الشعور بالسعادة وعلاقته بالثقة بالنفس لدى عينة من طلاب الصف الثاني الثانوي في مدارس مدينة دمشق الرسمية

الدكتورة: منى الحموي

قسم علم النفس – كلية التربية – جامعة دمشق

ملخص البحث

هدف البحث إلى تعرف العلاقة بين الشعور بالسعادة وعلاقته بالثقة بالنفس لدى عينة من طلاب الصف الثاني الثانوي في مدارس مدينة دمشق الرسمية ، والكشف عن الفروق في الشعور بالسعادة والثقة بالنفس حسب متغير الجنس، وبلغت العينة 197 طالباً وطالبة توزعت كالتالي: (101 إناث + 96 ذكور) تم سحبها بالطريقة المتيسرة ، أما أدوات البحث فاستخدم مقياس الشعور بالسعادة قائمة اكسفورد :من إعداد أرجايل وهيلز Argyle & Hills (2002) ومقياس الثقة بالنفس :من إعداد زينات يمينة (2021) ، وتوصل البحث للنتائج التالية : جاء مستوى الشعور بالسعادة لدى أفراد عينة البحث متوسطاً وبنسبة بلغت (68.53%)، ومستوى الثقة بالنفس أيضاً متوسطاً وبنسبة بلغت (56.85%)، كما وجد علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين درجات أفراد عينة البحث على مقياسي الشعور بالسعادة والثقة بالنفس؛ أي كلما ارتفعت درجة السعادة عند أفراد عينة البحث ارتفعت درجة الثقة بالنفس لديهم ، ولم توجد فروق ذات دلالة بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياسي السعادة والثقة بالنفس تبعاً لمتغير الجنس.

الكلمات المفتاحية: الشعور بالسعادة – الثقة بالنفس .

Feeling of happiness and its relationship to self-confidence
I have a sample of students in the second year of secondary school in the official schools of the city of Damascus

Abstract

The aim of the research is to know the relationship between feeling happiness and its relationship to self-confidence among a sample of second-year secondary students in the official Damascus city schools, and to reveal the differences in feelings of happiness and self-confidence by gender variable. The sample amounted to 197 male and female students, distributed as follows: (101 females + 96 males).) It was withdrawn in the available way, and the research tools used the Oxford List of Feeling of Happiness Scale: prepared by Argyle & Hills (2002) and the Self-Confidence Scale: prepared by Zeinat Yamina (2021), and the research reached the following results: The level of happiness among the members of the research sample was average. At a rate of (68.53%), the level of self-confidence is also medium, at a rate of (56.85%), It also found a positive and significant correlation between the scores of the research sample members on the scales of happiness and self-confidence; That is, the higher the degree of happiness among the members of the research sample, the higher the degree of their self-confidence, and there were no significant differences between the mean scores of the research sample members on the scales of happiness and self-confidence according to the gender variable.

Keywords : feeling happy - self-confidence .

1 – المقدمة :

الشعور بالسعادة هو الأمنية التي تداعب خيال وتفكير كل إنسان ويجدُ السعي إليها ، ليعيش هذه المشاعر الجميلة والتي يصفها البشر عموماً بصفات كالفرح والسرور والمتعة والطمأنينة والرضا عن الحياة وتحقيق الذات ....وغيرها من الصفات ،وقليلاً ما تم الاتفاق حول مفهوم الشعور بالسعادة حيث تعددت وجهات النظر حوله، فالبعض يرون السعادة في الأشياء المادية وحيازتها والتمتع بها ، والبعض الآخر يراها في التحليق بمشاعر سامية ومعنوية وروحية أحياناً ، وكثيرون يرونها ثمرة النجاح في الحياة من(عمل، وتحصيل أكاديمي والأسرة وتحقيق الأحلام التي خططوا لها) .

كما تعد الثقة بالنفس من أهم سمات الشخصية للفرد وأساس في بناءه النفسي ونموه الشخصي ، وهي من صفات الشخصية السليمة والمتكيفة في كافة مجالات الحياة ، حيث أن الكثير من الصفات الإيجابية في شخصية الفرد مثل تحقيق الذات والتوافق النفسي و القدرة على الانجاز وغيرها .... لا تتحقق لدى الفرد في غياب الثقة بالنفس ، ولا شك أننا كأفراد نغتنم فرص الحياة لنعمل ونتعلم وننمي مهاراتنا المختلفة وسماتنا الشخصية ، وتنال سمة الثقة بالنفس جلَ اهتمامنا وهذا يترافق مع سعينا في الحياة لامتلاك المشاعر الإيجابية والتي تتجلى في الشعور بالسعادة والرضا ،ويبدو ذلك واضحاً وملحاً لدى طلاب المرحلة الثانوية والذين يتناولهم البحث الحالي بالدراسة ، وهم ينتمون نمائياً لمرحلة المراهقة المتوسطة والتي يختبرون خلالها تغييرات متعددة جسدية وفكرية ونفسية واجتماعية تؤثر في تكوينهم لأفكارهم الخاصة وشخصيتهم وسماتها ، فهم بأمس الحاجة لمثل هذه الجوانب الإيجابية التي يتناولها البحث كالثقة بالنفس والشعور بالسعادة.

2 – مشكلة البحث : إن الشعور بالسعادة يرتبط بشخصية الفرد وطريقة تفكيره ويلعب دوراً رئيسياً في نجاحه بكافة مجالات الحياة، حيث يعتبر مؤشراً للصحة النفسية والتكيف الجيد مع الآخرين ويسهم بشكل ايجابي في تنمية الشخصية السوية الراضية ،و تعرفه محمود بأنه: عبارة عن انفعال وجداني إيجابي ومستمر نسبياً ، يمثل إحساس الفرد بالبهجة والانشراح ، والأمل المصحوب بالتفاؤل والرضا.[17] ص 123 فالشعور بالسعادة والوصول الى شخصية سوية راضية هل يتم دون امتلاك الفرد لمقدرات وسمات قوية وفعالة كالثقة بالنفس ،والتي يقول عنها عالم النفس ناثانيال براندن: أنه من بين

جميع آرائك ، ما لديك عن نفسك هو الأهم، ويعرفها بأنها شعورنا الداخلي بالقدرة على تحقيق رغباتنا، وهذا الشعور هو ما يسمح لنا بالتصرف في مواقف الحياة وما يصادفنا ، ويرى أن امتلاكها مسألة بقاء. [26] ص 1

وتتجلى أهمية الشعور بالسعادة وامتلاك الثقة بالنفس بصورة أكبر وأهم لدى طلاب الثاني الثانوي أفراد عينة البحث والذين هم نمائياً في" مرحلة المراهقة المتوسطة بين 15 – 17 سنة ويملؤهم الاهتمام بمعنى الحياة والتفكير به ، والانغماس في الذات وتكوين المراهق لأفكاره الخاصة و زيادة الدافع للاستقلالية لديه ، وهذا يترافق مع العديد من التغيرات الاجتماعية والعاطفية . " [22] ص 2 وأكدت دراسات متعددة العلاقة الارتباطية بين الشعور بالسعادة و الثقة بالنفس مثل دراسة : [16](مبروك،2008) و[7](الجندي ،2009) و[13](قاسم و عبد الله ، 2018) و[3](جودة ،2007) و[27] (فرنهام وتشينغ، 2002) و[36] (محمد سوم وآخرون،2022) والبعض منها توصل الى أن الثقة بالنفس منبئ للشعور بالسعادة مثل : (قاسم و عبد الله ، 2018) و(محمد سوم وآخرون ،2022) ،ويفيد في أهمية إجراء البحث الحالي عدم توافر أي دراسة محلية بحدود علم الباحثة تتناول هذين المتغيرين معاً و بنفس خصائص العينة ، ومما سبق شعرت الباحثة بضرورة إجراء هذه الدراسة في البيئة المحلية ، ومحاولة توضيح المسار الصحيح لتنمية الشعور بالسعادة والثقة بالنفس لدى طلاب الثاني الثانوي والذين ينتمون إلى مرحلة عمرية نمائية هامة ، وهنا يمكن صياغة سؤال البحث كالتالي:

– ما العلاقة الارتباطية بين الشعور بالسعادة والثقة بالنفس لدى عينة من طلاب الثاني الثانوي في مدارس مدينة دمشق الرسمية.

3 – أهداف البحث : –تعرف العلاقة بين الشعور بالسعادة والثقة بالنفس لدى أفراد عينة البحث .

– الكشف عن الفروق في الشعور بالسعادة لدى أفراد عينة البحث حسب متغير (الجنس)

– الكشف عن الفروق في الثقة بالنفس لدى أفراد عينة البحث حسب متغير(الجنس)

4 – أهمية البحث :

1 – تظهر أهمية البحث الحالي لدراسته متغيري الشعور بالسعادة والثقة بالنفس، فهو يعزز البحوث المتسارعة حالياً حول مقومات علم النفس الايجابي ، وتأثيره النفسي في بناء الشخصية الإيجابية المتكاملة ، ذلك مما يعود بالفائدة على الفرد والمجتمع .

2 – أهمية مرحلة المراهقة المتوسطة نمائياً والدور التأثيري الإيجابي المتوقع لهذين المتغيرين في دعم الاحتياجات النفسية والمعرفية والاجتماعية والشخصية للطلبة ، ومحاولة إيجاد السبل المؤدية لامتلاك طلاب هذه المرحلة الثقة بالنفس كسمة والشعور بالسعادة كنهج وطريقة في الحياة .

3 – جدة البحث وقلة الدراسات المحلية التي تناولت العلاقة بين الشعور بالسعادة والثقة بالنفس لدى طلاب الثاني الثانوي في البيئة السورية ، ولا شك بأنه هناك دراسات تناولت أحد هذين المتغيرين مع متغيرات أخرى مختلفة .

4 – يمكن لهذه الدراسة أن تكون بداية لدراسات لاحقة يقوم بها باحثون آخرون في ضوء متغيرات جديدة .

5 – أسئلة البحث :

1 – ما مستوى الشعور بالسعادة لدى أفراد عينة البحث

2– ما مستوى الثقة بالنفس لدى أفراد عينة البحث

6 – الفرضيات :

1 – لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس الشعور بالسعادة و درجاتهم على مقياس الثقة بالنفس .

2– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الشعور بالسعادة تعزى لمتغير الجنس .

3 – لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الثقة بالنفس تعزى لمتغير الجنس .

7 – حدود البحث :

حدود بشرية : طلاب الصف الثاني الثانوي في مدارس مدينة دمشق الرسمية .

حدود موضوعية : متغيري الشعور بالسعادة و الثقة بالنفس

حدود زمانية : تم تطبيق البحث خلال الفترة من 6/ 3 / 2022 ولغاية 3/17/ 2022

8- التعريف بمصطلحات البحث :

-**الشعور بالسعادة feeling happy**: يعرفه مايكل أرجايل : بأنه انعكاس لدرجة الرضا عن الحياة أو بوصفه انعكاس لمعدلات تكرار حدوث الانفعالات السارة ، وشدة هذه الانفعالات . وللسعادة ثلاثة عناصر هي الرضا عن الحياة ،الاستمتاع والشعور بالبهجة ، العناء بما يتضمنه من قلق واكتئاب.[21] ص 24 ، ويعرف إجرائياً : بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب في أدائه على مقياس الشعور بالسعادة المستخدم في هذه الدراسة.

- **الثقة بالنفس self-confidence** : تعرفها زينات يمينة (2021) بأنها :إدراك الفرد لكل ما يملكه من قدرات ومهارات ويستطيع تثمينها والتي من خلالها يستطيع التعامل بشكل إيجابي مع ما يتلقاه في الحياة .[24] ص 9 ويعرف إجرائياً : بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب في أدائه على مقياس الثقة بالنفس المستخدم في هذه الدراسة.

9 – الإطار النظري و الدراسات السابقة :

9 - 1 – الشعور بالسعادة :

مفهوم الشعور بالسعادة وتعريفه :الشعور بالسعادة هو حالة من الارتياح النفسي تتجلى مظاهره بالبهجة والانشراح والمزاج الإيجابي وحب التواصل مع الآخرين وشعور عام بالرضا عن الحياة بما فيها من (عمل ودراسة وعلاقات...) ولازالت البحوث النفسية تتسارع لتوضيح مفهوم الشعور بالسعادة أكثر و تكشف مزيداً من الارتباطات الإيجابية المتعلقة بشخصية الفرد وسماته ومقدراته وحالته النفسية والاجتماعية . " حيث وجدت دراسات مختلفة أن المتغيرات المرتبطة بالمزاج الإيجابي مثل الانبساط والتواصل الاجتماعي ، والعوامل المعرفية الإيجابية ، كالشعور بالكفاءة ووجود هدف ، ومفهوم الذات الإيجابي مرتبطة بشكل كبير بالشعور بالسعادة . " [34] وهذا ما يشعر بأهمية السعادة في حياة الأفراد ، و ضرورة فهم هذا الشعور الذي يضفي على الحياة جمالاً وعلى النفس ارتياحاً ،ومن الدراسات المبكرة في علم النفس حول السعادة دراسة واطسون عام 1930حيث أجرى بحث حول السعادة لدى الطلاب البالغين ، ولم تتطور الدراسات

بعد ذلك ولفترة طويلة بسبب اعتقاد الناس بأن الشعور بالسعادة قدر من الله أو حظ ولا يجدون تفسير لها ،" وكانت البداية الحقيقة قد انطلقت لدى ظهور وتطور علم النفس الإيجابي ،الذي ركز وبقوة على الجانب الإيجابي من حياة الفرد وتنمية نقاط القوة لديه وليس فقط الاكتفاء بعلاج النواحي السلبية " .[23] ص 46 ويؤكد كمال مرسي بأن : السعادة النفسية تنبع من داخل الفرد أي من أفكاره ومشاعره ، فهي ترتبط أكثر بشخصية الفرد وطريقة تفكيره ، فإن ما يسعد الإنسان ينمي صحته النفسية ، وما يشقيه يضعف نفسه ويحرفها عن المسار السوي .[18] ص39 – 40 ونجد تعريفات متعددة للشعور بالسعادة حيث ركز البعض على الجانب الانفعالي للسعادة وعرفه آخرون وفق الجانب المعرفي و فيما يلي نستعرض البعض من هذه التعريفات : إذ عرفها معجم علم النفس بأنها حالة من المرح والهناء ، تنشأ أساساً من إشباع الدوافع ، لكنها تسمو إلى مستوى الرضا النفسي .[15] ص 13 وعرفتها أماني عبد الوهاب بأنها : شعور داخلي إيجابي شبه دائم يعكس الرضا عن الحياة والطمأنينة النفسية والبهجة و الاستمتاع والضبط الداخلي وتحقيق الذات والقدرة على التعامل مع المشكلات والصعوبات بكفاءة وفعالية .[12] ص 273 .

مكونات السعادة النفسية: تعددت الدراسات التي بحثت في تحليل مكونات السعادة و توافقت غالبيتها على أن للسعادة مكونين وهما :

1 – المكون المعرفي : والذي يتمثل بالرضا عن الحياة بشكل عام ، وهو يعبر عن التقدير العقلي للفرد لرضاه وتوفيقه ونجاحه في مجالات الحياة المختلفة (الانجاز ،تحقيق الذات ، الدخل ن الصحة ، الأسرة ، الأبناء ، الزواج ، الأصدقاء ، العلاقات)

2 – المكون الانفعالي : ويسمى أيضاً الوجدان الانفعالي ، ويتمثل في مشاعر الفرح والابتهاج والسرور والاستمتاع واللذة . و من الممكن إضافة مكون ثالث يتمثل بغياب الوجدان السلبي ، أي غياب المشاعر غير السارة كمشاعر الألم و الحزن، أو المرور بمثل هذه الخبرات بشكل قليل .[20] ص 197وهذا يتفق مع مكونات السعادة كما حددها [21](أرجايل ، 1993) و[2](البهاص ، 2009) و آخرون .

مصادر السعادة : تتفق أدبيات علم النفس بغالبيتها على أن للسعادة مصدرين رئيسيين وهما :المصدر الداخلي ويتمثل بسمات الفرد وقدراته ومستوى الصحة العامة لديه ،

والمصدر الخارجي المتمثل بظروف الحياة الخارجية للفرد من حيث العمل والدخل والمكانة و العلاقات الاجتماعية .[20] ص 211 واختلفت الدراسات حول أهمية أحد المصدرين وتفوقه في التأثير على السعادة ، فالبعض يرى أن سمات شخصية الفرد وتفكيره لها الدور الأكبر في السعادة من الظروف الخارجية والبعض الآخر يرى العكس ، " ولكن الاتجاهات الحديثة أضافت مصدراً ثالثاً للسعادة وهو أن الفرد يسعى متعمداً للوصول للسعادة فكل إنسان يخلق سعادته بنفسه و إرادته وبطريقته في التفكير ونظرته للأمور والأحداث " [1] ص 335 .

النظريات المفسرة للسعادة : تنوعت النظريات المفسرة للسعادة ولا سيما بعد تتالي البحوث والدراسات في علم النفس الإيجابي ، وحاولت جميعها تقديم تحليل وتفسير للشعور بالسعادة واعتمدت على وجهات نظر مختلفة منها فلسفي ومنها نفسي اجتماعي أو فيزيولوجي ....الخ وفيما يلي عرض موجز لأهم هذه النظريات : نظريات المتعة أو اللذة ، نظريات الرغبة ، نظريات القمة – القاع والقاع – القمة ، نظرية السعادة الحقيقية ،نظرية الحالة – الانفعالية ، نظرية المعيار الوجداني الديناميكي ،نظرية المقارنة الاجتماعية ، وفي هذا البحث يتم تناول نظرية السعادة الحقيقية ل مارتن سيلجمان 2002 والتي قدم من خلالها تحليل علمي للسعادة .

نظرية السعادة الحقيقية ل مارتن سيلجمان (2002) :

وفق رؤية سيلجمان تقسم السعادة إلى ثلاث مكونات : أولها الحياة السارة أو الممتعة ، ومن ثم الحياة المليئة بالالتزامات (الحياة المشغولة أو النشطة) ، ثم الحياة ذات المعنى . يركز المكونين الأول والثاني للسعادة على الحياة الشخصية للفرد ، بينما يتضمن المكون الثالث للسعادة بشكل جزئي على ما هو أكبر و أكثر قيمة من إشباع المتع الذاتية . [33] P2

وفيما يلي عرض لمكونات السعادة كما يراها سيلجمان :

1 – الحياة السارة أو الممتعة :تتجلى في نجاح الفرد في السعي للانفعال الإيجابي في الماضي والحاضر والمستقبل ، والحفاظ عليه وتعلم المهارات التي تزيد من شدة وتكرار ومدة الانفعالات الإيجابية ،وخفض السلبية منها .وتتضمن الانفعالات الإيجابية حول

الماضي (الرضا ، القناعة ، الشعور بالإنجاز ،الهدوء و السكينة)كما تتضمن الانفعالات الإيجابية تجاه المستقبل (الايمان ،الثقة والأمل و التفاؤل) في حين أن الانفعالات الإيجابية في الحاضر تتضمن (المتع و الإشباعات) وهي عبارة عن مصادر البهجة ولها مكونات حسية وانفعالية وتتميز بأنها سريعة الزوال .فقد تكون متع جسدية تأتي عن طرق الأحاسيس مثل (الروائح العطرية والنكهات) أو متع أسمى تظهر في الأحداث الأكثر تعقيداً وهي أقرب للإدراك مثل (المرح والابتهاج والاثارة).

2 – الحياة المليئة بالالتزامات (الحياة النشطة):تشمل الحياة النشطة جميع الالتزامات التي يقوم بها الفرد في الحياة بدءاً من الأسرة والعمل والعلاقات الشخصية و الانجاز والحب .. ... وغيرها وتعتمد على استخدام نقاط القوة الشخصية المميزة للفرد للحصول على إشباعات متنوعة لهذه الالتزامات ، وتوصل سيلجمان و آخرون في هذا المجال لتحديد أربع وعشرين قوى شخصية إنسانية ، تتجمع ضمن ستة تصنيفات عامة وهي :(الحكمة والمعرفة – الشجاعة – الحب و الانسانية – العدل – الاعتدال – الروحانية والسمو).

3 – الحياة ذات المعنى : تتضمن استخدام الفرد للقوى والمواهب الخاصة به ، وتسخير ذلك لتحقيق شيء يؤمن به و بأنه أكبر من ذاته مثل :(الدين ، السياسة ، الأسرة) حيث تعطي الأنشطة المرتبطة بها إحساس عالي لمعنى الحياة وأن لحياته هدف ومعنى [6]. ص 41 – 34

9 – 2 – الثقة بالنفس :

مفهوم الثقة بالنفس وتعريفها : يعرف مارتن سيلجمان رائد علم النفس الإيجابي الثقة بالنفس بأنها :ثقة الفرد بقدراته وأحكامه الخاصة ، أو الاعتقاد بأنه قادر على مواجهة التحديات والمطالب اليومية بنجاح . وكلما ارتفع مستوى الثقة بالنفس عند الأفراد ، زاد شعورهم بقيمتهم الذاتية ، إلى جانب تحررهم من الخوف و القلق الاجتماعي وحصولهم على مزيد من الطاقة والتحفيز على العمل . [8] ، وتعرفها وداد الوشيلي 2007 بأنها : إحدى سمات الشخصية الأساسية التي يبدأ تكوينها منذ نشأة الفرد ،وترتبط ارتباطاً وثيقاً مع تكيف الفرد النفسي والاجتماعي ،وتعتمد بشكل كلي على مقدراته العقلية والجسمية والنفسية ، و إنها أيضاً إدراك الفرد لكفاءته ومهارته وقدرته على التعامل بفعالية مع

المواقف المختلفة التي يتعرض لها.[5] ص 19 ولابد هنا من إيضاح مفهوم الثقة بالنفس لأنه قد يتداخل ويتشابه بعض الشيء مع مفاهيم أخرى مرتبطة به أو تتكامل معه ، وفي هذا السياق " أكد أبراهام ماسلو والعديد من بعده على الحاجة إلى التمييز بين الثقة بالنفس بصفتها خاصية شخصية عامة ، والثقة بالنفس فيما يتعلق بمهمة أو قدرة أو تحدي معين (أي الكفاءة الذاتية) حيث تشير الثقة بالنفس عادة إلى الثقة العامة بالنفس وهذا يختلف عن الكفاءة الذاتية ، التي عرّفها عالم النفس ألبرت باندورا على أنها إيمان بقدرة الفرد على النجاح في مواقف محددة أو إنجاز مهمة ما " . [30] 169– PP127 كما أن الثقة بالنفس ليست مثل تقدير الذات ، حيث أن تقدير الذات هو تقييم لقيمته الشخصية ، في حين أن الثقة بالنفس هي على وجه التحديد الثقة في قدرة الفرد بشكل عام على تحقيق أهدافه. [29] 710– PP693 وهذه المفاهيم الثلاثة متمايزة ، لكنها مرتبطة ارتباطًا وثيقًا ببعضها البعض ، وتؤثر على بعضها البعض بطرق مختلفة. فقد يكون الشخص واثقًا بشكل عام ولكنه يفتقر إلى الكفاءة الذاتية عندما يتعلق الأمر بمهمة معينة ، والعكس صحيح. فعادة ما يسير تقدير الذات والثقة جنبًا إلى جنب.[28] pp.670-675

مكونات الثقة بالنفس : كما تراها نعمت علوان وعبد الرؤف الطلاع (2014) بأنها تنقسم إلى الثقة الجوهرية التي تتصل بكيان الانسان وما في داخله ، والثقة الموقفية التي تتعلق بالمواقف الاجتماعية والانسانية حسب احتياج الشخص لها ، وهذا يشير إلى أن الثقة بالنفس تتضمن جانب متعلق بذات الفرد ومقوماته الداخلية ، يتمثل بإدراك الفرد لقدراته ومهاراته واستخدامها في التعامل مع مواقف الحياة بفعالية ونجاح ، وتتضمن جانب آخر اجتماعي يتعلق بالمواقف الاجتماعية والتواصل مع الآخرين والتوافق معهم وتكوين علاقات اجتماعية ناجحة .[11] ص 178

أهمية الثقة بالنفس : تظهر أهمية الثقة بالنفس في نواحي متعددة من شخصية الفرد ومجالات حياته وسيتم ذكر البعض منها ، بدايةً هي حليفة النجاح فلا نجاح في الحياة بدون ثقة الفرد بنفسه و إمكاناته وأنه قادر على تخطي أي صعوبات أو مشكلات أو مواقف في الحياة ، وفقدان الثقة بالنفس هو لا شك بداية الفشل .كما ترتبط سمات الشخصية المتكاملة مع الثقة بالنفس فهي من السمات الهامة والتي تظهر في سلوكيات

الفرد المتكيف والمتوافق مع الآخرين .فالثقة بالنفس تسهم بشكل كبير ومباشر في التوافق النفسي للفرد .أيضاً الثقة بالنفس تعطي الفرد شعوراً بالسعادة والرضا لشعوره بالقدرة على الأداء الناجح وتحقيق الذات.[13] ص 107 –108 وتؤكد ذلك مصطفي: على أن الثقة بالنفس تعطي الفرد إحساساً بالارتياح في حال النجاح. [19] ص 294

وهنا تجد الباحثة أنه من الصعب الإحاطة بكل جوانب الأهمية للثقة بالنفس وتأثيرها على الفرد سواء في سماته الشخصية وتوافقه النفسي وقدرته على النجاح والانجاز و تعزيز احترامه وتقديره لذاته و ترى أيضاً أنها تؤثر بشكل كبير على الشعور بالسعادة فالشخص الناجح سيشعر بالسعادة والرضا عن حياته ويعزز احترامه لذاته ويشعر بالطمأنينة النفسية لأنه واثق من قدرته على مواجهة المشكلات التي تواجهه في الحياة والوصول الى التكيف النفسي والاجتماعي السليم .

9 – 3 – دراسات سابقة :

9 – 3 – 1 دراسات عربية :

–دراسة قاسم ، و عبد اللاه ، 2018 ، مصر ، بعنوان : السعادة النفسية في علاقتها بالمرونة المعرفية و الثقة بالنفس لدى عينة من طلاب الدراسات العليا بجامعة سوهاج .

هدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة بين السعادة النفسية وكل من المرونة المعرفية والثقة بالنفس لدى عينة من طلاب الدراسات العليا بجامعة سوهاج ، والكشف عن الفروق في السعادة النفسية و المرونة المعرفية والثقة تبعاً لمتغير النوع (ذكر أو أنثى) ،أيضاً التعرف إلى مقدار إسهام كل من المرونة المعرفية والثقة بالنفس بالتنبؤ بالسعادة النفسية ، وقد بلغت عينة الدراسة 297 طالباً وطالبة ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة موجبة ودالة بين السعادة النفسية وكل من المرونة المعرفية والثقة بالنفس، ولا توجد فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس السعادة النفسية تعزى لمتغير الجنس ، بينما وجدت فروق بين الذكور و الإناث في المرونة المعرفية والثقة بالنفس تعزى لمتغير النوع . كما توصلت النتائج إلى تباين إسهام متغيري المرونة المعرفية و الثقة بالنفس بنسب مختلفة ودالة إحصائياً في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى أفراد العينة .

– دراسة الحمادات و القضاة ، 2016 ، الأردن ، بعنوان : مستوى السعادة لدى عينة من طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في ضوء بعض المتغيرات في المملكة الأردنية الهاشمية .

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى مستوى السعادة، لدى عينة من طلبة جامعة البلقاء التطبيقية، في ضوء بعض المتغيرات، من وجهة نظر الطلبة أنفسهم، في المملكة الأردنية الهاشمية. وقد تكونت عينة الدراسة من (193) طالبًا وطالبة، موزعين على مرحلتين هما: مرحلة البكالوريوس (105) طالباً وطالبة، ومرحلة الدبلوم (88) طالبة، ولتحقيق أهداف الدراسة، طور الباحثان أداة تكونت من (35) فقرة موزعة على (5) مجالات هي: المجال الديني، مجال العلاقات الاجتماعية، مجال تحقيق الطموحات والأماني، المجال الترفيهي، مجال تحقيق الرغبات الشخصية ، وأظهرت النتائج أن: مستوى السعادة لدى طلبة كليتي إربد وعجلون،جاء بتقدير متوسط، وأظهرت النتائج كذلك، وجود فرق ذو دلالة على جميع مجالات الأداة، ما عدا المجال الأول (السعادة المرتبطة بالدين) والمجال الخامس (السعادة المرتبطة بتحقيق الرغبات الشخصية) يعزى لمتغير (المؤهل العلمي)، ولصالح الطلبة ذوي المؤهل العلمي (بكالوريوس).

– دراسة الكساسبة ، 2015 ، الأردن ، بعنوان : الذكاء الوجداني و علاقته بكل من السعادة و الثقة بالنفس لدى طلبة جامعة مؤتة .

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني و كل من السعادة و الثقة بالنفس لدى طلبة جامعة مؤتة ، و تكونت عينة الدراسة من (854) طالبا و طالبة تم استخدام مقاييس الذكاء الوجداني و .تم اختيارهم عشوائيًاً ، و لتحقيق أهداف الدراسة .السعادة و الثقة بالنفس.

و أشارت النتائج إلى المستوى المرتفع في الذكاء الوجداني، و المتوسط في السعادة و الثقة بالنفس، كما أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الوجداني و كل من السعادة و الثقة بالنفس، و إلى عدم وجود اختلاف في العلاقة بين الذكاء الوجداني و السعادة تعزى للنوع الاجتماعي، و إلى وجود اختلاف في العلاقة بين الذكاء الوجداني و السعادة تعزى للكلية، و لصالح الكليات العلمية .

– دراسة جودة، (2007) فلسطين ، بعنوان : الذكاء الانفعالي وعلاقته بالسعادة و الثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الأقصى .

هدفت الدراسة إلى معرفة مستويات الذكاء الانفعالي والسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الأقصى ، وتعرف العلاقة بين الذكاء الانفعالي وكل من السعادة والثقة بالنفس ، والكشف عن الفروق بين متوسطات أفراد العينة في الذكاء و السعادة والثقة والتي يمكن أن تعزى إلى متغير النوع (ذكر أو أنثى) ،وقد بلغت عينة الدراسة 231 طالباً وطالبة ، (85 طالباً و 146 طالبة) ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الذكاء الانفعالي بلغ 70.67 % والسعادة بلغت 63.16 % و الثقة بالنفس 62.34 % ، كما توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الانفعالي وكل من السعادة والثقة بالنفس ، ولم تجد فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة في الدرجة الكلية للذكاء الانفعالي و السعادة والثقة بالنفس تعزى لمتغير النوع .

– دراسة عبد الخالق وآخرون ، 2003 ،الكويت ، بعنوان : معدلات السعادة لدى عينات عمرية مختلفة من المجتمع الكويتي .

هدفت الدراسة الى التعرف على معدلات السعادة الحقيقية لدى فئات عمرية مختلفة ومعرفة الفروق تبعاً لمتغير الجنس و العمر، وتكونت العينة من (1420) مواطناً كويتياً ينقسمون الى ثلاث مجموعات من الجنسين (طلاب ثانوي – طلاب جامعة – موظفون) واستخدم الباحثون الأدوات التالية : قائمة اكسفورد للسعادة من إعداد أرجايل و آخرون 1995 . وتوصلت الدراسة الى أنه : يوجد فروق دالة في السعادة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور في العينات الثلاثة ، كما وجدت فروق دالة في السعادة لصالح الموظفين الذكور من بين باقي المجموعات ، وجود أثر مشترك ذو دلالة للعمر والجنس معاً على درجة السعادة . بينما لم توجد فروق جوهرية في السعادة تعزى لمتغير العمر بين المجموعات .

9 – 3 – 2 : دراسات أجنبية :

– دراسة Yap, C.–C., Mohamad Som, R. and al محمد سوم وآخرون – ماليزيا (2022).بعنوان : العلاقة بين تقدير الذات والسعادة بين المراهقين في ماليزيا: الدور الوسيط للتحفيز

Association Between Self-Esteem and Happiness Among Adolescents in Malaysia: The Mediating Role of Motivation .(2022)

هدفت هذه الدراسة إلى فحص العلاقة بين تقدير الذات والسعادة ، واستكشاف الدور الوسيط للتحفيز في الارتباط بين تقدير الذات والسعادة بين المراهقين في ماليزيا، وتكونت العينة من 480 طالبًا من طلاب المدارس الثانوية باستخدام طريقة أخذ العينات العنقودية متعددة المراحل والإجابة على مقاييس السعادة الذاتية والتحفيز الموجز وتقدير الذات في روزنبرغ ، و توصلت النتائج إلى أن تقدير الذات والتحفيز يرتبطان بشكل إيجابي بالسعادة ، و أن الأفراد الذين يتمتعون بتقدير أعلى للذات لديهم دافع أعلى قد يؤدي إلى سعادة أكبر ، وأظهرت النتائج أيضاً أن تقدير الذات المدرك يلعب دورًا في توقع السعادة وأن وجود الدافع يعزز السعادة .

- دراسة Verrastro, V, and all فاليريا فيراسترو و آخرون – إيطاليا (2020) ، بعنوان : الشخصية و الأسرة و ارتباطهما بالسعادة لدى الاطفال و (المراهقين الصغار) في ايطاليا

Personal and Family Correlates to Happiness amongst Italian Children and Pre-adolescents

هدفت الدراسة إلى التعرف على كيفية ارتباط – دور الأسرة والعلاقة بين الوالدين والطفل والعوامل الشخصية – بالسعادة ، وشملت العينة (154فردا من الاطفال و المراهقين (مرحلة المراهقة المبكرة) و تراوحت أعمارهم بين 7 و 14 عامًا في إيطاليا ، و تم استخدام مجموعة من الاستبيانات حول السعادة المصنفة ذاتيًا ومفهوم الذات والشعور بالوحدة. وشارك أحد الوالدين (على الأقل) بالإجابة على استبيانات حول دور الأسرة والتعلق ومستوى سعادة أطفالهم من وجهة نظرهم ، و توصلت الدراسة الى النتائج التالية : لا يوجد فروق بين الجنسين في المقياس المباشر للسعادة ،والأطفال كانوا أكثر سعادة من المراهقين الصغار. كما توصلت وفقًا لتقييم كل من الأطفال والآباء، بأن

السعادة تتأثر بالمفهوم الإيجابي للذات وبتقدير الذات وبالمستويات المنخفضة من الرضا ،و للأسرة دوراً هاماً في سعادة ابنائهم

– دراسة Batik , and all باتيك و آخرون , (2017)– تركيا، بعنوان : التسامح و السعادة الذاتية لطلبة الجامعة .

Forgiveness and subjective happiness of university students

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى التسامح و السعادة الذاتية لطلبة الجامعة من حيث الجنس والكلية والإقامة واتجاهات الوالدين ولتحديد هل يتنبأ التسامح بالسعادة الذاتية . وتكونت عينة الدراسة من 828 طالب جامعي منهم (56.3 % إناث ، 43.7 % ذكور) وطبق عليهم مقياس التسامح و السعادة الذاتية . وتوصلت الدراسة للنتائج التالية : أن مستوى التسامح و والسعادة الذاتية لدى الطلبة لم يختلف من حيث الجنس و الإقامة ، وكما أفاد الطلاب الذين يمتلك آباؤهم اتجاهات سلوكية وقائية و ديمقراطية بمستويات أعلى بكثير من التسامح والسعادة الذاتية .أيضاً وجد علاقة ايجابية ولكن منخفضة بين المتغيرين ، كما تم الوصول الى أن التسامح مؤشر مهم للتنبؤ بالسعادة الذاتية .

– دراسة فرنهام وتشينغ (Frunham & Cheng ,2002) بريطانيا بعنوان : الشخصية و العلاقات مع الأقران و الثقة بالنفس كمنبئات للسعادة و الوحدة .

هدفت الدراسة لتبيان العلاقة بين الشخصية والعلاقات مع الأقران والثقة بالنفس والسعادة والوحدة لدى المراهقين . ، وتكونت عينة الدراسة من (90) طالباً وطالبة من مدارس بريطانيا وتتراوح أعمارهم بين (16 – 18) سنة ويتوزعون كالتالي (49 ذكور – 41 إناث) ولبيان العلاقة تم استخدام الأدوات التالية : مقياس آيزنك للشخصية 1975 ، وقائمة إكسفورد للسعادة ل أرجاايل و آخرون 1989 ، وتوصلت الدراسة إلى : أن الانبساطية منبىء هام و إيجابي للسعادة و الثقة بالنفس ، على عكس العصابية فهي مؤشر سلبي للسعادة .، كما توصلت الى أن الصداقة منبىء إيجابي للسعادة ، ولم تجد فروق ذات دلالة في السعادة تعزى لمتغير الجنس .

9 – 3 – 3 تعقيب على الدراسات السابقة :

تناول البحث مجموعة من الدراسات السابقة من أدبيات علم النفس الإيجابي و التي تمحورت حول متغيري الشعور بالسعادة و الثقة بالنفس معاً وأحياناً مع متغيرات أخرى ، وتوافقت من حيث صفات العينة ، مثل دراسة : [27](فرنهام وتشينغ ، 2002)، [9](عبد الخالق وآخرون، 2003) ، [35] (فاليريا فيراسترو و آخرون، 2020)، [36] (محمد سوم وآخرون ، 2022) وبعض الدراسات التي تشابهت من حيث المتغيرات مع الدراسة الحالية ولكن اختلفت قليلاً من حيث العينة ، وتم انتقاء هذه الدراسات لكونها مساعدة و مفيدة للبحث وإن اختلفت قليلاً مثل دراسة : [13](قاسم ، و عبد اللاه ، 2018) – [14](الكساسبة ، 2015) – [3](جودة، 2007) – [4](الحمادات و القضاة ، 2016)– [25] (باتيك و آخرون ، 2017) ، وهذا يشير إلى جدة البحث الحالي و ندرة الدراسات التي تناولت متغيري البحث محلياً على الأقل ،وساعدت هذه الدراسات الباحثة في تحديد مشكلة البحث ومنهجيته واختيار الأدوات واتفقت مع البعض منها حيث خصائص العينة ،كما اتفقت معها في بعض النتائج التي توصلت اليها .

10 – إجراءات البحث :

10 – 1 – منهج البحث : استخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة ووصفها كما توجد في الواقع والتعبير عنها كمياً وكيفياً.

10 – 2 – المجتمع الأصلي : المجتمع الأصلي : طلاب الصف الثاني الثانوي في مدارس مدينة دمشق الرسمية .

10 – 3 – العينة : بلغ العدد الكلي للعينة 197 منهم (101 إناث + 96 ذكور) تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة من ثانوية جودت الهاشمي للبنين وثانوية برزة المحدثة للبنات وتوزعت وفق الجدول التالي :

الجدول رقم (1)

توزع أفراد العينة	ذكور	إناث	العدد الكلي
مجموع أفراد العينة	96	101	197

إضافةً إلى ذلك تم اختيار عينة الدراسة السيكومترية للمقاييس، حيث بلغ عدد أفرادها (64) طالباً وطالبة وهم من خارج عينة البحث الأساسية .

10- 4 أدوات البحث :

- **مقياس الشعور بالسعادة قائمة اكسفورد :** من إعداد أرجايل وهيلز (2002) Argyle & Hills

وقامت بتقنينه على البيئة الجزائرية أسماء عليوة (2019)، ويتألف المقياس من 27 عبارة تدور حول الشعور بالسعادة ، ويتم التصحيح وفق سلم الدرجات التالي : الدرجة 1 وتعني أعارض بقوة – الدرجة 2 وتعني أعارض بدرجة متوسطة – الدرجة 3 وتعني أعارض بدرجة خفيفة – الدرجة 4 وتعني أوافق بدرجة خفيفة – الدرجة 5 وتعني أوافق بدرجة متوسطة – الدرجة 6 وتعني أوافق بقوة ، وبهذا تكون أدنى درجة يحصل عليها المفحوص هي 27 وأعلى درجة هي 162 والمتوسط الفرضي 67.5.

- **مقياس الثقة بالنفس :** من إعداد زينات يمينة (2021) ، ويتألف المقياس من 22 عبارة تتوزع على خمسة أبعاد وهي : الطلاقة اللغوية – الجانبي الاجتماعي – الجانب النفسي – الجانبي الفيزيولوجي – الاستقلالية ، ويقابل بنود المقياس خيارات للإجابة وهي : (دائماً– أحياناً – نادراً) في حال العبارات الموجبة تقابلها الدرجات (3 – 2 – 1) وتعكس في حال العبارات السالبة ، وهكذا تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين 22 – 66 درجة ، والعبارات السالبة هي : (2 ، 3 ، 4 ، 6 ، 7 ، 9 ، 10 ، 12 ، 14 ، 16 ، 18 ، 19 ، 21).

10 – 5- الدراسة السيكومترية لمقياس الشعور بالسعادة :

أولاً– صدق المقياس: قامت الباحثة بالتحقق من صدق مقياس الشعور بالسعادة وفق الطرائق الآتية:

1– صدق المحتوى: تم عرض المقياس على مجموعة من أعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية بجامعة دمشق لإبداء ملاحظاتهم حول سلامة الصياغة اللغوية لبنود المقياس، وملاءمة المقياس لقياس الشعور بالسعادة لدى أفراد عينة البحث ولم تكن

هناك ملاحظات من السادة المحكمين ماعدا تعديل صياغة كلمات بسيطة لتوضيح المعنى .

2- الصدق البنيوي بطريقة الاتساق الداخلي: قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة من طلبة الصف الثاني الثانوي في ثانويات محافظة دمشق خارج عينة البحث الأساسية بلغ عدد أفرادها (64) طالباً وطالبة، ثم حسبت معاملات ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية للمقياس، ويوضح الجدول الآتي معاملات الارتباط الناتجة:

الجدول (2) معاملات ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية لمقياس السعادة

البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط
1	.769**	10	.477**	19	.709**
2	.748**	11	.575**	20	.538**
3	.488**	12	.523**	21	.793**
4	.461**	13	.696**	22	.777**
5	.582**	14	.607**	23	.709**
6	.593**	15	.519**	24	.786**
7	.423**	16	.486**	25	.836**
8	.662**	17	.572**	26	.865**
9	.811**	18	.711**	27	.614**

يلاحظ من الجدول رقم (2) أن قيم معاملات ارتباط كل بند بالدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.423-0.865)، وكانت جميعها موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) مما يشير إلى الاتساق الداخلي لبنود مقياس السعادة.

3- الصدق المحكي بدلالة المجموعات الطرفية (الصدق التمييزي): قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة بلغ عدد أفرادها (64) طالباً وطالبة، ثم حسبت درجاتهم، ورتبت تنازلياً، وتم أخذ أعلى (25%) وأدنى (25%) منها، ثم حسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على الدرجة الكلية للمقياس، وتم استخدام اختبار (ت) ستودنت لتعرّف دلالة الفروق بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين، كما يوضح الجدول الآتي:

الجدول (3) الدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات المجموعتين العليا والدنيا على مقياس السعادة

المقياس	المجموعة العليا (ن=16)		المجموعة الدنيا (ن= 16)		درجة الحرية	ت	القيمة الاحتمالية	القرار
	م	ع	م	ع				
السعادة	118.75	4.107	64.44	4.366	30	36.244	0.000	دال

يلاحظ من الجدول رقم (3) أن قيمة (ت) بلغت (36.244) عند القيمة الاحتمالية (0.000) وهي دالة إحصائياً، مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين العليا والدنيا، وهذه الفروق لصالح المجموعة العليا، مما يشير إلى صدق مقياس السعادة بدلالة محك المجموعات الطرفية.

ثانياً – ثبات المقياس : تم التحقق من ثبات مقياس السعادة وفق الطرائق الآتية:

1– الثبات بطريقة معادلة ألفا–كرونباخ: تم استخدام معادلة ألفا–كرونباخ لدرجات (64) طالباً وطالبة (عينة الاتساق الداخلي نفسها) على مقياس السعادة، وبلغت قيمة معامل الثبات بهذه الطريقة (0.944)، وتشير إلى درجة ثبات مرتفعة للمقياس.

2– الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

حسب معامل ثبات التّجزئة النصفية لمقياس السعادة، ثم صحح معامل الثبات بمعادلة سبيرمان براون، وبلغت قيمة معامل الثبات بهذه الطريقة (0.941)، وتشير إلى درجة ثبات مرتفعة للمقياس.

3– الثبات بطريقة إعادة تطبيق المقياس: قامت الباحثة بتطبيق المقياس على (64) طالباً وطالبة، وأعادت تطبيق الاختبار على أفراد العينة أنفسهم بعد مرور (15) يوماً باستثناء (3) طلاب لم يكونوا موجودين في أثناء إعادة التطبيق ليصبح عدد أفراد عينة الثبات بالإعادة (61) طالباً وطالبة، ثم حُسبت قيمة معامل الارتباط (بيرسون) بين درجاتهم في التطبيقين الأول والثاني، وبلغت (0.899)، وتشير إلى درجة ثبات مرتفعة للمقياس، ويوضح الجدول (4) معاملات الثبات الناتجة:

الجدول (4) معاملات ثبات مقياس السعادة بطرائق (ألفا–كرونباخ، والتجزئة النصفية، وإعادة التطبيق)

المقياس	عدد البنود	ألفا–كرونباخ	التجزئة النصفية	إعادة التطبيق
السعادة	27	0.944	0.941	0.899

ثالثاً – تعقيب على نتائج الدراسة السيكومترية لمقياس السعادة لدى طلبة الصف الثاني الثانوي : أظهرت نتائج الدراسة السيكومترية لمقياس السعادة أنه يتصف بمؤشرات الصدق البنيوي بطريقة الاتساق الداخلي؛ حيث تراوحت قيم معاملات ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية للمقياس بين (0.423–0.865)، كما أظهرت نتائج الصدق المحكي بطريقة المجموعات الطرفية وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الفئتين العليا والدنيا على المقياس لصالح الفئة العليا.

كما أظهرت النتائج اتصاف المقياس بمؤشرات مرتفعة للثبات بطريقة معادلة ألفا–كرونباخ؛ إذ بلغت قيمة معامل الثبات بهذه الطريقة (0.944)، وبطريقة التجزئة النصفية؛ حيث بلغت قيمة معامل الثبات بهذه الطريقة (0.941)، وبطريقة إعادة التطبيق؛ حيث بلغت قيمة معاملات الثبات بهذه الطريقة (0.899)، وبالتالي يمكن القول إن مقياس السعادة يتصف بخصائص سيكومترية جيدة جداً تجعل استخدامه ممكناً في البيئة المحلية وفق حدود عينة البحث المتمثلة بطلبة الصف الثاني الثانوي في محافظة دمشق.

10 – 6– الدراسة السيكومترية لمقياس الثقة بالنفس :

أولاً– صدق المقياس: قامت الباحثة بالتحقق من صدق مقياس الثقة بالنفس وفق الطرائق الآتية:

1– صدق المحتوى: تم عرض المقياس على مجموعة من أعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية بجامعة دمشق لإبداء ملاحظاتهم بنفس الطريقة مع المقياس الأول، و أبدوا بعض الملاحظات وتم الأخذ بها .

2– الصدق البنيوي بطريقة الاتساق الداخلي: قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة من طلبة الصف الثاني الثانوي في محافظة دمشق خارج عينة البحث الأساسية بلغ عدد

أفرادها (64) طالباً وطالبة، ثم حسبت معاملات ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية للمقياس، ومعاملات ارتباط البنود مع الدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه، ومعاملات ارتباط الأبعاد الفرعية للمقياس مع بعضها البعض ومع الدرجة الكلية للمقياس، وتوضح الجداول الآتية معاملات الارتباط الناتجة:

الجدول (5) معاملات ارتباط كل بند من بنود المقياس بالدرجة الكلية لمقياس الثقة بالنفس

رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط
1	.761**	7	.581**	13	.619**	19	.505**
2	.816**	8	.537**	14	.526**	20	.563**
3	.818**	9	.794**	15	.713**	21	.665**
4	.719**	10	.449**	16	.590**	22	.476**
5	.667**	11	.749**	17	.684**		
6	.881**	12	.788**	18	.571**		

يُلاحظ من الجدول رقم (5) أن قيم معاملات ارتباط البنود بالدرجة للكلية للمقياس تراوحت ما بين (0.449–0.881) وهي معاملات ارتباط جيدة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) مما يدل على أن بنود المقياس متسقة مع الدرجة الكلية للمقياس.

الجدول (6) معاملات ارتباط كل بند بالدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه

الطلاقة اللغوية		الجانب الاجتماعي		الجانب النفسي	
البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط
1	.850**	5	.533**	7	.614**
2	.881**	8	.788**	11	.853**
3	.853**	10	.665**	14	.664**
4	.794**	13	.718**	16	.672**
		15	.743**	20	.519**
الجانب الفيزيولوجي		الاستقلالية			
البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط		
6	.896**	17	.770**		
9	.851**	18	.733**		
12	.838**	19	.605**		
		21	.674**		
		22	.590**		

يُلاحظ من الجدول رقم (6) أن قيم معاملات ارتباط كل بند بالدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه تراوحت ما بين (0.519–0.896) وهي معاملات ارتباط جيدة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) مما يدل على أن بنود المقياس متسقة مع البعد الذي ينتمي إليه.

الجدول (7) معاملات ارتباط الأبعاد الفرعية مع بعضها البعض ومع الدرجة الكلية لمقياس الثقة بالنفس

البعد	الجانب الاجتماعي	الجانب النفسي	الجانب الفيزيولوجي	الاستقلالية	الدرجة الكلية
الطلاقة اللغوية	.681**	.796**	.935**	.756**	.921**
الجانب الاجتماعي	-	.728**	.755**	.716**	.857**
الجانب النفسي	-	-	.834**	.775**	.911**
الجانب الفيزيولوجي	-	-	-	.808**	.954**
الاستقلالية	-	-	-	-	.891**

يُلاحظ من الجدول رقم (7) أن قيم معاملات ارتباط الأبعاد الفرعية مع بعضها البعض ومع الدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (0.681–0.954) وهي معاملات ارتباط مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) مما يدل على أن الأبعاد الفرعية للمقياس متسقة مع بعضها البعض ومع الدرجة للكلية للمقياس.

3– الصدق المحكي بدلالة المجموعات الطرفية (الصدق التمييزي): قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة بلغ عدد أفرادها (64) طالباً وطالبة، ثم حسبت درجاتهم، ورتبت تنازلياً، وتم أخذ أعلى (25%) وأدنى (25%) منها، ثم حسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس، وتم استخدام اختبار (ت) ستودنت لتعرّف دلالة الفروق بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين، كما يوضح الجدول الآتي:

الجدول (8) الدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات المجموعتين العليا والدنيا على مقياس الثقة بالنفس

البعد الفرعي	المجموعة العليا (ن=16)		المجموعة الدنيا (ن= 16)		درجة الحرية	ت	القيمة الاحتمالية	القرار
	م	ع	م	ع				
الطلاقة اللغوية	10.31	1.778	4.50	.730	30	12.094	0.000	دال
الجانب الاجتماعي	11.13	1.455	5.94	.998	30	11.762	0.000	دال
الجانب النفسي	11.44	1.504	6.25	.856	30	11.988	0.000	دال
الجانب الفيزيولوجي	7.69	1.302	3.19	.403	30	13.204	0.000	دال
الاستقلالية	11.19	1.642	6.44	.814	30	10.368	0.000	دال
الدرجة الكلية	50.94	6.816	27.50	3.759	30	12.043	0.000	دال

يلاحظ من الجدول رقم (8) أن قيم (ت) دالة إحصائياً، مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين العليا والدنيا، وهذه الفروق لصالح المجموعة العليا، مما يشير إلى صدق مقياس الثقة بالنفس بدلالة محك المجموعات الطرفية.

ثانياً – ثبات المقياس : تم التحقق من ثبات المقياس وفق الطريقتين الآتيتين:

1– الثبات بطريقة معادلة ألفا–كرونباخ: تم استخدام معادلة ألفا–كرونباخ لدرجات (64) طالباً وطالبة (عينة الاتساق الداخلي نفسها) على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس، وتراوحت قيم معاملات الثبات بهذه الطريقة بين (0.777–0.938) وتشير إلى درجة ثبات مرتفعة للمقياس.

2– الثبات بطريقة التجزئة النصفية: حسب معامل ثبات التّجزئة النصفية للأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس، ثم صحح معامل الثبات بمعادلة سبيرمان براون، وتراوحت قيم معاملات الثبات بهذه الطريقة بين (0.753–0.912)، وهي معاملات ثبات مرتفعة تشير إلى اتصاف المقياس بالثبات وفق طريقة التجزئة النصفية.

3– الثبات بطريقة إعادة تطبيق المقياس: قامت الباحثة بتطبيق المقياس على (64) طالباً وطالبة، وأعادت تطبيق الاختبار على أفراد العينة أنفسهم بعد مرور (15) يوماً باستثناء (3) طلاب لم يكونوا موجودين في أثناء إعادة التطبيق ليصبح عدد أفراد عينة الثبات بالإعادة (61) طالباً وطالبة، ثم حُسبت قيمة معامل الارتباط (بيرسون) بين

درجاتهم في التطبيقين الأول والثاني، وتراوحت قيم معاملات الثبات بهذه الطريقة بين (0.855–0.932)، وتشير إلى درجة ثبات مرتفعة للمقياس، ويوضح الجدول (9) معاملات الثبات الناتجة:

الجدول (9) معاملات ثبات المقياس بطرائق (ألفا–كرونباخ، والتجزئة النصفية، والإعادة)

الأبعاد الفرعية	عدد البنود	ألفا-كرونباخ	التجزئة النصفية	إعادة التطبيق
الطلاقة اللغوية	4	0.865	0.872	0.913
الجانب الاجتماعي	5	0.814	0.859	0.903
الجانب النفسي	5	0.777	0.753	0.855
الجانب الفيزيولوجي	3	0.825	0.803	0.889
الاستقلالية	5	0.849	0.782	0.913
الدرجة الكلية	22	0.938	0.912	0.932

ثالثاً – تعقيب على نتائج الدراسة السيكومترية لمقياس الثقة بالنفس: أظهرت نتائج الدراسة السيكومترية لمقياس الثقة بالنفس اتصافه بمؤشرات جيدة جداً للصدق البنيوي؛ حيث تراوحت قيم معاملات ارتباط البنود بالدرجة للكلية للمقياس ما بين (0.449–0.881)، كما تراوحت قيم معاملات ارتباط كل بند بالدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه ما بين (0.519–0.896)، كما تراوحت قيم معاملات ارتباط الأبعاد الفرعية مع بعضها البعض ومع الدرجة الكلية للمقياس ما بين (0.681–0.954)، وكانت جميع تلك القيم دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) مما يشير إلى الصدق البنيوي للمقياس بطريقة الاتساق الداخلي، كما أظهرت نتائج الصدق المحكي بطريقة المجموعات الطرفية وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الفئتين العليا والدنيا على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس لصالح الفئة العليا.

كما أظهرت نتائج الدراسة السيكومترية اتصاف المقياس بمؤشرات مرتفعة للثبات بطرائق (معادلة ألفا–كرونباخ، والتجزئة النصفية، وإعادة التطبيق)؛ حيث تراوحت قيم معاملات الثبات بطريقة معادلة ألفا–كرونباخ بين (0.777–0.938)، وتراوحت قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية بين (0.753–0.912)، وتراوحت قيم معاملات الثبات بطريقة إعادة التطبيق بين (0.855–0.932)، وبالتالي يمكن القول بأن مقياس الثقة

بالنفس يتصف بخصائص سيكومترية جيدة جداً تجعل استخدامه ممكناً في البيئة المحلية وفق حدود عينة البحث الحالي المتمثلة بطلبة الصف الثاني الثانوي في محافظة دمشق.

11 – تحليل النتائج ومناقشة الفرضيات:

السؤال الأول: ما مستوى السعادة لدى أفراد عينة البحث؟ للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس السعادة كما يأتي:

الجدول (10) الإحصاء الوصفي لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس السعادة

مقياس السعادة	عدد البنود	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الدرجة الكلية	27	88.68	13.52

وأعطي كل مستوى من مستويات السعادة لدى أفراد عينة البحث على مقياس السعادة نقطة قطع استناداً إلى المتوسط الحسابي والانحراف المعياري على النحو الآتي: (المستوى المرتفع = المتوسط الحسابي + الانحراف المعياري)، و(المستوى المنخفض= المتوسط – الانحراف المعياري)، وما بينهما المستوى المتوسط كما يوضح الجدول الآتي:

الجدول (11) نقاط القطع لمقياس السعادة والقيم الموافقة لها

مستوى السعادة	المستوى منخفض	المستوى المتوسط	المستوى المرتفع
الدرجات	76 فما دون	102 – 77	103 فأعلى

ولتحديد مستوى السعادة تم استخراج التكرارات والنسب المئوية لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس السعادة كما يأتي:

الجدول (12) مستوى السعادة لدى أفراد عينة البحث

مستوى السعادة	منخفض	متوسط	مرتفع	المجموع
التكرار	35	135	27	197
النسبة المئوية	17.77%	68.53%	13.70%	100%

يلاحظ من الجدول رقم (12) أن مستوى السعادة لدى أفراد عينة البحث كان متوسطاً وبنسبة بلغت (68.53%)، تليها نسبة (17.77) ممن لديهم مستوى منخفض من السعادة، في حين بلغت نسبة الأفراد ذوي المستوى المرتفع من السعادة (13.70%) ، و توافقت النتيجة مع دراسة (الحمادات و القضاة ، 2016) .

وتفسر النتيجة بأن : الطالب في الصف الثاني الثانوي يتأثر بما تتأثر به مختلف شرائح المجتمع ووفق الظروف المعيشية والضائقة الاقتصادية التي يعاني منها البلد بشكل عام، فهو لا ينال احتياجه الكامل من كافة مجالات الحياة الدراسية والاحتياجات المعيشية ، وذلك لدى غالبية أفراد المجتمع كما أنه لا يشعر باستحقاقه لفرص التعليم المستقبلية والحياة بشكل عام وآفاق العمل و النجاح ، وفي الوقت نفسه يتمتع الطالب في هذه المرحلة بالشعور بالأمان والطمأنينة ضمن أسرته وأن هناك من يسعى لتأمين احتياجاته رغم ظروف الحياة ومصاعبها ، مما يعطيه القدرة على التوازن النفسي ويفتح أمامه نوافذ الأمل، فمن الطبيعي أن يشعر بالسعادة ، وترى الباحثة النتيجة منطقية ومتوقعة .

السؤال الثاني: ما مستوى الثقة بالنفس لدى أفراد عينة البحث؟ للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس الثقة بالنفس كما يأتي:

الجدول (13) الإحصاء الوصفي لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس الثقة بالنفس

مقياس الثقة بالنفس	عدد البنود	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الدرجة الكلية	22	48.75	8.77

وأعطي كل مستوى من مستويات الثقة بالنفس لدى أفراد عينة البحث على مقياس الثقة بالنفس نقطة قطع استناداً إلى المتوسط الحسابي والانحراف المعياري على النحو الآتي: (المستوى المرتفع = المتوسط الحسابي + الانحراف المعياري)، و(المستوى المنخفض= المتوسط – الانحراف المعياري)، وما بينهما المستوى المتوسط كما يوضح الجدول الآتي:

الجدول (14) نقاط القطع لمقياس الثقة بالنفس والقيم الموافقة لها

مستوى الثقة بالنفس	المستوى منخفض	المستوى المتوسط	المستوى المرتفع
الدرجات	39 فما دون	40 – 57	58 فأعلى

ولتحديد مستوى الثقة بالنفس تم استخراج التكرارات والنسب المئوية لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس الثقة بالنفس كما يأتي:

الجدول (15) مستوى الثقة بالنفس لدى أفراد عينة البحث

مستوى الثقة بالنفس	منخفض	متوسط	مرتفع	المجموع
التكرار	38	112	47	197
النسبة المئوية	%19.29	%56.85	%23.86	100%

يلاحظ من الجدول رقم (15) أن مستوى الثقة بالنفس لدى أفراد عينة البحث كان متوسطاً وبنسبة بلغت (56.85%)، تليها نسبة (23.86) ممن لديهم مستوى مرتفع من الثقة بالنفس، في حين بلغت نسبة الأفراد ذوي المستوى المنخفض من الثقة بالنفس (19.29%). **وتفسر النتيجة : بأن** الثقة بالنفس سمة تنمو وتتطور خلال المراحل النمائية للفرد وتبرز أهميتها وتبلورها في هذه المرحلة النمائية وهي هنا (المراهقة المتوسطة) فصورة الذات مضطربة ولم تكتمل نمائياً ، وتتأثر مسيرة نموها بكل ما يعيشه الطالب و يحيط به و يتعلمه ، فالبيئة المحيطة بالطالب لها الدور الأكبر في صقل هذه السمة وتنميتها لتكون قادرة على أن تشعر بالفرد بالقوة و السيطرة والقدرة على الضبط والإنجاز أو تضعف ثقته بنفسه وهنا يفشل شيئاً فشيئاً أمام مشكلات ومصاعب الحياة ، وباعتبار أن طلاب الثاني الثانوي هم يعيشون هذه المرحلة النمائية الهامة ، وينالون الاهتمام من الأسرة و المدرسة معاً مما يساعدهم في تنمية ثقتهم بأنفسهم بالشكل الجيد ، فترى الباحثة بأن امتلاكهم لمستوى متوسط من الثقة بالنفس ، أعطى تفاؤل كبير بالدور الذي تقوم به الأسرة والمدرسة والمجتمع ، والاهتمام بتأمين التعليم ومجانيته ولا سيما في

ظروف الأزمة التي تلت الحرب وطالت سنواتها حتى استنزفت المخزون المادي والنفسي للأسرة والمجتمع .

فرضيات البحث:

1- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس السعادة ودرجاتهم على مقياس الثقة بالنفس: للتحقق من صحة الفرضية تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على الدرجة الكلية لمقياس السعادة ودرجاتهم على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الثقة بالنفس، والجدول الآتي يوضح تلك المعاملات:

الجدول (16) نتائج معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على مقياس السعادة ودرجاتهم على مقياس الثقة بالنفس ..

أبعاد مقياس الثقة بالنفس	القيم الناتجة	مقياس السعادة
الطلاقة اللغوية	معامل الارتباط	.425**
	القيمة الاحتمالية	.000
الجانب الاجتماعي	معامل الارتباط	.496**
	القيمة الاحتمالية	.000
الجانب النفسي	معامل الارتباط	.533**
	القيمة الاحتمالية	.000
الجانب الفيزيولوجي	معامل الارتباط	.481**
	القيمة الاحتمالية	.000
الاستقلالية	معامل الارتباط	.577**
	القيمة الاحتمالية	.000
الدرجة الكلية	معامل الارتباط	.572**
	القيمة الاحتمالية	.000

يلاحظ من الجدول رقم (16) وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس الشعور بالسعادة ودرجاتهم على مقياس الثقة بالنفس؛ أي كلما ارتفعت درجة السعادة عند أفراد عينة البحث ارتفعت درجة الثقة بالنفس لديهم .وتوافقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كلا من : [13](قاسم ، و عبد اللاه ، 2018) – [14](الكساسبة ، 2015) – [3](جودة، 2007) – [27](فرنهام وتشينغ ، 2002) حيث توصلت جميعها لوجود علاقة ارتباطية دالة بين الشعور بالسعادة و الثقة بالنفس ، كما تشابهت أيضاً بشكل قريب ومتناغم مع دراستي

حيث 2022))-[36](محمد سوم وآخرون ، 2020[35](فاليريا فيراسترو و آخرون، توصلت هاتين الدراستين لوجود علاقة دالة بين الشعور بالسعادة والمفهوم الايجابي للذات وتقدير الذات وهي من المفاهيم التي تدعم و تقوي الثقة بالنفس . **وتفسر نتيجة الفرضية:** بأن الثقة بالنفس كما عرفت في أدبيات علم النفس هي إيمان الفرد بذاته و يقينه بقدرته وما يملك من إمكانات مع الشعور بالقدرة على الانجاز وتخطي مشكلات الحياة وهي تدعم التقدير الإيجابي للذات حيث يكون الفرد نظرة إيجابيه عن نفسه وتدفعه بحماس لمواجهة الحياة ومصاعبها لا الهروب منها ، فالذي يمتلك مستوى عالي من الثقة بالنفس لا شك سيشعر بالرضا عن نفسه وعن أعماله وسلوكياته وهذه القناعات والمشاعر الايجابية ستؤدي للشعور بالسعادة ، وهي الطريق الى النجاح والانخراط بفاعلية في مواقف الحياة وحسن التصرف إزاء الآخرين وإقامة علاقات قوية وداعمة تزيد من استقراره النفسي و شعوره بالطمأنينة والسعادة ، هذا وتؤثر المرحلة العمرية لأفراد العينة كمراهقين يافعين مفعمين بالطاقة والحيوية وحب الحياة والبحث عن الأوقات السعيدة مع الرفقاء و حب للمغامرة ، ويحاولون التوفيق بين هذا الحب الجارف للحياة وبين مسؤوليات الحياة ومقاعد الدراسة والنجاح والتحصيل مما يدعم ثقتهم بأنفسهم و يشعرهم بالرضا و السعادة .

2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس السعادة تبعاً لمتغير الجنس. و للتحقق من صحة الفرضية تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واستخدم اختبار (T-Test) للعينات المستقلة لدلالة الفروق بين المتوسطات، وجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول الآتي:

الجدول (17) يبين نتائج اختبار (T-Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس مقياس السعادة تبعاً لمتغير الجنس

مقياس السعادة	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	tقيمة	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	القرار
الدرجة الكلية	ذكر	96	87.67	12.355	1.021	195	.309	غير دال إحصائياً
	أنثى	101	89.63	14.54				

يتضح من الجدول (17) أن قيمة (ت) بلغت على الدرجة الكلية لمقياس السعادة (1.021) عند القيمة الاحتمالية (0.309) وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.05) المعتمد في البحث، وبالتالي: تقبل الفرضية الصفرية؛ أي: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس السعادة تبعاً لمتغير الجنس ،

وتوافقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كلا من :[13](قاسم ، و عبد اللاه ، 2018) ، [3](جودة، 2007) ،[27](فرنهام وتشينغ ، 2002) [35] فاليريا فيراسترو و آخرون، 2020 و[25](Batik , and all باتيك و آخرون – 2017) واختلفت النتيجة مع دراسة[9] (عبد الخالق وآخرون، 2003) والتي وجدت فروق دالة في السعادة لصالح ذكور العينة . **وتفسر النتيجة الفرضية بأن** : السعادة شعور يختبره الفرد منذ طفولته المبكرة وينمو ويتطور حسب نوعية حياته والظروف المعيشية والنمائية وهو لا يتعدى هنا الفرح والابتهاج الطفولي ، أما في " مرحلة المراهقة كما يراها Reese, & Hayne, (2010) تتوسع الحدود الاجتماعية ،للمراهق ويزيد عدد العلاقات و المقارنات والتنافس مع الآخرين ، ولاسيما العلاقات مع الجنس الآخر الذين تؤثر ملاحظاتهم بشكل كبير على تقديره لذاته والرضا عنها . " [32] P23–43 فالشعور بالسعادة قد يتذبذب حسب معطيات الحالة النفسية للمراهق ، علاوة على ذلك ، " قد يختلف المراهقون في العناصر التي تؤثر على السعادة لأنهم في مراحل مختلفة من الإدراك ، والنمو الاجتماعي ، ونمو الشخصية . " ذلك وفق دراسة لوبيز [31] P1–20 وهذا التباين في درجات النمو والنضج بين المراهقين يتكامل مع الاختلاف في ظروف الحياة كما ذكرنا سابقاً ،وبنفس الوقت تتشابه ظروفهم في ما يخص الدراسة فالطالب في الثاني الثانوي ذكراً أم أنثى يعيش في وسط متشابه تعليمياً ويتشابه طلاب هذه المرحلة سلوكياً من حيث التزامهم بالدوام المدرسي وطرق التسلية واللهو في أوقات الفراغ ، فالحياة المدرسية لازالت تنال الاهتمام الأكبر من قبل الطالب والأهل ولاسيما في هذه المرحلة العمرية ، مما سبق يلاحظ أنه من الممكن تساوي الذكور والاناث في مستوى السعادة وعدم ظهور فروق لصالح أحد الجنسين رغم الاختلافات النمائية و الحياتية حيث أنها متقاربة أيضاً .

3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الثقة بالنفس تبعاً لمتغير الجنس: للتحقق من صحة الفرضية تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واستخدم اختبار (T-Test) للعينات المستقلة لدلالة الفروق بين المتوسطات، وجاءت النتائج كما يلي : الجدول (18) يبين نتائج اختبار (T-Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس مقياس الثقة بالنفس تبعاً لمتغير الجنس

أبعاد مقياس الثقة بالنفس	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	القرار
الطلاقة اللغوية	ذكر	96	8.33	2.106	.350	195	.727	غير دال إحصائيا
	أنثى	101	8.45	2.381				
الجانب الاجتماعي	ذكر	96	11.01	1.971	.697	195	.487	غير دال إحصائيا
	أنثى	101	11.23	2.374				
الجانب النفسي	ذكر	96	11.65	1.704	1.433	195	.154	غير دال إحصائيا
	أنثى	101	12.03	2.032				
الجانب الفيزيولوجي	ذكر	96	6.45	1.297	.694	195	.489	غير دال إحصائيا
	أنثى	101	6.59	1.632				
الاستقلالية	ذكر	96	10.69	1.959	1.130	195	.260	غير دال إحصائيا
	أنثى	101	11.04	2.383				
الدرجة الكلية	ذكر	96	48.13	7.569	.969	195	.334	غير دال إحصائيا
	أنثى	101	49.34	9.774				

يتضح من الجدول (18) أن قيمة (ت) قد بلغت على التسلسل بالنسبة لكل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية له: (0.350، 0.697، 1.433، 0.694، 1.130، 0.969) عند القيم الاحتمالية (0.727، 0.487، 0.154، 0.489، 0.260، 0.334)وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.05)المعتمد في البحث، وبالتالي: تقبل الفرضية الصفرية؛ أي: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الثقة بالنفس تبعاً لمتغير الجنس ، وتوافقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كلا من : [13](قاسم ، و عبد اللاه ، 2018)،[3](جودة، 2007) .

وتفسر النتيجة بأن : الثقة بالنفس سمة يمكن تنميتها وتقويتها من خلال التربية والتعليم الأسري والمدرسي والطالب في الصف الثاني الثانوي على مقاعد الدراسة لا يزال تحت إشراف الأهل تربوياً وتعليمياً فالأسرة والمدرسة الداعمة للطالب تشعل فيه الحماس والطموح للتفوق والتحصيل مما يشعره بالتقدير الإيجابي لذاته ويقوي إيمانه بقدراته وإمكاناته فترتفع لديه الثقة بالنفس ، وهنا لابد من التنويه لميزة جيدة في مجتمعنا وهو الاهتمام بتعليم الأبناء بسواسية ذكوراً أم إناث ، أيضا التعليم متاح لجميع أبناء المجتمع ، فالإناث ينالون الدعم والمساندة مثل الذكور تماماً وحسب مبدأ تكافؤ الفرص ترى الباحثة بأن ظروف امتلاك الثقة بالنفس للإناث معادلة للذكور و نتيجة الفرضية منطقية وتعبر بصدق عن المجتمع الأصلي .

المراجع العربية:

1- أبو هاشم ، السيد محمد (2010) .النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة ، مجلة كلية التربية ، جامعة بنها ، المجلد 20 ، العدد 81 ، ص من 269 – 350

2- البهاص ، سيد أحمد(2009) .العفو كمتغير وسيط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة لدى طلاب الجامعة ، مجلة الإرشاد النفسي ،جامعة عين شمس ، المجلد 23 ، ص من 327 – 378 .

3- جودة ، آمال عبد القادر (2007). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالسعادة و الثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الأقصى ، مجلة جامعة النجاح للأبحاث، العلوم الانسانية ، المجلد رقم 21 ، العدد 3 ، الصفحات من ص 697 – 738 ، فلسطين.

4- حمادات ، محمد ؛ القضاة ، أحمد (2016). .مستوى السعادة لدى عينة من طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في ضوء بعض المتغيرات في المملكة الأردنية الهاشمية ، مجلة المنارة للبحوث و الدراسات ، المجلد 22 و العدد 3 / أ .
http://hdl.handle.net/123456789/1280

5- الدسوقي ، مجدي محمد (2008). دراسات في الصحة النفسية ،المجلد الثاني ،القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية

6- الرباعي ، سعاد ياسين (2014). الشعور بالسعادة وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق ، أطروحة ماجستير في علم النفس التربوي ، كلية التربية ، جامعة دمشق .

7- السيد الجندي ، أمسية (2009). مصادر الشعور بالسعادة وعلاقتها بالذكاء الوجداني لدى طلبة كلية التربية بجامعة الاسكندرية ،المجلة المصرية للدراسات النفسية ،صادرة عن الجمعية المصرية للدراسات النفسية ، القاهرة ،المجلد 19 العدد 62 ، ص من 11 – 70 .

8- شريف ، سهام (2022). القلق على المظهر الخارجي يضعف الثقة بالنفس (دراسة لفريق بحثي بريطاني حول الثقة بالنفس والمعتقدات الذاتية) ، مقال منشور . https://skynewsarabia.com

9- عبد الخالق ، أحمد ؛ الشطي ، تغريد ، و آخرون (2003). معدلات السعادة لدى عينات عمرية مختلفة من المجتمع الكويتي ، دراسات نفسية ، المجلد 13 و العدد 4 ، 581 – 612 .

10- عليوة ، أسماء (2019). تقنين استبيان أوكسفورد للسعادة ل هيلز و أرجايل في البيئة الجزائرية ، أطروحة ماجستير في علم النفس العيادي، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية ، جامعة العربي بن مهيدي – أم البواقي ،الجزائر .

11- علوان ، نعمات شعبان ؛ الطلاع ، عبد الرؤوف (2014). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس وأثره في زيادة المرونة الإيجابية ، مجلة جامعة الأقصى ، سلسلة العلوم الإنسانية ، فلسطين ، المجلد 18 العدد 2 ، من ص 176 – 2011 .

12- عبد الوهاب ، أماني عبد المقصود (2006). السعادة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من المراهقين من الجنسين ، مجلة البحوث النفسية والتربوية ، تصدر عن كلية التربية – جامعة المنوفية ،المجلد 21 العدد 2 ، ص 254 – 308

13- قاسم ، آمنة قاسم اسماعيل ؛ عبد اللاه ، سحر محمود محمد (2018) . السعادة النفسية في علاقتها بالمرونة المعرفية والثقة بالنفس لدى عينة من طلاب الدراسات العليا بجامعة سوهاج ، المجلة التربوية لكلية التربية بجامعة سوهاج ، العدد 35 ، الصفحات ص 79 – 145، مصر.

14- الكساسبة ،حسن عطا (2015). الذكاء الوجداني وعلاقته بالسعادة و الثقة بالنفس لدى طلبة جامعة مؤته ،أطروحة ماجستير ، جامعة مؤته ، الأردن. https://search.emarefa.net/detail/BIM-677415

15 – المحروقي ، عائشة (2012). مصادر السعادة لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة والثانوية والجامعية في ضوء بعض الخصائص الديموغرافية و الاجتماعية والأكاديمية بمدينة مكة المكرمة ،رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة أم القرى ، مكة المكرمة.

16 – مبروك ، رشا محمد (2008). إدارة الحياة والسعادة وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى طلاب الجامعة ، رسالة ماجستير ، بكلية التربية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس .

17– محمود ، أحلام (2007). مستويات ومصادر إشباع السعادة كما يدركها المسنون في ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية وبعض المتغيرات الأخرى ، المجلة العربية للدراسات النفسية ، مجلد 7 العدد 56 ، من 115 – 193.

18 – مرسي ، كمال ابراهيم (2000). السعادة وتنمية الصحة النفسية (مسؤولية الفرد في الإسلام وعلم النفس)، الجزء الأول ، القاهرة ، دار النشر الجامعي .

19– مصطفي ، همت مختار (2016). استخدام مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك وعلاقته بالثقة بالنفس وتقدير الذات والأمن النفسي لدى عينة من طلبة المؤسسات الإيوائية ،مجلة كلية التربية ، جامعة الأزهر، الجزء 2 ، العدد 167 ، من ص 279 – 350 .

20– محمود ، عبد الله جاد (2010). بعض المتغيرات المعرفية والشخصية المساهمة في السعادة ،دراسات ربوية ونفسية ، تصدر عن مجلة كلية التربية – جامعة الزقازيق ، المجلد 2 العدد 66 ، ص 195 – 271 .

21– مايكل ، أرجايل (1993). سيكولوجية السعادة ، ترجمة فيصل عبد القادر يونس ، مراجعة شوقي جلال ، سلسلة عالم المعرفة ، (تصدر عن المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب – الكويت) العدد 175 .

22– الهاجري ، ندى (2020) . خصائص مرحلة المراهقة المتوسطة ، مقال منشور. http: //mufahras.com

23– هريدي ، عادل ؛ شوقي ، طريف (2002). مصادر السعادة المدركة في ضوء العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والتدين وبعض المتغيرات الأخرى ، مجلة علم النفس ، العدد 61 ، الصفحات من 46 – 78.

24– يمينة ، زينات (2021). اضطرابات الكلام وعلاقتها بالثقة بالنفس وتقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، رسالة ماجستير في علم النفس العيادي ،المركز الجامعي – العقيد أكلي محمد أولحاج بالبويرة ، معهد العلوم الإنسانية والاجتماعية.

المراجع الأجنبية References:

25- Batik ; ,Meryem ,vural , Bingol , tugba , yilmaz ;kodaz,Aynur firinci ;Hosoglu, Rumeysa (2017). Forgiveness and subjective happiness of university students .international journal of Higher education . v 6 . n 6 . p 149 – 162 .
26- Branden, Nathaniel ,( ) .to have confidence in oneself is to know that one deserves happiness , published article in French . https://www.psychologies.com/Moi/Se-connaitre/Estime-de-soi/Articles-et-Dossiers/Oser-les-cles-de-la-confiance-en-soi/Avoir-confiance-en-soi-c-est-savoir-qu-on-merite-le-bonheur
27- Frunham,A. & Cheng ,H, (2002). personality,peer relations,and self – confidence as predictors of happiness and loneliness,Journal of Adolescence, 25,327 – 339 .
28-Guillaume R. Coudevylle, Christophe Gernigon, Kathleen Martin Gini (2011). Self-esteem, self-confidence, anxiety and claimed self-handicapping: A mediational analysis. Psychology of Sport and Exercise, Elsevier, 12, pp.670-675. ff10.1016/j.psychsport.2011.05.008ff. ffhal-01343259f
29-Judge, Timothy A.; Erez, Amir; Bono, Joyce E.; Thoresen, Carl J. (2002-). "Are measures of self-esteem, neuroticism, locus of control, and generalized self-efficacy indicators of a common core construct?". Journal of Personality and Social Psychology. 83 (3): 693–710. doi:10.1037/0022-3514.83.3.693. ISSN 1939-1315. PMID 12219863. S2CID 18551901
30- Luszczynska, A. and Schwarzer, R. (2005). Social cognitive theory. In M. Conner & P. Norman (Eds.), Predicting health behaviour (2nd ed. rev., pp. 127–169). Buckingham, England: Open University Press
31- López-Pérez, B., & Fernández-Castilla, B. (2017). Children's and Adolescents' Conceptions of Happiness at School and Its

Relation with Their Own Happiness and Their Academic Performance. Journal of Happiness Studies, pp. 1–20

32- Reese, E., Yan, C., Jack, F., & Hayne, H. (2010). Emerging identities: Narrative and self from early childhood to early adolescence. In K. C. McLean & M. Pasupathi (Eds.), Advancing responsible adolescent development. Narrative development in adolescence: Creating the storied self (p. 23–43

33-Seligman,M.E.,&Royzman ,.(2003), happiness : the three traditional theories , authentic happiness newsletter July 2003 .

34 -Tomlinson, R. M., Keyfitz, L., Rawana, J. S., & Lumley, M. N. (2017). Unique Contributions of Positive Schemas for Understanding Child and Adolescent Life Satisfaction and Happiness. Journal of Happiness Studies, 18(5), 1255–1274. https://doi.org/10.1007/s10902-016-9776-3

35 -Verrastro, V.; Ritella, G.; Saladino, V.; Pistella, J.; Baiocco, R.; Fontanesi, L, (2020). Personal and Family Correlates to Happiness amongst Italian Children and Pre-Adolescents , International Journal of Emotional Education, v12 n1 p48-64 Apr

36-Yap, C.-C., Mohamad Som, R. B., Sum, X. Y., Tan, S.-A., & Yee, K. W. (2022). Association Between Self-Esteem and Happiness Among Adolescents in Malaysia: The Mediating Role of Motivation. Psychological Reports, 125(3), 1348–1362. https://doi.org/10.1177/00332941211005124

.