوى كما أنها من العوامل المنبئة بالصحة النفسية والجسمية على حدٍ سواء . (Niemic et al, 2010)

نظريه تقرير الذات : ل (Deci & Ryan,1985) في الحيوية الذاتية:

ويعرف مصطلح تقرير الذات من المنظور السيكولوجي بأنه " قدرة الفرد على التخطيط لحياته والإختيار الحر من بين البدائل الحياتية والسلوكية المتاحة ، فضلاً عن ضبط إيقاع حياته ومسارها ونوعيتها ، وترتكز نظرية تقرير الذات على التفاعل بين سمات الشخصية والدافعية والأداء النفسي الوظيفي الأمتل ، و تفيد بوجود نمطين مركزيين للدافعية هما : الدافعية الداخلية intrinsic

motivation ، والدافعية الخارجية extrinsic motivation ، ويمثلان معاً القوة المؤثرة في سلوكنا والمحدد لوجهته وطبيعته وخصائصه . (Deci & Ryan,2008)  
إنبتقت نظرية تقرير الذات من نتائج البحوث التي إبتدأها Ryan & Deci عن الدافعية في السبعينيات والثمانينات من القرن العشرين ، ورغم التطورات التي طرأت على هذه النظرية إلا أن منطلقاتها النظرية الأساسية بقيت محتفظة بإطارها العام وفقاً للتصور الذي عرضت به في كتاب ديسي وريان سنة 1985 ، وأشار ريان وديسي إلى أن الدافعية الخارجية أحد الموجهات المركزية للسلوك وتتعلق بالمصادر الخارجية التي تحت الشخص على التصرف بطرائق معينة ، فضلاً عن تعلقها بما يعرف بالمكافآت الخارجية ، ومن مصادر الدافعية الخارجية الجوائز والمنح والإحترام والإعجاب من قبل الآخرين . من جانب آخر يتمثل مصدر الدافعية الداخلية internal motivation فيما يكمن في بنية الشخص من طموحات وأمال ورجاءات ذاتية تحته على التصرف أيضاً بطرائق معينة ، ومن هذه المصادر: نسق القيم المركزية التي يتبناها ، وإهتماماته ، والحس الأخلاقي ، وعادة ما توصف هذه الدافعية بتعبير "السلوك الموجه ذاتياً" (Self-directed behavior) ، ورغم الطابع الفارق بين الدافعية الداخلية والدافعية الخارجية والمتمثل في أن الدافعية الداخلية تجسّد لما يعرف بالسلوك المرتكز على الإرادة الذاتية والمرتبطة "بالذات المثالية" ، نجد أن الدافعية الخارجية توجهنا نحو مسايرة معايير الآخرين والإتساق معها ، والإلتزام بالتوقعات الإجتماعية ، ويوجد تمييز آخر فارق بين الدافعية الخارجية والدافعية الداخلية وفقاً لمضامين نظرية تقرير الذات يتمثل في التمييز بين الدافعية الداخلية والدافعية المحكومة .controlled motivation

وتتضمن الدافعية الداخلية التي تأتي من مصادر داخلية ، لكنها تشمل أيضاً الدافعية من مصادر خارجية في حالة إرتباط الشخص مع نشاط مهم وذا قيمة ، ويشعر بأنه يتطابق مع شعوره بذاته وأنه جزء منه . إن الدافعية الداخلية تعتمد على مدى الإستقلالية المتاحة للشخص ، بمعنى آخر تتنوع الدافعية الداخلية وفقاً لما يعرف بإستدخال وتكامل قيمة النشاط ، ويظهر التمثل والإستدخال كيفية شعور الشخص بقيمة النشاط ، بينما يفسر التكامل عملية التحول من صيغة التنظيم الخارجي إلى التنظيم الشخصي للذات فالتكاليفات الجامعية مثلاً عبارته عن نشاط منظم خارجياً ؛ إلا أن تمثل الطالب وإستيعابه وإستدخاله لهذا النشاط ، وإدراكه لقيّمته ، وأهميته مع تكامله ، ودمجه في سياق العمل الجامعي يجعله يؤدي هذا النشاط كأنه نشاط ذاتي الإختيار ، فالطالب يؤدي ما عليه من أنشطة ومهام خارجيه ببهجة وشعوره بقيمتها حتى وإن كانت مختارة من قبل الآخرين ؛ نتيجة عمليات التمثل والإستيعاب والإستدخال . أي الإندفاع الداخلي الإيجابي نحو الإثمار الحياتي ، وبذلك يكون وجوده له معنى وقيمة ؛ تدفع الفرد للقيام بالنشاطات بهمه ورغبه ، وأداء مهام الحياة اليومية بموجبها في الحياة وفقاً لإرادته الذاتية ، ووفقاً لما يعرف بالتنظيم الداخلي للذات والدافعية المقرره ذاتياً بما يعكس أهدافه ورغباته وميوله وإهتماماته الذاتية والتي تدفع الفرد للقيام بالنشاط بهمه وإقتدار. (Ryan & Deci , 2000)

إن مصطلح الحيوية الذاتية في إطار نظرية تقرير الذات يعبر عن دافع داخلي ، إمتلاء الشخص بالفاعلية ، والنشاط ، والتحمس ، والتنبيه ، واليقظة العقلية ، والبدنية ، والإقبال على الحياة بهمه ونشاط وعزيمة وتطلع إلى الأمور بروح مثابرة وتفاني في الجهد .

### البعد الثالث : الحيوية الذاتية-دراسات ميدانية – نشير لبعض منها فيما يلي:-

هدفت دراسة (Finia , Kavousianb, Beigyb& Emamib,2010) التنبؤ بالحيوية الذاتية وعلاقتها بالمهارات الحياتية والفعالية الذاتية ، ل ( ن =360 ) من طلبة الجامعة بمتوسط عمر ( 19 عام ) ، وأظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين المهارات الحياتية والحيوية الذاتية ، ووجود علاقة إيجابية بين كلاً من الكفاءة الذاتية والحيوية الذاتية والتكيف الجامعي لطلبة الجامعة ، وإرتباط إيجابي بين الرفاه النفسي والحيوية الذاتية ، وأن كلاً من الرفاه النفسية ومهارات الحياة والرضا عن الحياة من منبئات للحيوية الذاتية .

وكذلك دراسة (Khalkhali & Golestaneh, 2011) بعنوان : تأثير أسلوب تحفيز المعلم والمنافسة على حيوية الطلاب الشخصية ، وسعادتهم في التربية البدنية . بهدف الكشف عن تأثير أساليب تحفيز المعلم على حيوية (105) من الطلاب الإيرانيين ، وتوصلت النتائج إلى أن الإستقلالية الذاتية مقابل التحكم في أسلوب التحفيز عززت الحيوية الذاتية ، كما أظهر المشاركون الفائزون ، بغض النظر عن أسلوب تحفيز المعلمين ، سعادة أكبر مقارنة بالمشاركين الخاسرين، وأن أسلوب تحفيز المعلم يعد مؤشراً أفضل للحيوية الذاتية من حالة الخسارة / الفوز.

وفي نفس الإتجاه كانت دراسة (CASTILLO, et al. 2011) التي تناولت الرفاهية النفسية وإحترام الذات والحيوية الذاتية لـ ( 639 ) من طلاب الجامعات الإسبانية ، مع حساب مقدار النشاط البدني في أوقات الفراغ ، وتم تقسيم المشاركين إلى أربع مجموعات (منخفض ، متوسط ، مرتفع ، مرتفع جداً) اعتماداً على تقدير إنفاق الطاقة في النشاط البدني في أوقات الفراغ، وأوضحت النتائج أن الإناث والذكور الذين يمارسون نشاطاً بدنياً أعلى تصنيفاً في الحيوية الذاتية .

أما دراسة ( Akin,2012) فكانت بعنوان العلاقة بين إدمان الإنترنت والحيوية الذاتية والسعادة الذاتية لطلبة الجامعة ، أجريت على ( 328 ) طالب وطالبة ، وتوصلت النتائج إلى أن الحيوية الذاتية ترتبط سلبياً بإدمان الإنترنت ، ويرتبط إدمان الإنترنت سلبياً بالسعادة الذاتية ، والسعادة الذاتية ترتبط إيجابياً بالحيوية الذاتية ، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في كلاً من إدمان الإنترنت والحيوية الذاتية والسعادة الذاتية ، وتتوسط الحيوية الذاتية العلاقة بين إدمان الإنترنت والسعادة الذاتية .

ولمعرفة العلاقة بين الأصالة والحيوية الذاتية لدي (284) من الشباب الجامعي كانت دراسته كلاً من ( Emine & Begum,2014) ، وأظهرت نتائج الدراسة أن الحيوية ترتبط سلباً مع الشعور بالإغتراب الذاتي وتقبل الضغوط والتأثيرات السلبية ، وترتبط إيجابياً مع المعنى الحقيقي للأصالة .

وللتنبؤ بالخبرات الدراسية والحيوية الذاتية لدي طلاب الجامعة في تركيا أجرى كلاً من ( Akin & Umran ,2015) دراستهما على ( 305 ) من طلاب الجامعة ، وأظهرت النتائج وجود علاقات إرتباطية موجبة بين السجل الدراسي ، والدافعية الأكاديمية والإرتباط بالجامعة من جهة والحيوية الذاتية من جهة أخرى . كما أظهرت النتائج بأن الخبرات الدراسية تفسر ما قيمته 44 % من التباين المفسر في الحيوية الذاتية ، وأكدت نتائج هذه الدراسة أن الخبرات الدراسية القائمة على التشجيع والمساندة والتقبل وإتاحة قدر مرتفع من الحرية أمام الطلاب والتي تشجع الإلتزام وتعزز الشعور بالجدارة والإقتدار والإستقلالية تزيد من الدافعية الذاتية والحيوية الذاتية للطلاب كما يعبر عنها بمعامل الاندماج في الخبرات والأنشطة التعليمية .

و لمعرفة دور العفو والتعاطف والحيوية الذاتية والاتجاه نحو السعادة في التنبؤ بالرفاهية النفسية بين طلاب الجامعة أجرت (Cug, 2015) دراستها على ( 820 ) شاب جامعي من كليات مختلفة بجامعة تركيا ، وأظهرت النتائج أن الحيوية الذاتية كانت أكبر منبأ للرفاهة النفسية ، وأن التعاطف والحيوية والعفو لهم دوراً كبيراً في زيادة المعنى بالحياة ، والتوجه الإيجابي نحو الحياة .

وفي نفس الإتجاه كانت دراسة ( Akin & Akin, 2015 ) بهدف الكشف عن تأثير الحيوية الذاتية في العلاقة بين جودة الصداقة ، والسعادة الذاتية ، ل ( 271 ) من الشباب الجامعي ، وقد أظهرت نتائج الدراسة قدرة كلاً من السعادة والحيوية الذاتية على التنبؤ بجودة الصداقة .

أما دراسة ( Titulo, et al., 2016 ) فقد تناولت الدور الوسيط للحيوية الذاتية في العلاقة بين السعادة الذاتية وإجترار الأحداث السلبية على عينة قوامها ( 420 ) من الشباب الجامعي ، وأظهرت النتائج أن السعادة والحيوية الذاتية إرتبطتا سلبياً بإجترار الأحداث السلبية ، في حين إرتبطت السعادة إيجابياً بالحيوية الذاتية .

وكذلك دراسة ( Miksza , et al., 2019 ) والتي تناولت تأثير الإجهاد على رفاهية الطلاب ، وتحديدأ جانب الحيوية الذاتية ، وكان التركيز على إستكشاف ما إذا كانت بعض السمات النفسية والاجتماعية ستخفف الآثار السلبية للتوتر على الحيوية، وكان عدد المشاركين 293 طالباً جامعياً. كشفت النتائج أن التوتر يرتبط سلبياً بالحيوية الذاتية ، لكن الكمال الموجه نحو الذات لم يكن كذلك ، وأن كل من القدرة على التكيف وجودة العلاقات مع الأقران تنبئان بالحيوية ، والقدرة على التكيف ، وأن جودة العلاقات مع الأقران خففت من آثار الإجهاد على الحيوية الذاتية .

أما دراسة كلاً من ( Garg & Sarkar, 2020 ) بعنوان الحيوية بين طلاب الجامعة ، تناولت دور الإمتنان والمرونة للحيوية لدى 300 طالب جامعي ، و أظهرت النتائج أن كلاً من الإمتنان والمرونة شرط ضروري لحدوث الحيوية الذاتية بين الطلاب ، وكلما زادت المرونة والإمتنان لدى الطالب زادت حيويته ، وأن هناك علاقة إرتباطية موجبة بين كلاً من المرونة والإمتنان والحيوية الذاتية للطلاب .

## المحور الثاني: الرضا عن الحياة

البعد الأول: الرضا عن الحياة وبعض المفاهيم المرتبطة : يرتبط الرضا عن الحياة بعدد من المفاهيم يمكن تناولها فيما يلي:-

### 1) الرضا عن الحياة وجودة الحياة :Quality of life

يلاحظ أن وجدة الشبه بينهما أن الرضا عن الحياة من مؤشرات جودة الحياة كونه يمثل إنعكاساً لتقدير الفرد الخاص وتقييمه لجودة حياته التي يعيشها . وتعرف منظمة الصحة العالمية (1995) جودة الحياة بأنها : إدراك الفرد لوضعه في الحياه في سياق الثقافة التي يعيش فيها ، و مدى تطابق أو عدم تطابق ذلك مع أهدافه، توقعاته، قيمة ، وإهتماماته المتعلقة بصحته البدنية ، حالته النفسية ، مستوى استقلالته ، علاقاته الإجتماعية ، إعتقاداته الشخصية ، وعلاقته بالبيئة بصفة عامة ، وبالتالي فإن جودة الحياة بهذا المعنى تُشير إلى تقييمات الفرد الذاتية لظروف حياته . (WHO, 1995)

وإن الإختلاف بينهما إذ تعتمد جودة الحياة على خبرة الفرد الذاتية ، إذ تشير إلى حالة الرفاهية الشاملة التي يعيشها ويدركها الفرد ، وتتضمن مؤشرات ذاتية كالرضا عن الحياة ، ومؤشرات موضوعية يمكن ملاحظتها كالعمل والتعليم والصحة والدخل . ( Felce & Perry, 1995 )

### (2) الرضا عن الحياة والرفاه الشخصي : Subjective Well Being :

أن وجهة الشبه بينهما أعتبر معظم الباحثين أن الرضا عن الحياة أحد مكونات الرفاه الشخصي ، والتي تشير إلى تقديرات الأفراد وتقييمهم لحياتهم بما تتضمنه من الرضا عن الحياة والرضا عن العلاقات مع الآخرين والحالة المزاجية أو الوجدانية الإيجابية ؛ في حين الإختلاف بينهما أن الرفاه الشخصي يتكون من مكونين وهما (الوجدان الإيجابي والوجدان السلبي ) ، والمكون التقييمي أو المعرفي (الرضا عن الحياة ككل ) والذي يشير إلى التقدير العقلي للفرد لرضاه و توفيقه ونجاحه في مجالات حياته المتعددة وهو المكون الأكثر ثباتاً . ( Diener & Diener, 1995 ) مما سبق يتضح أن الشعور الذاتي بالهناء أو الرفاه الشخصي يتمثل في الرضا عن الحياة وشعوره الجيد تجاهها نتيجة تقييمه الإيجابي لخبراته الساره وغير الساره ؛ فالفرد الذي ينتابه الشعور الجيد والإقبال نحو الحياة يكون راضياً عن حياته .

### (3) الرضا عن الحياة والسعادة happiness:

يلاحظ أن وجهة الشبه بينهما إن كليهما حالة شعورية يمكن أن تستنتج من الحالة المزاجية للفرد . وإن الإختلاف بينهما يتمثل في أن السعادة تشمل المشاعر المصاحبة للسلوك الموجه بالتوافق مع إمكانات الفرد . ( Waterman , 1984 ) وأن السعادة تتضمن الجانب الوجداني (مشاعر اللذة والإستمتاع ) ، والجانب المعرفي ( تقييم الفرد ورضاه عن حياته ) ، و يعتبر الرضا عن الحياة هو المفهوم المرادف للسعادة الشاملة . ( Veenhoven, 2012 ) ويتضح مما سبق أن السعادة تتطلب حكماً متوازناً عن حياة الفرد ككل ؛ بما يتفق وإمكاناته وتوقعاته وخبراته ومعايير الخاصة ، وما يصاحب ذلك من سلوك إيجابي موجه لتحقيق أهدافه ، إذ تتمثل السعادة في شعور الفرد الذاتي بالقناعة والإرتياح والإستمتاع والتفاؤل والتوجه الإيجابي نحو الحياة .

### (4) الرضا عن الحياة والتدين Religiosity:

أن وجهة الشبه بينهما يتمثل في إن التدين من عوامل شعور الفرد بالرضا والسعادة والتوافق مع نفسه ومع الآخر ، وهو أيضاً من أهم الحاجات المشبعة لدى الإنسان التي تبعث على الشعور بالرضا عن الحياة والإحساس بالسعادة، و يعتبره ألبورت حاجة نفسية إنسانية موروثه، فمعظم الناس عبر تاريخ البشرية يمارسون شكلاً من أشكال التدين، ويمثل لهم محدداً لهويتهم، وسبباً من أجله يعيشون .

(عزة عبد الكريم، 2007: 391)

وإن الإختلاف بينهما يكمن في أن التدين هو الإتجاه الذي يتبناه الفرد ويسلكه، ويشكل من خلاله مفاهيم ومبادئ في الحياة .

### (5) الرضا عن الحياة والتوافق Adjustment:

يلاحظ أن وجهة الشبه بينهما يكمن في أن التوافق أحد مظاهر الصحة النفسية ، ويشير إلى إحداث موازنة بين ما هو موجود لدى الفرد وما يحيط به ؛ لحفظ توازنه النفسي مما يدفعه إلى تعديل ما حوله أو تطويع نفسه لمسايرته ، وقد يكون ذلك تحت خضوع أو إستسلام ، ومن ثم ينشأ تقبله لها ، وإن الإختلاف بينهما يتمثل في أن مفهوم الرضا عن الحياة يتضمن القناعة بما هو موجود لدى الفرد من

إمكانات راهنة ، أي رضاه في ضوء إمكاناته وما حققته أو يحققه من نجاح في جوانب الحياة التي يجتازها بنفسه . (محمد محمود، 1991)

**البعد الثاني : الرضا عن الحياة -دراسات ميدانية – نشير لبعض منها فيما يلي:-**

عن دراسة ( Honkalampi et al.,2000 ) تناولت العلاقة بين الرضا عن الحياة والألكسيثيميا والاكنتاب لدى عينة عشوائية قوامها (2018) فنلندي ، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة إيجابية بين الألكسيثيميا والاكنتاب، وعن علاقة سلبية بينها وبين الرضا عن الحياة لدى كل من الذكور والإناث . وفي نفس السياق كانت دراسة (Schmitz , 2000) التي تناولت تأثير الألكسيثيميا في الشعور بالرضا عن الحياة لدى عينة (534) من طلبة الجامعة ، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة سالبة بين الرضا عن الحياة والألكسيثيميا ، وترجع هذه العلاقة السالبة لقصور العناية بالذات، وإستخدام إستراتيجيات سالبة لتنظيم الإنفعالات.

وفي نفس الإتجاه كانت دراسة العلاقة بين الذكاء الوجداني والرضا عن الحياة و الألكسيثيميا قام كلاً من ( Palmer et al., 2002 ) على عينة قوامها (107: 47 ذكوراً، 59 إناثاً) ، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة سالبة دالة بين الرضا عن الحياة ومكون صعوبة تحديد المشاعر – فقط – من مكونات مقياس الألكسيثيميا.

وللكشف عن العلاقة بين الذكاء الوجداني والرضا عن الحياة والصحة النفسية والألكسيثيميا، طبق (Benjamin, 2002) مقياس الذكاء الوجداني لبارون، ومقياس الرضا عن الحياة، وإستبانة الألكسيثيميا، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الذكاء الوجداني (الصحة النفسية) كمظهر من مظاهر الرضا عن الحياة، ووجود علاقة عكسية بين الذكاء الوجداني والألكسيثيميا، ووجود علاقة دالة إحصائية بين الألكسيثيميا والرضا عن الحياة.

وفي نفس الإطار كانت دراسة (شقورة، 2012) التي هدفت تحديد كل من مستوى المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعات الفلسطينية، والفروق فيهما تبعاً لمتغيرات (الجنس، الجامعة، التخصص، المعدل التراكمي، الطالب، الترتيب الميلادي للطالب، والدخل الشهري للأسرة، المستوى التعليمي للوالدين) وتكونت عينة الدراسة من (600) طالب وطالبة، و توصلت الدراسة إلى وجود علاقة إرتباطية موجبة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة ، وأن الطلبة من الأسر ذات الدخل الشهري المرتفع كانوا أكثر سعادة وطمأنينة ورضا عن حياتهم مقارنة بالطلبة من الأسر ذات الدخل الشهري المنخفض، كما أثبتت الدراسة عدم وجود فروق في الرضا عن الحياة تعزى لمتغيرات التحصيل الأكاديمي، وهناك فروق في المرونة النفسية تبعاً للجنس في إتجاه الذكور.

وفي المملكة العربية السعودية أجرى(النملة، 2013) دراسة هدفت فحص العلاقة بين تقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة ، على (100)طالب، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك إرتباطاً إيجابياً بين تقدير الذات والرضا عن الحياة لدى أفراد عينة الدراسة، وأن الذين يدرسون بإستخدام الإنترنت يشعرون برضا أكبر عن الحياة مقارنة بأقرانهم ممن يدرسون بالطريقة التقليدية.

أما دراسة (Cockrum & White, 2002) فقد هدفت الكشف عن العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات والتفاعل الاجتماعي والشعور بالوحدة العاطفية لدى (120) من الراشدين مناصفة بين الذكور والإناث ، وكشفت النتائج عن وجود علاقة سالبة بين الرضا عن الحياة والشعور بالوحدة العاطفية، ووجود علاقة إرتباطية موجبة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات والتفاعل الاجتماعي. كما



أثبتت نتائج الدراسة أن تأثير مشاعر الوحدة العاطفية والعزلة يمثلان 49% من تغير مستوى الرضا عن الحياة.

و دراسة (Salokangas, 2004) التي هدفت الكشف عن طبيعة العلاقة بين الرضا عن الحياة وعلاقتها بوجهة الضبط والغضب والاكتئاب ، لدى (80) طالب وطالبة من المرحلة الجامعية وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الرضا عن الحياة ووجهة الضبط لدى الأفراد. كما أثبتت النتائج وجود علاقة سالبة بين الرضا عن الحياة والشعور بالغضب والاكتئاب لدى أفراد عينة الدراسة. وكذلك دراسة (Vermunt, 2008) التي تناولت العلاقة بين الرضا عن الحياة والشعور بالسعادة ، لدى (220) طالب وطالبة ، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الرضا عن الحياة والشعور بالسعادة فضلاً عن عدم وجود فروق بين الجنسين في أبعاد الرضا عن الحياة وأبعاد مقياس الشعور بالسعادة.

### المحور الثالث

**البعد الأول: الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة - دراسات ميدانية ونشير لبعض هذه الدراسات فيما يلي:**

في دراسة ( Dametto et al , 2016 ) بعنوان الإرتباط بين الحيوية الذاتية و نقاط القوة الشخصية والرضا عن الحياة على (186) من طلبة الجامعة. أظهرت النتائج إختلافات كبيرة بين الجنسين في إتجاه الإناث ، وأن الحيوية الذاتية ترتبط إرتباطاً موجباً بنقاط القوة الشخصية ، وأن الأفراد الذين حصلوا على درجات أعلى في الحيوية الذاتية ونقاط القوة الشخصية المتمثلة في (الإمتنان والحب والفضول والمثابرة وقوة الذكاء الإجتماعي) يميلون إلى العيش حياة أكثر رضا عن الآخرين .

وعن دراسة ( Eyüp Çelik , 2017 ) فقد هدفت تحديد ما إذا كانت العلاقة بين الشخصية الإستباقية ورضا الحياة تتوسطها الحيوية الذاتية ، لدى 337 طالب بجامعة Sakarya بتركيا ، وأكدت النتائج أن العلاقة بين الشخصية الإستباقية والرضا عن الحياة تتوسطها الحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعات. وفي دراسة ( Laura D.et al ,2020 ) تناولت العلاقة بين الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة وإحترام الذات لدى ( 435 ) طالب بجامعات أسبانيا ، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة موجبة بين الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة وإحترام الذات ، وكلما إنخفض إحترام الذات لدى الطلبة إنخفضت معها الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة .

وللإجابة على السؤال هل يوجد علاقة بين كلاً من الحيوية الذاتية والنظام الغذائي والرضا عن الحياة كانت دراسة (Courtney E. Jackson,2020) ، على ( 73 ) من طلاب قسم علم نفس بجامعة ولاية كونيتيكت المركزية بالولايات المتحدة الأمريكية ، وأظهرت النتائج تأثيرات غير مباشرة كبيرة بين كل متنبئ غذائي ومكونات الرضا عن الحياة من خلال الحيوية الذاتية ، وإرتبطت بشكل سلبي بشكل كبير بالدخل اليومي من السكر المضاف . أى كلما زاد إستهلاك الطالب اليومي للسكر وكان نظامه الغذائي زائد بشكل كبير كلما قل لديه الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة .

وفي نفس الإتجاه كانت دراسة ( Zahra Ajri ,2017 ) بعنوان العلاقة بين التطلعات الحياتية والسعادة، فضلاً عن دور الوساطة للإحتياجات النفسية والحيوية الذاتية والرضا عن الحياة للتنبؤ بالرفاه بين الطلاب الجامعيين، ، وقد أشارت النتائج إلى أن التطلعات الحياتية من الطلاب الجامعيين ترتبط

بشكل إيجابي بسعادتهم، وأن الإحتياجات النفسية والحيوية الذاتية تتوسط جزئياً في العلاقة بين الأهداف الجوهرية والسعادة.

أما دراسة ( Yongjie Chen,et al.,2014) فقد هدفت الكشف عن الدور الوسيط المحتمل للرضا النفسي الأساسي الذي يحتاجه في العلاقة بين المادية والحيوية الذاتية والرفاهية النفسية بين طلاب الجامعات الصينية، (ن = 261). أظهرت النتائج أن الحاجة إلى الرضا توسطت جزئياً تأثير المادية على الرضا عن الحياة، وإرتبط الرضا عن الحياة والحيوية الذاتية بشكل إيجابي، في حين أن قيم العمل الخارجية إرتبطت بالإستنفاد العاطفي وإنخفاض الرضا الوظيفي والالتزام، وتوسطت الحاجة النفسية الأساسية إلى العلاقة بين قيم العمل ونتائج الوظيفة، وتعارض المادية بشكل خاص مع حاجة الصين الجماعية إلى الإرتباط.

وعن المشاركة في أوقات الفراغ والحيوية الذاتية والرضا عن الحياة لطلاب الجامعة كانت دراسة (Sonnur Küçük ,2019) على ( 317 ) طالب جامعي أظهرت النتائج أن الحيوية الذاتية وتصورات الرضا عن الحياة للمشاركين في المستوى المتوسط. في حين أن تصورات المشاركين في الرضا عن الحياة لم تختلف إختلافاً كبيراً حسب الجنس، كما إختلفت الحيوية الذاتية وتصورات الرضا عن الحياة للمشاركين بشكل كبير وفقاً للإنخراط بنشاط في الرياضة والدخل وأسلوب التقييم لوقت الفراغ وتكرار المشاركة في الأنشطة الترفيهية. بالإضافة إلى ذلك، لوحظ إرتباط إيجابي بين الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة، فضلاً عن أن الأفراد الذين يمارسون الرياضة بنشاط، ولديهم دخل مرتفع وشاركوا في أنشطة أوقات الفراغ لديهم حيوية ذاتية عالية ورضا عن الحياة مرتفع. كما أظهرت الدراسة أن مشاركة الأنشطة الرياضية والاجتماعية والأنشطة الخارجية في أوقات الفراغ كان لها أثر إيجابي على كلاً من الحيوية الذاتية ونوعية الحياة.

**المحور الرابع: تعقيب على الإطار النظري والدراسات السابقة ونجمه عبر المحاور التالية:**

**البعد الأول : أوجه الإتفاق – ونجمها فيما يلي:**

1- الحيوية الذاتية مفهوم متعدد الأبعاد، ويتضمن مفاهيم كثيرة، وأثارها لا تقتصر على فئة خاصة،

وإنما تتعداها إلى الحياة العامة للأفراد. (Ryan & Frederick ,1997) (Ann,et.al,2014)

2- من نتائج بعض الدراسات العلاقة بين الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة منها دراسة

(Ali Akbar et al.,2010) ( Akin,2014) , 2016) Denise, M. Dametto et al

(Eyüp Çelik ( (Laura D.et al ,2020) (Courtney E. Jackson,2020 ( 2017,

( 2017, ( 2019) Sonnur Küçük, (Yongjie Chen,et al.,2014) (Zahra Ajri) وغيرها

3- للحيوية الذاتية إنعكاسات إيجابية على سلوك طلبة الجامعة (Ryan & Deci & Ryan ,1997)

( Jonathan Haidt ( ( Miller,2004 ) ( Penninx et al.,1998 ) (Frederick,1997)

(,2013)

**البعد الثاني: أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة وتتمثل في :**

- 1- صياغة التعريفات الإجرائية لمفهومى الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة.
- 2- بناء مقاييس الدراسة (مقياس الحيوية الذاتية ، ومقياس الرضا عن الحياة ) في ضوء تحليل الأطر النظرية المختلفة.
- 3- أن مناقشة نتائج فروض الدراسة ستتم في ضوء النظريات والدراسات السابقة.

**البعد الثالث : الجديد الذي تضيفه الدراسة فإنه يتمثل في:**

- 1- إعداد مقاييسين أحدهما لتشخيص الحيوية الذاتية، وآخر لمقياس الرضا عن الحياة.
- 2- تحديد العوامل الكمية المرتبطة بالحيوية الذاتية.

### فروض البحث:

في ضوء نتائج الدراسات السابقة والشواهد الميدانية نصوغ فروض الدراسة على النحو الآتي :

- 1- تتباين الحيوية الذاتية و الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة بتباين متغيرى ( النوع – التخصص الدراسى)

2- الحيوية الذاتية تنبئ بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة.

3- يوجد عوامل نفسية واجتماعية مرتبطة بالحيوية الذاتية للطلبة.

**منهج الدراسة وإجراءاتها،** نوضح فيما يلي منهج الدراسة، العينة، والأدوات، والأساليب الإحصائية المستخدمة:-

**أولاً: منهج الدراسة:** اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي الإرتباطي كونه المنهج الأكثر ملاءمة لتحقيق أهداف الدراسة وللتحقق من فروضها.

**ثانياً: عينة الدراسة:** طبقت أدوات هذه الدراسة على عينة (N= 160) من طلبة الجامعة (100من الإناث) ، ( 60 من الذكور ) ، وذلك كونها أحد الركائز الأساسية فى مجال التعليم ، وما لها من آثار عميقة في العملية التعليمية بوجه عام ، وعلى المستوى النفسى والاجتماعى بوجه خاص، والتي قد تلحق الضرر بكل من يتعاملون معها فى الجامعة ، كتنقص التفاعل، وتكوين إتجاهات سلبية نحو الآخرين، مما يؤثر فى البيئة التعليمية، وتم التطبيق على الذكور والإناث على حد سواء؛ بما يسمح بالمقارنة بين الجنسين للكشف عن الفروق بينهما، وقد اختيرت العينة في ضوء أهداف الدراسة وفروضها وأسئلتها.

وعن طريقة إختيار العينة فكانت بالطريقة العشوائية ، بمتوسط عمرى (20.166)، وإنحراف معيارى ( 1.1058 ) ، وتم أخذ عينة الإناث من كلية البنات جامعة عين شمس ، وعينة الذكور من جامعة عين شمس الرئيسية ، وتم التأكد من عدم معاناة أى من أفراد العينة من أى أمراض مزمنة وذلك بسؤالهم وذلك لمراعاة التجانس بالعينة ، وتم تطبيق إختبارالمصفوفات المتتابعة، وهو أحد أشهر إختبارات الذكاء المتحرر من أثر الثقافة فى وقتنا الحاضر وحصلت العينة على نسبة ذكاء من ( 100-110) أى الفئة المتوسطة ، ومن حيث المستوى الاجتماعى والإقتصادى والثقافى فكانت العينة من ذوى المستوى الاجتماعى والتعليمى والإقتصادى المتوسط إذ طبق عليهم قائمة المستوى الاجتماعى والإقتصادى

إعداد ( رزان كردى ، 2012 ) ، وحصلوا على (25-30) أى فى المستوى المتوسط ، وبذلك نكون قد حققنا التكافؤ بين أفراد العينة .

**ثالثاً: أدوات الدراسة:** نشير لها تفصيلاً فيما يلي:

**أولاً مقياس الحيوية الذاتية :** ضم المقياس فى صورته النهائية (45) مفردة وزعت على أربعة مكونات (الحيوية الجسمية - الحيوية الذهنية - الحيوية الإنفعالية - الحيوية الإجتماعية) .  
**مراحل وخطوات بناء المقياس:** تم بناء مقياس الحيوية الذاتية بإتباع الخطوات التالية:  
تحليل ودراسة الأطر النظرية لمفهوم الحيوية الذاتية ، فقد تم تحليل تلك المصادر للوقوف على مكونات الحيوية الذاتية والعوامل المرتبطة بها، وتحديد المتغيرات التي تتفاعل معها بهدف تحديد مكونات الحيوية الذاتية ، وكذلك للاستفادة منها فى صياغة مفردات المقياس. منها دراسة كلاً من ( Saricam, 2016 ) ( Kacker, 2015 ) ( Usyal & Akin, 2014 ) ( Kevin Kaiser, 2013 ) ( Akin , 2012 ) ( Kurtus, 2012 ) ( Moliver , 2010 ) ( Nathan, 2010 ) ( Groot , 2008 ) ( Kubzansky & ) ( Thurston, 2007 ) ( Hanton & Connaughton , 2007 ) ( Adlr, 2005 ) ( Miller, 2004 ) ( Schaufeli et al, 2002 ) ( Ryan & Fredrick, 2003 ) ( Seligman & Peterson , 2004 )

وكذلك تحليل مكونات مقاييس كل من:

German version of the Self-Vitality Scale (SVG) Alex Bertrams et.al, 2019

Japanese version of Frederick and Ryan's Self Vitality Scale (Bostic et, al. 2000) ( Vitality Plus Scale ( VPS) (Myers et,al.1999) (Emotional vitality ( EV) Penninx,1998) (Subjective Vitality Scale Frederick & Ryan ,1997) (an examination of the validity of the subjective vitality questionnaire ( SVQ) Hogg et al., 1994) (Health and subjective Vitality Scale ware & Sherbourne,1992) (Activation-Deactivation Adjective Check List (Thayer,1986) ((POMS) Profile of Mode McNair & Droppleman,1971)

ودراسة نظرية كلاً من نظرية الإصرار الذاتى Determination-self Theory ل (Vlachopoulos, 2012) ، و نظريه تقرير الذات ل (Deci & Ryan, 2008) وقد أسفرت هذه المرحلة وما قبلها عن عدة مفردات تم الإبقاء على تلك التي حظيت بتكرار وشيوع مرتفع لتمثل مكونات المقياس وتساعد على صياغة التعريف الإجرائي للمفهوم ، ويتمثل فى ( إستجابة الفرد لمثيرات ( الحيوية الجسمية ، الحيوية الذهنية ، الحيوية الإنفعالية ، الحيوية الإجتماعية ) ، وقد وزعت مفردات المقياس بصورة عشوائية على مكوناته، ونوضح ذلك من خلال الجدول (1).

جدول (1)  
التوزيع الدائري لفقرات المقياس

مج	أرقام المفردات	مكونات المقياس
12	45-41-37-33-29-25-21-17-13-9-5-1	الحيوية الجسمية
11	42-38-34-30-26-22-18-14-10-6-2	الحيوية الذهنية
11	43-39-35-31-27-23-19-15-11-7-3	الحيوية الإنفعالية
11	44-40-36-32-28-24-20-16-12-8-4	الحيوية الإجتماعية

العبارات الإيجابية لمقياس الحيوية الذاتية

1،2،3،4،6،7،9،10،11،12،13،15،19،20،21،22،23،24،26،28،29،30،31،33،34،  
(3637،38،39،40،41،42،  
العبارات السلبية ( 5،8،14،16،17،18،25،27،32،35،43،44،45 )

الكفاءة السيكومترية للمقياس: وتتمثل في التحقق من ثبات المقياس وصدقه، وقدرته على التمييز.  
الثبات: تم حساب الثبات لمقياس الحيوية الذاتية بعدة طرق نفصح عنها من خلال الجداول (2)، (3) :  
جدول (2) ثبات مقياس الحيوية الذاتية بطريقة (ألفا لكرونباخ، والتجزئة النصفية)

جدول (2)

ثبات مكونات مقياس الحيوية الذاتية بطريقة التجزئة النصفية، وألفا كرونباخ

معامل ألفا كرونباخ	معامل ارتباط التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون	القيم الإحصائية المقياس ومكوناته
0.775	0.790	الحيوية الجسمية
0.772	0.745	الحيوية الذهنية
0.784	0.649	الحيوية الإنفعالية
0.769	0.737	الحيوية الإجتماعية
0.805	0.829	المقياس ككل

كما تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس بحساب معاملات الارتباط بين مكونات مقياس الحيوية الذاتية والمقياس ككل الذي تنتمي إليه، ويمكن توضيح ذلك في جدول (3)

### جدول (3)

معاملات الارتباط بين مكونات المقياس والدرجة الكلية للمقياس

المكونات	قيمة (ر)
الحيوية الجسمية	0.877**
الحيوية الذهنية	0.819**
الحيوية الإنفعالية	0.880**
الحيوية الإجتماعية	0.807**

وبتحليل ما ورد بجدول (2) معامل ألفا كرونباخ، والتجزئة النصفية وقيم ر بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون، وجدول (3) ثبات الاتساق الداخلي بين مكونات المقياس والمقياس ككل، نستخلص أن معاملات الثبات بطريقة ألفا لكرونباخ يتراوح بين (0.772، 0.805)، في حين كان معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية المعدلة بمعادلة سبيرمان براون للمقياس ككل (0.829) بينما تراوحت بين (0.649، 0.790) للمقياس بمكوناته، فيما إنحصرت معاملات الارتباط بين مكونات المقياس والمقياس ككل بين (0.807، 0.880)، مما يشير إلى أن المقياس يتصف بالثبات.

**الصدق:** تم حساب الصدق لمقياس الحيوية الذاتية بعدة طرق ورغم تعدد الطرق إلا أنها تتكامل فكل طريقة تعالج معنى من معاني الصدق مما يعطي المعنى الشمولي للصدق ونوضح ذلك فيما يلي:

**صدق البناء والتكوين:** يتعلق صدق البناء بمدى تمثيل مفردات المقياس لمجال السلوك موضوع الدراسة، وفي سبيل تحقيق هذا النوع من الصدق تم تحليل النظريات، والدراسات، والمفاهيم التي تناولت متغير الحيوية الذاتية، كما تم تحليل مكونات المقاييس السابقة للحيوية الذاتية، وذلك بهدف إشتقاق مفردات المقياس التي تغطي جوانب كبيرة من سلوك الحيوية الذاتية لدى الطلبة، ومن ثم يصبح المقياس صادقاً من حيث البناء والتكوين وقد سبق إيضاح ذلك.

**صدق المحكمين:** في سبيل تحقيق هذا النوع من الصدق للمقياس تم عرض المقياس على أساتذة في القياس النفسي والصحة النفسية (ن=3) وقد تم إجراء التعديلات التي أوصوا بها، والمتمثلة في تعديل بعض المفردات وحذف بعضها الآخر، وإضافة البعض الثالث.

المكونات	العبارات قبل التعديل	العبارات بعد التعديل	سبب التعديل
الحيوية الجسمية	أ - أمارس الرياضة	أمارس الرياضة	زيادة دقة المفردة
	ب - قدراتي مناسبة	ب - قدراتي الجسمية مناسبة	زيادة دقة المفردة
الحيوية الذهنية	أ - أتعلم لغة جديدة	أ - أسعى لتعلم كل جديد	أكثر وضوحاً
	ب - يصعب على الإجابة على أسئلة المحاضر	ب - الإجابة على أسئلة المحاضر صعبة	أكثر وضوحاً

زيادة دقة المفردة	أ - أراقب ذاتي	أ - أتمتع بالإرادة	الحيوية الإنفعالية
أكثر وضوحاً	أ - أصدقائي كثيرون	أ - لدى عدد من الأصدقاء	الحيوية الإجتماعية
تكرار	حذف	ب - أنا مهم بالنسبة لزملائي	

**الصدق العاملي:** تم استخدامه للوصول للمكونات الأساسية التي تتشعب بها فقرات المقياس، وسوف يتم الإشارة له في النتائج.

**القدرة على التمييز:** باعتبارها مؤشر صدق، ويقصد بها حساب الفرق بين متوسط الدرجات فوق الوسيط ومتوسط الدرجات أسفل الوسيط في المقياس، وتتم هذه المقارنة عن طريق حساب الدلالة الإحصائية للفرق بين المتوسطين فإذا كان هناك دلالة إحصائية يمكن القول أن المقياس صادقاً. ونوضح ذلك في الجدول (4).

جدول(4)

قيم (ت)لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعات (فوق- أسفل ) الوسيط

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	المجموعة	القيم الإحصائية المقياس ومكوناته
0.01	25.460	1.771	18.03	30	أسفل الوسيط	الحيوية الجسمية
		1.717	29.50	30	فوق الوسيط	
0.01	19.326	2.167	18.17	30	أسفل الوسيط	الحيوية الذهنية
		1.942	28.43	30	فوق الوسيط	
0.01	24.627	1.701	19.27	30	أسفل الوسيط	الحيوية الإنفعالية
		1.351	29.03	30	فوق الوسيط	
0.01	24.054	2.339	19.90	30	أسفل الوسيط	الحيوية الإجتماعية
		1.053	31.17	30	فوق الوسيط	
0.01	22.715	7.076	78.93	30	أسفل الوسيط	الدرجة الكلية للمقياس
		4.251	113.17	30	فوق الوسيط	

ويلاحظ من قيم جدول (4) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين مرتفعي ومنخفضي الدرجات، فإذا كانت القيمة أقل من ذلك تكون دالة، وأكثر من ذلك تكون غير دالة، وقد تبين أن جميعها دالة، مما يعني أن المقياس قادر على التمييز بين المجموعات الطرفية، ويعتبر ذلك مؤشراً للصدق.

**تصحيح المقياس:** إتمد المقياس على الصيغة الثلاثية حيث يقابل كل مفردة من مفردات المقياس ثلاثة إختيارات (دائماً، أحياناً، نادراً)، وينبغي على المفحوص اختيار أحد الخيارات التي تتفق مع توجهاته، وقد أعطيت لهذه الخيارات التقديرات التالية: نعم: 3 / أحياناً: 2 / لا: 1 في حالة الصياغة الإيجابية أما في حالة الصياغة السلبية فكانت نعم = 1، أحياناً = 2، لا = 3. وبذلك تتراوح مجموع درجات الطلبة على مقياس الحيوية الذاتية بين (45) وهي أدنى درجة، و(135) وهي أعلى درجة.

ثانياً مقياس الرضا عن الحياة: ضم المقياس في صورته النهائية (39) مفردة وزعت على أربعة مكونات (العلاقات الاجتماعية - السعادة - الطمأنينة والأمن - الأسرة).  
مراحل بناء المقياس: تم بناء مقياس الرضا عن الحياة بإتباع نفس خطوات المقياس السابق ونوضح ذلك فيما يلي :

الإطلاع على الكتب والمراجع العربية والأجنبية التي تناولت الرضا عن الحياة ، فقد تم تحليل تلك المصادر للوقوف على مكونات الرضا عن الحياة والعوامل المرتبطة بها، وتحديد المتغيرات التي تتفاعل معها بهدف تحديد مكونات الرضا عن الحياة ، وكذلك للإستفادة منها في صياغة مفردات المقياس، ومن هذه الدراسات (Nafeh Shobaki, 2019) (سناء الجمعان ، 2018) (Frank, 2012) ( دعاء شعبان، 2013) ( ماهر المجدلوى ، 2012) ( عبد المنعم شحاته ، 2010) ( المدهون ، 2009) ( جمال تفاعلة ، 2009) ( نعمات علوان ، 2008) ( عزه مبروك ، 2007) ( Swinton, ) ( عزة عبد الكريم، 2007) (Krapu et al, 2006) (Barrett & Murk, 2006) ( Zhang ) (Fealk & Beare, 1999) (Schwartz & Rabinovitz, 2003) (Gilman, 2005) (Schalock , 1996) ، كما تم تحليل المقياس السابقة للرضا عن الحياة، للإستفادة منها في تحديد مكونات المقياس، وصياغة مفرداته، ونذكر من هذه المقياس { Ashley J. Reeves, Russell T. ) ل (River side Life Satisfaction Scale RSLSS) (Baker, 2020) ل (Seth Margolis, ) ل (Adolescent life satisfaction (Eric Schwitzgebel, 2018) ل (Proctor, C., Linley, ) ل (Mutlidimensional Students' Life Satisfaction Scale ) P. A., & Maltby, J. (2010) ل (BMSLSS) Brief Multidimensional Students' Life (Huebner, 1994) ل (Satisfaction Scale (MLSS-C ) (Seligson, Huebner, & Valois, 2003) ل (MLSS-C ) ل (Life Satisfaction Index for the Third Age) (Giacomoni and Hutz, 2008) ل (LSITA) ل (DeVellis , 1991) ل (SWLS) (Diener et al., 1985) ل (شقورة، 2012) ( وفاء الأشقر ، 2015) ( عزه عبد الكريم مبروك، 2007) (صفاء عبدالزهره حميد ، 2018) ودراسة نظرية التكيف أو التعود (Adaptation Theory (Diener & Rahtz, 2000) ، و نظرية القيم والأهداف والمعاني Values, Goals and Meanings Theory (Oish et al.1999) ، و نموذج المقارنة الاجتماعية Social Comparison Model (Easterlin, 2001) ، نظرية التقييم الجوهرى للذات Core Self Evaluation Theory (Judge, 1997) .

وقد روعي عند صياغة المفردات عدة شروط منها: الصياغة الواضحة للبنود، أن تتسجم مفردات المقياس مع الهدف العام للمقياس، وقد وزعت مفردات المقياس بصورة عشوائية على مكوناته، ونوضح ذلك من خلال الجدول (5).



جدول (5)

التوزيع الدائري لفقرات المقياس

مج	أرقام المفردات	مكونات المقياس
10	36-33-29-25-21-17-13-9-5-1	العلاقات الإجتماعية
11	39-37-34-30-26-22-18-14-10-6-2	السعادة
10	38-35-31-27-23-19-15-11-7-3	الطمأنينة والأمن
8	32-28-24-20-16-12-8-4	الأسرة

العبارات الإيجابية لمقياس الرضا عن الحياة

(  
1،2،3،4،5،6،7،8،9،11،12،13،14،15،16،18،19،20،22،24،25،27،28،29،32،33،34،3  
(5،36،37  
العبارات السلبية ( 10، 17،21،23،26،30،31،38،39 )

الكفاءة السيكومترية للمقياس: وتتمثل في التحقق من ثبات المقياس وصدقه ، وقدرته على التمييز ،  
ونوضح ذلك فيما يلي:  
الثبات: تم حساب ثبات المقياس بعدة طرق نوضحها في الجدولين (6، 7):

جدول (6)

ثبات مكونات مقياس الرضا عن الحياة بطريقتي التجزئة النصفية – ألفا لكرونباخ

ألفا	معامل ارتباط التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون	القيم الإحصائية
0.794	0.767	المقياس ومكوناته
0.755	0.792	العلاقات الإجتماعية
0.776	0.707	السعادة
0.778	0.873	الطمأنينة والأمن
0.810	0.898	الأسرة
		الدرجة الكلية للمقياس

كما تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس بحساب معاملات الارتباط بين كل مفردة والمكون الذي تنتمي إليه، ويمكن توضيح ذلك من خلال الجدول (6)  
معامل ارتباط بيرسون، وقد تم ذلك بين المكونات والدرجة الكلية للمقياس، ونوضح ذلك في جدول (7).

جدول (7)

ثبات الإتساق الداخلي للمقياس (قيمة ر بين درجة المكون والدرجة الكلية للمقياس)

المكونات	قيمة (ر)
العلاقات الإجتماعية	0.719**
السعادة	0.865**
الطمأنينة والأمن	0.837**
الأسرة	0.779**

وبتحليل ما ورد في جدول (6) معامل ألفا لكرونباخ، التجزئة النصفية، و الإتساق الداخلي بين المكونات والمقياس ككل جدول (7) ، نستخلص أن معاملات الثبات بطريقة ألفا لكرونباخ بين (0.810، 0.755)، في حين كان معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون (0.898). بينما تراوحت قيمة التجزئة النصفية لمكونات المقياس والمقياس ككل بين (0.707 ، 0.898)، فيما انحصرت معاملات الارتباط بين مكونات المقياس والمقياس ككل بين (0.810، 0.898)، وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.01، مما يشير إلى ثبات المقياس.

**الصدق:** تم حساب الصدق لمقياس الرضا عن الحياة بعدة طرق ورغم تعدد الطرق إلا أنها تتكامل فكل طريقة تعالج معنى من معاني الصدق مما يعطي المعنى الشمولي للصدق ونوضح ذلك فيما يلي:

**صدق البناء والتكوين:** يتعلق صدق البناء بمدى تمثيل مفردات المقياس لمجال السلوك موضوع الدراسة، وفي سبيل تحقيق هذا النوع من الصدق تم تحليل النظريات والدراسات والمفاهيم المرتبطة بموضوع الدراسة ، كما تم تحليل مكونات المقاييس السابقة للرضا عن الحياة ، وذلك بهدف إشتقاق مفردات المقياس التي تغطي جوانب كبيرة من سلوك الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة، وقد سبق إيضاح ذلك في فقرة سابقة.

**صدق المحكمين:** في سبيل تحقيق هذا النوع من الصدق للمقياس تم عرض المقياس على أساتذة في القياس النفسي والصحة النفسية (ن=3) وقد تم إجراء التعديلات التي أوصوا بها، والمتمثلة في تعديل بعض المفردات وحذف بعضها الآخر، وإضافة البعض الثالث.

**القدرة على التمييز:** بإعتبارها مؤشر صدق، ويقصد بها حساب الفرق بين متوسط الدرجات فوق الوسيط ومتوسط الدرجات أسفل الوسيط في المقياس، وتتم هذه المقارنة عن طريق حساب الدلالة الإحصائية للفرق بين المتوسطين فإذا كان هناك دلالة إحصائية يمكن القول أن المقياس صادقاً. ونوضح ذلك في الجدول (8).

جدول (8)

قيم (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعات (تحت – أسفل) الوسيط

المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	القيم الإحصائية المقياس ومكوناته
أسفل الوسيط	30	18.0667	2.37709	23.239	0.01	العلاقات الاجتماعية
	30	28.5000	.62972			
أسفل الوسيط	30	18.2667	1.92861	26.090	0.01	السعادة
	30	29.3333	1.29544			
أسفل الوسيط	30	16.7333	2.09981	7.293	0.01	الطمأنينة والأمن
	30	20.7333	2.14851			
أسفل الوسيط	30	12.3000	2.00258	29.348	0.01	الأسرة
	30	23.3333	.47946			
أسفل الوسيط	30	68.4333	6.04400	26.241	0.01	الدرجة الكلية للمقياس
	30	102.0667	3.57128			

ويلاحظ من قيم جدول (8) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين مرتفعي ومنخفضي الدرجات، فإذا كانت القيمة أقل من ذلك تكون دالة، وأكثر من ذلك تكون غير دالة، وقد تبين أن جميعها دالة، مما يعني أن المقياس قادر على التمييز بين المجموعات الطرفية، ويعتبر ذلك مؤشراً للصدق.

**تصحيح المقياس:** إعتد المقياس على الصيغة الثلاثية إذ يقابل كل مفردة من مفردات المقياس ثلاثة إختيارات (دائماً، أحياناً، نادراً)، وعلى المفحوص اختيار أحد الخيارات التي تتفق مع توجهاته، وقد أعطيت لهذه الخيارات التقديرات التالية: نعم: 3 / أحياناً: 2 / لا: 1 في حالة الصياغة الإيجابية أما في حالة الصياغة العكسية فكانت نعم = 1، أحياناً = 2، لا = 3. وبذلك تتراوح مجموع درجات المفحوصين على مقياس الرضا عن الحياة بين (39) وهي أدنى درجة، و(117) وهي أعلى درجة.

الوصف الإحصائي لعينة البحث: تم إجراء الوصف الإحصائي لعينة الدراسة للوقوف على طبيعة العينة وحساب إعتدالية التوزيع وإيجاد قيمة المتوسط والوسيط والانحراف المعياري، بالإضافة إلى قيمة معامل الالتواء والخطأ المعياري لمعامل الالتواء، واتضح أن قيمة معامل الالتواء تتجاوز ضعف الخطأ المعياري لمعامل الالتواء لمكونات المتغيرات، وأن الفرق بين المتوسط والوسيط مقسوماً على الانحراف المعياري أقل من الواحد الصحيح لجميع المكونات، فضلاً عن أن حجم العينة أكبر من (ن=30)، ولذلك فقد تم استخدام الإحصاء البارامتري في المعالجات الإحصائية.

نتائج الدراسة ومناقشته : نعرض فيما يلي النتائج التي تم التوصل إليها على النحو التالي :  
الفرض الأول: ونصه "يتباين كلاً من الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة بتباين المتغيرات الديموجرافية (النوع- التخصص)"

وللتحقق من صحة هذا الفرض ، تم إجراء التحليل الإحصائي لدرجات العينة (ن=160) في مقياسي الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة باستخدام برنامج SPSS لإستجابات العينة على المقياسين السابقين، واستخلاص قيمة t.test ونوضح ذلك في جدول(9)، و جدول (10)  
أولاً بالنسبة لتباين الحيوية الذاتية بتباين المتغيرات الديموجرافية.

أ- تتباين الحيوية الذاتية بتباين (النوع) ونوضح ذلك في جدول (9)

جدول ( 9 )

قيمة (ت) لدلالة الفروق بين الذكور والإناث في الحيوية الذاتية

مستوى الدلالة	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	النوع	القيم الإحصائية المقياس ومكوناته
.044	2.028	4.123	24.43	60	ذكور	الحيوية الجسمية
		3.918	23.11	100	إناث	
.714	.367	3.912	23.52	60	ذكور	الحيوية الذهنية
		3.430	23.30	100	إناث	
.990	.012	3.544	24.18	60	ذكور	الحيوية الإنفعالية
		3.338	24.19	100	إناث	
.513	.656	4.174	26.37	60	ذكور	الحيوية الإجتماعية
		3.861	25.94	100	إناث	
.317	.979	12.694	98.50	60	ذكور	الدرجة الكلية
		11.495	96.54	100	إناث	

جدول ( 10 )

قيمة (ت) لدلالة الفروق بين التخصص الدراسي (علمي- أدبي) في الحيوية الذاتية ومكوناتها

القيم الإحصائية المقاييس ومكوناته	التخصص	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
الحيوية الجسمية	أدبي	110	23.44	3.878	.789	.431
	علمي	50	23.98	4.378		
الحيوية الذهنية	أدبي	110	23.45	3.711	.380	.704
	علمي	50	23.22	3.400		
الحيوية الإنفعالية	أدبي	110	23.33	3.613	.769	.443
	علمي	50	23.88	3.618		
الحيوية الإجتماعية	أدبي	110	26.02	3.825	.171	.864
	علمي	50	26.14	4.056		
الدرجة الكلية	أدبي	110	97.35	12.126	.124	.901
	علمي	50	97.60	12.696		

**مناقشة النتائج :** أظهرت نتائج التحليلات الإحصائية أن مكون الحيوية الجسمية فقط من ضمن مكونات الحيوية الذاتية يختلف باختلاف النوع ولا يتأثر باختلاف التخصص الدراسي ، ولكن لوحظ من خلال التحليل الإحصائي أنه بالرغم من تأثر الحيوية الجسمية بالنوع إلا أن باقي المكونات للحيوية الذاتية (الحيوية الذهنية ، الحيوية الإنفعالية ، الحيوية الإجتماعية) لا تختلف باختلاف النوع ، وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلاً من ( Ozcan, N. A., & Yaman, N 2020, ) فقد توصلت هذه الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الحيوية الذاتية ، وفي نفس السياق أكدت دراسة كلاً من ( Ekşi, H. , Erök Özkapu, D. & Ümmet, D.,2019 ) على 353 طالباً جامعياً ، ( 280 ) إناثاً و ( 73 ) من الذكور بمتوسط عمر ( 21.57 ) عاماً ، وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في متغيرات الدراسة ، وهذا ما أكدت عليه دراسة (Algharaibeh,2020) التي هدفت الكشف عن الفروق بين المرونة المعرفية والحيوية الذاتية حسب الجنس (ذكر وأنثى) وقدرة المرونة المعرفية كمؤشر للحيوية الذاتية ، على 189 طالباً جامعياً ، ( 77٪ ) من الإناث ، و ( 23٪ ) من الذكور ، وأشارت النتائج إلى أن الحيوية الذاتية لا تختلف باختلاف النوع ، في حين أن هذه النتيجة تختلف معها دراسة (Fayad, Y.I., Kazarian, S.S,2013) بعنوان الحيوية الذاتية وعلاقته بالمتغيرات الإجتماعية الديموغرافية ، على 301 بالغاً ، وكشفت نتائج الدراسة أن الحيوية الذاتية تختلف باختلاف النوع وأن هذه الفروق في اتجاه الذكور ، وهذا ما أكدت عليه نظرية

تقرير المصير (SDT) ، تم العثور على الوعي كما تم تقييمه بواسطة مقياس ESK ليكون إرتباطاً إيجابياً ومؤشراً للحبوية الذاتية ، كالذين سجلوا درجات أعلى في المعرفة الذاتية التجريبية أفادوا أيضاً بمستويات أعلى من الحبوية الذاتية .  
أما بالنسبة للحبوية الذاتية ومتغير التخصص الدراسي ( علمي – أدبي ) فقد وُجد أن مكونات الحبوية الذاتية ( الحبوية الجسمية ، الحبوية الذهنية ، الحبوية الإنفعالية ، الحبوية الإجتماعية ) لا تختلف باختلاف الأقسام العلمية والأدبية ، وهذا ما أكدت عليه دراسة (Algharaibeh,2020) التي هدفت التعرف على الفروق بين المرونة المعرفية والحبوية الذاتية حسب الخلفية التخصصية (العلمية والأدبية) على 189 طالباً جامعياً ، أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الحبوية الذاتية.

ثانياً بالنسبة لتباين الرضا عن الحياة بتباين المتغيرات الديموجرافية.

أ- يتباين الرضا عن الحياة ومكوناته بتباين(النوع)، ونوضح ذلك في جدول(11)

جدول(11)

قيمة (ت) لدلالة الفروق بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة

مستوى الدلالة	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	النوع	القيم الإحصائية المقياس ومكوناته
.724	.353	3.757	24.13	60	ذكور	العلاقات الإجتماعية
		3.590	23.92	100	إناث	
.240	1.179	3.905	24.15	60	ذكور	السعادة
		4.057	23.38	100	إناث	
.114	1.587	3.060	20.58	60	ذكور	الطمأنينة والأمن
		3.423	19.73	100	إناث	
.023	2.294	3.447	19.50	60	ذكور	الأسرة
		4.103	18.05	100	إناث	
.143	1.472	11.250	88.15	60	ذكور	الدرجة الكلية
		12.263	85.29	100	إناث	

ب- تباين الرضا عن الحياة بتباين التخصص الدراسي، ونوضح ذلك في جدول(12)

جدول ( 12 )

قيمة (ت) لدلالة الفروق بين التخصص الدراسي(علمي- أدبي) في الرضا عن الحياة ومكوناتها

مستوى الدلالة	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	التخصص	القيم الإحصائية المقياس ومكوناته
.908	.115	3.837	24.03	110	أدبي	العلاقات الإجتماعية
		3.364	24.10	50	علمي	

.540	.614	4.192	23.80	110	أدبي	السعادة
		3.585	23.38	50	علمي	
.898	.129	2.871	20.00	110	أدبي	الطمأنينة والأمن
		3.500	20.07	50	علمي	
.105	1.631	4.001	18.25	110	أدبي	الأسرة
		3.673	19.34	50	علمي	
.745	.326	12.589	86.15	110	أدبي	الدرجة الكلية
		10.470	86.82	50	علمي	

**مناقشة النتائج:** في ضوء الشواهد الميدانية، وتحليل نتائج الدراسات السابقة، وكذلك تحليل النظريات المرتبطة بالمتغيرات فقد وُجد عدم وجود فروق في مستوى الرضا عن الحياة بين الذكور والإناث ودراسة (Zulling ; huebner & Pun, 2009) التي هدفت بحث الفروق بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة الأمريكيين ممن تتراوح أعمارهم بين (18: 23) عاماً ولم تسفر النتائج عن وجود أية فروق دالة بين الذكور والإناث ، وفي نفس السياق كانت دراسة (Ayub, 2010) التي أجريت على عينة قوامها (200: 100 من الذكور، و 100 من الإناث) من طلبة الجامعة بباكستان تتراوح أعمارهم بين (18: 21) عاماً وتوصلت لعدم وجود أية فروق بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة. وإختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (Denise, M. Dametto et al , 2016). بعنوان الارتباط بين الحيوية الذاتية و نقاط القوة الشخصية والرضا عن الحياة على 186 طالب جامعي ، 62.9% من النساء و 37.1% من الذكور ، وأظهرت النتائج إختلافات كبيرة بين الجنسين في إتجاه الإناث . ودراسة (Joshaneloo & Afshari, 2011) التي أجريت على (235) طالباً جامعياً (175 إناثاً، 60 ذكوراً) من تخصصات دراسية مختلفة متوسط أعمارهم 20.56 عاماً ، وأسفرت النتائج عن أن الإناث حصلن على معدلات أعلى من الذكور بشكل دال في الشعور بالرضا عن الحياة ، أما دراسة (Fadaei & Tamini , 2011) على عينة من طلبة الجامعة بإيران قوامها (300: 148 ذكوراً، و 152 إناثاً) وأسفرت النتائج عن وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة تجاه الذكور، ودراسة كلاً من (Unuvar ; Avsaroglu & Uslu, 2012) على (479: 186 إناثاً، و 293 ذكوراً) من طلبة الجامعة ، وتوصلوا إلى وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة في إتجاه الإناث، ويؤيد هذه النتيجة ما توصل إليه (Ozben, 2012) من دراسته التي إعتمدت على (525: 258 إناثاً، و 267 ذكوراً) من طلبة الجامعة بتركيا متوسط أعمارهم (21.58 عاماً) ، وأشارت النتائج إلى إرتفاع معدل الرضا عن الحياة بشكل دال لدى الإناث مقارنة بالذكور.

أما بالنسبة للرضا عن الحياة ومتغير التخصص الدراسي (علمي – أدبي) فقد وُجد عدم وجود فروق في مستوى الرضا عن الحياة بين الشعب العلمية والشعب الأدبية وإتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة

(شقورة، 2012) على (600) طالب وطالبة، و توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق في الرضا عن الحياة تعزى لمتغيرات التخصص الدراسي ، كما أوضحت نتائج الدراسة إلى وجود فروق في جميع أبعاد المرونة النفسية لصالح الذكور، و في نفس السياق كانت دراسة (Diener, 2000) لدى (500) من الطلبة الذكور والإناث، و توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق جوهرية دالة إحصائياً بين التخصص العلمي والأدبي ، وهذا ما أكدت عليه دراسة (مروة إبراهيم، 2011) على ( 3035 ) من طلبة الجامعة، وأسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق بين الطلاب تعزى للتخصص الدراسي (علمي ، أدبي) ، وعدم وجود فروق بين الطلاب تعزى للنوع (ذكور، إناث) مقياس الرضا عن الحياة ، في حين اختلفت هذه الدراسة مع دراسة (الجهوري، 2004) على (1055) طالباً وطالبة، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائياً في التفاؤل والرضا عن الحياة تعزى للجنس ولصالح الذكور، وكذلك أشارت النتائج إلى أن طلبة التخصصات العلمية أكثر رضا عن الحياة وتفاؤلاً عن طلبة التخصصات الأدبية .

ويمكن أيضاً تفسير ذلك في ضوء النظريات المختلفة :

1- نظرية تقرير الذات كما أشار (Deci&Ryan,1985) فالحيوية الذاتية ترتبط بالدافعية وتظهر

من خلال بعض السلوكيات كالفضول ، والإستكشاف ، والرغبة في تجريب كل ما هو جديد ، إذ أن الظروف المؤدية للدافعية ترتبط بإحساس الفرد بالحيوية الذاتية ، وإن إفتقاد الفرد للحيوية الذاتية يؤدي لزيادة احتمالات معاناته وقد يصل إلى الإحترق النفسي ، و يتم إرجاع عدم وجود فروق في المتغيرات الديموجرافية ( كالنوع ، والتخصص الدراسي ) إلى أن الحيوية الذاتية سمة دافعية تنبع من داخل الفرد بغض النظر عن نوعه أو تخصصه الدراسي ، فهي سمة تميز الأشخاص وتجعلهم لا يفقدون همتهم ونشاطهم ويثقون في قدرتهم على تحقيق النجاح بغض النظر عن التحديات التي تقابلهم ، فقد نجد أفراد ببعض التخصصات الدقيقة ولكنهم يفقدون الدافعية والطاقة والحيوية ، وعلى العكس ، ومن ثم فهي سمة داخلية تعتمد على إذا كان الفرد لديه هدف واضح يسعى لتحقيقه أم لا بغض النظر عن المعوقات التي تواجهه .

2- نظرية ماسلو وهي من النظريات المهمة في تفسير الرضا عن الحياة وأكثرها شيوعاً، وتركز

هذه النظرية على درجة إشباع حاجات الفرد الأساسية حسب ترتيبها في سلم هرمي مقسم إلى خمس فئات ، وهي الحاجات الأساسية التي تساعد في إبقاء الفرد واستمراريته (كالحاجة إلى الأكل، والحاجة إلى الشعور بالأمان ، والاطمئنان ، والاستقرار، والتقدير ) (عباس وعلي، 1999) إن هذه الحاجات أكثر المجموعات قوة لرضا الفرد عن حياته حيث يجب إشباعها بدرجة ما قبل أن تنبعث الحاجات الأخرى وإذا بقيت حاجة منها دون تحقيق أو إشباع فإنها تسيطر على جميع الحاجات المتبقية، وإذا ما أشبعت هذه الحاجات بشكل معقول تظهر الحاجات التالية كمحرك أو كدافع وتصبح الحاجات المشبعة ، وهي الفسيولوجية غير محركة أو دافعة للسلوك هذه النظرية تتوقع لوضع الفرد في حياته إنه لا يتم الرضا حتى يتم إشباع الحاجات الأساسية (العيدروس، 1989).

3- نظرية كارل روجرز ويعتقد أن القوة الدافعة الأساسية عند الإنسان هي تحقيق الذات ، ورغم أن

الدافع نحو تحقيق الذات دافع ولادى إلا أن التعلم والخبرات التي يتعرض لها الفرد تؤثر على هذا الدافع ، وإن هدف تحقيق الذات في نظر روجرز هو الوصول إلى أعلى مستوى من



الصحة النفسية وهي حالة يسميها " كمال الوظيفة " ، والفرد الكامل الوظيفة يتميز بالإنفتاح على كل الخبرات والتجارب ، ويميل أن يعيش في كل لحظه من وجوده ، كما يتميز بإحساس بالحرية في الفكر والعمل ، هذا إلى قدر كبير من الإبتكارية .

الفرض الثاني ونصه " الحيوية الذاتية تنبئ بالرضا عن الحياة لدي طلبة الجامعة " وللتحقق من صحة الفرض عولجت إستجابات العينة بإستخدام الإنحدار الخطي البسيط ( Simple liner Regression)، ونوضح ذلك في جدول (13) :

جدول(13) معامل الارتباط الخطي لحساب التنبؤ بالرضا عن الحياة

R	R-squar	Sig
.785	.599	.000

جدول (14) نتائج تحليل الإنحدار

النموذج	B	الخطأ المعياري	بيتا	ت	Sig
المقدار الثابت الحيوية الذاتية	B0	35.330	.731	2.735	.000
	B1	.860	.091	8.995	

من الجدول (14) يمكن صياغة معادلة الإنحدار كالتالي  $Pretexted y = b_0 + b_1x$

$$Pretexted y = 35.330 + .860x$$

مناقشة نتائج الفرض الثاني: نستخلص من الجدول (13) بأن هناك علاقة طردية قوية بين المتغيرين الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة. ومن جدول(14) وكذلك معادلة الإنحدار يمكن القول أنه كلما زادت الحيوية الذاتية (x) بمقدار وحدة واحدة زاد الرضا عن الحياة (y) بمقدار (0.860)، أي أن نسبة الثقة في التنبؤ بمستوى الرضا عن الحياة من خلال مقياس الحيوية الذاتية تساوي 86%، وبالتالي فإن هناك تأثير ملحوظ للحيوية الذاتية على الرضا عن الحياة .

وفي ضوء ما سبق فإن الحيوية الذاتية تعتبر منبئ للرضا عن الحياة، وهذا ما أكدت عليه دراسة كل من ( Ali Akbar et al.,2010)، ودراسة (Akin,2014) ، ودراسة ( Denise, M. ,2016 )، و (Dametto et al ) .

الفرض الثالث ونصه "ثمة عوامل نفسية واجتماعية ترتبط بالحيوية الذاتية"

وللتحقق من صحة هذا الفرض عولجت استجابات (ن=160) على مفردات مقياس الحيوية الذاتية عاملياً بإستخدام طريقة المكونات الأساسية "Principal Components" لما تتسم به هذه الطريقة من استخلاص أقصى تباين ممكن، ثم أعقب ذلك تدوير العوامل المستخرجة تدوراً متعامداً بطريقة Varimax واستبعدت العبارات التي يقل تشبعها عن (0.300)، وبناءً على المحكات السابقة أسفر التحليل العاملي للحيوية الذاتية عن أربعة عوامل، ويمكن تفسير هذه العوامل على النحو التالي:

**العامل الأول:** يتضمن العامل الأول بعد التدوير 12 مفردة تراوحت تشبعاتها بين (625)، (789)،  
والجدول (15) يتضمن متغيرات العامل الأول (الحيوية الجسمية).

**جدول (15) العامل الأول (الحيوية الجسمية)**

درجة التشبع	مفردات العامل
.789	أمارس الرياضة بشكل منتظم .
.788	أسعى لتحقيق طموحاتي في الرياضة .
.791	قدراتي الجسمية مناسبة.
.777	شكل جسمي مقبول.
.689	أتعب عند بذل أى مجهود.
.636	أنام بسهولة في موعدى.
.625	أؤدي مهمى بكفاءة.
.723	شهيتى للأكل ضعيفة.
.623	أجرى لمدة طويلة دون تعب.
.669	أنا شخص ممتلىء بالطاقة.
.635	أتمتع بصحة جيدة.
.788	أتناول غذاء صحى.

**العامل الثانى:** يتضمن العامل الثانى بعد التدوير 11 مفردة تراوحت تشبعاتها بين (501)، (770)،  
والجدول (16) يتضمن متغيرات العامل الثانى (الحيوية الذهنية).

**جدول (16) العامل الثانى (الحيوية الذهنية)**

درجة التشبع	مفردات العامل
.770	أعمل الأشياء الجديده.
.633	أنسى ما أتعلمه.
.596	نتائجى في الإمتحانات مميزه.
.501	يصعب عليّ فهم ما أقرأه.
.764	يصعب عليّ متابعة مصادر المعلومات.
.581	الإجابة على أسئلة المحاضر صعبة.
.637	أسعى لتعلم كل جديد.
.554	أقرأ لمؤلفين ذوى الاتجاهات المختلفة.
.642	أخذ قرارات صحيحة عند مواجهه المشكلات.
.629	أجد حلولاً إبداعية لمشكلاتى.
.728	أحدد نقاط القوة والضعف فى شخصيتى.

العامل الثالث: يتضمن العامل الثالث بعد التدوير 11 مفردة تراوحت تشبعاتها بين (501)، (835)، والجدول (17) يتضمن متغيرات العامل الثالث (الحيوية الإنفعالية).

جدول (17) العامل الثالث (الحيوية الإنفعالية)

مفردات العامل	درجة التشبع
أتطلع لمستقبل أفضل.	.654
ضبط إنفعالاتي أمر صعب .	.786
أنظر الى الجانب المبهج من الاشياء.	.764
مشاكلي الشخصية صعبة الحل .	.520
أميل للكشف عن مشاعري.	.798
أتحكم بانفعالاتي عند المخاطر.	.612
أطمئن نفسي في المواقف الخطرة.	.655
أجعل جسمي يرتاح عندما أتوتر.	.501
أغضب لأتفه الأسباب .	.783
أراقب ذاتي.	.773
أحاسب ذاتي على ما أفعله.	.835

العامل الرابع: يتضمن العامل الرابع بعد التدوير 11 مفردة تراوحت تشبعاتها بين (562)، (865)، والجدول (18) يتضمن متغيرات العامل الرابع (الحيوية الإجتماعية).

جدول (18) العامل الرابع (الحيوية الإجتماعية)

مفردات العامل	درجة التشبع
أجد صعوبة في إقامة الصداقات .	.865
أصدقائي كثيرون.	.756
أقوم بعدد من النشاطات مع أصدقائي.	.562
أسعى لأكون محبوباً.	.806
أتمتع بشعبية بين زملائي.	.641
أسعد بوجودي مع الآخرين.	.742
علاقتي بأسرتي تتسم بالدفء .	.565
أتعاطف مع زملائي وقت الازمات.	.672
يصعب عليّ تكوين علاقة جديدة مع الاخر.	.743
لدي صعوبة في الاحساس بمشاعر الاخرين.	.694
أفتقد روح التفاهم مع الآخرين .	.666

في ضوء ما تقدم، وبالاستناد إلى نتائج التحليلات الإحصائية التي عولجت بموجبها إستجابات أفراد العينة على كل من مقياس الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة وجدت علاقة إيجابية بين كلاً من الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة ، وأن ثمة عوامل نفسية وإجتماعية مرتبطة بالحيوية الذاتية حددت بموجب التحليل العاملي بالعوامل التالية (الحيوية الجسمية – الحيوية الذهنية – الحيوية الإنفعالية – الحيوية الإجتماعية).

**توصيات الدراسة:** في ضوء نتائج الدراسة والشواهد الميدانية للسياق الإجتماعى والنفسى لعينة الدراسة نصوغ بعض التوصيات بشكل إجرائى على النحو التالى :

- 1- عقد ندوات وورش عمل للطلاب لتوعيتهم بأهمية الحيوية الذاتية ومكوناتها وأهميتها لتمتع الفرد بصحة نفسية سوية وشعور الفرد بالرضا عن حياته.
- 2- عقد دورات تحت الطالب وتعزز دافعيته للحياة الأكاديمية ، وتشجعه على خوض تجارب جديدة دون خوف أو تردد.
- 3- عمل ورش عمل لتعزيز السلوك الإيجابى والمرونة المعرفية لدى طلبة الجامعة.

#### بحوث مقترحة:-

- 1- تنمية الحيوية الذاتية لرفع مستوى الدافعية لدى طلبة الدراسات العليا.
- 2- الحيوية الذاتية وعلاقتها بالرضا الوظيفى لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بالجامعات .
- 3- التدفق والحيوية الذاتية كعوامل منبئة بالإندماج الأكاديمى والإجتماعى فى البيئة التعليمية لدى طلبة الجامعة .
- 4- تنمية الحيوية الذاتية لزيادة المرونة المعرفية لدى طلبة الجامعة.
- 5- العلاقة بين النشاط البدني وطيب الحياة والحيوية الذاتية لدى كبار السن .

## قائمة المراجع:-

- المجدلاوي، ماهر يوسف (2012). العوامل الخمس الكبرى للشخصية كمنبئ بسلوك المخاطرة الناجمة عن الاحتلال لدى عينة من الصيادين في قطاع غزة. مجلة جامعة سرت للعلوم الانسانية، (2)، 289-320.
- أرجيل ، مايكل (1993). سيكولوجية السعادة. (فيصل عبد القادر، مترجم). مجلة عالم المعرفة. العدد 0(175) الكويت.
- البناء، كمال (1987). التوافق النفسي للمديرين "دراسة العلاقة بين النمط الإداري ونوع الاضطرابات السيكوسوماتية في الصناعة. [رسالة دكتوراه، جامعة عين شمس].
- حنورة ، مصري (1998). الشخصية والصحة النفسية. مكتبة الأنجلو المصرية. القاهرة.
- الدسوقي، مجدى (1999). مقياس الرضا عن الحياة. القاهرة. مكتبة الأنجلو المصرية.
- راجح ،أحمد (1979). أصول علم النفس ( ط 11). القاهرة: دار المعارف
- رفعت ، أحمد (2013). طبيعة العلاقة بين الاليكسيثيميا والشكاوى الجسمية والرضا عن الحياة. المجلة العلمية لكلية الآداب-جامعة أسيوط ، 16(46)، 9-70.
- الشرابيني ، لطفي (2001). موسوعة المصطلحات النفسية. دار النهضة العربية، بيروت.
- شعبان علوان، و نعمات (2008). المعلم المبدع وفن المنتورية.
- شقورة ، يحي (2012). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية. [رسالة ماجستير، جامعة الأزهر] ، فلسطين، غزة.
- الشيخ ، عبد السلام (1994). الأسس النيوروسيكولوجية للاضطرابات النفسية: نظريا وتطبيقيا. طنطا. مطبعة جامعة طنطا.
- صديق ، محمد (1999). الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المودعين في شركات توظيف الأموال [رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المنيا].
- صفاء عبد الزهرة الجمعان ، و فاطمة سلمان داود العبادي. (2018). صورة الذات العامة وعلاقتها بالتمرد النفسي لدى طلبة مرحلة الدراسة المتوسطة. Journal of Basra researches for Human Sciences, 43(1).
- عبد الخالق ، أحمد محمد (2008). الرضا عن الحياة في المجتمع الكويتي، مجلة دراسات نفسية، مجلد 18، العدد (1)، 121- 135.
- عبد الستار إبراهيم، وعبد الله عسكر (1999). علم النفس الإكلينيكي في ميدان الطب النفسي ( ط 2). مكتبة الأنجلو المصرية.
- عبد المولى ،صابر حجازي (1994). دراسة للرضا عن الحياة وبعض المتغيرات النفسية والبيئية. مجلة البحث في التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة المنيا، المجلد السابع، العدد (4) يناير.

- عجاج ، خيرى (2002). النكاء الوجداني "الأسس والنظرية والتطبيقات". القاهرة. مكتبة زهراء الشرق للطباعة والتوزيع.
- عكاشة ، احمد (1998). الطب النفسي المعاصر. مكتبة الأنجلو المصرية. القاهرة.
- العلوان، بشير (2006). الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات : دراسة مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي للمعاقين حركياً فى الأردن [ رسالة دكتوراه منشورة ] .كلية الدراسات العليا . الجامعة الأردنية .
- فرج ، صفوت (1991). التحليل العاملي في العلوم السلوكية. القاهرة: الأنجلو المصرية.
- قريشي ، عبد الكريم (2004). المرض والتكتم (المفهوم وعلاقته بالصحة. ورقلة . الجزائر.
- النملة ،و عبد الرحمن بن سليمان (2013). تقدير الذات وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية الدارسين باستخدام الإنترنت. 40. Dirasat: Educational Sciences.
- اليوسفي، مشيرة (2002). الشخصية و بعض أنماطها. مطبعة العلم. المنيا.

#### References:

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self determination in human behavior. New York: Plenum.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. In R. Dienstbier (Ed.), Nebraska Symposium on Motivation: Vol
- Deci, E. L., Koestner, R., & Ryan, R. M. (1999). A meta-analytic review of experiments examining the effects of extrinsic rewards on intrinsic motivation. *Psychological bulletin*, 125(6), 627.
- Diener, Ed, et al. (2000) "Positivity and the construction of life - satisfaction judgments: Global happiness is not the sum of its parts." *Journal of happiness studies* 1.2: 159-176.
- Maslach, Christina. (2001) "What have we learned about burnout and health?." *Psychology & health* 16.5: 607-611.
- Afari, Niloofer, and Dedra Buchwald. (2003)"Chronic fatigue syndrome: a review." *American Journal of Psychiatry* 160.2: 221-236.
- AJRI, Z. (2017). RELATIONSHIP BETWEEN LIFE ASPIRATIONS, SATISFACTION OF PSYCHOLOGICAL NEEDS, SUBJECTIVE VITALITY AND HAPPINESS AMONG UNDERGRADUATE STUDENTS OF RESEARCH UNIVERSITIES IN MALAYSIA.
- Algharaibeh, Salem Ali Salem. (2020) "Should I ask for help? The role of motivation and help-seeking in students' academic achievement: A path analysis model." *Cypriot Journal of Educational Sciences* 15.5: 1128-1145.

- Azaria, A., Ekblaw, A., Vieira, T., & Lippman, A. (2016, August). Medrec: Using blockchain for medical data access and permission management. In 2016 2nd international conference on open and big data (OBD) (pp. 25-30). IEEE.
- Blackwell, J., Miksza, P., Evans, P., & McPherson, G. E. (2020). Student vitality, teacher engagement, and rapport in studio music instruction. *Frontiers in psychology*, 11, 1007.
- Brantjes, N. P. M., et al. (2012) "Correcting systematic errors in high-sensitivity deuteron polarization measurements." *Nuclear Instruments and Methods in Physics Research Section A: Accelerators, Spectrometers, Detectors and Associated Equipment* 664.1: 49-64.
- Çelik, E. (2017). Examining the mediating effect of subjective vitality in the proactive personality and life satisfaction relationship. *International Journal of Happiness and Development*, 3(4), 289-302.
- Chen, Y., Yao, M., & Yan, W. (2014). Materialism and well-being among Chinese college students: The mediating role of basic psychological need satisfaction. *Journal of Health Psychology*, 19(10), 1232-1240.
- Cockrum, R. R. (2002). Do ACT/SAT test scores impact in any way students' perceptions regarding their academic ability. Saint Louis University.
- D'Arminio Monforte, Antonella, et al. (2012) "HIV-infected late presenter patients." *AIDS Research and Treatment* .
- Diener, E. D., et al. (1985) "The satisfaction with life scale." *Journal of personality assessment* 49.1: 71-75.
- Diener, Ed. (2000) "Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index." *American psychologist* 55.1: 34.
- Dolunay Cuğ, F. (2015). Self-forgiveness, self-compassion, subjective vitality, and orientation to happiness as predictors of subjective well-being.
- Dunson, David B., Zhen Chen, and Jean Harry. (2003) "A Bayesian approach for joint modeling of cluster size and subunit-specific outcomes." *Biometrics* 59.3: 521-530.
- Fayad, Yasmine I., and Shahe S. Kazarian. (2013) "Subjective vitality of Lebanese adults in Lebanon: Validation of the Arabic version of the Subjective Vitality Scale." *Social indicators research* 114.2: 465-478.
- Felce, D., & Perry, J. (1995). Quality of life: Its definition and measurement. *Research in developmental disabilities*, 16(1), 51-74.
- Fini, Ali Akbar Sheikhi, et al. (2010) "Subjective vitality and its anticipating variables on students." *Procedia-Social and Behavioral Sciences* 5: 150-156.
- Gaiser, Brigitte, and Richard Linxweiler. (2017) "Aufgabenbereiche und aktuelle Problemfelder der Markenführung." *Brand evolution*. Springer Gabler, Wiesbaden,. 99-121.

- Garg, N., & Sarkar, A. (2020). Vitality among university students: exploring the role of gratitude and resilience. *Journal of Organizational Effectiveness: People and Performance*.
- Grillo, R. (2007). An excess of alterity? Debating difference in a multicultural society. *Ethnic and Racial Studies*, 30(6), 979-998.
- Halil, E. K. Ş. İ., Deniz Erök Özkapu, and Durmuş Ümmet. (2019) "Üniversite öğrencilerinde psikolojik kırılma ile öznel zindelik arasındaki ilişkide genel psikolojik sağlığın aracı rolü." *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 7.5: 183-190.
- Huebner, Bryce, Susan Dwyer, and Marc Hauser. (2009) "The role of emotion in moral psychology." *Trends in cognitive sciences* 13.1: 1-6.
- Joshano, Mohsen, and Samaneh Afshari. (2011) "Big five personality traits and self-esteem as predictors of life satisfaction in Iranian Muslim university students." *Journal of Happiness Studies* 12.1: 105-113.
- Kasser, Virginia Grow, and Richard M. Ryan. (1999) "The relation of psychological needs for autonomy and relatedness to vitality, well-being, and mortality in a nursing home 1." *Journal of Applied Social Psychology* 29.5: 935-954.
- Khalkhali, Vali, and Seiyed Moosa Golestaneh. (2011) "Examining the impact of teacher motivational style and competition result on students' subjective vitality and happiness in physical education." *Procedia-Social and Behavioral Sciences* 15: 2989-2995.
- Kubzansky, Laura D., and Rebecca C. Thurston. (2007) "Emotional vitality and incident coronary heart disease: benefits of healthy psychological functioning." *Archives of general psychiatry* 64.12: 1393-1401.
- Marklund, L., Behnam-Motlagh, P., Henriksson, R., & Grankvist, K. (2001). Bumetanide annihilation of amphotericin B-induced apoptosis and cytotoxicity is due to its effect on cellular K<sup>+</sup> flux. *Journal of Antimicrobial Chemotherapy*, 48(6), 781-786.
- Maslow, Abraham H., John J. Honigmann, and Margaret Mead. (1970) "Synergy: Some Notes of Ruth Benedict 1." *American Anthropologist* 72.2: 320-333.
- Mason, Oliver, et al. (2005) "Alexithymia: its prevalence and correlates in a British undergraduate sample." *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice* 78.1: 113-125.
- Moliver, Nina. (2016) Psychological wellness, physical wellness, and subjective vitality in long-term yoginis over 45. Diss. Northcentral University, 2010.



- Neves de Jesus, S., Leal, A. R., Viseu, J., Matavelli, R. D., Pereira, J., Greenglass, E., & Pinto, P.. Coping as a moderator of the influence of economic stressors on psychological health. *Análise Psicológica*, 34(4), 365-376.
- Olsen, E., Duvic, M., Frankel, A., Kim, Y., Martin, A., Vonderheid, E., & Nichols, J. (2001). Pivotal phase III trial of two dose levels of denileukin diftitox for the treatment of cutaneous T-cell lymphoma. *Journal of Clinical Oncology*, 19(2), 376-388.
- Ozcan, Neslihan Arici, and Neslihan Yaman. (2020) "The mediating role of spiritual orientation and subjective vitality in university students." *Cypriot Journal of Educational Sciences* 15.5: 909-922.
- Palmer, B., Donaldson, C., & Stough, C. (2002). Emotional intelligence and life satisfaction. *Personality and individual differences*, 33(7), 1091-1100.
- Park, Nansook, Christopher Peterson, and Martin EP Seligman. "Strengths of character and well-being: A closer look at hope and modesty." (2004): 628-634.
- Reeves, M. B., et al. (2005) "An in vitro model for the regulation of human cytomegalovirus latency and reactivation in dendritic cells by chromatin remodelling." *Journal of General Virology* 86.11: 2949-2954.
- Reis, Harry T., et al. (2000) "Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness." *Personality and social psychology bulletin* 26.4: 419-435.
- Richards, Jack C., and Richard W. Schmidt. *Longman dictionary of language teaching and applied linguistics*. Routledge, 2013.
- Ryan, Richard M., and Christina Frederick. (1997) "On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being." *Journal of personality* 65.3: 529-565.
- Saha, R. A., Ayub, A. F. M., & Tarmizi, R. A. (2010). The effects of GeoGebra on mathematics achievement: enlightening coordinate geometry learning. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 8, 686-693.
- Sampaio, Á. R. R., Bousquat, A., & Barros, C. (2016). Contato pele a pele ao nascer: um desafio para a promoção do aleitamento materno em maternidade pública no Nordeste brasileiro com o título de Hospital Amigo da Criança. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 25, 281-290.
- Schmitz, H., & Knorrinda, P. (2000). Learning from global buyers. *Journal of development studies*, 37(2), 177-205.
- Talbot, F., & Nouwen, A. (2000). A review of the relationship between depression and diabetes in adults: is there a link?. *Diabetes care*, 23(10), 1556-1562.
- Tamini, Bahman Kord, and Atefeh Fadaei. (2012) "Relationship between Islamic beliefs and psychological well-being." *Psychology Research* 1.1 (2011): 52-59.

- Ünivar, Safak, Selahattin Avsaroglu, and Mustafa Uslu. "An evaluation of optimism and life satisfaction of undergraduate students in the school of tourism and hotel management." Asian Social Science 8.12: 140.
- Uysal, R., Satici, S. A., & Akin, A. (2013). Mediating effect of Facebook® addiction on the relationship between subjective vitality and subjective happiness. Psychological reports, 113(3), 948-953.
- Van Reekum, Robert, Donald T. Stuss, and Laurie Ostrander. (2005) "Apathy: why care?." The Journal of neuropsychiatry and clinical neurosciences 17.1: 7-19.
- Veenhoven, R. (2012). Happiness: Also known as "life satisfaction" and "subjective well-being". In Handbook of social indicators and quality of life research (pp. 63-77). Springer, Dordrecht.
- World Health Organization, and International Society of Hypertension Writing Group. (2003) World Health Organization (WHO)/International Society of Hypertension (ISH) statement on management of hypertension." Journal of hypertension 21.11: 1983-1992.
- Yamada, K., Chen, T., Kumar, G., Vesnovsky, O., Topoleski, L. T., & Payne, G. F. (2000). Chitosan based water-resistant adhesive. Analogy to mussel glue. Biomacromolecules, 1(2), 252-258.

## (Subjective Vitality As A Determinant of Life Satisfaction among University Students)

Shaima Sayed Ahmed Ali

(PHD)Degree- Department of Psychology

Faculty of Women for Arts, Science & Edu, Ain Shams University - Egypt

[Shaimaasayed24@yahoo.com](mailto:Shaimaasayed24@yahoo.com)

Prof./ Hamdy Mohamed Yassin

Professor of Psychology

Faculty of Women for Arts, Science & Edu

Ain Shams University – Egypt

[Hamdy.mohamedyassin@women.asu.edu.eg](mailto:Hamdy.mohamedyassin@women.asu.edu.eg)

Prof.// Nadia Emile Banna

Professor Psychology

Faculty of Women for Arts, Science & Edu

Ain Shams University - Egypt

[dr.nadiabanna@yahoo.com](mailto:dr.nadiabanna@yahoo.com)

### ABSTRACT

This present study tackles with the potentiality of predicting life satisfaction through what the students' subjective vitality contributes to, as well as examining the demographic variables (type-specialty) affecting the study variables; detecting as well, the psychological factors associated with subjective vitality. The study sample consisted of (n = 160) items selected from university students, whose ages ranged from (19-21 years old) With mean (20,166), standard deviation (1.1058), divided into (100 females from the Faculty of Women, Ain Shams University), and (60 males, selected from Ain Shams University). The subjective vitality scale and life satisfaction scale (designed by researchers) were applied to those students. The results of the study confirmed that there is a strong positive correlation between subjective vitality and life satisfaction for students. Also, subjective vitality does not differ according to gender and specialization, while life satisfaction does not differ according to different demographic variables. The results of the study showed the contribution of subjective vitality in predicting life satisfaction for university students, and that the factor analysis resulted in several specific factors for self-vitality represented in the following: (physical vitality – mental vitality – emotional vitality – social vitality)

**Keywords:** Subjective vitality - life satisfaction - university students.