

البحث الثامن :

الإسهامات النسبية للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية في التنبؤ بمقاومة الإغراء والسعادة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة القصيم

المحاضر :

د / جمال عبدالحميد جادو عبدالكريم
أستاذ الصحة النفسية المساعد كلية التربية جامعة القصيم
مدرس الصحة النفسية المعهد العالي للخدمة الاجتماعية بأسوان

د / دعاء محمد عبدالعظيم مبارك
أستاذ الصحة النفسية المساعد كلية التربية جامعة القصيم
مدرس الصحة النفسية كلية التربية جامعة بنها

” الإسهامات النسبية للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية في التنبؤ بمقاومة الإغراء والسعادة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة القصيم ”

د/ جمال عبدالحميد جادو عبدالكريم د/ دعاء محمد عبدالعظيم مبارك

• مستخلص الدراسة :

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على العوامل الخمسة الكبرى للشخصية الأكثر شيوعاً لدى عينة من طلاب وطالبات كلية التربية بجامعة القصيم بلغت (٤١٦) طالباً وطالبة، وكذلك معرفة مستوى مقاومة الإغراء والسعادة النفسية لديهم ، كما هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وكل من مقاومة الإغراء والإحساس بالسعادة النفسية ، وكذلك معرفة إمكانية التنبؤ بمقاومة الإغراء والإحساس بالسعادة النفسية من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، تم استخدام قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من إعداد جولديبيرج ١٩٩٩ وتعريب أبو هاشم (٢٠٠٧) ومقياس مقاومة الإغراء إعداد الطراونة (٢٠٠٧) وقائمة إكسفورد للسعادة من إعداد أرجايل ولو، ترجمة عبدالخالق وآخرون (٢٠٠٣) ، توصلت النتائج إلى أنالعوامل الخمسة الكبرى السائدة لدى عينة الدراسة هي بالترتيب من الأعلى للأقل المقبولية ثم يليها الانفتاح على الخبرة ثم الانبساطية ثم التضاني وأخيرا العصابية ، كما توصلت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى مرتفع من مقاومة الإغراء ومستوى متوسط من الإحساس بالسعادة النفسية ، كما وجدت علاقات ارتباطية دالة إحصائيا بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وكل من مقاومة الإغراء والسعادة النفسية ، وأشارت نتائج الدراسة إلى أنه من الممكن التنبؤ بكل من مقاومة الإغراء والسعادة النفسية من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية .

الكلمات المفتاحية: العوامل الخمسة الكبرى للشخصية - السعادة النفسية - مقاومة الإغراء - الشخصية.

" The Relative Contributions for the Big Five Personality Factors in Predicting with Resistance to Temptation and Psychological Happiness among Faculty of Education Students at Qassim University "

Abstract:

The current study aimed to identify the most common of the big five personality factors among a sample of Faculty of Education students (416 students) at Qassim University, as well as knowing the level of resistance to temptation and psychological happiness. As the study aimed to investigate the correlation between the big five personality factors, and resistance to temptation and psychological happiness, as well as knowing of predictability withresistane to temptation and psychological happiness bythe big five personality factors. The study tools were Goldberg's big five personality factors inventory (translated into Arabic by Abo Hashim, 2007), resistance to temptation scale (Al Tarawna, 2007), and the list of Oxford of happiness (translated into Arabic by Abdul Khaiq, 2003). The study results indicated to that; the most common factors in order from high to low were agreeableness, openness to Experience, extraversion, conscientiousness, and

neuroticism. There was high level of resistance to temptation and average level of psychological happiness. It was found a significant correlation relationship between the big five personality factors; and resistance to temptation and psychological happiness. In addition, it could be predicting with resistance to temptation and psychological happiness by the big five personality factors.

The Key Words: *The Big Five Personality Factors – Resistance to Temptation – Psychological Happiness – The Personality.*

• مقدمة :

حاول العلماء في مجال علم نفس الشخصية منذ وقت مبكر وصف الشخصية الإنسانية وتحديد السمات الأساسية لها وأنماطها المختلفة، ومن المحاولات الأولى في هذا المجال ما قام به جيلفورد عام ١٩٣٤م في فحص الارتباطات المتبادلة بين بنود عدة استخبارات للشخصية والتحليل العملي لها وقد توصل إلى (١٣) عاملاً للشخصية هي النشاط الزائد، السيطرة، الذكورة مقابل الأنوثة، الثقة بالنفس مقابل مشاعر النقص، الطمأنينة مقابل العصبية، الاجتماعية مقابل الانعزالية، التأملية، الاكتئاب، الاستقرار مقابل الدورية، الكبح مقابل الانطلاق، الموضوعية، الوداعة، والتعاون والتسامح (عبد الخالق، ١٩٩٢، ص ٩٨).

ومع بدايات التسعينات برزت في مجال الشخصية نظرية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية *The Big Five Personality Factors* وهذه العوامل بالإضافة إلى العصابية والانبساطية كما لدى أيزنك تتكون من المقبولية والضمير الحي أو التفاني والانفتاح على الخبرة (Jia, Jia&Karau, 2013, p. 359)، ويذكر جولدبيرج أن كل عامل من العوامل الخمسة يصف عدداً كبيراً من السمات الشخصية الدقيقة حيث تعتبر العوامل الخمسة مثلها مثل عوامل أيزنك واسعة وتجريدية في بناء الشخصية (Warner & Vroman, 2011, p. 1463)، وقد ظهرت هذه العوامل الخمسة الكبرى للشخصية نتيجة لما قام به علماء نفس الشخصية من عدد كبير من الدراسات والبحوث لاستخلاص سمات الشخصية الرئيسية وقد تكررت خمس سمات في الشخصية أطلق عليها جولدبيرج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، ويهدف نموذج العوامل الخمسة الكبرى إلى جمع أشدات السمات المتناثرة في فئات أساسية مهما أضفنا لها أو حذفنا منها تبقى محافظة على نسقها كفئات أو عوامل رئيسية في وصف الشخصية الإنسانية (Goldberg, 1993, p. 44).

وقد حظى نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية باتفاق كبير بين علماء الشخصية، فهو يعتبر من أهم النماذج التي تناولت دراسة سمات الشخصية وأكثرها شهرة (Roccas, Sagiv, Schwartz & Knafa, 2002, p.

(789) ، وهذه العوامل الخمسة للشخصية تحدد نظرياً أساس شخصية الفرد وتلعب دوراً قوياً في توضيح الاتجاهات والسلوكيات المتعددة في إطار منظم (Jia et al., 2013, p. 359).

وقد تم اشتقاق نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من خلال التحليلات الإمبريقية للعديد من الدراسات والبحوث في هذا المجال وليس من مجرد استنتاجات نظرية، وقد توصلت نتائج التحليل العاملي لاستجابات المفحوصين على العديد من استبيانات ومقاييس الشخصية إلى عدة سمات تصف العلاقة بين الذات والآخرين تم استخلاصها في خمسة عوامل أساسية تنظم بداخلها السمات الإنسانية، وقد حاول الكثير من المنظرين والباحثين في الآونة الأخيرة تتبع الأصول التطورية للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية (Roccas et al. , 2002, p. 790).

بعض عوامل الشخصية وخاصة العوامل العصبية والعقلية يمكن أن تنبئ باستجابات الناس في مواقف الإغراء وخاصة الإغراءات التي تتعلق بتناول الأطعمة وقد أشار عدد من الباحثين إلى أن موضوع السيطرة على الشهوات والتي تعني مقاومة الإغراء في حاجة إلى المزيد من الدراسة والبحث (Lopez, Hofmann, Wagner, Kelley & Heatherton, 2014, p. 1337) وقد ذكر بومان وكوهل (Bauman & Kuhl (2005, p. 444) أن مقاومة الإغراء من المتغيرات التي لاقته اهتماماً في أواخر القرن العشرين ومطلع القرن الحادي والعشرين ، والإغراء ظاهرة مثيرة للاهتمام على السياق الثقافي والديني والأخلاقي والنفسي ، حيث يخطر الناس في إغراءات كثيرة مثل تناول الطعام والشراب غير الصحي والتدخين والعديد من الأنشطة الأخرى التي من الممكن أن تصيب بالضرر البالغ (violante, 2005, p. 12)، ويعني الإغراء الرغبة في فعل شيء أو امتلاك شيء ما ، مع علم الفرد بأنه لا يجب عليه فعله أو امتلاكه وهو أيضاً الرغبة الجامحة في ملذات الحياة والنفس (Shiffman& Waters, 2004, p. 194).

ويؤكد علم النفس الإيجابي على القوى الإنسانية الإيجابية ، والتي زاد الاهتمام بها منذ أن وجهت لذلك جمعية علم النفس الأمريكية مع بدايات القرن الحالي حيث دعت علماء النفس للبحث عن القوى الإيجابية لدى البشر بدلاً من البحث عن المشكلات والأمراض (Shorey, Little, Snyder, Kluck,&Robitschek, 2007, p. 1918) ، ويعد مفهوم السعادة من المفاهيم الحديثة التي ارتبطت بعلم النفس الإيجابي والتي تعتبر إحدى المتغيرات الأساسية للشخصية وهي هدف أساسي في حياة الإنسان يسعى لتحقيقه الجميع ، ويؤدي تحقيقه إلى شعور الفرد بالرضا والبهجة والاستمتاع وتحقيق

الذات والتفاؤل والتوجه الإيجابي نحو الحياة (صالح، ٢٠١٣، ص ١٩٠)، وتلعب عوامل عديدة ومتنوعة بيئية وشخصية دوراً في توجه الفرد نحو الوجدان السلبي أو الإيجابي، فالخبرات التي يمر بها الفرد بالإضافة إلى سمات شخصية تحدد مسار حياته سلباً أم إيجاباً (اليحوي، ٢٠٠٦، ص ٩٤٥)، وقد أشار هريدي وفرج (٢٠٠٢، ص ٥١) وأبوهاشم (٢٠١٠، ص ٢٦٩) إلى وجود علاقة ارتباطية بين العوامل الكبرى للشخصية والسعادة، كما أشارت صالح (٢٠١٣، ص ١٩٢) أن الإحساس بالنقص والإحباط وقلة الثقة بالنفس والميل إلى العدوانية والإنسحاب والإحساس بعدم الكفاءة وعدم القدرة على مواجهة المشاكل والصعوبات في الحياة تؤثر على مستوى السعادة والصحة النفسية، وذكر رابويز وهاجا (Rabois&Haga 2003, p. 562) أن الحالة المزاجية السلبية والشخصية الاكتئابية وقلة الإحساس بالسعادة النفسية يقلل من قدرة الفرد على مقاومة الإغراءات التي يتعرض لها في حياته .

وعلى ذلك تبحث الدراسة الحالية في العلاقة الارتباطية بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وكل من مقاومة الإغراء والإحساس بالسعادة النفسية، وأيضاً إمكانية التنبؤ بمقاومة الإغراء والإحساس بالسعادة النفسية من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

• مشكلة الدراسة :

أشار روزمانوكويتزر (Rothmann&Coetzer 2003, p. 69) إلى أن الدرجة العالية من العصابية وهي أحد العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تدل على وجود نسبة مخاطرة في ظهور بعض المشكلات النفسية والتفكير اللاعقلاني وعدم القدرة على التحكم في الغرائز والتعامل المتواضع مع الضغوط، كما ارتبط عامل العصابية باضطراب الهوس والاكتئاب والعديد من المشكلات النفسية الأخرى (McCrae & John, 1992, p. 204)، وقد أشار باريك وماونت (Barrick & Mount 1993, pp. 111-112) إلى ارتباط عاملي العصابية والتفاني بضبط الذات والثبات الانفعالي التي هي أساس مقاومة الإغراء .

كما ذكر ماك كراي وجون (McCrae & John 1992, pp. 203-204) أنه توجد علاقة بين الانبساطية وبعض الاضطرابات النفسية مثل اضطرابات المزاج والاضطراب الثنائي والذعر في حين تباينت نتائج الدراسات حول علاقة كل من المقبولية والانبساطية بضبط الأنا، وبالنسبة لعامل الانفتاح على الخبرة فقد أشارت نتائج بعض الدراسات إلى أن المنفتحين على الخبرة ينجحون بشكل ملحوظ في مجال الاستشارات والتدريب ولكن تباينت نتائج الدراسات في تأثير الانفتاح على الخبرة على النجاح المهني (Rothmann&Coetzer, 2003, p. 69)، وعن المقبولية والتفاني فقد ذكر باريك وماونت (Barrick & Mount 1993, p. 113) أن الشخص الذي لا يتمتع بالمقبولية هو شخص أناني وكثير الشك في

نوايا الآخرين وأن التفاني يرتبط بالوسواس القهري والاستقلالية -
الاعتمادية والإرادة .

وأشارت نتائج دراسة أبو هاشم (٢٠١٠ ، ص ٢٦٩) إلى وجود علاقات ارتباطية متباينة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والإحساس بالسعادة النفسية وإلى إمكانية التنبؤ بالإحساس بالسعادة النفسية من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وأشارت نتائج دراسة ساليريوشايري Salary & Shaieri (2013, p. 1146) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً وموجبة بين الانبساطية والإحساس بالسعادة النفسية وكانت العلاقة الارتباطية دالة إحصائياً وسالبة بين العصابية والإحساس بالسعادة النفسية في حين لم توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الذهان والإحساس بالسعادة النفسية .

وتعد العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، سمات محددة لشخصية الفرد التي لا تظهر ولا تتضح؛ إلا في إطار التفاعل مع العديد من العوامل الأخرى ، فعلى الأفراد دور كبير في ضبط ذواتهم ، والتحكم فيها بالصورة التي تجعل سلوكياتهم مقبولة على وجه العموم.

وقد أشار فولانت (Violante, 2005, p. 12) إلى أن الدلائل تؤكد على ارتفاع نسب الإغراء بشكل مأساوي ، فعلى سبيل المثال في المملكة المتحدة ١٧٪ من المراهقين في عمر (١٥) سنة يعانون من السمنة ، ٣١٪ من الوزن الزائد ، ٢٧٪ من المراهقين الذكور و ١٧٪ من المراهقات في عمر (١٦) سنة يشربون الخمر ، ٤٢٪ من صغار الشباب يدخنون الحشيش ، ٩٪ يدمنون الكوكايين ، ١٨٪ للأمفيتامينات . هذه النسب المرتفعة في الوقوع في الإغراء بأنواعه المختلفة لدى الأفراد، وضعف قدرتهم على التحكم في رغباتهم وغرائزهم، يجعلنا نهتم بدراسة هذا العامل؛ باعتبارها أحد العوامل المحددة لتكامل الشخصية واتساقها .

كذلك أشارت نتائج الدراسات السابقة إلى أن عدم القدرة على مقاومة الإغراء يرتبط بكثير من اضطرابات الشخصية والمشكلات السلوكية كاضطرابات اضطراب الحركة ونقص الانتباه، والاندفاعية، والتهور، حيث تظهر لديهم علامات الاضطراب النفسي أكثر من غيرهم (Collins, 2001, p. 3) كما تؤثر مقاومة الإغراء على نجاح الأفراد في أدوارهم الاجتماعية وال فشل في مقاومة الإغراء يعني الفشل في ضبط الذات وقد أشارت نتائج البحوث والدراسات في هذا المجال إلى أن أكثر من ٤٠٪ من حالات الوفيات بالولايات المتحدة الأمريكية ترجع إلى أسباب عدم القدرة على ضبط الذات (Lopez et al., 2014, p. 1337) ، أي أنها ترجع إلى عدم القدرة على مقاومة الإغراء ، وذكر جيا وآخرون (Jia et al. (2013, p. 359) أن الشخص الانبساطي يميل إلى الاجتماعية في سلوكه وهذا التوجه الاجتماعي له قد يقوده للبحث عن تفاعلات اجتماعية مع الآخرين والوقوع في إغراءات الانترنت وإدمانه.

ومن خلال ما سبق يمكن تحديد مشكلة الدراسة في التساؤلات الآتية :

• **تساؤلات الدراسة :**

- ◀ ما هي العوامل السائدة في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (المقبولية، التفاني، الانبساطية، العصابية، الانفتاح على الخبرة) لدى طلاب كلية التربية بجامعة القصيم ؟
- ◀ ما مستوى مقاومة الإغراء لدى طلاب كلية التربية بجامعة القصيم ؟
- ◀ ما مستوى الإحساس بالسعادة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة القصيم ؟
- ◀ هل يوجد ارتباط دال إحصائياً بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومقاومة الإغراء لدى طلاب كلية التربية بجامعة القصيم ؟
- ◀ هل يوجد ارتباط دال إحصائياً بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والإحساس بالسعادة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة القصيم ؟
- ◀ هل يمكن التنبؤ بكل من مقاومة الإغراء والإحساس بالسعادة النفسية من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ؟

• **أهداف الدراسة :**

- تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلي :
- ◀ التعرف على العوامل السائدة من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى الطلاب عينة الدراسة .
- ◀ تحديد مستوى كل من مقاومة الإغراء والسعادة النفسية لدى الطلاب عينة الدراسة .
- ◀ قياس العلاقة الارتباطية بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وكل من مقاومة الإغراء والإحساس بالسعادة النفسية لدى الطلاب عينة الدراسة .
- ◀ دراسة إمكانية التنبؤ بكل من مقاومة الإغراء والسعادة النفسية من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى الطلاب عينة الدراسة .

• **أهمية الدراسة :**

- تأتي أهمية الدراسة من خلال ما يلي :
- ◀ دراسة سمات الشخصية لدى الطلاب وتأثيرها على مقاومتهم لمغريات الحياة ، وما ينطوي عليه من احساسهم بالسعادة، وهي جميعها من المتغيرات الهامة والتي تحتاج إلى مزيد من البحث والدراسة حيث أنه في حدود اطلاع الباحثين لم توجد دراسة واحدة تبحث في هذه المتغيرات مجتمعة والتأثيرات المتداخلة بين بعضها البعض .
- ◀ يحتل موضوع الشخصية مكانة مهمة في التراث السيكولوجي ،ومن خلال دراسة سمات الشخصية يمكن تفسير السلوك الإنساني ، وبالتالي يمكن توجيهه وإرشاده .

◀ طبيعة العينة التي تقوم عليها الدراسة الحالية وهم الشباب الجامعي ، فهم عماد الأمة ومستقبلها ، ولا يخفى على أحد ما تمر به الأمة العربية من مشكلات واضطرابات وصراعات فارقة في حياتها يلعب فيها الشباب الدور الأكبر .

◀ كثرة الإغراءات التي يتعرض لها الشباب في حياتهم اليومية ، فنحن الآن نعيش في عالم مفتوح ، عالم يسهل فيه التواصل بين أي طرف وطرف آخر ، فمن السهل وقوع هؤلاء الشباب ضحية لإغراءات كثيرة ، ومن المهم دراسة العوامل التي تؤثر على استجابات الشباب نحو موضوعات الإغراء المختلفة وكيف يؤثر ذلك على إحساسهم بالسعادة النفسية وعلى حياتهم بوجه عام

◀ إمكانية تصنيف الأفراد حسب سماتهم وانفعالاتهم مما يمكن من التنبؤ بميولهم واتجاهاتهم وأفكارهم ودوافعهم وبالتالي تسهل عملية توجيههم وإرشادهم .

• مصطلحات الدراسة :

• العوامل الخمسة الكبرى للشخصية The Big Five Personality Factors :

العوامل الخمسة التي توصلت إليها نتائج البحوث والدراسات في هذا المجال هي المقبولية أو حسن المعشر Agreeableness والتفاني أو الضمير الحي Conscientiousness والانبساطية Extraversion والعصابية Neuroticism والانفتاح على الخبرة (Barrick & Mount, 1993, p. 111; McCrae & Costa, 1997, p. 511) وعرف جولدبيرج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بأنها نموذج يهدف إلى تجميع أشتات السمات المتناثرة للشخصية في فئات أساسية (كاظم ، ٢٠٠٢ ، ص ١٨) ، وفيما يلي تعريفات هذه العوامل الخمسة :

◀ المقبولية (حسن المعشر) : الشخص حسن المعشر هو شخص يميل إلى الإيثار والتعاطف مع الآخرين والحرص على تقديم المساعدة لهم ، وهو يؤمن بأن الآخرين سيكونون مفيدين بنفس القدر ، وفي المقابل فإن الشخص سيء المعشر هو شخص أناني يشك في نوايا الآخرين ويفضل المنافسة على التعاون (John, Naumann& Soto, 2008, p. 120).

◀ التفاني : يشير التفاني إلى يقظة الضمير وضبط الذات والقدرة النشطة على التخطيط والتنظيم وتنفيذ المهام (Barrick & Mount, 1993, p. 111) ، والشخص المتفاني هو شخص له هدف وإرادة قوية واضحة ويتجلى التفاني في التوجه للإنجاز (العمل الدؤوب والمستمر) والمسئولية والحدز والنظام ، ويجب الأخذ في الاعتبار أن الدرجة العالية في التفاني قد تؤدي إلى الحساسية الانفعالية العالية والدقة القهرية والجدية الشديدة في العمل ، كما أن الدرجة المنخفضة فيه لا تعني بالضرورة غياب المبادئ الأخلاقية ولكن أقل حرصا على تطبيقها (Rothmann&Coetzer, 2003, p. 69) .

◀ الانبساطية: عكس الانطوائية وهي تشمل بعض السمات مثل الاجتماعية والتوكيدية والنشاط وأحيانا الثثرة ، كما أنها تعني الحيوية والتفاؤل والتواد والاستقلالية أكثر من التبعية . (Barrick & Mount, 1993, p. 111) .

◀ العصابية: هي أحد أبعاد الشخصية وتشير إلى النزعة العامة لخبرة التأثيرات السلبية كالخوف والحزن والارتباك والغضب ومشاعر الذنب والاشمئزاز ، الدرجة المرتفعة منها تدل على نسبة مخاطرة بوجود مشكلات نفسية ، فالدرجة العالية في العصابية تدل على وجود أفكار لاعقلانية وعدم قدرة الفرد على التحكم في الرغبات، والنزعات، وضعف في التعامل مع الضغوط ، والدرجة المنخفضة منها تدل على الثبات الانفعالي . (Rothmann & Coetzer, 2003, p. 69)

◀ الانفتاح على الخبرة : يتضمن الخيال الخصب والإحساس بالجمال والانتباه إلى المشاعر الداخلية وحب التنوع، والابتعاد عن الملل، والروتين، والذكاء، والفضول الفكري، والاستقلالية ، كما أن الدرجة المنخفضة في الانفتاح على الخبرة تدل على أن هذا الشخص تقليدي ويميل إلى أن يكون محافظا في توقعاته. (John et al., 2008, p. 120)

ويعرف الباحثان إجرائيا العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بالدرجة الكلية لكل عامل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية التي يحصل عليها الفرد على مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من إعداد جولديبرج وتعريب أبو هاشم (٢٠٠٧) .

• مقاومة الإغراء : Resistance to Temptation :

تعرف كلمة الإغراء بأنها الانخراط في تصرفات كثيرة من شأنها أن تصيب الفرد بالضرر البالغ مثل تناول طعام غير صحي وتناول الكحوليات والتدخين والعديد من الأنشطة الأخرى (Violante, 2005, p. 12) ، وتعرف مقاومة الإغراء بأنها القدرة على التحكم في الرغبات مثل الرغبة في الطعام والجنس والمخدرات والكحوليات ، وهي ضبط الذات والتحكم فيها ، بالشكل الذي يساهم في نجاح الأفراد في أدوارهم الاجتماعية المنوطة بهم (Lopez et al., 2014, p. 1337)، وهي امتناع الفرد ذاتيا عن القيام بسلوك يشبع حاجة ملحة لديه ، كان بمقدوره القيام به حيث لا أحد يراقبه أو يمنعه، لأن هذا السلوك يناهز الأخلاق والقيم في المجتمع (الطراونة ، ٢٠١٠، ص ٣٢١) .

ويعرف الباحثان مقاومة الإغراء إجرائيا بأنها الدرجة الكلية التي يحصل عليها الفرد على مقياس مقاومة الإغراء من إعداد الطراونة (٢٠١٠) .

• السعادة النفسية Psychological Happiness :

تعرف السعادة النفسية على أنها حالة عقلية وجدانية تظهر بقوة خلال أنشطتنا اليومية وتقييماتنا لمجريات الأمور (Lewis, 2010, p. 58) ، وهي حالة

من الرضا النفسي والإحساس بالاستمتاع بالحياة والراحة النفسية (Ryff & Keyes, 1995, p. 719)، ويعرفها أبو هاشم (٢٠١٠، ص ٢٧٧) بأنها مجموعة من المؤشرات السلوكية تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام، وتعرف السعادة النفسية أيضا بأنها الدرجة التي يحكم بها الفرد على مدى إيجابية حياته، وهي حالة من الشعور بالراحة النفسية تتميز بوجود انفعالات تتدرج ما بين الإحساس بالرضا إلى الإحساس بالفرح الشديد، وتقدر السعادة من خلال وضع الفرد العام والظروف المحيطة به وحالته المزاجية وبعض المؤشرات الأخرى كالاكتئاب ووضع النوم وبعض أنشطته اليومية الأخرى (David, Boniwell & Ayers, 2013, p. 3).

ويعرف الباحثان السعادة النفسية إجرائيا بأنها الدرجة الكلية التي يحصل عليها الفرد على قائمة إكسفورد للسعادة المستخدم في الدراسة الحالية.

• الإطار النظري للدراسة :

• أولا: العوامل الخمسة الكبرى للشخصية :

عرفها الأشول (١٩٨٧، ص ٧٢٠) على أنها مجموعة من الخصائص المميزة للفرد وأسلوب سلوكه، والتي بواسطة ترتيبها وتنظيمها في نموذج موحد تفسر تضرد الشخصية في توافقها مع البيئة، ويرى ويدجر وترل Widiger & Trull (2002, p. 89) أنها زملة من السمات التكيفية وغير التكيفية المجتمعة لدى الفرد، طبقا لمدى معين يحدد له، فعلى سبيل المثال في الثقة، يظهر الفرد تارة واثقا من نفسه في بعض المواقف، وتارة أخرى يفتقد هذه الثقة.

فالفردي يحمل بداخله السمة ونقيضها كالثقة في مقابل عدم الثقة، وهذا يؤثر بدوره على سمات أخرى، فالفردي ذو الثقة العالية أكثر تكيفا مع نفسه والآخرين من الفردي ذي الثقة المنخفضة التي يبدو كثيرا غير مرتاح ومرتاب بشكل يعيق تكيفه مع المحيطين به (Piedmont, Sherman, Sharman, Dy- Liacco & Williams, 2009, p. 1249)، فالفردي غير المتكيف غير واثق من نفسه، وتتنصف شخصيته بعدم الانفتاح، وضعف العلاقات الاجتماعية، وتصلب الفكر، والانطواء (Piedmont, Sherman & Sharman, 2012, p. 1643)، وقد شهدت الأونة الأخيرة مجموعة من الفرضيات غير المؤكدة المرتبطة بمجال نماذج الشخصية واضطرابات (Millon, 2011, p. 26). هذا، ويعد نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من النماذج الأمبريقية التي لقيت اهتماما كبيرا في تفسيراتها للشخصية، التي اعتمدت على مجموعة من الافتراضات التي كانت موجودة في المعاجم، حيث قدم جولدبرج (Goldberg, 1993, pp. 26-27) تصورا عن نماذج الشخصية وتطورها بشكل تاريخي في محاولة منه لفهم تناقضات تركيبية الشخصية منذ آلاف السنين، معتبرا هذه الشخصية ما هي إلا لغزا يحاول فك شفرته؛ فمعظم الأبعاد الوظيفية للشخصية تتمحور في مجموعة

العناصر المرتبطة والمختلفة والمتباينة في مظاهرها، مكونة نموذجاً إمبريقياً يضم مجموعة من السمات أو الصفات.

وقد أوضح بنكس ولوكوتسكيويت Pincus, Lukowitsky & Weight (2010, p. 526) أن أبعاد نموذج العوامل الخمسة للشخصية هي الانبساطية، والمقبولية، واليقظة، والعصابية، والانفتاحية، وقد لقي البعدين الأولين اهتماماً كبيراً في مجال العلاقات الإنسانية، لما لهما من تأثير كبير على تفاعلات الأفراد وعلاقاتهم، فمعظم أدبيات البحث في مجال نماذج الشخصية تعكس الاهتمام الملحوظ بجانب علاقات الشخصية مع المحيطين بها، التي كانت تتمركز على بعدي الانبساطية، والمقبولية الاجتماعية، حيث يرى وجنز وبنكس (Wiggins & Pincus, 1989, p. 307) أن بعدي الانبساطية والمقبولية الاجتماعية يتشابهانويتداخلان بنسبة (٤٥%) مع الاتجاهات داخل شخصية الفرد .

وقد أشار جولدبيرج (Goldberg (1993, p. 30 إلى ارتباط قطبي العصابية مع الدرجة المرتفعة من الانطواء، وانغلاق الخبرة، وانخفاض اليقظة، فاستنتج أن لكل سمة مضادها؛ فمثلاً عامل الانبساطية إذا فاقت درجته الدرجة المعتدلة منه اتصف أصحابه بأن لهم شخصية سطحية عشوائية، أما عامل المقبولية الاجتماعية؛ فإذا فاقت درجته الدرجة المعتدلة منه اتصف أصحابها بالتبعية، والمسيرة الاجتماعية. وكذلك عامل اليقظة إذا فاقت درجته الدرجة المعتدلة منهناتسما أصحابه بالصرامة والشدة والنمطية، وكذلك عامل الانفتاح على الخبرة إذا فاقت درجته الدرجة المعتدلة منه اتصف أصحابها بأنهم غير تقليديين، وغير مسابرين لمجتمعهم. فكل عامل من العوامل الأربعة السابقة قد يرتبط بدرجة أو بأخرى مع عامل العصابية، التي تعبر عن تكيف الفرد من عدمه.

وذكر جادج ومونت (Judge & Mount (2002, p. 533 أن الانبساطية صفة توضح درجة دافعية الشخص ونشاطاته في حياته العامة، وفي مواقفه الاجتماعية بصفة خاصة، بالشكل الذي يساعده على تحقيق ذاته وقدراته، وبالقدر الذي يثمن من خلاله ثقته بذاته، وذكر جيا وآخرون (Jia et al. (2013, p. 359 أن الشخص الانبساطي يمثل المنهج الحيوي النشط في العام الاجتماعي والفيزيقي ويشمل بعض السمات مثل الاجتماعية والمرغوبية والحماس، وهذا التوجه الاجتماعي للانبساطي قد يقوده للبحث عن تفاعلات اجتماعية مع الآخرين والوقوع في إغراءات الانترنت وإدمانه، وقد أكد هيجلر وودجر (Haigler & Widiger (2001, p. 342 ارتباط عامل الانبساطية بدرجة عالية من المقبولية الاجتماعية، ومستوى عالي من اليقظة والإنقان، كما ترتبط بمستوى منخفض من العصابية، فيتصف أصحابها بدرجة عالية من التكيف المجتمعي، بينما ارتبطت العصابية بدرجة مرتفعة من الانطواء والانغلاق، وتدني اليقظة مع درجة مرتفعة من عدم القبول الاجتماعي.

بينما تعتبر المقبولية صفة توضح درجة تفاعل الشخص مع المحيطين به، والتفاعل معهم، والثقة بذاته وعلاقاته، الأمر الذي يزيد من نشاطاته، وعلاقاته بالدرجة التي تشعره بالرضا والقبول عن علاقاته (Roberts, Jackson, Fagard, Edmonds & Meint, 2009, p.372) ، وهي توجه اجتماعي ومجتمعي من خلال علاقات اجتماعية تسودها مشاعر الود والتقبل ويتصف الشخص الذي لديه مقبولية عالية بأنه شخص مهذب وكريم ومرن ومن أهل الثقة والتعاطف والطبيعة الخلوقة والحياء (Jia et al., 2013, p. 359) ، وهذا أيضا ما أشار إليهم روكاس وآخرون (Roccas et al., 2002, p. 792) في أن الأفراد الذين يحققون درجات مرتفعة في عامل المقبولية يتصفون بالحياء والتوافق والتواضع واللفظ والتعاون والذين يحققون درجات منخفضة في عامل المقبولية يتصفون بأنهم سريع الانفعال والغضب والانزعاج والقسوة وعدم المرونة .

بينما تمثل العصابية الصفة التي تعبر عن عدم الاتزان الانفعالي، والشعور السلبي، والتشاؤم، والحزن، والمزاج العكر، والاكتئاب، وعدم الراحة، والهيجان والغضب المستمران، والعصابية تمثل العامل الذي من خلال دراسته يساعد المعالجين والأطباء القائمين بالبحث في فهم الكثير من الاضطرابات السيكوباتولوجية، والتي تفسر الكثير من الأعراض التي يعاني منها هؤلاء الأشخاص (Lahey & Widiger, 2009, p.243) ، ويأتي الثبات الانفعال في مقابل العصابية وهو يجسد الاستقرار فيما يتعلق بالاتفاعلات السلبية كمشاعر الحزن والقلق والإحساس بعد الأمن والغضب والعصبية ، أما العصابية فهي نزعة الفرد وميله للتسرع وسوء التنظيم والمشاعر الاكتئابية (Jia et al., 2013, p. 359) .

وقد أوضح روكاس وآخرون (Roccas et al. (2002, p. 793 أن الدرجة المرتفعة من التفاني أو الضمير الحي تدل على الحرص وأن هذا الشخص على قدر المسؤولية التي تلقى على عاتقه ومنظم ودقيق ، كما أشار روبرتس وآخرون (Roberts et al. (2009, p. 372 إلى أن التفاني أو الضمير الحي صفة توضح تحكم الفرد بشخصيته، وتنظيم سلوكه، والتروي والالتزام، والانضباط، وتحمل المسؤولية، والشخص الذي تعوزه اليقظة يصبح مطيع، خاضع للأنظمة، روتيني، غير مسؤول، ومهمل، ومندفع، ورخو ، كما ذكر جيا وآخرون (Jia et al. (2013, p. 359 أن التفاني يصف قدرة الفرد على التحكم في انفعالاته مما يمكنه من أداء دوره والمهام المطلوبة منه على أكمل وجه متبعا للقواعد والإجراءات اللازمة لذلك مثل التنظيم والتخطيط وتأجيل الإشباع وأن الشخص المتفاني أقل إنخراطا في سلوكيات إجرامية وغير اجتماعية .

في حين ذكر ماك كراي وسوتن (McCrae & Sutin (2009, p. 259 الانفتاح على الخبرة بأنه الإبداع، واللاتقليدية، والأصالة، والمرونة الفكرية، التي تعكس

اهتمامات وثقافة الأشخاص، في حين أن الشخص المنغلق فكراً يتسم بالجمود، وتصلب الفكر، والروتين، والنمطية، وقد أشار روكاس وآخرون Roccas et al. (2002, p. 792) أن الأفراد الذين يحققون درجات مرتفعة من الانفتاح على الخبرة يميلون إلى يكونوا واسعي الخيال، متفتحين ومتقنين، أما الذين يحققون درجات منخفضة في الانفتاح على الخبرة فهم يبدون غير طموحين وأكثر حساسية وتقليديين .

وقد قام كوستا وماك كراي (Costa & McCrae 1992, p.73) بدراسة أوضحت أن (٩٠٪) من الأشخاص ذوي يقظة الضمير يتكيفون مع المحيطين بهم ، وقد قدم تليجنوويلر (Telegan & Waler 1987, p. 18) تصوراً لبعدها الانفتاح بوصفه التقليدي، وغير التقليدي، ولكن لم يكن بنفس درجة الاهتمام والدراسة التي تناول بها الأبعاد الأربعة السابقة.

وكل هذه العوامل الخمسة السابقة تتناول وصفاً لشخصية الفرد، وهيتصفاً يكون عليه الفرد من يقظة، وانفتاح وإخلاص أو تفان في تناوله لمسئولياته ومدى تقبل الآخرين له، كما أنها تصف عصابيته وانبساطيته مع نفسه الآخرين.

• ثانياً : مقاومة الإغراء :

أصل كلمة إغراء Temptation لاتيني ظهر أول مرة في مصطلحات اللغة الإنجليزية إبان القرن الثالث عشر الميلادي، وهو يعني الرغبة في فعل أو امتلاك شيء ما مع علم الفرد بأنه لا يجب عليه فعله أو امتلاكه، ويعني أيضاً الارتفاع الملحوظ في الرغبة أو الرغبة الجامحة للمذات الحياة ورغبات النفس (Shiffman & Waters, 2004, p. 194) ، والانخراط في تصرفات كثيرة من شأنها أن تصيب الفرد بالضرر البالغ مثل تناول الطعام غير الصحي، أو تناول الكحوليات، أو التدخين ، أو العديد من الأنشطة الأخرى (Violante, 2005, p. 12)

تناولت معظم البحوث والدراسات السابقة والتراث السيكلوجي مقاومة الإغراء وميكانيزمات حدوثها باعتبارها إحدى وظائف تنظيم الذات Self-Regulation وضبط الذات Self-Control، وقد أشار كل من بومان وكوهل (Baumann & Kuhl 2005, p. 444) إلى أن مقاومة الإغراء هي من إحدى وظائف تنظيم الذات التي لاقت اهتماماً في مجال البحث السيكلوجي في أواخر القرن العشرين وبدايات القرن الواحد والعشرين؛ حيث يتعين على الصغار والكبار مقاومة إغراءاتهم؛ لكي يتعلموا ، ويحدث ذلك بإحدى طريقتين الأولى هي المساندة الذاتية Self-Support والثانية هي الضبط الخارجي External Control .

وأوضح بومان وكوهل (Baumann & Kuhl 2005, p. 444) أن معظم النظم التربوية تستخدم في تعاملها مع الطلاب أسلوب الضبط الخارجي، أكثر من

تفعيل طرق المساندة الذاتية؛ لما لها من مردود سريع في جعل الطلاب أكثر تركيزاً في أداء المهام المطلوبة منهم؛ ولكن هذا الأسلوب يكلفنا الكثير على المدى الطويل، وقد أوضح لوبيز وآخرون (Lopez et al. (2014, p. 1337 أننا نواقف التي تنطوي على مغريات؛ أحيانا ما تصدر من الشخص نبضات عقلية قوية يكون نتيجتها فشل الضبط الذاتي، وعلى الرغم من أن عوامل الفشل في ضبط الذات كثيرة ومتعددة إلا أن الناس يبدو متشابهين في تصرفاتهم حيال مواقف الإغراء، ويأتي ضبط الذات كوسيط ينظم العمل بين الدافعية والاستجابة للرغبة، وتوصلت النماذج المعنية بدراسة ضبط الذات إلى أنه كلما كانت رغبات الفرد قوية؛ كلما فشل في السيطرة على رغباته ونزعاته أو بمعنى آخر فإنه يفشل في ضبط ذاته .

• أهم النماذج والتجارب التي تناولت مقاومة الإغراء :

من أوائل النماذج التي اهتمت بدراسة مقاومة الإغراء النموذج الذي صممه كل من ألبرت ورو وسيريز عام ١٩٦٥م، وكان يتم فيه إبقاء الأطفال وحيدين في غرفة لفترة قصيرة من الوقت مع دمية، ويطلب منهم عدم لمس الدمية أو النظر إليها خلال فترة غياب الخبير أو الشخص الذي يجري التجربة، ويراقب الأطفال لدراسة استجاباتهم نحو إغراء اللعب بالدمية. وكذلك دراسة استراتيجيات الخداع لديهم (Nelson, 2013, p. 8)، وقد أشارت نتائج البحوث والدراسات التي أجريت في ضوء هذا النموذج إلى أن الأطفال في سنوات ما قبل المدرسة لا يمكنهم استخدام خداع استراتيجي وأنهم لا يصلون إلى هذا المستوى قبل مرحلة الطفولة المتوسطة (Nelson, 2013, p. 8)،

وقد ذكر إيفانز وولي (Evans, Xu & Lee (2011, p. 40 أن السبب في ذلك هو أن الأطفال في هذا العمر (ما قبل المدرسة) لا يعتمدون على المعلومات أثناء ممارستهم لخداع الخبير، وأنه لو أحدث تعديل طفيف في هذه التجربة؛ فقد يؤدي ذلك إلى نتائج مختلفة تماما عن النتائج السابق التوصل إليها، وهذا هو ما دعا إيفان وآخرون (Evans et al. , 2011, p. 40) إلى تصميم نموذج آخر لدراسة مقاومة الإغراء مع إحداث بعض التعديلات في التجربة مع الأطفال في نفس المرحلة العمرية، مع التوسع في العينة لتشمل مرحلة الطفولة المتوسطة وذلك للتأكد من قدرة الأطفال على استخدام الخداع الاستراتيجي من عدمه، وقد أثبتت هذه التجربة قدرة الأطفال على استخدام الخداع الاستراتيجي المبني على المعلومات، وقد أشار كولنز (Collins (2001, p. 13 إلى أن معظم نتائج البحوث والتجارب التي أجريت في هذا السياق قد توصلت إلى ما يفيد بأن حوالي نسبة ٨٨٪ من الأطفال لا يستطيعون مقاومة الإغراء، ٣٨٪ منهم يكذب ليبرر أخطائه في مواقف الإغراء .

معظم التجارب والنماذج التي صممت لفهم طبيعة مقاومة الإغراء قبل عام ٢٠٠٠م كانت قائمة على عينات من الأطفال، ولكن في الأونة الأخيرة؛ بدأ

الاهتمام في دراسات مقاومة الإغراء بأخذ عينات من مراحل نمائية مختلفة تشمل الأطفال والمراهقين والكبار، ومن أهم النماذج التي تم التوصل إليها لفهم طبيعة الإغراء ومقاومتها النموذج الوقائي التدخلية لضبط الذات، والنموذج المعرفي الغائي لإقناع الذات نحو موضوع الإغراء، وفيما يلي تناولنا مبسطاً لهذه النماذج:

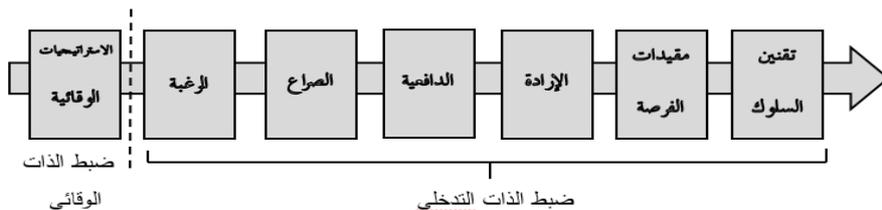
• **النموذج الوقائي التدخلية لضبط الذات- Preventive and Interventive Model of Self-Control (PI-Model)**

يرجع ضبط الذات إلى مقدرة ودافعية الفرد للامتناع عن الاستجابة لرغباته غير السوية كحالة الإغراء أو تجاوزها بسلوك مفضل (Hofmann & Kotabe , 2012, p. 707) ، وقد شهدت العشر سنوات الأخيرة طفرة غير مسبوقة في بحوث ودراسات ضبط الذات؛ للبحث عن أسباب النجاح وال فشل في ضبط الذات سواء كانت فردية أو جماعية ، وكذلك لمعرفة الفروق بين ضبط الذات الذي يرجع للدوافع وضبط الذات الذي يرجع لقدرات الفرد (Duckworth&Seligman , 2005, p. 939) .

وقد أظهرت اتجاهات حديثة في المجال بالإضافة الى الاهتمام بدراسة قوة الإرادة للأشخاص حين التعامل مع رغباتهم وإغراءاتهم؛ أكثرًا ككبيراً بدراسة عملية ضبط الذات من منبعها بما في ذلك متى وكيف يخبر الناس الصراع ، وكيف تظهر الرغبات والحوافز وحالات الشغف ، وكيف تؤثر على السلوك ، وكيف يصنع الناس استراتيجياتهم لضبط الذات ؟ (Hofmann, Schmeichel& Baddeley, 2012, p. 175) .

هذه التساؤلات وغيرها دعت كل من هوفمانوكوتابي إلى بناء النموذج الوقائي والتدخلية لضبط الذات ، تم فيه تقديم سبعة عناصر مفاهيمية يرى الباحثان - هوفمانوكوتابي - أنها تكون ضبط الذات ، وأنها تتميز إلى استراتيجيات وقائية (مثل استخدام استراتيجيات التوقع) وأخرى تدخلية (الخطوات التي تؤدي إلى الاستخدام الناجح أو غير الناجح لقوة الإرادة في موقف الإغراء) لضبط الذات ، كما يساعد هذا النموذج على التمييز بين أنماط متعددة من الفشل في ضبط الذات كالفشل في مراقبة الذات أو الفشل في ضبط دفاعات الذات الدافعية أو الفشل في ضبط الذات الإرادي (Hofmann & Kotabe , 2012, p. 708) .

تشتمل الاستراتيجيات التدخلية على ستة أنواع كما بالشكل (١) هي الرغبة ، الصراع ، دافعية الضبط ، الإرادة ، مقيدات الفرصة ، وتقنين السلوك .



شكل (١)

عناصر النموذج الوقائي التداخلي لضبط الذات
(Hofmann & Kotabe , 2012, p. 708)

◀ الاستراتيجيات الوقائية : تبني فكرة الوقائية على الاستباق والتوقع حيث أن ضبط الذات يتضمن أن الناس في تفاعلاتهم مع مواقف الإغراء لا يستجيبون فقط بمنطق هنا والآن ولكن يؤخذ في الاعتبار القدرة البشرية على الاستبصار والمحاكاة ، ف ضبط الذات واتخاذ الاحتياطات في وقت مبكر قد يؤثر على إضعاف قوة الرغبة غير السوية التي سوف تظهر في وقت لاحق ، كما أنها سوف تؤثر على مقدار الصراع والدافعية والإرادة التي سيشعر بها الناس خلال إثارة الإغراء ، كما أنها ستؤثر على اختياراتهم السلوكية نحو موقف الإغراء . (Baumeister, Masicampo&Vohs, 2011, pp. 335-336)

◀ الرغبة : هي دوافع تقودها العاطفة نحو موضوع أو شخص أو نشاط معين يرتبط بالإحساس بالسعادة ، وتعني الرغبة أيضا أن يريد الشخص امتلاك أو فعل شئ ما مما يحفز السلوك . (Kavanagh, Andrade & May, 2005, p. 448)

◀ الصراع : حينما توجه الرغبة الفرد نحو الإغراء ، فاستجابة الفرد في موقف الإغراء سواء بالمقاومة أو بالاستسلام تعتمد على النظام القيمي للفرد ومعايير بناء الأهداف لديه ، ولذلك يتولد الصراع العقلي الذي يكون مصاحبا لخبرة الإغراء . (Hofmann et al. , 2012, p. 175)

◀ إرادة ودافعية الضبط : ترى نظريات تنظيم الذات أن الصراع هو أحد المشغلات الهامة لضبط السلوك أو تصحيحه ، كتجاوز نزعات لتصرفات مشكلة أو غير سوية للوصول إلى استجابات مناسبة أو تصرفات مقاومة للإغراء ، هذا الجانب من ضبط الذات يتم تمكينه من خلال إرادة ودافعية الضبط . (Kalis, Mojzisch&Schweizer , 2008, p. 403)

◀ مقيدات الفرصة : تحليل ضبط الذات والدافعية لن يكون مكتملا بدون الأخذ في الاعتبار مقيدات الفرصة ، وهي عوامل خارجية عن الضبط الفوري للشخص في موقف ما وتمنع بشكل كبير مقدار الفرص المناسبة ، من أمثلة مقيدات الفرص الزمن والمال والموانع المادية والاجتماعية وغيرها من العوامل التي تجعل الفرد متحفظا في تصرفاته واستجاباته نحو الرغبات حتى إن لم

تكن هناك مقيدات داخلية كالمقصد من ضبط الذات . (Thaler&Sunstein , 2010)

« تقنين السلوك : يعكس الناتج السلوكي النهائي أو الاستجابة السلوكية للعملية الدافعية ، وتتوقف الاستجابة السلوكية على التفاعل بين العناصر السابقة وهي المحصلة الختامية التي تدل على النجاح أو الفشل في ضبط الذات . (Hofmann & Kotabe , 2012, p. 711)

• **النموذج المعرفي الغائي لإقناع الذات المتعمد** : Epistemic Teleologic Model of Deliberate Self Persuasion (ETSP)

حاول كل من مايو واثوماس (2005) Maio & Thomas تفسير كيف تحدث مقاومة الإغراء وتم افتراض النموذج المعرفي الغائي لإقناع الذات نحو موضوع الإغراء ، في هذا النموذج يحاول كل مايو واثوماس توضيح مجموعة من الاستراتيجيات المعرفية التي يمكن أن تساعد في فهم كيف يغير الناس اتجاهاتهم نحو موضوعات الرغبة التي يكرهون الوقوع فيها .

ولقد صمم كل من مايو واثوماس (2005) Maio & Thomas هذا النموذج في الأساس لدراسة ظاهرة التسامح لوصف بعض الاستراتيجيات التي قد تساعد بعض الضحايا (ضحايا العنف أو العدوان مثلا) على تغيير اتجاهاتهم السلبية نحو الشخص الذي قام بالاعتداء .

ثم تناول فوالانت (2005) Violante نفس النموذج المعرفي الغائي ولكن لتحليل النمط المعاكس لتغيير الاتجاه (مثل المواقف التي يشعر فيها بإيجابية شديدة نحو موضوع الاتجاه وفي نفس الوقت يتمنون لو كانت مشاعرهم تجاه هذا الموضوع أكثر سلبية من ذلك)، ويطلق فوالانت (2005, p. 12) Violante على هذا النمط من تغيير الاتجاه بمقاومة الإغراء ، ففي حالات الإغراء يتمنى الناس لو أنهم غيروا اتجاهاتهم الإيجابية نحو موضوعات الإغراء باتجاهات سلبية .

ويهدف هذا النموذج إلى وصف الاستراتيجيات العقلية المختلفة التي يمكن أن يستخدمها الفرد ليصل إلى مستوى من إقناع الذات يمكنه من مقاومة الإغراء التي يتعرض لها. (Violante, 2005, p. 25) ، ويمكن تناول هذا النموذج من خلال أربعة عناصر أساسية كما يلي:

« المتطلبات المسبقة لإقناع الذات المتعمد .

« الاستراتيجيات المعرفية لإقناع الذات المتعمد .

« الاستراتيجيات الغائية لإقناع الذات المتعمد .

« تحديد ما تم اتباعه من هذه الاستراتيجيات .

ويوجد في المتطلبات المسبقة لإقناع الذات المتعمد متطلبان رئيسيان، الأول المعرفة الذاتية للتناقض في الاتجاهات، بينما الثاني وجود القدرة والدافع؛ فيجب أولاً أن يتعرف الفرد بشكل شعوري على التناقض بين كيفية تقييمه

الفعلي لموضوع ما، والطريقة التي يريد أن يقيم بها هذا الموضوع، أو بمعنى آخر معرفة الفجوة بين ما هو موجود بالفعل وما يرغب في وجوده، ثم يكون لديه القدرة والدافع لخفض هذا التناقض. (Maio & Thomas, 2005, pp. 47-48)

وتستخدم الاستراتيجيات المعرفية العمليات السببية لفهم أمرين، الأول: الاتجاه الحقيقي الذي يضعف بطريقة ما مصداقية التنبيه (الإشارة بالخط)، والثاني: الاتجاه المرغوب الذي يقوي مصداقية التنبيه (Violante, 2005, p. 28). وقد حدد مايو وثورماس (Maio & Thomas, 2005, p. 51) استراتيجيات معرفية، وهي التفسير والتكامل والعزو والاختبار وتغيير المقارنات وتغيير البعدية، وتشري الأربيع استراتيجيات الأولى الاتجاه المرغوب فيه من خلال تغيير التمثيل الفعلي لموضوع الاتجاه، بينما تحاول الاستراتيجيتين الأخيرتين القيام بذلك عن طريق تغيير المعايير المستخدمة لتقييم الموضوع.

وتعتمد الاستراتيجيات الغائية على عملية الضبط العقلي Mental control، بدلاً من العمليات السببية لتحقيق حالة الرغبة، حيث يحاول الأفراد تنشيط السلوكيات والانفعالات الحقيقية من خلال ما يعرف بتنظيم الذات والتركيز المعرفي (Higgins, Shah & Friedman, 1997, p. 517)، وقد حدد مايو وثورماس (Maio & Thomas, 2005, p. 54) أربع استراتيجيات غائية لإقناع الذات المتعمد هي القمع، الإلهاء، التركيز، والاستباق.

فاستخدم القمع للحصول على الاتجاه المرغوب من خلال محاولة الأفراد، تثبيط الاتجاه الحقيقي غير المرغوب فيه (Violante, 2005, p. 31)، بينما يستخدم الإلهاء في مواقف الإغراء، التي يحاول فيها الأفراد، تغيير الاتجاه الحقيقي من خلال تحويل الانتباه إلى أمور لا ترتبط بالاتجاه الحقيقي نحو موضوع الإغراء (Maio & Thomas, 2005, p. 56)، ويُفعل التركيز للحصول على الاتجاه المرغوب فيه، من خلال استدعاء السلوكيات والأفكار والمشاعر الداعمة لهذا الاتجاه، والتركيز عليها (Violante, 2005, p. 31)، ويلعب الاستباق دوراً هاماً في رصد وتجنب أي أفكار أو مشاعر أو سلوكيات، يمكن أن تؤدي إلى غياب الاتجاه المرغوب فيه، بحيث أن يحدث ذلك بشكل مسبق (Violante, 2005, p. 31).

• ثالثاً : السعادة النفسية :

تمثل السعادة غاية إنسانية تعلق على كل الغايات، وهدفاً مشتركاً لدى جميع البشر على اختلاف ثقافتهم، وأجناسهم، ومعتقداتهم، وقد تناولت الكتابات المختلفة منذ القدم مفهوم السعادة، إلا أن المفهوم الفعلي للسعادة في ميدان علم النفس يعتبر من المفاهيم الحديثة المرتبطة بعلم النفس الإيجابي، والسعادة باعتبارها أحد المفاهيم التي حددها علم النفس الإيجابي قابلة للملاحظة والقياس والدراسة مما يعني إمكانية تحليلها وفهمها وتنميتها.

وتعني السعادة في اللغة الرضا والاطمئنان، يقال أسعده الله أي وفقه فهو مسعد وسعيد ومسعود (مجمع اللغة العربية، ٢٠٠٢، ص ٣١١)، وقد طرح كل من مايرز ودينر (1995, p. 11) Myers & Diener تساؤلاً فحواه : من هو الشخص السعيد ؟ وتوصلاً إلى أن الشخص السعيد هو من يحصل على درجة مرتفعة من الهناء الشخصي والذي يتحدد وفق ثلاثة أبعاد أولها تكرار الخبرات الوجدانية الإيجابية، وثانيها عدم تكرار الخبرات الوجدانية السلبية، وثالثها الإحساس بالرضا عن الحياة.

ويذهب العلماء إلى اعتبار أن اعتدال الحالة المزاجية، وطمأنينة النفس، وإنجازات الفرد، والشعور بالرضا هي أهم عوامل سعادة الأفراد التي يسعى إليها الجميع. (King & Napa, 1998, p.156)، بينما يرى فرانكن وزيكزورنغ وبايور أن السعادة رغم تشابه مكوناتها الأساسية عبر مختلف الثقافات، وتفاوت مستويات ما يدركه الفرد منها بمثابة المؤشر الوحيد الجدير بمفرده بالوجود والأفضل؛ وذلك لأن بوسع أي شخص أن يفهم ما يعنيه لفظ السعادة، فالسعادة ما يطمح إليه الأفراد في كافة الثقافات بوصفها هدفاً نهائياً للحياة (هريديوفرج، ٢٠٠٢، ص ٤٧).

كما يمكن النظر للسعادة بأنها خبرات الهناء والرضا التي يخبرها الفرد، والتي تمكنه من اعتبار أن الحياة على اختلاف مواقفها في مجملها تعد محببة (Kalyuzhnova&Kambhampati, 2008,p.4)، وهي انفعال وجداني ثابت نسبياً يتمثل في إحساس الفرد بالبهجة والفرح والسرور، وغياب المشاعر السلبية من خوف وقلق واكتئاب، والتمتع بصحة البدن والعقل، بالإضافة إلى الشعور بالرضا الشامل عن الحياة (البهاص، ٢٠٠٩، ص ٣٣١).

ويمكن تمثيل السعادة بشقين، الأول يعبر عن المستوى المرتفع من الطمأنينة والمتعة الشديدة وما ينتج عنها من انفعالات جيدة تساعد على انتظام شخصية الفرد، أما الشق الثاني فيتمثل في الخبرات المرضية التي مر بها الفرد وأكسبته رضا عن نفسه وحياته (The Board of Trustees of Leland Stanford Junior University, 2010, p. 2).

فالسعادة هي الهدف النهائي للحياة، وهي غاية جميع البشر على اختلاف أشكالهم، وألوانهم، وثقافتهم، ويتحدد مقدارها بمعدل مرور الفرد بخبرات أثرت في وجدانه بشكل إيجابي أو سلبي، حيث يزداد الإحساس بالسعادة مع زيادة تكرار الخبرات الوجدانية الإيجابية، ويقل الإحساس بها مع زيادة تكرار الخبرات الوجدانية السلبية، وعليه فالسعادة تعني الوجود الأفضل للفرد في الحياة.

وربط كل من كنج ونابا (King & Napa, 1998, pp. 157-158) مفهوم السعادة والوجود الأفضل بالحياة الآخرة؛ كما تتضمن ذلك معظم الأديان، حيث يرى أرسطو أن الهدف لا يعد هدفاً إلا بالغاية النهائية التي يصل إليها.

واتفق كل من سالم (٢٠٠١، ص٧)، والعنزي (٢٠٠١، ص٣٥٤)، ومؤمن (٢٠٠٤، ص٨)، ومحمود (٢٠٠٧، ص١٢٣) في أن السعادة شعور داخلي شبه دائم يعكس حالة التوازن الداخلي الذي يتمتع به الفرد، والرضا عن الحياة، والشعور بالهناء والطمأنينة النفسية، والأمل، وإشباع الدوافع، وتحقيق الذات والرضا عنها.

فالسعادة من خلال العرض السابق غاية وهدف نهائي للحياة، والسعادة شعور داخلي وما ينطوي عليه من إحساس بالطمأنينة، والرضا، وتحقيق الذات، وما يترتب على ذلك من وجود أفضل، بل إنه في بعض الأحيان يشعر الفرد بالسعادة لغاية أعلى من حياته الدنيا؛ فيطمح في الآخرة والثواب والنعيم الذي لا ينتهي أبدا، وفي هذا الصدد ذهبت بعض الدراسات كدراسة موخرجي (Mookhrjee, 1998)، ودراسة نيل وخان (Neill & Kahn, 1999) لبحث العلاقة بين السعادة واليقين الديني، وخبرات الصلاة، والتدين بصفة عامة، وقد أكدت هذه الدراسات وجود ارتباط مرتفع بين السعادة والعوامل السابقة .

وتلعب العلاقات الاجتماعية بين الأفراد والمستوى الاجتماعي والاقتصادي والعوامل الديموغرافية دورا هاما في شعور الفرد بالسعادة، فجوودة العلاقات بين الشخصية وفقا لمعادلة سليجمان لها دور مهم جدا في شعور الفرد بالسعادة (Kaczor, 2015, p. 196) .

وأشار (هريدي وفرج، ٢٠٠٢، ص: ٥١) إلى وجود علاقة بين السعادة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية تأخذ ثلاثة اتجاهات نظرية رئيسية تمثل الاتجاه الأول في اتجاه القمة - القاع، وهو يعتمد على إدراك الفرد ونماذج الشخصية البيولوجية المعرفية، أما الاتجاه الثاني فيأخذ المنحى البيئي وتعد نماذج الأحداث الحياتية خير مثال له، بينما الاتجاه الثالث هو الاتجاه التوفيقى فهو يقوم على التفاعل بين العوامل الشخصية والعوامل البيئية على قدر متساو لكي نحصل على السعادة، كما أشار كيتشار (Kaczor, 2015, p. 198) بأن السعادة تأتي من نظرة الفرد لحياته وهذه النظرة تكوين يمتد من القمة إلى القاع، فالفرد يعبر عن وجهة نظر راضية حول الحياة، نتيجة تراكم الخبرات الإيجابية في حياته؛ مما يجعله يحكم عليها بالسعادة، وهذه تمثل وجهة نظر المنحى المعرفي في نظرتة للسعادة .

وتمثل معادلة سليجمان للسعادة المنحى التكاملي التفاعلي في تفسيرها، حيث يحدد مارتن سليجمان مستوى سعادة الفرد بالمعادلة التالية : $S=H + V+C$ حيث أن " H " ترمز إلى مستوى سعادة الفرد الحالية، و " S " ترمز إلى ما يملكه الفرد من خبرات سعيدة، في حين ترمز " C " إلى ظروف الحياة التي يمر بها، وأخيرا ترمز " V " إلى تأثير جوانب شخصية الفرد بعوامل كالمزاج، وجودة النوم، ونشاطاته اللاإرادية، ومقدار الترابط والتفاعل بين هذه المكونات ينتج أو يحدد

سعادة الفرد الحالية (The Board of Trustees of Leland Stanford Junior University,2010,p.3)

ويذهب بعض العلماء إلى الإشارة بأن الأفراد يولدون وهم مزودون باستعداد وراثي للسعادة أو عدمها (Ronald, Fao& Chris,2008, p.269)، حيث يرى أصحاب النظرية الوراثية أن الاستعداد الوراثي يلعب دوراً هاماً في تحقيق السعادة، فهم يرون أنها سمة من سمات الشخصية التي قد يكتسبها الفرد بالوراثة (Kaczor, 2015, p. 197)، كما أن لإشباع حاجات الفرد الفسيولوجية دوراً كبيراً في شعوره بالسعادة والرضا، فإذا ما أشبعت حاجات الفرد؛ تكون الإثابة فورية من خلال شعوره بالراحة والرضا والتفاؤل مما ينعكس بشكل ملحوظ على حياته وعلاقاته (The Board of Trustees of Leland Stanford Junior University, 2010,p. 4)

وقد أكد سيلجمان أن ثمة خمسة عناصر تمثل محددات أساسية لسعادة الفرد، حيث تمثل المشاعر الإيجابية العنصر الأول منها أما العنصر الثاني فيتمثل في الزواج أو الارتباط، في حين أن العنصر الثالث يتمثل في الصداقة بينما يتمثل العنصر الخامس في الإنجاز، فالمشاعر الإيجابية تتضح لدى الفرد من خلال مشاعر الانتماء لذاته، ومساعدتها للوصول إلى درجة عالية من الرضا عنها، وذلك يظهر في حب الذات والتزام القيم الأخلاقية التي تمثل مصدر راحته (Mcgonigal,2012,p.17).

هذا ويأخذ أرسطو وكونيس بفكرة مؤداها أن سعادة الفرد تتدفق بعد استقامة الفرد وتمسكه بالفضيلة في علاقته بالجنس الآخر؛ وابتعاده عن جميع ممارسات الإثم (Kaczar, 2015,p. 199).

وفي مواضع عدة في القرآن الكريم ارتبط شعور المسلم بالسعادة والطمأنينة بالتزامه بالواجبات والطاعات وبعده عن اقتراف المعاصي والآثام؛ والشواهد على ذلك كثيرة ومنها قوله تعالى: ((مَنْ عَمِلْ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْتَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ)) . (سورة النحل، الآية ٩٧)

وتعد علاقات الصداقة الجيدة، وما يترتب عليها من مشاعر الود والحب، الحجر الأساسي في العلاقات البين شخصية، التي تشكل سعادة الفرد ورضاه عن ذاته (Seligman, 2011, p.21)، وقد أوضح أكونيس أن المعنى من الحياة هو المشاركة الفاعلة والجادة، والإسهامات في موضوعات أكبر بكثير من الاهتمامات الشخصية، كالإحساس بالسعادة في العمل بما من شأنه ازدهار البشرية، وما ينجم عنها من إحساسات الحب والرضية والمتعة (Fredrickson,2013,p. 17)، حيث تلعب إنجازات الفرد دوراً كبيراً في شعوره

بالراحة والرضا والطمأنينة والسعادة، وقد يشعر الفرد بالسعادة من خلال ممارسة بعض المهارات كسماع الموسيقى، أو اللعب على البيانو، أو ممارسة رياضة معينة كالجري، أو الحصول على مال (Kaczar, 2015, p. 199).

ومما سبق يتضح أن السعادة مفهوم مركب، فعلى اختلاف مناحيها وأبعادها، تأخذ السعادة أشكال عدة منها الذاتي ويعني الرضا عن الذات، ومنها ما هو قائم على الدور الاجتماعي الذي يقوم به الفرد لكي يصل إلى السعادة والرضا عن ذاته، وهذا ما يدعى بالسعادة الوظيفية، كما أن بعض الأفراد يرون أن السعادة في المال والصحة والنشاط وهذا يمثل ما يعرف باسم السعادة النوعية، ونشير إلى أن السعادة لا تحدد إلا بمقدار شعور الفرد بالرضا عن ذاته، وعن حياته بشكل عام .

• الدراسات السابقة :

• **أولا دراسات تناولت العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والسعادة ومقاومة الإغراء**
هدفت دراسة بونونين (Paunonen, 2003) إلى معرفة إمكانية التنبؤ بالذكاء وبإغراء شرب الخمر وبعض السلوكيات الأخرى من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، كما هدفت الدراسة إلى معرفة صلاحية المقاييس غير اللفظية لقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومقارنتها بالمقاييس اللفظية ، قسم الباحث عينة الدراسة إلى عینتين فرعيتين الأولى بلغت (٣٧٦) طالبا جامعياً من الدراسين لعلم النفس لإيجاد النتائج الخاصة بالهدف الأول ، (١٤٢) طالبا جامعياً أيضاً من الدراسين لعلم النفس لإيجاد النتائج الخاصة بالهدف الثاني ، تم استخدام أربعة مقاييس لقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (٢ لفظي ، ٢ غير لفظي) ، أظهرت النتائج تشلها كبيرا في نتائج المقاييس اللفظية لعوامل الشخصية على حدة ، وغير اللفظية على حدة ، إلا أن مستويات العوامل الخمسة الكبرى للشخصية باستخدام المقاييس اللفظية كانت أعلى منها في حالة استخدام المقاييس غير اللفظية حيث كانت متوسطات العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في حالة استخدام المقاييس اللفظية كما يلي : العصابية (٣.٦١ - ٣.٨٥) ، الانبساطية (٤.٦٣ - ٤.١٦) ، الانفتاح (٤.٦٥ - ٤.٦٣) ، المقبولية (٥.٢١ - ٥.١٥) ، الضمير الحي أو التفاني (٤.٥٢ - ٤.٧٤) ، وفي حالة المقاييس غير اللفظية كانت كما يلي : العصابية (٢.٦٥ - ٢.٩٧) ، الانبساطية (٣.٦٦ - ٣.٥) ، الانفتاح (٣.٣٦ - ٣.٤٢) ، المقبولية (٣.٦٥ - ٣.٤١) ، الضمير الحي أو التفاني (٣.٤٥ - ٣.٢٧) ، وقد أشارت النتائج إلى أنه في حالة استخدام المقاييس اللفظية يمكن التنبؤ بالذكاء من خلال عوامل العصابية والانفتاح على الخبرة والضمير الحي ، وكذلك يمكن التنبؤ بمقاومة إغراء شرب الخمر من خلال عوامل الانبساطية والضمير الحي ، أما في حالة استخدام المقاييس غير اللفظية فقد كانت النتائج متباينة حيث أنها لم تتفق

في التنبؤ بالذكاء ، وبالنسبة لمقاومة إغراء شرب الخمر فأمكن التنبؤ بها من خلال عامل الضمير الحي ، وتكرر هذا الأمر في كلا النوعين من المقاييس بالنسبة لسلوكيات الأمانة والشعبية والتواجد في الحفلات ولعب الموسيقى والجادبية وغيرها .

كما أجرى كل من رابويزوهاجا (Raboïs&Haga 2003) دراسة هدفت إلى معرفة تأثير الحالة المزاجية السلبية والمؤثرات الحياتية السلبية على فاعلية الذات والوقوع في الإغراء (إغراء التدخين) ، تم تقسيم عينة الدراسة البالغ عددها (٨٩) مدخناً إلى مجموعتين إحداهما تتمتع بحالة مزاجية إيجابية والأخرى لها حالة مزاجية اكتئابية بمتوسط عمر ٢٠.٨ سنة وروعي في اختيار العينة معدل التدخين ومدته ، أفادت النتائج أن الأشخاص الذين لديهم مهارات توافق معرفية جيدة (مثل مهارات التأمل الذاتي) يمكنهم التغلب على حالات المزاج السيئ وتوجد لديهم فاعلية ذات عالية وتزداد لديهم مقاومة إغراء التدخين في اللحظات الحياتية السلبية ، كما اشارت النتائج أن الأفراد الذين لا يملكون مثل هذه المهارات تضعف لديهم فاعلية الذات ومقاومة إغراء التدخين .

قام البهاص (٢٠٠٩) بدراسة العضو كمتغير وسيط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٤) طالب وطالبة من طلاب الفرقتين الأولى والرابعة في كلية التربية بجامعة طنطا، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود ارتباطات موجبة دالة إحصائياً بين عاملي الانبساطية والمقبولية الاجتماعية وبين جميع أبعاد العضو، بينما كانت الارتباطات سالبة بين دالة إحصائية بين عامل العصابية وجميع أبعاد العضو، أما عامل يقظة الضمير فقد ارتبط إيجابياً دالاً ببعدي دوافع العضو والدرجة الكلية للعضو، أما عامل الانفتاح على الخبرة فلم تصل الارتباطات بينه وبين جميع أبعاد العضو إلى مستوى الدلالة الإحصائية، كما بينت الدراسة وجود ارتباطات موجبة بين أبعاد العضو وأبعاد الشعور بالسعادة .

وقام أبو هاشم (٢٠١٠) بدراسة هدفت إلى التعرف على طبيعة النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٥) طالبة وطالبة بكلية التربية جامعة الزقازيق، ومن النتائج التي أسفرت عنها الدراسة وجود علاقة ارتباطية متباينة النوع (موجبة - سالبة)، والدلالة (دالة - غير دالة)، بين درجات الطلاب في السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية وكل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وتقدير الذات، والمساندة الاجتماعية .

وفي دراسة أجراها كل من فيدوريخين وياتريك (Fedorikhin& Patrick, 2010) لدراسة العلاقة بين الحالة المزاجية الإيجابية ومقاومة الإغراء لدى عينة

تكونت من (٣٦٥) طالبا جامعيًا ، أشارت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين الحالة المزاجية الإيجابية ومقاومة الإغراء ، كما أشارت النتائج إلى أن المستوى المعرفي للفرد يؤثر على درجة مقاومته للإغراء ، حيث تم إثبات أن الاضمحلال المعرفي Cognitive Depletion الذي يصاحب التداخلات مرتفعة الإثارة لمواقف الإغراء مع حالة المزاج الإيجابي فإنه يؤثر بالسلب على مقاومة الإغراء حيث أنه يضعف من قوتها .

كما أجرى كل من ولكروكولوسمو (Walker&Colosimo 2010) دراسة نظرية إمبيريقية حول العقل والشفقة الذاتية والسعادة لدى عينة من غير المتفائلين، وهدفت الدراسة إلى كشف العلاقة بين العقل، والشفقة الذاتية، والسعادة لدى غير المتفائلين، ومعرفة مدى إسهام العوامل الخمسة للشخصية المرتبطة بنماذج العقل في الشعور بالسعادة، وبعد مراجعة أدبيات البحث، لوحظ أن نماذج العقل تعد منبئة بسلوكيات الرفاهية، والسعادة، لدى الأفراد سواء كانوا متفائلين أو غير متفائلين، بينما قدمت الدراسة الحالية اختباراً لتحقق الفرضية التي مؤداها أنه يمكن التنبؤ بالرفاهية، والسعادة من خلال نماذج العقل، وبالشعور بالشفقة كعامل وسيط، وتكونت عينة الدراسة من (٢٧) رجل، و (٩٦) امرأة، وبلغ متوسط أعمارهم (٢٠٠٩)، الذين أكملوا التقارير الذاتية للعقل، والرفاهية، وسمات الشخصية، والشفقة الذاتية؛ فجاءت نتائج هذه الدراسة كي توضح ارتباط نماذج العقل بالسعادة، ورفاهية الفرد، وبعد عامل الشفقة كعامل وسيط بينهما .

وأجرى رشوان (٢٠١١) دراسة هدفت إلى التعرف على علاقة الذكاء الوجداني ببعض القدرات العقلية وسمات الشخصية الخمسة الكبرى ومدى إسهام الذكاء الوجداني وأبعاده الفرعية في التنبؤ بالإنجاز الأكاديمي والشعور بالسعادة بجانب القدرات العقلية وسمات الشخصية ، تكونت عينة الدراسة من (٢١٦) طالبا وطالبة من طلاب جامعة جنوب الوادي ، بمتوسط عمر (١٩.٥٥) سنة ، أشارت النتائج إلى عدم وجود تأثيرات دالة إحصائية لمتغير النوع والتخصص الأكاديمي أو التفاعل بينهما على الذكاء الوجداني أو أبعاده الفرعية ، وأن جميع سمات الشخصية الخمسة الكبرى تسهم في التنبؤ بالذكاء الوجداني وأبعاده الفرعية ، وأن الذكاء الوجداني يسهم في التنبؤ بالسعادة وطيب الحال الوجداني .

وتمت دراسة العلاقة بين بعض المتغيرات السعادة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى (٩٠٣) طالبا جامعيًا في دراسة وارنوروفرومان (Warner & Vroman, 2011)، استخدم معهم قائمة جولديبرج لعوامل الشخصية الخمسة الكبرى ، وكانت المتغيرات التي تناولها الباحثان بالإضافة إلى السعادة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية : التفاؤل ، الالتزام بالأهداف ، تجنب القلق

والانزعاج ، السلوك الروحاني الديني ، الاعتدال أو التوسط ، التسامح ، أعمال البر ، ومقاومة إغراء تناول الطعام غير الصحي ، أشارت نتائج الدراسة إلى وجود المتغيرات الشخصية سابقة الذكر بنسب ما بين الضعيفة والمتوسطة ، ولم توجد فروق بين الجنسين في السعادة ، وكان أكثر العوامل ارتباطا بالسعادة التفاؤل ، ووجدت علاقات ارتباطية دالة إحصائيا بين المتغيرات والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وقد كانت هذه الارتباطات سالبة مع عامل العصابية ما عدا متغير أعمال البر حيث ارتبط إيجابيا مع العصابية .

كما أجرى جيا وآخرون (Jia et al. (2013) لدراسة هدفت إلى دراسة العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وإغراءات التسكع وإدمان الانترنت ، تم وضع أدوات الدراسة ومنها قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في شكل استبيانات إلكترونية استجاب لها نحو (١٤٧) من الأفراد العاملين (٦٦ من الذكور ، ٨١ من الإناث) تراوحت أعمارهم ما بين ١٨ - ٦٨ سنة بمتوسط عمر (٣٧) سنة ويخبرات وظيفية تراوحت ما بين ٥ - ١١ سنة ، أشارت النتائج إلى وجود ارتباط سلبي بين عامل الضمير الحي أو التضاني والوقوع في الإغراء ، وارتباط سلبي بين الثبات الانفعالي - وهو ما يقابل العصابية - والوقوع في الإغراء ، ونفس الأمر بين المقبولية والإغراء ، في حين ارتبطت الانبساطية إيجابيا بإغراء الانترنت وممارسة التسكع .

وتبحث دراسة سوتو ولوهمان (Soto & Luhmann, 2013) في تأثير العوامل الخمسة الكبرى على الرضا عن الحياة كعنوان للسعادة النفسية من خلال دراسة تحليلية لعدد من البحوث والدراسات في هذا المجال من عام ٢٠٠٠ - ٢٠٠٨ م لعينات إنجليزية (١٣.٨٢٠) وألمانية (١٩.٢٦٢) وأسترالية (١٠.٥٦٢) في أعمار مختلفة ، أشارت النتائج إلى وجود تأثير للعصابية على الرضا عن الحياة ، حيث كان التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى العصبيين أكثر بشكل كبير عنه من الذين لديهم ثبات انفعالي ، وأشار الباحثان إلى أن هذه النتيجة تؤكد تأثير ظروف الحياة التي يعيشها الفرد على سعادته النفسية من خلال التأثير على عوامل الشخصية ، فعوامل الشخصية تتوسط ظروف الحياة والإحساس بالسعادة .

وفي دراسة مشابهة للدراسة السابقة أجرى سوتو (Soto, 2015) دراسة تبحث في العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية مع ثلاثة متغيرات تكون السعادة النفسية للفرد هي الرضا عن الحياة والتأثيرات الحياتية الإيجابية والتأثيرات السلبية ، اعتمدت الدراسة على تحليل موسع لعدد من الدراسات والبحوث السابقة بلغت جملة عيناتها (١٦.٣٦٧) من الأستراليين ، أشارت النتائج إلى وجود علاقات مختلفة تدل على أن المستويات المرتفعة من السعادة النفسية ترتبط بالمستويات المرتفعة من الانبساطية والمقبولية والضمير الحي والمستويات

المنخفضة من العصابية ، وأنه يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وأفادت النتائج بأن الأفراد الذين لديهم مستوى مرتفع من الانبساطية والمقبولية والضمير الحي والثبات الانفعالي في مقابل العصابية تتزايد لديهم السعادة النفسية .

• ثانيا : دراسات تناولت العوامل الخمسة الكبرى للشخصية :

دراسة أجراها جادجوماونت (Judge & Mount, 2002) هدفت إلى التعرف على العلاقة بين العوامل الخمسة للشخصية والرضا الوظيفي لدى عينة من العاملين عددهم (٣٣٤)، حيث جاءت نتائج الدراسة بارتباط الرضا الوظيفي للعاملين ارتباطاً إيجابياً ودالاً بكل من عامل الانبساطية، والمقبولية، وبقطة الضمير، والانفتاح، وارتبط الرضا الوظيفي سلبياً مع عامل العصابية، كما توصلت الدراسة إلى أن العوامل الخمسة للشخصية تتنبأ بنسبة ٤١ ٪ من الرضا الوظيفي .

وفي دراسة أجراها روكاس وآخرون (Roccas et al., 2002) تم فيها دراسة علاقة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بالقيم الأساسية لدى (٢٤٦) طالبا جامعيًا استخدم معهم قائمة العوامل الخمسة الكبرى لهبرو ، أشارت النتائج إلى ارتباط المقبولية إيجابياً بقيم الخير والقيم التقليدية ، وارتبط الانفتاح على الخبرة بالنوجه الذاتي والقيم الإنسانية العامة ، كما ارتبطت الانبساطية بالإنجاز وقيم المحاكاة ، وارتبط الضمير الحي أو التفاني بالإنجاز وقيم الانسجام والتآلف ، كما أكدت الدراسة أن تأثير القيم على السلوك تعتمد على الضبط المعرفي أكثر من اعتمادها على سمات الشخصية .

وقدمت دراسة ودجر وكوستا (Widiger & Costa, 2009) تصوراً لنموذج دمج الشخصية السوية وغير السوية، وإسهام العوامل الخمسة للشخصية في ذلك، حيث هدفت الدراسة إلى توضيح مدى تأثير العوامل الخمسة للشخصية في هذا النموذج، والذي يقيد في التشخيص، والتصنيف، وفهم الوظائف السوية، واللاسوية للشخصية، وجاءت نتائج الدراسة، مؤكدة على الارتباط الإيجابي بين عامل العصابية باضطرابات الشخصية، والدرجات المرتفعة عن الدرجة المتوسطة في الانبساطية، والانفتاح، والمقبولية، واليقظة مع اضطرابات الشخصية.

وفي دراسة أجراها جبر (٢٠١٢) حول العلاقة بين كلاً من قلق المستقبل والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وتكونت عينة الدراسة من ٨٠٠ طالب وطالبة من طلاب جامعتي الأقصى والأزهر، توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين عامل العصابية وبين قلق المستقبل وأبعاده، في حين كانت العلاقة سلبية مع عوامل الانبساط، والانفتاح على الخبرات، يقظة الضمير.

كما أجرت جعيس (٢٠١٥) دراسة هدفت إلى البحث في العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية واضطراب الشخصية العدوانية السلبية وقدرتها التنبؤية بالاضطراب لدى عينة بلغت (٣٤٨) من طلاب الدراسات العليا ، استخدمت الباحثة مقياس اضطراب الشخصية العدوانية السلبية من إعدادها ، ومقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية أعده للعربية بدر الأنصاري ، وقد أشارت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط موجب بين الاضطراب وبعد العصابية ، وأنه يمكن التنبؤ باضطراب العدوانية السلبية من خلال بعد العصابية .

• ثالثاً: دراسات تناولت مقاومة الإغراء :

في دراسة كولينز (Collins, 2001) تمت دراسة استجابات الأطفال في مواقف الإغراء في ثلاثة ظروف تجريبية لتهديد العقاب هي العقاب السلبية ، استبعاد مكافئات متوقعة ، والعقاب الصريح ، تكونت عينة الدراسة من (٩٠) تلميذاً بالصف الأول والثاني الابتدائي ، (٧٣) من الوالدين أكملوا نظام تقييم السلوك للأطفال كما تم إعداده في التجربة ، أشارت النتائج إلى أن الأطفال الذين لا يستطيعون مقاومة الإغراء هم أكثر الأطفال الذين تظهر لديهم علامات إفراط الحركة مع نقص الانتباه وزيادة الاندفاعية ومشكلات سلوكية وتظهر لديهم علامات مرضية نفسية أكثر من غيرهم ، كما أشارت النتائج إلى أن الأطفال الذين يتعرضون للضرب من والديهم لديهم مشكلات سلوكية أكثر من الذين لا يتعرضون للضرب ، ولم تظهر فروق دالة بين أنواع العقاب ومقاومة الإغراء .

وقام كل من بومان وكوهل (Baumann&Kuhl (2005 بدراسة هدفت إلى البحث عن تأثير كل من الضبط الخارجي والمساندة الذاتية على مقاومة الإغراء ، ودراسة النتائج المترتبة على استخدام كل من الضبط الخارجي والمساندة الذاتية في النظم التربوية على المدى الطويل ، تكونت عينة الدراسة من (٨٠) طالباً جامعياً ، أشارت النتائج إلى أن مقاومة الإغراء كانت أعلى عند الطلاب الذين لديهم ضبط خارجي أكثر من الطلاب الذين لديهم مساندة ذاتية ، وأشارت النتائج إلى أن معظم النظم التربوية تستخدم الضبط الخارجي أكثر من تفعيل المساندة الذاتية لما لها من تأثير سريع على سلوك الطلاب ، ولكن يحذر الباحثان من ذلك لما للضبط الخارجي من تأثيرات سلبية على شخصية الإنسان على المدى الطويل .

في دراسة فولانت (Violante, 2005) كان الهدف الرئيسي هو معرفة العلاقة بين النمو المعرفي ومقاومة الإغراء من خلال اختبار استراتيجيات النموذج المعرفي الغائي لإقناع الذات المتعمد في مقاومة الإغراء ، وقد تكونت عينة الدراسة في شكلها النهائي من (٥٤) طالبا بالمرحلة الثانوية ، (١٥١) طالبا جامعيا ، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن الطلاب الذين لديهم دافعية ينخرطون في الاستراتيجيات المعرفية لإقناع الذات للابتعاد عن موضوع الإغراء كطريقة من

طرق مقاومة الإغراء ، وأنه يمكن التنبؤ بمقاومة الإغراء من خلال إقناع الذات المتعمد ، كما أشارت النتائج إلى أن نجاح استراتيجيات إقناع الذات المتعمد في مقاومة الإغراء لا يزال في حاجة إلى مزيد من البحث وأنه يجب في المستقبل اختبار الميكانيزمات المعرفية التي تساعد في مقاومة الإغراء .

وقد أجرى الطراونة (٢٠١٠) دراسة هدفت إلى بناء مقياس لمقاومة الإغراء لطلاب الجامعات في إقليم جنوب الأردن، وقد تكونت عينة دراسته من (٢٦٦٢) طالبا وطالبة، أظهرت النتائج دلالات صدق وثبات مقبولة لمقياس مقاومة الإغراء، كما أظهرت النتائج وجود فروق بين الذكور والإناث في مقاومة الإغراء لصالح الإناث.

كما أجرى نيلسون (2013) Nelson دراسة تهدف إلى قياس مقاومة الإغراء لدى أطفال ما قبل المدرسة وتوضيح العلاقة بين القدرة على الخداع والنمو المعرفي لديهم وأساليب المعاملة الوالدية ، تكونت عينة الدراسة من (٣٢) طفلا في عمر ٤ سنوات وأمهاتهم ، تم تعريض الأطفال لمواقف الإغراء حيث تم تركهم مع دمية داخل حجرة مغلقة وإعطائهم تعليمات بعد اللعب في الدمية أو لمسها ثم تتم مراقبة تصرفاتهم وممارستهم للخداع والكذب ، أظهرت النتائج عدم مقدرة عدد كبير من الأطفال في هذه المرحلة على مقاومة الإغراء كما أنهم يمارسون الخداع والكذب حول استجاباتهم في مواقف الإغراء ، وكان أكثر الأطفال استجابة للإغراء الذين لديهم أمهات يتبعن الأساليب التسلطية والفوضوية والشتائم اللفظية والذين لديهم أشقاء أكبر منهم سنا .

كما أجرى الطراونة والقضاة (٢٠١٤) دراسة هدفت إلى الكشف عن علاقة مقاومة الإغراء بأنماط التفكير السائدة لدى طلاب الجامعات الأردنية ،وتكونت عينة الدراسة من (١٧٠١) طالبا طالبة من طلاب الجامعة الأردنية وجامعة مؤتة ، استخدم الباحثان مقياس مقاومة الإغراء ومقياس أساليب التفكير لهاريسونوبرامسون ، وأظهرت نتائج الدراسة تدني درجة مقاومة الإغراء عند طلاب الجامعات ، وكان نمط التفكير المثالي له أعلى تقدير يليه العملي ثم التحليلي ثم التركيبي وأقل تقدير كان للنمط الواقعي، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية في درجة مقاومة الإغراء تعزى لمتغير الجنس وكانت الفروق لصالح الإناث، وبينت النتائج أيضا وجود فروق دالة إحصائية في أنماط التفكير تعزى إلى الجنس على النمط المثالي وكانت الفروق لصالح الذكور، ولصالح الإناث على النمط التحليلي، ولصالح الإناث على النمطين التركيبي والعملي، ولصالح طلاب الكليات العلمية، وكانت العلاقة طردية ودالة إحصائية بين أنماط التفكير ومقاومة الإغراء.

وأجرى لوبيز وآخرون (Lopez et al.2014) دراسة هدفت إلى البحث في مقاومة إغراء الإفراط في تناول الطعام للتوصل إلى نموذج يوضح أو يشرح كيف

ينجح أو يفشل الناس في مقاومة الإغراءات التي يتعرضون لها ، تكونت عينة الدراسة من (٣١) طالبة جامعية بمتوسط عمر (٢١.١) سنة ، وقد تم اختيار كل العينة من الإناث لتجنب تأثير عامل النوع على مقاومة الإغراء في تناول الطعام ، تم بناء نموذجين لشرح العلاقة بين المتغيرات العقلية والعصبية بالإغراء ، أشارت نتائج الدراسة بوجود عوامل عصبية في تكوين العقل تلعب دوراً وسيطاً في استسلام الأفراد لتناول الطعام .

كما أجرى كل من مانفرا ، ديفيز ، ديوسيني ، ووينسler ، Manfra, Davis, (2014) دراسة هدفت إلى البحث في تأثير استراتيجيات ضبط الذات الحركية واللفظية في مواقف الإغراء لدى أطفال ما قبل المدرسة ، تكونت عينة الدراسة من (٣٩) طفلاً في عمر (٣ - ٤) سنوات ، صممت تجربة على الأطفال بحيث يستمر الأطفال في اللعب لمدة دقيقتين ثم يطلب منهم المشرف عدم لمس لعبة قطار عندما يكون خارج الغرفة ويتم تصوير الأطفال بكاميرات مراقبة خلال فترة انتظار مقدارها ثلاث دقائق ويتم التركيز في هذه الفترة على تكرار لمس الأطفال للعبة ومدة اللمس والألفاظ والحركات التي تصدر منهم ، أظهرت النتائج أن الأطفال الذين لا يقدرّون على مقاومة إغراء لمس اللعبة تم استخدام استراتيجيات لفظية وحركية محدودة معهم ، كما أظهرت النتائج أن الأطفال الذين تم استخدام استراتيجيات لفظية ترتبط بطبيعة الدور الذي سيقومون به خلال فترة غياب المشرف تكون لديهم مقدرة أعلى في مقاومة الإغراء من الأطفال الذين استخدمت معهم استراتيجيات لفظية ترتبط بالمكافآت أو من الأطفال الذين لم تصدر لهم تعليمات لفظية على الإطلاق.

• رابعا: دراسات تناولت السعادة النفسية :

أجرى العنزي (٢٠٠١) دراسة ارتباطية مقارنة بين الذكور والإناث هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الشعور بالسعادة، وبعض سمات الشخصية وهي الثقة والتفاؤل والتوازن الوجداني، وتكونت عينة الدراسة من (٤١٠) طالبا وطالبة من طلاب كلية التربية الأساسية بالهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت، وأسفرت النتائج عن ظهور فروق دالة بين الذكور والإناث في الثقة بالنفس لصالح الذكور بمتوسط أعلى، فيما لم تظهر فروق جوهرية بين الجنسين فيما يتعلق بالشعور بالسعادة والتفاؤل والتوازن الوجداني، كما أشارت النتائج إلى وجود ارتباط إيجابي بين الشعور بالسعادة والثقة بالنفس والتفاؤل، وأظهرت الدراسة أن التفاؤل والتوازن الوجداني متغيرات منبئة بالشعور بالسعادة والرضا عن الحياة .

وأجرى عبد الخالق ومراد (٢٠٠١) دراسة على عينة من طلاب وطالبات جامعة الكويت بلغ عددها (٢٠١) طالبا هدفت إلى البحث الارتباط بين السعادة وبعض متغيرات الشخصية ، كشفت النتائج عن وجود معاملات ارتباط إيجابية دالة إحصائياً بين السعادة وكل من الصحة النفسية والتفاؤل ومستوى التدين

والصحة الجسمية ونمط السلوك (أ) ، كما وجدت معاملات ارتباط سلبية دالة إحصائياً بين السعادة والتشاؤم ومصدر الضبط الخارجي ، كما أشارت النتائج على أن الشعور بالسعادة يرجع أساساً إلى صحة الفرد النفسية ثم التفاؤل فالمصدر الداخلي لضبط السلوك ومستوى التدين .

في دراسة أجرتها اليحوفي (٢٠٠٦) هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين السعادة والاكئاب من جهة وبعض العوامل الديموغرافية من جهة أخرى، تكونت عينة الدراسة من ٦٢٥ طالباً وطالبة من الجامعتين اللبنانية والأمريكية لدراسة متغير السعادة، و٦١٠ طلاب من هاتين الجامعتين لدراسة متغير الاكئاب، أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في متوسط درجات السعادة والاكئاب.

وقد قام كل من كامبل وجارلنج (Camble&Garling,2011) بدراسة تحمل عنوان العلاقات بين الرضا الحياتي والسعادة، أو الحالة المزاجية الحالية، وهدفت الدراسة إلى تقييم خبرات الحياة الممتعة، ومدى فاعلية الحالة المزاجية الحالية للفرد، في التأثير على أحكامه المعرفية المتعلقة برضاه عن حياته، واستخدم الباحثان في هذه الدراسة مقياس الرضا عن الحياة، ومقياس السعادة، ومقياس الحالة المزاجية، على عينة من الطلاب تحت التخرج بلغ عددها (١٣٥) طالباً؛ بغرض معرفة مدى التكافؤ والإقناع، وفاعلية الحالة المزاجية في التأثير على سعادة الطلاب، ومن ثم الرضا عن حياتهم. وجاءت نتائج هذه الدراسة مؤكدة أن الحالة المزاجية الإيجابية تلعب دوراً كبيراً في سعادة الفرد، والتي ترتبط ارتباطاً إيجابياً بدرجة رضاه عن حياته.

• تعقيب عام على الدراسات السابقة:

يتضح مما سبق عرضه من الدراسات السابقة توافر العديد منها التي تتناول العوامل الخمسة للشخصية والشعور بالسعادة، وعلاقتها بمقاومة الإغراء لدى مختلف الفئات العمرية، وعند الجنسين على حد سواء، ومن هذه الدراسات ما يتناول العلاقة بين العوامل الخمسة للشخصية ومقاومة الإغراء أياً كان مصدره، فعلى سبيل المثال توصلت دراسة بونونين (Paunonen, 2003) أن العوامل الخمسة للشخصية تلعب دوراً هاماً في التنبؤ بمقاومة إغراء الخمر، حيث يلعب عامل الضمير الحي الدور الفاعل في مقاومة الإغراء، في مقابل عامل العصابية الذي يترتب على ارتفاعه انخفاض درجة مقاومة الإغراء لدى طلاب الجامعة .

وقد كشفت دراسة جيا وآخرون (Jia et al., 2013) وجود ارتباط سلبي بين عامل الضمير الحي، والوقوع في الإغراء كإغراء التسكع، وإدمان الانترنت، وشرب الخمر لدى عينة من البالغين من الجنسين، كما ظهر الارتباط الإيجابي بين عامل الانبساطية، والعصابية، بإغراء إدمان الانترنت وممارسة التسكع.

كما وجدت دراسات جمعت بين المتغيرات الثلاثة معاً، العوامل الخمسة للشخصية والشعور بالسعادة ومقاومة الإغراء، كدراسة وارنر وفورمان (Warner&Vorman,2011)، والتي كشفت عن وجود ارتباط إيجابي بين السعادة، والعوامل الخمسة للشخصية، ومقاومة الإغراء، والالتزام، والتفاؤل، والسلوك الإيجابي، لدى عينة من طلاب الجامعة ذكورا وإناثا.

هذا وتناولت دراسات أخرى الدور الكبير للحالة المزاجية السلبية والإيجابية في مقاومة الإغراء، وهذا ما توصل إليه رابويز وهاجا (Rabois&Haga,2003) في دراستهما التي أكدت أن الحالة المزاجية الإيجابية لها دور إيجابي في مقاومة إغراء التدخين، لدى عينة من البالغين، في حين كشفت دراسة فيدروخين وباتريك وجود علاقة إيجابية بين الحالة المزاجية الإيجابية وهي السعادة، ومقاومة الإغراء لدى طلاب الجامعة.

وفيما يتعلق بكل من العوامل الخمسة للشخصية والشعور بالسعادة، فقد توافرت العديد من الدراسات في هذا الإطار، منها ما يبين الارتباط الإيجابي الدال بين عامل الانبساطية، والمقبولية الاجتماعية من ناحية، والشعور بالسعادة، وتقدير الذات من ناحية أخرى، لدى عينة من طلاب الجامعة من الجنسين، وهذا ما توصلت إليه دراسة (أبو هاشم، ٢٠١٠)، ويتضح من خلال ما قدمته دراسة كلا من وولكر وكولوسمو (Walker &Colosimo,2010) إسهام العوامل الخمسة للشخصية في شعور الفرد بالسعادة لدى عينة من البالغين، كما يظهر من خلال دراسة (رشوان، ٢٠١١) أن العوامل الخمسة للشخصية تسهم في التنبؤ بالذكاء الوجداني، والذي يعد بدوره منبأً للشعور بالسعادة لدى عينة من طلاب الجامعة، كما أشارت نتائج دراسة العنزي (٢٠١٠) حول العلاقة بين الشعور بالسعادة، وبعض سمات الشخصية وهي الثقة والتفاؤل والتوازن الوجداني إلى وجود ارتباط إيجابي بين الشعور بالسعادة والثقة بالنفس والتفاؤل، وبينت الدراسة أن التفاؤل والتوازن الوجداني متغيرات منبئة بالشعور بالسعادة والرضا عن الحياة، ودراسة عبدالخالق ومراد حول علاقة السعادة ببعض متغيرات الشخصية كالتفاؤل والصحة النفسية ومصدر الضبط ونمط السلوك.

وقد تعددت الدراسات التي تناولت العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وعدد من العوامل الأخرى كالرضا الوظيفي، والقيم الأساسية لدى أفراد من الجنسين في مختلف الفئات العمرية، وقد دلت الدراسات عن وجود ارتباط إيجابي بين عامل المقبولية الاجتماعية، ويقظة الضمير، والانفتاح على الخبرة، والرضا الوظيفي، وقيم الخير، والانسجام، والإنجاز، كما وجد الارتباط السلبي بينها وبين قلق المستقبل وعامل العصائية، وارتباط موجب بين العدوانية السلبية

وبعد العصابية وهذا ما يتضح في دراسة كلاً من جادجوماونت (Judege&Mount,2002)، ودراسة روكس وآخرون (Roccas et.al, 2002)، ودراسة جبر (٢٠١٢)، وجعيس (٢٠١٥).

هذا وتمحورت دراسات الإغراء لمعرفة ارتباط أبعاد المختلفة بالمشكلات السلوكية، ومصادر الضبط الخارجي، والمساندة الذاتية، ومدى النمو المعرفي، وخاصة النموذج الغائي في إقناع الذات المعتمد على مقاومة الإغراء، وما يترتب عليه من استراتيجيات إقناع الذات، واختيار الميكانيزمات المعرفية التي نعزو إليها مقاومة الإغراء، وهذا ما كرس الباحثين دراساتهم عليه كدراسة كولبنز (Collins,2001) وفوالانت (Violante,2005).

• فروض الدراسة :

- تقوم الدراسة الحالية على الفروض الآتية :
- ◀ توجد مجموعة من العوامل السائدة من بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلاب كلية التربية بجامعة القصيم .
- ◀ يوجد مستوى متوسط من مقاومة الإغراء لدى طلاب كلية التربية بجامعة القصيم .
- ◀ يوجد مستوى متوسط من الإحساس بالسعادة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة القصيم .
- ◀ توجد علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب على العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ودرجاتهم على مقاومة الإغراء .
- ◀ توجد علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب على العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ودرجاتهم على قائمة إكسفورد للسعادة .
- ◀ يمكن التنبؤ بكل من مقاومة الإغراء والإحساس بالسعادة النفسية من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية .

• إجراءات الدراسة :

- أولاً : منهج الدراسة
- اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي لمناسبته لأهداف الدراسة وإجراءاتها.
- ثانياً عينة الدراسة :
- ◀ عينة الدراسة الاستطلاعية : تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (١٠٤) طالبا وطالبة من طلاب كلية التربية بجامعة القصيم (٤٠ من الذكور ، ٦٤ من الإناث) تراوحت أعمارهم ما بين ٢٠-٢٤ سنة بمتوسط عمر (٢٢.٢١٢) سنة وانحراف معياري (٠.٦٠٣) ، وذلك بهدف تقنين الأدوات المستخدمة في الدراسة الحالية .
- ◀ عينة الدراسة الأساسية : تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٤١٦) طالبا وطالبة من طلاب كلية التربية بجامعة القصيم ، (١٤٨) طالبا من طلاب

قسمي التربوية الخاصة والتربية البدنية ، (٢٦٨) طالبة من طالبات قسم علم النفس ، تراوحت أعمارهم ما بين ١٩- ٢٥ سنة بمتوسط عمر (٢١.٤٧٧) سنة وانحراف معياري (٠.٨٤٥) .

• **ثالثاً الأدوات المستخدمة في الدراسة :**

• قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية : إعداد جولدبيرج ١٩٩٩ وتعريب أبو هاشم (٢٠٠٧) : أعد جولدبيرج هذه القائمة وتتكون من (٥٠) عبارة لقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بواقع (١٠) عبارات لكل عامل من العوامل الآتية : المقبولية، والضمير الحي، والانبساطية، والعصابية، والانفتاح على الخبرة ، وهي منوع التقرير الذاتي يجب عنه الأفراد في ضوء مقياس خماسي التدرج (لا تنطبق على إطلاقاً، تنطبق على قليلاً، تنطبق على أحياناً، تنطبق على كثيراً، تنطبق على تماماً) وتعطى الدرجات (١، ٢، ٣، ٤، ٥) في حالة العبارات الموجبة والعكس في حالة العبارات السالبة (أبو هاشم ، ٢٠٠٧، ص ٢٥٢) ، وقد تم تعريب القائمة التي أعدها جولدبيرج في دراسة أبو هاشم (٢٠٠٧) على البيئة المصرية وكانت قيم معاملات ثبات ألفا (٠.٨٤٥) للمقبولية ، (٠.٨١٥) للضمير الحي أو التفاني ، (٠.٧٥١) للانبساطية ، (٠.٨٤٧) للعصابية ، (٠.٧٤٧) للانفتاح على الخبرة ، كما تم حساب الاتساق الداخلي بإيجاد معاملات الارتباط بين العبارات والعوامل المثلة لها وكانت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠.٠١ وتنحصر بين ٠.٤٣٥ ، ٠.٦٥١ ، وكذلك تم إجراء التحليل العاملي الاستكشافي للقائمة .

• **تقنين قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في الدراسة الحالية :**

تم تطبيق قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من إعداد جولدبيرج وتعريب أبو هاشم (٢٠٠٧) على عينة الدراسة الاستطلاعية التي قوامها (١٠٤) طالبا وطالبة من طلاب كلية التربية بجامعة القصيم بهدف تقنين أدوات الدراسة الحالية ومنها قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وقد تم حساب معاملات الصدق والثبات لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية كما يلي :

• **حساب معاملات الصدق لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية :**

تم عرض قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية على مجموعة من المحكمين المتخصصين في علم النفس للاطمئنان على مدى مناسبة عبارات القائمة للتطبيق في البيئة السعودية لأنه لم يسبق استخدام هذه القائمة من تعريب أبو هاشم من قبل في المجتمع السعودي ، وفي ضوء نسبة اتفاق المحكمين تم تعديل صياغة العبارة رقم (١) لأنها لا تتناسب مع ثقافة المجتمع السعودي ، كما تم حساب معاملات الصدق لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بطريقة الاتساق الداخلي والتحليل العاملي التوكيدي كما يلي :

• صدق الاتساق الداخلي :

تم حساب معاملات الصدق من خلال إيجاد معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والبعد الممثل لها بعد حذف درجة العبارة لحساب صدق الاتساق الداخلي ، وكانت النتائج كما يلي :

جدول (١) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والبعد الممثل لها بعد حذف درجة العبارة على قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

البعد الأول (المقبولية)		البعد الثاني (التفاني)		البعد الثالث (الانبساطية)		البعد الرابع (العصابية)		البعد الخامس (الانفتاح على الخبرة)	
العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
٤	**٠.٤٥٩	١٠	**٠.٤٤٢	٨	**٠.٥٦٥	٢	*٠.٢٥٩	١	**٠.٣٩١
١٣	**٠.٥٢٣	١١	**٠.٥٢٢	٩	**٠.٦٨٤	٣	٠.٠٢٨	٥	**٠.٤٧٢
١٤	**٠.٥٤٨	١٨	**٠.٤٩٢	١٥	**٠.٣٤٦	١٢	**٠.٤٢١	٦	**٠.٤٧٤
٢٠	**٠.٤٩٧	٢٦	٠.١٣٩	١٧	٠.٠٥٧	١٦	٠.١٧٩	٧	**٠.٣٤٩
٢٤	*٠.٢٢٢	٢٧	**٠.٤٨٨	٢١	**٠.٦١٧	٢٥	**٠.٥٤٤	١٩	**٠.٤٢٩
٣١	**٠.٥٥٠	٣٣	*٠.٢١٣	٢٣	**٠.٥٢٥	٢٩	**٠.٣٩٦	٢٢	*٠.٢٠٣
٣٧	*٠.١٨٧	٣٦	**٠.٥١٥	٣٤	**٠.٤٥٧	٣٥	**٠.٥٨٤	٢٨	**٠.٣٩٩
٤٤	٠.٠٢١	٣٨	**٠.٤٨٤	٣٩	**٠.٥٧٥	٤٠	**٠.٥٤٠	٣٠	**٠.٤٦٨
٤٥	٠.٠٤٤	٤١	**٠.٥٥٨	٤٧	**٠.٤٢٠	٤٣	**٠.٥١٧	٣٢	**٠.٤١٠
٤٨	**٠.٣٥٦	٤٦	**٠.٤٠٠	٥٠	**٠.٤٩٩	٤٩	**٠.١٩٦	٤٢	**٠.٣٩٥

مستوى دلالة إحصائية ٠.٠٥ ، ❖❖ مستوى دلالة إحصائية ٠.٠١

يتضح من جدول (١) وجود معاملات ارتباط دالة إحصائياً بين العبارات الممثلة لكل عامل والدرجة الكلية للعامل ، فيما عدا العبارتين (٤٤ ، ٤٥) في البعد الأول (المقبولية) والعبارة (٢٦) في البعد الثاني (التفاني) والعبارة (١٧) في البعد الثالث (الانبساطية) والعبارتين (٣ ، ١٦) في البعد الرابع (العصابية) لم تكن معاملات الارتباط بينها وبين درجة الأبعاد الممثلة لها دالة إحصائياً ، لذلك تم استبعادها من عبارات المقياس في صورته النهائية ليصبح عدد العبارات (٤٤) عبارة بدلاً من (٥٠) عبارة .

• التحليل العاملي التوكيدي :

تم إجراء التحليل العاملي التوكيدي الذي يهتم باستخدام مجموعة من المتغيرات لاختبار صحة تكوين معين يعتمد على معرفة سابقة نظرية أو بحثية ، بمعنى أنه يبدأ بتصور لتكوين معين يجمع بين المتغيرات المستخدمة في التحليل ويحاول التأكد من صحة هذا الافتراض ، ويوضح الصلة المفترضة بين المتغيرات وتكوينها العاملي ، وهو بذلك يصنع تحديداً مسبقاً للعوامل ونظاماً للعلاقات أو الصلة بينها وبين المتغيرات ثم يحاول مطابقة النموذج المقترح مع البيانات المستخدمة ، وبالطبع لا يكون التطابق تاماً بين النموذج المقترح والبيانات وإنما يكون هناك جزء للخطأ يدل على الانحراف عن النموذج (مراد ، ٢٠١١ ، ص ٥٠٤) ، وقد تم استخدام برنامج Amos 21 لإجراء التحليل العاملي التوكيدي الذي يتيح الفرصة لتحديد واختبار صحة نماذج معينة للمقياس وهو أحد تطبيقات نموذج المعادلة البنائية التي يتمثل الهدف منها في اختبار صحة

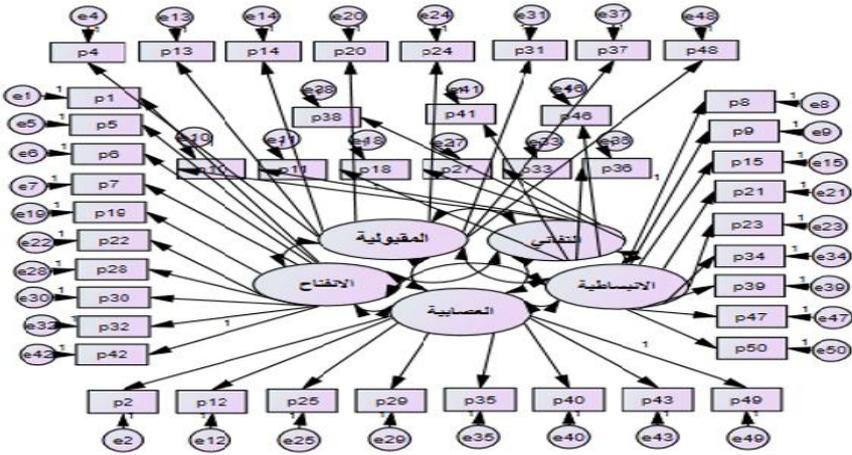
الفروض حول العلاقات بين المتغيرات الكامنة وهى المتغيرات غير الصريحة أو الخارجية، والمتغيرات المقاسة أو التابعة أو الداخلية (Lei & Lomax , 2005, p.1)، وتتمثل الإجراءات فى التحليل العاملى التوكيدي فى تحديد النموذج المفترض (النموذج البنائى) والذي يتكون من المتغيرات الكامنة والمتغيرات الداخلية، ويتم معرفة جودة المطابقة من خلال مجموعة مؤشرات يتم على أساسها قبول النموذج أو رفضه، وفى النموذج المفترض الحالي لا توجد درجة كلية على قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، لذلك تم افتراض خمسة متغيرات كامنة ترتبط مع بعضها البعض هي الأبعاد الخمسة للقائمة (المقبولية، التضاني أو الضمير الحي، الانبساطية، العصابية، والانفتاح على الخبرة)، أما المتغيرات الداخلية فقد كانت العبارات الممثلة لكل عامل أو بعد من العوامل الخمسة السابقة، وقد تم استخدام طريقة أقصى احتمال Maximum Likelihood (ML) وكانت النتائج كما يلي :

يتضح من جدول (٢) قبول النموذج المفترض فى الدراسة الحالية، حيث كانت قيمة X^2 / df أقل من ٥، وكانت قيم مؤشر حسن المطابقة GFI، مؤشر حسن المطابقة المصحح بدرجات الحرية AGFI، مؤشر المطابقة المعيارى NFI، مؤشر المطابقة المقارن CFI، مؤشر المطابقة التزايدى IFI، ومؤشر توكر - لويس TLI جميعها قيم تدل على مطابقة النموذج لبيانات العينة فالمدى المطلوب لهذه المؤشرات جميعا يتراوح ما بين (صفر - ١) وكلما اقتربت القيمة من الواحد دل على قوة المطابقة، أما إذا اقتربت قيمة المؤشر من الصفر فإنه يدل على ضعف المطابقة (Cheung & Rensvold, 2002, pp. 234-235)، كما يتضح من جدول (٢) أن قيمة المؤشر RMSEA تدل على قبول النموذج المفترض .

جدول (٢) مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المفترض لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

م	المؤشر	قيمة المؤشر	المدى الذي يقبل به النموذج
١	X^2	١٦٧١.٦١٨	
	Df	٨٩٢	
	(كأ ^٢ / درجات الحرية) X^2 / df	١.٨٧٤	أقل من ٥
٢	مؤشر حسن المطابقة GFI	٠.٥٨٠	صفر - ١
٣	مؤشر حسن المطابقة المصحح بدرجات الحرية AGFI	٠.٥٣٤	صفر - ١
٤	مؤشر المطابقة المعيارى NFI	٠.١٩٤	صفر - ١
٥	مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠.٣١٧	صفر - ١
٦	مؤشر المطابقة التزايدى IFI	٠.٣٤٨	صفر - ١
٧	مؤشر توكر - لويس TLI	٠.٢٧٥	صفر - ١
٨	الجذر التربيعى لمتوسط خطأ الاقتراب RMSEA	٠.٠٧٧	٠.٠٨ - ٠.٠٥

وفيما يلي الشكل الذي يوضح النموذج المفترض لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية :



شكل (٢)

النموذج المفترض لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

حساب معاملات الثبات لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية : تم حساب معاملات الثبات لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من خلال إيجاد معامل ثبات التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان - براون ، ومعامل ثبات ألفا - كرونباخ ، وكانت النتائج كما يلي :

جدول (٣) معاملات الثبات لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

الأبعاد	الثبات باستخدام معادلة سبيرمان - براون للتجزئة النصفية	الثبات باستخدام معامل ألفا - كرونباخ
البعد الأول (المقبولية)	٠.٧٠٢	٠.٧٩٨
البعد الثاني (التفاني)	٠.٦٨٢	٠.٧٠٣
البعد الثالث (الانبساطية)	٠.٧١٢	٠.٨١٢
البعد الرابع (العصابية)	٠.٦٢٤	٠.٦٨٧
البعد الخامس (الانفتاح)	٠.٧١٩	٠.٨١٦

يتضح من جدول (٣) وجود معاملات ثبات مقبولة بالنسبة لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وعلى ذلك يتضح أن للقائمة مؤشرات سيكومترية جيدة تؤكد مناسبتها للتطبيق.

• مقياس مقاومة الإغراء : إعداد الطراونة (٢٠١٠)

أعد الطراونة (٢٠١٠) مقياس مقاومة الإغراء يتكون من (٢٠) عبارة تمثل (٢٠) موقفاً مختلفاً تقيس مقاومة الإغراء ، وقد تم التحقق من صدق المقياس بثلاث طرق هي صدق المحتوى والصدق العملي والاتساق الداخلي كما تم التحقق من ثبات المقياس بثلاث طرق هي إعادة الاختبار والتجزئة النصفية والاتساق الداخلي وقد تمتع المقياس بدلالات صدق وثبات مقبولة .

• تقنين مقياس مقاومة الإغراء في الدراسة الحالية :

• حساب معاملات الصدق لمقياس مقاومة الإغراء :

بعد عرض المقياس على مجموعة من المحكمين للاطمئنان على مدى مناسبة مضمون العبارات للتطبيق في المجتمع السعودي، تم حساب معاملات الصدق لمقياس مقاومة الإغراء باستخدام طريقة الاتساق الداخلي عن طريق إيجاد معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة العبارة وكانت النتائج كما يلي:

جدول (٤) معاملات الارتباط بين عبارات مقياس مقاومة الإغراء والدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة العبارة

العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط
١	**٠.٤٠٧	٦	**٠.٤٥١	١١	*٠.٢٥٥	١٦	**٠.٤٦٢
٢	**٠.٣٥٥	٧	**٠.٤٩٩	١٢	**٠.٤٥١	١٧	**٠.٣٧٦
٣	**٠.٤٤٠	٨	*٠.٢٠٩	١٣	**٠.٤٠٥	١٨	**٠.٥٢٨
٤	**٠.٣٣٠	٩	**٠.٥٤٧	١٤	**٠.٣٢١	١٩	**٠.٥٢٣
٥	**٠.٤٧٩	١٠	**٠.٥٢٦	١٥	**٠.٣٩١	٢٠	**٠.٥٠٩

مستوى دلالة إحصائية ٠.٠٥ ، ❖ ❖ مستوى دلالة إحصائية ٠.٠١

يتضح من جدول (٤) أن جميع معاملات الارتباط بين عبارات مقياس مقاومة الإغراء والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً.

حساب معاملات الثبات لمقياس مقاومة الإغراء : تم حساب معاملات الثبات للمقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية بمعادلة سبيرمان براون وطريقة معامل ألفا - كرونباخ وكانت النتائج كما يلي :

جدول (٥) معاملات الثبات لمقياس مقاومة الإغراء

المقياس	معامل ثبات ألف - كرونباخ	معامل ثبات سبيرمان - براون
مقاومة الإغراء	٠.٧٥٠	٠.٧٠٦

يتضح من جدول (٥) وجود معاملات ثبات مقبولة بالنسبة لمقياس مقاومة الإغراء ، وعلى ذلك يتضح أن للمقياس مؤشرات سيكومترية جيدة تؤكد مناسبتها للتطبيق .

• قائمة إكسפורد للسعادة : إعداد أرجايل ولو، ترجمة عبدالخالق وآخرون (٢٠٠٣) .
أعد أرجايل ولو قائمة إكسפורد للسعادة ثم أعدها للعربية عبد الخالق وآخرون (٢٠٠٣) ، تتكون القائمة من (٢٩) عبارة وليس لها أبعاد فرعية ، وقد تم تقنين القائمة على البيئة السعودية في دراسة القاسم (٢٠١١) وتم إيجاد معاملات الصدق بطرق الاتساق الداخلي والصدق التمييزي وصدق المحك كما تم إيجاد معاملات الثبات بطرق التجزئة النصفية بمعادلة سبيرمان براون وإعادة التطبيق وألفا كرونباخ وقد اشارت النتائج بتمتع القائمة بخصائص سيكومترية مرتفعة من ناحية الصدق والثبات .

• تقنين قائمة إكسفورد للسعادة في الدراسة الحالية:

• حساب معاملات الصدق لقائمة إكسفورد للسعادة:

تم حساب معاملات الصدق لقائمة إكسفورد للسعادة باستخدام طريقة الاتساق الداخلي عن طريق إيجاد معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة العبارة من المجموع الكلي وكانت النتائج كما يلي:

جدول (٦) معاملات الارتباط بين عبارات قائمة إكسفورد للسعادة والدرجة الكلية للقائمة بعد حذف درجة العبارة

الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة
**٠.٧٣٨	٢٥	*٠.٤٨٥	١٧	**٠.٤٠٦	٩	**٠.٤٩٥	١
**٠.٦٦٧	٢٦	**٠.٥٦٠	١٨	**٠.٥٣٣	١٠	**٠.٥٥٢	٢
**٠.٥٤٥	٢٧	**٠.٦٧٠	١٩	*٠.٥١٢	١١	**٠.٦٢٤	٣
**٠.٥٩١	٢٨	**٠.٦٣٧	٢٠	**٠.٦٢٦	١٢	**٠.٦٨٣	٤
**٠.٦٣٤	٢٩	**٠.٦٨٧	٢١	**٠.٤٥٩	١٣	**٠.٥٢٩	٥
		**٠.٥١٤	٢٢	**٠.٦٣٧	١٤	**٠.٦٣٨	٦
		**٠.٤٧٠	٢٣	**٠.٤٩١	١٥	**٠.٦٦٥	٧
		**٠.٦٨١	٢٤	**٠.٥١٠	١٦	**٠.٤٧٧	٨

مستوى دلالة إحصائية ٠.٠٥ ، ❖❖ مستوى دلالة إحصائية ٠.٠١

يتضح من جدول (٦) أن جميع معاملات الارتباط بين عبارات قائمة إكسفورد للسعادة والدرجة الكلية للقائمة بعد حذف درجة العبارة دالة إحصائياً .

حساب معاملات الثبات لقائمة إكسفورد للسعادة : تم حساب معاملات الثبات لقائمة إكسفورد للسعادة باستخدام طريقة التجزئة النصفية بمعادلة سبيرمان براون وطريقة معامل ألفا - كرونباخ وكانت النتائج كما يلي :

جدول (٧) معاملات الثبات لقائمة إكسفورد للسعادة

المقياس	معامل ثبات ألف - كرونباخ	معامل ثبات سبيرمان - براون
قائمة إكسفورد للسعادة	٠.٩٢٧	٠.٨٩٦

يتضح من جدول (٧) وجود معاملات ثبات مقبولة بالنسبة لقائمة إكسفورد للسعادة ، وعلى ذلك يتضح أن للقائمة مؤشرات سيكومترية جيدة تؤكد مناسبتها للتطبيق .

• نتائج الدراسة ومناقشتها :

• نتيجة الفرض الأول :

ينص الفرض الأول للدراسة الحالية على أنه " توجد مجموعة من العوامل السائدة من بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلاب كلية التربية بجامعة القصيم " ، ولتحقق من صحة هذا الفرض تم إيجاد المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات الموزونة لاستجابات الطلاب على

قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وترتيبها ترتيباً تنازلياً حسب المتوسطات الموزونة، وكانت النتائج كما يلي :

جدول (٨) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات الموزونة على قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

العامل	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط الموزون	مستوى العامل	ترتيب العامل
المقبولية	٢٩.٦١٩	٤.٢٠٩	٣.٧٠٢	كبير	الأول
الانفتاح على الخبرة	٣٤.٩٢٧	٥.١٥٤	٣.٤٩٢	كبير	الثاني
الانبساطية	٢٩.٨٣١	٥.٩٧٣	٣.٣١٤	متوسط	الثالث
التفاني	٢٩.١٣٠	٤.٩٩٥	٣.٢٣٦	متوسط	الرابع
العصابية	١٩.٠٥٥	٤.٦٥٤	٢.٣٨١	ضعيف	الخامس

يتضح من جدول (٨) أن العوامل الخمسة الكبرى السائدة لدى عينة الدراسة هي بالترتيب من الأعلى للأقل المقبولية وتوجد بمستوى كبير ثم يليها الانفتاح على الخبرة بمستوى كبير ثم الانبساطية بمستوى متوسط والتفاني بمستوى أيضاً متوسط وأخيراً كانت العصابية بمستوى ضعيف.

كما سبق فإنه يتضح من نتيجة الفرض الأول أن أكثر العوامل الخمسة انتشاراً بين طلاب الجامعة هو بعد المقبولية الاجتماعية، فقد تصدر المركز الأول في الانتشار، ثم تلاه بعد الانفتاحية ثم بعد الانبساطية، وهذا ما يؤكد فرضية بنكسواخرون (Pincusetal.,2010) أن بعدي المقبولية والانبساطية، أكثر العوامل الخمسة للشخصية ظهوراً بين الأفراد في نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، ويتفق مع وجنز وينكس (Wiggins&Pincus,1989) في تداخل وتشابه بعدي المقبولية الاجتماعية مع الانبساطية في كثير من الاتجاهات داخل شخصية الفرد، وصعود الانفتاحية في الانتشار بين طلاب الجامعة؛ يفسر اهتمامات وثقافة المجتمع، وفقاً لما كرى وسيوتين (MacCrea&Suttin, 2009)

وحيث أن عينة الدراسة من طلاب كلية التربية بجامعة القصيم، ومن أقسام علم النفس والتربية الخاصة والتربية البدنية وجميعها أقسام تتميز في إعداد برامجها بالجانب العملي والتطبيقي والاحتكاك أو التعامل مع المجتمع الخارجي وهذا يتطلب بعض المهارات الاجتماعية في فن التعامل مع الآخرين، دون إهمال لبقيّة عوامل الشخصية الأخرى، وهذا ما يتفق أيضاً مع الاتجاه الذي يرى أن بعد الانفتاحية لا يقل أهمية عن بقية الأبعاد الأربعة الأخرى لنموذج العوامل الخمسة للشخصية (Goldberg,1993;Mccrea,1990; Piedmont &Aycock, 2007)

هذا وتفسر طبيعة العينة انتشار درجة بعد المقبولية بينها؛ حيث أن معظم رغبات طلاب الجامعة في سن المراهقة المتأخرة تركز على الشعور بالأمن، والثقة بذاته التي يستمدّها من تفاعله مع الآخرين (Roberts etal, 2009, p. 372).

ويتفق انخفاض بعد العصابية لدى عينة الدراسة مع ما أشار إليه لاهي وودجر (Lahey&Widggier,2009)، والتي مؤداها أن عامل العصابية يظهر لدى ذوي الاضطرابات العصابية، فهو الذي يعد المسئول عن ظهور الكثير من الأعراض المرضية كالحزن، والاكتئاب، والعداوة، والقلق، والتهور، والانفعالات السالبة، التي تعد المسئولة عن العلاقات اللاتكيفية في العلاقات البينشخصية. وخلاصة القول أن أبرز ما يلفت الانتباه الدور الذي تلعبه المتغيرات الديموغرافية للعينة من حيث العمر، طبيعة المجتمع .

كما تتفق هذه النتيجة مع ما توصل إليه بونونين (Paunonen, 2003) في أن أكثر العوامل السائدة لدى عينة دراسته وكانوا من طلاب الجامعة هو عامل المقبولية، ولكن العامل الثاني هو التفاني ثم الانفتاح على الخبرة ثم الانبساطية وأخيرا كان عامل العصابية، كما أن نسب هذه العوامل في دراسة بونونين كانت ما بين الكبيرة والكبيرة جدا .

• نتيجة الفرض الثاني :

ينص الفرض الثاني للدراسة الحالية على أنه " يوجد مستوى متوسط من مقاومة الإغراء لدى طلاب كلية التربية بجامعة القصيم " ، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إيجاد المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمتوسط الموزون لاستجابات الطلاب على مقياس مقاومة الإغراء، وكانت النتائج كما يلي :

جدول (٩) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الموزون على مقياس مقاومة الإغراء

المقياس	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط الموزون	المستوى
مقاومة الإغراء	٧٨.٣٧٥	١٠.٥٥٢	٣.٩١٨	كبير

يتضح من جدول (٩) أن مقاومة الإغراء توجد لدى عينة الدراسة بمستوى كبير .

وقد جاءت نتيجة الدراسة مخالفة بعض الشيء للفرض الثاني للدراسة الحالية حيث وجدت مقاومة للإغراء بين طلاب الجامعة بدرجة كبيرة، فهم يقاومون الإغراءات التي يتعرضون لها في حياتهم اليومية بشكل كبير، ويمكن تفسير ذلك في ضوء طبيعة المجتمع وثقافته؛ كما أن طبيعة الدراسة الجامعية في المملكة تفرض أنظمة تمثل مصدرا للضبط ومحكا مرجعيا لكثير من الطلاب، وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع ما تم التوصل إليه فيدراسة بومان وكوهل (Boumann&Kukl,2005) في ارتفاع درجة مقاومة الإغراء بين طلاب الجامعة الذين يلقون ضبطا خارجيا؛ في مقابل الطلاب الذين لا يلقون هذا الضبط.

هذا واتفقت نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسة فولانت (violante,2005) في وجود درجة مرتفعة من مقاومة الإغراء بين طلاب الجامعة، واختلقت مع دراسة

الطراونة والقضاة (٢٠١٤) في تدني مقاومة الإغراء عند طلاب الجامعة في المملكة الأردنية، وقد أرجع ذلك إلى كثير من العوامل الثقافية والاجتماعية.

• نتيجة الفرض الثالث :

ينص الفرض الثالث للدراسة الحالية على أنه " يوجد مستوى متوسط من الإحساس بالسعادة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة القصيم " ، ولتحقق من صحة هذا الفرض تم إيجاد المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات الطلاب على قائمة إكسفورد للسعادة ، وكانت النتائج كما يلي :

جدول (١٠) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمتوسط الموزون على قائمة إكسفورد للسعادة

المقاييس	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط الموزون	المستوى
السعادة	٩٤.٣٤٨	١٨.٧٧٥	٣.٢٥٣	متوسط

يتضح من جدول (١٠) وجود مستوى متوسط من الإحساس بالسعادة النفسية لدى عينة الدراسة

وبذلك تتحقق صحة الفرض الثالث للدراسة الحالية ، حيث يظهر أن الطلاب عينة الدراسة يخبرون مستوى متوسطا من الإحساس بالسعادة النفسية، ولكنه يميل إلى أن يصل للمستوى الكبير منها ، ويمكن عزو ذلك إلى الارتباط النوعي بين مستوى السعادة الذي ينتج عنه شعور الفرد بالطمأنينة، والراحة، التي تنتج بشكل أساسي من انتظام شخصيته من جهة، وخبراته الماضية التي خبرها وما يترتب عليها من إحساس بالرضا عن ذاته، والراحة من جهة أخرى وهذا ما يتفق مع أشار إليه فريق بحث جامعة ليلاند بستانفورد (The Board of Trustees of Leland Stanford Junior University, 2010)، ودراسة وولكر وكولوسمو (Walker & Colosimo, 2010).

كما يمكن تفسير الدرجة في ضوء ارتباط الرضا الحياتي والسعادة بالحالة المزاجية الحالية للطلاب، حيث أن الحالة المزاجية الإيجابية ترتبط إيجابيا بإحساس الطلاب بالسعادة، وهذا ما يتفق مع دراسة كامبل وجارلنج (Camble & Garling, 2011).

كما يتفق مع افتراض سليجمان للسعادة ، الذي حدد مستوى السعادة بالمعادلة الآتية : $S=H+V+C$ ، واعتبر ظروف الحياة وجودتها من أبرز المؤشرات على سعادة الأفراد ؛ ولما كانت عينة الدراسة تخبر ظروفها تتسم بالثبات والراحة، الأمر الذي ساهم في قياس معدلات مرضية من الشعور بالسعادة (The Board of Trustees of Leland Stanford Junior University, 2010, p. 2).

وقد أشار كل من سوتو ولوهمان (Soto & Luhmann, 2013, p. 46) إلى أن ظروف الحياة التي يعيشها الفرد تؤثر على سعاده النفسية من خلال التأثير على عوامل الشخصية التي يكون لها تأثير يتوسط العلاقة بين ظروف

الحياة والإحساس بالسعادة النفسية، وأشار سوتو (2015, p. 45) إلى أن المستويات المرتفعة من عوامل الشخصية ترتبط بالمستويات المرتفعة من السعادة النفسية، وخاصة سمات الانبساطية والمقبولية والضمير الحي، فكلما كانت مستويات هذه العوامل لدى الأفراد مرتفعة كان مستوى السعادة النفسية لديهم أيضا مرتفع .

• نتيجة الفرض الرابع :

ينص الفرض الرابع للدراسة الحالية على أنه " توجد علاقات ارتباطية دالة إحصائيا بين درجات الطلاب على العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ودرجاتهم على مقياس مقاومة الإغراء "، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إيجاد معاملات الارتباط باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلاب على قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ودرجاتهم على مقياس مقاومة الإغراء، وكانت النتائج كما يلي :

جدول (١١) معاملات الارتباط بين درجات الطلاب على قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ودرجاتهم على مقياس مقاومة الإغراء

العوامل الارتباط	المقبولية	التفاني	الانبساطية	العصابية	الانفتاح
	٠.٢٧٥**	٠.٢٠٨**	٠.١٨٦**	٠.١٧٧-**	٠.٢٢٥**

❖ مستوى الدلالة الإحصائية عند ٠.٠١

يتضح من جدول (١١) وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائيا بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومقاومة الإغراء، وكانت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة إحصائية ٠.٠١

ويلاحظ من جدول (١١) أن مقاومة الطلاب للإغراء ارتبطت ارتباطاً إيجابياً مع بعد المقبولية، وبعد التفاني أو يقظة الضمير، وبعد الانبساطية، وبعد الانفتاح، بينما ارتبطت مقاومة الإغراء سلبيا مع بعد العصابية، وأبرز ما يلفت الانتباه هو أن أعلى العوامل الخمسة للشخصية ارتباطا بمقاومة الإغراء عامل المقبولية أو المساييرة الاجتماعية التي يمارسها الطلاب كي يصلوا إلى التكيف أو التوافق، مفسرا في ذلك ارتفاع دلالة هذا البعد على مقاومة الإغراء التي تواجه عينة الدراسة، الأمر الذي يدفع الطلاب إلى مقاومتها تماشيا مع طبيعة المجتمع الذي يعيشون فيه، وهذا ما أكدته دراسة روبرتز وآخرون (Roberts etal, 2009) في أن الأفراد ذوي الدرجة المرتفعة من المقبولية الاجتماعية أكثر توافقا مع مجتمعاتهم .

كما اتضح ارتباط بعد الانفتاح على الخبرة بدرجة عالية مع مقاومة الإغراء؛ وهذا يترجم أن أساليب التنشئة الوالدية، والتربية السليمة لها الدور الكبير في إعداد جيل من الشباب الواعي، والحادق، والقادر على تفنيد الجديد،

واختيار الأفضل منه، بالشكل الذي يعزز من الحفاظ على أصالة المجتمع وثقافته .

هذا ويشير ارتباط بعد التفاني أو يقظة الضمير إيجابياً مع مقاومة الإغراء لدى عينة الدراسة إلى أنه كلما زاد تحكم الفرد في ذاته ونظم سلوكه؛ ارتفع التزامه، وانضباطه، وتروييه، وتحمله للمسئولية، في مقابل الشخص المندفع، غير المتروي، وغير المنضبط سلوكياً (Roberts,etal,2009, p. 373)، وهذا يظهر بشكل ملحوظ في أبعاد مقاومة الإغراء المتمثلة في ضبط الذات، ومراقبتها، وضبط دفاعات الذات، وضبط توجيه وإدارة الذات كما ذكر (Hofman&Kotabe,2012, p. 708)

كما يلاحظ من جدول (١١) أن أقل درجات العوامل الخمسة للشخصية ارتباطاً إيجابياً بمقاومة الإغراء لدى الطلاب عينة الدراسة، ما يؤكد أنه لا يمكن اختزال العوامل الخارجة عن الفرد، حيث تلعب العوامل المادية، والاجتماعية دوراً هاماً في ضبط الذات، وتوجيه تصرفات، واستجابات الفرد تجاه رغباته، وحاجاته، ومغريات الحياة، وهذه النتيجة متفقة مع (Thaler&Sunstein,2010)، وتشير نتائج الدراسة إلى ارتباط بعد العصابية ارتباطاً سلبياً بمقاومة الإغراء، وهذا ما اتفق مع دراسة لاهي وويدنجر (Lahey&Widiger,2009)، التي مؤداها أن صفة العصابية تعبر عن عدم الاتزان الانفعالي، وعدم القدرة على التحكم وال ضبط الانفعالي؛ الأمر الذي يفسر أن ارتفاع بعد العصابية يرتبط بدرجات منخفضة من مقاومة الإغراء، وفي المقابل الدرجة المنخفضة منها تقترن بدرجات مرتفعة من مقاومة الإغراء .

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع ما توصل إليه جيا وآخرون (Jia et al., 2013) حيث ارتبطت العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بمقاومة إغراء الانترنت والتسكع ، كما أشار روكاس وآخرون (Roccas et al. (2002, p. 792) إلى أن الانبساطيين يميلون إلى الإثارة وهي تعتبر مدخلا للوقوع في الإغراء .

• نتيجة الفرض الخامس :

ينص الفرض الخامس للدراسة الحالية على أنه " توجد علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب على العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ودرجاتهم على قائمة إكسفورد للسعادة " ، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إيجاد معاملات الارتباط باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلاب على قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ودرجاتهم على قائمة إكسفورد للسعادة ، وكانت النتائج كما يلي :

جدول (١٢) معاملات الارتباط بين درجات الطلاب على قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ودرجاتهم على قائمة إكسفورد للسعادة

العوامل الارتباط	المقبولية	التفاني	الانبساطية	العصابية	الانفتاح
٠.٣٤٣**	٠.٤٠٩**	٠.٥١٢**	- ٠.٣٨٨**	٠.١٩٥**	

❖ مستوى دلالة إحصائية عند ٠.٠١

يتضح من جدول (١٢) وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والإحساس بالسعادة النفسية، وكانت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة إحصائية ٠.٠١ .

ويتضح من نتيجة الفرض الخامس الارتباط الإيجابي بين عوامل الشخصية المتمثلة في البعد الانبساطي، يليه التفاني أو يقظة الضمير، ثم المقبولية، وأخيراً الانفتاح على الخبرات، وهذا ما يتفق مع المعادلة الفرضية لسليجمان في أن مستوى سعادة الفرد يتشكل من خبرات الرضا، والهناء، التي يخبرها الفرد في المواقف المختلفة، ومتغيرات الحياة التي يمر بها، وصفات شخصية الفرد التي تنطوي على مزاج جيد، وتفاعلات متوافقة، ودافعية عالية للانغماس في الأنشطة المختلفة، وعلاقات اجتماعية تتسم بالاتزان، والتوافق؛ الأمر الذي يساعد الفرد على تحقيق ذاته (Kaczor,2015).

وتدرج عوامل الشخصية الخمسة من الانبساطية، ثم التفاني، ثم المقبولية، وأخيراً التفتح على الخبرات؛ يعبر عن طبيعة المجتمع، ومتغيراته الديموجرافية، التي تؤثر بدرجة كبيرة على تفاعلات الأفراد، ولا ننسى أن طبيعة العينة تبرز إقبال الطلاب على الحياة، والرغبة في الانغماس في جميع الأنشطة التي تنطوي على الإحساس بالسعادة، ولكن بدرجة تتميز بالأصالة، والحفاظ على هوية المجتمع، وهذا ما يتفق مع اتجاه المنحى البيئي، وأن للعوامل البيئية تأثير واضح على شعور الفرد بالسعادة، وهذا ما توصل إليه (هريدي وفرج، ٢٠٠٢)، وما يتفق أيضاً مع دراسة (Mcgoningal,2012) التي أكدت أن التزام الفرد بالقيم الأخلاقية يمثل مصدر راحة له، وكذلك تتفق نتيجة هذا الفرض مع دراسة (العنزي، ٢٠٠١) التي أكدت أن التفاؤل، والتوازن الوجداني من السمات الشخصية التي تعد منبئة للسعادة .

كما أشار جيا وآخرون (Jia et al. (2013, p. 359) بأن الأشخاص الذين لديهم ثبات انفعالي مرتفع أو بمعنى آخر لديهم عصابية منخفضة يميلون إلى تحقيق معدلات سعادة مرتفعة، وأشار عبد الخالق ومراد (٢٠٠١، ص ٣٢٧) على ارتباط السعادة ببعض متغيرات الشخصية كالتفاؤل والصحة النفسية ونمط السلوك (أ) ومصدر الضبط الداخلي للسلوك، وذكر روكاس وآخرون Roccas et al. (2002, p. 792) أن عامل الانبساطية يسهل الإحساس بالسعادة النفسية، وأن المقبولية ترتبط بالسعادة النفسية .

• نتيجة الفرض السادس :

ينص الفرض السادس للدراسة الحالية على أنه " يمكن التنبؤ بكل من مقاومة الإغراء والإحساس بالسعادة النفسية من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية " ، ولتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام أسلوب تحليل الانحدار المتعدد ، وكانت النتائج كما يلي .

يتضح من جدول (١٣) ما يلي :

أولاً : بالنسبة إلى إسهام العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (المقبولية ، التفاني ، الانبساطية ، العصابية ، الانفتاح على الخبرة) فى التنبؤ بالدرجة الكلية على مقياس مقاومة الإغراء فإننا نجد أن قيمة معامل التحديد (R2) تساوى ٠.١١٦ وقيمة النسبة الفائية (F) دالة عند مستوى ٠.٠١ مما يفيد بأن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تفسر ٠.١١٦ من التباين (التغيرات التى تحدث فى الدرجة الكلية على مقياس مقاومة الإغراء) بمعنى أن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تفسر ما مقداره (١١.٦ %) من التباين الذى يحدث فى الدرجة الكلية على مقياس مقاومة الإغراء ، وأن (٨٨.٤ %) من التباين فى الدرجة الكلية على قائمة مراجعة الأعراض تفسره عوامل أخرى (١ - R2) أي أنه تباين غير مفسر ، وهذا يفيد فى نهايته إلى إمكانية التنبؤ بالدرجة الكلية على مقياس مقاومة الإغراء لدى الطلاب عينة الدراسة من خلال معرفة درجاتهم على قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية .

جدول (١٣) تحليل الانحدار المتعدد لمقاومة الإغراء والإحساس بالسعادة النفسية على العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

F & Sig	R ²	R	الثابت	المتغيرات المستقلة (العوامل الخمسة الكبرى للشخصية)					معامل الانحدار	المتغيرات التابعة
				الانفتاح	العصابية	الانبساطية	التفاني	المقبولية		
**٨.٩٠٩	٠.١١٦	٠.٣٤١	٤٤.١٥٥	٠.٣١٥	٠.٠١٤	٠.١٢٠	٠.١٦٨	٠.٤٨٩	B	مقاومة الإغراء
				٠.١٥٤	٠.٠٠٦	٠.٠٦٨	٠.٠٨٠	٠.١٩٥	Beta	
**٣٥.٨٠٤	٠.٣٤٦	٠.٥٨٨	٣٣.٥٩٣	٠.١٢٦	٠.٥٢٣	١.١٣٤	٠.٦٠٠	٠.٥٠٦	B	السعادة النفسية
				٠.٠٣٥	٠.١٣-	٠.٣٦١	٠.١٦٠	٠.١١٣	Beta	

❖ ❖ القيم دالة عند مستوى ٠.٠١ ، B: معامل الانحدار الجزئى غير المعيارى ، Beta: معامل الانحدار المعيارى ، R: معامل الارتباط المتعدد ، R2: مربع معامل الارتباط المتعدد أو معامل التحديد ، F: النسبة الفائية ، Sig: الدلالة الإحصائية للنسبة الفائية ، القيم المظلمة فى الجدول هى القيم التى تؤثر فى التنبؤ .

ويمكن صياغة معادلة التنبؤ بمقاومة الإغراء كما يلي :

$$\text{مقاومة الإغراء} = ٤٤.١٦ + ٠.٤٨٩ \times (\text{المقبولية}) + ٠.١٦٨ \times (\text{التفاني}) + ٠.١٢ \times (\text{الانبساطية}) + ٠.٠١٤ \times (\text{العصابية}) + ٠.٣١٥ \times (\text{الانفتاح}).$$

ثانياً : بالنسبة إلى إسهام العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (المقبولية ، التفاني ، الانبساطية ، العصابية ، الانفتاح على الخبرة) في التنبؤ بالدرجة الكلية على قائمة إكسفورد للسعادة فإننا نجد أن قيمة معامل التحديد (R2) تساوي ٠.٣٤٦ ، وقيمة النسبة الفائية (F) دالة عند مستوى ٠.٠١ مما يفيد بأن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تفسر ٣٤.٦% من التباين (التغيرات التي تحدث في الدرجة الكلية على قائمة إكسفورد للسعادة) بمعنى أن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تفسر ما مقداره (٣٤.٦ %) من التباين الذي يحدث في الدرجة الكلية على قائمة إكسفورد للسعادة ، وأن (٦٥.٤ %) من التباين في الدرجة الكلية على قائمة مراجعة الأعراض تفسره عوامل أخرى (١ - R2) أي أنه تباين غير مفسر ، وهذا يفيد في نهايته إلى إمكانية التنبؤ بالدرجة الكلية على قائمة إكسفورد للسعادة لدى الطلاب عينة الدراسة من خلال معرفة درجاتهم على قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية .

ويمكن صياغة معادلة التنبؤ بالسعادة النفسية كما يلي :

$$\text{السعادة النفسية} = ٣٣.٥٩ + ٠.٥٠٦ \times (\text{المقبولية}) + ٠.٦ \times (\text{التفاني}) + ١.١٣٤ \times (\text{الانبساطية}) + ٠.٥٣٢ \times (\text{العصابية}) + ٠.١٢٦ \times (\text{الانفتاح}).$$

يتضح لدينا مما سبق قدرة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية على التنبؤ بمقاومة الإغراء بمعامل تحديد ٠.١١٦ ، وهذا يتماشى مع نتيجة الفرض الرابع للدراسة الحالية في وجود علاقة ارتباطية بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومقاومة الإغراء ، وهذا أيضاً يتفق مع فرضية روبرتز وآخرين (Roberts et al, 2009) في أن صفة التفاني أو يقظة الضمير هي من الصفات التي تحكم سلوك الفرد وشخصيته، والتزامه وترويه وانضباطه، وهي أقرب ما تكون لمقاومة الإغراء .

ويذكر روكاس وآخرون (Roccas et al. (2002, 792 أن الانبساطيين يميلون إلى الإثارة والتجديد والتحدي ، وكل ذلك ما هو إلا إنسياقا نحو إغراءات متعددة .

وتتفق نتيجة الدراسة أيضاً مع ما توصل إليه بونونين (Paunonen, 2003) في دراسته حيث توصل إلى إمكانية التنبؤ بإغراء تناول الكحوليات من خلال عوامل الانبساطية والضمير الحي ، وأنه يمكن التنبؤ من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بالكثير من السلوكيات .

ومما يلفت الانتباه أيضاً أن العوامل الخمسة للكبرى للشخصية تتنبأ بدرجة السعادة لدى عينة الدراسة، وهذا ما يتفق مع نتائج دراسة أبو هاشم (٢٠١٠)

ودراسة ولكروكلوسمو (Walker & Klosmo, 2010) كما يؤكد فرضية معادلة سليجمان للسعادة المنحى التكاملية التفاعلي في تفسيرها، والتي ترى أن مستوى سعادة الفرد يتحدد بالمعادلة التالية : $S=H + V+C$ حيث أن " V " ترمز إلى تأثير جوانب شخصية الفرد بعوامل كالمزاج، وجودة النوم، ونشاطاته الإرادية، ومقدار الترابط والتفاعل بين هذه المكونات ينتج أو يحدد سعادة الفرد الحالية (The Board of Trustees of Leland Stanford Junior University, 2010,p.2).

وقد أشار عبد الخالق ومراد (٢٠٠١، ص ٣٢٧) أنه يمكن التنبؤ بالسعادة من خلال بعض المتغيرات الشخصية مثل الصحة النفسية (تسهم بمقدار ٥٠ ٪) والتفاؤل (يسهم بمقدار ٨ ٪) ثم المصدر الداخلي لضبط السلوك (يسهم بمقدار ٢٠ ٪) ومستوى التدين (يسهم بمقدار ٢٠ ٪).

كما أشار روكاس وآخرون (Roccas et al. (2002, 792) أن المقبولية أحد العوامل الخمسة الكبرى ترتبط بالسعادة ، كما أشار سوتو ولوهمان Soto (2013, pp. 46-47) & Luhmann أن سمات الشخصية تتوسط العلاقة بين ظروف الحياة والسعادة النفسية ، وأنه يمكن التنبؤ بالرضا عن الحياة والسعادة النفسية ليس فقط من خلال ظروف الحياة ومستوى الدخل ولكن يمكن التنبؤ بهما بقوة من خلال سمات الشخصية ، وأن الشخص الانبساطي والأقل عصابية والأكثر مقبولة ويقظة ضمير هو الشخص الأكثر سعادة ، وتم التأكيد على ذلك مرة أخرى في دراسة سوتو (Soto, 2015, pp. 45-46) في أنه يمكن التنبؤ من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بالسعادة النفسية وأن الذين لديهم مستوى مرتفع من الانبساطية والمقبولية والضمير الحي والثبات الانفعالي (في مقابل العصابية) يتزايد لديهم الإحساس بالسعادة النفسية ، حيث يمكن أن تؤثر سمات الشخصية بشكل مباشر أو غير مباشر على الإحساس بالسعادة النفسية ، فعلى سبيل المثال ، الأفراد الذين لديهم مستوى مرتفع من الانبساطية يميلون إلى ان يخبرون في حياتهم مواقف تتسم بتأثيرات إيجابية واستجابات قوية من خلال مرورهم بأحداث إيجابية أكثر من التي يعيشها الإنطوائيون ، ونفس الأمر عند المقارنة بين العصابين والذين لديهم ثبات انفعالي جيد .

كذلك فإن سمات الشخصية لفرد ما، لا شك وأنها تؤثر على إحساسه العام بالسعادة النفسية وذلك من خلال نمط السلوك الذي يسلكه الفرد في الحياة بصفة عامة، وأيضا سمات شخصيته هي التي تحدد بشكل كبير ردود أفعاله في المواقف المختلفة، والتي من خلالها يستجيب بقية أفراد المجتمع معه بشكل يعزز بداخله ثقته بنفسه ورضاه عن حياته مما يشبع لديه الإحساس

بالسعادة النفسية ، ويستطيع أن يقاوم ما يتعرض له من إجراءات مختلفة في مواقف حياته المليئة بالإجراءات المتعددة .

• التوصيات والمقترحات :

من خلال ما تم التوصل إليه في الدراسة الحالية من نتائج ، يمكن الأخذ في الاعتبار بالتوصيات الآتية :

« تقديم البرامج الإرشادية بمناهجها الثلاثة الإنمائي والوقائي والعلاجي لزيادة مقاومة الإغراء التي يمكن أن يتعرض لها الشباب الجامعي .

« تقديم البرامج الإرشادية بمناهجها الثلاثة الإنمائي والوقائي والعلاجي لزيادة الإحساس بالسعادة النفسية لما لها من أثر كبير .

« العمل على تهيئة المناخ الجامعي من خلال زيادة الاهتمام بالبرامج والأنشطة الطلابية الترفيهية والثقافية والتوعوية لزيادة الإحساس بالسعادة النفسية لما لها من أثر كبير في تدعيم بعض الجوانب الإيجابية في الشخصية .

« ضرورة توعية المؤسسات والأفراد بأهمية العمل على تدعيم جوانب الشخصية الإيجابية وبناء شخصية سوية تخدم نفسها والمجتمع .

« عقد ورش عمل وندوات للطلاب لزيادة الوعي بعوامل الشخصية وأهمية الشخصية السوية في بناء أفراد يستطيعون مقاومة ما يتعرضون له من إغراءات لما لذلك من أثر كبير في بناء مجتمع متعافٍ سليم .

« التعرف على الطلاب الذين ترتفع لديهم العصابية ووضع برامج إرشادية وعلاجية لهم لما لها من أثر كبير في وجود العديد من الاضطرابات والأمراض النفسية .

كما يمكن اقتراح ما يلي من بحوث ودراسات :

« دراسة النموذج البنائي بين عوامل الشخصية وكل من مقاومة الإغراء والسعادة النفسية .

« دراسة فعالية برامج إرشادية مختلفة المدارس الإرشادية في زيادة الإحساس بالسعادة النفسية .

« دراسة فعالية برامج إرشادية مختلفة المدارس الإرشادية في زيادة القدرة على مقاومة الإغراء لدى عينات من مستويات عمرية مختلفة .

« دراسة تأثير الأساليب المختلفة للتنشئة الاجتماعية في وجود ضعف القدرة على مقاومة الإغراء أو زيادتها لدى عينات من مستويات عمرية مختلفة .

« دراسة تأثير الأساليب المختلفة للتنشئة الاجتماعية في وجود مستوى مرتفع من الإحساس بالسعادة النفسية لدى عينات من مستويات عمرية مختلفة .

• المراجع :

- أبو هاشم، السيد محمد (٢٠٠٧) . المكونات الأساسية للشخصية في نموذج كل من كاتل وأيزنكوجولديبرج لدى طلاب الجامعة دراسة عملية . مجلة كلية التربية ببها ، ٧٠ ، ٢١٢- ٢٧٣ .

- أبو هاشم، السيد محمد (٢٠١٠). النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساعدة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية بينها، ٢٠ (٨١)، ٢٦٩ - ٣٥٠.
- الأشول، عادل (١٩٨٧). موسوعة التربية الخاصة. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- البهاص، سيد أحمد (٢٠٠٩). العزو كمتغير وسيط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة لدى طلاب الجامعة. مجلة الارشاد النفسي، (٢٣)، ٣٢٧ - ٣٧٨.
- الطراونة، صبري حسن (٢٠١٠). بناء مقياس لمقاومة الإغراء لطلاب الجامعات في إقليم جنوب الأردن. مجلة جامعة دمشق، ٢٦ (٢،١)، ٣١٧ - ٣٣٨.
- الطراونة، صبري حسن والقضاة، محمد أمين (٢٠١٤). العلاقة بين مقاومة الإغراء وأنماط التفكير السائدة لدى الطلاب الجامعيين. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ١٠ (١)، ٨٩ - ١٠٠.
- العنزى، فريح عويد (٢٠٠١). الشعور بالسعادة وعلاقته ببعض سمات الشخصية. دراسات نفسية، ١١ (٣)، ٣٥١ - ٣٧٧.
- القاسم، موزي محمد (٢٠١١). الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من السعادة والأمل لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى.
- اليحوي، نجوى (٢٠٠٦). السعادة والاكئاب وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموجرافية لدى عينة من طلاب الجامعة اللبنانيين. دراسات عربية في علم النفس، ٥ (٤)، ٩٤٥ - ٩٧٢.
- جعيس، عفاف (٢٠١٥). اضطراب الشخصية العدوانية السلبية وفق نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى المعلمين من طلاب الدراسات العليا بكلية التربية بأسبوط، مجلة كلية التربية بينها، ٢٦ (١٠١)، ١٢٣ - ١٩٩.
- رشوان، ربيع عبده (٢٠١١). الذكاء الوجداني وقدرته التنبؤية في ضوء علاقته بسمات الشخصية وبعض القدرات العقلية. مجلة العلوم العربية والإنسانية بجامعة القصيم. ٤ (١)، ٣٦٧ - ٤٤٣.
- سالم، سهير محمد (٢٠٠١). السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية. رسالة ماجستير، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.
- صالح، عابدة شعبان (٢٠١٣). الشعور بالسعادة وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة لدى عينة من المعاقين حركيا المتضررين من العدوان الإسرائيلي على غزة. مجلة جامعة الأقصى (سلسلة العلوم الإنسانية)، ١٧ (١)، ١٨٩ - ٢٢٧.
- عبد الخالق، أحمد (١٩٩٢). الأبعاد الأساسية للشخصية. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- عبد الخالق، أحمد والشطي، تغريد والذيب، سماح وعباس، سوسن وأحمد، شيماء والثويني، نادية والسعيد، نجاه (٢٠٠٣). معدلات السعادة لدى عينات مصرية مختلفة في المجتمع الكويتي. مجلة دراسات نفسية، ١٣ (٤)، ٥٨١ - ٦١٢.
- عبد الخالق، أحمد محمد ومراد، صلاح أحمد (٢٠٠١). السعادة الشخصية: الارتباطات والمنبئات. مجلة الدراسات النفسية بجامعة الكويت، ١١ (٣)، ٣٣٧ - ٣٤٩.

- كاظم ، علي مهدي (٢٠٠٢) . القيم النفسية والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية مجلة العلوم التربوية والنفسية ، ٣ (٢) ، ١٢- ٤٠ .
- مجمع اللغة العربية (٢٠٠٢) . المعجم الوجيز . القاهرة : الهيئة المصرية العامة لشؤون المطابع الأميرية .
- محمود، أحلام حسن (٢٠٠٧) . مستويات ومصادر إشباع السعادة كما يدركها المسنون في ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية، وبعض المتغيرات الأخرى . المجلة المصرية للدراسات النفسية، ١٧ (٥٦) ، ١١٥- ١٩٣ .
- مراد ، صلاح (٢٠١١) . الأساليب الإحصائية فى العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية (ط ٢) . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .
- مؤمن، داليا محمد (٢٠٠٤) . العلاقة بين السعادة وكل من الأفكار اللاعقلانية وأحداث الحياة السارة والضاغطة . المؤتمر السنوي الحادي عشر للإرشاد النفسي بجامعة عين شمس، ١، ١- ٣٠ .
- هريدي، عادل محمد، وفرج، طريف شوقي (٢٠٠٢) . مصادر ومستويات السعادة المدركة في ضوء العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، والتدين، وبعض المتغيرات الأخرى . مجلة العلوم النفسية والتربوية، ٤٦- ٧٩ .
- Barrick, M. & Mount, M. (1993). Autonomy as A Moderator of The Relationship Between The Big Five Personality Dimensions and Job Performance. *Journal of Applied Psychology*, 78, 111-118
- Baumann, N. &Kuhl, J. (2005). How to Resist Temptation: The Effects of External Control Versus Autonomy Support on Self-Regulatory Dynamics. *Journal of Personality*, 73 (2), 444-470.
- Baumeister, R. ,Masicampo, E. , &Vohs, K. (2011). Do Conscious Thoughts Cause Behavior? *Annual Review of Psychology*, 62, 331-361.
- Cheung, G. &Rensvold, R. (2002). Evaluating Goodness of Fit Indexes for Testing Measurement Invariance. *Structural Equation Modeling: Multidisciplinary Journal*, 9 (2), 233-255.
- Collins, M. (2001). The Effect of Punishment Threat on Children's Ability to Resist Temptation to Transgress and Lie. *Masters Thesis*, university of North Texas.
- Costa, P., & McCrae, R. (1992). Revised NEO Personality Inventory and NEO Five Factor Inventory. *Psychological Assessment Resources*.
- David, S. ,Boniwell, I. & Ayers, A. (2013). *The Oxford Handbook of Happiness*. Oxford: Oxford University Press.

- Duckworth, A. & Seligman, M. (2005). Self-Discipline Outdoes IQ in Predicting Academic Performance of Adolescents. *Psychological Science*, 16, 939–944.
- Evans, A. , Xu, F. & Lee, K. (2011). When all signs point to you: Lies told in the face of evidence. *Developmental Psychology*, 47, 39-49.
- Fedorikhin, A. & Patrick, V. (2010). Positive Mood and Resistance to Temptation: The Interfering Influence of Elevated Arousal. *Journal of Consumer Research*, 37 (4), 698-711.
- Fredrickson, B. (2013). *How our Supreme Emotion Affects We Feel, Think, Do, and became*. New York : Hudson Street Press .
- Goldberg, L.(1993). The Structure of Phenotypic Personality Traits. *American Psychologist*, 48,26-34
- Higgins, E. , Shah, J. & Friedman, R. (1997). Emotional Responses to Goal Attainment: Strength of Regulatory Focus as Moderator. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 515-525.
- Haigler, E., Widiger, T. (2001). Experimental manipulation of NEO PI-R items. *Journal of Personality Assessment*, 77 (2), 339- 358.
- Hofmann, W. & Kotabe, H. (2012). A General Model of Preventive and Interventive Self Control. *Social and Personality Compass*, 6 (10), 707-722.
- Hofmann, W. , Schmeichel, B. & Baddeley, A. (2012). Executive functions and self-regulation. *Trends in Cognitive Sciences*, 3, 174–180.
- Jia, H. ; Jia, R. & Karau, S. (2013). Cyberloafing and Personality: The Impact of The Big Five Traits and Workplace Situational Factors. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 20 (3), 358-365.
- John, O. , Naumann, L. & Soto, C. (2008). Paradigm Shift to The Integrative Big Five Trait Taxonomy: History, Measurement, and Conceptual Issues, in O. John, R. Robins & L. Pervin (Eds) . *Handbook of Personality: Theory and Research*, (pp. 114-158), New York: Guilford Press.
- Judge, A., Mount, K. (2002). Five Factor Model of Personality and Job Satisfaction : A Meta Analysis. *Journal of Applied Psychology* , 87, 530-541

- Kalis, A., Mojzisch, A., Schweizer, T. & Kaiser, S. (2008). Weakness of Will, Akrasia, and The neuropsychiatry of Decision Making: An Interdisciplinary Perspective. *Cognitive Affective & Behavioral Neuroscience*, 8, 402-417.
- Kavanagh, D. , Andrade, J. & May, J. (2005). Imaginary Relish and Exquisite Torture: The Elaborated Intrusion Theory of Desire. *Psychological Review*, 112, 446-467.
- Kaczor, C., (2015). Aristotle, Aquinas, and Seligman on Happiness. *Journal of Psychology and Christianity*, 34(3), 196-204.
- Kalyuzhnova, Y., & Kambhampati, U. (2008). The Determinants of Individual Happiness in Kazakhstan. In press, 1-32.
- King, L. & Napa, C. (1998). What Makes a life Good ?. *Journal of Personality and Social Psychology* .75, 156-165
- Lahey, B. & Widiger, T. (2009). Public Health Significance of Neuroticism. *American Psychologist*, 64, 241-256 .
- Lei, M. & Lomax, R. (2005). The Effect of Varying Degrees of Nonnormality in Structural Equation Modeling, *Structural Equation Modeling: Multidisciplinary Journal*, 12 (1), 1-27.
- Lewis, S. (2010). Towards a Complete Account of Psychological Happiness. *Praxis*, 2 (2), 58-81.
- Lopez, R. ; Hofmann, W. ; Wagner, D. ; Kelley, W. & Heatherton, T. (2014). Neural Predictors of Giving in to Temptation in Daily Life. *Journal of Psychological Science*, 25 (7), 1337-1344.
- Maio, G. & Thomas, G. (2005). The Epistemic Teleologic Model of Deliberate Self Persuasion. *Personality and Social Psychology Review*, 11 (1) , 46-67.
- McGonigal, K. (2012). *The willpower instinct: How Self-Control Work, Why It Matters, and What You Can Do to Get More of It ?*. New York, NY: Penguin.
- Manfra, L. , Davis, K. , Ducenne, L. & Winsler, A. (2014). Preschoolers' Motor and Verbal Self Control Strategies during A Resistance to Temptation Task. *The Journal of Genetic Psychology*, 175 (4), 332-345.
- McCrae, R. & Costa, P. (1997). Personality Trait Structure as Human Universal. *American Psychologist*, 52, 509-516.

- McCrae, R. & John, D. (1992). An Introduction to The Five Factor Model and Its Applications. Journal of Personality, 60 (2), 175-215.
- McCrae, R. & Sutin, A. (2009). Openness to Experience. In M.R. Leary & R.H Hoyle, Handbook of Individual differences in Social Behavior (pp.257-273). New York : Guilford Press
- Millon, T. (2011). Disorders of Personality: Introducing a DSM/ICD Spectrum from Normal and Abnormal (3rd ed) . New York : John Wiley & Sons .
- Mookhrjee ,H. (1998). Perception of Well – Being Among the Older Metropolitan and Nonmetropolitan in The United States. The journal of Social Psychology .138(1), 72-82.
- Myers, D., & Diener, E. (1995). Who is Happy?. Psychological Science, 6(1), 10-19S
- Nelson, A. (2013). Preschoolers Temptation Resistance and Rule Violation: The Influence of Parenting Style and Self – Regulation. Masters Thesis, Mills College.
- Neill, C., & Khan, A. (1998) . The Role of Personal Spirituality and Religious Social Activity on the life Satisfaction of Older widowed Women .Sex Roles .40, 314-329
- Parducci, A. (1997). The Pursuit of Happiness. Contemporary Psychology, 42(5), 406-407
- Paunonen, S. (2003). Big Five Factors of Personality and Replicated Predictions of Behavior, Journal of Personality and Social Psychology, 84 (2), 411-424.
- Piedmont, R., Sherman, M. & Sharman, N., Dy-Liacco, G., & Williams J. (2009). Using The Five Factor Model to Identify a New Personality Disorder Domain: The Case for Experiential Permeability. Journal of Personality and Social Psychology, 96, 1245-1258.
- Piedmont, R.; Sherman, M. & Sharman, N. (2012). Maladaptively High and Low Openness: The Case for Experiential Permeability. Journal of Personality and Social Psychology, 80, 1641-1668.
- Pincus, A.; Lukowitsky, M. & Wright, A. (2010). The Interpersonal Nexus of Personality and Psychology .In T .Millon, R., Krueger, & E Simonsen, Contemporary Directions in Psychopathology : Scientific foundations for The DSM-V and ICD-11 (pp.523-552).

- Rabois, D. &Haga, D. (2003). The Influence of Cognitive Coping and Mood on Smokers Self Efficacy and Temptation. Addictive Behaviors, 28, 561-573.
- Roberts, B.; Jackson, J.; Fayard, J.; Edmonds, G. &Meints, J. (2009). Conscientiousness. In M.R Leary & R. Hoyle, Handbook of Individual Differences in Social Behavior, (pp. 369-381).
- Roccas, S.; Sagiv, L.; Schwartz, S. &Knafo, A. (2002). The Big Five Personality Factors and Personal Values. Personality and Social Psychology Bulletin, 28 (6), 784-801.
- Ronald, R.; Fao, P. & Chris, W. (2008). Development Freedom and Rising Happiness A Global Perspective. Psychology Science, 3(4), 264-285 .
- Rothmann, S. &Coetzer, E. (2003). The Big Five Personality Dimensions and Job Performance.Journal of Industrial Psychology, 29 (1), 68-74.
- Ryff, C. & Keyes, C. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited.Journal of Personality and Social Psychology, 69 (4), 719-727.
- Salary, S. &Shaieri, M. (2013). Study of the Relationship between Happiness and Dimensions of Psychosis. Neurosis and Personality Extraversion, Social and Behavioral Sciences, 84, 1143 – 1148.
- Shiffman, S. & Waters, A. (2004). Negative affect and smoking lapses: A prospective analysis.Journal of Consulting and Clinical Psychology, 72 (2), 192-201.
- Shorey, H.; Little, T.; Snyder, C.;Kluck, B. &Robitschek, C. (2007). Hope and Personal Growthinitiative: A Comparison of Positive, Future – OrientedConstructs. Journal Personality and Individual Differences, 43, 1917-1926
- Seligman, M. (2011). Flourish : A Visionary New Understanding of Happiness and Well – being . New York : Simon and Schuster.
- Soto, C. &Luhmann, M. (2013).Who Can Buy Happiness? PersonalityTraits Moderate the Effects of StableIncome Differences and IncomeFluctuations on Life Satisfaction,Social Psychological and Personality Science, 4 (1), 46-53.
- Soto, C. (2015).Is Happiness Good forYour Personality? Concurrent and Prospective Relations of the Big Five With SubjectiveWell-Being.Journal of Personality, 83 (1), 45-55.
- The Board of Trustees of Lelenad Stanford Junior University (2010). The Psychology of Happiness. From: [٣٦٥](http://faculty-</div><div data-bbox=)

- gsb.stanford.edu/aaker/pages/documents/thepsychologyofhappiness.pdf.
- Thaler, R. ;Sunstein, C. &Balz, J (2010). Choice Architecture. from: www.sas.upenn.edu
 - Violante, M. (2005). Self-Persuasion Strategies to Resist Temptation. Doctoral Thesis, School of Psychology, Cardiff University.
 - Warner, R. &Vroman, K. (2011).Happiness Inducing Behaviors in Everyday Life:An Empirical Assessment of “The How of Happiness”, Journal of Happiness Studies, 12, 1063-1082.
 - Widiger, A. &Costa,T.(2009). Integrating Normal and Abnormal Personality Structure : The five factor Model. Journal of Personality,80,1467-1502
 - Widiger, A. &Trull,T.(2002).A Description of The DSM-IV Personality Disorders with The Five Factor Model of Personality (2nd ed,pp89-99). Washington, DC : American Psychological Association .
 - Wiggins, J., &Pincus, A., (1989). Conceptions of Personality Disorders and Dimensions of Personality .Psychological Assessment,1, 305-316 .

